AMNESTY INTERNATIONAL GROETENLIJST 2025

Versie 31 juli 2025

“Ik wil jullie ontzettend bedanken! Weet dat de kaarten en brieven die jullie schrijven hun weg blijven vinden naar misschien wel de donkerste plekken op aarde. Als ik me wanhopig voel, geeft het zien en lezen van de kaarten mij ontzettend veel steun. Het idee dat zoveel mensen de tijd hebben genomen om mij een persoonlijke, handgeschreven kaart te sturen, is voor mij als een kaars die licht biedt in het donker. Ga ermee door, want het helpt echt!”

- Sirikan (June) Charoensiri, advocaat en mensenrechtenverdediger uit Thailand

JOUW KAARTJE TELT

Opkomen voor mensenrechten wordt wereldwijd steeds gevaarlijker.

Mensenrechtenverdedigers krijgen te maken met intimidatie, lastercampagnes, geweld en gevangenisstraf. Nieuwe wetten maken hen monddood. Met de morele steun van mensen zoals jij kunnen zij hun werk voortzetten.

In deze Groetenlijst staan personen, gemeenschappen en organisaties die een hart onder de riem nodig hebben. Stuur hen daarom een inspirerend kaartje. Jouw kaart geeft mensen moed en leidt soms ook tot betere bescherming of behandeling als mensen in de gevangenis zitten.

Deze Groetenlijst wordt regelmatig aangepast. Soms verandert de situatie van de mensen die je een groet kunt sturen: ze worden vrijgelaten of overgeplaatst, of we ontvangen bericht dat het wordt afgeraden hen post te sturen. Het is daarom belangrijk dat je de meest actuele gegevens gebruikt. Hier tref je altijd de laatste versie van de Groetenlijst aan: www.amnesty.nl/kom-in-actie/amnesty-bij-jou-de-buurt/handleidingen-en-materialen of www.amnesty.nl/groetenlijst.

"Ik kreeg kaarten van over de hele wereld. Van kinderen tot academici. De vele kaarten gaven me moed en zorgden ervoor dat ik me sterk voelde. Ik hoop dat mensen kaarten en brieven blijven sturen naar andere mensen in de wereld die nu nog gevangenzitten."

- Activist Filep Karma zat elf jaar vast vanwege zijn strijd voor een onafhankelijk Papoea

WAAR MOET IK OP LETTEN?

- Bij elke beschrijving staan TIPS. Er staat bijvoorbeeld in welke taal je kunt schrijven of wat iemands hobby is. Lees deze tips goed.

- Om te voorkomen dat het poststuk wordt vertraagd of vernietigd bij problemen met de bezorging kun je het voorzien van een retouradres. Dit moet een adres in Nederland zijn. Zet het klein maar leesbaar in de linkerbovenhoek op de adreszijde, met het woord 'retouradres' ervoor. Soms wordt het afgeraden om een retouradres te vermelden. Dit lees je bij de TIPS.

- Houd rekening met andere culturele en religieuze zeden dan de onze. Stuur bijvoorbeeld geen kaarten met alcoholische dranken erop of afbeeldingen van schaars geklede mensen.

- Het is uiteraard de bedoeling kaarten met opbeurende afbeeldingen te sturen. Kindertekeningen kunnen in dit opzicht soms heel schokkend overkomen.

- Bij elke beschrijving staat ook een voorbeeldgroet. Maar vooral persoonlijke kaarten, met een persoonlijk verhaal en afbeelding, worden zeer gewaardeerd. Schrijf bijvoorbeeld over iets leuks wat je onlangs meemaakte of over je favoriete bezigheid.

- Ga niet in op de politieke situatie in het land of op datgene waar de gevangene van wordt beschuldigd. Dit kan tegen hen worden gebruikt.

- Gebruik het liefst ‘gewone’ postzegels om te voorkomen dat gevangenbewaarders je post achterhouden vanwege de fraaie postzegels.

WAT MOET IK DOEN ALS IK POST TERUGKRIJG?

