

# أرشيف الحياة





## المحفوزات الحياة - وثيقة رئيسية

لكل شيء بداية ونهاية. عندما نكون في خضم الحياة، ليس لدينا أي فكرة أنه في يوم واحد نفقد الحياة، أو بالأحرى -نحن لا نريد أن نفكر في هذه الفكرة. لتوفير الراحة لتلك نترك وراءنا، يمكننا أن نفعل الكثير الآن، بينما نحن في خضم الحياة.

هل بعلم المقربون بك أين تخزن الوثائق الهامة الخاصة بك؟ هل يعرفون ما التأمين لديك ومن هي الشركات؟ ربما أقاربك علم نفس القدر من ما كنت على وشك لهم.

اليوم فقدت الحياة وأرشيف الحياة هي الوثيقة التي كنت قد تركت خلفك، وسوف تترك ذكرا عزيزة. كيف تريد أن تكون العناية إذا كنت تعاني المرض الذي يجعلك قادر على التعبير عن إرادتك؟ يعرفك أفضل من نفسك، ولماذا لم يكن ثم كتابة المعلومات القيمة إلى أقرب وليس آخر المهنيين صحتك الذين قد يكون يوم واحد دون العناية المستمرة.

جنازة هي الفرصة الأخيرة لجميع أفراد الأسرة والأقارب والأصدقاء وداع، والفرصة الأخيرة لك للتأثير على الذاكرة سيكون لديهم من ذلك اليوم. هل هو شخص بهيج الذي يحب أن يكون الناس من حوله أيضا العديد من الأصدقاء الذين تريد وتحتاج إلى أن تأخذ وداع. ويمكن القيام به في العديد من الطرق المختلفة. انها مجرد خيالك كما يقول المثل. وكالة الجنازة تعرف حدود والمعصمين أقاربك اليوم يصبح من الضروري. يمكنك ان تعطي لهم المساعدة عن طريق الكتابة وكيف تريد أن تكون.

في نهاية أرشيف الحياة هو ملخص أين أنت من بين أمور أخرى، يمكن أن تترك قصة المعيشة. ويحدونا الأمل في أن الانتهاء من هذا الأرشيف الحياة يصبح رحلة ممتعة مع الكثير من الذكريات ويبتسم في نفس الطريقة كما أنه سيكون اليوم أقاربك قرأتها. والذكريات، والابتسامات والدموع ينجح بعضها البعض بل أن من علامات الاستفهام التي غالب ما يجعل الناجين نختلف.

يطلق عليه البعض رسالة حب والبعض الآخر يقول تمنياتي. سمها ما تريد، ولكن الشيء المهم هو أن لا تترك أحبابك أن يتساءلون

## لدي وثائق مهمة

ج مع جميع وثائقك المهمة، مثل اتفاقات التعايش، واتفاقات ما قبل الزواج والوصايا والتأمين وبريد إلكتروني دفن جنب ا إلى جنب مع أرشيف حياتك.

خ زن المعلومات بحيث عائلتك يمكن أن تجد بسهولة عند الحاجة. الطريق الأسلم هو ترك كل شيء لمتعهد حامل أذن. الاسمى المحفوظات الحياة وثيقة الأمن على حد سواء تخزين ويضمن أنه سيصل في أقرب وقت وصلت وكالة إشعار مماتك. للتأكد من أن أرشيف حياة المعلومات حول من الذي كنت تنوي استخدام، إذا كان يوم واحد كنت بحاجة إلى رعاية، ولم تعد قادرا على التعبير عن إرادتك، يجب عليك ملء والحفاظ على بطاقة المحفظة. س ج ل أرشيف الحياة على رقم الضمان الاجتماعي الخاص بك حتى بغض النظر عن مكان البلد الذي تعيش فيه، يمكننا أن نضمن دائما أن أرشيف حياتك سيصل يوم الحاجة. بالطبع يمكنك إذا كنت ترغب في استكمال المستندات الخاصة بك. يت م الاحتفاظ بمحفوظات الحياة مجان ا . لأفعال والوصايا يدفع الشخص مبلغ صغير. اذا كنت ترغب بكتب أرشيف حياتك رقمي ا ، يرجى زيارة [www.livsarkivet.se](http://www.livsarkivet.se) حيث يتم تخزينه ومراقبته.

