



مجموعة أدوات التخطيط المسبق

موارد حول التخطيط الصحي والمالي وتخطيط الممتلكات
(التركة)



Covenant Health
Palliative Institute

سبتمبر 2025

ملاحظة هامة: تهدف مجموعة أدوات البدء هذه إلى تقديم معلومات عامة فقط. لقد تم بذل كل جهد ممكن لضمان دقة المعلومات التي نشاركها. لا تشكل محتويات هذه المجموعة نصيحة طبية أو قانونية، ولا ينبغي الاعتماد عليها بصفقتها كذلك. يُنصح الأفراد بطلب المشورة من متخصصين في المجالات ذات الصلة للحصول على إرشادات شخصية تناسب ظروفهم الخاصة.



يشمل **التخطيط المسبق للرعاية** التفكير في الرعاية الصحية والشخصية التي ترغب بها الآن ومستقبلاً، ومناقشتها، وتوثيقها. وهو متاح لكل شخص بالغ في أي مرحلة من مراحل حياته. لبدء التخطيط المسبق للرعاية، استخدم الخطوات والموارد الموضحة أدناه.

استخدم كتاب تمنياتي ألبرتا My Wishes Alberta للتفكير فيما هو الأكثر أهمية بالنسبة لك في حياتك وصحتك ورعايتك الشخصية.		فَجِّر في قيمك وأهدافك	
تحدث مع مقدمي الرعاية الصحية لديك بشأن أي أسئلة أو أعراض أو مخاوف لديك بشأن صحتك. إذا كنت بحاجة إلى مقدم رعاية صحية، فاتصل على 811 أو تفضل بزيارة albertafindadoctor.ca .		تَعَلَّم عن صحتك الخاصة	
اختر شخصًا تثق به لاتخاذ القرارات نيابةً عنك إذا لزم الأمر واسأله إذا كان على استعداد للقيام بذلك.		اخْتَر شخصًا لاتخاذ القرارات الصحية والشخصية نيابةً عنك	
استخدم كتاب رغباتي في ألبرتا (My Wishes Alberta) أو اللعبة أو بداية المحادثة على موقع CompassionateAlberta.ca .		شارك رغباتك مع الأشخاص الذين تثق بهم وفريق الرعاية الصحية الخاص بك	
اتصل بمحامي أو استخدم تعليمات حكومة ألبرتا والنموذج لإنشاء أو تحديث التوجيه الشخصي الخاص بك.		وَثِّق رغباتك في توجيه شخصي	

راجع مستنداتك وحديثها بعد أحداث حياتك المهمة (مثل تغيرات صحية أو إنجاب طفل) ومع تطور أهدافك وقيمك ورغباتك. شارك هذه التحديثات مع المقربين منك ومقدمي الرعاية الصحية.

لمزيد من المعلومات، قم بزيارة CompassionateAlberta.ca





رغباتي في ألبرتا: التخطيط لرعايتي

كتيب تمارين لمساعدتك على استكشاف
ومشاركة رغباتك لرعايتك الصحية



Covenant Health
Palliative Institute



CANADIAN
Virtual Hospice

كيف يمكن أن يساعد هذا كتيب التمارين؟

الاعداد لقرارات الرعاية الصحية

عندما يتلقى الناس أخباراً صحية صعبة أو غير متوقعة، غالباً ما يقولون إنهم سمعوا جزءاً صغيراً فقط مما قاله مقدم الرعاية الصحية. هناك الكثير من المعلومات، والعديد من القرارات، وأمر كثيرة للتفكير فيها. حتى القرارات البسيطة يمكن أن تكون صعبة. ننظر في كل ما سبب قفياً على هذه المنهجية التي تجعلنا نلجأ إلى بعض الحلول البسيطة لك وللأشخاص المقربين منك.

إذا كنت لا تستطيع التحدث عن نفسك

إذا مرضت أو تعرضت لإصابة ولا تستطيع التحدث عن نفسك، فإن التفكير والتحدث عما تريد مسبقا:

- يتيح للأنشغال الذين يعانون من صعوبة في النوم بالانسداد.
- يمنحك راحة البال لأن رغباتك معروفة.
- يقلل من الصراع والتوتر عند اتخاذ قرارات بشأن رعايتك.
- يمنحك فرصة ابداء رأيك في رعايتك.
- يساعد مقدمي الرعاية الصحية على منحك أفضل رعاية ممكنة.

