



Cartea TA de buzunar

**Învață** să fi responsabil!

**Cunoaște** legea!

**Creează** o lume mai sigură!



Centrul de Informare și Documentare  
privind Drepturile Copilului din Moldova



CIDDC

Învată să fii responsabil!

Cunoaște legea!

Creează o lume mai sigură!

Numele meu este Alexandru, dar prietenii îmi spun Sandu. Am 15 ani, învăț în clasa a IX-a și sunt un adolescent ca mulți alții.

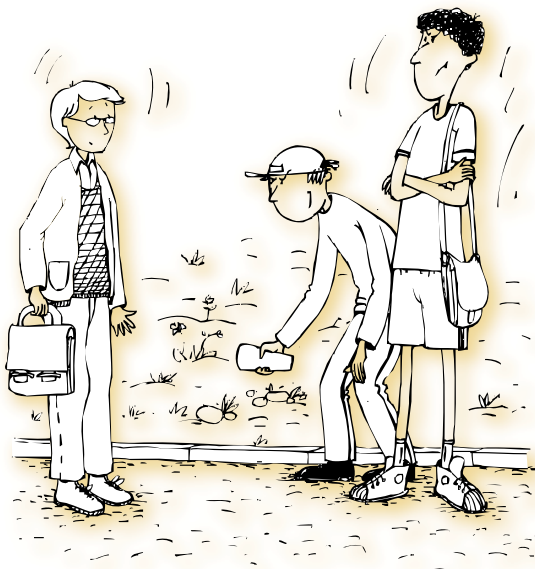
Obişnuiesc să las lucrurile să decurgă de la sine, nu prea îmi pun întrebări de felul: ce fac și unde ajung. Dar am avut o experiență care m-a făcut să mă gândesc la viitorul meu și să-mi revăd unele obişnuințe. O să-ți povestesc și ție ce mi s-a întâmplat săptămîna trecută. Iar tu gîndește-te cum te-ai comporta dacă ai fi în locul meu.


Iată povestirea lui Sandu. Alege una dintre variantele de acțiune și memorizează culoarea care îi corespunde. La sfîrșitul acestui „test” vei găsi și cîteva explicații.





## Luni


În drum spre școală mă întâlnesc cu 2 elevi din clasa a XI-a. Știu despre ei că sunt cam agresivi și s-au certat cu niște prieteni de-ai mei. Ei m-au observat și s-au îndreptat spre mine, strigînd că nu le place cum i-am privit. Unul dintre băieți are pumnii strînși și zîmbește răutăcios. Celălalt a ridicat o piatră de pe drum.




 chiar dacă știi că asta ar putea duce la o bătaie, le vorbesc urît pentru a le demonstra că am și eu forță și nu mi-e frică de ei

 îi evit acum, dar mai târziu, împreună cu niște prieteni de-ai mei, îi găsesc și mă răzbum

 găsesc o modalitate de a nu intra în contact cu ei și îi evit de fiecare dată pentru a nu avea neplăceri

 le spun calm și hotărît că nu vreau să fim dușmani și că orice neînțelegere am avea, o putem rezolva prin comunicare

 nu intru în discuții cu ei, plec repede, iar mai târziu cer sfatul unui prieten sau a unui adult cum să procedez în așa cazuri

#### **CE SPUNE LEGEA?**


*Vătămarea intenționată a integrității corporale sau a sănătății este producerea unor leziuni sau răni, care este urmată de înrăutățirea stării de sănătate și poate prezenta pericol pentru viață. Acest tip de infracțiune se pedepsește cu amendă în mărime de la 3600 pînă la 5400 lei sau cu muncă neremunerată în folosul comunității de la 180 pînă la 240 ore, sau cu închisoare pînă la 15 ani.*


Art. 151-153 Cod Penal al RM


## Marți


Sunt la lecția de matematică, colegul meu Costel are un calculator care îmi place foarte mult. Tare vreau să am așa un calculator! Sînt pasionat de tehnică, în afară de aceasta, el mi-ar fi de folos la lecții. Costel a ieșit la tablă să rezolve o problemă, iar calculatorul a rămas pe banca lui. Dacă dispare acum, el nu-și va da seama cine l-a luat, pentru că mai mulți colegi au spus că și-ar dori să-l aibă.





