

Externe hulpdiensten:

zich behelpen in de gevangenis

Een brochure tot uw dienst

Teksten, foto's, een aangename lay-out in kleur,... Nog maar eens een brochure? Neen!

Deze brochure is opgesteld om iedere nieuwe gedetineerde te helpen en u dus van dienst te zijn tijdens uw opsluiting, bij de voorbereiding van uw vrijlating en zelfs daarna. Ze is ook bedoeld voor uw omgeving.

Deze brochure wil niet alleen mooi ogen, maar in de eerste plaats antwoorden aanreiken op vragen en problemen waarmee mensen die van hun vrijheid worden beroofd, worden geconfronteerd. En iedereen weet dat er een heleboel zijn…

Deze brochure richt zich tot slot ook naar de buitenwereld. Omdat de gevangenis slechts een fase is en daarbuiten het leven van anderen gewoon verder gaat. En omdat ook u daarbuiten nog een leven zult hebben.

Externe hulpdiensten

In deze brochure worden enkel de diensten voor justitieel welzijnswerk, externe diensten genaamd, voorgesteld, met als voornaamste taak **hulp aan gedetineerden**.

Het gaat om verenigingen (vzw's) die gratis werken voor het welzijn van de burgers en niet om winst te maken.

Hun professionele medewerkers gaan ervan uit dat geen enkel individu kan worden herleid tot de daden die hij heeft gepleegd en dat de rechten van de mens steeds – ook in de gevangenis – van kracht blijven.

In Vorst/Berkendaal en in Sint-Gillis zijn er acht algemene diensten voor justitieel welzijnswerk voor gedetineerden en hun naasten.

De psychosociale werkers van deze diensten beantwoorden uw vragen **met absolute inachtneming van het beroepsgeheim.**

Wanneer u de gevangenis verlaat, kunt u bij deze verenigingen steeds terecht om u te helpen bij het opbouwen van een nieuw gezins-, sociaal en beroepsleven. Ze zijn de belangrijkste partners met het oog op de herinschakeling.

Deze acht onafhankelijke verenigingen en de soorten hulp die zij aanbieden, worden op de volgende pagina's toegelicht.

Deze verenigingen bieden niet alleen rechtstreekse ondersteuning, maar verwijzen de gedetineerden door naar andere, meer gespecialiseerde en eveneens onafhankelijke en gratis diensten.

Het zijn deze acht verenigingen die op deze brochure hebben aangedrongen. Opdat elke gedetineerde zou weten dat hij, indien hij hierom vraagt, geschikte hulp kan krijgen. Opdat elke gedetineerde zou weten dat de gevangenis slechts een fase is en dat hij de volgende fasen niet alleen moet doormaken.

De interne gevangenisdiensten

Naast de externe hulpdiensten die in de brochure worden voorgesteld, kunnen ook bepaalde partijen binnen de gevangenis zelf hulp bieden aan de gedetineerden. Het betreft voornamelijk leden van de directie, van het bewakingspersoneel en van de griffie.

Hun taken, die op de volgende pagina's niet in detail zullen worden besproken, hebben hoofdzakelijk betrekking op de algemene werking van de gevangenis, de naleving van de leefregels, de bewaking, de samenstelling en de opvolging van het administratieve dossier van de gedetineerde.

Er bestaat eveneens een interne psychosociale dienst (PSD) binnen elke penitentiaire inrichting. Deze dienst speelt een centrale rol bij het onthaal, de penitentiaire opvolging en de pretherapeutische begeleiding en de adviesverlening voor de veroordeelden en geïnterneerden.

Hierbij wordt steeds rekening gehouden met het evenwicht tussen de belangen van de gedetineerde, de slachtoffers en de samenleving. De PSD staat daarnaast ook in voor de evaluatie van de detentievoorwaarden inzake veiligheid, wettelijkheid en menselijkheid.

Al deze diensten hangen af van de minister van Justitie.

DE HULP VAN DE EXTERNE DIENSTEN

- **Voor beklaagden die in de gevangenis arriveren**
  Opvang en morele, sociale en psychologische steun zodra ze in hechtenis worden genomen, informatie over de juridische procedure, contactpunt met de meer specifieke diensten (vreemdelingen, drugsverslaafden,...)
- **Voor gedetineerden**
  Een luisterend oor, informatie, morele, sociale en psychologische ondersteuning, juridisch advies, administratieve stappen (OCMW, ziekenkas,...), voorbereiding van de vrijlating (zoeken naar werk en opleiding,...), bemiddeling tussen de verschillende interveniënten in de gevangenis
- **Voor in vrijheid gestelde beklaagden en vrijgelaten veroordeelden**
  Sociale begeleiding en ondersteuning tijdens de herinschakeling (opleiding, onderdak,...)
- **Hulp voor de omgeving**
  Morele en psychosociale ondersteuning, administratieve en juridische hulp, informatie,...

Deze hulpdiensten worden op de volgende pagina's toegelicht

1 januari:
wereldvrededag



Vrede... Irak, Congo, Libanon, Palestina, Darfoer, Haïti, Afghanistan, Ivoorkust, India, Pakistan,... De lijst van landen en regio's waar conflicten woeden, is zeer lang.

Als militairen vallen onder artillerievuur, worden dagelijks duizenden burgers, onder wie vrouwen en kinderen, gedood of verwond.

Daarom is het zinvol om de vrede te vieren en te streven naar een staakt-het-vuren. Wanneer de mensen zullen inzien dat conflicten via onderhandelingen met wederzijds respect moeten worden opgelost, zal de mensheid een grote stap hebben gezet.

"Het enige waaraan het in de gevangenis niet ontbreekt, is tijd om na te denken. Ik heb veel nagedacht over hoe ik in de gevangenis ben beland. Het ergste voor mij is niet dat ik heb begrepen waarom ik geweld heb gebruikt, neen, wat nog erger was, was de bewustwording dat al dat geweld vermeden had kunnen worden."

WOORDEN VAN EEN GEDETINEERDE



1 januari

january

janvier

enero

1 *Nationale feestdagen van Haïti en Soedan*
2
3
4
5
6 *Driekoningen*
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31







Zich staande houden ondanks de opsluiting

De vrijheid ontnomen. Opgesloten. Gestraft. Geïsoleerd. Hoe kan men zich in deze nieuwe omgeving staande houden? De eerste uren doen pijn, heel veel pijn.

Administratieve formaliteiten. Fouilleren. Foto. Voorwerpen met persoonlijke waarde afgeven in ruil voor een onpersoonlijke uitrusting: kleren, lakens, bord, bestek,...