هذا الدفتر ليس مستندا قانونيا ولا يمكن استخدامه لتقديم الموافقة على العلاجات. إنه ليس وصية أو توجيها شخصيا ولا علاقة له بتوزيع ممتلكاتك أو أموالك. إنه دليل لمساعدتك على تنظيم أفكارك والبدء في إجراء محادثات حول رعايتك الصحية والشخصية.

” رغباتي في ألبرت: التخطيط لرعايتي“ تم إنشاؤه لمساعدتك على التفكير في قيمك للرعاية الصحية والشخصية ومشاركة هذه المعلومات مع أهم الأشخاص في حياتك، وكذلك مع مقدمي الرعاية الصحية لك. وايضا يرشدك إلى التفكير فيما هو مهم بالنسبة لك، وما هي مخاوفك، ومن تريد ان يتخذ القرارات نيابة عنك إذا أصبحت مريضا أو مصابا بشدة بحيث لا يمكنك اختيار المناسب لنفسك. قد لا يكون من السهل التفكير في هذا الموضوع، ولكن القيام بذلك سيسمك من اعدادك أنت والآخرين لاتخاذ قرارات مهمة بشأن رعايتك الآن وفي المستقبل.

كيفية استخدام دفتر التمارين هذا

- تعمل على حلّه بنفسك أو مع شخص تثق به.
- خذ وقتك للتفكير في إجاباتك.
- أكمل الأسئلة التي تهملك.
- استخدم هذا الدفتر لبدء محادثات حول رعايتك الصحية والشخصية.



هل لديك معتقدات روحية أو ثقافية أو دينية مهمة بالنسبة لك؟

ما الذي تعلمته في حياتك وتريد مشاركته مع الآخرين؟

ما هو الأهم بالنسبة لك؟

أولاً، فكر فيما يلي: ما هو المهم بالنسبة لك؟ ما هو أكثر شيء تقدره في حياتك؟ ستساعدك هذه الإجابات على اعدادك للتحدث مع الأشخاص المقربين منك ومع مقدمي الرعاية الصحية لديك.

من هم أهم الأشخاص في حياتك؟

(على سبيل المثال: أفراد الأسرة والأصدقاء والمرشدون الروحيون أو الدينيون والموجهون والأشخاص الداعمون)

ما الذي يجلب لك السعادة ويجعل حياتك ذات معنى؟

(على سبيل المثال: قضاء الوقت مع العائلة أو الأصدقاء ، والممارسات الروحية أو الدينية ، والعمل ، والهوايات ، والمساهمة في مجتمعك ، والتواجد في الخارج ، والأنشطة البدنية)





التفكير في رغباتك للرعاية

بعد ذلك، فكر في رغباتك المتعلقة برعايتك وما تقدره أكثر. كيف تريد تلبية احتياجاتك البدنية والعاطفية والاجتماعية والروحية؟

في حالة المرض الشديد، ما هو أكثر ما يهملك؟

(على سبيل المثال: القدرة على قضاء بعض الوقت مع عائلتك وأصدقائك، والتواجد في منزلك، ووجود أشخاص من حولك يتحدثون لغتك، انتهاء الألم، ومعاملتك بكرامة)

في حالة المرض الشديد، ما الذي يقلقك أكثر؟

(على سبيل المثال: الشعور بالألم، الوحدة، الحاجة إلى مغادرة منزلك أو مجتمعك لتلقي الرعاية، رعاية الأشخاص الذين تهتم بهم الشؤون المالية)

“ أنا أتبع أسلوب حياة تقليديا وسيكون ذلك جزءا من توقعاتي للرعاية -وأن يتم دمج ذلك في التدخلات الطبية الغربية. قد يعني ذلك الأدوية النباتية أو الشاي أو حتى إقامة الطقوس في سياق طبي. أريد من مقدمي الرعاية الصحية أن يدعموا هذا.

”

فكر في الأسئلة التالية.