 pentru că îl vreau acum și cu orice preț, îl iau de pe banca lui Costel așa ca nimeni să nu vadă și îl ascund în geantă

 mai bine aștept un moment când vom fi doar noi doi, iau calculatorul și îl ameninț pe Costel că, dacă va spune cuiva, va avea neplăceri mai mari

 nu e bine să-l iau de la Costel, dar înțeleg că nu o să mi-l cumpăr probabil niciodată, de aceea mă împac cu gândul că sînt oameni bogați și săraci

 mă gîndesc să strîng bani pentru a-l cumpăra, chiar dacă aceasta nu se va întîmpla curînd

 voi ruga părinții să-mi cumpere și mie un calculator

 îi spun lui Costel că îmi place calculatorul lui și îl rog să mi-l dea pentru o zi, în schimbul unui obiect de-al meu care este interesant pentru el

### CE SPUNE LEGEA?

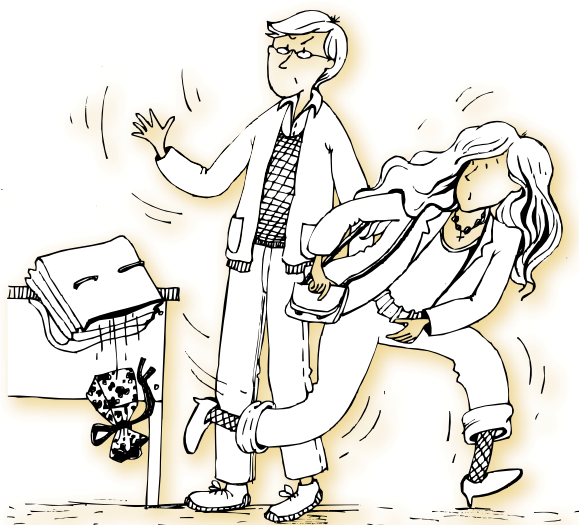
*Furtul este o infracțiune care constă în luarea pe ascuns a unui obiect de la o altă persoană. Furtul se pedepsește cu amendă în mărime de pînă la 54000 lei sau cu închisoare de pînă la 10 ani.*







*Jaful este luarea în mod deschis a bunurilor altei persoane, care uneori poate fi însoțită de violență și vătămare corporală. Jaful se pedepsește cu amendă în mărime de la 3600 pînă la 18000 lei sau cu închisoare de la 2 pînă la 15 ani.*

Art. 186,187 Cod Penal al RM

## *Miercuri*

A fost o zi grea, am avut 7 lecții. Apoi, împreună cu colegii, am făcut curat în clasă. Mai târziu voi merge la ziua de naștere a prietenului meu. I-am pregătit un cadou care, sînt sigur, îl va bucura. Cristina se grăbește să plece din clasă și îmi răstoarnă geanta. Din ea cade cadoul și se face bucăți. Eu mă enervez și...



-  îi spun brutal că este o nesimțită și că mi-a stricat dispoziția
-  îi arunc și eu geanta, pentru ca să înțeleagă cum mă simt
-  mă supăr tare pe Cristina, nu mai vorbesc cu ea și le spun și altor colegi să facă la fel
-  deși a stricat surpriza pentru prietenul meu, nu-i spun nimic, pentru ca să n-o supăr
-  îi spun că m-a deranjat ceea ce a făcut și o rog să fie mai atentă
-  o rog să mă ajute să repar cadoul sau să pregătesc altul

### CE SPUNE LEGEA?

*Cauzarea leziunilor corporale înseamnă producerea unor răni ușoare, maltratarea, aplicarea loviturilor și a altor acțiuni violente care au provocat dureri fizice. Aceste acțiuni se pedepsesc cu amendă de la 180 pînă la 450 lei.*






