

Tu cuaderno del taller HABILIDADES PARA LA VIDA INDEPENDIENTE



Dirección editorial

Mariana Incarnato, Directora Ejecutiva de Doncel

Autoría

Sonia Vidal

Revisión de contenidos:

Florencia Rodríguez

Edición y corrección:

Sofía Alvarez

Diseño y diagramación:

Leandro Restaino

© Subsecretaría de Juventud, Ministerio de Desarrollo Social de la Nación, Asociación civil por los derechos de los niños, niñas y adolescentes DONCEL

Tu cuaderno del Taller de Habilidades para la Vida Independiente. Cuadernillo para participantes.

Se autoriza la reproducción total o parcial de los textos aquí publicados, siempre y cuando no sean alterados, se asignen los créditos correspondientes y no sean utilizados con fines comerciales.

El uso de un lenguaje que no marque diferencias discriminatorias entre varones y mujeres es una de las preocupaciones de quienes concibieron y apoyan este documento. Sin embargo, no hay acuerdo entre los lingüistas sobre la manera de resolver este dilema en español. Con el fin de evitar la sobrecarga que supondría marcar lexicalmente la diferencia genérica, en la redacción de este cuaderno hemos optado por emplear el masculino genérico clásico. Se sobreentiende que todas las menciones a los jóvenes representan siempre a mujeres y varones.

Varias de las actividades contenidas en este cuaderno fueron extraídas de la publicación: PROGRAMA UMBRELLA (2005): apoyo en la transición de los jóvenes a la vida adulta. Fernández de Valle, J.; García Quintanal, J. L. Traducción y adaptación por el equipo del Departamento de Psicología de la Universidad de Oviedo, España.

© **The Umbrella Programme (2000).**

ACERCA DE DONCEL: Es una asociación cuya misión es "contribuir al fortalecimiento de jóvenes en transición del sistema de protección hacia la autonomía para que se desarrollen como ciudadanos activos y productivos".

Conocé más sobre Doncel en:

DONCEL.org.ar • **facebook/Doncelasoccivil**

Sumario



ACÁ
ESTAMOS



Presidencia de la Nación

MÓDULO 1	07
HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES Y PRÁCTICAS PARA LA VIDA	
TALLER 1: LA VIDA INDEPENDIENTE	08
• Actividad 1: Convirtiéndome en una persona independiente	09
• Actividad 2: El acertijo	10
• Actividad 3: La línea de tiempo en las vidas de un joven y de una joven	11
TALLER 2: LA VIDA SOCIAL	13
• Actividad 1: Mi red social	14
• Actividad 2: Personas importantes de mi red	15
• Actividad 3: El tiempo libre	15
• Actividad 4: Lugares de interés	16
TALLER 3: MI BARRIO / CIUDAD	19
• Actividad 1: dónde queda y cómo viajo	19
• Actividad 2: el barrio	22
• Actividad 3: planificamos el viaje de Juan	22
• Actividad 4: entrenando tu pensamiento y creatividad	23
MÓDULO 2	25
PLANIFICACIÓN FINANCIERA	
TALLER 4: PLANIFICACIÓN	26
• Actividad 1: El presupuesto	26
• Actividad 2: La moto para Josefina	27
• Actividad 3: Las facturas	30
• Actividad 4: Calculo cuánto sale en cuotas	31
TALLER 5: LOS AHORROS	33
• Actividad 1: ¿Cómo ahorro?	33
• Actividad 2: Me quiero comprar	33
• Actividad 3: Rutina semanal	34
• Actividad 4: La cuenta bancaria	35
• Actividad 5: Tipos de cuentas bancarias	36
• Actividad 6: mi objetivo para el próximo año	37
• Actividad 7: mi plan de trabajo para la vida independiente	40

MÓDULO 3	42
SOBRE MI PROPIO CUERPO	
TALLER 6: MITOS Y REALIDADES SOBRE LA SEXUALIDAD	44
• Actividad 1: ¿sexo o género?	44
• Actividad 2: el sexo y las relaciones	46
• Actividad 3: relaciones	47
• Actividad 4: el médico	48
TALLER 7: DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS	49
• Actividad 1: ¿conocés Casa Fusa?	49
• Actividad 2: convertirse en padre, en madre	52
• Actividad 3: cambios cuando somos padres	52
MÓDULO 4	54
CONSTRUCCIÓN DE CIUDADANÍA	
TALLER 8: MIS DERECHOS PARA LA AUTONOMÍA	56
• Actividad 1: ser jóvenes	56

Agradecimientos

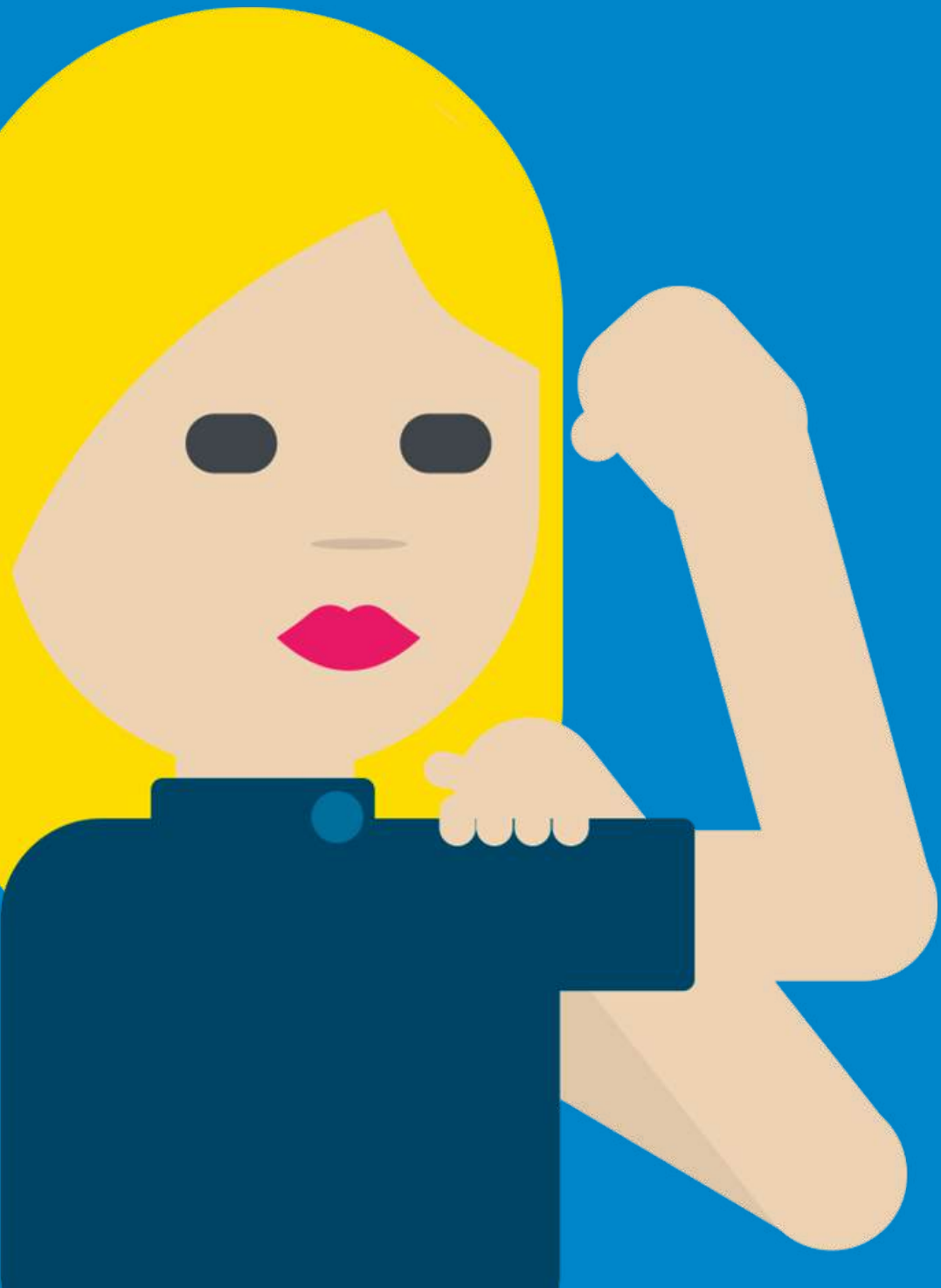
Agradecemos a los jóvenes que participaron de los talleres instrumentados por Doncel en otros ámbitos institucionales, en los que realizaron varias de las actividades aquí propuestas y compartieron sus experiencias y vivencias, lo que nos ayudó a adecuar este cuaderno para el público joven. Agradecemos también al equipo de Casa FUSA y a Carolina Videtta, del equipo de Doncel, por la revisión del Módulo 4 y del Módulo 3 respectivamente y por sus valiosas recomendaciones; a Martín Maydana y Daniel Sadovoy por sus lecturas y aportes, a Mariana Incarnato por sus orientaciones para la elaboración de este cuaderno, su revisión y sus observaciones; a Jorge Fernández del Valle por habernos facilitado la traducción de las fichas de ejercicios del Programa UMBRELLA, que nos permitieron descubrir este valioso material para adolescentes en transición a la vida adulta y adaptarlo para este cuaderno; al equipo de Subsecretaría de Juventud y al Ministerio de Desarrollo Social de la Nación, por sus aportes en la revisión del cuaderno y por el apoyo para la concreción de esta iniciativa.

¡HOLA!

ESTE MATERIAL ES PARA VOS.

Te acompañará en este paso que diste: participar en el Taller de Habilidades para la Vida Independiente.

Aquí encontrarás actividades que haremos durante los encuentros. También hay otros ejercicios para que realices después de cada encuentro e informaciones que te aportarán nuevas herramientas para apoyarte en tu camino.



MÓDULO 1

HABILIDADES
SOCIOEMOCIONALES
Y PRÁCTICAS PARA
LA VIDA



ACÁ
ESTAMOS



Presidencia de la Nación

LA VIDA INDEPENDIENTE

En estos encuentros trabajaremos sobre las habilidades para la vida independiente de manera individual y grupal.

Hay habilidades prácticas que se relacionan directamente con determinadas actividades y tienen que ver con conocimientos técnicos o destrezas. Por ejemplo, para el uso responsable del dinero necesitamos la habilidad de planificar y realizar presupuestos, o para hablar otro idioma se requiere un conocimiento técnico.

