CONSILIUL ECONOMIC ŞI SOCIAL
INTRARE 7677
IEŞIRE 20 11 20 26

Expunere de motive

Proiectul de lege are ca obiect de reglementare instituirea zilei de 10 noiembrie ca „Ziua fără ecrane" în scopul promovării utilizării echilibrate a tehnologiilor digitale, al conştientizării riscurilor asociate utilizării excesive a acestora şi al încurajării activităţilor educative, culturale, sportive şi recreative desfăşurate fără dispozitive digitale.

Alegerea acestei date urmăreşte o legătură tematică cu *Ziua mondială a ştiinţei pentru pace şi dezvoltare*, proclamată de UNESCO în 2001. Această celebrare evidenţiază rolul ştiinţei în societate şi importanţa implicării publicului în dezbaterea problemelor ştiinţifice care influenţează viaţa cotidiană.

În acest spirit, „Ziua fără ecrane" propune valorificarea cunoaşterii ştiinţifice pentru înţelegerea efectelor utilizării excesive sau problematice a dispozitivelor digitale şi pentru adoptarea unor comportamente care protejează sănătatea, dezvoltarea copiilor şi calitatea relaţiilor interpersonale. Progresul tehnologic presupune şi capacitatea de a utiliza inovaţiile cu discernământ, în funcţie de beneficiile, limitele şi riscurile acestora.

Marcarea celor două zile la aceeaşi dată poate facilita activităţi educative complementare, cum ar fi prezentarea cercetărilor privind utilizarea tehnologiei, experimente practice, vizite la muzee, ateliere şi întâlniri cu cercetători. Astfel, pauza voluntară de la utilizarea recreativă a ecranelor poate deveni o invitaţie la descoperire, reflecţie şi învăţare prin experienţă directă, susţinând o relaţie conştientă şi echilibrată cu tehnologia.

Autorităţile, unităţile şi instituţiile de învăţământ, bibliotecile, muzeele, organizaţiile neguvernamentale şi persoanele juridice de drept privat pot organiza sau sprijini campanii de informare, lectură, ateliere de creaţie, jocuri, sport şi voluntariat. Activităţile pot aborda prevenirea cyberbullyingului, recunoaşterea utilizării problematice şi protejarea somnului.

Autorităţile competente pot elabora materiale şi recomandări, iar serviciile publice de radio şi televiziune pot promova obiectivele şi activităţile zilei, inclusiv în perioada premergătoare, cu respectarea autonomiei editoriale.

Valoarea iniţiativei constă în crearea unui prilej comun pentru reflecţie şi exersarea unor alternative, ca punct de pornire pentru obiceiuri durabile. O singură zi nu este prezentată ca tratament sau garanţie de ameliorare a sănătăţii. Atunci când utilizarea dispozitivelor afectează semnificativ viaţa cotidiană, informarea trebuie însoţită de îndrumarea către sprijin de specialitate.

Utilizarea tehnologiilor digitale face parte din viaţa cotidiană, se poate afirma ca fiind indispensabil, atât în domeniul educaţiei, cât şi în muncă, comunicare şi accesul la diferite servicii. Totuşi este utilă promovarea unor obiceiuri care să păstreze timp pentru mişcare, lectură, activităţi culturale, joc şi **relaţii interpersonale directe**. O zi de conştientizare oferă un prilej comun pentru reflecţie asupra utilizării ecranelor şi pentru descoperirea unor alternative accesibile de petrecere a timpului liber. Protejarea copiilor şi adolescenţilor constituie o prioritate, iar participarea adulţilor susţine exemplul personal şi continuitatea obiceiurilor sănătoase.

Perioada pandemiei de COVID-19 a accelerat transferul către mediul online al unor activităţi esenţiale, atât pentru copii, cât şi pentru adulţi. Învăţământul la distanţă - online, telemunca şi restrângerea contactelor directe au amplificat rolul dispozitivelor digitale în învăţare, muncă, socializare şi petrecerea timpului liber. Deşi tehnologia a permis continuarea activităţilor educaţionale şi profesionale şi menţinerea legăturilor interpersonale, acest context a evidenţiat şi dificultatea delimitării timpului necesar utilizării digitale de consumul recreativ, precum şi riscul

suprasolicitării. Studiul realizat de Schmitt, Breuer și Wulf în anul 2021, în contextul telemuncii din Germania, a identificat o asociere între utilizarea mai intensă a instrumentelor digitale bazate pe text și suprasolicitarea cognitivă, aceasta fiind asociată, la rândul său, cu o stare de bine mai redusă. Experiența pandemiei subliniază astfel necesitatea dezvoltării unor obiceiuri digitale echilibrate, care să protejeze timpul destinat odihnei, mișcării și interacțiunilor directe.