لا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة. حدد الإجابة التي تتناسب مع رغباتك. يمكنك أيضا إضافة أفكارك على الأسطر أسفل كل سؤال

في حالة المرض الشديد...

ما مقدار المعلومات التي تريدها عن مرضك وعلاجك؟

☐ كلها ☐ بعضها ☐ لا شيء منها

الى أي مدترغب أن تكون لديك كلمة في علاجك ورعايتك؟

☐ في كل الامور ☐ في بعض الامور ☐ لا اريد ابداء رأيي

هل تريد أن يخبرك مقدم الرعاية الصحية
بتقديره لمدة بقائك على قيد الحياة؟

☐ نعم ☐ لا ☐ ربما

هل ترغب في تلقي علاجات طبية لمساعدتك على العيش لأطول فترة ممكنة،
حتى لو جعلتك مريضا أو غير مرتاح أو غير قادر على العيش بالطريقة التي تريدها؟

☐ نعم ☐ لا ☐ ربما

هل تريد الطب التقليدي أو البديل أو التكميلي كجزء من رعايتك؟

☐ نعم ☐ لا ☐ ربما

ل تريد أن تعيش لأطول فترة ممكنة، حتى لو
كان ذلك يعني مغادرة مجتمعك؟

☐ نعم ☐ لا ☐ ربما

هل تريد أن يتبع المقربون منك رغباتك
بكل دقة، حتى لو لم يوافقوا عليها؟

☐ نعم ☐ لا ☐ ربما

هل تريد أن يعرف المقربون منك كل شيء عن صحتك؟

☐ نعم ☐ لا ☐ ربما

أين تفضل قضاء أيامك الأخيرة؟

(على سبيل المثال: في المنزل، في مصحة، في المستشفى، في دار لرعاية المسنين)

إذا اضطررت إلى مغادرة منزلك أو مجتمعك للحصول على الرعاية، فمن ترغب أن يكون معك؟ ما هي الأشياء الشخصية التي ترغب في أخذها معك؟

(على سبيل المثال: الصور الفوتوغرافية أو الملابس أو مستلزمات الراحة أو الأغراض الروحية أو الدينية أو الثقافية)

إذا كنت بحاجة إلى مساعدة في العناية الشخصية (على سبيل المثال، الاستحمام، وتنظيف أسنانك بالفرشاة، والعناية الشخصية، وارتداء الملابس، والذهاب إلى المرحاض)، فمن ستشعر معه براحة أكبر لمساعدتك؟ من لا تريده ان يساعدك؟

هل يعارض أي شخص مهم في حياتك رغباتك؟

هل هناك أشياء ما زلت بحاجة للتحدث عنها مع الأشخاص المقربين منك؟

(على سبيل المثال: الشؤون المالية، من سيعتني بمن تعولهم أو بحيواناتك الأليفة، الطقوس أو خطط الجنازة، شؤون شخصية غير مكتملة)

التحدث عن رغباتك

الآن بعد أن فكرت فيما يهملك، من المهم مشاركة أفكارك مع من يهمهم امرك (الآباء أو الابناء أو الشريك / الزوج / الزوجة أو الأشقاء أو الأصدقاء أو الكبار اصحاب التجربة أو القادة الدينيين أو غيرهم) حتى يكون الجميع على دراية برغباتك. إذا كانت هناك أشياء لا تتفق عليها أنت والمقربون منك ، فمن المفيد معرفة ذلك والتحدث عنه.

يمكنك أيضا استخدام هذا الدفتر كدليل لمساعدتك في التحدث مع طبيبك أو ممرضتك أو مقدمي الرعاية الصحية الآخرين حول رغباتك في الرعاية. إذا كنت تعاني من حالة صحية حالية، فقد ترغب أيضا في طرح أي أسئلة لديك حول حالتك الصحية وخيارات العلاج وما يمكن توقعه في المستقبل.

اليك بعض الطرق لبدء المحادثة:

“لقد ملأت للتو هذا الدفتر المسمى رغباتي في ألبرتا. يتعلق الأمر بالتخطيط للرعاية الصحية المستقبلية، وأريد أن أشاركها معكم.”

“صحتي جيدة الآن ، لكنني أريد أن أتحدث إليكم عما أريده إذا تغيرت صحتي.”

