



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΗ
ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ
ΑΝΤΕΓΚΛΗΜΑΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ**

**ΟΔΗΓΟΣ
ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ
ΚΑΙ
ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΩΝ
ΚΡΑΤΟΥΜΕΝΩΝ**

ΑΘΗΝΑ, 2025

Περιεχόμενα

Μήνυμα του Γενικού Γραμματέα Αντεγκληματικής Πολιτικής.....	4
☐ Εισαγωγή - Καλωσόρισμα	5
Άδειες	5
Αλληλογραφία.....	5
Αναφορά στις Αρχές και διατύπωση παραπόνων	6
Αντικείμενα απαγορευμένα.....	6
Αντικείμενα επιτρεπόμενα.....	7
Απόλυση υπό όρο.....	7
Αποφυλάκιση (προετοιμασία)	8
Ασφάλεια και σωματική ακεραιότητα	8
Βοήθεια (νομική).....	8
«Βραχιολάκι» (πρώρη απόλυση με ηλεκτρονική επιτήρηση)	9
Δυνατότητες μόλις μπεις στο Σωφρονιστικό Κατάστημα.....	9
Εισαγγελική εποπτεία	9
Εκλογικό δικαίωμα	9
Εκπαίδευση	10
Έκτιση ποινής	10
Έκτιση ποινής κατ' οίκον (στην κατοικία σου).....	10
Ενημέρωση, ψυχαγωγία, άθληση	11
Επισκέψεις.....	11
Εργασία	12
Ευεργετικός υπολογισμός.....	12
Θεραπεία, απεξάρτηση (από ναρκωτικά).....	12
Θρησκευτική ελευθερία.....	13
Κεντρική Επιτροπή Μεταγωγών (Κ.Ε.Μ.).....	13
Μείωση διάρκειας κράτησης (περιπτώσεις)	13
Μεροκάματα (βλ. ευεργετικό υπολογισμό)	14
Μεταφορά.....	14
Πειθαρχικός έλεγχος	14
Πειθαρχικά παραπτώματα και πειθαρχικές ποινές.....	14
Πειθαρχικό Συμβούλιο	15
Ρούχα.....	15
Συμβούλιο Εργασίας Κρατουμένων	16

Συμβούλιο Φυλακής.....	16
Τηλεφωνική επικοινωνία	16
Υγεία	16
Υγιεινή, καθαριότητα	17
Υποχρεώσεις.....	17
Φαγητό	18
Ωράριο επισκέψεων.....	18
Ωρολόγιο πρόγραμμα	19

Μήνυμα του Γενικού Γραμματέα Αντεγκληματικής Πολιτικής

Αγαπητές και αγαπητοί κρατούμενοι,

Η Πολιτεία οφείλει να διασφαλίζει ότι, παρά τον περιορισμό της ελευθερίας, κάθε άνθρωπος που βρίσκεται μέσα σε ένα σωφρονιστικό κατάστημα αντιμετωπίζεται με αξιοπρέπεια, σεβασμό και ίσες ευκαιρίες για επανένταξη.

Ο παρών Οδηγός Δικαιωμάτων και Υποχρεώσεων δημιουργήθηκε για να σας προσφέρει σαφή και πρακτική ενημέρωση σχετικά με όσα δικαιούστε και όσα οφείλετε να τηρείτε κατά τη διάρκεια της κράτησής σας.

Η γνώση των δικαιωμάτων και των υποχρεώσεών σας δεν είναι μόνο ένα εργαλείο προστασίας· είναι και ένα βήμα προς τη συνειδητή συμμετοχή στη ζωή του καταστήματος, στη δίκαιη μεταχείριση όλων και, τελικά, στην προσωπική εξέλιξη και προετοιμασία για την ομαλή επιστροφή στην κοινωνία.

Η Αντεγκληματική Πολιτική που εφαρμόζουμε στηρίζεται στις αρχές της νομιμότητας, της ανθρωπιάς και της κοινωνικής επανένταξης. Η Πολιτεία δεν παραιτείται από το χρέος της απέναντι σε κανέναν πολίτη, ακόμη κι αν αυτός έχει διαπράξει λάθη. Αντιθέτως, επενδύουμε στην εκπαίδευση, την εργασία, την ψυχική υγεία και την κοινωνική υποστήριξη, ώστε η περίοδος της κράτησης να αποτελέσει ευκαιρία για ένα νέο ξεκίνημα.

Σας καλώ να αξιοποιήσετε τον οδηγό αυτό, να διεκδικείτε θεσμικά όσα δικαιούστε και να συμβάλλετε, με σεβασμό και υπευθυνότητα, σε ένα σωφρονιστικό περιβάλλον που προάγει τη συνεργασία και την αξιοπρέπεια όλων.

Με εκτίμηση,
Αρίστος Περρής,
Γενικός Γραμματέας Αντεγκληματικής Πολιτικής
Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη

📖 Εισαγωγή - Καλωσόρισμα

Αυτός ο οδηγός έχει δημιουργηθεί για να σας ενημερώσει για τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις σας κατά τη διάρκεια της κράτησης. Η γνώση τους σας βοηθά να προστατεύσετε την αξιοπρέπειά σας και να κατανοήσετε καλύτερα τον τρόπο λειτουργίας του σωφρονιστικού καταστήματος.

Στον οδηγό θα βρείτε πρακτικές πληροφορίες για ό,τι δικαιούστε, τις υποχρεώσεις σας, καθώς και τους τρόπους που μπορείτε να ζητήσετε βοήθεια ή να ενημερωθείτε για θέματα που σας αφορούν.

Η Γενική Γραμματεία Αντεγκληματικής Πολιτικής στοχεύει σε ένα περιβάλλον κράτησης που σέβεται τη νομιμότητα, την ανθρώπινη αξιοπρέπεια και την ασφάλεια όλων. Ο οδηγός αυτός είναι ένα εργαλείο για να διευκολύνει την ενημέρωσή σας και τη συνεργασία με τις αρχές.

Άδειες

Έχεις δικαίωμα να ζητήσεις, εάν έχεις τις νόμιμες προϋποθέσεις:

- **Τακτική άδεια:** Από 1 έως 6 ημέρες για σταδιακή επανένταξη, που μπορεί να αυξηθεί έως 7 ημέρες μετά τα 3/5 της ποινής ή τα 14 έτη σε ισόβια. Νέα άδεια ζητείται μετά από δύο μήνες. Μέγιστο 42 ημέρες ετησίως. Απόφαση παίρνει το Πειθαρχικό Συμβούλιο. Αν απορριφθεί δύο φορές, μπορείς να προσφύγεις στο Δικαστήριο Εκτέλεσης Ποινών μέσα σε δέκα (10) ημέρες.
- **Έκτακτη άδεια:** Χορηγείται από τον εισαγγελέα επόπτη για έως 24 ώρες, με ή χωρίς συνοδεία, για οικογενειακές, επαγγελματικές ή άλλες απρόβλεπτες ανάγκες. Μπορεί να χορηγηθεί και προσωπικά από τον Διευθυντή, για κηδεία ή κρίσιμες καταστάσεις υγείας συγγενούς μέχρι δευτέρου βαθμού, ενημερώνοντας τον εισαγγελέα επόπτη.
- **Εκπαιδευτική άδεια** για τη φοίτησή σου σε σχολή οποιασδήποτε βαθμίδας εκπαίδευσης με τους όρους που προβλέπονται στο νόμο. Η εκπαιδευτική άδεια χορηγείται από το Πειθαρχικό Συμβούλιο (δες παρακάτω Πειθαρχικό Συμβούλιο).