*Injuria este înjosirea onoarei și demnității unei persoane prin acțiune, verbal sau în scris. Injuria se pedepsește cu amendă de la 126 pînă la 450 lei.*

Art. 47/1, 47/3 Cod cu privire la contravențiile administrative al RM



Am ieșit seara să mă întâlnesc cu prietenii. Au venit și Nicu împreună cu Lenuța, despre care știu că fumează cînepă. Chiar dacă sîntem de o vîrstă, ei se cred mai maturi, deoarece fumează și consumă droguri. Ne-au propus și nouă să fumăm cînepă. Chiar au spus că nu vor mai vorbi cu noi, dacă refuzăm. Iar dacă acceptăm, ne-au promis că ne vor arăta cum se face un furt din magazin. Eu nu am consumat droguri niciodată, de aceea ...



-  accept, pentru că vreau să arăt și eu mare, și sînt bucuros că a apărut așa o ocazie
-  accept din curiozitate și mă gîndesc că nu se va întîmpla nimic rău dacă fumez o singură dată
-  la început refuz, dar pînă la urmă accept, pentru ca să-mi păstrez prietenii
-  nu mă las provocat să fac ceva ce dăunează sănătății mele și pot să-mi argumentez opinia
-  refuz categoric să fumez cînepă, iar faptul că băieții planifică un furt mă face și mai hotărît

#### **CE SPUNE LEGEA?**

*Circulația ilegală a substanțelor narcotice, psihotrope sau a precursorilor constă în fabricarea, păstrarea, comercializarea, consumul substanțelor narcotice sau psihotrope. Acest tip de infracțiune se pedepsește cu amendă în mărime de la 7200 pînă la 12600 lei sau cu închisoare de la 2 pînă la 12 ani.*

Art. 217 Cod Penal al RM



## Vineri

Este sfârșit de săptămână, nu am lecții de pregătit pentru mâine, nu știu cu ce să mă ocup. L-am sunat pe Radu, poate găsim împreună vreo ocupație. Ne-am amintit despre jocul cu praștia, când exersam să spargem niște sticle goale, pe care le aranjam la o anumită distanță. Așa am luat ambii câte o praștie și încercăm să țintim sticlele aduse special. După ce am spart toate sticlele, am început să țintim în diferite obiecte din jur: copaci, frunze, păsări. Întâmplător, am nimerit și în câteva geamuri, dar nu le-am stricat. Atunci am făcut pariu cu Radu cine va ajunge la geamul de la ultimul etaj. Am stricat câteva geamuri.



• dacă o activitate este distractivă, nu mă preocupă urmările ei pentru mine sau cei din jurul meu  
• pot să spun că este vina lui Radu și atunci părinții lui vor trebui să se descurce cumva

• așa cum nu ne-a văzut nimeni, Radu a propus să fugim din curte, să nu spunem nimănui ce s-a întâmplat, iar eu l-am ascultat

• am înțeles că înainte de a face ceva, trebuie să mă gândesc bine la posibilele consecințe  
• recunosc că eu am stricat geamul, îmi cer scuze, promit că nu o să fac așa ceva niciodată și îmi rog părinții să plătească instalarea geamului

### CE SPUNE LEGEA?

*Huliganismul reprezintă acțiuni intenționate care încalcă ordinea publică și arată lipsă de respect față de normele și valorile din societate, însoțite de amenințări sau aplicarea violenței asupra unor persoane. Huliganismul se pedepsește cu amendă în mărime de la 3600 pînă la 18000 lei sau cu închisoare de la 2 pînă la 8 ani.*

Art. 287 Cod Penal al RM

## Sîmbătă

Ce bine! Merg deseară la discotecă și o să mă distrez de minune. Mă voi întîlni cu prietenii. Ștefan, vecinul meu mai mic, va veni pentru prima dată la discotecă și, așa cum se obișnuiește la noi, va trebui să ne servească pe toți cu vin. Îmi amintesc că ultima dată cînd s-au consumat băuturi alcoolice la discotecă, a avut loc o bătaie între două grupuri de băieți și au fost distruse cîteva scaune din Casa de Cultură. Cred că ...