“كنت أتحدث مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بي ، وشجعوني على التفكير في وضع خطة في حالة إصابتي بمرض في المستقبل. هل يمكنكم مساعدتي؟”

“أحد أكبر مخاوفني هو أنه إذا مرضت ، فإن الأشخاص المقربين مني سيتجادلون مع بعضهم البعض حول ما هو الأفضل بالنسبة لي. أريد أن أشارككم ما أريد حتى يفهم الجميع.”

“كنت أفكر فيما حدث لـ _____ عندما مرضوا، وجعلني ذلك أدرك أنني لن أريد أبدا أن تحدث هذه الأشياء لي.”

التأكد من احترام وتلبية رغباتك

الآن بعد أن شاركت رغباتك مع الأشخاص المهمين في حياتك، قد ترغب في اختيار شخص أو شخصين تشعر أنهما يحترمان رغباتك وعندهما القدرة على اتخاذ قرارات صحية وحياتية مستقبلية نيابة عنك إذا أصبحت مريضا بشدة أو مصابا ولا يمكنك التحدث عن نفسك. في ألبرتا ، يطلق على هذا الشخص اسم الوكيل ويتم تعيينه من خلال استكمال مستند قانوني يسمى التوجيه الشخصي. يجب أن يكون الشخص (الأشخاص) الذي تسميه وكيلًا لا يقل عن 18 عاما ولديهم القدرة العقلية على اتخاذ القرارات نيابة عنك.

لمزيد من المعلومات ، قم بزيارة

<https://www.alberta.ca/personal-directive.aspx>

عند اختيار وكيل ، فكر في ما يلي:

- هل تثق في هذا الشخص لاتخاذ القرارات نيابة عنك؟
- هل يمكن لهذا الشخص التواصل بوضوح مع فريق الرعاية الصحية الخاص بك؟
- هل يمكن لهذا الشخص اتخاذ قرارات صعبة في الأوقات العصيبة؟

أريد أن يتحدث ابني الأكبر نيابة عني إذا لم أستطع التحدث عن نفسي لأنه يعرف ما هو الأهم بالنسبة لي عندما يتعلق الأمر برعايتي.

من المهم بالنسبة لي أن يدعمه بقية أفراد عائلتي في القرارات التي يتخذها.



شكر وتقدير

تم تعديل هذا كتيب التمارين من قبل Covenant Health Palliative Institute من الوثيقة الأصلية، *Coming Full Circle: Planning for My Care* التي أنشأتها Canadian Virtual Hospice ودائرة اصحاب الخبرة وحملة المعرفة.

يود Covenant Health Palliative Institute أن يعرب عن تقديره للأفراد والمنظمات والمشاريع. التالية أسماؤهم الذين ساهمت معرفتهم ومواردهم في *Coming Full Circle*

اصحاب الخبرة وحملة المعرفة

Helen Gartner YT

Louise Halfe SK

Peter Irniq ON

Mary Jane Kavanaugh ON

Rosella Kinoshameg ON

Donna Loft ON

Betty McKenna SK

Albert McLeod MB

Gerry Oleman MB

Roberta Price BC

Ruth Mercredi NT

Stella Johnson BC

Ella Paul NS

Jeroline Smith MB

Holly Prince, Lead author, Lakehead University

Improving End-of-Life Care in First Nations Communities Research Team,
Lakehead University (2015). Developing Palliative Care Programs in First
Nations Communities: A Workbook, Version 1, eolfn.lakeheadu.ca

Canadian Hospice Palliative Care Association

advancecareplanning.ca

لاقتباس وتعديل واستخدام المواد الموجودة في

The Conversation Project لتقديم الإذن لـ Canadian Virtual Hospice الوثيقة التالية:

The Conversation Project: مبادرة من Institute for Healthcare Improvement

www.theconversationproject.org المرخصة بموجب Creative Common

Attribution-ShareAlike 4.0 International Licence

<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>

بمجرد اختيار الشخص (الأشخاص) الذي ترغب أن يتحدثوا نيابة عنك، اسأل عما إذا كانوا على استعداد ليكونوا وكلاء عنك وشارك رغباتك معهم. إذا قمت بتسمية أكثر من وكيل، تأكد من التحدث إلى كل شخص عن رغباتك. تحدث مع الأشخاص المهمين الآخرين في حياتك، بالإضافة إلى مقدمي الرعاية الصحية، للتأكد من أن الجميع يفهمون ما هو مهم بالنسبة لك. سيساعدك ذلك على دعم الشخص (الأشخاص) الذين يتحدثون نيابة عنك بشكل أفضل عندما يلزم اتخاذ قرارات بشأن رعايتك.

