



**CHIHUAHUA**  
GOBIERNO DEL ESTADO  
Juntos Sí podemos



**DIF**  
Estatad Chihuahua

# APRENDE JUGANDO

CUADERNILLO DE ACTIVIDADES

CREACION MIGO

#NUESTROLUGARSEGURO



**Este cuadernillo fue creado para ti, porque eres muy especial y creemos que te puedes divertir mientras aprendes.**

**¡Sigue el camino, acompáñame, conoce los lugares que me hacen sentir a salvo y realiza conmigo todas las actividades de este cuadernillo!**

**Invita a tu familia y completen las actividades en conjunto.**

**Crea conmigo un lugar seguro.**







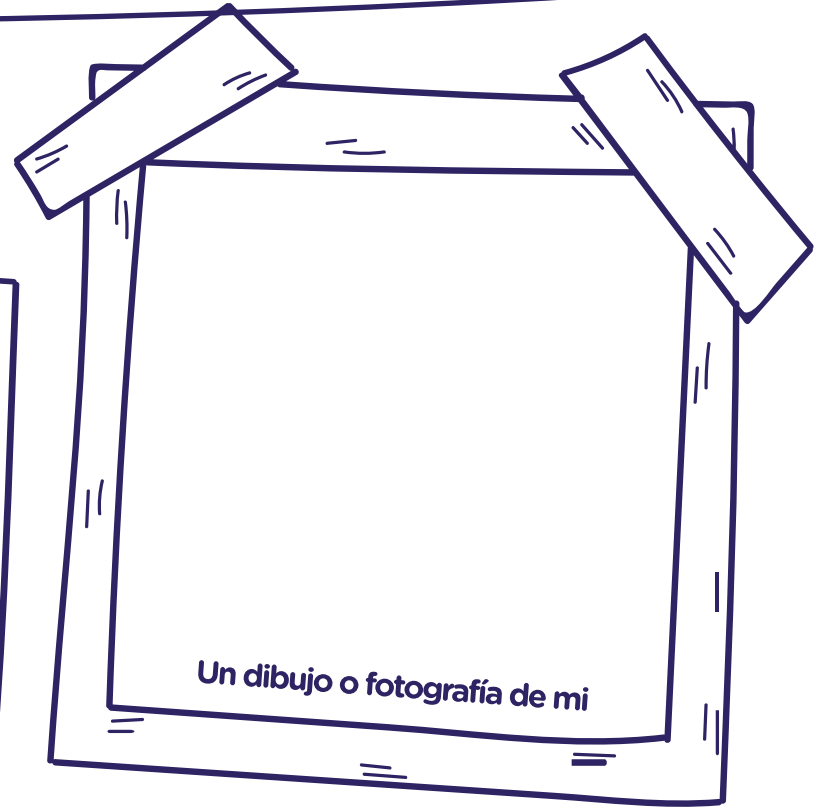
**Mi nombre es:** \_\_\_\_\_

**Mi cumpleaños:**

\_\_\_\_\_ día

\_\_\_\_\_ mes

\_\_\_\_\_ año



**Cuando crezca quiero ser:** \_\_\_\_\_

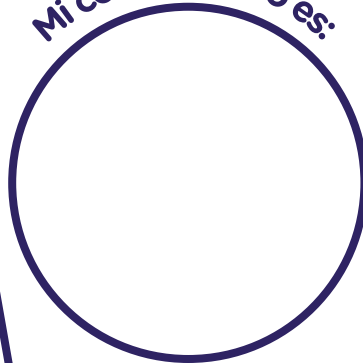
**Mis comida favorita es:** \_\_\_\_\_

**En mis ratos libres me gusta:** \_\_\_\_\_

**Soy bueno o buena para:**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

**Mi color favorito es:**



**Mis amigas y amigos son:**

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

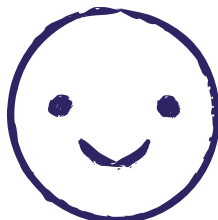
# ¿Cómo te sientes hoy?

Las emociones son formas en que nos sentimos o reaccionamos ante algunas cosas que nos pasan. Pueden ser cosas que sentimos o pensamos que nos hacen reaccionar de formas diferentes.

Es importante que sepas que no existen emociones buenas o malas, solo son formas diferentes de expresarnos y conocernos.



