



Nacht in de bak

Sluit je op voor herstel van een ander. Doe ook mee!



Laat je sponsoren per uur of nacht dat je opgesloten zit!

Wil je ervaren hoe het voelt om opgesloten te zitten? Maak van je eigen lokaal of een andere ruimte een cel. En laat je sponsoren per uur of nacht dat je het volhoudt om in de cel te zitten!

Zo doe je dat:

Bouw een (vergader)ruimte om tot cel. Kies een aantal gevangenen en een aantal bewakers uit. Maak samen een lijst met regels waaraan de gevangenen zich moeten houden.

Denk aan regels als:

- Toestemming vragen om naar het toilet te gaan.
- Geen eten en drinken in de cel, dat wordt gegeven door de bewakers.
- Een uur je mond houden.
- Geen mobiel of computer mee.

Nodig ook een ex-gevangene uit:

Maak een mooi programma, met een ex-gevangene die komt vertellen hoe het in de gevangenis is. En denk aan spellen als lasergamen of een escaperoom.

Doe ook mee! Jouw actie helpt een gevangene op weg naar een nieuw leven!

Meld je aan via actievoorgevangenen.nl. Daar vind je uitgebreide informatie. Heb je meer vragen? Mail naar Marianne: m.bruning@gevangenezorg.nl.