## الوصايا

يحدد العهد ما لديك ليتم توزيعها بعد مماتك . يجب أن يكون خطيا و شهد من قبل شخصين في وقت واحد الحاضر لا يقل عن 51 سنة وألا يتم استبعاد . اسأل خبير في تأسيس العهد

- أعددت الوصية بتاريخ \_\_\_\_\_
- يحفظ في مكان آمن على النحو التالي

- وتوجد نسخة من \_\_\_\_\_
- تخزين أرشيف الحياة في المحفوظات الأمنية

## اتفاقيات التعايش

من خلال اتفاق المعاشرة يمكن التنازل عنها قانون المعاشرة. ثم ، ويحتفظ كل ممتلكاته في حالة الانفصال أو الموت

- لقد وضعت اتفاقية التعايش بتاريخ \_\_\_\_\_
- يحفظ في مكان آمن على النحو التالي

- تخزين أرشيف الحياة في المحفوظات الأمنية

## قبل الزواج

ويمكن استخلاص اتفاق ما قبل الزواج حتى جعل بعض أو كل الممتلكات للفرد في الزواج. على سبيل المثال ، عندما يريد الزوجين جعل الملكية الوراثية للفرد أو عندما يريد الزوجين الحفاظ على ثروتهما منفصلة

- يتم تسجيل اتفاقات ما قبل الزواج مع هيئة الضرائب السويدية
- تخزين أرشيف الحياة في المحفوظات الأمنية

## الوصايا السابق

- جرد التركة بعد \_\_\_\_\_
- يحفظ في مكان آمن على النحو التالي

- تخزين أرشيف الحياة في المحفوظات الأمنية



## سندات الملكية

لدي كل أو جزء من سند الملكية الخاصة / المستأجرة التالية

---

وأنا أملك كل أو جزء من المستأجر / المباني

---

## رسالة الدفن

أنا على حق صاحب مدفن في المقابر التالية

---

---

تخزين أرشيف الحياة في المحفوظات الأمنية

## وثائق أخرى

ولدي أيضا الوثائق الهامة التالية ( الفعل من هدية ، وثائق القرض ، وشهادات ، شهادة أرباب العمل ، الخ

---

---

---

---

تخزين أرشيف الحياة في المحفوظات الأمنية

## آخر

---

---

---

---

---

---

---

---

مع أصحاب المدفن يعني أن هو أو هم المسجلون كأصحاب موقع المدفن بشكل خاص

مكان للملاحظات الأخرى





## تأمين

لم يكن لديك السيطرة الكاملة على ما التأمين لديك، يمكنك الحصول على مساعدة من شركة التأمين الخاصة بك برسم مالي قليل. وكالة الجائزة لديها المزيد من المعرفة.