Αλληλογραφία

Έχεις δικαίωμα:

- Να στέλνεις και να λαμβάνεις γράμματα χωρίς περιορισμό και έγκαιρα μέσω της υπηρεσίας διά του γραμματοκιβωτίου των ΕΛΤΑ. Άδεια από το Συμβούλιο Φυλακής (δες παρακάτω Συμβούλιο Φυλακής) χρειάζεσαι μόνο για να αλληλογραφείς με άλλον κρατούμενο.
- Να ζητήσεις από την Κοινωνική Υπηρεσία να καλύψει τη δαπάνη της αλληλογραφίας σου, εάν είσαι άπορος.
- Το απόρρητο της επικοινωνίας σου προστατεύεται. Ο έλεγχος του περιεχομένου της μπορεί να γίνει για λόγους ασφάλειας ή διακρίβωσης ιδιαίτερα σοβαρών εγκλημάτων από τις αρμόδιες αρχές.

Αναφορά στις Αρχές και διατύπωση παραπόνων

Έχεις δικαίωμα:

- Να ζητήσεις γραπτά ακρόαση από τον εισαγγελέα επόπτη, τον διευθυντή ή τους προϊσταμένους των τμημάτων, καθώς και από το επιστημονικό προσωπικό (ψυχολόγο, κοινωνιολόγο, κοινωνικό λειτουργό).
- Να αναφερθείς γραπτά στο Συμβούλιο Φυλακής σε περίπτωση παράνομης ενέργειας σε βάρος σου ή παράνομης εντολής του προσωπικού (δες παρακάτω Συμβούλιο Φυλακής). Αν το Συμβούλιο Φυλακής απορρίψει το αίτημά σου, μπορείς μέσα σε 15 ημέρες από τότε που θα σου ανακοινώσουν την απόφαση ή, αν δεν σου απαντήσουν, μέσα σε ένα μήνα από την υποβολή της αναφοράς σου να προσφύγεις με υπόμνημα στο τοπικό Συμβούλιο Πλημμελειοδικών.
- Να προσφύγεις στον εισαγγελέα επόπτη, εάν υπάρξουν εμπόδια στο επισκεπτήριό σου, στην τηλεφωνική ή άλλη επικοινωνία σου και για οποιοδήποτε άλλο θέμα αφορά τη δίκαιη μεταχείρισή σου και την προστασία σου.
- Να στέλνεις αναφορές ή επιστολές σε εθνικούς φορείς, όπως στον Συνήγορο του Πολίτη ή σε διεθνείς οργανισμούς. Οι επιστολές πρέπει να διαβιβάζονται άμεσα από τη διεύθυνση του καταστήματος, χωρίς να ελέγχεται το περιεχόμενό τους.
- Να προσφύγεις στο Δικαστήριο Εκτέλεσης Ποινών, αν οι συνθήκες κράτησης προσβάλλουν την αξιοπρέπειά σου. Η προσφυγή υποβάλλεται γραπτώς στον Διευθυντή ο οποίος τη διαβιβάζει στο Δικαστήριο εντός 7 ημερών. Το Δικαστήριο αποφασίζει μέσα σε 30 ημέρες και η απόφαση εκτελείται άμεσα. Μπορεί να διατάξει αλλαγή χώρου κράτησης, ή μεταγωγή σε άλλο Σωφρονιστικό Κατάστημα και να επιδικάσει αποζημίωση από 5 έως 30 ευρώ ανά ημέρα κακής μεταχείρισης. Δικαίωμα προσφυγής έχουν και πρώην κρατούμενοι, εντός 4 μηνών από την απόλυσή τους.

Αντικείμενα απαγορευμένα

Κατά την αρχική εισαγωγή σου, **απαγορεύεται** να έχεις μαζί σου:

- σαπούνια σε στερεή και υγρή μορφή ή σε σκόνη
- οδοντόκρεμα, αφρό ξυρίσματος, κρέμες σε διάφορες συσκευασίες, αρώματα
- ραδιοκασετόφωνα, κασετόφωνα, μηχανήματα ψηφιακού ήχου εκτός ραδιοφώνου, μικροϋπολογιστές, ηλεκτρονικά παιχνίδια, κινητά τηλέφωνα, ηλεκτρονικές ατζέντες
- στυλό και μαρκαδόρους, εάν δεν μπορούν να ελεγχθούν
- μαξιλάρια, στρώματα, παπλώματα, βελόντζες, κουβέρτες όμοιες με τις χορηγούμενες
- τσιγάρα και καπνό σε οποιαδήποτε συσκευασία
- χαρτιά υγιείας, χαρτοπετσέτες, πάνες, σερβιέτες
- καλλυντικά κάθε είδους
- παπούτσια, με μεταλλικά μέρη ή με δύο σόλες ή με αερόσολες, και μπότες που δεν μπορούν να ελεγχθούν
- μπουφάν ενισχυμένα με υαλοβάμβακα, εάν δεν μπορούν να ελεγχθούν.

Δεν επιτρέπεται, επίσης, να έχεις μαζί σου:

- κινητό τηλέφωνο (απαγορεύεται και η κατοχή κινητού τηλεφώνου και η χρήση του) και εξαρτήματά του (φορτιστή, κάρτα SIM)
- αιχμηρά αντικείμενα, τα οποία μπορεί να χρησιμοποιηθούν ως όπλα
- ναρκωτικές ή οινόπνευματώδεις ουσίες, συσκευές παρασκευής ή χρήσης τους
- περιουσιακά στοιχεία ή είδη αποκλειστικής χρήσης συγκρατουμένων σου
- τηλεκάρτες συνολικής αξίας μεγαλύτερης των 40 ευρώ
- Χρήματα, κοσμήματα, πολύτιμα είδη και άλλα αντικείμενα, πέραν των επιτρεπομένων, τα παραδίδεις για φύλαξη στο λογιστήριο και στην αποθήκη κατά την εισαγωγή σου. Τα είδη καταγράφονται σε ειδικό βιβλίο παράδοσης – παραλαβής, αναλυτικά από τον υπάλληλο, υπογράφεις για την παράδοση και σου επιστρέφονται ενυπόγραφα σε περίπτωση μεταγωγής ή αποφυλάκισής σου.

Σε περίπτωση αμφισβήτησης για το εάν κάποιο είδος επιτρέπεται ή όχι, αποφασίζει ο αρχιφύλακας.

Αντικείμενα επιτρεπόμενα

Επιτρέπεται να έχεις στο κελί ή στο θάλαμό σου αντικείμενα άμεσης και καθημερινής χρήσης, χωρίς μεταλλικά ελάσματα. Αυτά μπορούν να έχουν όγκο, συνολικά, όσο το μέγεθος μιας βάλιτσας κανονικού τύπου και όχι μεγαλύτερο, και είναι:

- τα απαραίτητα ρούχα, παπούτσια, εσώρουχα, παντόφλες, χωρίς καρφιά, αγκράφες ή άλλα επικίνδυνα εξαρτήματα
- ρολόι χεριού που λειτουργεί, βέρα
- ένα θρησκευτικό σύμβολο
- πλαστικές κρεμάστρες
- οδοντόβουρτσα, πλαστικές ξυριστικές μηχανές, χτένα πλαστική, αναπτήρα τύπου BIC
- μικρό ραδιόφωνο, μικρή τηλεόραση με ακουστικά
- γυαλιά ηλίου ή οράσεως
- μικρό νυχοκόπτη χωρίς μαχαιράκι
- μολύβια, στυλό, χαρτιά, βιβλία, εφημερίδες, περιοδικά σε περιορισμένο αριθμό και εφόσον μπορούν να ελεγχθούν
- σεντόνια, μαξιλαροθήκες, πετσέτες και κουβέρτες χωρίς φάσα
- πλαστικά σκεύη, κουτάλια, πιρούνια, τάπερ και μικρό θερμός, εάν μπορεί να ελεγχθεί
- σακίδιο - τσάντα ταξιδιού από μαλακό ύφασμα, από πλαστικό ή από άλλο εύκαμπτο υλικό, χωρίς διπλό πάτο και μεταλλικά υποστηρίγματα
- κάθε είδος που επιτρέπεται να αγοράσεις από το πρατήριο – καντίνα
- ελαστική ζώνη υποστήριξης μέσης, ζώνη για κοίλη, πατερίτσες, ορθοπεδικά είδη, ύστερα από άδεια του ιατρού του καταστήματος και εφόσον αυτά μπορούν να ελεγχθούν
- φάρμακα, ύστερα από άδεια του ιατρού
- αντικείμενα για εκπαιδευτικούς ή καλλιτεχνικούς σκοπούς και για δημιουργική αξιοποίηση του χρόνου σου, ύστερα από αίτησή σου και άδεια του Συμβουλίου Φυλακής, εφόσον μπορούν να ελεγχθούν.

