

# Akershus 2025 استبيان الصحة العامة في مقاطعة

## المقدمة - intro

2025 [fylke] استبيان الصحة العامة في مقاطعة

يتعلق هذا الاستبيان بجودة الحياة، والصحة، والرفاهية، والعوامل الأخرى ذات الصلة بالصحة العامة. إذا كنت ترغب في قراءة المزيد عن إدارة المقاطعة [lenke til infoside] – الاستبيان، يمكنك إيجاد المعلومات على استبيان الصحة العامة

[premie]. سيستغرق الاستبيان حوالي 15-20 دقيقة، وسوف تشارك في سحب

## samtykketekst - samtykketekst

2025 [fylke] هل ترغب بالمشاركة في استبيان الصحة العامة في مقاطعة

بالتعاون (FHI) وهو استبيان يجريه المعهد النرويجي للصحة العامة. أنت مدعو للمشاركة في استبيان الصحة العامة في مقاطعة إدارة المقاطعة. يجري هذا الاستبيان بهدف توفير معلومات يمكن لمقاطعتك وبلديتك استخدامها في أعمال الصحة العامة [fylke] مع

المشاركة طوعية، ويمكنك طلب حذف بياناتك في أي وقت. تتضمن المشاركة الإجابة على استبيان حول السلوك الصحي، والرفاهية، وجودة الحياة (FHI) بالإضافة إلى ذلك، نقوم بحفظ اسمك، ورقمك الوطني، ومعلومات الاتصال الخاصة بك. المعهد النرويجي للصحة العامة لإجراء الاستبيان Ideas2evidence مسؤول عن الاستبيان ويتلقى المساعدة من مُعالج البيانات الخاص بنا

إذا وافقت على المشاركة، فقد تتم مشاركة إجاباتك لأغراض البحث، أو مع مجالس المقاطعات أو ما شابه ذلك. سيتم ربط إجاباتك بمعلومات من سجلات مختلفة. سيتم تخزين المعلومات التي تم جمعها عنك لفترة غير محددة. تُستخدم بياناتك بما يتماشى مع لوائح الخصوصية. لا تتردد في قراءة المزيد عن خصوصيتك وكيفية استخدام بياناتك في الجزء السفلي من هذه الصفحة

## موافقة - samtykke

- ☐ نعم، أرغب في المشاركة 1)
- ☐ لا، لا أرغب في المشاركة 2)

## موافقة إضافية - آكرشوس\_بوسكيرود - samtykke\_mer\_akershus\_buskerud

المزيد عن الخصوصية ►

## الهدف من الاستبيان

الهدف الرئيسي من الاستبيان هو توفير معلومات يمكن للمقاطعة او البلدية التي تعيش فيها استخدامها في أعمال الصحة العامة

## لماذا طُلب منك المشاركة؟

تم اختيارك بشكل عشوائي من خلال السجل الوطني. لقد حصلنا على معلومات الاتصال الخاصة بك عن طريق سجل الاتصال والحجز، بموجب قانون التسجيل الوطني الفقرتين 10-1 و 10-2..

## من هو المسؤول عن استبيان الصحة العامة؟

..هو المسؤول عن معالجة البيانات الخاصة باستبيان الصحة العامة (FHI) المعهد النرويجي للصحة العامة

## المشاركة طوعية

المشاركة في استبيان الصحة العامة طوعية. لن تترتب عليك أي عواقب سلبية إذا لم ترغب في المشاركة، أو إذا اخترت لاحقاً طلب حذف بياناتك.

## ماذا تعني المشاركة بالنسبة لك؟

ستجيب على استبيان يستغرق حوالي 15-20 دقيقة، ويتناول مواضيع تتعلق بالصحة، والسلوك الصحي، والرفاهية، وجودة الحياة

إذا وافقت على المشاركة، قد تتم مشاركة إجاباتك مع المشاريع البحثية، مشاريع الطلاب، مجالس المقاطعات، أو ما شابه ذلك.

يمكن ربط إجاباتك بمعلومات من سجلات مختلفة، مثل سجلات الصحة، وسجلات هيئة الإحصاء النرويجية، وغيرها من الدراسات الصحية، ودراسات الصحة العامة، وما شابهها. هذا يوفر معرفة أفضل حول الصحة وأنماط الحياة لدى السكان. لن يتمكن أحد من التعرف عليك من خلال ما يتم نشره في استبيانات الصحة العامة.

ستتمكن المقاطعة أو البلدية في محل إقامتك من استلام ملفات التعريف بشكل غير مباشر لتحليلها. ستُحذف جميع بيانات التعريف الشخصية المباشرة، مثل الاسم أو رقم الهوية الوطنية، والمعلومات التي تُستخدم لتحديد هوية المشاركين من ملفات البيانات قبل إرسالها. كما يُمكن طلب البيانات غير المباشرة من بيانات التحليل من خلال دائرة التخطيط العام والتقييمات.

قد يتم الاتصال بك مرة أخرى لاحقاً للمشاركة في استبيانات جديدة أو أشكال أخرى من جمع البيانات لأغراض البحث. المشاركة في هذه المشاريع طوعية بالكامل.

### تفصيل حول الخصوصية – كيف نقوم بتخزين واستخدام بياناتك كيف يتم تخزين واستخدام بياناتك؟

:بتخزين بياناتك في قاعدتي بيانات منفصلتين (FHI) يقوم المعهد النرويجي للصحة العامة

يتم تخزين اسمك ومعلومات الاتصال ورقمك الوطني في قاعدة بيانات واحدة يتم تخزين إجاباتك من الاستبيان في قاعدة بيانات أخرى

لديهم إمكانية (FHI) يتم تنظيم الوصول إلى قواعد البيانات هذه بشكل صارم. عدد قليل فقط من موظفي المعهد النرويجي للصحة العامة الوصول إلى كلتا القاعدتين، وهم ملزمون بواجب السرية

### الاستخدام المستقبلي لإجاباتك على الاستبيان

عندما يطلب الباحثون أو غيرهم الوصول إلى إجاباتك، يتم ذلك بدون اسم أو رقم وطني. قد تكون البيانات قابلة للتحديد بشكل غير مباشر

إذا كان سيتم ربط إجاباتك بسجلات أخرى (مثل السجلات الصحية)، فسيتم استخدام مفتاح ربط. وهذا يعني أنه سيتم استبدال رقمك الوطني أولئك الذين يحصلون على بياناتك سيشاهدون هذا المعرف فقط، وليس اسمك أو رقمك الوطني. (ID) بمعرف مشترك

### إلى متى نقوم بتخزين بياناتك؟

الهدف من استبيان الصحة في المقاطعات هو متابعة التطور فيما يتعلق بالصحة والظروف المعيشية بمرور الوقت، ولذلك سنقوم بتخزين بياناتك دون تحديد زمني. نقوم بذلك لكي يتسنى استخدام البيانات في الأبحاث المستقبلية ولتخطيط التدابير اللازمة لتحسين الصحة العامة

يمكنك طلب حذف بياناتك في أي وقت

### ما الذي يخلو من معالجة بياناتك

(GDPR)، نحن نعالج بياناتك لأغراض تهدف للمساهمة في المعرفة التي تخدم المجتمع. وهذا مسموح به بموجب لوائح حماية البيانات الشخصية التي تتيح لنا استخدام البيانات الشخصية عندما يكون ذلك ضرورياً لمهام تخدم المصلحة العامة (المادة 6 الفقرة 1 النقطة هـ (والمادة 9 الفقرة 2 النقطة ي. (ويعدم ذلك قانون العمل في الصحة العامة المادة 25§، وبموجب التشريعات المسماة نظرة عامة على الصحة العامة، 27§

### حقوقك

:يمكنه ربط البيانات بك، فلديك الحق في (FHI) طالما أن المعهد النرويجي للصحة العامة

طلب الاطلاع على البيانات المحفوظة لدينا والتي تتعلق بك. طلب تصحيح البيانات أو حذفها. الاعتراض على طريقة استخدامنا لبياناتك

إذا تواصلت معنا للحصول على واحد أو أكثر من هذه الحقوق، فستلقى رداً خلال شهر واحد

إذا كنت تعتقد أننا نعالج بياناتك بشكل خاطئ (Datatilsynet) لديك أيضاً الحق في تقديم شكوى إلى هيئة الإشراف على البيانات

لن تحصل على تعقيب مباشر على إجاباتك، ولكن يمكنك متابعة كيفية استخدام البيانات على موقعنا الإلكتروني: استبيانات الصحة العامة في (FHI) المقاطعات - المعهد النرويجي للصحة العامة

#### معلومات الاتصال

fhus-deltaker@fhi.no: إذا كانت لديك أسئلة أو أردت الحصول على حق من حقوقك، فيرجى التواصل عبر البريد الإلكتروني

(FHI) إذا كانت لديك أسئلة حول الخصوصية أو حقوقك، يمكنك أيضاً التواصل مع مسؤول حماية البيانات في المعهد النرويجي للصحة العامة personvernombud@fhi.no.

