



**Joc Responsabil**

Mizează pe echilibru!



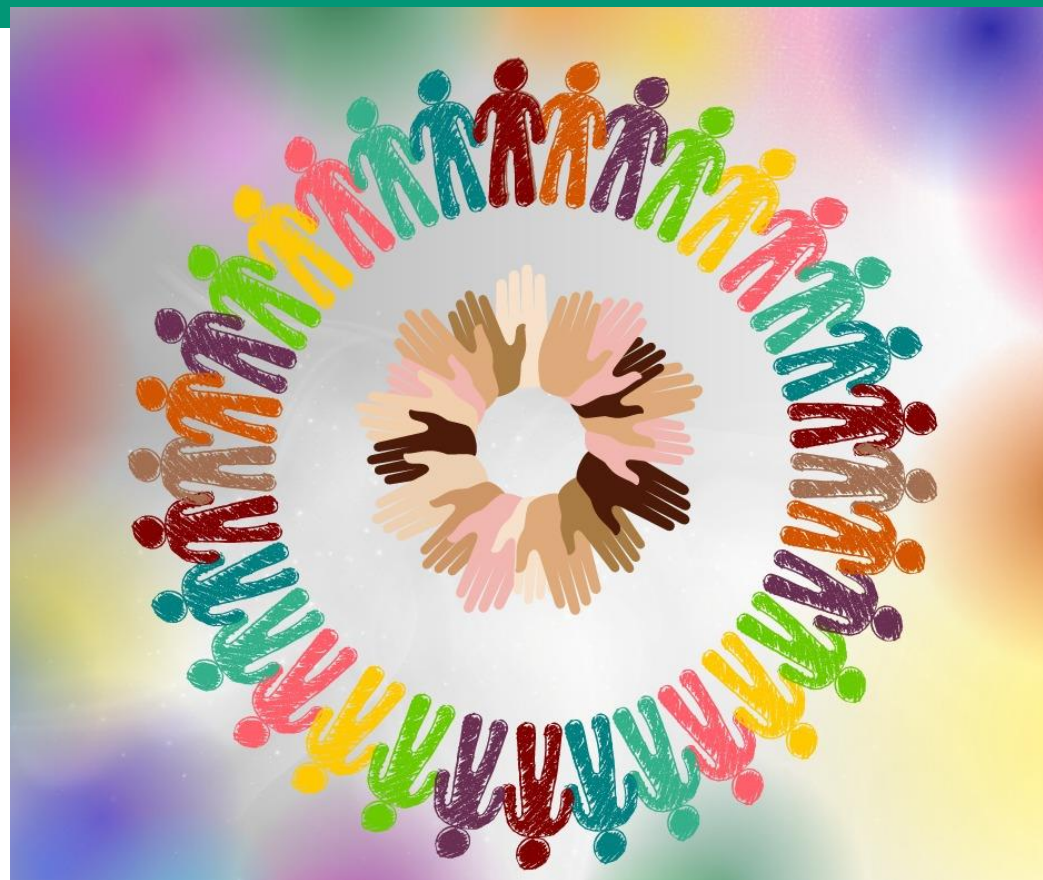
Proiect cofinanțat de  
Primăria Sectorului 2

**PRIMĂRIA  
SECTORULUI 2**  
MUNICIPIUL BUCUREȘTI

Navigând în siguranță:  
Prevenirea dependenței de jocuri de noroc,  
tehnologie și combaterea  
bullying-ului pentru tineri

*Un proiect conceput de Asociația Joc Responsabil, implementat cu  
sprijinul Inspectoratul Școlar al Sectorului 2 și cofinanțat de Primăria  
Sectorului 2 București*

# Navigând în siguranță



**Cum să construim o comunitate sănătoasă**

**Rolul fiecăruia dintre voi în prevenirea și combaterea dependenței de jocuri de noroc, de tehnologie și a bullying-ului contează!**

**Cum facem acest lucru?**

# Prevenirea și combaterea dependenței de jocuri de noroc

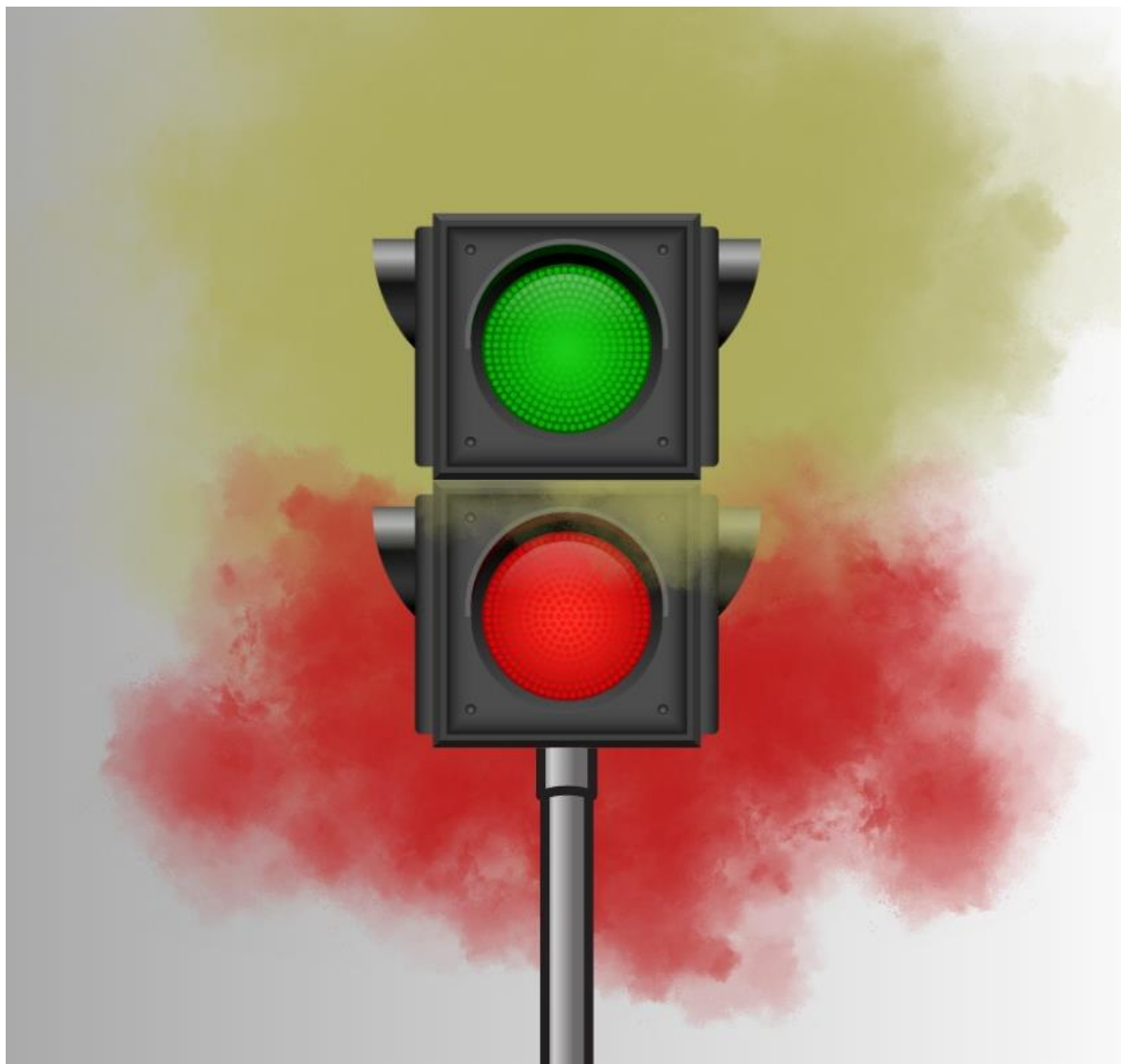
- **Conștientizarea:** Informarea proprie și discutarea despre riscurile asociate jocurilor de noroc
- **Încurajarea activităților alternative:** Promovarea și participarea la activități recreative sau hobby-uri care nu implică jocuri de noroc
- **Intervenție timpurie:** Observarea și abordarea semnelor de dependență în rândul prietenilor și familiei, oferindu-le sprijin și resurse

# Prevenirea și combaterea dependenței de tehnologie

- **Limitarea timpului petrecut online:** Stabilirea unor limite clare pentru utilizarea tehnologiei și încurajarea pauzelor frecvente
- **Activități în afara ecranelor:** Promovarea și angajarea în activități care nu implică ecrane, cum ar fi sportul, cititul sau petrecerea timpului în natură
- **Educație digitală:** Participarea la ateliere sau seminare care prezintă utilizarea sănătoasă a tehnologiei

# Combaterea bullying-ului

- **Educație și sensibilizare:** Participarea la sesiuni de instruire privind recunoașterea și abordarea bullying-ului
- **Încurajarea comunicării deschise:** Crearea unui mediu în care tinerii se simt în siguranță să împărtășească experiențele lor
- **Modelare pozitivă:** Demonstrația de comportamente respectuoase și încurajarea empatiei în toate interacțiunile
- **Intervenție:** Dacă observi acte de bullying, este bine să intervii sau să cauți ajutor de la autorități sau profesioniști



---

**Construirea unei culturi  
pozitive în comunitate și în  
mediul online**

# Stabilirea normelor comunitare

- **Promovarea valorilor:** Încurajarea empatiei, respectului, integrității și responsabilității ca fiind fundamentele interacțiunilor dintre voi și colegii voștri, prieteni, familie
- **Implicare:** Organizați ateliere, dezbateri și activități pentru a discuta și a încuraja valorile comunitare



# Eticheta digitală și responsabilitatea online

- **Educația:** Învățarea și promovarea principiilor de bază ale etichetei digitale, cum ar fi respectul pentru intimitate, evitarea limbajului ofensiv și verificarea surselor înainte de partajare
- **Intimitate și securitate:** Conștientizarea importanței protejării datelor personale și a evitării supra partajării online
- **Combaterea dezinformării:** Încurajarea verificării informațiilor înainte de a le distribui și a discutării deschise a subiectelor controversate

# Rolul liderilor și influențatorilor

- **Modele de urmat:** Identificarea și promovarea liderilor comunității care exemplifică valorile și comportamentele dorite
- **Mentorat și ghidare:** Crearea de programe prin care tinerii pot fi ghidați de persoane cu experiență și integritate
- **Influențatorii în mediul online:** Abordarea influențatorilor populari pentru a promova o cultură digitală pozitivă și a combate comportamentele dăunătoare



Proiect cofinanțat de  
Primăria Sectorului 2

**PRIMĂRIA  
SECTORULUI 2**  
MUNICIPIUL BUCUREȘTI

Vă mulțumim pentru atenția voastră!  
Promovați o comunitate sănătoasă!



**Joc Responsabil**  
Mizează pe echilibru!