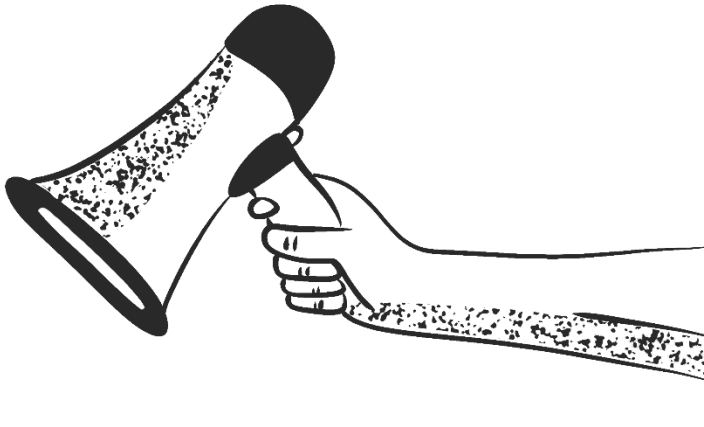
- Als je een reactie ontvangt, stuur ons daarvan dan een kopie.

- Wordt je groet teruggestuurd omdat de gevangene overgeplaatst zou zijn of de post geweigerd werd, dan horen wij dat ook graag.

- Ga niet in op eventuele verzoeken om geld. Neem in dat geval contact op met ons.

- Je kunt ons bereiken via actieservice@amnesty.nl of

  Amnesty International
  Actieservice
  Postbus 1968
  1000 BZ Amsterdam



INHOUD

BAHREIN 5
Abdulhadi al-Khawaja 5
CHINA 6
Yu Wensheng 6
Xu Zhiyong en Ding Jiaxi 7
Lu Siwei 8
Yashar 9
Chen Pinlin 10
CUBA 11
Luis Manuel Otero Alcántara 11
HONGKONG 12
Chow Hang-tung 12
INDIA 13
Umar Khalid 13
NIGERIA 14
Imoleayo Michael 14
Yahaya Sharif-Aminu 15
TAIWAN 16
Chiou Ho-shun 16
WIT-RUSLAND 17
Maryia Kalesnikava 17

BAHREIN

Abdulhadi al-Khawaja

De Bahreins-Deense activist Abdulhadi al-Khawaja zit al 12 jaar onterecht vast. Voor zijn deelname aan protesten tegen de overheid kreeg hij een levenslange gevangenisstraf. Hij heeft chronische pijn, mede door zijn gewelddadige arrestatie. De gevangenisbewaarders weigeren telkens medische zorg.

Al-Khawaja werkte voor de internationale hulporganisatie Front Line Defenders en richtte het Bahrein Centrum voor Mensenrechten op. In 2011 ontstonden er grote protesten tegen de overheid in Bahrein, waar Al-Khawaja vreedzaam aan meedeed. Kort na de protesten werd hij met grof geweld gearresteerd door 20 gewapende mannen. In de gevangenis werd hij gemarteld. Tijdens zijn gevangenschap ging Al-Khawaja vaak in hongerstaking als protest tegen zijn onterechte opsluiting en mishandeling. Het gaat slecht met zijn gezondheid.

Stuur Abdulhadi al-Khawaja een kaartje in de gevangenis!

TIPS

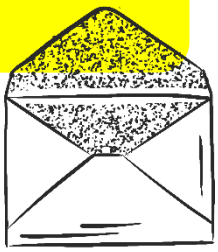
- Schrijf in het Engels.
- Abdulhadi houdt van de popgroep Abba.

VOORBEELDGROET

You are not forgotten.
People around the world know what happened to you and stand in solidarity with you.

ADRES

Abdulhadi al-Khawaja
Jaw Prison
Manama
BAHRAIN



CHINA

Yu Wensheng

De Chinese mensenrechtenactivist en advocaat Yu Wensheng en zijn echtgenote Xu Yan werden in april 2023 opgepakt. Ze waren op weg naar een bijeenkomst met een delegatie van de Europese Unie in Beijing. Het echtpaar werd in oktober 2024 veroordeeld voor opruiing en ondermijning van de staat. Xu Yan werd op 13 januari 2025 vrijgelaten nadat ze haar gevangenisstraf had uitgezeten en keerde terug naar Beijing. Ze is herenigd met haar zoon, die onder politietoezicht stond en aan een ernstige depressie leed.