التأمين على المنزل / الفيلا هو موجود في شركة التأمين. \_\_\_\_\_

التأمين على الحياة موجود في شركة التأمين \_\_\_\_\_

التأمين الصحي موجود في شركة التأمين \_\_\_\_\_

التأمين ضد الحوادث موجود في شركة التأمين \_\_\_\_\_

التأمين التجاري موجود في شركة التأمين \_\_\_\_\_

التأمين على تذكر الجائزة

التأمين على جائزة أخرى \_\_\_\_\_

التأمين الجماعي على الحياة

التأمين من خلال أصحاب العمل

تأمين التقاعد \_\_\_\_\_

التأمين من خلال النقابات \_\_\_\_\_

تأمين آخر و غيرها من شركات التأمين \_\_\_\_\_

تخزين أرشيف الحياة في المحفوظات الأمنية



## حول التبرع

عدد التبرعات في السويد لا يكفي لسد حاجة الأعضاء لجميع هؤلاء المرضى في انتظار زرع. عملية الزرع يمكّن المريض فيتم استبدال الأنسجة والأعضاء باخرى صحية من إنسان آخر. في الوقت الحاضر من الممكن زراعة الأعضاء مثل الكلى والكبد والقلب والرئة والبنكرياس. ومن الممكن أيضا أن تزرع الأنسجة مثل الجلد، والقرنية، صمام القلب والعظام. ومن الشروط الأساسية للزرع هو أن هناك أشخاص يرغبون في التبرع بالأعضاء والأنسجة الخاصة بهم بعد الموت. يمكنك التعبير عن هذه الإرادة عن طريق التوقيع على السجل المانح و/ أو ملء بطاقة المانح. للاشتراك في التبرع 020-77 55 77 التسجيل عبر أو الاتصال بخط التبرع العديد موقفهم واضح حول فعل التبرع بالأعضاء. للتأكد من الامتثال لهذا الطلب في يوم وفاتك يلزم إخبار أقاربك. نفس الشيء ينطبق على تشريح الجثة، على الرغم من أن في بعض الحالات، ليس من الممكن الانسحاب.



## التبرع بالأعضاء والأنسجة

ما الذي عليك أن تقرر وإذا كنت ترغب في التبرع بالأعضاء والأنسجة الخاصة بك بعد مماتك . إذا كنت ترغب في التبرع ، يجب عليك أن تتظر أيضا ما إذا كان التبرع تغطي زراعة وأعراض طبية أخرى أو لمجرد زرع . فمن الممكن استبعاد الأعضاء أو الأنسجة التي لا ترغب في التبرع بها .

- لقد سجلت للتبرع و/ أو ملئت بطاقة المانح
- أنا لا أريد للتبرع ببعض الأعضاء أو الأنسجة بعد موتي

## تشريح الجثة

- ليس لدي أي اعتراض على تشريح
- أنا لا أريد تشريح الجثة ما لم تتطلب الظروف ذلك

## إذا الرعاية الملطفة ، نهاية التوجيه الحياة

وفقا لقانون الرعاية الصحية ( 763 : HSL 1982 ) تنص على “يجب أن يستند أن الرعاية الصحية على احترام استقلالية المريض و سلامته لتلبية حاجة المريض للأمن في الرعاية والعلاج“ .

إذا كنت تعاني من حادث ، ويصبح المرض الميؤوس من شفائه أو لأسباب أخرى لا يمكن أن تعرف إرادتي، يجب على الأطباء وغيرهم من العاملين في مجال الرعاية الصحية أن تعمل على أساس من إرادتي التي أعربت عنها في حياتي نهاية التوجيه ، [www.rtv.d.nu](http://www.rtv.d.nu)

- لقد أعددت التوجيهات أبعده الموت للاحتفاظ بها

## عندما أكون في حياتي لم أعد قادر على التعبير عن إرادتي

في خضم الحياة ونحن جميعا يمكن أن نعاني من مرض أو حادث يجعلنا نعتمد على الرعاية الصحية من الآخرين . من أجل تسهيل ذلك عليهم وتوفير حياة كريمة ممكن قد توفر المعلومات المفيدة عن نفسك.

### صباح أو مساء

أنا شخص  الصباح  المساء

هل أنت شخص يحب الصباح والمساء؟  
يمكنك تحديد كل الخيارات.

