

FĂRĂ TABU

Buletin informativ

Nr. 2 (112), februarie 2011

Din cuprins:

Interviu cu
Eduard Mihalaș... pag 1

O săptămână de
informare pentru
prevenirea cancerului
de col uterin pag 2

Noi parteneriate pentru
rețeaua Y-PEER... pag 2

Îndrăgostiți și
sănătoși- concurs
de eseuri pag 4

O noua echipă de
Y-PEERi va fi instruită
în Chișinău pag 4

“Valentine’s day”
flash mob în Drochia
și Căușeni pag 5

De ce facem
voluntariat? pag 5

Trucuri
interesante pag 6

Întrebări și
răspunsuri pag 7

Anunțuri pag 8



**Eduard Mihalaș- membru de birou a Consiliului Național
a Tineretului din Moldova (CNTM)**

„E puțin să fii bun, trebuie să fii cel mai bun”

Eduard, ești unul dintre cei mai cunoscuți tineri în domeniul activităților de voluntariat, cum ai reușit și de unde începe totul?

Totul a început încă de când aveam vreo 12 – 13 ani, când am fost ales de către copiii și tinerii din gimnaziul meu, Primar al Consiliului Local al Copiilor și Tinerilor. La acea etapă m-am implicat activ în dezvoltarea comunității, atragerea de proiecte etc. La 14 ani am fost selectat într-un mare proiect, rețeaua Y-PEER Moldova, în cadrul căruia mi-am dezvoltat abilitățile de formator și promotor al unui mod sănătos de viață. Rețeaua Y-PEER Moldova la acea vreme, era coordonată de Asociația “Tinerii pentru dreptul la viață” (TDV). Iată de aici începe experiența mea de lucru în domeniul voluntariatului și,

ulterior, în domeniul politicilor de voluntariat și de tineret.

Care a fost secretul succesului tău și ce te-a ajutat cel mai mult? Cine au fost oameni care te-au susținut și te-au încurajat?

Dacă credeți că voi spune acum o formulă magică care ar reprezenta cheia succesului, va trebui să vă dezamăgesc. Eu cred că fiecare tinăr are o formula proprie a succesului. Formula pe care am utilizat-o eu a fost multă muncă, uneori chiar prea multă © și încercarea de a fi mereu obiectiv în activitatea profesională. Nu am avut rude, altfel spus “pile” care să mă susțină sau ofere support în dezvoltarea mea. Eu am învățat că tot ceea ce-mi doresc pot obține doar prin

implicarea mea activă, prin muncă și inspirație. Acest lucru a dus la aceea că în prezent orice scop nu a-și avea, mai devreme sau mai târziu, reușesc să-l ating.

Pentru a crește profesional, ai nevoie de oameni care să-ți ofere mereu un feedback și să te crească zi cu zi. În cadrul asociației TDV au fost persoane cu care am lucrat cot la cot peste 5 ani, și datorită cărora am reușit să cresc de la funcția de voluntar, până la cea de Director Executiv. Acum în CNTM am parte de o echipă deosebită, cu care-mi face plăcere să lucrez cot la cot. Cu siguranță însă, oamenii care m-au susținut și încurajat este familia mea și prietenii pe care-i am, lucru pentru care le mulțumesc.

Tu ai fost cel care a lucrat luni întregi la

O săptămână de informare pentru prevenirea cancerului de col uterin

În perioada 23-29 ianuarie 2011, în Republica Moldova, la fel ca și în alte țări europene, s-a desfășurat Săptămâna de informare împotriva cancerului de col uterin. În instituțiile medicale republicane au fost distribuite materiale informative despre riscurile și modalitățile de prevenire a acestei maladii. Acțiunea a fost desfășurată de Ministerul Sănătății al Republicii Moldova în parteneriat cu Fondul ONU pentru Populație în Moldova.

Cauzele apariției cancerului de col uterin sunt multiple, iar cele mai răspândite sunt infecțiile cu transmitere sexuală și anume Virusul papilomatozei umane (HPV). De la momentul infectării cu acest virus și până la apariția simptomelor clinice există o perioadă tranzitorie de cca 10-15 ani. La momentul actual sunt cunoscute circa 120 tipuri de HPV, iar 19 tipuri sunt cu un potențial de risc crescut pentru cancerul de col uterin.

Astăzi acest virus poate fi prevenit prin programe de vaccinare, în special la fete tinere care nu au început viața sexuală. Ministerul Sănătății dispune în prezent de circa 20.000 doze de vaccin HPV „Gardasil” pentru imunizarea a circa 6600 fete cu vârsta de la 9 la 15 ani. Studiile au demonstrat că acest vaccin asigură protecția în cca 70% din cazurile de cancer de col uterin. Vaccinul se oferă gratuit la Centrele Medicilor de Familie.

În paralel cu programele de vaccinare, experții recomandă tuturor femeilor să efectueze în scop de profilaxie o dată pe



an screening-ul la HPV (testul Papanicolaou), care presupune examinarea citologică prin intermediul colectării frotiului de pe colul uterin. Acest examen poate fi efectuat gratuit la Centrul Medicilor de Familie, în cabinetul de examinări ginecologice profilactice sau cabinetul medicului ginecolog.

Săptămâna de informare împotriva cancerului de col uterin este lansată la inițiativa Asociației Europene de combatere a Cancerului Cervical (ECCA), la care a aderat și Republica Moldova în 2009. Statutul de membru al acestei Asociații oferă R. Moldova posibilitatea de a beneficia de suport pentru informarea populației, instruirea specialiștilor de profil și introducerea la scară națională a vaccinurilor HPV.