Yu Wensheng kreeg een gevangenisstraf van drie jaar opgelegd. Zijn vrouw, Xu Yan, werd veroordeeld tot een jaar en negen maanden achter tralies. Xu Yan kampt met gezondheidsproblemen vanwege haar slechte behandeling in de gevangenis. De omstandigheden waaronder ze werd vastgehouden zouden kunnen neerkomen op marteling.

Yu Wensheng werd eerder in 2020 ook al veroordeeld tot 4 jaar cel voor opruiing. In maart 2022 kwam hij vrij. Als advocaat stond hij onder andere mensenrechtenverdedigers en leden van een verboden religieuze beweging in China bij.

Steun Yu met een kaartje!

TIPS

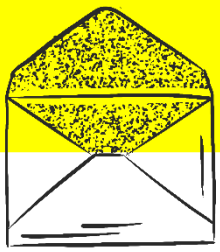
- Neem geen politiek standpunt in.
- Schrijf in het Engels of Chinees (gebruik Google Vertalen).

VOORBEELDGROET

I hope you are doing well. I am thinking of you and wish you strength in this difficult time.

ADRES

Yu Wensheng
Room 204, Suzhou No. 1 Detention Center, Jiangsu Province
No. 390 Kangyang Road, Xiangcheng District, Suzhou, Jiangsu Province, CHINA
余文生
江苏省苏州市第一看守所204**室**
苏州市相城区康阳路390**号**



CHINA

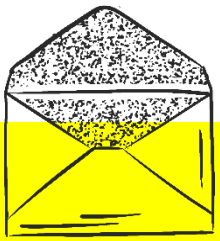
Xu Zhiyong en Ding Jiaxi

Mensenrechtenverdediger Xu Zhiyong en mensenrechtenadvocaat Ding Jiaxi werden in april 2023 in China veroordeeld tot respectievelijk 14 en 12 jaar gevangenisstraf. Xu en Ding zijn beiden prominente leden van de New Citizens' Movement, een netwerk van activisten dat in 2012 door Xu is opgericht om de transparantie van de overheid te bevorderen en corruptie aan de kaak te stellen.

De twee behoorden tot de tientallen advocaten en activisten die in december 2019 bijeenkwamen in Xiamen, een stad aan de zuidoostkust van China. Daar bespraken ze thema's als de rechtsstaat, democratische hervorming en mensenrechten. Niet lang daarna werden in het hele land deelnemers aan de Xiamen-bijeenkomst opgepakt.

Xu Zhiyong en Ding Jiaxi zijn beiden veroordeeld wegens 'ondermijning van de staatsmacht'. In de gevangenis werden ze gemarteld. Zo werden ze dagenlang meer dan 10 uur per dag vastgebonden aan een ijzeren 'tijgerstoel', met hun ledematen verdraaid.

Stuur Xu en Ding een kaartje in de gevangenis!



TIPS

- Neem geen politiek standpunt in.
- Gebruik een mooi citaat uit je favoriete boek.
- Schrijf in het Engels of Chinees (gebruik Google Vertalen).

VOORBEELDGROET

Please believe that we are with you.
请相信，我们与你同在

ADRESSEN

Ding Jiaxi
Ding Jiaxi, care of the Prison Administration Section, Jiangbei Prison, No. 228 Jiangbei Avenue, Jiangling County, Jingzhou City, Hubei Province, 434110
CHINA
湖北省荆州市江北监狱 狱政科转丁家喜收 **湖北省**荆州市江陵县江北大道228**号** 邮编:434110

Xu Zhiyong
Xu Zhiyong, care of Prison Administration Department, Lunan Prison, Donggang District, Rizhao City, Shandong Province, 276817
CHINA
山东省日照市东港区鲁南监狱 狱政科转许志永收 邮编: 276817

CHINA

Lu Siwei

Lu Siwei is een prominente Chinese mensenrechtenadvocaat. Sinds juli 2021 had hij een uitreisverbod. In juli 2023 werd hij opgepakt in Laos. Via dat land was hij op weg naar familie in de VS. Hij werd teruggestuurd naar China en na een maand op borgtocht weer vrijgelaten. Een jaar later werd hij opnieuw gearresteerd voor het illegaal verlaten van het land.