Protecția copiilor impune luarea în considerare a vârstei, a conținutului accesat, a momentului și a contextului utilizării, precum și a activităților înlocuite de ecrane. Durata mare de utilizare, utilizarea problematică a rețelelor sociale și expunerea la conținut dăunător reprezintă fenomene distincte, care se pot suprapune. Cercetările indică riscuri relevante pentru dezvoltare și sănătate, dar nu justifică atribuirea tuturor dificultăților copilului unei cauze unice.

Un studiu de cohortă din Japonia, publicat de Ippei Takahashi și colaboratorii în *JAMA Pediatrics* în august 2023,[1] a urmărit 7.097 de perechi mamă–copil. Timpul mai mare de expunere la ecrane la vârsta de un an a fost asociat cu întârzieri în comunicare și rezolvarea de probleme la doi și patru ani. La doi ani, pentru comunicare, grupul cu minimum patru ore zilnic a avut un raport ajustat al șanselor de 4,78 față de grupul cu mai puțin de o oră. Acesta este un indicator statistic de asociere, nu dovada că fiecare copil expus va dezvolta o întârziere și nici o multiplicare identică a probabilității individuale. Rezultatele susțin protejarea interacțiunii directe și a experiențelor de învățare adecvate vârstei.

Organizația Mondială a Sănătății (OMS) recomandă, în ghidul din 2019 pentru copii sub cinci ani, evitarea timpului sedentar în fața ecranelor la sugari și la copii de un an. Pentru copii de doi ani și pentru cei de trei–patru ani, recomandarea este de cel mult o oră pe zi, ar fi de preferat mai puțin sau deloc. OMS subliniază necesitatea înlocuirii perioadelor sedentare prelungite cu joc activ și a protejării somnului și a activităților interactive, precum cititul și povestitul împreună cu un adult. Aceste praguri se referă la grupele de vârstă precizate.

Pentru copii și adolescenții de 5–17 ani, recomandările OMS din anul 2020 prevăd limitarea sedentarismului, în special a timpului recreativ în fața ecranelor. Sinteza științifică aferentă asociază sedentarismul ridicat cu adipozitate crescută, indicatori cardiometabolici și condiție fizică mai slabe, durată redusă a somnului și rezultate mai puțin favorabile privind conduita și comportamentul prosocial.

În plus, meta-analiza publicată de Ha și colaboratorii în *JAMA Network Open* în anul 2025[2], pe 45 de studii și 335.524 de participanți, a identificat o asociere între durata utilizării ecranelor și miopie. A constatat că fiecare oră suplimentară pe zi petrecută în fața ecranelor digitale este asociată cu o probabilitate cu 21% mai mare de miopie la copii. Analiza a arătat o relație doză-răspuns: dincolo de aproximativ 1 oră pe zi de expunere la ecrane, riscul de miopie crește semnificativ, până la aproximativ 4 ore pe zi. Acest lucru sugerează că ar putea exista un prag al timpului petrecut în fața ecranelor, în jur de o oră pe zi, sub care riscul de miopie este mai mic, întărind ideea că **moderația este esențială**.

Cercetătorii au observat, de asemenea, o accelerare alarmantă a miopiei în perioadele de utilizare crescută a ecranelor. Revenind la pandemia de COVID-19, care a impus desfășurarea cursurilor școlare și a vieții sociale online, a oferit un exemplu clar. Mai multe studii au documentat o progresie mai rapidă a miopiei la copii în timpul carantinei pandemice, când aceștia erau închiși în case, cu ore de învățare și divertisment online. De exemplu, un studiu internațional a remarcat că, în pandemie, prevalența miopiei la copii a crescut la aproape 50%.

Cea mai vulnerabilă grupă de vârstă a fost cea a copiilor mici, în jur de 6-8 ani, care au prezentat cele mai mari schimbări de miopie. Cercetătorii atribuie această creștere a miopiei focalizării

[1] „Screen Time at Age 1 Year and Communication and Problem-Solving Developmental Delay at 2 and 4 Years"
[2] Digital Screen Time and Myopia: A Systematic Review and Dose-Response Meta-Analysis

excesive de aproape pe ecrane și reducerii drastice a timpului petrecut în aer liber în timpul izolării la domiciliu.

Este demn de remarcat faptul că progresia miopiei afectează în principal copiii și adolescenții, ai căror ochi sunt încă în curs de dezvoltare. Pentru adulți, utilizarea excesivă a ecranelor poate provoca cu siguranță oboseală de focalizare sau „*pseudo-miopie*", dar de obicei nu provoacă o adevărată alungire axială a ochiului așa cum o poate face la copii.