Anual în Europa sunt înregistrate circa 60.000 de femei care dezvoltă cancer de col uterin, jumătate dintre care decedază. Alte 225.000 de femei trăiesc cu această maladie, primind tratament sau nu.

În Republica Moldova în fiecare an sunt depistate peste 300 femei cu cancer de col; în total la evidență se află circa 4 mii femei care au făcut cancer de col uterin. Vârsta medie a femeilor afectate este peste 40 de ani, arată date ale Institutului Oncologic din Republica Moldova.

► legea voluntariatului și legea tineretului, ce a însemnat această experiență pentru tine?

Acum 5 ani nu mi-aș fi imaginat că voi putea face analize sau instruiți în advocacy, lobby sau politici publice. Toate acestea însă au venit pe parcurs, anume datorită experienței pe care am acumulat-o în lucrul la Legea voluntariatului și, mai nou, la proiectul de lege cu privire la tineret. Cred că a fost lucrul la aceste 2 politici este una din cele mai frumoase experiențe ale mele, deoarece mi-a permis să mă dezvolt profesional.

La ce etapă se află legea voluntariatului și legea tineretului și care va fi implicarea ta în viitor?

După aprobarea în 2010 de către Parlament a Legii voluntariatului, Guvernul împreună cu Coaliția Voluntariat urmează să elaboreze mecanismele de implementare, ceea ce ar asigura o aplicare eficientă a acestei legi. În cadrul acestui proces mă implic la nivel de consultare.

La proiectul de lege cu privire la tineret muncim acum în Guvern. Este o echipă întregă de oameni care muncesc la ea, pentru ca aceasta să satisfacă necesitățile tinerilor și să realizeze recomandările Consiliului Europei în domeniul politicilor de tineret.

În calitate de Membru de Birou CNTM, sunt responsabil de coordonarea acestui proces de promovare și adoptare a proiectului de lege cu privire la tineret. Datorită deschiderii partenerilor noștri guvernamentali reușim să avem o distribuție clară a responsabilităților între CNTM și Ministerul Tineretului și Sportului, având astfel posibilitatea de a merge cu acest proiect prin Guvern și Parlament mai rapid decât la Legea voluntariatului.

Mă întrebai de implicarea mea de viitor. Adoptarea de către Parlament a unei legi este doar una din etape, după aceasta urmând o muncă grea pentru procesul de implementare și de monitorizare a eficienței acestei politici publice la care am lucrat, aici fiind evidentă și implicarea mea.

Cu toate acestea, la o anumită etapă aș dori să mă implic într-un spectru mai larg de politici,

Noi parteneriate pentru rețeaua Y-PEER

În cadrul unui parteneriat între rețeaua Y-PEER și Asociația Obștească „Justiție pentru Toți”, tinerii educatori de la egala la egali se vor implica în mai multe activități civice.

Asociația Obștească „Justiție pentru Toți” este o organizație nonprofit, neguvernamentală, apolitică, constituită prin libera manifestare a voinței persoanelor asociate la 18 septembrie 2004 și înregistrată de către Ministerul Justiției al Republicii Moldova la 9 martie 2005.



Misiunea Asociației Obștești „Justiție pentru Toți” este apărarea, prin toate mijloacele legale, a drepturilor și libertăților fundamentale ale omului, promovarea cunoașterii și respectării acestora, sprijinirea participării cetățenilor la viața publică, organizarea activităților de binefacere și asigurarea accesului la justiție pentru persoanele din pături social-vulnerabile.

Scopul asociației este atenționarea și informarea societății civile referitor la noutățile legislative, problemele sociale și economice din Republica Moldova, asigurarea dreptului la atitudine și ripostă, promovarea democrației la nivel național și local, stimularea participării civice și parteneriatului social.

Beneficiari ai Asociației Obștești „Justiție pentru Toți” sunt copiii, tinerii și persoanele din păturile social-vulnerabile din Republica Moldova, precum și ONG-urile și instituțiile de stat care activează în domeniul apărării drepturilor omului.

Nume și Prenume: Eduard Mihalăș

Anul și data nașterii:

20 decembrie 1988

Localitatea de origine:

comuna Piatra, raionul Orhei.

Semn zodiacal: săgetător

Cartea preferată: fiecare care pe care o citesc îmi devine preferată, altfel nici nu aş citi-o.

Un om politic pe care îl admiri:

Dalai Lama.

Studii: Universitatea de Stat din Moldova, Facultatea Sociologie și asistență socială, specialitatea asistență socială.

Motto: E puțin să fii bun, trebuie să fii cel mai bun.

Ești implicat într-o relație? ☺



mai ales că înte timp învățam și la colegiu. Acum, la 22 de ani am un job care-mi place și este interdependent cu domeniul pe care-l studiez, iar toate acestea au început prin implicarea mea în activități de voluntariat.

Care sînt obiectivele tale după absolvire? Ce vrei să faci în continuare sau ce domeniu de activitate te atrage cel mai mult?

În următorii ani îmi doresc să lucrez în domeniul politicilor de tineret. La acest capitol, am planuri mari încă în cadrul Consiliului Național al Tineretului din Moldova (CNTM), cel puțin pentru următorii 2 ani ☺ După aceasta, aş dori să activez într-o instituție internațională, cum ar fi UNFPA sau Banca Mondială, deoarece îți oferă posibilitatea să lucrezi atât cu Guvernul, cât și cu societatea civilă și organizațiile internaționale. Pe termen lung mă văd implicat în activități de advocacy și de analiză a politicilor publice. Cu toate acestea, nu este exclus ca la un moment dat viața mea să aibă o așa întorsătură încât să-mi doresc cu totul altceva – cel puțin la moment am un vis încă neîmplinit – să fac actorie.