يمكنك دائماً تغيير رأيك بشأن تفضيلاتك للرعاية مع تغير الأمور. يمكنك أيضاً اختيار وكيل (وكلاء) مختلف في أي وقت. من المهم التحدث عن أي تغييرات مع الأشخاص المقربين منك.

موارد إضافية

قبسمل طي طختل او مدقتمل ضرمل لوح تامول عمل ن م ديزمل
تالاح عم لماعتل او رمعل اياهن ايعرو فظلم ايعرل او ايعرل
قراي زي جري، نزل

Compassionate Alberta: <https://compassionatealberta.ca>

Advance Care Planning: Preparing for Your Future Healthcare
<https://myhealth.alberta.ca/HealthTopics/Advance-Care-Planning>

Canadian Virtual Hospice www.virtualhospice.ca

Living My Culture www.livingmyculture.ca



رمز الاستجابة السريعة
هل وجدت هذا الدفتر مفيداً؟
يرجى مشاركة ملاحظاتك من خلال إجراء
الاستبيان الخاص بنا.

<https://redcap.link/mywishes>

تم تعديل هذا كتيب التمارين من كتيب Coming Full Circle الذي تم إعداده في الأصل من قبل Canadian Virtual Hospice بالتعاون مع دائرة اصحاب الخبرة وحملة المعرفة. تعاونت Canadian Virtual Hospice مع Covenant Health Palliative Institute لتعديل الكتيب الأصلي ليتناسب مع سكان ألبرتا. الآراء الواردة هنا لا تمثل بالضرورة آراء Canadian Virtual Hospice أو دائرة اصحاب الخبرة وحملة المعرفة.

هذه ليست وثيقة قانونية ولا يمكن استخدامها لتقديم الموافقة على العلاج. إنها ليست وصية أو توجيهها شخصيا ولا علاقة لها بتوزيع ممتلكاتك أو أموالك. إنه دليل لمساعدتك على استكشاف أفكارك والبدء في إجراء محادثات حول صحتك ورعايتك الشخصية. الغرض منها هو توفير معلومات عامة فقط. وقد بذل كل جهد ممكن لضمان دقة المعلومات. لا تشكل المحتويات نصيحة طبية أو قانونية ولا ينبغي الاعتماد عليها على هذا النحو. إذا كانت لديك أسئلة حول مشكلاتك الصحية أو الطبية، فتحدث مع مقدم الرعاية الصحية. إذا كانت لديك أسئلة حول حقوقك القانونية أو حقوق شخص آخر، فتحدث مع محام أو اتصل بعيادة قانونية في المجتمع المحلي.



