

# هل لاحظت...



انت تظن انك غير  
قادر على العيش  
بدونها



هي لا تفهم بأنها  
المذبذبة



أنت تفقد  
السيطرة  
حين تصاب بالأذى



أَنْ داخل البيت  
يخافون منك



كثيراً  
احياناً أنك تكون  
قريباً من الانفجار



تلاحقها  
بدون معرفتها



منتدى ميخال سيلا  
Michal Sela Forum

هل لاحظت ذلك؟

يمكن التوجه دون ذكر الاسم، إلى خط المساعدة  
للرجال التابع لوزارة الرفاه الاجتماعي إلى الرقم 1218  
لتفاصيل إضافية: [michalsela.org.il](http://michalsela.org.il)