

# Digital vardag

عن النظام الرقمي - لك إذا كنت وافداً جديداً  
وتسكن في مدينة ستوكهولم



في السويد تم تحويل الكثير من خدمات المجتمع إلى خدمات رقمية. في هذا الكتيب يمكنك أن تقرأ عما يعنيه ذلك وكيف يمكنك أن تحسن من استخدامك للخدمات الرقمية. من المهم أن تكون قادراً على استخدام الأدوات الرقمية للمشاركة في خدمات المجتمع المختلفة.

# النظام الرقمي

ما هو النظام الرقمي؟

النظام الرقمي يعني استخدام التكنولوجيا لجعل ما نقوم به أفضل وأسهل. ونوفر الوقت والمال عندما نقوم بإجراء معاملاتنا رقمياً.

فمثلاً نقوم اليوم بإرسال بريد إلكتروني بدلاً من إرسال الرسائل الورقية. هناك العديد من المزايا للبريد الإلكتروني.



## الرسائل الورقية:

- يكلف المال لإرساله
- يأخذ وقت
- يجب على المرء الذهاب إلى مكتب البريد لإرسال الرسائل
- يستغرق الأمر بضعة أيام حتى يقوم ساعي البريد بتسليم الرسالة

## البريد الإلكتروني:

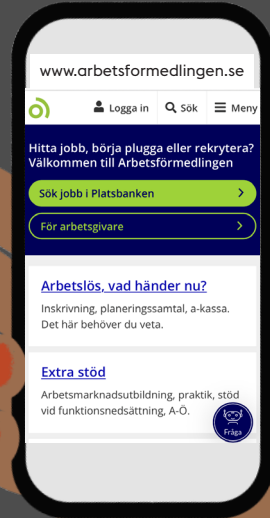
- مجاني، لا يكلف شيئاً
- يتم تسليمه خلال بضع ثوانٍ

# الخدمات الرقمية في المؤسسات الرسمية

جميع المؤسسات الرسمية في السويد لديها صفحة إلكترونية. ستجد على الصفحة الإلكترونية معلومات صحيحة ومحدثة. استخدم دائماً الصفحات الإلكترونية للمؤسسات الرسمية كمصدر لمعلوماتك. يمكنك أيضاً التواصل مع المؤسسات الرسمية رقمياً دون الحاجة إلى مغادرة المنزل.

يمكنك إرسال بريد إلكتروني أو استخدام الدردشة أو الاتصال. توجد دائماً بيانات التواصل على الصفحة الإلكترونية.

وهناك تجد أيضاً عنوان أقرب مكتب، إذا كنت بحاجة لزيارته.



جرب زيارة بعض الصفحات الإلكترونية:

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

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

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

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

# البحث عن المعلومات

يمكنك أن تجد معلومات عن تقريباً كل الأسئلة على الإنترنت. وتقوم بالبحث على الإنترنت باستخدام محركات البحث، مثل جوجل.

افتح المتصفح على هاتفك المحمول:



على آيفون  
Safari



على اندرويد  
Google Chrome

جرّب أن تبحث عن إجابة على سؤال ما!



اكتب سؤالك في مربع البحث.

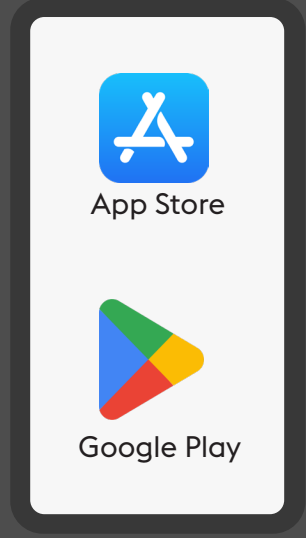
على سبيل المثال:

- كيف سيكون الطقس غدًا؟
- عنوان مصلحة الضرائب
- رقم هاتف مدرسة تعليم السويدية للمهاجرين (SFI) الخاصة بك

# التطبيقات

التطبيقات هي برامج تقوم بتحميلها على هاتفك المحمول. يوجد العديد من التطبيقات المختلفة، مثل برامج الدردشة، والألعاب والتطبيقات التي يمكنك من خلالها مشاهدة مقاطع الفيديو أو الاستماع إلى الموسيقى.