Ce faci în timpul liber și cine îți sunt prietenii?

În timpul liber prefer să mă odihnesc, pentru a mă reîncărca cu energie pentru o nouă săptămână. De obicei privesc televizorul, uit de internet, telefon și alte chestii care ar putea să mă distragă de la confortul meu personal. Nu pot să spun că am mulți prieteni, însă fiecare din ei sunt deosebiți prin ceva, ceea ce mă face să-i respect atât de mult. Prietenii-mi sunt ca niște puncte de reper în ceea ce fac și, ori de câte ori nu aş avea nevoie de ei, îmi sunt alături pentru a-mi oferi un feedback, a mă susține sau, pur și simplu, pentru a mă asculta, atunci când simt nevoia de a scăpa de anumite emoții.

Ce rol are pentru tine familie și cât de mult timp petreci alături de cei dragi?

Din păcate nu pot să petrec atîta timp cît mi-aș dori eu cu familia. Familia este locul în care mă relaxez total, locul în care încerc să uit de tot și să mă reîncarc cu energie. Din fericire, familia mea îmi asigură această doleanță.

Când vine vorba despre propria familie, atunci o văd în plină armonie, comunicare, dragoste și, cel mai important, înțelegere și respect. Familia de fapt este locul din care copilul primește primele deprinderi de viață, prin aceasta ea fiind și deosebită și extrem de importantă.

Dacă tot sîntem în perioada anului când dragoste se tot marchează și sărbătorește intens. Ce înseamnă dragostea pentru tine și cum o caracterizezi?

Dragostea pentru mine este un subiect foarte "fîn", ceea ce mă face uneori să devin emoțional, mai puțin cum sunt cunoscut de către ceilalți. Îmi place să iubesc fără reguli și aprecieri. Îmi place să iubesc așa cum vreau, nu așa cum trebuie, după cum sunt formate anumite tradiții mai mult sau mai puțin bune în societatea. Îmi place să mă dedic într-o relație și același lucru îl doresc din partea persoanei la care țin.

Care este mesajul cu care vii către tinerii noștri?

Tinerii trebuie să fie megafonul democrației, drepturilor omului și dialogului social. Orice ne dorim să realizăm, indiferent de nivel (familie, comunitate, Guvern, Parlament), tinerii trebuie să vină cu viziunea lor inovatoare și durabilă. Analiza contextului național și internațional, arată faptul că tinerii sunt forța motrice a societății. Tinerii trebuie să fie așa cum sunt, indiferent de cum sunt. Chiar dacă tinerii sunt din diferite categorii sociale, cu toții trebuie văzuți egal și trebuie oferite tuturor oportunități egale pentru dezvoltare.

Interviu realizat de Anna Susarenco, Reprezentantul Y-PEER Moldova

Întrebări Fără Tabu:

1. La ce vîrstă ai avut prima experiență sexuală. Cum a fost?

Viața mea sexuală a început atunci când m-am simțit pregătit pentru asta. A fost interesant ☺.

2. Ce părere ai despre egalitatea gender?

Bărbatul și femeia trebuie văzuți în raporturi egale, în toate sferele vieții, indiferent de statutul social al acestora.

3. Petreci mult timp la bucătărie? Ce știi să gătești cel mai bine?

Îmi place să gătesc, dar dat fiind faptul că trăiesc la cămin, știu să prepar doar ochiuri și cartofi. Uneori mă ajute fetele cu prepararea mîncării, altele sunt foarte fericite că există magazine ce vînd mîncare gata preparată.

4. Crezi ca este importantă educația sexuală pentru tineri?

Cu siguranță, iar acest lucru este argumentat și de relațiile sexuale timpurii ale tinerilor.

5. Cum este pentru tine persoana cu care ai dori să-ți petreci restul vieții?

Această persoană trebuie să fie inteligentă, sinceră, frumoasă și cu inițiativă.

6. La ce vîrstă îți dorești să te căsătorești?

Atunci când eu cu persoana iubită vom decide că acest lucru este necesar.

7. Câți copii îți dorești?

Îmi doresc 2 copii gemeni.

drept bază fiind experiența pe care o acumulez acum în domeniul politicilor de voluntariat și de tineret.

Totodată, ești și student, cum îți reușește să îmbini studenția și lucrul tău la CNTM, există vreă legătură între ele care te ține în top în ambele părți?

Universitatea se combină de minune cu activitatea mea în cadrul CTNM. Asistența socială are foarte multe în comun cu politicile de tineret, uneori chiar aduc informații "proaspete" pentru colegii mei de la facultate. Din păcate, facultatea în care studiez, mai bine zis conducerea acesteia, nu vede cu ochi buni activitatea de genul acesta, din care cauză adesea mă regăsesc pe lista de exmatriculare sau fără bursă. Însă asemenea situații te fac mai puternic, iar colegii mei mă susțin în ceea ce fac și asta mă încurajează de a rămâne în această facultate și a combina lucrul cu studiile. Eu cred că anume combinarea studiilor cu lucrul, este o oportunitate extraordinară în formarea ta ca cetățean activ al societății.

Cum crezi de ce au nevoie tinerii din țara noastră pentru a reuși și a se încadra mai ușor în câmpul muncii?