Un alt aspect relevant îl reprezintă utilizarea problematică a rețelelor sociale și a jocurilor digitale, precum și implicațiile acesteia asupra relațiilor sociale și a parcursului școlar al copiilor și adolescenților. Potrivit OMS/Europa, raportul *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC)[3] publicat în anul 2024, bazat pe date culese în 2022 de la aproape 280.000 de tineri de 11, 13 și 15 ani din 44 de țări și regiuni, arată o creștere a utilizării problematice a rețelelor sociale de la 7% în 2018 la 11% în 2022. Totodată, 12% dintre adolescenți se aflau la risc de utilizare problematică a jocurilor digitale.

Utilizarea problematică presupune dificultăți de control, neglijarea altor activități și consecințe negative în viața cotidiană. OMS o asociază cu o stare de bine mintală și socială mai redusă, somn mai scurt și culcare mai târzie, cu posibile implicații pentru funcționarea școlară. Utilizarea intensă, dar neproblematică, poate susține relațiile cu colegii; de aceea, evaluarea riscurilor trebuie să privească și calitatea experienței online.

Raportul OMS/Europa, al doilea volum al studiului *Health Behaviour in School-aged Children* - HBSC (Comportamente de sănătate ale copiilor de vârstă școlară), care se concentrează asupra tiparelor de bullying și de violență între adolescenți din 44 de țări și regiuni[4], prezentat la 27 martie 2024, arată că aproximativ 15% dintre participanți, 1 din 6 adolescenții, au raportat victimizare prin cyberbullying, iar 12% au declarat că au agresat alți copii în mediul online.

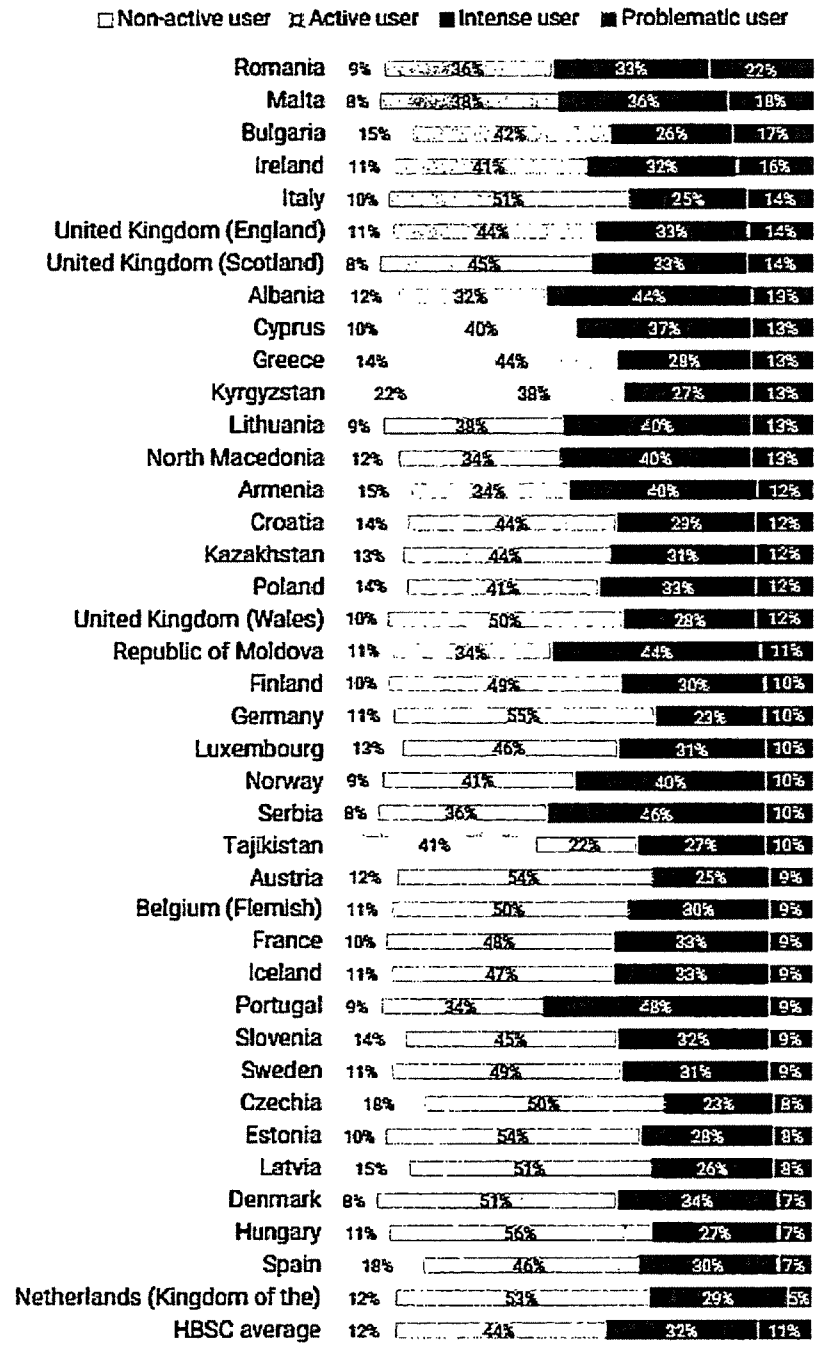
Mediul digital poate prelungi expunerea la hărțuire dincolo de școală și permite circulația mesajelor umilitoare către un public larg. Cyberbullyingul trebuie abordat ca risc distinct de simpla durată a utilizării. Prevenția necesită educație pentru relații respectuoase, siguranță online, identificarea timpurie a victimizării și acces la sprijin.

