

# برنامج التوجيه الكندي في الخارج

دليل لما قبل  
المغادرة موجه  
إلى الوافدين  
الجدد إلى كندا

دليـل  
المـشـاركـ



Funded by:



Immigration, Refugees  
and Citizenship Canada

Financé par :

Immigration, Réfugiés  
et Citoyenneté Canada



الاتراء المُعرّب عنها في هذا المنشور هي آراء المؤلف ولا تعكس بالضرورة آراء المنظمة الدولية للهجرة. والتسميات المستخدمة وطريقة عرض المواد في كامل المنشور لا تعني التعبير عن أي رأي كان من جانب المنظمة الدولية للهجرة فيما يتعلق بالوضع القانوني أو السلطات في أي بلد أو إقليم أو مدينة، أو منطقة، أو فيما يتعلق بالحدود أو التزوم.

والمنظمة الدولية للهجرة ملتزمة بالمبادئ القائل بأن الهجرة الإنسانية والمنظمة تعود بالنفع على المهاجرين وعلى المجتمع، والمنظمة الدولية للهجرة، بوصفها منظمة حكومية دولية، تعمل مع شركائها في المجتمع الدولي من أجل ما يلي: المساعدة في مواجهة التحديات العملية للهجرة؛ تعزيز فهم قضايا الهجرة؛ تشجيع التنمية الاجتماعية الاقتصادية من خلال الهجرة؛ والحفاظ على كرامة الإنسان ورفاه المهاجرين.

---

لقد تيسّر إعداد هذا المنشور بفضل الدعم المقدم من حكومة كندا، بموجب أحكام اتفاق مساهمتها مع المنظمة الدولية للهجرة. والاتراء المُعرّب عنها هنا لا تعكس بالضرورة وجهات نظر حكومة كندا.

شكراً على المساهمات القيمة للعديد من موظفي الخدمة المدنية في كندا، ومنظمات موظري الخدمات، والخبراء المخواصين، والوافدين الجدد، فضلاً عن العديد من موظفي المنظمة الدولية للهجرة وموظفي برنامج التوجيه الكندي في كندا وخارجها. إن روّيتهم وتقانيهم في تهيئة اللاجئين لإعادة التوطين في كندا إنما هما الأساس الذي يقوم عليه هذا المنشور.

الناشر: المنظمة الدولية للهجرة  
Morillons des route 17  
صندوق البريد 17  
19 جنيف 1211  
سويسرا  
الهاتف: +41 22 717 9111  
الفاكس: +41 22 798 6150  
البريد الإلكتروني: hq@iom.int  
الموقع على الشبكة: www.iom.int

تم إصدار هذا المنشور بدون تعديل رسمي من قبل المنظمة الدولية للهجرة.  
تم إصدار هذا المنشور بدون موافقة وحدة منشورات المنظمة الدولية للهجرة (PUB).

الاقتباس المقترن: المنظمة الدولية للهجرة، دليل المشارك في التوجيه الكندي في الخارج: دليل لما قبل المغادرة موجّه إلى الوافدين الجدد إلى كندا (2020) جنيف.

---

ISBN 978-92-9268-181-4 (طباعة)  
ISBN 978-92-9268-524-9 (PDF)

© IOM 2022



بعض الحقوق محفوظة. تم هذا العمل بموجب ترخيص من  
Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 IGO License (CC BY-NC-ND 3.0 IGO). \*

لمزيد من الموصفات، يرجى الاطلاع على حقوق النشر وشروط الاستخدام.

لا ينبغي استخدام هذا المنشور أو نشره أو إعادة توزيعه لأغراض تهدف في المقام الأول، أو موجهة نحو ميزة تجارية أو تعويض نقدي، باستثناء الأغراض التعليمية، كتضمينها في الكتب المدرسية على سبيل مثال.

التصاريح: يجب تقديم طلبات الاستخدام التجاري أو المزيد من الحقوق والترخيص إلى العنوان التالي: publications@iom.int.

\* <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/igo/legalcode>

# المحتويات

الصفحة i

تعليمات بخصوص استخدام رموز الاستجابة السريعة

الصفحة ii

الرموز

الصفحة iv

الأنشطة

الصفحة 1

1. لمحة عامة عن كندا



الصفحة 35

2. السفر



الصفحة 63

3. الدعم والخدمات



الصفحة 81

4. السكن



الصفحة 93

5. الصحة



الصفحة 107

6. التعليم



الصفحة 123

7. العمل



الصفحة 141

8. الميزانية



الصفحة 159

9. النقل



الغلاف الداخلي الخلفي

مراحل العمليات

## تعليمات بشأن استخدام رموز الاستجابة السريعة



سوف تجد ضمن هذا الدليل، رمزاً من قبيل هذا الرمز لتوجيهك إلى المعلومات الإضافية فيما يتعلق بالموضوعات الهامة. وتسنّى هذه الرموز رموز الاستجابة السريعة. وبإمكانك أن تقرأ الكيفية التي يمكنك بها استخدام الكاميرا على الهاتف الذكي أو اللوحة الإلكترونية للحصول على المعلومات على شبكة الإنترنت برموز الاستجابة السريعة. وسوف تكون بحاجة إلى الاتصال بشبكة الإنترنت لهذا الغرض.

- تأكد من أن جهازك يقرأ رموز الاستجابة السريعة بالكاميرا، أو مما إذا كنت بحاجة إلى تحميل برنامج القراءة رموز الاستجابة السريعة.



- تأكد من أنك موصول بشبكة الإنترنت.



- افتح كاميرا جهازك أو برنامج قراءة رموز الاستجابة السريعة.



- وجه الكاميرا على جهازك نحو رمز الاستجابة السريعة. وتأكد من أن الرمز في وسط الشاشة.



- انتظر مسح الرمز.



- افتح محتويات رمز الاستجابة السريعة للحصول على المزيد من المعلومات.



ترزوّدك رموز الاستجابة السريعة في هذا الدليل بوصلات تربطك بموقع موثوق تتضمن معلومات باللغتين الإنجليزية والفرنسية وبعض اللغات الأخرى. وإذا كنت لا تتحدث هذه اللغات بإمكانك أن تستخدم برنامج ترجمة إلكترونياً لتكوين فكرة حول المعلومات التي تتضمنها المواقع على الشبكة.



في هذا الدليل سترى رموزاً لها معانٍ مختلفة. والرموز مرفقة بشرح موجز. سوف تتعلم المزيد حول هذه الرموز ومعانيها كلما تقدمت في هذا الدليل.



1. حكومة كندا



2. معلومات عن  
كيبيك



3. الشعوب الأصلية في كندا



6. الموقع الجغرافي



5. بلدان أخرى غير كندا



4. كندا أو كندي



9. تنوع الديانات



8. التنوع في الخصائص الجنسية  
والهوية الجنسانية والتعبير  
الجنساني أو الميول الجنسية



7. الأشخاص ذوي  
الإعاقة



12. دعم الاستيطان  
الفوري



11. الدعم المالي



10. المساعدة  
والدعم



14. الجهات الخاصة الراعية لللاجئين



13. المنظمات المملوكة من  
الحكومة



17. الخصوصية والسلامة والأمن



16. القوانين في كندا



15. الحقوق في كندا



20. غير المرغوب فيه أو المرفوض



19. غير المسموح به أو غير القانوني



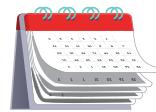
18. ملخص لما هو قانوني أو مسموح به



23. معلومات عامة



22. الحدود الزمنية



21. تقضية الوقت



26. السيرة الذاتية



25. الشهادات أو المؤهلات التعليمية



24. البحث



28. الفرد (بدون تحديد نوع الجنس)



27. الزواج

هناك في هذا الدليل بأكمله، من أوله إلى آخره، أنشطة يجب إتمامها إذ من شأنها أن تساعدك على الاستفادة من معلومات هامة عن الحياة في كندا. والتعليمات مكتوبة في بداية كل نشاط. اقرأ هذه التعليمات بعناية. يعطى جواب على السؤال الأول فيما يتعلق ببعض الأنشطة باللون الأحمر كي يتسمى لك معرفة الطريقة التي يمكن الرد بها على بقية الأسئلة. إذا كان للنشاط أجوبة صحيحة انظر في أسفل الصفحة مفتاح الأجوبة المقدم بالمقلوب.

تشمل أنواع الأنشطة في هذا الدليل ما يلي:

### أ) أنشطة تحديد الموقع

تحديد موقع على الخريطة ووضع علامة "X"

### ب) أنشطة الملائمة

ارسم خطاباً بين الأرقام والحراف.

### ج) أنشطة وضع علامات الاختيار

اقرأ السؤال ثم ضع علامة اختيار "✓" في الخانة.

### د) أنشطة التصنيف

انظر إلى الصور وصنفها برسم رمز في الخانة.

### ه) أنشطة ملء الفراغ

اكتب المعلومات الناقصة على السطور الموفّرة للغرض.

### و) أنشطة الترتيب التسلسلي

اقرأ البيانات ووضع رقمًا في كل خانة لترتيب البيانات من الأول إلى الأخير.

### ز) لوحات القصص المصورة

انظر إلى تسلسل الصور التي تروي قصة.

السؤال الموجه إليك للتفكير أو التأمل تظهر في خانة من هذا القبيل. انظر إلى تسلسل الصور التي تروي قصة.

المعلومات الهامة الواجب تذكّرها تظهر في خانة من هذا القبيل.

ملحوظات:

# الوحدة 1

# لمحة عامة

# عن كندا





# الوحدة 1

# لمحة عامة

# عن كندا



## 1.1 هل كنت تعلم هذه الحقائق عن كندا؟

كندا ثانية أكبر بلد على وجه الأرض وله مناظر طبيعية مختلفة. وبحسب المنطقة توجد جبال شامخة وسهول شاسعة وغابات وبحيرات وأنهار عديدة.



بالنظر إلى ضخامة حجم البلد فإن عدد السكان الذين يعيشون في كندا ضئيل. ويقدر حالياً عدد سكان كندا بـ



اليوم، المجتمع الكندي متعدد من حيث السن والعرق والدين ونوع الجنس والميول الجنسية والقدرات والمركز الاقتصادي.



أصل اسم "كندا" لفظة "Kanata" بلغة Huron-Iroquois (الأمم الأولى). تعني هذه الكلمة المكان الآمن أو القرية أو المستوطنة الآمنة.

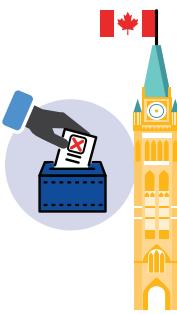


لكندا رئيس وزراء وليس لها رئيس. رئيس الدولة الرمزي هو ملك أو ملكة كندا الذي هو نفس ملك المملكة المتحدة أو نفس مملكتها. الملك أو الملكة ليس له أو لها أي سلطة في الحكم.





كندا بلد ديمقراطي له مجلس عموم مُنتخب ومجلس شيوخ معين.



توجد في كندا أكثر من 200 لغة. وهي تشمل لغات السكان الأصليين، فضلاً عن لغات العديد من المهاجرين الذين استوطناها في كندا.

## 1.2 الشعوب المؤسسة لكندا

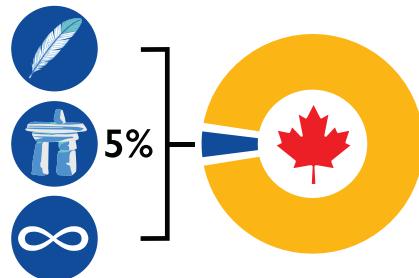


هناك ثلاثة شعوب مؤسسة لكندا: السكان الأصليون والفرنسيون والبريطانيون. غير أن الهجرة قد لعبت أيضاً طوال تاريخ كندا، دوراً حيوياً في بناء المجتمع الكندي.

1. "الشعوب الأصلية" هي أول من عاش على الأرض التي تُعرف الآن بكندا. قد عاشت هناك منذ زمن طويل قبل وصول المستوطنين الأوروبيين. كان لها اقتصادها ولغتها وثقافتها الخاصة.

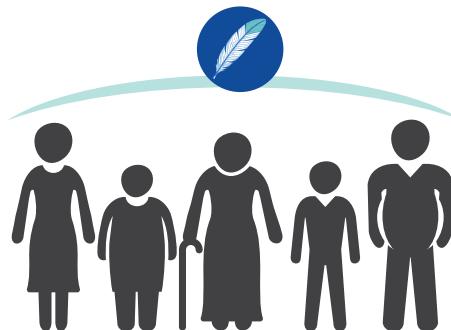


اليوم، قرابة 5 في المائة من سكان كندا من الشعوب الأصلية. هناك ثلاثة مجموعات مختلفة مُعترف بها في كندا.



### أ) الأمم الأولى

هناك مئات من الأمم الأولى المختلفة. وهناك اليوم أكثر من 60 لغة أملأ أولى تحرصن الشعوب الأصلية على إدامة استخدامها. الأمم الأولى تعيش في بلدات ومدن في جميع أنحاء كندا. قرابة نصف الشعوب الأصلية تعيش على أراضٍ مخصصة لاستخدامها الخاص تدعى "مدحبيات". العديد من الأمم الأولى الأخرى تعيش في أمم ذاتية الحكم، تُتخذ فيها القرارات بشأن المسائل المحلية.



## ب) الإينويت

يعيش الإينويت عادة في مجموعات صغيرة على طول منطقة كندا الشمالية الواسعة. تعني كلمة "إينويت" "السكان" بلغة إينويت "Inuktitut". معرفة الإينويت بالأرض والبحر والحياة البرية تمكّنهم من العيش في بيئه القطب الشمالي القاسية. وما زالوا، إلى يومنا هذا، يصيرون ويصطادون من أجل الغذاء، مثل عجل البحر والحوت والأيل للتغذية ذويهم.

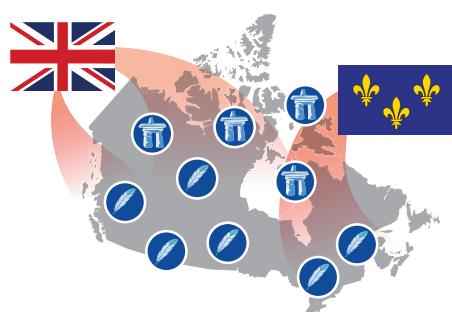


## ج) شعوب الميتي

كانوا في الأصل أطفالاً لتجار الفرو الأوروبيين ونساء الأمم الأولى. أصبحوا أناساً مميزين لهم ثقافاتهم وتقاليدهم في مجتمعاتهم المحلية على امتداد الطرق التجارية. هم اليوم يعيشون في جميع أنحاء كندا، ولا سيما في أونتاريو والمقالعات الغربية.

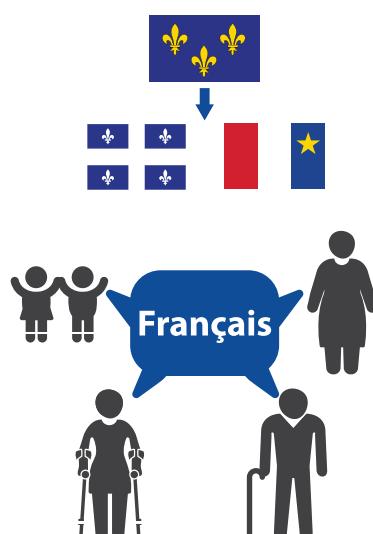


في أوائل القرن السادس عشر بدأ المستوطنون الأوروبيون يعيشون فيما يُعرف الآن بكندا ويقيمون المستوطنات بها. الاستعمار يعني الاستيطان وأمتلك أرض يشغلها بالفعل أناس آخرون. في هذه الحالة استقر المستوطنون الأوروبيون الأصلية.



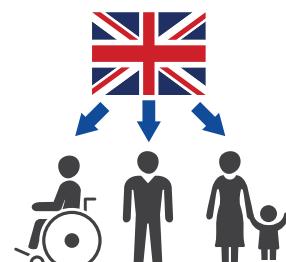
**2.** يشمل "الكنديون الفرنسيون" الأكاديين وأهالي كيبك وغيرهم من المجموعات المحلية الناطقة بالفرنسية في جميع أنحاء كندا.

الأكاديون هم خلف المستوطنين الفرنسيين في المنطقة التي هي الآن منطقة المحيط الأطلسي. والثقافة الأكاديةأخذة التي في الازدهار وهي جزء من كندا الناطقة بالفرنسية.



الكيبيكيون هم سكان كيبك. العديد منهم يتحدثون الفرنسية وهم منحدرون من أصول المستوطنين الفرنسيين الذين وفدو إلى كندا في الفترة ما بين 1600 و 1700 (بالتقويم الميلادي). وللكيبيكيين هوية ثقافة ولغة وحيدة فريدة من نوعها. اليوم يعيش قرابة مليون ساكن من الناطقين بالفرنسية بمقاطعات غير كيبك.

**3.** الكنديون الانجليز هم أحفاد الانجليز المستوطنين من ويلز واسكتلندا وأيرلندا الذين وفدو إلى كندا في الفترة ما بين 1600 و 1900 بالتقويم الميلادي.





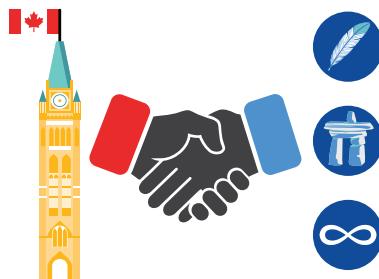
كان العديد من السكان الأصليين يرحبون بال الأوروبيين وتأجروا معهم بطريقة مساملة. والأمم الأصلية لقنت الأوروبيين المهارات التي يحتاجونها من أجل تأمين ما يحتاجونه للبقاء في شتاء كندا القاسي.



المعاهدات اتفاقيات مبرمة بين السكان الأصليين وحكومة كندا. قد تخلى البعض من الأمم الأولى عن مساحات من الأرض مقابل وعد بتشييد مدارس ودفعات سنوية وحقوق معينة للصيد وصيد السمك. السكان الأصليون والحكومة لم يفهموا ويفسروا في جميع الأحوال المعاهدات بنفس الطريقة. تجربة كندا في الوفاء بوعودها تجاه السكان الأصليين مثيرة للجدل إلى يومنا هذا. تعلم المزيد عن تاريخ الشعوب الأصلية في كندا سيساعدك على فهمها اليوم بشكل أفضل.



كندا متعهدة بتعزيز العلاقة مع السكان الأصليين على أساس الاعتراف بهم والاحترام والتعاون والشراكة.



يعترف القانون الكندي بحقوق الشعوب الأصلية. من بين هذه الحقوق ما يلي:



#### 2. حقوق الصيد وصيد الأسماك



#### 1. الحقوق المحفوظة بموجب معاهدات

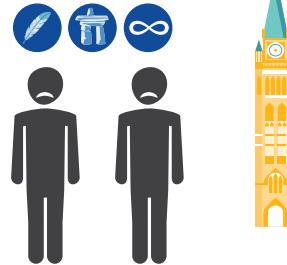
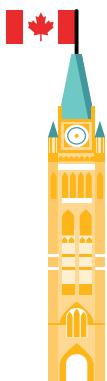


#### 4. الحق في الحكم الذاتي



#### 3. الحقوق ذات الصلة بالأرض

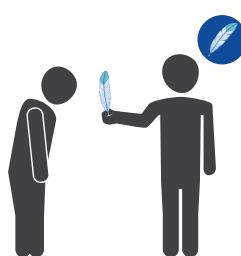
مع الأسف لم تُحترم حكومة كندا في جميع الأحوال حقوق الشعوب الأصلية.



في عام 2008 أنشأت الحكومة لجنة الحقيقة والمصالحة. أصدرت هذه اللجنة تقريراً عن سبل التعايش وإقامة علاقات قائمة على الاحترام بين الشعوب الأصلية والحكومة وجميع الكنديين. هو ما يُعرف بـ "المصالحة" وهو عملية مستمرة ومتواصلة.

يلعب كل فرد في كندا دوراً في المصالحة مع الشعوب الأصلية.

تعليمات: اقرأ الإجراءات الموصى بها من أجل المصالحة. ضع علامة "✓" في خانة الإجراءات التي ستُقدم عليها عندما تحل بكندا.



2. احترام الشعوب الأصلية وتقاليدها



1. تعلم المزيد بخصوص الشعوب الأصلية



4. المشاركة في تظاهرات السكان الأصليين المحلية



3. دعم الفنانين وأصحاب المشاريع من السكان الأصليين

تعليمات: انظر إلى خريطة كندا. إذا كنت تعرف المكان الذي ستعيش فيه، وقم بوضع علامة "X".



اللغتان الإنجليزية والفرنسية هما لغتا كندا الرسميتان. بموجب القانون يتعين على الحكومة الفيدرالية توفير الخدمات في جميع أنحاء كندا باللغتين الإنجليزية والفرنسية. كيبيك مقاطعة ناطقة بالفرنسية رسمياً. ولغتا نيو برونزويك (New Brunswick) الرسميتان هما الفرنسية والإنجليزية. أغلبية السكان في المقاطعات والأقاليم الأخرى تتحدث الإنجليزية لكن هناك مجموعات ناطقة بالفرنسية في جميع أنحاء كندا.



للمزيد من المعلومات عن المجموعات المحلية الناطقة باللغة الفرنسية في كندا، انظر الخريطة التفاعلية الخاصة بالمجموعات المحلية الناطقة بالفرنسية (Carte interactive sur les collectivités francophones) هنا:

## رموز كندا 1.4



تعليمات: ألق نظرة على رموز كندا. ارسم خطأً بين الرمز ووصفه.

(أ) يستخدم في عالم شعوب الميتي  
وهو يعني أن ثقافة السكان  
الأصليين والثقافة الأوروبية متقاربتان  
وأن شعوب الميتي سوف يعيشون  
إلى الأبد.

(ب) مستمدّة من شجرة شائعة في كندا.  
وهذه الشجرة تُنتج شرابة حلواً وأوراقاً  
تتغير ألوانها. وهي تظهر على علم  
كندا.

(ج) رمز مقدّس لدى الأمم الأولى يرمز  
إلى الارتباط بالخلق. وهو يستخدم  
في الطقوس والاحتفالات الدينية.

(د) رمز لذكر الجنود الذين حاربوا وماتوا  
دفاعاً عن حرية كندا.

(هـ) تجارة فرو القنديس هامة بالنسبة  
للاقتصاد كندا منذ زمن بعيد.

(و) هيكل حجري للإينويت يستخدم  
للتواصل. وهو أداة من أجل البقاء  
في القطب الشمالي أو معلم  
روحاني.

1.



ريشة الصقر

2.



إنوكسوك  
(Inuksuk)

3.



رمز اللانهاية

4.



ورقة شجرة القيقب

5.



القنديس

6.



الخشخاش



تعليمات: اقرأ عن الفصول الأربع في كندا وكيف أن الطقس يتغير في كل فصل من الفصول.





## 1.6 الأنشطة لكل فصل من الفصول

هناك أنشطة عديدة يستمتع بها السكان في كندا خلال كل فصل من الفصول.

تعليمات: انظر إلى الأنشطة الموسمية. ارسم خطأً بين النشاط وموسمه.





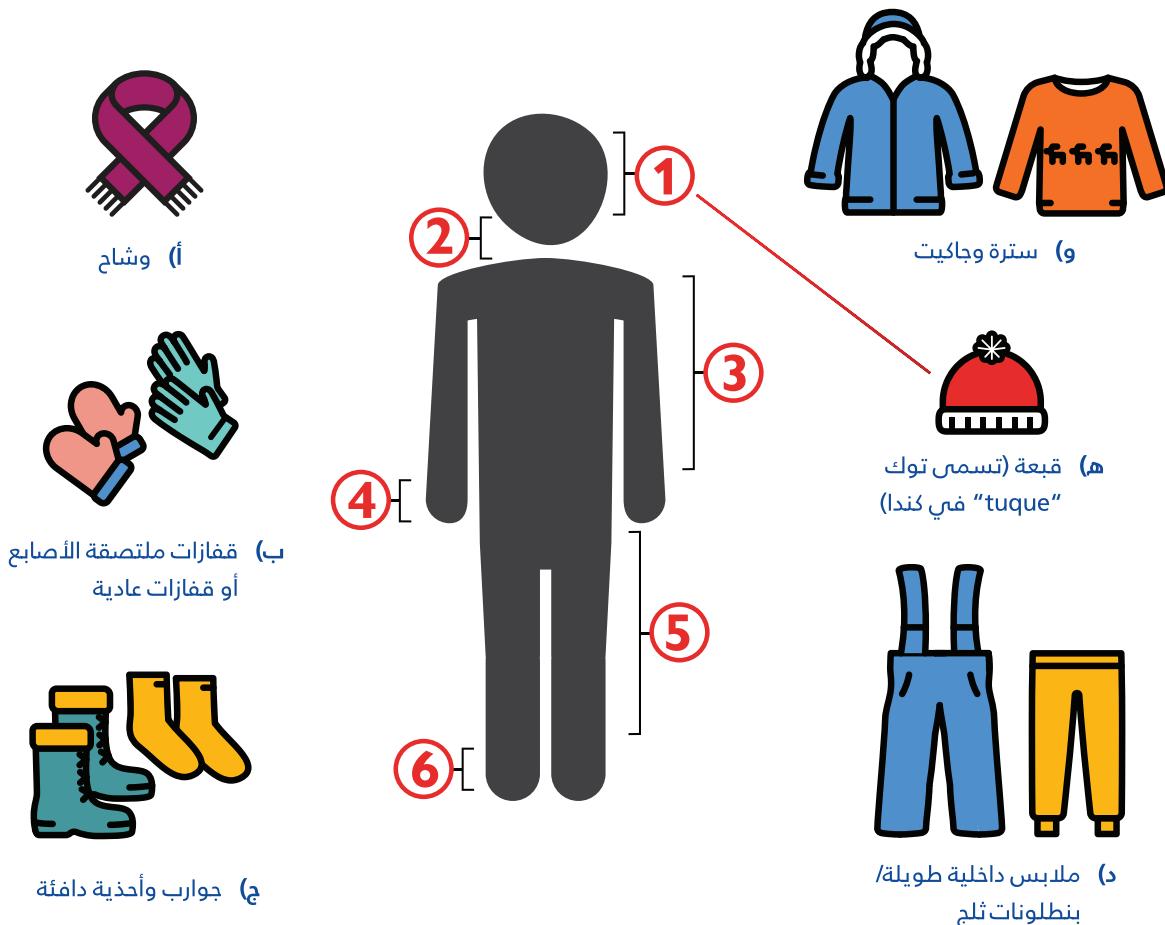
لقد لعبت اكتشافات عديدة من السكان الأصليين دوراً هاماً في بدايات تاريخ كندا. ما زالت هذه الاكتشافات تمثل أنشطة خارجية هامة في الهواء الطلق يسْتَمْتَعُ بها السكان في كندا خلال الفصول الأربع.



## 1.7 هل أنت مستعد لمواجهة فصل الشتاء؟

شتاء كندا يمكن أن يكون صدمة بالنسبة للوافدين الجدد الذين قد لا يكونون معتادين على درجات الحرارة الباردة أو الباردة للغاية. فرياح طفيفة يمكن أن تجعل من درجات الحرارة أكثر برودة بكثير. توقياً للبرد في الشتاء عليك أن ترتدي طبقات عدّة من الملابس.

**تعليمات:** انظر إلى مختلف أجزاء الجسم المهددة بالخطر بسبب البرد. أرسم خطأً بين كل جزء من الجسم والملابس التي تحمي.



الناس في كندا ناشطون طوال السنة ويستمتعون بالعديد من الأنشطة في الهواء الطلق في كل فصل من الفصول. وارتداء الملابس الازمة أساسياً.

## وجوه كندية 1.8



تعليمات: انظر إلى الأشخاص. ضع علامة "✓" في خانة الأشخاص الذين تعتقد أنهم كنديون



.4



.3



.2



.1



.8



.7



.6



.5



.12



.11



.10



.9

(A) 12 ; (A) 11 ; (A) 10 ; (A) 9 ; (A) 8 ; (A) 7 ; (A) 6 ; (A) 5 ; (A) 4 ; (A) 3 ; (A) 2 ; (A) 1 ; (A) 9 ; (A) 11



يحمل الوافدون الجدد معهم مهاراتهم إلى كندا، ومشاركتهم في المجتمع تساهمن في نجاح كندا. فهم يعملون ويدفعون الضرائب ويقيّمون صداقات ويشاركون في مجتمعاتهم المحلية.

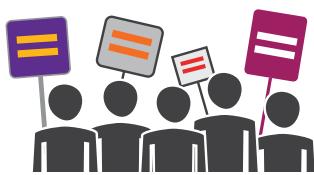


شخص من أصل كل خمسة أشخاص في البلاد مولود خارج كندا.



يُنتظر من السكان في كندا التحلي بالتسامح والاحترام تجاه جميع الأشخاص بصرف النظر عن سنهما أو نوع جنسهما أو عرقهما أو حالتهم الاجتماعية أو مركزهما من حيث الزواج/الأسرة، ولغتهما ودينهما وجنسيةهما ووضعهما كمهاجرين وميلولهما الجنسية وقدرتهم أو عجزهما.

يمكن أن يتم ذلك من خلال ما يلي:



3. تشجيع المعاملة المنصفة لجميع الأشخاص دون استثناء



2. احترام حق جميع الأشخاص في العيش كما يحلو لهم، حتى وإن كان ذلك يختلف عن طريقة عيشك



1. التزام الاحترام في العبارات التي تتفوه بها وكيفية تصرفك

التحلي بالانفتاح والمرونة والتسامح تجاه الاختلافات سيساعدك على التأقلم مع الحياة في كندا.





## 1.9 التنوع

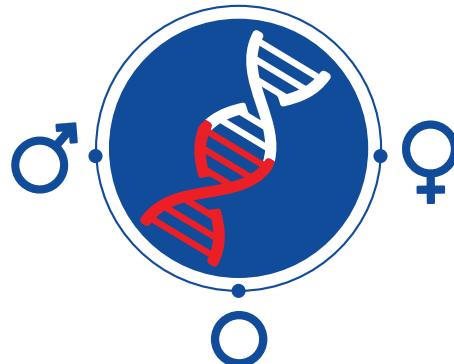


كندا بلد يثمن التنوع ويحترمه. وقوانين كندا تنطبق على الجميع بالتساوي. اقرأ عن التنوع الموجود في كندا على صفحات الدليل التالية.

**تعليمات:** اقرأ عن التنوع في الخصائص الجنسية المميزة للهوية الجنسانية والتعبير الجنسي والميول الجنسية والحقوق في كندا.

### 1. الخصائص الجنسية المميزة

عندما يولد المرء يُسند إليه عادة نوع جنس على أساس سمات بيولوجية. عادة ما يُعلن الطبيب أو الوالدان أننا ذكر ♂ أو أنثى ♀ على أساس مظهرنا وكيفية تكوين أجسادنا. بعض الأشخاص يولدون بشكل طبيعي بمزيج من بيولوجيا الذكر والأنثى O. لنا جميعاً خصائص جنسية مميزة. فكر في خصائصك الجنسية المميزة.



### 2. الهوية الجنسانية

إحساسنا الشخصي بأننا أنثى ♀ أو ذكر ♂ أو نحمل صفات كلا الجنسين ♂♀ أو إحساسنا بأننا لا نحمل صفات أي جنس. فهو يتنا الجنسانية قد تكون هي نفس هوية الجنس الذي أُسند إلينا عندما ولدنا أو يمكن أن يختلف عن ذلك. ولنا جميعاً هوية جنسانية. ولأن أحد يمكن أن يقول ما هي هويتنا الجنسانية، نحن الوحيدون المدركون ذلك. وفهمنا لنوع جنسنا قد يتغير. فكر في فهمك لنوع جنسك.



### 3. التعبير الجنسي

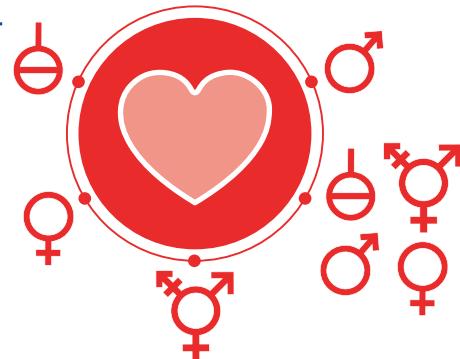
كيفية التعبير عن هويتنا الجنسانية أو تقديمها وتعبيرنا الجنسي يمكن أن يكون مذكراً ♂ أو مؤنثاً ♀ أو مزيجاً من الاثنين ♂♀ أو شيئاً آخر. والتعبير الجنسي يمكن أن يشمل خياراتنا فيما بملابس وتسريحة الشعر وطريقة التجميل ولغة الجسد والصوت والسلوك. والاسم الذي نستعمله واللقب طريقة شائعة للتعبير عن نوع جنسنا. والطريقة التي نعبر بها عن نوع جنسنا يمكن أن تتغير. ونحن جميعاً نعرب عن انتمائنا الجنسي بطرق مختلفة. فكر في الطريقة التي تعبّر بها عن هويتك الجنسانية.





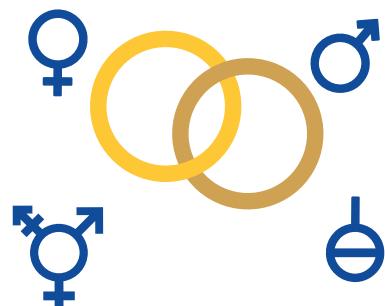
#### ٤. الميول الجنسية

إنجذابنا الجنسي والرومانسي والعاطفي إلى شخص آخر، يمكن أن ننجذب إلى شخص من جنس مختلف أو شخص من نفس الجنس أو إلى أكثر من نوع جنس واحد أو لا ننجذب إلى أي جنس على الإطلاق. لنا جميعاً ميول جنسية. فهمنا لميولنا الجنسية يمكن أن يتغير. فكّر في من تشعر بالانجذاب إليه.



القانون بكندا يحمي الأشخاص من المعاملة بشكل غير منصف بسبب غرائزهم الجنسية المميزة و هويتهم الجنسانية و تعبيرهم الجنسي و ميولهم الجنسي.

أ) الزواج حق للجميع، بمن في ذلك الأشخاص من جنس مختلف أو أشخاص من نفس الجنس.



ب) إذا شعر شخص ما بأن هويته الجنسانية مختلفة عن الجنس الذي أُسند إليه عند الولادة بإمكانه أن يغيّر نوع جنسه بشكل قانوني. وجوازات السفر ووثائق الهوية الكندية تسمح للأشخاص بالاختيار بين "ذكر" أو "أنثى" أو "جنس آخر" (X).



ج) في كندا يحق للناس التعبير عن ميولهم الجنسي و هويتهم الجنسانية و تعبيرهم الجنسي بالطريقة التي يختارونها.



الأشخاص من هويات جنسانية مختلفة يعيشون في كندا منذ فترة ما قبل وصول المستوطنين الأوروبيين. اليوم يعرّف بعض السكان الأصليين الذين لهم هوية جنسانية غير الذكر أو الأنثى بأنهم "ثنائيو الروح". ثنائية الروح لها أيضاً معنى روحي بالنسبة لبعض السكان الأصليين.





## الأشخاص ذوي الإعاقة في كندا

الأشخاص ذوي الإعاقة يعانون من تحديات وقصور في النشاط وقيود تمنعهم من المشاركة. بعض التحديات ظاهرة وبعضها الآخر غير ظاهر. الشخص يمكن أن يولد بعجز أو يمكن أن يصاب بعجز بسبب إصابة أو مرض أو بسبب الشيخوخة.



واحد من أصل كل خمسة أشخاص في كندا يعاني من إعاقة واحدة على الأقل.