Een nieuw leven begint, voor enkele dagen, enkele maanden, enkele jaren. Alles verandert. Te snel. Te ingrijpend. Zonder enig houvast...

Voor de meeste gevangenen is de gevangenis onbekend terrein. Angst, vrees en tranen.

De gedetineerde voelt zich herleid tot een nummer in het gevangenisregister. Zijn ruimte is beperkt tot enkele vierkante meters... die hij met een medegevangene moet delen.





De hygiëne en de intimiteit worden er sterk op de proef gesteld, met soms een of twee douches per week en toiletten uit een ander tijdperk.

Hoe kan men op een serene manier de toekomst tegemoet zien wanneer men slechts één uur per dag op de binnenplaats mag, 60 minuten frisse lucht om te wandelen of te sporten?

Zelfs voor wie het al heeft meegemaakt, blijft een opname in de gevangenis steeds een schok.

Hoe kan men zich staande houden? Hoe overleven? Vluchten, de problemen uit de weg gaan of de confrontatie aangaan? Verworden tot een schim van zichzelf of zijn moed bij elkaar rapen?

Niet alle gevangenen gaan ten onder. Ieder heeft zijn eigen manier om zich sterk te houden: zijn dromen, passies.

Professionele hulpverleners, diegenen die op deze brochure hebben aangedrongen, kunnen u helpen de beproeving van gevangenschap te boven te komen.

Neem contact met hen op.

21 februari:
internationale dag van de moedertaal

In een vreemde omgeving is de taal die we gebruiken, bij gebrek aan beter, de taal waardoor we niet geïsoleerd blijven en een basiscommunicatie tot stand kunnen brengen. Maar de enige taal die weerspiegelt wie men is, is de taal waarin men denkt, de moedertaal.

Taal is datgene waardoor we ons kunnen laten horen en begrijpen. Waardoor we onze vreugde of onze haat kunnen uitroepen. Waardoor we kunnen zeggen: "ik zie je graag". Waardoor we te horen krijgen: “ik hou zoveel van jou”. In het Nederlands, het Turks, het Albanees, het Swahili, het Arabisch, het Italiaans, het Portugees, het Kroatisch,...

Het zijn de woorden van alledag, van de familie, de school, de straat, de televisie waardoor een individu wordt gevormd. Als ik ben wie ik ben, is dat deels te danken aan de woorden die ik uitspreek. De wil om deze woorden uit onze kindertijd te verdedigen, betekent vooral dat we alle individuen, alle volkeren, met hun tradities en culturen willen erkennen en aanvaarden. Kwestie van solidariteit, van tolerantie.

Talen zijn rijkdommen die beschermd moeten worden.



"Ik schrijf veel rapteksten.
Daardoor blijf ik met beide voeten
op de grond staan.
Ik rap met mijn twee buren.
Rappen is sterker dan haat.
Expressie is een vluchtweg."

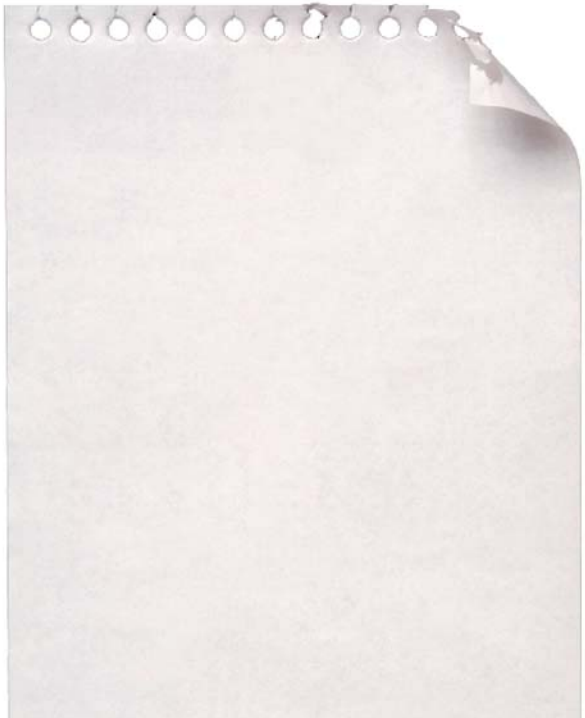
WOORDEN VAN
EEN GEDETINEERDE

2 februari

february
février
febrero

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14 *Valentijn*
15 *Nationale Feestdag van Servië*
16
17
18
19
20
21

22
23
24
25
26
27
28
(29)







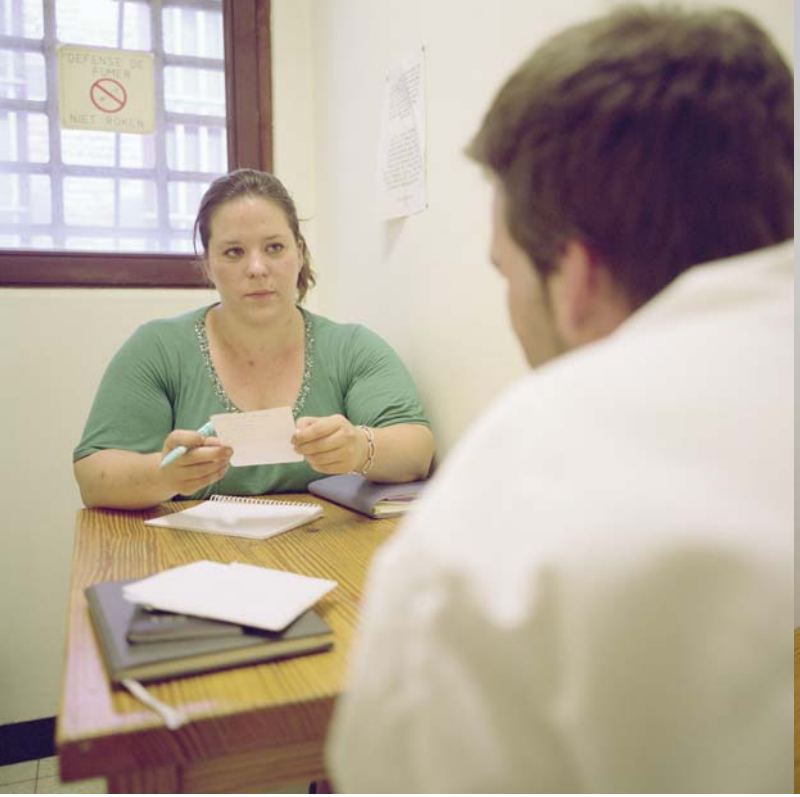
Sociale hulpverlening: deugddoende gebaren

Gedurende enkele maanden, enkele jaren gaat het ritme van de tijd veranderen. Vertragen, maar niet stilstaan. En het leven gaat verder, in de gevangenis en daarbuiten.