Fișa OMS „Digital environment",[5] realizată pe baza HBSC 2021/2022 și disponibilă prin UNICEF, indică pentru România 22% utilizare problematică a rețelelor sociale în rândul adolescenților de 11, 13 și 15 ani incluși în cercetare, față de media HBSC de 11%. Categoria este definită prin cel puțin șase simptome de utilizare problematică, indiferent de frecvența contactului online.

[3] https://www.who.int/europe/news/item/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health

[4] https://www.who.int/europe/news-room/27-03-2024-one-in-six-school-aged-children-experiences-cyberbullying--finds-new-who-europe-study

[5] https://www.unicef.org/eca/media/38431/file/Digital_environment.pdf



Cercetarea Salvați Copiii România[6] prezentată în februarie 2025 oferă date despre agresiunile trăite de copii. Sondajul a fost realizat online, prin metoda de culegere a datelor CAWI, în noiembrie 2024, pe un eșantion de 6.311 de respondenți de 7–17 ani. Conform declarațiilor participanților:

- 29% dintre copii au fost excluși din diverse grupuri online de către prieteni sau colegi, pentru 41% dintre aceștia acest lucru se întâmplă lunar sau mai des;

[6] https://www.salvaticopiii.ro/sites/ro/files/2025-02/studiu_sid_2025_prezentare_sc_final.pdf

- 42% dintre copii afirmă că au fost răspândite despre ei bârfe, zvonuri, cuvinte umilitoare, jigniri pe platforme de socializare, 47% dintre aceştia pătesc acest lucru lunar sau mai des;
- 10% dintre copii spun că au fost răspândite despre ei imagini cu caracter intim şi/ sau privat, mesaje text, pe care nu doreau să le facă publice pe platformele de socializare în scopul de a fi umiliți. Jumătate dintre ei spun că acest lucru se întâmplă lunar sau mai des;
- 8% dintre copii spun că au fost distribuite imagini foto/video despre ei (indiferent dacă adevărate, fake) cu conținut explicit sexual, pe platforme de socializare, dintre aceştia aproximativ jumătate au pățit asta lunar sau mai des.
- 18% dintre copii au primit mesaje de amenințare pe platforme de socializare, aproximativ o treime dintre ei spunând că acest lucru li s-a întâmplat lunar sau mai des;
- 10% dintre copii spun că au fost create conturi false, fake, în numele lor pe platforme de socializare.

Conform unui studiu al organizației Salvați Copiii România (28 martie 2025)[7], aproape jumătate dintre copii (48,3%) petrec peste 6 ore pe zi în mediul digital, iar cea mai mare parte a acestui timp este alocată rețelelor sociale, unde simt presiune, suprastimulare şi, uneori, respingere. Într-o anchetă Salvati Copiii din 2023, adolescenții semnalau că social media îi ajută să își confirme valorile şi interesele, iar influența creatorilor de conținut şi a influencerilor devine tot mai pronunțată. Copii nu sunt pregătiți emoțional pentru această hiper-stimulare, pentru violența din mediul online, pentru viețile „perfecte" ale altora şi ajung să se simtă inadecvați, invizibili sau marginalizați, avertizează experții organizației Salvați Copiii România. Datele converg asupra necesității unor măsuri de prevenție accesibile familiilor, şcolilor şi comunităților.