También hay habilidades socioemocionales, que tienen que ver más con los comportamientos, actitudes y rasgos de la personalidad que contribuyen al desempeño de una persona. Por ejemplo, hay ciertas cosas que necesitamos ser capaces de hacer en la vida para convivir con otras personas, con amigos o familiares, en la escuela o en el trabajo: la habilidad de comunicación, de cooperación y trabajo en equipo, etc. También necesitamos habilidades para hacer frente a las cosas que nos pasan, como el manejo de nuestras emociones o la capacidad de resolver problemas, y para conseguir lo que queremos de la vida, como la habilidad del pensamiento creativo, de tomar de decisiones, entre otras.

¡LO MÁS IMPORTANTE ES QUE ESTAS HABILIDADES SE PUEDEN APRENDER Y DESARROLLAR!

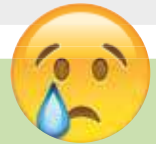
ACTIVIDAD 1:
CONVIRTIÉNDOME EN UNA PERSONA INDEPENDIENTE

¿Qué se siente ser independiente?

Escribe debajo las
COSAS BUENAS



Escribe debajo las
**COSAS NO TAN
BUENAS**



...

...

...

...

...

...

ACTIVIDAD 2: EL ACERTIJO

Leé la siguiente historia para contarnos, en el próximo taller, cómo resolviste esta adivinanza.

Juan trabaja de sereno en una fábrica de chocolates de lunes a viernes de 22 hs a 10hs de la mañana.

Un jueves a la tarde se cruza a su jefe en el café y este le cuenta que al día siguiente viajará en avión a Santa Cruz por placer, y que tomará el vuelo 1758 de las 17:05hs. Esa misma noche Juan sueña que el avión en el que va a viajar su jefe se va a estallar en mil pedazos.

El viernes, antes de retirarse de la fábrica, va a la oficina de su jefe y le cuenta el sueño.

Su jefe se ríe y desestima lo que le cuenta su empleado, pero a medida que se aproxima la hora de embarcar el jefe se arrepiente y decide cambiar la fecha de su vuelo. A las 18hs del viernes se anuncia en todos los canales de televisión la explosión del avión que iba a Santa Cruz: 85 pasajeros, 1 piloto, 2 ayudantes y 4 azafatas. Todos muertos.

Conmovido por la tragedia, el jefe llama a Juan a su casa y le pide si puede acercarse a la fábrica de inmediato. Al recibirlo en su despacho le da un abrazo, le agradece con \$40.000 en efectivo por haberle salvado la vida y lo despide, lo desvincula de la fábrica, lo echa. ¿Por qué?



SER INDEPENDIENTE es ser uno mismo, con una personalidad propia que es diferente de la de los demás, con nuestros propios pensamientos, sentimientos y deseos. Eso nos garantiza tener la capacidad de no depender de los demás para sentirnos bien, de aceptarnos tal y como somos y de tener la seguridad de que seremos capaces de valernos por nosotros mismos durante nuestras vidas.

La independencia es la base para aprender de manera constante durante toda la vida.

Esta se ve fortalecida a medida que vamos creciendo, adquiriendo responsabilidades y siendo conscientes de que somos responsables de nuestras propias acciones y decisiones. Crecer con independencia y responsabilidades nos proporciona un grado de madurez para enfrentarnos a la vida y para ser más felices.

Pero ser independiente no significa estar solo, todo lo contrario. Las redes de apoyo social (nuestros familiares, amigos, vecinos, etc.) que podemos construir son esenciales para encarar la vida adulta.

ACTIVIDAD 3: LA LÍNEA DE TIEMPO EN LAS VIDAS DE UN JOVEN Y DE UNA JOVEN

Vamos a imaginar las vidas de dos personajes: un joven y una joven que tienen 18 años. Para eso, nos vamos a dividir en cuatro grupos: dos grupos trabajarán sobre el personaje femenino, y los otros dos grupos sobre el personaje masculino.

1. Cada grupo va a crear cómo es el personaje que le tocó, la chica o el chico, con la siguiente información:

Personaje	EL JOVEN	LA JOVEN
	<ul style="list-style-type: none"> Tiene 18 años. 	<ul style="list-style-type: none"> Tiene 18 años.
	<ul style="list-style-type: none"> Ustedes le ponen el nombre. 	<ul style="list-style-type: none"> Ustedes le ponen el nombre.
	<ul style="list-style-type: none"> Lo dibujan. 	<ul style="list-style-type: none"> Lo dibujan.

2. Cuando terminen, cada grupo dibujará en una hoja afiche "la línea de tiempo" de su personaje, que empieza ahora, a los 18 años, y va hasta que tiene 23 años. Marcarán las sucesivas edades que tiene en el tiempo, como se muestra en el gráfico. Al principio de la línea pondrán el nombre que eligieron para el chico o la chica.

Gráfico: Línea de tiempo del personaje

NOMBRE



3. Ahora, cada grupo imaginará cómo fue la vida independiente de este joven o de esta joven hasta los 23 años:

- **¿Qué cosas fue haciendo?, ¿Qué le fue pasando?**
- **¿Dónde vivió? ¿Con quién o con quiénes?**
- **¿Estudió? ¿En qué?**
- **¿Tuvo uno o varios trabajos? ¿En qué trabajó?**
- **¿Qué sentía en esos momentos de su vida?**
- **¿Qué dificultades se le presentaron?**
- **¿En quiénes pudo apoyarse o lo/la ayudaron?**

PONGAN LO QUE IMAGINARON EN LA LÍNEA DE TIEMPO, SEGÚN EL MOMENTO O LA EDAD EN LA QUE SUCEDE CADA COSA.

4. Cuando terminemos cada grupo presentará la línea de vida del personaje sobre el que trabajaron.

5. PENSEMOS E INTERCAMBIEMOS JUNTOS:

¿Qué cosas tiene que hacer y aprender este joven o esta joven, mientras vive con su familia o los adultos responsables de él/ella, para prepararse y vivir en forma independiente? **Las anotamos aquí:**

6. AHORA, CADA UNO PIENSE:

¿Qué cosas podés empezar a hacer para aprender y prepararte para vivir en forma independiente? **Las anotamos aquí:**

LA VIDA SOCIAL

Una RED DE APOYO SOCIAL es el conjunto de gente con la que estás en contacto, ya sea día a día o de vez en cuando. Es la gente...



**¿QUÉ ES
UNA RED
SOCIAL?**

- **QUE PUEDE AYUDARTE
CUANDO LO NECESITÁS.**
- **QUE PUEDE SER UN BUEN AMIGO**
- **A LA QUE PODÉS ACUDIR
CUANDO NECESITÁS AYUDA**
- **¡CON LA QUE LA PASÁS BIEN!**

ACTIVIDAD 1: MI RED SOCIAL

Vamos a revisar cómo es tu red de apoyo social, y quién puede darte una mano cuando necesites ayuda.

El siguiente gráfico enuncia el tipo de personas que forman tu red social. Colocá un puntaje, de 1 a 7, al lado de cada recuadro, según la importancia que tienen para vos estas personas. 1 son los MÁS importantes, y 7 los MENOS:



The diagram consists of seven social media-style profile cards arranged in a cluster. Each card has a colored circular icon, a name, a 'FOLLOW' button, and a large empty rectangular box for a rating. Below each box are icons for a heart (likes), a speech bubble (comments), and a share arrow, followed by placeholder text: '0000 likes', 'USERNAME editable text description #hashtag', and a blue hashtag link.

- PROFESORES** (Yellow circle)
- FAMILIA** (Purple circle)
- AMIGOS** (Orange circle)
- AMIGOS DEL COLEGIO** (Green circle)
- VECINOS** (Red circle)
- TRABAJADORES SOCIALES** (Blue circle)
- LA GENTE QUE TE ATIENDE** (Light purple circle)

ACTIVIDAD 2:
PERSONAS IMPORTANTES DE MI RED

Seguramente ahora te hiciste una idea más clara de quién forma parte de tu red social de apoyo y de por qué esa persona es importante.

De tu red, elegí a 5 PERSONAS que son IMPORTANTES para vos, y explicá POR QUÉ

Personas	PORQUÉ

ACTIVIDAD 3:
EL TIEMPO LIBRE

Vamos a ver qué es lo que te gusta hacer en tu tiempo libre. Cuando no estás estudiando o trabajando, es bueno pasarla bien. En tu tiempo libre hay un montón de cosas que podés hacer.

¿QUÉ ACTIVIDADES O HOBBIES TE GUSTA HACER EN TU TIEMPO LIBRE?

ESCRIBE ALGO NUEVO QUE TE GUSTARÍA HACER EN TU TIEMPO LIBRE...

ACTIVIDAD 4: **LUGARES DE INTERÉS**

Juntá información de los lugares de interés que hay en tu barrio, en la ciudad donde vivís. Por ejemplo: club, teatro, plaza, canchita, cine, centro cultural, museos, etc.

PODÉS PEGAR Y ANOTAR AQUÍ LA INFORMACIÓN QUE REUNISTE.

Ejercicio para vos sobre los vecinos

¿Conocés a los vecinos que tenés donde vivís?

Sí _____

No _____

¿Creés que es importante tener una buena relación con tus vecinos?

Sí _____

No _____

Tratá de pensar 3 cosas que tus vecinos pueden hacer por vos,
o que vos podés hacer por ellos:

1 _____

2 _____

3 _____

Ejercicio para vos sobre tiempo libre

Pensá porqué es BUENO hacer cosas en el tiempo libre. Tratá de escribir 3 razones:

1

2

3

¿Hay algo que no te gusta de las actividades en el tiempo libre?

MI BARRIO / CIUDAD

ACTIVIDAD 1: DÓNDE QUEDA Y CÓMO VIAJO

Vamos a conocer algunas herramientas para aprender a manejarnos solos en la ciudad.

A) Escribí en el buscador de la computadora o en el de tu celular: "LA GUÍA T LA PEQUEÑA BIBLIA DEL PORTEÑO".

Doncel

la Guía T la pequeña biblia del porteño



Buscar

Me siento con suerte

La Guía T es una guía en papel que se vende en los kioscos de diarios. Sirve para ubicarse y saber qué colectivos tomar para llegar a cualquier lugar de la ciudad. También hay una Guía T para el área de Gran Buenos Aires.