#### تأكيد الموافقة - samtykke\_confirm

أجبت بـ "لا" على سؤال الموافقة.  
للأسف، لا يمكنك المشاركة في الاستبيان دون موافقة.

إذا كنت قد اخترت لا عن طريق الخطأ، فيمكنك العودة وتغيير إجابتك. إذا ضغطت على التالي، فسيتم إنهاء الاستبيان.

FK8G4intro

الشخصية خلفيتك

**FK8G4S1**

صديق؟/حبيب لديك أو ،منفرد/أعزب أو ،(زواج بدون) شريك مع تعيش أو ،متزوج أنت هل

يمكن اختيار إجابات متعددة.

- ☐ 1) متزوج /شريك مسجل
- ☐ 2) تعيش مع شريك (مساكنة)
- ☐ 3) لديك حبيب/صديق (لا تعيش معه)
- ☐ 4) أعزب/منفرد
- ☐ 5) أرملة/أرمل

**FK8G4S2**

كم عدد الأشخاص الذين يعيشون في أسرتك؟

احسب نفسك معهم.

- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5) أو أكثر

**FK8G4S3**

كم عدد الأطفال الذين تقل أعمارهم عن 18 عامًا وتتحمل مسؤوليتهم/رعايتهم؟

- ☐ 0 (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5) أو أكثر

**FK8G4S3a**

حدد أي فئة/فئات عمرية ينتمي إليها طفلك/أطفالك؟

يمكن اختيار إجابات متعددة.

- ☐ 1) ما قبل سن الحضانة
- ☐ 2) سن الحضانة/الروضة
- ☐ 3) سن المدرسة الابتدائية (الصف الأول - الرابع)
- ☐ 4) سن المدرسة الابتدائية (الصف الخامس - السابع)
- ☐ 5) سن المدرسة الإعدادية/المتوسطة (الصف الثامن - العاشر)
- ☐ 6) سن المدرسة الثانوية

**FK8G5S1**

النرويج؟ خارج ،والديك أحد الأقل على 18 أو "أنت" : "أنت" ? 1 == f('fylke').get() ولدت هل

- ☐ 1) نعم
- ☐ 2) لا

**FK8G5S1a**

ولدت؟ بلد أي في

- ☐ 000) النرويج
- ☐ 404) أفغانستان
- ☐ 111) ألبانيا
- ☐ 203) الجزائر
- ☐ 114) أندورا
- ☐ 204) أنغولا
- ☐ 603) أنتيغوا وباربودا
- ☐ 705) الأرجنتين
- ☐ 406) أرمينيا
- ☐ 407) أذربيجان
- ☐ 805) أستراليا
- ☐ 605) البهاما
- ☐ 409) البحرين
- ☐ 410) بنغلاديش
- ☐ 602) باريادوس
- ☐ 120) بيلاروسيا
- ☐ 112) بلجيكا
- ☐ 604) بليز
- ☐ 229) بنين
- ☐ 412) بوتان
- ☐ 710) بوليفيا
- ☐ 155) البوسنة والهرسك
- ☐ 205) بوتسوانا
- ☐ 715) البرازيل
- ☐ 416) بروناي
- ☐ 113) بلغاريا
- ☐ 393) بوركينا فاسو
- ☐ 216) بوروندي
- ☐ 612) كندا
- ☐ 725) تشيلي
- ☐ 730) كولومبيا
- ☐ 809) جزر كوك
- ☐ 616) كوستاريكا
- ☐ 620) كوبا
- ☐ 101) الدنمارك
- ☐ 426) الإمارات العربية المتحدة
- ☐ 624) جمهورية الدومينيكان
- ☐ 337) جمهورية أفريقيا الوسطى
- ☐ 250) جيبوتي
- ☐ 622) دومينيكا
- ☐ 735) الإكوادور
- ☐ 249) مصر
- ☐ 235) غينيا الاستوائية
- ☐ 672) السلفادور
- ☐ 239) ساحل العاج
- ☐ 241) إريتريا
- ☐ 115) إستونيا
- ☐ 357) إسواتيني
- ☐ 246) إثيوبيا
- ☐ 811) فيجي
- ☐ 428) الفلبين
- ☐ 103) فنلندا
- ☐ 117) فرنسا

- الغابون (254)
- غامبيا (256)
- جورجيا (430)
- غانا (260)
- غرينادا (629)
- غواتيمالا (632)
- غينيا (264)
- غينيا بيساو (266)
- غيانا (720)
- هايتي (636)
- اليونان (119)
- هندوراس (644)
- الهند (444)
- إندونيسيا (448)
- العراق (452)
- إيران (456)
- أيرلندا (121)
- آيسلندا (105)
- إسرائيل (460)
- إيطاليا (123)
- جامايكا (648)
- اليابان (464)
- اليمن (578)
- الأردن (476)
- كمبوديا (478)
- الكاميرون (270)
- الرأس الأخضر (273)
- كازاخستان (480)
- كينيا (276)
- الصين (484)
- قيرغيزستان (502)
- كيريباتي (815)
- جزر القمر (220)
- الكونغو، جمهورية الكونغو الديمقراطية (279)
- الكونغو، جمهورية الكونغو (278)
- كوسوفو (161)
- كرواتيا (122)
- الكويت (496)
- قبرص (500)
- لاوس (504)
- لاتفيا (124)
- ليسوتو (281)
- لبنان (508)
- ليبيريا (283)
- ليبيا (286)
- ليختنشتاين (128)
- ليتوانيا (136)
- لوكسمبورغ (129)
- مدغشقر (289)
- ملاوي (296)
- ماليزيا (512)
- جزر المالديف (513)
- مالي (299)
- مالطا (126)
- المغرب (303)
- جزر مارشال (835)
- موريتانيا (306)

- موريشيوس (307)
- المكسيك (652)
- ميكرونيزيا (826)
- مولدوفا (138)
- موناكو (130)
- منغوليا (516)
- الجبل الأسود (160)
- موزمبيق (319)
- ميانمار (بورما) (420)
- ناميبيا (308)
- ناورو (818)
- هولندا (127)
- نيبال (528)
- نيوزيلندا (820)
- نيكاراغوا (664)
- النيجر (309)
- نيجيريا (313)
- نيوي (821)
- كوريا الشمالية (488)
- مقدونيا الشمالية (156)
- عُمان (520)
- باكستان (534)
- بالاو (839)
- فلسطين (524)
- بنما (668)
- بابوا غينيا الجديدة (827)
- باراغواي (755)
- بيرو (760)
- بولندا (131)
- البرتغال (132)
- قطر (540)
- رومانيا (133)
- روسيا (140)
- رواندا (329)
- سانت كيتس ونيفيس (677)
- سانت لوسيا (678)
- سانت فنسنت وجزر غرينادين (679)
- جزر سليمان (806)
- ساموا (830)
- سان مارينو (134)
- ساو تومي وبرينسيبي (333)
- المملكة العربية السعودية (544)
- السنغال (336)
- صربيا (159)
- سيشل (338)
- سيراليون (339)
- سنغافورة (548)
- سلوفاكيا (157)
- سلوفينيا (146)
- الصومال (346)
- إسبانيا (137)
- سريلانكا (424)
- المملكة المتحدة (139)
- السودان (356)
- سورينام (765)
- سويسرا (141)
- السويد (106)

