

# عن السويد

دراسة المجتمع بالعربية

«عن السويد» هو كتاب يقوم بالتعريف بالمجتمع samhällsorientering للقادمين حديثاً. والهدف من الكتاب هو منح معلومات أساسية للأشخاص الذين يأتون إلى السويد وكذلك تقديم دعم لبلديات السويد في عملها للتعريف بالمجتمع.

منذ 1 كانون الأول/ديسمبر 2010 يوجد تشريع حكومي يتحكم بالعمل مع التعريف بالمجتمع للقادمين حديثاً (2010:1138). يبين التشريع الحكومي هذا أن الهدف من التعريف بالمجتمع هو أن المشاركين يقومون بتطوير معرفة حول:

• حقوق الإنسان والقيم الديمقراطية الأساسية.

• حقوق وواجبات الفرد بشكل عام.

• كيفية تنظيم المجتمع.

• الحياة العملية اليومية.

التشريع الحكومي يبين أيضا مالذي ينبغي أن يتضمنه التعريف بالمجتمع. تم إعداد كتاب "عن السويد" مع التشريع الحكومي كأساس.

«عن السويد» يوجد مترجم إلى احدى عشرة لغة. جميع الترجمات تتوفر للقادمين حديثاً على بوابة معلومات مجالس إدارة المحافظات،

[www.informationsverige.se](http://www.informationsverige.se)

وقد تم إعداد النسخة الأولى من "معلومات عن السويد" من قبل مدينة يوتيبيوري/غوتنبورغ (Göteborgs Stad) سنة 2010.

مجلس إدارة محافظة غرب يوتالاند (Västra Götaland) ومدينة يوتيبيوري يقومان باستمرار بإجراء تعديلات مشتركة على الكتاب. التعديلات في طبعة هذه السنة، والتي هي الطبعة الخامسة منذ سنة 2010، قام بها كريستينا شورنأونغ (Kristina Körnung) من مجلس إدارة محافظة غرب يوتالاند وكذلك ياكوب ساندال (Jakob Sandahl) وهاننا سيرنهيدي (Hanna Sernhede) من مدينة يوتيبيوري.



تالية أشجاري (Talieh Ashjari)

مديرة تعددية

قسم المجتمع

مجلس إدارة محافظة غرب يوتالاند (Västra Götaland)

آذار/مارس 2017

هيلينه هولمستروم (Helene Holmström)

مدير نشاط الاندماج

إدارة الموارد الإجتماعية

مدينة يوتيبيوري (Göteborgs stad)

آذار/مارس 2017



حقوق النشر: مدينة يوتيبوري ومجلس إدارة محافظة غرب يوتالاند (Västra Götaland)  
التصميم الجرافيكي: ماريا نوبل (Maria Nobel) و يوسفين بيرير (Josefin Berger)، مجلس إدارة محافظة غرب يوتالاند  
صورة الغلاف: يوهان ليونجبرج (Johan Ljungberg)  
الطبعة: Horsens, Stibo Graphic A/S، الدانمَارِك، 2017

**ISBN 978-91-984016-1-5**

الصورة: ماريا نوبل (Maria Nobel)

# قائمة المحتويات

## 9 1. المجئ إلى السويد

---

10 الهجرة إلى السويد

15 الإندماج في السويد

17 تاريخ السويد - من العصر الجليدي إلى العصر الحديث

24 السويد خلال القرن العشرين

28 هل هناك ما هو سويدي نموذجي؟

31 التقاليد والمناسبات في السويد

40 أسئلة للمناقشة الفصل 1

## 41 2. أن تعيش في السويد

---

42 الجغرافيا، القطاع التجاري والصناعي والبنية التحتية

48 السكّان

50 المساكن والسكن

58 البيئة، الطبيعة والاستدامة البيئية

66 هكذا تسير الامور في بلديتك

71 إدارة إقتصادك

73 الأمان

76 أسئلة للمناقشة الفصل 2

### **77 3. أن تُعيل نفسك وتتطوّر في السويد**

---

78	سوق العمل في السويد
87	أن تكون مستخدماً/موظفاً
89	البحث عن عمل
94	أن تؤسس شركة خاصة بك
96	تأمين البطالة
97	دفع الضرائب
100	قيد النفوس/السجل المدني
103	التأمينات الإجتماعية
104	العيش مع انخفاض القدرات الوظيفية
107	تأهيل الكبار
113	وقت الفراغ وحياة الجمعيات
120	أسئلة للمناقشة الفصل 3

### **121 4. حقوق وواجبات الفرد**

---

122	المساواة وحقوق الانسان
125	الحماية ضد التمييز
129	العائلة والفرد
130	حقوق الاطفال

132 عنف الرجال ضدّ النساء  
والعنف في العلاقات الأسرية

136 أسئلة للمناقشة الفصل 4

## 5. تكوين عائلة والعيش

### 137 مع أطفال في السويد

---

138 طرق عديدة للعيش معاً

142 رعاية الأطفال والاحداث

147 رعاية الأطفال

149 المدرسة الأساسية

152 المدارس الثانوية

153 المدرسة و الديمقراطية

155 الدعم الاقتصادي للعوائل

158 أسئلة للمناقشة الفصل 5

### 159 6. أن تؤثر في السويد

---

160 ماهي الديمقراطية؟

162 تطوّر الديمقراطية

163 نموّ الديمقراطية في السويد

165 النظام الديمقراطي في السويد

174 قوانين السويد الأربعة الأساسية

175	أفكار وأحزاب سياسية
177	النظام الانتخابي السويدي
180	الديمقراطية ما بين الانتخابات وفي الحياة اليومية
182	أسئلة للمناقشة الفصل 6

## **183** 7. الرعاية الصحية في السويد

184	ماهي الصحة؟
189	المشروبات الكحولية، المخدرات والتبغ
192	الرعاية الصحية والطبية في السويد
194	اللقاء بالرعاية الصحية
194	أين ستتوجه؟
202	رعاية الاسنان الطبية
203	اذا لم تكن راضياً
204	أسئلة للمناقشة الفصل 7

## **205** 8. أن تصبح مُسنّاً في السويد

206	أن تصبح مُسنّاً
209	نشاطات وامتيازات لكبار السنّ
210	التقاعد
213	رعاية المسنين

215	عندما يموت شخص
218	حق الميراث
220	أسئلة للمناقشة الفصل 8
<b>221</b>	<b>الفهرس</b>

---





تصوير: كولو وكس (Colourbox)

# 1. المجئ الى السويد

## المحتوى

الهجرة إلى السويد

الإندماج في السويد

تاريخ السويد - من العصر الجليدي إلى العصر الحديث

السويد خلال القرن العشرين

هل هناك ما هو سويدي نموذجي؟

التقاليد والمناسبات في السويد

# الهجرة إلى السويد

يعيش اليوم حوالي 10 ملايين شخصاً في السويد. ما يقرب من 3,5 مليون شخصاً يعيشون في وحوّل ثلاث أكبر مدن في البلد: ستوكهولم ويوتيبوري ومالمو. حوالي 16 في المائة من السكان السويديين وُلدوا خارج البلاد، أي ما يعادل نحو 1,6 مليون شخص.

خلال القرن العشرين هاجر الكثير من الناس إلى السويد. وباستثناءات قليلة فإن السويد ومنذ الحرب العالمية الثانية كانت بلداً صافي الهجرة. وهذا يعني أن عدد الوافدين الى البلد يفوق عدد المهاجرين منه الى الخارج.

في عقدي الخمسينات والستينات من القرن العشرين إحتاجت السويد إلى القوى العاملة. وانتقل الناس من الدول القريبة من السويد إلى هنا للعمل. وجاء الكثيرون أيضاً من إيطاليا واليونان ويوغوسلافيا وتركيا.

في ثمانينات القرن العشرين جاء الناس من أمريكا الجنوبية، إيران، العراق، لبنان، سوريا، تركيا وإريتريا لطلب اللجوء في السويد. وفي وقت لاحق جاء الناس أيضاً من الصومال وشرق أوروبا.

في سنة 1999، قرر المجلس الأوروبي أن يتبنى الاتحاد الأوروبي (EU) سياسة لجوء وهجرة مشتركة. وقد أُطلق عليها إتفاقية تعاون شنغن. سنة 2001 دخلت السويد في إتفاقية تعاون شنغن. وهذا يعني أن جميع الذين يتواجدون في منطقة شنغن بصورة قانونية يجب أن يكونوا قادرين على التنقل بحرية دون الحاجة إلى إظهار جوازات السفر عند عبور حدود الدولة. إتفاقية شنغن أدت إلى قيام المزيد من الأشخاص بطلب اللجوء في أوائل القرن الحادي والعشرين.

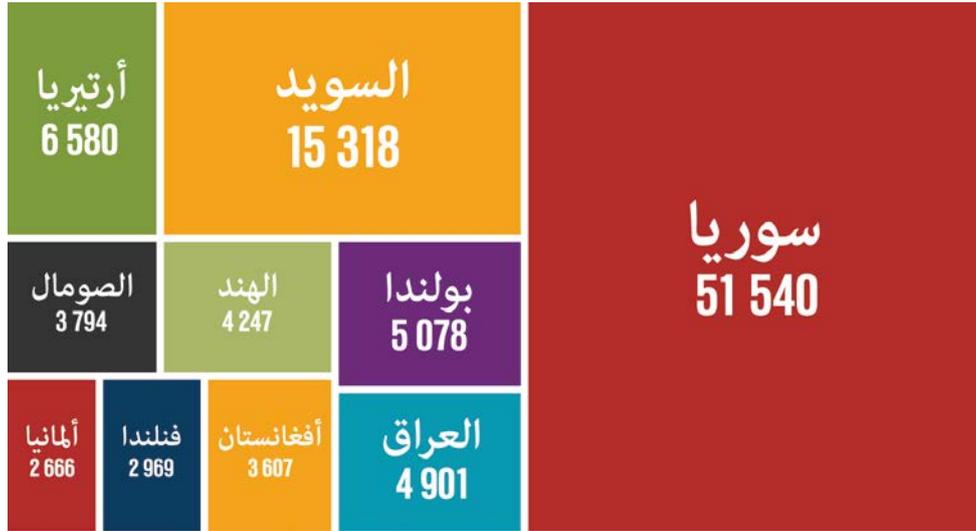
في السويد يتم التحكم بالهجرة من خلال قانون الأجانب (utlänningslagen) الذي يحتوي على قواعد اللجوء والإقامة ولم شمل العائلة.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

خلال سنة 2016 هاجر الى السويد نحو 163000 شخصاً. من بين اولئك الذين هاجروا الى السويد في 2016 كان 56 بالمائة من الرجال و 44 بالمائة من النساء. وقد انتقل حوالي 15000 مواطناً سويدياً عائدين الى السويد، ولكن العدد الأكبر كان من سورية. يمكنك قراءة المزيد في موقع [www.scb.se](http://www.scb.se).

حوالي 1,7 مليون شخصاً من الذين يسكنون في السويد سنة 2016 وُلدوا خارج السويد. الجدول أدناه يبين بيانات من مكتب الإحصاء المركزي (SCB) حول الهجرة الأكثر شيوعاً حسب دولة المواطنة خلال 2016.



المصدر: مكتب الإحصاء المركزي SCB

## أن تطلب اللجوء

اتفاقية الأمم المتحدة للاجئين قاعدة دولية حول كيفية قيام الدول الأعضاء في الأمم المتحدة بمعاملة اللاجئين. يتم تعريف اللاجئ حسب الاتفاقية على أنه الشخص الذي يوجد خطر تعرضه للإضطهاد بسبب العرق أو الجنسية أو الميول الجنسية أو المعتقدات الدينية أو السياسية أو الجنس أو الإنتماء إلى فئة إجتماعية معينة. ويُذكر في القاعدة أن الشخص اللاجئ يُمنح حق اللجوء بغض النظر عن الدولة التي يطلب فيها اللجوء.

حتى أولئك الذين ليسوا لاجئين بموجب إتفاقية الأمم المتحدة للاجئين قد يكون لهم الحق في الحصول على تصريح الإقامة كأشخاص بحاجة إلى الحماية. وطبقاً لقانون الاجانب السويدي يمكن منح تصريح الإقامة للشخص الذي بحاجة الى حماية بديلة (بالاستناد الى قواعد الاتحاد الأوروبي المشتركة).

الاتحاد الأوروبي لديه قواعد مشتركة تحكم كيفية عمل الدول للتوصل إلى أن شخص ما يتم إعتباره كلاجئ. في التعامل مع إجراءات اللجوء تقوم الدول بالأخذ بنظر الإعتبار عوامل مختلفة في خلفية الشخص والوضع الحياتي له، ما يعتبر إضطهاداً، كيف يبدو الوضع في دولة الشخص، وإلى آخره.

إذا كنت سوف تقدم طلب لجوء في السويد فيجب عليك الإتصال بمصلحة الهجرة (Migrationsverket). مصلحة الهجرة هي السلطة الحكومية التي تدرس الطلبات المقدمة من الأشخاص الذين يرغبون في زيارة، السكن أو طلب الحماية في السويد أو يريدون أن يصبحوا مواطنين سويديين.

حسب إتفاقية دبلن يجب دراسة طلبك للحصول على اللجوء في أول دولة أوروبية تأتي إليها. مصلحة الهجرة تأخذ بصمات جميع طالبي اللجوء ممن بلغوا سن 14 سنة من العمر للتحقق من ان السويد هي اول دولة.

## تعديلات في قانون اللجوء

اعتمد البرلمان السويدي (الريكسداغ) قانوناً مؤقتاً يقيد إمكانيات طالبي اللجوء وأسرههم للحصول على تصريح الإقامة في السويد. وقد دخل القانون الجديد حيز التنفيذ بتاريخ 20 تموز/يوليو 2016 ويفترض أن يسري لمدة ثلاث سنوات. ويُمكن أن يؤثر القانون أيضاً على أولئك الذين تقدموا بطلبات للحصول على اللجوء قبل 20 تموز/يوليو 2016. يمكنك قراءة المزيد من التعديلات في موقع مصلحة الهجرة [www.migrationsverket.se](http://www.migrationsverket.se)

## تصريح الإقامة المؤقتة

يعني القانون الجديد أن طالبي اللجوء الذين لهم حق الحصول على حماية يحصلون على تصريح إقامة مؤقتة في السويد. والشخص الذي يُعتَبَر لاجئاً يحصل على تصريح إقامة يسري لمدة ثلاث سنوات، أما الشخص الذي يُعتَبَر بحاجة الى حماية بديلة فيُمنح تصريح إقامة لمدة 13 شهراً.

وإذا كان الشخص مازال بحاجة الى حماية عند انتهاء سريان تصريح الإقامة، فيمكنه/ها الحصول على تمديد تصريح الإقامة في السويد. وفي حال كان الشخص قادراً على اعالة نفسه فيمكنه/ها الحصول على تصريح الإقامة الدائمة.

الأطفال غير المصحوبين بذويهم والعوائل التي لديها أطفال تحت سن 18 عاماً ويُعتَبَرُون بحاجة الى حماية يمكنهم الحصول على تصريح الإقامة الدائمة اذا كانوا قد تقدموا بطلب الحصول على اللجوء في موعد أقصاه 24 تشرين الثاني/نوفمبر 2015.

## تصريح الإقامة لأفراد العائلة

إذا كنت ترغب بالسكن سوية مع أحد أفراد عائلتك فيجب أن يكون هذا الشخص حائزاً على تصريح الإقامة. زوجك، زوجتك، مساكنك، شركاء الحياة المُسجّلين وأطفالك دون سنّ 18 عاماً يمكنهم الحصول على تصريح الإقامة في السويد في حال:



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

- كنتَ مواطناً سويدياً، أو حائزاً على تصريح الإقامة الدائمة أو تصريح إقامة مؤقت بصفة لاجئ.
- إذا كنت قادراً على أعاله نفسك وأفراد العائلة الذين يتقدمون بطلب الحصول على اللجوء.
- لديك مسكن بمساحة كافية ومستوى يوازي المستوى المطلوب للسكن فيه.
- أنت وشريكك تبلغان على الأقل 18 عاماً.

ولايسري شرط الاعالة على الجميع، مثلاً الأطفال دون سنّ 18 عاماً. إقرأ المزيد في [www.migrationsverket.se](http://www.migrationsverket.se).

إذا كنت مواطناً سويدياً أو حائزاً على تصريح الإقامة الدائمة يمكن أيضاً للشخص الذي تنوي أنت الزواج منه أو المُساكنة معه أن يحصل على تصريح الإقامة للإنتقال للعيش معك في السويد.

من أجل التقدم بطلب الحصول على تصريح إقامة في السويد يجب عليك الإتصال بالسفارة أو القنصلية السويدية في بلدك، أو في بلد آخر حيث تعيش. أن من يطلب تصريح إقامة يجب أن يقوم بتقديم الطلب بنفسه.

يعني القانون المؤقت الجديد أيضاً أن أهل اللاجئين الذين يحصلون على تصريح إقامة لثلاث سنوات يمكنهم الحصول على تصريح إقامة للإنتقال الى السويد. ويُقصد بالأهل الزوج/الزوجة/شريك الحياة المُسجّل/ المُساكن وكذلك الأطفال دون سنّ 18 عاماً. كما يمكن أيضاً للأهل الاشخاص الحاصلين على تصريح إقامة نافذة لمدة 13 شهراً وقدموا طلبات الحصول على اللجوء في تاريخ أقصاه 24 تشرين الثاني/نوفمبر 2015، أن يحصلوا هُم أيضاً على تصريح إقامة في السويد.

أما أهل الشخص الحائز على تصريح إقامة نافذة لمدة 13 شهراً والذين قدموا طلباً للحصول على اللجوء بعد تاريخ 24 تشرين الثاني/نوفمبر 2015، يمكنهم فقط في حالات استثنائية الحصول على تصريح الإقامة في السويد.

يمكن في بعض الحالات لأهل طفل غير مصحوب ومنفصل عن ذويه وحائز على حماية بديلة ان يحصلوا على تصريح إقامة حتى لو كان الطفل تقدّم بطلب اللجوء بعد تاريخ 24 تشرين الثاني/نوفمبر 2015.

## الجنسية السويدية

إذا كنت تريد أن تصبح مواطناً سويدياً فيجب عليك تقديم طلب إلى مصلحة الهجرة. أنت الذي تريد أن تصبح مواطناً سويدياً يجب أن تكون قد أتممت 18 سنة من العمر، حائزاً على تصريح إقامة دائمة وعشت في السويد لمدة تقارب خمس سنوات. يمكن للأطفال دون سن 18 سنة أن يصبحوا مواطنين سويديين سوية مع أب أو أم أجنبيين. مدة الإنتظار للحصول على اجابة على طلب الحصول على الجنسية تختلف، انظر الموقع الويب الإلكتروني لمصلحة الهجرة للحصول على المعلومات الحالية:  
[www.migrationsverket.se](http://www.migrationsverket.se)

## المواطنة الاتحاد الأوروبي

إذا كنت مواطناً في سويسرا أو إحدى دول الاتحاد الأوروبي/المنطقة الاقتصادية الأوروبية (EES) فيمكنك التنقل بحرية داخل الاتحاد الأوروبي، EU. اليوم هناك 26 من 28 دولة عضو في الإتحاد الأوروبي مُنظمة في إتفاق يسمى إتفاقية شنغن. هذا يعني أن مواطني الاتحاد الأوروبي يمكنهم التنقل بحرية عبر حدود هذه الدول. إذا كنت مواطناً في دولة خارج الاتحاد الأوروبي، ما يسمى مواطني دولة ثالثة، فيمكنك أيضاً التنقل بحرية بين الدول التي تتبع اتفاقية شنغن. ولكن يمكنك السفر فقط لثلاثة أشهر كحد أقصى.

## تصريح العمل

تصريح العمل هو قرار يُتخذ من قبل مصلحة الهجرة التي تعطي المواطن الأجنبي الحق للعمل في السويد. القاعدة الرئيسية هي أنه يجب عليك التقدم بطلب للحصول على تصريح عمل وأن تكون قد حصلت على التصريح قبل السفر إلى السويد. أن مواطني دول الشمال، ومواطني الاتحاد الأوروبي/ المنطقة الاقتصادية الأوروبية، والمواطنين السويسريين وأفراد أسرهم ليسوا



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

السويد مجتمع متعدد الثقافات. ويمكن لجميع أفراد المجتمع المشاركة في المجتمع على قدم المساواة بغض النظر عن الخلفيات الثقافية، الدينية أو العرقية.

بحاجة إلى تقديم طلب. الأشخاص الذين أقاموا في بلد آخر في الاتحاد الأوروبي لمدة خمس سنوات حتى هم لا يحتاجون إلى تصريح عمل. صاحب شركة خاصة لا يحتاج إلى ترخيص عمل ولكن يجب أن يكون حاصلًا على تصريح إقامة.

## الإندماج في السويد

يتعلق الإندماج بالشعور بالانتماء إلى المجتمع. وهذا يعني أن على الجميع أن يشعروا بأنهم جزء من المجتمع السويدي. إن الإندماج هو أن تلتقي مختلف الجماعات في المجتمع ويكون هناك تبادل مع بعضها البعض.

في السويد تقع المسؤولية على كاهل الحكومة لأن تضع مبادئ توجيهية لسياسة الاندماج السويدية. تريد الحكومة السويدية من الجميع أن يكونوا جزءًا من حياة المجتمع بغض النظر عن مكان ولادتهم أو خلفيتهم العرقية. لذلك تقدم الحكومة دعم إضافي للمهاجرين القادمين حديثاً خلال السنوات الأولى في السويد. الهدف من ذلك هو أن يحصل أولئك الجدد في السويد على بداية جيدة وظروف جيدة ليتمكنوا من العيش حياة مستقلة.

## الترسيخ لك بصفتك وافداً حديثاً

هناك بعض الحقوق الخاصة التي تسري عليك أنت الذي أتممت 20 سنة من العمر (ولكن ليس 65 سنة) ولديك تصريح إقامة كلاجئ، أو لاجئ الكوتا، أو بحاجة إلى الحماية أو قريب إلى واحد من هؤلاء. عندها لديك على سبيل المثال الحق في الحصول على خطة ترسيخ وتعويض ترسيخ. إذا كنت أتممت 18 سنة من العمر (ولكن ليس 20 سنة) وتفتقد إلى والدين في السويد فيحق لك أيضاً الحصول على المساعدة. الشخص القادم حديثاً كلاجئ أو مهاجر وهو جديد في السويد.

## خطة ترسيخ

مكتب العمل هو أحد السلطات التي تساعد اللاجئين والمهاجرين القادمين حديثاً للدخول في المجتمع. إذا كنت تنتمي إلى مجموعة الأشخاص الذين يحق لهم الحصول على خطة ترسيخ فيحق لك التحدث إلى شخص، موظف ترسيخ (etableringshandläggare)، في مكتب العمل حول ما هو مطلوب لتتمكن من البدء في البحث عن عمل. تحتوي خطة الترسيخ الخاصة بك على نشاطات مختلفة ستدعمك في طريقك للحصول على عمل. أما الأنشطة التي ستضمنها الخطة فتتعلق باحتياجاتك، ولكنها يجب على الأقل أن تحتوي على اللغة السويدية للمهاجرين (SFI)، واجراءات تحضيرية للعمل (مثل التدريب العملي أو معادلة التأهيل الدراسي

في مكتب العمل يمكن  
للمرء أن يحظى بالحصول  
على مساعدة في طريقه  
للعثور على عمل.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

والخبرات المهنية) وخطة تعريف بالمجتمع تهدف الى منحك معارف أساسية عن المجتمع السويدي. نقطة الإنطلاق هي أن تُشغلك النشاطات المتضمنة في خطة الترسّيح بدوام كاملة، أي 40 ساعة بالاسبوع. ويمكن لخطة ترسيخك أن تشتمل عادة على 24 شهراً. اذا كنت في اجازة الوالدين وبدوام جزئي فيمكن تمديدها عندئذ 8 أشهر أخرى. لدى مكتب العمل يمكنك معرفة المزيد: [www.arbetsformedlingen.se](http://www.arbetsformedlingen.se). أن الهدف من خطة الترسّيح هو أن تتعلّم اللغة السويدية بأسرع ما يمكن وأن تجد عملاً لتتمكن من إعالة نفسك.

## تعويض ترسيخ

تعويض الترسّيح هو مبلغ مالي تحصل عليه عندما تتابع خطة الترسّيح الخاصة بك. إذا كان لديك أطفالاً فيمكنك أيضاً الحصول على المزيد من المال. تعويض الترسّيح هو بنفس الحجم للجميع، بغض النظر عن المكان الذي تسكن فيه. للحصول على التعويض كاملاً يجب عليك أن تتابع الأنشطة الموجودة في خطة الترسّيح بدوام كامل. اذا كان لديك عمل كنشاط في خطة الترسّيح الخاصة بك ينخفض تعويض الترسّيح بنفس مقدار ما تتقاضاه من العمل. واذا كان لديك عمل لايدخل ضمن نطاق خطة الترسّيح الخاصة بك فلا يتأثر تعويض الترسّيح الذي تحصل عليه بذلك. الشخص الذي لديه حق الحصول على تعويض الترسّيح يمكنه أيضاً الحصول على تعويض سكن اذا كان يسكن في مسكنه الخاص. في ظروف معيّنة، مثلاً اذا كان لديك أطفال، يمكنك الحصول على علاوة نقدية وتعويض سكن. وفي هذه الحالة يقوم صندوق التأمينات العامة (Försäkringskassan) بإتخاذ القرار في هذا الصدد.

## أن يترك المرء بلده وينتقل إلى بلد جديد

أن ترك الوطن والذهاب إلى بلد جديد يمكن أن يعني صعوبات وتحديات. فقد تكون عايشة أحداث مؤلمة وخسرت بيتك، مالك، أصدقاء مقربين وأقارب في وطنك. أن تتعلم لغة جديدة، ونظاماً جديداً وثقافة جديدة هو تحديّ بلاشك. ومن المعتاد أن يتسبب الهروب في أزمة شخصية. البعض قد يبدأون بالشعور بأنهم ليسوا على مايرام عندما يحصلون على تصريح الإقامة. يتوفر دعم من مختصين للحصول عليه إذا كنت تشعر بصحة غير جيدة. إتصل بمركز رعاية صحية (vårdcentral) للحصول على المزيد من المعلومات. إذا كانت لديك خطة ترسيخ فيمكنك أيضاً التحدث مع موظف الترخيص الخاص بك في مكتب العمل للحصول على المزيد من المعلومات حول أين يمكنك الحصول على مساعدة.

# تاريخ السويد - من العصر الجليدي إلى العصر الحديث

## العصر القديم

أنّ العصر القديم هو فترة زمنية مرّت منذ وقت بعيد جداً. ويمكن أن يُطلق عليها أيضاً عصور ما قبل التاريخ. فقبل 15,000 سنة كانت السويد بأكملها مغطاة بالجليد. هذه الفترة تُسمى العصر الجليدي. بعد 3000 سنة إختفى الجليد من جنوب السويد وبدأت النباتات بالنمو وجاءت الحيوانات والبشر. عاش البشر على الصيد، وصيد الأسماك وجمع النباتات التي كان من الممكن أكلها.

قبل ما يقارب من 6000 سنة بدأ الناس في السويد تعلم زراعة النباتات وتربية الحيوانات. فبدأوا في استخدام أدوات من الحجر والخشب. ولذلك تمت تسمية هذه الفترة العصر الحجري.

قبل نحو 1500 سنة من التاريخ الميلادي/الأفريقي بدأ الناس في السويد بتصنيع الأشياء من المعادن والبرونز. وتُسمى هذه الفترة العصر البرونزي. الآن بدأ الناس في شراء وبيع الأشياء في أوروبا.

قبل ما يقارب 500 سنة من التاريخ الميلادي/الأفريقي بدأ الناس في السويد باستخدام أشياء من الحديد. وتُسمى هذه الفترة العصر الحديدي.



الشاهد الحجري الرونيّ  
هو حجر عليه نقوش  
رونية. الرونية هي رموز  
كتابة عمرها أكثر من  
1000 سنة.

تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

## عصر الفايكنج

الفترة التي تمتد بين القرن التاسع والقرن الحادي عشر تُسمى عصر الفايكنج. كان الفايكنج ماهرين في بناء القوارب وكانوا معتادين على الإبحار بالزوارق الشراعية في عرض البحر. فكانوا يقاتلون ويتاجرون مع العديد من البلدان الأخرى. أستولى الفايكنج على السلطة في عدة بلدان في شمال أوروبا.

## العصور الوسطى

في تاريخ السويد وُضع الحد الفاصل للعصور الوسطى من حوالي سنة 1000 حتى عشرينات القرن السادس عشر.

قبل وصول المسيحية إلى السويد كان الناس يؤمنون بالعديد من الآلهة. الآلهة الأكثر شهرة هي أودين (Oden)، تور (Tor) و فريا (Freja). وتُسمى ديانة الآيسر (asatro).

عندما وصلت الديانة المسيحية إلى السويد تغير المجتمع. السويد حصلت على أول ملك مسيحي لها، أولوف شوتكونونغ (Olof Skötkonung)، في حوالي سنة 1000 بعد الميلاد. خلال القرن الثالث عشر حدث الكثير

في الصورة سفينة تمّ  
بناءها بنفس الطريقة  
التي كانت تُبنى بها السفن  
في زمن الفايكنغ.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

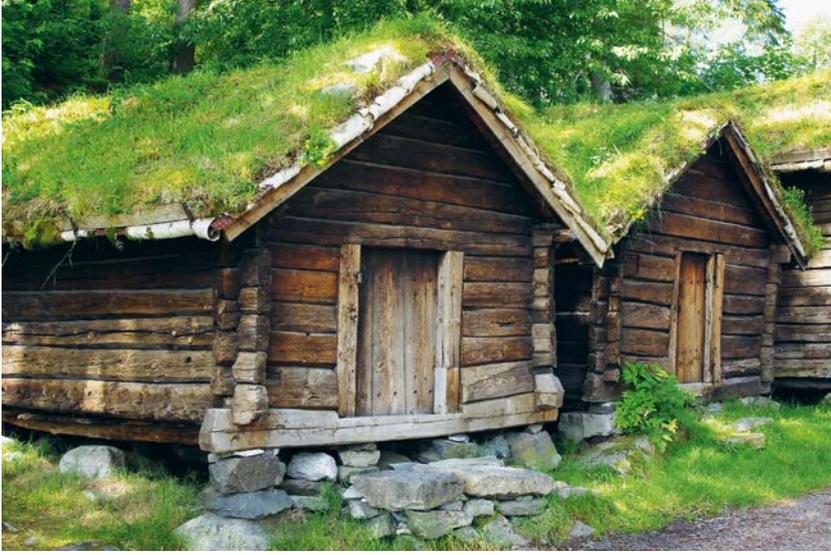
من الأمور. فأصبحت الزراعة والتجارة أكثر تنظيماً. وتمّ بناء مدن جديدة. وقُسمت السويد إلى مقاطعات. وكان لكل مقاطعة قانونها الخاص. في البداية كانت هناك قوانين شفوية ولكنها لم تكن مدونة على ورق. تمّ تدوين أول القوانين في القرن الثالث عشر.

في العصور الوسطى تمّ تطوير برلمان سويدي يقوم بأخذ قرارات حول القوانين السارية في البلد. تم تقسيم البرلمان إلى أربعة أجزاء: طبقة النبلاء، رجال الدين، الإقطاعيين/البرجوازيين، والفلاحين. كان النبلاء يشكّلون طبقة لها سلطة وحقوق تنحدر من خلال التوارث.

رجال الدين حصلوا على الكثير من السلطة على السكان وإمتلكوا 20 في المائة من أفضل أراضي السويد. والبرجوازيون كانوا يتحكمون بالتجارة والحرف اليدوية في المدن. أما كبار المزارعين/الإقطاعيين فكانوا يتحكمون بالحياة في الريف. وكان الفلاحون يعيشون في الريف فهناك كانوا يعملون في زراعة الأرض وتربية الحيوانات.

## اتحاد الشمال

خلال أواخر العصور الوسطى دار صراع بين الدنمارك والنرويج والسويد حول من سيحكم الشمال. في سنة 1397 وقعت دول الشمال على الإتفاقية التي عُرفت بإسم إتحاد كالمار. وكنتيجة لاتحاد كالمار أصبحت جميع البلدان بلداً واحداً.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

## عصر القوّة العظمى

خلال القرن السادس عشر جرت أحداث مهمة في العالم. فقد سافر كولومبوس الى أمريكا. وإخترع جوتنبرج فن طباعة الكتب. وفقد البابا، الذي كان يقود الكنيسة الكاثوليكية من روما، السيطرة على جزء كبير من كنيسته.

الكثير من الناس في السويد كانوا غير راضين عن اسلوب حكم الملك الدنماركي للاتحاد. مذبحه ستوكهولم حادثة شهيرة وقعت عندما قام الملك الدنماركي بقطع رؤوس 100 من النبلاء في ستوكهولم. بعد المذبحة أعلن السويديون التمرد. وكان غوستاف فاسا (Gustav Vasa) هو الذي جمع جيشاً سويدياً واستحوذ على السلطة من ملك الدنمارك. بعد ذلك أصبح غوستاف فاسا ملكاً في يوم 6 حزيران/يونيو سنة 1523. ساد السلام في السويد ونجح الملك في توحيد البلاد. بذلك أصبح 6 حزيران/يونيو العيد الوطني للسويد.

عندما كان غوستاف فاسا ملكاً تغيرت الكنيسة. إذ أثر القس الالمانى مارتن لوثر (Martin Luther) كثيراً على الكنيسة السويدية. كان لدى مارتن لوثر العديد من الأفكار الجديدة حول كيف ينبغي للكنيسة أن تكون. والكنيسة التي كانت لغاية ذلك الحين كاثوليكية أصبحت بروتستانتية. وبذلك كان على الكنيسة التخلي عن الكثير من الأراضي وكان عليها أن تدفع الضرائب إلى الدولة التي أصبحت أقوى. في الوقت نفسه حصل البرلمان (الريكسداغن) على المزيد من السلطة.

من منتصف القرن السادس عشر لغاية بداية القرن الثامن عشر خاضت السويد عدة حروب حول بحر البلطيق. وكان بحر البلطيق بحراً مهماً للتجارة. ودارت الحروب للسيطرة على بحر البلطيق. كما شاركت السويد

مطبخ القصر الكبير  
في قصر ليك أو (Läckö  
slott). المطبخ من القرن  
السابع عشر.



تصوير: لينارت هيغلوند (Lennart Haglund)

في حرب دينية أستمريت لثلاثين عاماً بين السنوات 1618-1648. كما خاضت السويد حرباً مع الدنمارك وروسيا وبولندا وألمانيا وسيطرت على أجزاء كبيرة في بحر البلطيق. في منتصف القرن السابع عشر استولت السويد على أجزاء كبيرة من شمال ألمانيا وبولندا. لقد أصبحت السويد حينئذٍ قوة عظمى.

بالإضافة إلى المساحة التي تتكون منها السويد اليوم فقد كانت فنلندا، أستونيا، لاتفيا، وأجزاء من روسيا وألمانيا تقع تحت سيطرة السويد. لاحقاً أجبر ملك السويد كارل الثاني عشر (Karl XII) على التخلي عن المناطق التي تقع خارج ما هي الآن السويد لأنه خسر عدة حروب. في 1721 حل السلام في السويد من جديد وكان زمن البلد الذي أصبح قوة عظمى حول بحر البلطيق قد انتهى.

## عصر الحرية، عصر التنوير والثورات

بعد سقوط الإمبراطورية السويدية وموت الملك تم تطبيق شكل جديد من نظام الحكم في السويد. إذ تم توزيع السلطة في المجتمع وكانت هذه بداية لفترة فيها المزيد من الحرية ولذلك سُميت لاحقاً بعصر الحرية. ومورست أعلى سلطة من قبل طبقات البرلمان الأربعة: النبلاء، رجال الدين، الإقطاعيين/البرجوازيين والفلاحين. كان لكل فئة صوت في المسائل المتعلقة بالقوانين والضرائب الجديدة. البرلمان السويدي (الريكسداغن) الجديد لم يكن منتخباً بصورة ديمقراطية ولكنه كان على أي حال فريداً في تمثيله في ذلك الوقت.

بذلت السويد جهداً في عصر الحرية في مجال تحسين إقتصاد البلد من خلال الإستثمار في البحوث المتعلقة بالعلوم الطبيعية. من خلال اكتساب المعرفة حول الموارد الطبيعية تصبح السويد بذلك مكتفية ذاتياً وتتجنب الإستيراد. لذلك تمّ في سنة 1740 إستحداث أكاديمية علمية.

في القرن الثامن عشر بدأت أيضا فترة سُميت عصر التنوير. حيث تحسنت الحالة الاقتصادية في العديد من دول أوروبا. خلال القرن الثامن عشر حدثت العديد من التغييرات الكبيرة في أوروبا، من بينها أن السكان أصبحوا قادرين على القراءة والكتابة على نحو متزايد وبدأوا لذلك يشككون في سلطة الكنيسة والنبلاء في المجتمع. تحسين الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية، جنبا إلى جنب مع أفكار التنوير، ساهمت في الإصلاحات وإجتاحت الثورات المجتمع القديم في أوروبا وأمريكا. الثورة الأكثر شهرة خلال هذه الفترة هي الثورة الفرنسية سنة 1789.

في سنة 1771 أصبح غوستاف الثالث (Gustav III) ملكاً للسويد. عندما بدأت أحزاب سياسية مختلفة بمحاربة بعضها البعض قام بتنفيذ إنقلاب سنة 1772. فقد حاول الحصول على المزيد من السلطة لكي يتمكن من حكم البلاد بنفسه. عندها إنتهى عصر الحرية. وقد وُلدَ هذا إنتقادات كبيرة وتم إغتيال غوستاف الثالث بإطلاق النار عليه في حفلة تنكرية سنة 1792.

## السويد في القرن التاسع عشر

غوستاف الرابع أدولف (Gustav IV Adolf) كان ملكاً على السويد 1796 و 1809. وخلال فترة حكمه كانت السويد في حالة حرب مع روسيا. خسر غوستاف الرابع أدولف الحرب، وكان على السويد ترك فنلندا إلى روسيا. من سنة 1815، عمّ السلام في السويد. عدم الرضا عن حكم غوستاف الرابع أدولف وسياسته الحربية الفاشلة أدت اى أنه إضطّر في 1809 إلى تسليم العرش لعمه، كارل الثالث عشر (Karl XIII). وفي الوقت نفسه إتخذ



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

منجم النحاس فالو، واحد من معالم التراث الثقافي العالمي.

البرلمان أربعة قوانين أساسية، من بينها قانون شكل الحكومة الذي قلل من سلطة الملك. القوانين الأساسية الأربعة التي شُرعت 1809 هي:

- شكل الحكومة مع القواعد التي تحكم كيف ينبغي تنظيم الدولة السويدية.
- نظام التعاقب الذي يُبين كيف يجب وراثة العرش.
- قانون حرية الطباعة الذي يحمي الكلمة الحرّة اذا كانت على شكل مطبوع.
- نظام البرلمان (الريكسداغن) الذي قرّر أن يضمّ البرلمان الفئات الاربع النبلاء، رجال الدين، الإقطاعيين/البرجوازيين والفلاحين.

لم يكن لكارل الثالث عشر أي أطفال يمكنهم وراثة العرش. عندها قام الملك بتبني الفرنسي جان بابتيست برنادوت (Jean Baptiste Bernadotte) لكي يصبح ملكاً للسويد. أسسّ جان بابتيست برنادوت إتحاد بين السويد والنرويج إستمر ما يقارب من 100 سنة. سنة 1865 اختفت طبقات البرلمان الأربعة (النبلاء، رجال الدين، البرجوازيين/الإقطاعيين والفلاحين). بدلاً عن ذلك حصل البرلمان على قسمين سُميا مجلس.

في القرن التاسع عشر إزداد عدد السكان في السويد. في بداية القرن التاسع عشر كان البلد يضم 2,4 مليون نسمة وفي سنة 1900 كان هناك 5,1 مليون شخص يعيشون في السويد. الزيادة أدت إلى أن الكثير من الناس إضطروا للبحث عن عمل في أماكن أخرى غير التي كانوا يعيشون فيها. الكثير من الناس إنتقلوا من الريف إلى المدن في السويد والعديد هاجر إلى أمريكا. بين السنوات 1865 و 1914 انتقل ما يقارب من مليون سويدي إلى أمريكا.

## التصنيع

التصنيع جاء في وقت لاحق إلى دول الشمال مقارنة بالعديد من الدول الأخرى في أوروبا. في منتصف القرن التاسع عشر كان معظم السويديين لا يزالون يعيشون على الزراعة. في ستينات القرن التاسع عشر بدأت السويد ببناء السكك الحديدية. بفضل السكك الحديدية تمكن السويديون من بيع الخشب والحديد إلى دول أخرى. وتمّ بناء صناعات كبيرة وأصبحت وتيرة العمل أسرع باستخدام المكائن الجديدة.

# السويد خلال القرن العشرين

## تطبيق الديمقراطية

في بداية القرن العشرين إستمر الناس بالانتقال من الريف إلى المدن. فأصبح عدد المزارعين أقل وارتفع عدد العمال. ورغب المزيد من الناس في الحصول على حق التصويت في الانتخابات. في سنة 1907 حصل جميع الذكور ممن بلغوا 24 سنة من العمر على حق التصويت. وأقر البرلمان السويدي (الريكسداغ) في عام 1919 لأول مرة على حق التصويت لكل من الرجال والنساء على حدّ سواء. في أواخر القرن التاسع عشر أنشأ العمال سوية منظمات نقابية كبيرة. كانت هذه المنظمات تريد تحسين ظروف العمال ورفع أجورهم. ونجحوا بذلك في بعض الأحيان. إحتجاجا على ظروف العمل الغير عادلة رفض العمال في بعض الأحيان العمل. وهذا يُسمى الإضراب. في 1909 كان هناك إضراب عام، حيث أُضرب 300000 عامل. فكان هذا حدثاً هاماً في تطوير قانون العمل والديمقراطية.

## الحرب العالمية الأولى وفترة ما بين الحربين

في بداية الحرب العالمية الأولى سنة 1914 وقعت دول الشمال على إتفاق يتضمن أن يكونوا محايدين ولا ينحازوا الى طرف في الحرب. إستمرت الحرب العالمية الأولى من 1914 - 1918.

وفي السويد في عام 1922 تمّ تأسيس أول معهد للعنصرية العلمية في العالم. كانت مهمة المعهد دراسة الفوارق بين الناس وتمّ إطلاق أسم المعهد الوطني للبيولوجيا العنصرية عليه. وشارك المعهد في التأثير وتشريع قانون طبق عام 1934. الاف الاشخاص الذين كان يُنظر لهم على أنهم أقل شأناً من الاخرين تمّ تعقيمهم ضدّ ارادتهم. ومع نموّ النازية في ألمانيا تعرضت العنصرية العلمية الى نقد أكبر. وقد أنتشرت في فترة ما بين الحربين العالميتين تلك الفكرة القائلة بأن الناس لديهم قيمة مختلفة اعتماداً على أصلهم ونتج عنها عواقب سياسية وانسانية رهيبية في عموم أوروبا. إقرأ المزيد في: [www.levandehistoria.se](http://www.levandehistoria.se).

في سنة 1931 حلّ الكساد الكبير في السويد. بدأ الكساد مع أزمة في بورصة نيويورك في الولايات المتحدة الأمريكية سنة 1929 وانتشر بعد ذلك في جميع أنحاء العالم. الأزمة أدت إلى البطالة، والإضرابات والمظاهرات. خلال هذه الفترة حصلت السويد على تأمين أفضل ضد البطالة والحق في إجازة سنوية.

في ثلاثينات القرن العشرين أصبحت الحياة أفضل للمرأة التي لديها أطفال. النساء اللواتي لديهن أطفال حصلن على رعاية صحية والمزيد من المال. وذلك لأن الحكومة السويدية أرادت زيادة عدد ولادات الأطفال في البلد.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

جدار برلين.

ولم تعد النساء مجبرات على دفع تكاليف عند ولادة الطفل في المستشفى. وقامت الدولة أيضاً ببناء مراكز رعاية الأطفال ومساكن أفضل للعوائل التي لديها أطفال. ولم يعد يمكن لرب العمل أن يطرد النساء الحوامل.

## إجماع بين أطراف سوق العمل

حدثت تغييرات كبيرة أيضاً في سوق العمل. من بداية القرن العشرين ولغاية ثلاثينات القرن العشرين كان أمراً عادياً أن يتجادل أرباب العمل والموظفين حول الرواتب، أوقات العمل وكيف كان الوضع في مكان العمل. ولكن في سنة 1938 توصل الإتحاد العام لنقابات العمال السويدية «LO» (إتحاد نقابات العمال) وجمعية أرباب العمل السويديين «SAF» (إتحاد نقابات أرباب العمل) إلى إتفاق بشأن الكيفية التي سوف يتعاونان فيها ويتفقان في المستقبل. فوقعا على إتفاقية سُميت إتفاقية سالتشوبا (Saltsjöbadsavtalet). التعاون بين أرباب العمل والمستخدمين كان مهماً جداً في تنمية الاقتصاد السويدي.

## الحرب العالمية الثانية

بدأت الحرب العالمية الثانية سنة 1939. خلال الحرب قام هتلر والنازيين بقتل أكثر من خمسة ملايين من اليهود ومئات الآلاف من الغجر والشيوعيين، المثليين جنسيا والأشخاص ذوي الإحتياجات الخاصة. عندما بدأت الحرب العالمية الثانية وقعت السويد على اتفاق بأن البلد ستظل محايدة ولن تتحاز في الحرب. السويد ساعدت اللاجئين من الدنمارك والنرويج ودول البلطيق. وإستقبلت السويد 7,500 من اليهود الدانماركيين وإلا لتمَّ إرسالهم إلى ألمانيا.

تعرضت السويد لانتقادات خلال وما بعد الحرب العالمية الثانية لأنها لم تكن محايدة، فمن بين الأشياء الأخرى سُمح للنازيين بنقل الجنود والأسلحة عبر البلد.

بعد الحرب العالمية الثانية أسس العديد من الدول معاً الأمم المتحدة، FN، لمنع نشوب حرب عالمية جديدة.

## أوروبا بعد الحرب العالمية الثانية

بعد الحرب العالمية الثانية تم تقسيم أوروبا إلى قسمين، أوروبا الشرقية وأوروبا الغربية. أوروبا الشرقية وقعت تحت السلطة الشيوعية والتي كان الاتحاد السوفياتي يقرر فيها على الأغلب.

أوروبا الغربية والولايات المتحدة الأمريكية أنشأوا حلف الناتو (NATO) وهو منظمة عسكرية هدفها الدفاع عن أوروبا الغربية ضد الشيوعية. الصراع والتهديدات التي كانت قائمة بين الجزئين الشرقي و الغربي كان يُسمى الحرب الباردة.

سنة 1961 بُني جدار برلين في ألمانيا لمنع الناس من مغادرة ألمانيا الشرقية التي كانت دكتاتورية شيوعية خلال الحرب الباردة حيث لم يُسمح للسكان بمغادرة البلاد. قبل بناء الجدار هرب الكثير من الناس من برلين الشرقية إلى برلين الغربية. جدار برلين هو رمز لتقسيم أوروبا خلال الحرب الباردة. التقسيم إستمر حتى سنة 1989، عندها تم هدم جدار برلين. وسُميَ هذا سقوط جدار برلين.

## السويد سنة 1960 لغاية سنة 2000

خلال ستينات القرن العشرين حصلت السويد على إقتصاد جيد. فتم توسيع رعاية الأطفال والرعاية الصحية ورعاية المسنين. وحصل الموظفون/العمال على أربعة أسابيع عطلة سنوية. أصبحت السويد دولة متطورة يمكنها أن توفر للمواطنين حياة كريمة. حيث يتوفر الأمان وفرص الحصول على الطعام، السكن والعمل. هذا الأمان يُطلق عليه عادة الرفاهية السويدية. سنة 1974 تم تشريع قانون أساسي جديد والذي قرر أن كل السلطة العامة

يجب أن تأتي من الشعب. ولا يزال الملك أعلى رئيس في البلد، رئيس الدولة، ولكن كل العمل السياسي يتم إنجازه من قبل الحكومة والبرلمان.

أصبح كارل السادس عشر غوستاف (Carl XVI Gustaf) أول ملك للسويد بعد تشريع القانون الجديد. سنة 1980 تم أيضاً تغيير القانون بحيث أنه يمكن للمرأة أن تتولي العرش. وهذا يعني أن الأميرة فيكتوريا (Victoria) أصبحت ولي العهد بدلاً من شقيقها الأصغر الأمير كارل فيليب (Carl Philip).

سنة 1979 إرتفع سعر النفط. كانت دول أوبك (منظمة الدول المصدرة للبترول) هي التي قررت ذلك. عندما أصبح سعر البترول أعلى حدثت أزمة إقتصادية في دول الغرب.

سنة 1986 أغتيل رئيس الوزراء السويدي أولوف بالمه (Olof Palme). ولا يزال القاتل مجهولاً.

بداية تسعينات القرن العشرين كانت فترة مضطربة في أوروبا. ووقعت السويد في أزمة بنكية ونقدية. الكثيرون خسروا وظائفهم. العديد من الشركات إختفت. إقتصاد الدولة أصبح أسوأ.

سنة 1994 قرر الشعب السويدي في استفتاء أن تنضم السويد إلى الإتحاد الأوروبي، EU.

وزيرة الخارجية آنا ليند (Anna Lindh) أغتيلت سنة 2003. وحُكَمَ على القاتل بالسجن مدى الحياة.

خلال القرن الحادي والعشرين حدثت العديد من الأزمات الإقتصادية التي كان لها تأثير كبير على الاقتصاد العالمي.

حوالي سنة 2000 حصلت أزمة صناعة تقنية المعلومات. وهي تعني أن العديد من الشركات التي تعمل مع تقنية المعلومات أفلست بسبب مضاربات شديدة الأمر الذي أدى إلى إنهيار البورصة.

حوالي سنة 2008 تسبب سوق الإسكان المبالغ في قيمته والاستدانة له في الولايات المتحدة الأمريكية في أزمة إقتصادية. هذه الأزمة الاقتصادية أدت إلى أن العديد من الدول كنت على وشك الافلاس (آيسلندا، اليونان، اسبانيا) ولا تزال آثارها نشطة حتى الآن (2017).

سنة 2010 شهدت أزمة ديون إقتصادية في أوروبا والتي لا تزال مستمرة لغاية اليوم (2017). أدت هذه الازمة إلى أن الإنفاق أصبح أكبر من الدخل في العديد من دول الاتحاد الأوروبي وإنتشرت الأزمة في عدّة دول أوروبية.

الكثيرون يعتقدون  
الأكوخ الصغيرة المطلية  
باللون الأحمر هي سويدية  
نموذجية.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

## هل هناك ما هو سويدي نموذجي؟

من الصعب تعريف الثقافة السويدية ومعرفة ما هو سويدي أصيل. كافة المجموعات في العالم لديها قيم ثقافية تمنحهم شعوراً بالترابط. يمكن للعديد من القيم أن تكون مشتركة بين ثقافات متعددة وليس من الضروري أن يتشاطرهم الجميع في المجموعة. أن ما يعتبر سويدي أصيل لشخص ما ليس بالضرورة أن يشاطره الآخرون بذلك.

من حيث الخلفية العرقية فإن السويديين ينحدرون من الشعوب الجرمانية. اليوم للسويديين أصول عديدة ومختلفة. بالدرجة الأولى القاسم المشترك للسويديين هو اللغة السويدية. وهي لغة هندية أوروبية وجرمانية يتحدثها حوالي عشرة ملايين نسمة، بالدرجة الأولى في السويد ولكن أيضاً في أجزاء من فنلندا. اللغة السويدية تشابه الدانماركية النرويجية ومعظم الناس في هذه الدول الثلاثة يمكنهم فهم لغة بعضهم البعض.

الثقافات تتغير بمرور الزمن وتتأثر بعوامل مختلفة في جميع أنحاء المجتمع. الثقافة السويدية تميزت وتتميز بالعديد من الظواهر في المجتمع. أمثلة على العوامل التي أثرت على ثقافة السويد هي التصنيع، نمو الرفاهية، العلمانية والفردية. هذه وغيرها من العوامل أثرت على طريقة التصرف مع المحيط، وكيف يختلط الناس مع بعضهم البعض ويفكرون بالمجتمع.

هناك عدد قليل من الأشياء المعقدة جداً وغير المتجانسة كالثقافة. هنا يتم وصف بعض العوامل التي يفهمها الكثيرون على أنها سويدية أصيلة وعلى أنها السمة المميزة للثقافة السويدية. وهذا لا يعني أن الجميع في السويد متفقون على هذا أو يرون أنفسهم مطابقين لهذه الأوصاف.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

## الثقة بسلطة الدولة والسلطات التابعة لها

في السويد توجد ثقة قوية نسبياً في الدولة وسلطاتها. في مجتمع فردي يتطلب وجود طرف قوي يمكن أن يكون بمثابة الأمان الذي تمثله العائلة على سبيل المثال في المجتمعات الأكثر جماعية. في السويد الحكومة هي الجهة التي تقوم بهذا الدور. يثق الناس في السويد إلى حد كبير بقرار السلطات، السلطة القضائية والموظفين. ويمكن تفسير هذا جزئياً من خلال أن بناء الدولة السويدية يستند إلى أساس ديمقراطي. وأن العملية إنبثقت إلى حد كبير من الحركات الشعبية، مثل الحركة العمالية، الحركة النسائية وحركة الإمتناع عن تناول المسكرات التي جذبت الناس في جميع أنحاء السويد.

## تأثير المناخ

يُنظر إلى الطقس على أنه يؤثر على الثقافة السويدية بطرق مختلفة. فصل الشتاء الطويل والمظلم يجعل الناس لا يلتقون بعضهم البعض في الخارج كثيراً وبدلاً عن ذلك يلتقون في المقاهي، أو المطاعم أو المنازل. ولكن بالنسبة للكثيرين يعني فصل الشتاء أن المرء يلتقي بالأصدقاء أقل مما يفعله في فصل الصيف. عندما يأتي الصيف تتغير الحياة الاجتماعية.

عندها يكون الناس في الخارج ويختلطون مع الأصدقاء إلى حد أكبر مما هو عليه في فصل الشتاء.

## الطبيعة

الأمر المشترك لدى الكثيرين في السويد هو الاهتمام بالطبيعة والقرب منها. الحق العام قانون يجعل من الممكن التحرك بحرية في الطبيعة السويدية، بغض النظر عن من يملك الأرض. الطبيعة والحق العام هما بالذات رموز مهمة في الهوية السويدية. وللسويد أيضاً دور هام وبارز في العمل البيئي الدولي.

## الدين في السويد

الديانة المسيحية كانت قوية لفترة طويلة في السويد، والمجتمع السويدي مبني على القيم المسيحية اللوثرية. القيمة هي مفهوم عن ما هو صواب وحقيقي في الحياة. وتأتي العديد من الاحتفالات والأعياد السويدية أيضاً من الدين، على سبيل المثال، تثبيت العماد، العمداء، الزفاف/الأعراس والجنائزات. السويد هي اليوم واحدة من أكثر الدول علمانية في العالم. المجتمع العلماني يتميز قبل كل شيء من خلال أن الدولة لا تستند في قوانينها على الدين أو المعتقد، بل هي محايدة في مسائل الإيمان. العلمانية تتعلق بالقيم الإنسانية التي يجب أن يقوم عليها المجتمع، وبأن الإيمان الديني ينبغي أن تكون مسألة فردية خاصة وحسب.

ما يقارب من 60 في المائة من جميع السويديين ينتمون إلى الكنيسة المسيحية السويدية. ولكن عدد قليل جداً هم من يرتادون القداس/الصلوة في الكنيسة بانتظام. وحوالي 45 في المائة من الأطفال الذين يولدون في السويد يتم تعميدهم في الكنيسة السويدية. أكثر من نصف السويديين يختارون الزواج خارج الكنيسة السويدية. ما يقارب 75 في المائة من مراسم الدفن تجري في الكنيسة.

في السويد هناك العديد المعتقدات الدينية ممثلة عدا المسيحية البروتستانتية - من بينها الإسلام، الهندوسية، اليهودية، البوذية، البهائية، ديانة الآيسر (asatro)، الشامانية وكذلك الكاثوليكية والطوائف الأرثوذكسية.

الإلحاد هو عقيدة مبنية على أساس نظرية أنه ليس هناك قوى ميتافيزيقية عليا مثل الآلهة. اللاأدرية هي عقيدة تفترض أنه من المستحيل معرفة ما إذا كان هناك إله. الكثير من الملحنين واللاأدرين إيجابيين تجاه العلمانية.

## المسكرات (الكحول)

السويد لديها ثقافة شراب قديمة. فمنذ العصر الحجري كان الناس في السويد ينتجون المشروبات الكحولية، وخاصة الخمر. المناخ في السويد بارد جداً لزراعة الكروم/العنب، ولكنه مناسب جداً لزراعة البطاطا والحبوب، والتي هي عناصر عادية في الخمر والكحول المقطرة. في منتصف القرن التاسع عشر كان الإستهلاك حوالي 50 لتراً من الخمر للشخص الواحد سنوياً في السويد. كَرَدَ فعل على استهلاك كميات كبيرة من الكحول تم خلال هذه الفترة تشكيل حركة الإمتناع عن تناول المسكرات. ورأى الكثير من الناس أن الكحول تسبب في أضرار كبيرة ونظم العديد أنفسهم في العمل على إقناع الآخرين بتقليل شرب الكحول. وهذه سُميت لاحقاً حركة الإمتناع عن تناول المسكرات. ومنذ ذلك الوقت أصبحت الكحوليات مسألة سياسية كبرى في السويد.

## العلاقة مع الزمن

من المهم في السويد أن تأتي في الوقت المحدد. إذا كنت قد قررت أن تلتقي شخصاً في الساعة 14.00 لذلك يتوقع هو/ هي بأنك تأتي في الساعة 14.00. الكثيرون يرون أن المجئ في وقت متأخر دليل على عدم الاحترام.

# التقاليد والمناسبات في السويد

التقليد هو شيء يعتاد المرء على ممارسته وفعله ويتكرر بانتظام. العيد هو حدث خاص وهام يتم الإحتفال به غالباً، مثل عيد الفصح (påsk). الكثير من التقاليد والأعياد التي يتم الإحتفال بها في السويد تأتي من

خلال عيد الفصح يقوم الكثيرون بوضع غصين عيد الفصح للزينة.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

الدين. بعض التقاليد لها خلفية مسيحية. وبعضها تأتي من العصر الذي كان فيه شعب السويد يؤمن بتعدد الآلهة. اليوم تلتقي العوائل والأصدقاء بعضها البعض في التقاليد والمناسبات وخصوصاً في الأعياد.

## بعض التقاليد المهمة

### كانون الثاني/يناير/جانفي

عيد رأس السنة الجديدة 1 كانون الثاني/يناير يوم عطلة. وهذا يعني أن معظم الناس مجازين من العمل في المساء قبل ليلة رأس السنة الميلادية الجديدة. حينها يحتفل الكثيرون في السويد ببداية السنة الجديدة.

### شباط/فبراير/فيفري

في شباط/فبراير تتمتع المدرسة السويدية بعطلة فبراير أو عطلة الرياضة. عندها يكون الأطفال مجازين من المدرسة لمدة أسبوع. في فبراير أو آذار/مارس يأكل الكثيرون في السويد كعك السملا (semla). وهي كعكة مليئة بعجينة اللوز والقشدة المخفوقة. وهذا تقليد من العصر الذي كان الناس في السويد يصومون. قبل أن يبدأ الصوم الكبير كان الناس يأكلون طعام دهني/دسم. أن من يصوم لا يأكل أي شيء على الإطلاق لفترة معينة، على سبيل المثال، لأسباب دينية.

### آذار/مارس و نيسان/أبريل

يتمُّ الإحتفال بعيد الفصح في وقت ما في شهر آذار/مارس أو نيسان/أبريل. عيد الفصح هو العيد المسيحي الأكثر أهمية. عندها يتم الإحتفال بذكرى موت السيد المسيح/يسوع وقيامته. عيد الفصح هو اليوم مناسبة يحتفل بها معظم الناس في السويد مع الأصدقاء والعائلة. في الماضي كان من المعتاد أن يتم الصيام لمدة 40 يوماً قبل عيد الفصح. عند حلول عيد



نار عيد القديسة  
فالبورجاء، تُسمى أيضاً ماي  
براسا.

تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

الفصح كان الناس يحتفلون بانتهاء الصيام. عندها إعتاد الناس مثلاً على تناول البيض. لذلك لا يزال السويديون يتناولون الكثير من البيض في عيد الفصح. في عيد الفصح يكون الأطفال مجازين من المدرسة لمدة أسبوع. هذه تُسمى عطلة عيد الفصح. قبل عيد الفصح يرتدي العديد من الأطفال ملابس تنكرية. ويطلقون أبواب الناس ويتمنون لهم عيدَ فصح سعيد. ويعطي الناس عادة الحلوى للأطفال.

خلال عيد الفصح يقوم الكثيرون بوضع غصينات أشجار البتولا (غصينات عيد الفصح) للزينة. أن غصينات عيد الفصح هي عادة غصينات من اشجار البتولا. ويتم تثبيت ريش بألوان مختلفة على الغصينات. 30 نيسان/أبريل هو عيد القديسة فالبورغ (Valborgsmässoafton). عندها يحتفل الناس بقدم الربيع. في كثير من الأماكن يتم إشعال نيران كبيرة ويغني الناس أغاني عن الربيع.

## نوروز

نوروز (Nouruz) هو إحتفال بالسنة الجديدة لدى مثل الفرس والأكراد والأفغان. في السويد غالباً ما تسمى السنة الفارسية أو الكردية الجديدة نوروز. نوروز هو ترحيب بالربيع ويصادف الاعتدال الربيعي، في 20، 21 أو 22 آذار/مارس. في يوم الاعتدال الربيعي يكون النهار والليل بنفس الطول. وهو عادة في نهاية آذار/مارس. عيد نوروز يستمر لمدة 18 يوماً من الإحتفال والطعام والفرح. ويتم أيضاً إشعال نيران صغيرة يتم القفز فوقها.



تصوير: بيانكا روسنير (Bianca Rösner)

عيد منتصف الصيف في Nääs.

## أيار/مايو/ماي

1 أيار/مايو هو عيد للعمال. وقد تم الاحتفال به في العديد من البلدان منذ القرن التاسع عشر. عيد العمال هو يوم عطلة رسمية. الكثيرون ممن يعملون هم مجازين من العمل والمدارس مغلقة. يخرج الكثير من الناس في تظاهرات في 1 أيار/مايو من أجل حقوق العمال.

عيد الصعود (Kristi himmelfärdsdag) يأتي 40 يوماً بعد عيد الفصح. فيه يتم الإحتفال بذكرى ترك يسوع/المسيح الأرض بعد موته. عيد الصعود هو يوم عطلة رسمية. معظم الناس مُجازين من العمل والكثير من المتاجر مغلقة. عشرة أيام بعد عيد الصعود يأتي عيد العنصرة (pingst). وهو عيد مسيحي.

## حزيران/يونيو/جوان

يوم 6 حزيران/يونيو هو اليوم الوطني للسويد وهو عطلة رسمية. بمناسبة العيد الوطني يرتدي بعض الناس الزي الوطني. وتكون الملابس مختلفة ومتنوعة اعتماداً على المكان الذي يعود أصل المرء إليه في السويد.

في أوائل شهر حزيران/يونيو تبدأ العطلة الصيفية للأطفال. وحينها يذهب الأطفال إلى حفلة نهاية الدوام في المدرسة. ويتم الإحتفال بإنهاء السنة الدراسية وبدء العطلة الصيفية. عندما يكون الأطفال صغاراً يحضر الآباء والأمهات عادة حفلة إنتهاء المدرسة.

ليلة منتصف الصيف (Midsommarafton) عيد شعبي محبوب. يتم الإحتفال بليلة عيد منتصف الصيف دائماً في يوم الجمعة الذي يقع بين 19 حزيران/يونيو و 25 حزيران/يونيو. وأحتفل السويديون بعيد منتصف الصيف بزمن طويل قبل إعتناق السويد الديانة مسيحية. في ليلة عيد منتصف الصيف عادة يرقص الناس حول سارية عيد منتصف الصيف. وهي سارية يتم تزيينها بأوراق الشجر وأكاليل الزهور. ويضع العديد من البالغين والأطفال أيضاً أكاليل الزهور على رؤوسهم. في عيد منتصف الصيف عادة يتم تناول أسماك الرنجة والسلمون والبطاطا الطازجة والفرولة.

## تموز/يوليو/جويليه و آب/أغسطس/أوت

في السويد يتمتع الكثير من الناس بالإجازة السنوية (semester) في شهري تموز/يوليو و آب/أغسطس. حوالي يوم 20 آب/أغسطس تبدأ المدرسة من جديد. في أواخر شهر آب/أغسطس عادة يقيم الناس مآدب جراد البحر. وهي حفلات يتم فيها تناول جراد البحر المغلي. غالباً ما يتم شرب كأس من المشروبات الكحولية. وهذا يسمى نوبّه (nubbe) أو سنابس (snaps). وفي الوقت نفسه يغني المحتفلون عادة أغاني تُسمى أغنية النوبّة أو أغنية السنابس.

إحتفال لوسيا في 13  
كانون الأول/ديسمبر.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

## أيلول/سبتمبر/شتنبر و تشرين الأول/أكتوبر

في أواخر تشرين الأول/أكتوبر أو أوائل تشرين الثاني/نوفمبر تُغلق المدارس ويكون الأطفال مجازين لمدة أسبوع واحد. وتسمى عطلة الخريف أو عطلة المطالعة.

في نهاية تشرين الأول/أكتوبر وبداية تشرين الثاني/نوفمبر يحلّ (الهالوين). وعادة ما يلبس الأطفال ملابس تنكرية ويطلقون أبواب البيوت لطلب الحلوى. الكثير من الناس يشتررون القرع ويضعون فيه الشموع. أنّ الهالوين عيد جديد إلى حدّ ما في السويد. هذا التقليد جاء في البداية من أيرلندا وتطور في الولايات المتحدة الأمريكية بعد أن نقل المهاجرون الأيرلنديون هذا التقليد إلى هناك.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

بابا نويل وكعك الزنجبيل جزء من أجواء عيد الميلاد.

## يوم الغفران

خلال أيلول/سبتمبر أو تشرين الأول/أكتوبر يحلّ يوم الغفران والذي هو عيد مهم في الديانة اليهودية. ويُحتفل بهذه العيد بالصيام، والتجمع للصلاة وطلب العفو والمغفرة من الأشخاص الأقارب والأصدقاء والمعارف. يوم الغفران هو (يوم التكفير عن الذنوب) ويحلّ بعد عشرة أيام من السنة اليهودية الجديدة (روش هاشناه).

## تشرين الثاني/نوفمبر/نونبر

يتم الإحتفال بعيد جميع القديسين يوم سبت بين 31 تشرين الأول/أكتوبر و 6 تشرين الثاني/نوفمبر. عيد جميع القديسين هو عيد مسيحي عندما يتذكر الناس أمواتهم. الكثيرون في السويد يزورون المقابر ويشعلون الشموع على قبور الأقارب والأصدقاء.

## كانون الأول/ديسمبر/دجمبر

كانون الأول/ديسمبر هو شهر أعياد الميلاد. عيد الميلاد (jul) هو عيد مسيحي يتم الإحتفال به لإحياء ذكرى ولادة يسوع/المسيح.

يوم 13 كانون الأول/ديسمبر هو يوم لوسيا (Lucia). تحتفل السويد بيوم لوسيا لكي يعود الضوء بعد فصل الشتاء. الأطفال في المدارس التهميدية/رياض الأطفال والمدارس يرتدون أثواباً بيضاء ويغنون أغاني خاصة عن لوسيا وعيد الميلاد.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

الزفاف

أيام قليلة قبل ليلة عيد الميلاد تغلق المدارس. وتبدأ عطلة عيد الميلاد ويصبح الاطفال مجازين حتى أوائل كانون الثاني/يناير. يوم 24 كانون الأول/ديسمبر هو ليلة عيد الميلاد. يعتبر عيد الميلاد متميزاً حيث يكون أغلب الناس مجازين ويحتفلون مع عوائلهم. عندها يتناول الناس طعاماً خاصاً بعيد الميلاد مثل سمك الرنجة والسلمون المدخن، البطاطا، الجمبون/ لحم الخنزير، كريات اللحم، النقانق وبودنغ الأرز. ويتم تبادل الهدايا التي تُسمى هدايا عيد الميلاد. كثير من الأسر لديها شجرة عيد الميلاد. يتم تزيين شجرة عيد الميلاد بالمصابيح، الكرات والزينة البراقة. تحت شجرة عيد الميلاد عادة يتم وضع هدايا عيد الميلاد.

يوم 6 كانون الثاني/يناير هو عيد الظهور الإلهي (عيد الغطاس) وهو يوم عطلة. يوم 13 كانون الثاني/يناير هو يوم إنتهاء عيد الميلاد عندها يقوم الناس عادة بنزع زينة العيد ورمي شجرة عيد الميلاد.

## رمضان

شهر رمضان هو شهر الصوم لدى المسلمين ويستمر لمدة شهر واحد. المسلمون البالغون الذين يصومون لا يتناولون الطعام والشراب ولا يدخنون أو يمارسون الجنس من طلوع الشمس حتى غروبها. ينتهي شهر رمضان باحتفال كبير، هو عيد الفطر. النساء الحوامل أو المرضعات لسن بحاجة الى الصيام. ولايجب الصيام أيضاً على الشخص الكبير في السن



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

والمريض. شهر رمضان هو الشهر التاسع في التقويم الإسلامي. ويأتي في أوقات مختلفة من السنة لأن السنة الإسلامية تتبع السنة القمرية.

## أعياد يُنظر إليها بعين الاعتبار خلال الحياة العماد

في السويد يتم تعميد نحو 45 بالمائة من جميع الأطفال في الكنيسة السويدية. ومن الشائع أيضاً أن يقوم الوالدين بإعطاء الطفل اسماً في حفلة. ويسمى هذا مراسيم حفل التسمية. عند العماد (dop) أو مراسيم حفل التسمية يقوم الغالبية بتنظيم حفلة في المنزل للعائلة والأصدقاء. وعادة ما يُقدّم الضيوف هدايا للطفل.

### تثبيت العماد

تثبيت العماد (konfirmation) يتعلق بالإيمان المسيحي. فهي مراسيم تقام في الكنيسة للشباب كتأكيد للعماد. ويكون معظمهم في عمر 14 سنة عندما يتم تثبيت عمادهم. في السابق كان أكثر شيوعاً أن يثبت الشباب عمادهم مما هو الآن. بعد المراسيم في الكنيسة تنظم معظم العوائل حفلة للعائلة والأصدقاء. من المعتاد أن يحصل الذي يتم تثبيت عماده على الهدايا.

### الزفاف

الكثير من الذين يتزوجون ينظمون حفلة للعائلة والأصدقاء. الضيوف يحضرون عادة عقد القران. بعد عقد القران تتم الدعوة إلى تناول العشاء والإحتفال والرقص. العريسان يحصلان عادة على هدايا من الضيوف.

## أعياد الميلاد

يحتفل الكثير من السويديين بأعياد ميلادهم. عندما يُتم الطفل سنة من عمره تكون هناك حفلة (kalas) لأصدقائه. في الحفلة يلعب الأطفال عادة، ويتناولون كعكة ويحصل الطفل على هدايا في عيد ميلاده. ويتم الإحتفال أيضاً بالبالغين عندما يُتمون سنة من العمر. الأصدقاء المقربون والأقارب عادة ما يقدمون هدايا للشخص في عيد ميلاده. ويحتفل الكثيرون بصورة أكبر عندما يتمون عقداً كاملاً من حياتهم على سبيل المثال 50 عاماً.

## مراسيم الدفن/تقديم العزاء

عندما يموت شخص ما فإنه عادة ما يتم عمل مأتم له في كنيسة أو في مُصلّى. المُصلّى هو مبنى صغير أو غرفة يمكن استخدامها بدلاً من الكنيسة. ومن المعتاد أن تشارك العائلة ويشارك الأصدقاء المقربين عند إقامة العزاء والدفن.

# أسئلة للمناقشة الفصل 1

من تعتقد هو المسؤول عن الإدماج في السويد؟

ما هي المشكلة الأكبر للمجتمع إذا لم ينجح الإدماج؟

ما هي أكبر التحديات عندما يأتي المرء إلى بلد جديد؟

مالذي تحتاج إليه لمواصلة حياتك في البلد الجديد؟

ماذا تعرف من قبل عن تاريخ السويد؟

ما هي الأحداث في التاريخ برأيك التي كان مهمة لتكون السويد على ما عليه اليوم؟

ما رأيك في السويد كونها بلد علماني؟

بأي رقم تتصل عند حدوث ظرف طارئ، مثلاً إذا رأيت منزلاً تشبُّ فيه النيران؟



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

بناية شقق سكنية عائلية

## 2. أن تعيش في السويد

### المحتوى

الجغرافيا، القطاع التجاري والصناعي و البنية التحتية

السكان

المساكن والسكن

البيئة، الطبيعة والاستدامة البيئية

هكذا تسير الامور في بلديتك

إدارة إقتصادك

الأمان



الرسوم: يوسفين بيرغر (Josefin Berger)

خريطة السويد والدول المجاورة لها.

## الجغرافيا، القطاع التجاري والصناعي و البنية التحتية

تقع السويد في شمال أوروبا في الجزء الشرقي من شبه الجزيرة الاسكندنافية. المنطقة التي تضم السويد والدانمارك والنرويج وأيسلندا وفنلندا تُسمى الشمال (Norden). السويد بلد كبير وطويل. فالمسافة هي 1,600 كيلومتراً من الشمال إلى الجنوب و 500 كيلومتراً من الغرب إلى الشرق. تبلغ مساحتها الكلية 450,000 كيلومتراً مربعاً وتنقسم السويد إلى ثلاثة أجزاء: يوتالاند (Götaland) في الجنوب، سفيالاند (Svealand) في الوسط و نورلاند (Norrland) في الجزء الشمالي من البلاد. وتنقسم السويد أيضاً إلى 25 مقاطعة/منطقة جغرافية و 21 محافظة و 290 بلدية.

## الطبيعة والمناخ

الطبيعة في شمال وجنوب السويد مختلفة جداً. في الأجزاء الشمالية من السويد توجد جبال وغيابات وبحيرات. العديد من أنهار نورلاند تُستخدم لتوليد الطاقة من خلال القوة المائية. في وسط السويد توجد الكثير من الغابات. في جنوب السويد تنتشر الكثير من الزراعة والسهول. توجد على الساحل الغربي والساحل الشرقي العديد من الجزر والسواحل. وأسماء أكبر الجزر هي أولاند (Öland) و غوتلاند (Gotland) وتقع على الساحل الشرقي إلى الجنوب من ستوكهولم. أعلى جبل في السويد يقع في شمال السويد. ويسمى كينيكايسه (Kebnekaise) وهو بارتفاع 2099 متراً.

أسماء البحيرات الأكبر في السويد هي فينرن (Vänern) وفيترن (Vättern) و ميلارين (Mälaren).



الصورة: كويوس (Koyos)

السويد لها أربعة فصول: الربيع، الصيف، الخريف والشتاء، ومناخ يتميز باختلافات كبيرة في درجات الحرارة. الطقس في السويد يتأثر بتيار الخليج الدافئ من المحيط الأطلسي. ولذلك فهو أكثر دفئاً في السويد مما هو عليه في العديد من الأماكن الأخرى على نفس خطوط العرض الشمالية.



طبيعة جبلية

تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

## المحميات الطبيعية

المحمية الطبيعية هي مساحة من الأرض تقوم السلطات بحمايتها لأن الطبيعة، النباتات والحيوانات في المنطقة حساسة بشكل خاص، غير عادية أو جميلة. هناك ما يقارب من 4000 محمية طبيعية في السويد. قد تكون هذه غابات قديمة، جبال عالية، مزارع أو جزر في أرخبيل. هناك دائماً لوحات دالة في المحمية الطبيعية تخبرك مالذي يمكنك فعله وما لا يمكنك فعله في المنطقة. قد تكون هناك قواعد مختلفة في مختلف المحميات الطبيعية.

## الحق العام للتجول في الطبيعة

في السويد هناك شيء يسمى الحق العام (allemansrätt). وهو يمنح الجميع الحق في التجول بحرية في الطبيعة، وأيضاً على الأراضي المملوكة من قبل شخص آخر. الحق العام يعني في نفس الوقت أنه يجب علينا أن نكون حذرين ونحترم الطبيعة. الحق العام منصوص عليه في واحد من القوانين الأساسية الأربعة وينص على مالذي يمكنك فعله وما لا يمكنك فعله. على الموقع الإلكتروني الخاص بسلطة حماية الطبيعة [www.naturvardsverket.se](http://www.naturvardsverket.se) توجد معلومات حول الحق العام بلغات مختلفة.

## هذا يجوز لك أن تفعله في الطبيعة وفقاً لقانون الحق العام

- يمكنك التجوال، ركوب الدراجة الهوائية وركوب الخيل وتتواجد في كل مكان تقريباً في الطبيعة، ولكن ليس قريباً جداً من المنازل. إذا قمت بفتح بوابة فيجب إغلاقها خلفك.
- يمكنك التجوال، ركوب الدراجة الهوائية وركوب الخيل على الطرق الخاصة.
- يمكنك التخييم لليلة واحدة. إذا أردت التخييم لوقت أطول فيجب عليك أن تسأل مالك الأرض.
- يمكنك السباحة، ركوب قارب والرسو، ولكن ليس قريباً جداً من المنازل.
- يمكنك قطف الزهور البرية، التوت والفطر.
- يمكنك صيد السمك بالسنارة على طول الساحل وفي أكبر خمس بحيرات في السويد.
- يمكنك إيقاد نار صغيرة إذا كنت حذراً. ولكن من الأفضل إذا أشعلت ناراً حيث يوجد مكان مخصص لإيقاد نار. في الصيف يكون إشعال نار ممنوعاً غالباً.



تصوير: ماريا نوبل (Maria Nobel)

المحمية الطبيعية في هرستادفيليت.

## هذا لايجوز لك أن تفعله في الطبيعة وفقاً لقانون الحق العام

- لا يجوز لك عبور الملكيات الخاصة، حدائق المنازل، المزارع أو الأراضي المزروعة، مثل الحقول المزروعة.
- لا يجوز لك قيادة سيارة، دراجة نارية أو دراجة بمحرك في الطبيعة.
- لا يجوز لك حتى قيادتها على المسارات، في المتنزهات أو مسارات الركض.
- لا يجوز لك إشعال النار إذا كان الطقس جاف جداً أو عند هبوب رياح قوية. إذ يمكن للنار أن تنتشر.
- لا يجوز لك إشعال النار مباشرة على صخرة مسطحة، لأنها يمكن أن تتفتت. في الصيف غالباً ما يكون من الممنوع إشعال نار.
- لا يجوز لك إلحاق الضرر بالأشجار والشجيرات أو أن تأخذها معك إلى البيت.
- لا يجوز لك قطف الفواكه، التوت، الخضروات أو أي شيء ينمو في حدائق المنازل، المزارع أو الحقول.
- لا يجوز لك رمي أو ترك القمامة.
- لا يجوز لك صيد، إزعاج أو إيذاء الحيوانات. ولا يجوز لك أن تأخذ بيض الطيور أو لمس مساكن الحيوانات أو صغارها.
- لا يجوز لك صيد الأسماك في البحيرات أو الأنهار دون تصريح.
- لا يجوز لك إطلاق الكلب حُرّاً خلال الفترة بين 1 آذار/مارس لغاية 20 آب/أغسطس. عندها يكون للحيوانات صغار في الغابات. الكلب الطليق يمكن أن يخيف أو يؤذي الحيوانات. ومن المفضل دائماً أن يكون الكلب مربوطاً.
- لا يجوز لك قطف الزهور المحمية بموجب القانون. والهدف من الحماية بموجب القانون (fridlysning) هو حماية النباتات المعرضة لخطر الانقراض.

## حماية الحيوانات

هناك قانون لحماية الحيوانات في السويد - قانون حماية الحيوانات. وتوجد في هذا القانون أحكام عن كيفية الاحتفاظ بالحيوان ورعايته. حماية الحيوانات تتعلق بوجود معاملة الحيوانات بشكل جيد وأنه علينا حمايتها من المعاناة والمرض.

## الموارد الطبيعية

السويد لديها موارد طبيعية كبيرة لا سيّما على شكل غابات، حديد خام و طاقة مائية.

أكثر من نصف أراضي السويد مغطاة بالغابات، ومعظمها غابات صنوبر (tall) وتنوب (gran). الطاقة - الكهرباء والحرارة تأتي من الطاقة المائية والطاقة النووية والنفط المستورد. كما أنه يتم استخدام بعض طاقة الرياح.

تقريباً 7,5 في المائة من الأراضي في السويد تستخدم للزراعة. ويعمل أقل من 5 في المائة من السكان في الزراعة. يُزرع اليوم على الأكثر الحبوب، نباتات الأعلاف، البطاطا، النباتات الزيتية وبنجر السكر. كما أن جزء مهم من الزراعة السويدية هو إنتاج الحليب.

## القطاع التجاري والصناعي

بالنسبة للسويد كانت التجارة مع البلدان الأوروبية الأخرى دائماً مهمة. فالسويد على سبيل المثال المصدر الوحيد الكبير لخام الحديد في الاتحاد الأوروبي EU. عندما حصلت السويد في بدايات القرن العشرين على العديد من الصناعات الكبيرة إزدادت المبيعات إلى الدول الأخرى. السويد باعت الكثير من الخشب، الورق، الفولاذ والحديد. في وقت لاحق من القرن العشرين بدأت السويد ببيع سلع مصنعة مثل السيارات، الهواتف، الشاحنات، محامل الكريات ومكائن مختلفة. اما اليوم فلا تنتج العديد من السلع في السويد كما في السابق. وغالباً ما تصنع سلع مثل الأثاث والملابس في دول أخرى ولكن تباع من قبل شركات سويدية. صناعة أخرى مهمة تضم العديد من الشركات السويدية هي الاتصالات وتقنية المعلومات.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

## البنية التحتية

السويد لديها العديد من الطرق لحركة السيارات والسكك الحديدية للقطارات وخاصة في المناطق التي يعيش فيها عدد كبير من الناس. معظم السكك الحديدية موجودة حول ستوكهولم، يوتيبوري وفي جنوب السويد. في شمال السويد عادة يتم السفر بالحافلات أو السيارة الخاصة. أن من يريد القيام بسفرة طويلة في البلد يمكنه الطيران. حيث توجد مطارات في معظم المدن الكبرى. مطار أرلاندا (Arlanda) خارج ستوكهولم هو أكبر مطار في البلد. وأكبر مطار في يوتيبوري اسمه لاندفيتتر (Landvetter). الكثيرون في جنوب السويد يستخدمون مطار كاستروب (Kastrup) في كوبنهاغن، في الدنمارك.

## السكان

يعيش أكثر بقليل من 10 مليون شخص في السويد. وخلال العقود الأخيرة ارتفع عدد سكان السويد. وهذا يعود إلى زيادة الهجرة وحقيقة أن الناس يعيشون حياة أطول. تعيش النساء في المتوسط 84 سنة والرجال 80 سنة. غالبية سكان السويد يعيشون في المدن. يعيش 3,5 مليون شخص في المناطق المحيطة بـستوكهولم، يوتيبوري ومالمو.



مونتاج: ماريا يورانسون (Maria Göransson)

## الأقليات القومية و لغات الأقليات في السويد

في السويد هناك قانون يحمي الأقليات الوطنية. الأقليات الوطنية الخمس المعترف بها في السويد هم من اليهود، الغجر، وشعب السامر، فنلندي السويد والتورنيدالين. ولغات الأقليات التاريخية هي اليديش، الروماني تشيب، لغة السامر، الفنلندية و ميانكلي. وتعمل الحكومة على تعزيز حقوق الإنسان للأقليات القومية.

العامل المشترك بين مجاميع الأقليات هو أنهم عاشوا في السويد لفترة طويلة وأنهم مجموعات ذات تقارب واضح. ولديها حتى إنتماء ديني، لغوي أو ثقافي مشترك والرغبة في الحفاظ على الهوية الثقافية واللغوية.

السامر هو شعب السويد الأصلي الوحيد المعترف به. وهم يعيشون في السويد، النرويج، فنلندا وروسيا. هناك حوالي 20000 مواطن من شعب السامر في السويد. يعمل شعب السامر تقليدياً في الصيد وصيد الأسماك، الحرف اليدوية وتربية حيوان الرنة. الرنة هي من نوع الغزلان التي يمتلكها شعب السامر كحيوانات أليفة. ويحتفل شعب السامر في يوم 6 شباط / فبراير بيومهم الوطني. وقد تم اختيار هذا التاريخ بالذات للاحتفاء بذكرى الاجتماع الوطني الأول لشعب السامر والذي عُقد في تروندهيم بتاريخ 6 شباط/فبراير 1917.

خلال ما يقارب 600 سنة كانت السويد وفنلندا بلد واحد وفنلنديوا السويد يعيشون في السويد منذ العصور الوسطى. اليوم يعيش ما بين 450000 و 600000 من فنلنديي السويد في السويد. تورنيدالين، حيث تسود لغة ميانكلي قُسمت إلى جزئين سنة 1809 حيث أصبح الجزء الغربي سويدي والجزء الشرقي أصبح فنلندياً. على الجانب السويدي تعيش اليوم الأقلية

### سابمي - أرض شعب السامر

شعب السامر يعيشون في أربعة بلدان هي: روسيا، فنلندا، النرويج والسويد. هذه المنطقة الجغرافية تُسمى سابمي (Sápmi) وهي تمتد من إيدره في دالارنا في الجنوب، إلى المحيط المتجمد في النرويج شمالاً وشرقاً إلى شبه جزيرة كولا في روسيا.



رسوم: أندرش سونيسون (Anders Suneson) - samer.se

التي تُسمى التورنيداليين. بعد القرار الذي إتخذ في 2014 أصبح 15 تموز/ يوليو يوم الذكرى السنوية للتورنيداليين.

عاش اليهود في السويد منذ القرن السابع عشر. وقد إرتفعت وتيرة هجرة اليهود الى السويد خلال القرن العشرين بسبب الحرب العالمية الثانية والملاحقة التي تعرض لها الأشخاص من ذوي الخلفية اليهودية. وهناك حوالي 25000 يهودي في السويد. حوالي 4000 منهم يتكلمون اليديش. واليديش هي احدى لغات الاقليات الوطنية في السويد منذ عام 2000.

الغجر عاشوا في السويد منذ القرن السادس عشر. اليوم يعيش ما بين 50,000 و 100,000 من فنلنديي السويد في السويد. الغجر هم من مجموعة مختلطة مع تنوع لغوي، ديني وثقافي. الروماني تشيب هي لغة الغجر.

## المساكن والسكن

في بعض البلديات من السهل جداً العثور على شقق سكنية وفي البعض الآخر أكثر صعوبة. في العديد من البلديات هناك حاجة أكثر بالدرجة الأولى إلى شقق إستئجار.

### إيجاد مسكن داخل وحول المدن الكبرى

من الصعب جداً العثور على شقق إستئجار داخل وحول المدن الكبرى. بعض أجزاء المدينة أكثر شعبية للسكن فيها وهناك غالباً ما يكون صعباً للغاية العثور على شقة للإستئجار. الكثير من المهاجرين القادمين حديثاً يختارون العيش في المدن الكبيرة. في هذه المدن يوجد أيضاً العديد من الآخرين ممن يحتاجون إلى سكن مما يخلق منافسة كبيرة. ومن الشائع أن يكون المرء نزيل (inneboende) أو يستأجر شقة من الباطن. قد يكون من الأسهل العثور على شقة خارج المدن الكبيرة. عادة توجد مواصلات جيدة عن طريق الباصات والقطارات لمن يرغب في السفر إلى المدن الكبيرة.

### أشكال سكن مختلفة

يمكنك إستئجار شقة من مؤجر عندها يكون لديك ما يسمى بالعقد المباشر (förstahandskontrakt) لمسكن الايجار. يمكنك شراء شقة. ويُسمى هذا مسكن تملك (bostadsrätt). إذا إشتريت منزل فليك حق ملكية المنزل. يمكنك أيضاً السكن عن طريق عقد من الباطن. هذا يعني أنه خلال فترة تستأجر شقة من شخص يستأجر أو يملك شقة أو منزل. يمكنك أيضاً إستئجار غرفة من شخص يستأجر أو يملك شقة أو منزل. هذا يُسمى أن تكون نزيلاً. تذكر أن تكتب عقداً مع المؤجر. وكنزِيل ينبغي عليك أيضاً أن تقوم بحيازة بوليصة تأمين منزلي خاصة بك. وإلا فأنت لن تحصل على أية حماية اذا ما حدث خَطْبُ ما.

بناية شقق سكنية عائلية  
بناية تحتوي على شقق  
حق إستئجار أو شقق  
تمليك لها أسم مشترك  
بناية شقق سكنية  
(flerfamiljshus).



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

## حق الإستئجار

إذا كنت تسكن في شقة حق إستئجار (hyresrätt) فأنت تستأجر الشقة من مؤجر. المؤجر هو الذي يملك العمارة (العقار) وعادة ما يكون شركة. الشركة يمكن أن تكون مملوكة من قبل أشخاص أو من قبل بلدية. إذا كنت أنت أو زائر لديك كسرتم شيئاً في الشقة عليك أن تدفع لإصلاحه. ولكن إذا إنكسر شيء بسبب الإهتراء فإن على المالك تغييره. الإهتراء العادي يمكن أن يكون على سبيل المثال أن موقد/طباخ قد أصبح قديماً جداً ولا يعمل.

إذا كان لديك عقد مباشر لشقة يحق لك السكن في الشقة طالما كنت تريد ذلك وتتصرف بصورة جيدة. هذا يعني على سبيل المثال أنه يجب عليك دفع الإيجار في الوقت المحدد كل شهر ولا تزعج الجيران. عندما تريد الإنتقال فيجب عليك عادة الإستمرار في دفع الإيجار لمدة ثلاثة أشهر. هذا يُسمى مدة الأخطار (مدة الانذار). إذا كان لديك عقد مباشر لشقة يمكنك مبادلة شقتك بشقة أخرى. ويجب أن يوافق المؤجر لك أولاً على التبادل. المؤجر يحدد أيضاً إذا كان ينبغي ترميم الشقة أو البناية (العقار). إذا كنت ترغب في ترميم الشقة التي تسكن فيها فيجب أولاً موافقة المؤجر على ذلك.

## لجنة شؤون الإستئجار

لجنة شؤون الإستئجار هي نوع من المحاكم التي يمكن أن تساعد إذا حصل نزاع بين المستأجر والمؤجر. توجد ثمانى لجان لشؤون الإستئجار في السويد. وهي توجد في ستوكهولم، فيستيروس، لينشوبينغ، يونسوبينغ، مالمو، يوتيبوري، سوندسفال و أوميو. لجنة شؤون الإستئجار تقرر في حالات النزاع، على سبيل المثال إذا كان يحق للمستأجر أن يؤجر الشقة من الباطن. إذا كنت بحاجة إلى مساعدة فيمكن للجنة شؤون الإستئجار أيضاً

الإجابة على الأسئلة حول القوانين والقواعد السارية. يمكنك قراءة المزيد على الموقع الإلكتروني للجنة شؤون الإستئجار: [www.hyresnamnden.se](http://www.hyresnamnden.se)

## مسكن تمليك

لتكون قادراً على السكن في شقة تمليك فيجب عليك دفع وديعة (insats). وهذا يعني أن تشتري حصة في جمعية تملك البناية (العقار). مثل هكذا جمعية تُسمى جمعية مالكي الشقق. أنت تصبح عضو في الجمعية ويمكنك استخدام الشقة.

بعض جمعيات مالكي الشقق تنتمي إلى منظمة كبيرة تمتلك مباني في جميع أنحاء السويد، على سبيل المثال، صندوق إدخار المستأجرين وجمعية المباني (HSB) أو ريكس بيغن (Riksbyggen). وهناك جمعيات أخرى صغيرة. كل جمعية تدير اقتصادها الخاص. عندما تسكن في شقة تمليك يجب عليك دفع رسم للجمعية كل شهر. إذا كنت قد اقتضت المال لشراء الشقة من بنك فيجب عليك أيضاً تسديد الفوائد والأقساط إلى البنك. في الشقة التمليك تقرر أنت كيف تريد أن تصبغ، ترمم وتجهز شقتك. أعضاء الجمعية يقررون بشكل مشترك كيفية العناية بالبناية وأي ترميمات كبيرة يجب عليكم القيام بها.

## حق الملكية

ليس هناك الكثير من الشقق ذات حق الملكية (äganderätt) في السويد. معظم الشقق هي شقق تمليك وحق إستئجار. حق الملكية هو أكثر شيوعاً عندما تسكن في بيت أو بيوت متلاصقة (radhus). عندها تملك أنت بنفسك المنزل وتكون مسؤولاً عنه. في بعض الأحيان يتم تشكيل جمعية في منطقة ذات فلل صغيرة مترابطة. يمكن للجمعية أن تكون مسؤولة عن المناطق المشتركة، مثل الطرق، أماكن اللعب والمساحات الخضراء. جميع الذين يسكنون في المنطقة يتقاسمون التكاليف.

## هكذا تحصل على شقة

في العديد من البلديات يوجد مكتب وساطة المساكن (bostadsförmedling). عادة يكون لمكتب وساطة المساكن موقع على الإنترنت هناك يمكنك تسجيل نفسك والبحث عن الشقق الشاغرة.

عندما تكون قد سجلت نفسك يجب عليك الدخول إلى الموقع كثيراً لمعرفة ما إذا توفرت شقق شاغرة جديدة. إذا رأيت إعلاناً عن شقة فيمكنك تقديم طلب للحصول على الشقة.

عند إنتهاء آخر موعد لتقديم طلبات الحصول على شقة يختار المؤجر الأشخاص الذين يمكنهم المجيء ومعاينة الشقة. ولدى العديد من المؤجرين نظام طابور انتظار يمنح الشخص الذي إنتظر وقتاً طويلاً فرصة



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

أكبر للحصول على شقة. بعد أن تكون عاينت الشقة فيجب عليك قبول أو رفض الشقة لدى المؤجر. المؤجر يقوم بالاتصال بك إذا تم إختيارك للحصول على العقد المباشر للشقة.

إذا قام عدة أشخاص بتقديم طلب الحصول على نفس شقة الإستئجار لدى مكتب وساطة المساكن فيحق للمؤجر أن يختار واحداً منهم. أن من يملك الشقة أو البناية (المؤجر) يقرر دائماً من يحصل على عقد مباشر للشقق. مكتب وساطة المساكن لا يستطيع تقرير ذلك. في البلديات الكبيرة في السويد عادة يستغرق وقتاً طويلاً قبل أن يحصل المرء على عرض لشقة بسبب وجود أزمة مساكن كبيرة.

## نصائح لك أنت الذي تبحث عن شقة

في بعض الأحيان لا يكفي أن تبحث عن شقة لدى مكتب وساطة المساكن. قد يكون من المفيد أيضاً الإتصال بالمؤجر مباشرة. معظم الملاك الكبار لديهم مواقع خاصة بهم على الأنترنت هناك يمكنك تسجيل رغبتك في الحصول على شقة. إستخدم أيضاً علاقاتك، الأقارب والأصدقاء، للحصول على معلومات حول الشقق الشاغرة.

طريقة أخرى للعثور على شقة يمكن أن تكون من خلال وضع ملصقات في المتاجر، المكتبات، مداخل البنايات أو أماكن أخرى حيث توجد لوحات إعلانات.

يمكنك أيضاً العثور على إعلانات حول الشقق الشاغرة في مختلف الصحف اليومية وعلى مختلف مواقع الإنترنت. هناك يمكنك أن تجد شقق يمكنك إستئجارها من الباطن، أي ليس مباشرة من المالك ولكن من مستأجر آخر.

إذا كان من الصعب جداً العثور على شقة في بلدية ربما يمكنك أن تجد فرصة أفضل إذا انتقلت إلى بلدية أخرى.

## الإبلاغ عن إنتقال

عندما تنتقل يجب عليك حسب القانون الإبلاغ عن عنوانك الجديد إلى مصلحة الضرائب (Skatteverket). عندها تحصل السلطات على معلومات عن عنوانك الجديد. القيام بعمل بلاغ عن إنتقال مجاني لدى مصلحة الضرائب. إذا أردت أن يتم إرسال كل البريد إلى عنوانك الجديد (إعادة إرسال - eftersändning) فتدفع عندها رسم.

يمكنك عمل بلاغ عن إنتقال وإعادة توجيه لبريدك على موقع الأنترنت لشركة سفينسك أدرس إيندرينغ، [www.adressandring.se](http://www.adressandring.se).

## التأجير من الباطن وأن يكون لديك نزيل

التأجير من الباطن يعني أن الشخص الذي لديه عقد مباشر، وهذا يعني عقد مباشر مع المالك، يقوم بتأجير شقته لشخص آخر. يجب الحصول على موافقة المالك على تأجير المسكن من الباطن. إذا لم يرغب المالك بأن تقوم بالتأجير من الباطن فيمكنك محاولة الحصول على إذن من لجنة شؤون الإستئجار. إذا قمت بتأجير شقتك دون الحصول على إذن من المالك فيمكن إجبارك على ترك الشقة. يمكنك أيضاً تأجير غرفة واحدة أو أكثر في شقتك أو منزلك، في نفس الوقت الذي تسكن أنت هناك. هذا اسمه أن لدى المرء نزيل. يمكن ان يكون لديك نزيل دون أن تطلب الأذن من المؤجر ولكن لا يجوز أن يسكن أشخاص كثيرين في نفس الشقة. يمكن أن يكون لديك نزيل فقط إذا كان لديك عقد مباشر.

إذا كان لديك عقد مباشر لشقة لك فيها حق الإستئجار وترغب في تأجير شقتك فيجب أن يكون لديك سبب وجيه. هذا قد يكون لأنك سوف تعمل في مدينة أخرى أو ترغب في محاولة السكن كمساكين. يوافق المالك عادة على أن تؤجر شقتك سنة واحدة في كل مرة.

أسباب تأجير شقة تمليك هي نفسها تقريباً.



تصوير: ماريا نوبل (Maria Nobel)

## إستئجار في الباطن

إذا كنت ترغب في إستئجار شقة من الباطن فمن المهم معرفة ما إذا كان المالك قد وافق على التأجير. تذكر أن تكتب عقداً عند القيام بالإستئجار من الباطن. يتم عمل العقد بين الشخص الذي لديه عقد مباشر للشقة وأنت الذي سوف تستأجر من الباطن. إذا لم تكن قد عملت عقداً فيمكن أن تضطر للإنتقال إذا طالب الذي لديه عقد مباشر بذلك. الشخص الذي لديه عقد مباشر يخاطر أيضاً بفقدان الشقة إذا لم يكن المالك قد وافق على التأجير من الباطن.

## صاحب العقد المباشر يتحمل المسؤولية

أنت الذي لديك عقد مباشر لشقة تُسمى أيضاً صاحب عقد مباشر. كصاحب عقد مباشر أنت مسؤول عن أن يقوم الشخص الذي يستأجر شقتك من الباطن بدفع الإيجار. يمكن أن تخسر عقدك المباشر إذا لم يكن الذي قام بإستئجار شقتك من الباطن حسن التصرف ومثلاً لم يدفع الإيجار أو أزعج الجيران.

## ماهو الإيجار الذي يمكنك أن تتقاضاه لإيجار في الباطن؟

إذا كان لديك عقد مباشر أو شقة تمليك وسوف تقوم بتأجير شقتك من الباطن فتوجد قواعد تُحدد مقدار مبلغ الإيجار الذي يمكنك طلبه. يحق لك من خلال الإيجار الحصول على تكاليفك للمسكن. ومن المقبول أن تضيف 10-15 في المائة على قيمة الإيجار إذا قمت بتأجير الشقة مؤثثة/مفروشة. إذا كنت تستأجر شقة من الباطن وتدفع أكثر بكثير من قيمة الإيجار الفعلي فيمكنك اللجوء إلى لجنة شؤون الإستئجار. لجنة شؤون الإستئجار يمكنها أن تساعدك في إسترجاع مالك. ولكن هذا لايسري على شقق ومساكن التمليك. تقوم لجنة شؤون الإستئجار بتقييم كل حالة على انفراد.

## مبادلة الشقة

إذا كان لديك عقد مباشر لشقة ف لديك الحق في مبادلة شقتك إذا كان لديك سبب وجيه. الأسباب المقبولة قد تكون أنك تحتاج إلى شقة أكبر، شقة ذات إيجار أقل أو شقة أقرب إلى العمل. إذا كنت ترغب في تبادل شقتك فيجب أن يوافق المالك أولاً على التبادل. إذا قمت بتبادل شقتك دون موافقة المالك على التبادل فيمكن أن تخسر عقدك المباشر. إذا كنت مستأجراً ف لديك الحق في تبادل شقتك سرعان ما تحصل على عقد مباشر.

## العقود الالقانونية (العقد الاسود)

العقود السوداء أسم يُطلق على العقود المباشرة لشقق الإستئجار التي يتم بيعها أو شراؤها مقابل المال. أنه من غير القانوني بيع عقود

مباشرة. أن من يبيع العقد يمكن أن يُحكم عليه بالسجن لمدة سنتين. وأنه ليس من غير القانوني شراء عقد مباشر ولكنك تقوم بمخاطرة كبيرة إذا فعلت ذلك. المؤجّر يملك الحق في إنهاء العقد المباشر إذا تم تأجير الشقة بالأسود.

## فحص الشقة

قبل أن تنتقل إلى شقة يمكنك أن تطالب المالك أن يقوم بفحصها. وهذا يعني أن المالك يتحقق من أنه لا توجد أي أضرار في الشقة. وإذا كانت الشقة تعرضت لأضرار من قبل المستأجر السابق فلن تضطر لدفع ثمنها.

## إنهاء عقد الإيجار

إذا أردت الانتقال من شقة فليديك دائماً فترة إخطار. تبدأ فترة الإنهاء عندما تقوم بتبليغ المالك أنك تريد الانتقال. غالباً ما تكون فترة الإخطار ثلاثة أشهر لشقة إستئجار. عندما تريد الانتقال فيجب عليك عادة الإستمرار في دفع الإيجار لمدة ثلاثة أشهر.

يحق للمالك إنهاء عقود المستأجرين الذين لا يؤدون واجباتهم طبقاً للتعاقد. الشخص الذي لا يرضى واجباته ربما لم يكن يدفع الإيجار في الوقت المحدد أو يفعل أشياء ليست جيدة للشقة أو للبنية.

## أمور عملية عندما تسكن في شقة سكنية

بُنيت جميع المباني في السويد لكي تكون دافئة في الشتاء. المباني حساسة للرطوبة. ويمكن بسهولة أن تتعرض للضرر إذا تم التعامل مع الشقة بشكل غير صحيح. إذا رأيت صنوراً/حنفية أو أنبوب توصيل مياه



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

يسرّب قطرات أو ينقّط فعليك دائماً أن تُخبر المؤجر. الشقة لها فتحات تهوية لتنقية الهواء ولإزالة الهواء الرطب. ولذلك فمن المهم أن تكون فتحات التهوية مفتوحة طوال السنة.

## المساحات المشتركة

جميع المستأجرين في بناية سكنية مسؤولون سوية عن المساحات التي يستخدمها الجميع، مثل مدخل البناية، غرفة غسيل الملابس والمكان حول البناية. أنت عادة تدفع لتنظيف أماكن مثل المدخل، القبو/السرداب والعلية عندما تدفع إيجارك. ولكن لديك أيضاً مسؤولية التنظيف خلفك. من غير المسموح لك أن تضع أشياء عند مداخل السلالم لأنه يجب أن تكون هناك فسحة للناس للجريّ إلى الخارج في حالة اندلاع حريق أو أي شيء آخر يحدث في البناية. يجب عليك إتباع القواعد حول حجز موعد لغرفة غسيل الملابس وأن تنظف غرفة غسيل الملابس بعد استخدامها.

## التأمين المنزلي

من المهم أن يكون لديك تأمين منزلي لأنه يوفر لك الأمان الأساسي. هناك العديد من الشركات المختلفة التي تبيع تأمينات منزلية. يجب عليك أنت نفسك المقارنة واختيار الشركة التي تناسبك بشكل أفضل عندما ترغب في شراء تأمين. التأمين المنزلي يعيد لك المال عن الأشياء التي سرقت أو أتلقت، ربما بسبب فيضان أو حريق. التأمين المنزلي يوفر حماية لكل ما لديك في المنزل. كما يوفر الحماية لجميع الأشخاص المدرجين على بوليصة التأمين ويسكنون في نفس المسكن. إذا كنت تملك مسكنك فيمكنك تكملة تأمين منزلك مع تأمين شقة التمليك أو تأمين فيلا. يتكوّن التأمين المنزلي من أجزاء مختلفة:

- حماية الملكية - يمكن أن تعطيك المال عن الأشياء التي تُكسر/تَعطل أو تُسرق.
- حماية قانونية - يمكنك الحصول على مساعدة لدفع تكاليف ممثل قانوني إذا تشاجرت مع شخص ما.
- حماية عند وقوع إعتداء - يمكن أن تعطيك تعويض مالي إذا تعرضت لإصابة على سبيل المثال عند الإعتداء أو الإغتصاب.
- التأمين من المسؤولية - يمكن أن يعطيك مالاً إذا كان يجب عليك دفع تعويض عن ضرر لشخص ما.
- تأمين السفر لمدة 45 يوماً خلال سفرة إلى بلد آخر.

وتوجد أيضاً أنواع أخرى من التأمينات التي تمنحك الحماية:

- التأمين الشامل - يعطيك حماية إضافية للأشياء الخاصة بك. وهو يسري على ما يسمى أحداث مفاجئة وغير متوقعة، مثل إذا حصل أن سقط منك هاتفك المحمول في البحيرة.
- التأمين ضد المرض الحوادث - يُعوّض التكاليف الطبية إذا تعرضت لإصابة في حادث. إذا أصبحت عاجزاً، يمكنك الحصول على مبلغ كبير من المال مرة واحدة.

## البيئة، الطبيعة والاستدامة البيئية

الإستدامة البيئية أو التنمية المستدامة تعني أن المجتمع يتطور بتناغم مع الطبيعة. وأن لا يتصرّف الناس والشركات بطريقة تخرّب البيئة. لقد قرر البرلمان السويدي الأهداف البيئية للإستدامة التي يجب على كل السويد العمل طبقاً لها. يجب حماية البيئة، وهو ما يعني أن الانبعاثات يجب أن لا تضرّ الناس وأن يتم الحفاظ على التنوع البيولوجي. إستخدام الطاقة والموارد الطبيعية يجب أن يتم تحديدها وجعلها أكثر كفاءة من أجل الحدّ من خطر تغيير المناخ.

البلديات هي المسؤولة عن العمل البيئي المحلي. وهذه قد تتعلق مثلاً بكيف تتعامل البلدية مع النفايات أو كيف نستخدم الطاقة بطريقة جيدة. كل مواطن في السويد لديه مسؤولية في العيش بطريقة ملائمة للبيئة.



البيجة



Bra Miljöval

إختيار بيئي جيد

### التعامل مع النفايات وإعادة التدوير

يتم إنتاج الكثير من النفايات في السويد سنوياً. من كل منزل سويدي يأتي 350 كغم من القمامة والنفايات في كل عام. التعامل مع جميع القمامة يكلف الكثير. وأنه من المهم التعامل مع النفايات بطريقة سليمة ملائمة للبيئة.

الكثير مما نرّميه يمكن إعادة تدويره وإستخدامه مرة أخرى. بهذه الطريقة نوّفر الموارد الطبيعية. هناك قانون ينص على أن جميع الذين يعيشون في السويد يجب أن يقوموا بفرز نفاياتهم وهناك نظام للإستفادة من وإعادة تدوير المواد والطاقة الكامنة في النفايات.

بالقرب من معظم البنايات السكنية توجد محطات أو غرف قمامة هناك يمكنك فرز نفاياتك.

هذا يعني أنك ترمي بقايا الطعام، المعادن، الزجاج، البلاستيك والورق في مختلف الحاويات.

العديد من المؤجرين يعطون المستأجرين أكياساً خاصة لبقايا الطعام. يتم وضع بقايا الطعام في حاوية سماد عضوي وتصبح تراباً.

هناك أماكن أخرى حيث يمكنك التخلص من النفايات:

- **محطة إعادة التدوير**  
هنا يمكنك ترك العلب والاعلقة، الصحف/الجرائد والبطاريات.
- **محطة بيئية**، التي غالباً ما توجد في محطات البنزين.  
هنا يمكنك ترك جميع المخلفات التي تشكل خطراً على البيئة.
- **مركز إعادة التدوير**  
هنا يمكنك ترك النفايات الكبيرة وأشياء أكبر ولكن أيضاً النفايات الخطرة، مثل المواد الكيميائية والمواد الالكترونية.

محطة بيئية و مركز إعادة تدوير.



تصوير: هانا شوستيد (Hanna Sjöstedt) تصوير: الإدارة البيئية في بلدية يوتيبوري

## فرز بقايا الطعام

بقايا الطعام التي تفرزها يتم وضعها في حاوية سماد عضوي وتتحول إلى تربة خصبة. عندما تقوم بفرز بقايا الطعام تُقلل من النفايات التي تحتاج إلى حرقها.

هذه الأشياء تندرج تحت بقايا طعام ويمكن تحويلها إلى سماد:

بقايا الأسماك والحيوانات الصدفية، بقايا اللحوم، قشرة البيض، الخضروات والفواكه، الخبز، الشاي، القهوة ومرشحات القهوة، والمناشف الورقية، الزهور وكذلك النباتات والتراب.

## فرز العلب والاعلغة، الصحف/الجرائد والبطاريات

توجد في جميع البلديات محطات إعادة تدوير حيث يجب على سبيل المثال ترك العلب والاعلغة، الصحف/الجرائد والبطاريات. عندما تترك العلب والاعلغة في محطة إعادة التدوير يجب أن تكون نظيفة وجافة.

في محطة إعادة التدوير توجد حاويات مختلفة لـ:

- الصحف/الجرائد
- العبوات الورقية
- العبوات البلاستيكية
- العبوات المعدنية
- العبوات الزجاجية غير المصبوغة
- العبوات الزجاجية المصبوغة
- البطاريات

## الصحف/الجرائد

عندما نقوم بإعادة تدوير الصحف فنحن نوفر الكثير من الطاقة عند إنتاج صحف جديدة لأنه يمكننا عمل ورق صحف جديد من الصحف القديمة.

## العبوات الورقية

العبوات الورقية مثل صناديق الورق المقوى الفارغة يمكن إعادة تدويرها وإستخدامها لصنع عبوات جديدة.

## العبوات البلاستيكية

يمكن إعادة تدوير عبوات البلاستيك الصلب واللين على حدٍ سواء. في الحاوية المخصصة للبلاستيك ينبغي عليك على سبيل المثال وضع العبوات البلاستيكية والفلين الإصطناعي. أما الأشياء البلاستيكية التي هي ليست عبوات، مثل فرش غسل الأطباق/الصحون واللعب، تحتسب على أنها قمامة عادية ولا ينبغي رميها هنا.

## العبوات المعدنية

يمكن إعادة تدوير المعادن عدة مرات وهذا يوفر الكثير من الطاقة.

في الحاوية المخصصة للمعادن تترك عبوات الفولاذ/الحديد الصلب، الصفائح المعدنية والألمنيوم.

في هذه الحاوية يجب أن لا تضع العبوات المعدنية التي تحتوي على الطلاء/صمغ أو الغراء/الصمغ - هذه نفايات خطرة ويجب أن تعاد إلى محطة بيئية. ولا يجب أن ترمي علب الرشاش/الرذاذ هنا - فهذه أيضاً نفايات خطرة.

## العبوات الزجاجية

يمكن إعادة تدوير الزجاج أيضاً مرات عديدة. نحن نوفر كل من الطاقة والمواد الخام إذا أعدنا تدوير الزجاج. مايقارب 40 في المائة من الزجاج المعاد تدويره يستخدم لصنع أشياء جديدة من الزجاج، مثل القناني. يجب فصل الزجاج الملون عن غير الملون عند الفرز.

## النفايات المتبقية

القمامة التي لا يمكن فرزها تقوم برميها في الحاوية العادية في غرفة القمامة. وعادة ما يتم حرقها في محطات حرق كبيرة. عند إشعال النفايات المتبقية يتم عادة إستغلال الحرارة. إذ يمكن على سبيل المثال أن تستخدم لتدفئة المنازل. وهذا يُسمى التدفئة المركزية.

## المنتجات الكهربائية

تُسمى جميع الأشياء الكهربائية التي نرميها بالنفايات الكهربائية. النفايات الكهربائية يجب أن تترك في مركز إعادة التدوير. وهذا يشمل المصابيح الكهربائية، أنابيب الفلورسنت وكل شيء فيه سلك أو بطارية. كما يجب إزالة البطاريات وفرزها بشكل منفصل.

## النفايات كبيرة الحجم

النفايات الكبيرة يمكن أن تكون مثلاً الأثاث القديم والدراجات المتعطلة. إذا كنت تسكن في بناية شقق سكنية يمكنك الحصول على المساعدة من المؤجر للتعامل مع النفايات الكبيرة. خلاف ذلك عليك تركها في مركز إعادة التدوير.

أترك النفايات الخطرة في محطة بيئية أو سيارة خاصة تقوم بجمع النفايات الخطرة.



تصوير: كريستر إهرلينغ (Christer Ehrling) تصوير: كريستر إهرلينغ (Christer Ehrling)



الادوية والعقاقير المتبقية يجب تسليمها الى صيدلية يوجد في الصيدلية أكياس خاصة للأدوية والعقاقير التي تُرمى.

تصوير: كريستر إهرلينغ (Christer Ehrling)



يوجد لدى الجميع تقريباً نفايات خطيرة في المنزل. يمكن أن تكون أسيتون، سائل الإشعال، طلاء الأظافر أو جهاز انذار الحريق. بطارية السيارة، نفايات الزيوت والنفط، أصباغ، كلورين، غراء لاصق ومصابيح فلورسنت هي فقط أمثلة أخرى على ذلك.

تصوير: بو كوجيرود (Bo Kågerud)

## النفايات الخطرة

النفايات الخطرة هي الأشياء التي يمكن أن تكون سامة، متفجرة، قابلة للاشتعال أو قلووية (كاوية). النفايات الخطرة قد تلحق ضرراً حتى وإن كانت بكميات صغيرة. ولذلك فمن المهم جداً التفكير في عدم رمي النفايات الخطرة مع النفايات العادية. يجب ترك النفايات الخطرة في محطة بيئية، مركز إعادة تدوير أو إلى سيارات خاصة تقوم بجمع النفايات الخطرة.

### أمثلة على النفايات الخطرة:

بطاريات السيارات، الوقود والزيوت، الطلاء، بقايا الصبغ والغراء/الصبغ، الكلور، مصابيح الفلورسنت، والمصابيح الكهربائية، المصابيح الكهربائية الموفرة للطاقة، المذيبات، السائل المحلل، مرقق القوام/الثينر، زيت التربنتين، الكيروسين والأسيتون، سائل الإشعال، البطاريات التي يمكن إعادة شحنها وكذلك بعض سوائل إزالة الشحوم والتنظيف.

## رمي الفضلات على الأرض

إحدى المشاكل الكبرى هي كل تلك القمامة التي ترمى خارج المنازل على الرغم من أن هذا ممنوع. فهي تلحق الضرر بالبيئة وتكلف عدة ملايين من الكرونات كل سنة لتنظيفها.

## المياه والصرف الصحي

في السويد توجد الكثير من المياه. الماء الموجود في صنابيرنا/حنفياتنا ذو جودة عالية جداً. وهو غالباً أفضل من الماء الذي تشتريه في زجاجة. أن الماء البارد من الصنبور/الحنفية فقط هو الماء النقي. الماء الساخن يمكن أن يتسخ من الأنابيب التي تنقل الماء الى بيوتنا. لذلك يجب أن لا تشرب



تصوير: هانا شوستيد (Hanna Sjöstedt)

فقط الماء البارد من الصنبور/الحنفية يعتبر مياه شرب.

المياه الساخنة أو تستخدمها مباشرة في الطبخ. مياه الصرف الصحي/المجاري تذهب إلى منشأة التنقية. حيث يتم تنقية الماء ثم إطلاقه في البحر. لا يمكن تنقية كل شيء كما أنه من الصعب إزالة المواد السامة. لذلك يجب علينا جميعاً أن نكون حذرين مع ما نقوم بسكبه في أنابيب الصرف الصحي/المجاري.

## مالذي يجوز التخلص منه في مياه الصرف الصحي؟

الشيء الوحيد الذي يمكنك شطفه في كرسي المرافق الصحية هو ورق التواليت وما يخرج من الجسم. ورق التواليت هو ورق خاص يمكن أن يتحلل في الماء. أنواع الورق الأخرى، مثل ورق مسح اليدين، المناديل الورقية الرطبة والمناديل الورقية، يمكن أن تسبب إنسداد المجاري. كما يمكن أن تخلق مشاكل في محطة التنقية.

لتجنب انتشار السموم في مياه الصرف الصحي/المجاري يمكنك شراء المنتجات الملائمة للبيئة. توجد على سبيل المثال صابون غسيل الثياب وصابون غسل الأواني التي تحمل شعار البجعة أو شعار خيار جيد للبيئة. العقاقير أو الأدوية يجب أن لا ترمي أبداً في مياه الصرف الصحي/المجاري أو في القمامة. الأدوية والعقاقير التي لا تحتاجها يجب تسليمها إلى إحدى الصيدليات. في الصيدليات يمكنك الحصول على أكياس خاصة للتخلص من الأدوية فيها.

## الطاقة

كل الطاقة والكهرباء التي نستخدمها تؤثر على البيئة. ويتم إستهلاك كميات كبيرة من الطاقة للنقل، تدفئة المباني وفي الصناعة. غالباً تأتي الطاقة من النفط، الغاز والفحم وهذا ليس جيداً للبيئة. للحدّ من التغيرات المناخية نحن بحاجة إلى استخدام كميات أقل من الطاقة وإختيار الطاقة من المياه، الرياح والشمس التي هي أفضل للبيئة.

للمساهمة في تقليل الإنبعاثات يمكن أن تركب وسائل النقل الجماعي. هذا يعني أن تركب الترام، مترو الأنفاق، القطار أو الحافلة بدلاً من السيارة. يمكنك أيضاً إختيار السفر بالقطار بدلا من الطائرة. كما أنه من الجيد أيضاً التفكير في ما تشتريه في المتجر. يمكنك شراء الأشياء التي يتم إنتاجها بالقرب من المكان الذي تقيم فيه. يمكنك أيضاً إختيار التقليل من أكل اللحوم لأن إنتاج اللحوم يتطلب طاقة كثيرة. كما يمكنك أيضاً توفير الطاقة في منزلك.

## وفّر الطاقة في منزلك

يمكنك توفير الطاقة في منزلك من خلال على سبيل المثال عدم وضع الأثاث أمام أجهزة التدفئة. عندها يمكن للحرارة أن تصل بسهولة إلى كامل الغرفة. الأجهزة الكهربائية غالباً ما تكون تشتغل، في وضع الإستعداد. يمكنك توفير الكثير من الطاقة إذا قمت دائماً بإطفاء الأجهزة الكهربائية. يمكنك أيضاً توفير الكثير من الطاقة إذا وضعت غطاء على القدر/الطنجرة عندما تطبخ شيئاً على الموقد/الطباخ أو إستخدم غلاية الماء.

إستخدم أيضاً مصابيح الطاقة المنخفضة أو أطفئ المصابيح عند مغادرة المنزل.

## من أين تأتي كهربائكم؟

الكهرباء، الطاقة الكهربائية، في السويد تأتي معظمها من الطاقة المائية والطاقة النووية. الطاقة المائية هي الكهرباء المولدة في محطات توليد الطاقة الكهرومائية في العديد من الأنهار في السويد. في السويد هناك ثلاث محطات نووية نشطة مع ما مجموعه عشرة مفاعلات. محطات الطاقة النووية تنتج كهرباء تغطي أكثر من نصف إحتياجات الكهرباء السويدي. جزء صغير من الكهرباء السويدي يأتي من الوقود الحيوي، النفط والغاز. الوقود الحيوي مثل الحطب أو الخشب. سبعة في المائة من الكهرباء تأتي من طاقة الرياح. الطاقة المائية وطاقة الرياح أفضل للبيئة لأنها طاقة من مصادر لا تنضب.

حكومة السويد لديها هدف لنظام طاقة مستدامة و 100 بالمائة طاقة متجددة.