Au nevoie de încredere în forțele proprii. Căutarea unui loc de muncă începe încă de la înmatricularea la universitate, pentru a-ți asigura experiență în domeniu, iar implicarea în activități de voluntariat reprezintă una din șansele de a obține un post bun de lucru, după înisarea universității. Nu pot înțelege de ce unii tineri, fără experiență, nu acceptă să lucreze pentru un salariu de 1000 sau 1500 lei?! Este adevărat, salariul e mic și nu asigură acoperirea cheltuielilor personale. Însă mă pun în pielea unui angajator, care ar analiza pe cine să angajeze: un tânăr fără experiență, de pe băncile școlii, care cunoaște domeniul mai mult din perspectiva teoretică sau o persoană cu o bogată experiență și o resursă imediată pentru organizație, chiar dacă este mai costisitoare. Primul meu salariu, la TDV a fost de 165 de lei, însă eram atît de motivat să lucrez, încât acești bani chiar nu contau pentru mine,

O nouă echipă de Y-PEER va fi instruită în Chișinău

În perioada 9-11 martie 2011 va avea loc o nouă instruire pentru educatorii de la egal la egal din Chișinău. Cu scopul de a menține și a lărgi echipa educatori de la egal la egal în Chișinău rețeaua Y-PEER cu susținerea Fondului ONU pentru Populație în Moldova, UNFPA au lansat un anunț de recrutare a noilor membri.

Dupa prima etapa de aplicare toți candidații selectați au fost invitați la interviu, astfel tinerii au fost supuși unui test rigid pentru a deveni membri Y-PEER. În

urma interviului au fost invitați la trainingul de formare de formatori, 16 tineri, care s-au dovedit a fi cei mai buni.

Trainingul va avea loc în incinta Casei Cunoștințelor la Academia de Studii Economice din Moldova, iar cei care vor instrui noi educatori de la egal la egal sunt la fel membri echipei Y-PEER, în așa mod sperăm să realizăm un adevărat schimb de informații după principiul de la egal la egal.



Concurs de eseuri "Îndrăgostiți și sănătoși"

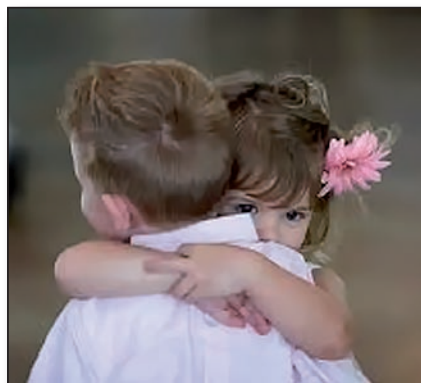
Cuprinși de atmosfera lui Făurar, cea mai „îndrăgostită” lună a anului, membrii rețelei Y-PEER au organizat un Concurs de eseuri cu genericul "Îndrăgostiți și sănătoși". Astfel, tinerii pătrunși de fiorul iubirii și-au putut exprima sentimentele în compoziții literare. Trei dintre ei au ilustrat în mod elocvent necesitatea unui adolescent de a avea parte atât de iubire, cât și de sănătate pentru a se bucura de o tinerețe frumoasă, lipsită de griji. Vă invităm să lecturați fragmente ale eseurilor câștigătoare!

"După cum spunea marele Cehov, dragostea este singurul lucru din lume pentru care merită să trăiești și să mori în același timp. În firea omului este să iubească, însă puterea dragostei depinde de fiecare ființă în parte. În secolul XXI-lea, secolul progresului și informației, sexul protejat nu trebuie să fie o noutate de ultimă oră. Astfel, tinerii secolului XXI trebuie să fie îndrăgostiți și sănătoși.

Sănătatea este un irecuperabil element al vieții omenești și bunăstarea noastră atât fizică, cât și spirituală este strâns corelată cu aceasta. Sexul protejat este regula de prim rang, care trebuie insuflată tinerilor, căci cât de banal și biologic ar suna, este mai bine să fii informat despre bolile cu transmisie sexuală, decât să ajungi să fii bolnav de una din ele. Pentru a ilustra necesitatea unui sex protejat, este de ajuns a numi doar câteva avantaje a acestuia: Sexul Protejat NU are nici o legătură cu alcoolul și drogurile care reprezintă factori extrem de dăunători, Sexul Protejat constă în protejarea ta împotriva bolilor cu transmitere sexuală, dintre care SIDA – un ucigaș perfect, Sexul Protejat este și protejarea împotriva sarcinii nedorite. Adolescența este cea mai aventurieră vîrstă a omului, însă nu vrem să ne asumăm riscurile și consecințele acțiunilor noastre și aceste lucruri sunt normale, vrem adrenalina și avem impresia că putem face totul,

însă din păcate greșim amarnic și câteodată realitatea ne readuce cu picioarele pe pământ. Astfel, sexul protejat este unul din elementele care va proteja adolescentul de consecințele începerii vieții sexuale. Protecția propriului corp și sănătatea este nu doar o grijă de moment, ci și o investiție imensă în viitorul nostru. "

Caisin Irina, premiul I



„A spune cuiva te iubesc este o invitație la veșnicie”, spunea un mare scriitor.

Din păcate, în zilele noastre omul a transformat iubirea din sentiment în obiect și a greșit. Dragostea nu se schimbă, doar atunci când nu mai esti demn de ea, o pierzi precum un parfum ce nu persistă. Chiar dacă suferim, chiar dacă am iubit și sufletul ne este sfîșiat de durere, nu trebuie să ne pierdem speranța. Dragostea va reveni mai frumoasă, mai matură, mai caldă.