Απόλυση υπό όρο

Μπορείς να απολυθείς πρόωρα, έχοντας, δηλαδή, εκτίσει ένα μέρος της ποινής, που ανάλογα με την ποινή που επέβαλε το δικαστήριο, προβλέπεται συγκεκριμένα από τον νόμο. Μπορείς να ρωτήσεις σχετικά τη γραμματεία του καταστήματος. Για την απόλυσή σου αποφασίζει το Συμβούλιο Πλημμελειοδικών του τόπου έκτισης της ποινής. Στην περίπτωση, ωστόσο, που δεν τηρήσεις τους συγκεκριμένους όρους που γράφει το βούλευμα απόλυσης υπό όρο ή καταδικαστείς για άλλο αδίκημα, θα επιστρέψεις στο Σωφρονιστικό Κατάστημα για να εκτίσεις όλο το υπόλοιπο της ποινής σου αθροιστικά με το νέο αδίκημα που τέλεσες, ανάλογα με το χρόνο που τέλεσες το νέο αδίκημα.

Αποφυλάκιση (προετοιμασία)

Μετά την αποφυλάκισή σου είναι πιθανό να αντιμετωπίσεις πρακτικές δυσκολίες στην καθημερινή σου ζωή ή προβλήματα προσαρμογής. Ενδέχεται ακόμα να μην ξέρεις πού να απευθυνθείς για βοήθεια. Για να προετοιμάσεις καλύτερα την επιστροφή σου στην οικογενειακή και κοινωνική ζωή, αλλά και για να στηριχθείς, προκειμένου να αναζητήσεις εργασία, μπορείς να συνεργαστείς με την κοινωνική υπηρεσία και το ειδικευμένο προσωπικό (ψυχολόγο, κοινωνιολόγο, κοινωνικό λειτουργό του καταστήματος που κρατείσαι).

Επίσης, η συμμετοχή σου σε εκπαιδευτικά προγράμματα και προγράμματα επαγγελματικής κατάρτισης, καθώς και σε ειδικές θεραπευτικές ομάδες και σε άλλες δραστηριότητες που διοργανώνονται στο Σωφρονιστικό Κατάστημα, μπορεί να σε βοηθήσει να ενισχύσεις τις δεξιότητές σου και να έρθεις σε επαφή με πρόσωπα και φορείς που μπορούν να σε βοηθήσουν κατά την αποφυλάκισή σου.

Η «ΕΠΑΝΟΔΟΣ» είναι ένα νομικό πρόσωπο ιδιωτικού δικαίου που λειτουργεί υπό την εποπτεία του Υπουργείου Προστασίας του Πολίτη και ασχολείται αποκλειστικά με θέματα που αφορούν τα άτομα που αποφυλακίζονται. Επιπλέον ενημέρωση για την «ΕΠΑΝΟΔΟ» και για άλλους φορείς και υπηρεσίες που λειτουργούν στον τόπο κατοικίας σου μπορείς να λάβεις από την κοινωνική υπηρεσία και το προσωπικό του καταστήματος που κρατείσαι.

Ασφάλεια και σωματική ακεραιότητα

Η υπηρεσία έχει υποχρέωση εγγύησης της ασφάλειας κάθε κρατουμένου. Εάν κάποιος σου φέρεται με βίαιο τρόπο ή σε παρενοχλεί, μπορείς να απευθυνθείς στον εισαγγελέα επόπτη, τον διευθυντή και σε οποιοδήποτε μέλος του προσωπικού του Σωφρονιστικού Καταστήματος, ιδίως στον αρχιφύλακα. Βία και παρενόχληση είναι, όταν κάποιος σε χτυπάει ή σε απειλεί.

Βοήθεια (νομική)

Εάν είσαι οικονομικά αδύναμος, μπορείς να υποβάλεις αίτηση στον εισαγγελέα επόπτη, για να διοριστεί αυτεπάγγελα δικηγόρος, συνυποβάλλοντας δικαιολογητικά, όπως για παράδειγμα φορολογική δήλωση, εκκαθαριστικό εφορίας, αποδεικτικό καταβολής επιδόματος πρόνοιας ή ανεργίας, πρακτικά δικαστικών αποφάσεων στα οποία φαίνεται ότι έχεις δικαστεί χωρίς δικηγόρο, ότι δεν ήσουν σε θέση να πληρώσεις χρηματικές ποινές ή να μετατρέψεις ποινές σε χρηματικές κ.λ.π.,

αντίγραφο της κλήσης, σημείωμα κοινωνικού λειτουργού, αντίγραφο της κίνησης του ατομικού σου λογαριασμού, από το λογιστήριο του καταστήματος.

Σε περίπτωση απόρριψης της αίτησής σου, μπορείς να προσφύγεις στο αμέσως ανώτερο όργανο εντός τριών ημερών.

«Βραχιολάκι» (πρόωρη απόλυση με ηλεκτρονική επιτήρηση)

Εάν έχεις καταδικαστεί σε ποινή στέρησης της ελευθερίας σου και ο τόπος μόνιμης κατοικίας σου μπορείς να ζητήσεις να απολυθείς νωρίτερα, με τον όρο της ηλεκτρονικής επιτήρησης έως το χρονικό σημείο της χορήγησης απόλυσής σου, σύμφωνα με τις διατάξεις των άρθρων 105B του Ποινικού Κώδικα.

Εάν είσαι υπόδικος για κάποιο αδίκημα που τέλεσες, η προσωρινή σου κράτηση μπορεί να αντικατασταθεί με κατ'οίκον περιορισμό με ηλεκτρονική επιτήρηση σύμφωνα με τις προϋποθέσεις που θέτει ο νόμος. Η δαπάνη του εξοπλισμού της ηλεκτρονικής επιτήρησης καλύπτεται από το δημόσιο και δεν χρειάζεται να προκαταβάλεις τα έξοδα για να σου εφαρμοστεί.

Δυνατότητες μόλις μπεις στο Σωφρονιστικό Κατάστημα

Κατά την εισαγωγή σου, μπορείς:

α) Να δηλώσεις εγγράφως:

- εάν κινδυνεύει η προσωπική σου ασφάλεια και πρέπει να προστατευτείς
- εάν υπάρχουν κρατούμενοι, με τους οποίους έχεις προβλήματα
- εάν υπάρχουν κρατούμενοι, με τους οποίους συνδέεσαι λ.χ. με συγγενική σχέση
- εάν είσαι αλλοδαπός, να ενημερωθεί η Πρεσβεία του κράτους που έχεις την ιθαγένεια, εφόσον το θέλεις, για το γεγονός της κράτησής σου
- εάν θέλεις να ενημερωθεί κάποιο πρόσωπο σε τυχόν κατάσταση ανάγκης.

β) Να λάβεις ενημέρωση από το προσωπικό (διευθυντή ή αρχιφύλακα ή γραμματεία ή κοινωνική υπηρεσία) για:

- τα δικαιώματά σου
- τις υποχρεώσεις σου
- τα πρακτικά καθημερινά ζητήματα

γ) Να μιλήσεις σε κάποιο μέλος του επιστημονικού προσωπικού του Σωφρονιστικού Καταστήματος ή σε υπάλληλο, σε περίπτωση που:

- σε απασχολεί κάποιο ιδιαίτερο προσωπικό πρόβλημα
- υπάρχει κάποιο οικογενειακό θέμα
- σε απασχολούν ιδιαίτερα νομικά θέματα ή απαιτείται παροχή νομικής βοήθειας.