Lu Suwei werd al langer lastiggevallen en geïntimideerd vanwege zijn werk voor de mensenrechten. Zo verdedigde hij onder anderen mensenrechtenadvocaat Yu Wensheng en de dichter Wang Zang. Lu Siwei kwam vol in beeld bij de Chinese autoriteiten toen hij de verdediging van 12 Hongkongers op zich nam. Zij waren bij een vluchtpoging opgepakt door de Chinese kustwacht. Daarop werd hij geschorst als advocaat.

Steun Lu Suwei met een kaartje!

TIPS

- Neem geen politiek standpunt in.
- Gebruik een mooi citaat uit je favoriete boek.
- Schrijf in het Engels of Chinees (gebruik Google Vertalen).

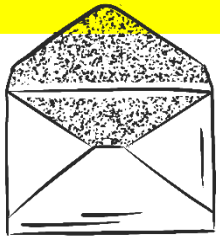
VOORBEELDGROET

You are not alone; every act of support and every kind thought here is a response to your bravery.

你并不孤单，这里每一份支持和心意都是对你勇气的回应

ADRES

Lu Siwei
Lu Siwei
Chengdu Detention Center, West Zone, No. 709
No. 3 Zhengyi Road, Pidu District, Chengdu, Sichuan Province, 610081
CHINA
成都市郫都区正义路3号，**成都市看守所西区**709**号**，卢思位收　邮编：



CHINA

Yashar

Yashar is een Oeigoerse muzikant. Hij is 26 jaar en zit momenteel een gevangenisstraf uit van 3 jaar. Hij heeft niets verkeerd gedaan, maar toch wordt hij gestraft. De reden? Hij maakt muziek in het Oeigoers en bezit ook boeken die in zijn moedertaal zijn geschreven. Yashar zat al eerder drie weken onterecht in de cel, omdat hij had deelgenomen aan vreedzame protesten. Familie en vrienden zijn zeer bezorgd over Yashars gezondheid. Hij lijdt aan bronchitis en heeft regelmatig medicijnen nodig.

Sinds 2017 pleegt de Chinese regering massaal en systematisch mensenrechtenschendingen tegen de Oeigoeren en andere etnische groepen in de regio Xinjiang. Dat gebeurt onder het mom van een campagne tegen 'terrorisme' en 'religieus extremisme'. Oeigoeren zijn voor het overgrote merendeel moslim. Naar schatting zitten er meer dan een miljoen Oeigoeren en leden van andere etnische groepen in heropvoedingskampen in heel Xinjiang.

Stuur Yashar een kaartje in de gevangenis!

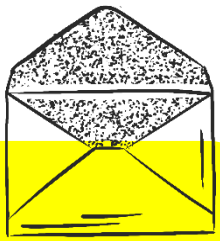
TIPS

- Schrijf in het Engels of Chinees (gebruik Google Vertalen).
- Vermeld Amnesty niet.
- Neem geen politiek standpunt in.
- Stuur een paar regels uit je lievelingsliedje.

VOORBEELDGROET

You are not alone – your voice still resonates, even from behind prison walls. With solidarity and respect,

你并不孤单，这里每一份支持和心意都是对你勇气的回应



ADRES

Yashar
Yaxiaer Xiaohelati, Wusu Jianyu, 2 Dadui,16 Jianqu
Shenzhen Road 21, Tacheng District, Wusu City, Xinjiang
833006 CHINA
亚夏尔·**肖合拉提**
新疆自治区塔城地区乌苏市深圳路**21号**，乌苏监狱

CHINA

Chen Pinlin

De Chinese filmmaker Chen Pinlin maakte een documentaire over de vreedzame protesten tegen de vergaande coronaregels en censuur in China. Dit viel niet in goede aarde bij de autoriteiten. In januari 2025 werd Pinlin veroordeeld tot 3,5 jaar voor "het uitlokken van ruzies en het veroorzaken van problemen".