- سوريا (564)
- جنوب أفريقيا (359)
- كوريا الجنوبية (492)
- جنوب السودان (355)
- طاجيكستان (550)
- تايوان (432)
- تنزانيا (369)
- تايلاند (568)
- توغو (376)
- تونغيا (813)
- ترينيداد وتوباغو (680)
- تشاد (373)
- التشيك (158)
- تونس (379)
- تركمانستان (552)
- تو فالو (816)
- تركيا (143)
- ألمانيا (144)
- أوغندا (386)
- أوكرانيا (148)
- المجر (هنغاريا) (152)
- الأوروغواي (770)
- الولايات المتحدة الأمريكية (684)
- أوزبكستان (554)
- فانواتو (812)
- دولة الفاتيكان (154)
- فنزويلا (775)
- الصحراء الغربية (304)
- فيتنام (575)
- زامبيا (389)
- زيمبابوي (326)
- النمسا (153)
- تيمور الشرقية (537)
- أخرى (990)

#### FK8G5S1a1

الرجاء ذكر البلد الذي ولدت فيه

#### FK8G5S1d

منذ متى وأنت تعيش في النرويج؟

- أقل من عام واحد (1)
- من 1 إلى 4 سنوات (2)
- من 5 إلى 9 سنوات (3)
- من 10 إلى 19 سنوات (4)
- من 20 إلى 29 سنة (5)
- من 30 سنة وأكثر (6)
- لقد عشت في النرويج طوال حياتي (7)

**FK8G1S1**

? ما هو أعلى مؤهل تعليمي أكملته

- ☐ التعليم الأساسي أو ما يعادله (مثل المدارس التكميلية، المدارس الشعبية/المدارس الخاصة بالبالغين) (1)
- ☐ الثانوية العامة أو ما يعادلها (مثل المدرسة المهنية، الجمنازيوم/الثانوية الأكاديمية) (2)
- ☐ معهد فني مهني (أو: مدرسة تقنية متخصصة) (3)
- ☐ تعليم جامعي/عالي، دراسة سنوية أو ما يعادلها (أقل من سنتين) (4)
- ☐ تعليم جامعي/عالي، شهادة البكالوريوس، أو ما يعادلها (2-4 سنوات) (5)
- ☐ تعليم جامعي/عالي، شهادة الماجستير، أو ما يعادلها (أكثر من 4 سنوات) (6)
- ☐ لم يكمل أي تعليم (7)

**FK8G3S1**

ما هو وضعك الوظيفي أو المعيشي؟

يمكن اختيار إجابات متعددة.

- ☐ نشط مهنيًا بدوام كامل (32 ساعة أو أكثر في الأسبوع) (1)
- ☐ نشط مهنيًا بدوام جزئي (أقل من 32 ساعة في الأسبوع) (2)
- ☐ صاحب عمل حر/مستقل (3)
- ☐ في إجازة مرضية (4)
- ☐ عاطل عن العمل (5)
- ☐ متقاعد بسبب العجز /يتلقى بدل تقييم العمل (6)
- ☐ اتلقى مساعدات اجتماعية (7)
- ☐ متقاعد (شيخوخة (أو متقاعد مبكر) (8)
- ☐ تلميذ مدرسة أو طالب جامعي (9)
- ☐ يؤدي الخدمة العسكرية الإلزامية (10)
- ☐ ادير شؤون المنزل (عادةً: رب/ربة منزل) (11)

**FK8G2S1**

إذا كنت تعيش بمفردك، فكّر في دخلك الإجمالي. إذا كنت تعيش مع آخرين، فكّر في الدخل الإجمالي لجميع أفراد الأسرة.

ما مدى سهولة أو صعوبة تدبير أموالك/أموالكم لتكفي الاحتياجات اليومية، بهذا الدخل؟

- ☐ صعب جداً (1)
- ☐ صعب (2)
- ☐ صعب نسبياً (3)
- ☐ سهل نسبياً (4)
- ☐ سهل (5)
- ☐ سهل جداً (6)
- ☐ لا أعرف (7)

**FK8G2S2**

ما هو حجم النفقات غير المتوقعة التي يمكن لك /للأسرة تغطيتها في غضون شهر دون الحاجة إلى أخذ قرض إضافي، أو بيع ممتلكات، أو الحصول على مساعدة من آخرين؟

- ☐ لا شيء (1)
- ☐ لغاية 5,000 كرونة نرويجية (2)
- ☐ لغاية 10,000 كرونة نرويجية (3)
- ☐ لغاية 20,000 كرونة نرويجية (4)
- ☐ لغاية 50,000 كرونة نرويجية (5)
- ☐ لغاية 100,000 كرونة نرويجية (6)
- ☐ كرونة نرويجية أو أكثر (7) 100,000
- ☐ لا أعرف (8)

## FK1intro

### البيئة المحلية، البلدية

#### FK1G1S1

إلى أي مدى تشعر بالارتياح في بيتك المحلية؟

- ☐ 1) إلى حد كبير
- ☐ 2) إلى حد ما
- ☐ 3) إلى حد قليل
- ☐ 4) ليس على الإطلاق

#### FK1G2intro

### إمكانية الوصول إلى المرافق والخدمات المحلية

فكر في مجتمعك المحلي وبلديتك.

#### FK1G2S1

كيف ترى إمكانية الوصول إلى الخدمات الثقافية (مثل السينما، المكتبة، المركز الثقافي، الحفلات الموسيقية، والمسرح)؟

إمكانية الوصول هي:

- ☐ 1) جيدة جداً
- ☐ 2) جيدة
- ☐ 3) ليست جيدة ولا سيئة
- ☐ 4) سيئة
- ☐ 5) سيئة جداً
- ☐ 6) لا أعرف

#### FK1G2S2

كيف ترى إمكانية الوصول إلى المرافق الرياضية (مثل الصالات الرياضية، المسابح، مراكز التدريب، مسارات التزلج/الإضاءة)؟

إمكانية الوصول هي:

- ☐ 1) جيدة جداً
- ☐ 2) جيدة
- ☐ 3) ليست جيدة ولا سيئة
- ☐ 4) سيئة
- ☐ 5) سيئة جداً
- ☐ 6) لا أعرف

#### FK1G2S3

كيف ترى إمكانية الوصول إلى المتاجر، المطاعم، وخدمات أخرى

إمكانية الوصول هي:

- ☐ 1) جيد جداً
- ☐ 2) جيد
- ☐ 3) ليس جيداً ولا سيئاً
- ☐ 4) سيئ
- ☐ 5) سيئ جداً
- ☐ 6) لا أعرف

**FK1G2S4**

كيف ترى إمكانية الوصول إلى المواصلات العامة

إمكانية الوصول هي:

- ☐ 1) جيد جداً
- ☐ 2) جيد
- ☐ 3) ليس جيداً ولا سيئاً
- ☐ 4) سيئ
- ☐ 5) سيئ جداً
- ☐ 6) لا أعرف

**FK1G2S5**

كيف ترى إمكانية الوصول إلى المناطق الطبيعية ومناطق الترفيه المفتوحة، بما في ذلك الحدائق والمساحات الخضراء الأخرى؟

إمكانية الوصول هي:

- ☐ 1) جيد جداً
- ☐ 2) جيد
- ☐ 3) ليس جيداً ولا سيئاً
- ☐ 4) سيئ
- ☐ 5) سيئ جداً
- ☐ 6) لا أعرف

**FK1G2S7**

كيف ترى مدى تطوير مسار المشي وركوب الدراجات في منطقتك المجاورة؟

- ☐ 1) جيد جداً
- ☐ 2) جيد
- ☐ 3) ليس جيداً ولا سيئاً
- ☐ 4) سيئ
- ☐ 5) سيئ جداً
- ☐ 6) لا أعرف

**FK1G2S6**

كيف ترى إمكانية الوصول إلى الشاطئ/الساحل أو البحر في مكان إقامتك؟

إمكانية الوصول هي:

- ☐ 1) جيد جداً
- ☐ 2) جيد
- ☐ 3) ليس جيداً ولا سيئاً
- ☐ 4) سيئ
- ☐ 5) سيئ جداً
- ☐ 6) لا أعرف
- ☐ 7) لا أعيش بالقرب من البحر أو البحيرة

**FK8G4S3b**

هل تلاحظ أن الطريق إلى المدرسة في منطقتك آمن مرورياً؟

- ☐ 1) نعم
- ☐ 2) لا
- ☐ 3) لا أعرف

### FK3intro

#### الصحة

#### FK3G1S1

?الشخصية صحتك تقيّم كيف ،عام بشكل

هل ستقول إنها

- ☐ 1) جيدة جداً
- ☐ 2) جيدة
- ☐ 3) ليست جيدة ولا سيئة
- ☐ 4) سيئة
- ☐ 5) سيئة جداً

#### FK3G1S2

?كيف تقيّم صحة أسنانك

هل ستقول إنها

- ☐ 1) جيدة جداً
- ☐ 2) جيدة
- ☐ 3) ليست جيدة ولا سيئة
- ☐ 4) سيئة
- ☐ 5) سيئة جداً

#### FK3G1S3

متى كانت آخر مرة زرت فيها طبيب/أخصائي الأسنان؟

- ☐ 1) قبل 2-0 سنة
- ☐ 2) قبل 3-5 سنوات
- ☐ 3) أكثر من 5 سنوات مضت

### FK3G2intro

#### طول الجسم والوزن

#### FK3G2S1

كم يبلغ طولك، بدون حذاء؟

يُرجى الإجابة بوحدة السنتيمتر (سم)

#### FK3G2S2

كم وزنك، بدون ملابس أو أحذية؟

يُرجى الإجابة بوحدة الكيلوغرام (كجم). (إذا كنتِ حاملاً، يُرجى ذكر الوزن قبل الحمل).

### FK3G3intro

## اضطرابات نفسية

### FK3G3S1

خلال الأسبوع الماضي، إلى أي درجة كنت تعاني

عانيت جدًا (4)	عانيت إلى حد كبير (3)	عانيت قليلاً (2)	لم أعاني (1)	
?	?	?	?	العصبية أو الاضطراب الداخلي (1)?
?	?	?	?	الخوف أو القلق (2)?
?	?	?	?	شعور باليأس تجاه المستقبل؟ (3)
?	?	?	?	الاكتئاب أو الحزن العميق (4)?
?	?	?	?	الهم أو القلق (5)?

### FK3G4intro

## النوم

### FK3G4S1

الآن عادةً به تشعر الذي بالوضع نومك حول التالية الأسئلة تتعلق

مرات في الأسبوع على الأقل 3 (4)	من مرة إلى مرتين في الأسبوع (3)	من حين لآخر (2)	أبداً/نادراً (1)	
?	?	?	?	كم مرة تجد صعوبة في النوم ليلاً؟ (1)
?	?	?	?	كم مرة تستيقظ بشكل متكرر أثناء الليل؟ (2)
?	?	?	?	كم مرة تشعر بالتعب أو النعاس أثناء النهار؟ (3)

### FK3G4S2

إذا كنت تعاني من صعوبات في النوم، فكم من الوقت استمرت؟

- ☐ أقل من شهر واحد (1)
- ☐ شهر (2) 1-2
- ☐ شهر (3) 3-6
- ☐ شهر (4) 7-12
- ☐ أكثر من سنة واحدة (5)
- ☐ لا أعاني من صعوبات في النوم (6)

### FK3G4S3

كم عدد الساعات التي تنامها عادةً كل ليلة في أيام الأسبوع؟

خُذ المتوسط.

- ☐ أقل من 5 ساعات (1)
- ☐ ساعات (2) 5
- ☐ ساعات و 15 دقيقة (3) 5
- ☐ ساعات و 30 دقيقة (4) 5
- ☐ ساعات و 45 دقيقة (5) 5
- ☐ ساعات (6) 6
- ☐ ساعات و 15 دقيقة (7) 6
- ☐ ساعات و 30 دقيقة (8) 6
- ☐ ساعات و 45 دقيقة (9) 6
- ☐ ساعات (10) 7

- ☐ ساعات و 15 دقيقة (11) 7
- ☐ ساعات و 30 دقيقة (12) 7
- ☐ ساعات و 45 دقيقة (13) 7
- ☐ ساعات (14) 8
- ☐ ساعات و 15 دقيقة (15) 8
- ☐ ساعات و 30 دقيقة (16) 8
- ☐ ساعات و 45 دقيقة (17) 8
- ☐ ساعات (18) 9
- ☐ ساعات و 15 دقيقة (19) 9
- ☐ ساعات و 30 دقيقة (20) 9
- ☐ ساعات و 45 دقيقة (21) 9
- ☐ ساعات (22) 10
- ☐ ساعات و 15 دقيقة (23) 10
- ☐ ساعات و 30 دقيقة (24) 10
- ☐ ساعات و 45 دقيقة (25) 10
- ☐ ساعة (26) 11
- ☐ ساعة و 15 دقيقة (27) 11
- ☐ ساعة و 30 دقيقة (28) 11
- ☐ ساعة و 45 دقيقة (29) 11
- ☐ ساعة (30) 12
- ☐ أكثر من 12 ساعة (31)

#### FK3G5intro

### المشاكل الصحية طويلة الأمد والإعاقات

#### FK3G5S1

هل تعاني من أي أمراض أو مشاكل صحية طويلة الأمد؟ نحن نقصد الأمراض أو المشاكل الموسمية، أو تلك التي تأتي وتزول.

لشروط هو أن تكون هذه المشاكل قد استمرت، أو يُتوقع أن تستمر، لمدة ستة أشهر على الأقل.

- ☐ نعم (1)
- ☐ لا (2)

#### FK3G5S1a

إلى أي مدى تؤثر هذه الأمراض أو المشاكل الصحية على حياتك اليومية؟

- ☐ إلى حد كبير (1)
- ☐ إلى حد ما (2)
- ☐ إلى حد قليل (3)
- ☐ ليس على الإطلاق (4)

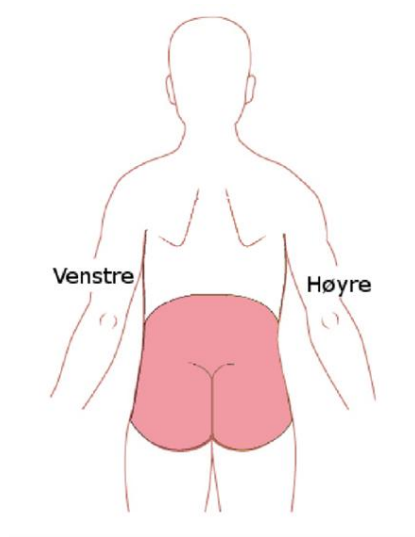
#### FK3G5S3

في الحياة اليومية، هل تواجه صعوبات في أي مما يلي:

لا أستطيع القيام بذلك على الإطلاق (4)	صعوبات كبيرة (3)	بعض الصعوبات (2)	لا توجد صعوبات (1)	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	الرؤية بوضوح، حتى مع استخدام النظارات أو العدسات؟ (1)
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	السمع، حتى مع استخدام سماعة الأذن؟ (2)
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	المشي، على سبيل المثال على الدرج؟ (3)
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	التركيز أو تذكر الأشياء؟ (4)
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	خلع وارتداء ملابسك، أو غسل نفسك دون مساعدة؟ (5)

## FK3G6intro

### آلام الرقبة وأسفل الظهر



#### FK3G6S1

?خلال ال 28 يوماً الماضية (4 أسابيع ,هل شعرت بآلام في أسفل الظهر

.اضغط على الصورة للتكبير.