## إختيار شركة توريد الكهرباء

يمكنك توفير الكثير من المال بمجرد تغيير شركة توريد الكهرباء. إذا كنت تسكن في شقة فيمكنك توفير ما بين 400 و 1000 كرونة سنوياً. إذا كنت تسكن في منزل فيمكنك توفير عدة آلاف كرونات. لا يمكنك تبديل شركة شبكة الكهرباء.

## إيلبريسكوللين (Elpriskollen) - قارن بين أسعار الكهرباء والشروط

على موقع إيلبريسكوللين (Elpriskollen) تجد أسعار الكهرباء والشروط من جميع شركات توريد الكهرباء في السويد. أدخل على الموقع [www.elpriskollen.se](http://www.elpriskollen.se) لترى أي شركة هي الأفضل لك.

أنه من السهل تبديل شركة توريد الكهرباء. وفي معظم الحالات تكفي مكالمة هاتفية واحدة. ولكن عليك أن تنظر في إتفاقيتك المعقودة لأنه قد يكون من المكلف أن تقوم بالتغيير في منتصف فترة الإتفاقية.

## أنواع مختلفة من إتفاقيات الكهرباء

### سعر الكهرباء الثابت:

يكون سعر الكهرباء ثابتاً خلال فترة معينة. هكذا إتفاقية قد تكون جيدة لأنك محمي إذا إرتفع سعر الكهرباء. ولكن في الوقت نفسه لن تحصل على كهرباء بسعر أرخص عند هبوط السعر.

### سعر الكهرباء المتغير:

سعر الكهرباء يتغير وفقاً للسوق. تحصل على كهرباء بسعر أرخص عند هبوط سعر الكهرباء. يمكن أن يرتفع سعر الكهرباء أو يهبط خلال فترة الإتفاقية.

### السعر العائم:

هو سعر تحصل عليه تلقائياً إذا لم تقم بإي إختيار. السعر متغير ويتغير حوالي ثلاث مرات في السنة. السعر العائم في كثير من الأحيان أعلى من السعر ثابت والمتغير.

### كهرباء بعلامة بيئية (كهرباء خضراء):

كهرباء بعلامة بيئية تعني أن الكهرباء التي تدفع ثمنها يتم إنتاجها من مصادر ملائمة للبيئة، مثل طاقة الرياح والطاقة المائية.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

طاقة الرياح

## هكذا تسير الامور في بلديتك

كل الذين يعيشون في السويد يعيشون في بلديات. توجد 290 بلدية في البلاد. في السويد تقرر البلديات بنفسها كم سيدفع السكان ضرائب بلدية ولأي شيء سيتم استخدام الأموال. ويُسمى هذا الحكم الذاتي المحلي.

اللجنة هي مجموعة من السياسيين الذين يقررون في مجال معين في البلدية، مثل في مجال المدرسة. أمثلة عن المجالات الأخرى هي رعاية الأطفال، رعاية المسنين، الخدمات الاجتماعية، حركة المرور، البيئة، أوقات الفراغ والثقافة.

السياسيون في اللجان هم غالباً سياسيي وقت فراغ (fritidspolitiker). وهذا يعني أنهم يعملون في اللجان بمعزل عن عملهم العادي أو الدراسة. كل لجنة تحصل على مبالغ مالية مختلفة. أما مقدار المبلغ المالي الذي تحصل عليه اللجان فيتم تحديده في الموازنة المالية للبلدية. كل لجنة لديها إدارة. حيث يعمل موظفون على تخطيط وتنفيذ ما قرره اللجنة.

البلدية غالباً هي المسؤولة عن المسائل المتعلقة بحياتك اليومية. أدناه يمكنك أن تقرأ عن بعض المجالات التي تكون البلديات مسؤولة عنها:

### رعاية الأطفال

رعاية الأطفال هو أسم مشترك للأنشطة التربوية الخاصة بالاطفال الأصغر سناً. ضمن رعاية الأطفال توجد على سبيل المثال مدارس تمهيدية/رياض أطفال (förskola)، دور الحضانة العائلية (familjedaghem) ودور أوقات الفراغ (fritidshem).



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

يحق لجميع الأطفال في السويد الدوام في صف تمهيدي عند بلوغهم 6 سنوات.

إذا كنت تدرس، تعمل أو تبحث عن عمل فلديك الحق في ترك طفلك إلى المدرسة التمهيدية في منطقتك. المدرسة التمهيدية خاصة للأطفال من سن 1-5 سنوات.

## المدرسة الأساسية

في جميع البلديات توجد مدارس أساسية بلدية للأطفال ما بين ستة و 16 سنة. وقد توجد أيضاً مدارس مستقلة ومدارس خاصة تماماً. إذا كان المرء يدرس في مدرسة خاصة فعليه دفع رسم. يتم تمويل المدارس البلدية والمستقلة من خلال الضرائب. في السنة التي يبلغ فيها الأطفال ستة سنوات من العمر يمكن لهم الحصول على مكان في صف مدرسة تمهيدية. يمكنك اختيار إذا كنت تريد لطفلك الدوام في صف مدرسة تمهيدية. معظم الأطفال في السويد يفعلون ذلك. في السنة التي يبلغ فيها الطفل سبعة سنوات من العمر يجب عليه الذهاب إلى المدرسة. وهذا يُسمى التعليم المدرسي الإلزامي. المدرسة الأساسية مجانية، سواء في المدارس البلدية أو المدارس المستقلة. يمكنك ان تجد على موقع البلدية المدارس الموجودة في بلديتك.

## رعاية المسنين

يحتاج المسنون غالباً إلى المساعدة في الأمور العملية في الحياة اليومية. ووفقاً للقانون السويدي يحق لكبار السن الحصول على الدعم والمساعدة من المجتمع.

رعاية المسنين



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

يرغب الكثير من المسنين في البقاء في منازلهم. وتستطيع البلدية مد يد المساعدة في مجال الرعاية والخدمات كي يبقى المرء يسكن في منزله. وتُسمى هذه بالخدمة المنزلية. يمكنك طلب الحصول على الخدمة المنزلية لدى بلديتك. هذا وتتغير رسوم الخدمة المنزلية تبعاً للبلدية التي تسكن فيها. يمكن للمرء أيضاً الحصول على وسائل مساعدة أو غيرها من الأمور التي تجعل من السهل البقاء في المنزل. على سبيل المثال مشاية (ووكر)، كابينة استحمام أكبر أو عتبات أوطأ.

إذا لم تجرِ الأمور من خلال البقاء في البيت بشكل جيد فيمكن للمرء الانتقال إلى سكن مُكيف لكبار السن. هناك أشكال مختلفة من دور

المسنين البلدية حيث يمكن لكبار السن السكن في شقق خاصة بهم. في دور المسنين يوجد طاقم عمل متخصص يمكنهم مساعدة كبار السن من خلال الرعاية والخدمات مثل الطعام والتنظيف.

## الخدمات الاجتماعية/مكتب الخدمات الاجتماعية

كما هو الحال في أماكن أخرى في العالم يجب على الوالدين في السويد رعاية أطفالهم الصغار واليافين. ولكن إذا لم يتم هذا بشكل جيد فتتحمل الخدمات الاجتماعية في البلدية المسؤولية الأكبر. الخدمات الاجتماعية توفر المساعدة للأطفال والعوائل التي تعاني من صعوبات بطرق مختلفة. قد تكون عوائل ليس لديها ما يكفي من المال. أو قد يكون هؤلاء أشخاص ليس لديهم أي مكان للسكن، أو لديهم مشاكل إدمان أو يتعرضون الى التهديد والعنف. المساعدة من الخدمات الاجتماعية قد تكون على شكل محادثات، دورات دراسية للآباء والأمهات، مسؤولي إتصال للشباب أو للعائلة بأكملها. أن مسؤول الإتصال (kontaktperson) هو مثل صديق إضافي أو قريب للتحدث أو عمل أشياء ممتعة معه. إذا قام شخص بتبليغ الخدمات الاجتماعية أن طفلاً يُعامل بصورة سيئة في البيت فينص القانون أنه يجب على الخدمات الاجتماعية التحقق من وضع الطفل.

ذا كانت هناك مشاكل كبيرة حول الطفل فيمكن للخدمات الاجتماعية أن تقرر وجوب إنتقال الطفل من والديه.

في مكتب الخدمات الاجتماعية يمكنك الحصول على:

- المشورة والمساعدة للشباب والعوائل التي لديها أطفال.
- المشورة والمساعدة إذا كانت لديك مشاكل إدمان.
- المشورة والمساعدة بشأن العمل والدراسة.
- المعونة المالية

## المعونة المالية

المعونة المالية هي دعم يمكنك تقديم طلب الحصول عليها لدى سلطة الخدمات الاجتماعية اذا كانت لديك مشاكل في اعالة نفسك اقتصادياً. يمكنك الحصول على المعونة المالية لأغراض المعيشة، ويسمى بدعم المعيشة. كما يمكنك الحصول على معونة مالية لإعالة نفسك ويسمى ذلك بدعم الاعالة. كما يمكن أيضاً الحصول على المعونة المالية للمصروفات الضرورية الأخرى الى جانب الاعالة، مثل نفقات رعاية الأطفال، الرعاية الطبية، الدواء ورعاية الأسنان الصحية.

دعم الإعالة يتكون من مبالغ المعيار الوطني (riksnormen) وهو بنفس المقدار في جميع أنحاء البلاد، ومبالغ تغطية النفقات المنزلية بما فيها السكن، الكهرباء الذي تستهلكه العائلة والتأمين المنزلي. تُم يتم بعد ذلك

تخفيض مبلغ دعم الاعالة الاجمالي بما قيمته مداخيل العائلة قبل أن يتم دفعه.

يمكن الموافقة على منح المعونة المالية اذا لم يكن بالامكان تلبية حاجة ما بطريقة أخرى. اذا كان مقدّم طلب دعم الاعانة قادر على العمل فيجب عليه/ها العمل أو البحث عن عمل. كما يوجد أيضاً واجب المشاركة في أنشطة تنظّمها سلطة الخدمات الاجتماعية والتي تهدف الى تسهيل الحصول على عمل للمرء. وإذا لم يشترك المرء فيمكن رفض طلب الحصول على دعم الإعالة. واذا كان لديك مالاً في المصرف أو تملك شيئاً ذي قيمة اقتصادية عالية مثل سيارة، فغالباً ليس لديك حق الحصول على المعونة المالية.

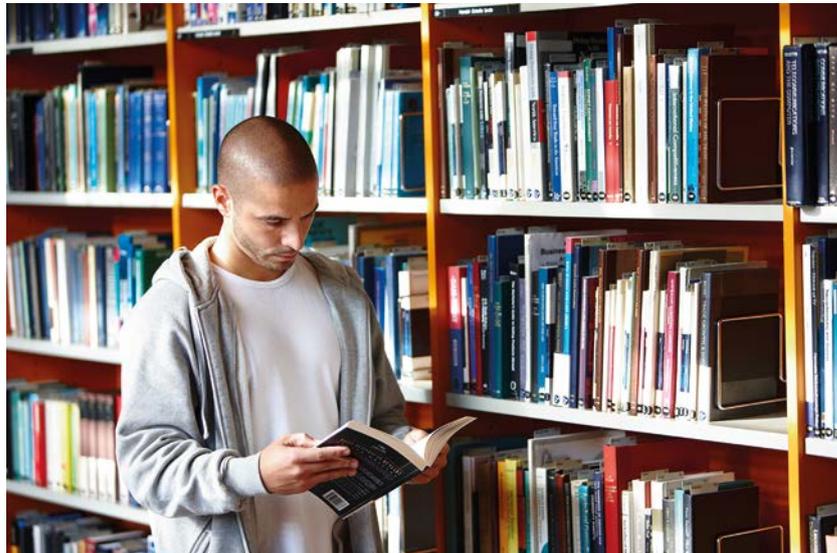
يمكنك قراءة المزيد تحت عنوان التأمينات الاجتماعية (Socialförsäkringar) في الفصل 3.

## أوقات فراغ وثقافة

لدى البلديات السويدية خدمات مختلفة في مجالات أوقات الفراغ والثقافة. البلديات لديها مكتبات عامة حيث يمكنك إستعارة الكتب مجاناً. كما يمكن ان تكون لديها مدارس ثقافة (kulturskola) يتعلم فيها الأطفال والشباب، مقابل رسوم رمزية، العزف على الآت موسيقية مختلفة، الرسم أو التمثيل المسرحي. ويمكن للبلديات أيضاً تقديم دعم للجمعيات.

## مكتبة عامة

جميع البلديات السويدية لديها مكتبات عامة (bibliotek) للمواطنين. أكبرها عادة تقع في المركز وتُسمى مكتبة المدينة.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

في البلديات الكبيرة توجد عادة مكتبات عامة صغيرة أيضاً في أجزاء مختلفة من البلدية. في المكتبات العامة يمكنك إستعارة الكتب، قراءة الصحف، الاستماع إلى الموسيقى وإستخدام أجهزة الكمبيوتر. وتوجد هنالك أيضاً كتب ومجلات بعدة لغات. بعض المكتبات لديها أيضاً امكانية التمرين على اللغة ومساعدة في حل الواجبات المدرسية.

يمكنك إستعارة الكتب، الصحف/الجرائد والأقراص المدمجة مجاناً. لكي يمكنك الإستعارة تحتاج إلى بطاقة المكتبة (بطاقة إستعارة - lånekort). تحصل عليها في المكتبة العامة.

## مكتب شؤون المستهلكين

في معظم البلديات يوجد عادة مكتب شؤون المستهلكين (konsumentkontor). هناك يمكنك على سبيل المثال الحصول على مساعدة إذا كنت قد اشترت شيئاً فيه خلل/عطب وأنت غير راضٍ عنه. في مكتب شؤون المستهلكين يمكنك معرفة حقوقك وواجباتك كمستهلك وكيف يمكنك تقديم شكوى (إرجاع بضاعة) فيها خلل/عطب. إقرأ المزيد في [www.hallakonsument.se](http://www.hallakonsument.se) أو إتصل برقم هاتف 0771-525 525.



لديك حق الاستعانة  
بمترجم شفوي

تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

## الاتصال بالسلطات

هناك طرق مختلفة للتواصل مع سلطة ما في السويد. إذا كانت لديك أسئلة بسيطة فمن الأفضل أن تستخدم موقع تلك السلطة على الإنترنت. ومن المعتاد أن يكون لدى السلطات معلومات بلغات مختلفة. صندوق التأمينات العامة (Försäkringskassan) لديه على سبيل المثال المعلومات بـ 22 لغة من بينها العربية، الصومالية، الفارسية والسورانية. يمكنك أيضاً زيارة مكاتب السلطة.

## حق الاستعانة بمترجم شفوي

إذا كنت لا تفهم اللغة السويدية فيحق لك الاستعانة بمترجم شفوي. لديك الحق في الإستعانة بمترجم شفوي في مكتب وساطة العمل، صندوق التأمينات العامة، مكتب الخدمات الاجتماعية والمستشفيات. عليك التبليغ عن حاجتك إلى مترجم شفوي عندما تحجز موعد زيارة.

## إدارة إقتصادك

### المصارف، الحسابات المصرفية والبطاقة المصرفية

معظم الأشخاص لديهم حساب مصرفي وبطاقة مصرفية. من خلال البطاقة المصرفية يمكنك سحب نقود من حسابك في ماكينة الصراف الآلي. ويمكنك أيضاً استخدام البطاقة عند التسوق في متجر. من أجل الحصول على حساب مصرفي وبطاقة مصرفية يجب عليك التحدث إلى البنك. هناك أنواع مختلفة من البطاقات المصرفية:

- **البطاقة المصرفية (Bankkort)** - يمكنك إستخدامها لسحب أموال من أجهزة الصراف الآلي. ويمكن أيضاً الدفع بواسطة البطاقة. ويتم سحب المال مباشرة من حسابك.
  - **بطاقة الدفع (Betalkort)** - يمكنك أن تدفع من خلالها. ولا يتم سحب المال من حسابك على الفور. تحصل بدلا من ذلك على فاتورة مرة واحدة في الشهر. بطاقة الدفع عادة أعلى من البطاقة المصرفية.
  - **بطاقة الإئتمان (Kreditkort)** - هي البطاقة التي يمكنك إقتراض المال بواسطتها. عندما تدفع عن طريق بطاقة الإئتمان فأنت تقترض مالا من البنك. غالباً تدفع فائدة كبيرة عندما تقترض بواسطة بطاقة الإئتمان.
- معظم الناس يقترضون المال من البنك إذا أرادوا شراء مسكن أو سيارة. لتكون قادراً على اقتراض مال من أحد البنوك يجب أن يكون لديك دخلاً ثابتاً.

## تسديد الفواتير عبر الإنترنت أو نظام التجميع التلقائي

لتستطيع تسديد الفواتير ورؤية كم لديك في حسابك المصرفي عبر الإنترنت يجب عليك زيارة مصرفك أولاً. حيث ستحصل على معلومات حول كيفية القيام بذلك.

نظام التجميع التلقائي (autogiro) يعني أن قيمة الفواتير المتكررة يتم خصمها تلقائياً من حسابك.

تحديد الهوية الالكترونية (BankID) هي وثيقة تعريف الكترونية وطريقة يسيرة للتعريف عن نفسك مثلاً لعقد إتفاق أو التوقيع الكترونياً خلال عمليات الدفع المُجرّاة بواسطة الانترنت. إن إستعمال التوقيع الالكتروني بإستخدام تحديد الهوية الالكترونية هو أمر مُلزم قانوناً بنفس الطريقة كما هو الأمر مع التوقيع العادي باليد. وللحصول على تحديد الهوية الالكترونية يجب أن تكون حائزاً على رقم شخصي سويدي. والمصارف هي التي تقوم بإصدار تحديد الهوية الالكترونية للأفراد.



المصدر: BankID.com

أن رمز الحماية (الأمان) لتحديد الهوية الالكترونية هو شئ شخصي. لاتقم على الإطلاق بإعطاء رمز الحماية لشخص آخر. لاتقم بالدخول الى موقع للأنترنت مستخدماً تحديد الهوية الالكترونية اذا تمّ الاتصال بك بواسطة الهاتف أو أحد مواقع التواصل الاجتماعي. إذ يوجد خطر الإحتيال عليك.

## أقتراض المال لشراء الأثاث والمواد المنزلية

إذا إستقبلتك إحدى البلديات كلاجئ أو قريب للاجئ فهناك قرض خاص يمكنك تقديم طلب للحصول عليه من المصلحة المركزية للإعانات الدراسية (CSN) لغرض شراء الأثاث والمواد المنزلية الأخرى. يُسمّى هذا قرض التجهيزات المنزلية. ويتوقف حجم المبلغ الذي يمكن أن تقترضه على عدد أفراد عائلتك وإذا كنتم تؤجرون مسكناً مؤثثاً أو غير مؤثث.

إذا أردت تقديم طلب الحصول على قرض التجهيزات المنزلية تحدّث إلى الموظف المسؤول عنك في البلدية أو مسؤول ترسيخك في مكتب العمل. انتما تقوما سوية بتعبئة إستمارة الطلب وارسالها الى المصلحة المركزية للإعانات الدراسية (CSN). ويجب تقديم الطلب في غضون عامين من تاريخ استقبالك في إحدى البلديات.

قرض التجهيزات المنزلية هو قرض. وهذا يعني أنه عليك إعادة المال إلى CSN مع الفائدة. ويكون هذا الأمر نافذاً حتى لو انتقلت الى خارج السويد. يمكنك قراءة المزيد عن قرض التجهيزات المنزلية بلغات مختلفة على موقع CSN في: [www.csn.se/hemtrustningslan](http://www.csn.se/hemtrustningslan)

## ملاحظة الدفع

إذا لم تدفع فواتيرك وديونك في الوقت المحدد فسوف تحصل على رسائل تذكير بالدفع. إذا كنت لا زلت لم تدفع، تُرسل الفاتورة إلى شركة تحصيل ديون (inkassoföretag). إذا لم تدفع أيضاً الفاتورة المرسلة من شركة تحصيل الديون فستؤول قضيتك في النهاية الى سلطة الجابي الحكومي (Kronofogden) وبذلك توضع عليك ملاحظة في سجل الإئتمان.

الملاحظة في سجل الإئتمان هي علامة على أنك لم تكن ملتزماً بدفع فواتيرك. وهذا له آثار كبيرة بالنسبة لك كفرد. إذ يمكن أن يعني ذلك أنك ستواجه صعوبة في الحصول على قرض، إستئجار شقة، الحصول على عمل أو إشترك هاتف.

هناك شركات تعمل على توفير معلومات عن الحالة المالية لفرد أو شركة. و تُسمى شركات المعلومات الائتمانية (kreditupplysningsföretag). إذا أردت على سبيل المثال شراء هاتف محمول بالتقسيط يقوم البائع بالاتصال بشركة معلومات ائتمانية. عندها يمكنهم إعطاء معلومات إذا كانت لديك ملاحظة في سجل الإئتمان. الملاحظة في سجل الإئتمان تبقى لمدة ثلاث سنوات للفرد وخمس سنوات للشركة.

## سلطة الجابي الحكومي (Kronofogden)

سلطة الجابي الحكومي تُسمى على الأغلب فقط الجابي الحكومي (Kronofogden). تتولى سلطة الجابي الحكومي أمر الديون التي لم يتم دفعها. إذا كان شخص مديناً لك بمال يمكن للجابي الحكومي أن يساعدك في استعادة المال. كما يعمل الجابي الحكومي في تسوية الديون. ويعني ذلك أن الجابي الحكومي يساعد الشخص الذي ينوء تحت عبء ديون كبيرة ليستطيع ترتيب وضعه الاقتصادي.

## الأمان

لتكون قادراً على العيش حياة آمنة توجد في السويد سلطات معنية بالأمان. وهناك أيضاً أشياء يمكنك القيام بها بنفسك بخصوص سلامتك.

## خدمة الإنقاذ/الدفاع المدني

تقوم خدمة الإنقاذ بإطفاء الحرائق عند نشوبها وتساعد عند وقوع حوادث في حركة المرور أو في البحر. خدمة الإنقاذ تعمل أيضاً على منع نشوب الحرائق. ويمكنها على سبيل المثال شرح كيفية عمل جهاز الإنذار ضد الحريق وطفايات الحريق. خدمة الإنقاذ تُسمى أيضاً ادارة الاطفاء وتتبع البلدية.

## هكذا تفعل إذا نشب حريق

- إنقذ - أنقذ الأشخاص الذين هم في خطر، ولكن لاتعرض نفسك لأي مخاطر. تذكر أن دخان الحريق سام. إزحف على الأرض للخروج. أغلق النوافذ والأبواب.
- حدّر - حدّر الأشخاص المهتدين بالحريق.
- أنذر - شغل إنذار الحريق إن وُجد واتصل بالرقم 112 من مكان آمن. إستقبل خدمة الإنقاذ عند مجيئهم.
- اطفئ - إذا كان لديك معدات إطفاء فيمكنك البدء بالإطفاء. رش من طفاية الحريق على الجمر - وليس على النار.

الأهم هو إذا رأيت حريقاً أن تتصل بالرقم 112! يجب عليك الإخبار عن مالذي حدث وما هي الأضرار المرئية. ويجب عليك أيضاً أن تبلي عن العنوان وأين توجد الحاجة إلى المساعدة ومن أنت الذي تتصل.

## الشرطة

إذا كنت تريد أن تسأل الشرطة عن شيء أو الإبلاغ عن جريمة فعليك الإتصال بالرقم 114 14. وهذا هو الرقم نفسه لكل السويد. إذا كانت ثمة حاجة ملحة وشيء يحدث في حالة طارئة فيجب عليك الاتصال على الرقم 112. كما يجب عليك الإتصال بالرقم 112 إذا رأيت جريمة، وإذا تعرض أحد ما لإصابة ويحتاج إلى مساعدة أو إذا كان هناك حريق.

## السلامة المرورية

مصلحة المرور هي السلطة السويدية المسؤولة عن السلامة المرورية. هدف السلطات السويدية هو أن لا أحد يجب أن يقتل أو يصاب إصابة خطيرة في حركة المرور. جزء مهم هو أن يلتزم مستخدمو الطريق بالسرعة



سيارة شرطة

تصوير: كلاس أريكسون (Klas Eriksson)

الصحيحة، يسوقون وهم ليسوا تحت تأثير الكحول وأن الجميع يستخدمون الحماية. ينص القانون على وجوب استخدام جميع الركاب في السيارة حزام الامان. الأطفال يحتاجون إلى حماية خاصة، مثل وسادة الجلوس أو مقعد/ كرسي الأطفال. كما ان هناك أيضاً قانون ينص على أن جميع الأطفال دون سن 15 سنة يجب أن يرتدوا خوذة عند ركوب الدراجات الهوائية.

في السويد يجب عليك قيادة السيارة والدراجة الهوائية على الجانب الأيمن من الطريق. إستخدم مسار الدراجات الهوائية إن وُجد. عليك أن تمشي في مسار المشاة أو على الرصيف إن وُجد. وعليك أيضاً أن تمشي على الجهة اليُسرى في شارع أو طريق. إستخدام منطقة عبور المشاة عندما تريد عبور شارع. عندها يجب على السيارات والدراجات أن تفسح لك الطريق.

## أسئلة للمناقشة الفصل 2

ما هي الأقليات الموجودة في بلدك/في البلدان الأخرى التي تعرفها؟

ما هو رأيك بخصوص الحق العام للوصول الى الطبيعة؟

ما هي الطرق التي يمكنك من خلالها العثور على شقة؟

ما الذي يُستحسن أن تأخذه بنظر الاعتبار عند استخدامك المساحات المشتركة بجانب مسكنك؟

لماذا هو مهم جداً عدم رمي، إطلاق أو شطف النفايات الخطرة؟

أي نشاطات بلدية كان لك إتصال معها؟

ماذا يحدث إذا حصلت على ملاحظة دفع في سجل الإئتمان؟

ما هو رأيك بقواعد قواعد السلامة المرورية السويدية لحماية الأطفال؟



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

عامل تبليط بالحجر

# 3. أن تُعيل نفسك وتتطور في السويد

## المحتوى

سوق العمل في السويد

أن تكون مستخدماً/موظفاً

البحث عن عمل

أن تؤسس شركة خاصة بك

تأمين البطالة

دفع الضرائب

قيد النفوس/السجل المدني

التأمينات الاجتماعية

العيش مع انخفاض القدرات الوظيفية

تأهيل الكبار

وقت الفراغ وحياة الجمعيات

## سوق العمل في السويد

يمكن تقسيم سوق العمل إلى القطاع الخاص والعام. في القطاع الخاص توجد شركات ربحية يمتلكها أشخاص. قد تختلف هذه الشركات في أنواعها فيمكن أن تكون على سبيل المثال متاجر صغيرة أو محلات تجارية أخرى، صناعات تحويلية، نشاط البناء، قانونية وإقتصادية، نقل ومطاعم. ما يقارب من 70% من مجموع المستخدمين يعملون في القطاع الخاص.

القطاع العام مملوك للدولة، البلديات ومجالس المحافظات. في القطاع العام يعمل الكثير من الناس في مجالات مثل الرعاية الطبية، التعليم، الشرطة، الرعاية الاجتماعية، المدرسة التمهيدية، حماية البيئة، التعامل مع النفايات، والمياه والصرف الصحي وخدمة الإنقاذ.

### مهن تنقصها الأيدي العاملة الماهرة - هنا توجد الوظائف

المهن التي يعتقد انها سوف تعاني من نقص في المستخدمين في المستقبل تُسمى مهن تنقصها الأيدي العاملة الماهرة.

التعليم مهم للحصول على عمل في السويد والتعليم الطويل يمنح غالباً الكثير من الفرص للحصول على عمل. العديد من أرباب العمل يشترطون أن من يتقدم بطلب الحصول على عمل يجب ان يكون حاصلًا على الأقل



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

الحلاقون غالباً هم أصحاب شركات خاصة بهم.

على المؤهل الثانوي. هذا يعني أنك تحمل شهادة تخرّج من المدرسة الثانوية. أن تكون حاملاً لشهادة المدرسة الثانوية هو أيضاً أمرٌ ضروري للقبول في التعليم العالي.

أدناه يمكنك قراءة أي المهن يرى مكتب العمل أنها سوف تعاني من نقص خلال المستقبل القريب. (المصدر: مكتب العمل، Arbetsförmedlingen)

المهن التي تتطلب تعليماً في المدارس العليا حيث يوجد فيها أكبر نقص في عدد الباحثين عن العمل (حيث من الأسهل الحصول على وظيفة) خلال سنة 2017

- مهندسون وتقنيون/فنيون في هندسة التعدين والمعادن
- أطباء
- مطورو برمجيات وأنظمة
- سكرتيرة/خدمات اجتماعية
- أخصائي تقييم المعونة
- ممرضات/ممرضين، في مجال الرعاية النفسية، وطب الطوارئ، وطب الشيخوخة، وطب الأطفال، والأشعة، وكذلك ممرضات العمليات وممرضات مناطق.
- تربويون متخصصون
- مهندسون مدنيون، مهندسي بناء وتشبيد، هندسة كهرباء وهندسة اتصالات سلكية ولاسلكية
- مهندسو بناء وتقنيو بناء
- مهندسو تقنية معلومات
- مهندسو تهوية، تدفئة وصرف صحي
- معلمات/معلمي مدرسة تمهيدية/روضة أطفال
- معلم/ة (الصفوف الأخيرة في المدرسة الأساسية)

المهن التي تتطلب مستويات أخرى من التعليم حيث يوجد فيها أكبر نقص في طالبي عمل (حيث أنه من الأسهل الحصول على وظيفة) خلال سنة 2017

- طهارة
- بنائين
- مساعدة/ممرضة
- مصفّحو مباني
- فني/ة ألواح معدنية رقيقة
- ميكانيكي/ة سيارات وشاحنات
- سائق/ة شاحنة
- فني تركيب مواد عازلة

- عامل رصف أرضيات
- فني/ة تمديدات كهربائية
- فني تهوية تدفئة وصرف صحي
- بناؤن لتركيب الأسقف
- عامل خرسانة
- عامل أخشاب/ نجار
- صباغ (دهان)
- صانع معدّات
- عامل تأسيسات
- مبلّط أرضيات
- فني تحكم وتنظيم
- سكرتيرة طبية

## أين توجد فرص العمل في المستقبل؟

يرى مكتب العمل في توقعاته بأنه سيكون أيضاً هناك نقص في الأيدي العاملة في مهن معينة في المستقبل، في غضون خمس الى عشر سنوات. يتم تعويض هذا النقص في المستخدمين إلى حد ما بأن ينتقل الناس إلى السويد. فيما يلي قائمة بالمهن والمجموعات التي ستكون بحاجة إلى موظفين في غضون خمس الى عشر سنوات.

## مهن ومجموعات تعاني نقصاً كبيراً في اليد العاملة في غضون خمس الى عشر سنوات

- مهن مجال الأنظمة المعلوماتية
- معلمات/معلمي مدرسة تمهيدية وأخصائيين تربية أوقات الفراغ
- معلمات/معلمي مدرسة أساسية
- معلمات/معلمي مدارس ثانوية
- أطباء
- ممرضات
- تربويون متخصصون
- أطباء أسنان
- ممرضات/ ممرضو رعاية الاسنان الطبية
- مساعداً ممرضة
- مهن هندسية
- ميكانيكي سيارات وشاحنات
- مصلحي مكائن
- سائق/ة حافلات النقل

- سائق/ة قطارات
- مشغلي التحكّم لرقمي باستخدام الحاسوب
- طبّاخين/طباخات
- عدد كبير من مهن مجال البناء

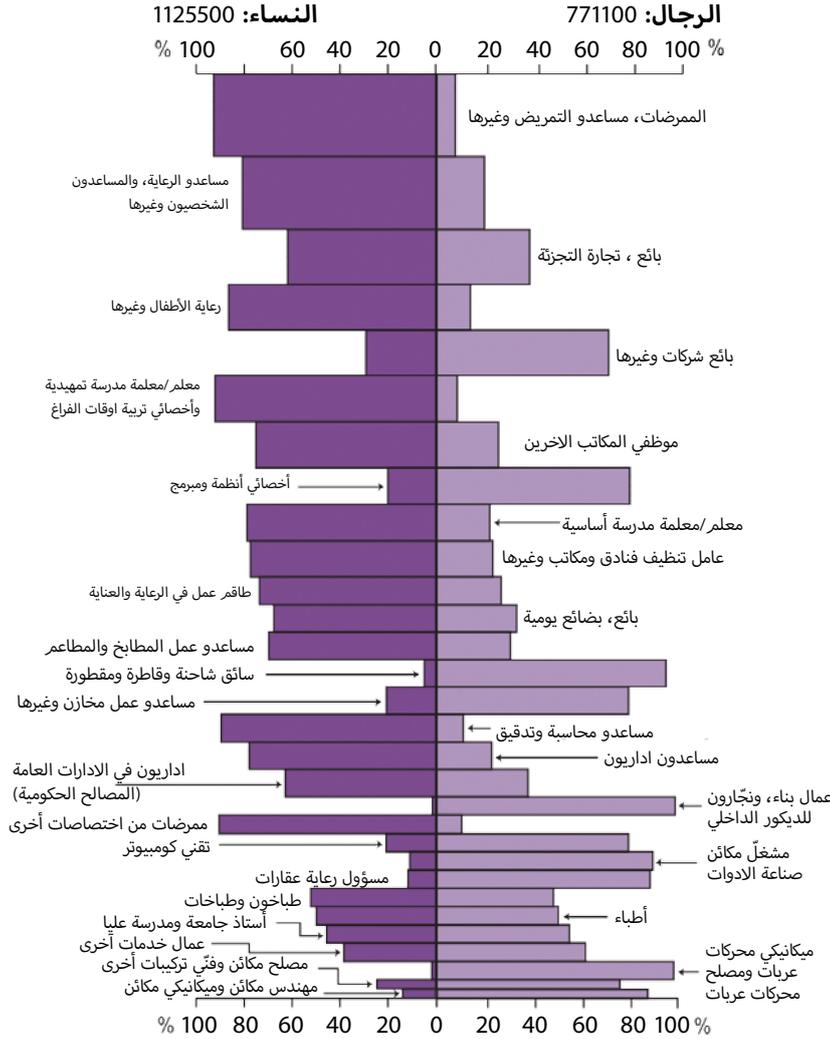
المصدر: مكتب العمل (Arbetsförmedlingen)

## المساواة في سوق العمل

المساواة (jämställdhet) تعني أن المرأة والرجل لهما نفس الحقوق، والواجبات والفرص في جميع المجالات الأساسية في الحياة. وقد وضعت الحكومة أهدافاً لكيفية زيادة المساواة في السويد (اقرأ المزيد عن ذلك في الفصل 4). عندما يرفع المجتمع مهارات وإبداع كل من الرجال والنساء فإن ذلك يسهم في أمور من بينها قدرٌ أكبر من العدالة والنمو الاقتصادي.

السويد هي من نواح عديدة بلد المساواة. ما يقارب 80 بالمائة من جميع النساء في السويد بين عمر 20 و 64 سنة يعملن خارج المنزل، وهي نسبة عالية مقارنة مع العديد من الدول الأخرى. ولكن هناك عدم مساواة في سوق العمل. النساء اللواتي يعملن في نفس المهن التي يعمل فيها الرجال يحصلن عادة على رواتب/أجور أقل على الرغم من أنهن يؤديين نفس العمل مثل الرجال. كما أنّ عدد النساء أقل من الرجال في إدارات الشركات. البحوث تبين أيضاً أن هناك فرقاً في الفرص المتاحة بين الرجل والمرأة في الجمع بين العمل والحياة الأسرية. النساء يقمنَ بمعظم الأعمال المنزلية حتى إذا كن يعملن بنفس القدر كما الرجال. عدد النساء أكثر من الرجال فيما يتعلّق بأخذ إجازة الأبوة والأمومة خلال فترات أطول.

تعمل الحكومة من أجل قدر أكبر من المساواة في العديد من المجالات. على سبيل المثال الهدف هو أنه لا ينبغي على النساء والرجال إختيار المهن على أساس جنسهم ولكن بناءً على الكفاءة، المهارة والرغبة. هناك تقسيم في سوق العمل في السويد حيث يعمل على سبيل المثال نساء أكثر في مجال الرعاية والعناية ورجال أكثر في مجالات التقنية والبناء. وهناك أيضاً رجال أكثر من النساء ممن يؤسسون شركات خاصة بهم ويعملون كمدرّاء في مكان عمل.



المصدر: مكتب الإحصاء المركزي SCB

الصورة تبين التوزيع بين الجنسين في الثلاثين مهنة الأكثر شيوعاً في السويد. فقط في ثلاثة من أكبر 30 مهنة كان التوزيع متماثلاً على أساس الجنس، أي، 40-60 بالمائة من كل جنس.

## الرموز الاجتماعية في سوق العمل

هناك بعض الرموز الاجتماعية التي يمكن اعتبارها نموذجية في سوق العمل السويدي.

ومن الشائع جداً أن تنظيم مكان العمل «مسطحاً» وليس هرمياً. هذا يعني أن المدير/ الرئيس والموظفين/ العمال يقررون الكثير سوية. هذه الطريقة في اتخاذ القرارات قد تستغرق مزيداً من الوقت ولكنها تُنتج غالباً زيادة في الشعور بالمشاركة ومسؤولية أكبر. ويتوقع من المستخدم غالباً أن يتحمل المسؤولية في العمل.

الجو العام في العديد من أماكن العمل هو غالباً غير رسمي. ويمكن أن يتعلّق هذا بالطريقة التي ينادي المستخدمون بعضهم البعض وما هي الملابس التي يرتديها المرء. ومن الشائع أن يرتدي المرء "ملابس غير رسمية" في العمل.

الوقت هو مسألة مهمة في العديد من أماكن العمل السويدية. فمن المهم أن تأتي في الوقت المحدد.

فترة مهمة من يوم العمل في العديد من أماكن العمل هي فترة إستراحة تناول القهوة عندها يتلقى الجميع، يتحدثون ويشربون القهوة أو الشاي.

## رب العمل والمستخدم/الأجير

ينقسم سوق العمل إلى طرفين: رب العمل والمستخدم/الأجير.

المستخدم/الأجير يُسمى أيضاً موظف. توجد جمعيات/منظمات لكل من المستخدمين وأرباب العمل. هذه جمعيات أو منظمات يتعاون فيها العاملون أو أرباب العمل ويعملون من أجل مصالحهم في سوق العمل. جميع أعضاء الجمعية أو المنظمة يمكنهم المشاركة والتأثير.

منظمات أرباب العمل تمثل مصالح أرباب العمل.

أكبر منظمات أرباب العمل هي:

- إتحاد القطاع التجاري والصناعي السويدي (Svenskt näringsliv) للشركات الخاصة
- مصلحة أرباب العمل (Arbetsgivarverket)، ومنظمة البلديات والتنظيمات النيابية للمحافظات السويدية (SKL) لمحلات العمل التابعة للقطاع العام

النقابات التي تمثل مصالح الموظفين، المستخدمين.

أكبر النقابات هي:

- أل أو LO (الإتحاد العام لنقابات العمال السويدية)
- تي سي أو TCO (الاتحاد المركزي للموظفين)
- ساكو SACO (الإتحاد المركزي للأكاديميين السويديين)

الإتحادات الوطنية النقابية تتكون من العديد من النقابات الصغيرة التي تمثل مختلف المهن والصناعات.

وجدت النقابات في السويد منذ ثمانينات القرن التاسع عشر ويختار العديد من المستخدمين أن يكونوا أعضاءً فيها. صندوق البطالة مرتبط بالنقابة التي أنت عضو فيها. الانتماء الى نقابة إختياري. الأعضاء في النقابة يدفعون رسم عضوية. ومن المعتاد أن يكون المرء عضواً في كل من النقابة

وصندوق البطالة (A-kassa). أن صندوق البطالة هو جمعية إقتصادية تعطي المال لأعضائها إذا أصبحوا عاطلين عن العمل. هناك العديد من صناديق البطالة المختلفة وغالبا ما يكون صندوق البطالة مرتبطاً بالنقابة التي أنت عضو فيها.

تلتقي نقابات العمال وإتحادات أرباب العمل بانتظام للتفاوض حول القواعد التي ستسري في سوق العمل. هذه المفاوضات تشمل الأجور وغيرها من الحقوق والواجبات في مكان العمل. هذا وأن الحق في التفاوض منصوص عليه في قانون المشاركة في القرارات (MBL).



هناك العديد من القوانين والاتفاقيات التي تُنظم سوق العمل السويدي. تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

## قانون العمل

هناك العديد من القوانين والاتفاقيات التي تسري على العمل في السويد القوانين والقواعد التي تسري بين أرباب العمل والموظفين/العمال تُسمى قانون العمل (arbetsrätt).

## قانون المشاركة في القرارات (MBL)

أن قانون المشاركة في القرارات (MBL)، قانون مهم ضمن قوانين العمل. ويتضمن قواعد حول الحق في تنظيم نقابات في مكان العمل. ينص القانون أيضاً على أنه يجب على أرباب العمل إبلاغ الموظفين/العاملين عن الأمور الهامة التي سوف تسري على مكان العمل. كما يجب على رب العمل أن يتفاوض مع النقابة قبل أن يقرر بشأن التغييرات في مكان العمل.

## قانون حماية التوظيف (LAS)

قانون حماية التوظيف (LAS)، يحمي المستخدمين عند تسريحهم أو إقالتهم.

القانون يسري بالدرجة الأولى على الموظفين المستخدمين حتى إشعار آخر. القانون ينص على أنه لا يمكن فصل شخص من العمل دون سبب وجيه. السبب الوجيه يمكن أن يكون عدم وجود عمل أو أن الموظف لا يقوم بعمله.

في قانون حماية التوظيف توجد قواعد حول أي الموظفين سيتم إنهاء خدمتهم أولاً بسبب النقص في العمل. ويُسمى قواعد الترتيب المتسلسل. القاعدة العامة هي أن من لديه أقصر فترة توظيف يتم إنهاء خدمته قبل الذي لديه فترة توظيف أطول.

## الاتفاقية الجماعية

الإتفاقية الجماعية هي إتفاقية مكتوبة بين رب العمل ونقابة من النقابات. توجد في الإتفاقية الجماعية قواعد حول مثلاً أوقات العمل، الإجازة السنوية والرواتب/الأجور. وغالبا ما تكون الإتفاقية الجماعية هي التي تتحكم براتبك/أجرك.

الإتفاقية الجماعية غالباً تحتوي على قواعد حول:

- أشكال التوظيف
- ساعات العمل الاضافية
- الرواتب/الأجور والتعويضات
- أوقات العمل
- الإجازات
- التسريح من الخدمة
- التقاعد والتأمين ضد الحوادث.

في الإتفاقية الجماعية يتم تحديد مقدار الحد الأدنى لرواتب/أجور الموظفين/العاملين. الإتفاقية تسري أيضاً على المستخدمين الذين ليسوا أعضاء في نقابة ولكن يعملون في مكان عمل لدية إتفاقية جماعية. لا يوجد قانون في السويد يُحدد مستوى الحد الأدنى للرواتب.

حتى لو كان رب عملك لديه إتفاقية جماعية فمن الممكن لك التفاوض أو مناقشة راتبك مع رب عملك. يمكنك الحصول على راتب مختلف اعتماداً على مدى صعوبة العمل وكيفية قيامك بأداء مهام العمل. معظم المنظمات والشركات الكبيرة لديها إتفاقية جماعية مع نقابة ولكن هناك أيضاً أرباب عمل ممن ليست لديهم إتفاقية جماعية.



تصوير: بيورن تيش (Björn Tesch)

مكتب العمل يقوم بتنظيم معارض هناك يمكنك البحث عن عمل والحصول على فرصة للقاء أرباب العمل وطرح الأسئلة.

## النزاعات في مكان العمل

النزاع أو الشجار في مكان عمل يجب أن يحل بأسرع وقت ممكن وأن يتم إعطاء جواب حول من هو الطرف الذي كان على حق. أنها مسؤولية رب العمل، المدير/الرئيس أن يعمل على حل النزاعات. اذا دخلت في نزاع فيجب عليك التحدث إلى رئيسك في العمل (رب العمل). إذا كان لديك نزاع مع مديرك وأنت عضو في نقابة فيمكنك الحصول على دعم من نقابتك. عندما يحصل نزاع بين رب عمل ومستخدم ولا يتوصلان إلى إتفاق بشأن مسألة ما في مكان العمل فيمكنهم الاتصال بمحكمة العمل (AD). يمكن للمحكمة عندها التحقيق في النزاع وإعطاء الجواب بخصوص الطرف صاحب الحق.

## أن تكون مستخدماً/موظفاً

عندما تكون لديك توظيفاً فمن المهم التفكير في ما هي الحقوق والواجبات التي لديك بالعلاقة مع رب العمل. هنا يمكنك أن تقرأ عن الأشياء التي من المهم أن تعرفها عندما يتم توظيفك.

### أشكال التوظيف

هناك شكلين مختلفين من التوظيف:

- توظيف إلى إشعار آخر
- توظيف محدد بوقت

التوظيف إلى إشعار آخر يُسمى أحياناً أيضاً بالوظيفة الثابتة حيث التوظيف سارٍ إلى إشعار آخر. وهذا يعني انه لا يوجد له تاريخ انتهاء.

التوظيف المحدد بوقت هو توظيف خلال وقت محدد.

### أمثلة على التوظيف المحدد بوقت:

هناك أنواع مختلفة من أشكال التوظيف المحدد بوقت.

### توظيف عام لفترة معينة

التوظيف العام لفترة معينة يعني أنه يتم توظيفك خلال فترة محددة، من تاريخ يوم إلى تاريخ يوم آخر أو أن يتم توظيفك لفترة معينة للعمل على مهمة عمل محددة. أمثلة على التوظيف لفترة معينة يمكن ان يكون أنك تعمل في مشروع محدد بوقت كموظف مشروع. يمكنك الحصول على توظيف عام لفترة معينة عندما يتصل بك رب العمل وأنت تحصل على راتب لكل ساعة عمل تؤديها. هذا يُسمى أحياناً توظيف للعمل بنظام الساعات (timanställning).

## وظيفة مؤقتة

إذا تمّ توظيفك بوظيفة مؤقتة فأنت تعمل بدلاً عن شخص آخر، على سبيل المثال شخص لديه إجازة أبوة/أمومة.

## توظيف على سبيل التجربة

عندما تحصل على توظيف إلى إشعار آخر فمن الطبيعي أن تبدأ الوظيفة بتوظيف على سبيل التجربة. التوظيف على سبيل التجربة هو وسيلة لرب العمل لتجربتك كموظف. الفكرة هي أنّ التوظيف على سبيل التجربة سيصبح لاحقاً توظيف إلى إشعار آخر. التوظيف على سبيل التجربة يجب أن لا يكون أطول من ستة أشهر ولكن يمكن أيضاً إنهائه بوقت مبكر.

إذا كان لديك العديد من فرص التوظيف لفترة معينة لدى نفس رب العمل، فيمكنك بموجب القانون أن تحصل على حق التوظيف إلى إشعار آخر. هذا ينطبق إذا كنت، خلال فترة زمنية قدرها خمس سنوات، قد بلغ مجموع ما عملت لدى رب عمل أكثر من سنتين. فيتحول توظيفك إلى توظيف إلى إشعار آخر. هذا ما يسمى التوظيف من خلال لاس (inlasad). منصوص على هذه القواعد منصوص في القانون حول حماية التوظيف (LAS).

## الراتب/الأجر

الراتب الثابت التي يُدفع في مناسبة واحدة كل شهر يُسمى راتباً شهرياً. إذا كنت تحصل على راتب بالساعة فسوف تحصل على مبلغ معين لكل ساعة تعمل فيها.

## عقود التوظيف/اتفاقيات التوظيف

عندما تحصل على وظيفة/عمل تقوم بالتوقيع على عقد عمل أو إتفاقية عمل. يجب أن يكون مذكوراً في عقد العمل أو إتفاقية العمل:

- إسمك ورقمك الشخصي
- مهام عملك وأسم الوظيفة
- أسم رب العمل ومكان العمل
- تاريخ بدء الوظيفة
- شكل التوظيف الذي حصلت عليه
- مدة الإخطار بإنهاء العمل، أي الوقت من اليوم التي تعرف فيه أنه يجب عليك ترك العمل أو أن تستقيل لغاية اليوم الذي ينتهي فيه عملك
- الراتب الذي تحصل عليه قبل إستقطاع الضريبة - الراتب الإجمالي
- كم هي مدة الإجازة السنوية المدفوعة التي يحقّ لك التمتعّ بها.

## وقت العمل

وقت العمل العادي بموجب القانون يجب أن يكون مدة أقصاها 40 ساعة في الأسبوع في نفس مكان العمل. إذا كنت تعمل لمدة 40 ساعة في ساعات النهار فهذا عمل بدوام كامل. إذا كنت تعمل في أوقات أخرى، على سبيل المثال في الليل، فيمكن أن يكون العمل بدوام كامل أقل من 40 ساعة. عندما يتجاوز شخص بدوام كامل ساعات العمل العادية فيسمى هذا وقت إضافي/دوام إضافي (övertid). يحق لك الحصول على تعويض إضافي إذا عملت وقتاً إضافياً.

## قانون الإجازة السنوية

يحق لك استناداً الى قانون الإجازة السنوية الحصول كحد أدنى على 25 يوم إجازة في السنة، بغض النظر عن شكل التوظيف الذي لديك أو إذا كنت تعمل بدوام كامل أو بدوام جزئي. ولكن هذا لايسري عليك أنت الموظف لفترة معينة وتحصل على راتب بالساعة. أما أنت الذي لديك توظيف لفترة معينة وتحصل على راتب بالساعة ستحصل بدلاً عن ذلك على إضافة/علاوة قدرها إثني عشر في المئة من الراتب الإجمالي (الراتب قبل إستقطاع الضريبة)، هذا يُسمى تعويض الإجازة السنوية.

يمكنك الحصول على المال بدلاً من الإجازة السنوية إذا تركت العمل ولا تستطيع أخذ إجازتك السنوية. عندها تحصل على إثني عشرة في المئة من الراتب الذي كنت تتقاضاه خلال السنة.

## إذا مرضت أثناء العمل

إذا كنت موظفاً ومرضت فيجب عليك تبليغ رب عملك في أول يوم عمل تمرض فيه. يدفع رب العمل راتباً مَرَضياً لأول 14 يوم. أول يوم أنت مريض فيه هو يوم انتظار غير مدفوع الأجر (karensdag). وهذا يعني أنك لن تتقاضى أي أجر على هذا اليوم. من اليوم الثاني لمرضك تحصل على 80 في المائة من راتبك. إذا كنت مريضاً ولاتذهب إلى العمل لأكثر من سبعة أيام فيجب أن يكون لديك شهادة من طبيب على أنك مريض إذا أردت الإستمرار في الحصول على الراتب المَرَضِي. وتُسمى شهادة طبية (وثيقة طبية).

## البحث عن عمل

البحث عن وظيفة يمكن أن يستغرق الكثير من الوقت وهناك العديد من الأشياء للتفكير فيها. هنا بعض النصائح حول كيف تبحث عن عمل.

- يمكنك الذهاب إلى مكتب العمل والبحث عن عمل من خلال إعلاناتهم حول الوظائف الشاغرة.
- يمكنك الاتصال بشركات التوظيف (bemanningföretag) التي توجر مستخدمين إلى مختلف الشركات.
- يمكنك الاتصال بشركات الإستخدام (rekryteringsföretag) التي تجد أشخاصاً لصالح شركة تريد استخدام موظفين جدد.
- يمكنك الإجابة على إعلانات الوظائف الشاغرة في الصحف/الجرائد اليومية أو على الانترنت.
- يمكنك الإتصال شخصياً بأرباب العمل.
- يمكنك أن تسأل الناس الذين تعرفهم - إستخدام شبكة علاقاتك الشخصية. عدد كبير جداً يحصلون على عمل من خلال العلاقات الشخصية.

### مكتب العمل (Arbetsförmedlingen)

مكتب العمل هو سلطة رسمية موجودة في جميع أنحاء البلاد. مكتب العمل يخبرك كيف تجد عملاً ويوفر معلومات حول مختلف المهن و التأهيلات الدراسية. مكتب العمل ينشر إعلانات عن وظائف شاغرة على موقعه على الانترنت: [www.arbetsformedlingen.se](http://www.arbetsformedlingen.se)

عندما تكون قد حصلت على تصريح الإقامة فمن المهم أن تسجل نفسك كباحث عن عمل لدى مكتب العمل.

### مساعدة تعويض ترسيخ

إذا كان يحق لك الاستفادة من مساعدة تعويض الترخيخ فإن موظف في مكتب العمل يقوم معك سوية بإعداد خطة ترسيخ. خطة الترخيخ هي تخطيط لكيفية دخولك إلى سوق العمل، وتسري لمدة سنتين يحق لك فيها الحصول على تعويض ترسيخ.

### دعم للباحثين عن عمل

لدى مكتب العمل أنواعاً مختلفة من الدعم للباحثين عن عمل. ويوجد دعم خاص للقادم حديثاً لكي يحصل بشكل أسهل على عمل.

كما توجد أيضاً فرصة للحصول على تدريب عملي في مكان عمل. التدريب العملي يعني أن تعمل في مكان عمل خلال فترة في نفس الوقت الذي تحصل فيه على تعويض مادي من صندوق التامينات (Försäkringskassan). أي أنك لن تحصل على راتب/أجر من ربّ العمل.

التدريب العملي يمنحك فرصة الدخول إلى سوق العمل في السويد وان تبين مهاراتك في العمل. فهو يعطيك تجربة من عمل في السويد ويمكن زيادة فرصك في الحصول على عمل. اذا سارت الامور بشكل جيد أثناء التدريب العملي فيمكنك أن تسأل إذا كان يمكنك استخدام رب عملك



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

كمرجع عندما تبحث عن عمل. هذا يعني أن من تبحث عن عمل جديد لديه يمكنه الإتصال والسؤال إذا كنت عملت بشكل جيد خلال التدريب العملي. انه أمر جيد أن يكون لك مرجع. تقريباً جميع أرباب العمل يطلبون ذلك عندما يقومون باستخدام أحد ما. لدى مكتب العمل تأهيلات دراسية لمختلف المهن. الفكرة هي أن الدراسة سوف تؤدي إلى عمل.

## العمل المدخلي لسوق العمل وعمل البداية الجديدة

العمل المدخلي لسوق العمل وعمل البداية الجديدة هما فرصتان للعمل للأشخاص الحاصلين على تصريح الإقامة خلال السنوات الثلاث الماضية. يمكن أن يحصل ربّ العمل على جزء من الراتب كدعم من مكتب العمل. وهناك شرط للحصول على العمل المدخلي لسوق العمل وهو أن يدرس المرء في نفس الوقت اللغة السويدية للمهاجرين (SFI). إتصل بمكتب العمل إذا كنت مهتماً بالحصول على عمل مدخلي لسوق العمل أو عمل البداية الجديدة.

### وثائق تقديم طلب

عندما تتقدم بطلب للحصول على عمل فعليك إرسال الاوراق التي يطلبها ربّ العمل. غالباً يطلب رب العمل أن تُرسل رسالة شخصية وسيرة ذاتية (Curriculum Vitae - CV).

## سيرة ذاتية CV

كوريكولوم فيتايه (Curriculum Vitae - CV) كلمة لاتينية وتعني قصة حياة. في السيرة الذاتية تتحدث عن أهدافك في الحياة العملية، خبراتك في العمل، تعليمك ومعارفك الأخرى. ويمكنك أيضاً أن تتحدث عن نفسك وكيف أنت كشخص.

يمكن للسيرة الذاتية أن تحتوي على التالي:

- الاسم، العنوان، رقم الهاتف وعنوان البريد الإلكتروني.
- التعليم: قائمة بالتعليم الذي حصلت عليه.
- العمل: قائمة حول خبراتك من العمل.
- خبرات أخرى مثل المهارات اللغوية ومهارات الكمبيوتر.
- المراجع: اسم رب عمل سابق أو شخص يعرفك معرفة جيدة.
- معلومات شخصية قصيرة: الإهتمامات، العائلة وأنشطة أوقات الفراغ.



تحدث عن أهدافك في الحياة العملية، خبراتك في العمل، تعليمك والمهارات الأخرى وحيداً عن نفسك وكيف أنت كشخص.

تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

في السيرة الذاتية يمكنك أيضاً التحدث بإختصار عن ما كنت تقوم به من عمل في السابق ومحتوى تعليمك. الدرجات/العلامات والشهادات يمكن تقديمها عند إجراء مقابلة أو إذا سأل عنها رب العمل.

## رسالة تقديم طلب/رسالة شخصية

في رسالة الطلب أو الرسالة الشخصية تتحدث عن سبب رغبتك في هذا العمل بالتحديد أو هذه الشركة على وجه الخصوص. وتفسر أيضاً لماذا أنت مناسب لهذا العمل وما هي تجاربك السابقة. أنه من المهم أن الرسالة الشخصية مهيئة لهذا العمل الذي تطلبه.

يجب أن تكون الرسالة قصيرة، حوالي صفحة A-4 تكون مناسبة.

## إشعار إبداء الاهتمام (Intresseanmälan)

إذا كنت ترغب في العمل في مكان عمل، ولكن لا توجد إعلانات وظائف شاغرة، يمكنك إرسال إشعار إبداء اهتمام. وتُرسل سيرتك الذاتية ورسالة تتحدث فيها عن سبب رغبتك في العمل في مكان العمل هذا على وجه التحديد وما الذي تجيد عمله.

## مقابلة التوظيف

مقابلة التوظيف/العمل هي محادثة يلتقي فيها رب العمل بشخص يبحث عن وظيفة/عمل. هناك بعض الأشياء الهامة التي يجب مراعاتها عند الذهاب إلى المقابلة. إذ أنّ من المفيد أن تقرأ عن الشركة وأن تفكر بعناية حول ما لديك من خبرات تجعلك مناسباً للعمل. يمكنك على سبيل المثال البحث عن المعلومات على الإنترنت. هذا يدل على أنك مهتم بالعمل الذي تطلبه.

## أسئلة مُعتادة

قد يكون من المفيد أن تفكر ملياً بكيف يجب عليك الإجابة على مختلف الأسئلة خلال المقابلة. وقد يجعلك هذا تشعر بأمانٍ أكثر عندما تلتقي برب عمل.

الأسئلة المعتادة والطلبات:

- تحدث عن نفسك! من أنت كشخص؟
- تحدث عن وظائفك السابقة ودراساتك!
- كيف تعمل في مجموعة؟
- ما هي نقاط قوتك وخصائصك الإيجابية التي تتناسب مع هذا العمل؟
- ما هي النقاط التي تحتاج الى تحسينها؟ (قد يكون من المستحسن أن تبين أنك تعرف جوانبك الأضعف).
- لماذا قدمت طلب للحصول على هذه الوظيفة؟ مالذي يجذبك إليها؟
- لماذا يجب علينا تعيينك/توظيفك؟ ما الذي يجعلك مناسباً لهذا العمل؟
- ما هي خططك للمستقبل على المدى الطويل؟

## أشياء أخرى عليك التفكير بها عند إجراء مقابلة توظيف

الإنطباع الأول مهم عندما يلتقي المرء برب العمل. حاول ان تعرف مسبقاً إذا كان لمكان العمل أي شروط بخصوص نوع الملابس التي ينبغي إرتدائها أو أن تكون هناك أعراف خاصة للملابس.

العديد من أرباب العمل يتوقعون منك أن تحيهم عن طريق المصافحة باليد.

خلال مقابلة العمل  
تقوم على سبيل المثال  
بالإجابة على أسئلة حول  
لماذا قمت بتقديم طلب  
للحصول على هذه  
الوظيفة بالذات.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

من المهم أن تأتي في الوقت المحدد لمقابلة التوظيف. إذا تأخرت فيمكن أن تضيّع فرصك في الحصول على وظيفة.

## أن تؤسس شركة خاصة بك

في سنة 2017 كان هناك 500000 شخصاً في السويد يمتلكون شركات خاصة بهم. وهذا يعادل 9 في المائة من جميع الأشخاص في سوق العمل.