Covenant Health
Palliative Institute



CANADIAN

VirtualHospice



/CHPalliative

May 2025

سبتمبر 2025

نظرة عامة على الوثائق الأساسية للتخطيط في ألبرتا

وثيقة التخطيط	من يحتاجها؟	الغرض	متى تدخل حيز التنفيذ؟
التوجيه الشخصي (Personal Directive)	كل مقيم في ألبرتا يبلغ من العمر 18 عاماً أو أكثر	لتوثيق تعليماتك المتعلقة بالرعاية الصحية والشخصية وتعيين وكيل * (agent) لاتخاذ القرارات نيابة عنك في الأمور الشخصية (غير المالية).	فقط في حال فقدانك للأهلية القانونية لاتخاذ القرار.
أمر تحديد أهداف الرعاية (Goals of Care Designation) (Order)	سكان ألبرتا الذين لا يرغبون في الحصول على رعاية إنعاشية كاملة، أو عندما لا يكون ذلك مناسباً من الناحية الطبية. لمعرفة ما إذا كنت بحاجة إلى هذا الأمر، تحدث مع مقدم الرعاية الصحية.	لوصف الهدف العام للرعاية والإبلاغ عنه، بما في ذلك المكان المفضل لتلقي تلك الرعاية.	فوراً، وهو مهم بشكل خاص في حالات الطوارئ الطبية.
تفويض اتخاذ القرار المدعوم (Supported Decision-) (Making Authorization)	شخص بالغ يتمتع بالأهلية ويرغب أو يحتاج إلى المساعدة في اتخاذ القرارات الشخصية.	لتعيين داعم * (supporter) يمكنه الوصول إلى معلوماتك الشخصية ومساعدتك في اتخاذ قرارات شخصية غير مالية.	فوراً
التوكيل الدائم (Enduring Power of) (Attorney)	كل مقيم في ألبرتا يبلغ من العمر 18 عاماً أو أكثر	لتحديد تعليماتك المالية وتعيين وكيل * (attorney) لاتخاذ القرارات المالية نيابة عنك وأنت على قيد الحياة.	يمكنك تحديد أحد هذين الوقتين: 1. فوراً، ويستمر في حال فقدانك للأهلية. أو 2. فقط في حال فقدانك للأهلية.
الوصية (Will)	كل مقيم في ألبرتا يبلغ من العمر 18 عاماً أو أكثر	لتسمية وصي على أي أطفال قاصرين، وإصدار تعليمات حول كيفية توزيع ممتلكاتك، وتعيين ممثل شخصي * (personal representative) لتنفيذ هذه التعليمات.	بعد وفاتك.

* يجب أن يكون عمر الشخص المُعيّن 18 عاماً أو أكثر. قد يكون هذا الشخص أحد أفراد العائلة، أو صديقاً، أو مستشاراً موثقاً.

الموارد التي تساعدك في إعداد الوثائق القانونية

سبتمبر 2025

هل أحتاج إلى رؤية محامي؟

بالنسبة لكل نوع من أنواع التخطيط، من الضروري تسجيل رغباتك في وثيقة قانونية: توجيه شخصي للتخطيط الصحي والشخصي، وتوكيل دائم للتخطيط المالي، ووصية للتخطيط الخاص بالتركة.

من الممكن إعداد هذه الوثائق دون الحاجة إلى محام. مع ذلك، يمتلك المحامون المعرفة والخبرة اللازمتين لمساعدتك في صياغة رغباتك وحمايتها في وثيقة قانونية كما يمكنهم مساعدتك في اختيار أفضل وكيل/محامي/ممثل شخصي

إذا كانت لديك ظروف مالية أو عائلية معقدة (الطلاق أو الزواج مرة أخرى أو وجود أطفال للشريك الجديد) فمن المستحسن بشكل خاص التحدث إلى محام.

كيف أجد محامياً؟

قد يكون لدى عائلتك أو أصدقائك أو طبيبك أو مستشارك المالي أو محاسبك محامون يرشحونهم. يمكنك أيضاً العثور على محام باستخدام دليل المحامين التابع لنقابة

المحامين في ألبرتا

(Law Society of Alberta)

<https://lsa.memberpro.net/main/>

(body.cfm)

الذي يوفر معلومات عن سنوات خبرة المحامين، ومجالات ممارستهم، واللغات التي يتحدثونها. سيأتي بعض المحامين إلى المستشفى للعمل معك في حالات الطوارئ.

يرجى الملاحظة: لا يوصي معهد كوفنانت الصحي للرعاية التلطيفية ولا نقابة المحامين في ألبرتا بالمحامين الأفراد ولا يدعمونهم.

ماذا لو لم أتمكن من تحمل تكاليف المحامي؟

قبل أن تستنتج أنك لا تستطيع تحمل تكاليف محام، اتصل أو ابحث عبر الإنترنت لتكوين فكرة عن أسعار هذه الخدمات في ألبرتا. يقدم بعض المحامين استشارات أولية مجانية. تُعد العديد من الشركات ووثائق التخطيط الثلاثة (التوجيه الشخصي والتوكيل العام الدائم، والوصية) مقابل رسوم ثابتة (سعر واحد لجميع الوثائق).