- ☐ نعم (1)
- ☐ لا (2)

#### FK3G6S1a\_ah

كم يوماً من ال 28 يوماً الماضية (4 أسابيع ,شعرت فيه بآلام في أسفل الظهر؟

.الألم في جزء من اليوم يُحتسب يوماً كاملاً

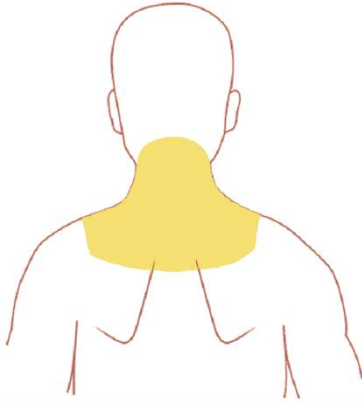
- ☐ من 1 الى 5 أيام (1)
- ☐ من 6 الى 10 أيام (2)
- ☐ من 11 الى 15 يوم (3)
- ☐ من 16 الى 20 يوم (4)
- ☐ من 21 الى 27 يوم (5)
- ☐ جميع الأيام ال 28 (6)

#### FK3G6S1b\_ah

كم يوماً من ال 28 يوماً الماضية (4 أسابيع ,تسببت آلام أسفل الظهر في اضطراكك إلى تقييد أنشطتك المعتادة أو تغيير روتينك اليومي؟

- ☐ ولا يوم (0)
- ☐ من 1 الى 5 أيام (1)
- ☐ من 6 الى 10 أيام (2)
- ☐ من 11 الى 15 يوم (3)
- ☐ من 16 الى 20 يوم (4)
- ☐ من 21 الى 27 يوم (5)
- ☐ جميع الأيام ال 28 (6)

## FK3G6S2



? خلال الـ 28 يوماً الماضية (4 أسابيع, هل شعرت بـ آلام في الرقبة

.اضغط على الصورة للتكبير.

- ☐ نعم (1)
- ☐ لا (2)

### FK3G6S2a\_ah

كم يوماً من الـ 28 يوماً الماضية (4 أسابيع, شعرت فيه بآلام في الرقبة؟

.الألم في جزء من اليوم يُحتسب يوماً كاملاً

- ☐ من 1 إلى 5 أيام (1)
- ☐ من 6 إلى 10 أيام (2)
- ☐ من 11 إلى 15 يوم (3)
- ☐ من 16 إلى 20 يوم (4)
- ☐ من 21 إلى 27 يوم (5)
- ☐ جميع الأيام الـ 28 (6)

### FK3G6S2b\_ah

كم يوماً من الـ 28 يوماً الماضية (4 أسابيع, تسببت آلام الرقبة في اضطرابك إلى تقييد أنشطتك المعتادة أو تغيير روتينك اليومي؟

- ☐ ولا يوم (0)
- ☐ من 1 إلى 5 أيام (1)
- ☐ من 6 إلى 10 أيام (2)
- ☐ من 11 إلى 15 يوم (3)
- ☐ من 16 إلى 20 يوم (4)
- ☐ من 21 إلى 27 يوم (5)
- ☐ جميع الأيام الـ 28 (6)

## FK5G1intro

السلوكيات المتعلقة بالصحة النشاط البدني

### FK5G1S1

كم مرة تمارس الرياضة أو التمارين عادة؟

بالتمارين نقصد أنك، على سبيل المثال، تمارس المشي، التزلج، السباحة، أو الأنشطة الرياضية/التدريب. قم أيضاً بتضمين التمارين/التدريب من/إلى العمل. خذ المتوسط

- ☐ أبداً (1)

- ☐ أقل من مرة واحدة في الأسبوع (2)
- ☐ مرة واحدة في الأسبوع (3)
- ☐ من 2 إلى 3 مرات في الأسبوع (4)
- ☐ من 4 إلى 5 مرات في الأسبوع (5)
- ☐ تقريباً كل يوم (6)

#### FK5G1S1a

ما مدى صعوبة التمارين أو الرياضة التي تمارسها؟

خُذ المتوسط.

- ☐ آخذ الأمر بهدوء دون أن ألهث أو أتعرق (1)
- ☐ أبذل جهداً كبيراً لدرجة أنني ألهث و/أو أتعرق (2)
- ☐ أبذل أقصى جهدي تقريباً (3)

#### FK5G1S1b

كم من الوقت تستمر في كل مرة؟

خُذ المتوسط.

- ☐ أقل من 15 دقيقة (1)
- ☐ دقيقة - 29 دقيقة (2)
- ☐ 15 - 30 دقيقة (3)
- ☐ أكثر من ساعة واحدة (4)

#### FK5G1S2

إذا كنت تعمل بأجر أو بدون أجر، كيف تصنف عملك؟

اختر خيار الإجابة الأنسب.

- ☐ عمل مكتبي في الغالب (مثل العمل المكتبي، التركيب) (1)
- ☐ عمل يتطلب منك المشي كثيراً (مثل عمل أمين الصندوق، عمل صناعي خفيف، التدريس) (2)
- ☐ عمل تمشي فيه وترفع كثيراً (مثل عامل رعاية، عامل بناء) (3)
- ☐ عمل بدني شاق (4)
- ☐ لا أعمل بأجر أو بدون أجر (5)

#### FK5G2S1

عدة مرات في اليوم (7)	مرة واحدة في اليوم (6)	من 4 إلى 6 مرات في الأسبوع (5)	من 2 إلى 3 مرات في الأسبوع (4)	مرة واحدة في الأسبوع (3)	من 1 إلى 3 مرات في الشهر (2)	نادرًا/أبدًا (1)	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	كم مرة تشرب عادةً مشروبات غازية عصائر/مشروبات منعشة مُحلاة بالسكر بما في ذلك الشاي المثلج، مشروبات الطاقة، المشروبات الرياضية، والنكتار؟ (1)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	كم مرة تأكل عادةً الفاكهة أو التوت (لا تحسب العصير أو خلاصة الفاكهة)؟ (2)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	كم مرة تأكل عادةً الخضروات بما في ذلك السلطة؟ (لا تحسب البطاطا). (3)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	كم مرة تأكل السمك على شريحة الخبز، أو على الغداء، أو العشاء؟ (4)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	كم مرة تأكل اللحوم /منتجات اللحوم المصنعة من الخنزير، الماشية، الحمل / الغنم أو الماعز (للغداء، للعشاء، أو على شريحة الخبز؟) (5)

عدد مرات في اليوم (7)	مرة واحدة في اليوم (6)	من 4 الى 6 مرات في الأسبوع (5)	من 2 الى 3 مرات في الأسبوع (4)	مرة واحدة في الأسبوع (3)	من 1 الى 3 مرات في الشهر (2)	نادراً/أبداً (1)	
?	?	?	?	?	?	?	كم مرة تأكل عشاء بدون لحم /سمك (نباتي؟) 6)
?	?	?	?	?	?	?	كم مرة تأكل منتجات الحبوب الكاملة الخشنة (مثل الخبز الخشن، الموسلي، عصيدة الشوفان، والمعكرونة المصنوعة من الحبوب الكاملة؟) 7)

#### FK5G3intro

#### التبغ

#### FK5G3S1

هل تدخن؟

..يشمل هذا منتجات التبغ فقط، وليس السجائر الإلكترونية

- ☐ نعم 1)
- ☐ لا 2)

#### FK5G3S1a

كم مرة تدخن؟

- ☐ يومياً 1)
- ☐ من حين لآخر 2)

#### FK5G3S1b

هل دخنت في السابق؟

إذا كنت قد دخنت سابقاً بشكل يومي ومن حين لآخر، اختر "نعم، يومياً"

- ☐ نعم، يومياً 1)
- ☐ نعم، من حين لآخر 2)
- ☐ لا 3)

#### FK5G3S2

في بعض الأحيان؟ (snus) هل تستخدم السعوط

- ☐ نعم 1)
- ☐ لا 2)

#### FK5G3S2a

؟(snus) مرة تستخدم السعوط

- ☐ يومياً 1)
- ☐ من حين لآخر 2)

#### FK5G4intro

#### FK5G4intro\_alt

#### الكحول والمخدرات الأخرى

**FK5G4S1**

هل شربت الكحول في أي وقت مضى؟

نحن نقصد المشروبات الكحولية، مثل البيرة، النبيذ، المشروبات الروحية، المشروبات الغازية الكحولية، وما إلى ذلك.