إذا كنت تريد تأسيس شركة خاصة بك فيمكنك الحصول على المساعدة والمشورة من منظمات أو سلطات مختلفة، مثل ALMI ومكتب العمل. توجد هناك الكثير من المعلومات عن تأسيس شركة خاصة بك على صفحات الويب:

[www.verksamt.se](http://www.verksamt.se) أو [www.tillvaxtverket.se](http://www.tillvaxtverket.se)

تقدّم مصلحة الضرائب لقاءات نشر معلومات مجانية في عدة أماكن في السويد. وهناك لقاءات اعطاء معلومات للراغبين في تأسيس شركات خاصة

حيث تُوضح مصلحة الضرائب كيفية تسجيل الشركة التجارية الخاصة بك وتقدّم لك نصائحاً قبل البدء بتأسيس شركتك الخاصة. كما يمكنك أيضاً الحصول على فرصة للقاء أشخاص من المنظمات المحلية. إذ يتحدثون عن المساعدة التي يمكنهم تقديمها لك بصفة أنك ستصبح صاحب شركة. إقرأ المزيد حول كيفية التسجيل في موقع مصلحة الضرائب:

[www.skatteverket.se](http://www.skatteverket.se)

آلمي فوريتاغزبارتنر (ALMI Företagspartner AB) مملوكة من قبل الدولة. تعمل آلمي من أجل تأسيس المزيد من الشركات ولكن أيضاً لتطوير الشركات الصغيرة والمتوسطة الحجم. تساعد آلمي من خلال كل من المعلومات وإعداد خطة عمل. خطة العمل هي وصف لكيف ستعمل مع شركتك.

آي إف أس الإستشارية (IFS Rådgivning) هي جزء من ALMI وموجودة للمهاجرين الذين يرغبون بتأسيس شركات. آي إف أس الإستشارية تقدم مشورة مجانية في لغات مختلفة. توجد آي إف أس في أنحاء مختلفة من السويد. إقرأ المزيد في موقع: [www.almi.se](http://www.almi.se).

## التمويل لتأسيس شركة

عندما تريد أن تبدأ العمل مع شركتك غالباً تحتاج إلى تمويل (نقود). في بعض الأحيان قد تحتاج إلى الحصول على مساعدة من شخص آخر. عادة ما يكون من الأسهل ترتيب الحصول على التمويل لشركتك إذا كان لديك فكرة تجارية جيدة وخطة عمل مدروسة. هناك طرق مختلفة لترتيب الحصول على التمويل لتؤسس شركة، مثلاً:

- **قرض مصرفي**  
إذا لجأت إلى أحد البنوك فيقوم البنك بتقييم وضعك المالي ويحدد ما إذا كان يمكنك إقتراض المال وفي هذه الحالة كم من المال يمكنك الإقتراض. ويتم تسديد القرض المصرفي مع الفائدة.
- **رأس مال المخاطرة (رأس المال الاستثماري)**  
رأس مال المخاطرة هو المال الذي يقوم ممول بإستثماره في شركتك ليتمكن في المستقبل من كسب المال. حتى هذا يتطلب خطة جيدة للغاية وفكرة ويعني غالباً أنك تُبرم إتفاق شراكة في شركتك.
- **إعانة مالية أو قرض من خلال التمويل العام على سبيل المثال من مكتب وساطة العمل أو ALMI.**

# تأمين البطالة

ما يقارب من نصف عدد السكان في السويد لديهم عمل براتب. أن معدل البطالة هو حوالي 6,5 في المائة. أما معدل البطالة للشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 15-24 عاماً فهو أعلى إذ يبلغ حوالي 16,4 في المائة.

يوجد تأمين في السويد يحمي الشخص الذي يصبح عاطلاً عن العمل. هذا التأمين، المعروف بإسم التأمين ضد البطالة (arbetslöshetsförsäkring)، يجعل من الممكن للشخص العاطل عن العمل أن يكون له دخل عندما يقوم هو أو هي بالبحث عن عمل. يمكنك أن تصبح عضواً في صندوق البطالة (a-kassa) والذي هو جمعية إقتصادية تدفع المال للأعضاء العاطلين عن العمل. إذا أردت ان تصبح عضواً في صندوق بطالة فيجب عليك دفع رسم عضوية كل شهر.



تصوير: مكتب العمل (Arbetsförmedlingen)

## شروط الحصول على تعويض صندوق البطالة

إذا كنت عضواً في صندوق بطالة لمدة سنة واحدة على الأقل وعملت على نحو كافٍ خلال ستة أشهر من هذه السنة فإن من حقك أن تتقاضى تعويضاً يُحسب على أساس راتبك السابق. يمكنك الحصول على تعويض من صندوق بطالة لفترة أقصاها 300 يوماً أو 450 يوماً إذا كان لديك أطفال تحت سن 18 عاماً. خلال الـ 200 يوماً الأولى يكون تعويضك بحد أقصى 80 بالمائة من دخلك السابق. بعد ذلك يكون التعويض بحد أقصى 70 بالمائة. يمكنك الحصول على 910 كرونة في اليوم كحد أقصى خلال الـ 100 يوماً الأولى. ومن اليوم 101 الى اليوم 300 يمكنك الحصول على مبلغ أقصاه 760 كرونة في اليوم.

يمكنك فقط الحصول على تعويض صندوق البطالة لفترة معينة ويجب أن تبحث بنشاط عن عمل جديد خلال هذه الفترة. أن صندوق البطالة الذي تتبع له هو الذي يقرّر التعويض الذي يمكنك الحصول عليه.

إذا لم تكن عضواً في أي صندوق بطالة ولا تريد أن تصبح عضواً، فيمكنك تقديم طلب للحصول على تعويض البطالة لدى صندوق ألفا (Alfa-kassan). التعويض من صندوق ألفا هو مبلغ أساسي قدره 320 كرونه في اليوم الواحد.

المبلغ الأساسي هو التعويض الذي تحصل عليه إذا لم تكن عضواً في صندوق بطالة أو إذا كنت عضواً لفترة قصيرة. يتم دفع المبلغ الأساسي لمن أتم 20 سنة من العمر أو أكثر. يمكنك الحصول على المبلغ الأساسي من صندوق البطالة أو من صندوق البطالة التكميلي، صندوق ألفا.

## دفع الضرائب

النظام الضريبي السويدي هو الأساس للرفاهية السويدية. من خلال الضريبة يمكن للدولة أن توفر للجميع نفس الفرص للتعليم والحياة الكريمة في السويد. جزء كبير من نظام الرفاهية السويدي يُموّل بواسطة الضرائب. الضرائب على سبيل المثال هي التي تمول الرعاية الطبية، رعاية الأطفال، الخدمات الاجتماعية ورعاية المسنين. ولكن أيضاً الطرق، وسائل النقل العام، إستقبال اللاجئين والعمل البيئي المشترك يتم تمويلها من الضرائب.



صوره: مصلحة الضرائب

معظم الناس الذين يعيشون في السويد لديهم الثقة بأن المال الذي ندفعه للضرائب يستخدم لبناء المجتمع المشترك.

عندما تعمل تدفع ضريبة على راتبك. هذه الضريبة تُسمى ضريبة الدخل. الراتب الذي تحصل عليه قبل أن تدفع الضريبة يُسمى الراتب الإجمالي (bruttolön). الراتب بعد أن تدفع الضريبة يُسمى الراتب الصافي (nettolön). الراتب الصافي هو المال الذي يتبقى لك لتعيش منه. النظام الضريبي السويدي مبني على أساس أن الذين يكسبون الكثير من المال يدفعون ضرائب أكثر. وأولئك الذين ليس لديهم ما يكفي من المال لمعيشتهم يمكنهم الحصول على المساعدة من المجتمع.

الضريبة تختلف من بلدية إلى أخرى. وهي عادة ما تكون بين 29-35 في المائة من الراتب الإجمالي. إذا كنت تكسب الكثير فتدفع ضريبة حتى للدولة. إذا كنت تريد معرفة المزيد عن الضرائب يمكنك أن تجد معلومات على موقع مصلحة الضرائب: [www.skatteverket.se](http://www.skatteverket.se)

الدخل السنوي	ضريبة الدخل التي تدفعها
أكثر من 625,800 كرونة	29-35 في المائة ضريبة البلدية + 20% ضريبة الدولة + 5% ضريبة الدولة على الدخل الذي يزيد عن هذا الحد
بين 430,200 و 625,800 كرون	29-35 في المائة ضريبة البلدية + 20% ضريبة الدولة على الدخل الذي يزيد عن هذا الحد
دون 430,200 كرونة	29-35 في المائة ضريبة البلدية
دون 18,951 كرونة	أنت لا تدفع أي ضريبة

جدول حول مختلف معدلات الضريبة لضريبة الدخل. (الأرقام من 2017)

#### المصدر: مصلحة الضرائب

أنت الذي لديك نقدية مرضية (sjukpenning) أو راتب تقاعدي تدفع أيضاً ضريبة دخل. أنت تدفع ضريبة أيضاً عن المزايا التي تحصل عليها في عملك. إحدى المزايا قد تكون على سبيل المثال إذا إستخدمت سيارة العمل بشكل شخصي أو تحصل على قسائم/كوبونات طعام لشراء الغداء أو العشاء في مطعم.

## الإقرار الضريبي

كل سنة يجب على جميع أصحاب المداخيل من دافعي الضرائب أن يقوموا بتسليم إقرار ضريبي إلى مصلحة الضرائب. تُرسل مصلحة الضرائب إقرارك الضريبي إلى منزلك. في هذا الإقرار توجد معلومات عن مقدار ما كسبت وكم دفعت كضريبة خلال سنة واحدة. وتأتي المعلومات من ربّ العمل، شركات التأمين والمصارف. وعليك التأكد بأن المعلومات صحيحة. إستخدم الرموز الخاصة بالتعريف والتوقيع أو التوقيع الإلكتروني عند

إستمارة الإقرار الضريبي،  
توجد معلومات بلغات  
مختلفة على موقع  
الأنترنت الخاص بمصلحة  
الضرائب.



تصوير: مصلحة الضرائب

الموافقة والتوقيع على إقرارك الضريبي. كما يمكنك أيضاً الاتصال هاتفياً، أو ارسال رسالة نصية قصيرة، أو استخدام تطبيق مصلحة الضرائب أو الخدمة الالكترونية. توجد الرموز الى الأعلى في الاقرار الضريبي.

. كما يمكنك أيضاً ارسال اقرارك الضريبي في الاستمارة الورقية الى مصلحة الضرائب. ويجب تسليم الاقرار الضريبي الى مصلحة الضرائب في موعد أقصاه بداية شهر مايو.

## ضريبة القيمة المضافة (Moms)

ضريبة القيمة المضافة (mervärdesskatt) تُدعى في أحيان كثيرة moms. ضريبة القيمة المضافة هي ضريبة تُفرض على الأشياء والخدمات ويدفع الجميع ضريبة القيمة المضافة على الأشياء والخدمات التي يشترونها. أن ضريبة القيمة المضافة هي جزء من السعر الذي ندفعه. وتتغير نسبتها المئوية تبعاً لما يشتريه المرء: 25، 12 أو 6 بالمائة. كما أن هناك أشياء وخدمات لاتشملها ضريبة القيمة المضافة مثل الرعاية الصحية والتعليم. تستعمل الدولة ضريبة القيمة المضافة كاداة توجيه سياسية فتجعل ضريبة القيمة المضافة منخفضة على ما يُعتقد أنه من الجيد للناس شراءه.

## ضرائب غير مباشرة

الضريبة الانتقائية هي ضريبة إضافية على بعض السلع أو الخدمات المختارة بشكل خاص. وكمثال يمكننا أن نذكر الضريبة على المشروبات الكحولية، البنزين، الكهرباء والتبغ. وتستخدم الضريبة الانتقائية لترشيد الاستهلاك. هذا وأن الحكومة والبرلمان (الريكسداغ) هم الذين يقررون البضائع والخدمات التي تُفرض عليها ضريبة انتقائية وهي عادة ما تكون تلك التي تسبب أضراراً على البيئة والصحة.

## رسوم الضمان الاجتماعي

يدفع أرباب العمل رسوم ضمان اجتماعي لمستخدميهم. وتُسمى رسوم ربّ العمل وتذهب الى مجالات منها تقاعد الموظفين، نقدية الوالدين أو النقدية المرضية. إضافة الى رسم ربّ العمل يجب أن يدفع ربّ العمل أيضاً ضريبة على مستخدميه. ويتمّ هذا مرّة واحد شهرياً إلى مصلحة الضرائب. أما من يُدير شركته الخاصة فيدفع أيضاً عن نفسه الرسوم الاجتماعية وتسمى حينئذ بالرسوم الشخصية.

## أن تعمل بالأسود

العمل بالاسود يعني أنك لاتدفع ضرائب على الاجور التي تتقاضاها. أن المجتمع قائم على أساس أن جميع من يعملون يجب أن يدفعوا ضريبة. تُستخدم الضريبة لأغراض الرعاية الصحية، الطرق، العناية بالمسنين ومجالات الرفاه التي تخصّ جميع المواطنين.

إذا عملت بالاسود فقد يكون من الصعب الحصول على عقد مباشر لشقة سكنية أو أن تشتري أشياء بالتقسيط (تسليف). يرغب المؤجرون والشركات على الأغلب بأن تُبرز لهم عقد توظيف.

أنت يا من تعمل بالاسود:

- لن تحصل على عقد توظيف ولهذا السبب يمكن أن تقع ضحية للخداع فيما يخص الراتب.
- لا تحصل على تعويض من صندوق البطالة عندما تصبح عاطلاً عن العمل.
- لاتحصل على تعويض المرضية أو إجازة مدفوعة الأجر.
- لاتحصل على تعويض المرضية أونقدية الوالدين.
- يكون راتبك التقاعدي أقل.
- ليس مؤمناً عليك إذا صادف وتعرضت الى أذى جسدي أو آذيت شخصاً آخر أو صادف أن كسرت شيئاً اثناء العمل.

## قيد النفوس/السجل المدني

قيد النفوس (folkbokföring) يعني أنك مسجّل في مصلحة الضرائب كساكن في احدى البلديات في السويد. يحصل جميع المُسجلين في قيد النفوس على رقم شخصي (personnummer). العديد من الحقوق والواجبات لها علاقة بكونك مسجلاً في قيد النفوس ومكان سجل النفوس الذي أنت مسجّل فيه. ويسري هذا مثلاً على حق الحصول على نقدية الطفل وإعانة السكن، وأين ستدفع الضريبة وأين تقترع في الانتخابات.

تقوم كل بلدية بتخطيط نشاطها طبقاً لعدد الأشخاص الساكنين فيها. وإذا غيّرت عنوانك فعليك تبليغ مصلحة الضرائب خلال اسبوع واحد.

إقرأ المزيد عن قيد النفوس في موقع:

[www.skatteverket.se/folkbokforing](http://www.skatteverket.se/folkbokforing)

## شهادة قيد نفوس/ إخراج قيد

شهادة قيد النفوس هي وثيقة تُبيّن المعلومات المسجّلة عنك لدى مصلحة الضرائب. مثلاً الاسم، العنوان والحالة الزوجية. أنت تحتاج الى شهادة قيد نفوس مثلاً اذا كنت ستقدم طلباً للحصول على رخصة القيادة. ومن المهم أن تتذكّر أن شهادة قيد النفوس لا يمكن استعمالها لإثبات هويتك.

اذا كنت بحاجة الى شهادة قيد نفوس يمكنك حجزها على موقع الانترنت التابع لمصلحة الضرائب أو لدى أحد مكاتب خدمات مصلحة الضرائب. أنه من السهل الحصول على شهادة قيد نفوس عندما تكون بحاجة اليها.

## بطاقة الهوية الشخصية (Id-kort)

كبطاقة الآي دي هو اختصار لكلمة بطاقة الهوية. أنت تستعمل بطاقة الهوية لإثبات عمرك وللتعريف بشخصيتك (تُظهر من أنت) مثلاً عندما تجلب الدواء من الصيدلية أو لغرض المعاملات المصرفية. يمكنك تقديم طلب الحصول على بطاقة الهوية في بعض مكاتب الخدمات التابعة لمصلحة الضرائب. وتبلغ تكلفة تقديم طلب الحصول على بطاقة الهوية 400 كرونة وهي نافذة لمدة خمس سنوات. إقرأ المزيد عن المكاتب التي تُصدر بطاقات الهوية في صفحة ويب مصلحة الضرائب.

لكي تقدم طلب الحصول على بطاقة الهوية يجب أن تكون مسجلاً في قيد النفوس في السويد، وان تكون قد اتممت 13 سنة من العمر وأن تكون قادراً على إثبات هويتك. اذا كنت دون سنّ 18 عاماً فيجب أن تقدّم موافقة صاحب حقّ حضانتك لكي تحصل على بطاقة الهوية الشخصية. صاحب حقّ الحضانة هو شخص لديه مسؤولية قانونية عن طفل دون سنّ 18 عاماً.

يمكنك اثبات شخصيتك من خلال إبراز بطاقة هوية موافق عليها أو أن تصطحب شخصاً يمكنه أن يثبت من أنت. يمكن لهذا الشخص أن يكون مثلاً زوجتك/زوجك، شريك مُسجل في قيد النفوس، أحد والديك، صاحب حقّ الحضانة، أحد أشقائك أو شقيقاتك أو أحد أطفالك البالغين. في بعض الأحيان يمكن لربّ العمل أو لشخص من سلطة ما يعرفك جيداً أن يكون مانح شهادة (intygsgivare).

إقرأ المزيد عن من يمكن أن يكون مانح شهادة على موقع مصلحة الضرائب:

[www.skatteverket.se](http://www.skatteverket.se)

أن بطاقة الهوية الصادرة عن مصلحة الضرائب هي وثيقة تعريف شخصية معتمدة في السويد. ولكنك لاتستطيع استعمال شهادة الهوية بدلاً عن جواز سفرك عندما تسافر الى خارج السويد. اذا فقدت بطاقة هويتك يجب أن تتصل برقم 020-32 32 62 لايقاف العمل بطاقة الهوية. وعندها لايمكن لأحد آخر إستعمال بطاقة هويتك. وفي حال سُرقت بطاقة هويتك فعليك أيضاً أن تقوم بإبلاغ الشرطة.

## وثيقة هوية شخصية معترف بها ومعتمدة في السويد

وثائق الهوية الشخصية هذه معترفٌ بها:

- بطاقة هوية صادرة من مصلحة الضرائب.
- رخصة قيادة سويدية.
- بطاقة هوية سويدية تحمل علامة SIS- صادرة من مصرف، أو سفنك كاسرفيس (Svensk kassaservice) أو سلطة رسمية.
- بطاقة خدمة صادرة عن سلطة رسمية.
- بطاقة هوية وطنية سويدية
- جواز السفر السويدي ذو الغلاف النييدي
- جواز سفر أجنبي من الاتحاد الأوروبي صادر بعد 1 ايلول/سبتمبر 2006.
- جواز سفر من النرويج، آيسلندا، سويسرا أو ليختنشتاين صادر بعد 1 ايلول/سبتمبر 2006.



بطاقة الهوية الشخصية (Id-kort)

تصوير: مصلحة الضرائب

## تصريح الإقامة ولكن بدون وثيقة تعريف شخصية معتمدة

الشخص الحائز على تصريح الإقامة، ولكنه لايجوز وثيقة تعريف شخصية معتمدة أو ليس لديه من يستطيع الشهادة لاثبات شخصيته، يمكنه مع ذلك الحصول على بطاقة هوية شخصية. يمكن أن تقوم مصلحة الضرائب بمقارنة بياناتك مع البيانات الموجودة لدى مصلحة الهجرة. البيانات التي تُقارن هي الأسم، الطول، التوقيع، وثيقة السفر وشهادة تصريح الإقامة. وتحتاج الى إبراز جواز سفرك وشهادة تصريح الإقامة سويةً. أما اذا لم يكن لديك جواز سفر فتُبرز فقط شهادة تصريح الإقامة الخاصة بك. اذا رغبت باثبات هويتك بهذه الطريقة فيجب الاخبار عن ذلك عند تقديمك طلب الحصول على بطاقة الهوية الشخصية.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

## التأمينات الإجتماعية

التأمينات الاجتماعية جزء مهم من المجتمع السويدي. فهي تمنح حماية اقتصادية للعوائل والأطفال، والأشخاص الذين يعانون من انخفاض القدرات الوظيفية، وكبار السن وكذلك عند المرض واصابات العمل.

أن صندوق التأمينات العامة (Förskningskassan) هو الذي يقرر ما اذا كان من حقك الحصول على تأمين إجتماعي. صندوق التأمينات (FK) هو سلطة رسمية تابعة للدولة. كما أن صندوق التأمينات هو الذي يدفع النقود. سلطة شؤون التقاعد تدفع الرواتب التقاعدية والدعم الاقتصادي لكبار السن.

في المرة الأولى حين تتقدم بطلب للحصول على معونة يُجري صندوق التأمينات تحقيقاً بخصوص ما اذا كان لك الحق في الحصول على المعونة. فيما يلي بعض الأمثلة على المعونة التي يمكنك طلبها من صندوق التأمينات (FK):

### معونة السكن

اذا كان لديك دخلاً منخفضاً وأنت مُسجّل في السويد فقد يكون من حقك الحصول على مساعدة للإيجار من صندوق التأمينات. وتُسمى هذه معونة السكن. من لديه أطفالاً من حقة طلب معونة السكن. اذا كنت ستحصل على

معونة وفي هذه الحالة ما هو مقدار تلك المعونة، فيعتمد على عدد افراد العائلة. كما يتعلّق أيضاً بمقدار مبلغ الأيجار وكم تكسب أنت من المال. الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و 28 عاماً فلهم أيضاً حق الحصول على معونة سكن. من المهم أن تقوم بإبلاغ صندوق التأمينات اذا حصل تغيير ما في دخلك. بخلاف ذلك فقد تصبح مديناً وتقوم بإعادة النقود.

## معونة للوالدين

هناك معونة لك أنت كوالد (أم/أب) أو ستصبح والداً. لك الحق في الحصول على نقدية الحمل اذا كنت تنتظرين مولوداً واذا كان عملك ثقيلاً ولايمكنك تغيير مهام العمل.

بعد ولادة الطفل لك حق الحصول على نقدية الوالدين ونقدية الوالدين المؤقتة. تمنحك نقدية الوالدين الحق في الحصول على نقود للبقاء في البيت مع طفلك لمدة 480 يوماً. كما من حقك أيضاً الحصول على نقود عندما تتغيب/تتغيبين عن العمل لرعاية طفلك عندما يكون الطفل مريضاً. ويسري هذا حتى بلوغ الطفل إثنا عشر عاماً.

من حق جميع الآباء والأمهات الحصول على معونة الأطفال (barnbidrag). وهي معونة نقدية تبلغ 1050 كرونة تُدفع كل شهر حتى بلوغ الطفل 16 عاماً. وفي حال كان لديك عدّة أطفال تحصل على نقود إضافية في معونة الأطفال. ويُسمّى هذا علاوة تعدد الأطفال. اذا كان لديك والوالد الآخر حضانة مشتركة فتقتسمان معونة الاطفال.

اذا كان طفلك يعاني من انخفاض القدرات الوظيفية الجسدية فلك الحق في طلب تعويضات مختلفة. ويمكن بالنسبة للوالدين الذين يعاني طفلهما من انخفاض القدرات الوظيفية الجسدية التقدّم لطلب معونة الرعاية.

## العيش مع انخفاض

## القدرات الوظيفية

الشخص الذي يعاني من انخفاض القدرات الوظيفية هو شخص لديه مرض أو إصابة تسبب احتياجه/احتياجها الى دعم اضافي.

أنت الذي تعاني من انخفاض القدرات الوظيفية يجب أن يكون لديك نفس الامكانية للمشاركة في المجتمع مثل أي شخص آخر. يجب أن يحصل الأطفال الذين يعانون من انخفاض القدرات الوظيفية مثلاً على رعاية أطفال ومدرسة مثل جميع الأطفال الآخرين.

الرمز الدولي لانخفاض  
القدرات الوظيفية.



هنالك قانون هو LSS (قانون الدعم والخدمات لبعض ذوي الاحتياجات الخاصة (Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade) يمنحك بصفتك تعاني من انخفاض القدرات الوظيفية حق الحصول على دعم. وقد يكون الدعم مثلاً شخصاً يساعدك على تدبير حياتك اليومية. يمكنك أيضاً الحصول على نقود (تعويض الاعاقة) اذا كان انخفاض قدراتك الوظيفية يسبب لك حاجة الى تكاليف إضافية أو اذا كنت مثلاً بحاجة للحصول على مساعدة لتستطيع العمل أو الدراسة. تقوم بتقديم طلب للحصول على تعويض المعاقين، لدى صندوق التأمينات (försäkringskassan).

يمكنك الحصول على دعم بواسطة LSS اذا كنت تعاني من اضطراب النمو، التوحد أو أي اصابات جسدية أو نفسية مستديمة. اذا كان لديك طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة يمكنك الحصول على اعانة مالية للرعاية (vårdbidrag). اذا كان لديك أية أسئلة عن الاعاقة عليك الاتصال بالخدمات الاجتماعية في بلديتك.

### خدمة نقل المرضى وكبار السن (Färdtjänst)

اذا كان من الصعب عليك التنقل بنفسك أو بواسطة وسائل النقل العام (الحافلات، القطارات والترام) يمكنك الحصول على خدمة نقل المرضى وكبار السن. فيمكنك التنقل عندها بواسطة سيارة الأجرة أو الحافلات الصغيرة. تقرّر البلدية ما اذا كنت تستطيع الحصول على خدمة نقل المرضى وكبار السن.

## إذا مرضت أو كنت تعاني من انخفاض القدرات الوظيفية

إذا مرضت أثناء العمل فيدفع لك ربّ عملك راتباً مَرَضياً لأول 14 يوماً. وبعدئذ تحصل على تعويض من صندوق التأمينات FK. ويُسمّى النقديّة المرضية.

في حال لم يكن باستطاعتك العمل لدوام كامل بسبب المرض أو إصابة ما أو كنت تعاني من انخفاض القدرات الوظيفية يمكنك الحصول على نقود من صندوق التأمينات FK.

## الاتصال بصندوق التأمينات FK

لدى صندوق التأمينات FK مكاتب خدمات يمكنك الذهاب إليها إذا رغبت بطرح أية أسئلة. ولكن أحياناً يجب حجز موعد للزيارة. يمكنك إيجاد المزيد من المعلومات في موقع الانترنت:  
[www.forsakringskassan.se](http://www.forsakringskassan.se)

إذا كنت ترى أن قرار صندوق التأمينات FK خاطئاً فبإمكانك تقديم طعن بالقرار. يجب أن يكون الطعن مكتوباً ويجب تقديمه خلال شهرين بعد تاريخ اصدار القرار. تكتب الطعن وتوجهه الى القضاء الاداري ولكنك تُرسله أولاً الى صندوق التأمينات FK. ويتمّ هذا كي يستطيع صندوق التأمينات FK الحصول على فرصة لتغيير قراره. أما إذا لم يُغير صندوق التأمينات FK قراره فيُحال طعنك الى القضاء الاداري.

## المعونة المالية

المعونة المالية هي جزء من التأمينات الاجتماعية التي تكون البلديات مسؤولة عنها. يمكنك طلب الحصول على المعونة المالية لدى مكتب الخدمات الاجتماعية في بلديتك إذا كان من الصعب عليك أن تُعيل نفسك. يمكنك قراءة المزيد عن هذا تحت عنوان «هكذا تسير الامور في بلديتك» في الفصل الثاني.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

هنالك العديد من امكانيات تأهيل البالغين المختلفة في السويد.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

## تأهيل الكبار

من الشائع الدراسة كبالغ في السويد. ويدرس الكثيرون ليتطوروا في مهنتهم أو ليغيروا توجههم المهني. كما يدرس الكثيرون أيضاً لأنّ تعلّم الأشياء الجديدة أمر مثير للاهتمام وممتع. ويُنظر الى الدراسة طوال الحياة على أنها أمر ايجابي - ويُسمى هذا التعلّم طوال الحياة.

### الارشاد الدراسي

إذا لم تكن متأكداً من المواد التي ستدرسها يمكنك الاتصال بالارشاد الدراسي. وهو مكتب يمكن للبالغين الحصول فيه على نصائح عن مختلف التأهيلات الدراسية والمهن. وعادة ما يكون الارشاد الدراسي في المدارس الخاصة بالبالغين في بلديتك. إتصل ببلديتك لمعرفة المزيد.

يمكنك الحصول لدى الارشاد الدراسي أيضاً على مساعدة في:

- طلب الشهادات من تأهيلك الدراسي
- تقديم طلب للقبول في مختلف التأهيلات والدورات الدراسية
- الحصول على معلومات عن ما تحتاج اليه للقبول في تأهيل أو دورة دراسية
- معلومات أخرى عن التأهيل

## مركز الارشاد

إذا كنت دون 20 عاماً يمكنك الحصول على مساعدة في الارشاد الدراسي في مركز للارشاد الدراسي. حيث يمكنك أيضاً الحصول على مساعدة في:

- أن تتكلم عن التأهيل أو العمل الذي ترغب باختياره
- أن تبحث بنفسك عن معلومات حول التأهيلات والأعمال
- معلومات عن الدراسة في بلدان أخرى

## تعليم اللغة السويدية للمهاجرين - (SFI)

أن تعليم اللغة السويدية للمهاجرين، sfi، هو تأهيل أساسي في اللغة السويدية للبالغين الذين لا يتحدثون اللغة السويدية بصفتها اللغة الأولى. يمكنك دراسة اللغة السويدية للمهاجرين بدوام كامل أو دوام جزئي. التأهيل مجاني.

توجد في اللغة السويدية للمهاجرين اتجاهات مختلفة اعتماداً على تأهيلك الذي تحوزه. هناك على سبيل المثال دراسة اللغة السويدية للمهاجرين للتأهيل المهني وأخرى للأكاديميين أو بمستوى الدراسة الاعدادية.

من حقك الاشتراك في تأهيل اللغة السويدية للمهاجرين من حين بلوغك 16 عاماً. ولكن الأكثر شيوعاً أن يحصل الأشخاص دون 20 عاماً بدلاً من ذلك على تأهيل في المدارس الثانوية السويدية. عندما تقدّم طلب الالتحاق بتأهيل اللغة السويدية للمهاجرين يجب أن تصطحب معك شهادة قيد نفوس (personbevis) من مصلحة الضرائب وبطاقة الهوية الشخصية، رخصة القيادة أو جواز السفر.

## التأهيل البلدي للكبار - Komvux

دراسات البالغين التابعة للبلدية - (كومفوكس) komvux هي مدرسة البالغين حيث يمكنهم دراسة مختلف الأشياء كما في المدرسة الابتدائية. وهذا يُسمى **التعليم الأساسي للبالغين**. إذا لم تكن حائزاً على تأهيل يعادل المدرسة الاساسية السويدية فمن حقك الدراسة في التعليم الأساسي للبالغين.

كما يمكنك في دراسات البالغين التابعة للبلدية (komvux) أيضاً أن تدرس نفس المواد الدراسية كما في مدرسة ثانوية سويدية. ويُطلق على ذلك **التعليم الثانوي للبالغين**. إذا لم تكن حائزاً على تأهيل معادل للمدرسة الثانوية السويدية فمن حقك الدراسة في **التعليم الثانوي للبالغين**.

ويوجد أيضاً في التأهيل البلدي للكبار - (Komvux) تأهيلات يمكنك دراستها بعد الاعدادية. هناك مثلاً **التأهيل التكميلي**. وهو تأهيل مهني للكبار. إذا أنهيت المدرسة الثانوية في التأهيل البلدي للكبار (Komvux) فيمكنك التقديم للإستمرار بالدراسة في المدرسة العليا و الجامعة. يسير التأهيل في التأهيل البلدي للكبار بخطى أسرع مما هو في المدرسة

الابتدائية أو الاعدادية العادية. يجب أن تقرر كيفية التخطيط لدراستك. يمكنك الدراسة إما في النهار أو في المساء. ان الدراسة في التأهيل البلدي للكبار (Komvux) مجانية، ولكن يجب ان تدفع أنت ثمن الكتب والمواد الدراسية. اذا كنت أكبر من 20 عاماً وتدرس على الأقل 50 بالمائة يمكنك طلب الحصول على معونة دراسية و قرض دراسي من اللجنة المركزية للدعم الدراسي، (CSN).

كما يوجد أيضاً تعليم البالغين للأشخاص الذين يعانون مثلاً من انخفاض في القدرة النفسية أو المعرفية. هكذا تعليم يُدعى تعليم خاص للبالغين ممن يعانون من اضطرابات النمو sårvux.

## المدارس العليا

المدرسة العليا الشعبية هي مدرسة للطلاب البالغين. هناك تدرس دورات دراسية بمستوى الدراسة الأساسية و الثانوية أو تأهيلات مهنية بمستوى التعليم بعد الثانوي. ويمكن في العديد من المدارس العليا الشعبية أن تسكن بينما أنت تدرس في المدرسة. ويمكن أن تدرس في المدرسة العليا الشعبية أنواعاً مختلفة من الدورات الدراسية:

- يمكنك دراسة دورات عامة بدلاً من الثانوية وأحياناً المدرسة الاساسية. يمكنك الدراسة من سنة واحدة الى أربع سنوات اعتماداً على تأهيلك السابق. وتدرس هنا بوتيرة أكثر هدوءاً من التأهيل البلدي للكبار (komvux).
- الدورات الدراسية الخاصة هي دورات تُركز على مواد خاصة. يمكنك مثلاً دراسة الموسيقى أو الفنون التشكيلية. ويمكنك أيضاً أن تتعلم مهنة محددة مثل مُرشد أوقات الفراغ أو مساعد علاج.
- اللغة السويدية للمهاجرين ويمكن أن يكون في المدارس العليا الشعبية أيضاً دورات في اللغة السويدية للمهاجرين (sfi).

كل مدرسة عليا شعبية تقرر بنفسها قبول الطلاب الذين يمكنهم الدراسة فيها. ولدى المدارس العليا الشعبية نظام درجات (علامات) خاص بها. قد تمنحك الدراسة في المدرسة العليا الشعبية شيئاً يُسمى التأهيل الأساسي للدراسة الجامعية. وهذا يعني أنك تمتلك المعارف الضرورية لتتمكّن من الدراسة في الجامعة أو المدرسة العليا.

## تأهيل المدرسة العليا المهنية (YH-utbildning)

التأهيل المهني هو شكل من أشكال التأهيل الدراسي حيث يمكنك تأهيل نفسك وصولاً الى شهادة مهنية في مجال مُعَيّن. أنّ تأهيل المدرسة العليا المهنية، هو بديل للتأهيلات التي تستغرق وقتاً طويلاً في الجامعة أو المدرسة العليا. خلال فترة التأهيل يكون للطلاب علاقات واسعة مع الشركات بواسطة التدريب العملي/LIA (التعلم في العمل - Lärande i Arbete).



تصوير: ماتيلدا كارلسون (Matilda Karlsson)

لتأهيلات المدارس العليا المهنية علاقة قريبة من حياة العمل. والغرض من وراء ذلك هو أن يتمكن الدارسون من الحصول على عمل بشكل سريع بعد انتهاء الدراسة. كما تُقدم بعض التأهيلات ضمن المدرسة العليا المهنية مادة اللغة السويدية مع توجّه مهنيّ كدعم اضافي. أنّ ذلك دعم لمن لديه لغة أم أخرى غير السويدية. إذا كنت تريد معرفة المزيد عن تأهيلات المدرسة العليا المهنية (YH) يمكنك الإتصال بسلطة المدارس العليا المهنية: [www.myh.se](http://www.myh.se)

لتنمكّن من الدراسة في أحد تأهيلات المدرسة العليا المهنية (YH) يجب أن تكون حائزاً على مؤهل القبول في الجامعة أو المدرسة العليا. وهذا يعني أنك حائز على درجات (علامات) دراسية في المواد الضرورية لتنمكّن من الدراسة في الجامعة أو المدرسة العليا.

## الجامعة Universitet المدرسة العليا Högskola

يوجد في السويد كلّ من المدارس العليا والجامعات. والفرق بينهما أن الجامعة يجب أن يكون فيها تأهيلات البحوث العليا، الأمر الذي لا يُشترط وجوده في المدرسة العليا. تمنح التأهيلات الدراسية في المدارس العليا

والجامعات نفس الدرجات (العلامات) الدراسية والشهادات. يوجد في كل محافظة على الأقل مدرسة عليا واحدة أو جامعة واحدة.

## برامج تأهيل أو دورات دراسية منفصلة

يحتوي برنامج التأهيل على العديد من الدورات الدراسية التي تؤدي إلى الحصول على شهادة. ويعني الحصول على شهادة للتخرج أن المرء قد نجح في جميع الامتحانات وأكمل تأهيله الدراسي. يجب أن تقوم بدراسة أكثر الدورات الدراسية في برنامج تأهيل. ولكن هناك بعض الدورات الدراسية التي يمكنك أنت اختيارها. للحصول على شهادة تخرج كطبيب، عامل اجتماعي، حقوقي أو مهندس مدني يجب أن تتبع برنامج التأهيل الدراسي الموجود. وإذا درست دورات دراسية منفصلة فتختار بنفسك دوراتك الدراسية والترتيب الذي ترغب بدراستها. الشخص الذي يدرس بوقت كامل (دوام كامل)، يدرس 60 درجة مدرسة عليا في السنة.

## وهذا مطلوب للجامعة و المدرسة العليا

لتنتمكن من الدراسة في أحد تأهيلات المدرسة العليا يجب أن تكون حائزاً على مؤهل أساسي. وأحياناً هناك حاجة لمؤهل خاص. ويعني هذا أنك يجب أن تكون قد درست بعض الدورات الدراسية في المدرسة الثانوية لتُقبَل في تأهيل ما في مدرسة عليا أو جامعة. الحائز على المؤهل الأساسي هو:

- الحائز على الشهادة النهائية من الثانوية وناجح على الأقل في 90 بالمائة من التأهيل.
  - الحائز على الشهادة النهائية من تعليم الكبار الثانوي (vuxenutbildning) وناجح على الأقل في 90 بالمائة من التأهيل.
  - لديه تعليم سويدي أو أجنبي يعادل المدرسة الثانوية السويدية أو تعليم البالغين الثانوي، مثلاً:
    - درجات (علامات) دراسية من المدرسة العليا الشعبية ودرس دورات دراسية تمنحه المؤهل.
    - حصل بشكل آخر على معارف ومعلومات معادلة للمدرسة الثانوية السويدية أو تعليم الكبار الثانوي
    - حائز على تأهيل أساسي من الدانمارك، فنلندا، آيسلندا والنرويج.
    - حصل على معارف ومعلومات بواسطة تأهيل سويدي أو أجنبي أو بواسطة خبرة عملية تؤهله لدراسة تأهيل مدرسة عليا أساسي.
- إذا كنت حائزاً على تأهيل أجنبي فهناك أيضاً متطلبات لأن يكون لديك معلومات ومعرفة كافية باللغتين السويدية والانجليزية.

ويمكن للمؤهلات الخاصة أن تختلف اعتماداً على التأهيل الدراسي ذي العلاقة. المعلومات عن المؤهل الخاص الضروري موجودة في المدرسة العليا أو الجامعة حيث يتمّ تدريس ذلك التأهيل.

## تكاليف التعليم العالي

يتم تمويل نشاط الجامعات والمدارس العليا الى حدّ كبير من أموال الدولة.

لذلك فإن كافة تأهيلات المدارس العليا مجانية ولكن يجب أن تدفع أنت تكاليف الكتب والمواد الدراسية الأخرى.

أما الطلبة الضيوف الذي سيدرسون خلال وقت محدود وهم قادمون من مناطق خارج الاتحاد الأوروبي EU/منطقة التعاون الاقتصادي الأوروبي EES فيجب أن يدفعوا رسوماً للتأهيل الدراسي.

إذا كنت تدرس على الأقل 50 بالمائة فيحق لك التقدم بطلب للحصول على معونة دراسية و قرض دراسي من اللجنة المركزية للدعم الدراسي، (CSN).

## مزيد من المعلومات

يمكنك قراءة المزيد عن الدراسة في المدرسة العليا بلغات مختلفة على موقع: [www.studera.nu](http://www.studera.nu). هل ترغب بالحصول على مزيد من المعلومات عن القبول يمكنك القراءة في موقع الانترنت: [www.antagning.se](http://www.antagning.se)

## التحقق من الخبرات السابقة (validering)

التحقق من الخبرات السابقة يعني إجراء تقييم لشيء ما يمكن أن يكون من الصعب قياسه بشكل دقيق. عندما يتمّ تقييم تأهيلك الدراسي أو معارفك ضمن مهنة معينة فإن ذلك يُسمى تحققاً من الشهادة أو الخبرة السابقة (validering). ويمكن للتحقق من دراستك السابقة أو خبراتك المهنية أن يُظهر أن لديك معارف تعادل تلك التي تُدرّس في دورات دراسية في السويد. عندها يمكن إجراء تقييم مهني حيث يتمّ تقييم معارفك بواسطة محادثات أو اختبار عملي. يمكن التحقق من خبراتك في مهنة مثل البناء، الرعاية الصحية، الصناعة، النقل تجهيز الأطعمة/المطاعم.

## تقييم التأهيل الدراسي الاجنبي

إذا كنت قد أنهيت دراستك الجامعية/مدرسة عليا فيمكنك الحصول على تقييم من المجلس السويدي للتعليم العالي. التقييم مجاني. إقرأ المزيد في موقع [www.uhr.se](http://www.uhr.se)

بعض المهن منّظمة بواسطة وجود قواعد في القانون السويدي تقررّ الشروط الواجب توفّرها للسماح للمرء بالعمل في مهنة ما، مثل شهادة تخرّج أو اجازة مزاولة مهنة. للعمل في هكذا مهنة يجب عليك تقديم طلب للحصول على رخصة لدى السُلطة المسؤولة عن تلك المهنة. فيما

يخصّ المهنة الداخلة في مجال الرعاية الصحية مثل طبيب، ممرض/ممرضة فإن السلطة المسؤولة هي مجلس الخدمات الاجتماعية، والمهنة في مجال التعليم والمدارس فإن مصلحة المدارس هي السلطة المسؤولة.

## ترجمة الشهادات الأجنبية

إذا كان سيتم تقييم شهادتك الأجنبية فيجب ترجمتها أولاً إلى اللغة السويدية. ويجب أن تكون الترجمة قد تمت على يد مترجم محترف. مكتب العمل يمكنه تقديم المساعدة أحياناً في ترجمة الشهادات. وإذا كانت الشهادة مكتوبة بالإنجليزية، الفرنسية، الألمانية، الإسبانية أو لغات دول الشمال فليس هناك ضرورة للترجمة.

## السلفة الدراسية المركبة

يمكن للأشخاص البالغين الذين يدرسون التقدم للحصول على السلفة الدراسية المركبة من المصلحة المركزية للإعانات الدراسية (CSN). السلفة الدراسية المركبة هي معونة دراسية وقرض دراسي. تحصل على المعونة دون حاجة إلى تسديدها، أما القرض فعليك تسديده مع الفائدة. ويسري هذا حتى لو انتقلت إلى خارج السويد. عندما تقدّم الطلب تختار اقتراض المال من عدم اقتراضه. أنت تبدأ بتسديد مبلغ القرض في أقرب وقت بعد ستة أشهر بعد تاريخ آخر مرة حصلت فيها على السلفة الدراسية المركبة. إذا كان لديك أطفال فستحصل على مبلغ معونة أكبر، ويُسمى ذلك بالمعونة الإضافية.

لديك بالطبع حق الحصول على معونة وقرض من المصلحة المركزية للإعانات الدراسية (Centrala studiestödsnämnden) إذا كنت حائزاً على تصريح الإقامة الدائمة (PUT). وأيضاً إذا كنت حصلت على تصريح الإقامة من مصلحة الهجرة لأنك لاجئ، أو بحاجة إلى حماية أو بسبب ظروف قاهرة ومؤلمة للغاية. ويسري هذا حتى لو كان تصريح إقامتك لفترة محدودة. ويجب عليك أيضاً أن تكون مستوفياً للشروط الأخرى للحصول على السلفة الدراسية المركبة، مثل أن يكون التأهيل الدراسي يمنح الحق في الحصول على السلفة الدراسية المركبة.

طالبي اللجوء لا يحق لهم بالطبع الحصول على السلفة الدراسية المركبة من المصلحة المركزية للإعانات الدراسية (CSN). توجد المزيد من المعلومات في موقع الانترنت: [www.csn.se](http://www.csn.se)

## وقت الفراغ وحياتة الجمعيات

الوقت الذي تكون فيه حُرّاً من العمل أو المدرسة يُسمى وقت الفراغ. وهناك تقليد راسخ لحياتة الجمعيات في السويد والعديد من السويديين



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

جوقة غناء مع سيدات مسنات

أعضاء في جمعية واحدة أو عدّة جمعيات في أوقات فراغهم. يمكنك أن تتعرّف في حياة الجمعيات على آخرين لهم نفس الاهتمامات وتحصل على علاقات متعدّدة بالمجتمع السويدي. وبالنسبة للأشخاص القادمين حديثاً يمكن أن تكون عضوية في إحدى الجمعيات طريقة إلى عقد صداقات جديدة وتعلّم اللغة السويدية بشكل أسرع. كما يمكنك أيضاً العمل من خلال جمعية في أمور مهمة للمجتمع.

في السويد توجد حرية جمعيات. وذلك جزء مهم من المجتمع الديمقراطي. تعني حرية الجمعيات أن من حقّ الجميع تأسيس جمعية. يمكن لمجموعة من الأشخاص الذين لديهم اهتمامات مشتركة أو خلفية مشتركة أن يؤسسوا جمعية.

هناك العديد من الجمعيات، مثلاً جمعيات رياضية، جمعيات ثقافية-موسيقية و جمعيات دينية. العمل في الجمعيات طوعي على الأغلب ويتم دون أجر.

## تأسيس جمعية

عند تأسيس جمعية يجب أن يكون هناك مجلس إدارة. يقوم مجلس الإدارة بكتابة اقتراحات القواعد التي سوف تسري في الجمعية. القواعد تُسمى النظام الداخلي (stadgar). الجمعيات تكون غالباً مُسجّلة لدى مصلحة الضرائب ولديها رقم تنظيم ضريبي (organisationsnummer). كما من العادة أن يكون لدى الجمعيات حساباً مصرفياً أو رقم حساب تجبير بلص (plusgironummer).



تصوير: ميكايل لينداهل (Mikael Lindahl)

## الاتصال بمختلف الجمعيات

إذا أردت الانتماء الى جمعية، أو أن تؤسس جمعية أو تبحث عن نقود لتمويل جمعيتك يمكنك الاتصال ببلديتك. قد تكون مثلاً ادارة شؤون أوقات الفراغ في البلدية هي التي تساعد الجمعيات.

يمكنك قراءة المزيد عن كيفية تأسيس جمعية، في موقع الويب [www.verksam.se](http://www.verksam.se). حيث توجد معلومات شاملة من مصلحة شؤون الشركات (Bolagsverket)، ومصلحة الضرائب والوكالة السويدية للنمو الاقتصادي والإقليمي (Tillväxtverket).

## جمعيات الأجانب

جمعية الاجانب هي جمعية تعمل لمساعدة الأشخاص القادمين من نفس المنطقة من العالم ليجدوا بعضهم البعض في البلد الجديد. يمكن أن تكون جمعيات الأجانب مساعدة جيدة للقادمين حديثاً لفهم المجتمع السويدي.

## جمعيات ثقافية

الجمعية الثقافية يمكن أن تكون جمعية لدى أعضائها اهتمام بنوع مُعيّن من الرقص، المسرح أو الموسيقى. كما يمكن أيضاً أن تكون جمعية تجمع أشخاصاً من نفس الخلفية الأثنية والثقافية.

## منظمات غير ربحية (Ideella organisationer)

تحاول المنظمات غير الربحية تطوير وتغيير المجتمع.

وتُسمى المنظمات غير الربحية أيضاً بالمنظمات الطوعية

(frivilligorganisationer) أو المنظمات غير الحكومية

(Non Governmental Organizations (NGO:s)). وتعمل العديد من

المنظمات في السويد في أماكن أخرى. كما يوجد بعضها أيضاً في بلدان

أخرى.

فيما يلي بعض المنظمات غير الربحية في السويد:

**الصليب الأحمر** منظمة دولية توجد في جميع أنحاء العالم، وأحياناً بإسم الهلال الأحمر. يمكن للصليب الأحمر أن يساعدك في البحث عن أفراد عائلتك وأقاربك، إذا فقدت الاتصال بهم بالتزامن مع اندلاع حرب، خلاف أو كارثة.

كما يوجد للصليب الأحمر نشاطات مُكيّفة محلياً في مُختلف البلديات. وقد يكون ذلك مساعدة في حلّ الواجب المدرسي، ولكن أيضاً في نشاطات جديدة عليك بصفتك جديد في السويد. كما يملك الصليب الأحمر في عدد كبير من البلديات مراكز علاج للمصابين بالحروب أو نتيجة التعذيب.

**انقذوا الأطفال** منظمة دولية تعمل من أجل حقوق الاطفال في السويد وفي بلدان أخرى.

**KFUM** الجمعية المسيحية للرجال الشباب وهي جزء من المنظمة العالمية **YWCA/YMCA**. ولديهم غالباً نشاطات للشباب القادمين حديثاً. يجتمع الشباب سوية تحت اشراف مرشد للذهاب مثلاً الى دار السينما، تجربة رياضة ما أو الذهاب الى المسرح.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

IM الإغاثة الانسانية الفردية (Individuell människohjälp) منظمة دولية ولكنها تعمل أيضاً في السويد. حيث يتركز عمل الإغاثة الانسانية الفردية (IM) على الاندماج والمشاركة في المجتمع.

## جمعيات سياسية

إذا كنت مهتماً بالسياسة يمكنك الانضمام الى حزب سياسي أو منظمة سياسية أخرى. هناك مجموعات سواء للبالغين أو للشباب في أكثر الاحزاب السياسية.

## جمعيات أخرى

هناك جمعيات أخرى كثيرة يمكن أن تكون مثيرة للاهتمام. هناك جمعيات الطبيعة ورعاية الحيوانات، جمعيات البيئة أو جمعيات دينية. كما توجد أيضاً جمعيات المتقاعدين التي تعمل من أجل مصالح الأشخاص كبار السن.

## الحركات الشعبية - تقليد في السويد

تتكوّن الحركة الشعبية عندما تعمل مجموعة كبيرة من الأشخاص من أجل شيء ما، مثلاً عدم تناول المسكرات أو البيئة. وقد وُجدت الحركات الشعبية في السويد منذ وقت طويل. والحركة الشعبية هي على الأغلب منظمة موجودة في مختلف الأماكن في البلاد. كانت الحركات الشعبية ذات أهمية كبيرة في القرن التاسع عشر وبدايات القرن العشرين في السويد. فقد ناضلت العديد من الحركات الشعبية من أجل حقوق الناس ومن أجل مجتمع أكثر ديمقراطية.

حركة الامتناع عن تناول المسكرات، حركة الكنائس الحرّة والحركة العمالية كانت حركات شعبية كبيرة. كانت حركة الامتناع عن تناول المسكرات هي الاولى في هذا المجال. وكانت تعمل من أجل أن يتناول الناس الكحول والمسكرات بشكل أقل. أما حركة الكنائس الحرّة فهي حركة شعبية مسيحية. وناضلت في السابق مثلاً من أجل أن ينال الجميع حق التصويت. وعملت العديد من الحركات العمالية كي يتمكن الناس من الدراسة والحصول على تأهيل دراسي. وتعمل العديد من الحركات الشعبية في الوقت الراهن في الأمور السياسية. كما توجد حركات شعبية أيضاً تعمل اليوم كسلطات، مثل تأمين ضد البطالة (arbetslöshetsförsäkringen)، صندوق البطالة (a-kassan). أن التقليد الراسخ هو العمل سويةً من أجل أن يبقى التغيير حياً في المجتمع السويدي. وهكذا أيضاً تعيش العديد من الجمعيات في يومنا هذا.

## التثقيف الشعبي

التثقيف الشعبي يعني أن يحصل الأشخاص الكبار على تأهيل عام. كافة أنواع التأهيل الموجودة في الاتحادات الدراسية والمدارس العليا الشعبية

تُسمى تثقيفاً شعبياً. بدأ التثقيف الشعبي في السويد بالنمو منذ أكثر من 100 عام ومازال يُشكّل حركة قوية. ومن خلال التثقيف الشعبي يحصل المواطنون على معارف ومعلومات ليستطيعوا أن يكونوا نشطاء ومشاركين في العمل من أجل مجتمع ديمقراطي.

## الاتحادات الدراسية

الاتحاد الدراسي هي منظمة تحتوي على تأهيلات دراسية للبالغين. وهناك الكثير من الاتحادات الدراسية التي تُنظّم دورات دراسية، برامج ثقافية و تأهيلات أخرى للبالغين. أن الدورة الدراسية هي مجموعة تدرس معاً مادة ما. ويمكن أن تكون تلك المادة مثلاً الفن التشكيلي، الموسيقى، اللغات أو الثقافة. أن ABF، Medborgarskolan و Studieförbundet Vuxenskolan هي بعض الاتحادات الدراسية. كل عام تعقد الاتحادات الدراسية في السويد نحو 300,000 ثلاثمائة الف دورة دراسية. ولديهم أكثر من مليونين مشارك.

## مرشدو اللاجئين وخدمات مشابهة

تعمل العديد من البلديات والمنظمات الطوعية في مساعدة اللاجئين والمهاجرين القادمين حديثاً للتواصل مع السويديين. والهدف من ذلك هو أن يلتقي المهاجرون والسويديون في أوقات الفراغ ليتعرفوا على بعضهم البعض ويتبادلوا الخبرات. ويمكن أن يكون ذلك من خلال القيام سوية بأنشطة مثل لعب البولنغ، زيارة الاحداث الرياضية، والمتاحف أو الاماكن الاخرى المثيرة للاهتمام. إتصل ببلديتك لمعرفة الأنشطة الموجودة.

## نشاط أوقات الفراغ للأطفال واليافعين حدائق أوقات الفراغ

يوجد عادة في البلديات نوادي أوقات فراغ لليافعين بين سن 12 و 16 عاماً. وقد توجد أيضاً نوادي أوقات فراغ للشباب الأكبر سناً. في نادي وقت الفراغ يستطيع اليافعون مثلاً مشاهدة فيلم أو الالتقاء بالاصدقاء. ويقوم نادي أوقات الفراغ أحياناً بتنظيم دورات دراسية لليافعين حيث يمكنهم أن يتعلموا الرقص، والتمثيل المسرحي أو التصوير الفوتوغرافي. إتصل ببلديتك لمعرفة الأنشطة الموجودة أو إقرأ في موقع البلدية على شبكة الانترنت.

## مشاريع الشباب

فيما عدا نوادي أوقات الفراغ فإن لدى العديد من البلديات مشاريع خاصة لليافعين. وربما تكون نوادي للشباب واليافعين أو أماكن إلتقاء حيث يستطيع الشباب واليافعون الحصول على فرصة لتأسيس مشروع ما أو مجاميع. إتصل ببلديتك لمعرفة ما يوجد من الأنشطة أو إقرأ في موقع البلدية على شبكة الانترنت.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

## جمعيات رياضية

الجمعيات الرياضية مهمة لعدد كبير من الأطفال والياfecين في السويد. إذ يمكنهم هناك مزاوله أنواع عديدة من الرياضات مثل كرة القدم، أو ركوب الخيل أو السباحة. وتُبيّن البحوث أنّ الياfecين الذين يزاولون الرياضة تكون صحتهم الجسدية والنفسية أفضل من أولئك الذين لا يمارسون رياضة ما.

## أسئلة للمناقشة الفصل 3

ماذا يعني للمجتمع اذا عملت بالأسود ولم تدفع ضريبة؟

ماهي الميزات والعيوب في أن تكون عضواً في نقابة مهنية؟

ماهي الميزات والعيوب في أن تكون عضواً في صندوق البطالة (a-kassan)؟

اكثر الاعمال يحصل عليها المرء من خلال شبكة العلاقات الاجتماعية - كيف يمكنك بناء شبكة علاقات في السويد؟

ماهي الاشياء التي يجب أن تكفي لها الضريبة حسب رأيك؟

هل مستوى الضرائب في السويد عالٍ جداً أو منخفض جداً؟

كيف يمكنك استخدام خبراتك السابقة عند بحثك عن عمل في السويد؟

ما الذي تحتاج الى التفكير به عند إختيارك لتأهيل دراسي؟

ماذا تفضّل أن تفعل في أوقات فراغك؟

ماهي المهنة التي تثير اهتمامك في السويد؟

هل تخطط للاستمرار في الدراسة؟

هل اتصلت ببعض الجمعيات المثيرة لاهتمامك؟



الصورة: كولوربوكس (Colourbox)

## 4. حقوق وواجبات الفرد

### المحتوى

المساواة وحقوق الانسان

الحماية ضد التمييز

العائلة والفرد

حقوق الاطفال

عنف الرجال ضد النساء

والعنف في العلاقات الأسرية

# المساواة وحقوق الانسان

المساواة (jämlighet) تعني أن يكون لجميع الناس نفس القيمة وأنهم يجب أن يُعاملوا بشكل متكافئ، بغض النظر مثلاً عن الانتماء العرقي، أو التوجه الجنسي أو الاعاقة.

تأتي كلمة المساواة من الاعلان العالمي لحقوق الانسان من 1948. يتطرق اعلان الأمم المتحدة لحقوق الانسان الى أن لدى جميع البشر نفس القيمة والحقوق. كل البشر يحق لهم قول ما يعتقدون، وأن يؤمنوا بأي إله يريدون وأن يختاروا أي شريك حياة يريدون العيش معه.

ويجب أن يسري الاعلان العالمي لحقوق الانسان على كافة البشر في العالم. الديمقراطيات الحديثة لاتعمل بشكل جيد اذا لم يتم احترام حقوق الانسان. ويجب على الدولة أن تستطيع حماية مواطنيها من التمييز والظلم. في السويد تُحمى حقوق الانسان بالقوانين الأساسية الثلاثة: شكل الحكومة، قانون حرية الطباعة و قانون حرية التعبير. تنص القوانين على أن الدولة والبلديات يجب أن تعمل لضمان حق العمل، والسكن والتأهيل الدراسي لجميع المواطنين.



الصورة: كولوربوكس (Colourbox)

في موقع الحكومة على الإنترنت [www.manskligarattigheter.se](http://www.manskligarattigheter.se) يمكنك قراءة المزيد عن حقوق الانسان.

## المعاهدة الاوروبية

منذ 1950 هنالك معاهدة أوروبية لحماية حقوق الانسان. ويُطلق عليها المعاهدة الأوروبية. أن المعاهدة هي اتفاق بين عدد من البلدان. وبعض الأمثلة المنصوص عليها في المعاهدة هي:

- الحق في الحرية والأمان الشخصي
- الحق في محاكمة عادلة
- حق احترام الحياة الشخصية والعائلية

في عام 1995 أصبح ذلك قانوناً في السويد. يجب على الدولة، الحكومة والبلديات ضمان إتباع الاتفاقية في البلاد.

## الجنس، المساواة والنسوية

يُقصد بالمساواة هنا المساواة بين الرجال والنساء. يجب ان يكون للرجال والنساء قدراً متساوياً من السلطة للتأثير في المجتمع وفي حياتهم الخاصة. وتعني المساواة أن يكون للرجال وللنساء ذات الحقوق والواجبات. أن امكانيات الأشخاص تتأثر بعوامل عديدة أكثر من الجنس، الامر الذي يعني أن جميع أفراد المجموعة من النساء والرجال ليس لديهم نفس خبرات الحياة أو الاوضاع المعيشية.

إنّ الجنس ليس فئة بسيطة. فهناك أشخاص لا يُعرّفون أنفسهم كنساء أو رجال، أو أنهم جنس آخر غير الذي مُنح لهم عند الولادة. ويتأثر جميع الأشخاص بغض النظر عن جنسهم بمعايير المجتمع عن الجنس وكيف يُقيّم المجتمع مجموعات النساء والرجال.

النسوية (feminism) هي مفهوم جامع لتحليل المجتمع والحركة التي تريد لفت الأنظار الى أن النساء بشكل عام هنّ أقل أهمية من الرجال في المجتمع ويرغبن بتغيير ذلك. وتعمل الحركة السياسية النسوية أيضاً بطرق مختلفة في سبيل أن يحصل النساء والرجال على نفس الفرص، والحقوق والواجبات في المجتمع. وقد يعني العمل الفعلي من أجل المساواة تغيير القواعد التمييزية، والعمل ضد العنف الجنسي، والارتفاع بتمثيل النساء في مواقع اتخاذ القرار وكذلك توجيه الاهتمام الى أنّ الأنواع الاخرى من الاضطهاد لها علاقة بالجنس.

## المساواة في السياسة والبيت

في بداية القرن العشرين كان هنالك فرق كبير بين حقوق النساء والرجال في السويد. ولم يكن من حق النساء التصويت أو الترشيح للبرلمان إلا في عام 1921. في نفس الوقت تم إعتبار حتى النساء المتزوجات راشدات. وهذا يعني مثلاً أنهن حين ذلك فقط يصبح لديهنّ سلطة اتخاذ القرار على المداخيل المالية لهن. اما اليوم فإن عدد النساء تقريباً يساوي عدد الرجال في البرلمان السويدي (الريكسداغ). وفي الحكومة فإن عدد الوزيرات مساوٍ لعدد الوزراء. وتبلغ نسبة النساء تقريباً 43 بالمائة من السياسيين المنتخبين للبلديات في السويد.