المنظمات التي تقدم خدمات قانونية مجانية أو منخفضة التكلفة للتخطيط للتركة والمستقبل أو تقديم إحالات :

كالغاري (Calgary)

مركز الصداقة للسكان الأصليين - العيادة القانونية
(Aboriginal Friendship Centre - Legal Clinic)
<https://www.afccalgary.org/>

جمعية خدمات المجتمع الصيني في كالغاري -
العيادة القانونية
(Calgary Chinese Community Services
Association - Legal Clinic)
<https://www.diversecities.org/>

الإرشاد القانوني في كالغاري
(Calgary Legal Guidance)
<https://clg.ab.ca/>

عيادة كيربي لقانون كبار السن
(Kerby Elder Law Clinic)
<https://unisonalberta.com/>

مركز المرأة كالغاري
(Women's Centre Calgary)
<https://www.womenscentrecalgary.org/>

إدمونتون (Edmonton)

المركز القانوني المجتمعي - إدمونتون
(Edmonton Community Legal Centre)
<https://www.eclc.ca/>

الخدمات القانونية للطلاب في إدمونتون
(Student Legal Services of Edmonton)
<https://www.slsedmonton.com/>

جمعية الثقافات المتحدة في كندا - الخدمات
القانونية
(United Cultures of Canada Association
- Legal Services)
<https://ucca.ca/>

جنوب ألبرتا (Southern Alberta)

استشارات قانونية في ليشبريدج
(Lethbridge Legal Guidance)
<https://www.lethbridgelegalguidance.ca/>

عيادة قانونية مجتمعية - ميديسن هات
(Community Legal Clinic - Medicine Hat)
<https://communitylegalclinic.net/medicine-hat/>

وسط ألبرتا (Central Alberta)

عيادة قانونية مجتمعية - لويدمنستر
(Community Legal Clinic - Lloydminster)
<https://communitylegalclinic.net/lloydminster/>

عيادة قانونية مجتمعية - وسط ألبرتا (ريد دير)
(Community Legal Clinic - Central Alberta (Red Deer))
<https://communitylegalclinic.net/>

شمال ألبرتا (Northern Alberta)

عيادة قانونية مجتمعية - فورت ماكوري
(Community Legal Clinic - Fort McMurray)
<https://communitylegalclinic.net/fort-mcmurray/>

على مستوى المقاطعة (Province-wide)

خدمة المعلومات القانونية في ألبرتا (بالفرنسية)
(Alberta Legal Information Service (French))
<https://www.infojuri.ca/fr>

جمعية ألبرتا للإرشاد القانوني والخدمات
المحدودة - منتدى الدردشة العامة "أسأل
محامياً"
(Alberta Legal Coaches & Limited Services Society
- "Ask a Lawyer" public chat forum)
<https://albertalegal.org/>

أسبوع الوصول إلى العدالة
(Access to Justice Week)

<https://www.albertaaccesstojustice.com/>



توكيل عام دائم (Enduring Power of Attorney)

حكومة ألبرتا
(Government of Alberta)

توكيل عام دائم
<https://www.alberta.ca/enduring-power-of-attorney>

مركز التعليم القانوني العام في ألبرتا
(Centre for Public Legal Education Alberta)

إنشاء قائمة مرجعية لتوكيل عام دائم
https://www.cplea.ca/wp-content/uploads/PAWE_MakeEPAChecklist.pdf

التخطيط للتركة 101
https://www.cplea.ca/wp-content/uploads/PAWE_Estate101.pdf

كتيب "كن وكيلا"
https://www.cplea.ca/wp-content/uploads/PAWE_BeAttorney.pdf

الوصية (Will)

حكومة ألبرتا
(Government of Alberta)

الوصايا في ألبرتا
<https://www.alberta.ca/wills-in-alberta>

مركز التعليم القانوني العام في ألبرتا
(Centre for Public Legal Education Alberta)

قائمة مراجعة لكتابة الوصية
https://www.cplea.ca/wp-content/uploads/PAWE_MakeWillChecklist.pdf

التخطيط للتركة 101
https://www.cplea.ca/wp-content/uploads/PAWE_Estate101.pdf

كتيب "كن ممثلا شخصا"
https://www.cplea.ca/wp-content/uploads/PAWE_BePersonalRep.pdf

هل هناك مصادر يمكن أن تساعدني في إعداد مستنداتي الخاصة؟

إذا قررت عدم استشارة محام، فقد تساعدك الموارد المجانية التالية على فهم مستنداتك وإعدادها. يُرجى العلم أن هذه المصادر تُقدم معلومات قانونية فقط، وليست نصائح قانونية، ولا ينبغي الاعتماد عليها على هذا الأساس.