Men moet volhouden. Voor zichzelf. Voor zijn omgeving. Men moet een nieuwe, harde en brutale realiteit onder ogen zien.

De bepalingen van het reglement en de instructies van de bewakers aanvaarden. De administratieve rompslomp trotseren. Volhouden, trotseren,... maar niet alleen. Professionele hulpverleners helpen u, indien u hierom vraagt, tijdens uw verblijf in de gevangenis, zodra u aankomt tot u ze weer verlaat. Ze trachten problemen op te lossen en een antwoord te geven op de talrijke vragen met betrekking tot het dagelijks leven in de gevangenis.

Concreet kan de externe maatschappelijk assistent in een eerste fase **binnen de gevangenismuren:**





- luisteren naar u en u inlichten over het leven in de gevangenis, over uw rechten en plichten
- u indien nodig naar een gespecialiseerde dienst (hulp voor drugsverslaafden, relaties tussen kinderen en ouders in de gevangenis in stand houden, opleiding, zoeken naar werk) doorverwijzen
- u nuttige informatie geven over de lopende gerechtelijke procedure
- u helpen bij het behoud van bepaalde rechten (ziekenkas, werkloosheid)
- indien u dit nodig acht, als contactpersoon optreden tussen de gevangenisdiensten, uw advocaat, uw familie en uw omgeving
- uw familie helpen bij administratieve stappen (zoals het behoud van kinderbijslag), indien nodig problemen oplossen (b.v. een beroep doen op de schuldbemiddelingsdienst)

en vervolgens, **naarmate de vrijlating dichterbij komt:**

- u ondersteunen bij uw stappen om in aanmerking te komen voor elektronisch toezicht of beperkte hechtenis
- u helpen met uw aanvragen bij opvanghuizen of opleidingscentra
- u bijstaan bij het opstellen van een reclasseringsplan
- u helpen tijdens uw zoektocht naar een woning, een baan, een opleiding

8 maart:

internationale vrouwendag

Op 8 maart 1917, tijdens de Eerste Wereldoorlog, hebben Russische vrouwen gemanifesteerd vóór de soldaten van tsaar Nicolaas II om brood en de terugkeer van hun echtgenoten, zonen, broers en vaders uit de loopgraven te eisen. Deze datum betekent het begin van de Russische Revolutie. Sinds 1977 wordt op deze dag ook de Internationale vrouwendag georganiseerd.

Vrouwen hebben al te vaak te lijden onder mannelijk geweld. Gedwongen huwelijken, aanrandingen, slagen en verwondingen, ongewenste intimiteiten, lagere lonen, geen toegang tot machtsfuncties,...

Al meer dan 30 jaar wil de Internationale vrouwendag wijzen op de ongelijkheden waarmee zowel jonge meisjes, echtgenotes als moeders te kampen hebben.



"Sinds er vrouwelijke bewakers zijn, is het uitzicht van de gevangenis veranderd. Ze zijn socialer, tonen meer begrip en zijn menselijker."

WOORDEN VAN
EEN GEDETINEERDE

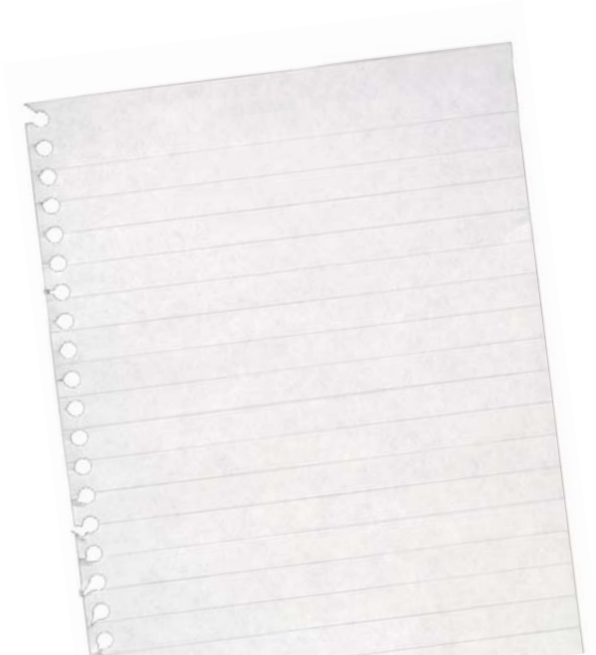
3 maart

march

mars

marzo

1
2
3
4
5
6 *Nationale Feestdag vanGhana*
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20 *Nationale Feestdag van Tunesië*
21 *Lente*
22
23 *Nationale Feestdag van Pakistan*
24
25
26
27
28
29
30
31







Psychologische hulpverlening: reddende woorden

De gevangenis doet pijn. Iedereen wordt er geconfronteerd met duisternis. Angsten worden er aangewakkerd. Er ontstaat een gevoel van benauwdheid.

Elke gedetineerde wordt er overmand door sombere gevoelens. Beroofd van de vrijheid, zijn goede naam verloren, uitgesloten,...

Iedereen – beklaagde of veroordeelde – wordt er geconfronteerd met de realiteit van het gevangeniswezen. En iedereen gaat daarmee op zijn eigen manier om.

Met woede. Met tranen. In stilte. De psychologische hulpverlening biedt de mogelijkheid om erover te praten.

Gedetineerden praten. Ze vertellen hun verhaal. Hoe en waarom ze tussen vier muren terechtgekomen zijn. Ze denken aan wat ze wilden worden. Ze leggen uit wat ze gaan doen zodra ze de gevangenis hebben





verlaten. De psychologen luisteren en proberen zin te geven aan deze woorden.