الأشخاص ذوي الإعاقة لهم الحق في التمتع بنفس الجودة في جميع مناحي حياتهم كأي شخص آخر في كندا. فإذا كنت أنت أو أحد أفراد عائلتك مصاباً بإعاقة، عليك أن تمارس حقوقك وتُبلغ احتياجاتك إلى الأشخاص القائمين على مساعدتك.

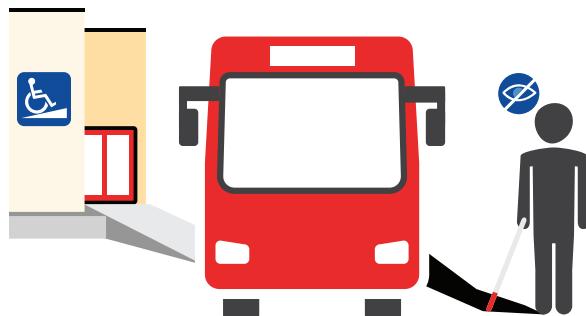


في كندا تعمل محلات التجارية والمدارس والمنظمات والمجتمعات المحلية على تلبية احتياجات الأشخاص ذوي الإعاقة.

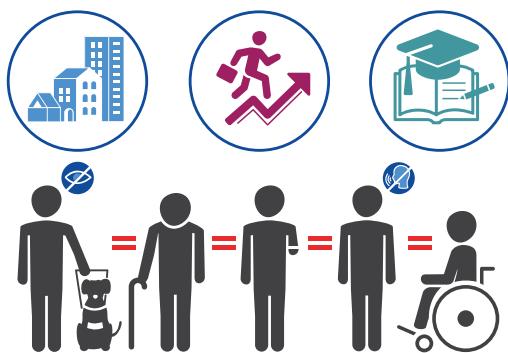




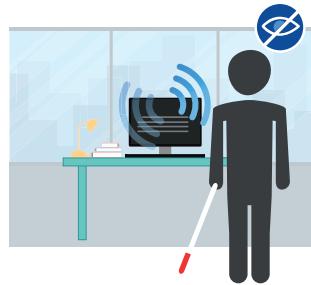
2. توفير منح دراسية أو دعم مالي لمساعدة الأشخاص ذوي الإعاقة في جميع مراحل التعليم



1. توفير أماكن عامة ووسائل نقل عمومي يمكن للأشخاص ذوي الإعاقة الوصول إليها بسهولة



4. رفض المعاملة غير المتساوية للأشخاص ذوي الإعاقة في مجالات العمل والتعليم والسكن وغير ذلك من نواحي الحياة اليومية



3. إدخال تعديلات على أماكن العمل لكي يتسعى للأشخاص ذوي الإعاقة العمل بها



هناك خدمات يمكن أن تساعدك على تحمل تكلفة رعاية نفسك بنفسك أو فرد من أفراد أسرتك مصاب بإعاقة. للمزيد من المعلومات اسأل منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك.

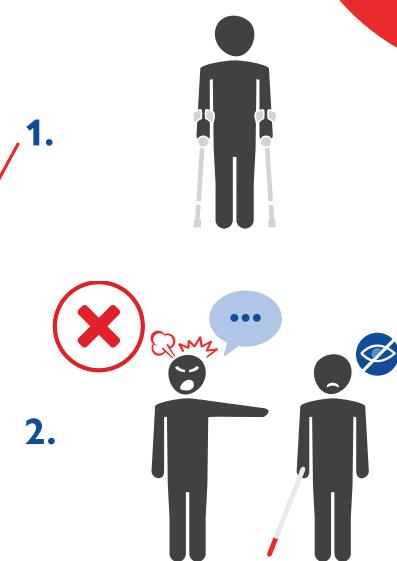




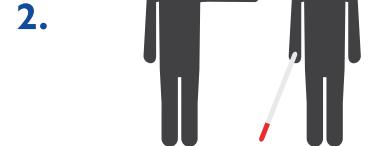
## 1.11 التفاعل مع الأشخاص المصابين بإعاقة في كندا

تعليمات: انظر إلى مشاهد الأشخاص ذوي الإعاقة. ارسم خطأً بين كل مشهد ووصفه

- أ) تحدث مباشرة إلى الشخص المصاب بإعاقة وليس إلى الشخص الذي يساعدة.



- ب) لا تفترض أن الشخص ذو الإعاقة لا يمكن أن يفعل أي شيء



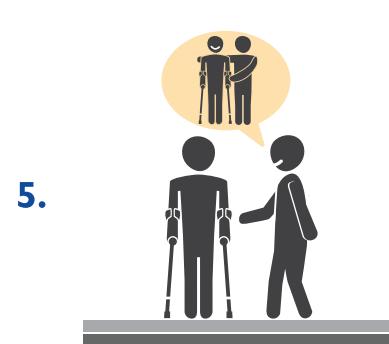
- ج) انظر إلى الشخص وليس إلى الإعاقة.



- د) لا تلامس شخصاً مصاباً بإعاقة أو معداته دون إذنه.



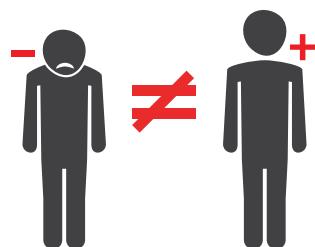
- هـ) اسأل عما إذا كان شخص مصاب بإعاقة يحتاج إلى مساعدة عوضاً عن مساعدته دون طلب منه



- و) لا تسمي شخصاً مصاباً بإعاقة "شخصاً غير طبيعي".

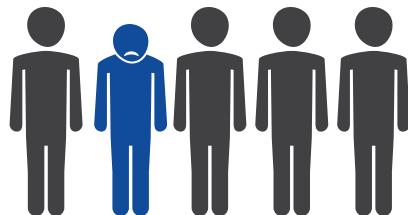


## 1.12 التمييز في كندا



التمييز يمنع الأشخاص من فعل أشياء بإمكان الآخرين فعلها بكل حرية. والتمييز ضد شخص ما يعني معاملته بطريقة غير متساوية مع غيره من الأشخاص وبطريقة سلبية.

الناس في كندا يعترفون بأن التمييز موجود. على الرغم من أن كندا مجتمع متعدد الثقافات ومنفتح على الآخرين فإن شخصاً من أصل خمسة أشخاص في كندا قد عاش تمييزاً في حياته.

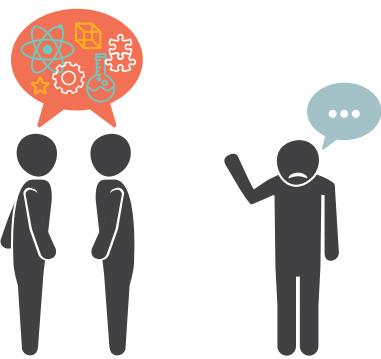


يمكن أن يتزدّر التمييز أشكالاً مختلفة. أحياناً التمييز من السهل كشفه، وفي بعض الأحيان الأخرى يكون أكثر خفاءً.

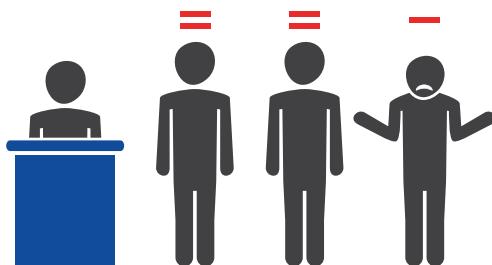
التمييز يمكن أن يتزدّر شكل تجارب يومية تشمل الإهانات أو الشتائم. من بعض هذه الإهانات ما يلي:



2. معاملة الشخص كشخص مشبوه



1. معاملة الشخص على أنه عديم الذكاء



4. مخاطبة الشخص الخطأ على أنه عامل خدمات



3. مخاطبة الشخص الخطأ على أنه عامل خدمات



تحظر القوانين الكندية معاملة الآخرين معاملة سيئة أو بشكل غير منصف بسبب هويتهم.





تعليمات: انظر إلى أمثلة التمييز في كندا. ضع سطراً بين كل مثال ونوع التمييز الذي يقابلة.



أ) التمييز على أساس الإعاقة



"من أى بلد أنت؟ عُد إلى بلدك!"



ب) التمييز على أساس الجنسية



"فريقي لا يسمح لللاعبين بتغطية رؤوسهم. لا يمكنك أن تلعب في الفريق."



ج) التمييز على أساس الدين



"المصعد معطل"



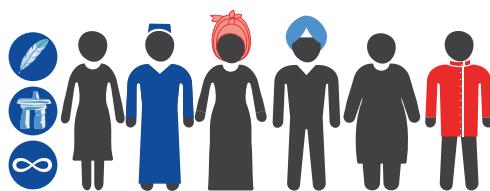
د) التمييز على أساس الهوية الجنسانية



هـ) التمييز على أساس نوع الجنس



وـ) التمييز على أساس الهوية الجنسانية



زـ) التمييز على أساس العرق



"ـجَلَانْ يَمْسَكُنْ  
الْأَيْدِي عَلَنَا! قَلْةٌ حِيَاءٌ!"



"ـلَا يَمْكُنْ لِإِنْهَارَةِ أَنْ  
تَقْوِيمُ بِهَذَا الْعَمَلِ.".



"ـالْأَشْخَاصُ مُثْلِكُ لَـ  
يُمْكِنُ أَنْ يَشْتَرُوا بِضَائِعَـ  
هَنَـا!"



"ـإِذَا اسْتَمْرَ اِنْتِقَالُ أَشْخَاصٍ  
مُثْلِهِمْ لِلْاسْتِقْرَارِ فِي هَذَا  
الْحَيِّ سِيَصْبَحُ الْحَيِّ غَيْرَ آمِنٍ."



## 1.13 التعامل مع التمييز في كندا

في كندا لك الحق في أن تطعن بكل احترام في الإجراءات أو الممارسات التي تشعر أنها تمييزية.

تعليمات: انظر إلى التوصيات حول كيفية التعامل مع التمييز في كندا. ضع علامة "✓" في خانة الإجراءات التي قد تتخذها عندما تكون في كندا.



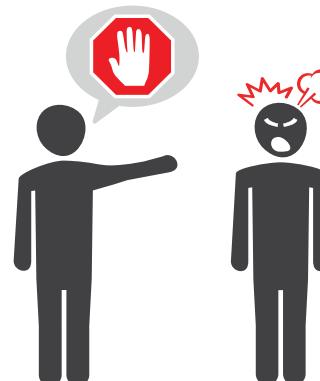
2. تحدث إلى شخص تثق به



1. فكر في نقاط قوتك



4. اكتب تفاصيل ما الذي حدث والأسماء والتاريخ والتوقيت والأماكن. وسيوضح ذلك ما إذا كان هناك نمط سلوك تميزي ممنهج.



3. اطلب من الشخص، إذا أمكن، الكف عن ذلك.



6. بإمكانك الاتصال برقم هاتف الشرطة المحلية لغير حالات الطوارئ من أجل طلب الإرشاد.

5. طلب المساعدة من خبير متخصص في الرعاية الصحية العقلية.



8. إذا كنت في خطر اتصل بالرقم 911



7. إذا تم التحرش في مكان العمل تأكد مما إذا كان لصاحب العمل سياسة مضادة للتحرش وأتبع التعليمات.

التمييز يؤدي أحياناً إلى العنف. أفعال التمييز العنيفة غير شائعة في كندا. هذا النوع من العنف يعتبر انتهاك جسيم للقانون.



## 1.14 الأشياء التي يفعلها الناس في كندا



سترى بعض الأشخاص في الأماكن العامة في كندا و هم يتصرفون بطرق قد تكون مختلفة عن الكيفية التي تتصرف بها أو يتصرف بها أشخاص تعرفهم.

تعليمات: انظر إلى التصرفات العادمة الشائعة في كندا. ضع علامة "✓" في خانة السلوك الذي هو جديد بالنسبة لك.



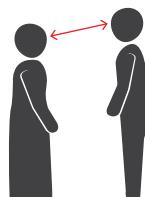
2. شخصان يقبل أحدهما الآخر (بمن في ذلك شخصان من نفس الجنس)



1. الوقوف في الصف



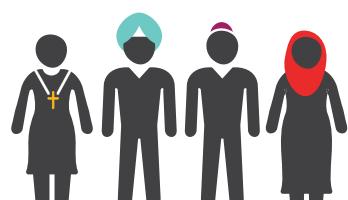
4. الابتسام للغرباء أو تحيتهم



3. التواصل البصري



6. ارتداء بناطيل قصيرة وقمصان بدون أكمام



5. ارتداء ملابس دينية وحمل رموز دينية



8. استخدام مزيل الروائح تحت الإبط



7. الإرضاع في العلن



في كندا يعتبر إلقاء الأوساخ والبصاق والتبول والسعال والعطس بدون تغطية الفم أموراً غير مقبولة في الأماكن العامة.



## 1.15 القوانين في كندا

هناك ثلاثة مستويات من القوانين في كندا.



### 3. القوانين البلدية

هذه القوانين تنطبق في بلدة أو مدينة معينة. تشمل هذه القوانين: القوانين بشأن الضجيج أو التدخين أو إلقاء الأوساخ أو ركن السيارة.

### 2. قوانين المقاطعات والإقليم

هذه القوانين تختلف من مقاطعة لأخرى أو من إقليم لآخر. من أمثلة ذلك السكن والصحة والتعليم والأسرة.

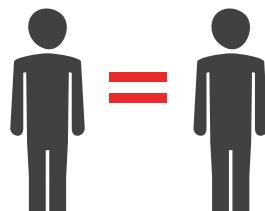
### 1. القوانين الفدرالية

هذه القوانين تنطبق على كل شخص يعيش في كندا. من أمثلة ذلك القوانين المتعلقة بالهجرة والقوانين المتعلقة بالضريبة على الدخل.

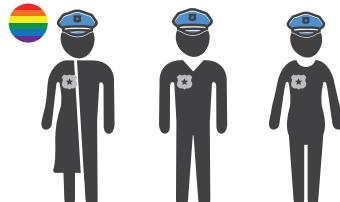
أ) بموجب القانون الكندي يعتبر الشخص بريئاً إلى أن ثبتت إدانته.



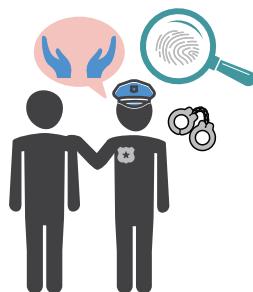
ب) الشرطة في كندا ملزمة بمعاملة الجميع نفس المعاملة. بإمكانها أن تساعد في أية حالة طارئة.



ج) هناك موظفو شرطة من جميع أنواع الجنس.



د) تعمل الشرطة على السهر على سلامة المجتمعات المحلية والتحقيق في الجرائم ومساعدة ضحايا الجريمة. بإمكان الشرطة توقيف الأشخاص وتوجيه التهم إليهم بموجب القانون.



أنت مسؤول عن معرفة وفهم القوانين والتبعات التي تنتج عن انتهائك لها.



## 1.16 ما هو مخالف للقانون في كندا



تعليمات: انظر إلى الأفعال غير القانونية في كندا، وضع علامة "＄" في الخانة عندما تكون العاقبة غرامة. وضع علامة "III" في الخانة إذا كانت العقوبة السجن لمدة معينة.

1. حمل سلاح ناري بدون ترخيص



2. القيادة بدون ربط حزام الأمان



3. التدخين في الأماكن العامة



4. القيادة بدون تركيز



5. صيد السمك أو الصيد بدون رخصة



6. الملامسات أو الملاحظات الجنسية غير المرغوب فيها



7. الإيذاء الجسدي لشخص آخر، بمن في ذلك فرد من أفراد الأسرة





8. رشوة موظف عمومي



9. بيع أو استخدام أو نقل مخدرات غير مشروعة



10. الزواج من أكثر من شخص واحد في نفس الوقت



11. أخذ أو تقاسم أو امتلاك صور لأطفال عراة



12. قيادة سيارة تحت تأثير مواد مخدرة (مخدرات، كحول، عقاقير)



13. إكراه الغير على الزواج



14. ممارسة الجنس مع أطفال



15. ختان الإناث



.....  
من بين القوانين التالية ما هي قوانين كندا التي هي جديدة بالنسبة لك؟





## 1.17 ما هو قانوني في كندا



قد تكون للناس في كندا حقوق تختلف عن الحقوق الموجودة في البلد الذي عشت فيه. لا ينتظر منك أن تفعل هذه الأشياء وتمارس هذه الحقوق أو توافق عليها لمجرد أنك تعيش في كندا. لكن يُنتظر منك أن تحترم كون الأشخاص لهم الحق في فعل هذه الأشياء وممارسة هذه الحقوق حتى وإن لم تكن موافقاً عليها.

1. اتخاذ قرار بشأن من ومتى تتزوج إذا كنت تبلغ من العمر أكثر من 18 عاماً، بما في ذلك الزواج من شخص من نفس الجنس.



2. إنتهاء حالة حمل (إجهاض)



3. تعاطي منتجات القنب (الكبار فقط)



4. تناول الكحول (الكبار فقط)



5. طلب مساعدة طبيب لتعجيل الوفاة إذا كان شخص ما مصاباً بمرض عضال سيؤدي بحياته في نهاية المطاف (الموت بمساعدة طبيب)





٦. الاحتجاج السلمي ضد الحكومة



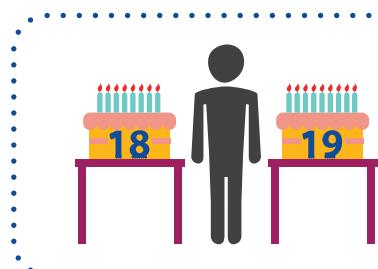
٧. إنجاب أو تبني الأطفال، بما في ذلك  
بالنسبة للأشخاص غير المتزوجين أو  
الأزواج من نفس الجنس



٨. إحياء شعائر أي دين أو عدم إحياء أية  
شعائر على الإطلاق



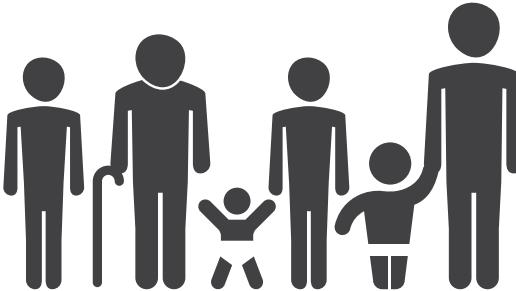
٩. تغيير نوع الجنس بشكل قانوني  
(ذكر ♂ ، أنثى ♀ ، نوع جنس آخر ✕)



السن التي يُعتبر فيها شخص ما بالغًا في  
كندا هي 18 أو 19 عاماً. وسن البلوغ يختلف  
من مقاطعة لأخرى ومن إقليم لآخر



## 1.18 ديناميكيّة الأسرة



في كندا قد تبدو الأسر مختلفة عن الأسر في البلد الذي كنت تعيش فيه. مسؤوليات كل فرد من أفراد الأسرة تختلف في كل أسرة.

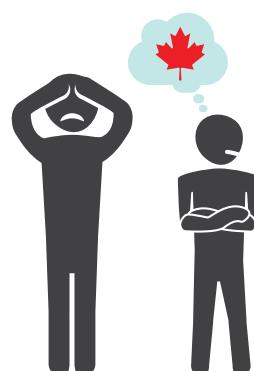
- الانتقال إلى بلد جديد يؤثر في الأسر لأن مسؤوليات الأفراد غالباً ما تتغير. هذه التغييرات يمكن أن تكون مصدر إجهاد.



- هناك طرق صحيحة وسليمة للتعامل مع هذه التغييرات كالتحادث مع أفراد الأسرة الذين يواجهون صعوبات ودعم هؤلاء الأفراد.



- بعض أولياء الوافدين الجدد يرون أن العيش في كندا تحدي. فأطفالهم يتأنقلمون مع الثقافة الجديدة بأسرع من تأقلمهم هم معها. والأهل قد لا يتفقون مع البعض من الأمور التي يفعلها أطفالهم كاللباس أو طريقة الحديث أو التصرف.



حتى في ظل الضغوطات من الأهمية بمكان تذكر أن العنف العائلي غير قانوني في كندا. للمزيد من المعلومات اقرأ ما يلي:





(أ) إهمال احتياجات الطفل أو المسن

1.



ب) مراقبة الوثائق أو إساءة استعمال  
أموال أفراد الأسرة الآخرين

2.



ج) ضرب أحد أفراد الأسرة

3.



د) قتل فرد من أفراد الأسرة دفاعاً عن  
شرف العائلة

4.



هـ) الإيذاء اللفظي وأو العاطفي

5.



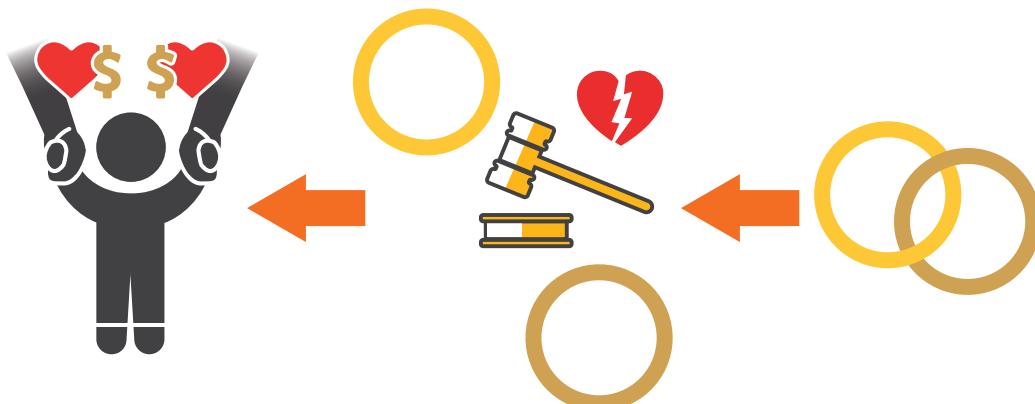
و) إرغام فرد من أفراد الأسرة على  
القيام بأفعال جنسية

6.





إذا لم يعد شخصاً ما يرغب في مواصلة العلاقة الزوجية، بإمكان أي من الزوجين طلب الطلاق. وفي كندا لا يجوز إلا للمحكمة أن تمنح الطلاق. والوالدان، متى حصل على الطلاق لا بد لهما من دعم أطفالهما مالياً والتوصيل إلى اتفاق بخصوص رعايتهم.



أنت لست مضطراً إلى الإبقاء على علاقة تعسفية قائمة على الإيذاء للاحتفاظ بوضعك كمهاجر في كندا. كما أنك لست ملزماً بالعيش مع من يرعاك (بمن في ذلك زوج أو زوجة أو شريك) للاحتفاظ بوضعك كمقيم دائم.

إذا تعرضت للتهديد أو الإيذاء بأي طريقة من الطرق أو إذا كنت فاراً من العنف بإمكانك:

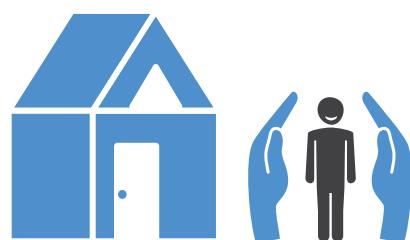
1. الاتصال بالرقم 911 للتنبيه بالشرطة في حالة طارئة.

2. الاتصال بالرقم 211 أو زيارة الموقع 211.ca للتواصل بالخدمات الاجتماعية والصحية.

3. العثور على مأوى على الموقع [www.sheltersafe.ca](http://www.sheltersafe.ca).



4. مخاطبة مستشار وطلب المشورة.





## 1.19 تأديب الأطفال في كندا

القوانين في كندا تحمي الأطفال من الإهمال والإيذاء. كل إنسان مسؤول عن الإبلاغ عن الاعتداء على الطفل. الدعم متاح للأسر لحماية الأطفال والحفاظ على وحدة الأسرة. غير أن القانون يسمح للحكومة بإخراج الأطفال من بيئه أسرية غير آمنة.

الطرق التالية لتأديب الأطفال غير مقبولة في كندا:



2. التهديد بالإيذاء أو القتل



1. الصفع أو اللكم أو الضرب أو الركل



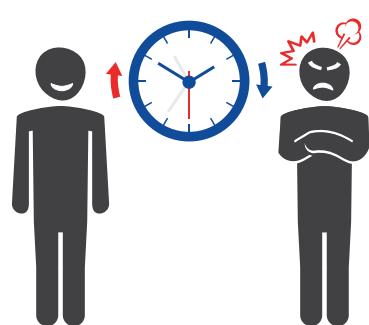
4. الإهمال والحرمان من العطف والحنان



3. الحرمان من الطعام أو من الاحتياجات الأساسية



2. تذكر الاختلافات بين الأطفال والكبار من حيث النضج والسن والمعرفة والقدرة والتجربة.



1. خذ وقتك لاسترجاع هدوئك عندما تشعر بالعصبية



4. وجّه انتباه الطفل إلى نشاط مختلف.



3. أعطِ الطفل فرصة للانفراد مع نفسه لبعض دقائق حتى يهدأ قليلاً.



6. وضح للطفل عواقب السلوك الغير مقبول.



5. كافئِ الطفل على حسن السلوك.



8. تحدث إلى مستشار حول طرق التأديب الأخرى.



7. حاول الاتصال بأولياء الأمور آخرين عندما تواجه صعوبات.



9. الجاً إلى الحرمان من المكافآت و/ أو وضع حدود واضحة.



ما هي طرق التأديب المشار إليها أعلاه التي يمكن أن تكون فعالة في أسرتك؟

# الوحدة 2

# السفر



# الوحدة 2 السفر



## 2.1 إعادة التوطين: الآمال والمخاوف

تعرف على شخصين على أبواب التوطين في كندا. لقد سئلاً عن الطريقة التي ستتغير بها حياتهما في رأيهما عند الانتقال إلى كندا. قد أعرب كل منهما عن آمال ومخاوف بخصوص حياتهما الجديدة في كندا.

تعليمات: اقرأ القصتين. ضع علامة "✓" في خانة الآمال والمخاوف التي تساورك بخصوص العيش في كندا.



### 1. تعرف على

هذا الشخص يبلغ من العمر 24 عاماً. لقد فرّ من بلاده قبل أن يتمكن من إتمام دراسته. ولقد بقى طوال الأعوام الثلاثة الماضية يعيش بمفرده خارج بلاده كلاجئ، عندما قُبِل لإعادة التوطين في كندا وضع القائمة التالية:

عندما قُبِل لإعادة التوطين في كندا وضع القائمة التالية:

مخاوفه:



- أ) أن يعيش وحيداً في كندا

آماله:



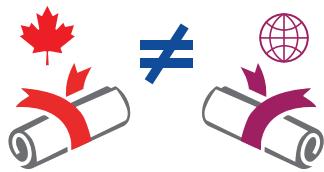
- أ) تحسين مهاراته في اللغتين الانجليزية أو الفرنسية



- ب) شتاء كندا الطويل والبارد



- ب) العيش في بلد آمن



- ج) ألا يُعترف في كندا بدراساته السابقة وأن يحتاج إلى البدء مجدداً



- ج) مواصلة دراسته والبحث عن عمل لـإعالة نفسه

## 2. تعرّف على

إنها تبلغ من العمر 45 عاماً. لقد توفى شريكها. قد ظلت تعيش في مخيم لللاجئين على مدى 15 عاماً الماضية. لم تحصل على أي تعليم رسمي. وهي سوف تسافر إلى كندا برفقة طفلتها.

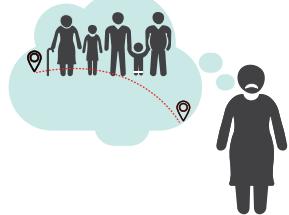
عندما قبل طلب إعادة توطينها في كندا أعدّت القائمة التالية:



مخاوفها:



- (أ) أنها لا تتحدث الإنجليزية ولا الفرنسية



- (ب) ستكون بعيدة جداً عن بلدها وأقاربها



- (ج) تربية طفلتها بثقافة جديدة

آمالها:



- (أ) أن يكون لها مستقبل أفضل لها ولطفلتها



- (ب) العيش في محيط سلمي



- (ج) أن يرحب بها في مجتمعها الجديد وأن تكون صداقات

من الطبيعي أن يكون للإنسان مشاعر متضاربة من الأمل والذُّوق من الانتقال إلى كندا.

اكتب أبيه آمال ومخاوف إضافية تراودك على الأسطر الموفّرة لهذا الغرض.

---

---

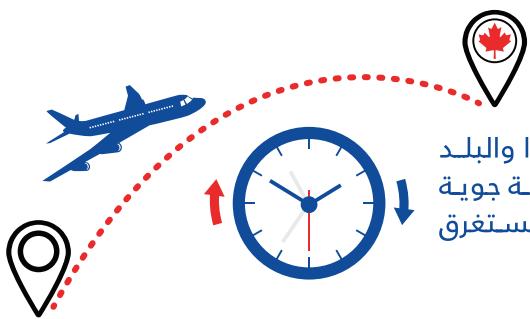
---

---

---

---

## 2.2 سفرتك



رحلتك إلى كندا ستكون طويلة ومضنية.

قد لا تكون هناك خطوط مباشرة بين كندا والبلد الذي تعيش فيه. وقد تحتاج إلى أكثر من رحلة جوية واحدة لبلغ وجهتك النهائية. من الشائع أن تستغرق السفرة ساعات عديدة أو بضعة أيام.

تعليمات: انظر إلى خارطة العالم. تبّين المكان الذي تعيش فيه الآن، ضع علامة "X" على هذا المكان. وكندا معلم عليها بورقة شجر القيقب. ارسم خطًا بين المواقعين.



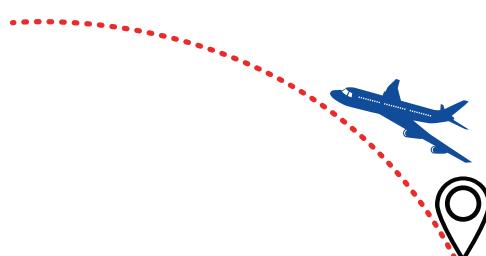
## 2.3 سفرك إلى كندا

المعلومات التالية المقدمة فيما يتصل بسفرك إلى كندا هامة.

تعليمات: استكمل المعلومات بخصوص سفرك إلى كندا. من المحتمل ألا تُلمّ بجميع هذه المعلومات إلا قبل مغادرتك ببضعة أيام. اكتب المعلومات على السطور الموفّرة للغرض أو ضع علامة "O" حول الأوجبة ذات الصلة برحلتك.

1. المطار الذي ستغادر منه هو:

---

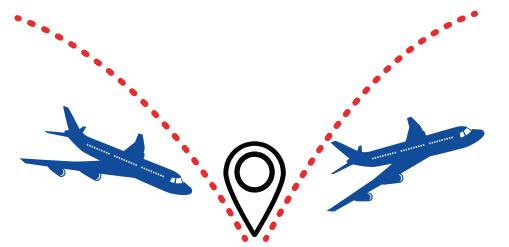




2. المطار الذي ستغادر منه في رحلة جوية أخرى هو:

---

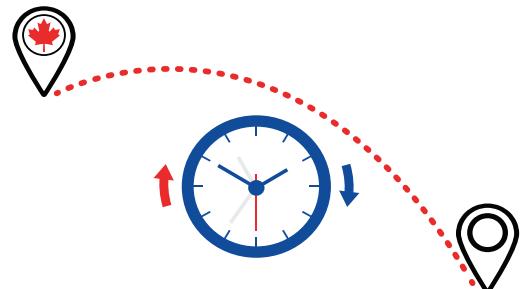
---



3. عدد الساعات التي تستغرقها السفرة من بلد المغادرة إلى كندا:

---

---



4. المطار الكندي الأول الذي تنزل فيه هو:

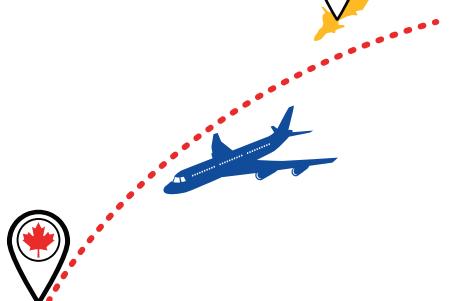
- أ) تورنتو  
ب) مونتريال  
ج) فانكوفر  
د) كالغاري



5. المطار الأخير الذي ستنزل فيه هو:

---

---



6. البلدة أو المدينة التي ستعيش بها في كندا هي:

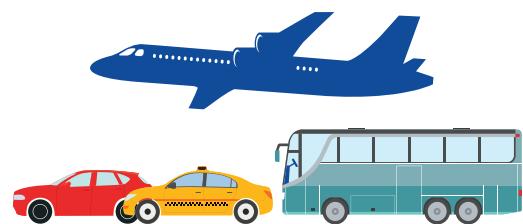
---

---



7. نوع ووسيلة النقل التي ستركتها من المطار إلى المدينة أو البلدة التي ستعيش فيها:

- أ) طائرة  
ب) حافلة نقل بين المدن  
ج) سيارة خاصة أو سيارة أجرة (تاكسي)



## 2.4 قرض الهجرة الخاص بك



من خلال برنامج قرض الهجرة تدفع حكومة كندا تكلفة سفرك إلى كندا نيابة عنك. يُنتظر منك أن ترد هذا القرض وتسديده.



1. قبل مغادرتك سيُطلب منك إمضاء وثيقة قرض. وهي تتضمن معلومات فيما يتعلق بتكلفة سفرك التي ستحتاج إلى ردها بعد وصولك إلى كندا. وهذه الوثيقة تعتبر وثيقة قانونية.



2. عموماً، يغطي قرض الهجرة نفقات النقل من نقطة المغادرة إلى وجهتك النهائية في كندا.



3. تبدأ في تسديد القرض بعد عامٍ من وصولك إلى كندا.



4. القرض معفى من الفوائد.

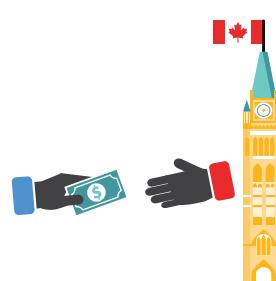


5. سوف ترسل الحكومة إليك إفادة تخبرك فيها بالتاريخ الذي تحتاج فيه إلى البدء في سداد القرض وطول المدة التي سيسغرقها ذلك وكيفية الدفع.

وإذا كانت لديك أية أسئلة فيما يتعلق بقرضك لأغراض الهجرة يرجى الاتصال بالرقم 1-800-667-7301 أو على البريد الإلكتروني [collection@cic.gc.ca](mailto:collection@cic.gc.ca) للحصول على المزيد من المعلومات عن قروض الهجرة اقرأ هنا



6. لا بد لك من إبلاغ حكومة كندا إذا كنت تواجه صعوبات في سداد القرض. يمكن أن تتخذ ترتيبات لخفض مبلغ الدفعات الشهرية، عند اللزوم.





### 1. حقيبة اليد

حقيبة اليد صغيرة من حيث الحجم. ويحملها المسافرون معهم على متن الطائرة. يجب أن يكون حجمها يسمح بوضعها تحت المقعد أو في مقصورة ركاب الطائرة.



### 2. أمتنة الشحن

هذا عادة أكبر نوع من الأمتنة الذي بإمكان المسافرين جلبه معهم. وشركة الطيران تضعها في منطقة التخزين داخل الطائرة. المسافرون يتلقون وصلًا عندما يقدمون أمتنتهم لشركة الطيران. وعليهم الاحتفاظ بهذا الوصل وإبرازه في حالة فقدان أمتنتهم. يسترجع المسافرون أمتنتهم في نهاية الرحلة.



### 3. الأغراض الشخصية

هذه أغراض صغيرة من بينها الحاسوب المحمول في حقيقته وحقيبة يدوية وحافظة نقود أو حقيبة صغيرة.