Εισαγγελική εποπτεία

Ο εισαγγελέας του τόπου όπου βρίσκεται το Σωφρονιστικό Κατάστημα (εισαγγελέας επόπτης) έχει αρμοδιότητα να εποπτεύει τις συνθήκες εκτέλεσης των δικαστικών αποφάσεων και τη νομιμότητα έκτισης της ποινής του εγκλεισμού στο Σωφρονιστικό Κατάστημα. Για το δικαίωμά σου να ζητήσεις ακρόαση από τον εισαγγελέα επόπτη, δες πιο πάνω Αναφορά στις αρχές.

Εκλογικό δικαίωμα

Μπορείς να ψηφίζεις σε εκλογικό τμήμα εντός του Σωφρονιστικού Καταστήματος στις βουλευτικές εκλογές, στις ευρωεκλογές και σε τυχόν δημοψηφίσματα, εάν είσαι γραμμένος στους εκλογικούς καταλόγους, ύστερα από αίτησή σου, και δεν έχεις στερηθεί με αμετάκλητη δικαστική απόφαση τα πολιτικά σου δικαιώματα.

Εκπαίδευση

Στα περισσότερα Σωφρονιστικά Καταστήματα λειτουργούν εκπαιδευτικές μονάδες, όπου παρέχεται βασική και συνεχιζόμενη εκπαίδευση. Οι παρεχόμενοι τίτλοι σπουδών είναι ισότιμοι με τους αντίστοιχους των σχολών της ίδιας βαθμίδας εκπαίδευσης και δεν αναγράφεται σε αυτούς ότι αποκτήθηκαν σε Σωφρονιστικό Κατάστημα. Η Κοινωνική Υπηρεσία μπορεί να σε ενημερώσει για τα προγράμματα που λειτουργούν εκεί που κρατείσαι. Έχεις δικαίωμα:

- Να υποβάλεις αίτηση για να παρακολουθήσεις κάποιο πρόγραμμα εκπαίδευσης (όπως Δημοτικό Σχολείο, Γυμνάσιο, Σχολείο Δεύτερης Ευκαιρίας, Ινστιτούτο Επαγγελματικής Κατάρτισης) ή πρόγραμμα επαγγελματικής κατάρτισης που υλοποιείται στο Σωφρονιστικό Κατάστημα που βρίσκεσαι.
- Να συνεχίσεις τις σπουδές σου στην τριτοβάθμια εκπαίδευση ή να φοιτήσεις σε αναγνωρισμένο εκπαιδευτικό ίδρυμα είτε παρακολουθώντας από απόσταση είτε λαμβάνοντας εκπαιδευτική άδεια, μετά από αίτηση στο Πειθαρχικό Συμβούλιο (δες παρακάτω Πειθαρχικό Συμβούλιο). Με ειδικές διατάξεις ρυθμίζεται η δυνατότητα να παρακολουθείς μαθήματα τριτοβάθμιας εκπαίδευσης εκτός του καταστήματος κράτησης με ηλεκτρονική επιτήρηση.

Έκτιση ποινής

Η διάρκεια της κράτησής σου υπολογίζεται από τις υπηρεσίες του Σωφρονιστικού Καταστήματος (Γραμματεία), με βάση την ποινή που σου έχει επιβληθεί από την αμετάκλητη δικαστική απόφαση, μετά από αφαίρεση του χρόνου προσωρινής κράτησης. Εάν υπάρχουν περισσότερες αμετάκλητες καταδικαστικές αποφάσεις σε βάρος σου, τότε ο χρόνος κράτησης θα υπολογιστεί με βάση την απόφαση συγχώνευσης. Εάν δεν υπάρχει απόφαση συγχώνευσης, μπορείς να υποβάλεις, μέσω της υπηρεσίας ή του δικηγόρου σου, αίτηση προς το αρμόδιο δικαστήριο. Για τις περιπτώσεις μείωσης της διάρκειας κράτησής σου, δες: Μείωση διάρκειας της κράτησης.

Έκτιση ποινής κατ' οίκον (στην κατοικία σου)

Σε περίπτωση που έχεις καταδικασθεί σε ποινή φυλάκισης έως 2 ετών (με μία ή περισσότερες αποφάσεις) ή πρόσκαιρης κάθειρξης, μπορείς να ζητήσεις με αίτησή σου στο Συμβούλιο Πλημμελειοδικών του τόπου όπου κρατείσαι να εκτίσεις την ποινή σου στην κατοικία σου, στις εξής περιπτώσεις:

- εάν είσαι άνω των 70 ετών και έχεις καταδικαστεί σε ποινή πρόσκαιρης κάθειρξης
- εάν είσαι μητέρα και έχεις την επιμέλεια ανήλικου παιδιού, μέχρι να συμπληρώσει το παιδί σου τα 8 έτη, ανεξαρτήτως της ποινής που σου έχει επιβληθεί.

- αν νοσείς από σύνδρομο επίκτητης ανοσοποιητικής ανεπάρκειας τελικού σταδίου, από χρόνια νεφρική ανεπάρκεια και υποβάλλονται σε τακτική αιμοκάθαρση, από ανθεκτική φυματίωση ή είναι τετραπληγικοί, από κίρρωση του ήπατος με αναπηρία άνω του εξήντα επτά τοις εκατό (67%), από γεροντική άνοια ή από κακοήθη νεοπλασμάτα τελικού σταδίου, ανεξαρτήτως της ποινής που σου έχει επιβληθεί. Για το αίτημά σου χρειάζεσαι γνωμάτευση δύο ιατρών δημόσιου νοσοκομείου.
- αν σου έχει επιβληθεί ποινή φυλάκισης, που δεν υπερβαίνει τα δύο (2) έτη, ύστερα από αίτησή σου, για την κατ' οίκον έκτιση της ποινής με ηλεκτρονική επιτήρηση.

Ενημέρωση, ψυχαγωγία, άθληση

Έχεις δικαίωμα:

- Να έχεις στο κελί σου συσκευή τηλεόρασης (δική σου ή της υπηρεσίας) με ακουστικά, για να μην παρενοχλούνται οι συγκρατούμενοι. Η τηλεόραση μπορεί να έχει συνδρομητικό κανάλι μόνο με άδεια του Συμβουλίου Φυλακής (βλέπε παρακάτω Συμβούλιο Φυλακής) και με δική σου δαπάνη.
- Να προμηθεύεσαι εφημερίδες, περιοδικά και βιβλία ή να τα δανείζεσαι από τη βιβλιοθήκη.
- Να ζητάς πληροφορίες για τη νομική σου κατάσταση.
- Να συμμετέχεις σε ψυχαγωγικές - καλλιτεχνικές εκδηλώσεις και σε συζητήσεις με επιστήμονες ή άλλους καλεσμένους.
- Να χρησιμοποιείς ηλεκτρονικούς υπολογιστές μόνο σε ειδικούς χώρους για εκπαιδευτικούς σκοπούς, μετά από απόφαση του Συμβουλίου Φυλακής.
- Να περπατάς και να γυμνάζεσαι στο προαύλιο ή σε χώρους άθλησης, τουλάχιστον 1 ώρα την ημέρα, υπό την επίβλεψη του προσωπικού φύλαξης ή γυμναστών.
- Να συμμετέχεις σε προγράμματα ομαδικής άθλησης που δεν εμποδίζουν τη λειτουργία του Σωφρονιστικού Καταστήματος.

Επισκέψεις

Μπορείς να δέχεσαι επισκέψεις από συγγενείς σου τουλάχιστον:

- 1 φορά την εβδομάδα αν είσαι κατάδικος,
- 2 φορές την εβδομάδα αν είσαι υπόδικος,
- χωρίς περιορισμό αν είσαι χρεοφειλέτης ή αλλοδαπός που περιμένεις απέλαση.

