

# Guide til varetægtsfængsling

## Hvad er varetægtsfængsling?

At være varetægtsfængslet adskiller sig fra at afsone, selvom det føles som en straf. Du afsoner når du har fået din dom, og du er varetægtsfængslet, når du venter på din dom. Varetægten bliver dog trukket fra den dom, du eventuelt senere kommer til at afsone, så man kan sige, at den tid du bruger i varetægt ikke er helt spildt, hvis du bliver dømt skyldig – du tager bare forskud på sorgerne. Varetægt er det samme som at sidde i lukket fængsel. Når du bliver idømt varetægt, er en ting sikkert; dit liv bliver vendt fuldstændigt på hovedet. Alt, hvad du holder af, er vant til eller har lyst til, bliver taget fra dig og nægtet dig. I din tid i fængslet vil dine behov og lyster kun blive opfyldt, når (og i de mængder) det passer fængselsystemet. Du bliver frataget dit initiativ, din spontanitet og din bevægelsesfrihed. Systemet vil gøre hvad der står i dets magt for tilpasse og ændre dig, så du passer ind i deres rutiner. De vil prøve at ændre din døgnrytme, tilpasse din appetit, bestemme hvornår du skal stå op, og hvornår du må gå på toilettet. I deres øjne er du ikke et menneske, men en fange, en skyldig.

Husk at du ikke er dømt endnu! Selv hvis du regner med at blive det, er der ingen grund til at indrømme, hvis du har gjort noget. Politiet kommer sandsynligvis til at prøve at få dig til at snakke - men lad være! Uanset hvad de siger, hjælper det dig ikke. Der er ingen grund til at hjælpe politiet, og i det danske retssystem er det ikke strafbart at lyve eller undlade at fortælle sandheden. Hvis du har brug for at tale om din sag, så snak kun med din forsvarer.

## Det praktiske

Telefon:

Vagterne har en telefon, som du kan ringe fra. Optimalt skal du have lov til at sidde alene i din celle og ringe, mens vagten venter udenfor, men de kan finde på at overhøre din samtale. Som udgangspunkt burde du få mulighed for at ringe hver anden uge, men spørg hver 3. dag om muligheden – især hvis de skifter vagt tit! Læg vægt på at du har en stor omgangskreds og en familie/venner, der støtter meget. I forhold til at ringe, så er det suverænt op til den enkelte vagt at give dig lov til at ringe, og det kommer helt an på deres humør og forhold til dig.

Kiosk:

I kiosken kan du købe smøger/tobak, frimærker og forskellige madvarer og slik/sodavand og hygiejneartikler. Maden i fængslet er klam og meget ensformig — og så er det systemet der vælger menuen! Det kan derfor være rart at købe ekstra mad og luksus ting (f.eks. ekstra mælk/sukker til kaffen). Det er ikke så tit, man oplever luksus i fængslet, så brug dine chancer. Maden kan opbevares i kølebokse, der burde stå i din celle (ellers bed om en). Ved måltiderne kan kølelementerne udskiftes (vagterne har dem på vognene). Hver kiosk har sine egne systemer – typisk har man mulighed for at besøge kiosken to gange om ugen — så lær at planlægge hvad du skal bruge og husk på, at weekenden ofte føles længere.

## Besøg

Du skal selv sende besøgstilladelser til dem, du ønsker besøg fra. Du beder vagterne om at få en seddel, og så skal du skrive navn og adresse på dem, du gerne vil have besøg af. Inden du skal til besøg er det en god idé at skrive ned, hvis der er noget vigtigt, du vil sige eller bede om, så du ikke glemmer det.

Når dine gæster går igen, skal de bestille en ny tid med det samme (især hvis det er de samme der besøger dig!). Og det er bedst, hvis du selv styrer, hvem du vil have besøg af og ikke dine venner udenfor.

At få besøg i fængslet er noget af det bedste, man oplever, men også noget af det værste. Det er (oftest) så dejligt at se sin familie/venner/kæreste, at man glemmer både tid og sted, men når man skal sige farvel og ikke må komme med ud igen, så er det rigtigt trist. Man kommer som oftest tilbage alene til sin celle bagefter, og det er en trist fornemmelse. Men, besøg hjælper! Det er essentielt at vide at man er afholdt, savnet og elsket, selvom man sidder i fængsel og har bragt "skam" over familien/sine nærmeste.

### **Skole/arbejde**

Selvom du bliver tvunget til det kedeligste arbejde for en ussel løn, kan det være en ok måde at holde sig igang. I nogle tilfælde kan det også være en måde at få fællesskab med de andre fængslede. Hvis du er studerende, har du ret til at få dine skolebøger sendt ind. Du kan også låne bøger fra fængselsbiblioteket.

### **Socialt samvær**

De andre fanger kan virke skræmmende i begyndelsen. Men prøv alligevel at tale med nogen på gårdturen og aftal fællesskab med dem. Det er vigtigt ikke at isolere sig mere end højst nødvendigt.

Vagterne er som udgangspunkt ikke på din side, men nogle er værre end andre. Selvom de ikke er dine venner, kan det være en god idé at tale pænt til dem, for så er der større chance for, at de giver dig de ting, du har ret til.

Fængselspræster er generelt flinke og gode at tale med, selvom man ikke er religiøs.

### **Din advokat**

Brug din advokat/forsvarer så meget som muligt. Hvis du har fået en beskikket forsvarer, kan det være en god idé at bede om en ny. ABC København anbefaler Hanne Reumert, Marc Jørgensen eller Amalie Starch (særligt hvis du er mindreårig). Bed din forsvarer om at komme på besøg og hjælpe dig med f.eks. kontakt til dine venner.

### **Fristforlængelser**

Hver fjerde uge skal du til såkaldt fristforlængelse, hvor dommeren kan beslutte at forlænge din fængsling med fire uger mere. Oftest foregår det over telelink, hvor du er for retten via video fra arresten. Måske er dine pårørende i retslokalet og kan se dig på video, men kameraet er oftest vendt væk fra dem. Oftest er det til en fristforlængelse, du bliver løsladt, men du risikerer at sidde fængslet frem til din retssag.

### **Skriv breve**

Fængslet skal stille papir, kuglepenne og konvolutter til rådighed for dig og spørg altid om nyt lidt før du løber tør. Frimærker skal du selv købe i kiosken, eller de kan sendes til dig (selvom det ikke er tilladt, så lad folk sende nogen med). Hvis du har besøgs- og brevkontrol, så læs politiet med, og de klipper i breve både til og fra dig, hvis sagen er omtalt.

### **Hold ud!**

Du kommer ud igen! Forsøg at holde dig selv oppe — oprethold så vidt muligt dine interesser og din identitet. Lav tegninger, skriv politiske tekster, læs, styrketræn (ABC kan give dit et program). Få venner eller familie til at indlevere ting, der betyder noget for dig.

Husk også, at selv hvis du ender med at blive dømt, så er det den værste del, du gennemgår nu. Der er langt bedre forhold i de åbne fængsler, som de fleste afsoner i.

Hvis du har spørgsmål eller har brug for noget, kan du altid kontakte ABC København via brev eller telefon. Vi hører også meget gerne fra dig, hvis du har rettelser til denne guide.