¿Cuáles emociones has sentido en la última semana?



alegría



tristeza



miedo



enojo



sorpresa



orgullo



confusión



asco



calma



vergüenza



cansancio

# ¿Cuáles emociones conoces?

J O G N Y O S I N P I R U  
D O R G U L L O D L A G I  
N D C A D O S T E V P A M  
E V C O N F U S I Ó N L N  
T Ó E O I A A U L A L E U  
R O S R O A A G M S A G A  
E A O J G F S L C Z A R A  
N L R R I Ü A C E O E Í U  
O T P S I C E T O S L A E  
J G R U S E S N M I E D O  
O L E E N I Ü E Z R O J Ü  
L T S O R A V Z L A N A C  
S N A T A R M N E S L E D

Encuentra las  
siguientes palabras:

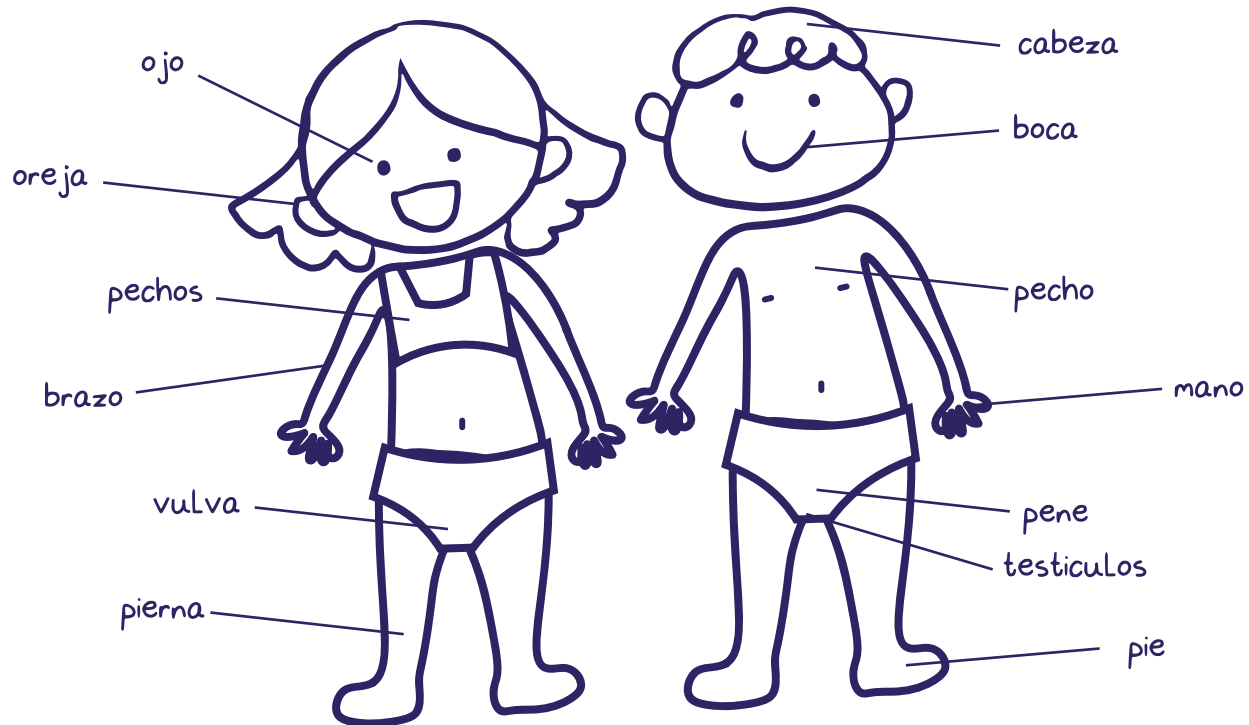
alegría  
tristeza  
miedo  
enojo  
sorpresa  
orgullo  
confusión  
asco  
calma  
vergüenza

¿Qué emociones conoces?  
¿Qué haces cuando sientes alguna de ellas?



# ¡Tu cuerpo es especial y es todo tuyo!

Nadie tiene derecho de tocar tu cuerpo de manera que te haga sentir mal, incómoda o incómodo. Recuerda que tu cuerpo es tu tesoro y puedes protegerlo. No dejes que alguien te toque o te acaricie de manera que te haga sentir extraña o extraño.



## ¿Sabías que tu cuerpo tiene partes públicas y privadas?

Tus partes privadas son las que están cubiertas por el traje de baño o ropa interior. Encierra las palabras que mencionan partes privadas y colorea la figura que te represente.

### ¡Recuerda!

Tu boca también es una parte privada.



Además las niñas, niños y adolescentes tenemos derecho a vivir una vida libre de violencia. Esto quiere decir, que por ejemplo, nadie tiene derecho a hacerte daño, a golpearte, insultarte o hacerte sentir mal.

Si te sucede alguna de estas situaciones por favor pide ayuda con una persona adulta que confíes o llama al 911.



# Mis personas de confianza

Dibuja, colorea y escribe el nombre de las personas adultas con quienes sientes más confianza y con quienes más segura o seguro te sientas.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



¿Qué actividades realizas  
con esas personas?



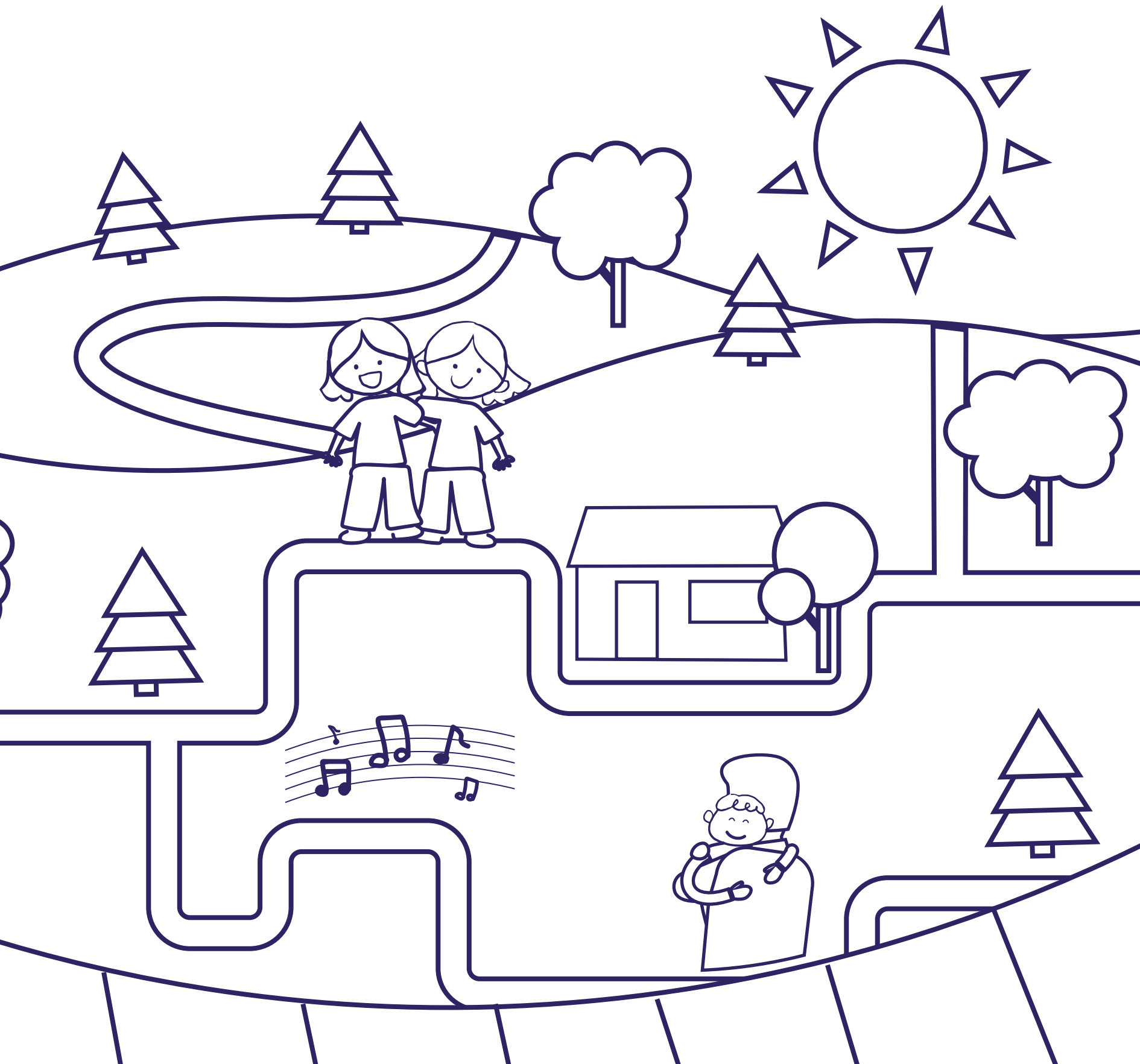
# Lugares seguros

Colorea todos los lugares o situaciones con los que te identifiques y reconozcas como lugares seguros.

Un lugar seguro es cualquier espacio o situación donde te sientes a salvo. Pueden ser momentos en los que realizas actividades que te hacen sentir feliz y segura o seguro. Quizás sean acciones que compartes y haces con tu familia, amigas o amigos, en la escuela, el parque o en tu colonia.

¿Cuáles otros conoces?





¿Cuál es tu Lugar seguro?



¿Por qué te sientes seguro o segura ahí?

¿Con quiénes compartes ese espacio?

¿Qué cosas te hacen feliz ahí?



## Encuentra Las 10 diferencias



**Platiquen en familia:**  
¿Se identifican con alguno de los dibujos? ¿Son situaciones que les han sucedido?

¿Qué podemos hacer para fortalecer la convivencia y hacer de cualquier espacio nuestro lugar seguro?.



# ¡Gonoce tus derechos!

Acompáñanos en esta historia y descubre algunos de los derechos con los que cuentas siendo niña, niño o adolescente. Conócelos y compártelos.

¿Sabes qué es un derecho?



No



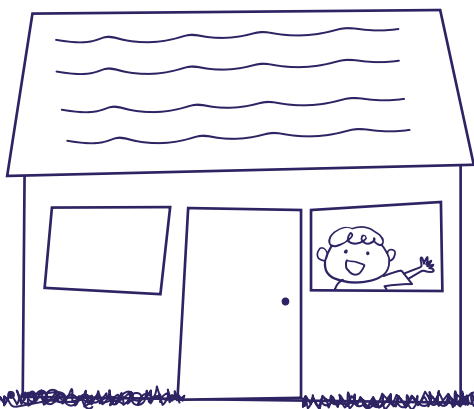
No te preocupes, yo te cuento. Todas y todos los tenemos desde que nacemos. Son la cosa más importante que vamos a tener en toda nuestra vida y nadie nos los puede quitar. Todas las niñas y los niños tenemos los mismos derechos, sin importar de qué parte del mundo seamos. Los gobiernos, las familias y todas las personas que nos rodean deben protegernos, tratarnos bien y hacer que estos derechos se cumplan.

**Todos los niños y niñas tenemos una identidad.** Eso incluye tener un nombre con apellido y contar con un registro en documentos oficiales. ¡Eso es un derecho!

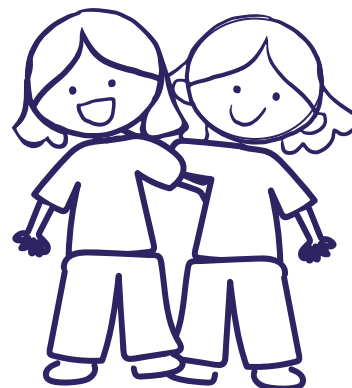
Hola, ¿cómo te llamas?



Escribe tu nombre aquí



**Las niñas, niños y adolescentes tenemos derecho a vivir con nuestra familia** o las personas que queremos y que nos quieren.



Tenemos derecho a que todas las personas nos traten bien y que nadie nos haga daño. Es decir, **tenemos derecho a una vida libre de violencia.**

**Tenemos derecho a la salud.** Eso quiere decir que si nos enfermamos, es nuestro derecho recibir atención en centro de salud y tomar medicinas o seguir un procedimiento para curarnos.

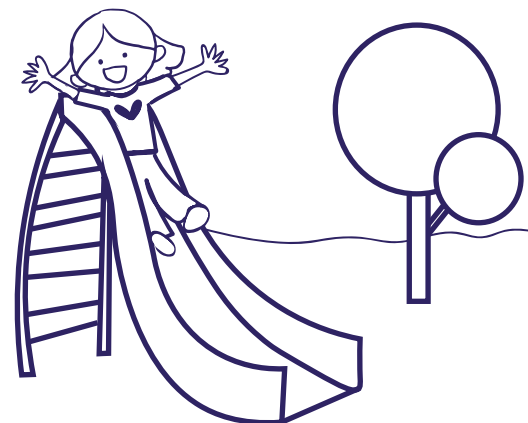


$$2+2=4$$



También tenemos **derecho a la educación.** Se refiere a la posibilidad de ir a la escuela y a aprender muchas cosas.

¡Este es uno de mis derechos favoritos! Tenemos **derecho al descanso y al juego,** a divertirnos, reír, reunirnos y hacer actividades que nos hagan sentir bien.



**Tenemos derecho a expresarnos.** Esto significa que podemos decir lo que pensamos y que otras personas, sin importar su edad, nos deben de escuchar.



Hola

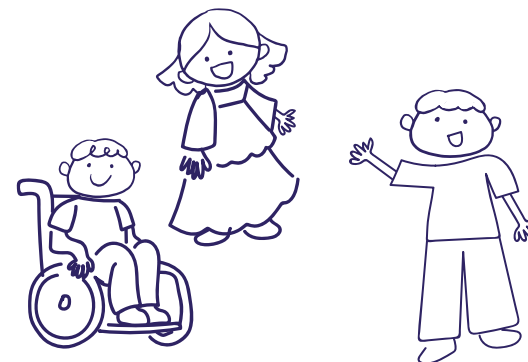
Hello

Ma'alob k'iin

Kuira

Tenemos derecho a hablar nuestra lengua, a participar en nuestras fiestas y costumbres tradicionales, y a que las madres y los padres nos lo enseñen. A esto se le conoce como **derecho de libre pensamiento.** Además, debemos respetar las lenguas y costumbres diferentes a las nuestras.

Todas las niñas, y adolescentes merecemos ser tratados con **igualdad,** sin importar nuestro género; merecemos **inclusión** en caso de tener alguna discapacidad; y en caso de pertenecer a un pueblo originario, **nadie podrá discriminarnos.**



Estos son solo algunos de los derechos con los que contamos.

También existen otros derechos como los de: bienestar, intimidad, desarrollo, acceso a las tecnologías de información y comunicaciones, de asociación, prioridad, seguridad jurídica y participación.