- ☐ نعم (1)
- ☐ لا (2)

**FK5G4S1a**

خلال الـ 12 شهراً الماضية كم مرة شربت الكحول؟

- ☐ أبداً (1)
- ☐ شهرياً أو أقل (2)
- ☐ من مرتين إلى 4 مرات في الشهر (3)
- ☐ من 2 إلى 3 مرات في الأسبوع (4)
- ☐ أكثر من 4 مرات في الأسبوع (5)

**FK5G4S1a1**

كم عدد وحدات الكحول التي تتناولها في يوم "نموذجي" عندما تشرب الكحول؟

(drink) وحدة كحول واحدة تعادل زجاجة بيرة صغيرة واحدة، أو كوب نبيذ واحد، أو مشروب كحولي واحد.

- ☐ (1) 1-2
- ☐ (2) 3-4
- ☐ (3) 5-6
- ☐ (4) 7-9
- ☐ أو أكثر (5) 10

**FK5G4S1a2**

كم مرة شربت ست وحدات كحول أو أكثر في مناسبة واحدة؟

(drink) وحدة كحول واحدة تعادل زجاجة بيرة صغيرة واحدة، أو كوب نبيذ واحد، أو مشروب كحولي واحد.

- ☐ أبداً (1)
- ☐ أقل من شهرياً (2)
- ☐ شهرياً (3)
- ☐ اسبوعياً (4)
- ☐ يومياً أو شبه يومي (5)

**FK5G4S2**

LSD، هل جربت أو استخدمت في أي وقت مضى مواد مخدرة مثل الحشيش/القنب، الأمفيتامينات، الكوكايين، الكراك، القات، الإكستازي، الهيروين؟ GHB،

- ☐ نعم (1)
- ☐ لا (2)
- ☐ لا أرغب في الإجابة (3)

**FK5G4S2a**

خلال الـ 12 شهراً الماضية، كم مرة استخدمت الحشيش، الماريجوانا أو منتجات القنب الأخرى؟

- ☐ لم أستخدم خلال الـ 12 شهراً الماضية (1)
- ☐ أقل من شهرياً (2)
- ☐ شهرياً (3)

- ☐ 4) اسبوعياً
- ☐ 5) يومياً أو شبه يومي
- ☐ 6) لا أرغب في الإجابة

#### FK5G4S2b

LSD، GHB، خلال الـ 12 شهراً الماضية، كم مرة استخدمت فيها مواد مخدرة أخرى (مثل الأمفيتامينات، الكوكايين، الكراك، القات، الإكستازي والهروين)؟

- ☐ لم أستخدم خلال الـ 12 شهراً الماضية 1)
- ☐ أقل من شهرياً 2)
- ☐ شهرياً 3)
- ☐ اسبوعياً 4)
- ☐ يومياً أو شبه يومي 5)
- ☐ لا أرغب في الإجابة 6)

#### FK5G4S3

خلال الـ 12 شهراً الماضية، كم مرة استخدمت فيها أدوية موصوفة بجرعة أكبر / بوتيرة أكثر مما أوصى به الطبيب، أو استخدمت أدوية موصوفة لم يتم وصفها لك؟

ADHD. يمكن أن تكون الأدوية الموصوفة على سبيل المثال: حبوب منومة، أدوية مهدئة / مضادة للقلق، مسكنات ألم قوية، وأدوية لعلاج

- ☐ لم أستخدم خلال الـ 12 شهراً الماضية 1)
- ☐ أقل من شهرياً 2)
- ☐ شهرياً 3)
- ☐ اسبوعياً 4)
- ☐ يومياً أو شبه يومي 5)
- ☐ لا أرغب في الإجابة 6)

#### FK4G1intro

### الدعم الاجتماعي، الوحدة الدعم الاجتماعي

#### FK4G1S1

كم عدد الأشخاص المقربين منك لدرجة أنك تستطيع الاعتماد عليهم إذا واجهتك مشاكل شخصية كبيرة؟

احسب أيضاً أفراد العائلة المقربين.

- ☐ لا أحد 1)
- ☐ شخص واحد أو شخصين 2)
- ☐ من 3 إلى 5 أشخاص 3)
- ☐ أو أكثر 4) 6)

#### FK4G1S2

ما مدى الاهتمام الذي يظهره الآخرون لما تفعله؟

هل ستقول إنهم يظهرون:

- ☐ اهتمام كبير 1)
- ☐ بعض الاهتمام 2)
- ☐ لا كبير ولا قليل 3)
- ☐ اهتمام قليل 4)
- ☐ لا اهتمام 5)

**FK4G1S3**

ما مدى سهولة الحصول على مساعدة عملية من الجيران إذا احتجت إليها؟

هل هي:

- ☐ 1) سهلة جداً
- ☐ 2) سهلة
- ☐ 3) لا سهلة ولا صعبة
- ☐ 4) صعبة
- ☐ 5) صعبة جداً

**FK4G2intro****الوحدة****FK4G2S1**

	أبداً 1)	نادراً 2)	من حين لآخر 3)	غالباً 4)	غالباً جداً 5)
كم مرة تشعر أنك تفتقد شخصاً للتواجد معه؟ 1)	?	?	?	?	?
كم مرة تشعر أنك منبوذ؟ 2)	?	?	?	?	?
كم مرة تشعر أنك معزول عن الآخرين؟ 3)	?	?	?	?	?

**FK7G1intro****جودة الحياة**

..الآن تأتي المزيد من الأسئلة حيث يجب عليك الإجابة على مقياس يتراوح من 0 إلى 10

**FK7G1S1**

?إجمالاً، ما مدى رضاك عن حياتك في الوقت الحالي

- ☐ 0 - 0) لست راضياً على الإطلاق
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - 10) راضي جداً

**FK7G1S2**

?ما مدى رضاك الذي تعتقد أنك ستشعر به تجاه حياتك بعد خمس سنوات من الآن

- ☐ 0 - 0) لست راضياً على الإطلاق
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)

- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 (10) راضي جداً

**FK7G1S3**

إجمالاً، إلى أي مدى تشعر أن ما تفعله في حياتك له معنى؟

- ☐ 0 (0) لست راضياً على الإطلاق
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 (10) له معنى كبير جداً

**FK7G2S1**

فكر في شعورك خلال الأيام السبعة الماضية إلى أي مدى كنت سعيداً

- ☐ 0 (0) لست سعيداً على الإطلاق
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 (10) سعيد جداً

**FK7G3S1**

فكر في شعورك خلال الأيام السبعة الماضية إلى أي مدى كنت قلقاً

- ☐ 0 (0) لست قلقاً على الإطلاق
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 (10) قلق جداً

**FK7G3S2**

فكر في شعورك خلال الأيام السبعة الماضية. إلى أي مدى كنت محبطاً أو حزيناً؟

- ☐ 0 (0) لست محبطاً أو حزيناً على الإطلاق
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)

- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 (10) - 10. محبط أو حزين جداً

**FK7G3S3**

فكر في شعورك خلال الأيام السبعة الماضية. إلى أي مدى كنت منزعجاً

- ☐ 0 (0) - 0. لست منزعجاً على الإطلاق
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 (10) - 10. منزعج جداً

**FK7G4S1**

فكر في شعورك خلال الأيام السبعة الماضية. إلى أي مدى كنت وحيداً

- ☐ 0 (0) - 0. لست وحيداً على الإطلاق
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 (10) - 10. وحيد جداً

**FK7G5S1**

فكر في شعورك خلال الأيام السبعة الماضية. إلى أي مدى كنت ملتزماً/مشاركاً

- ☐ 0 (0) - 0. لست ملتزماً/مشاركاً على الإطلاق
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 (10) - 10. ملتزم/مشارك جداً

**FK7G2S2**

?فكر في شعورك خلال الأيام السبعة الماضية. إلى أي مدى كنت هادئاً ومسترخياً

- ☐ 0 - 0. لست هادئاً ومسترخياً على الإطلاق).
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - 10. هادئ ومستريح جداً).