• fără niște vin distracția nu e distracție,  
de aceea accept bucurios  
• prin bătaia băieții își pot demonstra puterea,  
iar alcoolul îți dă curaj, de aceea mă implic

• asta nu-mi poate face nici un rău, deoarece toți  
prienții mei consumă alcool  
• voi bea doar un pahar de vin, ca să nu-l supăr  
pe Ștefan

• voi refuza să beau și le voi aduce aminte  
prienților despre bătaia ceea  
• a consuma alcool este un risc serios pentru  
sănătate, de aceea refuz și încerc să-i conving  
și pe prietenii mei să se abțină

#### **CE SPUNE LEGEA?**

*Vandalismul este distrugerea clădirilor, a diferitor încăperi sau nimicirea bunurilor în transportul public sau în alte locuri publice. Vandalismul se pedepsește cu amendă de pînă la 12600 lei sau cu muncă neremunerată în folosul comunității de la 100 pînă la 200 de ore, sau cu închisoare de pînă la 5 ani.*

Art. 288 Cod Penal al RM

## Duminică

Ar fi fost o zi excelentă, dacă nu m-aș fi întâlnit cu Aurel, colegul fratelui meu mai mare, care tocmai a fost eliberat de la colonia pentru minori din Lipcani. Era foarte disperat că a petrecut cei mai frumoși ani ai tinereții acolo, privat de libertatea de care mă bucur eu acum. M-a emoționat mult povestea lui și m-a făcut să mă gîndesc. Am analizat săptămîna care tocmai a trecut și mi-am dat seama că, dacă nu sunt responsabil de acțiunile mele, pot ajunge și eu ca Aurel - să nu am posibilitatea de a mă întâlni cu prietenii, a merge la discotecă, a-mi continua studiile, a găsi un loc de muncă și multe alte lucruri pe care vrea să le facă un tînăr.





## CARE ESTE ALEGEREA TA?

Cu toții avem diferite necesități și dorințe, pe care le putem realiza fără a jigni alte persoane și a încălca legea. Este important să înțelegem că fiecare este responsabil pentru consecințele comportamentului său. Sandu ți-a oferit și modele de comportament pozitiv. Alegerea însă rămîne a TA.


Să facem niște concluzii. După ce ai ales o singură variantă de comportament din cele prezentate la fiecare situație, uită-te ce culoare predomină în alegerile tale.


## ROȘU

 Pentru tine nu prea are importanță cum obții ceea ce vrei, de aceea poți utiliza chiar și agresivitatea verbală sau fizică. Consideri că drepturile tale sînt mai importante decît ale altora, aceasta te face să crezi că tu ai întotdeauna dreptate și să fii deseori ostil. În acest mod riști să încalci drepturile altor persoane și să-ți înrăutățești relațiile cu ceilalți, pentru că nimeni nu agreează persoanele care tind să-și impună opinia.


 De multe ori nu te gîndești la consecințele pe care le pot avea acțiunile tale, astfel riști să încalci regulile impuse de autorități (părinți, profesori, poliție) și să intri în conflict cu legea.





 *Ți se întâmplă să fii tentat să faci lucruri care sunt interzise, dar nu ești gata să-ți asumi responsabilitatea pentru acțiunile tale. Pentru a te elibera de responsabilitate recurgi la diferite modalități, care îți agravează, de fapt, situația.*


 *Deoarece realizarea propriilor dorințe este pentru tine prioritară și nu te prea interesează mijloacele prin care o faci, riști să pui în pericol sănătatea ta și pe cea a altor persoane.*

## **GALBEN**

 *Ai tendința să nu-ți exprimi opiniile și să nu-ți aperi interesele considerând că prin pasivitate vei fi acceptat de ceilalți. Dacă nu-ți aperi poziția, atunci când ea este diferită de cea a prietenilor, riști să fii văzut ca o persoană care nu are părerea sa și pe care nu se poate conta.*