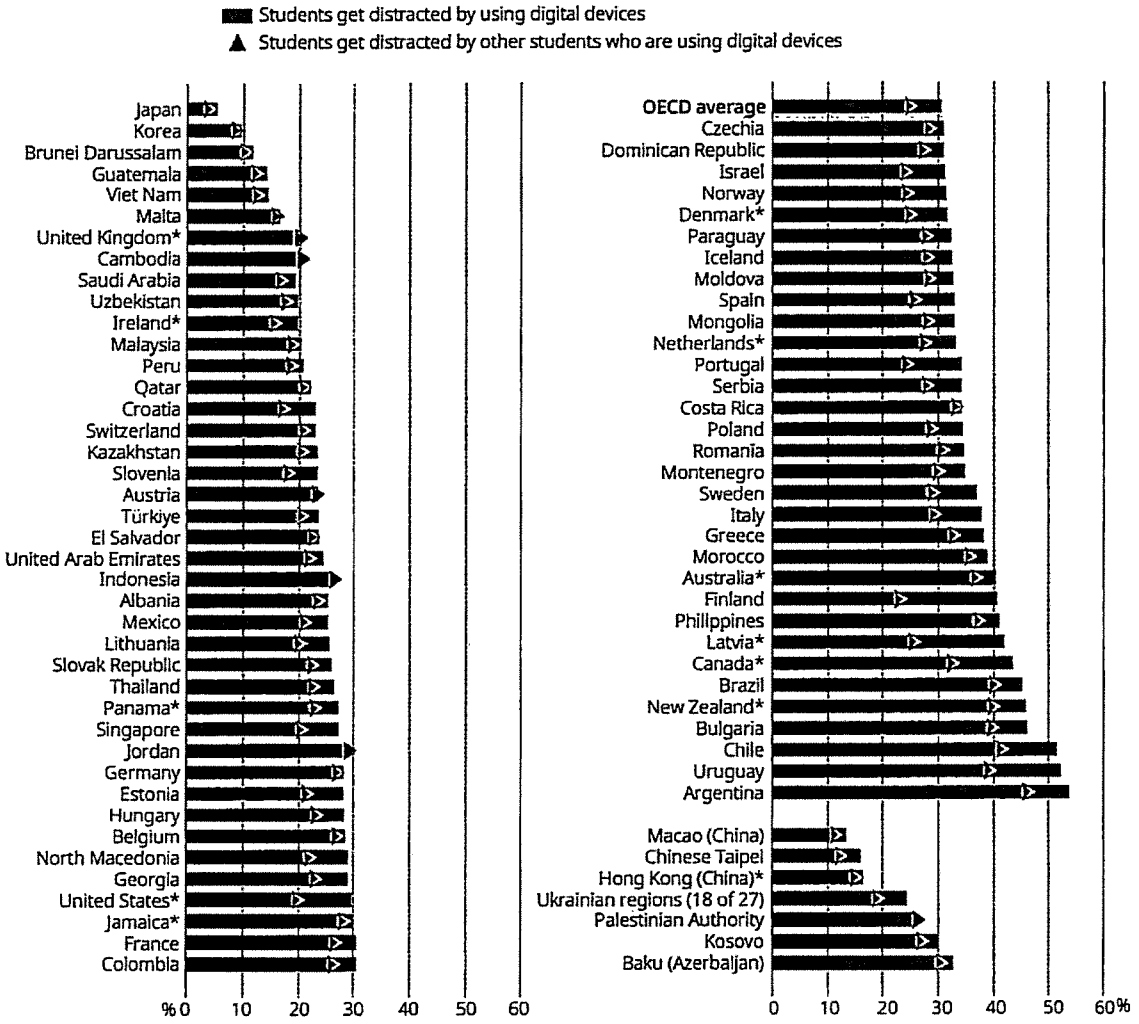
Publicația OECD, *PISA in Focus* nr. 124 din mai 2024 intitulat „*Managing screen time: how to protect and equip students against distraction*"[8] bazată pe PISA 2022, indică faptul că 30% dintre elevi au raportat distragerea atenției în clasele lor prin utilizarea dispozitivelor la majoritatea sau la toate orele de matematică; aproximativ un sfert au semnalat distragerea provocată de dispozitivele colegilor.

Elevii care petreceau peste o oră pe zi, în timpul săptămânii, pe rețele sociale, navigând pentru divertisment ori comunicând şi distribuind conținut digital obțineau rezultate la matematică cu **5–20 de puncte mai mici** decât cei care alocau acestor activități cel mult o oră, după ajustarea socioeconomică.

În **România**, după cum se poate observa şi în graficul de mai jos, relevanța acestor constatări este accentuată de frecvența distragerii atenției în timpul orelor de matematică, situată peste media OCDE, atât prin utilizarea dispozitivelor digitale, cât şi prin folosirea acestora de către colegi. Aceste rezultate susțin necesitatea unor măsuri de conştientizare şi educație pentru utilizarea echilibrată a tehnologiei, reducerea consumului recreativ excesiv şi protejarea concentrării în procesul de învățare. Totodată, OCDE distinge între utilizarea recreativă şi cea educațională a dispozitivelor digitale, subliniind că utilizarea moderată în scopul învățării se asociază cu rezultate şcolare mai bune.

