

PASE

BĒRNA TIESĪBAS
UN PIENĀKUMI



Bērnu aizsardzības
centrs

SVEIKS, PIRMKLASNIEK!

Šī ir Tava tiesību un pienākumu pase.

Tiesības Tev ir vienmēr – tās nav jānopelna. Pienākumi palīdz mums rūpēties par sevi un citiem.



Līdzfinansē
Eiropas Savienība



Bērnu aizsardzības
centrs

Eiropas sociālais fonds Plus projekts
Nr.4.3.6.1/1/1/24/I/001 “Profesionālās kvalifikācijas
pilnveide bērnu tiesību aizsardzības jautājumos un
bērnu likumisko pārstāvju atbildības stiprināšanai”

Lasi šo pasi kopā ar pieaugušo,
kuram uzticies. Runājiet, zīmējiet un
meklējiet piemērus savā ikdienā.



Man ir tiesības uz savu vārdu,
valodu, tautību un kultūru.

Ielīmē foto
vai uzzīmē
sevi

Šī pase pieder:

Vārds:

Uzvārds:



Man ir pienākums cienīt
un pieņemt dažādus bērnus
un pieaugušos.





Man piederošās mantas,
sarunas un ziņas, ko sūtu
citiem, ir manas.



Es nedrīkstu noklausīties citu
sarunas, lasīt citu ziņas un
ņemt citu mantas bez atļaujas.





Citi drīkst likt manas fotogrāfijas internetā tikai tad, kad ir saņēmuši manu atļauju. Internetā visiem ar mani jāsarunājas pieklājīgi.



Es nelieku internetā citu fotogrāfijas bez viņu atļaujas un sarunājos ar citiem pieklājīgi.





Neviens nedrīkst man
darīt pāri – sist, kliegt uz
mani, apsaukāt, biedēt.



Es nedrīkstu darīt pāri
citiem – sist, kliegt,
apsaukāt, biedēt.





Man ir tiesības uz ēdienu,
apgērbu un drošu mājvietu, kur
varu augt, atpūsties un mācīties.



Es rūpīgi izturos pret ēdienu,
apgērbu, telefonu, grāmatām un
citām lietām visur, kur esmu.





Ja man ir grūtāk mācīties
vai veikt kādu darbu, es
varu lūgt palīdzību.



Man jāciena citu atšķirības,
jāpiedāvā palīdzība un jālauj
ikvienam piedalīties kopīgās
aktivitātēs.





Man ir tiesības mācīties
skolā un būt drošībā.



Man ir pienākums mācīties, cik
vien labi to spēju. Es rūpējos par
mācību piederumiem un ievēroju
uzvedības noteikumus.





Ja es saslimstu vai savainojos,
vecākiem vai ārstam jāpalīdz
man atveseļoties.



Man jāšargā sava veselība –
jāmazgā rokas, jākustas,
jāatpūšas un obligāti jāpasaka
pieaugušajam, ja jūtos slikti.





Man ir tiesības tikt
pasargātam, ja par mani
nerūpējas, dara pāri vai
man ir bail.



Ja par mani nerūpējas, dara pāri
vai man ir bail, es to pastāstu
uzticamam pieaugušajam vai zvanu
uz Uzticības tālruni ☎116111





Man ir tiesības pieklājīgi
pateikt, ko domāju un jūtu, uzdot
jautājumus un saņemt atbildes.



Es cienu citus, uzklausu
viņus un neizsmeju citu
viedokli.





Man ir tiesības draudzēties
ar citiem bērniem, kopā
spēlēties un darboties, ja
vien tas nav bīstami man.



Zinu, ka pret citiem jāizturas ar
cieņu – nedrīkstu viņus izsmiet,
grūst vai apzināti atstumt no
kopīgām rotaļām un aktivitātēm.





Man ir tiesības piedalīties
lēmumu pieņemšanā par
klases un skolas dzīvi un
izteikt savas idejas.



Es uzklausu citu idejas,
ievēroju kopīgās vienošanās
un izdaru to, kas man uzticēts.





Neviens nedrīkst likt man
darīt darbu, kas ir bīstams
vai pārāk smags.



Man ir pienākums piedalīties
mājas darbos, kas atbilst manam
vecumam un spējām. Es palīdzu
citiem, ja spēju to izdarīt.





Neviens man nedrīkst
pieskarties veidā, kas man liek
justies slikti, neērti vai sāpina.



Mans pienākums ir izstāstīt
pieaugušajam, kam uzticos, vai
arī zvanīt uz uzticības tālruni, ja
man vai kādam citam dara pāri.
Arī tad, kad man lūdz to paturēt
noslēpumā.





Man ir tiesības atpūsties,
spēlēties, būt dabā, piedalīties
pasākumos un radoši darboties.



Man ir jāsporto, jāspēlējas,
jāatpūšas, jāiet svaigā gaisā, lai
es justos labi un būtu vesels.





Man ir tiesības pavadīt laiku kopā
ar vecākiem, brāļiem, māsām,
vecvecākiem un citiem man
svarīgiem cilvēkiem, ja es to
vēlos un tas man ir droši.



Es cienu valsti, kurā dzīvoju,
tās valodu, simbolus un kultūru.
Ar cieņu iepazīstu arī citu tautu
kultūru un tradīcijas, jo dažādība
mūs bagātina un savstarpēja
cieņa vieno.





Uzzīmē kādu no savām **TIESĪBĀM**,
kas Tev Tavā dzīvē šķiet ļoti svarīga!



Uzzīmē kādu no saviem
PIENĀKUMIEM!

ATCERIES!

Tu vienmēr drīksti lūgt palīdzību!

Tavas domas, sajūtas un vajadzības ir svarīgas. Tev ir tiesības tās paust!



Ja Tev šobrīd nav uzticama pieaugušā, kuram pastāstīt par saviem uztraukumiem vai priekiem, Tev ir kāds jautājums vai vienkārši vēlies parunāties – zvani uz 116111 vai raksti čātā, kas atrodas Uzticības tālruņa mājaslapā!

uzticibastalrunis.lv

Materiāla ilustrāciju izstrādē tika izmantotas mākslīgā intelekta tehnoloģijas.

Uzraksti vai uzzīmē tos pieaugušos, kuri Tevi uzklausa, Tev palīdz un Tevi sargā – tie būs Tavi uzticamie pieaugušie! Man var būt vairāki pieaugušie, ar kuriem es jūtos droši – mājās, skolā un ārpus tās.

ZINI SAVAS TIESĪBAS
UN RĪKOJIES
ATBILDĪGI — KOPĀ
MĒS VEIDOJAM
DROŠĀKU PASAULI.

www.atbalstsberniem.lv/berniem



Bērnu aizsardzības
centrs