أغلب النساء المتزوجات كنّ في الماضي يقمن برعاية المنزل والأطفال ولكنّ خلال سبعينات القرن الماضي تمّ بناء العديد من المدارس التمهيدية و دور رعاية أطفال المدارس (فريتيدس). وعندها دخل أيضاً تأمين الوالدين حيّز التنفيذ، الأمر الذي منح الوالدين الحقّ في اقتسام الإجازة عند ولادة طفل. هذه التغيّرات أدت الى أن يصبح من الأسهل على النساء العمل وكسب نقودهنّ الخاصة. خلال سبعينات القرن الماضي شرّع أيضاً قانون حرية الاجهاض والذي يمنح المرأة الحقّ في إتخاذ القرار حول انجاب الطفل أو لا.

في السابق كان الكثير من العمل المنزلي يُدار من قبل المرأة. العمل في المنزل يعني مثلاً رعاية الأطفال، غسل الملابس، تنظيف المنزل وغسل الأطباق. أما في الوقت الراهن فإن العمل في المنزل أكثر مساواة ولكنّ النساء ما زلنّ يعملنّ في المنزل أكثر من الرجال.

## المساواة في المدرسة وحياة العمل

في عام 1927 حصل الفتيات على نفس الفرص المتاحة للفتيان للدراسة في التعليم العام. وتوجد في المدارس الاساسية والثانوية حالياً منهجاً تعليمياً يصف ما ينبغي إدراجه في التعليم. ويبين المنهج أن على المعلمين تعزيز المساواة بين الجنسين، وهو ما يعني من بين أمور أخرى أن المعلمين يجب أن يعاملوا الفتيات والفتيان بشكل متكافئ. غير أنّ اختيار الدراسة وإختيار المهن في الوقت الراهن يبين أن اختيارات الشباب مازالت محكومة بما يُعتَقَد أن القيام به مناسب على أساس جنس الشخص.

«في 1980 تمّ تشريع قانون المساواة الذي كان يتناول في المقام الأول المساواة في العمل والمساواة في الأجور. وفي يومنا هذا يعمل حوالي 80 بالمائة من جميع النساء بين عُمر 20 و 64 سنة. ولكنّ الى حدّ الآن لاتوجد مساواة في حياة العمل. إذ أن الفوارق كبيرة في الأجور بين الجنسين. ووتتقاضى النساء ما معدله 87 بالمائة من رواتب الرجال. وهذا له علاقة بأمور أخرى من بينها أن الرواتب أعلى في المهن حيث يعمل عدد أكبر من

الرجال مقارنة مع المهن التي يعمل فيها عدد أكبر من النساء. عدد النساء أكثر من الرجال أيضاً في الأعمال ذات الدوام الجزئي، ويأخذن عطلة الوالدين لفترات أطول ويقدمن الرعاية لأطفالهن عند المرض. ولهذا السبب يصبح الفرق أعلى بين المداخيل السنوية بين النساء والرجال. وما زال عدد الرجال أكبر من النساء بين المدراء وأولئك الذين يأسسون شركاتهم الخاصة.

## سياسة المساواة السويدية

قرر البرلمان السويدي (الريكسداغ) سنة 2006 أن الهدف الشامل لسياسة المساواة في السويد هو أن يكون للنساء والرجال نفس السلطة والامكانيات للتأثير في المجتمع وفي حياتهم. ولهذا الهدف الشامل أربعة أهداف جزئية:

1. توزيع متساوٍ للسلطة والنفوذ حيث يتمتع النساء والرجال بنفس الحقوق والامكانيات لأن يكونوا مواطنين فاعلين في صياغة شروط اتخاذ القرار.
2. مساواة اقتصادية حيث يتمتع النساء والرجال بذات الامكانيات والظروف في التأهيل الدراسي والعمل المأجور الذي يمنح استقلالاً اقتصادياً مدى الحياة.
3. أن يكون للنساء والرجال توزيعاً متساوياً للعمل والرعاية المنزلية غير المدفوعة الأجر، وأن يتحملا ذات القدر من المسؤولية في العمل المنزلي وأن يكون لهما ذات الامكانيات لمنح وتلقي الرعاية على قدم المساواة.
4. أن يتوقف عنف الرجال ضد النساء. وأن يكون للنساء والرجال، وللفتيات والفتيان نفس الحقوق والامكانيات للسلامة الجسدية.

اقرأ المزيد عن سياسة المساواة في السويد وعمل الحكومة من أجل المساواة، في موقع الحكومة:

[www.regeringen.se/feministiskregering](http://www.regeringen.se/feministiskregering)

## الحماية ضد التمييز

الحماية من التمييز حق من حقوق الانسان. التمييز يعني أن بعض الناس أو المجموعات يُعامل بشكل أسوأ من الآخرين وتلك جريمة ضد حقوق الانسان.

### أمين المظالم لشؤون التمييز

أمين المظالم لشؤون التمييز، DO، هي سلطة رسمية تعمل لأجل أن يحصل الجميع على حقوق وامكانيات متشابهة. وعلى أمين المظالم لشؤون التمييز أن يتأكد من إتباع قانون التمييز.

طبقاً لقانون التمييز يُمنع على الشركات والمنظمات معاملة بعض الناس بشكل أسوأ من الآخرين بسبب الجنس، أو الهوية الجنسية أو التعبير عن الجنس، أو الدين أو أي معتقد آخر، أو بسبب العمر، أو الانتماء الأثني، أو انخفاض القدرات الوظيفية أو الميول الجنسية.

يجب أن يكون لدى المدارس وأماكن العمل خطة ضدّ التمييز. يمكنك الاتصال بأمين المظالم لشؤون التمييز (DO) إذا تعرضت الى تمييز. مزيد من المعلومات عن امين المظالم لشؤون التمييز توجد على موقع: [www.do.se](http://www.do.se)

يوجد العديد من مكاتب مكافحة التمييز المحلية والاقليمية المستقلة في السويد. وتعمل جميعها لتقديم المشورة والدعم للأشخاص الذين يشعرون بأنهم يتعرّضون للتمييز. يمكنك قراءة المزيد عن مكاتب مكافحة التمييز هنا: [www.adbsverige.se](http://www.adbsverige.se)

## معايير الجنس والحياة الجنسية

للمجتمعات كافة معايير بخصوص كيف يجب أن يعيش الانسان. أنّ المعايير هي أفكار وقواعد عن ما يُنظر اليه على أنه صحيح وخاطيء وكيف يجب أن يكون سلوك الناس. أن المعيار المتعلق بأن جميع الناس يُنظر اليهم أو يجب أن يكونوا مغايرين جنسياً، هو معيار قويّ جداً. وفي معظم المجتمعات هناك أيضاً معايير شديدة بأن النساء والرجال يجب أن يكونوا مختلفين وبأنّ أدوراهم يجب أن تكون مختلفة.



الصورة: كولوربوكس (Colourbox)

عَلَم قوس قزح (والذي  
يسمى أيضاً علم البرايد  
- Prideflaggan) وهو رمز  
لحركة (HBTQ) الاجتماعية  
للمثليات، والمثليين،  
ومزدوجي الميول  
الجنسية، والمتحولين  
جنسياً وأحرار الجنس.  
ويرمز الى الاحترام  
والتسامح بين الأشخاص  
وكذلك الى التعددية بين  
المثليين، مزدوجي الميول  
الجنسية والمتحولين  
جنسياً وأحرار الجنس.



الصورة: كولور بوكس (Colourbox)

في السويد يحقّ للجميع أن يعيشوا ويتزوجوا من أي شريك يريدون، بغض النظر عن الجنس. أما الجنس الذي يشعر المرء بأنه ينتمي إليه فيُسمى عادةً الهوية الجنسية. والهوية الجنسية ليست مرتبطة بالجسم الذي لدى الانسان بل الجنس الذي يشعر المرء أنه ينتمي إليه.

مصطلح (HBTQ) يعني الحركة الاجتماعية للمثليات، والمثليين، ومزدوجي الميول الجنسية، والمتحولين جنسياً وأحرار الجنس. وكلمة المتحوّل جنسياً هو مصطلح للأشخاص الذين لا يرغبون بالانتماء الى فئة الرجال أو فئة النساء. ويمكن للمتحولين جنسياً أن ينظروا الى أنفسهم في نفس الوقت على أنهم رجال، نساء، رجال/نساء على حد سواء أو محايدين بغض النظر عن جنسهم البيولوجي. كما يمكن للمتحولين جنسياً أيضاً أن لا يحدّدوا جنسهم على الاطلاق. ويرمز الحرف (Q) الى كلمة "queer" أحرار الجنس، وهو اتجاه ينتقد قاعدة المغايرة الجنسية في المجتمع. ويمكن أيضاً تعريف أحرار الجنس بأنه اتجاه جنسي وعندها يمكن أن يعني شخصاً لا يابّه للجنس الذي يجذبه اليه أو يقيم معه علاقة حُبّ. ويمكن أيضاً أن يعني أن شخصاً لا يرغب في تحديد توجهه الجنسي ضمن اطار المفاهيم التقليدية. يمكنك قراءة المزيد في موقع (HBTQ) اتحاد المثليات، والمثليين، ومزدوجي الميول الجنسية، والمتحولين جنسياً وأحرار الجنس:

[www.rfsl.se](http://www.rfsl.se)

يحقّ للجميع التعبير عن هوياتهم الجنسية التي يرغبون بالانتماء اليها. وعندما يُعامل شخص بشكل أسوأ لأنه/ها من المثليين، مزدوجي الجنس أو المتحولين جنسياً أو يعبّر عن نفسه بأسلوب يتحدى المعايير السائدة عن ما يجب أن يكون عليه الرجال والنساء، فهذا هو التمييز.

## حرية اختيار الدين

حرية الديانات موجودة في السويد منذ 1951. الحرية الدينية تعني أن من حق الجميع إختيار الدين أو المعتقد الذي يرغبون. تُعتبر الحرية الدينية واحدة من أهم الحقوق في القانون الأساسي السويدي. وفي عدد كبير من الاتفاقيات الدولية مثل الاعلان العالمي لحقوق الانسان واتفاقية الأمم المتحدة للأطفال، توجد معلومات عن الحرية الدينية. يجب أن تحترم الدولة، وتحمي وتعمل من أجل الحرية الدينية.

- يحق لجميع الناس إختيار- وتغيير وترك دينهم.
- يحق لجميع الناس ممارسة شعائر دياناتهم. وهذا يعني مثلاً أنه يحق للجميع تأسيس جمعيات دينية.
- يحق للجميع الكتابة وصدار صحف وجرائد ومعلومات.
- ويحق للجميع تعليم دين ما والاحتفال بالمناسبات والأعياد الدينية.
- لايجب ممارسة التمييز ضد أي انسان بسبب دينه.
- يحق للوالدين منح أطفالهم تربية دينية طبقاً لمعتقدهما.
- يتعين على أرباب العمل إظهار انفتاح أمام حاجات موظفيهم ليستطيعوا ممارسة معتقداتهم في مكان العمل.

## إتتماء أثني

يقيم في السويد أناس قادمين من أماكن مختلفة في العالم. الإلتماء الأثني يعني أن كل شخص لديه أصل في واحدة أو عدّة ثقافات أو مجموعات عرقية. لجميع البشر الحق في أن يكون لهم إتماء أثني واحد أو عدد من الإلتماءات الأثنية. أن يتمّ معاملتك بشكل أسوأ بسبب الإلتماء الأثني تمييز و جريمة ضدّ حقوق الانسان.

## انخفاض القدرات الوظيفية وامكانية الوصول

لدى العديد من الناس انخفاض في القدرات الوظيفية أو عدد منها. يمكن في حالات انخفاض القدرات أن يعاني الشخص مثلاً من ضعف البصر، التكلم، السمع، الفهم، أو صعوبة في الحركة أو التركيز. يجب أن يكون المجتمع في متناول الجميع. ويجب أن لا تكون هناك أية عوائق للاشتراك في حياة المجتمع لأولئك الذين يعانون من انخفاض القدرات الوظيفية. أحد الأمثلة على العمل من أجل مجتمع متاح هو إعادة بناء المرافق العامة ليتمكن الأشخاص الذين يعانون من صعوبات في صعود السلالم من الدخول والحركة في المباني دون أية عوائق.

## العمر

أن يتمّ معاملتك بشكل أسوأ لأن شخصاً آخر يرى أنك مسنّ أكثر من اللازم أو أن عمرك صغير أكثر من اللازم هو تمييز. هناك قوانين وقواعد تحكّم

أن في بعض الحالات يُسمح بمعاملة الأشخاص الأصغر أو الأكبر سناً بشكل مختلف. هناك على سبيل المثال حدود للسّن للحالات التي يُسمح فيها للمرء حيازة رخصة قيادة السيارات أو أن يُقدّم له مشروبات كحولية.

## العائلة والفرد

ماهي العائلة؟ الجواب على هذا السؤال متباين في ثقافات ومجتمعات مختلفة. في بعض بقاع العالم يُنظر الى الأقارب أو المجموعة التي ينتمي اليها المرء على أنها جزء من العائلة. أما في السويد فيُعتبر على الأغلب فقط الوالدين، الأشقاء والاطفال كعائلة. أما ما هو الفرد فيمكن أيضاً أن يبدو مختلفاً في ثقافات ومجتمعات مختلفة. هنالك طريقتان مختلفتان للنظر الى الأفراد وهما: نظرة فردية (فردانية) ونظرة جماعية.

### النظرة الفردية

تعني النظرة الفردية أن الفرد يُعتبر أهم من المجموعة. ويُشجّع كل شخص على أن تكون لديه أفكاراً ووجهات نظر خاصة به. وأن يرى الأفراد أنفسهم على أن لكل منهم شخصية مستقلة، ويتحمّل مسؤولية خاصة عن حياته، وسعادته ومستقبله. وهو أو هي في المقام الأول فرد مستقل وفي المقام الثاني جزء من مجموعات مختلفة.

### النظرة الجماعية

النظرة الجماعية تعني أن مصلحة المجموعة أهم من مصلحة الفرد. وما تفعله أنت كشخص يؤثر على المجموعة بأكملها. ويسود غالباً في المجتمعات الجماعية رابطة قوية. والأشخاص في المجموعة المترابطة يتحملون مسؤولية بعضهم البعض. وتعني النظرة الجماعية على الأغلب أن المرء يعتبر العديد من الأشخاص ضمن عائلته. ويُعتبر الأقرباء والمجموعة غالباً على أنهم جزء من العائلة.

### منظومات مجتمعية مختلفة

المنظومات المجتمعية المختلفة تُؤد لدى الناس نظرة مختلفة للأمور. السويد مجتمع فرديّ من نواح عديدة. وما تفعله يؤثر على الأكثر عليك أنت وليس على عائلتك أو أقاربك.

في السويد يجب على الدولة أن تأخذ على عاتقها مسؤولية ضمان أمان الناس. وهذا يؤدي الى أن الناس لاتعتمد على حماية الأقارب ليعيشوا حياة آمنة. أما في المجتمعات التي لاتتحمل الدولة مسؤولية مواطنيها فيثق الناس أكثر بأقاربهم لضمان أمنهم.

يجب حماية الأطفال من التمييز.



الصورة: كولوربوكس (Colourbox)

عندما يرتكب شخص جريمة في السويد يُعاقب فقط الشخص الذي ارتكب الجريمة، وليس عائلة الشخص أو أقاربه.

## حقوق الاطفال

توجد في جميع البلدان تقريباً قوانين وقواعد تحمي الأطفال والأحداث. الأطفال والأحداث في السويد محميّين بالقوانين الدولية والوطنية على حدّ سواء. وتأخذ السويد على محمل الجد حقوق الأطفال وحمايتهم من التهديد والعنف. تعمل الدولة والبلديات ليحصل الأطفال والأحداث على تنشئة جيدة.

### اتفاقية حقوق الطفل

وقعت السويد على اتفاقية الأمم المتحدة لحقوق الطفل. المعاهدة هي قواعد اتفقت عدّة بلدان عليها. في اتفاقية حقوق الطفل هناك قواعد من أجل حماية حقوق الانسان الخاصة بالأطفال.

ولأن السويد وقعت على الاتفاقية فقد اعطينا وعداً بأن القواعد ستسري على جميع الأطفال والأحداث في البلاد. وتوجد في الاتفاقية قواعد مختلفة تُسمى المواد. وهناك 54 مادة في اتفاقية حقوق الطفل.

فيما يلي بعض من أهمها:

- يجب حماية الأطفال من التمييز. إذ لا يجب معاملتهم بشكل أسوأ من الآخرين.
  - ويجب أن يفكر السياسيون، والسلطات والمحاكم دائماً بمصلحة الطفل الفضلى في جميع القرارات.
  - يجب أن يُربّي الوالدان الطفل بما يتفق مع سنّ الطفل ومستوى نضجه.
  - للطفل حقّ في الحياة والتطور. وهذا يعني أن على البلد حماية الطفل من التعرّض للقتل في الحروب أو الموت جراء الأمراض. ويعني حقّ التطور أن للطفل الحقّ في أن يعيش طفولة جيدة.
  - يجب أن يكون للطفل الحق في قول كلمته وأن يستمع الآخرون إليه. السلطات والمحاكم يجب أن تسأل الأطفال عن كيف يريدون للأمور أن تكون.
  - للطفل حقّ في الخصوصية وحياة خاصة. وقد يكون هذا مثلاً في أن لا يقرأ الوالدان دفتر يوميات الطفل أو رسائله.
  - للطفل الحق في الحماية من العنف في المنزل. يجب أن يُحمى الأطفال من الوالدين والبالغين الآخرين الذين يمارسون العنف أو لا يقومون برعاية الطفل بطريقة جيدة.
- تعمل المدرسة السويدية كثيراً مع قواعد اتفاقية حقوق الطفل كأساس. في موقع [www.barnkonventionen.se](http://www.barnkonventionen.se) يمكنك قراءة المزيد عن حقوق الطفل.

## حقّ الطفل في المجتمع - BRIS

BRIS (حقّ الأطفال في المجتمع - Barnens rätt i samhället) هي منظمة تساعد الأطفال والشباب القلقين أو الذين يعانون من مشكلة ما. الاتصال بالمنظمة (BRIS) مجاني على رقم الهاتف 116 111. يمكن للجميع دون سنّ 18 عاماً الاتصال والحديث مع شخص بالغ عن أي موضوع.

لا ترى (BRIS) من أي رقم هاتف تأتي المكالمات. ولا يظهر في فاتورة الهاتف أيضاً أن أحداً قد إتصل بالرقم.

وتستطيع (BRIS) أيضاً أن تساعد البالغين الذين يشعرون بقلق حيال أطفالهم. يمكن للبالغين الاتصال برقم هاتف (BRIS) الخاص بالبالغين، رقم الهاتف هو 077-150 50 50. المزيد من المعلومات توجد على موقع [www.bris.se](http://www.bris.se)

# عنف الرجال ضد النساء والعنف في العلاقات الأسرية

العنف في العلاقات الأسرية يتضمّن مثلاً ممارسة السُّلطة عن طريق التحكّم والضرب والتهديد.

إستعمال العنف والتهديد ضدّ الآخرين ممنوع في السويد. إذ أن ذلك انتهاك لحقوق الانسان لأشخاص آخرين وتصرفٌ إجرامي.

ولهذا السبب أيضاً يُمنع استعمال العنف في الأسرة. يشتمل العنف بين الأقرباء المقربين على جميع أنواع العنف الذي يمكن أن يحدث بين أشخاص مقربين الى بعضهم. يدخل في مفهوم الأقرباء المقربين العلاقات المغايرة جنسياً أو من نفس الجنس اضافة الى الأشقاء وغيرها من العلاقات الأسرية وعلاقات القرابة. وهذا يعني أنه يُمنع ضرب الشخص لطفله وشريك/شريكة حياته. ورغم ذلك فهناك عنف في العائلة. وغالباً ما يكون الرجال هو الذين يضربون النساء. العنف في المنزل يمكن أن يكون جسدياً، أو نفسياً، أو اقتصادياً، أو مادياً أو جنسياً.

أن يرى شخص في طفولته أحد والديه يتعرض الى الاعتداء والايذاء الجسدي هو شكل خطير من الاعتداء والأذى النفسي. ومن الشائع أن يتمّ التقليل من شأن العنف في الأسرة وأن يتمّ انكاره سواء من قبل الشخص الذي يتعرض للضرب أو الذي يضرب. ولكنّ الأطفال يرون، يسمعون ويشعرون. كما أنه من الشائع أيضاً أن يتمّ ضرب الطفل نفسه. أنّ الاجهاد المستمر من مخاوف بشأن العنف قد يكون له عواقب صحية، من الناحيتين الجسدية والنفسية على حدّ سواء.

العنف الجسدي يمكن أن يتحقّق عندما يُضرب شخص ما، أو عند الجرّ من الشّعر أو عند دفعه. العنف النفسي يمكن أن يتحقق عند تهديد شخص، أو افزاعه أو الحطّ من شأنه. ويمكن أن يكون مثلاً عندما يقول شخص ما أشياء مسيئة عن شخص آخر. وقد يكون أيضاً عندما لا يُسمح للمرأة أن يلتقي بأصدقاءه. العنف الاقتصادي ممكن أن يكون عندما يقوم شخص ما في علاقة بالتحكم بجميع النقود في حين لا يحصل الآخر على مايكفيه من نقود ينفقها على المعيشة. ويمكن للعنف أن يكون مادياً مثلاً عندما يقوم أحد بتخريب أشياءك. والعنف الجنسي هو الاغتصاب أو تصرفات جنسية أخرى يُجبر المرء على ممارستها أو عندما لايجرؤ على رفض ذلك وقول كلمة (لا).

## العنف المتعلّق بالشرف

أنّ العنف في الأسرة والعنف الموجه ضدّ النساء موجود في جميع البلدان وفي جميع الثقافات. والعنف الذي يتعلّق بالشرف هو عنف موجه ضدّ شخص ما يخالف معايير وأعراف العائلة أو الأقارب.



الصورة: أيدا أيدجرين (Ida Edgren)

أن المعيار الأكثر أهمية المُقترن بالشرف يتعلّق بالحياة الجنسية للنساء والفتيات وأن تكون النساء عذراوات عند الزواج. والعنف المتعلّق بالشرف يمكن أن يكون على شكل التحكّم والرقابة. مثلاً عدم السماح للمرء بأن يختار من يريد أن يكون سوية معه أو الزواج منه، أو تهديداً خطيراً بممارسة العنف وفي الحالات القصوى أيضاً العنف الذي يؤدي إلى الوفاة. في السويد يُحظر استخدام العنف ضد الآخرين، ويُعد ذلك عملاً إجرامياً.

على الأغلب الفتيات والنساء الشابّات هنّ من يتعرّضن إلى العنف المتعلّق بالشرف، ولكن حتى الفتيان يمكن أن يتعرضوا لذلك. المثليات، والمثليين، ومزدوجي الميول الجنسية، والمتحولين جنسياً وأحرار الجنس (HBTQ) أشخاص مُعرّضون بشكل خاص. أنّ العنف المتعلّق بالشرف شائع على الأكثر في المجتمعات الجماعية أو تلك التي يُمنح فيها الرجال سلطة أكبر بكثير من النساء. كل من النساء و الرجال يمكن أن يستعملوا العنف المتعلّق بالشرف ضد شخص خالف معايير وأعراف العائلة أو الأقارب. ويتمّ اتخاذ قرار ممارسة العنف بشكل مشترك.

وقعت السويد وصادقت على الاعلان العالمي لحقوق الانسان، الصادر عن الأمم المتحدة. تتطرق الحقوق إلى أنه يُمكن للجميع أن يقرروا فيما يخص حياتهم ومستقبلهم. وهذا يعني من بين الامور الاخرى أن يكون بمقدور الجميع اتخاذ قرار بخصوص أجسادهم، وحياتهم الجنسية وأختيار شريك الحياة.

## ينص القانون على أنّ

أي شخص يستعمل العنف ضد امرأة في علاقة قُربى يمكن أن يُدان بارتكاب انتهاك خطير لحرمة المرأة. فيما يتعلّق بعلاقات القُربى الأخرى يمكن أن يُدان من يستعمل العنف بارتكاب انتهاك خطير لحرمة شخص يستعمل العنف ضد امرأة في علاقة قُربى يمكن أيضاً أن يُدان بارتكاب اعتداء بالاذى الجسدي أو تهديد.

## هناك مساعدة يمكن الحصول عليها

الخدمات الاجتماعية لها المسؤولية القصوى لتقديم الدعم والمساعدة للأطفال، والنساء والرجال الذين يعيشون في حالة من العنف في علاقات القُربى. كما أن على البلدية مسؤولية منح من يتعرّضون الى التهديد والعنف حماية ضد استمرار العنف مثلاً في سكن محمي.

الخفارة النسائية (kvinnojour) هي منظمة تقدم الدعم والحماية للنساء والأطفال الذين يتعرضون للعنف في علاقات القُربى. وتُدار معظم الخفارات النسائية من قبل منظمات طوعية غير ربحية، بمساعدة متطوعات. كما توجد خفارات نسائية وخفارات الفتيات في جميع أنحاء البلاد. يمكنك قراءة المزيد عن الأماكن التي توجد فيها في موقع:

[www.unizon.se](http://www.unizon.se)

وفي عدد من البلديات توجد مكاتب استقبال حالات الأزمات للنساء والأطفال، وتساعد أولئك الذين تعرّضوا للعنف. كما توجد أيضاً مكاتب استقبال خاصة تساعد الرجال في التخلّي عن استعمال العنف. إذا كنت رجلاً ومُعرضاً للعنف فهناك مساعدة وحماية لك أنت أيضاً.

إذا كنت معرضاً للتهديد والعنف وتحتاجين الى مساعدة يمكنك الاتصال بخط حماية حرمة المرأة. خط حماية حرمة المرأة مفتوح دائماً. الاتصال الهاتفي مجاني ولايكلف شيئاً. ولست بحاجة لذكر إسمك حين تتصلين. في موقع حماية حرمة المرأة توجد معلومات بلغات مختلفة:

[www.kvinnofridslinjen.se](http://www.kvinnofridslinjen.se). رقم الهاتف: 020-50 50 50.

يمكن للنساء أيضاً الإتصال بتيرافيم (Terrafem). يتكلم طاقم العمل في تيرافيم 50 (Terrafem) لغة. يمكنك الإتصال بهم في أيام الاسبوع العادية بين الساعة 8-17. الاتصال الهاتفي مجاني ولايكلف شيئاً. يمكنك أيضاً إعطاء إسمك ورقم هاتفك ليتصلوا بك من تيرافيم (Terrafem). رقم الهاتف: 020-52 10 10.

## الدعارة والاتجار بالبشر لأغراض جنسية.

تقول الحكومة السويدية بأن الدعارة والاتجار بالبشر لأغراض جنسية هو عنف ضد النساء. ولهذا السبب تمّ اختيار تشريع قانوني لا يُدين أولئك

الذين يقعون ضحايا للدعارة والاتجار بالبشر لأغراض جنسية. بدلاً من ذلك فإن من يشتري الجنس أو يُجبر الآخرين على بيع الجنس يرتكب جريمة ويمكن أن يتعرض الى العقاب.

## ختان الاناث

في عدد كبير من البلدان يتمّ ختان الفتيات. ويعني ختان الاناث أن جزءاً من عضو المرأة التناسلي الخارجي يتم ازالته. ويمكن أيضاً أن يعني قصّ كل شئّ وخياطة طرفي المهبل ببعضهما

## أخطار على الصحة

يمكن أن تُصاب الفتيات والنساء بالعديد من المشاكل بعد عملية الختان. إذ يصبح من الصعب على كثير منهن أن يتبولنّ لأن المجاري البولية يمكن أن تصاب بأضرار. كما تُصاب العديدات منهن بآلام ووجاع في الجهاز التناسلي ويمكن أن تتأثر حياتهم الجنسية سلباً. ويمكن أن يُصنّب بمشاكل خطيرة فيما يتعلق بالدورة الشهرية والالتهابات. كما يمكن أن يكون هناك مشاكل اثناء الحمل وعند الولادة.

## العمل ضد تشويه الأعضاء التناسلية في السويد

أنّ تشويه الأعضاء التناسلية (ختان الأنث) ممنوع في السويد. ينصّ القانون على أنه لايجوز تشويه الاعضاء التناسلية حتى لو وافق المعني على القيام بذلك. ومن يقوم بإجراء ختان الاناث يمكن أن يُحكم عليه بالسجن. كما يمكن الحكم على المرء وادانته حتى لو كان تشويه الاعضاء التناسلية أُجري في بلد آخر. كما أنه من الممنوع خياطة طرفي المهبل مع بعضهما مثلاً بعد الولادة.

يجب على جميع العاملين مع الأطفال والاحداث في السويد تبليغ الخدمات الاجتماعية اذا كانت لديهم شكوك بأن فتاة ما حُتنت أو هناك خطر لأن تتعرض الى ختان الاناث.

توجد في السويد العديد من الجمعيات التي تعمل ضدّ ختان الاناث ، مثلاً المنظمة الوطنية لمنع ختان الاناث (RISK)، الاتحاد العام للثقافة والأرشاد الجنسي (RFSU). يقدم كلاهما معلومات عن تشويه الاعضاء التناسلية بلغات مختلفة.

## رعاية ومساعدة النساء اللواتي تعرّضن للختان

اذا كان لديك أسئلة و تحتاجين الى رعاية ومساعدة يمكنك الاتصال بممرضة المدرسة في المدرسة، أو عيادة استقبال الاحداث واليافعين، أو عيادة أمراض النساء أو عيادات النساء في المستشفيات. تُلقي العديد من النساء مساعدة ويمكنهن العيش بشكل طبيعي بعد الرعاية الطبية.

## أسئلة للمناقشة الفصل 4

ماهي العائلة بالنسبة لك؟

ماذا تعني حقوق الانسان والمساواة بالنسبة لك؟

هل يستفيد الجميع من المساواة؟ من الذي يجني فائدةً منها وهل يوجد طرف خاسر؟

ماهو الفرق بين المساواة بين الجنسين والمساواة الاجتماعية؟

ماذا يعني التمييز بالنسبة لك؟

ماهي المجموعات التي تعتقد أنها يمكن أن تتعرض للتمييز في المجتمع؟

ماذا لديك من خبرات وتجارب مع الحرية الدينية في السويد؟

تنص اتفاقية الأمم المتحدة لحقوق الطفل على أن مصلحة الطفل الفضلى يجب أن تأتي أولاً. ويمكن أن لايعني ذلك ذات الشئ لجميع البشر. ماذا يعني ذلك بالنسبة لك؟

ماذا تعني كلمة شرف بالنسبة لك؟

ماهي الفوارق بين الفتيان والفتيات عندما يتعلق الأمر بالاضطهاد لدواعي الشرف؟

ما الذي يمكنك أن تفعل لشخص يتعرض لعنف في علاقة قُربى؟



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

## 5. تكوين عائلة والعيش مع أطفال في السويد

### المحتوى

- طرق عديدة للعيش معاً
- رعاية الأطفال والاحداث
- رعاية الأطفال
- المدرسة الأساسية
- المدارس الثانوية
- المدرسة و الديمقراطية
- الدعم الاقتصادي للعوائل

# طرق عديدة للعيش معاً

من الشائع في السويد أن يعيش زوجان معاً وينجبوا أطفالاً قبل أن يتزوجا. كما يختار الكثيرون عدم الزواج. ويعيشون سوية كمُساكنين، مُساكن (sambo).

## عقد القران

أنَّ عقد القران معناه أن يتزوج المرء. يجب أن يكون جميع الراغبين في الزواج في السويد قد بلغوا 18 عاماً ليكونوا قادرين على الزواج. وهذا منصوص عليه في القانون. يسري القانون على الجميع في السويد حتى لو لم يكونوا مواطنين سويديين. قد يكون هناك قوانين أخرى في بلدان أخرى، ولكن السلطات السويدية تعترف بالزواج الأجنبي فقط اذا توافق مع القانون السويدي.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

قبل أن تتزوج يجب أن تقدّم طلباً للحصول على النظر في الخلوّ من موانع الزواج (hindersprövning). وهو تدقيق لمعرفة ما اذا كانت هناك أية عقبات امامك لتستطيع أن تتزوج. يتم إصدار شهادة الخلوّ من موانع الزواج من مصلحة الضرائب في المحافظة التي أنت مسجّل في قيد نفوسها. في حال لم تكن هناك أية موانع تحصل على شهادة تسري لأربعة أشهر. إصطحب معك الشهادة الى الشخص أو الجهة المأذونة بعقد القران. اذا كنت أنت، أو الشخص الذي ستتزوج به، غير مسجّل في قيد النفوس في السويد يجب إصدار شهادة خلوّ من موانع الزواج في البلد الذي يكون الشخص مسجلاً في قيد نفوسه أو سجلاته المدنية.

طبقاً للقانون السويدي توجد موانع للزواج:

- اذا كنت أو شريكك دون 18 عاماً
- اذا كنت من الأقارب القريبين من الشخص الذي تريد الزواج به.
- اذا كنت أنت أو شريكك متزوجاً، أو شركاء مسجلين.

كما يمنع القانون السويدي زواج الإكراه. وهذا يعني أنه لا يمكن لأي شخص أي يمارس الإكراه أو الإكراه ضد شخص آخر لغرض أن يتزوج. يجب أن يقرّر الجميع الأشخاص الذين يرغبون الزواج بهم.

من حقك دائماً أن تقول/تقولين لا للزواج.

قد ترفض السلطات السويدية الموافقة على زواج أجنبي اذا كان أحد الاطراف قد أُجبرَ على الزواج.

عقد القران هو المراسيم التي يتمّ فيها تزويج شخصين مع بعضهما البعض. ويمكن لعقد القران أن يكون دينياً أو مدنياً. ولكي يصبح عقد القران سارياً يجب أن يتمّ على يد شخص أو جهة عاقدة للقران مأذونة ومسجلة. يمكن مثلاً أن يكون قسيساً، أو إمام مسجد أو عاقد قران مدني مأذون. يتمّ عقد القران المدني على يد شخص مختار من مجلس ادارة المحافظة. مراسيم الزواج المدني هي مراسيم لاعلاقة لها بأي دين. اذا تمّ عقد القران كمراسيم دينية على يد شخص غير مرخص ولا مأذون بعقد الزواج فيعني ذلك أن عقد القران غير ساري المفعول من الناحية القانونية. ولكي يصبح ساري المفعول من الناحية القانونية يُشترط إجراء عقد قران مدنيّ.

الزواج في السويد محايد من الناحية الجنسية. وهذا يعني أن شخصين من نفس الجنس يمكنهما الزواج من بعضهما البعض. ولايستطيع عاقد القران المدني الرفض اذا رغب شخصان من نفس الجنس بالزواج. ولكن مأذون عقد القران في مجموعة دينية، مثلاً قسيس في الكنيسة السويدية، من حقه الموافقة أو الرفض. في حال رفض أحد القساوسة القيام بذلك يمكن للمرء سؤال قسيس آخر.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

وبالنسبة للمتزوجين يسري قانون أسمة قانون الزواج (äktenskapsbalken). يوجد في قانون الزواج أشياء من ضمنها قواعد بخصوص الميراث حيث يرث الشخص المتزوج الذي مازال حياً سوية مع الأطفال دائماً ممتلكات زوجه المتوفى.

اقرأ المزيد عن الميراث في الفصل 8.

## مُساكنة

عندما يسكن شخصان مع بعضهما البعض كزوجين دون أن يكونا متزوجين يُطلق على هذا المساكنة (sammanboende) أو (sambo).

المساكنة (sambo) شائعة في السويد وفي دول الشمال. كما هو من الشائع إنجاب أطفال دون زواج. وهناك قانون حول أن تكون مُساكنة، قانون المساكنة. توجد في قانون المساكنة قواعد خاصة بالمسكن الذي يقيم فيه الشخصان المساكنان والأشياء التي يمتلكانها. وفي حال وفاة أحد الشخصين فإن للمُساكن الآخر الحق في البقاء والاقامة في المسكن الذي عاش فيه سويةً. كما يحق له/لها وراثة حاجاتهما المشتركة في المنزل. ولكي يحق له/لها وراثة املاك أخرى، مثل الأموال المودعة في مصرف، يجب في هذه الحال أن تكون هناك وصية.

## طلاق

في السويد يحق لك الطلاق من الشخص الذي أنت/أنتِ متزوج منه/ها حتى لو لم ترغباً أنتما الاثنان في ذلك. اذا أردت الحصول على الطلاق فيجب أن تتصل بالمحكمة الابتدائية (tingsrätten) (وهي محكمة موجودة في البلدية التي أنت مسجل في قيد نفوسها. وعندها تقدّم طلباً للطلاق (äktenskapsskillnad).

أنت وزوجك/زوجتك تقومان سوية بملء طلب. واذا لم تكونا متفقان فيمكنك وحدك تقديم طلب الطلاق.

اذا تقدمتما بطلب طلاق معاً ولم يكن لديكما أطفال فيمكن للمحكمة الابتدائية اصدار حكم (قرار) بأسرع وقت ممكن. أما كان لديكما أطفال تحت سن 16 عاماً أو أنّ أحدكما لا يرغب بالطلاق فستُمنحان مهلة تفكير. وهذا يعني أن تحصلا على وقت لتفكرا خلاله اذا كنتما ترغبان حقاً بالطلاق. تمتد مهلة التفكير لمدة ستة أشهر على الأقل ولسنة واحدة على الأكثر.

واذا كنت مازلت راغباً/راغبة في الطلاق بعد مرور ستة أشهر فيجب الاتصال بالمحكمة الابتدائية (tingsrätten). يُسمى هذا أنك تُكمل اجراءات طلاقك. أما اذا لم تُرسل رسالة بأنك ترغب بإكمال اجراءات الطلاق فإن المحكمة تُنهي موضوع طلبك ولايعود طلب الطلاق سارياً. اذا أصبح

لدى المحكمة شكوكاً بأنّ احداً ما قد أُجبر على الزواج (زواج الإكراه) فيمكن منح الطلاق مباشرة، دون مهلة تفكير.

## حق الحضانة

حقّ الحضانة (vårdnad) يعني أن مالك حقّ الحضانة، على الغالب هما الوالدان، لديهما مسؤولية قانونية عن الطفل. وهذا يعني أنك تملك حقاً وواجباً لرعاية الطفل. طبقاً للقانون يجب أن يكون للأطفال حضانة حتى بلوغهم سن 18 عاماً. كما أن عليك واجب إعالة الطفل حتى يبلغ سن 21 عاماً إذا كان/كانت يدرسون في المرحلة الثانوية.

أما الحضانة المشتركة فتعني أنّ كلا الوالدين يقتسمان مسؤولية الطفل. ويجب عليهما أن يقرراً معاً بخصوص أشياء تتعلق بالطفل. لكلا الوالدين نفس الواجبات حتى إذا لم يكونا يسكننا سوياً. إذا كنت صاحب حقّ الحضانة فمن حقك الحصول على معلومات عن طفلك. هذا يعني أنّ من حقك معرفة أشياء عن طفلك من المدرسة التمهيديّة، المدرسة، الرعاية الصحية، الشرطة والسُلطات الأخرى.

أما الحضانة المنفردة فتعني أن أحد الوالدين فقط لديه مسؤولية الطفل ويقرّر عن الطفل. إذا كنتم متزوجين تحصلان تلقائياً على حضانة مشتركة على أطفالكما. وإذا لم تكونا متزوجين فيجب تعبئة ورقة لدى إدارة الشؤون الاجتماعية (حقوق الأسرة) بخصوص من هو الوالد الآخر للطفل. وهكذا تكون لديكما امكانية تسجيل حضانة مشتركة.

إذا كنتم في طريقكما الى الطلاق ولستما متفقين على من سيحوز على حقّ الحضانة يمكنكما الاتصال بقسم حقوق الأسرة. يمكنكم الحصول لدى قسم حقوق الأسرة على مساعدة في إيجاد حلّ. وإذا لم تتفقاً يصبح الموضوع قضية قانونية تُطرح على المحكمة الابتدائية. تطلب المحكمة الابتدائية حينها من قسم حقوق الأسرة إجراء تحقيق قبل أن تقرّر المحكمة الابتدائية من هو الوالد الذي سيحوز على حقّ الحضانة وأين سيسكن الطفل.



تصوير: ماريا نوبل (Maria Nobel)

# رعاية الأطفال والاحداث

تقع على الوالدين ومالكي حقّ الحضانة الآخرين مسؤولية الأطفال ولكن هناك مساعدة من المجتمع يمكن الحصول عليها. جميع الأطفال والاحداث لهم حقّ الذهاب الى المدرسة التمهيديّة، والمدارس الأخرى وحقّ الحصول على الرعاية الصحية في السويد.

يكون لدى أكثر الآباء والأمهات عادة علاقة وثيقة مع مركز رعاية الأمومة (MVC) قبل ولادة الطفل ومع رعاية صحة الأطفال خلال الوقت الذي ينمو فيه الطفل. هناك تعمل قابلات مؤهلات (مأذونات)، وممرضات وأطباء. أن زيارة مركز رعاية صحة الأمومة (MVC) ومركز رعاية صحة الأطفال (BVC) مجانية.

## مراكز رعاية الأمومة (Mödravårdscentraler)

أنت تذهبين الى مركز رعاية الأمومة (MVC) خلال فترة الحمل للتأكد من أن صحة الطفل وصحتك على مايرام. تقوم القابلة المأذونة بأخذ وزن الطفل، وأخذ مقاييسه والحديث عن الحمل والولادة وتُجيب على الأسئلة التي لدى الأشخاص الذين سيصبحون والدين عما قريب.

كما يمكنك حضور لقاءات هناك يمكنك الحصول على معلومات عن الحمل، والولادة والرضاعة. ومن الطبيعي أن يكون الوالد الثاني للطفل المُنتظر حاضراً في الزيارات واللقاءات. ومن الشائع أيضاً في السويد أن يكون الوالد الآخر حاضراً عند الولادة.

## مركز رعاية صحة الاطفال (Barnvårdscentraler)

مراكز رعاية صحة الاطفال (BVC) تقدم المساعدة للوالدين وتفحص صحة الطفل كي ينمو ويتطوّر كما يجب. كما يمكنك أيضاً الحصول على مشورة ودعم عن كيفية رعاية طفلك بأفضل طريقة ممكنة. ويمكنك الحصول في (BVC) على نصائح في عن تطوّر الطفل، الرضاعة، الطعام والأمراض. عند عودتك الى المنزل بعد الولادة يمكنك الإتصال بمركز رعاية صحة الأطفال (BVC) وتحديد موعد اللقاء الأول. ويتمّ اللقاء الأول أحياناً في المنزل. حينها تتحدث الممرضة عن مركز رعاية صحة الأطفال (BVC) وتتفحص صحة الطفل. كما يتمّ فحص الطفل من قبل طبيب. عادة ما تكون الزيارة الأولى للطبيب في مركز رعاية صحة الأطفال (BVC) عند بلوغ الطفل بين ستة الى ثمانية أسابيع. بعد ذلك تتوالى عدة زيارات من أجل اجراء فحص صحي حتى دخول الطفل الى المدرسة.

يُعرض في مركز رعاية صحة الأطفال (BVC) على الآباء والامهات أن يتمّ تطعيم أطفالهم. يوجد في السويد برنامج تطعيم ضد تسعة أمراض

مختلفة، منها شلل الأطفال، والسعال الديكي، والخناق، والكزاز، والحصبة، والنكاف والحصبة الألمانية. أن الهدف من برنامج التطعيم هو توفير حماية للأطفال من الأمراض والعمل على عدم انتشار العدوى.

## الرعاية الصحية المدرسية

عندما يبدأ الأطفال المدرسة يذهبون الى الرعاية الصحية المدرسية من أجل تلقي رعاية صحية وقائية.

جميع التلاميذ في المدرسة التمهيديّة، المدرسة الأساسية والمدرسة الثانوية لهم الحق في الحصول على الرعاية الصحية المدرسية.

يُقدّم للتلاميذ ثلاث مرات فحص صحي خلال فترة المدرسة الاساسية ومرّة واحدة خلال المدرسة الثانوية. وتتضمن زيارات الفحص الصحي محادثة عن الصحة، ومراقبة الطول، والوزن وفحص النظر والظهر. كما يوجد في المدارس موظفون يعملون سويةً لأجل تعزيز صحة التلاميذ. ويمكن أن يكونوا مرشدين صحيين، ممرضات، مدراء، تربويين متخصصين ومعلمين.

يُقدّم لجميع الفتيات في الصف الخامس أو السادس لقاحاً مجانياً ضد العدوى بفيروس الورم الحليمي البشري (HPV). ويساعد هذا اللقاح على الوقاية من سرطان عنق الرحم، والتأليل التناسلية والتغيرات الأخرى للخلايا في عنق الرحم.

## أن تكون والداً في بلد جديد

الانتقال الى بلد جديد هو تغيير كبير سواء للبالغين أو الأطفال. أحياناً قد يكون من الأسهل للأطفال الدخول الى المجتمع الجديد أكثر من البالغين. ولهذا السبب قد يصبح البالغين معتمدين على أطفالهم في العلاقات مع المجتمع. ويمكن لهذا أن يقود الى تغيير الأدوار في العائلة وهذا يعني وضع مسؤولية كبيرة جداً على عاتق الاطفال. فالأطفال مثلاً لا يجب أن يقوموا بالترجمة الشفوية لوالديهم عند الإتصال بالمدرسة التمهيديّة، أو المدرسة أو السلطات الرسمية أو الرعاية الصحية.

ولهذا السبب فمن المهم للوالدين الحصول على معلومات عن المجتمع الذي جاءت العائلة اليه وأن يفهموا أنّ الحياة اليومية الجديدة والبيئة المعيشية للطفل ستصبح أيضاً جزءاً من

شخصيتهم. حيث توجد شروط لهما ليكونا والدين قويين وواضحين وهكذا يخلقان بيئة آمنة لأطفالهما. وإذا كانت العائلة كلّها متفهمّة لمعايير المجتمع الجديد و قيمه ويمكنها أن ترى أوجه التشابه والاختلاف مع هويتها الخاصة



تصوير: يسبر سفينسون (Jesper Svensson)

والثقافة فإن ذلك يمنح الأطفال فرصاً جيدة للحصول على حياة مستقرة. في فترة المراهقة يبدأ الكثير من الشباب بالتحرر من والديهم. ويرغبون في أن يتدبروا أمورهم بنفسمهم ويستعدوا لحياة البالغين. تقع على الوالدين مسؤولية دعم أطفالهم في رحلتهم الى عالم البالغين. من المهم إيجاد توازن لتستطيع وضع حدود للطفل. في نفس الوقت يجب أن يتمكن الطفل من التطور في البلد الجديد.

## الحُبّ والعلاقات

النظرة الى الحُبّ والعلاقات يُمكن أن تختلف في ثقافات ومجتمعات مختلفة. ويتوقف أيضاً على من هو الانسان كشخص. للكثير من الناس في السويد من الطبيعي أن يكون المرء سوية مع من يُحبّ دون زواج أو انجاب أطفال. كما أنه يوجد أيضاً انفتاحاً بصدد أن الانسان يتطور خلال فترة الشباب لاستكشاف الحُبّ، والعلاقات والحياة الجنسية الخاصة به. ولدى العديد من الشباب السويديين علاقة حُبّ واحدة أو عدة علاقات حُبّ في مرحلة نموهم.

## ممنوع ممارسة العنف ضد الأطفال

في القوانين السويدية هناك جزء يُدعى قانون الوالدين. ويتّص قانون الوالدين على حق الاطفال في الحصول على الرعاية والعناية، والأمان وعلى تربية جيدة. ويُسمى جزء من هذا القانون بقانون منع الضرب (anti-agalagen) وهو موجود في السويد منذ سنة 1979. أن كلمة (aga) هي كلمة سويدية قديمة تعني ضرب طفل لغرض تربيته. ينصّ قانون منع الضرب على أنه يُمنع استعمال العنف الجسدي والنفسي ضدّ الأطفال. والعنف الجسدي هو جميع أنواع العنف الموجهة ضد الجسم. وكذلك الضرب غير المبرح (الخفيف)، والجرّ من الشعر والقرص تشكّل هي أيضاً عنفاً جسدياً.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

ولكنه من البديهي أن تجرّ طفلاً بعيداً عن شئٍ خطير مثل فرن ساخن، أو شباك مفتوح أو شئٍ آخر.

العنف النفسي يمكن أن يكون على هيئة تهديد، إثارة فزع، تجميد شخص (اخراجهم من نطاق مجموعته) أو حبس طفل في مكان ما. يمكن للعنف النفسي أن يؤدي احترام الطفل لذاته وتطوره بنفس القدر الذي يفعله العنف الجسدي.

## رؤية بخصوص تربية الأطفال في السويد

بالنسبة لأغلب الآباء في العالم فإن حُبّ الطفل أهم من كل شيءٍ آخر. ويحتاج جميع الأطفال الى والدين وأشخاص كبار. فالكبار سوف يمنحونهم ارشاداً، وتشجيعاً وحباً. كما يجب أن يضع الكبار الحدود. أنّ كيفية تربية الطفل لها تأثير كبير على ثقة الطفل بنفسه واحترامه لذاته. الاطفال الذين يحصلون على تربية مطمئنة يعمّ فيها الحُب يستطيعون أيضاً النجاح في المدرسة بشكل أسهل ويكونون بصحة جيدة عندما يكبرون.

لقد تغيّرت طريقة تربية الأطفال في السويد كثيراً خلال المائة عام الأخيرة. في بداية القرن العشرين كان العديد من الآباء صارمين وكان من المهم أن يقوم الأطفال بطاعة الكبار. وكان يُنظر الى القصاص الجسدي، الضرب، على أنه جزء طبيعي من التربية.

في خمسينات وستينات القرن العشرين بدأ الشك والتساؤل حول هذا النوع القاسي والمُحدّد من التربية. وبدأ الكثيرون بتغيير طريقتهم في النظر الى تربية الأطفال. وأصبح حديث الناس يدور أكثر وأكثر عن تربية أطفالهم مع الاحتفاظ باحترامهم. ولكن كان مازال من الطبيعي أن يضرب المرء أطفاله لمعاقبتهم.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

في سبعينات القرن العشرين برزت النظرة المعاصرة الأكثر ديمقراطية بخصوص تربية الأطفال. كان الهدف هو أن يتعلم الأطفال كيف يفكرون، ويتحملون بأنفسهم مسؤولية أن يصبحوا بشراً مستقلين يتمتعون بثقة جيدة بأنفسهم.

## الخدمات الاجتماعية

تعمل الخدمات الاجتماعية بطرق مختلفة لضمان حصول الأطفال كافة على حياة جيدة وأن ينمو في ظروف آمنة. والوالدان مسؤولان عن حصول الأطفال على الرعاية والطمأنينة التي هم بحاجة إليها. ويمكن عند الحاجة أن تدعم الخدمات الاجتماعية الوالدين في ممارسة دورهما كوالدين. أن طلب الدعم في مجال الرعاية الأبوية هي طريقة لتحمل المسؤولية. والوالدان اللذان يحصلان على مساعدة مبكرة يمكنهما تجنب أطفالهم الوقوع في المشاكل في حياتهم فيما بعد.

عندما يهّم طفل في الوقوع في خطر ما تتعاون الخدمات الاجتماعية مع العائلة والأشخاص البالغين الآخرين كي يتمكنوا جميعاً من أن يحصل الطفل على حياة جيدة قدر الامكان. ولدى الخدمات الاجتماعية مهارات للعمل لمعالجة مختلف أنواع المشاكل التي تتكون لدى العوائل. ويمكن لذلك مثلاً أن يتعلّق بوجود حالات شجار كثيرة في المنزل، والذان قلقان على وضعهما وما اذا كان ذلك يؤثر على أطفالهم، أطفال يشعرون باغتراب الذات، أطفال يتعرضون للعنف، أو التهديد أو الانتهاكات، أطفال يرتكبون جرائم، يدمنون على تناول الكحول أو المخدرات أو أطفال يعيشون في عوائل توجد فيها حالات ادمان.

يمكن أن تحصل الخدمات الاجتماعية على معلومات بأن طفل ما عرضة للضرر من خلال قيام أحد ما بالتبليغ عن القلق على طفل (anmälan om oro). ويمكن لهكذا بلاغ أن يأتي مثلاً من معلم/ة، ناظر/ة مدرسة، أو الشرطة أو طاقم الرعاية الصحية. ذلك أنهم ملزمون بالإبلاغ اذا ما شعروا بالقلق حيال وضع طفل ما. ويمكن أن يكون ذلك أيضاً اذا كان شخص آخر كانت له علاقة بالعائلة ويشعر بالقلق جراء حالة الطفل. عند تلقي الخدمات الاجتماعية بلاغاً فيجب عليهم اتخاذ قرار عما اذا كان الطفل بحاجة للحماية بشكل طارئ ومستعجل. كما يجب على الخدمات الاجتماعية أن تأخذ موقفاً بخصوص البدء بإجراء تحقيق عن الدعم والمساعدة التي يحتاجها الطفل والعائلة. ويجب إشراك كلا الوالدين والأطفال في التحقيق.

عادةً ما يكون الأبوان والخدمات الاجتماعية متفقين على نوع المساعدة التي يحتاجها الطفل والعائلة. وفي المقام الأول يجب أن تُمنح تلك المساعدة التي تعرضها الخدمات الاجتماعية سوية مع الأبوين وبموافقتهم.

اذا كان هناك خطر كبير لأن تتضرر صحة الطفل أو تطوره جراء وضعه في المنزل أو تصرفات الطفل الخاصة، يمكن أن تحتاج الخدمات الاجتماعية الى

منح الطفل دعماً خلافاً لإرادة حاملي حقّ الحضانة. وقد يعني ذلك أن يسكن الطفل خلال فترة قصيرة أو طويلة لدى عائلة أخرى (منزل مناوب أو بيت تربية عائلية) أو في منزل للرعاية أو السكن (HVB).

## رعاية الأطفال

رعاية الأطفال هو أسم مشترك للأنشطة التربوية الخاصة بالاطفال الأصغر سناً. ضمن رعاية الأطفال توجد على سبيل المثال مدارس تمهيدية/رياض أطفال (förskola)، دور الحضانة العائلية (familjedaghem) ودور أوقات الفراغ (fritidshem). حيث يمكن أن يقضي الأطفال وقتهم عندما يعمل الوالدان أو يدرسان.

في جميع البلديات توجد رعاية أطفال تابعة للبلدية. كما توجد رعاية أطفال مستقلة أو أهلية تُدار من قبل شركات أو منظمات. من حق الاطفال بين عمر سنة واحدة وخمس سنوات أن يذهبوا الى مدرسة تمهيدية أو دار حضانة عائلية (Familjedaghem). اذا كنت تبحث عن عمل أو تتمتع بإجازة الوالدين من اجل شقيق أصغر للطفل فمن حق الطفل الأكبر سناً الحصول على رعاية الأطفال لمدة ثلاث ساعات يومياً أو 15 ساعة اسبوعياً.

### مدرسة تمهيدية

تُسمى المدرسة التمهيدية الروضة أو دار الحضانة. وهي مكان يذهب اليه الأطفال من عُمر سنة واحدة الى خمس سنوات قبل أن يبدووا الصف



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

التمهيدي أو الصف الأول. المدارس التمهيدية لديها أسلوب خاص ونظرة تربوية عن كيف يتم تعليم الأشياء للأطفال. كما يوجد لدى المدارس التمهيدية خطة دراسية أيضاً وهي نصّ يذكر ماذا يجب أن يتعلّم الأطفال. وتعمل جميع المدارس التمهيدية طبقاً للخطة الدراسية السويدية.

## المدرسة التمهيدية المفتوحة

المدرسة التمهيدية المفتوحة هي مكان لقاء للوالدين الذين يتمتعون باجازة الوالدين ولأطفالهم. يوجد في المدرسة التمهيدية المفتوحة موظفون مؤهلون وهي مكان جيد للتعرف بين الآباء/الامهات والأطفال. توجد المدرسة التمهيدية المفتوحة في العديد من البلديات في السويد.

## الصف التمهيدي (نشاط السنة السادسة)

يحصل جميع الأطفال على مكان في الصف التمهيدي في نفس العام عند بلوغهم السادسة. ويُسمى أحياناً أيضاً بنشاط السنة السادسة. في الصف التمهيدي يتهيء التلاميذ للمدرسة الأساسية قبل البدء في الصف الأول.

## دار رعاية أطفال المدارس (Fritids)

يحقّ للأطفال من عمر السادسة حتى الثانية عشر الذهاب الى دار رعاية أطفال المدارس (فريتيدس) قبل الدوام المدرسي وبعده. يجب أن يكون الوالدان يعملان أو يدرسان كي يحقّ للأطفال الذهاب الى دار رعاية أطفال المدارس. تقع دار رعاية أطفال المدارس على الأغلب في نفس البناية التي تقع فيها المدرسة. ويستطيع الأطفال بين العاشرة والثانية عشرة الذهاب الى نشاط أوقات الفراغ المفتوح الذي يقع عادةً قرب المدرسة.

## دار حضانة عائلي (Familjedaghem)/رعاية تربوية

يُسمّى جزء من رعاية الأطفال بالرعاية التربوية أو دار حضانة عائلي. إذ يوجد شخص ذو تأهيل يستقبل الأطفال في منزله، ويمنحهم الرعاية ولديه نشاط مدرسي تمهيدي مع نشاطات تربوية. يُمكن للأطفال الذين يذهبون الى المدرسة أن يكونوا في دار حضانة عائلي بعد المدرسة. وتعمل عندها كدار رعاية (فريتيدس).

## التعاون مع الوالدين

الوالدان مهمان في العناية بالطفل. فهما أفضل من يعرف أطفالهما. وعندما يبدأ الطفل في المدرسة التمهيدية أو دار حضانة عائلي فإن أحد الوالدين يكون موجوداً الى أن يشعر الطفل بالأمان. وهذا يُسمى التأقلم في المدرسة (التعود على المدرسة) ويستمر عادة حوالي اسبوعين. يدعو الموظفون في المدارس التمهيدية أو رعاية أطفال المدارس الى محادثات تطوير. وفيها يتحدث الموظفون عن كيفية انسجام الطفل في المدرسة



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

التمهيدية وكيف يتطوّر. أنت بصفتك والدّاً يحق لك الحديث عن ما تراه وتعتقد به بخصوص عمل المدرسة التمهيدية.

## طلب للحصول على مكان في رعاية الأطفال

للحصول على مكان في مدرسة تمهيدية أو دار رعاية أطفال المدارس يجب أن تُقدّم طلباً بخصوص ذلك. وتقوم بذلك لدى بلديتك. وتختلف القواعد باختلاف البلديات، ولكن غالباً يجب أن تُقدّم طلب الحصول على مكان لعدة أشهر مسبقاً. يجب أن يكون طفلك بلغّ على الأقلّ عاماً واحداً ليبدأ المدرسة التمهيدية.

## المدرسة الأساسية

يجب أن يذهب جميع الأطفال في السويد الى المدرسة لمدة تسع سنوات. هذا منصوص عليه في قانون المدارس السويدي ويُسمى التعليم المدرسي الإلزامي. يحتوي كل عام دراسي على فصل خريف وفصل ربيع. ويبدأ واجب التعليم الإلزامي على الأطفال منذ فصل الخريف الذي يبلغون فيه سبع سنوات أو عندما يبدوون الصف الأول 1 حتى فصل الربيع في الصف 9. هناك خطط للعمل المدرسي وتُسمى بالخطط الدراسية أو الخطط التعليمية. وتنص على ما سيتعلمه الاطفال وكيف يجب أن تسير العملية التعليمية. التعليم والكتب مجانية لجميع الأطفال في المدرسة الأساسية. كما يحصلون على وجبة غداء دون أن يدفعوا شيئاً.

وبصفتك والداً فمن حقك اختيار المدرسة لأطفالك. وللأطفال دائماً الحق في الحصول على مكان في المدرسة التي تقع في منطقة سكنهم. إذا أردت اختيار مدرسة أخرى فعليك تقديم طلب من خلال الاتصال بمدير/مديرة المدرسة التي ترغب التسجيل فيها. ويمكن للطفل أن يبدأ الدوام إذا توفّر مكان شاغر.