Με άδεια μπορείς να δεις και άλλα άτομα ή να έχεις ελεύθερο επισκεπτήριο με τη σύζυγο και τα παιδιά σου.

Αν είσαι αλλοδαπός, μπορούν να σε επισκέπτονται εκπρόσωποι της χώρας σου.

Αν είσαι μητέρα, μπορείς να έχεις μαζί σου τα παιδιά σου έως 3 ετών.

Αν είσαι πατέρας και έχεις ανήλικο τέκνο έως 11 ετών μπορείς να ζητήσεις εσύ ή ειδικός επιστήμονας του Καταστήματος και να αποφασίσει το Συμβούλιο Φυλακής την ειδικότερη διαμόρφωση του τόπου και τρόπου επικοινωνίας με γνώμονα το συμφέρον του ανηλίκου.

Αν δεν έχεις οικογένεια, μπορείς να δηλώσεις ένα άτομο για στήριξη. Μπορείς να δέχεσαι επισκέψεις από τον δικηγόρο σου χωρίς αριθμητικό ή χρονικό περιορισμό εκτός από αυτόν που επιβάλλει το ωράριο διεξαγωγής των ακροάσεων συνηγόρων.

Εργασία

Έχεις δικαίωμα:

- Να υποβάλεις αίτηση προς το Συμβούλιο Εργασίας Κρατουμένων, για να εργαστείς με ευεργετικό υπολογισμό ημερών ποινής (ημερομίσθια).
- Να εκφράζεις την προτίμησή σου για τη θέση εργασίας που θέλεις. Η αίτησή σου θα εξεταστεί με σειρά προτεραιότητας.
- Να έχεις ασφάλιση e-Ε.Φ.Κ.Α κατά του κινδύνου ατυχήματος, εάν εργάζεσαι σε ορισμένες θέσεις, παρακολουθείς πρόγραμμα επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης ή φοιτείς σε Ι.Ε.Κ..
- Η εργασία ή απασχόληση του κρατουμένου δεν έχει τιμωρητικό ή καταπιεστικό χαρακτήρα. Σε κάθε Σωφρονιστικό Κατάστημα υπάρχουν θέσεις εργαζομένων σε βοηθητικές εργασίες ή υπηρεσίες για την εξυπηρέτηση λειτουργικών αναγκών του καταστήματος. Επίσης, σε αρκετά καταστήματα λειτουργούν αγροτικές ή βιοτεχνικές μονάδες εργασίας. Η κατανομή των κρατουμένων στις θέσεις εργασίας, ο προσδιορισμός του ωραρίου και οι όροι εργασίας γίνονται από το Συμβούλιο Εργασίας Κρατουμένων.

Ευεργετικός υπολογισμός

Κάθε ημέρα κράτησης υπολογίζεται ευεργετικά, εάν είσαι:

- σε θέση εργασίας οποιασδήποτε μορφής στο κατάστημα που κρατείσαι
- σε πρόγραμμα εκπαίδευσης (σχολείο οποιασδήποτε βαθμίδας), καθ' όλη τη διάρκεια του έτους, ή επαγγελματικής εκπαίδευσης ή κατάρτισης
- σε θέση εργασίας σε Αγροτικό Σωφρονιστικό Κατάστημα ή στην Κ.Α.Υ.Σ.Κ
- σε θεραπευτικό πρόγραμμα απεξάρτησης ή στο Κ.Α.Τ.Κ. Ελεώνα Θηβών

Ο υπολογισμός των ημερομισθίων γίνεται από τον εισαγγελέα επόπτη, ύστερα από πρόταση του αρμόδιου Συμβουλίου Εργασίας Κρατουμένων. Ο εισαγγελέας επόπτης, σε περίπτωση τιμωρίας για πειθαρχικό παράπτωμα, μπορεί να μην επιτρέψει ή να ανακαλέσει τον ευεργετικό υπολογισμό των ημερών της κράτησης, οπότε υπάρχει η δυνατότητα προσφυγής στο Συμβούλιο Πλημμελειοδικών μέσα σε δέκα (10) ημέρες από την κοινοποίηση της σχετικής απόφασης.

Θεραπεία, απεξάρτηση (από ναρκωτικά)

Το δικαίωμα στην παροχή υπηρεσιών υγείας περιλαμβάνει και το δικαίωμα στη θεραπεία για άτομα με προβλήματα χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών. Για τον σκοπό αυτόν λειτουργούν σε αρκετά Σωφρονιστικά Καταστήματα συμβουλευτικοί σταθμοί και θεραπευτικά προγράμματα. Επίσης, στο Σωφρονιστικό κατάστημα Τοξικομανών Κρατουμένων (Κ.Α.Τ.Κ.) στον Ελεώνα Θηβών λειτουργεί ολοκληρωμένο πρόγραμμα απεξάρτησης.

Εάν είσαι εξαρτημένος χρήστης ναρκωτικών, έχεις δικαίωμα:

- Να ενημερωθείς από την Κοινωνική Υπηρεσία και το επιστημονικό προσωπικό του Καταστήματος για τα προγράμματα συμβουλευτικής και θεραπείας που λειτουργούν και να συμμετέχεις σε αυτά.
- Να ζητήσεις μεταγωγή στο Κ.Α.Τ.Κ ή σε άλλο κατάστημα, όπου λειτουργεί θεραπευτικό πρόγραμμα, για να το παρακολουθήσεις, εάν πληροίς τις προϋποθέσεις του νόμου.

- Να ζητήσεις να μην μεταχθείς σε Σωφρονιστικό Κατάστημα, όπου δεν μπορείς να συνεχίσεις την παρακολούθηση συμβουλευτικού ή θεραπευτικού προγράμματος.
- Να ζητήσεις, από την ειδική Επιτροπή να αποφασίσει για την τοποθέτησή σου σε πρόγραμμα σωματικής και ψυχικής απεξάρτησης.

Θρησκευτική ελευθερία

Έχεις δικαίωμα:

- Να ασκείς τα θρησκευτικά σου καθήκοντα τακτικά στον ναό ή άλλον κατάλληλο χώρο που έχει διαμορφωθεί για το σκοπό αυτό στο Κατάστημα που κρατείσαι.
- Να επικοινωνείς και να ζητάς άδεια για να δεχτείς επισκέψεις από εκπροσώπους της θρησκείας σου.
- Να ζητήσεις ειδικό δικαιολόγιο για θρησκευτικούς λόγους και να ληφθεί, κατά το δυνατό, πρόνοια γι' αυτό.

Κεντρική Επιτροπή Μεταγωγών (Κ.Ε.Μ.)

Είναι τριμελής, λειτουργεί στο Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη και εξετάζει τα αιτήματα μεταγωγής των κρατουμένων για οποιονδήποτε λόγο, εκτός των δικονομικών.

Μεταγωγή

Μπορείς να ζητήσεις γραπτώς να μεταχθείς σε άλλο κατάστημα για λόγους προσωπικούς, οικογενειακούς, εκπαιδευτικούς, θεραπευτικούς ή για λόγους τοποθέτησής σου σε εργασία (λ.χ. σε αγροτικό σωφρονιστικό κατάστημα). Είναι σκόπιμο τους λόγους που επικαλείσαι να τους τεκμηριώνεις με έγγραφα ή άλλα στοιχεία. Το Συμβούλιο Φυλακής θα διατυπώσει μια γνώμη και η Κεντρική Επιτροπή Μεταγωγών (Κ.Ε.Μ.) που λειτουργεί στο Υπουργείο θα αποφασίσει εάν θα μεταχθείς και πού.

Μείωση διάρκειας κράτησης (περιπτώσεις)

Η διάρκεια της κράτησής σου μπορεί να μειωθεί στις παρακάτω περιπτώσεις, που έχουν στόχο την άμβλυση των συνεπειών της φυλάκισης και τη σταδιακή επιστροφή σου στην κοινωνία:

- απόλυση υπό όρο
- ευεργετικό υπολογισμό ημερών κράτησης
- κοινωφελή εργασία
- πρόωρη απόλυση με ηλεκτρονική επιτήρηση («βραχιολάκι»)

Για όλα τα παραπάνω μέτρα μπορεί να σε ενημερώσουν οι Υπηρεσίες του Καταστήματος, όπου κρατείσαι. Μπορείς, επίσης, να ζητήσεις τη συνδρομή του δικηγόρου σου.