Pinlin zette de documentaire in november 2023 online. Dat was een jaar na de protesten. Meteen daarna werd hij opgepakt. Pinlin wordt in de gevangenis slecht behandeld. De cel waar hij in zit is zo overvol dat hij gedwongen op zijn zij moet slapen. Ook mag hij slechts één uur per maand naar buiten.

Steun Chen Pinlin met een kaartje!

TIPS

- Neem geen politiek standpunt in en zeg niks over de mensenrechtensituatie in China.
- Gebruik een mooi citaat uit je favoriete film.
- Schrijf in het Engels of Chinees (gebruik Google Vertalen).

VOORBEELDGROET

Dear Chen Pinlin, I'm writing to let you know that the world has not forgotten you. Your films – honest, tender, and unafraid –continue to move and awaken people far beyond borders. Your courage to create and to stand firm in your beliefs gives strength to so many of us.

亲爱的品霖：

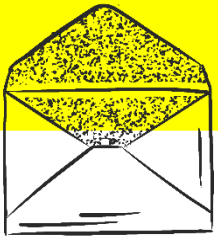
写这封信，是想告诉你—你没有被世界遗忘。你那些真实、温柔又坚定的影像，早已穿越地域，唤醒并感动着无数人。你坚持创作与信念的勇气，也在默默给予我们力量。

ADRES

Chen Pinlin, Shanghai Baoshan District Detention Center
No.2101 Yue Luo Road, Baoshan District, Shanghai 201908 CHINA

陈品霖 **上海市宝山区看守所 中国上海市宝山区月罗路2101号**

邮编201908



CUBA

Luis Manuel Otero Alcántara

Op 11 juli 2021 zette de Cubaanse kunstenaar Luis Manuel Otero Alcántara een video online. Daarin zei hij dat hij van plan was mee te doen aan demonstraties tegen de economische problemen in het land. Nog voordat de demonstratie begon, werd hij opgepakt. Hij kreeg 5 jaar gevangenisstraf.

Luis Manuel ergerde zich aan een wet die kritische kunstenaars het zwijgen oplegt. Hij werd een van de leiders van de San Isidro-beweging, een groep kunstenaars, journalisten en activisten die opkomen voor vrije meningsuiting. Deze groep wordt door de Cubaanse overheid scherp in de gaten gehouden, geïntimideerd en gevangengezet.

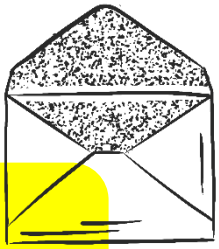
Stuur Luis Manuel een kaartje in de gevangenis.

TIPS

- Schrijf in het Engels of Spaans.
- Stuur een kunstzinnig kaartje.
- Luis Manuel houdt van alle kleuren roze, vooral fuchsia.

VOORBEELDGROET

Estimado Luis Manuel, ¡mantente fuerte, estamos contigo!
[Beste Luis Manuel, blijf sterk, we staan achter je!]



ADRES

Luis Manuel Otero Alcántara
c/o Amnesty Americas Regional Office, Luz Saviñón 519, Colonia Del Valle Norte, Alcaldía Benito Juárez, C.P. 03103, Mexico City, Mexico

HONGKONG

Chow Hang-tung

Op 4 juni 2021 riep Chow Hang-tung uit Hongkong via sociale media op om de slachtoffers van het Tiananmen-bloedbad in China met een kaarsje te herdenken. Ze werd meteen opgepakt en kreeg 22 maanden cel voor 'het organiseren en promoten van een niet-toegestane bijeenkomst'. Haar hangt nóg eens 10 jaar boven het hoofd omdat ze ook de nationale veiligheid in het gevaar zou hebben gebracht.

Chow is mensenrechtenadvocaat en een van de organisatoren van de jaarlijkse Tiananmen-herdenking in Hongkong. In 1989 werden op het plein in de Chinese hoofdstad Beijing duizenden mensen vermoord. Soldaten openden er het vuur op vreedzame demonstranten die opriepen tot hervormingen. De Chinese regering wil dat mensen vergeten wat er is gebeurd. Maar Chow ziet het als haar taak om de slachtoffers te blijven herdenken.