يمكنك تحميل التطبيقات من آب ستور (آيفون) أو جوجل بلاي (أندرويد).



# البريد الإلكتروني

إرسال بريد إلكتروني، أو ”إرسال إيميل” يعني إرسال رسالة رقمياً.

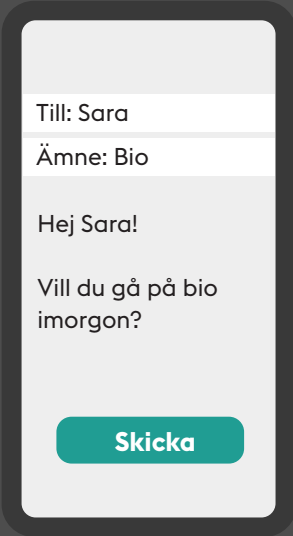
إن إرسال الإيميل مجاني.

ويتم إرسال الإيميل على الفور ويصل إلى المُستلم بعد بضع ثوانٍ.

يمكنك إنشاء عنوان بريدك الإلكتروني مجاناً من خدمات البريد الإلكتروني المختلفة، مثل Gmail.

لإنشاء عنوان Gmail ادخل على الموقع الإلكتروني

[www.gmail.com](http://www.gmail.com)



# BankID

يعتبر جواز سفرك أو رخصة قيادتك هوية وتُثبتُ أنك أنت.



الهوية البنكية BankID هي هوية رقمية. وتُثبتُ الهوية البنكية شخصيتك على الإنترنت.

تعمل الهوية البنكية كمفتاح يمكنك من خلاله تعريف نفسك للعديد من الخدمات على الإنترنت.

يمكنك الحصول على الهوية البنكية من البنك الذي تتعامل معه.

## الخدمات البنكية عبر الإنترنت

بدلاً من زيارة فرع البنك يمكنك إجراء معاملاتك البنكية رقمياً.

عند فتح حساب بنكي ستحصل على الخدمات البنكية عبر الإنترنت المفتوحة على مدار الساعة. ويمكنك دفع الفواتير وتحويل الأموال دون الحاجة إلى مغادرة منزلك.

# رموز الاستجابة السريعة (QR)

رموز الاستجابة السريعة تشبه الرموز الشريطية وتنقلك إلى الصفحة الإلكترونية.  
لاستخدام رمز الاستجابة السريعة:



١. افتح الكاميرا في هاتفك المحمول.
٢. وجه الكاميرا نحو رمز الاستجابة السريعة.
٣. سيظهر رابط من خلال رمز الاستجابة السريعة.  
اضغط عليه للوصول إلى الصفحة الإلكترونية.

جرب مسح الرمز ضوئياً!

## الرعاية الصحية الرقمية

إذا كانت لديك أسئلة عن صحتك فيمكنك الحصول على الدعم رقمياً. فلا تحتاج إلى زيارة المركز الصحي والانتظار في الطابور.  
ستجد على [1177.se](http://1177.se) الكثير من المعلومات الجيدة وأين يمكنك التوجه عندما تحتاج إلى الرعاية الطبية.  
يمكنك أيضاً الاتصال على الرقم 1177 والتحدث مع ممرضة.



امسح رمز الاستجابة السريعة ضوئياً لقراءة المزيد بلغات مختلفة!

# الأمان على الإنترنت

الإنترنت مكان كبير به الكثير من الإمكانيات. يمكنك أن تجد إجابات على أسئلتك وتتعلم أشياء جديدة وتجد أصدقاء. وللإنترنت أيضاً جانب سلبي. فتماماً كما هو الحال في العالم الحقيقي يمكنك مقابلة أشخاص ينشرون معلومات كاذبة ويريدون خداعك. من المهم أن تكون حذراً عند استخدام الإنترنت وأن تحمي معلوماتك الشخصية.

لا تشارك بيانات تسجيل الدخول أو كلمات المرور أو الرموز (الأكواد) الشخصية مع الآخرين

قد تقابل أشخاصاً يريدوا الوصول إلى معلوماتك الشخصية أو بياناتك أو أموالك في حسابك البنكي. هذه أشياء خاصة بك، لا تشاركها أبداً مع الآخرين.



كن حذراً من الرسائل والروابط المشكوك فيها.

