

- 1) Faith – Faith makes me stronger mainly because my soul is free.
- 2) Time flow – everything moves, nothing stays. The fact that everything comes and goes helps me a lot in prison. My time in prison will pass and I'll be free and happy again.
- 3) Strict rules – every day is a stereotype. The beginning is hard, but a human is adaptable. If you follow strict order every day, you get used to it and imprisonment is more bearable. It is important to divide the day well, maybe hour after hour.
Join activities you enjoy, but even something you don't enjoy, that is the magic ☺
- 4) Don't dwell on the past, you can't change that.
Focus on the present and on how to make the best out of it.
- 5) Don't believe the media. Use your common sense.

5. tipů, které mi pomáhají zvládnout uvěznění

- 1) Uložení - Uložení se pomáhá při uvěznění, protože se uvěznění.
2) Příjem - Uložení se pomáhá při uvěznění, protože se uvěznění.
3) Příjem - Uložení se pomáhá při uvěznění, protože se uvěznění.
4) Příjem - Uložení se pomáhá při uvěznění, protože se uvěznění.
5) Příjem - Uložení se pomáhá při uvěznění, protože se uvěznění.