[7] https://www.salvaticopiii.ro/sites/ro/files/2025-03/5-ani-a-scazut-pragul-de-varsta-pentru-copii-pe-retele-sociale-avertisment.pdf

[8] https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/publications/reports/2024/05/managing-screen-time_023f2390/7c225af4-en.pdf



Recent, am participat la un eveniment la care a fost invitată doamna dr. Uzsalyné Pécsi Rita PhD, cercetătoare maghiară în științele educației și specialistă în pedagogia organică. Cu acest prilej, am avut oportunitatea unui dialog asupra provocărilor pe care utilizarea tot mai intensă a tehnologiei le generează pentru copii, adolescenți și familii, precum și asupra responsabilității comune de a sprijini dezvoltarea echilibrată a tinerelor generații. Discuțiile au aprofundat importanța prevenirii utilizării excesive a ecranelor și a promovării unor alternative educative și comunitare.

Lucrările de sinteză și intervențiile pedagogice ale doamnei Pécsi Rita completează perspectiva educațională a prezentei inițiative. Volumul său „*Fejleszt vagy rombol? – Kulcs az okoseszközök okos használatához*" (titlu tradus: „*Dezvoltă sau distruge? – Cheia utilizării inteligente a dispozitivelor inteligente*") și interviul acordat cu ocazia apariției acestuia abordează riscurile expunerii timpurii și necontrolate la ecrane. Autoarea atrage atenția asupra dezvoltării limbajului, atenției, autoreglării emoționale și coordonării motorii și subliniază importanța jocului liber, a mișcării și a experiențelor directe. Recomandă reguli privind durata și conținutul utilizării, adaptate vârstei, dialog în familie și stabilirea unor spații fără dispozitive digitale.

În intervențiile sale publice, doamna dr. Uzsalyné Pécsi Rita PhD avertizează asupra riscurilor expunerii timpurii și necontrolate la ecrane, folosind inclusiv metafora „*drogului digital*". Autoarea descrie stimularea intensă prin imagini, mișcare, sunete și recompense imediate ca pe un mecanism care mobilizează sistemul cerebral de recompensă și poate favoriza utilizarea compulsivă. Această comparație exprimă forța de atracție a mediului digital și dificultatea desprinderii de dispozitiv.

Cercetătoarea subliniază, de asemenea, că imobilitatea copilului în fața ecranului nu trebuie confundată cu atenția profundă și concentrarea activă, descriind această absorbție prin termenul de *„transă"*. În perspectiva sa pedagogică, faptul că un copil privește îndelung ecranul și pare complet captivat nu dovedește, prin el însuși, existența unui proces benefic de învățare.

În privința primilor trei ani de viață, Uzsalyné dr. Pécsi Rita PhD, cercetătoare în domeniul educației și profesoară la Colegiul Catolic Apor Vilmos, formulează un avertisment deosebit de sever: utilizarea timpurie și necontrolată a dispozitivelor digitale poate produce afectări ireversibile asupra dezvoltării sistemului nervos al copilului.

Utilizarea excesivă a dispozitivelor digitale și a rețelelor sociale constituie o preocupare pentru sănătatea fizică și mintală, reflectată inclusiv în materialele de informare publicate de furnizori de servicii medicale din România. Rețele precum REGINA MARIA, Medicover, Bellanima și Neolife[9] abordează riscurile hiperconectării și recomandă adoptarea unor obiceiuri digitale echilibrate. Prezența acestui subiect în comunicarea mai multor organizații medicale evidențiază relevanța sa pentru educația pentru sănătate și necesitatea unor acțiuni de prevenție și conștientizare.

Materialele respective semnalează asocieri între utilizarea excesivă sau problematică a tehnologiei și tulburările de somn, stresul, anxietatea, simptomele depresive, dificultățile de concentrare și deteriorarea calității relațiilor interpersonale. În plan fizic, utilizarea îndelungată a dispozitivelor poate favoriza sedentarismul, oboseala oculară și disconfortul musculoscheletic, inclusiv durerile cervicale și lombare. Aceste riscuri impun folosirea tehnologiei cu discernământ, pauze regulate și protejarea timpului destinat somnului, mișcării și interacțiunilor directe.

Cercetările menționate în bibliografia articolului publicat de Centrul Medical Bellanima oferă argumente pentru analizarea beneficiilor pauzelor digitale. Studiul exploratoriu realizat de Paige Coyne și Sarah J. Woodruff, *„Taking a Break"*, publicat în revista Behavioral Sciences în 2023, a evaluat 31 de tineri adulți care și-au limitat utilizarea rețelelor sociale la 30 de minute pe zi, timp de două săptămâni. Autorii au raportat îmbunătățiri privind utilizarea problematică a telefonului și a rețelelor sociale, somnul, stresul, satisfacția față de viață și relațiile de sprijin.

O perspectivă complementară este oferită de analiza sistematică realizată de Theda Radtke și colaboratorii, *„Digital detox: An effective solution in the smartphone era?"*, publicată online în 2021 și inclusă în volumul din 2022 al revistei Mobile Media & Communication. Lucrarea, citată de asemenea de Bellanima, a analizat 21 de studii, cu un total de 3.625 de participanți, dintre care 12 studii randomizate controlate. Rezultatele au fost eterogene: unele intervenții au avut efecte favorabile, altele nu au produs schimbări semnificative sau au fost însoțite de consecințe negative asupra stării de bine. Constatările susțin adaptarea pauzelor digitale la nevoile persoanei și evitarea prezentării detoxului digital drept soluție universală.

Problematica depășește utilizarea recreativă și privește inclusiv mediul profesional. Studiul realizat de Josephine B. Schmitt, Johannes Breuer și Tim Wulf, *„From cognitive overload to digital detox"*, publicat în Computers in Human Behavior în 2021 și menționat în bibliografia Bellanima, a analizat răspunsurile a 403 participanți din Germania, în contextul telemuncii din perioada pandemiei. Utilizarea mai intensă a instrumentelor digitale bazate pe text s-a asociat cu

[9] https://www.bellanima.ro/articole/digital-detox/
https://upromania.ro/blog/digital-detox/
https://www.reginamaria.ro/articole-medicale/sanatatea-familiei/digital-detox-pauza-de-la-lumea-digitala
https://www.medicover.ro/despre-sanatate/detox-digital-si-pauza-de-social-media-cum-stim-ca-e-momentul-sa-ne-oprim,1840,n,292
https://neolife.ro/noutati/digital-detox-beneficii-sanatate/
https://idtherapy.ro/blog/beneficiile-unui-detox-digital/#Cum_sa_faci_un_detox_digital

suprasolicitarea cognitivă, aceasta fiind, la rândul său, asociată cu o stare de bine mai redusă. Articolul Up România abordează, în aceeași direcție, gestionarea întreruperilor digitale și protejarea concentrării la locul de muncă.

La nivel european, inițiativele educative și comunitare din Franța și Ungaria oferă exemple relevante pentru promovarea unui raport echilibrat cu tehnologia, prin reducerea voluntară a utilizării recreative a ecranelor și încurajarea activităților desfășurate în familie și în comunitate.

În Franța, programul „*10 jours sans écrans*", prezentat de Ministerul Educației Naționale la 12 mai 2025, este o inițiativă pedagogică și cetățenească, desfășurată în școli, asociații și comunități. Acesta încurajează renunțarea temporară la ecranele utilizate în scop recreativ și propune lectură, activități fizice și culturale și timp petrecut împreună. Din acest exemplu se preiau mobilizarea comunitară și accentul pe alternative concrete, adaptate aici unei singure zi.

În Ungaria, inițiativa Spitalului de Copii Bethesda „*Add vissza az offline gyerekkort*" (titlu tradus: „*Redă-i copilului tău copilăria offline*") promovează reducerea timpului petrecut în fața ecranelor prin activități comune în familie, intervale fără ecrane și exemplul oferit de adulți.

În România, un exemplu relevant îl constituie campania „*Analóg November*"[10] (titlu tradus: „*Noiembrie analog*"), în a cărei inițiere și desfășurare în Transilvania m-am implicat activ, promovând reducerea timpului recreativ petrecut în fața ecranelor și încurajând activitățile desfășurate în familie, în școli și în comunitate. Experiența acestei implicări mi-a consolidat convingerea că familiile au nevoie de sprijin și de alternative concrete pentru formarea unor obiceiuri digitale echilibrate. Prezentul proiect de lege valorifică această experiență, oferind un reper anual de conștientizare și participare voluntară, prin instituirea zilei de 10 noiembrie ca „Ziua fără ecrane".

Exemplele reprezintă modele educative și comunitare. Proiectul de act normativ elaborat adaptează această abordare și sunt ferm convins că România poate oferi un cadru de informare și participare voluntară, destinat întregii populații. Inițiativa urmărește încurajarea unei utilizări conștiente și prudente a tehnologiei, prin reducerea utilizării recreative excesive, limitarea notificărilor neesențiale și înlocuirea unei părți a timpului petrecut în fața ecranelor cu activități fizice, culturale, familiale precum jocuri, lectură, ateliere practice, sport, plimbări și întâlniri între generații. Ziua de conștientizare poate sprijini formarea unor obiceiuri durabile, fără a substitui evaluarea și intervenția de specialitate atunci când utilizarea tehnologiei afectează semnificativ viața cotidiană.