Stuur een kaartje, zodat Chow weet dat je haar steunt.

TIPS

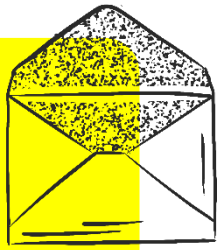
- Schrijf in het Engels.
- Schrijf Chows naam niet op de envelop.
- Chow houdt van katten.

VOORBEELDGROET

Dear Chow,
I wish you strength. Please don't give up.

ADRES

PO Box No.75
Ma On Shan Post Office
New Territories
HONG KONG



INDIA

Umar Khalid

De Indiase studentenactivist Umar Khalid zit al ruim vier jaar vast zonder rechtszaak. Khalid liet zich kritisch uit over een wet die discriminerend is voor moslims. Sindsdien zit hij onterecht vast. Hij heeft niets misdaan.

Toen Khalid zich uitsprak over de discriminerende wet werd hij beschuldigd van het aanzetten tot geweld. Hij werd in september 2020 opgepakt. De autoriteiten klaagden hem aan voor het 'aanwakkeren van geweld tussen groepen' en voor 'relschoppen'. Op 24 juli 2023 stelde het Hooggerechtshof van India voor de tweede keer zijn borgtocht uit.

Khalid heeft geen uitzicht op een rechtszaak, laat staan vrijlating.

Stuur een kaartje, zodat Umar Khalid weet dat jij hem steunt.

TIP

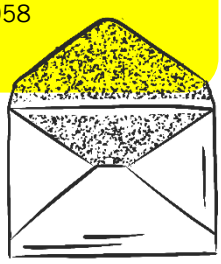
Schrijf in het Engels.

VOORBEELDGROET

Dear Umar,
I stand by you. Please don't give up!

ADRES

Dr. Syed Umar Khalid
ID Number 626714
Jail No. 2, Tihar Central Jail
New Delhi – 110058
INDIA



NIGERIA

Imoleayo Michael

In oktober 2020 werd er in de Nigeriaanse hoofdstad Abuja massaal gedemonstreerd tegen politiegeweld. De jonge computerprogrammeur Imoleayo Michael deed mee en promootte de protesten op sociale media. Twee weken later werd hij met geweld opgepakt. Na 6 weken kwam hij op borgtocht vrij. De aanklachten tegen hem zijn verzonnen en er hangt hem een celstraf van 3 jaar boven het hoofd.

In de vroege ochtend van 13 november 2020 vielen twintig gewapende mannen Michaels huis binnen. Ze sloegen zijn slaapkamerraam kapot en richtten een wapen op hem. Ze sloten zijn vrouw, moeder en zoontje van 7 maanden op in een kamer. Michael werd naar het hoofdkwartier van de veiligheidsdienst gebracht en opgesloten in een ondergrondse cel. Hij werd geboeid, geblinddoekt en vastgeketend aan een stalen kast. Hij sliep op de kale vloer en kreeg pap te eten waar stenen in zaten. Ook mocht hij geen contact hebben met zijn advocaat en familie.

Stuur een kaartje, zodat Imoleayo weet dat jij hem steunt.

TIPS

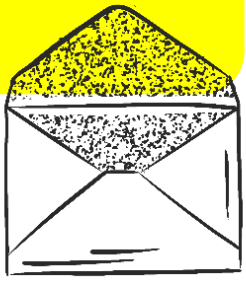
- Schrijf in het Engels.
- Neem geen politiek standpunt in.

VOORBEELDGROET

Dear Imoleya, we are with you in our thoughts and support you!

ADRES

Imoleya Michael
c/o Amnesty International Nigeria
34 Colorado Close
Off Alvan Ikoku Way
Maitama
Abuja
NIGERIA



NIGERIA

Yahaya Sharif-Aminu

Een sharia-rechtbank in de Noord-Nigeriaanse staat Kano veroordeelde zanger Yahaya Sharif-Aminu in 2020 ter dood voor godslastering. Hij zou via WhatsApp een liedje hebben verspreid waarin hij de profeet Mohammed zou hebben beledigd.