Cu toții vrem să trăim o viață liberă, fericită și sănătoasă. Sănătatea reprezintă un concept complex cu câteva aspecte, este un proces ce contribuie la bunăstare și echilibru. A fi sănătos înseamnă a avea o minte lucidă, a gândi corect și a avea un suflet curat. Un amic al sănătății este dragostea. Brațele dragostei te cuprind cu tot prezentul tău, cu trecutul și viitorul. Ea nu privește cu ochii, dar cu sufletul. Dragostea și sănătatea - două lucruri care nu pot lipsi din viața

omului. Numai împreună ele pot alcătui un tot întreg, fericire și împlinire sufletească. Fiți sănătoși și fericiți, nu ratați ocazia de a vă îndăgosti. Unde nu există dragoste, puneți dragoste și veți găsi dragoste."

Hadei Pavel, premiul II

"Dragostea a existat de îndată cu apariția omului pe pământ. Poate în trecut oamenii nu puteau defini acest sentiment, nu cunoșteau cum se numește, dar ei iubeau. Prin dragoste au trecut toți, iar alții au totuși încă înainte și neapărat acest frumos sentiment va apărea și la ei. Încă de mic copil copilul simte ceva, crede că iubește. El e atașat de persoana respectivă. Trecînd un timp oarecare, acel copil se maturizează. El deja cunoaște din teorie ce e dragostea. El a privit filme, a citit literatură, romane de dragoste și e deja încrezut că știe ce e dragostea și e gata de a începe o relație.

Două persoane s-au îndrăgostit. Se zice că dragostea nu privește cu ochii, dar cu sufletul și într-o relație vine timpul cînd persoanele nu au nevoie numai de atracție sufletească. Ei simt că a venit momentul cînd au nevoie să-și exprime dragostea prin atracția fizică. La acel moment ei nu au nevoie de nimeni, nu privesc în jur decît unul în ochii altuia, spunîndu-se: "Te iubesc". Dar în sinele persoanelor, mai ales a tinerilor, ar trebuie să apară cuvîntul: "Stop". Ei ar trebui să se gîndească: "Eu mă protejiez cumva? Eu sunt sigur că ea nu este bolnavă de SIDA sau altă boală? Eu sunt convins că după, totul va fi bine?". O faptă necugetată azi poate aduce la o viață distrusă mâine. Ai nevoie de sfaturi legate de soluționarea problemelor de sănătate și a drepturile sexuale reproductive? Folosește-te de libera informare! Sănătatea ta e în mîinele tale, TU și numai TU DECIZI!"

Victoria Darie, premiul III

În luna "dragostei" tinerii Y-PEER au desfășurat 2 flash moburi: unul la Căușeni și altul la Drochia

În data de 14 februarie, zi în care se sărbătorește "Valentine's Day" tinerii y-peeri au organizat două flash moburi, unul la Nord, or. Drochia și altul la Sud, în Căușeni. Prin această activitate, tinerii și-au propus să vină cu un mesaj de informare în domeniul sănătății reproductive și a prevenirii ITS.



Grigore Oboeroceanu, Focal Point din orașul Căușeni, ne-a mărturisit că recurgând la un plan bun, o echipă motivată și idei inovative e foarte ușor să organizezi o astfel de activitate.

"A fost vesel, distractiv și captivant. Echipa de la Căușeni a fost motivată în mare parte de indiferența tinerilor față de problemele actuale, în rindul cărora există un mare gol informațional în domeniul sănătății reproductive și a prevenirii ITS! Am remarcat un activism sporit din partea populației. De fapt, acțiunile publice de acest gen sunt cele mai eficiente, din punctul meu de vedere, mai ales dacă este prezentă și mass-media." a adăugat Grigore.

Doina Bobeico este cel de-al doilea Focal Point care a organizat o acțiune simi-

lară la Drochia. Tânăra ne-a zis că unul din obiectivele activității desfășurate a fost informarea tinerilor despre sănătatea reproductivă, prin promovarea și desfășurarea activităților rețelei locale și naționale.

"Valentine's day este una dintre cele mai romantice și mai așteptate sărbători ale îndrăgostiților, adolescenților. Astfel, noi, membrii Y-PEER din orașul Drochia am organizat câteva activități dedicate acestei zile. Una din care a fost petrecerea Flash Mobului în centrul orașului și prin licee." ne-a zis Doina.

Tinerii Y-PEER au împărțit diferite broșuri informative despre ITS și metode de contracepție, semenii lor au reacționat deschis, venind cu o mulțime de întrebări.

"Tinerii păreau cointeresați de activitatea noastră, unii chiar au decis să adere la rețeaua Y-peer." a ținut să menționeze Doiana Bobeico.

Amintim că rețeaua de Tineri Educațori de la Egal la Egal, reprezintă o inițiativă inovativă, complexă, pentru tineri care se afla sub egida UNFPA, Fondul ONU Pentru Populație (www.unfpa.md). Y-PEER este o rețea compusă din mai mult de 500 organizații non profit, guvernamentale și guvernamentale; peste 5 000 de tineri din întreaga lume sunt membri ai acestei rețele. Acești tineri lucrează în mai multe domenii ce țin de sănătatea și drepturile sexual reproductive ale tinerilor.



10+ Motive ca sa faci voluntariat

1. Posibilitatea de a încerca o multitudine de activități fără riscuri

Ai de ales între atâtea activități datorită diversității ONG-urilor care există în țara noastră. Nu ai cum să nu îți găsești un loc al tău.

2. Lucrezi din pasiune

Datorită faptului că munca de voluntar presupune o muncă neremunerată financiar, ajungi să faci lucrul doar din pură pasiune. Așa poți ajunge să iubești un domeniu de activitate, deoarece motivația principală nu ți-o oferă banul, ci rezultatul muncii tale.