BUENOSAIRESCONNECT

GASTRONOMÍA NIGHTLIFE CULTURA PASAJES VIAJES

Inicio | Nosotros | Contacto

La Guía T, la pequeña Biblia del porteño

Por [Alejandra Medina Pagani](#) | 7 agosto 2014

Compartir en Facebook | Compartir en Twitter

SERVICIOS

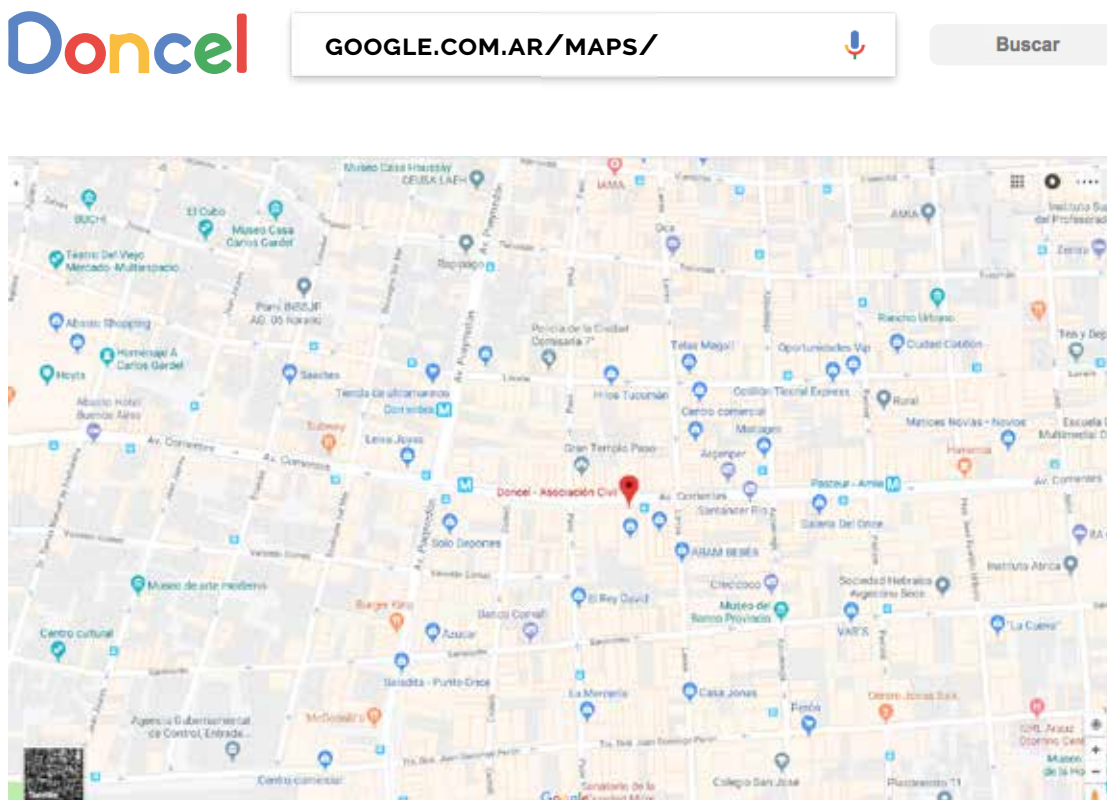
- "Doncel", el buscador de la web del gobierno de Pcia. de Buenos Aires
- ¿Cuáles son los mejores hoteles de Buenos Aires para viajar?
- El Capón de Talará, la empresa del Chifú desmonta en Palermo
- ¿Cómo usar esta librería?

¿TE APARECIÓ ESTA IMAGEN?
¡GENIAL! AHÍ, EN INTERNET, ESTÁ
EL INSTRUCTIVO PARA ENTENDER
CÓMO USAR LA GUÍA T.

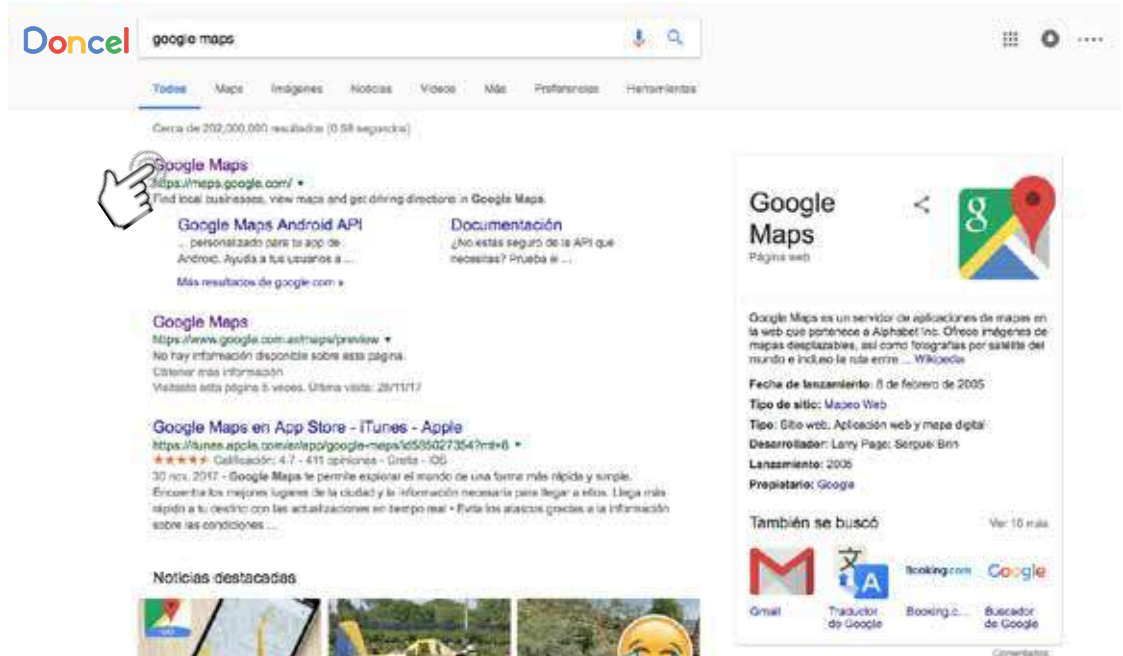
B) Ahora escribí en el buscador "MAPA BUENOS AIRES INTERACTIVO".
TE APARECERÁ UNA IMAGEN COMO LA SIGUIENTE:



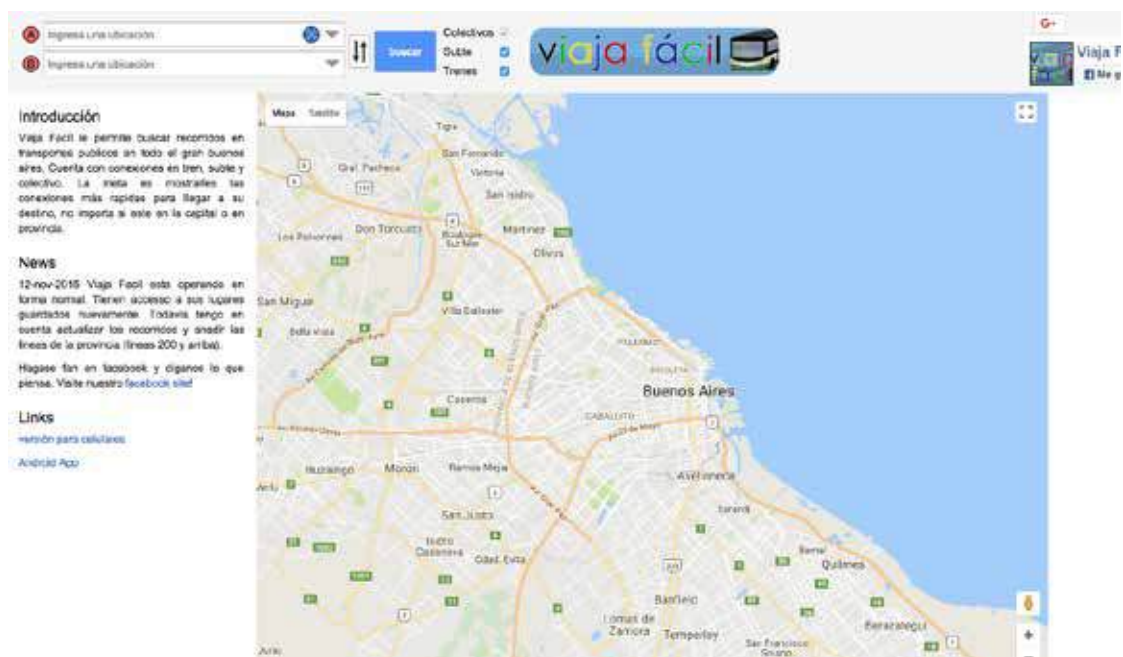
C) Escribí en el buscador "GOOGLE.COM.AR/MAPS/"



D) También podés escribir google maps, luego hacer click en el texto que dice "Google Maps", y así llegarás al mapa que se reproduce en la imagen anterior.



E) Escribí **www.viaja-facil.com**. Es otra herramienta para buscar recorridos en transportes públicos en todo Gran Buenos Aires, y te muestra las conexiones más rápidas para llegar a tu destino, en la capital o en provincia.



ACTIVIDAD 2: EL BARRIO

Vamos a descubrir qué lugares hay donde vivís. Para eso tené a mano la información de lugares de interés que te pedimos buscar y traer a este taller.

A) Escribí en el mapa los lugares interesantes que encontraste cerca de donde vivís (si no tenés a mano la información, podés usar internet para averiguar más).

B) ¿Sabés dónde están los siguientes lugares?:

¿SABÉS DÓNDE ESTÁ TU...?	ESCRIBÍ LA DIRECCIÓN	¿HAS ESTADO ALGUNA VEZ?
Banco		
Supermercado		
Comisaría		
Estación del tren/subte		
Hospital/salita		
Plaza/parque		
Farmacia		
Escuela		

ACTIVIDAD 3: PLANIFICAMOS EL VIAJE DE JUAN

Vamos a hacer esta actividad formando grupos.

Cada grupo tratará de resolver este problema:

Juan tiene una entrevista de trabajo a las 10 hs de la mañana en Av. Corrientes y Callao. Él vive en Av. Sáenz Peña al 2400 (entre José Hernández y Gutiérrez), San Martín, Provincia de Buenos Aires. Para llegar tranquilo a la cita se propone llegar 10 minutos antes del horario citado.

Respondan las siguientes preguntas:

- A. ¿Cuánto tiempo tiene de viaje hasta su destino?
- B. ¿A qué hora debería salir de su casa?
- C. ¿Qué cosas no puede olvidarse?
- D. ¿Cuál es la mejor opción de viaje? Expliquen el recorrido que debería hacer.

A _____

B _____

C _____

D _____

ACTIVIDAD 4: ENTRENANDO TU PENSAMIENTO Y CREATIVIDAD

TE PRESENTAMOS DOS ACERTIJOS:



PENDIENTE EN EL CAFÉ. Esta mañana se me cayó un pendiente en el café. Aunque la taza estaba llena, el pendiente no se mojó. ¿Cómo es posible eso?

EL TÚNEL Y LOS TRENES. En una línea de ferrocarril, el tendido tiene doble vía excepto en un túnel que no es lo bastante ancho para acomodar ambas. Por eso, en el túnel la línea es de vía simple. Una tarde, entró un tren en el túnel marchando en un sentido, y otro tren entró en el mismo túnel, pero en sentido contrario. Ambos iban a toda velocidad, y sin embargo no llegaron a colisionar. ¿Por qué?

EJERCICIO PARA VOS SOBRE VIAJAR

Para practicar cómo viajar usando las herramientas que vimos en el Taller 3, te proponemos lo siguiente:

ELEGÍ UNO DE LOS SIGUIENTES VIAJES:

- Ir a la casa de un pariente o amigo/a que vive lejos de tu casa (por ejemplo en el Gran Buenos Aires o en la otra punta de la ciudad).
- Ir a un hospital público que queda lejos de tu casa. Podés buscar en www.buenosaires.gob.ar/salud/establecimientos. Ahí encontrarás el nombre, la dirección y el barrio de los diferentes hospitales de la Ciudad de Buenos Aires.
- Ir a la Reserva Ecológica Costanera Sur o a la Reserva Ecológica de Vicente López.
- Ir al Parque Centenario de la Ciudad de Buenos Aires.
- Ir al Registro Civil Central de las Personas, en la Ciudad de Buenos Aires.

A) ¿Cuánto tiempo tenés de viaje desde tu casa hasta ese destino?

B) ¿Cuánto cuesta el viaje?

C) ¿Cuál es la herramienta para buscar direcciones y cómo viajar que te resulta más fácil, más amigable?

MÓDULO 2

PLANIFICACIÓN FINANCIERA



ACÁ
ESTAMOS



Presidencia de la Nación

PLANIFICACIÓN

ACTIVIDAD 1: EL PRESUPUESTO

UTILIZAR UN PRESUPUESTO ES LA MEJOR MANERA
DE ASEGURARTE DE NO GASTAR MÁS DINERO
DEL QUE TENÉS.



A) Veamos cuánto dinero recibis por mes:

Dinero del bolsillo	
Sueldo	
Apoyos económicos sociales (plan, beca, subsidio, etc.)	
Otros	
TOTAL	\$

B) ¿Y cuánto dinero gastás al mes?

Alquiler	
Expensas	
Servicios (luz, gas, ABL, agua)	
Teléfono	
Cable y/o internet	
Comida	
Viáticos (SUBE)	
Artículos del hogar y de aseo	
Entretenimiento (Cine, boliche, bar)	
Otros. ¿Cuáles?	
TOTAL	\$

C) Ahora mirá los dos totales...

TOTAL DINERO ENTRANTE	\$
TOTAL DINERO SALIENTE	\$

¿TENÉS SUFICIENTE DINERO PARA PAGAR TODO CADA MES?



¡Si respondiste que NO, tendrás que revisar bien en qué gastás y encontrar la manera de gastar menos dinero, o de conseguir mejores ingresos!

ACTIVIDAD 2: LA MOTO PARA JOSEFINA

Para esta actividad necesitamos buscar precios usando la computadora. Para eso, visitaremos primero algunas plataformas en internet:

Poné en el buscador:

- Mercado libre www.mercadolibre.com.ar
- Alamaula www.alamaula.com

Ahora en grupo vamos a resolver el caso de **Josefina**:



JOSEFINA SE QUIERE COMPRAR UNA **MOTO CILINDRADA 110**.

SU PRESUPUESTO ES DE **\$16.000**.

¿QUÉ TIPO DE MOTO PUEDE COMPRARSE?

¿QUÉ OTRAS COSAS DEBE TENER EN CUENTA EN SU PLANIFICACIÓN MENSUAL?

(Comprar un casco, la nafta, sacar el registro, pagar el seguro).

PRESUPUESTO	MONTO
TOTAL	\$

Ejercicio para vos: **COMPRAR ROPA**

Esto te ayudará a aprender a manejar tu dinero para COMPRAR tu propia ROPA.

PIENSA EN EL DINERO QUE TIENES QUE GASTAR EN ROPA

Cada **SEMANA / MES** (marca la correcta)

TENGO:



Escribe la cantidad

Para **GASTAR** en ropa

ESTAMOS EN EL MES DE:



Necesito las siguientes prendas

\$ _____

\$ _____

\$ _____

\$ _____

\$ _____

\$ _____

\$ _____

\$ _____

\$ _____

Total

**SOBRE DESEOS,
NECESIDADES Y
PRESUPUESTO**

TODOS LOS MESES LOS ADULTOS TIENEN QUE PAGAR POR CIERTAS COSAS, POR EJEMPLO, UN LUGAR PARA VIVIR, COMIDA Y TRANSPORTE. ¡TAMBIÉN HAY COSAS EN LAS QUE QUISIERAN GASTAR DINERO POR PURO ENTRETENIMIENTO! TODOS ESTOS COSTOS SE LLAMAN GASTOS MENSUALES. LA MAYOR PARTE DE LA GENTE TIENE UNA CANTIDAD LIMITADA DE DINERO DISPONIBLE, POR LO QUE TIENE QUE ELEGIR CÓMO GASTARLO: TIENE QUE TOMAR DECISIONES EN BASE A SI NECESITA ALGO O SIMPLEMENTE LO DESEA.

Para administrar bien el dinero, tenés que diferenciar entre necesidades y deseos. Las necesidades y deseos de una persona pueden ser muy diferentes unos de los otros, pero, por lo general, las necesidades son las cosas o actividades que se necesitan para poder vivir, mientras que los deseos son cosas que uno quisiera tener o hacer, pero puede vivir sin ellas.

Planificá cómo vas a gastar tu dinero para poder comprar primero lo que necesitás. Si te queda dinero, podés ahorrar para comprar las cosas que deseás. Esto se llama hacer un presupuesto: es un plan escrito para usar tu dinero.

ANTES DE SALIR A COMPRAR ALGO, HACETE LAS SIGUIENTES PREGUNTAS:

- ¿Es algo que necesitás o algo que deseás?
- ¿Es más barato en otro negocio?
- ¿Hay algo similar más barato y que te pueda servir?
- ¿Hay alguna manera mejor de gastar tu dinero?
- ¿Cómo podés presupuestar tu dinero para poder comprar lo que querés?

Descripción	Ingreso (+)	Gasto (-)	Dinero disponible
Sueldo	\$9.000		\$9.000
Refrigerio		\$90	\$8.910
Diversiones		\$50	\$8.860
Alquiler		\$4000	\$4.860

ACTIVIDAD 3: **LAS FACTURAS**

Ahora dale un vistazo a los diferentes tipos de **facturas** de servicios, y a cómo **pagarlas**.
Escribí debajo los diferentes tipos de FACTURAS que probablemente recibirás cuando vivas en tu PROPIA CASA (no olvides pedir ayuda si lo necesitás).

¿SE TE OCURRE ALGUNA FACTURA MÁS QUE TENGAS QUE PAGAR SEMANAL O MENSUALMENTE?
(POR EJ. SUSCRIPCIONES A SERVICIOS O CUOTAS DE ASOCIACIONES/CLUBES).

SI **NO** ESCRIBILAS DEBAJO...

Pensá en **5 FACTURAS** que creas que vas a tener que pagar, y escribí a dónde tendrías que ir a pagarlas...

	NOMBRE DE LA FACTURA	¿DÓNDE LA PAGARÍAS?
1		
2		
3		
4		
5		

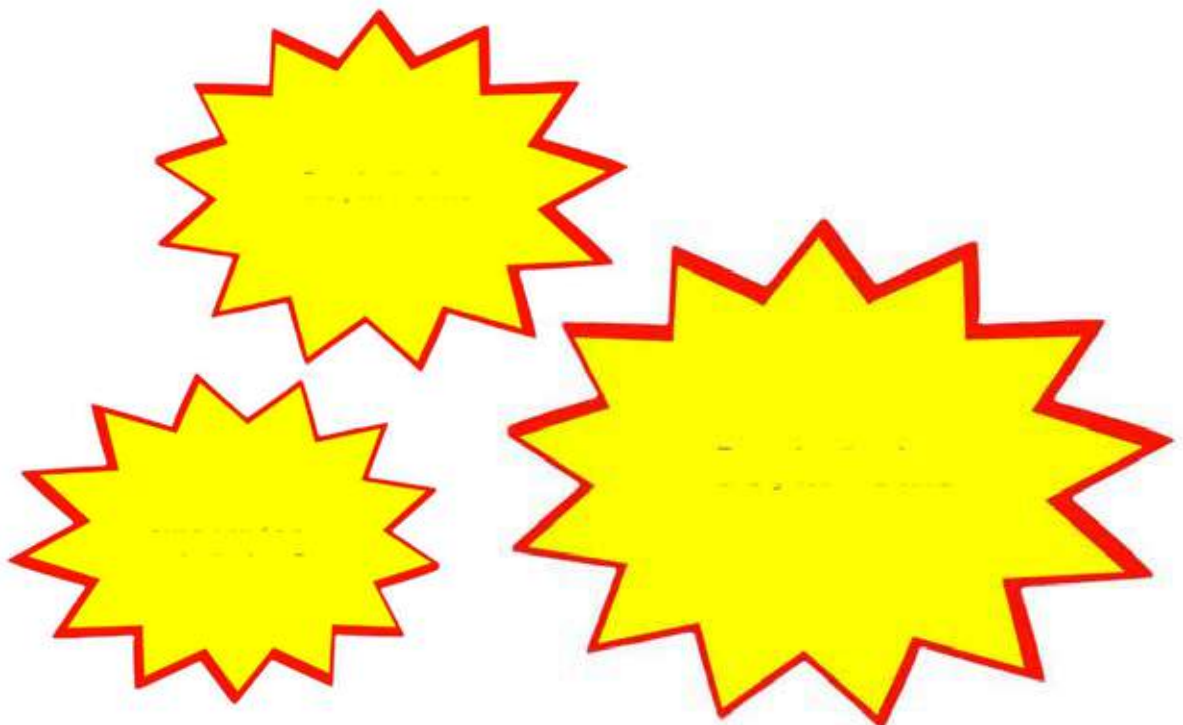


LA COMPRA EN CUOTAS ES UNA MANERA MÁS FÁCIL DE COMPRAR COSAS MÁS CARAS SIN TENER QUE PAGAR TODO JUNTO (O SEA, PAGANDO AL CONTADO).

ACTIVIDAD 4:
CALCULO CUÁNTO SALE EN CUOTAS




Escribí 3 cosas que podrías comprar utilizando los pagos en CUOTAS:



ELIGE UNA DE LAS COSAS PARA PAGAR EN CUOTAS.

Andá a un negocio y averiguá CUANTO tenés que pagar cada MES si querés pagarlo en cuotas.

PAGO AL CONTADO	\$
PAGO MENSUAL	\$
DURANTE <input type="text"/>	MESES
Costo total de la compra en cuotas	Total \$



COMO VES CUESTA **MÁS** QUE SI PAGARAS AL CONTADO.

¿CREÉS QUE ES RAZONABLE? **SI** **NO**

LOS AHORROS

ACTIVIDAD 1: ¿CÓMO AHORRO?

¿SOS DE AHORRAR DINERO? **SI** **NO**

Si respondiste **sí**, ¿cómo ahorrás? Marcá los casilleros que correspondan:

Con una alcancía.

Con una cuenta bancaria.

Le doy el dinero a alguien para que me lo guarde.

De otra manera (escribí aquí): _____

¿POR QUÉ CREÉS QUE ES UNA BUENA IDEA AHORRAR UNA PARTE DE TU DINERO?

ACTIVIDAD 2: ME QUIERO COMPRAR...

A VECES QUERÉS COMPRARTE ALGO BASTANTE CARO.

A) Escribí 4 cosas para las que te gustaría ahorrar, porque de otro modo no podrías comprar.

		¿CUÁNTO CUESTAN?
1		
2		
3		
4		

Visto así, ¿**CUÁNTO** tendrías que ahorrar por semana?

\$

Y ¿cómo lo harías?

ACTIVIDAD 3: RUTINA SEMANAL

NUESTRA RUTINA SEMANAL SE ARMA CON ACTIVIDADES QUE HACEMOS REGULARMENTE, QUE SON FIJAS. PODEMOS HACER ALGUNAS ACTIVIDADES VARIOS DÍAS DE LA SEMANA, POR EJEMPLO: IR A LA ESCUELA, HACER UN TRABAJO, HACER EJERCICIO EN CASA, PREPARAR LAS MATERIAS, ETC.

OTRAS ACTIVIDADES LAS HACEMOS SÓLO ALGUNOS DÍAS, POR EJEMPLO: IR A UN CURSO DE COCINA, DE BAILE O ENTRENAR EN UN DEPORTE; HACER UN TRABAJO VOLUNTARIO EN UNA INSTITUCIÓN DEL BARRIO O PARROQUIA, PREPARAR UNOS PASTELES PARA VENDER EN EL PARQUE, ACOMPAÑAR A UN HERMANITO/A A SU CLASE DE APOYO, JUNTARSE CON FAMILIARES PARA ALMORZAR, ETC.

Pensá en las actividades más importantes que hacés y completá el siguiente cuadro con tu rutina semanal.

Cuadro de mi rutina semanal

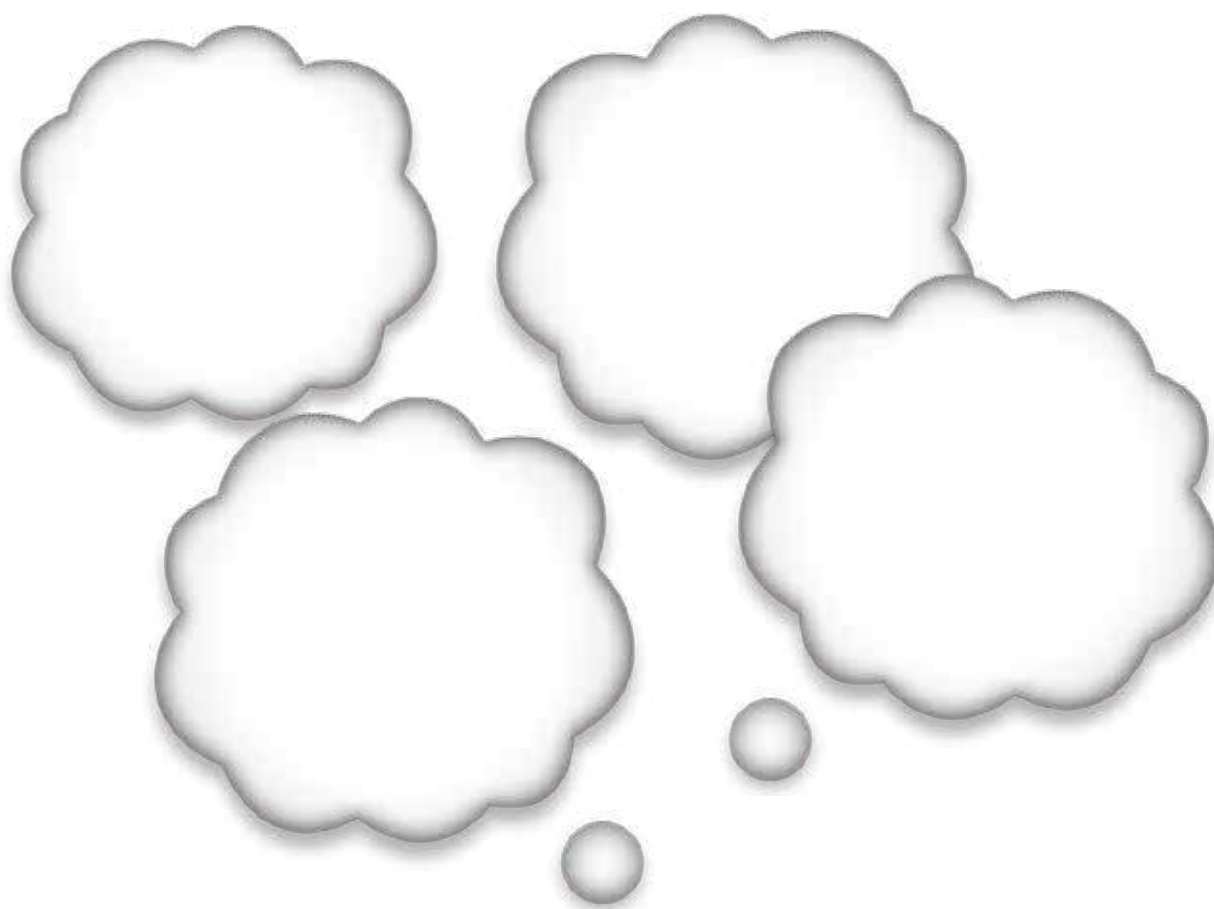
	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
MAÑANA							
TARDE							
NOCHE							

ACTIVIDAD 4:
LA CUENTA BANCARIA

AHORA APRENDERÁS SOBRE CUENTAS BANCARIAS Y SOBRE POR QUÉ SON ÚTILES.

¿TENÉS UNA CUENTA BANCARIA? **SI** **NO**

B) Pensá 4 razones por las que sería bueno tener una cuenta en el banco.



C) Hay varios TIPOS de cuentas bancarias que pueden tener los distintos bancos.

Escribí el nombre de tres bancos cuyas oficinas podés encontrar donde vivís.
No olvides poner la dirección en donde se encuentran.

1	
2	
3	

ACTIVIDAD 5: TIPOS DE CUENTAS BANCARIAS

a) ¿Ya tenés el nombre y la dirección de los 3 bancos cercanos a donde vivís?
AHORA AVERIGUÁ EL NOMBRE DE 3 TIPOS DE CUENTAS BANCARIAS...

1	
2	
3	

B) Andá a una oficina de un banco y conseguí más información del tipo de cuenta que te gustaría abrir.

Escribí el nombre de la cuenta acá:

C) Tratá de rellenar el formulario de solicitud para esa cuenta bancaria.

¡RECORDÁ PEDIR AYUDA SI LA NECESITÁS!

PARA TENER
EN CUENTA
CUANDO TENÉS UNA
CUENTA BANCARIA

CUANDO TENÉS UNA CUENTA BANCARIA, HAY ALGUNAS COSAS QUE TENÉS QUE RECORDAR HACER.

- Tenés que guardar los datos de la cuenta a salvo. Anotalos y guardalos en un LUGAR SEGURO.
- También tenés que guardar la TARJETA que te den en un lugar seguro. ¿DÓNDE PODRÍA SER?
- Recordá que no podés sacar indefinidamente dinero de tu cuenta.
- Tratá de no contar por ahí los datos de tu cuenta bancaria – ¡ES INFORMACIÓN PRIVADA Y ALGUNOS PUEDEN TENER INTERÉS EN QUEDARSE CON TU DINERO!
- Normalmente solo podrás sacar dinero si tenés suficiente en tu cuenta.
- ¿SABÉS LO QUE ES UN DESCUBIERTO? Un descubierto bancario es aquella situación que se produce cuando los fondos de una cuenta son inferiores a 0 \$, es decir, cuando son negativos. Es lo que popularmente se conoce como números rojos. Ante esta situación, el banco aplica comisiones y gastos de diferente índole, como penalizaciones, por lo que lo más recomendable es evitar que esta situación se produzca o, en el peor de los casos, que dure lo menos posible.
- Los extractos bancarios o balances de cuenta son la mejor forma de conocer cuánto dinero tenés en tu cuenta. **¡RECORDÁ CONSULTARLOS!**

ACTIVIDAD 6: MI OBJETIVO PARA EL PRÓXIMO AÑO

Ahora vamos a hablar sobre nuestros objetivos para el próximo año. Para ayudarte a revisarlos o redefinirlos y para prepararte con anticipación, te proponemos este repaso. Pero primero veamos:

¿QUÉ SON LOS SUEÑOS? ¿TENÉS SUEÑOS? PENSÁ CUÁLES SON Y ESCRIBILOS.

**PENSÁ EN LOS
SUEÑOS QUE TE
PARECE QUE PODÉS
COMENZAR A REALIZAR.**



¿CONOCÉS LA DIFERENCIA ENTRE SUEÑOS Y OBJETIVOS?

Todos soñamos con muchas cosas que quisiéramos lograr y tener. Los sueños son muchas veces ambiciosos, ideales, pero solo con desearlos no se hacen realidad.

Necesitamos la manera de transformarlos en objetivos. Los objetivos son aquellos fines que nos trazamos, lo que nos proponemos alcanzar.

Los objetivos: _____

- SON ESPECÍFICOS (¿qué quiero conseguir o lograr?),
- SON REALISTAS (¿es posible lo que me propongo?)
- TIENEN UN PLAZO o tiempo definido, que es el que se necesita para alcanzarlo.

PODEMOS TENER OBJETIVOS DE CORTO O DE LARGO PLAZO. VEAMOS EJEMPLOS.

OBJETIVOS DE CORTO PLAZO	OBJETIVOS DE LARGO PLAZO
<ul style="list-style-type: none"> • Terminar la secundaria o aprobar el año que estoy cursando, en diciembre de este año" (si estás estudiando). 	<ul style="list-style-type: none"> • Irme a vivir de forma independiente en 2 (o 3) años"
<ul style="list-style-type: none"> • Tener un trabajo de medio tiempo a fin de este año". 	<ul style="list-style-type: none"> • Recibirme de enfermero/a (o recibirme de técnico/a de sonido) en 2 años".
<ul style="list-style-type: none"> • Tener un demo de mis canciones al comenzar el próximo año". 	<ul style="list-style-type: none"> • Ahorrar xxx dinero para viajar a XX en 2 años".

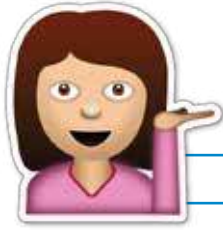
Para transformar tus sueños en objetivos (de corto o de largo plazo) necesitás definir las acciones o los pasos que tendrás que realizar para poder alcanzarlos. Por ejemplo, si tu objetivo es "aprobar el año que estoy cursando en diciembre de este año", las acciones para lograrlo pueden ser:

- Tener ordenadas y al día las carpetas y las tareas.
- Asistir a las clases de apoyo en las materias en las que tengo dificultades.
- No faltar ni llegar tarde" (si estás muy justo con las faltas), etc.

EN EL CAMINO QUE EMPRENDAS PARA ALCANZAR TU OBJETIVO PUEDEN PRESENTARSE ALGUNOS OBSTÁCULOS. POR ESO, ES BUENO PENSAR ANTES EN ESTOS PARA SABER CÓMO PODRÍAS SUPERARLOS.

REVISÁ LO QUE PODÉS CAMBIAR Y HACER VOS MISMO, Y EN LO QUE PUEDE APOYARTE TU RED SOCIAL PARA SUPERAR LOS OBSTÁCULOS QUE SE TE PUEDAN PRESENTAR.

Ahora, de todos los sueños que pensaste y escribiste, elegí uno que se transformará en un objetivo que tendrás que alcanzar el próximo año.



MI OBJETIVO

¿Cómo pensás llevarlo adelante? ¿Qué acciones necesitás emprender?

¿Qué obstáculos deberás superar?

¿Con quiénes deberás contar?



ACTIVIDAD 7: MI PLAN DE TRABAJO PARA LA VIDA INDEPENDIENTE

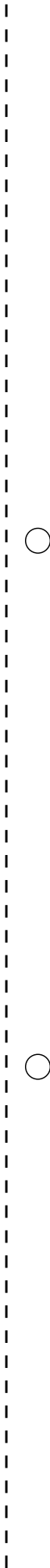
Para lograr el objetivo que nos proponemos hay que dar pasos. Cuanto más organizados estén esos pasos, mayor será la posibilidad de concretar el objetivo. Para eso, es importante que preveamos qué acciones realizaremos, con quiénes, cuándo lo haremos, qué necesitaremos, y anticiparnos a las situaciones que se puedan ir dando en el camino.

Entonces, para alcanzar tu objetivo es muy importante armar un PLAN DE TRABAJO, es decir, tener en claro las diferentes actividades que tenés que llevar adelante. Luego tenés que reconocer a las personas (también llamados referentes) que te podrían ayudar para concretarlo. También hay que pensar en el tiempo o plazo que se requiere o que necesitás para cumplir esas actividades. Además, tenés que identificar las necesidades que tenés para lograr tu objetivo. Por último, siempre podemos pensar en un plan B: un plan alternativo que te ayude a concretar tu objetivo.

El plan de trabajo es una herramienta para avanzar en tus objetivos y guiarte hacia la vida independiente. Este plan es dinámico, porque a medida que lo llevas adelante pueden surgir cosas, como nuevas necesidades o informaciones, que impliquen reconocer nuevos referentes, realizar nuevas actividades o ajustar los plazos. En el siguiente cuadro tenés algunos ejemplos del plan de trabajo de un joven.

Ejemplo de un plan de trabajo:

OBJETIVO	ACTIVIDADES	REFERENTE/ST	TIEMPO/PLAZO	NECESIDADES	PLAN
Hacer un curso de inglés básico en 3 meses.	- Averiguar sobre las opciones que hay para estudiar inglés en forma gratuita. (Lugar, duración, días, horarios, fecha de inicio).	- Las personas de la organización que conocí (por ejemplo Casa del Futuro) podrán ayudarme a buscar cursos gratuitos.	- 2 semanas.	- Un diccionario español-inglés. - Buscar otro curso de inglés.	- Hacer un curso a distancia.
	- Anotarme en el curso y completarlo.	- Mi vecina podrá cuidar a mi hija.	- 2 meses.	- Tener disponibilidad horaria. - Pensar quién podrá cuidar a mi hija mientras hago el curso.	



MI PLAN DE TRABAJO

OBJETIVO	ACTIVIDADES	REFERENTE/S	TIEMPO/PLAZO	NECESIDADES	PLAN



MÓDULO 3

SOBRE MI PROPIO CUERPO



DONCEL

ACÁ
ESTAMOS



Presidencia de la Nación

MITOS Y REALIDADES SOBRE LA SEXUALIDAD



ACTIVIDAD 1: ¿SEXO O GÉNERO?

Veamos primero qué significan las palabras **“GÉNERO” Y “SEXO”**.

El concepto de GÉNERO se relaciona con los atributos (características, particularidades) y mandatos sociales asociados al hecho de ser hombres o de ser mujeres. Los mandatos sociales son normas implícitas que no reflejan lo que somos los hombres y las mujeres, sino lo que debemos o deberíamos ser. Estos mandatos asignan roles y comportamientos diferenciados a cada género, y se transmiten a través de lo que vemos y aprendemos en la familia, a través de mensajes recibidos en la escuela o en los medios de comunicación, etc.

Estas características y mandatos son definidas por la sociedad. En contraposición al género, la palabra SEXO alude a la condición biológica que es asignada al nacer.

1) A partir de las siguientes afirmaciones, indicá cuáles para vos tienen que ver con el género de las personas y cuáles con el sexo:

AFIRMACIÓN	GÉNERO	SEXO
• Los hombres no lloran.		
• Las mujeres pueden amamantar a sus bebés.		
• Los hombres cambian la voz en la pubertad. En casi todos los países la mayoría de policías son hombres.		
• Las mujeres son las encargadas de criar a los niños/as.		
• Según las estadísticas de las Naciones Unidas las mujeres realizan 67% del trabajo mundial y sólo ganan el 10% de ingresos mundiales.		

¿QUÉ SON LOS DERECHOS SEXUALES?

SON AQUELLOS DERECHOS QUE INVOLUCRAN LA CAPACIDAD DE DISFRUTAR UNA VIDA SEXUAL LIBREMENTE ELEGIDA, SATISFACTORIA, Y SIN VIOLENCIA NI RIESGOS.

SE REFIEREN A LA POSIBILIDAD DE DECIDIR EN FORMA INDEPENDIENTE Y SIN DISCRIMINACIÓN SI TENER O NO HIJOS, CUÁNTOS HIJOS TENER, Y EL INTERVALO DE TIEMPO ENTRE LOS NACIMIENTOS. PARA ESO, SE REQUIERE DISPONER DE INFORMACIÓN SUFICIENTE Y TENER ACCESO A LOS MEDIOS ADECUADOS.

¿QUÉ SON LOS DERECHOS REPRODUCTIVOS?

Los derechos sexuales y los derechos reproductivos son reconocidos como parte de los derechos humanos. Están establecidos en la Constitución Nacional, en los tratados internacionales de derechos humanos que la integran, en otros tratados y acuerdos internacionales aprobados por la Argentina, y en las leyes nacionales sobre el tema.

TODAS LAS PERSONAS TIENEN DERECHO A:

- Disfrutar una vida sexual saludable y placentera, sin presiones, coacción¹ ni violencia.
- Ejercer la preferencia y orientación sexual libremente, sin sufrir discriminación ni violencia.
- Elegir si tener o no hijos, el número de hijos, cuándo tenerlos, con quién y con qué intervalo entre uno y otro.
- Recibir atención gratuita e integral de la salud sexual y reproductiva.
- Elegir el método anticonceptivo que más se adapta a sus necesidades, criterios y convicciones.
- Recibir de forma totalmente gratuita al método anticonceptivo elegido, incluidos la ligadura y la vasectomía, en hospitales, centros de salud, obras sociales y prepagas.
- Obtener información y orientación clara, completa y oportuna sobre salud sexual y reproductiva, expresada en términos sencillos y comprensibles.
- Acceder a la atención en salud sexual y reproductiva en un ambiente de respeto y garantía de confidencialidad, con preservación de la intimidad, y de los derechos a la igualdad, a la no discriminación y a la autonomía.

¹ Coacción: es la fuerza física o psíquica (en forma verbal) de presión, amenaza, chantaje, intimidación.

ACTIVIDAD 2: EL SEXO Y LAS RELACIONES

Hay varias PALABRAS que se suelen usar cuando hablamos del sexo y las relaciones. Aquí tenés algunas:

AMOR
SUEÑOS MESTRUACIÓN
 NOVIO
 LEVANTE **HACER EL AMOR**
SENSIBILIDAD PASTILLAS
 NOVIA **MI CUERPO**
SALIR
 SENTIMIENTOS **PRESERVATIVO** TENER UN BEBÉ
BESARSE

PENSÁ QUÉ SIGNIFICAN ESTAS PALABRAS PARA VOS

Ahora organizalas en este grupo:

LAS QUE SON MÁS
FÁCILES PARA HA-
BLAR SOBRE ELLAS

LAS QUE SON MÁS
DIFÍCILES PARA HA-
BLAR SOBRE ELLAS

LAS QUE NUNCA HE
PODIDO HABLAR
SOBRE ELLAS

LAS QUE NO TENGO
INTERÉS EN HA-
BLAR SOBRE ELLAS

¡TAMBIÉN PUEDES AÑADIR OTRAS PALABRAS!

