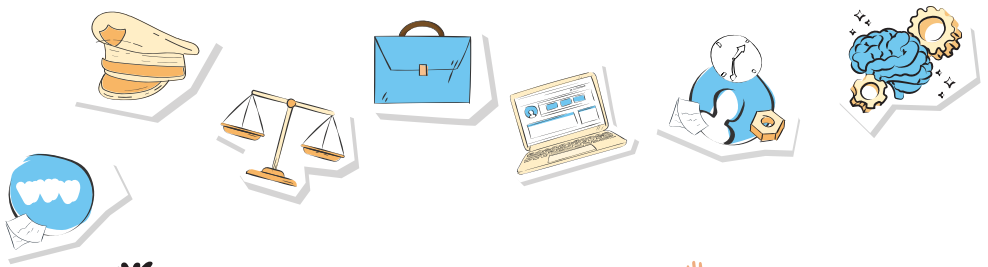


# Zina Ștafetei



## GHID PENTRU ADOLESCENȚI ȘI TINERI



Finanțat de  
Uniunea Europeană



MINISTERUL EDUCAȚIEI  
ȘI CERCETĂRII  
AL REPUBLICII MOLDOVA



Terre des hommes  
Sprijin copiilor.

Proiect implementat de Terre des hommes, biroul România și Moldova



Finanțat de  
Uniunea Europeană



MINISTERUL EDUCAȚIEI  
ȘI CERCETĂRII  
AL REPUBLICII MOLDOVA



Terre des hommes

Sprijin copilor.

Proiect implementat de Terre des hommes, biroul România și Moldova

Ghidul Zilei Ștafetei a fost elaborat de Fundația Terre des hommes România și adaptat de Terre des hommes Moldova în cadrul proiectului „JOBOTECA – program pilot de pregătire a tinerilor din Moldova pentru piața muncii”, finanțat de Uniunea Europeană și implementat de Terre des hommes, biroul din România și cel din Moldova, în parteneriat cu Ministerul Educației și Cercetării al Republicii Moldova.

Opiniile exprimate în ghid aparțin autorilor și nu reflectă neapărat poziția donatorilor.

**Autor:** Terre des hommes România

**Adaptare și coordonare:** Dumitrița Butnaru, Tdh Moldova

**Design:** InBox

**Imprimare:** Bons Offices

# Cuprins



<b>Ce este Ziua Ștafetei?</b>	<b>2</b>
Ce înseamnă să participi la Ziua Ștafetei?	<b>3</b>
Cum să te pregătești pentru Ziua Ștafetei?	<b>4</b>
Ce se întâmplă în ziua predării-preluării ștafetei?	<b>5</b>
<b>Jurnal de bord</b>	<b>6</b>
Ce este Ziua Ștafetei pentru tine?	<b>7</b>
Cuprinsul jurnalului	<b>8</b>
Participă în această zi	<b>9</b>
Urmează pașii pentru a-ți pregăti această zi	<b>12</b>
Află ce poți face la „locul tău de muncă”	<b>15</b>
Descoperă programul zilei	<b>17</b>
Asigura-te că vei fi bine	<b>18</b>
Manifestă-ți creativitatea și curiozitatea	<b>19</b>
Exprimă-ți gândurile și emoțiile la început de drum	<b>21</b>
Efectuează inventarul așteptărilor și al temerilor tale	<b>23</b>
Explorează locul de muncă pentru care dorești să preiei „cârma”	<b>25</b>
Împărtășește-ți impresiile	<b>26</b>
<b>Date de contact</b>	<b>27</b>
<b>Notițe</b>	<b>28</b>



# Ce este Ziua Ștafetei?



**Ziua Ștafetei** are loc în fiecare an, în preajma zilei de 20 noiembrie, ziua în care Organizația Națiunilor Unite a adoptat un document ce specifică drepturile pe care tu și alți copii și tineri le aveți, indiferent unde trăiți în lume!



În România și în Moldova, Fundația Terre des hommes și partenerii săi recunosc potențialul deosebit al copiilor și tinerilor și celebrează această zi prin organizarea **Zilei Ștafetei**.



**Ziua Ștafetei** este un eveniment creat pentru tine, pentru a le reaminti adulților că ai dreptul să-ți alegi profesia și să-ți spui opiniile de pe acum, fiind încă elev/ă. Probabil ai fost întrebat/ă nu o dată: „Ce vrei să te faci când vei fi mare?”.

**Ziua Ștafetei** este ocazia perfectă de a răspunde prin fapte acestei întrebări. Dacă ai între 12 și 18 ani, vei alege ce profesie vrei să încerci, iar un coordonator (profesor) va căuta un mentor din acel domeniu, care să-ți „predea ștafeta” pentru o zi. Suntem entuziasmați pentru tine, va fi o experiență frumoasă!



# Ce înseamnă să participi la Ziaua Ștafetei?



1

Coordonatorul grupului din care faci parte te va întreba ce meserie/profesie ai vrea să încerci.

2

Apoi îți va căuta un mentor – o persoană care are deja meseria/profesia pe care îți dorești să o încerci și care îți poate arăta ce presupune aceasta într-una dintre zilele alocate evenimentului.

3

Viitorul tău mentor va propune ziua și orele în care îți va preda ștafeta.

4

În cazul în care coordonatorul tău nu va putea găsi un mentor doar pentru tine, vei putea merge cu alți colegi din grup la un alt mentor a cărui meserie te-ar putea interesa.



# Cum să te pregătești pentru Ziua Ștafetei?



Cere-le acordul părinților să participi la Ziua Ștafetei – coordonatorul tău îți va da câteva documente pe care ei trebuie să le semneze.

Coordonatorul te va anunța când ți-a găsit un mentor, în ce zi și la ce oră îți va preda ștafeta.

Pregătește-ți o listă de întrebări pentru mentor. Ce ai vrea să știi legat de profesia lui? Ce ți-ar plăcea să-ți arate?

Cere-i unuia dintre părinți să te însoțească când vei prelua ștafeta sau să aleagă pe cineva de încredere care să vină în locul său.

# Ce se întâmplă în ziua predării - preluării ștafetei?



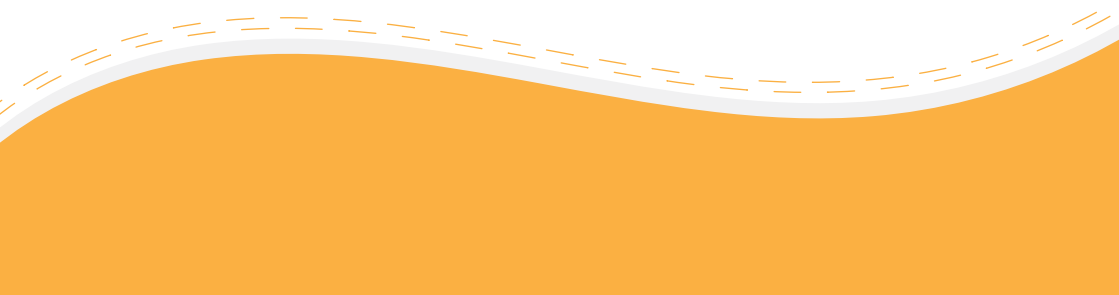
În ziua și la ora stabilită, însoțit de unul dintre părinți sau de un alt adult ales de părintele tău/părinții tăi, trebuie să ajungi la locul de muncă al mentorului.

Bucură-te de ceea ce se întâmplă, fii tu însuți/însăși, pune întrebările pe care le-ai pregătit, fă o poză cu mentorul tău. E ziua ta, ziua predării ștafetei.

Odată ajuns/ă aici, ești pe mâine bune.

Ca să îți fie mai ușor, ți-am pregătit și un Jurnal de bord care să te însoțească în pregătirea acestei zile și care să-ți reamintească, peste ani, cum te-ai implicat și, mai ales, că **vocea copiilor și a tinerilor contează.**

# Journal de bord

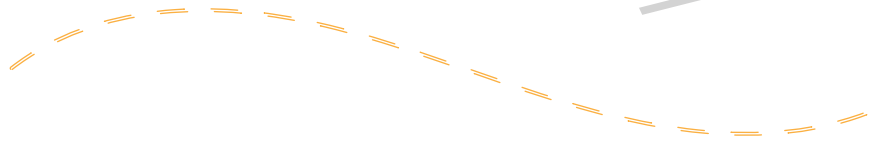




# Ce este Ziua Ștafetei pentru tine?

Bifează pe lista de mai jos enunțurile care descriu cel mai bine viziunea și sentimentele tale.

J U R N A L D E B O R D	AVENTURĂ	<input type="checkbox"/>	DESCOPERIRE	<input type="checkbox"/>
	BUCURIE	<input type="checkbox"/>	OPORTUNITATE	<input type="checkbox"/>
	MISIUNE	<input type="checkbox"/>	PRIETENIE	<input type="checkbox"/>
	EXPERIENȚĂ	<input type="checkbox"/>	SCHIMBARE	<input type="checkbox"/>
	NERĂBDARE	<input type="checkbox"/>	DEZVOLTARE	<input type="checkbox"/>
	EXPLORARE	<input type="checkbox"/>	EXPRIMARE	<input type="checkbox"/>
	WISE ÎMPLINITE	<input type="checkbox"/>	DRUM DESCHIS	<input type="checkbox"/>
	PARTICIPARE	<input type="checkbox"/>		



# Cuprinsul jurnalului

1

Participă în această zi.

2

Urmează pașii pentru pregătirea acestei zile.

3

Află ce poți face la „locul tău de muncă”.

4

Descoperă programul zilei.

5

Asigură-te că vei fi bine.

6

Manifestă-ți creativitatea și curiozitatea.

7

Exprimă-ți gândurile și emoțiile la început de drum.

8

Efectuează inventarul așteptărilor și al temerilor tale legate de Ziua Ștafetei.



9

Explorează locul de muncă pentru care dorești să preiei „cârma”.

10

Împărtășește-ți impresiile.

# I. Participă în această zi

Ziua Internațională a Drepturilor Copilului semnifică aniversarea semnării Convenției cu privire la drepturile copilului, document semnat pe 20 noiembrie 1989. Cu acest prilej, un număr mare de evenimente sunt organizate în toată lumea de guverne și, mai ales, de către societatea civilă (asociații și ONG-uri), care protejează drepturile copilului.

În România și Moldova, Fundația Terre des hommes și partenerii săi dedică această zi **participării copiilor și tinerilor**. Dreptul copiilor de a participa a fost stipulat în Convenția Internațională a Drepturilor Copilului (articolul 12). Participarea copiilor reprezintă implicarea lor voluntară în chestiuni care îi privesc în mod direct sau indirect, indiferent de situația lor socio-economică, de apartenență la anumite grupuri defavorizate sau grupuri de risc. Copiii au, astfel, dreptul „să-și exprime liber o părere în toate domeniile care îi privesc și această părere trebuie luată în considerare” și respectată în interesul superior al copilului atunci când se ia o hotărâre.

Participarea copiilor și tinerilor nu este posibilă fără existența unor condiții minime care să asigure crearea unui mediu favorabil implicării acestora, un mediu în care să se simtă ocrotiți și încurajați să-și exprime în mod liber opiniile. Astfel, pentru această zi se dorește crearea unor spații și oportunități destinate vouă, copiilor și tinerilor, cu scopul de a vă exprima punctele de vedere și de a colabora cu adulții.

**Ziua Ștafetei** este un prilej pentru sărbătorirea drepturilor copiilor și tinerilor, în special a dreptului la participare, șansă pe care și tu o poți avea prin „preluarea” slujbei unei persoane pe care o admiri. Ziua de 20 noiembrie va fi o zi specială de celebrare a potențialului tău extraordinar și a dreptului tău de a participa, de a-ți exprima liber opiniile asupra oricărei probleme care te privește direct.

În această zi îți se va preda „ștafeta” profesiei (meseriei, slujbei, locului de muncă, postului) la care visezi, o experiență captivantă și prețioasă la care te invităm să participi pentru că:

opiniile și contribuțiile tale vor fi recunoscute și apreciate;

vei câștiga încredere și idei pentru viitorul tău;

vei avea șansa să iei decizii importante;

vei căpăta noi abilități și cunoștințe;

vei explora cu adevărat ceea ce presupune o anumită slujbă;

vei înțelege cum funcționează anumite departamente din diverse organizații / instituții / companii;

vei învăța din experiența și expertiza mentorilor;

vei înțelege cum sunt distribuite rolurile într-o instituție / firmă / organizație;

vei realiza că există o legătură strânsă între educația primită la școală și orice viitor loc de muncă;

vei cunoaște cerințele pentru locul de muncă pe care ți-l dorești;

vei realiza importanța continuării studiilor gimnaziale, liceale și universitare;

îți vei putea exprima creativitatea și interesele în alte medii decât în cele în care ești obișnuit/ă;

și vei vedea că sunt mult mai multe motive pe care le vei descoperi singur/ă odată ce vei porni în căutarea lor.

## PENTRU NOI, ADULȚII, PARTICIPAREA TA LA VIAȚA SOCIETĂȚII ESTE EXTREM DE IMPORTANTĂ PENTRU CĂ:

ai drepturi depline de a participa la schimbarea și dezvoltarea societății;

ideile tale ne pot ajuta să construim împreună tipuri de politici și servicii sociale mai bune pentru copii și tineri.



## 2. Urmează pașii pentru a-ți pregăti această zi

### PASUL 1.

Alege o meserie pe care ai dori să o ai și împărtășește această alegere părintelui sau mentorului care te va sprijini de-a lungul acestei experiențe.



Care crezi că ar fi resursele și calitățile ce te-ar face potrivit/ă pentru această meserie?

Oportunitățile de învățare



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Obstacolele pe care trebuie să le depășesc

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

A circular icon with a blue background, featuring a white construction barrier with diagonal stripes, flanked by stylized leaves in yellow and light blue.

## Meseria aleasă

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

A circular icon with a blue background, featuring a white briefcase, flanked by stylized leaves in yellow and light blue.

## PASUL 2.

Planifică activitățile pe care dorești să le faci în ziua respectivă. A planifica ziua înseamnă a te asigura că vei profita la maximum de ziua în care ți se predă ștafeta. Dacă există ceva ce chiar ai vrea să faci, întreabă dinainte, pentru ca organizația / instituția / compania să poată verifica dacă este posibil să includă acea activitate pentru tine în planul sau în agenda zilei.

Asigură-te că ai primit în avans programul pentru ziua respectivă sau că l-ai stabilit din timp împreună cu organizația / instituția / compania respectivă, astfel încât să știi la ce să te aștepti și ca să știi cui să te adresezi dacă ai vreo problemă sau întrebare.

Activitățile pe care dorești să le faci în ziua respectivă

---

---

---

---

---

## PASUL 3.

După Ziaua Ștafetei, este foarte important să găsești cea mai bună modalitate de a-ți împărtăși impresiile și, totodată, de a primi feedback-ul organizației / instituției / companiei sau al mentorului care te-a sprijinit și ți-a predat ștafeta. Te sfătuim, de asemenea, să comunicăm și cu persoana care te-a însoțit pe parcursul acestei zile importante.





### 3. Află ce poți face la „locul tău de muncă”

Pentru a înțelege meseria mentorului, atribuțiile, abilitățile și competențele necesare postului respectiv, ai posibilitatea, în funcție de disponibilitatea acestuia, să participi la îndeplinirea unor activități specifice postului ocupat. Mentorii vor pregăti pentru tine o fișă a postului, document ce conține informații despre sarcinile și responsabilitățile pe care le vei avea la locul de muncă pentru o zi.

#### TIPURI DE EXPERIENȚE PE CARE LE POȚI TRĂI DE ZIUA ȘTAFETEI:

##### • OBSERVAREA ACTIVITĂȚII MENTORULUI

Însoțești, asisti mentorul în ziua respectivă, îi observi activitățile cotidiene la locul său de muncă și înveți în ce constă profesia aleasă de tine. Pentru a profita la maxim de experiență, **adrează cât mai multe întrebări**, află despre oportunitățile profesionale și de învățare, despre activitățile și responsabilitățile, beneficile și provocările pe care locul de muncă ales le presupune. Astfel, îți vei da seama despre avantajele și dezavantajele meseriei.

În perioada de timp convenită cu mentorul pentru desfășurarea activității respective, poți asista la ședințele de lucru, poți observa diversele interacțiuni dintre personalul organizației / instituției / companiei și clienții sau beneficiarii diverselor servicii.



## • EXPERIMENTAREA

Vei avea ocazia să practici cu adevărat meseria aleasă! În funcție de atribuțiile postului, ai putea avea ocazia de a participa la întâlniri de lucru, la redactarea de documente și scrisori, la antrenamente sau diverse simulări, la activități creative sau repetiții artistice ale unor formații muzicale sau spectacole, la crearea și promovarea unor produse tehnice sau de marketing și așa mai departe.

Experiența va fi cu siguranță inedită, iar tu trebuie să fii gata să o transformi într-una extraordinară, prin atitudinea ta deschisă și dornică de a învăța și experimenta. Mentorul îți va fi aproape pe parcursul întregii zile, pentru a te ghida, astfel încât să te bucuri și să explorezi la maxim această oportunitate.



## • PARTICIPAREA LA SOLUȚIONAREA UNEI/UNOR PROVOCĂRI

Organizația / instituția / compania este dispusă să te invite să participi la luarea decizilor într-un mediu deschis și de sprijin. Ți se va prezenta o provocare sau o situație specifică domeniului de activitate pe care angajații doresc să o rezolve. Aceștia te vor ruga să participi și să propui o recomandare care va ajuta la soluționarea situației. Astfel, va trebui să afli cât mai multe informații, să abordezi problema din cât mai multe puncte de vedere, să te documentezi și să pui întrebări înainte de a veni cu o propunere.

Îți recomandăm să îți prezinți deschis punctul de vedere, pentru că acesta e foarte important și ar putea să-i ajute mult pe adulții direct implicați în respectiva problemă.



## 4. Descoperă programul zilei

**EVENIMENTUL DEDICAT ACESTEI ZILE ESTE  
FORMAT DIN DOUĂ ETAPE:**

1

**Etapa în care ai posibilitatea să fii ceea ce îți dorești**, prin exercitarea profesiei / meseriei alese. Această activitate se desfășoară în cadrul organizației / instituției / companiei în prima parte a zilei. Vei avea ocazia să împarți propriile cărți de vizită persoanelor pe care le vei cunoaște, prin interacțiunile de pe parcursul zilei.

2

**Etapa în care te întâlnești cu ceilalți copii/ tineri și mentori**, pentru a vă împărtăși experiențele și pentru a sărbători succesul. Această activitate este organizată după-amiaza, într-un cadru festiv, unde pot fi și reprezentanți din mass-media, interesați să afle de la tine impresiile despre postul pe care l-ai ocupat. Tot la această etapă îți se va înmâna și un certificat de participare și veți face poze, ce vor putea fi păstrate de tine în paginile acestui jurnal de bord.



## 5. Asigură-te că vei fi bine

Pentru ca Ziua Ștafetei să fie pe placul tău, este important ca tu să fii în siguranță și să vorbești cu persoanele pe care le cunoști despre ceea ce te îngrijorează. Mentorii și însoțitorii sunt persoane de încredere și instruite pentru a-ți fi la dispoziție în această zi și pentru a ști ce faci în fiecare fază sau moment al zilei.

Dacă consideri că activitățile din această zi sunt plictisitoare, grele sau supărătoare și dacă nu ești de acord să te implici într-o anumită activitate, nimeni nu are dreptul să te oblige să continui. Dacă ai o problemă sau ești îngrijorat/ă și nu te simți confortabil/ă vorbind cu persoanele din preajma ta în ziua respectivă, este important să soliciți să vorbești cu un adult despre care știi că te va asculta și te va ajuta oricând îi ceri sprijinul (părintele care te însoțește, însoțitorul sau un alt adult de încredere).



## 6. Manifestă-ți creativitatea și curiozitatea



În ziua preluării ștafetei este recomandat să fii punctual/ă (să ajungi la ora și la locul stabilit din timp cu mentorul).



Ai ocazia să cunoști diverse persoane, așa că este indicat să îndrăznești să adresezi întrebări, să fii atent(ă) și să respecti instrucțiunile primite, să îți exprimi părerea / opinia despre activitatea pe care o observi sau o practici.



Îți poți pregăti de acasă o listă cu întrebări pe care să le pui mentorului, pentru a obține mai multe informații, dar poți, de asemenea, să fii spontan/ă și să îți formulezi întrebările în timpul activităților din ziua respectivă.





## EXEMPLE DE ÎNTREBĂRI:

- 1 Cum trebuie să vă îmbrăcați la serviciu?
- 2 Îmi puteți explica ce aveți de făcut într-o zi obișnuită de lucru?
- 3 Ce vă place cel mai mult la slujba dumneavoastră?
- 4 Ce ați dori să mă învățați?
- 5 Câte apeluri și emailuri primiți într-o zi?
- 6 Ce nu vă place la slujba dumneavoastră?
- 7 Ce faceți dacă nu puteți rezolva o problemă?
- 8 Ce trebuie să facem la întâlnirea la care vom merge?
- 9 Cât durează să vă pregătiți pentru serviciu, zi de zi?
- 10 Care sunt calitățile necesare pentru această slujbă?
- 11 Aproximativ, cât câștigați și ce faceți cu banii?
- 12 Ce vârstă aveți când v-ați angajat?
- 13 Care dintre materiile / subiectele învățate la școală vă ajută cel mai mult la serviciu?