**FK7G3S4**

?فكر في شعورك خلال الأيام السبعة الماضية. إلى أي مدى كنت متوتراً

- ☐ 0 - 0. لست متوتراً على الإطلاق).
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - 10. متوتر جداً).

**FK7G2S3**

?فكر في شعورك خلال الأيام السبعة الماضية. إلى أي مدى كنت ممتناً

- ☐ 0 - 0. لست ممتناً على الإطلاق).
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - 10. ممتن جداً).

**FK7G2S4**

?فكر في شعورك خلال الأيام السبعة الماضية. إلى أي مدى كنت سعيداً

- ☐ 0 - 0. لست سعيداً على الإطلاق).
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)

- ☐ 6 (6)  
☐ 7 (7)  
☐ 8 (8)  
☐ 9 (9)  
☐ 10 - 10. سعيد جداً

#### FK7G6intro

### العلاقات الاجتماعية، المشاركة، والانتماء

#### FK7G6S1

ما مدى موافقتك على العبارات أدناه؟

	غير موافق على - 0 (الإطلاق)	1 (1)	2 (2)	3 (3)	4 (4)	5 (5)	6 (6)	7 (7)	8 (8)	9 (9)	موافق - 10 (تماماً)
علاقاتي الاجتماعية داعمة ومثمرة 1)	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?
أنا أساهم بفعالية في سعادة الآخرين وجودة حياتهم 2)	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?

#### FK7G6S2\_ah

كم مرة تلتقي بأصدقاء مقربين؟

لا تحسب أفراد عائلتك

- ☐ يومياً أو شبه يومي 1)  
☐ أسبوعياً 2)  
☐ شهرياً 3)  
☐ سنوياً 4)  
☐ نادراً / أبداً 5)  
☐ ليس لدي أصدقاء مقربون 6)

#### FK7G6S3

كم مرة تلتقي بالعائلة أو الأقارب؟

لا تحسب العائلة التي تعيش معها

- ☐ يومياً أو شبه يومي 1)  
☐ أسبوعياً 2)  
☐ شهرياً 3)  
☐ سنوياً 4)  
☐ نادراً / أبداً 5)

#### FK7G6S4

كم مرة تتواصل فيها مع الأصدقاء، العائلة، أو الأقارب عبر الهاتف، الرسائل النصية، البريد الإلكتروني، سناب شات، فيسبوك، أو وسائل التواصل الاجتماعي الأخرى؟

لا تحسب الأشخاص الذين تعيش معهم

- ☐ يومياً أو شبه يومي 1)  
☐ أسبوعياً 2)  
☐ شهرياً 3)  
☐ سنوياً 4)  
☐ نادراً / أبداً 5)

**FK7G7S1**

هل ستقول بشكل عام أن معظم الناس يمكن الوثوق بهم، أم أنه لا يمكن للمرء أن يكون واثقًا بما فيه الكفاية عند التعامل مع الآخرين؟

- ☐ 0 - لا يمكن للمرء أن يكون واثقًا بما فيه الكفاية (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - معظم الناس يمكن الوثوق بهم (10)

**FK7G7S2**

إلى أي مدى تشعر أنك تنتمي إلى المكان الذي تعيش فيه؟

- ☐ 0 - لا أشعر بالانتماء على الإطلاق (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - أشعر بدرجة قوية من الانتماء (10)

**FK7G7S3**

إجمالاً، ما مدى شعورك بالأمان عندما تخرج وتمشي في الحي؟

- ☐ 0 - لا أشعر بالأمان على الإطلاق (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - أشعر بأمان شديد (10)

**FK2G1intro****FK2G1S1**

كم مرة شاركت في أنشطة منظمة/عمل تطوعي مثل النوادي الرياضية، الأحزاب السياسية، الطوائف الدينية، الجوقات، أو ما شابه؟

- ☐ 1) يومياً
- ☐ 2) أسبوعياً
- ☐ 3) من 1 إلى 3 مرات في الشهر

- ☐ أقل تكراراً (4)
- ☐ أبداً (5)

#### FK2G1S1b

لقد أجبت بأنك لا تشارك أبداً أو نادراً في أنشطة منظمة/عمل تطوعي. هل هذا لأنك...؟

يمكن اختيار أكثر من إجابة.

- ☐ لا تملك المال الكافي (1) ..
- ☐ لا تملك الوقت (2) ..
- ☐ لديك مشاكل في المواصلات/النقل (3) ..
- ☐ تنقصك الترتيبات التيسيرية (التسهيلات) والتصميم الشامل (4) ..
- ☐ تواجه تحديات لغوية (5) ..
- ☐ لست مهتماً (6) ..
- ☐ ليس لديك من تذهب معه (7) ..
- ☐ تخشى أن تتعرض للإذلال، أو السخرية، أو الإهانة (8) ..
- ☐ تمنعك ظروف أخرى (9) ..
- ☐ لا أرغب في الإجابة (10)
- ☐ لا أعرف (11)

#### FK2G1S2

كم مرة شاركت في أنشطة أخرجتمثل النادي، الاجتماعات، لقاء الأصدقاء، رحلات المشي مع الأصدقاء/الزملاء أو غيرهم؟

- ☐ يومياً (1)
- ☐ أسبوعياً (2)
- ☐ من 1 إلى 3 مرات في الشهر (3)
- ☐ أقل تكراراً (4)
- ☐ أبداً (5)

#### FK10intro

#### الخدمات الصحية

#### FK10G1S1

خلال الأشهر الـ 12 الماضية، هل احتجت إلى مساعدة طبية (مثل استشارة، فحوصات طبية، أو علاج)؟

- ☐ نعم، وطلبت المساعدة (1)
- ☐ نعم، ولكن لم أطلب المساعدة (2)
- ☐ لا (3)
- ☐ لا أرغب في الإجابة (4)
- ☐ لا أعرف (5)

#### FK10G1S1a

أي من الخدمات التالية تواصلت معها للحصول على مساعدة طبية خلال الأشهر الـ 12 الماضية؟

يمكن اختيار أكثر من إجابة.

- ☐ (1) طبيب العائلة (Fastlege)
- ☐ (2) مركز الطوارئ/مناوبة طبية (Legevakt)
- ☐ (3) مستشفى حكومي
- ☐ (4) مستشفى خاص (Aleris مثل)
- ☐ (5) خدمة طبيب خاصة (Dr. Dropin مثل)
- ☐ (6) أخرى

- ☐ لا أرغب في الإجابة (7)
- ☐ لا أعرف (8)

#### FK10G1S1b

ما هو سبب عدم طلبك للمساعدة الطبية؟

يمكن اختيار أكثر من إجابة.

- ☐ لا أملك المال الكافي (1)
- ☐ لا أملك الوقت (2)
- ☐ مشاكل في المواصلات/النقل (3)
- ☐ نقص الترتيبات التيسيرية (التسهيلات) وعدم توفر التصميم الشامل (4)
- ☐ من الصعب الحصول على موعد (5)
- ☐ لا أعرف إلى أين أتوجه (6)
- ☐ لدي تجربة سابقة بعدم الحصول على المساعدة (7)
- ☐ خوف/قلق من الفحص، أو العلاج، أو من أن يكشف الطبيب عن مرض خطير (8)
- ☐ تحديات لغوية (مثل صعوبة تأمين مترجم فوري) (9)
- ☐ خائف من التعرض للإذلال، أو السخرية، أو الإهانة (10)
- ☐ سبب آخر (11)
- ☐ لا أرغب في الإجابة (12)
- ☐ لا أعرف (13)

#### FK10G2S1

خلال الأشهر الـ 12 الماضية، هل احتجت إلى مساعدة متخصصة بسبب اضطرابات نفسية من قبل (مثل طبيب العائلة، أو أخصائي نفسي، أو طبيب نفسي)؟

قد تكون الاضطرابات النفسية، على سبيل المثال، مثل الكآبة، أو الحزن، أو القلق، أو الوحدة، أو كثرة المخاوف، أو الاضطراب الداخلي.