يحاول المحتالون أحياناً خداع الآخرين عن طريق إرسال رسائل مزيفة التي تبدو وكأنها آتية من بنك أو مؤسسة رسمية. إذا لم تكن متأكداً من المرسل فلا تفتح الروابط المشكوك فيها.



احصل على المعلومات من مصادر موثوقة.

للأسف يتم نشر معلومات كاذبة على الإنترنت ومن المهم التحقق من

مصدر المعلومات. فمثلاً إذا كنت تبحث عن إجابة عن إعانة الأطفال - فقم بزيارة الصفحة الإلكترونية

لصندوق التأمينات الاجتماعية الذي يتم تحديثه دائماً بالمعلومات الجديدة.





# قاموس

svenska-arabiska

ansluta	اتصال	e-post	بريد إلكتروني
användarnamn	اسم المستخدم	e-tjänst	خدمة إلكترونية
app	تطبيق	felmeddelande	رسالة خطأ
avbryt	إلغاء	fil	ملف
avsändare	المُرسل	fönster	نافذة
batteri	بطارية	hemsida	صفحة رئيسية
bifoga fil	إرفاق ملف	inkorg	صندوق الوارد
bild	صورة	installera	تثبيت
brevlåda	صندوق البريد	inställningar	إعدادات
chatt	دردشة	klistra in	لصق
datormus	فأرة الحاسوب	kontakter	جهات الاتصال
dela	مشاركة	kopiera	نسخ
		ladda ner	تحميل
		laddare	شاحن
		logga in	تسجيل دخول

logga ut	تسجيل خروج	skrivare	طابعة
länk	رابط	skrivbord	سطح المكتب
lösenord	كلمة المرور	skräp	بريد غير مرغوب فيه
mapp	مُجلّد	skärm	شاشة
meddelande	رسالة	språk	لغة
meny	قائمة	svara	الرد
min sida	صفحتي	svara alla	الرد على الجميع
mottagare	المُستلم	sök	بحث
notis	إشعار	sökmotor	محرك البحث
nätverk	شبكة	tangentbord	لوحة المفاتيح
papperskorg	سلة المهملات	uppdatering	تحديث
program	برنامج	utkast	مُسوّدة
radera	حذف	vidarebefordra	إعادة إرسال
ringa	يتصل	webbläsare	مُتصفّح
skickat	تم الإرسال	webbsida	صفحة إلكترونية

# تعلم المزيد عن الأدوات الرقمية

تُعدّ القدرة على استخدام الأدوات الرقمية أمراً مهماً للغاية.  
يمكنك تعليم نفسك أو أخذ دورات تعليمية.

امسح رمز الاستجابة السريعة ضوئياً لقراءة المزيد:



ستجد على الصفحة الإلكترونية المزيد من المعلومات  
عن أين يمكنك التوجه لتعلم المزيد.

بالتوفيق! ❤️

# الدعم الرقمي

هل تحتاج مساعدة في استخدام  
الأدوات الرقمية؟  
يوجد العديد من الأماكن التي يمكنك التوجه إليها.

## Welcome House

في Welcome House يمكنك حضور دورة في  
الأدوات الرقمية أو الحصول على الدعم بشأن  
أسئلتك الرقمية.



يقع Welcome House في Medborgarplatsen 25.  
امسح رمز الاستجابة السريعة ضوئياً لزيارة صفحة  
Welcome House الإلكترونية والاطلاع على مواعيد  
العمل الحالية.



## المكتبة

يمكنك في المكتبة استعارة جهاز حاسوب  
والحصول على الدعم في استخدامه.

العثور على أقرب  
مكتبة:



## مكتب خدمات المواطنين

يوجد في مكتب خدمات المواطنين أجهزة  
حاسوب يمكنك استعارتها والحصول على الدعم  
في كيفية استخدامها.

العثور على  
أقرب مكتب  
مواطنين



## Statens Servicecenter

يمكنك في مكتب الخدمات الحصول على المساعدة في  
الخدمات الإلكترونية والمعاملات الرقمية لدى مكتب  
العمل، صندوق التأمينات الاجتماعية، إدارة الهجرة،  
سلطة التقاعد ومصلحة الضرائب.



امسح رمز الاستجابة السريعة ضوئياً واعثر على أقرب مكتب خدمات: