

# Adolescența este mai frumoasă în siguranță!

[www.12plus.md](http://www.12plus.md)



Acest material a fost tipărit în cadrul proiectului „Facilitarea accesului copiilor refugiați din Ucraina la un mediu sigur de trai și educație, pentru o integrarea socială sigură”, implementat de Centrul Național de Prevenire a Abuzului față de Copii cu suportul UNHCR.





## Dacă ai 12+, felicitări, ești adolescent/ă!

Ai atins vârsta când e firesc să ai nevoi specifice adolescenței:

- să arăți bine, să fii remarcat/ă și să plăci celor din jur;
- să fii în pas cu moda, să fii cool;
- să iubești și să fii iubit/ă;
- să comunici și să fii înțeleș/ă, acceptat/ă;
- să ai libertatea de a lua decizii;
- să ai banii proprii pe care să-i cheltuiești independent.

**Nevoile pe care le avem și dorințele noastre joacă un rol important în procesul de luare a deciziilor. Știi cum să te asiguri că odată cu satisfacerea acestor nevoi nu îți pui în pericol siguranța?**

- Când vorbim despre decizii importante, acordă-ți timp suficient pentru a analiza consecințele și a le discuta cu persoane de încredere;
- Părerea și opiniile tale sunt la fel de importante ca opiniile celorlalți. Ține cont de faptul că celălalt, nu are de unde să știe ce simți dacă nu vorbești despre asta;
- Persoanele rău intenționate cunosc nevoile adolescenților și le folosesc pentru a crea o aparentă relație de încredere, prietenie, astfel se asigură că nu le vei refuza propunerile. Analizează atent intențiile celor care intră în contact cu tine;
- Atunci când în schimbul atenției, cadourilor, sau timpului petrecut împreună îți se cere să treci peste niște limite sau convingeri personale, exprimă cu încredere ceea ce simți și nu tolera abuzul!

### Fă alegerea corectă.

### Adolescența este mai frumoasă în siguranță

Ești sau cunoști adolescenți în situații de risc? Semnalează, te ajutam!  
Contactează Centrul Național de Prevenire a Abuzului față de Copii  
la **078 000 480** ori apelează Telefonul Copilului 116 111.  
Serviciile sunt gratuite și confidențiale.