Concreet kan de psycholoog u helpen

- om de bijzondere situatie waarin u zich bevindt en de verschillende gevoelens en emoties die deze situatie bij u oproept onder woorden te brengen
- om u tijdens de hechtenis-periode te begeleiden bij deze veranderende gevoelens
- om in alle neutraliteit en vertrouwelijkheid te praten over intieme onderwerpen en problemen
- om dankzij deze gesprekken en overpeinzingen vol te houden
- om om te gaan met elke vorm van geweld tegenover anderen of uzelf
- om een toekomst op te bouwen

en hij helpt **uw omgeving, ouders of kinderen**

- om om te gaan met uw gevangenschap door naar hen te luisteren en hen te begeleiden in momenten van angst en wanhoop
- om uw terugkeer binnen het gezin voor te bereiden

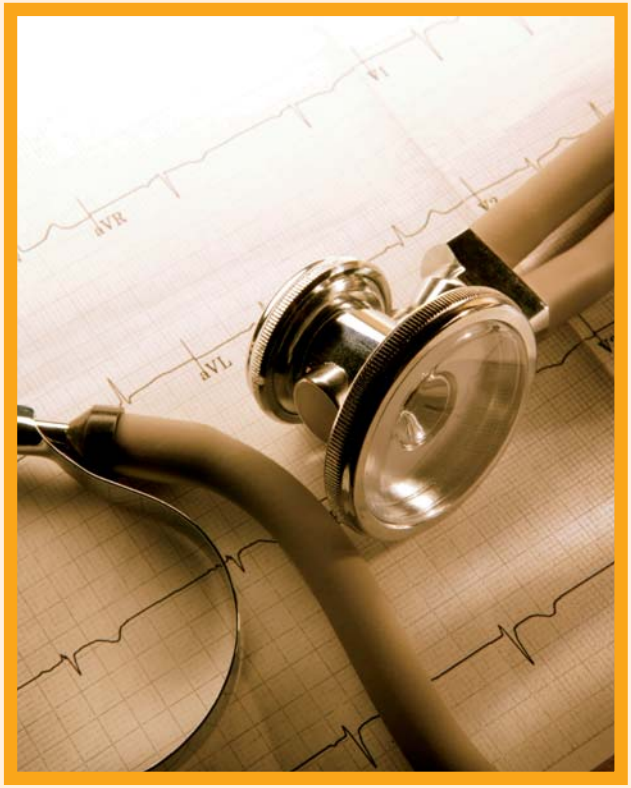
De psychologen bieden u een professioneel, onafhankelijk luisterend oor met inachtneming van het beroepsgeheim.

7 april:
wereldgezondheidsdag

Elk jaar worden naar aanleiding van de Wereldgezondheidsdag op 7 april wereldwijd duizenden manifestaties georganiseerd om te benadrukken hoe belangrijk gezondheid, dit betekent een toestand van volledig lichamelijk, geestelijk en sociaal welzijn, wel is.

De belangrijkste doelstellingen blijven het terugdringen van de kindersterfte, het verbeteren van de gezondheid, het bestrijden van aids, seksueel overdraagbare aandoeningen (soa's), tuberculose en vele andere ziekten.

Toegang tot gezondheidszorg is evenmin voor iedereen een realiteit. Verzorging kost geld en dit kan ertoe leiden dat de zieke en/of zijn familie aanzienlijke financiële problemen krijgen.



"In de cel is verveling je grootste vijand. Alleen op de binnenplaats heb je de mogelijkheid om te bewegen! Je donkere gedachten beginnen te overheersen en al zeer snel hebben je moreel en je gezondheid eronder te lijden. Je geraakt afgestompt door het nietsdoen..."

WOORDEN VAN EEN GEDETINEERDE



4

avril

April

april

abril

1 *1 April* *Nationale Feestdag van Iran*

2

3

4 *Nationale Feestdag van Senegal*

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17 *Nationale Feestdag van Syrië*

18

19

20

21

22

23

24

25

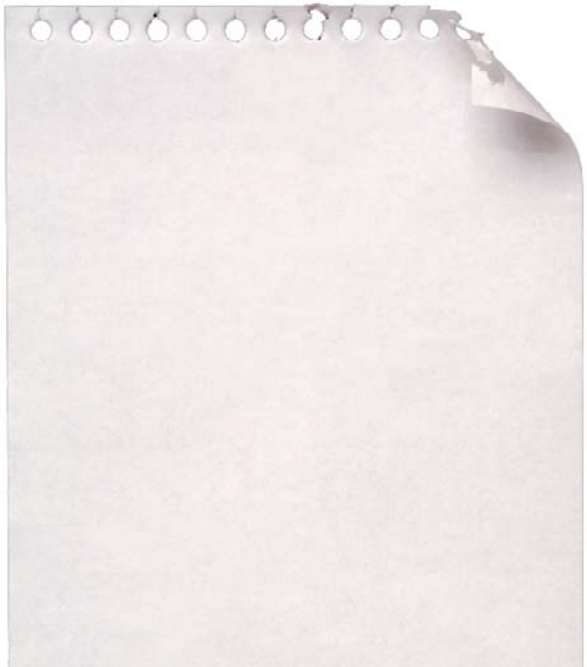
26

27 *Nationale Feestdag vanTogo*

28

29

30 *Koninginnedag in Nederland*







Menselijke ondersteuning: een klein gebaar om vrij

Niets verbiedt de gedetineerden hun verstand te gebruiken, hun gevoelens te uiten, na te denken. Het leven in de gevangenis brengt een mens in de war.

Beklaagde of veroordeelde, iedereen leeft er volgens een slaapverwekkend ritme.

Onder dergelijke omstandigheden is het een hele uitdaging om ernstig na te denken of om eenvoudige of diepere gesprekken te voeren.

Mannen en vrouwen, vrijwillige bezoekers, bezorgen diegenen die dit willen de





te blijven

ruimte om te luisteren en te praten. Zonder dieperliggende reden, zonder enig verband met het gerecht of de gevangenis stellen zij een klein gebaar dat van groot belang is voor wie vrij wil blijven.

De gevangenisbezoeker is een venster op de wereld.

Wat doet de vrijwillige gevangenisbezoeker?

- hij/zij luistert naar u met respect en zonder vooroordelen
- hij/zij bespreekt met u lichte of ernstigere onderwerpen

15 mei:
internationale dag van het gezin

In 1993 hebben de Verenigde Naties 15 mei uitgeroepen tot Internationale dag van het gezin om te wijzen op het belang van deze essentiële structuur in de samenleving.

Het is in het gezin dat, samen met de ouders, ooms en tantes, de belangrijkste levenslessen aan het kind worden overgedragen. Hoe men zich moet gedragen, wat men wel of niet mag zeggen, wat men wel of niet mag doen.

Het is binnen deze kleine gemeenschap, binnen deze kleine wereld, dat kinderen worden gevormd, leren omgaan met hun verdriet en woede, hun vreugde leren uiten, leren wat verdraagzaamheid en solidariteit is.



Het gezin speelt een belangrijke rol in de ontwikkeling van de samenleving en de burgers.

"In de gevangenis heb je enkel nog je familie en je vrienden. Een bezoek is als een zuurstofballon waardoor je weer wat adem krijgt. Zonder bezoek is alles om zeep!"