 *Consideri că pasivitatea este manifestarea politeții sau bunătații, iar comportamentul opus este cel agresiv. Aceasta te face să eviți conflictele și să menții "pacea" cu orice mijloace, chiar în detrimentul propriei persoane.*

 *Deseori faptul că „ceilalți fac la fel” este pentru tine un argument ca să fii de acord cu aproape orice ți se propune. Atunci când nu analizezi de sine stătător lucrurile și nu opui rezistență la presiunea negativă, poți nimeri, fără să vrei, în situații pe care să le regreti mai târziu.*

 *De multe ori ești indiferent față de unele lucruri, chiar dacă ele te privesc și pe tine, iar informarea insuficientă și lipsa de activism te împiedică să te protejezi de anumii factori dăunători. În așa mod poți pune în pericol și securitatea altor persoane.*

## **VERDE**

☀ *Ai tendința să comunici constructiv, să-ți rezolvi non-violent neînțelegerile și să-ți exprimi opiniile și emoțiile fără a jigni pe alții. În acest mod respecti drepturile altor persoane și ai relații bune cu ceilalți.*

☀ *De fiecare dată analizezi posibilele urmări ale acțiunilor pe care le faci. Astfel manifesti responsabilitate pentru siguranța proprie și cea a comunității tale.*

☀ *Te informezi despre consecințele consumului de substanțe asupra ta și a celor din jur și aceasta te ajută să rezisti presiunii din partea altor persoane de a face lucruri care îți pun viața în pericol.*

☀ *Încerci să eviți situațiile în care siguranța ta este în pericol. În așa mod ai posibilitatea să te implicii și mai mult în activități constructive și să-ți folosești eficient timpul liber.*

☀ *Atunci când ai nevoie, apelezi la ajutorul altor persoane, iar prin aceasta arăți solidaritate cu ceilalți privind securitatea comunității în care trăiești.*

## POȚI CONTRIBUI LA SECURITATEA COMUNITĂȚII ÎN CARE TRĂIEȘTI!

### Cîteva modele de comportament responsabil

- ▶ Informează-te privind consecințele consumului de substanțe dăunătoare, aceasta te va ajuta să-ți motivezi refuzul de a le utiliza.
- ▶ Ține minte că alcoolul și alte droguri influențează negativ asupra conștiinței și comunicării tale, iar aceasta scade capacitățile tale de autoprotecție. Ca urmare, poți deveni mult mai ușor victima unui abuz fizic sau psihologic.
- ▶ Contribuie, prin exemplul propriu, la educarea elevilor din clasele mici în ceea ce privește respectarea drepturilor copiilor.



- ▶ Anunță părinții și profesorii despre toate incidentele de discriminare și violență, apărute în școală, pe care nu le puteți rezolva împreună cu colegii.

## Un exemplu de comunicare non-violentă

Rezolvă-ți neînțelegerile prin comunicare și cu respect față de alte persoane. Exersează exprimarea dorințelor tale prin mesaje asertive, care te ajută să-ți aperi drepturile fără a le încălca pe ale altuia.

1. Explică ceea ce te deranjează în comportamentul persoanei: „Asculți muzica atât de puternic încât nu pot să adorm...”
2. Exprimă-ți emoțiile: „Sunt supărat...”, „Mă simt iritat...”
3. Argumentează: „... pentru că abia am revenit dintr-o călătorie, sunt obosit și vreau să dorm”
4. Propune o soluție: „Te rog, ai putea să faci muzica mai încet sau să o asculți în căști?”

## Traseul încrederii în sine

**Pentru a rezista presiunii semenilor, atunci când nu vrei să faci ceva ce-ți este impus:**

- ▶ Dezvoltă-ți încrederea în forțele proprii.  
Dacă ai încredere în gândurile tale, poți analiza independent situația și stai ferm pe propriile poziții - te vor lăsa în pace.
- ▶ Fii atent la emoțiile și gândurile proprii, care te vor ajuta să procedezi așa cum crezi tu că este corect.
- ▶ Găsește-ți un prieten sau un coleg care îți împărtășește părerile. În doi, vă va fi mai simplu să rezistați presiunilor.