الأطفال الذين ولأسباب عديدة لا يذهبون إلى المدرسة الأساسية توجد مدرسة خاصة للصم والبكم والمكفوفين (specialskola) و المدرسة الخاصة للمصابين بتخلف النمو (särskola). المدرسة الخاصة (specialskola) للأطفال الذين يعانون مثلاً من ضعف في السمع. والمدرسة الخاصة للمصابين بتخلف النمو (särskola) هي للأطفال المصابين باضطراب في النمو الإدراكي أو النفسي ويمكن أن تكون خلقياً أو مكتسباً. ويحصل التلاميذ في هذا المدارس على دعم في التعليم.

## المواد الدراسية في المدرسة الأساسية

المادة هي موضوع يحصل المرء على تعليم بخصوصه، مثل الرياضيات أو اللغة السويدية. لكل مادة مدرسية خطة دراسية حيث يُذكر ما يجب على التلميذ أن يكون قد تعلّمه عند انهاء المدرسة الأساسية.

## تدريس الجنس والعيش المشترك

إنّ تدريس موضوع الجنس والعيش المشترك هو جزء من الخطة التعليمية في المدارس السويدية. وهو يتناول الحب وكيف يمكن العيش في علاقة محترمة، متساوية ومليئة بالحب مع انسان آخر. وقد تمّ تدريس الحياة الجنسية والعيش المشترك في السويد لأكثر من 50 عاماً.

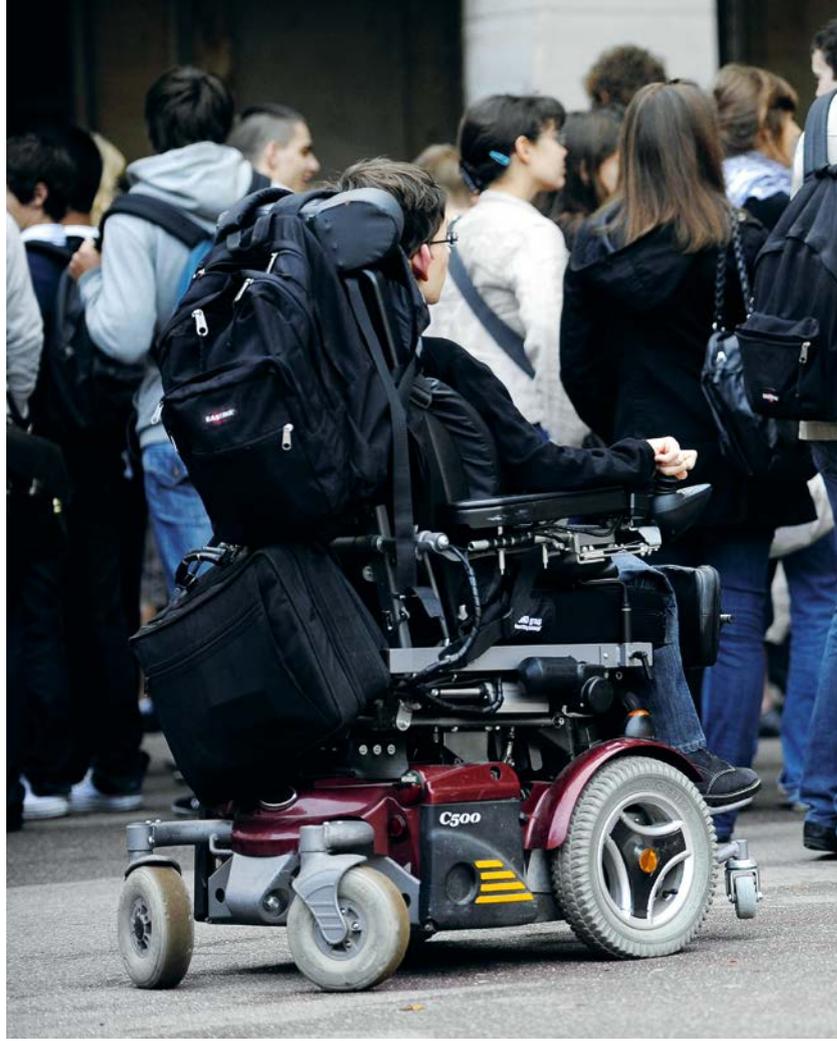
## الدرجات/العلامات

يحصل التلاميذ على درجات مدرسية ابتداءً من الصف 6. بعد انتهاء كل صف دراسي يحصل التلاميذ على درجات مدرسية. وبعد انتهاء الفصل الدراسي الأخير في الصف 9 يحصل التلاميذ على الدرجات النهائية.

توضع الدرجات الدراسية في سُلّم يتراوح بين A، B، C، D، E، و F. وتعني درجة F أن التلميذ لم ينجح في مادة دراسية ما. الدرجة الأقصى هي A.

أن مصلحة المدارس هي التي قررت قواعد وضع الدرجات الدراسية. مصلحة المدارس هي سلطة من واجباتها التأكد من أن الأطفال والأحداث في المدارس السويدية يجب أن يحصلوا على تأهيل دراسي ذي جودة ويجري في بيئة آمنة.

يجب أن يذهب جميع  
الأطفال الى المدرسة  
الأساسية حتى الصف 9.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

## تدريس اللغة

يجب أن يكون للأطفال حق دراسة اللغة الأم إذا كان أحد أو كلا الوالدين يتكلمان لغة أخرى غير السويدية كلغة أم. وكي يحقّ للطفل المشاركة يجب أن يكون لدى الطفل معلومات أساسية في اللغة ويستخدمها في البيت يومياً.

التلاميذ الذين يتكلمون لغة أم أخرى غير السويدية لهم أيضاً الحق في تعلّم اللغة السويدية كلغة أخرى. السويدية كلغة ثانية هي لكل من المبتدئين والتلاميذ الذين يتحدثون اللغة السويدية. مادة السويدية كلغة ثانية في نفس مستوى مادة اللغة السويدية ولكن التدريس مُكيّف للتلاميذ الذين يتكلمون لغة أم أخرى غير السويدية.

## الصف التحضيري

للأطفال القادمين حديثاً الى السويد يوجد هناك شيء اسمه الصف التحضيري. يحصل التلاميذ في الصف التحضيري على تدريب في اللغة

السويدية وتعليم في مواد دراسية مختلفة. ويتمّ تأهيل التلاميذ ليتمكنوا في أقرب وقت ممكن من الذهاب الى أحد فصول (صفوف) المدرسة الأساسية العادية. يمكن للتدريس أن يكون بأشكال مختلفة بالنسبة لكل تلميذ اعتماداً على العمر، اللغة المتداولة في البيت والمعارف السابقة. توجد صفوف تحضيرية في العديد من البلديات في السويد.

## المدارس الثانوية

عند دوام التلاميذ في السنة الأخيرة في المدرسة الأساسية يمكنهم تقديم طلب للمدرسة الثانوية. الالتحاق بالمدرسة الثانوية طوعي في السويد. وهي أيضاً مجانية. يمكن للشباب الذين يبلغون بين 16 و 20 عاماً الدراسة في المدرسة الثانوية إذا كانوا قد أكملوا المدرسة الأساسية. ويختار جميع الشباب تقريباً الاستمرار في الدراسة في المدرسة الثانوية.

للمدارس الثانوية أيضاً خطة تعليمية وخطط الدورات الدراسية التي تمّ اعدادها من قبل مصلحة المدارس. ويُذكر في خطة دورة دراسية ماذا يجب على التلاميذ أن يتقنوا عند اكمالهم الدراسة. أما نظام الدرجات الدراسية (العلامات) فهو نفسه كما في المدرسة الأساسية.

يختار التلميذ المدرسة الثانوية التي يرغب الذهاب اليها والبرنامج الذي يرغب/ترغب دراسته. ويحتاج التلميذ أن يذكر في طلبه عدداً مختلفاً من المدارس أو البرامج. إذ أنه ليس من المؤكد أن يوجد مكان في المدرسة التي اختارها/اختارها بالدرجة الأولى.

وهناك العديد من البرامج التي يمكن تقديم طلبات الالتحاق بها. يوجد عادة مرشد دراسي في المدرسة الاساسية بإمكانه/بإمكانها تقديم مساعدة واعطاء نصائح.



تصوير: ميكائيل يونسون (Mikael Jönsson)

يُحصل التلاميذ في الثانوية على المعارف اللازمة للإستمرار في الدراسة، مثلاً في الجامعة أو المدارس المهنية العليا.

ليتمكن من الدراسة في برنامج وطني (nationellt program) في الثانوية يجب على التلميذ أن يكون ناجحاً في السويدية أو السويدية كلغة ثانية وفي الرياضيات والانجليزية من المدرسة الأساسية.

- وللقبول في برنامج مهني (yrkesprogram) يجب أن يكون التلميذ ناجحاً في خمس مواد أخرى على الأقل.
- وللقبول في برنامج تحضيرى جامعي (högskoleförberedande) يجب أن يكون التلميذ ناجحاً في تسع مواد أخرى على الأقل.

ويمكن للتلاميذ الذين لم ينجحوا في تلك المواد دراسة برنامج تمهيدى (introduktionsprogram). وسيساعدهم البرنامج التمهيدي بالاستمرار في دراسات مواد أخرى. توجد خمسة برامج تمهيدية مختلفة. أحد هذه البرامج هو تمهيد للغة مخصص للاحداث واليافعين القادمين حديثاً. ويدرس الاحداث في هذا البرنامج اللغة السويدية وفي نفس الوقت يمكنهم دراسة مواد أخرى. إتصل ببلديتك لمعرفة الامكانات الموجودة حيث تسكن.

إقرأ المزيد في موقع [www.utbildningsinfo.se](http://www.utbildningsinfo.se)

## المدرسة و الديمقراطية

في المدرسة السويدية يتحدث المرء كثيراً عن الديمقراطية. وأحد أهداف المدرسة هو أن ينشأ التلاميذ ويصبحوا كباراً مشاركين ويتحملون مسؤولية المجتمع المشتركة.

كما يجب أن يتعلم التلاميذ الحياة في نظام ديمقراطي وأن يُلموا بحقوقهم وبواجباتهم. لذلك هنالك غالباً مهمات يستطيع التلاميذ بواسطتها أن يتمرنوا على مضمون الديمقراطية.

### المدرسة في الماضي

شهدت المدرسة السويدية تغييرات كبيرة منذ أواسط القرن العشرين. ففي الماضي كانت هناك قواعد صارمة في المدرسة. وكان يحق للمعلمين/المعلمات ضرب التلاميذ. وقد منع هذا منذ 1958.

ولم يكن التلاميذ يقولون "أنت" أو الاسم الاول للمعلم/المعلمة. وبدلاً من ذلك كانوا يقولون "آنسة" أو "أستاذ". منذ السنة الأولى في المدرسة كان التلاميذ



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

يحصلون على علامات عن كيفية تدبيرهم لوضعهم الدراسي. وإذا لم ينجح أحد التلاميذ في مادتين أو ثلاث مواد دراسية فيكون مُجبراً على إعادة السنة الدراسية.

## المدرسة في وقتنا الراهن

لدينا اليوم مدرسة يتعلّم فيها التلاميذ كيف يفكّرون باستقلالية ولديهم امكانية التأثير على تأهيلهم الدراسي. المعلم/المعلمة قائد المجموعة، ولكن العلاقة بين التلميذ والمعلم/المعلمة يسودها المساواة.

للمدرسة السويدية أساس قيّم مستمد من الاعلان العالمي لحقوق الانسان الذي أصدرته الأمم المتحدة. ويتعلّق أحد الأسس القيمة بكيف نعامل بعضنا بعضاً كأطفال، وشباب وبالغين. هذا يعني أنه لا يحقّ لأحد أن يعامل أي شخص آخر بشكل سيء في المدرسة السويدية. يجب أن يكون

لدى الفتيات والفتيان نفس الفرص في المدرسة. يمكن للتلاميذ التأثير على تأهيلهم الدراسي من خلال الحضور الى اجتماعات الفصل ومجلس الفصل.

## المدرسة والعائلة

يسود في السويد توقع بأن يشارك الوالدان في عمل طفلهم/أطفالهم في المدرسة. يعمل الوالدان، المعلمون والتلاميذ سوية لكي يحوز الأطفال على ظروف جيدة قدر الأماكن في المدرسة. ويريد الطاقم التعليمي في المدرسة من الوالدين أن يشاركا في حياة الاطفال وأن يعرف الوالدان ويفهمان ماذا يفعل التلميذ في المدرسة.

في كل فصل دراسي يكون لدى المدرسة محادثات تطوير مع التلميذ سوية مع الوالدين. خلال محادثات التطوير يمكن للوالدين بكل هدوء لقاء المعلم/المعلمة. وتوجد حينها فرصة للحديث عن كيفية تطوّر الطفل في المدرسة وماهي المساعدة التي يحتاجها الطفل. ويقوم المعلم/المعلمة خلال محادثات التطوير بكتابة خطة تطوير فردية (IUP). اذا كانت لديك لغة أم أخرى غير السويدية فلك حقّ الحصول على خدمات الترجمة الشفهية عند اجراء المحادثة.

كما يوجد لدى المدرسة لقاء أولياء الأمور حيث يمكن أن يحصل أولياء الأمور على معلومات عن والتأثير في ما يحدث في المدرسة.

تُرحب المدرسة بك بصفتك والداً وولياً لأمر تلميذ، لزيارة المدرسة للاطلاع على كيفية سير الأمور بالنسبة لطفلك. كما يمكنك أيضاً أن تتصل هاتفياً بالمعلم/المعلمة أو مدير المدرسة لطرح أسئلة أو الحديث عن طفلك.

## الدعم الاقتصادي للعوائل

العوائل التي لديها أطفال يجب عليها تقديم طلب معونة السكن، نقدية الوالدين، معونة النفقة ومعونة الرعاية من صندوق التأمينات FK. تحصل جميع العوائل التي لديها أطفال في السويد على نقدية الطفل. تُمنح معونة السكن الى أولئك الذين لديهم دخلاً منخفضاً ومبلغ ايجار مرتفع. وتُدفع معونة الرعاية الى العوائل التي لديها طفل يُعاني من انخفاض القدرات الوظيفية. اذا كنت مطلقاً ويسكن الأطفال لديك فقط فيجب أن يدفع الوالد الآخر لك اعانة نفقة. انها نقود تدفع جزءاً من تكاليف الاطفال الذين لديك. اذا لم يدفع الوالد الآخر أو كان لديه دخلاً منخفضاً جداً فيمكنك بدلاً من ذلك تقديم طلب للحصول على نقود صندوق التأمينات FK. هذا يُسمى معونة النفقة. يمكنك إيجاد المزيد من المعلومات في على موقع صندوق التأمينات العامة على الانترنت:

[www.forsakringskassan.se](http://www.forsakringskassan.se)

## تأمين الوالدين

يمنح تأمين الوالدين امكانية للوالد الذي يعمل للحصول على اجازة من العمل للعناية بطفله. أما نقدية الوالدين (föräldräpning) فهي المساعدة المالية التي يحصل عليها الوالد من صندوق التأمينات العامة (Försäkringskassan) ليبقى في المنزل مع طفله في الفترة الأولى.

من الشائع أن يأخذ كل من النساء والرجال اجازة من العمل أو الدراسة للمكوث في المنزل مع أطفالهم. ولكن مازال عدد النساء أكثر من الرجال الذين يبقون في المنزل مع الأطفال. ولتشجيع تقسيم أكثر عدالة لتأمين الوالدين توجد أيام محجوزة لايمكن التنازل عنها وتبديلها مع صاحب الحضانة الآخر.

يمكنك الحصول على نقدية الوالدين لمدة 480 يوماً. في الـ 390 يوماً الأولى تتقاضى 80 في المائة من راتبك. أما الـ 90 يوماً المتبقية فتتقاضى 180 كرونة في اليوم.

الوالدان اللذان ليس لديهم عمل فلهم الحق في تقاضي مبلغاً قدره 250 كرونة لمدة 480 يوماً. من حق الأب أو الوالد الآخر للطفل الوليد أن يحصل على اجازة ويبقى في المنزل لمدة عشرة أيام ويتقاضى نقوداً عنها من صندوق التأمينات FK.

إذا كنت تعمل يمكنك أيضاً أن تحصل على نقدية الوالدين عندما يمرض طفلك ويجب البقاء في البيت وعدم الذهاب الى المدرسة التمهيديّة أو المدرسة الاساسية. وتُسمى نقدية الوالدين المؤقتة أو رعاية الطفل، VAB. عندها تحصل على 80 في المائة من راتبك. يمكنك الحصول على 120 يوماً في العام كحدّ أقصى للطفل الواحد.

## وقت عمل أقصر

إذا كان لديك طفلاً دون ثماني سنوات أو طفلاً لم يُنه الصف الأول في المدرسة، لك الحق في الحصول على وقت عمل أقصر. وهذا يعني أنك مثلاً يمكنك العمل لمدة ست ساعات في اليوم بدلاً من ثماني ساعات.

## حماية التوظيف

يمنع القانون أرباب العمل من منح الحوامل المتقدمات للحصول على وظيفة فُرصاً أقل من الآخرين. ومن الممنوع أيضاً طرد أو فصل أحد ما بسبب الحمل.

## نقدية الطفل و الاعانة الدراسية المالية

يدفع صندوق التأمينات العامة (FK) نقدية الطفل الى جميع الاطفال. تُدفع نقدية الطفل الأولى بعد شهر من ولادة الطفل أو بعد شهر من انتقال الطفل الى السويد. تُدفع نقدية الطفل الى جميع الأطفال حتى بلوغهم 16 عاماً. أما علاوة تعدد الاطفال فتُدفع لمن يتقاضى نقدية طفل لطفلين أو

أكثر. ويعتمد مقدار علاوة تعدد الأطفال على عدد أطفالك. وتدفع نقدية الطفل بحدود يوم 20 من كل شهر. اذا كنت انت والوالد الآخر تشتركان في حضانة الطفل فتقتسمان نقدية الطفل. كلاكما تحصلان الآن على 525 كرونة لكل واحد منكما/شهرياً. ويسري هذا اذا كان الطفل مولوداً بتاريخ 1 آذار/ مارس 2014 أو بعد ذلك التاريخ. واذا كان الطفل مولوداً قبل 1 آذار/ مارس فتُدفع نقدية الطفل الى من ولدَ الطفل. أما اذا كانت لديك حضانة منفردة للطفل فتحصل على كامل المبلغ، أي 1050 كرونة شهرياً. أنت لا تدفع أي ضريبة على نقدية الطفل او علاوة تعدد الأطفال.

انت تحصل على نقدية الطفل حتى بلوغ طفلك 16 عاماً. وللشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 16 و 20 عاماً ويدرسون في الثانوية حق الحصول على اعانة دراسية مالية. تبلغ الاعانة الدراسية 1050 كرونة/شهرياً وتُدفع خلال 10 أشهر من شهر ايلول/سبتمبر الى حزيران/يونيو. وكحد أعلى يمكن للشباب أن يحصلوا على الاعانة الدراسية المالية الى الفصل الدراسي الربيعي في العام الذي يبلغون فيه 20 عاماً. واذا كان للشباب غياب عالي غير مُبرر عن المدرسة فيؤثر ذلك على حق الحصول على الاعانة الدراسية المالية. فيما يتعلق بالشباب بين 16-18 عاماً تُدفع الاعانة الى الوالدين. في عمر 18 عاماً يبلغ الشاب السن القانوني ويتقاضى الأعانة بنفسه. واذا كان دخل الاسرة منخفضاً فمن حق الشاب الحصول على معونة اسمها العلاوة الاضافية.

أن اللجنة المركزية للدعم الدراسي، (CSN)، هي التي تدفع الاعانة الدراسية المالية. الشخص الاجنبي الذي سيدرس في الثانوية يجب عليه طلب الحق الأساسي للدعم الدراسي المالي (studiestöd). إقرأ المزيد في موقع [www.csn.se](http://www.csn.se)

## معونة السكن للعوائل ذات الأطفال

أذا كان لديك أطفالاً فمن حقك طلب معونة السكن. يجب أن تسكن وأن تكون مقيماً في سجل النفوس في السويد ليتمكنك الحصول على معونة السكن.

اذا كنت ستحصل على معونة وفي هذه الحالة ماهو مقدار تلك المعونة، فيعتمد على عدد افراد العائلة. كما يتعلّق أيضاً بمقدار مبلغ الإيجار وكم تكسب أنت من المال.

من المهم أن تقوم بإبلاغ صندوق التأمينات اذا حصل تغيير ما في دخلك. بخلاف ذلك فقد تصبح مديناً وتقوم بإعادة النقود.

## أسئلة للمناقشة الفصل 5

ماهو موقفك من أن تكون مساكناً مع شخص دون أن تكونا متزوجين؟

هل هناك أوجه للتشابه والاختلاف في النظر الى تربية الأطفال بين السويد وتربيتك أنت؟

متى يمكنك الإتصال بالخدمات الاجتماعية للحصول على نصائح ودعم؟

في أي ظروف يمكن أن يكون من المستحسن أن تحتفظ الخدمات الاجتماعية بطفل؟

ماهو رأيك بأن أكثر الأطفال في السويد يذهبون الى المدرسة التمهيدية قبل أن يبدؤوا المدرسة الأساسية؟

ما هو رأيك بخصوص الأساس القيمي للمدرسة السويدية؟

كيف يمكنك بصفتك والداً أن تدعم تعلم طفلك؟



تصوير: ميلكر داستروم (Melker Dahlstrand)

البرلمان السويدي (الريكسداغ)

## 6. أن تؤثر في السويد

### المحتوى

ماهي الديمقراطية؟

تطور الديمقراطية

نمو الديمقراطية في السويد

النظام الديمقراطي في السويد

قوانين السويد الأربعة الأساسية

أفكار وأحزاب سياسية

النظام الانتخابي السويدي

الديمقراطية ما بين الانتخابات وفي الحياة اليومية

## ماهي الديمقراطية؟

تتحدّر كلمة ديمقراطية من اللغة اليونانية وتعني على وجه التقريب "حُكم الشعب". وقد نوقشت قضايا تتعلّق بالديمقراطية خلال آلاف السنين، ولكن ليس هناك تعريف للمفهوم يمكن أن يوافق عليه جميع البشر في هذا العالم. ويعود هذا الى أمور عديدة من بينها أن الديمقراطية شيء يتطوّر ويتغير باستمرار. إلا أن هناك أشياء يتفقّ عليها الكثيرون وترتبط بالديمقراطية، مثلاً المساواة في كرامة جميع البشر وحقوقهم، حرية تشكيل الرأي، حرية المطبوعات وحرية التعبير عن الرأي وأن الجميع متساوون أمام القانون واجراء انتخابات حرّة.

في المجتمعات الديمقراطية ذات الانتخابات العامة والحرّة يمكن للأشخاص الحائزين على حقّ التصويت أن يُصوتوا لصالح الحزب أو السياسيين الذين يرغبون بأن يمثّلونهم عند اتخاذ القرارات السياسية في المستويات الوطنية والمناطقية والمحلية. الأحزاب أو السياسيون الذين يحصلون على أكبر عدد من الأصوات، أي على اكثرية الأصوات، سيكون بمقدورهم أن يقرروا أكثر من الآخرين.

أن السياسيين المنتخبين يمثّلون الأشخاص الذين انتخبوهم ولهذا السبب يُسمى النظام بالديمقراطية التمثيلية (النيابية). أن الديمقراطيات التمثيلية شكل شائع من أشكال القيادة في العالم، وهذا هو النظام الموجود لدينا في السويد.

على الرغم أن الاكثرية صاحبة القرار في نظام ديمقراطي فإن للأقلية حقوق لايمكن للأكثرية أن تتجاوزها بسهولة. أحد المبادئ الأساسية في مجتمع ديمقراطي هو أن يتمّ ممارسة السلطة مع احترام حقوق الانسان. وهذا يعني أن من يقررون لايسمح لهم باضطهاد الأشخاص أو المجموعات من ذوي الآراء المخالفة. ويحقّ لجميع أفراد المجتمع أن يقولوا ما يعتقدون.

أن الانتخابات العامة هي الاداة الأكثر أهمية لدى المواطنين للتأثير على كيفية قيادة البلاد. ولكي تعمل الديمقراطية في بلد ما يُشترط أن ينخرط سكّان البلد ويشتركوا في العملية الديمقراطية. تتعزّز الديمقراطية عندما يصوّت أكبر عدد ممكن في الانتخابات عامة، ولكن أيضاً من خلال انضمام الاشخاص الى جمعيات طوعية أو المشاركة في المناقشات السياسية مع الأصدقاء وزملاء العمل. أو أن يقوموا بطرق مختلفة بالاتصال بالسياسيين والتحدث عن آراءهم وأفكارهم. اذا قام عدد كبير من المواطنين في البلاد بالتصويت فمن السهل أن نكون متأكدين بأن السياسة التي يتمّ تنفيذها هي السياسة التي تريدها الأكثرية.

ولكن لا يكفي أن يشارك المواطنون في الانتخابات العامة كي يكون المجتمع ديمقراطياً. فما يحدث في الفترات التي تفصل بين الانتخابات مهم أيضاً لكي تعمل الديمقراطية.

تتطلب الديمقراطية محادثات تتسم بالاحترام. ويتعلق ذلك سواء بأن تستمع الى رأي الآخرين أو حين تقوم أنت نفسك بالتعبير عن آرائك. من المهم لديمقراطية ناجحة أن يشعر المواطنون بأنهم جزء من المجتمع. وأن يكون بمقدورهم التأثير في الانتخابات العامة ولكن أيضاً أن يشعروا بأنهم مشاركون في التأثير على حياتهم اليومية - في المدرسة، وفي العمل وفي منطقة السكن وفي العائلة.

أن تناقش مع الآخرين ماهو الديمقراطي وماهو غير ذلك، هو بحد ذاته مهم في مجتمع ديمقراطي. اذا خفتَ هذا النقاش وتوقف فيمكن أن يشير ذلك الى أن الكثيرين يرون أن الديمقراطية لم تعد مهمة، الأمر الذي قد يكون إشارة إلى أن الديمقراطية في طريقها الى الضعف والاضمحلال.

السؤال الذي يتعلق بما اذا كانت الديمقراطية جيدة أو سيئة، نوقش منذ بداية ظهور الفكرة. وهناك من يرى أن النظام الديمقراطي لايسير دائماً بنفس السرعة والكفاءة كما هي الدكتاتورية حيث يمكن لصاحب القرار أن يقوم بتمرير قرارات مختلفة بسرعة. في نظام ديمقراطي يجب أن يكون بمستطاع الجميع أن يوصلوا اصواتهم لتكون مسموعة، ويجب على المرء الوصول الى تسويات و التصويت للوصول الى قرار. ولهذا السبب فإن في بعض الظروف القسوى مقررٌ، حتى في الدول الديمقراطية، أن تتراجع الديمقراطية لصالح الفعالية والسرعة. ويمكن في حالة أزمة أن يكون بكل بساطة ضرورياً لمن يقودوا أن يتخذوا قراراً سريعاً لضمان عدم تفاقم الوضع.

هناك عدد كبير من الأمثلة على أنظمة حكم لا ديمقراطية قامت باضطهاد وارهاب الناس. في الانظمة الديكتاتورية يمكن للاشخاص أن يودعوا في السجون أو معسكرات الإعتقال بسبب آراءهم أو لأنهم ينتمون الى مجموعة أو شعب معين. ويظهر التاريخ أن النموذج الديمقراطي للحكم يستطيع بأفضل شكل حماية حرية الأفراد وحقوقهم الانسانية. وأن الديمقراطية والسلام يسودان حين يكون للناس في مختلف البلدان علاقات مع بعضهم وان يتاجروا مع بعضهم البعض.

## تطور الديمقراطية

تأتي كلمة ديمقراطية من كلمتين يونانيتين هما *Demos* التي تعني شعب و *kratein* التي تعني حُكم. تأسس أول نظام ديمقراطي في اليونان القديمة قبل 500 عاماً من تقويمنا المعروف. عندما تحوّلت المدينة اليونانية أثينا من الدكتاتورية الى شكل معيّن من أشكال الديمقراطية. ولكن كان مايزال الرجال الأحرار فقط هم الذين بإمكانهم المشاركة في اتخاذ القرار. أما النساء، والعبيد والأجانب فلم يكن لهم أي تأثير على القرارات. ولهذا السبب لايمكن أن نُطلق على ديمقراطية أثينا حينها بأنها نظام ديمقراطي.

وكان تاريخ أوروبا بعد العصور الغابرة وصولاً الى يومنا هذا بعيداً كل البعد عن أن يكون ديمقراطياً بالطريقة التي نشاهدها في السويد اليوم. لقد نمت الديمقراطية بطرق مختلفة من خلال المقاومة التي أبدتها بعض الأشخاص لأن السلطة لم تكن موزعة بالتساوي. بعد العصور الغابرة كان مثلاً للكنيسة الكثير من السلطة على المجتمع لعدة مئات من السنين. ملوك وقيصرة استبداديون قالوا أنهم حصلوا على السلطة من الربّ وليس من الشعب. ولكن في القرن السادس عشر بدأت سلطة الكنيسة تضعف، في المقام الأول كان ذلك لأن عدداً كبيراً من الناس أرادوا احداث تغيير في الكنيسة. كانوا يرون أن الكنيسة الكاثوليكية لم تعد تتبع العقيدة المسيحية بل أن نشاطها كان يتعلّق أكثر بالسلطة والمال. ويُسمّى هذا التغيير بالاصلاح (reformationen). وقد أدى الاصلاح الى تشظّي واضعاف الكنيسة المسيحية. تركت السويد الكنيسة الكاثوليكية في القرن السادس عشر وأصبحت بدلاً من ذلك بروتستانتية.

منذ منتصف القرن الثامن عشر ظهرت في أوروبا حركة تُسمّى عادة عصر التنوير. ألهم الناس بالتقدم الحاصل في حقل العلوم الطبيعية وأستمروا بتوجيه النقد للكنيسة والآخرين الذين كانوا يقولون أن قيادة البلاد أعطيت من الربّ. أحد الفلاسفة الذين كان لهم في ذلك الوقت أهمية كبرى لادراك كيفية قيادة بلد ما سياسياً كان الفرنسي تشارلز لويس دي مونتسكيو. وفكّر بأنه لو تمّ فصل ممارسة السلطة الى عدّة أجزاء فسيؤدّي هذا الى توازن جيد. وكانت تلك الاجزاء الثلاثة هي: السلطة التشريعية، والسلطة التنفيذية والسلطة القضائية.

حدث مهم لتطور الديمقراطية في أوروبا كانت الثورة الفرنسية 1789. خلال الثورة الفرنسية تمرد الشعب الفرنسي على الملك. وبعد الثورة أصدرت فرنسا قانوناً كان مستلهماً من أفكار عصر التنوير بأن الشعب هو مصدر السلطة وأن جميع البشر متساوون في قيمتهم الانسانية. ولكن كان المواطنون الرجال فقط هم من سُمح لهم بالتصويت بخصوص من سيتخذ القرارات.

في القرن التاسع عشر تطوّرت الاشتراكية، وكان كارل ماركس هو الشخص الأكثر أهمية في تلك الأفكار. وطبقاً للاشتراكية فإن المساواة والعدالة ستسود بين جميع البشر. أنتشرت الأفكار بشكل واسع، وتأسست في أنحاء أوروبا منظمات نقابية وجمعيات وأحزاب اشتراكية. في نهاية القرن التاسع عشر ارتفعت الاصوات بأن تشمل المساواة والعدالة النساء أيضاً.

تظاهرات في يوتيوري  
من أجل حق التصويت  
للنساء 1918.



تصوير: آنا باكولند، © نوردسكا موسييت (Anna Backlund, ©Nordiska museet)

## نمو الديمقراطية في السويد

لقد أثرت العديد من الحوادث في انبثاق الديمقراطية وشكل المجتمع هذا اليوم. عدد من الحوادث خلال القرن التاسع عشر وبداية القرن العشرين كانت مهمة بشكل خاص. ووضعت الأساس للسويد الحديثة والديمقراطية.

### شكل الحكومة 1809

كان لدى السويد قوانين مكتوبة منذ القرن الرابع عشر. أن القانون الأساسي والذي هو نقطة انطلاق الديمقراطية السويدية يُدعى شكل الحكومة. كان لشكل الحكومة من 1809 أهمية كبرى لتطور الديمقراطية. وقد قرّر أن الملك لم يعد لوحده يمتلك السلطة بل تم تقسيمها الى أربعة أجزاء.

- السلطة الحاكمة (التنفيذية) كانت مسؤولية الملك.
- السلطة على الضرائب المدفوعة كانت مسؤولية البرلمان (Riksdag).
- سلطة تشريع القوانين كانت مُقسمة بين الملك والبرلمان (Riksdag).
- سلطة اصدار الأحكام القضائية كانت من مسؤولية المحاكم.

على الرغم من أن السلطة كانت مُقسمة طبقاً للقانون الجديد إلا أنه لم يكن هناك بعد ديمقراطية متطورة في السويد. ولكن القوانين الجديدة فتحت الأبواب لتطور ديمقراطي مستمر.

## حرية الطباعة، والتعبير عن الرأي وحرية الأديان

كما عزز شكل الحكومة من 1809 أيضاً عدداً من الحريات والحقوق المدنية الأساسية. من بينها أن السويد أصدرت منذ 1766 قانوناً لحرية المطبوعات وحرية التعبير عن الرأي، والذي نص على أن من حق الجميع ابداء أفكارهم، وآراءهم ومشاعرهم قولاً وكتابةً. وقد حدد شكل الحكومة 1809 أيضاً أن لجميع المواطنين الحق في اختيار الديانة التي يريدون الانتماء إليها.

## المدرسة الشعبية العامة

في 1842 إفتتحت المدارس الشعبية العامة في السويد. الأمر الذي كان يعني أن على جميع الأطفال الذهاب الى المدرسة. تعلّم الكثير من الناس القراءة والكتابة. وكان هذا شرطاً أساسياً لتطور الديمقراطية في السويد.

## الحركات الشعبية وحرية الجمعيات

ظهرت الحركات الشعبية مثل حركة الامتناع عن تناول المسكرات، الكنائس الحرّة، والحركة ال، والحركة العمالية والأحزاب السياسية، في السويد في نهاية القرن التاسع عشر. وكان هذا أمر مهم للديمقراطية. من خلال تنظيم أنفسهم في مجموعات إستطاع الناس بشكل أسهل إبراز ما أرادوا تغييره في المجتمع. لقد علمت الحركات الشعبية الناس كيف ينظمون أنفسهم، كيف تجري الاجتماعات وما يلزم لفرض التغيير في الواقع. وعملت منظمات مختلفة في مجالات مختلفة. قدّمت الحركة العمالية على سبيل المثال مطالباً بخصوص ظروف عمل أفضل وحق التصويت بغض النظر عن الجنس أو مستوى الدخل.

في 1909 حصل الأغلبية من الرجال على حق التصويت. في 1919 تمّ اتخاذ قرار بمنح النساء حقّ التصويت بما في ذلك في الانتخابات البلدية. منذ 1921 حصل جميع البالغين، من النساء والرجال، على حق التصويت في الانتخابات العامة في السويد.

# النظام الديمقراطي في السويد

السويد ديمقراطية تمثيلية (نيابية) وتُحكَم انطلاقاً من هيكلية ديمقراطية في مستويات مختلفة في المجتمع. والسويد أيضاً نظام ملكي. هذا يعني أن لدينا ملك أو ملكة كرئيس للدولة في البلاد. بيد أنه ليس لرئيس الدولة أي سلطة سياسية بل أنه يزاول مهام تشريفية فقط. إذ أن السياسيين المنتخبين ديمقراطياً هم الذين يقودون البلاد.

شكل الحكومة هو القانون الأساسي الذي يقرُّ كيف تُحكَم السويد، ويستهلُّ بجملة "كل السلطة الرسمية في السويد تصدر من الشعب." وهذا يعني أن جميع القرارات التي يتمُّ اتخاذها في مستويات مختلفة من المجتمع يجب أن تستند على آراء ومصالح سكّان السويد.

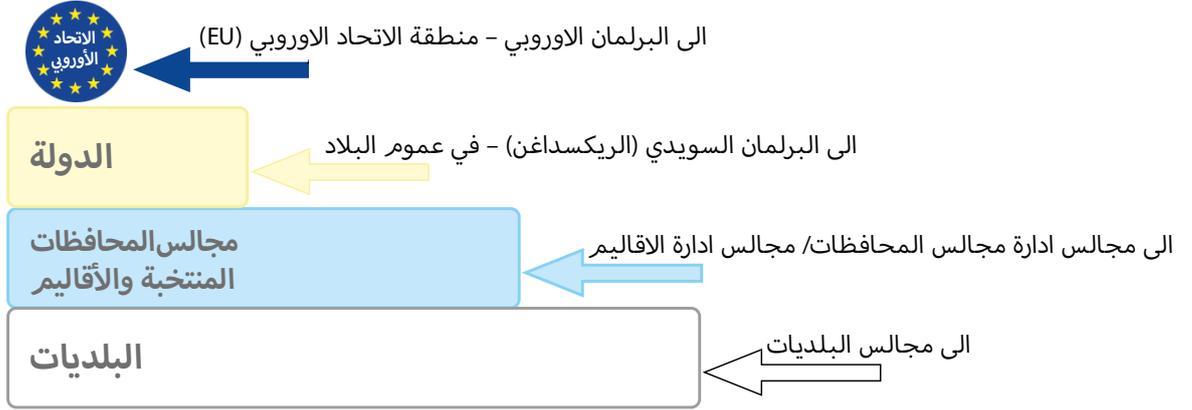
تُتخذُ القرارات في السويد في ثلاثة مستويات سياسية. والمستويات الموجودة هي البلديات، مجالس المحافظات/الأقاليم والدولة. وبما أن

صورة مقر البرلمان  
(الريكسداغ) الأيسر  
تنعكس على سطح مياه  
سترومّن مع منظر من  
اليسار.



تصوير: ميلكر دالستروم (Melker Dahlstrand)

السويد ضمن الاتحاد الأوروبي، (EU)، فهناك أيضاً مستوى صنع قرار أعلى من الدولة. يتكوّن الاتحاد الأوروبي (EU) من 28 دولة. يوجد في جميع المستويات سياسيون صوّت لهم المواطنون في الانتخابات العامة. ويُسمّى هؤلاء السياسيين أيضاً أعضاءً. يجلس السياسيون في هيئات صنع القرار التي أُنتخبوا فيها: مجلس البلدية، مجلس المحافظة/الأقليم، البرلمان السويدي (ريكسداغن) و البرلمان الأوروبي.



في نظام ديمقراطي من المهم وجود آليات رقابة مُدمجة لمنع الفساد وسوء استغلال السلطة. وأحدى الطرق قد تكون تقاسم السلطة بين لاعبين مختلفين، يمكنهم بمختلف الطرق أن يراقبوا بعضهم بعضاً. يوجد في النظام الديمقراطي في السويد أمثلة عديدة على هذا. أحد الأمثلة هو أن البلديات و مجالس المحافظات لديها حُكم ذاتي وتلك هي طريقة للحيلولة دون أن يتمّ التحكّم بالسويد بشكل مركزي أكثر من اللازم وأن تكون الدولة وحدها هي صاحبة القرار. مثال آخر هو أن سلطة الدولة مقسّمة بين البرلمان (الريكسداغ) الذي يُشرّع القوانين، والحكومة التي تعمل على إنفاذ القوانين والمحاكم التي تحكم على اساس تلك القوانين. كما أن للبرلمان (الريكسداغ) مهمة مراجعة عمل الحكومة والرقابة عليها. وإذا أخفقت الحكومة في اداء عملها يمكن للبرلمان (الريكسداغ) إجبارها على الاستقالة. تمنح القوانين الأساسية وسائل الاعلام والمواطنين امكانية النظر في كيفية قيادة السويد. ويساهم كل هذا في أن لا تُعاني السويد كثيراً من الفساد وسوء استغلال السلطة كما هو الحال في بلدان كثيرة أخرى.

## الدولة

تتكوّن الدولة من البرلمان (الريكسداغ)، والحكومة ونحو 350 مصلحة، وشركة، ولجنة (هيئة) وسلطة رسمية (السلطات التابعة للدولة). يتخذ البرلمان السويدي (الريكسداغ) قرارات عن ما سيتم عمله في المجتمع، وتقوم الحكومة بإنفاذ تلك القرارات فيما بعد ووضعها موضع التطبيق بمساعدة مكتب رئاسة الوزراء و السلطات التابعة للدولة.

## برلمان السويد (الريكسداغ)

الريكسداغ (riksdag) السويدي هو برلمان السويد الذي يُشرع القوانين. وهو أعلى تجمّع لصنع القرار في البلاد. يتكون البرلمان السويدي (الريكسداغ) من ممثلين سياسيين انتخبهم مواطنو السويد على المستوى الوطني. والسلطة السياسية مرتبطة بشكل وثيق بالأحزاب السياسية، لأن أعضاء البرلمان السويدي (الريكسداغ) يتمّ انتخابهم كممثلين لأحزاب سياسية. يتكوّن مجلس البرلمان السويدي (الريكسداغ) من 349 عضواً يتمّ انتخابهم كل أربع سنوات. أن أهم مهام البرلمان (الريكسداغ) هي:

- تشريع قوانين جديدة وإلغاء القديمة.
- الموافقة على موازنة الدولة، أي تقرير مدخولات الدولة السنوية (الضرائب والرسوم) والنفقات.
- الرقابة على إداء الحكومة والسلطات.
- تعيين رئيس للوزراء يقوم بدوره بتشكيل حكومة.

## الحكومة السويدية

الحكومة لديها السلطة التنفيذية. وهذا يتضمن مسؤولية الإداء اليومي في قيادة البلاد. الأمر الذي يتضمّن بدوره مثلاً تقديم اقتراح بخصوص ميزانية الدولة و تقديم مبادئ توجيهية بخصوص كيفية استخدام أموال الدولة، وقيادة سلطة الدفاع وهي مسؤولة سوية مع البرلمان (الريكسداغ) عن السياسة الخارجية. ولمساعدة الحكومة في عملها هناك رئاسة مجلس الوزراء حيث يعمل العديد من الموظفين.

أن الحزب السياسي الأكبر أو مجموعة أحزاب متعاونة هي التي تقوم بالطبع بتشكيل الحكومة. أما من يتم تعيينه من قبل البرلمان (الريكسداغ) كرئيس وزراء فيختار الوزراء الذين سيكونون مسؤولين في مختلف المجالات السياسية. كل وزير في الحكومة يعمل في وزارة. الوزارة هي عدد من الأقسام التي تمارس مسؤولياتها في مجالات مختلفة. فوزارة التعليم تعمل مثلاً في أمور ذات صلة بالمدارس والتأهيل الدراسي ووزارة الثقافة تعمل في أمور من ضمنها أمور ثقافية.

## السلطات التابعة للدولة

تتكون السلطات التابعة للدولة من الحكومة، المحاكم والسلطات الادارية. مثال على السلطات التابعة للدولة هو مكتب العمل (Arbetsförmedlingen)، صندوق التأمينات العامة (FK) ومصلحة المرور (Trafikverket). لايسمح للحكومة التحكم بكيفية استخدام سلطة ما لقانون أو أن تقرّر في قضية تمسّ عمل الحكومة. السلطات مستقلة ولكن يجب أن تعمل طبقاً للقوانين والمبادئ التوجيهية التي تقرّها الحكومة. في العديد من البلدان الأخرى من الشائع أن يقوم سياسي في منصب وزير

لديه سُلطة أن يتدخل بشكل مباشر من خلال قرار في عمل السُلطات الجارية. أما في السويد فليس هناك امكانيات مثل هذه. إذ أن هناك قوانين تُعيق ما يُسمى حُكم الوزير.

للمزيد من المعلومات حول كيفية حُكم السويد تجدها على الموقع الإلكتروني للحكومة: [www.regeringen.se](http://www.regeringen.se)

## السلطة القضائية

تدخل في السلطة القضائية بطبيعة الحال السُلطات المسؤولة عن سيادة القانون والأمن القانوني. أن المحاكم هي الأساس في السلطة القضائية. كما ينضوي تحت السلطة القضائية أيضاً السُلطات التي تعمل لمنع وقوع الجرائم والسُلطات التحقيقية، مثل الشرطة وسُلطة ضحايا الجرائم.

تتكوّن محاكم السويد من 80 سلطة وهيئة مختلفة. يوجد في السويد ثلاثة أنواع من المحاكم: المحاكم العامة، المحاكم الادارية والمحاكم الخاصة. يمكن للمحاكم التصديق على العقوبات وحلّ الخلافات. تتكوّن المحاكم العامة من المحاكم الابتدائية، محاكم الاستئناف، والمحكمة العليا. تنظر المحاكم العامة من بين أمور أخرى في قضايا جنائية، قضايا متعلقة بالأسرة وقضايا بين شركات أو أفراد. تتكوّن المحاكم الادارية من القضاء الاداري، محاكم الاستئناف الادارية و المحكمة الادارية العليا. تحكم المحاكم الادارية في الخلافات القائمة، على الأكثر بين الأفراد والسُلطات. وقد تتعلق بقضايا ضريبية، أو قضايا الأجانب والجنسية السويدية (محاكم الهجرة)، خلافات مع صندوق التأمينات (FK) أو البلدية.

### محاكم عامة



### محاكم ادارية



تقرّر المحاكم الخاصة عند وجود خلافات في مجالات خاصة، مثلاً حق العمل أو أمور المستهلكين.

يوجد المزيد من المعلومات عن المجالات المسؤولة عنها المحاكم المختلفة في موقع محاكم السويد: [www.domstol.se](http://www.domstol.se).

أن يتم النظر في القضية أمام محكمة حيادية ومستقلة هو أحد الحقوق الأساسية لكافة من يسكن في السويد. وطبقاً للقانون الأساسي السويدي فإن القوانين هي التي تقود عمل المحاكم، خلاف ذلك فإن المحاكم مستقلة. ولايجوز لأعضاء البرلمان أو الوزراء التأثير على قرارات المحاكم.

يوستيسيا، ألهة  
العدالة في الاساطير  
الرومانية، الميزان  
يُجسّد العدالة والسيف  
يرمز للسلطة. تُظهر  
عصّابة العين أنها لاتفرّق  
بين الناس، الامر الذي  
يرمز الى أن الجميع  
متساوون أما القانون.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

سيادة القانون يعني أن الجميع يجب أن يكونوا سواسية أمام القانون. ويجب النظر الى شخص على انه برئ حتى تصدر محكمة قراراً بادانته. أن سيادة القانون جزء مهم من الديمقراطية ويتعلّق بالعلاقات القانونية بين الافراد والدولة. والغرض هو أن يكون الجميع محميين من اعتداء من المواطنين اخرين، أو المسؤولين في السلطات المختلفة أو من المجتمع وأن يُضمن للجميع حقوقهم وحررياتهم. يجب أن تكون القوانين واضحة: وأن يكون جلياً ما هو الشئ القانوني وما هو الشئ غير القانوني. الشخص الذي يرتكب جريمة يجب أن يكون قادراً على فهم العواقب المترتبة عليه أو عليها.

ومن يرى أن سلطة ما، مثل صندوق التأمينات (FK) أو بلدية ما، إتخذت قراراً خاطئاً يمكنه الطعن بهذا القرار. يجب أن تقوم السلطة التي اتخذت القرار بذكر كيفية تقديم طعن. هذه المعلومات تكون عادة في آخر النصّ عند التبليغ عن القرار.

## بلديات

كل الذين يعيشون في السويد يعيشون في بلديات. يوجد في السويد 290 بلدية، جميعها لديها قياداتها الخاصة بها. والبلديات لها حكم ذاتي بطرق مختلفة. فالبلدية تُقاد من مجلس بلدية منتخب من الشعب، ومجالس ادارة وهيئات يُعيّنها مجلس البلدية. ينص قانون البلديات على المسؤوليات التي تقع على عاتق مجالس المحافظات/ الأقاليم والبلديات والالتزامات التي يجب أن تقوم بها. البلديات الثلاثة الأكبر هي ستوكهولم، يوتيبوري ومالمو. وهناك العديد من البلديات التي يسكنها أكثر من 100000 مواطن. ويمكن للبلديات أن تُسمى أيضاً بالمدن.

البلديات مسؤولة من ضمن أشياء أخرى عن وجود مدارس، ومدارس تمهيدية و مكتبات عامة، وخدمة منزلية للمسنين ودعم المعيشة للمحتاجين. ويجب أن تقوم بانشاء خدمات اطفاء الحرائق والتنظيف، وعليهم تخطيط شق الشوارع والطرق، والمساكن، والماء والكهرباء. ويجب أن يكون لدى البلديات المال كي تستطيع تنفيذ وادارة كافة هذه النشاطات. تحصل البلدية على دخل بواسطة الضرائب البلدية، الرسوم والمعونات المقدمة من الدولة. المواطنون أصحاب الدخل يدفعون ضريبة في البلدية التي هم مسجلين في قيد نفوسها. ويعتمد مقدار الضريبة التي يدفعها مواطن على البلدية التي يسكن فيها ومقدار دخل ذلك المواطن.

## مجلس محافظة، إقليم ومحافظة

في السويد توجد 21 محافظة وفي كلّ محافظة عدد من البلديات. وكلّ محافظة لها مجلس ادارة محافظة خاصّ. تقوم الحكومة بتعيين المحافظين (landshövdingar) الذين يقودون مجالس ادارة المحافظات. أنّ مجالس المحافظات هي ممثل الحكومة في المحافظات. الهدف الأكثر أهمية هو

تحقيق الاهداف التي قررها البرلمان (الريكسداغ) والحكومة، وفي نفس الوقت أخذ امكانات المحافظة بنظر الاعتبار.

توجد في السويد أيضاً مجالس محافظات (بعض مجالس المحافظات تُسمى أقاليم). أن مجلس المحافظة هو تنظيم سياسي يغطي نفس المساحة الجغرافية كما المحافظة. ومن حق مجالس المحافظات المطالبة بالضرائب وتحمل على عاتقها مسؤولية بعض المهام المجتمعية، بالدرجة الأولى الرعاية الصحية والعناية الطبية. كما تأخذ على عاتقها رعاية الأمور الثقافية، وحركة المرور المحلية والتخطيط الأقليمي. في الوقت الراهن يوجد 20 مجلس محافظة وأقليم في السويد. تُدار الأقاليم ومجالس المحافظات من مجلس منتخب شعبياً، مجلس اقليمي وعلى التوالي مجلس محافظة محلي. ويمكن القول مثلاً أن اقليم فيسترا يوتلاند رسمياً هو مجلس محافظة فيسترا يوتلاند.

## الاتحاد الأوروبي (EU)

الاتحاد الأوروبي هو شراكة اقتصادية وسياسية بين عدد من الدول الأوروبية. تأسس الاتحاد الأوروبي بعد الحرب العالمية الثانية كتعاون اقتصادي وسياسي بين بلجيكا، وفرنسا، وإيطاليا، ولوكسمبورغ، وهولندا وما كان يُسمى سابقاً ألمانيا الغربية. كان الغرض هو التعاون اقتصادياً وسياسياً لتجنب اندلاع المزيد من الحروب العالمية، وحفظ السلام وزيادة حركة التجارة ضمن أوروبا. أحد الأفكار الأساسية كانت أن البلدان التي تتاجر مع بعضها البعض تصبح مرتبطة اقتصادياً وبهذا الشكل تتجنب النزاعات. ويمكن القول أن كل دولة عضو اختارت تحويل جزء من سلطتها الخاصة الى الاتحاد الأوروبي لكي يصبح لها سوية نفوذاً أكبر في العالم.

أصبحت السويد عضواً في الاتحاد الأوروبي (EU) في 1995. يبلغ عدد الدول الأعضاء في الاتحاد الأوروبي 28 دولة تتعاون بخصوص اشياء من بينها حرية حركة البضائع، والخدمات، ورؤوس الأموال والناس، وحماية

البرلمان الأوروبي في بروكسل



تصوير: [www.europaparlamentet.se](http://www.europaparlamentet.se)

البيئة وقضايا الأمن والدفاع. وقد تبنت العديد من الدول الأعضاء العملة المشتركة يورو (euro)، ولكن ليس في السويد.

في الاتحاد الأوروبي توجد ثلاث مؤسسات مهمة تشترع القوانين بشكل مشترك: المفوضية الأوروبية (Europeiska kommissionen)، البرلمان الأوروبي (Europaparlamentet) ومجلس الوزراء (Ministerrådet) والذي يسمّى أيضاً مجلس الاتحاد الأوروبي (Europeiska unionens råd). وتقع الثلاثة في بروكسل عاصمة بلجيكا، وفي المدينة الفرنسية سالزبورغ وفي دولة لوكسمبورغ. تتعاون الدول الـ 28 بثلاثة طرق مختلفة:

#### • مستوى فوق السلطة الوطنية

قرارات على كافة الدول الأعضاء الالتزام بها. وهنا تُحتسب القوانين التي يُصدرها الاتحاد الأوروبي. إذ أن التشريع القانوني للاتحاد الأوروبي يتخطى القوانين الخاصة للدول الأعضاء. بعض القوانين التي يتمّ تشريعها تُسهّل إنجاز الأعمال التجارية، والسفر والعمل ضمن الاتحاد الأوروبي (EU). كما توجد محكمة أوروبية خاصة بالتشريع القانوني للاتحاد الأوروبي. وتُدعى محكمة الاتحاد الأوروبي (EU-domstolen) وتقع في لوكسمبورغ.

#### • مستوى ما بين الدول

تعاون طوعي بين الدول الأعضاء الـ 28، دون تشريع قانوني. عندما يتخذ الاتحاد الأوروبي قراراً مثلاً بخصوص السياسة الخارجية والاجراءات العسكرية يتمّ ذلك في مستوى ما بين الدول.

#### • المستوى الوطني

كل دولة لها بنفسها حق اتخاذ القرارات الخاصة بها. ولكي يتمّ إنفاذ جميع القوانين والقواعد التي تقررها الدول يجب أن توافق ما تنصّ عليه القوانين والقواعد النافذة على مستوى فوق السلطات الوطنية.

## السلطة مقسّمة على العديدين

حتى لو كانت السلطة السياسية الرسمية مُقسّمة في مستويات مختلفة: البلدية مجلس المحافظة والأقليم، الدولة والاتحاد الأوروبي، فهناك العديد من مراكز القوى في المجتمع ذات أهمية للنظام الديمقراطي. فكلّ من وسائل الاعلام والسوق والمجتمع المدني لاعبين مهمّين وفي نفس الوقت ميادين في مجتمع ديمقراطي.

وسائل الاعلام (الصحف/الجرائد، الراديو، التلفزيون والانترنت) غير مرتبطة بالعلاقة مع سلطة الدولة. وهذا يعني أنهم قادرين على نشر المعلومات بحريّة عن السياسيين والأشخاص من ذوي السلطة في المجتمع ومراقبتهم. كما أن لوسائل الاعلام مهمة كبيرة فيما يتعلّق بخلق حوار حول القضايا الاجتماعية الراهنة.

الراديو السويدي (SR) والتلفزيون السويدي (SVT)، مملوكين لمؤسسات منفصلة عن الدولة. ويمول نشاطهما بواسطة دفع العوائل رسم التلفزيون والراديو، أو ما يُسمّى رخصة التلفزيون (tv-licens). وهكذا فإن القنوات غير ممولة بواسطة الدعاية والإشهار أو معونات من الدولة ولهذا السبب تُسمّى خدمة عامة (public service). أن المهمات المنوطة بهم هي العمل بحيادية وعلى أساس ديمقراطي. كما توجد أيضاً في السويد العديد من قنوات التلفزيون والراديو الممولة بواسطة الدعاية والإشهار والتي تقوم بالنظر والتحقق من ذوي السلطة، مثلاً TV4.

يتكوّن السوق من شركات مملوكة لرأس المال ومستهلكين يؤثرون معاً في اقتصاد البلد وسوق العمل. ويؤثر التطور الاقتصادي الحاصل في المجال التجاري والصناعي على مداخل الدولة من الضرائب.

المجتمع المدني هو تسمية تُطلق على جزء من المجتمع حيث يساعد الناس بعضهم البعض دون أي تدخل من الدولة. والقوة الدافعة الرئيسية للمجتمع المدني هي ليست النقود، كما هو الحال مثلاً مع الشركات. يُسمّى المجتمع المدني أحياناً القطاع الخيري (غير الربحي)، القطاع التطوعي أو القطاع المدني. أمثلة على قوى في المجتمع المدني هي المنظمات الخيرية، الجمعيات الرياضية والأحزاب السياسية التي لاتمول بشكل مباشر من الدولة أو موجودة لكسب النقود.

الحركات الشعبية في السويد مثل الحركة العمالية، حركة البيئة أو حركة الامتناع عن تناول المسكرات هي أمثلة على كيف يمكن للمجتمع المدني أن يكون عامل قوة في المجتمع، حيث لا الدولة ولا السوق هي القوى الدافعة. أنّ المجتمع المدني جزء مهم من المجتمع الديمقراطي حيث توجد طرق عديدة يمكنك كمواطن المشاركة من خلالها والتأثير على المجتمع.

في الحقوق الديمقراطية التي من ضمن ما تحتوي حرية الطباعة والتعبير عن الرأي وحرية تأسيس الجمعيات، توجد مناشدة مباشرة للمواطنين للإشتراك في الحياة السياسية. يمكن للناس أن يكونوا مشاركين في السياسة بطرق مختلفة، مثلاً بواسطة مزاولة النشاط في حزب سياسي، أو منظمة أو جمعية لتقديم قضايا مختلفة. يمكن للناس الاتصال بوسائل اعلام مختلفة وإخبارهم بالأشياء التي يرونها مهمة. من حقك أن تكون مجهول الهوية اذا اتصلت بصحافي. كما يمكن للناس أيضاً الاتصال بالأحزاب السياسية في البلدية التي يقيم فيها المرء ويقدموا مقترحات أو آراء بالقرارات المتخذة.

# قوانين السويد الأربعة الأساسية

لكي يعمل أي نظام ديمقراطي لابد من وجود قوانين وقواعد. القوانين الأساسية هي القوانين الأكثر أهمية في السويد. القوانين الأساسية هي أساس للقوانين الأخرى وتخلق إطاراً هيكلياً لكيفية حكم السويد. أنها تحمي الديمقراطية وتسمو على جميع القوانين الأخرى. ويُقصد بذلك أن محتوى بقية القوانين الصادرة في البلاد يجب أن لا تتعارض مع ما تنص عليه القوانين الأساسية.

ولضمان هذا الإطار الهيكلي بحيث لا يتمكن أحد من القيام "بانقلاب" بعد الانتخابات، لا يمكن تغيير هذه القوانين كيفما كان. لتغيير أحد القوانين الأساسية يتطلب الأمر عادةً أن يتخذ البرلمان (الريكسداغ) نفس القرار مرتين. ويجب أيضاً أن تُجرى انتخابات عامة بين هذين القرارين. هذه القاعدة موجودة أيضاً لضمان أن لا تتخذ الدولة قرارات سريعة. أن وقت التفكير الإضافي يمنح الجميع امكانات لدراسة تغيير القانون بشكل متأن ودقيق. القوانين الأساسية تحمي الديمقراطية. هناك اربعة قوانين أساسية في السويد:

- **شكل الحكومة (RF)** والذي يتعلّق بكيف يجب أن تُحكّم السويد. أن شكل الحكومة في وقتنا الحالي يعود الى 1974. توجد هنا قواعد تخصّ كيف يجب أن تعمل الحكومة وكيف يجب أن تجري الانتخابات البرلمانية (الريكسداغ). يتضمّن شكل الحكومة أيضاً قوانين عن الحريات والحقوق الأساسية. مثلاً جاء في شكل الحكومة بخصوص حق الجميع في حرية الجمعيات والحرية الدينية.
- **نظام التعاقب على العرش (SO)** الذي يتعلّق بمن يجوز له أن يكون الملك أو الملكة في السويد.
- **قانون حرية الطباعة (TF)** الذي يتطرق الى ما يُسمح للمرء بكتابته في الصحف/الجرائد والكتب. في السويد يُسمح للمرء كتابة ما يريد طالما أن النصّ ليس اجرامياً.
- **القانون الأساسي لحرية التعبير (YGL)** الذي يتطرق الى ما يُسمح للمرء قوله في الاذاعة، التلفزيون، الافلام السينمائية وشبكة الانترنت. يُسمح للمرء في السويد أن يقول ما يريد، مع وجود بعض الاستثناءات. مثلاً لا يُسمح قول أشياء مهينة للآخرين. وقد يتعلّق الأمر بما يقوله المرء عن فرد في مجموعة.

# أفكار وأحزاب سياسية

عندما تقوم بالتصويت (الاقتراع) فأنت تختار حزباً سياسياً ترغب بدعمه. الحزب السياسي هو منظمة فيها أعضاء لهم أفكاراً متشابهة ويرغبون بالتأثير في بلد ما. كل حزب لديه برنامج سياسي يُبين فيه أفكار الحزب عن كيفية تطوير المجتمع. العديد من الأحزاب السياسية الموجودة في يومنا هذا تأسست على أفكار ظهرت خلال القرن التاسع عشر.