Μεροκάματα (βλ. ευεργετικό υπολογισμό)

Μεταφορά

Έχεις δικαίωμα μεταφοράς στη χώρα σου για συνέχιση της έκτισης της ποινής σου, εφόσον η σχετική απόφαση έχει καταστεί αμετάκλητη:

- εάν είσαι υπήκοος τρίτης χώρας που έχει προσχωρήσει στη Συνθήκη του Στρασβούργου
- εάν είσαι υπήκοος χώρας μέλους της Ευρωπαϊκής Ένωσης (Ε.Ε.) και έχεις μόνιμη κατοικία σε χώρα της Ε.Ε.

Μπορείς να υποβάλεις σχετική αίτηση στη Γραμματεία του Σωφρονιστικού Καταστήματος, από όπου μπορείς να λάβεις ειδικό έντυπο και σχετικές πληροφορίες.

Πειθαρχικός έλεγχος

Κατά τον πειθαρχικό σου έλεγχο, έχεις δικαίωμα:

- Να ειδοποιείσαι εγγράφως για το πειθαρχικό παράπτωμα για το οποίο κατηγορείσαι.
- Να καλείσαι στο Πειθαρχικό Συμβούλιο, για να υπερασπιστείς τον εαυτό σου και να απολογηθείς.
- Να προσφύγεις στο Συμβούλιο Πλημμελειοδικών (δικαστικό συμβούλιο) κατά της απόφασης του Πειθαρχικού Συμβουλίου μέσα σε 5 ημέρες από την απόφαση.
- Να ζητήσεις να ανασταλεί, να διακοπεί ή να σου χαριστεί η ποινή περιορισμού σε ατομικό κελί, εάν υπάρχει σοβαρός κίνδυνος για τη ζωή ή την υγεία σου ή εάν με εξαιρετικές ενέργειες δείξεις ότι έχει ενισχυθεί η συναίσθηση ευθύνης του.

Πειθαρχικά παραπτώματα και πειθαρχικές ποινές

Αρμόδιο να επιβάλλει πειθαρχικές ποινές και να απονέμει αμοιβές είναι το Πειθαρχικό Συμβούλιο που λειτουργεί σε κάθε Σωφρονιστικό Κατάστημα.

Τα πειθαρχικά παραπτώματα και οι ποινές τους είναι:

- Κατηγορία Α΄:

Πειθαρχικές ποινές: περιορισμός σε ειδικό κελί έως 10 ημέρες, μεταγωγή, στέρηση εργασίας ή συμμετοχής σε πρόγραμμα επαγγελματικής κατάρτισης για 1 έτος, 51-100 βαθμοί ποινής, για:

- α) απείθεια στις νόμιμες εντολές του προσωπικού
- β) βίαιη απόδραση σε συνεργασία με άλλους
- γ) άσκηση βίας ή απειλή βίας κατά υπαλλήλων
- δ) άσκηση σωματικής βίας κατά συγκρατούμενου
- ε) προσβολή της γενετήσιας ελευθερίας
- στ) κατασκευή επικίνδυνων αντικειμένων
- ζ) εισαγωγή, κατοχή, χρήση κ.λ.π. ναρκωτικών ή οιοπνευματωδών ουσιών
- η) καταστροφή περιουσιακών στοιχείων του καταστήματος μεγάλης αξίας
- θ) δωροδοκία μέλους του προσωπικού

ι) χρήση ή κατοχή κινητού τηλεφώνου
ια) Παραβίαση των όρων της άδειας
ιβ) η διάπραξη κάθε ποινικού αδικήματος, όπως περιγράφεται στον Ποινικό Κώδικα ή σε ειδικό ποινικό νόμο, εφόσον τελείται κατά το χρονικό διάστημα έκτισης της ποινής, εντός του σωφρονιστικού καταστήματος και δεν αποτελεί πειθαρχικό παράπτωμα των κατηγοριών Β' και Γ'

- **Κατηγορία Β':**

Πειθαρχικές ποινές: στέρηση εργασίας ή συμμετοχής σε πρόγραμμα επαγγελματικής κατάρτισης για 6 μήνες ή 31-50 βαθμοί ποινής, για:

- α) κλοπή ειδών αξίας κρατουμένου ή παράνομη χρήση πραγμάτων
- β) κατοχή χρημάτων ή απαγορευμένων ειδών
- γ) απειλή ή άσκηση ψυχολογικής βίας κατά συγκρατουμένου
- δ) πώληση ειδών αποκλειστικής χρήσης, λ.χ. φαρμάκων
- ε) οργάνωση απαγορευμένων παιχνιδιών στ) απόδραση κρατουμένου
- ζ) ψευδή απόπειρα αυτοκτονίας, αυτοτραυματισμό, κατάποση αντικειμένων η) ύβρεις ή συκοφαντίες κατά του προσωπικού ή συγκρατουμένου
- θ) συστηματική διατύπωση αβάσιμων και ψευδών παραπόνων.

- **Κατηγορία Γ':**

Πειθαρχικές ποινές: στέρηση εργασίας ή συμμετοχής σε πρόγραμμα επαγγελματικής κατάρτισης για 2 μήνες ή 10-30 βαθμοί ποινής, για:

- α) συμμετοχή σε απαγορευμένα παιχνίδια
 - β) κατασκευή, κατοχή ή χρήση απαγορευμένων ειδών (εκτός των επικίνδυνων, βλ. κατηγορία Α')
 - γ) έλλειψη προσωπικής υγιεινής και καθαριότητας κελιού, θαλάμου, κοινόχρηστων χώρων
 - δ) παρότρυνση άλλων κρατουμένων να διαπράξουν πειθαρχικά παραπτώματα.
- Οι βαθμοί ποινής λαμβάνονται υπόψη στην απόλυση υπό όρο, τη χορήγηση άδειας, τον ευεργετικό υπολογισμό ημερών ποινής κ.ά.

Οι πειθαρχικές ποινές διαγράφονται ως εξής:

- α) ο περιορισμός σε ειδικό κελί (απομόνωση) σε 2 χρόνια
- β) η πειθαρχική μεταγωγή σε 1 χρόνο
- γ) οι βαθμοί ποινής σε 6 μήνες
- δ) η στέρηση εργασίας, σε 6 μήνες

Πειθαρχικό Συμβούλιο

Είναι τριμελές και απαρτίζεται από τον εισαγγελέα επόπτη ως πρόεδρο, τον διευθυντή και τον αρχαιότερο κοινωνικό λειτουργό ως μέλη

Ρούχα

Δικαιούσαι:

Να φοράς ρούχα της επιλογής σου.

Να ζητήσεις από την κοινωνική υπηρεσία ρούχα και παπούτσια, εάν χρειάζεσαι, και επιπλέον ρουχισμό, εάν είσαι εργαζόμενος, ανάλογα με το είδος της εργασίας σου.

Συμβούλιο Εργασίας Κρατουμένων

Είναι πενταμελές και απαρτίζεται από τον εισαγγελέα επόπτη ως πρόεδρο, τον διευθυντή, τον αρχαιότερο κοινωνικό λειτουργό, τον αρχιφύλακα και τον γεωπόνο της αγροτικής μονάδας (ή τον εποπτεύοντα τον χώρο εργασίας ή τον προϊστάμενο τεχνικής υπηρεσίας ή άλλο εξειδικευμένο επιστήμονα) ως μέλη. Τα αιτήματα εργασίας εξετάζονται κατά σειρά ημερομηνίας υποβολής αιτήματος. Οι αποφάσεις του συμβουλίου λαμβάνονται έπειτα από ακρόαση των ενδιαφερόμενων κρατουμένων.