WOORDEN VAN
EEN GEDETINEERDE



5 mei

may

mai

mayo

1 *Dag van de Arbeid*
2
3 *Nationale Feestdag van Polen*
4
5
6
7
8 *Einde van de Tweede Wereldoorlog*
9
10
11
12
13
14 *Nationale Feestdag van Israël*
15
16
17 *Nationale Feestdag van Noorwegen*
18
19
20 *Nationale Feestdag van Kameroen*
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31







Banden met de familie

Elk bezoek herinnert aan de pijn van de opsluiting en de afzondering. Voor wie niets of bijna niets anders meer heeft, betekenen de lach van een vader, de blikken van een levensgezel, de tekenen van tederheid van een kind nieuwe moed.

Al deze kleine banden, deze dunne draden worden verweven tot een belangrijk weefsel: de onmiddellijke omgeving.

Familie en vrienden, eveneens in shock. Ook zij worden getroffen door de opsluiting. Ook zij worden gestraft.

Ze zijn vrij, maar een dierbare, een vriend, een geliefde, een





vader, een zoon is hen ontnomen. Wie zich niet kan vastklampen aan deze banden, ondergaat nog een bijkomende straf.

De maatschappelijk assistenten en psychologen van de externe hulpdiensten

- bieden uw omgeving sociale en psychologische hulp indien zij dit wensen.

Tijdens de **"gezinsonthaal-permanenties"** die de externe diensten in bepaalde gevangenissen organiseren,

- informeren deze beroeps-krachten de gezinnen over de gevangenisomstandig-heden, de uurroosters en de bezoekregeling
- kunnen zij hen helpen bij problemen
- leveren zij allerhande inlichtingen

26 juni:

internationale dag tegen het misbruik van en de illegale handel in verdovende middelen

Deze dag is gewijd aan de bewustmaking van de wereld voor de gevaren van drugs. De Verenigde Naties dringen er bij alle landen op aan om samen te werken om drugs uit de samenleving te bannen.

Drugsverslavingen zijn geen individueel probleem maar raken ook de sociale omgeving van de verslaafde en de samenleving. Ze hebben ook gevolgen voor de plaatselijke economie van landen waar drugs worden geproduceerd aangezien ze landbouwers verplichten hun traditionele oogst (graan, groenten en fruit) om te ruilen voor meer winstgevende gewassen: cannabis, papaver, coca, enz.

Het is algemeen geweten dat drugs en verslavingen nadelige gevolgen hebben voor de lichamelijke en geestelijke gezondheid van de gebruikers, die soms leiden tot een overdosis. Meer dan 200 miljoen mensen ter wereld lopen dit risico.



"Drugs en geneesmiddelen dienen als oplossing voor negatieve gedachten, maar uiteindelijk zijn het slechts geesten die door de gang spoken."

WOORDEN VAN
EEN GEDETINEERDE

6 juni june juin junio

1
2 *Nationale Feestdag van Italië*
3
4
5 *Nationale Feestdag van Denemarken*
6 *Nationale Feestdag van Zweden*
7
8
9
10 *Nationale Feestdag van Portugal*
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21 *Zomer* *Dag van de Muziek*

22
23 *Nationale Feestdag van Luxemburg*
24
25 *Nationale Feestdag van Kroatië*
26
27
28
29
30 *Nationale Feestdag van D.R. Congo*







Juridische informatie: wegwijs in de doolhof

Voor velen onder ons lijkt het gerechtelijke parcours op een doolhof.
Er blijven heel wat vragen.

De externe diensten kunnen u in zekere mate helpen hierop een antwoord te vinden.

Concreet kunnen de hulpdiensten

- optreden als tussenpersoon met uw advocaat





- u de verschillende fasen van de lopende procedure uitleggen
- u begeleiden bij de voorbereiding van uw verschijning voor de strafuitvoeringsrechtbank
- u in contact brengen met gespecialiseerde diensten (schulden, huur, verblijfsstatuut,...)
- uw omgeving helpen met administratieve problemen waarmee zij te maken krijgt tijdens uw gevangenschap

29 juli:

internationale dag voor socioculturele diversiteit en de strijd tegen discriminatie



Met deze internationale dag streven de Verenigde Naties naar betere menselijke relaties waarbij iedereen zich ertoe verbindt de culturen, talen, geloofsovertuigingen van zijn vrienden, naaste of verre buren te eerbiedigen.

Culturele diversiteit erkennen betekent ook discriminatie verwerpen.

De ander aanvaarden omdat hij de moeite loont. En omdat we allemaal iemands medemens zijn...

"In de gevangenis ben ik van boeken beginnen houden. Lezen is een toegestane manier van ontsnappen. Lezen is tevens een goede manier om kennis te maken met het leven van anderen."

WOORDEN VAN EEN GEDETINEERDE

7 juli

july

juillet

julio

1
2
3
4 Nationale Feestdag van de Verenigde Staten
5 Nationale Feestdag van Algerije
6
7
8
9
10
11 Feest van de Vlaamse Gemeenschap
12
13
14 Nationale Feestdag van Frankrijk
15
16
17
18
19
20
21 Nationale Feestdag van België
22
23 Nationale Feestdag van Egypte
24
25
26
27
28
29
30 Nationale Feestdag van Marokko
31







Opleiding en tewerkstelling: de gevangenis verlaten

"Zich geestelijk verrijken om vol te houden", zegt een gedetineerde! Gemakkelijk gezegd, maar verrijken waarmee? Er is een gebrek aan werk in de gevangenis: veel kandidaten en weinig uitverkorenen. En het werk dat er is, is vaak weinig verrijkend.





met een zekere bagage

Er zijn andere manieren om uw tijd in de gevangenis zinvol te besteden en om het leven na de gevangenis voor te bereiden.

Met name opleidingen: alfabetiseringslessen volgen om te kunnen lezen en schrijven, Frans of Nederlands leren, informatica, een managementopleiding om zelfstandige te worden,...

En zelfs cursussen via correspondentie om een diploma te behalen.