التوجيه الشخصي (Personal Directive)

حكومة ألبرتا
(Government of Alberta)

معلومات عامة حول التوجيه الشخصي
<https://www.alberta.ca/personal-directive>

مركز التعليم القانوني العام في ألبرتا
(Centre for Public Legal Education Alberta)

إنشاء قائمة مرجعية للتوجيهات الشخصية
https://www.cplea.ca/wp-content/uploads/PAWE_MakePDChecklist.pdf

التخطيط للتركة 101
https://www.cplea.ca/wp-content/uploads/PAWE_Estate101.pdf

كتيب "كن وكيلا"
https://www.cplea.ca/wp-content/uploads/PAWE_BeAgent.pdf



راجع مستنداتك وحدّثها بعد أحداث حياتية (مثل تغيرات في الصحة أو الحالة الاجتماعية) أو مع تغير أهدافك وقيمك. شارك هذه التحديثات مع من تثق بهم ومقدمي الرعاية الصحية.

التخطيط الصحي والشخصي			
✓	التاريخ	لقد...	ملحوظات
		أعددت توجيهاً شخصياً يوضح تعليمات رعايتي الصحية والشخصية والشخص الذي أريده أن يتخذ القرارات نيابة عني إذا لم أتمكن من ذلك (الوكيل/الوكلاء).	
		ناقشت التعليمات الواردة في توجيهي الشخصي مع وكلي والأشخاص الذين أثق بهم، وأعطيتهم نسخة منه.	
		تحدثت مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بي حول توجيهي الشخصي وما إذا كنت بحاجة إلى أمر تحديد أهداف الرعاية (GCD).	
		• إذا كان ذلك ممكناً: فقد أكمل طبيبي طلب GCD نيابة عني بناءً على مدخلاتي.	
		وضعت توجيهاتي الشخصية وطلبي GCD في غلاف أخضر (green sleeve) واحتفظت به على ثلاجتي أو بالقرب منها.	
		فكرت فيما إذا كنت بحاجة إلى تفويض اتخاذ القرار المدعوم (Supported Decision-Making Authorization).	
		• إذا كان ذلك ممكناً: لقد اخترت ووافقت على الشخص الداعم الخاص بي.	
		فكرت فيما إذا كنت أرغب في التبرع بالأعضاء أو الأنسجة.	
		• إذا كان ذلك ممكناً: لقد سجلت نيتي في التبرع لدى سجل التبرع بالأعضاء والأنسجة في ألبرتا (Alberta Organ and Tissue Donation Registry) وأخبرت الأشخاص الذين أثق بهم.	
التخطيط المالي			
✓	التاريخ	لقد...	ملحوظات
		حررت توكيل عام دائم (Enduring Power of Attorney) لتحديد تعليماتي المالية ومن أريد أن يتخذ القرارات نيابة عني (المحامون).	
		تحدثت عن التعليمات الموجودة في توكيلي الدائم مع محاميي والأشخاص الذين أثق بهم وأعطيتهم نسخة.	
التخطيط للتركة			
✓	التاريخ	لقد...	ملحوظات
		كتبت وصية (Will) تحدد كيفية توزيع ممتلكاتي وأموالي عند وفاتي ومن سينفذ هذه التعليمات (الممثل الشخصي أو المنفذون).	
		تحدثت عن تعليماتي في وصيتي وأعطيت نسخة منها لممثلي الشخصيين.	
أخرى			
✓	التاريخ	لقد...	ملحوظات
		تم إنشاء خطاب تعليمات يتضمن تفاصيل حول كيفية العثور على المعلومات الشخصية والمالية وإدارتها.	
		تم إنشاء قائمة اتصال مفصلة بمعارفي وجهات الاتصال الشخصية المهمة والمستشارين المحترفين.	
		تم العثور على مكان آمن لحفظ المفاتيح وكلمات المرور بشكل آمن.	