Συμβούλιο Φυλακής

Είναι τριμελές και απαρτίζεται από τον διευθυντή ως πρόεδρο, τον αρχαιότερο κοινωνικό λειτουργό και τον αρχαιότερο ειδικό επιστήμονα ως μέλη. Στις συνεδριάσεις συμμετέχει, χωρίς ψήφο, ο αρχιφύλακας του καταστήματος. Στις συνεδριάσεις μπορεί να παρίσταται, ύστερα από πρόσκληση του οργάνου ή και αυτεπαγγέλτως ο εισαγγελέας επόπτης, καθώς και ο ενδιαφερόμενος κρατούμενος, εφόσον το ζητήσει και κριθεί αναγκαίο.

Τηλεφωνική επικοινωνία

Έχεις δικαίωμα:

- Να επικοινωνείς με τα κοινόχρηστα τηλέφωνα (καρτοτηλέφωνα), όσο οι θάλαμοι και τα κελιά είναι ανοικτά, με άτομα, για τα οποία έχεις άδεια να σε επισκέπτονται, και με τον δικηγόρο σου.
- Να αγοράζεις τηλεκάρτες ή να ζητήσεις από την υπηρεσία, εάν είσαι άπορος.
- Να ζητήσεις να τηλεφωνήσεις οποιαδήποτε ώρα στους συγγενείς σου, εάν συμβεί κάτι έκτακτο στην οικογένειά σου.

Το απόρρητο της επικοινωνίας σου προστατεύεται. Ο έλεγχος του περιεχομένου της μπορεί να γίνει για λόγους ασφάλειας ή διακρίβωσης ιδιαίτερα σοβαρών εγκλημάτων από τις αρμόδιες αρχές.

Υγεία

Έχεις δικαίωμα:

- Να εξετάζεσαι από τον ιατρό κατά την εισαγωγή σου και όποτε το ζητήσεις με σημείωμά σου.
- Να εξετάζεσαι από ιδιώτη ιατρό, με την παρουσία ιατρού του Καταστήματος, με δικές σου δαπάνες, κατόπιν αιτήματός σου προς το Συμβούλιο Φυλακής.
- Να καλέσεις ιατρό του καταστήματος ή και ιατρό της επιλογής σου, σε περίπτωση που κατέρχεσαι σε απεργία πείνας, προκειμένου να διαπιστωθεί η κατάσταση της σωματικής, ψυχικής και πνευματικής σου υγείας
- Να λαμβάνεις – με την παρουσία του νοσηλευτή ή άλλου εντεταλμένου υπαλλήλου– φάρμακα με συνταγή ψυχιάτρου.
- Να νοσηλεύεσαι στο Ειδικό Κέντρο Υγείας Κρατουμένων Κορυδαλλού ή σε εξωτερικό νοσοκομείο, εάν η υγεία σου το απαιτεί.
- Να λαμβάνεις γνώση των αποτελεσμάτων των ιατρικών εξετάσεών σου.
- Να μην υποβάλλεσαι χωρίς τη θέλησή σου (ή χωρίς εντολή του εισαγγελέα επόπτη) σε εξετάσεις, επεμβάσεις ή αγωγή, εκτός εάν υπάρχει υποψία ότι είσαι φορέας λοιμώδους ή μεταδοτικού νοσήματος. Εάν αρνηθείς στην τελευταία περίπτωση, μπαίνεις προσωρινά σε απομόνωση.

- Ως κρατούμενος δικαιούσαι ιατρική και φαρμακευτική περίθαλψη επιπέδου ανάλογου με αυτό του λοιπού πληθυσμού. Η ευθύνη για την παροχή υπηρεσιών υγείας στα Σωφρονιστικά Καταστήματα ανήκει από κοινού στο Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη και στο Υπουργείο Υγείας. Κρατούμενοι ασθενείς, των οποίων η νοσηλεία δεν είναι δυνατή εντός του Σωφρονιστικού Καταστήματος παραπέμπονται είτε σε δημόσιο νοσοκομείο του νομού στον οποίο εδρεύει το οικείο Σωφρονιστικό Κατάστημα είτε, εάν δεν είναι δυνατή η νοσηλεία στο νοσοκομείο αυτό, στο πλησιέστερο δημόσιο νοσοκομείο νομού στον οποίο λειτουργεί άλλο Σωφρονιστικό Κατάστημα. Το Ειδικό Κέντρο Υγείας Κρατουμένων και το Ειδικό Κέντρο Ψυχικής Υγείας Κρατουμένων Κορυδαλλού εξυπηρετούν σε κάποιο βαθμό τις ανάγκες νοσηλείας κρατουμένων, που ασθενούν κατά τη διάρκεια της κράτησής τους ή παρουσιάζουν έντονα προβλήματα ψυχικής υγείας, αντίστοιχα.

Υγιεινή, καθαριότητα

Έχεις δικαίωμα:

- Να μένεις σε ατομικό κελί, εάν το επιτρέπουν οι κτηριακές συνθήκες.
- Να ζητήσεις τα απαραίτητα μέσα για την προσωπική καθαριότητα και την καθαριότητα των ρούχων σου, εάν είσαι άπορος.
- Να αγοράζεις είδη υγιεινής από το πρατήριο.
- Να λάβεις κατά την εισαγωγή σου ένα στρώμα, μαξιλάρι, δύο μαξιλαροθήκες, δύο κουβέρτες, τέσσερα σεντόνια, δύο πετσέτες προσώπου, δύο πετσέτες μπάνιου
- Να χρησιμοποιείς δικά σου σεντόνια, κουβέρτες και πετσέτες διαφορετικού χρώματος από αυτά της υπηρεσίας (χωρίς στριφώματα).
- Να έχεις πρόσβαση καθημερινά σε ζεστό νερό, σε λουτρά και χώρους πλύσης ρούχων.
- Να πλένεις τα ρούχα σου στα πλυντήρια της υπηρεσίας, εάν υπάρχουν.
- Να καθαρίζονται καθημερινά οι κοινόχρηστοι χώροι και οι εγκαταστάσεις από συνεργεία καθαριστών και να απολυμαίνονται τακτικά.
- Να ενημερώνεσαι για θέματα υγιεινής και πρόληψης μεταδοτικών νοσημάτων.

Υποχρεώσεις

Οι βασικές σου υποχρεώσεις είναι:

- Να ακολουθείς τις νόμιμες οδηγίες και εντολές του προσωπικού και να τηρείς το πρόγραμμα.
- Να μην κυκλοφορείς έξω από την κιγκλίδα της πτέρυγας σου χωρίς άδεια ή συνοδεία.
- Να μην επικοινωνείς με κρατούμενους άλλων πτερύγων και να μην αλληλογραφείς με άλλους κρατούμενους χωρίς άδεια.
- Να συνεργάζεσαι με τους υπαλλήλους στις τακτικές ή έκτακτες έρευνες ατομικών ειδών και στις σωματικές έρευνες που γίνονται σε ιδιαίτερο χώρο από υπαλλήλους του ίδιου φύλου με τρόπο που δεν θίγει την αξιοπρέπειά σου.
- Να δέχεσαι, μετά από εντολή εισαγγελέα, διευθυντή ή αρχιφύλακα, την ενδοσωματική ή ακτινολογική έρευνα από ιατρό ή να παραμένεις μέχρι τρεις

ημέρες σε ειδικό χώρο υπό παρακολούθηση, εάν υπάρχει υποψία ότι έχεις κρύψει στο σώμα σου ναρκωτικά ή άλλα απαγορευμένα είδη.