- ☐ نعم، وطلبت المساعدة (1)
- ☐ نعم، ولكن لم أطلب المساعدة (2)
- ☐ لا (3)
- ☐ لا أرغب في الإجابة (4)
- ☐ لا أعرف (5)

#### FK10G2S1a

أي من الجهات التالية كنت على تواصل معها خلال الأشهر الـ 12 الماضية بسبب الاضطرابات النفسية؟

يمكن اختيار أكثر من إجابة.

- ☐ (1) طبيب العائلة (Fastlege)
- ☐ (2) مركز الطوارئ/مناوبة طبية (Legevakt)
- ☐ خدمة البلدية "المساعدة النفسية السريعة" (3)
- ☐ خدمة أخرى من البلدية (4)
- ☐ مساعدة نفسية في المستشفى (5)
- ☐ أخصائي نفسي/طبيب نفسي خاص (6)
- ☐ أخرى (7)
- ☐ لا أرغب في الإجابة (8)
- ☐ لا أعرف (9)

**FK10G2S1b**

ما هو سبب عدم طلبك للمساعدة بشأن اضطراباتك النفسية؟

يمكن اختيار أكثر من إجابة.

- ☐ 1) لا أملك المال الكافي
- ☐ 2) لا أملك الوقت
- ☐ 3) مشاكل في المواصلات/النقل
- ☐ 4) نقص الترتيبات التيسيرية (وعدم توفر التصميم الشامل)
- ☐ 5) من الصعب الحصول على موعد
- ☐ 6) لا أعرف إلى أين أتوجه
- ☐ 7) أشعر بالحرج والقلق بشأن ما قد يعتقده الآخرون عني
- ☐ 8) لدي تجربة سابقة بعدم الحصول على المساعدة
- ☐ 9) تحديات لغوية
- ☐ 10) خائف من التعرض للإذلال، أو السخرية، أو الإهانة
- ☐ 11) سبب آخر
- ☐ 12) لا أرغب في الإجابة
- ☐ 13) لا أعرف

**FK10G3S1**

خلال الأشهر الـ 12 الماضية، هل احتجت إلى مساعدة من طبيب أسنان أو أخصائي أسنان؟

- ☐ 1) نعم، وطلبت المساعدة
- ☐ 2) نعم، ولكن لم أطلب المساعدة
- ☐ 3) لا
- ☐ 4) لا أرغب في الإجابة
- ☐ 5) لا أعرف

**FK10G3S1a**

هل زرت طبيب أسنان أو أخصائي أسنان عام أم خاص؟

- ☐ 1) عام (حكومي)
- ☐ 2) خاص
- ☐ 3) لا أرغب في الإجابة
- ☐ 4) لا أعرف

**FK10G3S1b**

ما هو سبب عدم طلبك للمساعدة من طبيب أسنان أو أخصائي أسنان؟

يمكن اختيار أكثر من إجابة.

- ☐ 1) لا أملك المال الكافي
- ☐ 2) لا أملك الوقت
- ☐ 3) مشاكل في المواصلات/النقل
- ☐ 4) نقص الترتيبات التيسيرية (وعدم توفر التصميم الشامل)
- ☐ 5) من الصعب الحصول على موعد
- ☐ 6) لا أعرف إلى أين أتوجه
- ☐ 7) لدي تجربة سابقة بعدم الحصول على المساعدة
- ☐ 8) خوف/قلق من الفحص أو العلاج
- ☐ 9) تحديات لغوية
- ☐ 10) خائف من التعرض للإذلال، أو السخرية، أو الإهانة
- ☐ 11) سبب آخر

- ☐ لا أرغب في الإجابة (12)
- ☐ لا أعرف (13)

#### FK11intro

### الهوية والتوجه الجنسي

#### FK11G1S1

ما هو الجنس الذي تُعرّف نفسك به؟

- ☐ أنثى (1)
- ☐ ذكر (2)
- ☐ لا ثنائي/غير ثنائي (3)
- ☐ هوية جنسية أخرى (4)
- ☐ لا أرغب في الإجابة (5)
- ☐ لا أعرف (6)

#### FK11G1S2

ما هو الجنس الذي سُجلت به عند الولادة؟

- ☐ ذكر (1)
- ☐ أنثى (2)
- ☐ لا أرغب في الإجابة (3)
- ☐ لا أعرف (4)

#### FK11G1S3

كيف تصف توجهك الجنسي؟

- ☐ مغاير الميول (1)
- ☐ مثلي الميول (2)
- ☐ مزدوج الميول أو كلي الميول (3)
- ☐ مثلية (4)
- ☐ توجه جنسي آخر (5)
- ☐ لا أرغب في الإجابة (6)
- ☐ لا أعرف (7)

#### FK8G4S5

...الآن ستأتي بعض الأسئلة حول مسكنك. هل لديك/لديكم

	نعم (1)	لا (2)
مساحة كافية لك و/أو لعائلتك؟ (1) ...	?	?
مشاكل بسبب الرطوبة أو التعفن (مثل تسرب في السقف، أو رطوبة في الجدران، أو تعفن في إطارات النوافذ)؟ (2) ...	?	?
مشاكل بسبب قلة ضوء النهار في المسكن؟ (3) ...	?	?
إمكانية الوصول إلى حديقة أو مساحات خضراء خارج المسكن؟ (4) ...	?	?
عندما تكون داخل مسكنك، هل لديك مشاكل بسبب الغبار أو الروائح أو أي تلوث آخر ناتج عن حركة المرور أو الصناعة ... في المنطقة المحيطة بالمسكن؟ (5)	?	?
عندما تكون داخل مسكنك، هل لديك مشاكل بسبب الضوضاء الناتجة عن الجيران أو ضوضاء أخرى خارجية (مثل حركة المرور، الصناعة، أو مواقع البناء)؟ (6)	?	?

#### FK8G4S5\_6a

عندما تكون داخل مسكنك، ما مدى انزعاجك من الضوضاء الناتجة عن...؟

	لست منزعجاً على الإطلاق (1)	منزعج قليلاً (2)	منزعج إلى حد كبير (3)	منزعج جداً (4)
الجيران (1)	?	?	?	?
حركة المرور على الطرق (2)	?	?	?	?
حركة السكك الحديدية (مترو الأنفاق، الترام، القطار) (3)	?	?	?	?
أعمال البناء والإنشاءات (4)	?	?	?	?
الأنشطة الصناعية والتجارية (5)	?	?	?	?
المطاعم والحياة الليلية (6)	?	?	?	?
مصادر ضوضاء أخرى (7)	?	?	?	?

### سحب الجوائز - premie\_trekning سحب الجوائز

إذا كنت ترغب في المشاركة في السحب، نحتاج إلى [premie] كشكر لك على تخصيص وقت للإجابة، يمكنك المشاركة في سحب على إدارة المقاطعة، التي تمنح الجوائز [fylke] موافقتك على أن نتمكن من تقديم معلومات الاتصال الخاصة بك إلى

مجلس مقاطعة [fylke] هل توافق على أن نشارك بريدك الإلكتروني مع

- ☐ نعم، أنا أوافق (1)
- ☐ لا، لا أريد في المشاركة في سحب الجائزة (2)

### email\_confirm - email\_confirm

لقد سجلنا عنوان البريد الإلكتروني التالي لك:  
[email]

هل هذا العنوان صحيح؟

- ☐ نعم، عنوان البريد الإلكتروني صحيح (1)
- ☐ لا، أريد في التواصل معي عبر عنوان بريد إلكتروني آخر (2)

### emailNew - emailNew

يرجى إدخال عنوان بريدك الإلكتروني أدناه لكي نتمكن من التواصل معك

يرجى كتابة عنوان بريدك الإلكتروني هنا: (1) \_\_\_\_\_  
يرجى التكرار: (2) \_\_\_\_\_

### avslutt - إنهاء

شكراً جزيلاً لك على تخصيص وقت لملء الاستبيان

هل لديك أي ملاحظات تقنية بخصوص نظام الاستبيان؟

اضغط على "التالي" في الزاوية اليمنى السفلية لإنهاء وإرسال إجاباتك

### kvittering - kvittering

لقد تم تسجيل إجاباتك الآن. شكراً لمشاركتك في الاستبيان