Begin 2021 bepaalde een rechter in hoger beroep dat de rechtszaak tegen Yahaya moet worden overgedaan, omdat hij niet was bijgestaan door een advocaat. Hij is nog altijd in afwachting van een nieuwe rechtszaak. Als Yahaya schuldig wordt bevonden, kan hij weer de doodstraf krijgen. Dat mag niet gebeuren, want wat hij deed valt onder het recht op vrije meningsuiting. Yahaya wordt vastgehouden zonder contact met een advocaat of zijn familie. Het gaat slecht met zijn gezondheid. Hij krijgt geen medische zorg en weinig eten.

Stuur Yahaya een kaartje, zodat hij weet dat je aan hem denkt.

TIPS

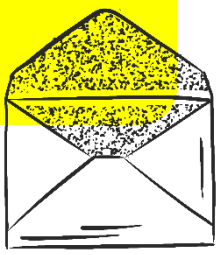
- Schrijf in het Engels.
- Gebruik geen religieuze kaart of tekst.
- Vertel hem wat je lievelingsliedje is.

VOORBEELDGROET

You're not alone. We won't stop fighting for your freedom, Yahaya.

ADRES

Yahaya Sharif-Aminu
Amnesty International
Tav CEM/IAR/Yahaya
Postbus 1968
1000 BZ Amsterdam



TAIWAN

Chiou Ho-shun

Chiou Ho-shun uit Taiwan was een jongeman van 29 toen hij in 1989 ter dood werd veroordeeld. Hij is nog steeds in afwachting van zijn executie. Zijn proces werd 11 keer overgedaan, met telkens hetzelfde vonnis.

Chiou werd veroordeeld voor moord en ontvoering, maar het 'bewijs' daarvoor werd verkregen door marteling. Hij kreeg water met peper in zijn mond en neus gegoten, werd geslagen, moest op ijs zitten en kreeg elektrische schokken toegediend.

De doodstraf is een wrede, onmenselijke en vernederende straf. Amnesty is tegen de doodstraf, altijd en overal.

Stuur een kaartje, zodat Chiou weet dat jij hem steunt.

TIP

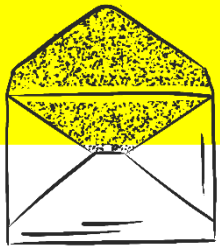
Schrijf in het Engels.

VOORBEELDGROET

Dear Chiou Ho-shun,
I am thinking of you in solidarity and support.
Please stay strong!

ADRES

Chiou Ho-shun
Amnesty International Taiwan office
7F, No 36, Sec 3, Bade Road, Songshan District
105608 Taipei City
TAIWAN



WIT-RUSLAND

Maryia Kalesnikava

Maryia Kalesnikava is professioneel muzikant, artdirector en politiek activist. In 2020, nadat president Loekasjenko door verkiezingsfraude voor de zesde keer tot president werd 'gekozen', ontpopte ze zich tot de belangrijkste oppositieleider. Op grond van valse beschuldigingen is Maryia tot 11 jaar gevangenisstraf veroordeeld. Ze zit vast onder zeer slechte omstandigheden. Haar familie heeft al meer dan een jaar niets van haar gehoord.

In september 2020 werd Maryia door gemaskerde mannen in een busje gesleurd, naar de grens gebracht, geïntimideerd en onder druk gezet om het land te verlaten. Ze ontsnapte door het raam van het busje en verscheurde haar paspoort om zich te verzetten tegen deportatie. Maryia werd gearresteerd, vastgezet en veroordeeld tot 11 jaar gevangenisstraf op beschuldiging van onder andere 'ondermijning van de nationale veiligheid' en 'extremisme'.

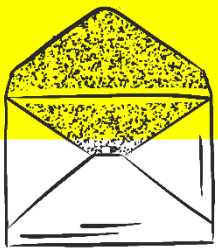
Stuur een kaartje, zodat Maryia weet dat jij haar steunt.

TIP

Schrijf in het Engels.

VOORBEELDGROET

Dear Maryia,
I am thinking of you and hope you keep your spirits high.

ADRES

Maryia Kalesnikava
Penal colony No. 4
vul. Antoshkina 3
246035, Homel
BELARUS