أمتنة الشحن تكون أحياناً متشابهة من حيث الحجم والشكل واللون فلا بد أن يكون بإمكانك التعرف على أمتنتك. اكتب اسمك بالكامل على جميع أمتنتك. أضف شيئاً ما إلى أمتنتك للتعرف عليها بسهولة.





## 2.6 المسموح به فيما يتعلق بالأمتنة

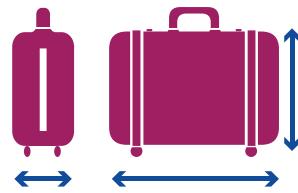
لكل شركة طيران قواعدها الخاصة فيما يتصل بالمسموح به بخصوص الأمتنة. تأكّد من مسار رحلتك أو أسأل موظف المنظمة الدولية للهجرة عن ما هو مسموح لك به فيما يتصل بالأمتنة. القيود المفروضة تحدّد ما يلي:



3. عدد الحقائب المسموح بها لكل شخص على أساس العمر.



2. الوزن الأقصى بالكيلوجرام بالنسبة لكل قطعة من قطع الأمتنة. وسوف تحتاج إلى وزن كل قطعة باستخدام ميزان.



1. الدجم الأقصى بالسنتيمترات بالنسبة لأي أمتنة تحملها. يمكنك تبيّن الدجم بقياس العلو والطول والعرض.

**تعليمات:** اكتب الحدود القصوى المسموح بها فيما يتصل بالأمتنة لرحلتك على السطور الموفّرة لهذا الغرض.



2. الركاب دون سن عامين ما هو عدد الأمتنة التي يُسمح للكل راكب دون سن عامين بأخذها إلى كندا؟



1. الركاب البالغون من العمر عامين فأكثر ما هو عدد ونوع الأمتنة التي يُسمح بأخذها إلى كندا لأي راكب يبلغ من العمر عامين فأكثر؟

الرُّكاب دون سن عامين لن يكون لهم مقعد مخصص على متن الطائرة. وهذا هو سبب السماح لهم بشروط مختلفة فيما يتصل بالأمتنة.



3. ما هو الحجم والأوزن الأقصى لكل قطعة من الأمتنة؟



اتّبع الشروط التي تحدّدها شركة الطيران فيما يتصل بالأمتنة. وإذا لم تفعل ذلك فإنه يجوز لشركة الطيران أن ترفض قبول أمتنتك أو قد تحتاج أنت إلى دفع رسم إضافي. وهذا الرسم عادة مرتفع.





## 2.7 ما الذي تحمله كل حقيبة؟

**تعليمات:** انظر إلى الأغراض.

ضع مثلثاً "△" في  
خانة الأغراض التي هي  
**أغراض شخصية**



ضع مربعاً "□" في  
خانة الأغراض  
التي يمكن  
وضعها في  
**حقائب الشحن**



ضع علامة "○" في  
خانة الأغراض التي  
يإمكانك وضعها في  
**حقيبة اليد**



تذكّر القيود المفروضة على الحجم والوزن بالنسبة لكل نوع من أنواع الأمتعة  
التي تقرر أخذها



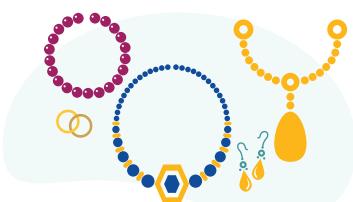
3. الهواتف المحمولة  
والهواتف الذكية



2. الحواسيب المحمولة  
والألواح الإلكترونية



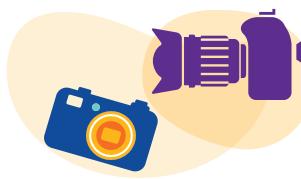
1. كمية صغيرة من  
مستلزمات الرضيع  
والحفاضات



6. المجوهرات



5. أجهزة إلكترونية أخرى  
(متوفّمة مع التيار  
الكهربائي 120-110  
فولت)



4. آلات التصوير



9. الأشياء المستخدمة  
في الطقوس الدينية



8. اللعب



7. الملابس والأحذية



= "△"



= "□"



= "○"



12. السوائل والمراميم  
والهلام (أكبر من 100  
مليتر لكل واحد منها)

11. كميات صغيرة من  
السوائل والمراميم  
والهلام (أقل من 100  
مليتر لكل واحد منها  
في كيس شفاف من  
البلاستيك)

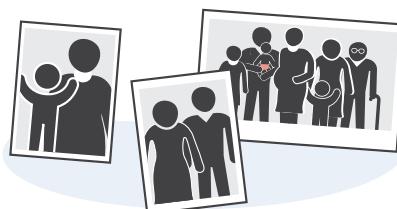
10. لوازم الرعاية  
الشخصية (بما في  
ذلك الصدية)



15. الكحول (لغاية 8.5 لتر  
من الجعة، و 1.5 لتر من  
النبيذ، و 1.14 لتر من  
المشروبات الكحولية  
الروحية)

14. فرشاة الشعر  
والمشط وفرشاة  
الأسنان

13. سجائر (لغاية 200  
سيجارة ملفوفة و 50  
سيجار و 200 غرام من  
التبغ المصنّع)



18. النقود

17. الصور الشخصية

16. الوثائق والشهادات



21. الأغذية المعلبة

20. الأدوية الخاضعة  
لوصفات طبية

19. الكتب والقواميس



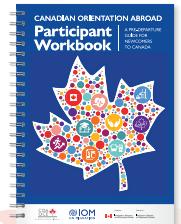
= "△"    = "□"    = "○"



24. أكلات خفيفة  
مغلفة



23. لعب أطفال هادئة  
ومسلية أثناء السفرة



22. هذا الدليل



27. الساعات



26. المظلات  
(بحسب الطقس)



25. الملابس الدافئة  
المتعددة الطبقات



30. مستحضرات  
تجميل



29. عربة أطفال



28. كتاب أو مجلة

لا توجد أية قيود مفروضة على مبلغ النقود التي يمكنك جلبها إلى كندا. إذا دخلت كندا ومعك نقود أو صكوك نقدية تتجاوز قيمتها عشرة آلاف دولار كندي ل كامل الأسرة لا بد لك من التصريح بها لدى الجمارك الكندية. وإلا فإنك قد تُطالب بدفع غرامة أو قد تتعرض لجزاءات أخرى.

بإمكانك أن تجلب إلى كندا نقوداً في شكل أوراق نقدية أو حوالات مصرافية أو صكوك أو سندات أو تحويل الأموال بين مصرفك ومصرف كندي. والمبلغ الذي تُصرح به يمكن أن يؤثر في مستوى الدعم المالي الذي ستتلقاه.

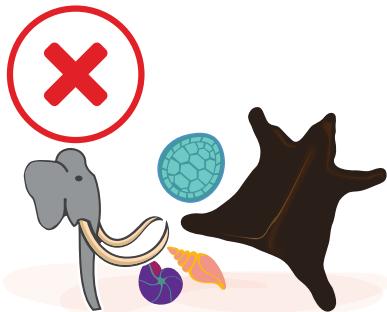




## 2.8 الأشياء التي يتوجب التخلص منها

هناك أشياء لا يُسمح لك بجلبها إلى كندا. فإذا أتيت إلى كندا ولم تُصرّح بها فقد تُطالب بدفع غرامة أو قد تتعرض للمقاضاة عند وصولك.

الأشياء المحظورة التي لا بد لك من التخلص منها هي:



3. أجزاء من الحيوانات، بما في ذلك الجلد



2. النباتات والتربة والخشب



1. الأغذية (بما في ذلك اللحم والحليب والألبان والفواكه والخضار)



6. الأسلحة النارية والذخيرة والأسلحة البيضاء



5. الأجهزة الإلكترونية الكبيرة (بما في ذلك أجهزة التلفزيون واللوازم المنزلية)



4. الأعشاب والبهارات والبذور



9. المخدرات



8. السيارات



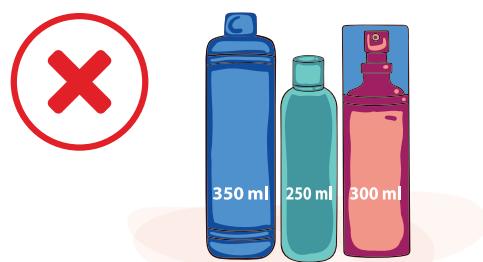
7. العظام البشرية



## 2.9 المواد الخاضعة لقيود في حقائب اليد



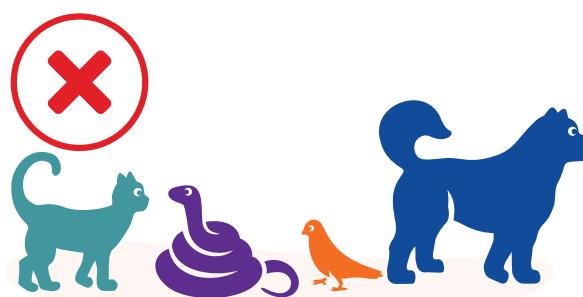
- السوائل والمراهم والهلام (أكثر من 100 ملليتر لكل واحد)



- الأشياء الحادة والخطرة (مقصات الأظافر، علب الكبريت، الولاعات، وسكاتين الجيب، والمواد سريعة الاشتعال والمعدات الرياضية)



- توجد قيود مفروضة على إدخال الحيوانات الحية إلى كندا. وإدخال حيوان من حيوانات خدمة الأشخاص ذوي الإعاقة لا بد من دفع ثمن نقله وإبراز الوثائق الطبية واللقاحات



- بالنسبة للأفراد الذين يسافرون برفقة أطفال لا بد من التأكد من أن المستلزمات والحليب وغذاء الرضيع (في أوعية صغيرة) مسموح بنقلها في حقيبة يدك.



## 2.10 قبل السفر



تعليمات: انظر إلى الأشياء التي يمكنك فعلها تأهلاً للسفر. ارسم خطأً بين كل شيء يمكن فعله ووصف ذلك.

أ) تجّب الأغراض الكبيرة أكثر من اللزوم أو غير المشروعة أو التي ستتوفر لك في كندا.

ب) ضع أهم الأشياء في حقيبة يدك.

ج) جمّع وصوّر الوثائق الهامة.

د) تأكد من أنه بإمكانك التعرف إلى أمتعتك ومن أنه يمكن غلقها.

هـ) جمّع الأمتعة التي تريد حزمها بالاستناد إلى أهميتها وقيود السلامة والوزن

1.



2.



3.



4.



5.



في يوم سفرك سوف تمذّك المنظمة الدولية للهجرة بحقيقة تحمل رمز المنظمة. احتفظ بهذه الحقيقة واجعلها مرئية وآمنة أثناء كامل رحلتك.

## ما هي الوثائق الموجودة في حقيبة المنظمة الدولية للمigration؟



تعليمات: انظر إلى الوثائق. وارسم خطأً بين كل وثيقة واسمها.

(أ) تأكيد الإقامة الدائمة

1.



ب) وثائق أخرى، بما في ذلك  
تراخيص الخروج عند اللزوم

2.



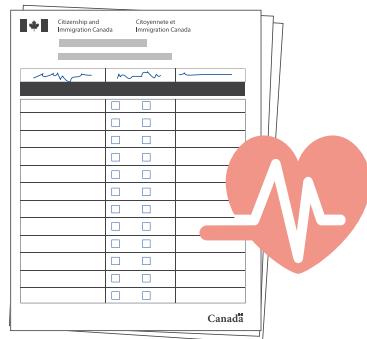
ج) جواز أو وثيقة السفر

3.



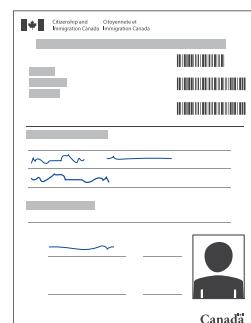
د) التأشيرة

4.



هـ) تذكرة السفر

5.



و) وثائق الهجرة الطبية عند  
اللزوم

6.

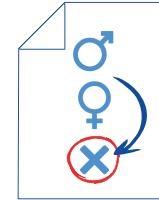


تأكيد الإقامة الدائمة ووثيقة هجرتك الرسمية. بعد وصولك بعده أسابيع سوف تتلقى بطاقة المقيم الدائم.  
بطاقة إقامتك الدائمة لا تحل محل تأكيد الإقامة الدائمة. وبالتالي عليك أن تحفظ بتأكيد الإقامة الدائمة في جميع الأحوال في مكان آمن.



أثناء السفر إلى كندا بإمكان المنظمة الدولية للهجرة أن تساعد الأشخاص الذين يكون تعبي THEM الجنسي مختلفاً عما يظهر على وثائقهم.

وللمزيد من المعلومات تحدث في الكتمان إلى موظف من موظفي المنظمة الدولية للهجرة.



## 2.12 ما هي الوثائق التي تحملها معك؟

تعليمات: انظر إلى الوثائق الإضافية التي تكون لديك. وضع علامة "✓" في خانة الوثائق التي لديك. وتنبه لأخذها معك.



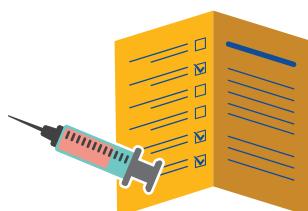
2. الشهادات الدراسية



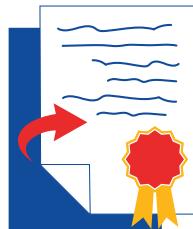
1. الوصفات والسجلات الطبية



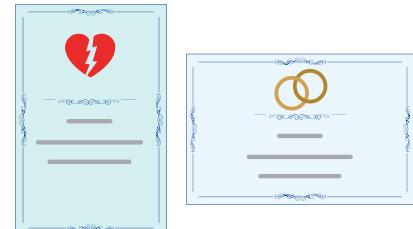
4. شهادات الميلاد



3. سجلات اللقاحات



6. ترجمات الوثائق الهامة



5. شهادات الزواج / الطلاق

تعليمات: اكتب أية وثائق أخرى هامة ستحتاج إليها على السطور الموفّرة أدناه

---

---

---

---

---

---



## 2.13 في المطار

هناك إجراءات عديدة لابد من إتمامها في المطارات في طريقك إلى موطنك الجديد، كندا. وقد تحتاج إلى المرور بهذه الخطوات أكثر من مرة.

تعليمات: انظر إلى إجراءات المطار. ارسم خطأً بين كل إجراء من إجراءات المطارات ووصفه.

أ) أتبع تعليمات الموظفين الذين يفتشون عن البضائع الخطرة في أمتعتك وتلك التي قد تحملها معك. وأنت وأمتعتك سوف تحتاجون إلى المرور عبر آلية المسح الإلكتروني وقد يحتاج موظف مسؤول إلى تفتيشك يدوياً للتأكد من عدم حملك لأية مواد خطرة.

ب) قم بوزن ووضع شارة على أمتعتك. واستلم بطاقة الصعود وتسجيل الأمتعة واترك أمتعتك لموظفي شركة النقل الجوي

ج) راجع تذرك لتبيّن رقم منطقة الجلوس والانتظار، والبوابة المذكورة هي التي سوف تصعد منها إلى الطائرة. واستمع بتركيز لأية إعلانات.

د) أجب على الأسئلة بخصوص الأغراض الموجودة في أمتعتك.

هـ) اجمع أمتعة الشحن المسجلة من الحزام المتنقل، والحقائب غالباً ما تتشبه بعضها البعض. تأكد من أن الحقيقة هي فعلًا حقيقتك.

و) قدم وثائقك وابرزها لمسؤول حكومي للتفتيش عند الخروج عند الدخول.



**مكتب النقل الجوي**



**نقطة مراقبة الهجرة**



**نقطة التفتيش الأمني**



**بوابة المغادرة**



**نقطة مراقبة الجمارك**



**استلام الأمتعة**

## 2.14 الأدوات في المطار



في المطار توجد الأدوات التالية التي يمكن أن تساعدك أثناء رحلتك.

تعليمات: انظر إلى الأدوات في المطار. وارسم خطأً بين كل أداة ووصفها.

أ) تشير إلى المعلومات عن الوقت والبوابة وعن وقت ومكان وصول الطائرات ومغادرتها

ب) إذا كنت بحاجة إلى التنقل من طابق لآخر في المطار بعربات نقل الأمتنة وبالنسبة للأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة

ج) تساعدك على تحديد الاتجاه والمكان الذي تريده الوصول إليه.

د) تساعدك على نقل امتعتك داخل المطار.

هـ) إذا احتجت إلى التنقل من طابق لآخر في المطار.

و) مساعدتك على المشي مسافات طويلة بسرعة أكبر.

1.



عربات نقل الأمتنة

2.



المسارات المتحركة

3.



شاشة عرض المعلومات

4.



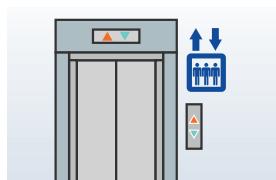
علامات الاتجاه

5.



السلالم الآلية

6.



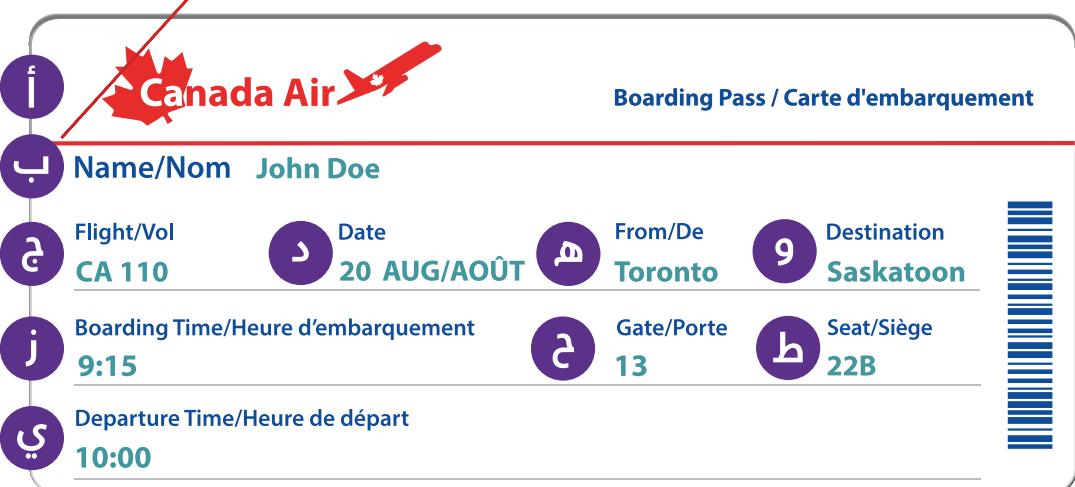
المصاعد



## 2.15 معلومات عن بطاقة صعود الطائرة

سوف تحتاج إلى إبراز بطاقة صعود الطائرة في أحيان كثيرة. لكل مسافر بطاقة خاصة.  
احتفظ بالبطاقة في مكان آمن ولا تضيّعها.

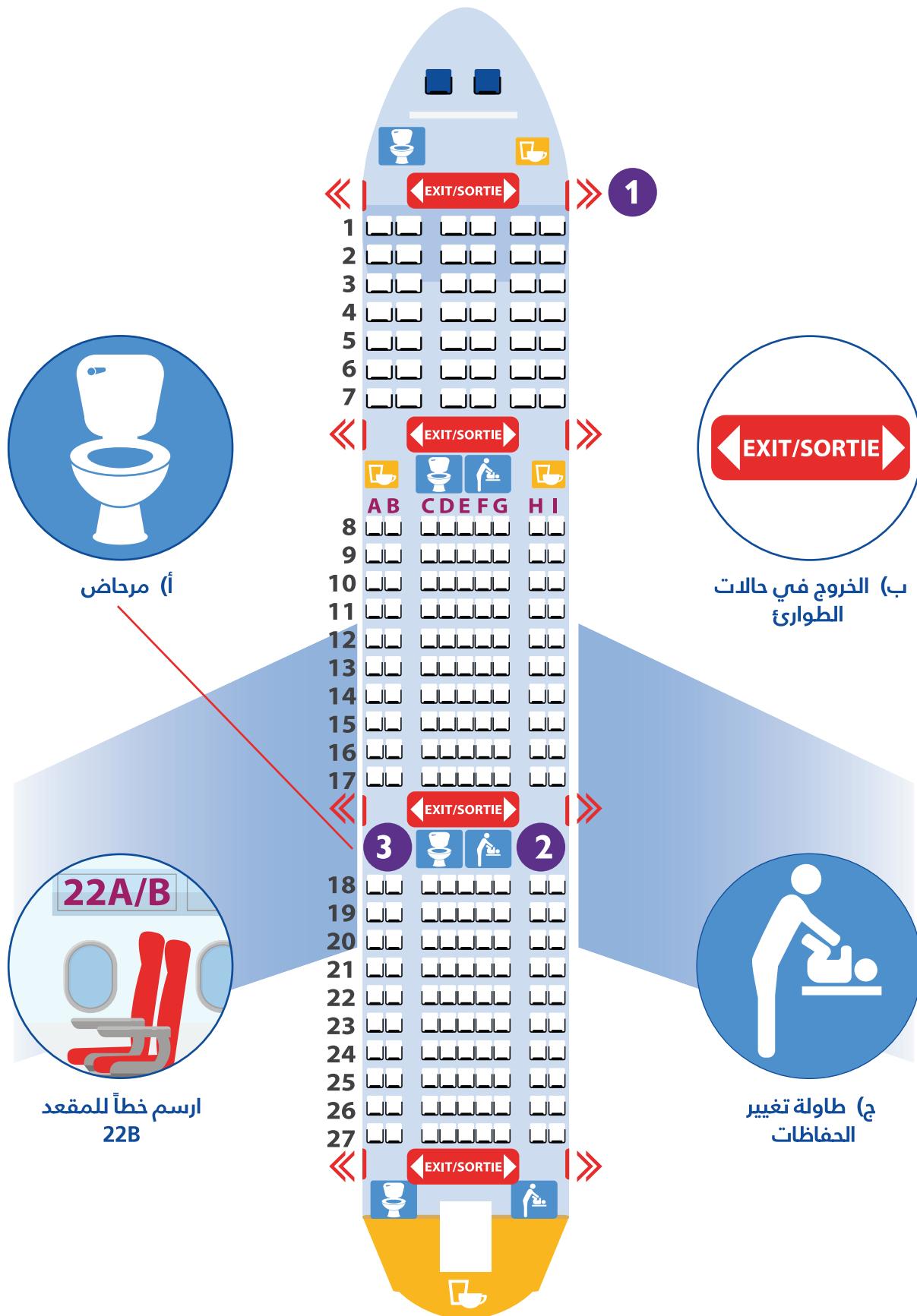
تعليمات: انظر إلى بطاقة صعود الطائرة. ضع خطأً بين كل حرف على بطاقة صعود الطائرة وما يقابلها من صورة ووصف.



## 2.16 الطائرة



تعليمات: انظر إلى الخارطة داخل الطائرة. ارسم خطأً بين كل جزء من أجزاء الطائرة والرقم الذي يشير إلى المكان الذي يوجد فيه على الخارطة.



## 2.17 معدك وما فيه



تعليمات: انظر إلى ما يوجد في محيط المقعد على متن الطائرة. ارسم خطأً بين كل صورة ووصفها.

أ) تعليمات لابد لك من اتباعها للحفاظ على سلامتك.

1.



كيس دوار الجو

ب) لوحة مسطحة تستخدمها أثناء الجلوس على متن الطائرة.

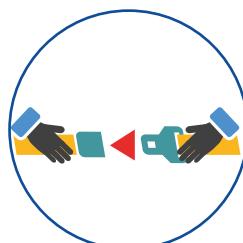
2.



طاولة صغيرة

ج) طريقة لفت نظر المضيف أو المضيفة.

3.



علامة "اربط حزام الأمان"

د) كيس من الورق أو البلاستيك يُستخدم عند الحاجة للتقيؤ.

4.

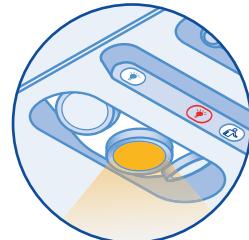


زر مناداة المضيف أو المضيفة



ه) كُتيب صغير يعطيك المزيد من المعلومات عن خصائص السلامة على متن الطائرة.

5.



الإضاءة

و) مكان تضع فيه حقيبتك اليدوية.

6.



نظام التسلية أثناء الرحلة

ز) تستخدم عندما تكون المقصورة مظلمة، للقراءة أو لأغراض أخرى

7.



مقصورة الأمتعة في أعلى المقعد

ح) طريقة لقضاء الوقت بمشاهدة أفلام أو الاستماع إلى الموسيقى أو اللعب

8.



بطاقة معلومات السلامة

يُحظر إخراج معدات السلامة، مثل سترة النجاة، من الطائرة.



## 2.18 الأشياء التي يمكن فعلها على متن الطائرة



تعليمات: انظر إلى الأنشطة التي يمكن أن تفعلها على متن الطائرة. وضع علامة "✓" في خانة الأنشطة التي تريد فعلها أثناء الرحلة.



2. النوم والاسترخاء



1. تناول الوجبات وشرب الكثير من السوائل.



5. تناول الأدوية عند اللزوم.



4. استخدام المراحيض.



3. تسليمة الأطفال وتهديتهم على مقاعدهم.



7. اتّباع تعليمات المضيف أو المضيفة.



6. التحدث بصوت خافت مع ركاب الآخرين.



عليك أن تربط حزام الأمان أثناء الإقلاع والنزول عندما يشير بذلك المضيف أو المضيفة.

## 2.19 منْ يمكن أن يساعدك؟



تعليمات: انظر إلى الأشخاص الذين يمكن أن يساعدوك أثناء سفرتك إلى كندا. ارسم خطأً بين كل حالة من الحالات والشخص أو الأشخاص الذين بإمكانهم أن يساعدوك. وبعض الحالات لها أكثر من جواب صحيح واحد.



2. دوي صفارات الإنذار في المطار ووجود حالة طوارئ.



1. تشعر بالجوع أو العطش أو تحتاج إلى مساعدة وأنت على متن الطائرة.



6. أنت في منطقة استلام الأمتعة ولا يمكنك العثور على أمتعتك.



المضيف أو المضيفة على متن الطائرة



مكتب معلومات المطار



موظفو المطار



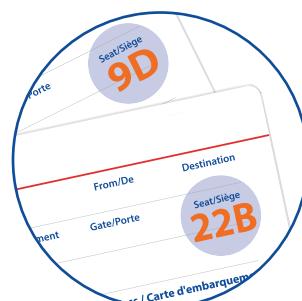
أمن المطار



موظفو مكتب شركة الطيران



3. أنت تائه قي المطار.



4. مقعدك على متن الطائرة بعيد عن بقية أفراد أسرتك.



5. أنت متوجّه لاستكمال الرحلة على طائرة ثانية لكنك لا تدرّي من أي بوابة.

عندما تكون في المطار أو على متن الطائرة أو أثناء الترانزيت، تأكد من أن أسرتك مكتملة ومجتمعة وراقب أطفالك.

## 2.20 وضعك كمقيم دائم

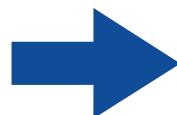
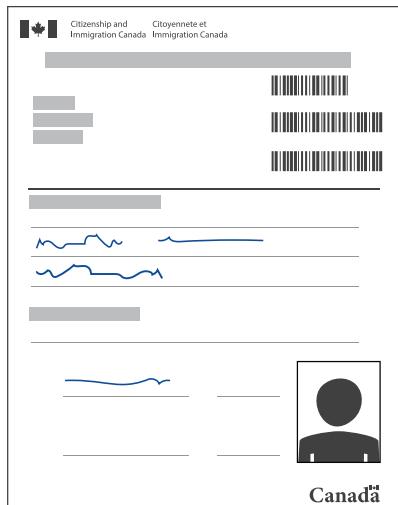


لدى الوصول إلى كندا سوف تخضع لاستجواب موجز مع موظف في المطار. ثم سيطلب منك التوقيع على بعض الوثائق.

عندما تنتهي من ذلك ستصبح مقيماً دائماً متمتعاً بالحق في العيش في كندا.



هل لديك شريك أو زوج أو زوجة أو طفل أو حفييد تعيله غير مشمول بإعادة التوطين معك في كندا؟ هل سيعاد توطينهم في كندا في المستقبل؟ إذا كان الرد بالإيجاب لا بد لك من إبلاغ الحكومة بعلاقتك بهم قبل وصولك إلى كندا. التقصير في إبلاغ الحكومة بتلك العلاقة سوف يجعل من الصعب جداً لم شمل أفراد الأسرة في كندا في المستقبل.



سوف تُرسل لك بطاقة تثبت أنك مقيم دائم في كندا. وهي تُعرف ببطاقة الإقامة الدائمة. ووضع الإقامة الدائمة لا ينقضي ولكن صلاحية البطاقة تنقضي خلافاً لذلك. عندما تنقضي صلاحية البطاقة أو في حالة ضياعها أو سرقتها عليك أن تطلب بطاقة جديدة.

تمهل بعض الوقت إلى أن يتسعى تجهيز بطاقة إقامتك الدائمة.



الوثائق التي تحصل عليها لدى وصولك إلى كندا هامة جداً. احفظها في مكان آمن.

## 2.21 الحقوق والمسؤوليات في كندا



تتمتع، بصفتك مقيماً دائماً في كندا، بالعديد من الحقوق. وترافق هذه الحقوق بعض المسؤوليات أيضاً.

**تعليمات:** انظر إلى حقوقك ومسؤولياتك كمقيم دائم في كندا. ارسم خطأً بين كل حق و ما يقابل له من مسؤولية.



أ) احترام حقوق الإنسان لكل فرد



ب) إعالة نفسك وأسرتك ودفع الضرائب



ج) احترام جميع الديانات



د) الحرص على دراسة الأطفال



هـ) احترام آراء الآخرين



الحق في العمل أو في امتلاك مشروع أو تجارة



التعبير عن رأيك



حقوق الإنسان للجميع



ممارسة شعائر دينك



التعليم الأساسي العام المجاني



و) العناية بالبيئة



ز) إبراز بطاقة إقامتك الدائمة  
سارية المفعول من أجل  
السماح لك بدخول كندا من  
جديد



ح) دفع الضرائب



ط) دفع الضرائب على  
الممتلكات



حق الملكية



حق الحصول على الرعاية  
الصحية الممولة تمويلاً  
عمومياً



الحق في العيش في بيئة  
نظيفة وصحية



السفر إلى خارج كندا



الوضع القانوني للمقيمين الدائمين الذين تم إعادة توطينهم في كندا للجئين قد يتأثر سلباً إذا عادوا إلى بلدتهم الأصلية. فمن الأرجح أنهم سيخضعون لاستجواب من قبل موظفي الهجرة بمطار من مطارات كندا عند عودتهم. وعليهم أن يجيبوا بكل صدق عندما يُطرح عليهم السؤال لمعرفة سبب عودتهم إلى بلدتهم الأصلية.



## 2.22 المقيمون الدائمون

بصفتك مقيماً دائماً في كندا تتمتع بنفس الحقوق التي يتمتع بها المواطنين، باستثناء ما يلي:



3. لا بد لك أن تكون متواجداً شخصياً في كندا على الأقل لمدة عدّة أدنى من الأيام للمحافظة على وضعك كمقيم دائم

1. لا يمكنك التصويت في الانتخابات الفيدرالية بعض المناصب الحكومية الرفيعة المستوى



## 2.23 متى يمكنك التقديم على الجنسية الكندية؟

قبل التقديم على الجنسية الكندية لا بد لك من:



3. الخضوع لاختبار لإثبات أنك تمتلك بعض المعرفات عن كندا.

English      Français



2. أن تكون لديك معرفة كافية باللغة الإنجليزية أو الفرنسية.

1. أن تكون متواجداً بكندا لفترة معينة من الزمن. لحساب متى يمكنك التقديم على الجنسية اقرأ هنا:

يمكنك طلب جواز سفر كندي بعد أن تكون قد مُنحت الجنسية الكندية.



# الوحدة 3 الدعم والخدمات



# الدعم والخدمات



المعلومات المقدمة في هذه الوحدة تتعلق بالخدمات المتاحة في كندا. ومن المفید قراءتها من جديد بعد الوصول إلى كندا.

تصبح مقيماً دائمًا بعد اجتياز إجراءات الهجرة في أول مطار تحلّ به في كندا. وكمقيم دائم بإمكانك أن تحصل على أنواع مختلفة من الدعم ستتساعدك على التأقلم مع الحياة في كندا.

ومصدر هذا الدعم يختلف بحسب برنامج إعادة التوطين.



## 3.1 برامج إعادة التوطين في كندا

تعليمات: اقرأ المعلومات المتعلقة ببرامج إعادة التوطين. ضع علامة "✓" في خانة البرنامج الذي له صلة بإعادة توطينك في كندا.

### 1. برنامج اللجوء بمساعدة الحكومة (GAR/RPG)

يحصل الأفراد على دعم مالي من الحكومة. ويتلقون دعماً فورياً لإعادة التوطين من المنظمات الممولة من الحكومة. وللمزيد من المعلومات اقرأ هنا:



**GAR/RPG**



2. برنامج رعاية الكفالة الخاصة  
(PSR/PPPR) لللاجئين

يتمتع الأفراد برعاية ودعم مجموعات أو مؤسسات من القطاع الخاص. ويتلقي الأفراد دعماً مالياً من الجهات الراعية لهم من القطاع الخاص. ويتقاضون دعماً فورياً لإعادة التوطين من الجهات الخاصة الراعية لهم. وللمزيد من المعلومات اقرأ هنا:



**PSR/PPPR**

3. برنامج الرعاية المشتركة لأغراض المساعدة  
(JAS/PAC)

يتلقى الأفراد دعماً مالياً من الحكومة. ويتقاضون دعماً فورياً لإعادة التوطين من المنظمات الممولة من الحكومة ومن جهات راعية من القطاع الخاص توفر لهم دعماً إضافياً في كندا. وللمزيد من المعلومات اقرأ هنا:



**JAS/PAC**

4. البرنامج المختلط لللاجئين الذين يعينهم مكتب  
إصدار التأشيرات (BVOR/RDBV)

يتلقى الأفراد دعماً مالياً من الحكومة ومن الجهات الخاصة الراعية. ويتقاضون دعماً فورياً لإعادة التوطين من الجهات الخاصة الراعية لهم. وللمزيد من المعلومات اقرأ هنا:



**BVOR/RDBV**



بصرف النظر عن برنامج إعادة توطينك، من المفترض أن يتسع لك الحصول على خدمات توطين طويلة الأجل من المنظمات الممولة من الحكومة. اطلب من منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية أن تزودك بهذه الخدمات. وللمزيد من المعلومات انظر الوحدة 3، النشاط 3.11.



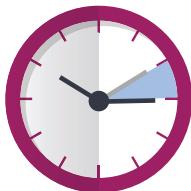
## 3.2 دود الدعم المباشر بعد التوطين



الدعم المالي الذي تتلقاه في كندا محدود



الدعم الفوري للأغراض إعادة التوطين الذي ستتلقاه في كندا، سواء كان ذلك من منظمتك الممولة من الحكومة أو من الجهات الراعية لك، محدود أيضاً. طول مدة هذا الدعم تتوقف على برنامج إعادة التوطين. طول مدة الدعم قد يتغير رهناً بظروفك الخاصة.