### ملابس

ملابس أحب ارتداؤها \_\_\_\_\_

الرفاه يأتي من الداخل، على ما يقال ، ولكن الحصول على ارتداء الملابس التي كنت تشعر بالراحة أكثر فيها و في اللون المناسب مهم جدا

### الألوان

الألوان التي أحب \_\_\_\_\_

الألوان التي لا أحب ، وبالتأكيد لا أريدها على ملابسي أو المفروشات \_\_\_\_\_

### موسيقى

أحب الاستماع إلى الموسيقى ، وأفضل  الجاز  الكلاسيكية

أفضل الموسيقى السويدية  ديني  فرقة موسيقية راقصة  قصص

كل الانواع  آخر \_\_\_\_\_

الفنانين المفضلين لدي \_\_\_\_\_

### الطعام والشراب

طعام اتلذذ في أكله \_\_\_\_\_

نضع في اعتبارنا أن الطعام والشراب زينة الحياة الدنيا

طعام أنا لست مولعا جدا به \_\_\_\_\_

للطعام أشرب

حليب  ماء  بييرة  مشروبات غازية  نبيذ

آخر \_\_\_\_\_

### الحساسية

عندي حساسية من \_\_\_\_\_

إبلاغ عنها اذا ممكن . الحساسية يمكن أن تكون الفرق بين الحياة والموت . حدد بوضوح ما نوع الحساسية لديك لتجنب ردات الفعل في المستقبل.







## الحيوانات الأليفة

بعض الناس يحبون الكلاب والقطط ،  
والبعض الآخر يخاف منها .  
ليس من غير المألوف للرعاية الصحية  
للحيوانات الأليفة اليوم

الحيوانات الأليفة لدي أو كانت لدي \_\_\_\_\_

الحيوانات التي أحب \_\_\_\_\_

## أفضل

- أنا أستمتع البقاء في الهواء الطلق  
 انا افضل الحفاظ على نفسي مشغولا في داخل المنزل  
 أحب أن يكون الناس من حولي  
 أنا أفضل العزلة

## الصحف والكتب ووسائل الإعلام

الجرائد اليومية، و المجلات الأسبوعية هي مهمة بالنسبة لي وأنا أقرأ ما يلي \_\_\_\_\_

نوع من الكتب / من الكتب اب أنا أحب القراءة أو الاستماع إلى \_\_\_\_\_

مواقع وبرامج الإذاعة و التلفزيون وأنا أحب الاستماع إلى والنظر في \_\_\_\_\_

## السفر والاهتمام

وأنا أحب السفر وزرت بلدان / المواقع التالية \_\_\_\_\_

أنا عضو في المنظمات التالية التي أريد أن لا تزال قائمة في \_\_\_\_\_

لمزيد من المعلومات التي تقدمها عن  
الاهتمامات الخاصة بك ، أفراد الأسرة أكثر  
عرضة ومقدمي الرعاية للنظر لك واهتماماتك

يمكن أن الانتماء إلى منظمة لا تبغى الربح  
ذات أهمية كبيرة . العديد من الجمعيات تعمل  
على التواصل مع أولئك الذين لا يمكن أن  
تكون ناشطة أنفسهم

الانفصال \_\_\_\_\_



## العمل والتعليم

للحديث عن العمل هو بالنسبة للكثير من مح  
فز ان كان العمل بالنسبة لمعظمنا جزء كبير  
من الحياة

لدي التعليم التالية \_\_\_\_\_

أنا أعمل /كنت أعمل كما \_\_\_\_\_

## عائلي وأصدقائي

قد تكون أسماء أفراد الأسرة ، سواء الأحياء  
منهم والأموات ، معلومات جيدة لإعطاء  
الأقارب و العاملين في مجال الرعاية الصحية

أسرتي هي (الاسم و تاريخ الميلاد) \_\_\_\_\_

أصدقائي المقربين هم \_\_\_\_\_

والدي و أشقائي \_\_\_\_\_

لقد ولدت ونشأت في \_\_\_\_\_





## المعلومات المخزنة رقمياً

أريد المعلومات الرقمية التي أملكها و أسيطرة عليها ان

إزالة  حفظ  ما عدا

المعلومات المخزنة رقمياً يمكن أن تكون حساباتك المستخدمة مختلفة / صفحات في وسائل الاعلام الاجتماعية مثل الفيسبوك والمواقع الإلكترونية التي تملك ، مدونة التي لديك ، البنوك الصورة كنت من ملاك أو ما يسمى بالخدمات السحابية حيث يتم تخزين الملفات. ويمكن أن ينطبق أي ض ا على الصور والمعلومات في هاتفك . تذكر لكتابة واستكمال أرشيف الحياة بيانات المستخدم الخاص بك أو كيف يمكن الوصول إليها . وهذا أمر مهم أن المعلومات المخزنة رقمياً يمكن حذفها أو حفظها