ACTIVIDAD 3:
RELACIONES

¿Cuándo una relación es saludable?



Escribí cuándo NO hay amor en una relación:



Ahora te contamos...

¿CUÁNDO UNA RELACIÓN ES SALUDABLE?

- Cuando hay confianza
- Cuando hay alegría compartida
- Cuando se decide conjuntamente
- Cuando hay respeto mutuo
- Cuando hay escucha y sinceridad
- Cuando hay libertad en el uso de redes sociales

NO HAY AMOR SI:

- Hay desconfianza y obsesión
- Hay celos respecto de las personas que te rodean
- Te hace sentir menos o te humilla
- Trata de que cambies tu forma de ser
- Revisa tu celular o redes sociales
- Te prohíbe hacer ciertas actividades

ACTIVIDAD 4: EL MÉDICO

¿SÁBES PEDIR CITA CON TU MÉDICO?

SI



NO

Enumera lo que necesitas cuando querés pedir cita a tu médico.

1

2

3

4

¿LO HICISTE SOLO ALGUNA VEZ? SI NO

¡TRATÁ DE HACERLO SOLO LA PROXIMA VEZ!



DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

ACTIVIDAD 1: ¿CONOCÉS CASA FUSA?

Casa FUSA es un centro médico para adolescentes que cuenta con un equipo interdisciplinario de profesionales que aborda las consultas de los adolescentes y jóvenes de una manera integral, esto es, teniendo en cuenta la educación, la información, la prevención, el diagnóstico y el tratamiento, con el objetivo de alcanzar el nivel más alto de la salud.

BUSCALOS EN FACEBOOK PARA MÁS INFORMACIÓN.

- [HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/GRUPOFUSA](https://www.facebook.com/grupofusa)
- [HTTP://WWW.CASAFUSAADOLESCENCIA.ORG](http://www.casafusaadolescencia.org)
- [INFO@GRUPOFUSA.ORG](mailto:info@grupofusa.org)

Ahora veamos algunos **MITOS**:



The infographic features a cartoon character with red hair and a green shirt sitting on a blue banner that says "#EsUnMito". To the right, a speech bubble contains text about condom safety. At the bottom, there are social media icons for Facebook, Twitter, and YouTube, along with contact information for GrupoFusa.

“ El preservativo se rompe fácilmente, no es seguro ”

Abrilo siempre con la yema de los dedos, **nunca con los dientes**. Evitá elementos cortantes. Revisá siempre la fecha de vencimiento y usá lubricantes al agua.

f t y / GrupoFusa
info@grupofusa.org
www.casafusaadolescencia.org



“ No puedo quedar embarazada si mi pareja eyacula afuera de la vagina ”

#EsUnMito

No es seguro. Se puede calcular mal o no tener en cuenta el líquido preseminal (que se encuentra antes de la eyaculación y contiene espermatozoides).



 / GrupoFusa
info@grupofusa.org
www.casafusaadolescencia.org



#EsUnMito

“ Si la mujer no tiene un orgasmo no hay riesgo de quedar embarazada ”

El placer que una mujer siente durante una relación sexual no tiene nada que ver con la posibilidad de quedar embarazada.
Usá protección siempre.



 / GrupoFusa
info@grupofusa.org
www.casafusaadolescencia.org



“**Lavarse la vagina después de tener sexo evita el embarazo**”

Lo cierto es que los espermatozoides que ingresaron al cuello del útero no pueden ser alcanzados con un lavado vaginal. Es importante que **elijas un método anticonceptivo** si querés evitar un embarazo.



“**La anticoncepción hormonal de emergencia (AHE) o “pastilla del día después” es abortiva.**”

Lo cierto es que la AHE evita que se junten el espermatozoide y el óvulo. **No es abortiva:** si el embarazo ya se ha producido no lo daña y tampoco interrumpe su curso.

f / GrupoFusa
info@grupofusa.org
www.casafusaadolescencia.org

¿VOS CREÍAS ALGUNAS DE ESTAS COSAS?
AHORA TENÉS LA CORRECTA INFORMACIÓN
PARA SABER QUE SON MITOS.

ACTIVIDAD 2:
CONVERTIRSE EN PADRE, EN MADRE

¿TE GUSTARÍA TENER HIJOS EN UN FUTURO?

SI



NO

¿Cuándo creés que es el momento más adecuado para ser madre o padre?

¿Cuáles son las RESPONSABILIDADES que tienen los padres?



RECORDÁ PEDIR AYUDA SI TENÉS PROBLEMAS CON ESTO

ACTIVIDAD 3:
CAMBIOS CUANDO SOMOS PADRES

¿CREÉS QUE CONVERTIRTE EN PADRE O MADRE
CAMBIARÁ TU VIDA?

SI **NO**

¿CONOCES A ALGUIEN DE TU EDAD
QUE SEA PADRE O MADRE?

SI **NO**

PREGUNTALE A ALGUIEN QUE TENGA HIJOS

¿Qué fue lo que más cambió en su vida al nacer su hijo?

¿Cuáles son las RESPONSABILIDADES que tienen los padres?



¿CREÉS QUE PODRÍAS CON TODO ESTO?

SI



NO





MÓDULO 4

CONSTRUCCIÓN DE CIUDADANÍA



**ACÁ
ESTAMOS**



Presidencia de la Nación

MIS DERECHOS PARA LA AUTONOMÍA



ACTIVIDAD 1: SER JÓVENES

En pequeños grupos, se repartirán las tarjetas que tienen las siguientes situaciones y preguntas para analizar:

SITUACIÓN 1: Ana va a salir con sus amigas y su novio comienza a criticarla, diciéndole que se maquilló demasiado y que la pollera que se puso es muy corta. Luego le cuestiona el hecho de que salga y termina por prohibírselo. Ana, para no pelearse con él decide quedarse en casa.

- A) ¿Qué opinás acerca de la actitud de Ana?
- B) ¿Qué opinás acerca de la actitud del novio de Ana?
- C) ¿Se está vulnerando algún derecho? Si la respuesta es positiva, ¿cuál?
- D) ¿Se te ocurre otro final para esta historia?

SITUACIÓN 2: Pedro se encuentra distraído durante la clase porque tuvo un problema familiar. El profesor le pide que preste atención. Pedro intenta hablar con el profesor pero el profesor le dice que haga silencio y que preste atención a la clase, porque de lo contrario va a tener que sancionarlo. Pedro obedece e intenta concentrarse.

- A) ¿Qué opinás acerca de la situación planteada?
- B) ¿Qué derechos se están vulnerando?
- C) ¿Se te ocurre otra forma de resolverlo?

SITUACIÓN 3: Leonel tiene 17 años. Junto con un amigo, vuelven de una fiesta a las 3 de la mañana. Vienen jugando, corriendo y gritando. Al doblar en una esquina viene un patrullero, la policía los detiene y los lleva a la seccional. Como en esa cuadra había ocurrido un robo, los consideran sospechosos y los privan de la libertad, encerrándolos en un calabozo con otros.

Todas las personas tenemos un valor absoluto al que llamamos dignidad.

**¿QUÉ SON LOS
DERECHOS
HUMANOS?**

LOS DERECHOS HUMANOS ESTÁN BASADOS EN LA NECESIDAD DE RESPETAR LA DIGNIDAD DE TODOS LOS SERES HUMANOS, INDEPENDIEMENTE DE SUS CARACTERÍSTICAS PARTICULARES.

Los derechos humanos son para todas las personas, incluidos los niños, niñas y adolescentes, y están expresados en la Declaración Universal que aprobaron las Naciones Unidas en el año 1948.

Reconocer la existencia de derechos humanos es aceptar que cualquier persona puede exigir algunas cosas importantes y necesarias para vivir. Por ejemplo, todos podemos exigir que se respete nuestra vida, que no se nos maltrate, que se garantice nuestra libertad, que se nos trate igual que a los demás, y que se nos ofrezcan medios para cuidar de nuestra salud y para recibir educación.

**LOS DERECHOS HUMANOS SON AQUELLOS
DERECHOS QUE TODAS LAS PERSONAS TENEMOS
POR EL SIMPLE HECHO DE SER PERSONA.**

Todas las personas tenemos las mismas necesidades que deben ser atendidas para que podamos desarrollar una vida digna. Por eso se dice que los derechos humanos son universales, porque pertenecen y benefician a todas las personas. Y como todas las personas somos iguales, tenemos el derecho a no ser discriminados. Estos derechos deben aplicarse a cualquier ser humano, sin hacer diferencias de nacionalidad, lugar de residencia, género, origen nacional o étnico, color, religión, lengua, o cualquier característica propia.

Pero además, todos los chicos tienen un instrumento internacional que protege sus derechos: la Convención sobre los Derechos del Niño.

LA CONVENCION SOBRE LOS DERECHOS DEL NIÑO



La Convención sobre los Derechos del Niño es un tratado internacional que fue adoptado por las Naciones Unidas en 1989 para proteger los derechos de los niños y niñas menores de 18 años de todo el mundo.

Gracias a eso, las personas menores de 18 años comenzaron a ser consideradas como SUJETOS DE DERECHO. Esto significa que los niños, niñas y adolescentes tienen los mismos derechos civiles, políticos, económicos, sociales y culturales que los adultos (como el derecho a la vida, a la salud, a la educación, derecho a la participación, derecho a la identidad, derecho a ser oído y que sus opiniones sean tenidas en cuenta, etc.), más un plus de PROTECCIÓN ESPECIAL por encontrarse en una etapa de crecimiento.

Seas menor o mayor de 18 años, los derechos son importantes porque tienen que ver con tu vida. Cuanto más y mejor los conozcas, más podrás hacer para que se respeten y se cumplan.

Vos tenés derechos y son exigibles. El Estado, tu familia, los adultos responsables de tu cuidado, la sociedad y los otros chicos y chicas de tu edad deben respetarlos y ayudar a que se cumplan. Pero para eso todos tenemos que conocer cada uno de nuestros derechos. Vos también.

¿SABÉS CUÁLES SON TUS DERECHOS, RESPALDADOS POR LEYES?

FIJATE CUÁL NO CONOCÍAS DE ESTOS QUE TE PRESENTAMOS AQUÍ.