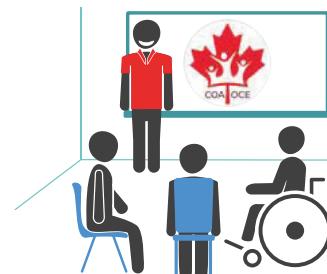


## 3.3 برامج الخدمات المشتركة لإعادة التوطين

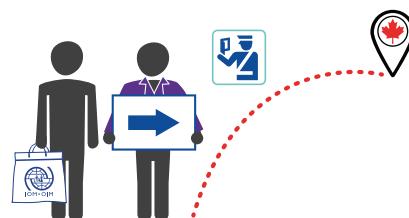
بصرف النظر عن برنامج إعادة التوطين الخاص بك، يحصل جميع المقيمين الدائمين الذين يستوطنون كلاجئين في كندا على الخدمات التالية:



1. خدمات شخصية و مباشرة تساعده على التأهيل للحياة في كندا قبل وصولك. للمزيد من المعلومات اقرأ هنا: اقرأ هنا:



2. خدمات الاستقبال في المطار في كندا التي تساعدك في إتمام إجراءات الهجرة والجمارك، فضلاً عن التوجّه إلى وجهتك النهائية



3. قرض الهجرة المقدم من حكومة الكندية يغطي تكلفة سفرك إلى كندا. ستكون مطالباً بالبدء في سداد هذا القرض المعفى من الفوائد بعد مرور عام على وصولك إلى كندا.



4. تغطية الرعاية الصحية المؤقتة في إطار برنامج الصحة الفدرالي المؤقت. هو يغطي الخدمات الطبية الأساسية إلى أن تنخرط في برنامج الرعاية الصحية بمقاطعتك. هذا يغطي أيضاً الخدمات الطبية الإضافية أثناء فترة حصولك على دعم مالي من الحكومة أو من الجهات الراعية لك. للمزيد من المعلومات، انظر الوحدة 5، أو اقرأ هنا:



## 3.4 الدعم المباشر لإعادة التوطين

تعليمات: ضع علامة "✓" في خانة البرنامج الذي له صلة بإعادة توطينك في كندا.



BVOR/RDBV



JAS/PAC



PSR/PPPR



GAR/RPG

تعليمات: انظر إلى الدعم الفوري لإعادة التوطين الذي ستتلقاه في كندا. ضع علامة "✓" إلى جانب من يقدم لك كل شكل من أشكال الدعم.

1. إذا وصلت إلى كندا في فصل الشتاء منْ سيمدّك بملابس شتوية؟



أ) منظمة ممولة من الحكومة بمطار من مطارات كندا إذا وصلت في الفترة ما بين 15 تشرين الأول/أكتوبر و 15 نيسان/أبريل.



ب) الجهات الراعية لك عند وصولك إلى وجهتك النهائية.



2. عند وصولك إلى وجهتك النهائية في كندا منْ سيتّخذ الترتيبات لنقلك إلى أول مكان ستعيش فيه؟



أ) منظمتك الممولة من الحكومة



ب) الجهات الراعية لك.



3. من سيتّخذ ترتيبات السكن المؤقت عندما تصل لأول مرة إلى كندا؟



أ) منظمتك الممولة من الحكومة



ب) الجهات الراعية لك.



4. من سيساعدك على العثور على مكان سكنك الدائم ومن سيوفر لك لوازم منزلية جديدة أو مستعملة؟



أ) منظمتك الممولة من الحكومة.



ب) الجهات الراعية لك.



5. من سيديلك إلى الجهات التي تقدم دعماً إضافياً لأغراض التوطين للأجل الطويل التي ستتساعدك على الاستقرار في كندا؟



أ) منظمتك الممولة من الحكومة.



ب) الجهات الراعية لك.



6. من سيمدك بدعم مالي محدود؟



أ) الحكومة.



ب) الجهات الراعية لك.

ج) كل من الحكومة والجهات الراعية لك.



## 3.5 الأدوار والمسؤوليات

الاستقرار في بلد جديد يتطلب الوقت والجهد.

أنت ومن يدعمك تتقاسم المسووليات.

تعليمات: انظر إلى المسؤوليات ذات الصلة بإعادة توطينك. ارسم خطأً بين كل مسؤولية من مسؤوليات المنظمة الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك ومسؤولياتك أنت.



أ) وضع ميزانية لإنفاقك بحيث يتتسن لك أن تعيش بالنقود التي تتلقاها. وإذا أسرفت في الإنفاق سوف لن تتلقى أية نقود أخرى.



ب) الإبقاء على أبوابك مغلقة واستخدام الأجهزة بشكل آمن.



ج) احتفظ بجميع أمتعتك ووثائقك. اجعل حقيقة المنظمة الدولية للمهجرة ظاهرة للعيان كي يراك من يهمهم الأمر.



د) حافظ على إبقاء المكان الذي تعيش فيه نظيفاً وفي حالة جيدة. افهم واحترم عقد إيجارك.

1.



استقبالك والتدريب بك في كندا.

2.



إسداء المشورة لك بخصوص كيفية إنفاق المبلغ المحدد الذي تتلقاه بشكل مسؤول.

3.



مساعدتك على الحصول على سكن دائم ومساعدتك على فهم عقد إيجارك.

4.



إرشادك إلى كيفية العيش بسلام في مكان سكنك.

## الوحدة 3: الدعم والخدمات



ه) المحافظة على أمن وسلامة معلوماتك البنكية. ادفع جميع الرسوم والنفقات المصرفية ذات الصلة بقروضك وبطاقات ائتمانك.



و) تابع دروساً في اللغة إذا كنت بحاجة إلى تحسين معرفتك باللغة الإنجليزية أو الفرنسية.



ز) اّبع القوانين والقواعد في كندا.



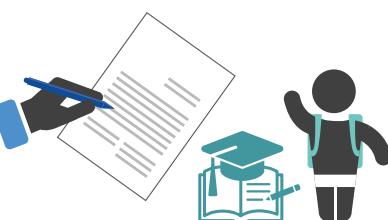
ح) سجل أطفال أسرتك في المدرسة. وتتابع تطورهم التعليمي والاجتماعي.

5.



مساعدة الكبار في أفراد أسرتك على التسجيل في دروس اللغة المجانية.

6.



المُساعدة على فهم النظام الدراسي في مقاطعتك أو إقليلك. والمُساعدة على تسجيل أطفال أسرتك في المدرسة.

7.



المُساعدة على فتح حساب بنكي. شرح كيفية الوصول إلى المال واستخدامه في كندا.

8.



شرح القواعد والقوانين الهامة في كندا.



ط) استخدم وسائل النقل العمومي بشكل مستقل واحفظ العناوين الهامة في حالة فقدان الطريق.



ي) كُن نشطاً في مجتمعك الجديد وتواصل مع الناس.



ك) حافظ على سلامة وأمن وثائقك وتعلم كيف تستخدمها وتجددها في الوقت المناسب.



ل) أخبر شخصاً تثق به بخصوص أية احتياجات طبية عاجلة، بما في ذلك حالات الحساسية والاحتياجات الغذائية.

9.



إذا كانت هناك حاجة طبية طارئة، مساعدتك على الحصول على الخدمات الطبية.

10.



شرح كيفية استخدام وسائل النقل العام المتوفرة في مجتمعك الجديد.

11.



التوجيه بخصوص مجتمعك الجديد.

12.



مساعدتك في التقديم على الوثائق الهامة في كندا وشرح أهميتها.



أذكر اثنين من أهم أشكال الدعم الفوري لأغراض التوطين بالنسبة لك؟

### 3.6 تغيير الوجهة



لـك الحق في اختيار المكان الذي ستعيش فيه في كندا. لكن الموصى به بشدة أن تـسافر إلى وجهتك النهائية الأصلية. هناك ستتلقي الدعم على أساس احتياجاتك فيما يتصل بالتوطين. انظر في الأمور التالية أولاً قبل أن تـفكـر في الـانتـقال:



- إذا كنت تـرغـب في الـانتـقال إلى مكان آخر، وتفادياً لـأـي انقطاع للـدـعم المـالـي والـدـعم الفـورـي لـأـغـراض التـوـطـين، لـبـد لك من إـخـطـار منـظـمـتك المـمـوـلـة منـحـوـمـة أوـجـهـاتـ الرـاعـيـة قـيـ أـقـرـب وقت مـمـكـن.



- إذا اخـتـرت الـانتـقال فأـنـت مـسـؤـول عن جـمـيع التـكـالـيف ذاتـ الصـلـة بـالـانتـقال إلى مكان آخر، بما في ذلك السـفـر وـالـسـكـن.



- سوف تحتاج إلى اتخاذ الترتيبات لـوصـولـك وـسـكـنـك المؤـقـتـ في وجهـتكـ الجـديـدة.



- يمـكـن أنـيـكونـهـنـاكـتأـخـيرـفيـ تـلـقـيـ دـعـمـكـ المـالـيـ.



GAR/RPG

- قد لا تكون مؤهلاً للـدـصـول على دـعـمـمـالـيـ أو دـعـمـلـأـغـراضـ الدـسـقـرـارـ منـجـهـاتـ الرـاعـيـةـ لـكـ فيـ حـالـةـ دـعـمـالـعـيـشـ بـنـفـسـ المـكـانـ الـذـيـ تـواـجـدـ فـيـ جـهـاتـ الرـاعـيـةـ لـكـ.



PSR/PPPR

## 3.7 علاقتك بالكفيل

تعليمات: PSR/PPP: اقرأ الإجراءات التي يجب اتخاذها إذا كانت لديك أية استفسارات بخصوص الجهات الراعية لك. ضع رقمًا من 1 إلى 3 في كل خانة لترتيب الإجراءات من الأول إلى الآخر.



PSR/PPP

- أ) بإمكانك أنت والجهات الراعية لك التماس مساعدة حكومة كندا لإيجاد الحلول. بإمكانك أن تتوّجه بالبريد الإلكتروني إلى الحكومة على عنوان البريد الإلكتروني التالي:



IRCC.PSRCCaseReview-  
RevuedecasPSR.  
IRCC@cic.gc.ca



- ب) تحدث إلى الجهات الراعية لك واطرح الأسئلة لمحاولة تسوية أي سوء تفاهم.



1

- ج) توجّه إلى منظمة ممولة من الحكومة لدعم الوفدين الجدد في مجتمعك. هناك بإمكان مسؤول عامل في مجال التوطين أن يمدّك ببعض النصائح المفيدة.



PSR/PPP: الجهات الداعمة لك ليست مخولة لطلب منك نقوداً أو تقول لك إنك بحاجة إلى الدفع مسبقاً لكي تحصل على رعايتها، لا تدفع أي شيء حتى إذا وعدتك برد النقود إليك عندما تكون في كندا. الجهات الراعية لك مسؤولة قانونياً عن مذكوب بدعم مالي محدود.



## 3.8 الوثائق الهامة في كندا



وثائق هوبيتك خاصة بك. لا يجوز لأحد، بمن في ذلك الجهات الراعية لك والمسؤول العامل في مجال التوطين وأفراد الأسرة أو حتى صاحب العمل، الاحتفاظ بوثائقك. وبوصفك مقيماً دائماً جديداً في كندا عليك أن تحصل على الوثائق الهامة التالية بعد وصولك بوقت قصير:

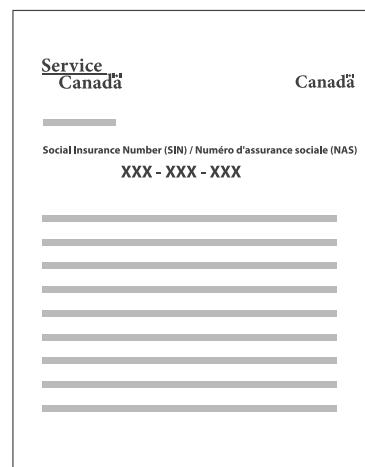
### 1. بطاقة المقيم الدائم

هذه الوثيقة دليل رسمي على وضعك كمقيم دائم في كندا. هذه الوثيقة سترسل إليك. هذه الوثيقة لا تدلّ مكان تأييد إقامتك الدائمة الذي توقيع عليها في المطار لدى الوصول إلى كندا. لابد لك من الاحتفاظ بكليهما.



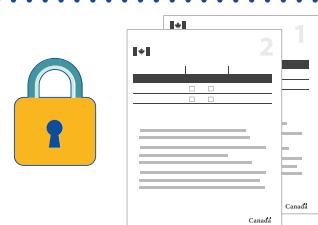
### 2. رقم الضمان الاجتماعي

هذا الرقم ضروري للعمل في كندا ولطلب التمتع بالبرامج والتقديمات الحكومية. احفظ هذا الرقم بأمان ولا تدع الآخرين يستخدمونه. للمزيد من المعلومات اقرأ هنا:



### 3. بطاقة الصحة على صعيد المقاطعة

أنت بحاجة إلى تأمين على الصحة من مقاطعتك أو من إقليمك للتمتع بالرعاية الصحية. وهذه البطاقة مخصصة لاستخدامك الحصري فقط. اطلب بطاقة الصحة الخاصة بك بأسرع ما يمكن بعد وصولك.



احفظ بنسخ من الوثائق الهامة واحفظها في مكان آمن. سوف تحتاج إلى دفع رسوم لاستبدالها إذا أضعتها أو إذا سرقت منك.



## 3.9 المنظمات المملوكة من الحكومة والمعنية بالوافدين الجدد



هذه المنظمات تُعرف أيضًا بوكالات الاستقرار وهي شائعة في كندا. وهي تساعد جميع الوافدين الجدد على الاستقرار بمجتمعهم الجديد. كمقيم دائم بإمكانك التمتع بهذه الخدمات للأجل الطويل إلى أن تصبح مواطنًا كندياً. هذه الخدمات مجانية. وبإمكانها أن تساعدك على ما يلي:



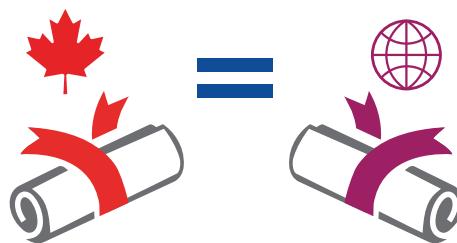
2. تعلم كيفية البحث عن عمل.



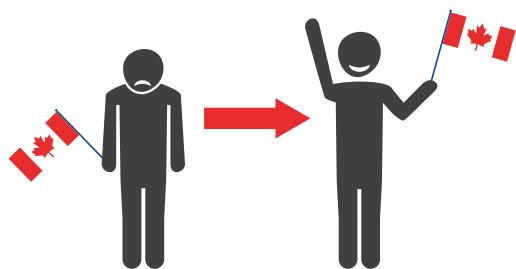
1. التسجيل في دروس اللغة (إنجليزية/فرنسية).



4. العمل معك لتحسين مهاراتك.



3. طلب المشورة لمعرفة كيفية الحصول على اعتراف بمؤهلاتك.



6. مواجهة تحديات الاستقرار.



5. المشاركة في المجتمع المحلي.



يمكنك البحث عن منظمات مملوكة من الحكومة للوافدين الجدد باستخدام أداة حكومة كندا على شبكة الانترنت هنا:

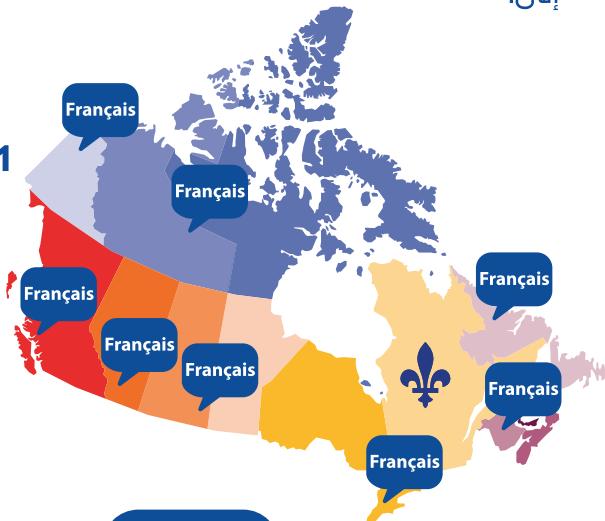


خدمات الاستقرار متاحة أيضاً باللغة الفرنسية. المنظمات الممولة من الحكومة توفر دعماً فورياً وطويلاً للأجل بإمكانها أن تربطك بمنظمات أو دوائر فرانكوفونية في مجتمعك المحلي.

للمزيد من المعلومات عن أماكن توافر الخدمات المقدمة بالفرنسية للوافدين الجدد، يمكن الرجوع إلى:



Carte interactive sur les collectivités francophones .1 هنا:



موقع حكومة كندا على شبكة الانترنت هنا:

Français



بالنسبة للخدمات في كيبيك (Quebec) يمكن الرجوع إلى أدلة حكومة كيبيك (Quebec) على شبكة الانترنت هنا:



المنظمات الممولة من الحكومة مسؤولة عن دعم جميع الوافدين الجدد، وعليها أن تحمي خصوصيتك. وهي مطالبة بطلب إذنك قبل مشاركة معلومات عنك مع الغير، عندما تجد أحداً تثق به شارك معه أية هموم أو تحديات لديك بما يساعدك على مذك بالدعم اللازم.



3.10 حالات الاستقرار

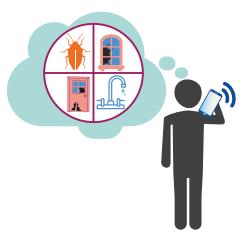
**تعليمات:** اقرأ حالات الاستقرار. ارسم خطأً بين كل حالة من الحالات والحل الموصى بها.



حاول تهديد مكان تواجد خدمات الاستقبال في المطار للحصول على المساعدة واظهر حقيتك التي تحمل رمز وشارة المنظمة الدولية لل مجردة.



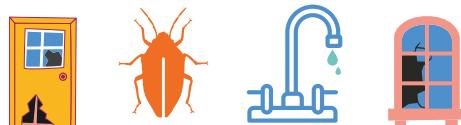
**ب) أطلب المشورة من منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك لفهم العواقب المحتملة للانتقال قبل اتخاذ قرار.**



اتصل بمنظمتك الممولة من  
الحكومة أو الجهات الراعية لك واشرح  
المشكلات بكل لطف وأدب.



د) اتصل بها واترك وضعيك واطلب موعداً.



قد تكون هناك مشاكل عديدة في بيتك الجديد.



تصل إلى المطار في كندا ولكن لا أحد هناك في استقبالك.



لم تصلك أية أخبار من منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك لأكثر من أسبوع. أنت ت يريد أن تبدأ طلب الوثائق الهامة وتببدأ دروساً في اللغة وتسجل الأطفال في المدرسة.



لك صديق في مقاطعة أخرى أو في إقليم آخر. هذا الصديق بوده لو انتقلت إلى مقاطعته أو إقليمه على الفور.

## 3.11 خدمات الاستقرار الأخرى في الأجل الطويل في مجتمعك المحلي

توفر مجتمعات محلية عديدة خدمات بإمكان الجميع، ومن في ذلك المقيمين الدائمون، الحصول عليها مجاناً أو بتكلفة منخفضة. قد تكون لدى مجتمعك المحلي الجديد جميع هذه الخدمات الطويلة الأجل أو قد لا يكون لديها إلا القليل منها.

تعليمات: انظر إلى خدمات الاستقرار في الأجل الطويل. ارسم خطأً بين كل خدمة من الخدمات ومكان الحصول عليها.



أ) الحدائق العامة



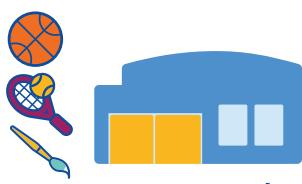
ب) المراكز الثقافية



ج) المكتبات العمومية



د) المتاحف



هـ) المراكز المجتمعية



وـ) أماكن العبادة



زـ) مراكز تعلم اللغات المملوكة من الحكومة



التمتع مجاناً بالدواسيب والإِنترنت والكتب والصحف والموسيقى والأفلام. توجد برامج اجتماعية مختلفة.



ممارسة مختلف أنواع الرياضات والهوايات.



تنظيم نزهة والتعرّف على الآخرين في مجتمعك المحلي. بإمكان الأطفال أن يتسللوا في أماكن اللعب المخصصة للأطفال في الهواء الطلق.



ممارسة الشعائر الدينية الخاصة بك مع الآخرين.



التعرّف على أشخاص من بلد معين أو ثقافة معينة.



تعلم الإِنجلizية و/or الفرنسية مجاناً، وتعلم الثقافة الكندية والتعرّف على ناس جدد. في بعض المقاطعات والأقاليم يمكنك الحصول على دعم مالي وأنت تتردد على دروس اللغة.



تعلم تاريخ كندا وثقافتها وفنونها.



## الوحدة 3: الدعم والخدمات



ج) مكاتب تقديم المعونة القانونية



ط) المأوى والديار الآمنة



ي) البنوك



ك) عيادات الصحة العقلية المجانية



ل) مراكز التوظيف



م) المنظمات المملوكة من الحكومة لمساعدة الوافدين الجدد



ن) مصارف الأغذية



تحدث إلى شخص إذا شعرت بالحزن أو القلق أو الذكاء. ذلك خدمة مجانية مهاطة بالكتمان ولا تصدر أية أحكام مسبقة، لمساعدتك على البقاء في صحة جيدة.

اطرح الأسئلة بخصوص المسائل النقدية.

اطلب دعماً طويلاً للأجل من أجل الاستقرار فيما يتعلق بالتعليم والعمل في مجتمعك المحلي الجديد.

اطلب المشورة بخصوص المسائل المتعلقة بالقانون.

اطلب المساعدة على كتابة سيرتك الذاتية أو البحث عن عمل أو الاستعداد لمقابلة من أجل العمل.

يمكنك الحصول على الغذاء مجاناً إذا لم تكون تملك ما يكفي من النقود لشراء الغذاء الذي تحتاجه، وذلك بفضل الدعم المالي الذي توفره الحكومة وأجهزة الرعاية لك.

توفير مأوى إذا كنت بحاجة إلى مكان آمن أثناء أزمة.



Government  
of Canada      Gouvernement  
du Canada



**1.** المعلومات عن الخدمات الحكومية

[www.canada.ca](http://www.canada.ca)

1-888-622-6232

(مركز خدمات كندا)



[www.benefitsfinder.services.gc.ca](http://www.benefitsfinder.services.gc.ca)

**2.** المعلومات الرسمية من حكومة كندا



اطلب الرقم 911



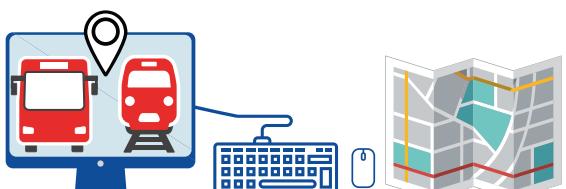
**3.** المعلومات عن الاستحقاقات  
ال>fدرالية وعلى مستوى المقاطعة  
وإقليمي بالنسبة للوافدين الجدد



اطلب الرقم 211



**4.** رقم الاتصال ب رجال الإطفاء أو  
سيارات الإسعاف أو الشرطة



الخرائط

**5.** معلومات عن كيفية التنقل والتحرك داخل مجتمعك المحلي



اطلب الرقم 911 للاتصال بالإطفاء أو  
سيارات الإسعاف أو الشرطة.

# الوحدة 4 السكن



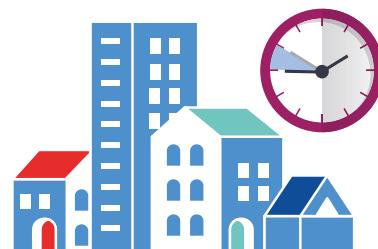
# الوحدة 4 السكن



## 4.1 السكن المؤقت

تعمل منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك جاهدة للبحث عن مكان لك تعيش فيه، وذلك حتى قبل وصولك إلى كندا. حسب توافر السكن الدائم في مجتمعك المحلي يمكن أن تقيم بسكن مؤقت لبضعة أسبوع. وأنواع السكن المؤقت تختلف بحسب برنامج إعادة التوطين.

سوف تنتقل من السكن المؤقت ما إن يتم العثور على سكن دائم لائق.



تعليمات: ضع علامة "✓" في خانة البرنامج الذي له صلة بإعادة توطينك في كندا.



BVOR/  
RDBV



JAS/  
PAC



PSR/  
PPPR



GAR/  
RPG

تعليمات: اقرأ وصف السكن المؤقت. ضع علامة "✓" في خانة أنواع السكن الذي يمكن أن تقيم به عندما تصل إلى كندا استناداً إلى برنامج إعادة توطينك.

1. مراكز الاستقبال



أماكن سكن مشتركة بالنسبة للوافدين الجدد في إطار برنامج GAR/RPG. الغرف تتوفّر فيها اللوازم الأساسية. ولبعض المراكز حمامات مشتركة وأماكن مشتركة للأكل.



## 2. غرف الفنادق أو النزل

غرف تتوفر فيها اللوازم الأساسية وعادة ما يكون لكل غرفة مرحاضها الخاص، وتدفع ثمنها منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك.



## 3. مكان السكن المؤقت

المستأجر

مكان تستأجره منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك موجّه خصيصاً للأشخاص الوافدين حديثاً إلى كندا. عادة ما يحتاج الأمر إلى الانتقال من هذا المكان بسرعة لخلاف المكان للوافدين الجدد.



## 4. أماكن السكن المؤقت

الأخرى

السكن المؤقت، بما في ذلك تقاسم بيت الجهة الراعية أو أحد الأقارب إلى أن يتم العثور على مكان إقامة دائم للعيش.



أثناء إقامتك بمكان سكن مؤقت يُنصح بك أن تتبع القواعد وتحافظ على نظافة المكان وإيقائه في وضع جيد وعدم إزعاج الآخرين.



## 4.2 السكن الدائم في كندا



العثور على سكن منخفض التكلفة في كندا صعب. وخيارات السكن قد تكون محدودة. وستساعدك منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك على تحديد عدد محدود من الخيارات التي تلبي احتياجاتك الأساسية وتلائم ميزانيتك. ستساعدك أيضاً في اقتناء الأثاث واللوازم المنزلية الأساسية لبيتك الجديد.

تعليمات: انظر المبني. ضع علامة "✓" في خانة المبني الذي هو مثال للسكن الدائم الأول.



3.



2.



1.



6.



5.



4.



9.



8.



7.



مكان السكن وتكلفته وحجمه هي ثلاثة اعتبارات هامة عند استئجار سكن دائم.



## 4.3 أنواع السكن الدائم في كندا

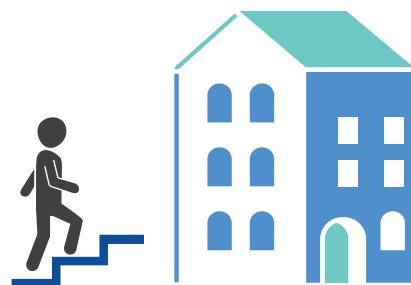


تعليمات: اقرأ عن مختلف أنواع السكن الدائم في كندا.

### 1. الشقق

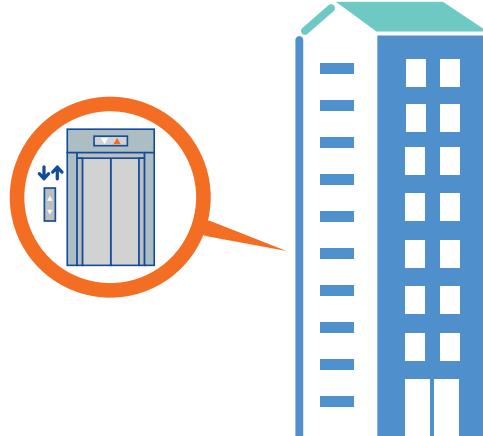
#### أ) شقق المباني المنخفضة الارتفاع

هذه المباني ليست عالية جداً وهي لا تمتلك عادةً مصعداً. وكل طابق يمكن أن يكون به أكثر من شقة واحدة.



#### ب) شقق المباني الشامخة

هذه المباني بنيات شامخة تتواجد عادةً في المدن الكبيرة ولها مصاعد ويمكن أن يكون بها أكثر من شقة واحدة في كل طابق.



#### ج) الشقق في مباني من دورين

هذه الشقق يمكن أن تكون أقل كلفة من شقه في بناءة عالية او بناءة منخفضه الارتفاع.



#### د) الشقق في الطوابق السفلية

هذه الشقق شائعة في كندا. وهي تقع جزئياً تحت الأرض ولها نوافذ صغيرة لكي يدخلها نور الشمس. الشقق في الطوابق السفلية غالباً ما تكون أقل كلفة من أنواع الشقق الأخرى.



الشقق في كندا بها عادةً ما بين غرفة وثلاث غرف نوم.  
الشقق التي بها أربع غرف نوم أو أكثر نادرة ومكلفة.



## 2. المنازل



### أ) المنازل المنفصلة

في الغالب لا تسكن إلا أسرة واحدة المنزل المنفصل. هذه الأنواع من المنازل مكلفة سواء في الإيجار أو الشراء.



### ب) المنازل غير المنفصلة

في المنازل غير المنفصلة لكل بيت مدخله الخاص ولكنه يتقاسم جداراً مع البيت المجاور له. قد يكون مؤجراً أو مملوكاً لأشخاص مختلفين.



## 3. أماكن السكن الدائمة الأخرى



### أ) السكن المجهز

هذا النوع من السكن يلائم احتياجات أشخاص معينين لهم صعوبات في التنقل أو الاعتناء بأنفسهم.



### ب) السكن المشترك

هذا النوع من السكن مستأجر من شخصين أو أكثر يتقاسمان مساحة تعايش مشترك. عادة ما يكون لكل واحد غرفة نوم مستقلة ويدفع جزءاً من الإيجار.



من الصعب العثور على سكن للعائلات الكبيرة. وهناك حد أقصى في عدد الأشخاص الذين يمكن أن يعيشوا معاً في مكان واحد.



## 4.4 مصطلحات هامة فيما يتصل بالسكن



تعليمات: انظر إلى الكلمات ذات الصلة بالسكن. ارسم خطأً بين كل كلمة ووصفها.

أ) الشخص الذي يمتلك عقاراً مؤجراً للغير.

1.



المستأجر

ب) آلات كهربائية تساعد على العمل المنزلي. البيوت المؤجرة لا تحتوي عادة على أثاث، باستثناء بعض التجهيزات الكبيرة التي هي ملك لصاحب البيت وليس المستأجر.

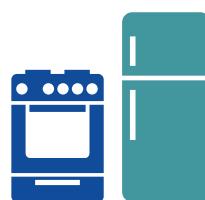
2.



المالك

ج) الأجهزة التي تصدر أصوات عالية لتنذرك باحتمال وجود حريق.

3.



الأجهزة الكهربائية

د) الشخص الذي يستأجر مكاناً ليعيش فيه.

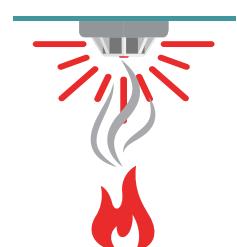
4.



تأمين المستأجر

هـ) تغطية نفقات الأضرار التي تطرأ في حالة حدوث مشاكل غير متوقعة مثل السرقة أو الإصابة أو الحريق.

5.



أجهزة كشف الدخان

و) حاويات يمكنك أن تضع بها المواد البلاستيكية والعلب والورق والزجاج. فالعديد من المدن تجمع هذه المواد وتعيد استخدامها لأغراض أخرى.

6.



سلة المهملات لأغراض إعادة التدوير

## 4.5 قوانين السكن



قوانين السكن توضح حقوق ومسؤوليات المستأجر والمالك.  
وهي تختلف بين مقاطعة وأخرى وإقليم آخر.



تعليمات: اقرأ الأسئلة. ضع علامة "✓" في خانة صاحب الحق أو المسؤول. بعض الأسئلة لها أكثر من إجابة صحيحة.



ب) المالك



1. من المسؤول عن دفع الإيجار بالكامل  
وفي الوقت المحدد؟



أ) المستأجر



ب) المالك



2. من له الحق في زيادة مبلغ الإيجار، ولكن فقط بإشعار خططي وفي حدود معينة  
وبشروط واضحة؟



أ) المستأجر



ب) المالك



3. من المسؤول عن المحافظة على النظافة داخل المنزل وحسن صيانته  
وسلامته؟



أ) المستأجر



ب) المالك



4. من المسؤول عن احترام قواعد المبني وقوانين المدينة الأساسية مثل الضجيج؟



أ) المستأجر



ب) المالك



5. من المسؤول عن المحافظة على سلامة المبني وإيقائه في حالة جيدة؟



أ) المستأجر



ب) المالك



6. من المسؤول عن المحافظة على سلامة المبني وإيقائه في حالة جيدة؟



أ) المستأجر



ب) المالك



7. من يجب أن يطلب إذناً للدخول إلى المنزل المستأجر للقيام بالإصلاحات؟



أ) المستأجر



ب) المالك



8. من المسؤول عن اتخاذ الترتيبات للقيام بالصيانة والإصلاحات المنتظمة ودفع ثمنها؟



أ) المستأجر



ب) المالك



9. من يجب أن يتبع القانون إذا ما أراد إنهاء عقد الإيجار قبل موعد انقضائه؟



أ) المستأجر



ب) المالك



10. من يمكن أن يطالب بدفع الشهر الأول بالإضافة إلى وديعة كضمان أو تأمين للأضرار؟



أ) المستأجر



للمالك أن يوظف شخصاً يقوم بتحصيل الإيجار ويحافظ على البناء في حالة جيدة ويحرص على القيام بالإصلاحات نيابة عنه. وهذا الشخص يدعى مدير الملكية.



## 4.6 عقد الإيجار



عقد الإيجار عقد خطى بين المستأجر والمالك. ولا بد لك من قراءته وفهمه تماماً قبل التوقيع عليه.

ترد في معظم عقود الإيجار المعلومات التالية:



اسأل منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك عن الهيئة المسؤولة عن السكن في مقاطعتك أو في إقليمك. بإمكانك أن تتصل بتلك المنظمة لطرح الأسئلة أو رفع شكوى بخصوص السكن.



## 4.7 العيش بأمان في بيتك

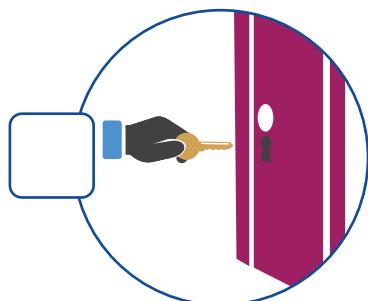


فيما يلي بعض النصائح للعيش بأمان وسلام في بيتك. لك أن تطلب من منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك أن تشرح لك الكيفية.

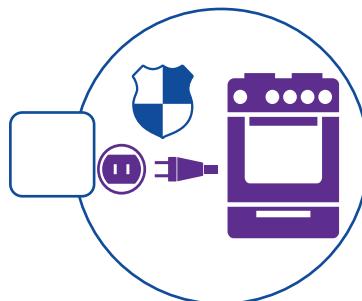
تعليمات: اقرأ النصائح للعيش بأمان وسلام في بيتك الجديد. ضع علامة "✓" في خانة نصائح السلامة التي تنوي الاستفسار عنها من منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك بخصوصها ما إن تصل إلى كندا.