De externe hulpdiensten kunnen

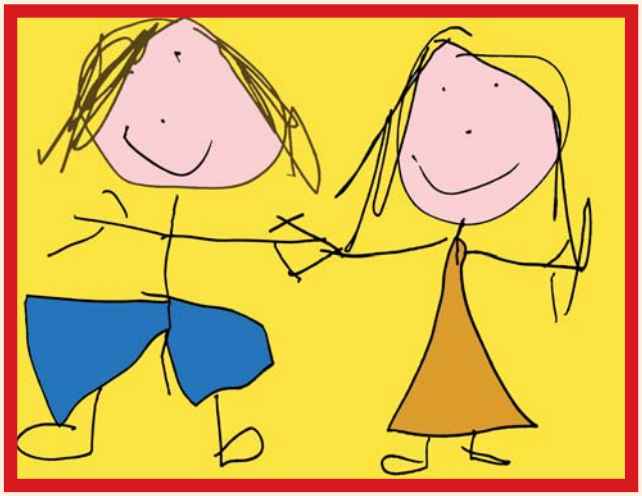
- u informeren over de lessen en opleidingen die in uw instelling worden gegeven
- u informeren over de cursusmogelijkheden via correspondentie

12 augustus:
internationale dag van de jeugd

Door 12 augustus uit te roepen tot Internationale dag van de jeugd willen de VN de landen en alle internationale organisaties aanzetten om bijzondere aandacht te schenken aan jongeren tussen 15 en 24 jaar. Ze vertegenwoordigen een zesde van de wereldbevolking en de meesten onder hen leven in ontwikkelingslanden

Deze bijzondere aandacht moet concreet worden vertaald in beleidsvormen of acties op het vlak van onderwijs, tewerkstelling, de strijd tegen armoede en ondervoeding, gezondheid, drugsverslaving, delinquentie. Maar ook inzake de bescherming van meisjes en jonge vrouwen of de deelname van jongeren aan het maatschappelijk leven en de besluitvorming.

Er dient op alle vlakken nog een lange weg te worden afgelegd,... Maar door te verklaren dat de jeugd de toekomst van de mensheid is, bevestigen de Verenigde Naties nogmaals dat elke samenleving de jeugd nodig heeft en dat ze er alles aan moet doen opdat jongeren gelukkig, ontwikkeld, verantwoordelijk en actief zouden zijn.



"Ik wil mij richten tot de jongeren in de buitenwijken. De jeugd denkt: « de gevangenis is geweldig, je doet aan krachttraining, je wordt vrijgelaten, je bent bendeleider,... ». Niet dus,... je traint er om je staande te houden. We pompen 500 keer per dag uit wanhoop, we doen een honderdtal optrekoefeningen per dag uit wanhoop. Een dag duurt zéér lang in de gevangenis, je hebt er alle tijd om records te breken. Dát moet aan de jongeren verteld worden."

WOORDEN VAN EEN GEDETINEERDE



8 Augustus

agosto août august

1 Nationale Feestdag van Zwitserland & Benin
2
3
4 Nationale Feestdag van Burkina Faso
5
6 Nationale Feestdag van Bolivia
7 Nationale Feestdag van Ivoorkust
8
9
10
11 Nationale Feestdag van Tsjaad
12
13
14
15 Maria-Hemelvaart — Nationale Feestdag van India
16
17
18
19 Nationale Feestdag van Afghanistan
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31







Socioculturele activiteiten, sport, bibliotheek:

Alle gedetineerden hebben dezelfde vijand: de tijd. Uren verstrijken zonder echt voorbij te gaan. In de gevangenis moet men zijn tijd verrijken.

De televisie neemt hier een belangrijke plaats in. Tv kijken verstrooit en ontspant maar te veel tv stompt de geest af en verdooft het lichaam.

Lezen, artistieke expressie of sport bieden u andere perspectieven.





de tijd loopt

Ondanks het feit dat een gevangene in een gesloten ruimte zit opgesloten, kan hij nog steeds zijn verbeelding gebruiken, dromen of scheppen. Bezig zijn, betekent zichzelf de middelen geven om zich beter te voelen.

De externe hulpdiensten kunnen u, naargelang het aanwezige aanbod in de gevangenis,

- informeren over de verschillende activiteiten (bibliotheek, sport, culturele activiteiten) in de gevangenis
- in contact brengen met verenigingen die voorstellingen of culturele activiteiten, creatieve workshops of tentoonstellingen met kunstwerken van gedetineerden organiseren

10 september:
wereldDAG VAN DE SUÏCIDEPREVENTIE

Om de dertig seconden treft een zelfmoord gezinnen en hele gemeenschappen. Dit betekent dat jaarlijks één miljoen mannen en vrouwen beslissen om een einde aan hun leven te maken... Drama's die de naasten treffen, die vragen oproepen, die wonden slaan die slechts moeilijk helen.

Om de publieke opinie hierop te wijzen, om haar steun aan de getroffen families te betuigen en om ervoor te zorgen dat alle landen actie ondernemen, wilde de Wereldgezondheidsorganisatie een internationale dag organiseren om zelfmoord en de preventie van zelfmoord onder de aandacht te brengen.

Het zelfmoordcijfer is met 60 % gestegen... Het lijdt geen twijfel dat onze moderne samenlevingen geen ideale begeleiding voor de meest kwetsbare individuen bieden. Een vaststelling die niemand onverschillig mag laten.



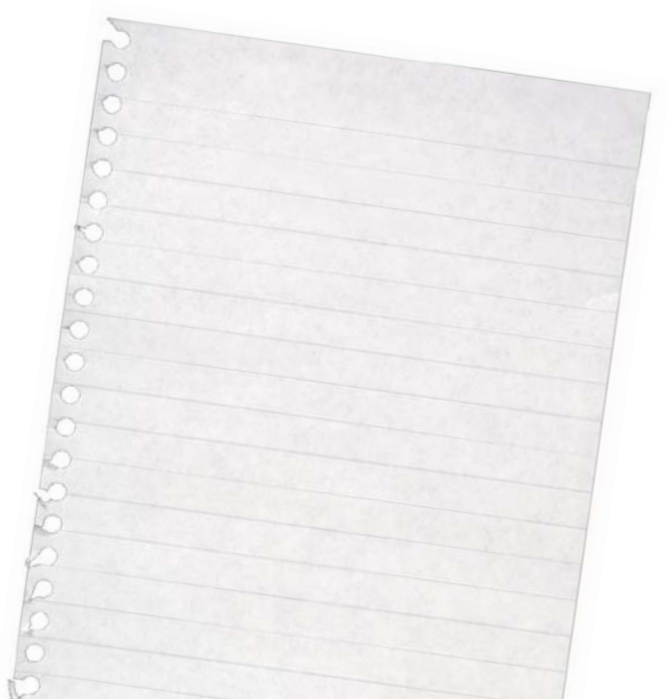
"Wanneer je bent veroordeeld tot een lange straf is de gevangenis als een kanker die je langzaam verteert. Je moet absoluut een bezigheid vinden alvorens je helemaal opgebrand bent."