عناوين وبيانات المستخدم من أجل إزالة أو تخزين المعلومات الرقمية

عنوان بريدي الالكتروني هو

## آخر

الأثاث / الأمور التالية أريدها معي إذا أنا انقلت الى إقامة اخرى

يمكن أن ينتهي بك الأمر في الحالة التي لا يمكنك البقاء في أماكن إقامتهم العادية . فإنه يجعل من الأسهل لأفراد الأسرة إذا كانوا يعرفون ما تريد القيام به أخذ معهم الأمتعت الخاصة بك . كنت قد فكرت في توزيع الأشياء بين الأقارب حسب إرادتك. لا يتم تنفيذ الوصية حتى بعد وفاة الموصي ، وبالتالي قد يكون من الحكمة أن نلاحظ هنا ما المقصود، حتى أن الأمور لا تقع في الأيدي الخطأ

ما لا أستطيع أن أنقله معي أنا أريد منك أن تفعل هذا به

أشياء أخرى أريدك أن تعرف (مثل ما أنا خائف من، الانتماء السياسي ، والأحداث التي أثرت أو تعني الكثير بالنسبة لي الخ.

هناك مجالاً لكل شيء نحن لم أفكر فيه إذا لم تكفي المساحة على الورقة حتى تستمر في الكتابة استمر على ورقة منفصلة أو على الصفحة الأخيرة من الوثيقة . نضع في اعتبارنا أن كل المعلومات ستكون بمثابة مساعدة و دعم من أي رعاية المستقبلية بسبب مرض أو حادث



## هكذا أريد جنازتي

من المهم أن المحبين المقربين لك أن يودعونك و بعد ذلك المتابعة في الحياة . كيف تريد أن تتذكر؟ طبعاً سوف يكون ذلك جميلاً عندما يقرأ المحبين المقربين لك أفكارك حول الجنازة ، ويبتسمون عند السماع بتعبيرك في طلباتك تجراً على إظهار من الذي كنت . نحن غالباً ما نقلل من أنفسنا ، لن نأخذ مكان وألاً ننظر . الجنازة تسمح أن تكون احتفالاً للحياة

معظم الجنازات في السويد تجرى في ظل النظام الكنيسة السويدية . إذا انتمتة الشخص إلى طائفة دينية أخرى عادة مراسم المجتمع أصبحت خياراً طبيعياً . في الجنازة المدنية يمكن ترتيب حفل وفقاً لرغباتكم . عند الدفن يخفضت نعش مع الأموات في الأرض لتتحلل . الحرق يعني أن التابوت و المتوفى يتم حرقهم ويتم دفع الرماد . مكان الذي توضع فيه الجرة يسمى بمقبرة الأجرار . مكان رمي الرماد و ساحة الرماد هما خيارات أخرى . هناك العديد من الخيارات وصيانة القبر يمكن شراؤها من قبل إدارة المقبرة . أن يرش الرماد في الطبيعة يتطلب الحصول على إذن من مجلس المحافظة . الرخصة تعطى فقط إلى أشخاص على قيد الحياة ولهم صلة بي

هنا يمكنك كتابة بحرية كيف تريد . الذي سيقود الحفل ، الرغبة في الموسيقى والألحان والأغاني و عازف منفرد و كل ما هو مهم للحصول عليه بالطريقة التي تريدها فيه . إذا لم تكفي المساحة على الورقة حتى تستمر في الكتابة استمر على الورقة من الخلف