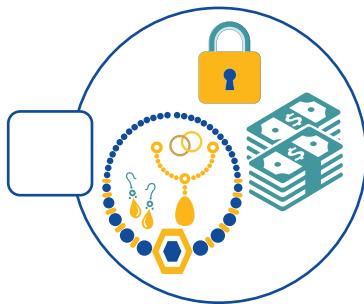
2. تجرب أجهزة كشف الدخان بانتظام ومعرفة مكان وجود مخارج الطوارئ



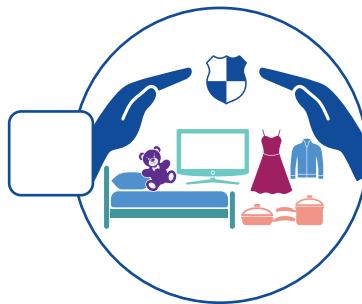
1. إغلاق الأبواب بالألقفال



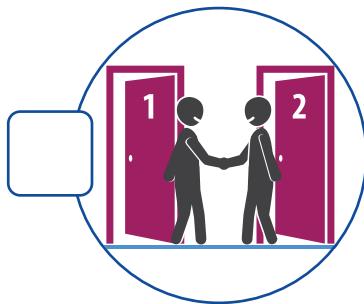
8. الاستفسار عن كيفية استخدام التجهيزات بشكل آمن وسلام وعن كيفية تجنب الحوادث في بيتك



3. الاحتفاظ بالمجوهرات وغير ذلك من الأشياء الثمينة في مكان آمن



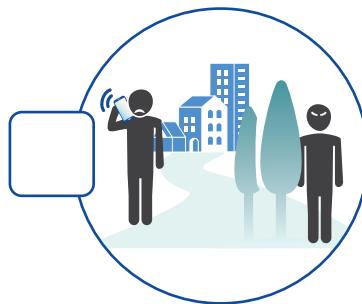
7. اقتناة تأمين المستأجر



4. التعرّف على جيرانك



5. عدم السماح للغرباء بالدخول



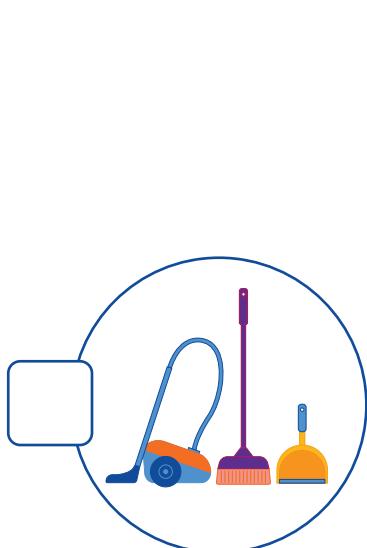
6. التبليغ عن أي أشخاص مشبوهين بالقرب من منزلك

## 4.8 المحافظة على نظافة مسكنك

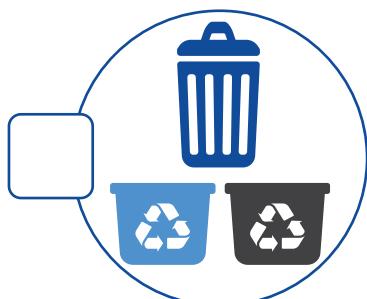


المحافظة على نظافة مكان العيش أساسى للبقاء في صحة جيدة.

تعليمات: اقرأ عن كيفية البقاء في صحة جيدة بالمحافظة على نظافة بيتك. ضع علامة "✓" في خانة أساليب التنظيف التي هي جديدة بالنسبة لك.



2. التنظيف بالمكنسة  
الكهربائية وكنس الأرضية



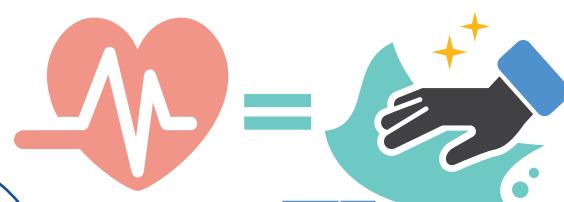
1. القيام بانتظام بفصل  
الفضلات وإخراجها وإعادة  
تدويرها في أيام جمع  
النفايات



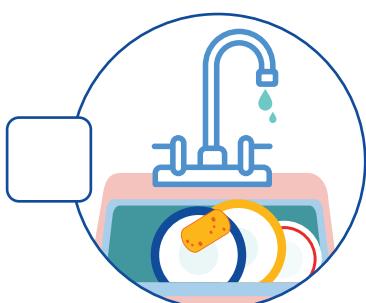
7. التخلص من المنتجات  
الصحية كالفوط الصحية  
والحفاضات في سلة  
المهملات وليس في  
المراحيض.



3. تنظيف السطوح في بيتك



6. تنظيف المراحيض  
والمغاسل وأحواض  
الاستحمام والدوش



4. غسل الأواني



5. غسل الملابس والأفرشة

# الوحدة 5

# الصحة



# الوحدة 5

## الصحة

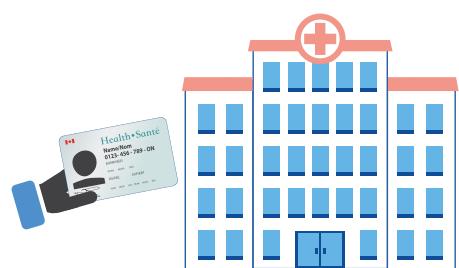


### 5.1 الرعاية الصحية العامة في كندا

توفر كل مقاطعة ويوفر كل إقليم للمقيمين خدمات رعاية صحية ممولة تمويلاً عمومياً. وتختلف التغطية من مقاطعة لأخرى ومن إقليم لآخر. عندما تتلقى خدمات طبية في كندا عادةً ما لا يكون عليك أن تدفع ثمنها مباشرةً. وهذه الخدمات ممولة عن طريق الضرائب.



لاستخدام خدمات الرعاية الصحية الممولة تمويلاً عمومياً، أنت بحاجة إلى بطاقة صحية. وتحتاج إلى طلب بطاقة صحية من المقاطعة التي تعيش فيها أو الإقليم الذي تعيش فيه. أطلب من المنظمة التي تموّلها الحكومة أو من الجهات الراعية المساعدة في التقديم على بطاقةك الصحية في أقرب وقت ممكن.



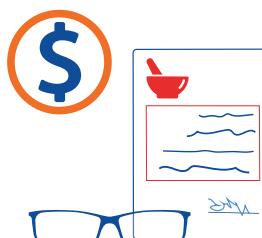
بعض خدمات الرعاية الصحية ممولة تمويلاً كلياً في حين لا تتمتع خدمات أخرى إلا بتغطية جزئية أو لا تتمتع بأي تغطية على الإطلاق. إن خدمات الرعاية الصحية التي يحتاج الأشخاص أحياناً إلى دفع ثمنها مباشرةً تشمل ما يلي:



3. الوصفات الطبية



2. الرعاية الطبية  
الخاصة بالأسنان



1. النظارات  
الطبية



5. الرعاية المنزلية للأفراد ذوي  
الاحتياجات الطبية الخاصة



4. خدمات الإسعاف

لمزيد من المعلومات اتصل بمنظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك أو قم بزيارة موقع مقاطعتك أو إقليمك على شبكة الإنترنت.



١. عندما تبدأ أنت أو أحد أفراد أسرتك العمل، اسأل عما إذا كان صاحب العمل يوفر تغطية صحية إضافية للخدمات غير المغطاة في مقاطعتك أو إقليميك.



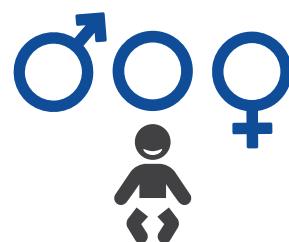
٢. في بعض المقاطعات أو الأقاليم، توجد رعاية طبية ورعاية خاصة بطب الأسنان متاحة لبعض الأشخاص بتكلفة أدنى أو مجاناً. استفسر عن ذلك لدى منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك.



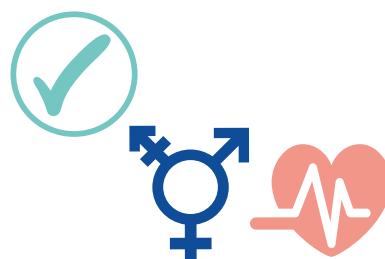
٣. في كندا، يمكنك اتخاذ قرار الإنجاب وعدد الأطفال في الوقت الذي يناسبك. لهذا الغرض يمكن التحدث إلى طبيب بخصوص خيارات تنظيم أسرتك. فالجسم جسمك والخيارات.



٤. الأطفال الذين يولدون بشكل طبيعي بخصائص جنسانية مختلفة لا يحتاجون عادة إلى جراحة ما لم يكن ذلك ضرورياً من الناحية الطبية.



٥. من المشروع أن يلجأ الأشخاص إلى الجراحة لتأكيد هويتهم الجنسانية إذا كانت مختلفة عن الجنس المسند إليهم عند الولادة.



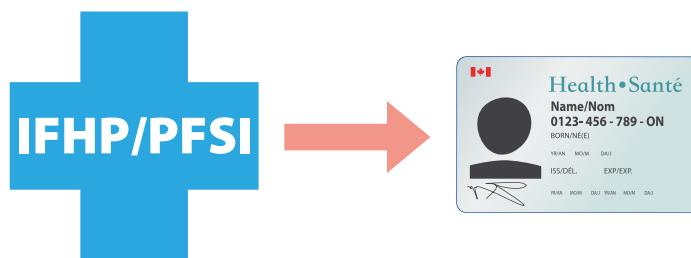
أنت بحاجة إلى إبراز بطاقةك الصحية كل مرة تلتزم فيها خدمات الرعاية الصحية الممولة تمويلاً عمومياً. واستخدم بطاقةك الصحية الشخصية ولا تعرها لأحد غيرك.





## 5.2 برنامج الصحة الفدرالي المؤقت

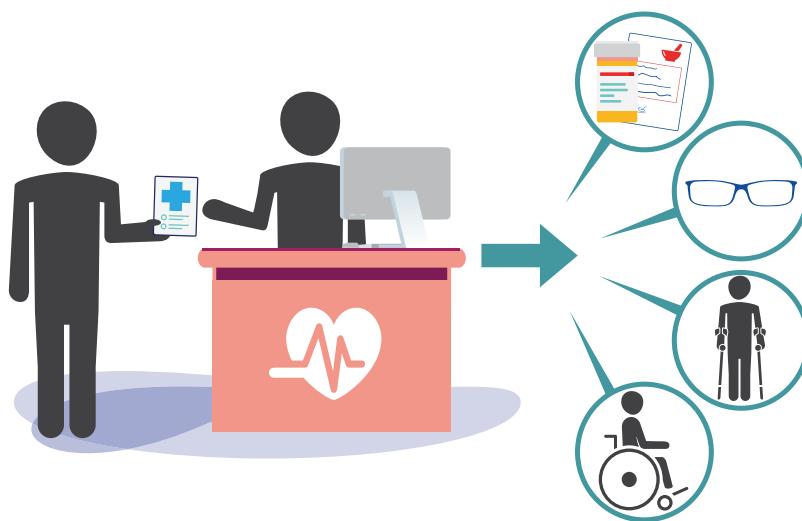
طول المدة قبل تمكنك من التمتع بخدمات الرعاية الصحية على صعيد المقاطعة أو الإقليم يتوقف على المكان الذي تعيش فيه بكندا.



برنامج الصحة الفدرالي المؤقت يغطي الخدمات الطبية الأساسية إلى أن تحصل على بطاقةك الصحية وينتسب لك التمتع بخدمات الرعاية الصحية الممولة تمويلاً عمومياً. وهو يغطي أيضاً الخدمات الطبية الإضافية أثناء الفترة التي تتلقى فيها دعماً مالياً من الحكومة أو من الجهات الراعية لك. وللمزيد من المعلومات اقرأ هنا:



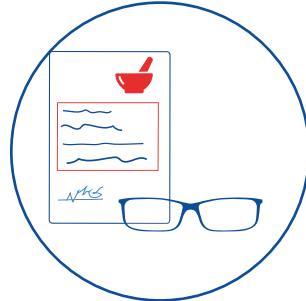
سوف تحصل على وثيقة برنامج الصحة الفدرالي المؤقت لدى وصولك إلى كندا. احتفظ بهذه الوثيقة في مكان آمن.



عليك أن تبرز وثيقة برنامج الصحة الفدرالي المؤقت أمام موفر الرعاية الصحية في إطار البرنامج كل مرة تحتاج فيها إلى خدمات أو منتجات كي يتسنى له التأكد من تغطيتك.



في إطار برنامج الصحة الفدرالي المؤقت، ستحصل على تغطية إضافية للخدمات الصحية غير المشمولة بخدمات الرعاية الصحية على مستوى المقاطعة أو الإقليم، بما في ذلك ما يلي:



**1.** رعاية بصرية محدودة  
(النظارات الطبية)



**2.** رعاية طب الأسنان الطارئة



**4.** الخدمات الأخرى مثل خدمات الإسعاف والوصفات الطبية وخدمات الترجمة الفورية



**3.** خدمات الصحة العقلية



سوف تحصل على هذه الاستحقاقات وأنت تتلقى دعماً مالياً من حكومة كندا وأو الجهات الراعية لك. وعند نهاية تغطيتك الطبية في إطار البرنامج المؤقت سوف تحتاج إلى دفع ثمن الخدمات الطبية الإضافية.

عندما تستخدم البرنامج المؤقت، ستحتاج في البداية إلى طرح السؤال لمعرفة ما إذا كانت خدمة طبية معينة مشمولة بالتجطية أم لا. إذا لم تكن مشمولة لابد لك من دفع ثمنها أو الانتظار إلى أن يتتسنى لك التمتع بخدمات الرعاية الصحية على صعيد المقاطعة أو الإقليم.



يمكنك منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك أن تساعدك على تبيين الخدمات أو المنتجات المشمولة بالتجطية من خلال البرنامج المؤقت. يمكنك أيضاً أن تبحث عن مهنيي الصحة المسجلين في إطار البرنامج المؤقت هنا:





## 5.3 إلى أين تتجه للحصول على مختلف خدمات الرعاية الصحية؟

يقدم موفّرو خدمات رعاية صحية متعددون مختلف أنواع الخدمات.

تعليمات: انظر إلى مختلف موفّري الرعاية الصحية في كندا. أرسم خطأً بين كل موفّر للخدمات ووصفه.

**أ)** المكان الذي تقصده في مستشفى ما عندما تعرّض لمشكلة صحية خطيرة وعاجلة. ورهناً بالمشكلة الصحية، بإمكانك أن تنتقل إليها بوسائلك الخاصة أو عن طريق سيارة إسعاف بالاتصال على الرقم 911.



**أطباء الأسر**

**ب)** المهنيون الذين يوفّرون لك المشورة والعلاج في إطار الرعاية الصحية العامة. بإمكانهم أن يحيلوك إلى أخصائي. اعرض نتائج اختباراتك الطبية ولقاحاتك التي حصلت عليها أو تلقيتها قبل وصولك إلى كندا.



**مراكز الصحة المجتمعية**



**غرف الطوارئ**

**ج)** مراكز رعاية طبية أكبر تتجه إليها عندما تكون تواجه مشكلة صحية خطيرة تتطلب إجراء اختبارات أو جراحة.



**المستشفيات**



في كندا، ستقرر من يمكن أن يكون مطلعًا على معلوماتك الطبية الشخصية. ولد يمكن تقاسم هذه المعلومات مع الآخرين ما لم تأذن بذلك أو ما لم يكن ذلك بشكل مباشر منك. من مسؤوليتك اتخاذ القرارات بخصوص صحتك والدفاع عن نفسك.



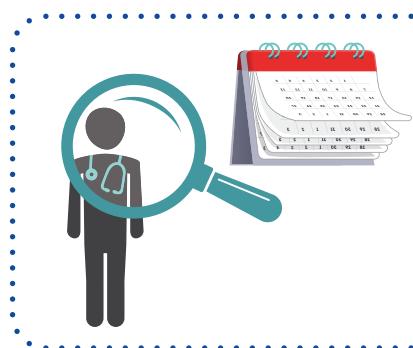
ه) الأطباء الذين يركزون على مشاكل صحية ممددة وقد تلقوا تدريباً في ذلك الميدان من ميادين الطب. وطبيبك العائلي عادة ما يحيلك إلى مثل هؤلاء الأطباء. وعمليات الإحالة غير الطارئة إلى هؤلاء الأطباء تستغرق عدة أشهر.

الشخص الذي يجب أن تتوجه إليه إذا كانت لديك مشاكل في الأسنان. ومعظم هذه الخدمات لا تغطيها الرعاية الصحية الممولة تمويلاً عمومياً. لكن بعض مخططات الرعاية الصحية العمومية تغطي البعض من خدمات جراحة الأسنان الطارئة إذا تمت في مستشفى.

**ز) الجهة التي تتوجه إليها عندما تكون لديك مشاغل طبية غير مهدّدة للحياة، عندما لا يكون لك طبيب عائلي أو عندما لا يكون الطبيب العائلي متفرغاً. عموماً أنت لا تحتاج إلى موعد.**

ج) المهنيون الذين بإمكانهم أن يساعدوك إذا كانت لديك مشاغل عاطفية. أطلب مساعدة مهني إذا بدأت المعانة العاطفية تؤثر في حياتك اليومية.

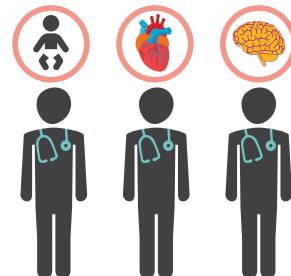
**ط) الجهة التي تتوجه إليها لشراء الأدوية المحددة في  
وصفة طبية وأية مستلزمات رعاية صحية أخرى.  
ومهنيو الرعاية الصحية يمكنهم هنا أيضاً الرد على  
السؤال بخصوص الأدوية وبعضهم يوفر اللقاءات.**



العنور على طبيب عائلي يستغرق بعض الوقت في كندا. توجه بالسؤال إلى منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك ما إن تصل إلى كندا. في هذه الأثناء، إذا كانت لديك مشاغل صحية غير عاجلة وتحتاج إلى عيادة طبيب، يمكنك أن تتوجه إلى أي مستوصف بدون موعد أو مركز صحي مجتمعي.



## العيادات الطبية بدون موعد مسبق (مستوصف)



الأخصائيون



أطباء الأسنان



الصلوات



||፩ ተናከር፡ ፭(፻); ፯(፻); ፷(፻፶); ፸(፻፷); ፶(፻፸)

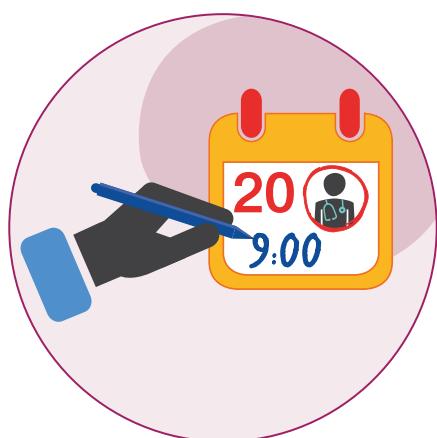
## 5.4 لمواعيد الطبية



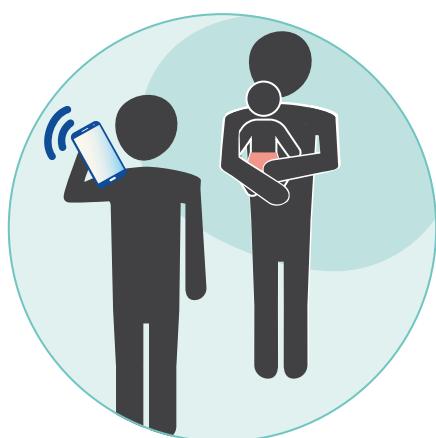
من الأهمية بمكان التقى بالمواعيد الطبية. إذا وصلت متأخرًا يمكن للطبيب أن يرفض فحشك. وإذا تأخرت عن خدمة طبية يمكن أن تُرفض لك تلك الخدمة وستكون مع ذلك مرغماً بدفع ثمنها. وبالتالي سجل دائمًا التاريخ والتوقيت لمساعدتك على تذكر الموعد.



**تعليمات:** انظر إلى تجربة هذه العائلة مع المواعيد الطبية في كندا.



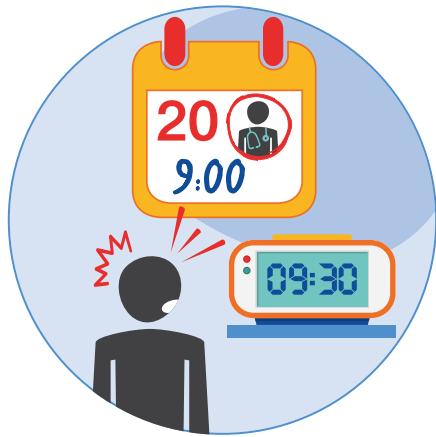
.2



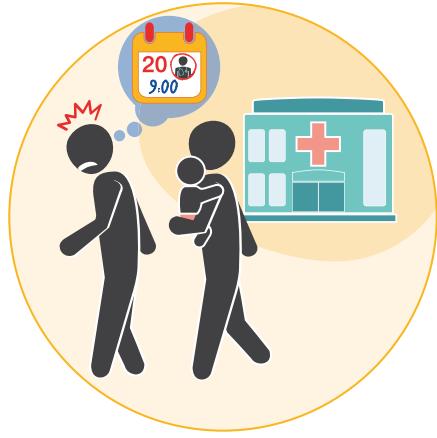
.1



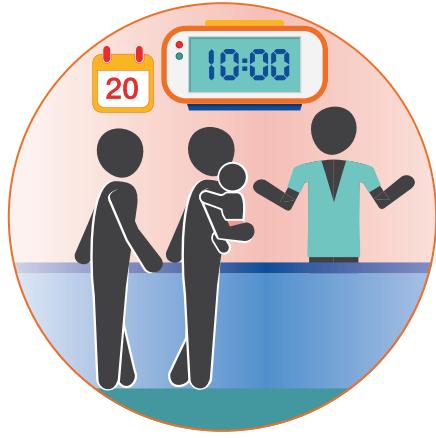
.4



.3



.6



.5

## 5.5 الصحة العقلية

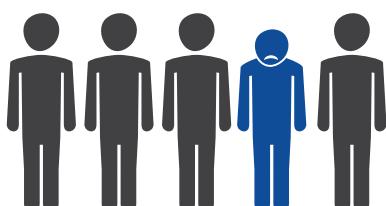


الصحة العقلية تشير إلى أحوالك وكيفية تفكيرك وتصرفك وأنت تتأقلم مع الحياة. وتشير أيضاً إلى كيفية معالجتك للإجهاد والغضب والحزن.

1. يمكن لأي شخص أن يتعرض لمشاكل فيما يتصل بالصحة العقلية. فهي تؤثر على الأشخاص من جميع أنواع الجنس والأعمار والمستويات التعليمية ومستويات الدخل والثقافة.



2. سنوياً، يرّجح أن يمر واحد من أصل خمسة أشخاص في كندا بمشكلة صحة عقلية.



3. ببلوغ سن الأربعين تكون نسبة 50 في المائة من السكان تعاني أو عانت من مشكلة صحة عقلية.



4. كتشف خدمات الصحة العقلية المتاحة بالاتصال بالرقم 211 أو البحث على الشبكة. وبإمكانك أيضاً التحدث إلى طبيب العائلة أو الممرض/الممرضة أو العامل الاجتماعي لطلب المساعدة. وللمزيد من المعلومات حول الطريقة التي يمكن بها للوافدين الجدد في كندا إدارة صحتهم العقلية اقرأ هنا:



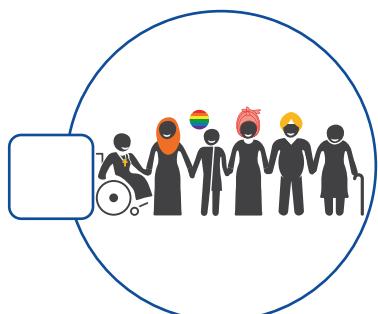
5. بالنسبة للأطفال ذوي احتياجات الصحة العقلية يمكن الاتصال بالرقم 1-800-668-6868 أو اقرأ هنا:



## 5.6 بعض التحديات التي تواجه الوافدين الجدد



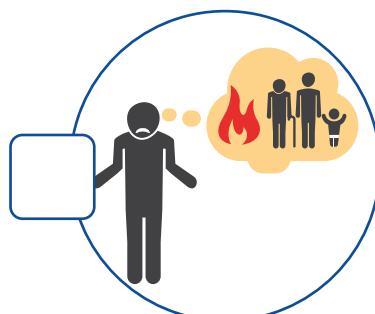
تعليمات: انظر إلى التحديات التي يواجهها بعض الوافدين الجدد في كندا. ضع علامة "✓" في خانة التحديات التي قد تواجهها في كندا.



3. تكوين  
أصدقاء جدد



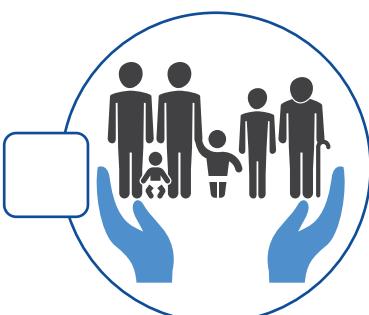
2. البحث عن مكان  
للعيش



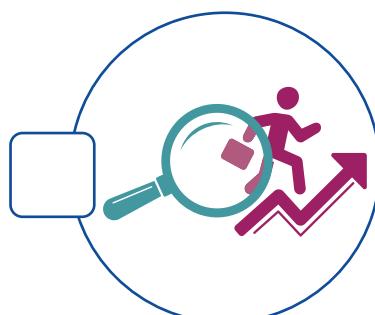
1. الاضطرار إلى مغادرة  
مكان غير آمن حول  
العالم، وبيتك  
وأسرتك وأصدقائك



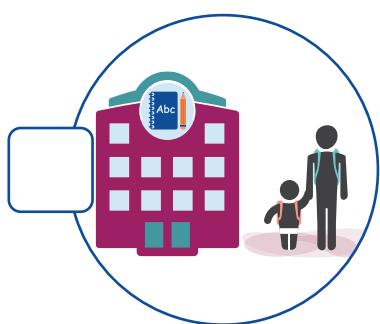
6. الاستقرار في مجتمع  
جديد



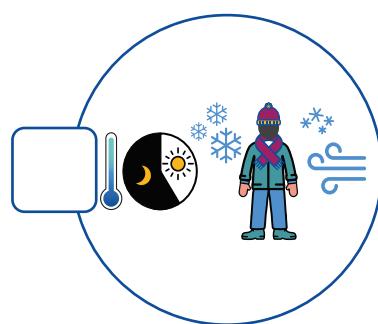
5. إعالة أسرتك



4. الحصول على عمل



8. البدء في مدرسة  
جديدة



7. التعود على الطقس

## 5.7 متى يجب طلب المساعدة؟

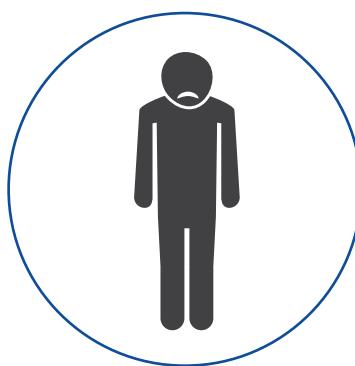
بدء حياة جديدة في بلد جديد يمكن أن يكون صعباً ويمكن أن يستغرق بعض الوقت. ومن الطبيعي أن تتعدد المشاعر أثناء التأقلم. لكن إذا كانت هذه الأحساس تؤثر في حياتك اليومية أو تطلب المساعدة. التحدث إلى شخص ما بخصوص أية صعوبات تواجهها هو الخطوة الأولى لمساعدة نفسك. أطلب المساعدة إذا كنت أنت أو شخص تعرفه تشكوان في كثير من الأحيان بما يلي:



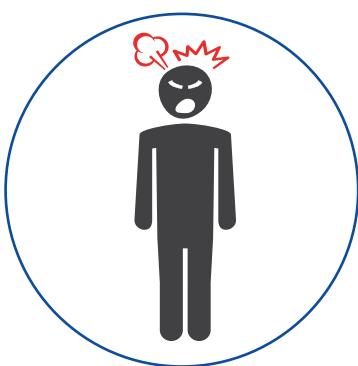
3. فقدان الشهية



2. الكوابيس أو الذكريات المؤلمة



1. الحزن أو اليأس



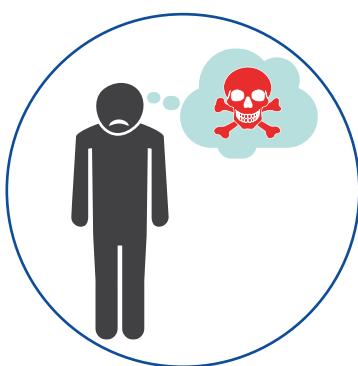
6. الشعور بالإحباط أو الغضب



5. التعب أو الإرهاق



4. الأرق



9. التفكير في إيذاء النفس أو الموت



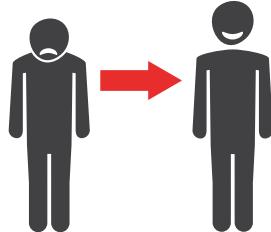
8. الشعور بالوحدةانية أو العزلة أو الانزواء



7. القلق أو الإجهاد

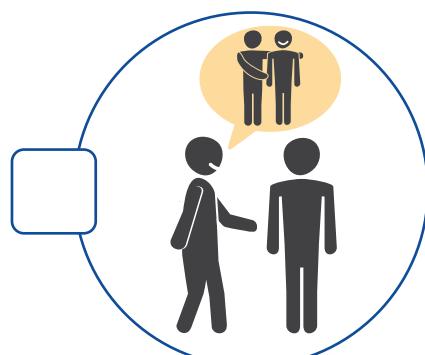


## 5.8 كيف يمكن أن تساعد نفسك وتساعد غيرك؟

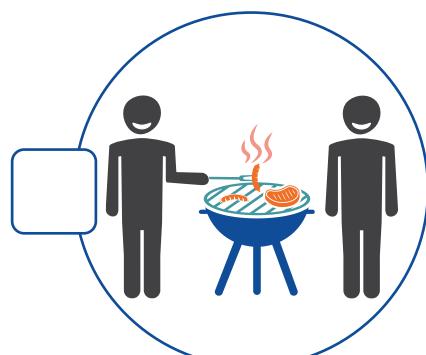


إذا كنت تشعر بالحزن أو بالقلق هناك أشياء يمكن أن تفعلها لمساعدة نفسك ومساعدة غيرك. ابدأ بالقيام بأنشطة تعلم أنها تجعلك تشعر بالارتياح أو السعادة.

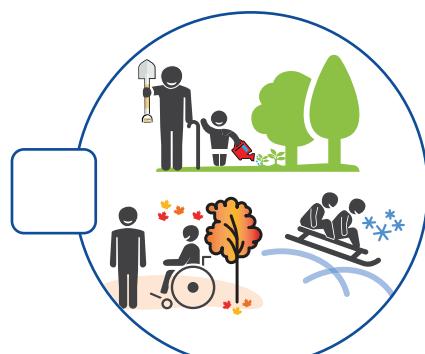
تعليمات: أنظر إلى ما يمكن فعله. ضع علامة "✓" في خانة ما يمكن فعله ليساعدك عندما تشهد صعوبات في التأقلم مع الحياة في كندا.



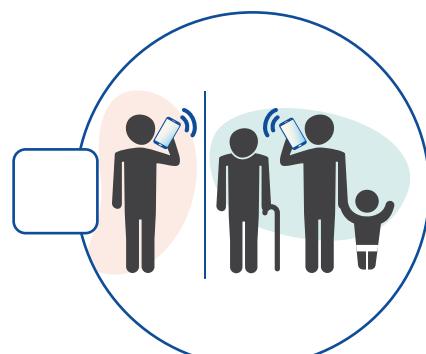
2. مساعدة الآخرين



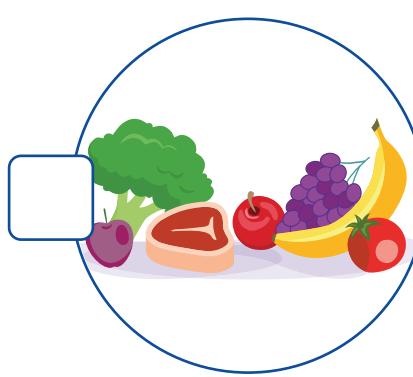
1. الطبخ مع الآخرين ولهم



4. تقضية الوقت خارج البيت

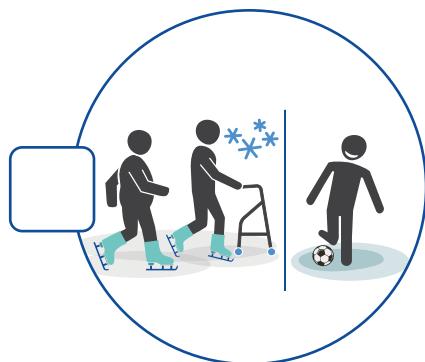


3. التواصل مع الأسرة والأصدقاء

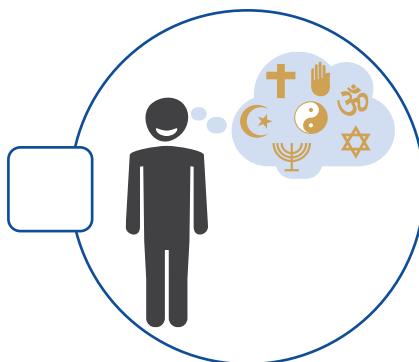


5. تناول مأكولات صحية.  
وللمزيد من المعلومات اقرأ هنا:





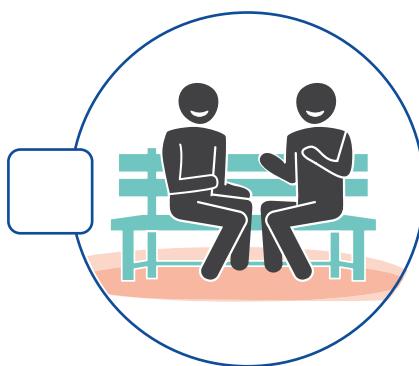
7. ممارسة الألعاب الرياضية



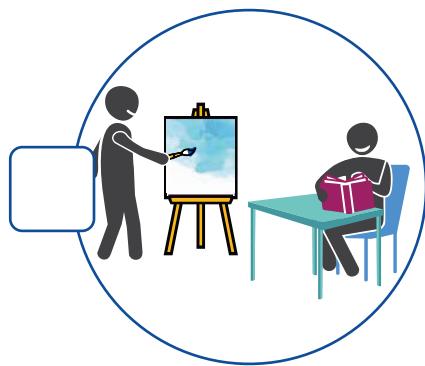
6. الصلاة أو التأمل



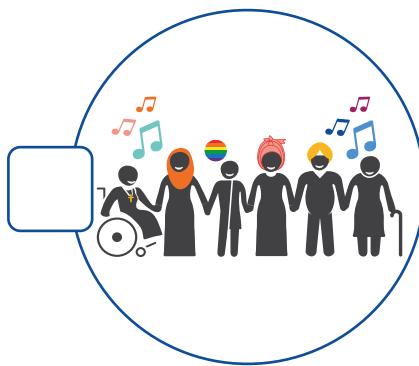
9. التركيز على جوانب الحياة الإيجابية



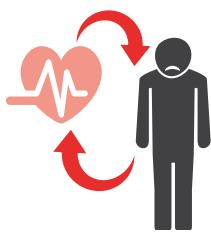
8. التحدث إلى أشخاص تثق بهم



11. خصص بعض الوقت لنفسك وقم بأشياء تستمتع بفعلها مثل قراءة كتاب أو القيام بشيء آخر.



10. ممارسة جوانب معينة من ثقافتك



صحتك العاطفية هامة بقدر أهمية صحتك الجسدية، وكلتاهما متراقبتان. تماماً مثلما تكون لديك مشكلة في جسدك، أيضاً عند معاناتك عاطفياً، من المهم أن تطلب المساعدة.



## 5.9

### الوقاية من المشاكل الصحية عن طريق النظافة الشخصية



النظافة الشخصية الجيدة هامة لحماية نفسك وغيرك من الأمراض.

تعليمات: انظر إلى المشاكل الصحية. أرسم خطأً بين كل مشكلة وكيفية الوقاية منها.



أ) استخدم قناع وجه (كمامة) عندما تكون مريضاً. وغضير فمك عند السعال أو العطس واغسل يديك بعد ذلك.



ب) عدم تقاسم الملابس أو الفرشاة أو المناشف مع الغير.



ج) تنظيف الأسنان مرتين إلى ثلاثة مرات في اليوم وبانتظام.



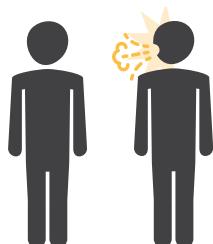
د) غسل اليدين بانتظام بالصابون لعشرين ثانية على الأقل، ولا سيما بعد استخدام المرحاض أو قبل إعداد الطعام.



**رائحة الفم الكريهة وتسوس الأسنان**



**الإنفلونزا والإسهال والطفيليات**



**تفشي الأمراض**



.4



(٣) ٤ ; (٤) ٤ ; (٥) ٢ ; (٦) ١ : جـ٢٦-٣٢

# الوحدة 6

# التعليم



# الوحدة 6

## التعليم



### 6.1 التعليم في كندا



ينص القانون في كندا على تعليم الأطفال، وبحسب المقاطعة أو الإقليم يبدأ الدراسة في سن ما بين 4 و 6 أعوام ويجب أن يواصلوا الدراسة حتى سن ما بين 16 و 18 عاماً.

في كندا، المقاطعات والأقاليم مسؤولة عن التعليم. ونتيجة لذلك، قد تكون هناك بعض الاختلافات بحسب المكان الذي تعيش فيه. للمزيد من المعلومات عن التعليم في المكان الذي ستعيش فيه: اقرأ هنا:



لكندا لغتان رسميتان هما: الإنجليزية والفرنسية. المدارس العمومية متوفرة عادة بإحدى هاتين اللغتين.

English

Français



في المدارس باللغة الإنجليزية تعطى الدروس الإنجليزية وتدرس الفرنسية كلغة ثانية. وفي المدارس الفرنسية تُدرّس الإنجليزية كلغة ثانية. ومدارس الإدماج اللغوي الفرنسية توفر مزيجاً من الاثنين. للمزيد من المعلومات استفسر لدى منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك.



اللغة الرسمية في مقاطعة كيبك هي الفرنسية. الأطفال الوافدون الجدد سوف يتربدون على المدارس التي تعطى فيها الدروس باللغة الفرنسية. في المقاطعات والأقاليم الأخرى استفسر عن التعليم باللغة الفرنسية هنا:





## 6.2 خيارات التعليم المتاحة للأطفال

تعليمات: اقرأ مختلف الخيارات المتاحة لتعليم الأطفال في كندا.

قد تختلف هذه الخيارات بحسب المكان الذي تعيش فيه. ضع علامة "✓" في خانة خيارات التعليم التي تود الاستفسار عنها من منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك عندما تصل إلى كندا.

### 1. المدارس العمومية

أ) هذه المدارس هي أكثر المدارس شيوعاً. وهي تموّل عن طريق الضرائب التي يدفعها السكان. فالمقاطعات والأقاليم تسهر على توافر تعليم من نوعية عالية في المدارس العمومية. المدرسوون بحاجة إلى تأهيل للتدريس في هذه المدارس واتباع منهاج حكومي.



### ب) المدارس المستقلة

هذه المدارس مدارس ممولة تمويلاً عمومياً. ولا تتوارد إلا في بعض المقاطعات والأقاليم. في هذه المدارس تتشكل الديانة الكاثوليكية الرومانية جزءاً من المنهاج الدراسي.



### 2. المدارس المستقلة

هذه المدارس تشترط دفع الأسر ثمن التحاق الطلاب بها. البعض من هذه المدارس يتبع القواعد التي تحددها الحكومة. بعض المدارس الخاصة الأخرى تقرر ما الذي يتعلّمه الطالبة وتختار من يدرّس بها. في هذه المدارس يمكن أن تكون التربية الدينية جزءاً من المنهاج الدراسي.



### 3. الدراسة من المنزل

تختار بعض العائلات تعليم أطفالها في البيت. ومع ذلك سيظل الأطفال يحتاجون إلى تسجيل يبيّن أنهم يتلقون تعليماً. تغطي العائلات معظم التكاليف وتقرر ما الذي يتعلّمه الطالب. قوانين الدراسة من المنزل تختلف بين المقاطعات والأقاليم.



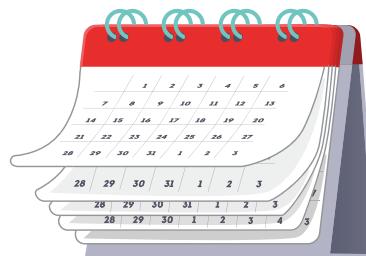
للمزيد من المعلومات عن التعليم قم بزيارة موقع وزارة التعليم في مقاطعتك أو إقليمك على شبكة الإنترنت.

## 6.3 التعليم العمومي في كندا



تعليمات: اقرأ عن الجوانب المشتركة في تعليم الأطفال في كندا.

1. تبدأ السنة الدراسية في نهاية آب/أغسطس أو أوائل أيلول/سبتمبر وتنتهي في حزيران/يونيو ، بفترات راحة خلال السنة. وإذا وصلت إلى كندا بعد بداية السنة الدراسية سيبقى بإمكانك تسجيل الأطفال في سن الدراسة بالمدارس.



2. يتزدّدُ الطّلاب على المدارس من الاثنين إلى الجمعة، فيما عدا في الأعياد الرسمية وال العطل المدرسية.



3. يدرس الطّلاب عادة ما بين 7 و 8 ساعات في اليوم. يبقى الطّلاب في المدرسة كامل الوقت.



4. غالباً ما يوضع الطّلاب من الوافدين الجدد في الصف الذي يلائم سنهم، ذلك حتى إذا كانوا لا يتحدثون الإنجليزية أو الفرنسية. وهناك مساعدة إضافية متاحة لهم لتعلم اللغة.



5. غالباً ما يوفر دعم إضافي للطّلاب الذين يواجهون تحديات جسدية أو سلوكية أو تحديات في التعلم. هذه المساعدة يمكن توفيرها إما في المدرسة أو خارجها. تحدث مع المدرسة ومع منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك وأطلب الدعم ما أن تصل إلى كندا.

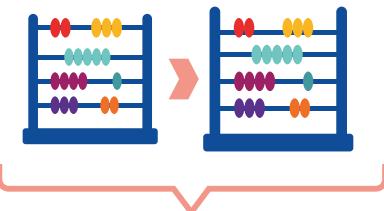


## 6.4 مستويات التعليم الأساسي في كندا



تعليمات: انظر إلى مستويات تعليم الأطفال. في بعض المقاطعات والأقاليم قد تختلف هذه المستويات اختلافاً طفيفاً.

### روضة الأطفال: سن 3-5 أعوام



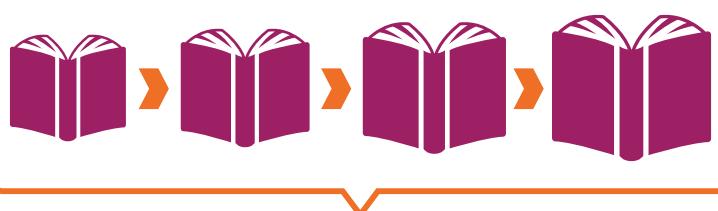
### التعليم الابتدائي: سن 6-10 أعوام (الصفوف من 1-5)



### المدرسة الإعدادية: سن 11-13 عاماً (الصفوف من 6-8)



### المدرسة الثانوية (الإعدادية العليا): سن 14-18 عاماً (الصفوف من 9-12)



### شهادة التعليم الثانوي



الطلاب الذين يتربدون على المدارس لا بد لهم من إثبات أنهم تلقوا لقايا ضد أمراض معينة أو طلب إعفاء. من المهم استيفاء وتحديث معلومات التلقيح.



## 6.5 الطالب في كندا

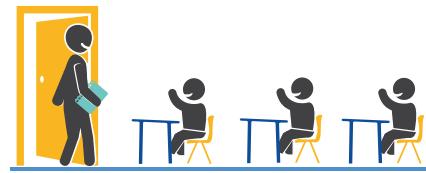


تعليمات: اقرأ ما يعنيه أن تكون طالباً في مدرسة عامة في كندا. ضع علامة "✓" في خانة البيانات التي تختلف عن البلدان التي عشت فيها.

1. الطلاب لا يرتدون عادة زياً مدرسيّاً.



2. الطلاب لا يقفون عادة عندما يدخل المدرس القاعة.



3. الطلاب يدرسون ويعملون معًا في إعداد الواجبات المدرسية بصرف النظر عن نوع الجنس أو الخلفية الثقافية أو مقدرة الطالب.



4. للطلاب واجبات مدرسية يحتاجون إلى إعدادها في البيت. هذا يعرف بالواجبات المنزلية.



5. لا يجوز إيذاء الطلبة لبعضهم البعض أو إيذاء موظفي المدرسة لهم. يتربى عن ذلك عواقب وخيمة لكل من يؤذي غيره عن قصد في المدرسة.



6. الطلبة من جميع الأديان يدرسون معًا ويجب عليهم احترام جميع الديانات بالتساوي.



7. يحضر الطالب معه غذاءه من البيت ويتناوله في المدرسة.



للعديد من المدارس العمومية عاملون يساعدون الأئسر والطالب من الوافدين الجدد على فهم كيفية سير النظام التعليمي وكيفية التأقلم مع الدراسة في كندا.





٨. يزود الطلبة ببعض اللوازم التي يحتاجونها. تحتاج الأسر عادة إلى شراء بعض المواد مثل حقائب الظهر ودفاتر الملاحظات والملفات وأحذية الجري.



٩. يتعلم الطلاب الكيفية التي تنموا بها أجسادهم والتغيرات المصاحبة لذلك. وهذا يسمى التربية الجنسية. أطلب من المدرسة المزيد من المعلومات.



١٠. لا يُسمح للطلاب بتعاطي مواد من قبيل الكحول أو المخدرات في المدرسة.



١١. يتعلمون طلاب من خلال تبادل الأفكار والعمل في مجموعات وطرح الأسئلة. الطلاب لا يطالعون عادة بتذكر الواقع والمعلومات فقط.



١٢. يدرسون طلاب بالإنجليزية أو الفرنسية أو كليهما.



١٣. يشاركون طلاب في أنشطة تُنظم خارج قاعة الدرس. وبعض أمثلة ذلك الألعاب الرياضية أو النوادي أو زيارة المتاحف. هذه هي الطريقة التي يطورون بها الطلبة اهتماماتهم ويكونون صداقات.



١٤. طلاب والمدرسين من أعرق وديانات وجنسيات وميول جنسية وقدرات مختلفة متنوعة.



ما هي الاختلافات التي لاحظتها أعلاه والتي سيكون فيها تحدي لك أو لطالب في أسرتك؟  
تحدد إلى منظمتك الممولة من الحكومة أو إلى الجهات الراعية لك بخصوص أي استفسارات.



## 6.6 التنمر



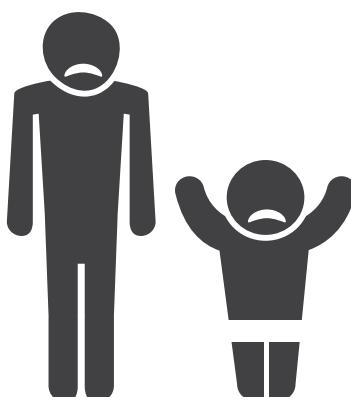
شكل من أشكال التمييز يحدث في المدارس. هو يؤثر في الشباب من جميع الخلفيات والمجتمعات المحلية.



١. التنمر اللفظي يتمثل في الشتم والتهديد والنميمة.



٢. التنمر الجسدي يتمثل في الضرب أو التحرش أو التصعيد أو الدفع أو تدمير أو سرقة الأغراض الشخصية أو الملمسة الجنسية غير المرغوب فيها.



٤. التنمر الإلكتروني يتمثل في استخدام الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي أو الرسائل القصيرة للتخويف أو الحط من المعنويات أو نشر الشائعات أو الاستهزاء بشخص ما.



٣. التنمر العاطفي يتمثل في استبعاد شخص ما عن طريق رفض انضمامه إلى مجموعة أو إهانته أمام الآخرين.



التنمر في المدارس حقيقة مع الأسف. المدارس في جميع أنحاء كندا تعمل على معالجة هذه المشكلة الخطيرة. إذا كنت أنت أو شخص آخر تعرفه موضع تنمر، تحدث إلى شخص تثق به أو مدرس أو مدير مدرسة أو منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك.





حتى أفراد الأسرة على دعم تعليم الطالب عن طريق القيام بدور نشط في تربيته.  
يشمل ذلك ما يلي:



3. تطوع الأهل في المدرسة.



2. مقابلة مدرسية والتحدث معهم.



1. مساعدته في واجباته المدرسية.

إذا كان هناك أطفال دون سن 12 عاماً في أسرتك لا يمكن تركهم لوحدهم دون مراقبة.

الخيارات المتاحة لرعاية الأطفال هي:



1. تكليف فرد مسؤول من أفراد الأسرة بمراقبتهم

2. تسجيلهم في مراكز رعاية الأطفال أو دور الحضانة المرخص لها



3. البحث عن الرعاية المنزلية الموثوقة للأطفال



4. تعيين شخص مسؤول لرعايتهم



تكلفة رعاية الأطفال تختلف بين مقاطعة وأخرى وإقليم آخر. ورعاية الطفل الممولة من الحكومة متاحة في بعض المقاطعات والأقاليم بتكلفة منخفضة. للمزيد من المعلومات اتصل بمنظمتك الممولة من الحكومة أو بالجهات الراعية لك.



## 6.8 مواقف الطالب

تعليمات: اقرأ مواقف الطالب وفك في مما قد تفعله إذا كنت أنت أو طالب من أفراد أسرتك في مثل هذه المواقف.



4. طالب يبلغ من العمر 17 عاماً يُدعى لحضور حفلة مختلطة تجمع بين شباب من الجنسين بعد نهاية اليوم الدراسي.

3. يسيء طالب السلوك في الفصل بمقاطعة المدرس ويتحدث مع الأصدقاء في حين أنه من المفترض أن يدرسوها بهدوء.

2. بعد أن يلتقي طالب يبلغ من العمر 15 عاماً بفريق رياضي في المدرسة تتراجع علاماته الدراسية.

1. طالب يرفض الذهاب إلى المدرسة.

## 6.9 الطالب الكبار

تعليمات: اقرأ الأسباب الشائعة وراء تعلم الكبار في كندا. ضع علامة "✓" في خانة الأسباب التي من أجلها قد ترغب في الدراسة في كندا وأنت كبير في السن.

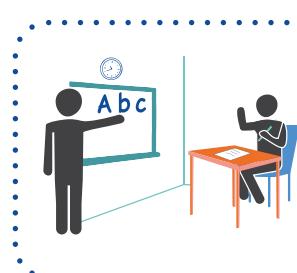
1. إتمام الدراسات غير المكتملة




2. تحسين معرفتك للإنجليزية وأو الفرنسية




3. النهوض بمستواك بالحصول على دبلوم أو شهادة أو درجة علمية



بالنسبة للكبار الذين لم يكملوا دراساتهم الثانوية، هناك فصول لمساعدتهم على الحصول على دبلوم. البعض من هذه الصفوف تعلم الكبار أيضاً القراءة والكتابة حتى إذا لم يكونوا يعرفون ذلك بلغتهم الأم



## 6.10 دروس تعليم الكبار

تعليمات: اقرأ عن دروس اللغة الممولة من الحكومة المعدة للمقيمين الدائمين الكبار في كندا.



1. دروس اللغات متاحة لتعلم الإنجليزية وأو الفرنسية.



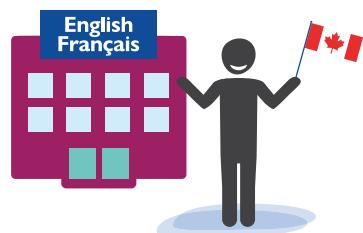
2. لبدء دروس اللغات لا بد لك قبل كل شيء من الخضوع لتقدير مجاني لمعارفك اللغوية. عندما تصل إلى كندا اسأل منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك عن متى وأين يمكن لك إجراء التقدير. وللحصول على فكرة عن مستوىك قم باختبار التقدير الذاتي هنا:



3. قد تكون الدروس على أساس كامل الوقت أو بعض الوقت أثناء ساعات النهار أو المساء، أو في نهاية الأسبوع.



4. هذه الدروس تعلم أكثر من مجرد اللغات. فسوف تتعلم الكثير عن الحياة في كندا.



5. اسأل عما إذا كانت هناك رعاية للأطفال أو تذاكر للنقل العمومي أو سبل دعم أخرى متاحة في المكان الذي تتابع فيه دروس اللغة.



## 6.11 لماذا يتبع المقيمون الدائمون دروس اللغة؟



تعليمات: اقرأ الأسباب التي من أجلها يتبع المقيمون الدائمون دروس اللغة. ضع علامة "✓" في خانة الأسباب التي من أجلها قد ترغب في تعلم الإنجليزية وأو الفرنسية في كندا وأنت كبير في السن.

1. الحصول على عمل



2. التمتع بالخدمات بسهولة أكبر



3. التنقل داخل مجتمعك المحلي الجديد  
باستخدام وسائل النقل العمومي



4. مساعدة الأطفال في تعليمهم



5. التواصل مع الآخرين في مجتمعك  
الم المحلي الجديد



6. اجتياز شروط اللغة للحصول على  
الجنسية



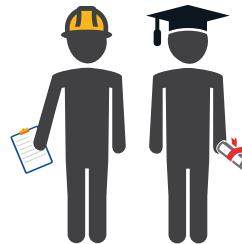
7. مواصلة تعليمك



## 6.12 خيارات التعليم المتاحة للبار



١. بعد إتمام التعليم الثانوي، يمكن للطلاب الكبار أن يختاروا الدراسة في الكليات أو المعاهد العليا أو الجامعات.



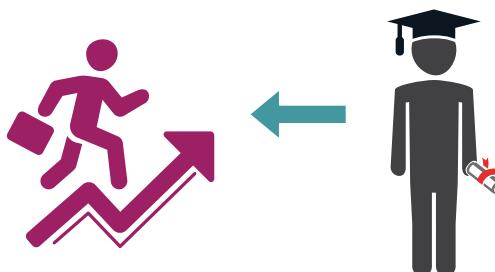
٢. يتم القبول على أساس تنافسي والأماكن محدودة. تأكّد من أنك تفي بالشروط وقدم طلب القبول في الوقت المناسب.



٣. قم بتحري سوق العمل المحلية قبل أن تختار المكان الذي ستدرس فيه. وللمزيد من المعلومات عن مختلف برامج الدراسة المتاحة في الكليات أو المعاهد العليا أو الجامعات في كندا اقرأ هنا:



٤. الحصول على دبلوم أو شهادة في كندا لا يضمن لك عملاً. وبعض الوظائف تتطلب دبلوماً أو درجة علمية لمجرد تقديم طلب الحصول على الوظيفة.



## 6.13 خيارات التعليم المتاحة للكبار

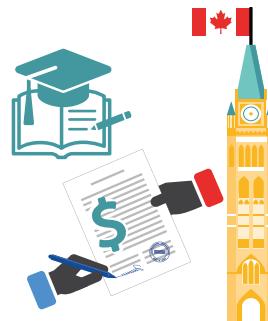


بعد إتمام التعليم الثانوي، بإمكان الطلاب الكبار أن يختاروا الدراسة في الكليات أو المعاهد العليا أو الجامعات.



يمكن الحصول على أداة مفيدة لحساب تكلفة التعليم في مرحلة ما بعد التعليم الثانوي بالاتصال بالرقم التالي: 1-888-815-4514 أو هنا:

يقوم الدعم المالي للتعلم بعد مرحلة التعليم الثانوي على أساس الحاجة. يمكن أن يقدم الدعم المالي في شكل:



**1.** قروض تقدمها الحكومة للطالب الذي يتبعه سدادها.



**2.** قروض ومنح دراسية لست مطالباً بسدادها



**3.** قروض مصرافية خاصة تُمنَح للطالب ولابد من سدادها. الشروط ليست أفضل من شروط القروض الحكومية.



للمزيد من المعلومات عن الدعم المالي للتعليم في مرحلة ما بعد التعليم الثانوي اقرأ هنا:

## مستويات التعليم في مرحلة ما بعد التعليم الثانوي



تعليمات: ابحث عن مستويات التعليم في مرحلة ما بعد التعليم الثانوي للكبار. في بعض المقاطعات والأقاليم قد تختلف هذه المستويات اختلافاً طفيفاً. " (\$) " مجاناً، (\$) " تكلفة منخفضة، (\$) " تكلفة متوسطة، (\$) " تكلفة مرتفعة.

### شهادة التعليم الثانوي



الكلية: 2-3 أعوام



(-) \$ - \$ \$

المعهد: 1-3 أعوام



(-) \$ - \$ \$

مرحلة ما قبل الجامعة: (كيبك فقط) عمان



الجامعة

درجة بكالوريوس: 3-4 أعوام



(-) \$ \$ - \$ \$ \$

درجة الماجستير: 1-3 أعوام فما فوق



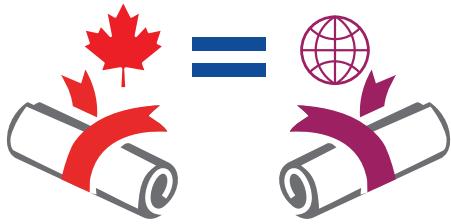
(-) \$ \$ \$

شهادة الدكتوراه: 3 أعوام فما فوق



(-) \$ \$ \$

## 6.15 آلية تقييم المؤهلات



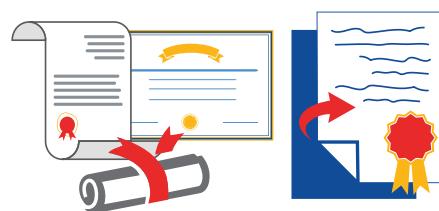
دراساتك في كلية أو معهد أو جامعة خارج كندا قد لا يُعترف بها بشكل تلقائي في كندا. ولمزاولة دراساتك أو العمل في مهنة معينة في كندا تحتاج دراساتك السابقة إلى تقييم. للحصول على المعلومات عن المؤهلات يمكن الاتصال: بالرقم 9725-1-416-962 أو اقرأ هنا:



**تعليمات:** اقرأ الخطوات الالزمة لتقييم المؤهلات. ضع علامة "✓" في خانة الخطوات التي يمكن أن تبدأها قبل وصولك إلى كندا.

**1.** قم بتجميع أكبر عدد ممكن من الوثائق، بما في ذلك:

- أ) الدبلومات والدرجات العلمية والشهادات
- ب) كشف العلامات المدرسية
- ج) أدلة العمل في السابق
- د) توصيات من صاحب العمل/المشرف



**2.** البحث عن أماكن للدراسة والبحث عن برنامج يهمك. استفسر عن شروط التقدم بطلب قبول في البرنامج.



**3.** اتصل بمكتب القبول لتبين نوع تقييم التعليم الذي تقبله المؤسسة المعنية.



**4.** تأكد مما إذا كنت بحاجة إلى تقييم اللغة الإنجليزية أو الفرنسية.



تقييم المؤهلات يستغرق بعض الوقت وي يتبعه تكلفة. ولمزيد من المعلومات عما تحتاج لفعله لممارسة مهنتك في كندا، اقرأ هنا:



# الوحدة 7

# العمل



# الوحدة 7

# العمل

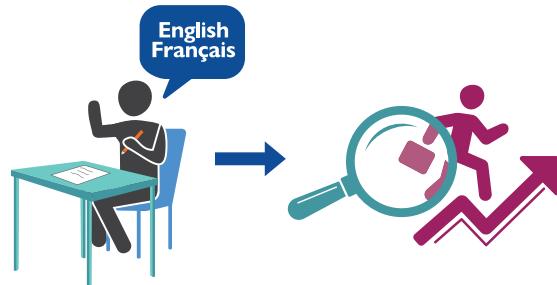


## 7.1 العمل في كندا

لكي تصبح مستقلاً مالياً من الأهمية بمكان الحصول على عمل والمحافظة عليه.



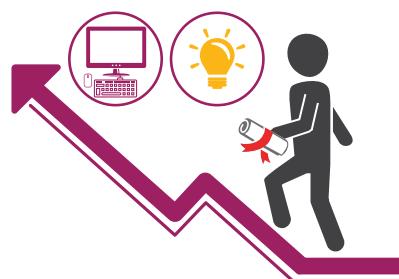
المهارات في اللغة الإنجليزية أو الفرنسية أساسية للحصول على عمل وبدء حياة جديدة في كندا. وللحصول على معلومات عن دروس اللغة للوافدين الجدد، انظر الوحدة 6، النشاط 6.10



لا حكومة كندا ولا منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك بإمكانها أن تضمن لك عملاً عند وصولك إلى كندا.



من الشائع أن يلتقي الأشخاص في كندا بالمدرسة من جديد في فترات مختلفة من حياتهم. وهم يفعلون ذلك للحفاظ على مهاراتهم وتحديثها أو لكي يصيروا مؤهلين لفرص عمل جديدة.



أطلب من منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك ربطك بدوائر الخدمات ذات الصلة بالعمل.



## ما موقفك من العمل في كندا؟ 7.2



تعليمات: اقرأ التصريحات بخصوص الموقف من العمل في كندا. ضع علامة "✓" في خانة "إذا كنت موافقاً". وضع علامة "✓" في الخانة "👎" إذا لم تكن متأكداً. وضع علامة "✓" في الخانة "👍" إذا لم تكن موافقاً.



1. لن تقبل عملاً ما إلا بالراتب الذي تريده.



2. ستقبل عرض العمل حتى إذا كان دون مستوى مهاراتك.



3. سوف تعمل لرعايتك وإعالة أسرتك. وأنت لا تنتظر من الآخرين دعمك مالياً.



4. أنت مستعد للتطوع لممارسة اللغة والتعزف على أشخاص جدد.

## 7.3 من يعمل في كندا؟



تعليمات: انظر إلى الأشخاص. ضع علامة "✓" في خانة الأشخاص الذين تعتقد أن لهم الحق في العمل في كندا.



.4



.3



.2



.1



.8



.7



.6



.5



.12



.11



.10



.9



هناك قوانين تمنع أصحاب العمل من معاملة العاملين معاملة غير منصفة على أساس نوع الجنس أو السن أو العرق أو الطبقة الاجتماعية أو الحالة المدنية/الوضع العائلي أو اللغة أو الدين أو الجنسية أو وضع الهجرة أو الميول الجنسية أو المقدرة أو الإعاقة.





تعليمات: اقرأ عن كيفية تغيير موقف هذه الأسرة من العمل في كندا.



تعرف على

عندما وصل إلى كندا كان يبلغ من العمر 60 عاماً وكانت ابنته تبلغ من العمر 16 عاماً. ولم ي العمل أبداً في بلد أجنبي من قبل ولا يتحدث لا الإنجليزية ولا الفرنسية. وفي سن 60 عاماً عادة ما يبدأ الناس في بلده في التمتع بالتقاعد. لكن الوضع مختلف في كندا.

لماذا يجب أن يعمل في كندا؟



1. إنه في صحة جيدة ويريد المساهمة في مجتمعه الجديد.

2. النقود التي يتلقاها من صندوق الحوافز الضريبية للأطفال الكندي سوف تنتهي عندما تبلغ ابنته 18 عاماً.



3. ليس مؤهلاً للحصول على معاش تقاعدي ولا بد له من انتظار عدة أعوام لكي يصبح مؤهلاً للتمتع بالضمان الاجتماعي في سن الشيخوخة.



4. تعترض ابنته البالغة من العمر 16 عاماً الدراسة في الجامعة. وهو ي يريد مساعدتها على تحمل تكلفة التعليم.



5. ليست لديه أية مدخلات.



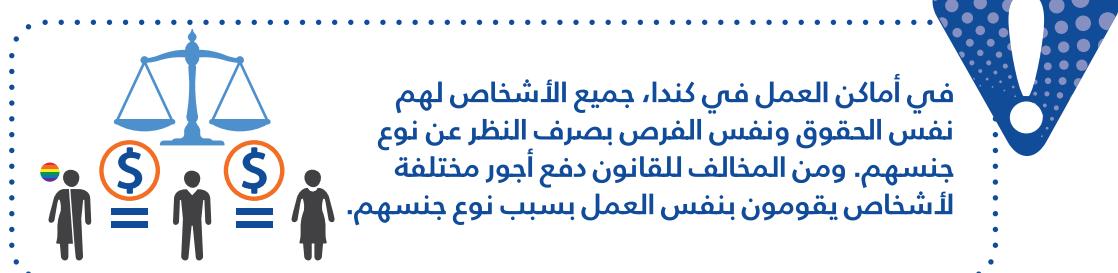
هل من أوجه شبه بين وضع هذه الأسرة ووضع عائلتك؟



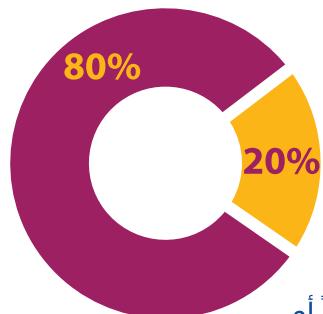


تعليمات: أنظر إلى كيف أن موقف هذه الأسرة من العمل في كندا قد تغير.

- .1
- .2
- .3
- .4
- .5
- .6



## 7.5 أنواع العمل في كندا



### 2. الوظائف المنظمة

هذه الوظائف تتطلب إجازة من هيئة تنظيمية في مقاطعتك أو إقليمك. والهيئة التنظيمية هي منظمة عمومية أو حكومية تضع قواعد بخصوص ممارسة مهنة ما. وقراابة 20 في المائة من جميع الوظائف في كندا منظمة.

1. الوظائف غير المنظمة  
هذه الوظائف لا تتطلب ترخيصاً أو شهادة أو تسجيلاً. ولو أن شروط العمل تختلف إلا أنك تظل بحاجة إلى إثبات تمتعك بمستوى معين من المهارات أو التعليم. وقراابة 80 في المائة من الوظائف في كندا غير منظمة.

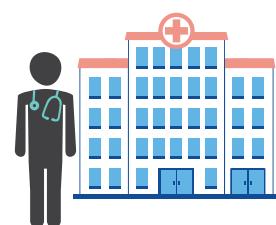
من أمثلة الوظائف المنظمة:



### 3. القانون والخدمات القانونية



### 2. الخدمات المالية



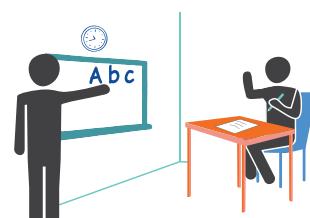
### 1. الرعاية الصحية



### 6. المحاسبة



### 5. الهندسة والهندسة المعمارية



### 4. التدريس



### 9. المهن التجارية (كهربائي، سبّاك، ميكانيكي)



### 8. العمل الاجتماعي



### 7. العقارات



قد تُطالب بالتقدم لامتحانات النجاح فيها ودفع رسوم إلى الهيئة التنظيمية للحصول على ترخيص.



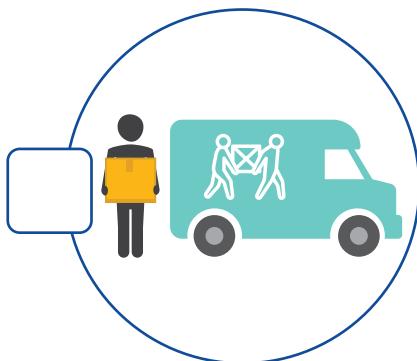
## 7.6 أول عمل لك في كندا

في كندا غالباً ما يكون أول عمل للعديد من الأشخاص في وظائف غير منتظمة. فالعمل الأول ليس بالضرورة العمل الذي سيقوم به إلى الأبد. والمهم هو البدء في وقت ما وفي مكان ما.

تعليمات: أنظر إلى الوظائف الأولى التي يقوم بها الأشخاص في كندا من جميع الأعمار. ضع علامة "✓" في خانة الوظائف الأولى التي قد تقدم لها لدعم نفسك وإعالة أسرتك.



2. أمين صندوق



1. عامل توصيل طلبات



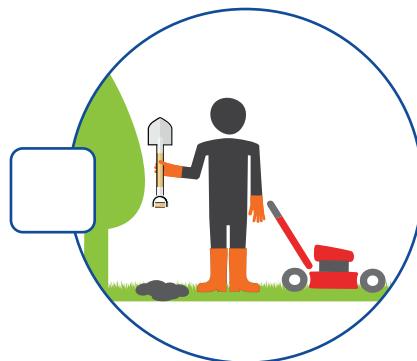
4. عامل بناء



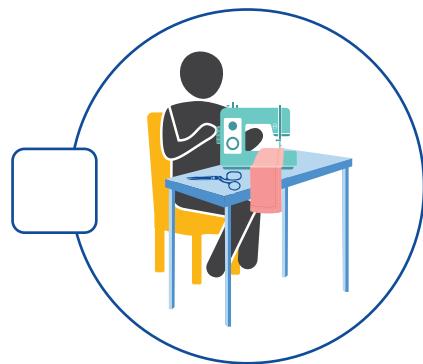
3. حارس أمن (لا يحمل سلاحاً)



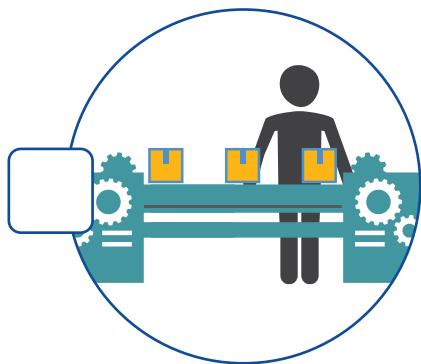
6. حلاق



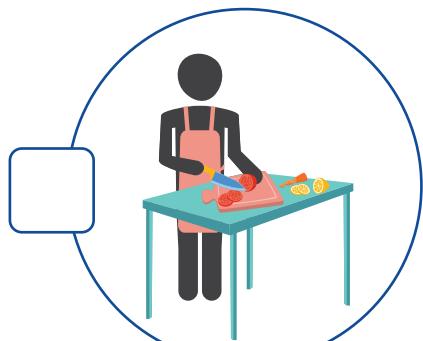
5. حدائقى



٨. خياط



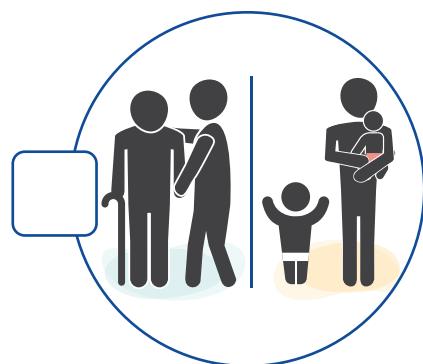
٧. عامل في ورشة  
تجمیع



١٠. عامل في الخدمات  
الغذائية



٩. عامل نظافة



١٢. مقدم رعاية



١١. كاتب مسؤول عن  
المخزونات



## 7.7 التحديات في الحصول على عمل في كندا

تعليمات: اقرأ التحديات التي يواجهها الوافدون الجدد في الحصول على عمل في كندا. وفي الصفحة التالية، اقرأ أوضاع الوافدين الجدد. واربط التحديات بكل حالة من حالات الوافدين الجدد بكتابية الحرف في الخانة. كل حالة لها أكثر من جواب صحيح.