WOORDEN VAN EEN GEDETINEERDE



9 september septembre septiembre september

1 *Nationale Feestdag van Libië*
2 *Nationale Feestdag van Viêt Nam*
3
4
5
6
7 *Nationale Feestdag van Brazilië*
8
9
10
11
12
13
14
15
16 *Nationale Feestdag van Mexico*
17
18
19
20
21 *Herfst*
22 *Nationale Feestdag van Mali*
23
24
25
26
27 *Feest van de Franse Gemeenschap (België)*
28
29
30







Gezondheid: luisteren naar zichzelf en zijn kwalen

De levensomstandigheden in de gevangenis verhogen de kans op ziekte. Inactiviteit en angst verzwakken het lichaam en kunnen resulteren in ernstige gezondheidsproblemen.

Zo zorgen stress en het nieuwe voedingspatroon in sommige gevallen bijvoorbeeld voor spijsverteringsproblemen.

Deze symptomen moeten niet licht worden opgevat. De diagnose en het advies van een arts zijn vaak onontbeerlijk.





begrijpen

De externe hulpdiensten kunnen

- u informeren over het aanbod van gespecialiseerde externe diensten op het vlak van gezondheidszorg
- u informeren over de te volgen procedure om een beroep te doen op een arts van buitenaf (op eigen kosten), als u dit nodig acht

Een radicale ontwenning opgelegd door de opsluiting kan leiden tot ernstige crises. **Als u verslaafd bent** aan geneesmiddelen, alcohol of verdovende middelen moet u dit dan ook melden aan de arts en aan de externe hulpdienst.

17 oktober:

Werelddag van verzet tegen armoede



Ondrinkbaar water, ondervoeding, analfabetisme, sloppenwijken, kindersterfte, ziekte en handicaps, werkloosheid, huiselijk geweld,...

Hele bevolkingsgroepen worden geconfronteerd met ellende in landen in oorlog en in bepaalde ontwikkelingslanden. Maar ook heel wat burgers in onze landen krijgen ermee te maken.

Samenwerken om armoede terug te dringen, zo luidt de oproep die de Verenigde Naties sinds 1993 elk jaar op 17 oktober lanceren.

"In de gevangenis verstrijkt de tijd niet voor iedereen even snel. Als je geld hebt en door je familie wordt gesteund, kan je inkopen doen, je een extraatje veroorloven en je dagelijks leven aanzienlijk verbeteren. Maar als je niets of niemand hebt, geen geld, geen bezoek, wordt het gevangenisleven al snel helemaal onmenselijk."

WOORDEN VAN EEN GEDETINEERDE



10 oktober

october
octobre
octubre

1 Nationale Feestdag van China
2
3 Nationale Feestdag van Duitsland
4
5
6
7
8
9
10
11
12 Nationale Feestdag van Spanje
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29 Nationale Feestdag van Turkije
30
31







Geestelijke gezondheid: noodsignalen om sterker

De gevangenis laat geen enkele gedetineerde onverschillig: eenzaamheid, schaamte, onbegrip, woede, wanhoop,...

Sommigen komen in een straatje zonder einde terecht: angst, paniek, depressie, zelfmoordneigingen, zelfbeschadigingsgedrag, onweerstaanbare drang, waanvoorstellingen.

Hoewel dergelijke aandoeningen minder zichtbaar zijn dan een bronchitis of een verzwikte enkel moeten ze toch worden beschouwd en behandeld als echte gezondheidsproblemen die het leven kunnen verpesten of de vrijlating kunnen uitstellen of verhinderen.





te worden

De hulp van een arts of een psychiater dringt zich op: hulp vragen is geen teken van zwakte, integendeel.

De externe hulpdiensten kunnen

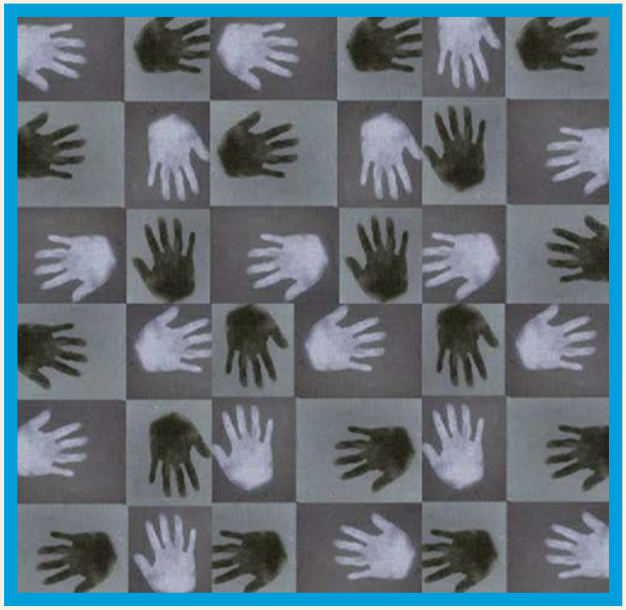
- u informeren over de te volgen procedure om hulp van een dienst voor geestelijke gezondheidszorg te krijgen
- u helpen om hulp van een psychiater te krijgen
- contact opnemen met het zorgteam als u in een psychiatrische afdeling verblijft

16 november:

internationale dag van de verdraagzaamheid

Verdraagzaamheid, begrip, inschikkelijkheid,... het is niet belangrijk hoe men het wil noemen. Wat telt, is de zin die eraan wordt gegeven: de erkenning van het recht om anders te zijn. De anderen denken, spreken, kleden zich en eten anders. Het is vaak vreemd, maar steeds interessant.

Om iedereen er elk jaar op te wijzen dat verdraagzaamheid in de wereld onmisbaar is voor de vrede, de democratie en ieders ontwikkeling, hebben de Verenigde Naties een datum gekozen: 16 november.
Met één ordewoord: alle culturen verrijken de mensheid.



"Wanneer we onze schuld hebben betaald, moeten we de gevangenis vrij kunnen verlaten, en dat is niet het geval. De gevangenis, dat is ook de blikken van de anderen. Zolang de buitenwereld een blind wantrouwen tegenover gedetineerden blijft koesteren, hebben we geen enkele kans om onze plaats in de samenleving weer in te nemen."

WOORDEN VAN EEN GEDETINEERDE



11

novembre

november

noviembre november

1 *Allerheiligen*
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11 *Wapenstilstand Eerste Wereldoorlog*
12
13
14
15 *Feest van de Duitstalige Gemeenschap (België)*
16 *Nationale Feestdag van Day*
17
18
19
20
21

22 *Nationale Feestdag van Lebanon*
23
24
25
26
27
28
29
30







Na de gevangenis: de vrijlating voorbereiden

De vrijlating: iedereen droomt ervan en iedereen is er bang voor. Na maanden of jaren achter tralies boezemt het vooruitzicht van een leven buiten de gevangenis angst in.

Vrijheid kan samengaan met verleidingen en slechte vrienden. Soms hervalt men. En bovendien, wat betekent vrijheid zonder geld, zonder werk, zonder familie of vrienden, zonder een deftig onderkomen?

