

”ہار مان لینا
ہمیشہ بہت جلد
بازی ہوتی ہے!“

NORMAN VINCENT PEALE

اپنے لئے کچھ کیجیے !

استعمال کیجیے ...

... صحن کو

... خط لکھیے

... انفرادی بات چیت کیجیے

... شام کو فارغ وقت آزاد گھومیں /

اپنے سیل میں بند رہیں

اکثر اس کا امکان بھی ہوتا ہے ...

... کھیل کھیلنا

... کتابیں اور کھیل ادھار لینا

... خریداری کرنا

... بحث میں حصہ لینا

... اکٹھے ملکر کھانا بنانا

... مہمان بلائے

اپنے آپ کو ہوشیار
بنائیں



سکول یا جیل میں اور اس کے بعد تعلیم کے بارے میں
معلومات حاصل کریں۔



جیل -
اب کیا کریں ؟



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



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



اپنے جذبات کے ساتھ اکیلے
مت رہیے!

ہم، اس ادارے کے ملازمین
مرد اور خواتین، آپ کے
لیے اپنے کان کھلے رکھتے ہیں!

ہم سے بات کیجئے!

آپ محسوس کرتے ہیں:

ڈرے ہوئے
بے اختیار ہونا

غلط سمجھے گئے

بے چین نا امید

چھوٹا اکیلا بن

اکیلے چھوڑے ہوئے
خالی

کیا آپ کبھی کبھی:

حاسد

اداس غصیلے

بھرے ہوئے

دل برداشتہ

خراب مزاج

جیل ...

... مطلب آپ کی زندگی میں
ایک گہرا موڑ آئے گا اور بہت
سی چیزیں آپ کے لیے نئی ہو
جائیں گی.