- ▶ Atunci cînd, pentru a te convinge, colegii îți spun: „Hai și tu! Uită-te că toți fac așa”, gîndește-te dacă vrei să fii ca toți sau vrei să-ți păstrezi individualitatea.
- ▶ Ține minte că persoanele care încearcă să-ți impună ceva, motivînd că-ți sunt prieteni, vor de fapt să profite de tine. Să știi că un prieten adevărat nu te poate sfătui să faci ceva riscant!



- ▶ Dacă îți este dificil să faci față presiunii din partea altor persoane, apelează la ajutorul unui adult în care ai încredere.

## **Harta timpului liber**

lată exemple de activități pe care le-ai putea face împreună cu prietenii când ai timp liber sau te plictisești:

- ▶ Organizați cu tinerii din localitate petreceri, parade, evenimente anti-alcool, anti-fumat.
- ▶ Căutați căi de a direcționa creativitatea copiilor spre activități non-distructive, cum sunt concursurile de desen, de invenții, colecții etc.
- ▶ Găzduiți un grup de elevi dintr-un sat vecin și apoi mergeți și voi la ei în ospeție. Organizați activități (concursuri, întreceri sportive, festivaluri muzicale) împreună cu tineri din localitatea vecină.
- ▶ Formați echipe pentru a îngriji un sector din centrul localității, unde să plantați arbori și flori, să reparați urnele de gunoi (cu ajutorul primăriei să le instalați acolo unde lipsesc), să supravegheați curățenia.
- ▶ Amenajați o zonă din localitate astfel ca tuturor tinerilor să le placă să-și petreacă acolo timpul liber (teren de joc, teren de sport, piață publică, alee, etc.).
- ▶ Discutați și analizați în clasă sau în grupul de prieteni, întâmplări și situații care vă deranjează. Propuneți soluții pentru rezolvarea lor. Alcătuiți o listă cu 10 lucruri pe care ați vrea să le schimbați în comunitatea voastră

și duceți-o primarului sau membrilor consiliului local. Stabiliți cum puteți lucra împreună cu ei asupra realizării conținutului acestei liste.

- ▶ Învață regulile de circulație și împărtășește cunoștințele cu prietenii și colegii. Învață o limbă străină și conversează în această limbă cu alți colegi care la fel o studiază. Practică diferite activități sportive.



## Cartea TA de buzunar

### O PERSOANĂ INFORMATĂ, SIGURĂ DE SINE, ACTIVĂ ȘI CU MULȚI PRIETENI POATE FACE FAȚĂ ORICĂREI SITUAȚII DE RISC!

**DACĂ DOREȘTI SĂ AFLI MAI MULTE DESPRE DREPTURILE  
COPILULUI, TE POȚI ADRESA LA URMĂTOARELE ORGANIZAȚII:**

- Fondul Națiunilor Unite pentru Copii (UNICEF) - **220034**
- Direcția pentru Protecția Drepturilor  
Copilului, mun. Chișinău - **242743; 242702**
- Centrul pentru Drepturile Omului din Moldova - **234800**
- Centrul de Informare și Documentare privind  
Drepturile Copilului din Moldova (CIDDC) - **716598; 747813**
- Institutul de Reforme Penale, linia fierbinte - **212313**
- Centrul Național de Resurse pentru Tineri - **211605; 238891**
- Centrul Național de Prevenire a Abuzului  
față de Copii (CNPAC); Centrul de Asistență  
Psihosocială a Copilului și Familiei "AMICUL" - **758806; 756787**

La elaborarea acestei carti au contribuit:

Viorica Afteni, Cezar Gavriluic, Veaceslav Luca, Daniela Platon

Machet & Design - Ion Axenti

Desene - Stela Damaschin-Popa

Aceasta ediție a apărut cu suportul  
financiar al Reprezentanței UNICEF în Republica Moldova.  
Punctele de vedere expuse aici nu reprezintă neapărat  
opinia instituției finanțatoare.