(أ) مستويات اللغة المنخفضة في الإنجليزية أو الفرنسية



ب) غياب خبرة العمل في كندا



ج) عدم الإلمام بثقافة مكان العمل في كندا



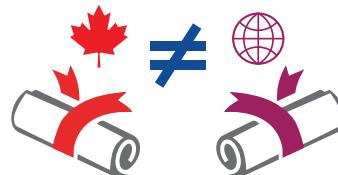
د) خبرة العمل خارج كندا غير معترف بها



هـ) غياب شبكة علاقات واسعة مع الأشخاص في كندا ممّن بإمكانهم أن يساعدوا في الحصول على عمل

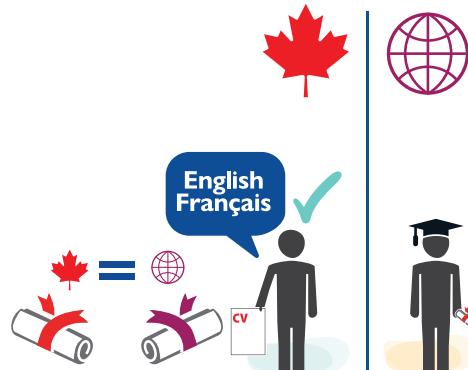


و) الدراسات والمؤهلات المدّطّة خارج كندا غير معترف بها في كندا



ما هي التحديات الأخرى التي تعتقد أن الوافدين الجدد قد يواجهونها أثناء البحث عن عمل في كندا؟

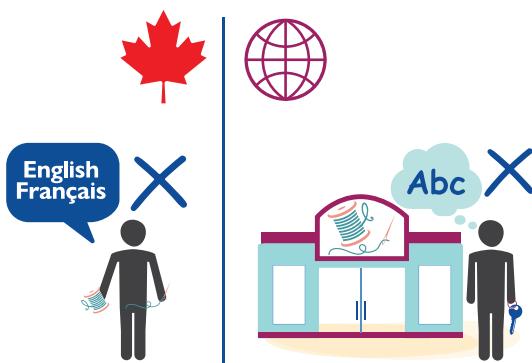




**ب، ج، ه**

2. وافد جديد له مستوى تعليمي متقدم غير معترف به في كندا. لقد عمل هذا الوافد الجديد في مجال تخصصه خارج كندا. وعليه أن يتقدم لامتحانات وينجح فيها لكي يكون بإمكانه ممارسة مهنته في كندا. وهو لا يعرف التعابير التقنية ذات الصلة بعمله بالإنجليزية أو الفرنسية.

1. وافد جديد يتحدث الإنجليزية والفرنسية واعترف له في كندا بدراساته هذا الوافد الجديد لم يعمل أبداً في مجال العمل الذي مارسه..



4. الوافد الجديد الذي لم يتم دراسته الثانوية وهو يتحدث الفرنسية إلى حد ما. ولقد عمل لجموعات عديدة في بلده. ومعظم الوظائف التي قام بها كانت من خلال أشخاص يعرفهم.

3. الوافد الجديد الذي يجهل القراءة أو الكتابة. والعمل الذي يقوم به هو عمل يدوى. وله أعوام عديدة من الخبرة في العمل وكان يمتلك مشروعه قبل الوصول إلى كندا.



حتى وإن كان من الصعب الحصول على عمل مماثل للعمل الذي كنت تقوم به من قبل، التزم موقفاً إيجابياً وكن منفتحاً.



## 7.8 كيف تبحث عن عمل في كندا؟

تعليمات: اقرأ عن كيفية البحث عن عمل. ضع علامة "✓" في خانة الطرق التي تريد من خلالها البحث عن عمل في كندا.

1. على شبكة الانترنت مباشرة من خلال مواقع التشغيل ووسائل التواصل الاجتماعي



2. التسبيك مع الأصدقاء والأقارب وأفراد المجتمع والجهات الراعية



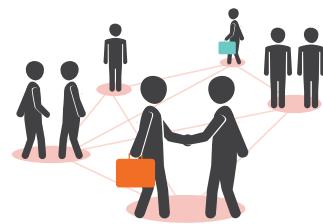
3. زيارة منظمة ممولة من الحكومة



4. مقابلة أصحاب العمل مباشرة



5. معارض فرص العمل



من بين مواقع البحث عن عمل على شبكة الانترنت ما يلي:



هناك طرق عديدة للبحث عن عمل في كندا. ولو أن معظم إعلانات العمل تتم على شبكة الانترنت، إلا أن البعض منها لا يُعلن عنه علانية.

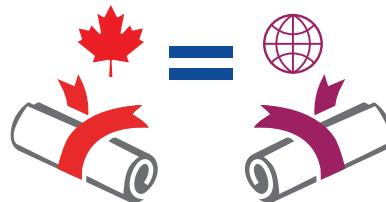


## 7.9 خيارات بده حياتك المهنية في كندا



تعليمات: اقرأ الخيارات حول كيفية بده حياة مهنية جديدة في كندا. ضع علامة "✓" في خانة الخيارات التي تخطط للقيام بها.

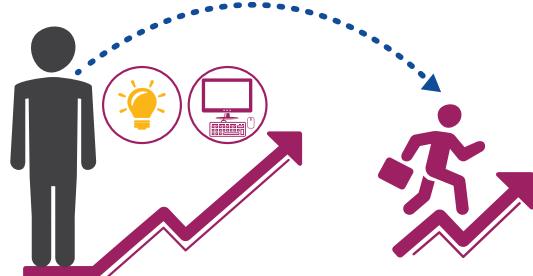
- 1. تقييم المؤهلات**  
طلب الاعتراف لك في كندا بالخبرة والتعليم  
اللذين اكتسبتهما في الخارج.



- 2. المهن المؤقتة**  
القيام بأي عمل لكسب الخبرة الكندية  
والدخل، وممارسة اللغة في انتظار  
الحصول على ترخيص في مجال عمل  
معين.



- 3. البرامج المؤقتة**  
التدريب الذي يساعدك على كسب تجربة  
في كندا في مجال عملك، وتعلم الإنجليزية  
أو الفرنسية في مكان العمل وفهم ثقافة  
مكان العمل.



- 4. برامج التدريب المهني**  
العمل لبعض الوقت في وظيفة على  
مستوى المبتدئ في مجال عملك نظراً  
لقلة خبرتك الكندية فيه. من أمثلة ذلك  
البرنامج الفدرالي للتدريب المهني  
للواحدين الجدد. للمزيد من المعلومات اقرأ  
هنا:





- 5. التعليم في كندا**  
الدراسة في مؤسسة كندية لكسب المؤهلات للعمل في ميدان عملك المنشود.



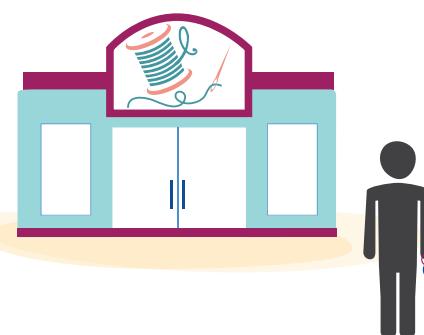
- 6. التطوع**  
كسب شيء من الخبرة العملية المؤقتة غير مدفوعة الأجر في كندا بتواءٍ مع بناء شبكة علاقاتك. وللمزيد من المعلومات اقرأ هنا:



- 7. برامج الإرشاد**  
طريقة لربطك بمرشد في مجال عملك المنشود. وهذا الشخص يتقاسم معك النصائح ويسهل ربطك بمجال عملك.

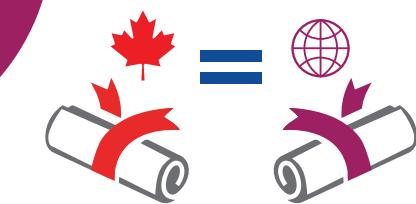


- 8. بدء مشروعك الخاص**  
بدء حياتك المهنية في كندا عن طريق تطوير مشروعك الخاص أو العمل لحسابك الخاص. للمزيد من المعلومات اقرأ هنا:

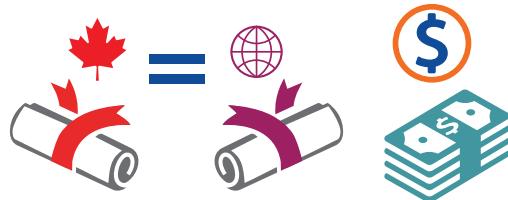


## 7.10 خيارات بده حياتك المهنية في كندا

تقييم المؤهلات عملية تقارن تجربتك السابقة مع معايير العمل القائمة في كندا. وهي طريقة لتقدير مهاراتك ومعارفك وخبرتك العملية وتعليمك، مما يكتسبه في بلد آخر.



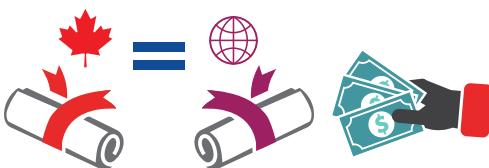
تقييم المؤهلات يساعد أرباب العمل الكنديين فهم مؤهلاتك. وبإمكان وكالة لتقدير المؤهلات أن تقيم مؤهلاتك التعليمية مقابل دفع رسوم. وللمزيد من المعلومات عن المؤهلات في كندا اقرأ هنا:



نتائج تقييم المؤهلات مفيدة ويصلح للإدراج في سيرتك الذاتية.



هناك برامج تساعد على تغطية تكاليف تقييم المؤهلات المكتسبة في الخارج. وللمزيد من المعلومات اقرأ هنا:



للمزيد من المعلومات عن تقييم المؤهلات اقرأ هنا:



نفس الوظيفة يمكن أن تكون لها مسميات وشروط مختلفة بحسب المقاطعة أو الإقليم. اقرأ بعناية وصف الوظيفة للتأكد من أن مؤهلاتك تتلاءم مع متطلبات الوظيفة.





## 7.11 عملية تقديم طلبات العمل والتوظيف

تعليمات: أنظر إلى الخطوات المتبعة في عملية طلب العمل والتوظيف. وهذه الخطوات قد تختلف اختلافاً طفيفاً رهناً بالوظيفة.

إعداد قائمة بتجاربك ومؤهلاتك المهنية (سيرة ذاتية).



1 البحث عن عمل.



أكتب رسالة تذكر فيها لماذا تعتقد أنك الشخص الأنسب للوظيفة المعنية (رسالة الدافع).



4 أرسل وثائقك. واحرص على أن تكون سيرتك الذاتية ويكون خطاب دافعك مكتفين وفق شروط كل وظيفة.



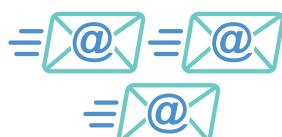
في مقابلة التوظيف لك أن تثبت لماذا تعتقد أنك الشخص المناسب للأمثل للوظيفة.



5 يقرر صاحب العمل ما إذا كان يرغب أم لا في دعوتك إلى إجراء مقابلة.



معظم الأشخاص يحتاجون إلى تقديم الطلبات للعديد من الوظائف قبل أن تتم دعوتهم إلى إجراء مقابلة. حاول باستمرار!



8 بعد بعض الوقت وعدة محاولات تتلقى عرض عمل. ألف مبروك!



تأكد من المتطلبات اللغوية في وصف الوظيفة. معظم الوظائف تتطلب معرفة اللغة الإنجليزية في حين أن الفرنسية مطلوبة أكثر في كيبيك. ومعرفة كلتان اللغتين الإنجليزية والفرنسية تعتبر نقطة إيجابية إضافية للحصول على عمل في العديد من المجالات.





## 7.12 قواعد العمل في كندا

تعليمات: اقرأ عن قواعد العمل في كندا. ضع علامة "✓" في خانة القواعد التي هي مختلفة عن البلدان التي عشت فيها.

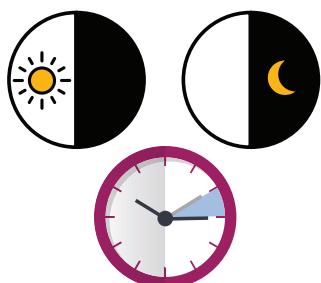
1. العمل بدوام كامل هو عادة ثمان ساعات في اليوم، من الاثنين إلى الجمعة، و40 ساعة في الأسبوع.



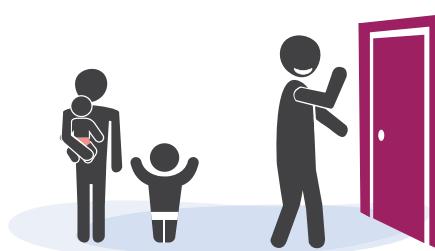
2. العمل بدوام جزئي هو عادة عدد ساعات يتراوح بين 16 و24 ساعة في الأسبوع. كحد أقصى.



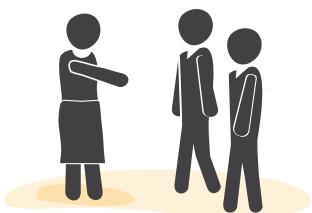
3. بعض المهن تتطلب العمل على مناوبات والعمل في نهاية الأسبوع. وهذا يعني أن مكان العمل ينشط لأكثر من ثمان ساعات وحتى 24 ساعة في اليوم. وتوجد عادة مناوبات نهارية وأخرى مسائية وليلية.



4. الأسر التي تعمل ولها أطفال صغار تحتاج إلى التنظيف لرعاية الأطفال أو الرعاية لما بعد المدرسة. وفي كندا لا يمكن ترك الأطفال بمفردهم دون مراقبة. وللمزيد من المعلومات عن الخيارات المتعلقة برعاية الأطفال، انظر الوحدة 6.7، النشاط.



5. من الشائع أن تشرف نساء على عاملين ذكور في كندا.



لكل مكان عمل ثقافته الخاصة وتوقعاته فيما يتصل بالعمل. إن التكيف مع ثقافة مكان عمل جديد وتلبية توقعات مكان العمل هامان لحفظ على الوظيفة والتقدم في المسيرة المهنية.



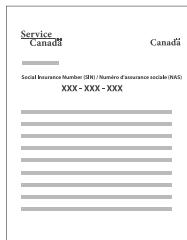
## 7.13 راتبك



1. في كندا أصحاب العمل مطالبون قانوناً بدفع حد أدنى للأجور، والحد الأدنى للأجر يختلف بين مقاطعة وأخرى وإقليم آخر. وللمزيد من المعلومات عن الحد الأدنى للأجر وسلسل الرواتب لمختلف الوظائف في مجتمعك المحلي اقرأ هنا:



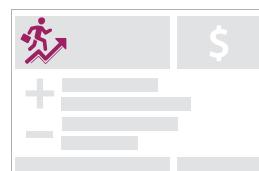
2. أنت بحاجة إلى رقم ضمان اجتماعي لكي يكون بإمكانك العمل في كندا. لا تقدم المعلومات عن رقم ضمانك الاجتماعي إلا إذا طلب منك ذلك بصفة قانونية.



3. عادة لن تحصل على راتبك نقداً ولكن في شكل إيداعات مختلفة (تحوّل مباشرة إلى حسابك البنكي) أو صكوك مصرفية.



4. بالنسبة لكل فترة استحقاق الراتب ستتلقى كشف دفع للراتب. راتبك الصافي أدنى من الراتب الإجمالي. إذ تخصم اقتطاعات من إجمالي راتبك لategie الضريبية على الدخل واستحقاقات المعاش التقاعدي، فضلاً عن التأمين على البطالة والتأمين على الصحة.



5. في كندا، يساهم جميع العاملين من راتبهم في صندوق معاش تقاعدي عمومي يسمى خطة المعاش التقاعدي الكندي. وعند سن 65 عاماً أو أكثر، يتلقى الأشخاص الذين عاشوا في كندا لمدة معينة من الزمن علاوة متواضعة من الحكومة تسمى برنامج الضمان الاجتماعي في سن الشيخوخة.



6. أنت مسؤول عن تقديم كشفك الخاص للضريبة على الدخل باستخدام الاستمارة T4 (وهي كشف يتضمن المداخيل والاقتطاعات) من مكان عملك بحلول 30 نيسان / أبريل من كل سنة.



"العمل تحت الطاولة" (العمل في الأسود) هو عمل غير مصرح به تقاضى مالاً مقابلة، ولكنك لا تدفع عنه ضرائب. وهذا النوع من العمل غير قانوني. وتترتب عنه عواقب خطيرة لكل من صاحب العمل والعامل.



# الوحدة 8

# الميزانية



# الوحدة 8 الميزانية



2. القطع النقدية، لها أحجام وأشكال وألوان مختلفة. وتحمل رمزاً كندياً في وجهها الخلفي.

تكلفة المعيشة في كندا تختلف من مقاطعة لأخرى ومن إقليم لآخر. وتكلفة المعيشة تختلف بين المدن الكبيرة والمناطق الريفية. وقد تعتمد أيضاً على الحي الذي تعيش فيه.

ما إن تعيش في سكنك الدائم ستحتاج كل شهر إلى دفع ثمن تكاليف عيشك الأساسية وغير ذلك من النفقات الالزامية.



1. أوراق نقدية مطبوعة من حجم واحد ولكن بألوان مختلفة على أساس قيمتها.



إعداد ميزانية سيساعدك على معرفة مقدار المال الذي بحوزتك وبإمكانك أن تنفقه. منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك يمكن أن يمكّن أن تساعدك على تعلم كيفية وضع ميزانية شهرية والتقييد بها.





## 8.2 ما هي تكاليف المعيشة الأساسية في كندا؟

**تعليمات:** أنظر إلى نفقات المعيشة الأساسية في كندا. ضع علامة "✓" في خانة النفقات التي هي جديدة بالنسبة لك.

- 1. السكن**  
هذا هو أكبر باب من أبواب الإنفاق كل شهر. وهو يمثل بالأساس في إيجارك ولكن يمكن أن يشمل أيضاً التأمين وتكاليف الصيانة.



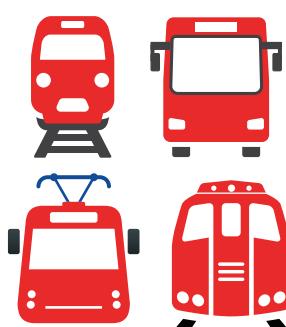
- 2. الخدمات العامة**  
في معظم أنحاء كندا هذا يشمل الكهرباء والتدفئة والماء. وبعض هذه التكاليف قد تكون مشمولة بإيجارك. وفواتير الكهرباء والتدفئة تكون أعلى في فصل الشتاء.



- 3. الغذاء**  
هذا جزء كبير من إنفاقك وهو يتعلق بتكلفة تغذية نفسك وأسرتك.



- 4. النقل**  
هذا يشمل تكلفة النقل العمومي للتنقل في مجتمعك المحلي.



- 5. الاتصالات**  
يمكن أن يشمل ذلك الهاتف الخلوي أو خدمات الهاتف الأرضي والتلفزيون بالكابل والوصول إلى شبكة الإنترنت التي تدفع اشتراكاتها كل شهر.





### 6. رعاية الأطفال

الآباء الذين يعملون أو يدرسون يحتاجون إلى دفع تكلفة رعاية أطفالهم.



### 7. أوجه الإنفاق الأخرى

يمكن أن يشمل ذلك الملابس ومواد النظافة واللوازم المدرسية وغير ذلك من اللوازم الأساسية.



### 8. قرض الهجرة

يتمثل في مبلغ النقود الذي دفعته حكومة كندا نيابة عنك لأغراض سفرك.



بإمكانك احتساب تكاليفك الخاصة هنا:

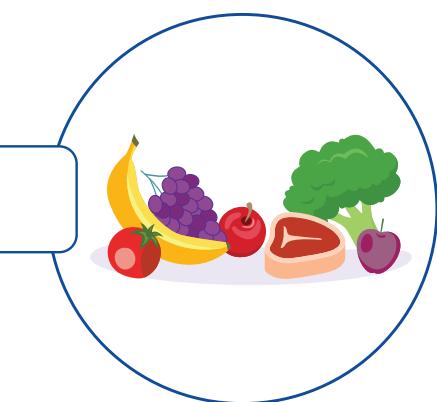


بعد عمالك الأول في كندا، من مسؤوليتك البدء في تسديد القرض من خلال دفعات شهرية منتظمة. وسوف تتلقى كشفاً خطياً يبيّن المبلغ الإجمالي المستحق والمبلغ الشهري الذي تحتاج إلى دفعه. للمزيد من المعلومات أنظر الوحدة 2، النشاط 2.4.

## 8.3 دعمك المالي

المبلغ الذي تتلقاه في شكل دعم مالي سيتوقف على العديد من العوامل، بما فيها حجم الأسرة وسن أفراد الأسرة والمكان الذي تعيش فيه واحتياجات أسرتك.

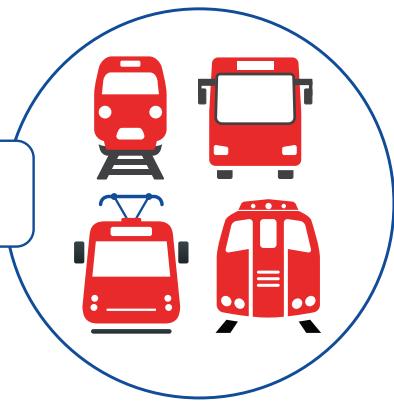
تعليمات: أنظر إلى النفقات الأساسية التي يساعد دعمك المالي على دفعها. اكتب "\$\$\$\$" فيما يخص أكبر وجه إنفاق و "\$\$\$" بالنسبة لثاني أكبر وجه إنفاق، و "\$\$" بالنسبة لثاني أدنى وجه إنفاق، و "\$" بالنسبة لأدنى وجه إنفاق.



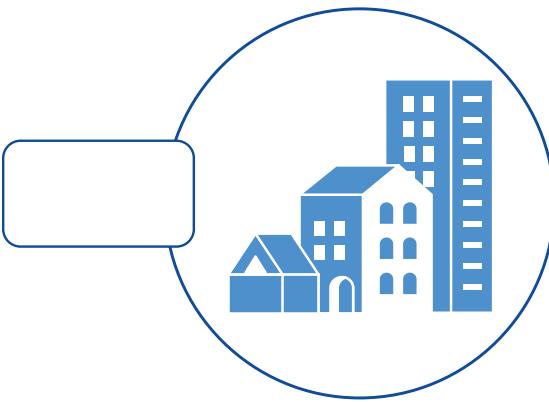
2. الغذاء



1. خدمات الاتصال



4. النقل



3. السكن

على أساس ظروف فردية بإمكانك أن تتلقى علاوات إضافية. ويمكن أن تشمل هذه العلاوات علاوات عائلية لمولود جديد أو أشخاص فوق سن 65 عاماً أو أشخاص ذوي احتياجات غذائية خاصة أو للمساعدة على دفع إيجار السكن. اسأل منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك إذا كنت مؤهلاً للحصول على أي من هذه العلاوات الإضافية.



## 8.4 كيف يمكنك أن تدّخر بعض المال؟



تعليمات: اقرأ النصائح حول الكيفية التي يمكنك بها توفير بعض المال في كندا. ضع علامة "✓" في خانة النصائح التي تعتقد أنها مفيدة بالنسبة لك.

1. بإمكانك أن تقاسم بيتك أو شقة مع شخص آخر وتدفع جزءاً من الإيجار.



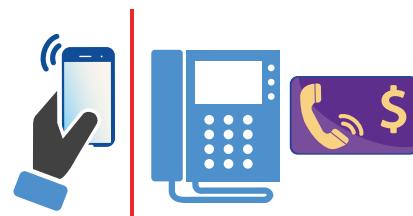
2. بإمكانك أن تشتري أغذية طازجة وتُعد الوجبات في البيت عوضاً عن الأكل في المطعم.



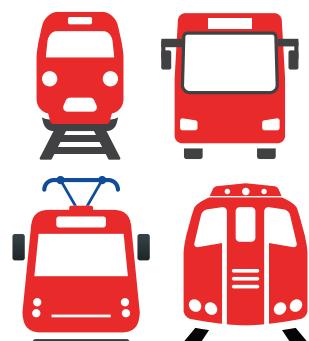
3. بإمكانك أن تبحث عن المتاجر والمنتجات الأدنى للفة ومتابعة المنشورات الإعلانية بحثاً عن الأسعار الجيدة.



4. بإمكانك أن تختار إما هاتفاً خليوياً أو هاتفاً أرضياً عوضاً عن الاثنين. والمكالمات إلى البلدان البعيدة يمكن أن تكون مكلفة جداً وعليك أن تتأكد بعناية من الأسعار قبل إجراء مكالمات دولية. وبإمكانك أيضاً أن تستخدم شبكة الإنترنت للقيام باتصالات هاتفية لمسافات بعيدة أو شراء بطاقات هاتفية.



5. بإمكانك أن تستخدم وسائل النقل العمومي عوضاً عن شراء سيارة.





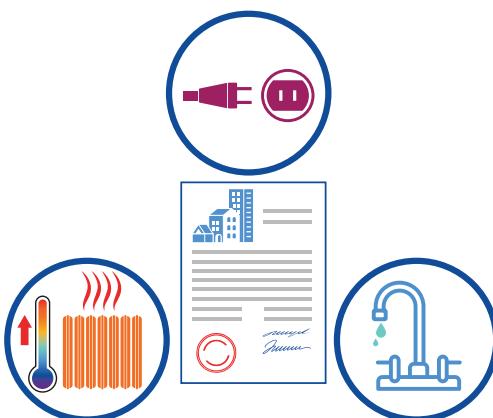
6. بإمكانك أن تستخدم مجاناً الإنترنت المتاح في المكتبات وفي أماكن عمومية أخرى.



7. بإمكانك أن تقارن بين الشروط والظروف قبل اختيار عقد أو خطة دفع للهاتف الخلوي أو تلفزيون بالكابل أو الإنترنت أو الأثاث أو السيارة. وابحث عن التخفيضات المتاحة.



8. بإمكانك أن تبحث عن سكن متواافق فيه خدمات مشمولة في تكلفة الإيجار. وهذه تكلفة ثابتة يمكن أن تساعدك على وضع ميزانيتك. وإن فان تكلفة الخدمات سوف تختلف بحسب الاستخدام الشخصي.



9. بإمكانك أن تسأل منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك عما إذا كانت هناك رعاية منخفضة التكلفة للأطفال، متاحة في مجتمعك المحلي أو ما إذا كان هناك مجال لتقاسم المسؤوليات مع أولياء أمور آخرين.



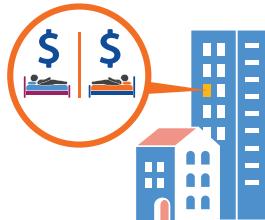
## التطبعات المتعلقة بالدعم المالي 8.5



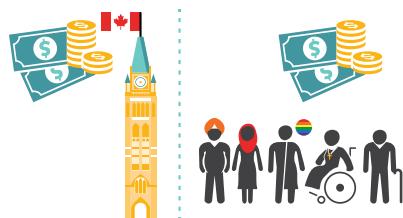
مقدار الدعم المالي الذي ستحصل عليه محدود. وهو يكفي فقط للتغطية احتياجاتك الأساسية. واعتماد توقعات واقعية فيما يخص ما بمقدورك فعله بالأموال التي تتلقاها، سيساعدك على التأقلم مع الحياة في كندا.



**تعليمات:** انظر إلى المواقف. ضع خطأً بين كل حالة والتوقعات الواقعية ذات الصلة بها.



**أ)** تتقاسم سكناً مع شخص آخر  
وتدفع جزءاً من الإيجار.



أنت تتلقى دعماً مالياً من  
الحكومة و/أو الجهات الراعية  
للك.



**ب) تواصل مع أسرتك عن طريق  
مكالمات من خلال شبكة  
الإنترنت أو شراء بطاقات  
هاتفية.**



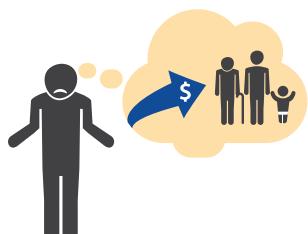
المسافات بين منزلك  
والأماكن التي ترغب في  
الذهاب إليها في مجتمعك  
المحللي بعيدة.



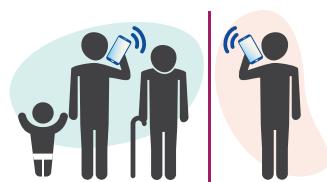
ج) النقل العمومي أقل خيارات التنقل كلفة. بإمكانك أن توفر بعض المال بشراء اشتراك شهري.



أنت أعزب بدون أطفال وتتلقي دعماً محدوداً.



**د) قد لا يكون لديك ما يكفي من النقود لتأمين سفر أفراد الأسرة إلى بلدك.**



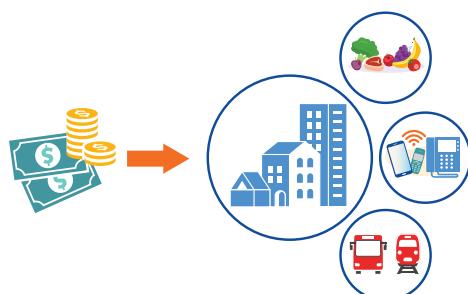
تريد مكالمة أسرتك في  
بلد آخر.



(ه) إذا أنت أنفق كل المال قبل نهاية الشهر لن تتلقى أية مبالغ مالية أخرى. تحدث إلى منظمتك الممولة من الحكومة أو إلى الجهات الراعية لك بخصوص كيفية إدارة نفقاتك.



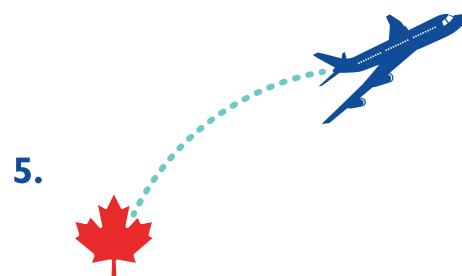
(و) السفر مكلف ومقدار الدعم المالي الذي تتلقاه لا يكفي لدفع نفقات السفر. عليك أن تخطط لذلك مسبقاً وتدخر.



(ز) الجزء الأكبر من دعمك المالي سوف يستخدم لدفع إيجارك. والأسر قد تحتاج بشكل خاص إلى استخدام منافع أخرى لتغطية تكاليف الاحتياجات الأساسية الأخرى.



(ح) سوف تحتاج على الأرجح إلى الدخار و/أو الحصول على قرض. والدعم المالي الشهري الذي ستتلقاه لا يكفي لدفع كلفة مثل هذه الأمور.



أنت تريد السفر إلى خارج كندا.



نفقاتك تتجاوز المبلغ المالي الذي تتقاضاه كل شهر.



أهدافك الطويلة الأجل تتمثل في إتمام دراستك بعد التعليم الثانوي أو شراء بيت أو سيارة.



السكن مكلف في مجتمعك المحلي.

## 8.6 التسوق في كندا



سيستغرق الأمر بعض الوقت حتى تهتدي إلى أفضل الأماكن للتسوق.



تعليمات: أنظر إلى مختلف أماكن التسوق في كندا. ضع خطأً بين كل مكان ووصف ما يمكن أن تشتري منه.



(أ) المحلات الكبرى التي تبيع الملابس والأحذية والأثاث واللوازم والأدوات المنزلية وغير ذلك من المواد غير الغذائية.



(ب) هذه هي أكثر أنواع محلات بيع الأغذية شيوعاً. والعديد من بينها يبيع منتجات التنظيف ومستحضرات التجميل والمجلات والأدوية العادمة التي لا تتطلب وصفة طبية.



(ج) هذه المتاجر تبيع منتجات لصلاح أو ترميم البيت، مثل الأدوات واللوازم والأثاث أحياناً.



(د) هذه المتاجر لها عادة فرع صيدلي يمكن فيه شراء الأدوية التي تحتاج إلى وصفة طبية. والعديد منها يبيع أيضاً أدوية غير خاضعة لوصفات طبية وحفاضات ولوازم صحية للمرأة ومستحضرات تجميل ومجلات وأغذية.



السوبر ماركت



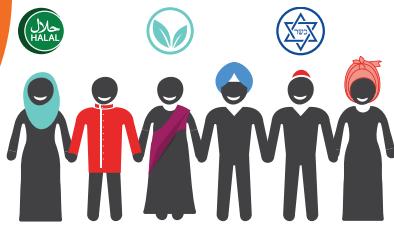
متاجر الأدوية



المتاجر الكبرى



محلات لوازم تحسين السكن



ه) المتاجر يمتلكها عادة أشخاص من خلفيات ثقافية مختلفة يستوردون سلعاً من خارج كندا. ويمكن أن تجد بها منتجات من بلدك.



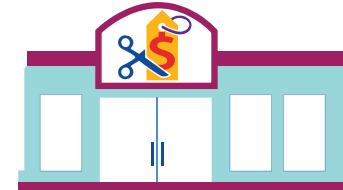
و) شراء سلع وبضائع باستخدام شبكة الإنترنت. ومن بين البائعين متاجر افتراضية ومبيعات لسلع وبضائع مستعملة خاصة. ومن الشائع أن يتسوق الناس في كندا على شبكة الانترنت.



ز) هذه معارض غير رسمية في الهواء الطلق حيث يبيع الأشخاص سلعاً وبضائع مستعملة من بيوتهم، وذلك عادة بأسعار منخفضة جداً والتاريخ والمكان يُعلن عنهم عادة في إعلانات في الحي.



ح) هذه المتاجر تبيع مواد مستعملة مثل الملابس وغير ذلك من اللوازم المنزلية بأسعار مخفضة. ومن الشائع أن يشتري الناس في كندا بضائع مستعملة.

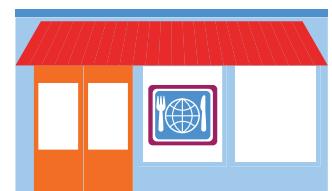


5.



محلات بيع السلع والبضائع المستعملة

6.



محلات بيع الأغذية الخاصة بالإثنيات

7.



البيع الخيري أمام البيت

8.



البيع على شبكة الانترنت



يمكن منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك أن تدلي على المكان الذي بإمكانك أن تشتري فيه الأغذية وتقديم لك النصائح حول كيفية البحث عن أسعار جيدة. وبإمكانها أيضاً أن تدلي على كيفية البحث عن المبيعات بأسعار مخفضة واستخدام قسم التخفيضات والمقارنة قبل التسوق والاستفسار عن المبيعات الخاصة.



## 8.7

### ما الذي تحتاجه مقابل ما الذي تريده؟

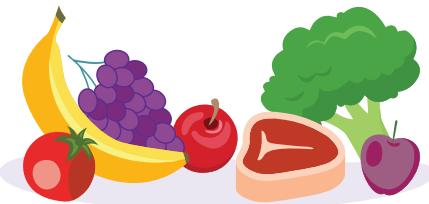


تعليمات: أنظر إلى الأغراض وقرر الأشياء التي تحتاجها وتلك التي تريدها. وضع علامة "O" في خانة الاحتياجات وعلامة "Δ" في خانة الرغبات.

1. سيارة



2. غذاء صحي



3. بيت كبير



4. ملابس



5. هاتف ذكي من آخر صيحة

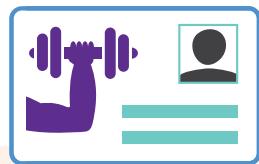




6. لوازم صحية



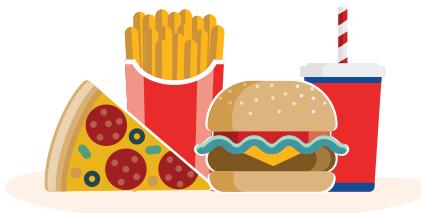
7. عضوية في نادٍ للياقة البدنية



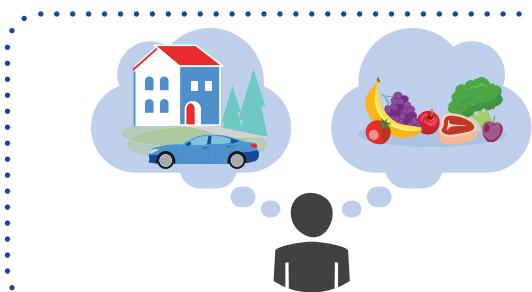
8. مكان للعيش



9. الأكل في مطعم



10. أحذية من ماركات غالية الثمن



من الأهمية بمكان تحديد ما الذي تحتاجه مقابل ما الذي ترغب فيه. وبعض الأشياء التي تريدها قد تكون مكلفة وقد تحتاج إلى الانتظار لشرائها.