### مراسيم الدفن

- أنا عضو في الكنيسة السويدية وأريد جنازة حسب الطقس الكنسي السويدي
- أريد جنازة في كنيسة حرة
- أريد جنازة المدنية
- أريد جنازة وفقاً ل أمر آخر
- أريد الحفل الذي سيعقد ف

الكنيسة / مصلى / مكان مختلف حتى

هنا أريد أن فعل صادر

- أترك القرار لأقاربي

### الدفن أو الحرق

- أريد أن ادفن في الارض ،  أريد أن تحرق جثتي
- أترك الأمر إلى لأقاربي

### اختيار القبر والمدفن

أريد أن أدفن في \_\_\_\_\_ مقبرة / ساحة المدافن

- مدفن جديد .

- مدفن موجود و رقمه \_\_\_\_\_

- أترك الخيار دفن لأقاربي

أريد رماد دفني في \_\_\_\_\_

- الجرة  قبر آخر \_\_\_\_\_

- غرفة ذكري  مدفن للجرة

- أريد الحصول على إذن نثر الرماد من مجلس المحافظة (البقعة)





## وأخيرا - وهذا يجب معرفته أيض

في خلال كتابتك للملاحظات لديك خيار لكتابة الإضافات والأشياء التي تعتقد أنها مهمة بالنسبة ولأولئك الذين سوف تأخذ الرعاية.

### مكتب دفن الموت

العديد من الأشخاص اليوم تفكر الى الأقارب الذين يهتمون بهم في المرض والموت . لذلك يمكنك تسمية شخص أو أشخاص تثق بهم. انه لا امر جيد إذا كان من تسميتهم على علم بدورهم .

انهم ليسوا بحاجة أن يعرفوا ما يحتوي أرشيف حياتك فقط أنه موجود . يمكنك تخزين أرشيف حياتك مجانا في وكالة الجنازة التي تسجل على رقم الضمان الاجتماعي الخاص بك . لأنها على رقابة متواصلة وانه من الاكيد أنها تصل دائما في يوم الوفاة.

إذا الأقارب الذي هم على قيد الحياة لا يعرفون أولم يعثروا على الوثيقة في منزلك، سوف يقوم مكتب دفن الموتى بالاتصال بالشخص الذي تم إدخاله على هذه الصفحة في أقرب وقت ممكن. وتأكد أن تصل دائما في يوم الوفاة. نعمل على تشغيل السجل أسبوعي لضمان عدم وجود وثيقة حراسة لا تزال مجهولة.

□ أريد : \_\_\_\_\_ جنازة ترتيب جنازتي

### إثبات صحة الوصية

□ أريد \_\_\_\_\_ التعامل لدى الوصايا

### مصرف

□ حسابي المصرفي \_\_\_\_\_

□ لدي خزائن في \_\_\_\_\_

## أرشيف الحياة

أريد شخص التالية / على يقين من أن تمنياتي في هذا الامتثال وثيقة إلى أقصى حد ممكن

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ ويوجه هذا أرشيف الحياة ل

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ مدينة تاريخ

\_\_\_\_\_ توقيع

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ الإسم اسم المطبوع الرقم الشخصي

\_\_\_\_\_ المحتوى من حياتي سوف يبيل غ موتي أعلن الاسم والعنوان و الهاتف، و الرقم الشخصي



\_\_\_\_\_ تم مراجعة هذه المحفوظات الحياة في



Garantin för  
rätt hjälp

تضم الجنازة السويدية جمعية الإدارة 400 ( SBF ) شهادة المنازل جنازة الذين خضعوا ل تدريب مكثف تفويض  
الموظفين. وكالة أذن هي من مسؤولية مجلس المؤمن ن والتي تسيطر عليها شكاوى SBF

1 Upplagsvägen، ستوكهولم 11743 الهاتف المستهلك: 210-020. البريد الإلكتروني: [www.begravningar.se](http://www.begravningar.se) • [info@begravningar.se](mailto:info@begravningar.se)