DERECHO A LA EDUCACIÓN:

la educación primaria y secundaria es una obligación, pero también es un derecho. Tenés derecho a recibir educación primaria y secundaria que te permita acceder a estudios superiores como la universidad. Los chicos y chicas con capacidades especiales tienen derecho a recibir educación.

¿DÓNDE ENCONTRÁS ESTE DERECHO?

En la Convención sobre los Derechos del Niño, en la Constitución Nacional, en la Ley Nacional de Protección Integral de Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes N° 26.061 y en la Ley Nacional de Educación N° 26.206.



DERECHO AL TRABAJO ADOLESCENTE (ENTRE 16 Y 18 AÑOS):

Podés trabajar cuando tenés entre 16 y 18 años, pero ese trabajo es CON PROTECCIÓN: no debe afectar tu desarrollo personal y emocional, no debe ser nocivo para tu salud, no debe ser un trabajo nocturno ni debe impedirte el ejercicio de tus otros derechos, como el derecho a la educación. Podrás trabajar hasta 6 horas por día y hasta 36 horas por semana, y tener asistencia escolar si no terminaste tu educación obligatoria (primaria y secundaria).

¿DÓNDE ENCONTRÁS ESTE DERECHO?

En la Convención sobre los Derechos del Niño, en la Ley Nacional de Protección Integral de Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes N° 26.061, en la Ley Nacional sobre Prohibición del Trabajo Infantil y Protección del Trabajo Adolescente N° 26.390, en la Ley de Contrato de Trabajo 26.744, en la Ley 26.727 Régimen de Trabajo Agrario, y en el Código Civil y Comercial de la Nación (artículos 30, 681, 682 y 683).

DERECHO AL TRABAJO PARA JÓVENES DE 18 AÑOS O MÁS:

Cuando ya sos mayor de edad (si tenés 18 años o más), tenés derecho a trabajar y a tener un trabajo que elijas y que aceptes libremente. Además, tenés derecho a acceder a un trabajo que ofrezca un ingreso justo y proporcional al esfuerzo realizado, sin discriminación de género o de cualquier otro tipo, y que cumpla las leyes laborales (es decir un trabajo registrado, en blanco, y con protección social).

¿DÓNDE ENCONTRÁS ESTE DERECHO?

En la Constitución Nacional y en la Ley de Contrato de Trabajo 26.744. Además, cada tipo de trabajo (trabajo doméstico, en un comercio, etc.) suele tener su propia ley o regulación.



DERECHO AL CUIDADO DEL PROPIO CUERPO:

Tenés derecho a la atención integral de tu salud, a recibir la asistencia médica y especializada necesaria y a acceder en igualdad de oportunidades a los servicios de salud (para hacer un diagnóstico, un tratamiento médico o psicológico para tu salud mental, para prevenir enfermedades o recuperar tu salud, etc.). Además, tenés derecho a participar en las decisiones que hacen al cuidado de tu salud, y no necesitás ir acompañado por un adulto para una consulta médica porque tenés derecho a que se respete tu intimidad.

¿DÓNDE ENCONTRÁS ESTE DERECHO?

En la Convención sobre los Derechos del Niño (1989) y sus dos Protocolos Facultativos (2000), en la Constitución Nacional, en Ley Nacional de Protección Integral de Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes N° 26.061, en el Código Civil y Comercial de la Nación, artículo 26, en instrumentos internacionales², y en otros documentos y leyes nacionales³ relacionados con el derecho a la salud.



² Algunos de estos instrumentos y documentos internacionales son: la Carta de las Naciones Unidas (1945), Constitución de la Organización Mundial de la Salud (1946), Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (1966), Declaración de Alma-Ata, Conferencia Internacional sobre Atención Primaria de Salud (1978), Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer (1993), Principios para la protección de los enfermos mentales y para el mejoramiento de la atención de la salud mental (1991), Normas Uniformes sobre la igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad (1993), Convención internacional sobre la protección de los derechos de todos los trabajadores migratorios y de sus familiares (1990), Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad (2006) y su Protocolo facultativo (2006), Directrices internacionales sobre el VIH/SIDA y los derechos humanos: versión consolidada 2006.



DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS:

Tenés derecho a gozar de una sexualidad plena y libre de toda forma de violencia o restricción, a decidir si deseas o no tener hijos y cuándo tenerlos, y a ejercer tu preferencia sexual. También tenés derecho a acceder a servicios de salud adecuados para recibir información y a recibir gratis el método anticonceptivo que decidas (en centros de salud, obra social o prepaga), para prevenir embarazos no planeados y enfermedades de transmisión sexual.

¿DÓNDE ENCONTRÁS ESTE DERECHO?

En la Convención de los Derechos del Niño, en la Ley 25.673, en el Programa Nacional de Salud Sexual y Procreación Responsable, y en el Código Civil y Comercial de la Nación, artículo 26.

DERECHO SER ACOMPAÑADO Y A PREPARARTE PARA LA VIDA INDEPENDIENTE:

Tenés derecho a recibir una preparación adecuada, adquiriendo habilidades a medida que vas creciendo (por ejemplo cocinar, viajar, vivir en comunidad, manejar las emociones, etc.), y a recibir orientación y apoyo de tus padres o de los adultos responsables de tu cuidado para tu vida independiente (por ejemplo para conseguir un trabajo, terminar o proseguir tus estudios, etc.).



¿DÓNDE ENCONTRÁS ESTE DERECHO?

En la Convención sobre los Derechos del Niño, y en la Ley Nacional de Protección Integral de Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes N° 26.061.

3 Algunas de estas leyes nacionales son: Ley 22.431 Discapacidad (1981), 23.660 (1989) Obras sociales, Ley 23.661 Sistema Nacional del Seguro de Salud (1989), Ley 23.753 Diabetes (1989/2013), Ley 23.798 Lucha contra el SIDA (1990), Ley 24.091 Sistema de Prestaciones Básicas en habilitación y rehabilitación integral a favor de las Personas con Discapacidad (1997), Ley 25.415 Hipoacusia (2001), Ley 25.649 Genéricos (2002), Ley 25.929 Embarazo, parto y post parto. Prestaciones y derechos (2004), Ley 25.871 Migraciones (2004), Ley 26.130 Régimen para las intervenciones de contracepción quirúrgica (2006) Ley 26.396 Trastornos alimentarios (2008), Ley 26.485 Protección integral a las mujeres (2009) Ley 26.529 Derechos del paciente (2009), Ley 26.588 Enfermedad celíaca (2009), Ley 26.657 Salud mental (2010), Ley 26.682 Medicina prepaga (2011), Ley 26.689 Enfermedades poco frecuentes (2011), Ley 26.743 Identidad de género (2012), Ley 26.862 Reproducción asistida (2013),

DERECHO A LA AUTONOMÍA PROGRESIVA:

Tenés derecho a ejercer todos los derechos que están reconocidos en las leyes de nuestro país. Ejercer tus derechos quiere decir que los pongas en práctica. Decimos que la autonomía es progresiva porque la ejercés de manera escalonada. Eso es así porque, a medida que vas creciendo, tus habilidades prácticas de razonamiento y comprensión son cada vez mayores, entonces disminuye tu necesidad de tener la orientación y el cuidado de tus padres o adultos responsables, y aumenta tu capacidad de asumir responsabilidades y ejercer tus derechos de forma autónoma.

Tus padres o adultos responsables están obligados a garantizar tu crecimiento y desarrollo integral: esto quiere decir que se tienen que respetar todos y cada uno de tus derechos como niño, niña o adolescente. Ellos deben orientarte para que ejerzas tus derechos respetando el desarrollo escalonado de tus habilidades, tanto para cosas de la vida cotidiana (comer sin ayuda, bañarte, elegir la ropa para ponerte, cocinar, viajar) como para cosas que definen tu futuro (capacitarte, buscar trabajo, usar un método anticonceptivo, dejar a tu hijo –si lo tenés– al cuidado de una persona responsable para que vos puedas estudiar, etc.).

¿DÓNDE ENCONTRÁS ESTE DERECHO?

En la Convención sobre los Derechos del Niño, y en la Ley Nacional de Protección Integral de Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes N° 26.061.

DERECHO A EXPRESAR TU OPINIÓN Y QUE ESTA SEA TENIDA EN CUENTA:

Poner en práctica tu autonomía progresiva implica el derecho a opinar en todos los asuntos que afectan tu vida, a que tu opinión sea escuchada y, de acuerdo con tu edad y madurez, sea tenida en cuenta cuando las personas adultas vayan a tomar una decisión que te afecte.

Tus padres o adultos responsables, o un funcionario de un organismo administrativo o judicial, siempre deben tener en cuenta tu opinión, consultarte sobre asuntos de la vida cotidiana (por ejemplo cómo te gustaría pasar tu tiempo libre, qué te gustaría comer, estudiar, etc.) y sobre asuntos más definitivos acerca de



tu futuro. Y si esto no es posible tienen que explicarte las razones por las cuales tu planteo no pudo ser adoptado en la decisión.

¿DÓNDE ENCONTRÁS ESTE DERECHO?

En la Convención sobre los Derechos del Niño, y en la Ley Nacional de Protección Integral de Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes N° 26.061.



DERECHOS A LA PARTICIPACIÓN CIUDADANA:

Podés asociarte libremente, crear asociaciones y reunirte pacíficamente con otros chicos y chicas, siempre que estas actividades no vayan en contra de los derechos de otras personas.

También, si ya cumpliste los 16 años y sos argentino nativo o por opción, tenés todos los derechos políticos conforme a la Constitución y a las leyes de nuestro país. Eso significa que podés votar en las elecciones nacionales que se realicen en tu distrito. Entre los 16-17 años el voto es optativo. A partir de los 18 años cumplidos es obligatorio.

¿DÓNDE ENCONTRÁS ESTE DERECHO?

El derecho a la libertad de asociación lo encontrás en la Convención sobre los derechos del Niño. El derecho al voto, en la ley de Ciudadanía Argentina N°26.774.

¡FELICITACIONES!

Llegaste final de estos talleres. Esperamos que las actividades te hayan gustado, que hayas aprendido y te hayas divertido junto con otros chicos y chicas.

Te recomendamos guardar este cuaderno para tener a mano informaciones que te puedan ser útiles. Si querés, podés acercarnos tus opiniones, ideas o propuestas para hacerlo mejor.

¡HASTA PRONTO!



A series of horizontal blue lines spanning the width of the page, providing a template for text entry.





**ACÁ
ESTAMOS**



Presidencia de la Nación