3. Networking

Ai ocazia să cunoști persoane care dețin aceleași pasiune ca și ale tale. Există oare vreă metodă mai bună de a cunoaște persoane la fel de pasionate ca și tine?

Cine știe, poate îți întâlnești chiar viitorul partener de afaceri sau chiar viitorul partener de viață. ONG-urile funcționează ca niște catalizatori pentru relațiile interumane.

4. Diversitate culturală

Dacă ai ocazia să activezi într-un ONG cu membri din mai multe state din lume, ai parte de diversitatea oferită de internaționalism.

Însă diversitatea culturală nu înseamnă doar interacțiunea cu anumite popoare, înseamnă diversitate a gândirilor, a mentalităților, a

comportamentelor. Oamenii sunt diferiți, iar într-un ONG pasiunile se intersectează.

5. Spirit de inițiativă

ONG-urile sunt incubatoare pentru persoanele cu inițiativă. Deja ai început să iei atitudine față de anumite lucruri prin decizia de a te alătura unui ONG.

Aici persoanele își găsesc suporteri pentru inițiativele lor, pentru idealurile lor. Ce loc mai bun de a-ți promova intențiile, de a schimba pozitiv societatea ai?

6. Spirit antreprenorial

ONG-urile sunt incubatoare pentru persoane cu spirit antreprenorial, latent sau activ. Aici ai ocazia de a primi feedback la ideile lor de afaceri și pot pune chiar bazele unor antreprize sociale, care să fie în concordanță cu valorile pe care le-a deprins în urma activității din ONG.

7. Filantropie

Poate doar vrei să faci o faptă bună pe săptămână, ajută niște bătrâni, du-te la un orfelinat. Oferă un zâmbet și ți se va întoarce înzecit.

8. Poți coordona echipe

Multe dintre ONG-uri desfășoară proiecte prin care rezolvă anumite probleme ale societății sau își ating scopul organizației. Poate ai ocazia să coordonezi un proiect de genul. Nu știi, dacă nu încerci.

9. Learning by doing

În ONG-uri conceptele caută să se aplice, nu să se predice. Lucrul din ONG-uri este de obicei unul empiric, axat pe acțiune. Ai ocazia de a învăța lucrurile, realizându-le, transformându-le în realitate.

10. Mediu creativ

(resurse mici => rezultate mari)

Deseori ești constrâns de lipsa resurselor din ONG-uri. Nu există prea multe persoane care să ofere sponsorizări pe baza cărora ONG-uri să își poată diversifica munca. Acest lucru, eu consider că este în favoarea ta. Vei deveni creativ, vei învăța să faci lucruri care aduc rezultate cu buget 0, dobândind know-how într-un mod intuitiv și prin autodidacticism.

11. Branding personal

Consider că nu există o platformă mai bună de lansare pentru brandul tău decât voluntariatul. Ai ocazia de a-ți demonstra competențele, abilitățile, calitățile, să transmiți ceea ce ești în mod gratuit și constant persoanelor alături de care activezi în ONG.

...și lista poate continua, lejer.

Rubrică îngrijită de Elena Cechina, Responsabil de comunicare și media a rețelei Y-PEER

Trucuri CUM SĂ-ți păstrezi calmul în orice situație

Zilnic te confrunți cu diverse situații, în mod frecvent întâlnești oameni care nu îți împărtășesc opinia, astfel, conflictele devin o parte componentă a vieții tale cotidiene. Pentru a transforma conflictul într-o discuție constructivă, trebuie neapărat să știi să-ți păstrezi calmul.



1. Numără până la 5, timp în care îți promiți că îți vei asculta partenerul, recunoaște în el un prieten, o persoană importantă sau cel puțin una ce merită atenția ta. Deseori, din cauza furiei, pur și simplu nu vrem să oferim celuilalt șansa de a vorbi.

2. Fă o plimbare. În afară de beneficiul pe care îl vei aduce sănătății, te vei putea bucura de liniște și timp pentru a analiza situația.

3. Cere un sfat. Dacă ești implicat într-un conflict, nu poți fi obiectiv. Împărtășește-ți grijile unui prieten optimist, te vei simți cu mult mai bine.

4. Dormi cel puțin o oră. Somnul liniștește sistemul nervos, problemele nu îți mai par într-atât de acute, iar situația-fără ieșire. După o porție de somn, vei fi energic și gata de a soluționa orice problemă, fără a recurge la furie.



5. Găsește-ți propriul mod de a te calma. Pentru unii, poate fi o cană de ceai sau cafea, pentru alții o carte bună. Nu alege drept mijloc de calmare tutunul sau alte droguri, deoarece provoacă dependența și sporesc nervozitatea în pofida unei aparente stări de calm.

Tipsuri CUM SĂ-ți reamenajezi camera... fără a cheltui

Deseori, obosim de interiorul în care locuim zi de zi și ne dorim să schimbăm ceva pentru a-i oferi un look nou. Fără a avea un buget prea bogat, putem reamenaja camera. Cum? Avem mai multe posibilități, e nevoie doar de imaginație și perseverență.

1. Mutăm! Ce-ar fi dacă mutăm patul lângă fereastră? Sau masa de scris lângă oglindă? Camera va căpăta un alt aspect, dacă schimbăm poziția mobilierului existent.

2. Reparăm și transformăm! Odată ce avem vreo piesă învechită sau care ni se pare plictisitoare, nu trebuie să ezităm să o revopsim/ să o reînnoim cu folie autocolantă. Scaunele și canapeaua o putem retapisa în materiale cu imprimeu simpatic.



3. Oferim la schimb! Întreabă-ți prietenii, colegii dacă nu au piese pe care ar vrea să le schimbe, astfel poți ajuta un prieten și face rost de lucruri bune fără a le plăti.

