



Fais quelque chose pour prendre soin de toi-même !

**PROFITE...**

- ...de la promenade dans la cour
- ...de la correspondance
- ... des entretiens individuels
- ... des horaires de l'ouverture des portes des cellules/ de la possibilité de rendre visite à d'autres prisonniers

**ON A SOUVENT LA POSSIBILITÉ DE...**

- ...faire du sport
- ...emprunter des livres ou des jeux
- ...faire les courses
- ...participer aux discussions de groupe
- ...cuisiner ensemble
- ...recevoir des visites



**INFORME-TOI**

Renseigne-toi sur la scolarisation ou la formation professionnelle en taule et après.

**T'ES PAS SEUL !**

„Il est toujours trop tôt pour abandonner !“

**NORMAN VINCENT PEALE**



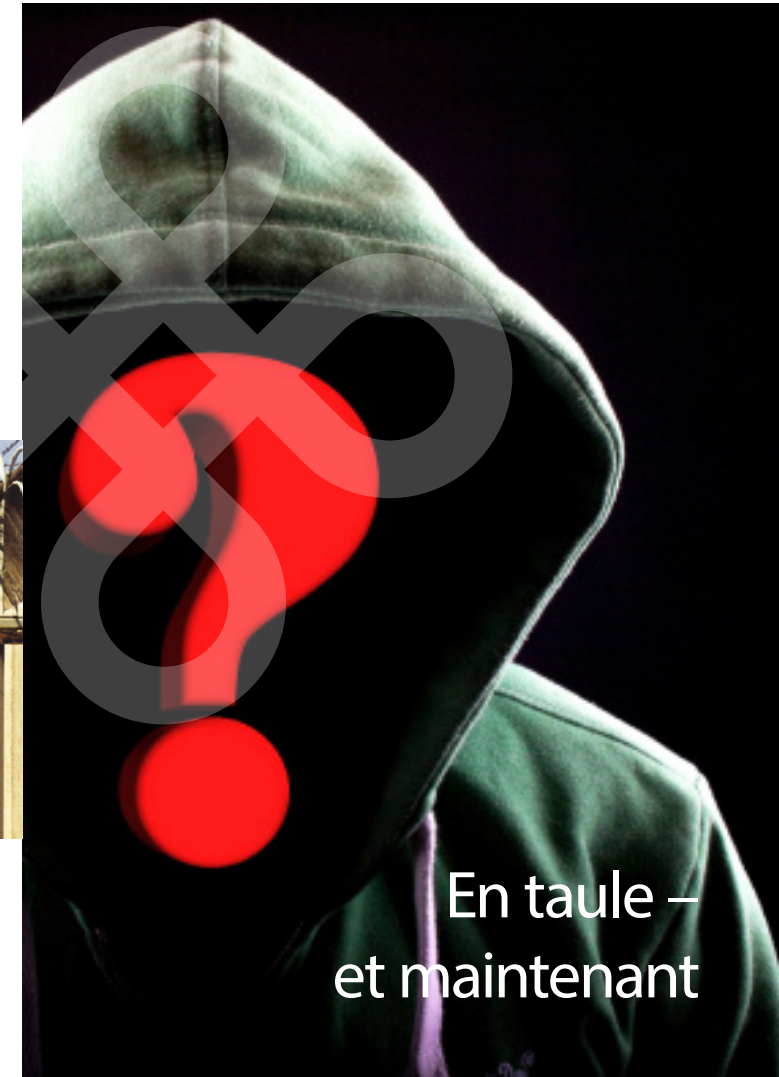
Aufnahme anlässlich einer Theateraufführung von Gefangenen in der JVA Salinenmoor (Foto: Winfried Tobias)



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages



En taule –  
et maintenant

# La taule...

...c'est une coupure décisive dans ta vie et tu vas être confronté à beaucoup de choses nouvelles.



Est-ce que tu te sens

impuissant

anxieux

incompris par les autres

désespéré

vide

nul

seul

abandonné

sans espoir

Est-ce que tu te sens parfois :

triste

furieux

jaloux

tendu

déprimé

de mauvaise  
humeur

Ne reste pas seul avec tes émotions !

Nous, les collaboratrices et collaborateurs de cet établissement, sommes toujours là pour t'écouter !

**PARLE-NOUS !**