## الليبرالية

الكلمة اللاتينية *liber* تعني الحرية. الليبراليون الرواد (في القرن الثامن عشر) كانوا يريدون أشياء من ضمنها حماية حقوق الناس وحررياتهم. كانوا يريدون مثلاً حماية حرية التعبير والطباعة كي يستطيع الجميع ذكر أفكاره ومشاعره قولاً وكتابةً.

كما كان الليبراليون يريدون إزالة الرسوم والجمارك عند بيع وشراء الأشياء. وهكذا كانت التجارة ستتمو بين البلدان. وكان هذا جيداً للاقتصاد وتقليل أخطار اندلاع الحروب.

## النزعة المحافظة

تتحدّر كلمة محافظ (konservativ) من الكلمة اللاتينية *conservare* التي تعني يُحافظ على، أو يُبقي. كان المحافظون الأوائل (في القرن الثامن عشر) يريدون حماية تاريخ بلدانهم الخاص، وتقاليدها ودينها. كانوا يريدون إبقاء السلطة بيد الملك، والكنيسة والنبلاء في المجتمع. أفكار مهمة في سياسات المحافظين هي إعاقة التغيرات السريعة في المجتمع والحفاظ على التقاليد انطلاقاً من العائلة والجماعات الدينية.

## الأشراكية

كلمة اشتراكية (socialism) تأتي من الكلمة اللاتينية *socius* التي تعني رفيق. الأشراكيون الأوائل (في القرن الثامن عشر) كانوا يريدون حماية الطبقة العاملة وحقوقها. ولم يكونوا يريدون أن يمتلك القطاع الخاص المعامل والشركات الأخرى. بل كانوا يريدون بدلاً من ذلك أن يملك الناس سويةً تلك الشركات. أفكار مهمة في الاشتراكية هي مثلاً أن تكون هناك أكبر مساواة ممكنة بين الأفراد ومختلف المجموعات المجتمعة.

## أيديولوجيات سياسية أخرى

ظهرت أيديولوجيات جديدة خلال القرن العشرين. وقد أثرت أفكارها على العالم كلّ بطرق مختلفة.

وُجدت نظرية المساواة بين الجنسين (Feminism) منذ وقت طويل لكنها أصبحت أقوى في القرن العشرين. يرى أنصار المساواة بين الجنسين أنه من الخطأ أن يكون للرجال سلطة أكبر من سلطة النساء في المجتمع. ويركزون على تعزيز حقوق النساء السياسية، والاقتصادية والاجتماعية.

المحافظة على البيئة هي أفكار تتعلق بالنظر الى الإنسان على أنه جزء من الطبيعة. أما المحافظة على البيئة سياسياً فتتعلق باختيار العمل من أجل بيئة جيدة وتطور بيئي مستدام.

القومية هي أفكار تتعلق بالترابط بين أفراد أمةٍ ما. يريد القوميون الحفاظ على قوميتهم، وثقافتهم وتاريخهم. وينتقدون تمازج الثقافات.

الفاشية والنازية وُجدت منذ بداية القرن العشرين وترفع الحركتان شعارات من أجل أن تقود المجتمع نُخبة قوية وليس سياسيين منتخبين ديمقراطياً. ولكل من النازية والفاشية على حدٍ سواء أيديولوجيات قومية ترى أن ثقافتها الخاصة ذات قيمة أكبر من الثقافات الأخرى. كانت النازية قوية في ألمانيا في ثلاثينيات القرن العشرين عندما كان أدولف هتلر يقود البلد. وقد بدأ النازيون الحرب العالمية الثانية وقتلوا عدة ملايين من اليهود، الغجر، والأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة وأشخاص آخرين كانوا يعارضون سياسة النازية.

## أحزاب سياسية

الأحزاب السياسية لها دور ديموقراطي مهم وتمنح المنتخبين بدائل يقترحون عليها في انتخابات حرة وامكانيات للتأثير، والاشترك في تحمل المسؤولية. يمكن للأحزاب السياسية الحصول على دعم اقتصادي كي يستطيعوا العمل على المدى البعيد بدون الإضرار الى الاعتماد على مختلف الجهات المانحة.

الأحزاب الموجودة في البرلمان (الريكسداغ) في الدورة النيابية 2014-2018 هي حزب الوسط، الليبراليون، الديمقراطيون المسيحيون، حزب البيئة، حزب المحافظين، الاشتراكيون الديمقراطيون، ديمقراطيون السويد و حزب اليسار. بعد انتخابات 2014 قام الاشتراكيون الديمقراطيون وحزب البيئة بتشكيل الحكومة. أن رئيس الوزراء هو الاشتراكي الديمقراطي (S) ستيفان لوفين (Stefan Löfven).

وقد شكّلت بعض الأحزاب تعاوناً سياسياً أطلق عليه التحالف. والأحزاب المنضوية في التحالف هي المحافظون، حزب الوسط، حزب الليبراليون والديمقراطيون المسيحيون. وكانت هذه هي الأحزاب التي تشكلت منها الحكومة سويةً خلال السنوات 2006-2014.

# النظام الانتخابي السويدي

الأساس في مجتمع ديمقراطي هو أننا نستطيع انتخاب أي أشخاص سيمثلوننا في انتخابات عامّة. الانتخابات مهمة جداً لأن المواطنين يستطيعون التأثير أولاً وقبل كل شيء من خلال الانتخابات على السياسة النافذة.

## الانتخابات والمشاركة الانتخابية

أنّ مشاركة أعداد كبيرة من الناس في الانتخابات تشير الى أن الكثيرين يثقون بالسياسيين والنظام الديمقراطي. وإذا كان البرلمان (الريكسداغ)، مجالس الاقاليم/ المحافظات ومجالس البلديات سَتعتبر على أنها ممثلة للشعب بأكمله يجب أن يشارك في الانتخابات العامة عدد كافٍ ممن لهم حقّ التصويت. في السويد صوّت حوالي 86 بالمائة من الشعب في انتخابات البرلمان (الريكسداغ) 2014. في انتخابات مجالس المحافظات/الاقاليم والبلديات كان الاقبال على مراكز الاقتراع منخفضاً الى حدّ ما. عندما تقوم بالتصويت تزداد فرصة أنتخاب شخصٍ يشاركك أفكارك ويصبح صاحب قرار في المجتمع.

هنالك فروق كبيرة في المشاركة في الانتخابات بين مجموعات وأناس مختلفين. إذ يصوّت الأشخاص من ذوي الدخل المنخفض ومستوى التعليم المنخفض في كثير من الأحيان أقل من أصحاب الدخل العالية والمستوى التعليمي العالي. كما أنّ نسبة مشاركة الشباب أقل من المسنين. كما أنّ المشاركة الانتخابية هي أقل لدى المولودين خارج السويد. يزداد الاهتمام بالتصويت على الأغلب كلما طالت فترة اقامة المرء في السويد.

صورة من مقَر انتخابي  
حيث يقترع الناس.



تصوير: كلاس جرونستين/سكانبكس بلدهوست (Claes Grundsten/Scanpix Bildhuset)

## الانتخابات العامة

هنالك أربعة أنواع من الانتخابات العامة:

- الى البرلمان السويدي (ريكسداغ)
- الى مجلس محافظة محلي
- الى مجلس بلدي
- الى البرلمان الأوروبي

يصوّت المنتخبون لصالح حزب ويمكنهم في نفس الوقت التصويت لصالح أحد الأشخاص المرشحين الموجودين في بطاقة الاقتراع (التصويت الشخصي). ويمكن بالتأكيد التصويت لصالح أحزاب مختلفة في الانتخابات المختلفة.

النظام الديمقراطي في السويد تناسبى. وهذا يعني أن الأحزاب تحصل على ممثلين لها في الجمعية المنتخبة بالتناسب مع عدد الأصوات التي كسبتها.

تُجرى الانتخابات العامة الى البرلمان (ريكسداغ)، مجلس المحافظة المحلي والمجلس البلدي كل أربع سنوات في أيلول/سبتمبر. هذه الانتخابات تتم جميعها في نفس اليوم. تُجرى انتخابات برلمان الاتحاد الأوروبي كل خمس سنوات، وعادة ما يكون في حزيران/ يونيو.

## استفتاء شعبي

الاستفتاء الشعبي على المستوى الوطني أو الاقليمي أو المحلي يمنح السياسيين امكانية التعرّف على آراء المواطنين بخصوص قضية سياسية ما. يوجد في السويد نوعان من الاستفتاءات تسري في عموم البلاد: استفتاءات إستشارية وإستفتاءات حول موضوع يخص قانوناً أساسياً. الاستفتاء الشعبي الاستشاري ليس مُلزمًا. أي أن السياسيين يمكنهم إتخاذ قرار يتعارض مع نتائج الإستفتاء. أما الإستفتاء الشعبي حول موضوع يخص قانوناً أساسياً فيجرى بالتزامن مع انتخابات البرلمان (الريكسداغ) وهو مُلزم دائماً. ولكن لم يتمّ أبداً إجراء هذا النوع من الأستفتاءات في السويد.

وقد أجرت السويد آخر استفتاءٍ شعبي على المستوى الوطني في 2003. كان حينها حول ما اذا كانت السويد سوف تقوم بإستبدال الكرونة السويدية باليورو. وقد صوّت الشعب السويدي بلا. وعلى المستوى المحلي يتمّ مبدئياً اجراء استفتاءات في واحدة أو بعض البلديات كل عام. يمكن إجراء استفتاء شعبي استشاري بخصوص موضوع ما اذا طلب ذلك 10 بالمائة من اجمالي عدد المقترعين (ويسمى هذا مبادرة شعبية). ولا يتمّ اجراء استفتاء شعبي اذا عارض الاقتراح ثلثي أعضاء البلدية/ أو مجلس المحافظة/ مجلس الاقليم.

## حق التصويت

من حقك التصويت في انتخابات البرلمان (الريكسداغ) اذا كنت مواطناً سويداً وتبلغ 18 عاماً.

من حقك التصويت في انتخابات برلمان الاتحاد الأوروبي اذا كنت تبلغ 18 عاماً وكنت مواطناً في دولة عضو في الاتحاد الأوروبي (EU).

من حقك التصويت في انتخابات البلدية ومجلس المحافظة اذا كنت تبلغ 18 عاماً ومسجلاً في قيد النفوس لمدة 3 سنوات على الأقل. لاحتياج لأن تكون مواطناً سويدياً ليحق لك التصويت في انتخابات البلدية ومجلس المحافظة ومجلس الاقليم.

قبل الانتخابات تُرسل سلطة الانتخابات (Valmyndigheten) بطاقة تصويت (röstkort) لجميع من يحق لهم التصويت. تُرسل بطاقة التصويت الى العنوان المسجّل أنت فيه في قيد النفوس. ويجب أن تصطحب بطاقة الهوية الشخصية ليُسمح لك بالتصويت.

وإذا كان من حقك التصويت فيمكنك أيضاً أن تُنتخبَ في منصب سياسي. وهذا يعني أنه يمكن انتخابك كعضو في البرلمان (الريكسداغ)، مجلس المحافظة/مجلس الاقليم أو المجلس البلدي.

عندما تقوم بالتصويت (الاقتراع) فأنت تختار حزباً سياسياً ترغب بدعمه. ويمكنك أيضاً وضع علامة على اسم الشخص الذي تريد دعمه. يُسمى هذا التصويت الشخصي.

في السويد يجري ما يُسمى بالاقتراع السري، الذي يعني أنك لاحتياج الى إخبار الآخرين بالحزب الذي منحت صوتك له. فأولئك الذين يعملون في الانتخابات ويستلمون صوتك لايمكنهم معرفة الحزب الذي قمت بالاقتراع لمصلحته.

## عقبات أمام الأحزاب الصغيرة

لكي يدخل حزب ما الى البرلمان (الريكسداغ) يجب أن يكون الحزب قد حصل على أربعة بالمائة كحد أدنى من أصوات المقترعين في عموم البلاد واثنى عشر بالمائة من أصوات الناخبين في الدائرة الانتخابية. لكي يدخل حزب ما الى مجلس المحافظة أو الاقليم يجب أن يكون قد حصل على ثلاثة بالمائة على أقل تقدير من الأصوات. ويسري على انتخابات برلمان الاتحاد الأوروبي ذات الحاجز الذي يسري على انتخابات البرلمان (الريكسداغ)، أي أربعة بالمائة. سيتم وضع حواجز للأحزاب الصغيرة ابتداءً من انتخابات عام 2018 عند الانتخاب لمجالس البلديات. والحاجز هو إثنين أو ثلاثة بالمائة اعتماداً على عدد الدوائر الانتخابية في البلدية.

هناك العديد من الأحزاب في السويد التي ليس لها مقاعد في البرلمان السويدي (الريكسداغ) ولكن لديها أعضاء ممثلين عنها في البلديات و مجالس المحافظات/الاقاليم.

## الديمقراطية ما بين الانتخابات وفي الحياة اليومية

من المهم لكل شخص أن يجعل صوته مسموعاً بعدة طرق وليس فقط من خلال الاقتراع في الانتخابات العامة.

يجب أن يحوز المواطنون على امكانات جيدة ليتمكنهم ممارسة الرقابة، والاشترك والتأثير على عملية اتخاذ القرارات حتى في الفترة الفاصلة بين انتخابين وعندما يرغبون بالقيام بذلك. ويمكن للمرء القيام بذلك مثلاً بواسطة الاتصال بأحد السياسيين، أو التوقيع على عريضة جمع أسماء أو التظاهر.

ومن المهم أيضاً أن تتمكن من التأثير على القرارات التي تمسك شخصياً أو لها علاقة بحياتك اليومية. في العقود الأخيرة الماضية حاول الكثيرون زيادة نسبة المساهمة في اتخاذ القرارات في حياة العمل، وفي المدرسة، والعائلة، والجمعيات والمناطق السكنية.

أن زيادة الفرص المتاحة للنفوذ والتأثير في حياة العمل تعني أن الشركات أو المنظمات تحاول جعل المستخدمين مشاركين في العمل. يجب أن يكون للجميع نفس الفرص ليتمكنوا من التأثير على عملهم. ولكن مع ذلك مايزال الرئيس هو الذي يتخذ القرارات النهائية.

أن زيادة المشاركة والمساهمة في القرارات في المدرسة يعني محاولة تعليم الأطفال التفكير بشكل نقدي وأن يتحملوا مسؤولياتهم الخاصة. المعلم/المعلمة لا يقررون كل شيء. يمكن للتلاميذ المشاركة والتخطيط للتأهيل الدراسي.

إن زيادة المساهمة في اتخاذ القرارات في العائلة يمكن أن يعني ان المرء يريد جعل الأطفال مستقلين ولهم ثقة بأنفسهم. ويخطط بعض الآباء سوية مع أطفالهم ويسمحوا لهم بالمساهمة باتخاذ القرارات في العائلة.

وقد مارست العديد من الجمعيات في السويد أشكال عمل ديمقراطي منذ وقت طويل. ولديهم مثلاً قواعد تخص كيفية إجراء الاجتماعات وانتخابات

الهيئة الادارية. من المهم أن يتمكن جميع الأعضاء من التصويت. أن صوت كل عضو متساوي في القيمة مع الآخرين.

المشاركة والمساهمة في اتخاذ القرار في المناطق السكنية تعني أن الساكنين في المنطقة يمكنهم المشاركة في اتخاذ القرارات. ويمكنهم مثلاً أن يشاركوا في اتخاذ قرارات حول تلك الاشياء التي يستعملونها سويةً في المنزل.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

## أسئلة للمناقشة الفصل 6

ماذا تعني الديمقراطية بالنسبة لك؟

كيف تلاحظ وجود الديمقراطية في حياتك؟

كيف يمكن مواجهة الفساد في مجتمع ديمقراطي؟

ماذا يعني لمجتمع ما وجود حرية تعبير؟

كيف يمكن إساءة استخدام حرية التعبير؟

لماذا من المهم أن يقول المرء وجهة نظره في نظام ديمقراطي؟

ماهي الأفكار السياسية التي يجب أن تقود المجتمع؟

بأي شكل تكون المساهمة الانتخابية مسألة ديمقراطية؟

لماذا من المهم التصويت في الانتخابات العامة؟

كيف يمكنك استخدام حقوقك الديمقراطية في حياتك اليومية؟

مالذي تود/ين تغييره في المجتمع؟

ماهي الطرق التي تجعل من السويد بلداً ديمقراطياً؟



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

# 7. الرعاية الصحية في السويد

## المحتوى

ماهي الصحة؟

المشروبات الكحولية، المخدرات والتبغ

الرعاية الصحية والطبية في السويد

اللقاء بالرعاية الصحية

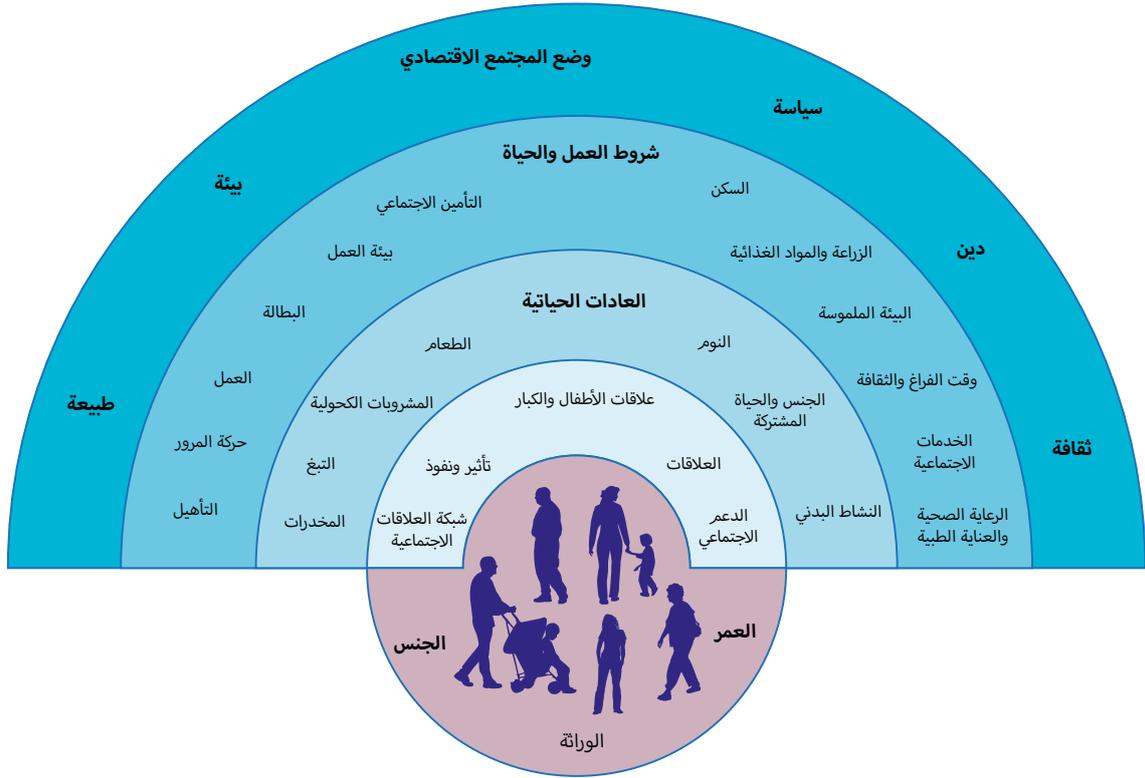
أين ستتوجه؟

رعاية الاسنان الطبية

اذا لم تكن راضياً

# ماهي الصحة؟

أن يكون لديك صحة جيدة هو أن تكون سليماً ومعافى. تتأثر صحتك مثلاً بما تأكل، وبالاجهاد العصبي، النوم، التدخين، المشروبات الكحولية و المخدرات. وتتأثر صحتك أيضاً اذا كنت سعيداً وعلى توافق مع ذاتك، ومع الناس الذين يحيطون بك واذا ما كنت ترى أن لحياتك معنى. كما أن المجتمع المحيط بك يعني أيضاً الكثير لصحتك، مثل كيف تسكن، وما هو العمل الذي تؤديه واذا كنت تشعر أنك جزء من المجتمع.

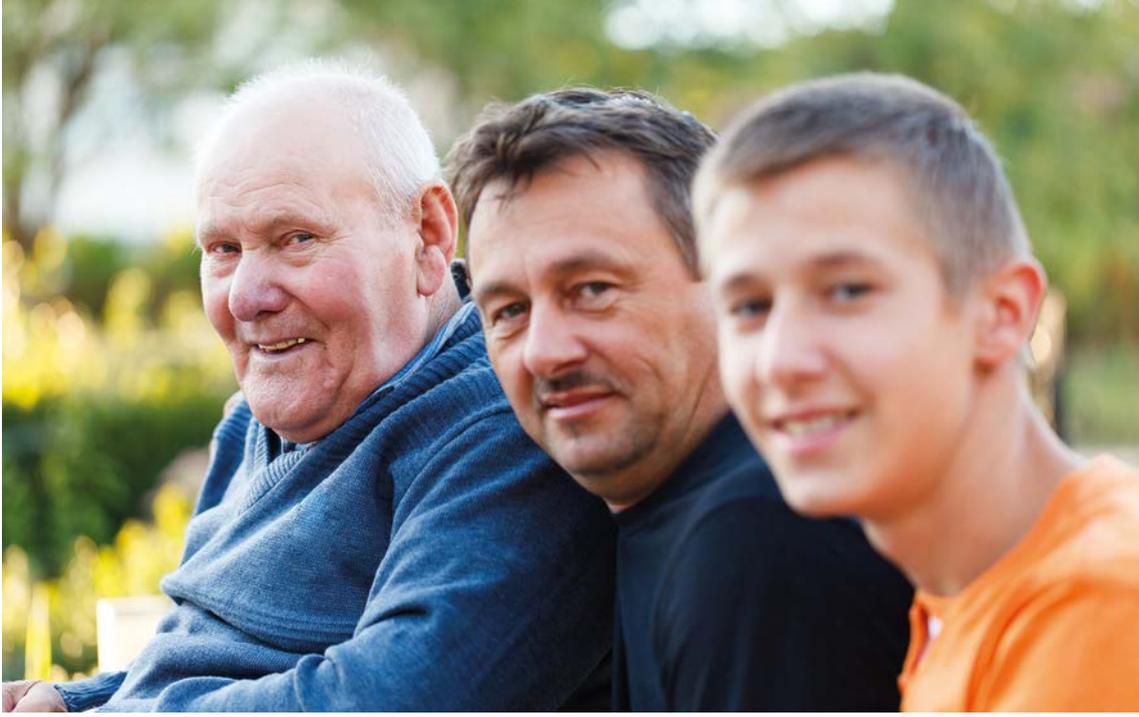


العوامل المؤثرة في الصحة، بتصريف عن Dahlgren & Whitehead

## الصحة الشعبية

تعمل الصحة الشعبية من أجل صحة الجميع في البلد. وحقّ الحصول على صحة جيدة هو أحد حقوق الانسان. أن الدولة مُلزمة بالعمل لينال جميع الأشخاص في المجتمع مثلاً تلك العناية التي يحتاجونها. وفي السويد تعمل الحكومة والسلطات المختلفة ليكون الجميع بصحة جيدة.

سلطة الصحة الشعبية هي سلطة تابعة للدولة تحمل على عاتقها مسؤولية الشؤون التي تخصّ صحة الشعب على كامل تراب الوطن. ويعملون ليكون الجميع في السويد بصحة جيدة. تعمل سلطة الصحة الشعبية كثيراً بشكل خاص في احد عشر مجالاً مختلفاً.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

ثلاث أجيال

المجالات الأحد عشر هي:

- المشاركة والتأثير في المجتمع.
- المتطلبات الاقتصادية والاجتماعية.
- شروط نمو الأطفال والأحداث.
- الصحة في حياة العمل.
- البيئات والمنتجات.
- الرعاية الصحية والطبية المعززة للصحة.
- الحماية ضد انتشار العدوى.
- الصحة الجنسية والتناسلية (الانجابية).
- نشاط جسدي
- عادات الطعام وأسلوب الحياة.
- المشروبات الكحولية، المخدرات، تعاطي العقاقير المنشطة، التبغ والمقامرة.

رغم أن السلطات السويدية تعمل لتحسين الصحة الشعبية إلا أن الصحة تختلف بين مختلف الفئات في المجتمع. فالأشخاص الذين لديهم تأهيلاً دراسياً منخفضاً ودخلاً منخفضاً لديهم غالباً صحة أسوأ ممّن لديهم تأهيلاً دراسياً عالياً ودخلاً عالياً.

## عادات طعام صحية

ما تأكل وتشرب يعني الكثير لصحتك وكيف تشعر. يمكن للطعام الجيد والحركة أن تقلل من خطر الإصابة بالعديد من الأمراض، مثل أمراض القلب والأوعية الدموية، السكري، والسرطان والازعاجات النفسية.

يحتاج الجسم الى مواد مختلفة. ولكي يحصل جسمك على جميع المواد التي يحتاجها فمن المهم أن تأكل أنواعاً مختلفة من الطعام. اذا تناولت الفطور، الغداء والعشاء في مواعيد ثابتة يصبح من الأسهل حينها أن تأكل كمية مناسبة من الطعام.

## نصائح عن الطعام المفيد للصحة

مصلحة مراقبة المواد الغذائية هي سلطة تابعة للدولة تعمل في الشؤون التي تخص الطعام. ولدى مصلحة مراقبة المواد الغذائية عدة نصائح عن الطعام المفيد للصحة، مثلاً:

- كُّل الكثير من الفواكه والخضروات، والأعشاب. حبذا لو إخترت خضراوات قاسية مثل الفواكة الجذرية، الملفوف، القرنبيط، بروكولي، الفاصوليا والبصل. أذ أن هناك فوائد صحية كبيرة من تناول الكثير من الخضروات، الفواكة، والبقوليات وغير ذلك من الطعام من عالم النبات.
- إختتر منتجات الحبوب الكاملة عندما تأكل مثلاً الخبز، رقائق الحبوب، الحبوب المجروشة، الباستا والرز.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

- كل السمك والحيوانات الصدفية مرتين الى ثلاث مرات في الاسبوع. ونوع بين الغنية بالدهون والقليلة الدهون وأختر الطعام الذي عليه علامة الجودة البيئية.
- إختار الدهون المفيدة في طهي الطعام، مثلاً زيت السلجم أو دهون الطعام السائلة المصنوعة من زيت السلجم ودهون الشطائر المفيدة.

## ثقب المفتاح



توجد في متجر المواد الغذائية بعض أصناف الطعام التي تحمل صورة تشبه صورة ثقب المفتاح. هذا الطعام مفيد ويحتوي على كميات أقل من الدهون والسكر والملح. كما يحتوي على الياف أكثر من منتجات الطعام المشابهة التي لاتحمل هذه العلامة. توصي مصلحة مراقبة المواد الغذائية بالطعام الذي يحمل اشارة ثقب المفتاح.

## نصائح للكبار

سيكون العديد من الكبار بصحة أفضل إذا تناولوا أقل من الدهون المشبعة. توجد الدهون المشبعة في الطعام الذي يأتي من الحيوانات. مثل الحليب الدسم، اللبن الرائب، الزبدة، الجبنة، منتجات اللحوم الدسمة، الكريمة (grädde)، المثلجات (الآيس كريم) والشوكولاته. كما توجد الدهون المشبعة في بعض أنواع الزيوت النباتية مثل زيت الجوز الهندي وزيت النخيل. أن الدهون المشبعة يمكن أن تزيد من خطر الاصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. الدهون غير المشبعة جيدة للجسم. إذ يمكنها أن تقلل من خطر الاصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. توجد الدهون غير المشبعة في العديد من الزيوت النباتية، ودهون الطعام الطرية والسائلة، والأسماك، والمكسرات واللوزيات.

يوجد في الخضروات والفواكه العديد من المواد التي يحتاجها الجسم، مثل الفيتامينات، والمعادن والالياف الغذائية. ففي الخضروات مثل الجزر، لبروكولي، والبقوليات والكرنب (الملفوف) توجد الالياف. من المستحسن تناول الفواكه والخضروات كل يوم.

وفي السمك والصدفيات هنالك العديد من الفيتامينات والمعادن. كما يوجد في السمك الزيت المسمى أوميغا 3. وهو مفيد للقلب، وضغط الدم والدم.

إذا كنت ترغب بالمحافظة على وزنك ضمن الحدود الصحية فلا يجب عليك تناول الكثير من الطعام الذي يحتوي على السكريات والدهنيات. ولهذا السبب عليك تجنب شرب المرطبات وتناول مثلاً الحلويات، رقائق البطاطس (تشبس)، الكعك المحلى والشوكولاته.

## نصائح للأطفال

يحتاج الأطفال الى تناول طعام مفيد في مواعيد محددة. كي يكبروا ويتطوروا بشكل صحيح.

بالنسبة للأطفال الرُّضّع فإن حليب الأم أو بديل حليب الأم هو الطعام الأفضل. في عيادة مركز رعاية صحة الأطفال يمكنك الحصول على المزيد من المعلومات عن الطعام المفيد للطفل.

ويمكنك قراءة المزيد عن الطعام المفيد للأطفال الرُّضّع في موقع مصلحة الشؤون الغذائية [www.slv.se](http://www.slv.se).

## النشاط البدني و التمرين

يحتاج الانسان الى الحركة ليكون بصحة جيدة. يُقلّل التمرين من خطر الإصابة بالعديد من الأمراض، مثلاً أمراض القلب والأوعية الدموية، السكري، والسرطان. كما يجعلك التمرين أكثر سعادة. إذ يمكنك النوم بشكل أفضل، ويمكنك احتمال الاجهاد العصبي والحفاظ على وزنك. وينبغي على البالغين أن يتحركوا على الأقل لمدة 30 دقيقة يومياً. أنت لاتحتاج الى التمرين بشكل قاسٍ لتكون صحتك أفضل. فالنزهات على الأقدام تكفي.

أما الأطفال فهم بحاجة للحركة أكثر من الكبار البالغين. ويحتاج الأطفال لأن يتحركوا على الأقل لمدة 60 دقيقة يومياً ليكونوا بصحة جيدة.

## الاجهاد

يشعر كثير من الناس بالاجهاد. ولايحتاج ذلك لأن يكون أمراً خطيراً على الصحة. فالاجهاد يمنحنا طاقة اضافية لتحمل الظروف الصعبة. ولكن الاجهاد المفرط يمكن أن يشكّل خطراً على الصحة. وإذا شعرت بالاجهاد فمن المستحسن أن تعرف سبب ذلك. إذ يمكنك حينها أن تحاول تغيير حالتك.

إحدى علامات الشعور بالاجهاد هو اضطراب النوم أو الشعور بالاكنتاب. وقد يكون من الصعب عليك أن تركز افكارك، وكذلك تصاب بضعف في الذاكرة ومشاكل في الجهاز الهضمي، أو صداع في الرأس أو أوجاع في أنحاء أخرى في الجسم.

أما اذا كنت تتحرك وتتناول طعاماً مفيداً وتأخذ قسطاً كافياً من النوم فأنتك تساعد الجسم على احتمال الاجهاد.

## النوم

من المهم أن تأخذ قسطاً كافياً من النوم لتكون بصحة جيدة. يحتاج الشخص البالغ الى النوم من ست ساعات الى تسع ساعات كل يوم. ولكن الأطفال و الاحداث يحتاجون الى النوم مدة أطول من هذه.

من الشائع أن يعاني المرء من اضطرابات في النوم. ويمكن أن يتعلّق ذلك بأشياء مختلفة، مثل التبغ، المشروبات الكحولية، الشخير، مرض ما، القلق أو تناول الطعام في وقت متأخر في المساء.

يمكنك الحصول على نوم أفضل بجهودك الخاصة إذا كانت غرفتك التي تنام فيها مظلمة، هادئة وباردة. وقد يكون من الأسهل أيضاً النوم بشكل عميق في حال تجنّب تناول الطعام مباشرة قبل ذهابك للاستلقاء. إذا استلقيت ونهضت تقريباً في نفس الأوقات فيمكن أيضاً أن يصبح من السهل عليك أن تنام بشكل جيد.

في حال إستمرت اضطرابات النوم لديك لوقت طويل فقد يكون من المستحسن الاتصال بالرعاية الصحية والعناية الطبية.

## الصحة الجنسية والانجابية

الصحة الجنسية تعني أنك تشعر بصحة جيدة من الناحية الجسدية، والعاطفية، والعقلية والاجتماعية بالعلاقة مع نشاطك الجنسي. وهذا يتعلّق بحق القرار على الجسم والنشاط الجنسي دون التعرّض الى العنف، أو الاكراه أو التمييز. الصحة الانجابية تتعلّق بالمعلومات، والرعاية الصحية والخدمات التي هي من حقّ الجميع كي يستطيعوا التخطيط لانجاب أطفال. ويتعلّق هذا بالحصول على رعاية جيدة عند ولادة الطفل، وامكانية الحصول على موانع الحمل وأن يكون من الممكن اجراء عملية اجهاض بطريقة آمنة. هذا ولجميع البشر الحقّ في القرار فيما اذا كانوا يريدون الانجاب وفي هذه الحالة متى يرغبون بانجاب طفل.

## المشروبات الكحولية، المخدرات والتبغ

يجب على الشخص الذي يرغب بشراء المشروبات الكحولية في السويد، أن يكون قد أتمّ 20 عاماً. تُباع المشروبات الكحولية في سيستيم بولاجت (Systembolaget) التي تعود ملكيتها الى الدولة السويدية. وتُباع أيضاً المشروبات التي تحتوي على نسبة قليلة من الكحول، مثل بعض أنواع الجعة أو عصير التفاح المخمّر، في متاجر المواد الغذائية. ولشراء الكحول في مثل هذه المتاجر تحتاج أن تكون أكبر من 18 عاماً. يمكنك أيضاً حجز المشروبات الكحولية مثلاً في مطعم اذا كنت أكبر من 18 عاماً.

أن تناول الكحول لفترة طويلة يمكن أن يؤدي الى الاكتئاب، الشعور بالقلق واضطرابات النوم. اذا كنت تتناول كمية كبيرة من الكحول فهناك خطر أن تصبح مدمناً. كما يوجد أيضاً خطر أن تُصاب بأمراض أو إصابات.



تصوير: سيستيم بولايت

## المخدرات

أن جميع المخدرات محظورة في السويد. وبيع وشراء المخدرات أمر غير قانوني. فمن غير القانوني حيازة المخدرات للاستعمال الشخصي، أي أن يكون لديك مخدرات لغرض أن تستعملها أنت شخصياً. تؤدي جرائم المخدرات الى عقوبات عالية، وتؤدي في كثير من الاحيان الى السجن.

إذا كنت تتعاطى المخدرات فأنت التوقف عن تعاطيها بنفسك غالباً ما يكون أمراً صعباً. ومعظم المدمنين على المخدرات هم بحاجة إلى مساعدة من المستخدمين في الرعاية الطبية للتوقف عن تعاطي المخدرات.

أن المخدرات الأكثر شيوعاً في السويد هو القنب الهندي (cannabis) (الحشيش والماريغوانا)، والامفيتامين، والكوكايين والهيروين. ويعتبر القات أيضاً من المخدرات. أن بيع أو حيازة القات يمكن أن يؤدي الى عقوبة سجن لفترة طويلة وغرامة نقدية عالية.

## التبغ

يمكن للتبغ أن يُسبب عدداً كبيراً من الأمراض ويسبب الوفاة في عُمر مبكر. أن السرطان، وأمراض الرئة، وأمراض القلب والاعوية الدموية وقرحة المعدة هي بعض أضرار التدخين. وعند وجودك في نفس الغرفة مع شخص يدخن فإنك تتنفس دخان التبغ. ويُسمى هذا التدخين القسري ويمكن أن يتسبب في اصابتك بنفس الأمراض التي يُصاب بها الشخص المدخن. ولأن التدخين خطير على الصحة يجب أن تكون بلغت 18 عاماً ليُسمح لك بشراء السجائر أو التبغ.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

### الأرجيلة (الشيخة)

عند تدخين الأرجيلة تتكوّن نسبة عالية من الرطوبة. وهذا يعني أنه يتكوّن دخان أكثر مما يدخن المرء السيجارة. ومن خلال تدخين الأرجيلة (الشيخة) خلال ساعة واحدة تحصل على 100-200 مرة من كمية الدخان المستنشقة من سيجارة واحدة. أي أن جلسة تدخين الأرجيلة (الشيخة) تُعادل 100 سيجارة لأن التدخين يستغرق وقتاً أطول مقارنة بتدخين السجائر. كما يُنتج الفحم المُستخدم عند التدخين أول أكسيد الكربون، ومعادن ومواد مُسرطنة تنتشر في الجسم.

### السعوط (Snus)

السعوط هو تبغ يُوضع تحت الشفة. ويمكن للسعوط أن يُسبب أضراراً وأمراضاً في الفم ويؤدي الى الإصابة بالسرطان.

### السجائر الالكترونية (E-cigarette)

تتكوّن السيجارة الالكترونية من ميسم (فوهة) وبطارية، ومُبخر وسائل دخان. وهذه طريقة للحصول على النيكوتين في الجسم بدون تدخين التبغ. تحتوي السجائر الالكترونية على العديد من المواد التي يمكنها الإضرار بصحتك، مثل النيكوتين، وبروبيلين غليكول والغليسرين.

### هناك مساعدة يمكنك الحصول عليها

إذا كنت تعاني من مشكلة مع الكحول أو المخدرات فيمكنك الحصول على مساعدة. ويمكن حتى للأقرباء المقربين تلقّي المساعدة. وفيما عدا الرعاية في مجال الادمان والموجود ضمن الرعاية الطبية أو الخدمات الاجتماعية يمكن أيضاً لبعض المنظمات الطوعية أو الكنائس تقديم الدعم والمساعدة. يمكن الاتصال هاتفياً للحصول على المشورة الخاصة بالرعاية الصحية على رقم الهاتف 1177. إذا كنت راغباً بالاقلاع عن التدخين أو السعوط يمكنك التوجه الى مركز الرعاية الصحية الذي تتبعه لتلقي المساعدة في معالجة الادمان على التدخين أو تعاطي السعوط.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

## الرعاية الصحية والطبية في السويد

الرعاية الصحية والطبية (Hälso- och sjukvård) هي الرعاية التي يمكن لجميع أفراد المجتمع استخدامها ولهم الحق فيها. لا تحتاج في السويد الى دفع مبالغ طائلة لمقابلة طبيب، أو اجراء عملية جراحية أو أن ترقد في المستشفى. ومن المهم أن تعرف كيف تعمل الرعاية الصحية وأين ستجّه وتتصل عند احتياجك للرعاية الصحية.

البلديات ومجالس المحافظات أو الأقاليم هي المسؤولة عن الرعاية الصحية.

### العناية بالذات - العناية الذاتية

يمكنك في بعض الأمراض والاصابات الأقل خطورة أن تعتني بنفسك. ويمكن أن تكون كالرشح، الحمى، التهاب القناة الهضمية (انفلونزا المعدة) أو الجروح الصغيرة. يمكنك قراءة المزيد عن ذلك في الكتاب الذي يحمل عنوان دليل الرعاية الذاتية. الكتاب مجاني ويوجد في مركز الصحي.

أو يمكنك أيضاً الإتصال هاتفياً بمشورة الرعاية الصحية (sjukvårdsrådgivningen) للحصول على نصائح. في مشورة الرعاية



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

الصحية تعمل ممرضات. ويمكنهم الاجابة على سؤال أين ستتوجه اذا كنت بحاجة للرعاية الصحية.

أن مشورة الرعاية الصحية (sjukvårdsrådgivningen) مفتوحة 24 ساعة على مدار اليوم. هاتف رقم 1177. حيث يمكنك هناك أيضاً تلقي المشورة باللغتين الصومالية والعربية. كما توجد مشورة الرعاية الصحية في موقع الانترنت [www.1177.se](http://www.1177.se) حيث هنالك معلومات بعدة لغات.

## أدوية

تشتري الأدوية من صيدلية. لا تُباع بعض الادوية إلا بوصفة طبيب. وهذا يعني أن يقرر طبيب انك بحاجة الى أخذ هذا الدواء. وهذا هو الحال مع ادوية المضادات الحيوية التي قد تحتاجها اذا أصبت بالتهاب سببته بكتريا، مثل التهاب اللوزتين والالتهاب الرئوي. يقوم الطبيب بكتابة وصفة طبية ويمكنك بواسطتها شراء الدواء من الصيدلية.

الاشخاص العاملون في صيدلية يعرفون الكثير أيضاً عن مختلف الأمراض والادوية. ويمكنهم الاجابة على العديد من أسئلتك. كما يوجد في الصيدلية أيضاً معلومات وكتيبات عن الامراض المختلفة.

اذا كنت تجاوزت 18 عاماً يمكنك أيضاً شراء الادوية التي تُباع بدون وصفة طبية، مثل حبوب مُسكنات الالم، في متاجر المواد الغذائية.

يمكنك الاتصال بقسم الاستعلام عن الأدوية (Läkemedelsupplysningen) اذا كانت لديك أسئلة عن أدويتك. حيث يمكنك الحصول من هناك على أجوبة عن كيفية عمل الأدوية، وكيفية تناولها أو حفظها. إتصل بقسم الاستعلام عن الأدوية على هاتف 10 70 46-0771.

## اللقاء بالرعاية الصحية

عندما تتحدث مع شخص من موظفي الرعاية الصحية - مثلاً طبيب أو ممرضة - يجب أن تُخبرهم ماذا تحتاج. إذ أنت تعرف أكثر من الآخرين ماهي المشكلة التي تُعاني منها.

أن جميع العاملين في حقل الرعاية الصحية ملزمين بواجب كتمان الأسرار. وهذا يعني أنه من غير المسموح لهم الحديث عنك وعن مشاكلك الصحية مع شخص آخر.

إذا كانت لديك لغة أم أخرى غير السويدية فلك حق الحصول على خدمات الترجمة الشفهية في الرعاية الصحية. أخبر الجهة المعنية بأنك بحاجة إلى مترجم شفهي. المترجم مُلزم هو الآخر بواجب كتمان الأسرار.

## أين ستتوجه؟

عندما تمرض أو يمرض أحد أطفالك فيجب عليك التوجه في المقام الأولى إلى مركز الرعاية الصحية (vårdcentral). ولكن مركز الرعاية الصحية مغلق في أوقات المساء وایام العطلات. إذا كنت تحتاج إلى رعاية صحية وطبية سريعة فعليك الذهاب إلى عيادة مناوبة (خافرة) أو عيادة طوارئ. إسأل مركزك الصحي عن أقرب عيادة مناوبة، أو إقرأ في موقع مركز الرعاية الصحية على الإنترنت.

## الرعاية الصحية الأولية

أن الرعاية الصحية الأولية هي الرعاية التي تتلقاها خارج المستشفى، مثلاً في مركز رعاية صحية. تشمل الرعاية الصحية الأولية مراكز الرعاية الصحية (Vårdcentraler)، مراكز رعاية الامومة MVC، عيادات القابلات المأذونات (Barnmorskemottagningar)، و مراكز رعاية صحة الاطفال (Barnvårdscentraler) أخصائيو العلاج الطبيعي، أخصائيو التأهيل العملي، أخصائيو الطب النفسي، المعالجون النفسيون و عيادات استقبال الاحداث.

إذا مرضت فيجب أن تتصل بالمقام الأول بمركز الرعاية الصحية.

عندما تكون قد وصلت حديثاً فإنك تذهب إلى مركز الرعاية الصحية لاجراء فحص صحي. في الفحص الصحي يتم إجراء محادثة معك وستجيب على أسئلة تخص صحتك. كما يأخذ موظفو الرعاية الصحية عينات مختلفة للفحوص المختبرية.

## إختر مركز رعاية صحية

يقوم الوالدان (أو الشخص الذي لديه حق حضانة الطفل) باختيار مركز الرعاية الصحية للأطفال الذين يقلّ أعمارهم عن 18 سنة. في بعض مجالس المحافظات/الاقاليم يكفي أن تكون 16 عاماً كي تختار أنت بنفسك المركز الصحي.

يختار العديد من الناس مركز الرعاية الصحية الذي يقع قريباً للمنزل. كما يمكنك الاختيار بين مركز رعاية صحية عام أو تحت إشراف القطاع الخاص. في المرة الأولى التي تراجع فيها مركز الرعاية الصحية تحصل على مساعدة لتسجيلك هناك.

أما إذا لم تقم باختيار مركز رعاية صحية فسيتم تسجيلك في مركز الرعاية الصحية الأقرب الى حيث تُقيم.

ويمكنك متى ما تشاء تغيير مركز الرعاية الصحية، مثلاً عند انتقالك الى منزل آخر. اذا رغبت بتغيير مركز الرعاية الصحية فعليك الذهاب الى مركز الرعاية الصحية الذي تريد الانتقال اليه.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

## عاملون في الرعاية الصحية

يعمل في الرعاية الصحية أشخاص من مهن مختلفة. يمكنك هنا القراءة عن أكثر المهن شيوعاً في الرعاية الصحية السويدية:

### طبيب عام

أن الأطباء في مراكز الرعاية الصحية هم أطباء عامون. أي أنهم يعالجون المرضى الذين يعانون من الأمراض الأكثر شيوعاً.

كما يعمل الأطباء العامون في مجال الصحة الوقائية. وهذا يعني أنهم يساعدون على الوقاية من الإصابة بالأمراض. ويمكن هذا أن يخص مساعدة الناس على الاقلاع عن التدخين، تخفيض وزنهم أو الاقلاع عن تناول المشروبات الكحولية.

كما يتأكد الطبيب العام أيضاً مما اذا كنت تحتاج الى رعاية صحية من طبيب أخصائي في بعض الأمراض المحددة، مثلاً طبيب أمراض العيون أو طبيب أمراض القلب. عندها يعث الطبيب العام برسالة خاصة (تحويل طبي) الى عيادة أطباء أخصائيين آخرين.

### ممرضات

حيثما تذهب لطلب العلاج تعمل هناك ممرضات. كما أن لدى بعض الممرضات تعليم اضافي في مادة محددة، مثلاً الطب النفسي.

### مساعداً الممرضات

مساعداً الممرضات يعملن سوية مع الأطباء والممرضات. ويأخذن مثلاً عينات للفحوص المختبرية أو تبديل الضمادات واللفائف.

### أخصائيو العلاج الطبيعي وأخصائيو التأهيل العملي

يساعد أخصائيو العلاج الطبيعي (خبير العلاج الطبيعي) أولئك الذين لديهم مشكلات عند الحركة، مثلاً في حال ألم في الظهر.

ويساعد اخصائيو التأهيل العملي الناس الذين كانوا يعانون من مرض أو إصابة كي يكونوا افضل في حياتهم اليومية.

### أخصائيو نفسيون، الأطباء النفسيون والمرشدون الصحيون

ويساعد الاخصائيو النفسيون الأطباء النفسيون والمرشدون الصحيون أولئك الذين تسوء حالتهم النفسية، مثلاً بسبب حالة اكتئاب أو اجهاد.

### أخصائيو التغذية

يساعد أخصائيو التغذية الناس لاختيار ما يأكلون أو يشربون لكي يكونوا أصحاء.

## أمراض واصابات خطيرة

إذا أصبت بمرض طارئ أو باصابة خطيرة فعليك الذهاب الى عيادة الطوارئ في مستشفى. وإذا لم يكن بإمكانك الذهاب الى المستشفى بسيارة خاصة أو سيارة أجرة إتصل بالاسعاف. إتصل بانذار الطوارئ على رقم الهاتف 112.

إذا كان طفلك يعاني من مرض شديد أو أصابة خطيرة، فعليك الذهاب الى عيادة طوارئ في مستشفى أطفال، قسم طوارئ الأطفال. يستقبل قسم طوارئ الأطفال، أطفالاً مرضى من 0 سنة الى 16 سنة.

## العيادات الأختصاصية

توجد العيادات الاختصاصية عادة في المستشفيات. هنا يعمل أطباء لديهم معلومات وخبرات اضافية عن بعض الأمراض، مثل أمراض المعدة والامعاء. وعادة مايقوم طبيبك في مركز الرعاية الصحية بارسال تحويل الى العيادة الاختصاصية. لايجب أن يكون لديك تحويلاً طبيياً كي تراجع عيادة اختصاصية، ولكن فترة الانتظار تكون أقصر عندما يكون لديك تحويلاً طبيياً. كما أن التكلفة تكون أقل عندما يكون لديك تحويلاً طبيياً.

## عيادة الأحداث (Ungdomsmottagningen)

عيادة الأحداث خاصة لليافعين والشباب الذين لديهم أسئلة عن الجنس، والصحة والعلاقات. وعادة ماتكون عيادات الأحداث مفتوحة لليافعين والشباب بين 13 و 25 عاماً. وقد تختلف حدود السن بين البلديات المختلفة. أن مراجعة عيادة الاحداث مجانية. يوجد في عيادة الاحداث

الذهاب الى عيادة الأحداث مجاني على الأغلب ولكن أحياناً يكون على المرء دفع رسم لقاء الزيارة في مركز الرعاية الصحية. العاملون في عيادة الأحداث ملتزمون بقانون كتمان الأسرار.



تصوير: كلارا سينستروم (Klara Stenström)

قابلات مآذونات، ومرشدات صحيات، اخصائيون نفسيون، مساعدات ممرضات، اخصائيو أمراض نساء و أطباء.

## مستشفى

تحتوي المستشفى على عيادات وأقسام مختلفة. كما يوجد هناك عيادات اختصاصية وعيادات طوارئ. كما يوجد في العديد من المستشفيات أقسام توليد حيث تذهبن عندما تلدين طفلاً.

وهنا بعض الأمثلة على عيادات اختصاصية مختلفة في مستشفى:

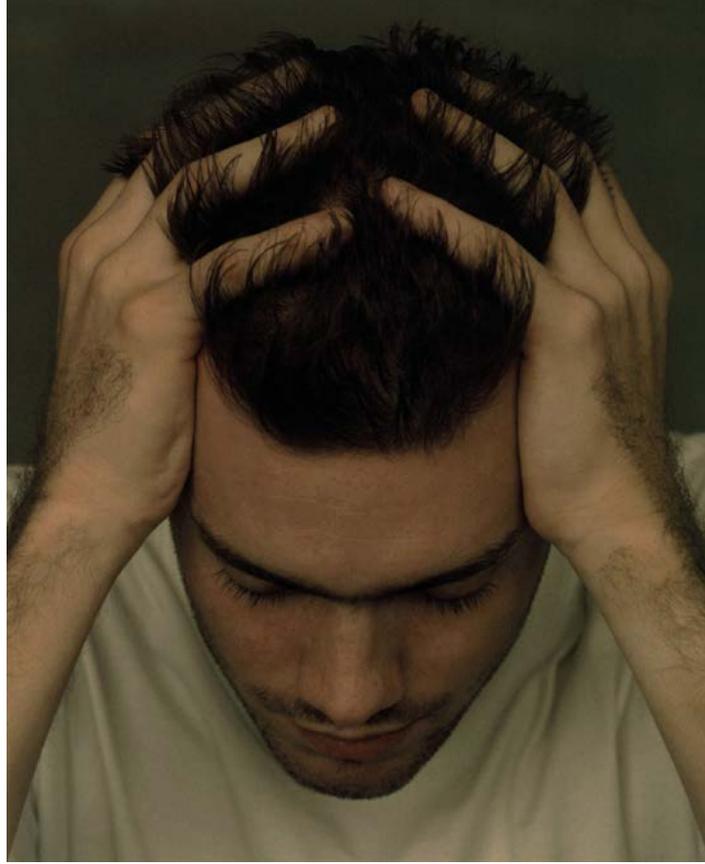
- عيادة طب العظام والكسور: للمشاكل المتعلقة بالهيكل العظمي أو جهاز الحركة، مثلاً عظم ساق مكسور.
- عيادة الطب الباطني: للأمراض الباطنية، مثلاً ازعاجات في المعدة أو الامعاء.
- عيادة الجراحة: للأمراض التي تستلزم اجراء عملية جراحية.
- عيادة أمراض النساء: لأمراض النساء، مثلاً عند وجود تعقيدات في فترة الحمل.
- عيادة أمراض العيون: لمختلف أمراض العيون.
- عيادة الأذن والأنف والحنجرة: لمشاكل الأذن والأنف والحنجرة.
- عيادة الطب النفسي: للمشاكل النفسية.

## عيادة طوارئ

أن عيادة الطوارئ مفتوحة على مدار اليوم. تذهب الى عيادة الطوارئ اذا أصبت باصابة خطيرة أو مرض طارئ أو عندما يكون مركز الرعاية الصحية الذي تتبع له مغلقاً. أن أوقات الانتظار الطويلة أمر عادي اذا ذهبت الى عيادة طوارئ في مستشفى. وهذا يعود الى أن المستشفى لايمكن لها أن تعرف عدد المرضى الذين سيأتون. وفي عيادة الطوارئ يحصل الشخص الأكثر مرضاً أو الأسوء اصابة على العلاج قبل الآخرين. واذا لم تكن تعاني من مرضٍ خطير أو اصابة شديدة فمن المستحسن لك الذهاب الى مركز الرعاية الصحية أو عيادة خافرة (عيادة مناوبة). حيث يمكنك هناك غالباً حجز موعد أو تذهب هناك في زيارة مباشرة (drop-in). وتعني زيارة مباشرة (drop-in) أنك تحصل على ورقة انتظار في الطابور وتنتظر دورك.

## الأطفال والاحداث

قد تكون هناك مستشفيات خاصة بالاطفال والاحداث في المدن الكبيرة. وتوجد في المدن الصغيرة عيادات خاصة للاطفال والاحداث بين 0 و 16 عاماً.



تصوير: كولوربوكس (Colourbox)

## الاعتلال النفسي

يمكن للاعتلال النفسي أن يُصيب أيّاً كان. ولكن من الصعب أحياناً الحديث عن مشاكل المرء النفسية. يظهر الاعتلال النفسي في الجسم غالباً. فربما هناك ألم في العضلات. وربما أنت تتفصد عرقاً، ويدق قلبك أسرع مما يجب، ويكون من الصعب عليك أن تنام أو تُصاب بصداع أو ألم في الرأس. إذا كنت تعتقد أنك تعاني من ازعاجات نفسية فيمكنك الحديث مع طبيبك في مركز الرعاية الصحية. ويمكنه/ يمكنها مساعدتك للالتقاء بمرشد صحي أو اخصائي نفسي.

يوجد في المستشفيات أيضاً أقسام طوارئ للحالات النفسية، سواء للكبار أو للأطفال والاحداث قسم الأمراض النفسية للأطفال والاحداث (Barn- och ungdomspsykiatri, BUP). وعادة ما تكون عيادات الصحة النفسية مفتوحة في الليل والنهار بنفس طريقة عيادات الطوارئ الأخرى.

## ضمان الرعاية الصحية

في السويد ينتظر المرضى أحياناً وقتاً طويلاً للحصول على الرعاية الصحية اللازمة. ولتجنّب أن ينتظر الناس لفترات طويلة هناك شئ اسمه ضمان الرعاية الصحية. أنّ ضمان الرعاية الصحية منصوص عليه في قانون الرعاية

الصحية والعناية الطبية ويعني أن من حقك الحصول على الرعاية الصحية ضمن وقت محدد.

**الرعاية الصحية الأولية** - اذا حاولت الوصول الى الرعاية الصحية الأولية، مثل مركز الرعاية الصحية الذي تتبع له، فستحصل على تواصل في نفس اليوم. ويمكن لهذا التواصل أن يعني انك ستزور مركز الرعاية الصحية أو أن تتكلم مع شخص ما عبر الهاتف. اذا كان موظف الرعاية الصحية الأولية، مثلاً ممرضة، ترى أنك تحتاج لمقابلة طبيب فلن تحتاج لانتظار زيارة الطبيب أكثر من سبعة أيام.

**العيادة الاختصاصية** - اذا حصلت على تحويل طبي الى طبيب أخصائي فلا تحتاج للانتظار أكثر من 90 يوماً لزيارتك للأخصائي. وذات القاعدة تنطبق على ما اذا كنت قد طلبت العلاج التخصصي دون تحويل طبي.

**علاج** عندما يكون طبيبك قد قرّر أن يتم علاجك، مثلاً بعملية جراحية، فلن تحتاج للانتظار أكثر من 90 يوماً لتبدأ العلاج.

ولكن ضمان الرعاية الصحية لا يغطي الرعاية الصحية الطارئة. فالمريض الذي يعاني من حالة طارئة يجب أن ينال الرعاية الصحية بأسرع ما يمكن.

## حماية تكلفة الحد الأعلى

أن حماية تكلفة الحد الأعلى هي حماية ضدّ التكاليف المرتفعة للرعاية الصحية والدواء.

**حماية تكلفة الحد الأعلى للرعاية الصحية** تعني أنك بصفتك مريضاً تحتاج لأن تدفع فقط 1,100 الف ومائة كرونة للرعاية الصحية كل عام. وعندما تكون قد دفعت 1,100 الف ومائة كرونة تحصل على رعاية صحية مجانية لما تبقى من العام. وتحصل حينها على بطاقة الرعاية الصحية المجانية (frikort). تسري بطاقة الرعاية الصحية المجانية لمدة اثني عشر شهراً محسوبة من تاريخ أول زيارة.

**حماية تكلفة الحد الأعلى للدواء** تعني أنك تحتاج لأن تدفع فقط 2,200 ألفين ومائتين كرونة للأدوية المكتوبة بوصفة طبية. وعندما تكون قد دفعت 2,200 ألفين ومائة كرونة تحصل على أدوية مجانية مكتوبة بوصفة طبية لما تبقى من العام. تُحسب الفترة من تاريخ اليوم الذي اشتريت فيه الدواء الأول.

يُحسب جميع الأطفال في عائلة واحدة سويةً وهم مشمولون بنفس حماية تكلفة الحد الأعلى. وهذا يسري سواء على حماية تكلفة الحد الأعلى للدواء أو للرعاية الصحية.

الادوية للأطفال دون سنّ 18 عاماً هي مجانية.

## قانون الحماية من العدوى

يسري في السويد قانون إسمه قانون الحماية من العدوى. هذا القانون موجود لمنع انتشار الأمراض المعدية الخطيرة. يعرض القانون الحقوق والواجبات للأشخاص الذين يُصابون ببعض الأمراض، مثل فيروس نقص المناعة البشرية، والكلاميديا، والسل، والسالمونيلا، واليرقان المُعدي أو الزهري. وينصّ قانون الحماية من العدوى على قائمة من الأمراض. وهي حوالي 60 مرضاً. التبليغ عن هذه الإصابة بهذه الأمراض اجباري.

وهذا يعني أنه يجب عليك أن تتصلّ بجهات الرعاية الصحية (أن تُبلِّغ عن نفسك) إذا كنت تعتقد بأنك أصبت بالعدوى وهكذا مرض. كما يجب أيضاً أن تُخبر عن الشخص أو الأشخاص الذين يمكن أن يكونوا نقلوا اليك العدوى. بعض الامراض الواردة في قانون الحماية من العدوى تنتقل بواسطة ممارسة الجنس.

إذا أصبت بهذا مرض فإن جميع الفحوصات والرعاية الصحية والطبية والأدوية تكون مجاناً. كما تحصل على مساعدة للاتصال بالأشخاص الذين يمكن أن تكون قد نقلت لهم العدوى.

سُلطة الصحة الشعبية هي سُلطة لديها معلومات عن قانون الحماية من العدوى والأمراض. يمكنك في موقع [www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se) قراءة المزيد عن قانون الحماية من العدوى.