4. Profităm de reduceri! În special de sărbători putem găsi materiale la prețuri foarte mici. Această oportunitate nu trebuie ratată întrucât ne permite să facem chiar reparație.

5. Punem accentul pe detalii! Nu trebuie să ne scape florile care oferă un aspect viu, sau pernele colorate de pe pat, sau lămpile de pe noptieră cărora le putem da un aer romantic, croșetându-le marginile.

Și cel mai important!

6. Personalizăm! În acest sens putem face un colaj de fotografii sau putem înrâma pozele preferate; în acel moment, camera în care locuim va deveni... într-adevăr a noastră.

Întrebări și răspunsuri cu Educatorii de la Egal la Egal

Cum rămîne o femeie însărcinată? Ana, 13 ani

În mod normal, o femeie rămîne însărcinată după ce a întreținut raporturi sexuale cu un bărbat, iar acesta a ejaculat în interiorul vaginului ei. În timpul actului sexual, penisul bărbatului intră în erecție, iar mișcările pe care acesta le execută în interiorul vaginului au rolul de a stimula mucoasa peniană, pînă cînd are loc ejacularea. Produsul ejaculării este sperma ce este depusă în vaginul femeii sub forma de jeturi. Fiecare jet de spermă conține milioane de spermatozoizi care, odată ajunși în vaginul femeii, vor înnota în lichidul seminal pînă în uter, iar apoi în trompele uterine unde are loc întalnirea cu ovulul. Cel mai puternic spermatozoid va fecunda ovulul și astfel se va naște viitorul embrion. În cazul în care nu are loc fecundatia, femeia elimină ovulul, în fiecare luna, sub formă de sînge menstrual. Dacă ovulul însă a fost fecundat, menstruația nu va mai avea loc în următoarele 9 luni.



Cum poate fi prevenită sarcina? Mihaela, 17 ani

Există mai multe metode de contracepție, important este să o alegi pe cea care ți se potrivește cel mai bine. Cea mai bună metoda de contracepție e abstința. Dacă totuși te hotărăști să ai relații sexuale, atunci cea mai indicată metoda de a preveni o sarcina ar fi folosirea prezervativului.

Există o perioadă sigură în timpul căreia nu exista riscul de sarcină? Denis, 18 ani

Nu există o astfel de perioadă, sigură în proporție de 100%. Chiar și sexul neprotejat în timpul menstruației se poate solda cu o sarcina nedorită, întrucît spermatozoidii supraviețuiesc în corpul femeii o perioadă de timp (pînă la 4 zile). În fiecare luna, femeile au perioade sigure (sau



nefertile) în timpul cărora pot să facă sex neprotejat, folosindu-se de metodele naturale de contracepție (metoda calendarului, metoda măsurării temperaturii bazale sau metoda supravegherii mucusului cervical). Din nefericire însă, aceste metode nu sunt absolut sigure nici măcar în cazul femeilor care au un ciclu menstrual regulat.

Există riscul de a rămîne însărcinată dacă bărbatul își retrage penisul din interiorul vaginului înainte de a ejacula? Alina, 18 ani

Da, aceasta practică, numită coitus interruptus, prezintă riscul ca, înainte de a fi retras din vaginul partenerei, penisul lasă o cantitate mică de fluid care poate conține suficienți spermatozoizi ce pot duce la apariția sarcinii.

Sarcina poate să apară în absența penetrării? Igor, 16 ani

Dacă bărbatul ejaculează în imediata apropiere a vaginului, există riscul ca femeia să rămînă însărcinată dat fiind faptul că lichidul seminal își poate găsi cu ușurință drumul înăuntru vaginului și, mai departe, către uter, trompe și ovul.



Există semne care să indice o posibilă sarcină, fără a apela la testul de la farmacie? Anton, 17 ani

De obicei, primul semn de sarcină este lipsa menstruației. Alte semne sunt: modificarea aspectului sînilor, grețurile, amețelile, oboseala, însă nu toate femeile prezintă aceste simptome atunci cînd sunt însărcinate.

După cît timp ar trebui să fac un test de sarcină? Veronica, 16 ani

Acest lucru depinde de testul pe care îl cumperi. Unele teste se fac în prima zi în care ar fi trebuit să apară menstruația, altele pot detecta hormonul specific sarcinii și mai devreme. Cel mai bine este că, înainte de utilizarea unui astfel de test, să fie citite cu atenție recomandările de pe prospectul care-l însoțește. Dacă există suspiciuni cu privire la ziua în care ar fi trebuit să se instaleze menstruația, este recomandat ca testul să fie făcut după cel puțin 10 zile de cînd a avut loc contactul sexual neprotejat.

Rezultatul testului este negativ, însă menstruația întârzie să apară. Se poate să fie vorba despre o sarcină? Eugenia, 17 ani

Dacă testul a fost făcut prea repede, atunci da, este posibil să fie o sarcină. În cazul în care testul a fost făcut conform indicațiilor din prospect, este posibil ca menstruația să întârzie ca urmare a stresului cauzat de teama de a fi rămas însărcinată (în special, în cazul tinerelor care se tem să nu afle părinții că și-au început viața sexuală). Pentru orice eventualitate, ar fi mai bine să consulți un medic.

Pagină îngrijită de Elena Cechina, Responsabil de comunicare și media a rețelei Y-PEER

Concurs de granturi pentru dezvoltare comunitară

AO "Pro Cooperare Regionala", cu susținerea financiară a Fundației HEKS Moldova, lansează concursul de granturi în cadrul proiectului "Reabilitarea Infrastructurii Sociale" - RIS, în următoarele raioane: Drochia, Riscani, Singerei, Falesti, Glodeni.

