

La enn de pwen pour ed redwir ou depans:

- Prepar ou prop goute e dezennen pou anmenn ek ou travay, ou lekol oubyen ler ou pe al en aktivite par ekzanp fennsifer.



- Marsande.
- Tenny lalimyer kot pa pe servi.
- Plant ou prop legim ek fri.



- Pran en 'shower' olye ranpli ou benwar/basen pour ede koup lo ou bil.



**SOCIAL AFFAIRS
DEPARTMENT**



Bidze l egal seavings

Social Services Division

SOCIAL AFFAIRS DEPARTMENT

**P.O.Box 190. Unity House,
Victoria , Mahe, Seychelles
Phone: (+248) 4281500 Fax(+248)4225656**

BIDZE LAFANMIR

BIDZE

Ki sa i vedir?

I en plan pour tou depans ki nou fer, an prenan kont nou reveni. Alor nou pa kapab depans plis ki nou pe gannyen.

Ki arive ler nou napa en bidze?

Nou kapab:

Perdi kontrol lo nou depans

Napa en nide kote nou larzan i ale

Napa en nide kote nou pou ganny larzan pour kouver nou bann bil e nou bann bezwen.



Bidze



I ganny servi konman en gid pour ou depans ek seving.

I ed ou pour idantifye kote ou pe fer gaspiyaz.

I ed ou pour balans ou finans.

I ed ou pour ou pa al andeor ou bidze e redwir stres/presyon.

I ed ou viv dapre ou mwayen.

Kominikasyon i en eleman tre enportan ler nou pe travay lo nou bidze.

I kapab anpes:

- Problenm finansyel dan fanmir. Stres/presyon
- Vyolans domestik e kontrol
- Mank dan konprezon fason ki larzan i ganny depanse.

I annan:

Fanmir ki'n menm separe/divorse akoz move labitid depanse.

Zanfan i santi zot pri dan milye sa bann diskord. Parfwa zot santi zot koupab akoz zot osi zot benefisye avek sa bann depans initil.



Zanfan i osi santi zot dezapwente ler zot pa kapab ganny zot bann bezwen nesese akoz napa larzan pour aste. Sa i kapab met ou an konfli avek ou zanfan sirtou adolesan.