## التبرّع بالأعضاء

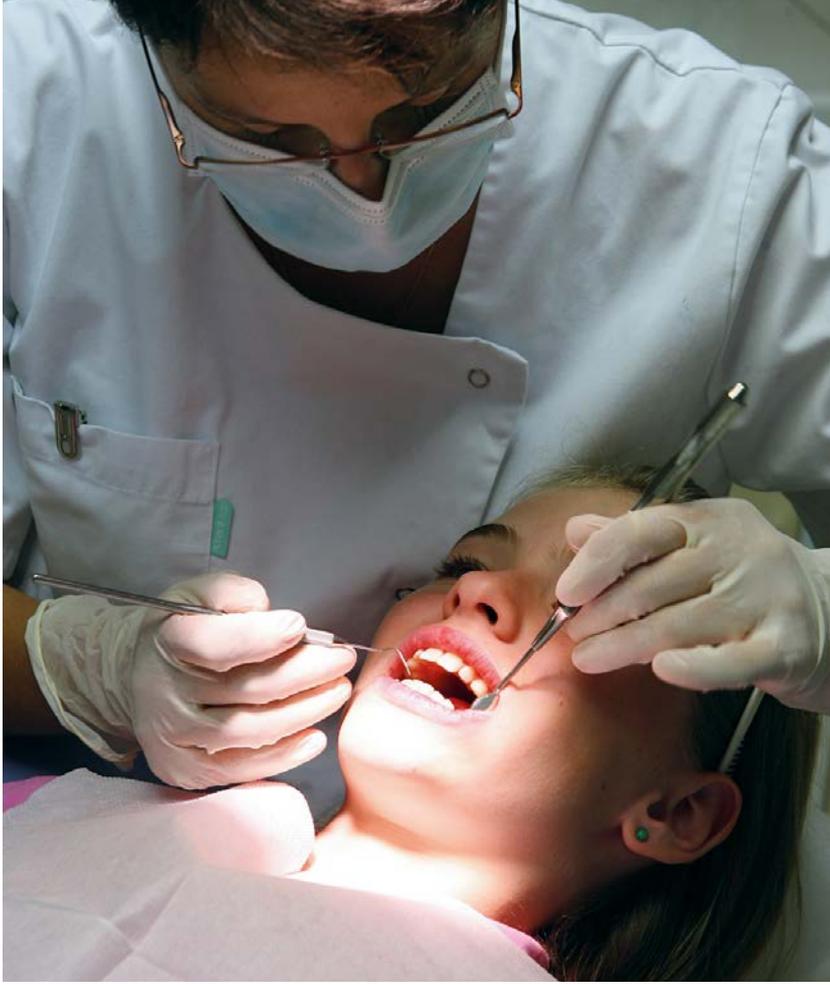
كل عام يحصل في السويد ما يقارب من 700 مريض بأمراض خطيرة على عضو أو مجموعة أعضاء من متبرّع، مثل الكلى أو القلب، عن طريق زراعة هذه الأعضاء. في نفس الوقت لا يكفي عدد الاعضاء المُتبرّع بها في السويد. ففي كل عام يموت أناس بسبب انتظارهم لأجراء عملية زرع عضو ولكن الأعضاء غير متوفرة. من حقك اتخاذ قرار بخصوص ماذا سيحدث بأعضاءك بعد وفاتك. يمكنك الاختيار بين:

- أن لا تتبرّع بأعضائك
- أن تتبرّع لغرض زراعة الأعضاء، أو
- أن تتبرّع لغرض زراعة الأعضاء أو للأغراض الطبية.

تقوم بتقديم إشعارك الى سجل التبرّع بالأعضاء بواسطة موقع الانترنت الخاص مجلس ادارة الخدمات الاجتماعية:

[www.socialstyrelsen.se/donationsregistret](http://www.socialstyrelsen.se/donationsregistret)

إذا لم تكن قد أخبرت عائلتك بأنك تريد التبرّع بأعضائك فيمكنهم أنفسهم أن يقرّروا ذلك.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

## رعاية الاسنان الطبية

يوجد في السويد رعاية أسنان طبية عامة تابعة للدولة وأخرى تحت ادارة القطاع الخاص. تُدار رعاية الأسنان الطبية العامة من مجالس المحافظات أو الأقاليم وتُدعى رعاية الاسنان الطبية الشعبية (Folk tandvården). كما يوجد في السويد أيضاً العديد من أطباء أسنان القطاع الخاص.

وتختلف القواعد التي تحدد مقدار ما ستدفع لرعاية أسنانك الطبية. إذ يتعلق هذا بمكان سكنك وأي طبيب أسنان تختار.

في السويد يحصل جميع من هم دون سن 21 عاماً على رعاية أسنان طبية مجانية، سواء لدى الجهاز الوطني لرعاية الاسنان أو أطباء أسنان القطاع الخاص. في أماكن مختلفة من السويد هناك حدود عمرية مختلفة حول كم هي طول الفترة التي يحصل فيها الشباب على رعاية أسنان طبية مجانية.

يتم استدعاء جميع الأطفال و الاحداث بشكل منتظم الى طبيب الأسنان لغرض اجراء فحص، معالجة أو رعاية اسنان وقائية. أما بالنسبة للكبار فينبغي أن يقوموا هم بالاتصال بطبيب الأسنان.

## دعم رعاية الاسنان الطبية

يحق لجميع من يقيم في السويد الحصول على دعم رعاية الاسنان الطبية ابتداءً منذ بلوغه 22 عاماً. ورعاية الاسنان الطبية هي من ناحية اعانة (نقود) تُدفع لطبيب الأسنان، ومن جهة أخرى حماية تكلفة الحد الأعلى.

يبلغ مقدار الاعانة 300 كرونة سنوياً لمن يبلغ عمره بين 22 و 29 عاماً ويتجاوز 75 عاماً. أما بالنسبة لمن يبلغ عمره بين 30 عاماً و 74 عاماً فيكون مقدار الاعانة 150 كرونة سنوياً. ويمكنك توفير اعانة رعاية الأسنان الطبية سنة واحدة لاستعمالها في العام القادم.

ويعني حماية تكلفة الحد الأعلى أنك تحتاج أن تدفع بنفسك جزءاً من التكاليف. يقوم صندوق التأمينات FK بدفع الباقي.

تسري حماية تكلفة الحد الأعلى لمدة اثني عشر شهراً. هذه تمنح تخفيضات في حال كان عليك دفع مبلغ يتجاوز 3000 كرونة للرعاية الطبية للاسنان. عندها تدفع نصف التكلفة. اذا كان لديك علاج بتكلفة تبلغ 15000 كرونة تحتاج لدفع 15 بالمائة من التكلفة.

## رعاية الاسنان الوقائية

بواسطة رعاية الاسنان الطبية الشعبية (Folktandvården) يمكنك الحصول على رعاية اسنان طبية بسعر ثابت. وتسمى رعاية الاسنان الوقائية. وتدفع مبلغاً ثابتاً شهرياً. وبعدها تكون زيارتك مجانية لطبيب الأسنان. للحصول على رعاية الاسنان الوقائية يجب أن تقوم بإبرام عقد. كما يجب أن تُجري فحصاً كي يقرر طبيب الأسنان تكلفة رعاية الاسنان الوقائية.

## اذا لم تكن راضياً

اذا لم تكن راضياً عن الرعاية ومستوى الخدمات التي حصلت عليها يمكنك الاتصال برئيس وحدة الرعاية التي تلقيت العلاج فيها.

اذا كنت ماتزال غير راضٍ يمكنك الاتصال بلجنة شؤون المرضى. هنالك لجنة لشؤون المرضى في كل مجلس محافظة أو إقليم. يمكن للجنة تقديم المشورة، والدعم والمساعدة.

كما يمكنك أيضاً الاتصال بسلطة تفتيش الرعاية والعناية الطبية (Inspektionen för vård och omsorg -IVO) والتي تعالج الشكاوى ضد الرعاية الصحية. إقرأ المزيد في موقع ويب سلطة تفتيش الرعاية والعناية الطبية: [www.ivo.se](http://www.ivo.se)

## أسئلة للمناقشة الفصل 7

كيف يمكنك التأثير على صحتك؟

لماذا من المهم أن تعمل الدولة من أجل صحة شعبية أفضل؟

هل يوجد شيء في عاداتك الغذائية ينبغي تغييره لتكون بصحة أفضل؟

ما الذي يجعلك تشعر بالاجهاد؟ كيف تتعامل مع الاجهاد؟

ماذا تفعل لتحصل على نوم هائئ؟

ماذا لديك من خبرات وتجارب مع الرعاية الصحية السويدية؟

كيف يمكنك أن تحضر نفسك قبل لقاء مع الرعاية الصحية والعناية الطبية؟

ماذا يمكنك أن تفعل ليكون لديك صحة نفسية جيدة؟

لماذا من المهم طلب الرعاية الصحية اذا كان المرء يعاني من صحة نفسية سيئة؟

ماذا لديك من خبرات وتجارب مع رعاية الاسنان الطبية السويدية؟

لماذا من المهم الذهاب بشكل منتظم الى طبيب الأسنان؟



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

# 8. أن تصبح مُسنًا في السويد

## المحتوى

أن تصبح مُسنًا

نشاطات وامتيازات لكبار السنّ

التقاعد

رعاية المسنين

عندما يموت شخص

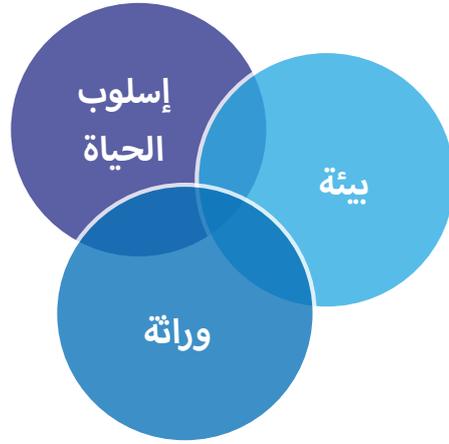
حقّ الميراث

# أن تصبح مُسنّاً

يعيش الناس حياة أطول في السويد. إذ يبلغ متوسط العمر 82 عاماً بالنسبة لجميع السكان. ويبلغ متوسط العمر حوالي 84 عاماً بالنسبة للنساء و80 عاماً بالنسبة للرجال.

أن ارتفاع متوسط العمر يعني أن نسبة كبار السن في تزايد. ويرتفع متوسط العمر حوالي عاماً واحداً كل عقد (العقد هو 10 سنوات). وليس هناك ما يدل في الوقت الحاضر على أن الزيادة في متوسط العمر في السويد على وشك التوقف. فمن بين عدد سكان السويد البالغ 10 ملايين نسمة هناك 18 بالمائة تتجاوز أعمارهم سنّ التقاعد البالغ 65 عاماً. وفي 2030 يُعتَقَد أنه سيكون أكثر من 30% من سكان السويد قد تجاوزوا 65 عاماً.

تتعلّق عدد سنوات حياتك بعدة أشياء يؤثر الأثر البيولوجي الذي تحمّله معك من أبويك وأقاربك بعدد السنوات التي تعيشها. كما يؤثر أيضاً كيف تعيش وفي أية بيئة. وأن يصبح المرء كبيراً في السنّ يعني ظهور العديد من التغيّرات الجسدية والنفسية والاجتماعية. يقف المرء مكتوف اليدين تجاه أثره البيولوجي، ولكن يمكن للمرء نفسه، من خلال طريقة حياته، أن يؤثر في كيف يشيخ ويصبح مسنّاً.



وتُلقي سُلطة الصحة الشعبية الضوء على أربعة مجالات لها أهمية في شيخوخة سليمة من الناحية الصحية:

- نشاط جسدي
- عادات طعام صحية
- الاتصال الاجتماعي
- شغل ذو معنى/أن يشعر المرء بأن هناك حاجة إليه

يؤثر المرء في شبابه مُسبقاً على صحته عندما يصبح مسنّاً. التدخين، عادات طعام غير صحية، الاجهاد، عدم الحركة، المخدرات والمسكرات سيئة لنا جميعاً. أما تناول الطعام الجيد وممارسة الرياضة خلال الحياة

بأكملها فيمكن أن يساهم في أن يكون المرء سليماً من الناحية الصحية عندما يشيخ. ويمكن أن يساهم هذا في أن يعيش المرء طويلاً.

## التغيرات الجسدية

أن التغيرات الفسيولوجية، الجسدية المتعلقة بالشيخوخة تكون قليلة حتى بلوغ سن 40 عاماً، وتزداد بعد ذلك. الحمض الريبوزي النووي (DNA) في الخلايا يقود الشيخوخة البيولوجية التي تحدث في مستويات مختلفة في الجسم. أن عملية الشيخوخة، متى وكيف يشيخ المرء، تختلف بشكل كبير من شخص الى آخر. البعض يشيخ شعره وتتجدد ملامحه مبكراً في الحياة، والبعض الآخر متأخراً.

أن التغيرات الجسدية عند الشيخوخة تعني أننا إجمالاً نصبح أقصر، وأخف وفي نفس الوقت أكثر جفافاً. أن انخفاض عملية التمثيل الغذائي تسبب خطراً أكبر لجفاف الجسم. لذلك من المهم تناول الماء.

ان انخفاض عملية التمثيل الغذائي وحيث أن كبار السن يتحركون غالباً أقل، يجعلهم لايحتاجون لتناول الطعام بنفس القدر. لذلك فمن المهم بشكل إضافي أن تكون جودة الطعام جيدة وأنه يحتوي على توازن مناسب من المواد الغذائية، والفيتامينات والمعادن.

ويحتاج كبار السن الى ضوء أكثر من الأصغر سنناً ليستطيعوا الرؤية بشكل جيد، لذلك من المهم أن تكون الانارة جيدة في المنزل. ومع تقدّم العمر يصبح من الأصعب تفهّم الاصوات ذات الطبقات العالية وأن يميّز المرء الحديث في البيئات الذي يسود فيها الضجيج.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

ويكون من الأصعب على المسنين الحفاظ على التوازن فيسقطون بشكل أسهل من الشباب. هنالك العديد من الإجراءات التي يمكن إجراؤها في المنزل لتقليل مخاطر وقوع الحوادث. مثلاً يمكن إزالة السجّاد أو عتبات الغرف التي من السهل التعثر بها.

كما أن المسنين ولأسباب عديدة أكثر حساسية للأدوية مقارنة بالشباب. ولدى المسنين سائل أقل ودهون أكثر في الجسم. ويعني هذا أن بعض الأدوية المُحبّبة للدهون تبقى في الجسم أكثر من المطلوب.

## التغيّرات النفسية

الدماغ يتغيّر هو الآخر مع تقدّم السنّ. إذ يتناقص عدد خلايا الدماغ ويصبح الدماغ أصغر حجماً، ولكنّ الوظائف لا تتغيّر بشكل عام. العديد من وظائف الذاكرة لا تتأثر وغالباً ما تكون المفردات والمعرفة العامة جيدة بشكل ملحوظ حتى في مرحلة متقدّمة من الشيخوخة.

ويزداد خطر الإصابة بالخرّف كلما أصبح المرء أكبر سنّاً. ولكنّ تدهور الذاكرة لا يلزم أن يكون بسبب الإصابة بمرض الخرف. ومن الأمثلة على حالات النسيان (الصحيّ) لدى الأشخاص الأصحاء هو أن لا يتذكر المرء أين وضع نظارته ومفاتيحه. أما أن ينسى المرء أن لديه نظارة أو مفاتيح اجماًلاً أو أن يضلّ سبيله في بيئة معروفة لديه، فهي علامات على النسيان المرّضي.

يتعلّق المرء بأن يستمر ناشطاً سواء جسدياً أو ادراكياً. يريد الدماغ أن يتعلّم طوال الحياة، بواسطة الكلمات، أو الصور أو الاغاني، والموسيقى والالعب والفكاهة، والحيوانات والطبيعة والعلاقات الاجتماعية. الدماغ لا يشيخ كثيراً على تعلّم أشياء جديدة، ولكن الأمر يستغرق وقتاً أطول للتعلّم عندما يكون المرء مسنّاً.

كما يصبح الدماغ أكثر حساسية لأنواع عديدة من الادوية، وفي المقام الأول الأدوية الخاصة بالطبّ النفسي، مثل الأدوية المهدئة والمنومة، وأيضاً المستحضرات ذات الصلة بالمورفين الموجودة في العديد من الادوية المُسكّنة للألم.

## التغيّرات الاجتماعية

في سنّ التقاعد تبدأ فترة يستطيع المرء فيها ربما لأول مرة في الحياة بأكملها أن يسيطر بنفسه على وقته. يتزايد عدد المسنين الذين يستمرون في حياة العمل حتى بعد بلوغهم سنّ التقاعد الذي هو 65 عاماً، كما يعمل العديد منهم في مجالات تطوعية دون أجر.

أن جودة الحياة وحياة سعيدة في ايام الشيخوخة مرتبطة بشكل قويّ بالطريقة التي يعيشها المرء وكيف يتعامل مع ظروف الحياة كي تصبح مفهومة، وقابلة للتعامل معها وذات قيمة. توضح البحوث أن الشراكة الاجتماعية مهمة لجودة الحياة - أن يستطيع المرء أن يكون ناشطاً، ويشعر بأن هناك حاجة اليه وتكون لديه علاقات جيدة مع الجميع.

# نشاطات وامتيازات لكبار السنّ

هنالك الكثير من الامتيازات والنشاطات الخاصة بكبار السنّ.

وتوجد الكثير من الجمعيات التي تنظّم نشاطات للمتقاعدين. مثال على هكذا جمعيات هو المنظمة العامة للمتقاعدين، PRO.

وفي العديد من البلديات السويدية يركب المسنّون وسائل النقل العامة خلال بعض أوقات اليوم بشكل مجاني أو بأسعار مخفضة.

إذا كنت مسنّاً وتعاني من انخفاض في القدرات الجسدية تجعل من الصعب عليك التّنقل بواسطة وسائل النقل العام، يمكنك استخدام خدمة نقل المسنّين والمرضى. سيمكنك حينها ركوب سيارة الأجرة بتكلفة أقل بدلاً من حافلة النقل العام (Buss) أو الترامواي. كي تحصل على خدمة نقل المسنين والمرضى يجب أن تقدّم طلباً بخصوص هذا الأمر في البلدية التي أنت مسجّل فيها. كما يجب أن ترسل شهادة خدمة نقل المسنين والمرضى صادرة من طبيب يُصرّح بأنه لايمكنك الركوب في وسائل النقل العام.

للرحلات في نفس البلدية التي تسكنها يمكنك على الأغلب ركوب ما يُسمى الخطوط المرنة (flexlinjer). وهي حافلات صغيرة تكون أرضياتها بنفس مستوى الرصيف، لتسهيل الأمر على الأشخاص الذين يستخدمون عربة المساعدة للسير أو الكرسي المتحرك. تسير الخطوط المرنة كي تمرّ قريباً من المسكن، أكثر مما تفعله وسائل النقل الأخرى. وتسير الحافلة الى الأماكن التي حجز فيها أحدٌ ما ركوب أو نزول، لهذا السبب يمكن لطريق السير ووقت الرحلة أن يتغيّرا من وقت الى آخر.

الرعاية الصحية



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

## التقاعد

التقاعد (المعاش) هو مبلغ مالي تحصل عليه عندما تصبح مسنّاً وتتوقف عن العمل. ويختلف الراتب التقاعدي الذي تحصل عليه. إذ يتعلّق هذا بأمر عديدة من بينها الراتب الذي كنت تتقاضاه عندما كنت تعمل، وطول مدة عملك ومقدار المبلغ الذي إدرّته أنت نفسك.

يمكن للراتب التقاعدي أن يأتي من جهات مختلفة، فجزء منه من سلطة التقاعد على شكل تقاعد عام، وجزء منه من رب عملك على شكل تقاعد خدمة. كما يمكن أيضاً أن يكون لديك إدرّار تقاعد خاص. لاثوثر أجزاء التقاعد هذه على بعضها البعض، بل يتم جمعها لتصبح سوية التقاعد الاجمالي.

وتقرّر أنت نفسك متى تُحال الى التقاعد. فكلما تأخرت في الاحالة الى التقاعد كلما حصلت على راتب تقاعدي أكبر كل شهر. يمكنك الحصول على جزء من التقاعد العام في ابتداءً من عمر 61 عاماً، ولكنك من حقل العمل حتى بلوغك 67 عاماً. بمقدروك الاتفاق مع ربّ عملك على العمل لفترة أطول.



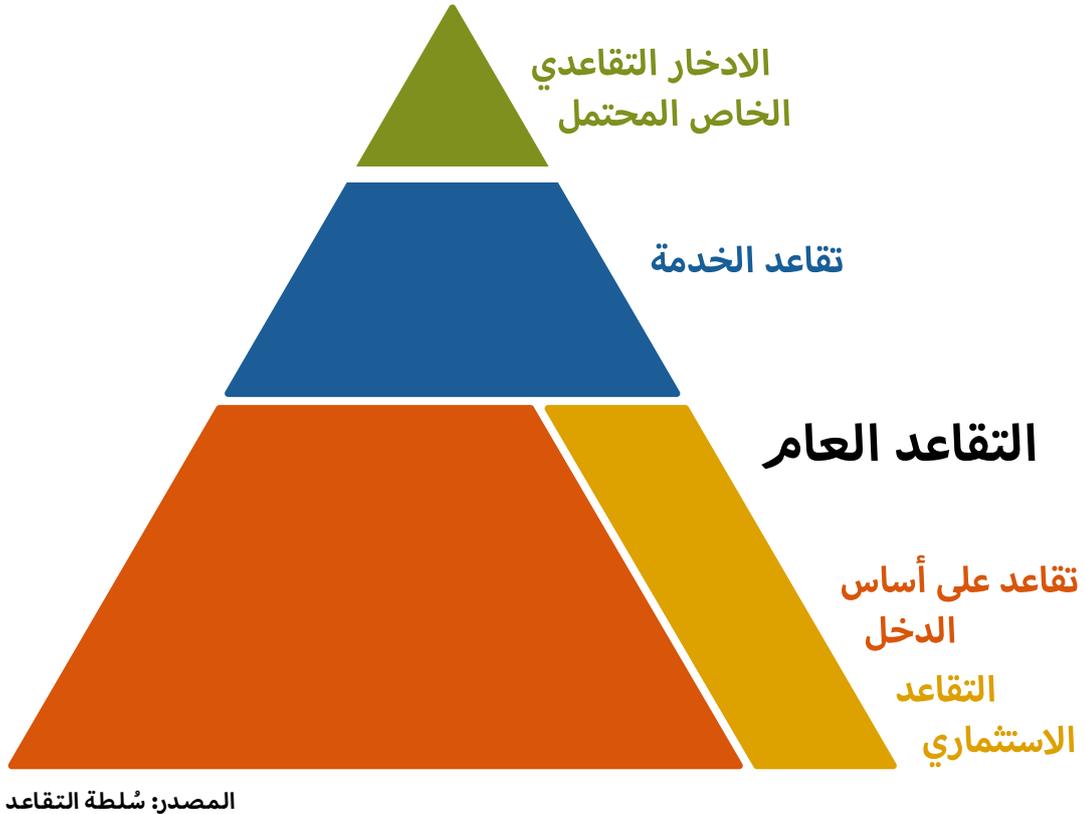
تصوير: ماغنوس غلانس (Magnus Glans)

وتختار بنفسك مقدار المبلغ التقاعدي الذي تريد تقاضيه. إذ يمكنك أن تأخذ بين 25% الى 100% من راتبك التقاعدي كل شهر. يمكنك مثلاً اختيار أخذ نصف راتبك التقاعدي وأن تستمر في العمل لنصف دوام.

## التقاعد العام

التقاعد العام هو تقاعد يحق لجميع من سكنوا وعملوا في السويد الحصول عليه. هذا التقاعد من الدولة وتدفعه سلطة شؤون التقاعد. تجد المزيد من المعلومات على موقع [www.pensionsmyndigheten.se](http://www.pensionsmyndigheten.se). اذا كنت ترغب بمعرفة المزيد عن تقاعدك العام يمكنك حجز موعد للقاء شخصي عن طريق الاتصال بسلطة التقاعد إما بواسطة الهاتف أو من خلال مكتب الخدمات.

أنت تكسب المال لتقاعدك العام كل سنة تعمل فيها، أو تدرس أو تكون مجازاً في اجازة الوالدين. يتكوّن التقاعد العام من تقاعد الدخل والتقاعد الاستثماري، الذي يستند على مقدار دخلك. واذا لم يكن لديك أي دخل أو كان دخلك قليلاً يمكنك الحصول على التقاعد المضمون.



### • تقاعد الدخل.

يعتمد مقدار تقاعد الدخل الذي تحصل عليه على دخلك فأنت تدفع كل عام 16 بالمائة من دخلك أو راتبك الى تقاعد الدخل. فيما عدا راتبك من العمل، يُحتسب كدخل أيضاً تعويض البطالة، وتعويض المرضية وتعويض مواصلة النشاط ونقدية الوالدين.

### • التقاعد الاستثماري.

أنت تدفع كل عام 2.5 بالمائة من دخلك أو راتبك الى تقاعد الدخل. لتوظيفها في صناديق استثمار. ويُدعى هذا التقاعد الاستثماري. تتكون صناديق الاستثمار من سندات مالية وأسهم ويمكنك بنفسك أن تقرر الصناديق الاستثمارية التي تريد توظيف نقودك فيها. ويعتمد مبلغ التقاعد الاستثماري الذي تحصل عليه، على مقدار المبالغ التي دفعتها وحالة الأسهم والسندات المالية في الصناديق التي فيها نقودك.

### • التقاعد المضمون.

أن التقاعد المضمون هو لمن كان لديه دخلاً قليلاً أو لم يكن لديه دخل على الاطلاق من العمل. وللحصول على مبلغ تقاعد مضمون كامل يجب أن تكون قد سكنت على الأقل 40 عاماً في السويد. لذلك يصبح مبلغ التقاعد المضمون أقل إذا سكنت في السويد فترة تقل عن 40 عاماً. كما يصبح التقاعد المضمون أقل إذا كان لديك مسبقاً تقاعداً آخر، مثل تقاعد الدخل.

## تقاعد الخدمة

تقاعد الخدمة هو ذلك الجزء من التقاعد الذي يدفعه ربّ عملك. أكثر المستخدمين لديهم الحق في الحصول على تقاعد الخدمة. أما مقدار تقاعد الخدمة الخاص بك فيعتمد على ما تقرره النقابات المهنية وأرباب العمل. الأشخاص الذين يدرسون، أو العاطلين عن العمل، أو العاملين في أماكن عمل لاتسري فيها الاتفاقية الجماعية أو يعملون في شركاتهم الخاصة فلا يحصلون على أي تقاعد خدمة.

إذا كنت تملك شركتك الخاصة فيجب أن تدفع أنت تقاعد الخدمة خاصتك. ويُسمى هذا رسوم شخصية (egenavgift).

## الإدخار التقاعدي الخاص

يمكنك أن تدخر من أجل تقاعدك. يمكن الإدخار في مصرف أو في صندوق تأمين في شركة تأمين تقاعدي. أنت تقرر بنفسك مقدار المبلغ النقدي الذي تريد إدخاره كل شهر ومتى تريد أن تبدأ الادخار.

## دعم إعالة كبار السنّ

أنّ دعم إعالة كبار السنّ (Äldreförsörjningsstöd) هو أحد أشكال الدعم الذي يُقدّم إذا لم تكن امتيازات التقاعد الأخرى كافية. إذا كنت قد بلغت 65 عاماً وتحصل على جميع امتيازات التقاعد التي يحقّ لك الحصول عليها ولا تصل مع ذلك الى مستوى حياة مقبول فمن حقّك الحصول على دعم إعالة كبار السنّ. عند طلبك لدعم إعالة كبار السنّ تقوم سلطة شؤون التقاعد (Pensionsmyndigheten) في نفس الوقت بالتحقق مما إذا لك حق الحصول على علاوة السكن (bostadstillägg).

## علاوة السكن للمتقاعدين

إنّ علاوة السكن هي علاوة مالية مضافة إلى تقاعدك العام. ويحدد تكلفة السكن الخاص بك وإيراداتك، وممتلكاتك ووضع العائلة ما يمكنك الحصول عليه كعلاوة سكن. يمكنك تقديم طلب علاوة السكن من السنة التي تبلغ فيها 65 عاماً وتحصل على كل تقاعدك العام. بإمكانك تقديم طلب بغض النظر عن كيفية سكنك وأيضاً إذا كنت مالكاً لمسكنك. هذا ويمكنك تقديم الطلب حتى لو كنت تمتلك ثروة وممتلكات.

اقرأ المزيد في موقع ويب مصلحة شؤون التقاعد:

[www.pensionsmyndigheten.se](http://www.pensionsmyndigheten.se)

## الانتقال الى خارج البلاد مع التقاعد

يمكنك الاحتفاظ بتقاعد الدخل والتقاعد الاستثماري وتقاعد الادخار الخاص بغض النظر عن البلد التي تنتقل اليها وخلال فترة غير محدودة. غير أنّه ليس من المؤكد أنك ستحتفظ بالتقاعد المضمون. أنّ هذا يعتمد على أمور من بينها البلد الذي ستنتقل اليه والامتيازات التي تحوزها. إذا كان لديك تقاعداً مضموناً فيمكنك الاحتفاظ به إذا انتقلت الى احدى دول الأتحاد الأوروبي أو دول منطقة التعاون الاقتصادي الاوروبي، أو سويسرا أو كندا في بعض الحالات. كما يتوقف حق الحصول على دعم إعالة كبار السنّ إذا انتقلت الى خارج البلاد.

## رعاية المسنين

عندما يصبح شخص ما مسنّاً يحتاج غالباً الى مساعدة في الأشياء العملية في الحياة اليومية. في السويد يحصل المسنّون الذين هم بحاجة الى دعم ومساعدة على هذه الحقوق طبقاً للقانون. بينما يمكن في البلدان الأخرى أن تعتني العائلة والأقارب عادةً بكبار السنّ، فإن المجتمع في السويد هو

الذي يقدم هذا الدعم. وتبقى العائلة مشاركة غالباً في حياة كبار السن. تخضع رعاية المسنين لقانون الخدمات الاجتماعية وقانون الرعاية الصحية والعناية الطبية.

وتقع مسؤولية كافة الرعاية والعناية بالمسنين، بما في ذلك الاتصال بالأطباء والخدمات الصحية الطارئة، على عاتق البلدية أو مجلس المحافظة. أن هذا الأمر منظم بأشكال مختلفة في أجزاء السويد المختلفة. لتقديم طلب للحصول على جهود رعاية المسنين بواسطة البلدية يجب الاتصال بالوحدة ذات العلاقة في إدارة الشؤون الاجتماعية في البلدية. يقوم مسؤول /مسؤولة معونة من الإدارة بالنظر في الموضوع، وتقييمه وياخذ بعد ذلك قراراً بخصوص الحق في الحصول على الرعاية ومقدارها.

أن الغرض من رعاية المسنين هو أن يستطيع الشخص المُسنّ الحياة بجودة عالية، حياة مستقلة بأمان. يجب أن يتمكن كبار السن أن يحصلوا على امكانية ممارسة نشاطات ذات معنى بالاشتراك مع آخرين.

## السكن

يرغب العديد من المسنين في البقاء للعيش في المنزل أطول فترة ممكنة وتوجد اليوم امكانيات كبيرة للبقاء والعيش في المنزل بدعم من المجتمع وأشكال عديدة من السكن المُكيّف طبقاً للحاجة. تستطيع البلدية المساعدة في مجال الرعاية وتقديم الخدمات كي تبقى ساكناً في منزلك. وتُسمى هذه الخدمة المنزلية.

أن موظفي الخدمة المنزلية يساعدوك مثلاً في تنظيف المنزل، شراء الطعام، ترتيب السرير، الاستحمام، أو حلاقة ذقنك. كما يمكنك الحصول على مساعدة في أوقات المساء والليل. اذا كنت تعاني من مرض أو أصابة يمكن أن تزورك ممرضة لتغيير الضمادات أو لمساعدتك لأخذ الدواء.

في العديد من البلديات يوجد أيضاً موظفون يمكنهم مساعدتك في التصليحات البسيطة. وهذه تُسمى بخدمات التصليح. يمكن لموظف من خدمات التصليح مثلاً في أن يُعلّق لك لوحة على جدار أو تغيير الستائر. الغرض من بين أمور عديدة هو أن يتجنب الشخص المسنّ الوقوع وإيذاء نفسه.

وإذا شعر المرء بأنه من غير الآمن البقاء والسكن في المنزل فهناك امكانيات أخرى للسكن لكبار السنّ.

**سكن المسنين و السكن الآمن** هي أشكال للسكن المُكيّف للمسنين، مثلاً تحتوي على عتبة منخفضة ومساعد عريضة بشكل إضافي. وعادة ما يشترط المؤجرون أن يكون عمر الشخص 55 عاماً على الأقل لينتقل في سكن المسنين أو أحد دور المسنين أو السكن الآمن. للسكن في سكن

المسنين أو السكن الآمن يحتاج المرء الى تصريح من البلدية. وتقوم أنت بإستئجار أو شراء السكن بمبادرتك الخاصة.

دار خدمات المسنين هو شكل من أشكال السكن الخاص الذي تملكه البلدية حيث يؤجر المسنون منها شققاً للسكن. قبل انتقال شخص ما الى دار خدمات المسنين يتم اجراء تحقيق لدراسة احتياجات هذا الشخص. وفي دار خدمات المسنين يدفع المسنون رسوماً للحصول على مساعدة في تنظيف المنزل، وطهي الطعام وماشابه.

السكن الخاص ويُسَمَّى أيضاً السكن الجماعي، هو سكن ضمن الرعاية الصحية للمسنين الذين هم بحاجة الى رعاية شاملة على مدار اليوم. وللحصول على مكان في السكن الخاص يستلزم أن يكون لدى شخص ما احتياجات طبية واجتماعية كبيرة ويحتاج الى الرعاية على مدار اليوم.

## عندما يموت شخص

أن يموت الشخص يُسمى أيضاً أن يتوفى (att avlida). وعندما يتوفى أحد الأقرباء المسنين في المنزل يجب على المرء الاتصال بطاقم الرعاية الصحية. أحياناً يأخذون الجثمان الى مستشفى حيث يكون طبيب مسؤولاً عن اعلان الوفاة. اذا كان للمرء رغبات خاصة، مثلاً انطلاقاً من إجراءات دينية، ينبغي على المرء في هذه الحالة أن يتكلم مع طاقم الرعاية الطبية. يمكن لأفراد العائلة والاقارب فيما بعد، الاتصال بكاهن، أو قس، أو حاخام أو إمام أو غيرهم ممن يمثلون الأديان. سوية مع ممثل الطائفة يستطيع أفراد العائلة تخطيط مراسم الجنازة على أساس رغباتهم الدينية الخاصة.



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

وقد يكون من المستحسن التكلّم مع ادارة المقابر و مكتب دفن يمكنهما المساعدة في الاتصالات والأمور العملية.

## مراسم الدفن والجنّازة

من الشائع في السويد أن يحضر أقرباء المتوفّي والاصدقاء المقربين مراسم الدفن. ومن الشائع أيضاً تنفيذ رغبات المتوفّي في كيف تجري مراسم الدفن. قد تكون تلك الرغبة سُجّلت في وصية أو أن المتوفّي قد تحدّث/ تحدّث سابقاً عن كيف يريد المرء أن تكون مراسم دفنه و جنازته. وهناك طرّقاً عديدة لإتمام مراسم الدفن اعتماداً على المُعتقد.

في السويد تتمّ مراسم الجنّازة في الكنيسة أو في مُصلّى. أن الكنيسة السويدية هي المسؤول الرئيس عن نشاط مراسم الدفن والجنّازة في عموم البلاد ما عدا في ستوكهولم وترانثوس (Tranås) حيث البلدية هي المسؤول الرئيسي. ويسري هذا بغض النظر عن الديانة التي كان المتوفّي يتبعها.

يمكن للأقارب الاتصال بوكلاء مراسم الدفن في البلدية. أن وكلاء مراسم الدفن هم أشخاص يُعيّنهم مجلس ادارة المحافظة ويعملون على رعاية وتنفيذ اهتمامات المتوفّي ورغبات العائلة. يجب أن يعمل وكلاء مراسم الدفن على ضمان أن يُدفن الأشخاص الذين هم ليسوا أعضاء في الكنيسة السويدية بطريقة مناسبة لهم. للاتصال بوكيل مرسم الدفن يمكن للأهل والاقارب التوجّه الى البلدية، مجلس ادارة المحافظة أو الى طائفتهم أو مجموعتهم الدينية.

ليس هناك أية قواعد بخصوص كيف يجب أن يتمّ تنظيم مراسم دفن. ولكن هناك قواعد تخصّ وجوب وضع الجثمان في تابوت (نخش) وهناك أيضاً قواعد بخصوص كيف يجب أن تتمّ عملية الترميد (حرق الجثمان) وكيف يجب وضع الرماد في الأرض. الترميد (احراق الجثمان) يعني أن يوضع الجثمان سوية مع التابوت في فرن خاص بالترميد. حيث يُحرق كلّ من الجثمان والتابوت حتى يصبح رماداً ويتمّ وضعهما في أناء فخاري خاص. وبعد ذلك يُدفن الإناء الفخاري في مكان دفن. ويمكن أن يُدزى الرماد في مكان خاص في المقبرة، ويسمّى الحديقة التذكارية (minneslund). وإذا رغب المرء بأن ينثر الرماد مثلاً في البحر، فيستلزم تقديم طلب الى مجلس ادارة المحافظة.

تجد في موقع الكنيسة السويدية على الأنترنت معلومات عن المقابر وأماكن الدفن حيث تقيم: [www.svenskakyrkan.se](http://www.svenskakyrkan.se)

إذا كانت هناك رغبة لدفن الجثمان خارج البلاد، يمكن لأحد مكاتب الدفن أن يساعد لقاء أجر في اجراءات وعملية النقل الى خارج البلاد.

وعادةً يستغرق الوقت من أسبوع الى اسبوعين من يوم الوفاة الى الدفن في السويد. وإذا رغب الأهل والاقارب أن يتمّ دفن المتوفّي في أقرب وقت



تصوير: كولور بوكس (Colourbox)

ممکن بعد الوفاة فعادة ما يكون ذلك ممكناً. غير أنه يجب دفن جثمان المتوفى أو حرقه في غضون شهر واحد بعد الوفاة، طبقاً للقانون السويدي.

من غير الشائع في السويد أن يكون التابوت مفتوحاً أثناء مراسم الدفن ولكن ليس هناك أية عقبات شكلية أمام ذلك.

ويدفع الجميع في السويد رسم الدفن ضمن الضريبة. ويمنح الرسم حق إستعمال مكاناً لمراسم التأيين والدفن، مثلاً في مُصلّى. كما يمنح الرسم حق نقل التابوت من مكان مراسم التأيين الى القبر.

في السويد يرغب نحو 83% أن تتمّ مراسم الجنازة في الكنيسة عند وفاتهم. عندها يقوم قسيس بإجراء شعائر القدّاس الجنائزي. وكي يتمّ اجراء شعائر القدّاس الجنائزي يجب أن يكون المرء عضواً في الكنيسة السويدية. إن القداس الجنائزي في الكنيسة مجانيّ لأعضاء الكنيسة السويدية. كما يمكن إجراء شعائر القداس الجنائزي في كنيسة حرّة، أو كنيسة كاثوليكية أو أرثوذكسية.

أما المراسم المدنية للجنائز فلا تُجرى فيها أي شعائر دينية. ولهذا السبب لا يتم إجراء مراسم الجنائز المدنية في كنيسة. ويمكن إجراؤها في مصلى تابع للمقبرة أو في حديقة أو ربما في الطبيعة. ويقوم مسؤول مراسم الدفن المدني بإجراء الشعائر.

## حق الميراث

عندما يتوفى شخص ما هنالك قوانين تقرر من الذي سيرث الأموال والأشياء التي يخلّفها المتوفى، أنّ هذا الأمر منظم في القانون السويدي ويُسمى بحق الميراث.

إذا كان المتوفى متزوج/متزوجة فإن الزوج/الزوجة الذي مازال على قيد الحياة يرث كل شيء. أما أطفالهم فيرثون عندما يتوفى الزوج/الزوجة الذي آل إليه الميراث. وخلال هذا الوقت يحق للزوج/الزوجة المتبقي على قيد الحياة أن يفعل ما يشاء/تشاء بالممتلكات.

أما إذا كان للمتوفى أطفال من شخص آخر فيمكن لهؤلاء الأطفال أن يحصلوا على ميراثهم فوراً. ويمكنهم أيضاً انتظار الحصول على ميراثهم حتى وفاة الزوج/الزوجة. أما إذا كان المتوفى غير متزوج فيؤول كامل الميراث إلى أطفاله/أطفالها. وفي حال لم يكن للمتوفى أي أطفال فإن الميراث يؤول إلى والدي المتوفى أو أشقائه.

وعندما يتوفى أحد الوالدين ولديه طفل تحت 18 عاماً فيجب أن يحصل الطفل على مساعدة من شخص يكون وصياً على الطفل. أن الوصي هو شخص يعمل من أجل ضمان حقوق الطفل.

## تركة الميت

تركة الميت هي جميع ما يخلّفه الميت من أموال وممتلكات بعد موته. الأقرباء الذين لهم حق الميراث يمتلكون سوية تركة الميت.

## تقسيم الممتلكات، حصر التركة وتقسيم الأثر

إذا كان المتوفى متزوجاً ويملك أشياءً سويةً مع الزوج/الزوجة فيجب أولاً تقسيم هذه الأشياء بين الزوجين. ويُسمى هذا تقسيم الممتلكات. عندما الانتهاء من تقسيم الممتلكات يمكن تقسيم الميراث.

وحصر التركة هو جرد لممتلكات المتوفى وديونه. ويجب أن يكتمل حصر التركة بعد ثلاثة أشهر من تاريخ الوفاة ويكون أساساً لتقسيم الميراث، الذي هو عبارة عن تقسيم ممتلكات (أصول) الشخص المتوفى.

## وصية

الوصية هي وثيقة قانونية. والشخص الذي يكتب وصية يمكنه أن يقرّر من الذي سيّرت وماذا سيّرت. ولكن هناك بعض الاستثناءات. الوريث الشرعي (طفل المتوفى، حفيد المتوفى أو أطفال الاحفاد) لهم الحق في المطالبة بالجزء الخاص بهم من الميراث.

ويجب على الوصية إتباع بعض القواعد. إذ يجب أن تكون مكتوبة. وأن يوقع عليها شاهدان. لذلك من المستحسن سؤال شخص حقوقي قبل كتابة وصية.

أما من يعيشون معاً دون أن يكونوا متزوجين (مساكنين) فلا يرث أحدهم الآخر تلقائياً. وإذا رغب شخصان مساكنان بأن يرث أحدهما الآخر فيجب كتابة وصية.

## أسئلة للمناقشة الفصل 8

ماذا يعني لبلد ما حين ترتفع نسبة كبار السن أكثر من الفئات العمرية الأخرى؟

ماذ تراه مهماً لجعل فترة الشيخوخة جيدة؟

هل تعتقد أن النظرة للمسنين في السويد تختلف عن ما أنت متعود عليه؟

ماذا تحتاج أنت لتخطّ قبل بلوغك سنّ التقاعد؟

ماهي أوجه التشابه والاختلاف بين رعاية المسنين في بلدك الأم وفي السويد؟

ماذا ترى من أوجه التشابه والاختلاف بين مراسيم الدفن في بلدك الأم وفي السويد؟

# الفهرس

95	آي إف أس الإستشارية (IFS Rådgivning)
	أحزاب 117
194	أخصائيو التأهيل العملي
194	أخصائيو العلاج الطبيعي
198، 196، 194	أخصائيو نفسيون
	أدوية 214، 193
	أرباب العمل 212، 210
156، 106، 93، 92، 90، 89، 88، 86، 85، 84، 83	أرباب عمل
	أزمة 17
	أصحاب الشركات 212، 15
	أطباء 113، 111، 89
125	أمين المظالم لشؤون التمييز (DO)
	أوروبا الشرقية 26
	أوروبا الغربية 26
	أوقات العمل 85
	أوقات الفراغ 118، 69
18	أولوف شوتكونج Olof Skötkonung
83	إتحاد القطاع التجاري والصناعي السويدي
	إتحاد كالمار 19
	إتفاقيات الكهرباء 65
	إجازة سنوية 34، 26
	إختيار بيئي جيد 58
	إشعار إبداء الاهتمام 93
	إعادة الأرسال 54
	إعادة تدوير 60، 59
	إعتداء مع الإيذاء البدني والضرب 134
	إنذار الطوارئ 197
	إيلبريسكوللين (Elpriskollen) 65
	اتفاقية حقوق الطفل 131، 130
105	ادارة الخدمات الإجتماعية
	ادارة المقابر 216
55، 54، 53، 51، 50	استئجار في الباطن
	استفتاء شعبي 178، 27
	اضطرابات النمو 105
	اعانة مالية للرعاية 105
	الأحداث (اليافعين) 135، 130
	الأشترابية 175، 163
23، 21، 19	الأقطاعيون/البرجوازيون
	الأمم المتحدة FN 26
	الإبلاغ عن إنتقال 54
83	الإتحاد العام لنقابات العمال السويدية «LO»

	الإجازة السنوية	85، 88
210	الإدخار التقاعدي الخاص	
	الإرث	140
	الاندماج	15، 117
	الاتحادات الدراسية	117، 118
	الاتحاد الأوروبي (EU)	14، 27، 47، 166، 171، 172، 179
	الاتفاقية الجماعية	85، 212
	الاجهاد	184، 188، 196، 206
	الارشاد الدراسي	107، 108
	الإعانة الدراسية المالية	156
	الامر المتحدة FN	11، 26، 128، 154
	البيعة	58
	البرلمان الأوروبي	166، 171، 172، 178
	البرلمان السويدي (Riksdagen)	19، 20، 21، 23، 26، 163، 166، 174، 179
	البطاقة الانتخابية	179
	البطاقة المصرفية	71
	البنية التحتية	42، 48
	التأمين المنزلي	57
108	التأهيل البلدي للكبار - (كومفوكس) Komvux	
	التبغ	185، 189، 190
	الثقيف الشعبي	117
	التحقق من الخبرات السابقة	112
	التدخين	184، 190، 206
	التدريب العملي	91
	الترميد (احراق جثث الموتى)	216
	التصنيع	23
	التصويت	160، 161، 162، 164، 179، 180
	التعبير عن الجنس	126
	التعليم المدرسي الإلزامي	67، 149
	التقاعد	98، 211، 212
	التقاعد الاستثماري	211، 212
	التقاعد العام	210، 211
	التقاعد المضمون	211، 212
	التمرين	188
	التمييز	121، 125، 128، 131
	التوحد	105
	الجنس والعيش المشترك	150
	الحرب العالمية الاولى	24
	الحرب العالمية الثانية	25، 26، 171
	الحركة العمالية	164، 173
	الحرية الدينية	128، 174
	الحق العام للتجول في الطبيعة	29، 44
	الحكومة	123، 166، 170، 174، 184
	الحياة الجنسية	126، 135، 185
	الخدمات الاجتماعية	68، 71، 146
	الخدمة المنزلية	214
	الدرجات/العلامات	92، 110، 111، 150، 153، 154

الدولة	20، 23، 95، 97، 98، 128، 129، 130، 165، 166، 170، 173، 184، 189
الديمقراطية	23، 137، 153، 160، 162، 163، 165، 166، 174، 180
الديمقراطية التمثيلية (النيابية)	160، 165
الدين	30
الراتب	81، 85، 88، 90، 98، 208، 212
الراتب الاجمالي	88، 98
الراتب الصافي (nettolön)	98
الرعاية الصحية الأولية	194
الرعاية الصحية المدرسية	143
الرفاهية السويدية	26، 97
الزِّي الوطني	33
السداد بالدفع بالتقسيط	52
السكّان	48
السلطة القضائية	168
السلفة الدراسية المُركبة	113
الشباب	37، 116، 117، 152، 188، 197، 199، 202
الشرطة	74، 168
الشرف	132
الشمال	19، 23، 42
الصحة الشعبية	184
الصرف الصحي	62، 78
الصف التحضيري	151
الصلاة على الميت/ القُدّاس الجنائزي	217
الضرب لأغراض التربية (Aga)	145
الضريبة	20، 77، 88، 97، 170، 171
الطاقة	58، 59، 60، 61، 64
الطاقة الكهربائية	170
الطبيعة	29، 43، 44، 58، 176
العدالة	163، 169
العصر البرونزي	17
العصر الجليدي	17
العصر الحجري	17
العصر القديم	17
العصور الوسطى	18، 19
العطلة الصيفية	34
العقود اللاقانونية (العقد الاسود)	55
العماد	37
العمل بالاسود	100
العنف في المنزل	131
العجر	25، 49، 50، 176
الفلاحون	19، 21، 23
القانون حول حماية التوظيف (LAS)	85، 88
القضاء الاداري	106
القوانين الأساسية	23
الكنيسة السويدية	20، 37، 216، 217
الليبرالية	175
الليبراليون	175، 176

	المؤجر 53، 54
194	المتجرم الشفهي
155، 71، 70	المتجرم الشفوي
168	المحاكم الادارية
168	المحاكم الخاصة
168	المحاكم العامة
168	المحكمة الادارية العليا
168	المحكمة العليا
45، 44	المحميات الطبيعية
	المخدرات 184، 206
149، 143، 137، 67	المدرسة الأساسية
111، 109	المدرسة العليا الشعبية
	المساكن 41، 50، 53
	المساواة 81، 121، 122، 163، 175
	المسكرات 30
196، 189، 185، 184، 129، 34	المشروبات الكحولية
123	المعاهدة الاوروبية
128، 126	المعتقد
172	المفوضية الأوروبية
175، 163، 162، 26، 23، 20	الملك 20، 23، 26، 162، 163، 175
	المناسبات 9، 31
126	الميول الجنسية
	النبلاء 19، 21، 23
175	النزعة المحافظة
138	النظر في الخلّو من موانع الزواج
84، 83	النقابات المهنية
126	الهوية الجنسية
64	الوقود الحيوي
50، 34، 30	اليهودية
33، 20	اليوم الوطني
180، 177، 174، 166، 164، 160	انتخابات
209، 128، 126، 105، 104، 25	انخفاض القدرات الوظيفية
	ايمان 37

## ب

15	بحاجة الى حماية
111	برامج تأهيل
70	بطاقة إستعارة
200	بطاقة الرعاية الصحية المجانية (frikort)
108، 102، 101	بطاقة الهوية الشخصية
70	بطاقة مكتبة عامة
214، 209، 180، 170، 166، 152، 149، 78، 67، 60، 52، 50، 42	بلديات

## ت

109	تأهيل الكلية الجامعية المهنية
-----	-------------------------------

37	تثبيت العماد
200	تحويل طبي
145	تربية الأطفال
218	تركة الميت
162	تشارلز لويس دي مونتسكيو
172، 134	تشريع قانوني
102، 90، 17، 15، 13، 10	تصريح الإقامة
14	تصريح العمل
109، 108	تعليم اللغة السويدية للمهاجرين (SFI)
105	تعويض الإعاقة
16، 15	تعويض ترسيخ
57	تعويض عن أضرار
212	تعويض مواصلة النشاط
212، 210	تقاعد الخدمة
212، 211	تقاعد الدخل
218	تقسيم الممتلكات
117، 31	تقليد
112	تقييم المهنة
151	تمرين
94، 88، 87، 85	توظيف
87	توظيف إلى إشعار آخر
88	توظيف على سبيل التجربة
87	توظيف للعمل بنظام الساعات
87	توظيف محدد بوقت

## ث

ثقافة 17، 69، 118

## ج

112، 111، 110	جامعة
23	جان بابتيست برنادوت (Jean Baptiste Bernadotte)
135، 130، 128، 125	جريمة
209، 52	جمعية
25	جمعية أرب العمل السويديين (SAF)
14	جنسية
22، 20	جوستاف فاسا (Gustav Vasa)

## ح

118	حدائق أوقات الفراغ
173، 164، 117	حركة الامتناع عن تناول المسكرات
117	حركة شعبية
174، 164	حرية الجمعيات
179، 178، 160	حزب
218	حصار التركة
179، 164، 163، 160	حق التصويت

حق الحضانة	141 ، 137
حقّ الطفل في المجتمع (BRIS)	131
حق الملكية	52
حقوق	15 ، 19 ، 33 ، 116 ، 117 ، 121 ، 122 ، 123 ، 125 ، 130 ، 131 ، 160 ، 164 ، 175 ، 176 ، 218
حقوق الانسان	123 ، 128 ، 154 ، 160
حماية الحيوانات	46
حماية تكلفة الحدّ الأعلى	200

## خ

ختان الاناث	135
خدمات نقل المرضى والعجزة (Färdtjänst)	209
خدمة الإنقاذ/الدفاع المدني	73
خدمة منزلية	170
خدمة نقل المرضى وكبار السنّ (Färdtjänst)	105
خطة ترسيخ	15 ، 90
خطة تطوير فردية (IUP).	155
خطة تعليمية	148
خطة عمل	95

## د

دار حضانة. أنظر مدرسة تمهيدية	
دار حضانة عائلي (Familjedaghem)	66 ، 147 ، 148
دار رعاية أطفال المدارس (Fritidshem)	66 ، 147 ، 148
دعم إعالة كبار السنّ	213
دعم المعيشة.	170
دعم رعاية الاسنان الطبية	203
دور المسنّين	67
دورة الدراسية	118
ديانة الآيسر (asatro)	18 ، 30
دين	126 ، 128 ، 139 ، 164 ، 175 ، 216

## ر

رئيس الوزراء	27 ، 167
راتب مَرَضِي	89 ، 106
ربّ العمل	83 ، 84
رجال الدين	19 ، 21 ، 23
رسالة شخصية	92
رسم الدفن	217
رسوم الضمان الاجتماعي	100
رعاية الأطفال	26 ، 66 ، 97 ، 104 ، 137 ، 147
رعاية الاسنان الطبية الشعبية (Folktandvården)	202 ، 203
رعاية الاسنان الوقائية	203
رعاية المسنين	67 ، 205
رمضان	36

## ز

زواج الإكراه 139

## س

سارية عيد منتصف الصيف 34  
ساعات العمل الاضافية 89، 85  
سفارة 13  
سفيالاند 42  
سُلطة 12، 90، 125، 150، 170، 184، 201  
سُلطة الانتخابات 179  
سُلطة التقاعد 210، 211  
سلطة الجابي الحكومي 73  
سُلطة الصحة الشعبية 184، 201، 206  
سماد عضوي 59  
سنابس (snaps) 34  
سوق العمل 77، 78، 81، 82، 84، 90  
سياسي 160، 166، 172، 180  
سياسيون 131  
سيرة ذاتية CV 93  
سيستيم بولاجت 190

## ش

شبه الجزيرة الاسكندنافية 42  
شركات الاستخدام 90  
شركات التوظيف 90  
شركة تأمين تقاعدي 212  
شكل الحكومة 23، 163، 165، 174  
شهادة تخرّج 111، 112  
شهادة قيد نفوس/ إخراج قَيد 101، 108

## ص

صف تمهيدي 66، 67، 143، 147  
صناديق استثمارية 212  
صندوق البطالة 97  
صندوق البطالة ألفا (Alfa-kassan). أنظر أيضاً صندوق البطالة  
صندوق التأمينات FK 90، 103، 105، 106، 155، 168، 203  
صندوق تأمين تقاعدي 212  
صيدلية 62، 193

## ض

ضريبة الدخل 98  
ضريبة القيمة المضافة 99  
ضمان الرعاية الصحية 199

## ط

- طبيب 193، 198، 200، 209، 214، 215  
طبيب أسنان 202  
طبيب عام 196  
طعن 106، 170  
طلاق 140

## ع

- عصر التنوير 21، 162  
عضو 179  
عطلة الرياضة 31  
عقد القران 138، 139، 140  
عقد مباشر 51، 54، 55  
عقود التوظيف/اتفاقيات التوظيف 88  
عيادات النساء 135  
عيادة أمراض النساء 135، 198  
عيادة الأحداث (Ungdomsmottagningen) 197  
عيادة طوارئ 194، 197، 198  
عيادة مناوبة (خافرة) 194  
عيد الظهور الإلهي (عيد الغطاس) 36  
عيد الفصح (Påsk) 31  
عيد الميلاد (Julen) 35، 36. أنظر أيضاً ليلة عيد الميلاد

## غ

- غصينات عيد الفصح 31  
غوستاف الرابع أدولف (Gustav IV Adolf) 22

## ف

- فترة الحمل 142  
فحص 56  
فحص صحي 194  
فصول العام 44  
فلل صغيرة مترابطة (Radhus) 52  
فوائد بنكية 52، 95

## ق

- قانون الإجازة السنوية 89  
قانون الاجانب 10  
قانون الحماية من العدوى 201  
قانون الزواج 140  
قانون المدارس 149  
قانون المشاركة في القرارات (MBL) 84  
قانون حرية التعبير 174

	قانون حرية الطباعة	23
	قبر	216
	قرض	95
199	قسم الأمراض النفسية للأطفال والاحداث (BUP)	
	قضية جنائية	168
	قوانين أساسية	174، 44
	قيد النفوس/السجل المدني	100، 77

## ك

23، 22	كارل الثالث عشر (Karl XIII)
21	كارل الثاني عشر (Karl XII)
31	كعك السملور

## ل

	لاجئ كوتا	15
	لاجئون، 25. أنظر أيضاً لاجئ	
	لجنة شؤون الإستتجار	54، 51
	لجوء	12، 10
	لمر للشمم	10
	لنقابات العمال	25
34	ليلة عيد منتصف الصيف	

## م

	مآذب جراد البحر	34
	مأذون بعقد القران	139
	مجلس	23
201، 113	مجلس ادارة الخدمات الاجتماعية (Socialstyrelsen)	
	مجلس ادارة المحافظة	216، 139
	مجلس الاتحاد الأوروبي	172
	مجلس المحافظة	202، 78
	مجلس بلدي	179، 166
	مجلس محافظة	180، 172، 171، 166
	مجلس محافظة محلي	178، 171
	محادثات التطوير	155، 148
	محافظة	170، 138، 111، 42، 2
	محاكمة	123
	محطة بيئية	61، 59
	محكمة	172، 169، 51
172	محكمة الاتحاد الأوروبي (EU-domstolen)	
	محكمة العمل	87
	مدارس حرّة	67
	مدة الأخطار (مدة الانذار)	88، 56، 51
	مدرسة تمهيدية	149، 147، 141، 67
	مدرسة ثانوية	152، 143
	مدرسة عليا	112، 110

	مذبحة ستوكهولم	20
	مراجع	92
217، 216	مراسم الدفن والجنائز	
	مراسيم حفل التسمية	37
	مراسيم دفن	38
196، 194	مراكز الرعاية الصحية (Vårdcentraler)	
	مراكز رعاية الامومة MVC	194
	مُرْشَط الترسِيخ	16
194، 188	مركز رعاية صحة الأطفال BVC	
	مركز إعادة التدوير	59، 61، 62
	مركز الارشاد	108
	مسؤل الترسِيخ	17
	مسؤول/مسؤولة دعم	214
90	مساعدة تعويض ترسيخ	
	مساكن	170
	مُساكنة	54، 140، 219
	مستأجر	51، 53، 55
212، 180، 85، 83، 78، 26	مستخدمون	
	مستشفى	71، 197، 198، 215
	مسكن تملك	52، 54
	مسكن للايجار	51، 54
	مشورة الرعاية الصحية	192
138، 108، 102، 99، 98، 54	مصلحة الضرائب	
	مصلحة المدارس	113، 150، 152
	مصلحة الهجرة	12، 14، 102
	معالجون نفسيون	194
	معيونة الرعاية	155
157، 155، 103	معيونة السكن	
	معيونة النفقة	155
	مقابلة التوظيف	93
	مقاطعات	42
	مقاطعة	19
	مكتب الدفن	216
90، 86، 17، 16	مكتب العمل (Arbetsförmedlingen)	
	مكتبة عامة	53، 170
52	مكتب وساطة المساكن (bostadsförmedling)	
	ملاحظة الدفع	73
	ممرضات	193، 196
	ممرضات المدارس	143
	مناطق	171، 180
	مهاجرون	50، 95
	ميراث	19

## ن

	نزاعات	168
54، 50	نزىل فى مسكن	

- 23 نظام البرلمان (الريكسداغن)  
نظام التجيير التلقائي 72  
174، 23 نظام التعاقب على العرش  
165 نظام ملكي  
129 نظرة جماعية. نظرة فردية (فردانية)  
نظرة فردية (فردانية) 129  
نفايات 62، 61، 58  
نقدية الوالدين 212، 155  
106، 98 نقدية مرضية (sjukpenning)  
34 نوبه (nubbe)  
نورلاند 42  
نوروز 32

## و

- واجبات 141، 121  
89 وثيقة طبية  
219 وريث شرعي  
219 وصية  
88 وظيفة مؤقتة

## ي

- يوتلاند 42  
34 يوم الغفران  
89 يوم انتظار غير مدفوع الأجر  
35 يوم لوسيا (Luciadagen)



# صدرَ هذا الكتاب للقادم حديثاً الى السويد

يتطرق هذا الكتاب للمجتمع السويدي. تجد هنا معلومات مثلاً عن السُلطات في السويد، والقوانين والقواعد، والعمل والتأهيل الدراسي، والصحة والرعاية الصحية وما يخصّ الأطفال والعائلة من أمور.



مجلس إدارة محافظة  
غرب يوتالاند

مدينة  
يوتيبوري



ISBN 978-91-984016-1-5