



Urob niečo pre seba!

VYUŽI...

- ... vychádzky na dvor
- ... písanie listov
- ... individuálne rozhovory
- ... dobu voľného pohybu

ČASTO EXISTUJE AJ MOŽNOSŤ...

- ... športovať
- ... požičiavať si knihy a hry
- ... nakupovať
- ... zúčastniť sa skupinových rozhovorov
- ... spoločne variť
- ... prijímať návštevy



INFORMUJ SA

Získaj informácie o možnosti sa behom pobytu vo väzení a pre dobu po prepustení vzdelávať alebo sa odborne vyučiť.

NIE SI SÁM/SAMA!



Vernetzen | Informieren | Aktivieren

„Na vzdávanie je
vždy priskoro!“

NORMAN VINCENT PEALE



Snímok urobený pri príležitosti divadelného predstavenia väzňov vo väznici Salinenmoor (Foto: Winfried Tobias)



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Vernetzen | Informieren | Aktivieren



Basa –
a čo teraz?

WWW.SUIZIDPRAEVENTION.DE
STAND 2023

Slowakisch

POMOC PRE MLADISTVÉ OSOBY VO VÄZENÍ

Basa...

... znamená hlboký
zlom v tvojom živote a
veľa vecí bude pre teba
nových.



Cítiš:

bezmoc

strach

nepochopenie

zúfalosť

prázdnotu

sa mizerne

osamelosť

samotu

beznádej

Si niekedy:

smutný/
smutná

**nahnevaný/
nahnevaná**

žiarlivý/žiarlivá

napnutý/
napnutá

deprimovaný/
deprimovaná

**zle naladený/
naladená**

Nezostávaj so svojimi po-
citmi sám/sama!

My, zamestnanci
tejto inštitúcie,
sme pripravení ti
načúvať!

OBRÁŤ SA NA NÁS!