



## haz algo por ti mismo

### USA...

- ... El pasillo del patio
- ... La escritura de cartas
- ... Las conversaciones uno a uno
- ... La divulgación

### A MENUDO TAMBIÉN EXISTE LA POSIBILIDAD...

- ... De hacer deporte
- ... De pedir prestados libros y juegos
- ... De comprar cosas
- ... De participar en grupos de discusión
- ... De cocinar juntos
- ... De recibir visitas



### SEA INTELIGENTE

Obten información sobre la escuela o la formación en prisión y después

**¡USTED NO ESTÁ SOLO!**

„Siempre es demasiado pronto  
para darse por vencido“

**NORMAN VINCENT PEALE**



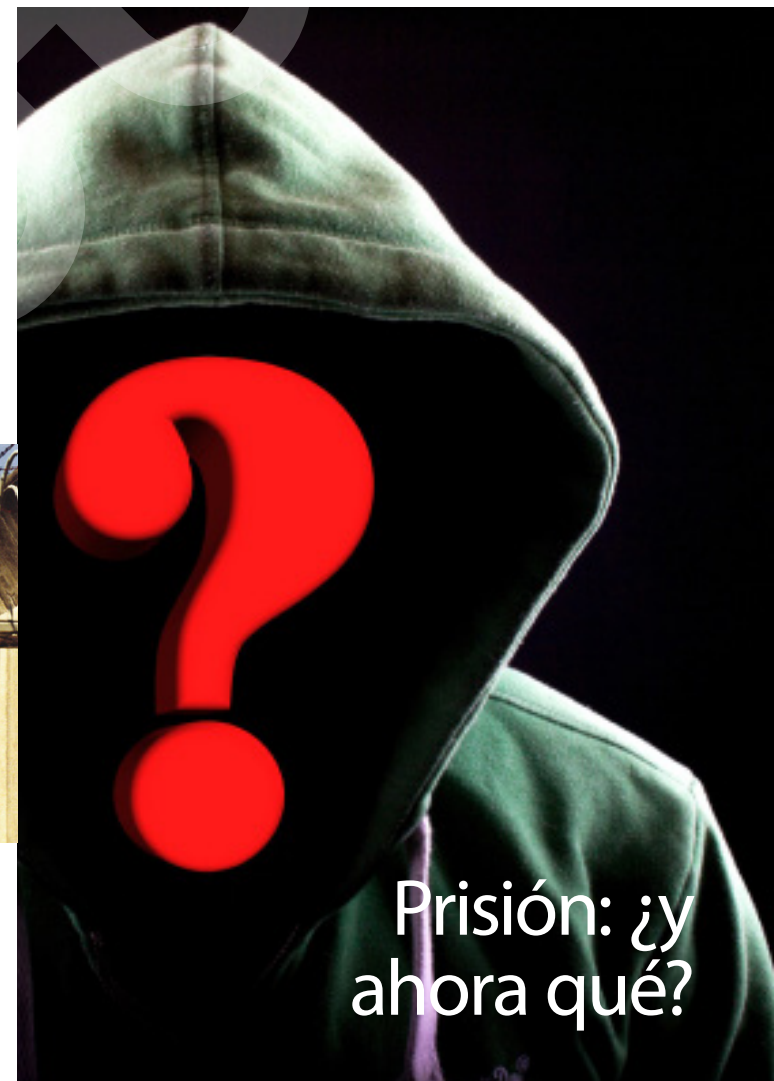
Aufnahme anlässlich einer Theateraufführung von Gefangenen in der JVA Salinenmoor  
(Foto: Winfried Tobias)



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



**Prisión: ¿y  
ahora qué?**

# Prision...

... significa un punto de inflexión profundo en tu vida y muchas cosas serán nuevas para ti.



Te sientes:

impotente

Temeroso

Incomprendido

Desesperado

Vacio

Escuchimizado

**Solitario**

Desesperanzado

Dejado solo

A veces eres:

triste

Enojado

Cargado

Celoso

Deprimido

Mal humor

¡No te quedes solo con tus sentimientos!

¡Nosotros, los empleados de esta institución, estamos atentos a usted!

**¡HÁBLANOS!**