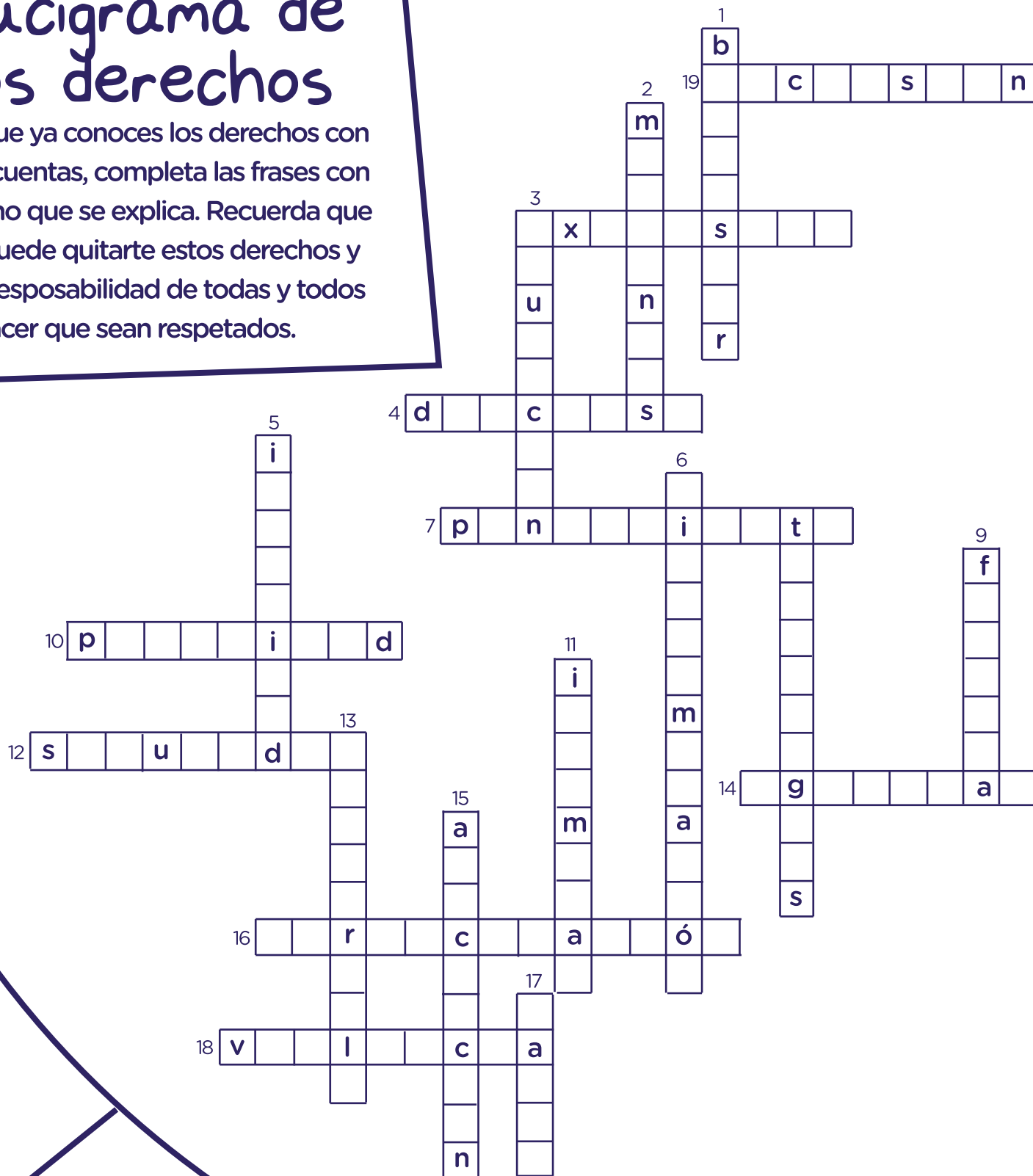
★ **TIP:** Conoce el significado de estos derechos completando las frases y descubriendo las palabras en el crucigrama que aparecerá a continuación).

Es importante que los gobiernos y la comunidad en general tomen en cuenta las necesidades específicas que tenemos cada quien para lograrlo y desarrollarnos plenamente.

Adaptación de Save the Children (2009). Los derechos de los niños, explicado para niños.

# Grucigrama de Los derechos

Ahora que ya conoces los derechos con los que cuentas, completa las frases con el derecho que se explica. Recuerda que nadie puede quitarte estos derechos y que es responsabilidad de todas y todos hacer que sean respetados.





# Verticales

(de arriba para abajo)

1. Niñas, niños y adolescentes tenemos derecho a vivir en un medio ambiente sano, con condiciones agradables para crecer. A esto se le conoce como derecho de \_\_\_\_\_.

2. Existen también derechos que protegen a las niñas, niños y adolescentes \_\_\_\_\_, es decir, quienes transitan por nuestro país y vienen de otras partes del mundo.

3. Ir a la escuela y aprender cosas nuevas es parte de tu derecho a la \_\_\_\_\_.

5. Todas las personas tenemos derecho a una \_\_\_\_\_. Por ejemplo, tener nombre y apellido.

6. Tenemos derecho a que nos traten igual sin importar de donde somos, el idioma o lengua que hablamos, nuestra edad, género, si tenemos alguna discapacidad o cualquier otra característica. A esto se le llama el derecho a no recibir \_\_\_\_\_.

8. Poder contar con internet y dispositivos para jugar o hacer la tarea es parte de nuestro derecho de acceso a las \_\_\_\_\_, así podemos conocer y conectar con el mundo.

9. Tenemos derecho a vivir con una \_\_\_\_\_ que nos quiera. Nadie puede separarnos, a menos que sea por nuestro propio bien.

11. El derecho a la \_\_\_\_\_ se refiere que nadie puede compartir datos, imágenes u otro tipo de información acerca de nosotras y nosotros sin la autorización de nuestras familias.

13. Tenemos derecho a la vida y al \_\_\_\_\_. Necesitamos ayuda y protección de las personas adultas y los gobiernos para que se cumplan nuestros derechos.