În acest context, am elaborat proiectul de lege pentru instituirea zilei de 10 noiembrie ca „Ziua fără ecrane", pe care o supunem spre dezbatere și aprobare.

INIȚIATOR,

Kántor Boglárka
Deputat UDMR

[10] https://www.analognovember.hu/

Tabel cu inițiatorii proiectului de lege pentru instituirea zilei de 10 noiembrie ca „Ziua fără ecrane”

Nr. crt.	Nume și prenume	Grup parlamentar	Semnătura
	ZAHORANSZKI BRIGITTA-EVA	UDMR	
	Csoma Botond	UDMR	
	CSEP ÉVA ANDREA	UDMR	
	VASS LEVENTE	UDMR	
	MAGYAR LORAND-BALINT	UDMR	
	SZABÓ ÖDÖN	UDMR	
	Miklós Tamás	UDMR	
	MOLNAR ANDREI	UDMR	
	Hajdu Szabolcs	UDMR	
	MARKÓ ATTILA-GÁBOR	UDMR	
	GÁL KÁROLY	UDMR	
	László Attila-Zoltán	UDMR	
	KOCSÁR KÁROLY	UDMR	
	SERES DÉNES	UDMR	
	KONDOR ÁGOTA	UDMR	

CONSILIUL ECONOMIC ȘI SOCIAL
INTRARE Nr. 7677
IEȘIRE
Ziua 20 Luna 11 20 26

Parlamentul României

Camera Deputaților **Senatul**

LEGE

pentru instituirea zilei de 10 noiembrie ca „Ziua fără ecrane"

Parlamentul României adoptă prezenta lege.

Art. 1. - Se instituie „Ziua fără ecrane", care se marchează anual la data de 10 noiembrie, în scopul promovării utilizării echilibrate a tehnologiilor digitale, al conștientizării riscurilor asociate utilizării excesive a acestora și al încurajării activităților educative, culturale, sportive și recreative desfășurate fără dispozitive digitale.

Art.2. – (1) În sensul prezentei legi, „Ziua fără ecrane" reprezintă reducerea sau întreruperea temporară și voluntară a utilizării dispozitivelor digitale în scop recreativ, pentru a încuraja interacțiunile directe și participarea la activități individuale, familiale și comunitare.

(2) Ziua fără ecrane se adresează întregii populații și are caracter educativ și de conștientizare, cu accent pe protejarea dezvoltării și a stării fizice și mentale ale copiilor și adolescenților.

Art.3. – (1) Cu prilejul „Zilei fără ecrane" poate fi marcată de autoritățile administrației publice centrale și locale, de unitățile de învățământ preuniversitar și universitar, de structurile asociative ale patronatelor, bibliotecile, muzeele și celelalte instituții de cultură, organizațiile neguvernamentale, precum și persoanele juridice de drept privat, prin organizarea de activități și evenimente cu caracter cultural, social, educativ și științific prin care să fie promovată utilizarea echilibrată a tehnologiilor digitale, al conștientizării riscurilor asociate utilizării excesive a acestora și al încurajării activităților educative, culturale, sportive și recreative desfășurate fără dispozitive digitale.

(2) Activitățile prevăzute la alin. (1) pot include:

a) campanii de informare privind utilizarea echilibrată a dispozitivelor digitale și riscurile utilizării excesive a acestora;
b) activități de lectură, ateliere de creație, jocuri de societate și activități practice;
c) activități sportive, recreative și de voluntariat, inclusiv în aer liber;
d) întâlniri și activități comune pentru copii, părinți și bunici;
e) activități de informare privind prevenirea hărțuirii în mediul online și recunoașterea semnelor utilizării problematice a tehnologiilor digitale.

(3) Activitățile se pot desfășura în parteneriat, cu respectarea atribuțiilor legale ale organizatorilor și cu asigurarea accesibilității pentru persoanele cu dizabilități.

Art.4. –Societatea Română de Radiodifuziune şi Societatea Română de Televiziune pot promova, cu respectarea autonomiei editoriale, obiectivele şi activităţile dedicate Zilei de detox digital, inclusiv în perioada premergătoare acesteia.

Art. 5. - Finanţarea activităţilor prevăzute de prezenta lege se poate asigura din bugetele aprobate ale autorităţilor şi instituţiilor publice participante, în limita creditelor bugetare aprobate şi cu respectarea destinaţiei acestora, precum şi din donaţii, sponsorizări şi alte surse legal constituite.

Aceasta lege a fost adoptată de Parlamentul României, cu respectarea prevederilor art. 75 şi ale art. 76 alin. (2) din Constituţia României, republicată.

PREŞEDINTELE
CAMEREI DEPUTAŢILOR

PREŞEDINTELE
SENATULUI