- Να μην εμποδίζεις τον φωτισμό του κελιού/θαλάμου και να διευκολύνεις την καταμέτρηση και τον οπτικό έλεγχο.
- Να σέβεσαι τους συγκρατούμενους, να φέρεσαι κόσμια στο προσωπικό και να έχεις ευπρεπή συμπεριφορά στα συμβούλια και τα επισκεπτήρια με συγγενείς και συνηγόρους.
- Να καταθέτεις στο λογιστήριο τα χρήματά σου και να παραδίδεις βιβλιάρια καταθέσεων, επιταγές, πιστωτικές κάρτες και άλλα πολύτιμα προσωπικά είδη για ασφαλή φύλαξη στην αποθήκη.
- Να μην διαθέτεις χρήματα σε λογαριασμό άλλου κρατουμένου, εκτός εάν πρόκειται για σύζυγο ή συγγενή σου, και να μην ανταλλάξεις τηλεκάρτες ή άλλα είδη.
- Να μην καπνίζεις στους χώρους επισκεπτηρίου και να μην παραλαμβάνεις από τους επισκέπτες τηλεκάρτες ή είδη που χορηγούνται ή πωλούνται στο πρατήριο.
- Να είσαι σύντομος, όταν χρησιμοποιείς τα καρτοτηλέφωνα, και να τηρείς τη σειρά.
- Να μην κατέχεις ή χρησιμοποιείς κινητά τηλέφωνα.
- Να εκτελείς με συνέπεια και επιμέλεια την εργασία που σου έχει ανατεθεί.
- Να κάνεις καλή χρήση και να μην προκαλείς φθορές με πρόθεση σε εργαλεία, υλικά, αντικείμενα και εγκαταστάσεις.
- Να προσέχεις την ατομική υγιεινή και την καθαριότητα ρούχων, σεντονιών και κουβερτών και να κρατάς τακτοποιημένα τα προσωπικά σου είδη.
- Να προσέχεις την καθαριότητα των κοινόχρηστων χώρων.
- Να επιστρέφεις, φεύγοντας, στρώμα, κουβέρτες, σεντόνια και μαξιλάρια που παρέλαβες.

Φαγητό

Δικαιούσαι:

- Να παίρνεις πρωινό, γεύμα και δείπνο, βάσει προγραμμάτων συσσιτίου του Σωφρονιστικού Καταστήματος .
- Να αγοράζεις τρόφιμα ή άλλα επιτρεπόμενα είδη από το πρατήριο – καντίνα, με χρήματα που έχεις στον ατομικό λογαριασμό σου.
- Να καλύπτεις την ανάγκη ειδικής διαίτας για λόγους υγείας, ύστερα από γνωμάτευση του ιατρού ή για θρησκευτικούς λόγους.
- Να μαγειρεύεις το φαγητό σου με άδεια του διευθυντή και μετά από σύμφωνη γνώμη του ιατρού, εφόσον υπάρχει ανάγκη ειδικής διαίτας ή συμπληρωματικής διατροφής για λόγους υγείας.
- Να σου φέρνουν στο επισκεπτήριο φαγητά και τρόφιμα (όχι όμως φρούτα), τα οποία ελέγχονται εύκολα, το πολύ έως δύο φορές το μήνα, με άδεια του Συμβουλίου Φυλακής.

Ωράριο επισκέψεων

Το ωράριο λειτουργίας του επισκεπτηρίου δικηγόρων και συγγενών είναι:

- **08.00 π.μ. - 11.00 π.μ. και 15.00 μ.μ.** - μισή ώρα πριν από τη δύση του ήλιου κατά τη χειμερινή περίοδο.
- **08.00 π.μ. - 11.00 π.μ. και 15.00 μ.μ. - 18.00 μ.μ.** κατά τη θερινή περίοδο.

Πληροφορίες για τις ημέρες και το ακριβές ωράριο του επισκεπτηρίου, καθώς και για αλλαγές που μπορεί να γίνουν για έκτακτους λόγους, θα βρεις στις ανακοινώσεις της διεύθυνσης στις πτέρυγες.

Ωρολόγιο πρόγραμμα

1. Το ωρολόγιο πρόγραμμα του καταστήματος κράτησης έχει ως εξής:

07.30 π.μ.:	Εγερτήριο - Άνοιγμα κελιών και θαλάμων - Καταμέτρηση κρατουμένων
07.45 π.μ.:	Διανομή προγεύματος
08.00 π.μ.- 12.00 μ.μ.:	Άθληση, εργασία, εκπαίδευση, συμμετοχή σε προγράμματα, ελεύθερος χρόνος
12.00 μ.μ.:	Διανομή γεύματος
12.15 μ.μ.:	Μεσημβρινό κλείσιμο κελιών και θαλάμων-Καταμέτρηση κρατουμένων
12.30 μ.μ. - 15.00 μ.μ.:	Μεσημβρινή ανάπαυση
15.00 μ.μ.:	Απογευματινό άνοιγμα καταστήματος
15.00 μ.μ. έως μισή ώρα πριν από τη δύση του ήλιου:	Άθληση, εργασία, εκπαίδευση, συμμετοχή σε προγράμματα, ελεύθερος χρόνος
Μισή ώρα πριν από τη δύση ηλίου:	Βραδινό κλείσιμο καταστήματος - Διανομή δείπνου - Τελική καταμέτρηση

Επιπλέον πληροφορίες για το ωρολόγιο πρόγραμμα:

- Επιτρέπεται η παραμονή κρατουμένων στις πτέρυγες με κλειστές τις κιγκλίδες κατά τη χειμερινή περίοδο έως τις 20.30 μ.μ. και κατά τη θερινή περίοδο έως τις 21.00 μ.μ. Μετά τις ώρες αυτές οι κρατούμενοι εγκλείονται στα κελιά ή στους θαλάμους τους έως το επόμενο πρωί.
 - Η τήρηση του ωρολογίου προγράμματος είναι υποχρεωτική.
 - Κατ' εξαίρεση οι κρατούμενοι παραμένουν εκτός κελιών και θαλάμων στις πτέρυγες με κλειστές τις κιγκλίδες:
 - α. Την 31η Δεκεμβρίου έως τις 00.30 π.μ. της 1ης Ιανουαρίου.
 - β. Κατά τις καθιερωμένες θρησκευτικές, εθνικές και τοπικές αργίες κατά τις μεσημβρινές ώρες.
 - γ. Σε ημέρες καύσωνα, όταν η θερμοκρασία υπερβαίνει τους 36 βαθμούς Κελσίου κατά τις μεσημβρινές ώρες.
 - δ. Κατά τις μεσημβρινές ώρες και επί 1 - 2 ώρες, πέραν του καθορισμένου νυκτερινού κλεισίματος, όταν λαμβάνονται από την Πολιτεία ειδικά μέτρα για την αντιμετώπιση καύσωνα.
 - Κατά τις αργίες και εξαιρεσιμες ημέρες το ανωτέρω πρόγραμμα δεν περιλαμβάνει εκπαίδευση και συμμετοχή σε προγράμματα.
 - Επιτρέπεται, μετά από απόφαση του Συμβουλίου Φυλακής, η παράκαμψη του ωρολογίου προγράμματος για κρατουμένους, οι οποίοι συμμετέχουν σε εκπαίδευση ή εργασία, εντός ή εκτός Σωφρονιστικού Καταστήματος.
2. Περισσότερες λεπτομέρειες για το πρόγραμμα του καταστήματος που κρατείσαι, θα βρεις στη σχετική ανακοίνωση της Διεύθυνσης.

Αν θέλεις να ενημερωθείς πιο αναλυτικά για τα δικαιώματά σου, τις υποχρεώσεις σου και τον τρόπο λειτουργίας των Σωφρονιστικών Καταστημάτων, μπορείς να συμβουλευτείς τον Σωφρονιστικό Κώδικα (Ν. 2776/1999, ΦΕΚ Α' 291/1999) και τον Εσωτερικό Κανονισμό Λειτουργίας Καταστημάτων Κράτησης. Εκεί θα βρεις όλες τις πληροφορίες που διασφαλίζουν την ίση μεταχείριση, τη διαφάνεια και τον σεβασμό στην ανθρώπινη αξιοπρέπεια.