## 7. Exprimă-ți gândurile și emoțiile la început de drum

1. Mă numesc \_\_\_\_\_,  
sunt din localitatea \_\_\_\_\_,  
am \_\_\_\_\_ ani și sunt în clasa \_\_\_\_\_

2. Am aflat despre evenimentul „Ziua Ștafetei” de la \_\_\_\_\_

3. Cred despre organizarea acestui eveniment că \_\_\_\_\_

4. Mi-am dorit să particip în această zi, pentru că \_\_\_\_\_

5. Acest eveniment mă duce cu gândul la \_\_\_\_\_

și mă face să mă simt \_\_\_\_\_

6. Mi-ar plăcea ca în această zi să \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

7. Va fi o provocare pentru mine să \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

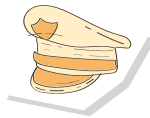
8. Pe parcursul acestei zile îmi propun să \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_






## 8. Efectuează inventarul așteptărilor și al temerilor tale legate de Ziua Ștafetei

---

AȘTEPTĂRI	TEMERI
	



AȘTEPTĂRI

2

TEMERI

2



AȘTEPTĂRI

3

TEMERI

3

# 9. Explorează locul de muncă pentru care dorești să preiei „cârma”



Această pagină despre meseria dorită poate fi completată de tine pe parcursul desfășurării evenimentului.

CE ȘTIU?

---

---

---

---

---

---

---

---

CE VREAU SĂ ȘTIU?

---

---

---

---

---

---

---

---

CE AM ÎNVĂȚAT?

---

---

---

---

---

---

---

---

# 10. Împărtășește-ți impresiile

Alege momentele din timpul zilei care ți-au atras atenția cel mai mult și notează-ți părerea despre acestea.

Ora	Activitatea	Observații	Impresii personale



# DATE DE CONTACT



## DATE DE CONTACT MENTOR:

Nume și prenume: \_\_\_\_\_

Funcția: \_\_\_\_\_

Organizația / instituția / compania: \_\_\_\_\_

Adresa: \_\_\_\_\_

Număr de telefon: \_\_\_\_\_

Adresă de e-mail: \_\_\_\_\_

Website: \_\_\_\_\_

## DATE DE CONTACT ÎNSOȚITOR:

Nume și prenume: \_\_\_\_\_

Funcția: \_\_\_\_\_

Organizația / instituția / compania: \_\_\_\_\_

Adresa: \_\_\_\_\_

Număr de telefon: \_\_\_\_\_

Adresă de e-mail: \_\_\_\_\_

## DATE DE CONTACT ORGANIZATORI:

Nume și prenume: \_\_\_\_\_

Funcția / instituția: \_\_\_\_\_

Număr de telefon: \_\_\_\_\_

## TELEFOANE UTILE:

**Urgențe: 112**

**Telefonul Copilului: 116 111**





Fundația Terre des hommes este cea mai importantă organizație elvețiană de ajutorare a copiilor. Fondată în 1960, organizația participă anual la eforturile internaționale de a îmbunătăți calitatea vieții a milioane de copii vulnerabili din întreaga lume.

Tdh activează în Republica Moldova din 2004, fiind dedicată protecției copiilor. Programele Tdh sunt orientate spre asigurarea ca toți copiii și tinerii din țară să beneficieze de un sistem care le poate garanta supraviețuirea, protecția, dezvoltarea și participarea la evenimentele sociale, educaționale, culturale și de sănătate care îi privesc.

### **Terre des hommes Moldova**

str. Nicolae Iorga, 6, ap. 3,  
MD-2009, Chișinău, Moldova

**Tel:** +373 22 238 039; **e-mail:** [mda.office@tdh.org](mailto:mda.office@tdh.org)

[tdh.md](http://tdh.md) | [tdh.org](http://tdh.org)  
[facebook.com/tdhmoldova](https://facebook.com/tdhmoldova)  
[stopbullying.md](http://stopbullying.md) | [childhub.org](http://childhub.org)



# Zina Ștafetei

**GHID PENTRU ADOLESCENȚI ȘI TINERI**



Finanțat de  
Uniunea Europeană



MINISTERUL EDUCAȚIEI  
ȘI CERCETĂRII  
AL REPUBLICII MOLDOVA



Terre des hommes  
Sprijin copiilor.

Proiect implementat de Terre des hommes, biroul România și Moldova