



معًا نحو التعافي خدماتنا لدعمكم

مركز سידار لإعادة تأهيل ضحايا التعذيب
في طرابلس، جاهز لدعمكم من خلال:

دعم نفسي
اجتماعي



الاستشارات
الطبية



دعم قانوني



العلاج الفيزيائي



للمزيد من المعلومات أو الاستفسار عن خدماتنا المجانية ، التواصل على: 81-490607
رحلتك نحو الأمل تبدأ من هنا - أنت لست وحدك..



 Norway

"حقك محفوظ. ما تسكت عن الانتهاكات"



كل ناچ من التعذيب له حقوق يجب احترامها وضمانها، وفقاً للقانون اللبناني (قانون رقم 65/2017 في لبنان، المتعلق بتجريم التعذيب والاتفاقيات الدولية :

- الحق في الأمان وعدم التعرض لمزيد من الانتهاكات.
- الحق في الحصول على الرعاية الطبية والنفسية.
- الحق في التبليغ والمطالبة بالمحاسبة.
- الحق في الحصول على المساعدة القانونية.
- الحق في الحصول على العدالة ونحن هنا لنساعدك في استعادتها.
- إذا كنت بحاجة إلى دعم قانوني، لا تتردد في التواصل معنا.

للمزيد من المعلومات والاستفسار، التواصل على

8 1 - 4 9 0 6 0 7

رحلة التعافي تبدأ بقرار...

خطوات صغيرة نحو التعافي:



اطلب المساعدة

لا تخجل من طلب المساعدة
- الدعم النفسي جزء من
التعافي



توفير الراحة

خصص وقتاً لنفسك
لممارسة التأمل والاسترخاء



التعبير

تحدث عن مشاعرك مع
شخص داعم وإيجابي تثق به

تذكر بأن الشفاء ليس طريقاً صعباً، وكل قرار تأخذه يُقربك من الراحة النفسية والجسدية.

"يلي صار مش ذنبك... إنت يلي بتقرر شو بدك تكون"

كسر الصمت

أول خطوة نحو العدالة



لماذا يجب التبليغ عن التعذيب؟

لضمان محاسبة
المسؤولين

لحماية نفسك والآخرين من
الانتهاكات المستقبلية

التبليغ حق وليس خطرًا،
وخصوصيتك مضمونة

للحصول على الدعم
القانوني والطبي والنفسي

"معًا نحارب التعذيب وندافع عن الكرامة الإنسانية"

📞 إذا كنت بحاجة إلى توجيه قانوني، تواصل معنا:

81-490607