## 8.8 المعاملات المصرفية في كندا



بعد وصولك إلى كندا بوقت وجيز سوف تساعدك منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك على ملء طلب لفتح حساب مصرفي كندي.



الحساب المصرفي يمكنك مما يلي:



3. إصدار بطاقة مدين أو بطاقة ائتمان للمشتريات في المتاجر وعلى شبكة الإنترنت



2. تلقي النقود من خلال إيداعات مباشرة



1. استخدام الآلات المصرفية الآلية



5. الدفع بشيك



4. دفع الفواتير باستخدام النظام المصرفي الإلكتروني

هناك أنواع مختلفة من أنواع الحسابات المصرفية. وأكثرها شيوعاً هي:

### 1. الحساب الجاري

الغرض من الحساب الجاري دفع النفقات. بإمكانك أن تطلب شيك لدفع الإيجار وغير ذلك من الفواتير. بإمكانك أيضاً أن تسحب النقود من حسابك باستخدام بطاقة دينك وتحول الأموال الكترونياً.



### 2. حساب الادخار

الغرض من حساب الادخار هو التوفير لأغراض النفقات أو الأهداف المقبلة. وقد تدفع لك المصادر فائدة على مبلغ المال الذي تحتفظ به في هذه الحسابات.

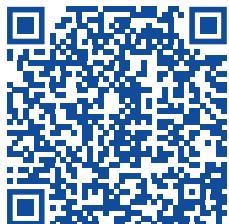


احذر إصدار الشيكات لمبالغ مالية تتجاوز الموجودة حالياً في حسابك الجاري. ولذلك عوّاقب قانونية. للمزيد من المعلومات عن مختلف أنواع الحسابات المصرفية اقرأ هنا:



## 8.9 بطاقات الائتمان

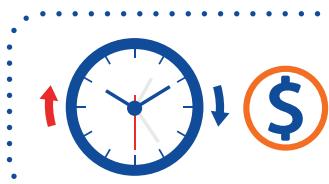
يستخدم العديد من الأشخاص في كندا بطاقات الائتمان في معظم مشترياتهم، انطلاقاً من التسوق اليومي في المتاجر ووصولاً إلى شراء السلع والبضائع على شبكة الإنترنت.



١. عندما تستخدم بطاقة ائتمان أنت تستلف نقوداً، والمؤسسة المصرفية أو الشركة التي تصدر بطاقة الائتمان تفرض فائدة على المبلغ الذي أنت مدين به. للمزيد من المعلومات أقرأ هنا:



٢. استخدم بطاقات الائتمان بحذر، من السهل أن تراكم عليك الديون عندما تستخدم بطاقات الائتمان. وقبل أن تشتري أي شيء ببطاقة الائتمان تأكد من أنك تمتلك ما يكفي من النقود في حسابك أو أنك ستكون قادرًا على سداد الدفعات الشهرية في الوقت المحدد إضافة إلى نفقاتك المنتظمة.



إذا تخلفت عن سداد دفع ببطاقة الائتمان فإن المؤسسة المصرفية أو الشركة المقرضة سوف تفرض عليك رسمًا جزائيًا.



## 8.10 سجل الائتماني

١. عندما تستخدم الائتمان فإن طريقة سدادك ستسجل في سجلك الائتماني. في المستقبل عندما تطلب قرضاً ستعتمد المصادر في قرارها على أساس سجلك الائتماني. لكي يكون لك سجل ائتماني جيد، احرص على دفع الأقساط بالكامل وفي الوقت المحدد كل شهر.



٢. أنت بحاجة إلى دفع إيجارك وفواتير الخدمات في الوقت المحدد كل شهر. إن أنت قصرت في سداد دفعاتك فإن ذلك سيُسجل في سجل ائتمانك ويمكن أن تُستبعد من الائتمان.



فرصتك الأولى لإقامة سجل جيد في مجال الائتمان في كندا تتمثل في سداد دفعات شهرية لقرض هجرتك.



## 8.11 الضرائب في كندا



وكلة الإيرادات الكندية هي الهيئة الرئيسية المسؤولة عن قوانين الضرائب في كندا. الضرائب تحصلها الحكومات الفدرالية المحلية والبلدية.



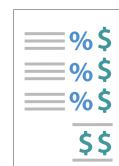
للمزيد من المعلومات عن وكلة الإيرادات الكندية  
ولفتح حساب على الشبكة مباشرة اقرأ هنا:

تعليمات: أنظر إلى مختلف أنواع الضرائب التي يدفعها الناس في كندا. ارسم خطأً بين كل نوع من أنواع الضرائب ووصف هذا النوع.



(أ) تدفع هذه الضريبة إذا كنت تملك بيتاً أو شقة أو أرضاً. في حالة الإيجار، المالك هو الذي يدفع الضرائب على الملكية.

1.



ضريبة السلع والخدمات (أو المبيعات)



(ب) هذه الضرائب تفرضها الحكومة على الدخل الذي تتلقاه من عمل ما أو كاستحقاقات. هي تُقطع عادة قبل أن تتلقى دفعاتك.

2.



الضريبة على الممتلكات



(ج) هذا هو المبلغ الذي تدفعه إضافة إلى تكلفة الأشياء التي تشتريها أو الخدمات التي تقتنيها. ليست هناك أية ضرائب على المواد الغذائية الأساسية في كندا. أما بالنسبة للمواد كالسجائر والكحول فتوجد ضريبة مضافة.

3.



الضريبة على الدخل



في كندا الجميع يدفع الضرائب. الضرائب في كندا تُستخدم لدفع تكاليف ما يلي:



2. الرعاية الصحية



1. التعليم الأساسي



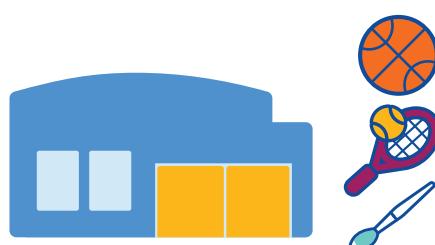
4. خدمات الطوارئ مثل المطافئ والشرطة



3. صيانة الطرقات والطرق السريعة



6. الحدائق العامة



5. الخدمات الاجتماعية



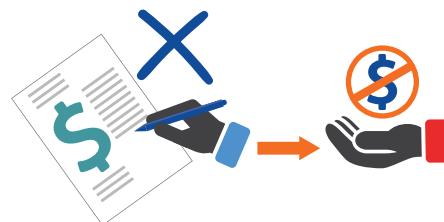
8. إزالة الثلوج من الطرقات والطرقات السريعة والأرصفة



7. النقل العمومي و موقف السيارات

## 8.12 الإبلاغ عن دخلك لأغراض الضريبة

ما إن تصل إلى كندا وتحصل على رقم للضمان الاجتماعي، لا بد لك من تقديم تقرير ضريبيك على الدخل، بما يشمل أي دعم مالي تلقيته. وهذا يتم أثناء الفترة من شباط/فبراير إلى نيسان/أبريل من كل عام. حتى إذا لم تقم بكندا إلا لجزء فقط من العام ولم تحصل أي دخل خلال العام ستظل مع ذلك ملزماً بتقديم تقرير. إذا كنت متزوجاً أو تعيش مع شريك فإن الزوج أو الزوجة أو الشريك أو طالبون أيضاً بتقديم تقرير منفصل كل عام.



التقصير في تقديم تقرير عن ضريبة الدخل يمكن أن ينتج عنه فقدان بعض الاستحقاقات كالحوافز الضريبية للأطفال في كندا.

للمزيد من المعلومات عن تقديم تقريرك بشأن الضريبة على الدخل، استفسر لدى منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك واقرأ هنا:



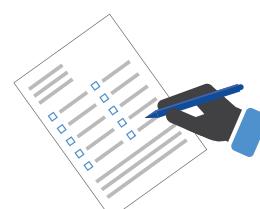
## 8.13 المستحقات المالية الإضافية

ما إن تحصل على رقمك للضمان الاجتماعي، اطلب المستحقات التي قد تكون مؤهلاً للتمتع بها. وتقديم تقريرك عن الضريبة على الدخل في الوقت المحدد سيساعدك على تلقي مستحقاتك..

قد تكون مؤهلاً للتمتع بالمستحقات، بما في ذلك، الحوافز الضريبية الكندية للأطفال، واسترجاع الضريبة على السلع والخدمات، وغير ذلك من المستحقات على صعيدي المقاطعة والإقليم. استفسر لدى منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك عن المستحقات التي قد تكون مؤهلاً للحصول عليها.



بإمكان منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك مساعدتك على ملء الاستثمارات وإرفاق الوثائق اللازمة.



للمزيد من المعلومات عن المستحقات المتاحة لك اقرأ هنا:



# الوحدة 9

# التَّقْلِيل



# الوحدة 9

## النقل



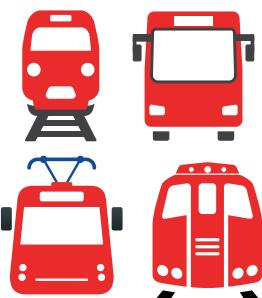
### 9.1 النقل في كندا

كندا بلد كبير له مناطق ومناظر طبيعية متميزة. السكان يتنقلون بطرق مختلفة بين المناطق وداخل مجتمعاتهم المحلية. توجد خيارات مختلفة للسفر داخل كندا.

تعليمات: اقرأ عن طرق التنقل في كندا. ضع علامة "✓" إلى جانب تلك التي هي جديدة بالنسبة لك.

#### 1. النقل العمومي

جميع المدن ومعظم البلدات في كندا لها نوع من أنواع وسائل نقل الأشخاص. هي طرق سريعة للتنقل داخل مجتمعك المحلي. من أمثلة ذلك الحافلات، وقطارات الأنفاق، والسكك الحديدية الخفيفة، والترام. تختلف وسائل النقل هذه بحسب المكان الذي تعيش فيه.



#### 2. الدراجات الهوائية

هذه طريقة صديقة ومحببة للبيئة للتنقل في المدن والبلدات، وهي مسموح بها في معظم الطرق ولها ممرات خاصة. الاحتماء بخوذة أمر موصى به بشدة.



#### 3. سيارات الأجرة (التاكسي)

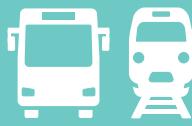
جميع المدن والبلدات لها شركة أو أكثر من شركات سيارات الأجرة. وللسائقين هوية رسمية تشير إلى أنهم مرخص لهم من قبل المدينة. سيارات التاكسي مُكلفة. ولها عدادات أوتوماتيكية لحساب تكلفة تنقلك. الأسعار ثابتة لا يمكن التفاوض فيها.



#### 4. تطبيقات تشارك الرحلات

هذه التكنولوجيا تربط الركاب والسائقين من خلال تطبيق على الهاتف المحمول. السفر أحياناً أقل كلفة من سيارة الأجرة ولكن هذه الطريقة غير منظمة من قبل الحكومة. لا بد منأخذ الحيطة الأمنية الإضافية اللازمة عند اللجوء إلى هذه الخدمات.





## 5. الدراجات النارية

تستخدم الدراجات النارية قدرًا ضئيلًا جدًا من الوقود ولا يمكن استخدامها إلا لبضعة أشهر في السنة بسبب طقس الشتاء. يحتاج الأمر إلى رخصة خاصة لاستعمال الدراجة النارية.



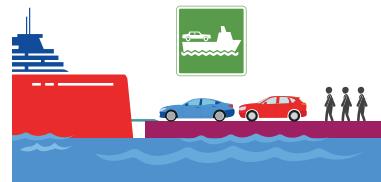
## 6. السيارات

هناك أنواع وأحجام مختلفة من السيارات في كندا يمكن أن تختار من بينها بحسب أسلوب عيشك وميزانيتك واحتياجاتك. هناك نفقات إضافية عديدة تترتب عن امتلاك سيارة مثل التأمين والوقود والإصلاحات.



## 7. العبارات

في المناطق الساحلية مثل كولومبيا البريطانية ومنطقة المحيط الأطلسي، يمثل هذا النوع من البوادر وسيلة نقل شائعة. بإمكان العديد منها نقل المسافرين والسيارات على حد سواء.



## 8. الطائرات

أسرع طريقة للسفر في المسافات البعيدة في كندا الطائرة. الطائرة مكلفة لكن قد يتضح في النهاية أنها أقل تكلفة من القيادة أو السفر بالقطار. جميع المدن الرئيسية في كندا لها مطارات.



## 9. القطارات

شبكة القطارات واسعة وتشمل جميع أنحاء البلاد. لكن ما كل المدن والبلدات في كندا مربوطة بشبكة القطارات. شراء التذاكر مسبقا يجعلها أقل كلفة.



## 10. حافلات النقل بين المدن

هذه الحافلات هي على العموم أقل سبل النقل بين المدن تكلفة. والسفرة قد تكون طويلة بسبب المسافات. هي غالباً الطريقة الوحيدة للسفر إلى المدن الأصغر حجمًا إذا كنت لا تمتلك سيارة.



هناك الكثير مما يجب أن تعرفه عن النقل في كندا. اسأل منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك عن وسائل النقل في مجتمعك المحلي عندما تصل إلى كندا.

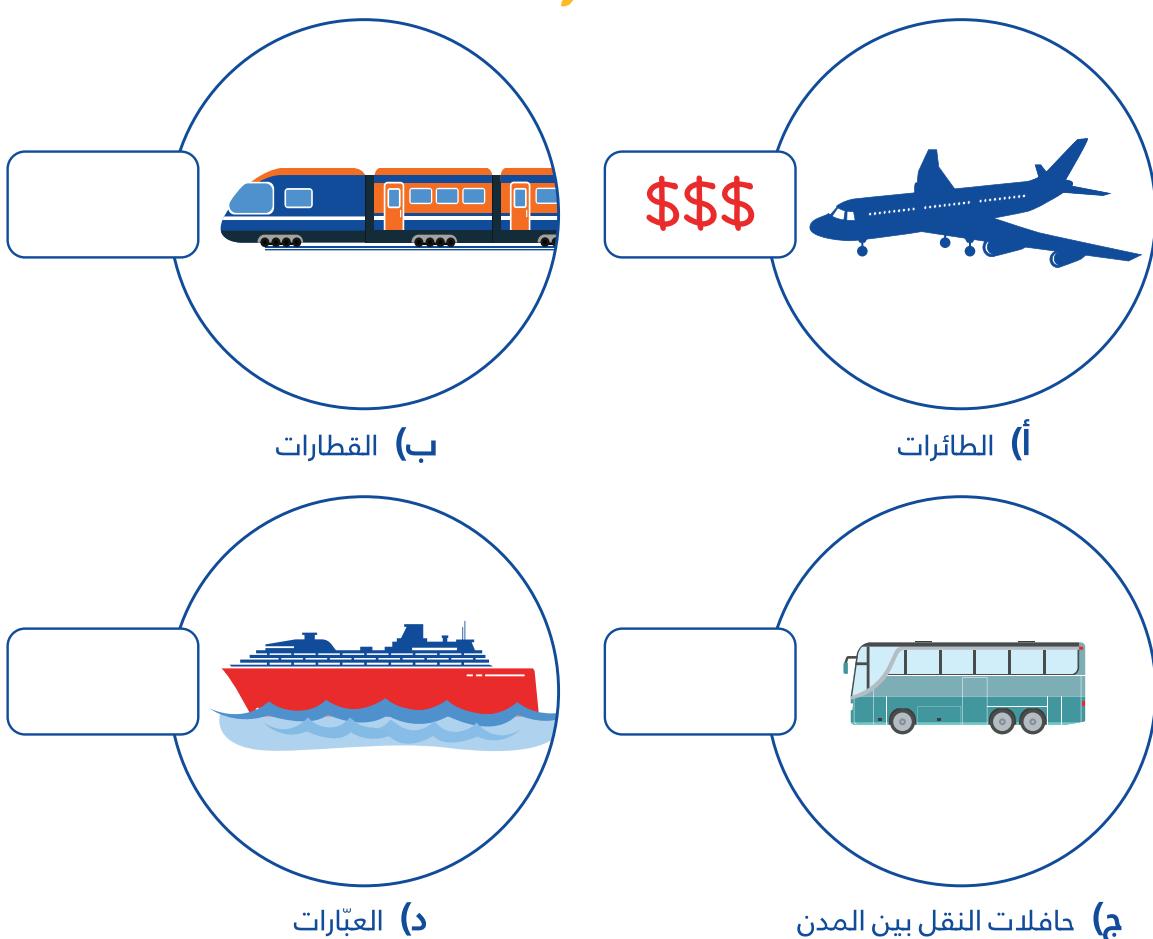


## ٩.٢ تكلفة النقل



تعليمات: انظر إلى وسائل النقل في كندا. ضع علامة " \$\$\$ " في خانة وسائل النقل التي هي عالية التكلفة، و " \$\$ " بالنسبة للتكلفة المتوسطة و " \$ " بالنسبة لوسائل النقل منخفضة التكلفة.

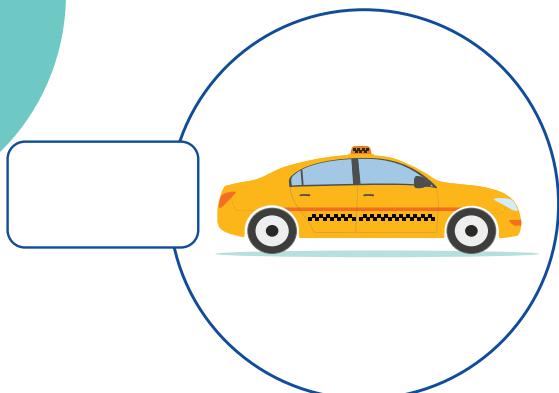
### ١. السفر لمسافات بعيدة



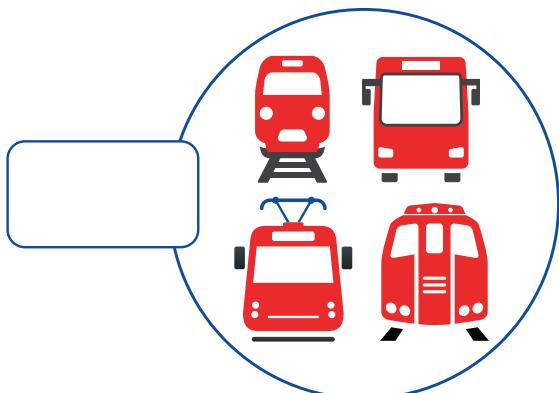
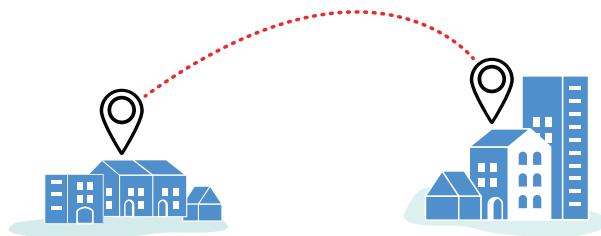
يمكنك الحصول على المزيد من المعلومات عن النقل العمومي والخريطة والتذكرة عن طريق الدستفسار أو زيارة محطات الحافلات والقطارات المحلية وأكشاك المعلومات أو عن طريق البحث على الشبكة.



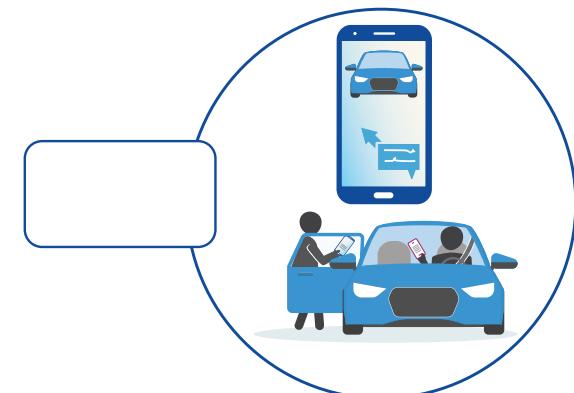
## 2. السفر لمسافات بعيدة



(أ) سيارات الأجرة

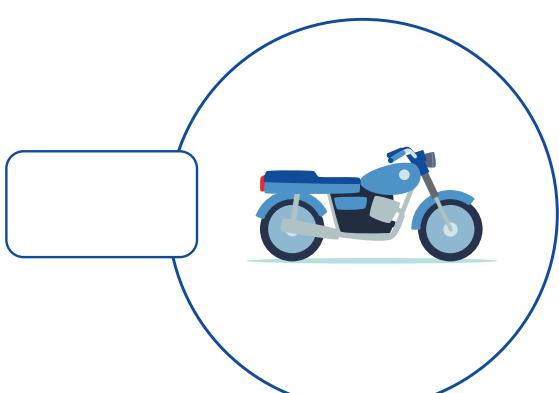


(ج) النقل العمومي

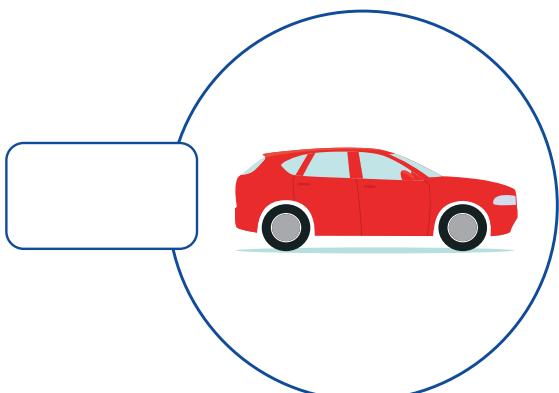


(ب) تطبيقات تشارك الرحلات

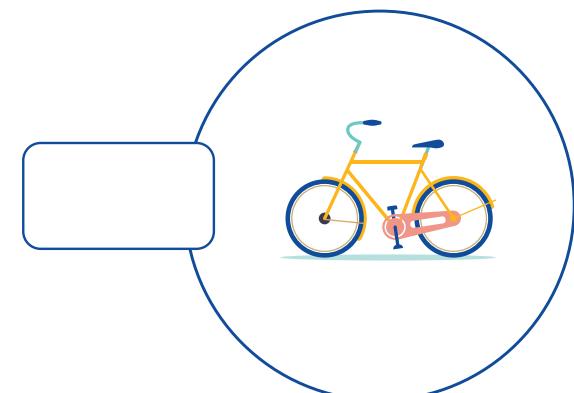
## 3. التنقل باستخدام سيارة شخصية خاصة



(أ) الدراجات النارية



(ج) السيارات

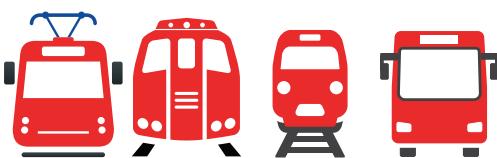


(ب) الدراجات الهوائية

٣٦٤٢ (٤) ; \$ (٣) ; \$\$\$ (٣) ; \$ (٣) ; \$\$\$ (٣) ; \$ (٣) ; \$\$\$ (٣)

برنامجه التوجيهي الكندي في الخارج دليل المشارك

### 9.3 استخدام وسائل النقل العمومي في كندا



تعليمات: اقرأ البيانات عن استخدام وسائل النقل العمومي في كندا. ضع علامة "✓" في خانة البيانات التي هي جديدة بالنسبة لك.

1. لاستخدام وسائل النقل العمومي لا بد لك من الدفع عند الركوب أو شراء تذكرة أو إبراز بطاقة الاشتراك.



2. في العديد من المدن والبلدات توجد وسائل نقل للأشخاص ذوي القدرة المحدودة على التحرك مثل الحافلات المجهزة خصيصاً للغرض.



3. بالنسبة للطلاب والأشخاص فوق سن 65 عاماً، توفر مدن عديدة نقلًا عمومياً بتكلفة مخفضة.



4. في الحافلة أو الترام اضغط على زر لتنبيه السائق عندما ترغب في النزول. إذا كنت بحاجة إلى مساعدة للوصول إلى مكان محدد اسأل السائق واجلس بالقرب منه في مقدمة الحافلة أو الترام.



5. يُنتظر أن تترك مقعدك لشخص أكبر منك سناً أو شخص ذي إعاقة أو امرأة حامل أو كهل له أطفال صغار.





6. سوف تحتاج إلى تقديم المبلغ النقدي الصحيح المحدد لشراء تذكرة للنقل العمومي، ذلك أن السائق لا يتناول النقد وعادة ما لا يكون بإمكانه توفير فكة.



7. لدى ركوب وسيلة النقل العمومي اترك المسافرين ينزلون قبل الركوب.



8. احتفظ بدليل دفعك طوال تنقلك.



9. هناك مؤشرات طوارئ على وسائل النقل العمومي بإمكانك تفعيلها عند اللزوم.

EMERGENCY STOP  
ARRÊT D'URGENCE



10. أنت والركاب الآخرون عليكم الوقف في الصيف في انتظار ركوب وسيلة النقل العمومي.



11. خدمات النقل المدرسي متاحة عموماً للأطفال الذين يسكنون على بُعد مسافة معينة من المدرسة التي يتربدون إليها. بإمكان الأطفال الآخرين استخدام وسائل النقل العمومي للذهاب إلى المدرسة.



من الممكن المشي واستخدام دراجة هوائية في العديد من المدن. هذان بديلان صحيان للقيادة أو استعمال وسائل النقل العمومي. بإمكان الأطفال أيضاً المشي أو استعمال دراجة هوائية للذهاب إلى المدرسة.



## ٩.٤ القيادة في كندا



عملية الحصول على رخصة قيادة للمرة الأولى في كندا تتوقف على المقاطعة أو الإقليم الذي تعيش فيه. في معظم المقاطعات والإقليمين يجب أن يكون الأشخاص من جميع أنواع الجنس بالغين من العمر 16 عاماً على الأقل للبدء في تعلم القيادة.

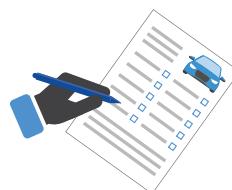
تعليمات: اقرأ الخطوات الالزمة للحصول على رخصة قيادة في كندا. ضع رقمًا من ١ إلى ٦ في كل خانة لترتيب الخطوات الالزمة من الأولى إلى الأخيرة.

أ) الحصول على رخصة متعلم.



ب) ملء الطلب.

1



ج) الحصول على رخصة قيادة كاملة.



د) اجتياز اختبار خطبي خاص بالقيادة.



هـ) اجتياز اختبار القيادة العملي على الطريق.



و) أخذ درس في القيادة استعداداً للتقدم لاختبار القيادة على الطريق والحصول على الرخصة الكاملة بشكل أسرع.



إذا كنت تمتلك في الوقت الحاضر رخصة قيادة سارية المفعول من بلد آخر بإمكانك أن تستبدلها برخصة قيادة محلية أو استخدامها للقيادة في كندا لفترة قصيرة من الزمن بعد وصولك إلى كندا. اسأل منظمتك الممولة من الحكومة أو الجهات الراعية لك عن اللوائح والقوانين في مقاطعتك أو إقليمك.



## 9.5 شراء سيارة

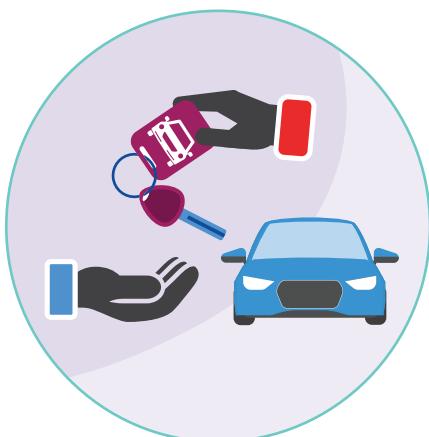
تعليمات: أنظر إلى تجربة الشخص الذي يشتري سيارة في كندا.



.2



.1



.4



.3



.6



.5

ما الذي كان بإمكان هذا الشخص أن يفعله بشكل مختلف؟



## 9.6 القوانين ذات الصلة بالقيادة

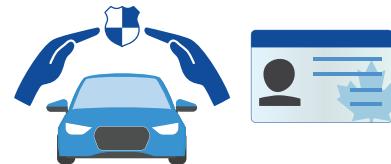


قوانين القيادة تطبق تطبيقاً صارماً في كندا. العقوبات في حالة خرق هذه القوانين مكلفة وتشمل الغرامات وارتفاع تكاليف التأمين وسحب الرخصة مؤقتاً أو فقدانها.



**تعليمات:** انظر إلى قوانين القيادة في كندا. ضع علامة "✓" في خانة القوانين التي هي جديدة بالنسبة لك.

1. يحتاج السائقون في كندا إلى رخصة قيادة وما يثبت تأمين السيارة. من غير القانوني القيادة دون هاتين الوثائقين والسيّدون لا بد لهم من حملهما عند القيادة.



2. السائقون لا يسمح لهم بالقيادة تحت تأثير مادة من المواد المخدرة (المخدرات، الكحول، الأدوية).



3. لا بد لجميع السائقين من التوقف على بعد مسافة من حافلات النقل المدرسي عندما يكون ضوؤها الأحمر مضيئاً وتكون إشارة الاتجاه ممتدة.



4. السيارات تسير على يمين الطريق. السائقون لا بد لهم من إعطاء الأولوية لسيارات الإسعاف والطوارئ والمطافئ التي تكون أضواوها مضاءة وتذون صفارات إنذارها مدوية.



5. على جميع السائقين استعمال حزام الأمان سواء كانوا سائقين أم ركاباً في أي سيارة.



6. الثلج والجليد هما خطران رئيسيان فيما يتصل بالقيادة في معظم أنحاء كندا. في بعض المقاطعات والأقاليم من الإيجاري استعمال عجلات وإطارات الشتا.



7. لا بد للأطفال الصغار من الجلوس في الخلف وفي مقعد مخصص للغرض في السيارة من أجل سلامتهم. اختيار المقعد يتوقف على سن الطفل وزنه. للمزيد من المعلومات عن مقاعد الأطفال اقرأ هنا:





القوانين ذات الصلة بالقيادة 9.7

يمكن مشاهدة إشارات الطرق هذه في جميع أنحاء كندا، ولئن بدت مختلفة اختلافاً طفيفاً في بعض الأماكن.

**تعليمات:** انظر إلى إشارات الطرق. وارسم خطأً بين كل إشارة طريق ووصفها.

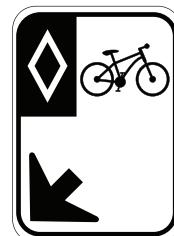
### أ) طريق زلقة



2.



3.



## ب) عبور حیوانات

مدرسہ (ج)

د) علامة المشي

4



#### ه) الدرجات المائية فقط

5



**الضوء الأخضر يعني انطلاق.**



**الضوء  
الأصفر  
"خفّض"  
السرعة**



**الضوء الأحمر يعني "قف".**



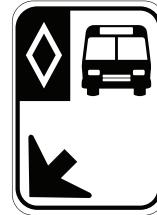
**عندما تعبر طريقاً انتبه  
لإشارات المرور حولك.**



לְלִבְנֵי יִשְׂרָאֵל: לְ(לַ)בָּ(לְ); לְ(לַ)בָּ(לְ); לְ(לַ)בָּ(לְ); לְ(לַ)בָּ(לְ)

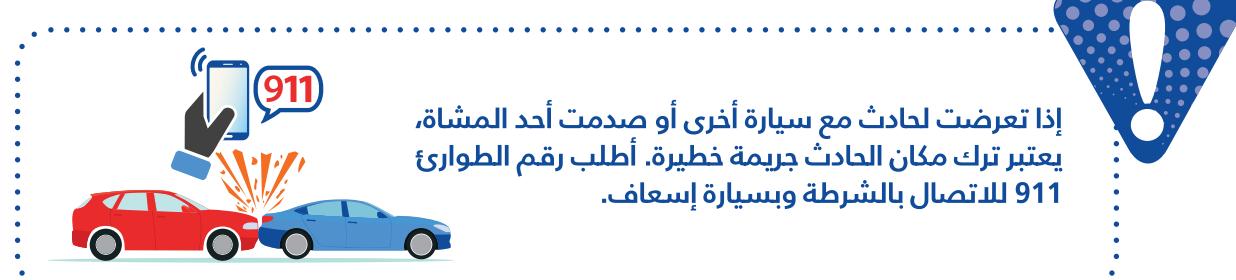


و) الانعطاف إلى اليمين ممنوع



ك) السرعة محددة بالكميلومترات في الساعة

ل) أترك الأولوية



# حظ سعيد في كندا!



## ملاحظات:

## قبل السفر إلى كندا

1



إجراءات التفتيش الأمنية

إجراءات الفحوص الطبية

حضور مقابلة اختيار

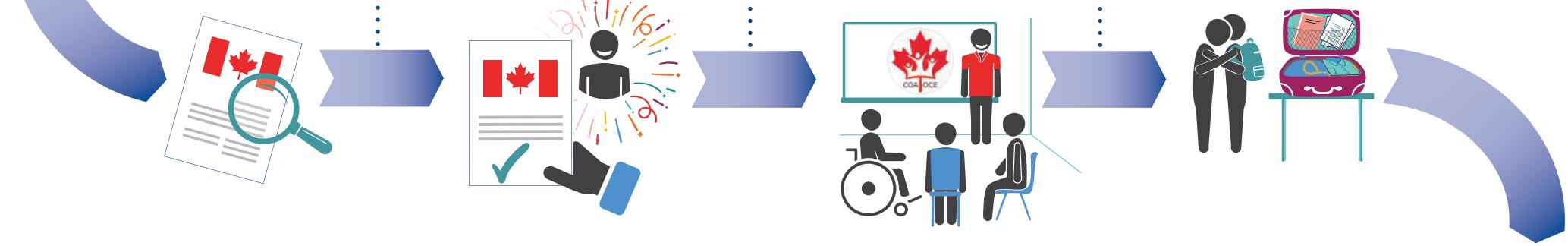
بداية عملية إعادة التوطين

احتياز مراجعة للطلب

الحصول على الموافقة

خدمات ما قبل الوصول

الاستعداد للسفر



التسجيل لدى شركة الطيران في المطار

تلقي حقيتك التي تحمل شارة المنظمة الدولية للهجرة

التوّجه إلى المطار



السفر إلى كندا

2

احتياز إجراءات الأمن في المطار

إتمام إجراءات الخروج

ركوب الطائرة

الاستمتاع بالرحلة

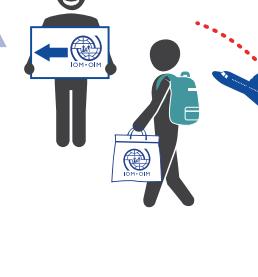


إتمام إجراءات الدخول

تلقي المساعدة في المطار

الوصول إلى كندا

العبور



الإقامة في مكان سكن مؤقت

التقاء الأشخاص الذين سيساعدونك

السفر إلى وجهتك النهائية

في كندا

3

طلب الوثائق الهمة

فتح حساب بنكي

الانتقال إلى سكن دائم

تسجيل الأطفال في المدرسة والكبار في دروس اللغات  
الصحية الرعاية

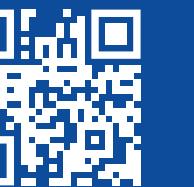
أطلب المساعدة متى احتجت لذلك

اتخذ الخطوات الضرورية لتصبح مكتفياً ذاتياً

حافظ على نفسك وابق نشطاً وفي صحة جيدة

تعرف على مجتمعك المحلي





 IOM  
UN MIGRATION

ARABIC