De gevangenis is geen herinschakelingsmachine: men leert er niet echt initiatief te nemen of verantwoordelijkheidszin te ontwikkelen.

De vrijlating wordt minutieus voorbereid, want de maatschappij buiten de gevangenismuren is veranderd. Wanneer men deze evolutie begrijpt, heeft men de sleutels in handen om te slagen.





De externe hulpdiensten in de gevangenis kunnen

- meewerken aan het uitwerken van uw detentie- en reclasseringsplan, in overleg met gespecialiseerde diensten op het vlak van huisvesting, gezondheid, tewerkstelling, sociale zekerheid, opleiding, socioculturele activiteiten
- u helpen tijdens uw zoektocht naar een woning, een baan, een opleiding
- als tussenpersoon optreden om de overgang tussen de gevangenis en de buitenwereld zo goed mogelijk te laten verlopen

Wanneer u de gevangenis hebt verlaten, kunnen deze diensten

- helpen om weer in orde te zijn met de administratie (gemeentelijke administratie, ziekenkas, werkloosheid, OCMW,...)
- helpen bij het zoeken naar een opleiding, een baan, een woning
- psychologische hulp bieden bij problemen die verband houden met uw terugkeer in de samenleving, helpen bij het zoeken naar een nieuw familiaal en sociaal evenwicht
- uw familieleden gelijkaardige hulp aanbieden

10 december:
dag van de rechten van de mens

Deze dag is er voor iedereen, ook voor vrouwen! Op 10 december herdenkt de hele wereld de Universele Verklaring van de Rechten van de Mens. Een verklaring die werd aangenomen in 1948, in de nasleep van de Tweede Wereldoorlog.

Deze verklaring is een soort waarborg voor ieder individu. De tekst bevat de rechten die iedereen overal ter wereld moet kunnen genieten: recht op leven, vrijheid, economische en sociale bestaanszekerheid. Maar ook het recht om te reizen en een nationaliteit te bezitten, om te huwen (en om te weigeren te huwen), om een gezin te stichten. Slavernij, foltering en onterende behandeling zijn erin verboden.

De rechten van de mens zijn echter nog steeds veeleer een ideaal dan werkelijkheid. Daarom is het goed om ze ieder jaar opnieuw onder de aandacht te brengen.



"De gedetineerde wordt aan geen andere beperkingen van zijn politieke, burgerlijke, sociale, economische of culturele rechten onderworpen dan deze die uit de strafrechtelijke veroordeling of uit de vrijheidsbenemende maatregel voortvloeien."

VUITTREKSEL VAN DE "WET-DUPONT"
VAN 12 JANUARI 2005



12 december december diciembre décembre

1 Nationale Feestdag van Roemenië
2
3
4
5 Nationale Feestdag van Thailand
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18 Nationale Feestdag van Niger
19
20
21
22
23
24 Kerstavond
25 Kerstmis
26
27
28
29
30
31 Oudejaarsavond



De acht diensten voor welzijnswerk : tweetalig,

Deze algemene diensten richten zich tot beklaagden, gedetineerden, ex-gedetineerden en hun gezinnen. Ze zijn gratis en werken onafhankelijk van Justitie: de gesprekken blijven vertrouwelijk (er wordt geen enkel verslag overgemaakt aan de gevangenisautoriteiten of aan Justitie) en zijn beschermd door het beroepsgeheim.
Deze diensten komen enkel tussenbeide op vraag van de gedetineerden zelf.

DE HULP VAN DE EXTERNE DIENSTEN

☛ **Voor beklaagden die in de gevangenis arriveren**
Opvang en morele, sociale en psychologische steun zodra ze in hechtenis worden genomen, informatie over de juridische procedure, contactpunt met de meer specifieke diensten (vreemdelingen, drugsverslaafden,...)

☛ **Voor gedetineerden**
Een luisterend oor, informatie, morele, sociale en psychologische ondersteuning, juridisch advies, administratieve stappen (OCMW, ziekenkas,...), voorbereiding van de vrijlating (zoeken naar werk en opleiding,...), bemiddeling tussen de verschillende interveniënten in de gevangenis

☛ **Voor in vrijheid gestelde beklaagden en vrijgelaten veroordeelden**
Sociale begeleiding en ondersteuning tijdens de herinschakeling (opleiding, onderdak,...)

☛ **Hulp voor de omgeving**
Morele en psychosociale ondersteuning, administratieve en juridische hulp, informatie,...

Nederlandstalig of Franstalig

DE GEGEVENS

☛ NEDERLANDSTALIGE DIENST

Justitieel Welzijnswerk (JWW)
Groot Eiland 84
1000 Brussel
02 502 66 00

☛ FRANSTALIGE DIENSTEN

Autrement (Bis) asbl
Waterloosesteenweg 41
1060 Brussel
02 534 28 44

SLAJ-V asbl
Ducpétiauxlaan 148
1060 Brussel
02 537 54 93

☛ TWEETALIGE DIENSTEN

APO vzw
Cansstraat 12
1050 Brussel
02 500 10 16

Dienst voor Maatschappelijke Re-integratie vzw
Goedheidstraat 4A bus 6
1000 Brussel
02 511 77 05

Service d'Action sociale bruxellois (SASB) vzw
Marsveldstraat 5
1050 Brussel
02 274 15 56

Stichting voor morele bijstand aan gevangenen
Stalingradlaan 54
1000 Brussel
02 537 59 28

Werk voor sociale wederaanpassing vzw
Anspachlaan 41
1000 Brussel
02 209 34 00

Om de medewerkers van een van deze externe hulpdiensten te contacteren, dient een rapportbriefje te worden opgesteld.

Voor meer informatie kunt u tevens terecht bij de PSD van de gevangenis.



Een publicatie van APO vzw, Autrement (Bis) asbl,
Dienst voor Maatschappelijke Re-integratie vzw, Justitieel Welzijnswerk,
Service d'Action sociale bruxellois vzw, SLAJ-V asbl,
Stichting voor morele bijstand aan gevangenen en
van Werk voor sociale wederaanpassing vzw

Met steun van

Vlaamse overheid

COMMUNAUTÉ FRANÇAISE DE BELGIQUE



Een publicatie van APO vzw, Autrement (Bis) asbl,
Dienst voor Maatschappelijke Re-integratie vzw, Justitieel Welzijnswerk,
Service d'Action sociale bruxellois vzw, SLAJ-V asbl,
Stichting voor morele bijstand aan gevangenen en
van Werk voor sociale wederaanpassing vzw

Met steun van