Proiectul are drept scop îmbunătățirea condițiilor de trai a populației din zonele rurale, prin repararea/renovarea clădirilor infrastructurii sociale: școli și grădinițe.

AO "Pro Cooperare Regionala" colaborează cu comunitățile pe principii de parteneriat, oferind 50% (maxim 80 000 lei) din costul proiectului, iar comunitatea va contribui cu cel puțin 50% din

costul proiectului. ONG-ul din comunitate (în colaborare cu Primăria) va elabora propunerea de finanțare/proiect.

Cine poate aplica?

Organizațiile neguvernamentale care își desfășoară activitatea într-o localitate rurală din raioanele Drochia, Riscani, Falesti, Singerei, Glodeni.

Procedura de prezentare a proiectelor:

Proiectele vor fi prezentate într-un exemplar (vezi formularul de aplicare la www.procore.md - rubrica info util) și opțional se va prezenta forma electronică. Dosarele vor fi prezentate în limba română și depuse la sediul AO "Pro Cooperare Regionala". Nu se accepta dosare incomplete.

Data limită pentru a depune formularul de aplicare: 10 mai 2011

Pe data de 4 martie 2011 AO "Pro Cooperare Regionala" va organiza o ședință/seminar de lucru unde vor fi prezentate și discutate în detaliu condițiile proiectului. Rugăm doritorii de a participa să se înscrie din timp.

Pentru informații suplimentare sau consultații va rugăm să va adresați la sediul AO "Pro Cooperare Regionala", str. Mihai Viteazu 36/2, Balti.

Mihailov Sergiu sau Ciobanu Cristina

Tel: (+231) 9-25-44; 9-25-46,

Email: pro_co_re@yahoo.co.uk

www.procore.md

Atentie! Concurs de proiecte dezvoltate în parteneriate internaționale între școli!

2 Februarie 2011 - Aces - Academia Școlilor din Europa Centrală organizează pentru a cincea oară un nou concurs de proiecte dezvoltate în parteneriat de școlile din regiune. În linie cu Anul European al Voluntariatului, tema ediției de anul acesta este: "Să construim punți de legătură în societate - fii voluntar în comunitatea ta!"

Elevi care vin în ajutorul colegilor cu dificultăți la învățătură, concerte în case de bătrâni, tineri și vârstnici implicându-se deopotrivă în inițiative pentru protecția mediului înconjurător sau împotriva discriminării - iată doar câteva din activitățile care pot face parte dintr-un proiect internațional de voluntariat între școli.

Cine poate să se înscrie în concurs!

Școlile și liceele din toate orașele din Republica Moldova, cu elevi cu vârste cuprinse între 12 și 17 ani, sunt invitate să se înscrie în competiție, alături de școli din alte 14 țări din Europa. Propunerile de proiecte pot fi trimise până la data de 30 aprilie



2010. După această dată, un juriu internațional va evalua și selecta cele mai bune proiecte, care vor fi înscrise în ediția aces 2011/2012 și vor fi premiate cu o bursă. Pe parcursul etapei de implementare, au loc întâlniri internaționale între delegații ale școlilor partener, în cadrul cărora participanții primesc sprijin suplimentar pentru dezvoltarea proiectelor. Pentru a ajuta școlile să-și găsească « partenerul ideal » de proiect, în conformitate cu interesele și cerințele comune, un motor de căutare online este disponibil pe www.aces.or.at. Școlile vor implementa în parteneriat ideea comună de proiect.

ACES - Academia Școlilor din Europa Centrală

Rețeaua de școli aces a fost creată în 2006 de către Fundația ERSTE. În colaborare cu asociația non-profit VĀCELÍ DOM (Slovacia), Interkulturelles Zentrum (Austria) este unitatea coordonatoare a acestei inițiative. Obiectivul aces este acela de a aduce laolaltă profesori și elevi din școlile din Europa centrală și de sud-est, depășind ast-

fel granițele geografice, pentru a participa în parteneriat la competiția de proiecte. Inițiativa este susținută de Ministerul Educației din toate țările participante. La edițiile precedente desfășurate până în prezent au luat parte aproximativ 16.000 elevi și 2000 profesori.

Tema concursului de proiecte: "Să construim punți de legătură în societate - fii voluntar în comunitatea ta!"

Termenul limită pentru înscrieri: 30 aprilie 2011

Țări participante: Albania, Austria, Bosnia și Herțegovina, Bulgaria, Croația, Cehia, Ungaria, Kosovo, Macedonia, Moldova, Muntenegru, România, Serbia, Slovacia și Slovenia.

Mai multe informații sunt disponibile pe site-ul www.aces.or.at

Persoana de contact (presă):

Graffiti PR (Romania):

Mariana Oprea,

Tel: 0730 202 354;

E-mail: mariana.oprea@graffitipr.ro

Tudor Stefan, Coordonator PR,

tustefan@gmail.com,

mob. 069143488

Pagina îngrijită de Natalia Mogâldea



Buletinul informativ „FĂRĂ TABU” este editat cu sprijinul financiar UNFPA și contribuția membrilor rețelei de educatori de la egal la egal „Y-PEER”. Se distribuie în format electronic.

Editor Design **Anna SUSARENCO**
Oleg ZAHARCIUC

Adresa: Casa ONU, Biroul UNFPA, str. 31 August, 131, et. IV, Chișinău, MD-2012
Tel: 22.00.45, 21.40.02; fax: 21.40.03
www.unfpa.md