15. Podemos formar grupos, reunirnos y organizarnos con otras personas con las que compartamos gustos o nos interese compartir el tiempo, esto es nuestro derecho de \_\_\_\_\_.

17. Si te sientes mal, tienes algún padecimiento y recibes atención médica para curarte y sentirme mejor, estás ejerciendo tu derecho a la \_\_\_\_\_.

# Horizontales

(las que van acostadas)

3. Podemos decir lo que pensamos, platicar nuestras opiniones y recibir información acerca de los temas que nos preocupan, ya sea con nuestra familia, escuela o comunidad. Este es nuestro derecho a la libre \_\_\_\_\_.

4. Vivir felices y hacer las actividades que nos gustan también es nuestro derecho. Tenemos derecho al juego y al \_\_\_\_\_.

7. Tenemos derecho a disfrutar libremente nuestra cultura, lengua, costumbres, religión, es decir, el derecho al libre \_\_\_\_\_.

10. Es importante que a las niñas, niños y adolescentes se nos atienda y sean respetados nuestros derechos antes que a las personas adultas, esto se conoce como el derecho de \_\_\_\_\_.

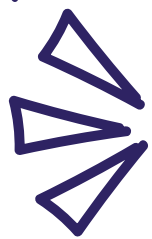
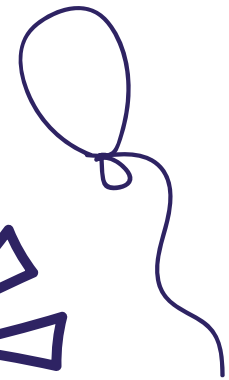
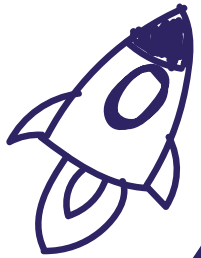
12. En caso de que te involucres en un evento con alguna autoridad, debes saber que contamos con el derecho a la \_\_\_\_\_ jurídica. Esto quiere decir que ante cualquier caso, se deberán de proteger todos tus derechos.

14. El derecho de \_\_\_\_\_ sustantiva se refiere a que las niñas, niños y adolescentes merecemos el mismo trato y oportunidades, considerando las necesidades de cada quien.

16. Es importante que nuestras opiniones sean tomadas en cuenta por parte de nuestras familias, en la escuela o en cualquier lugar que nos expresemos, ese es nuestro derecho a la \_\_\_\_\_.

18. Las niñas, niños y adolescentes tenemos derecho a una vida libre de \_\_\_\_\_, esto quiere decir que nadie puede hacernos daño o lastimarnos.

19. Las niñas, niños y adolescentes con discapacidad cuentan con los mismos derechos que todas y todos, debemos respetarlos y vigilar que se cumplan. A esto se le conoce como: \_\_\_\_\_.



Este diploma

# CERTIFICA

a: \_\_\_\_\_

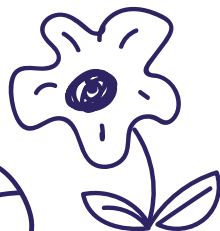
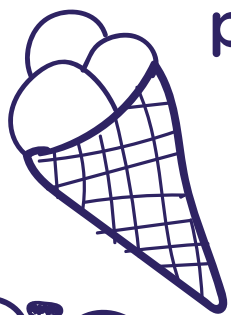
como agente de cambio, conocedor(a) y promotor(a) de sus derechos.

Asimismo, certifica el compromiso de

\_\_\_\_\_ y

\_\_\_\_\_ integrantes de tu familia

por crear en conjunto un lugar seguro.



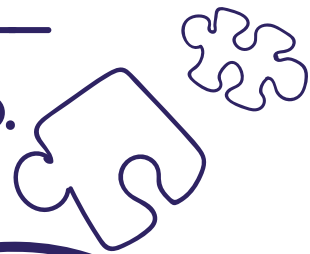
\_\_\_\_\_

Fecha

\_\_\_\_\_

Lugar

Ahora que estás a punto de terminar con tu cuadernillo, completa con tu nombre y compártelo con tu familia



*¡Recorta, completa el rostro  
y juega con tu máscara!*





Mi nombre es: \_\_\_\_\_

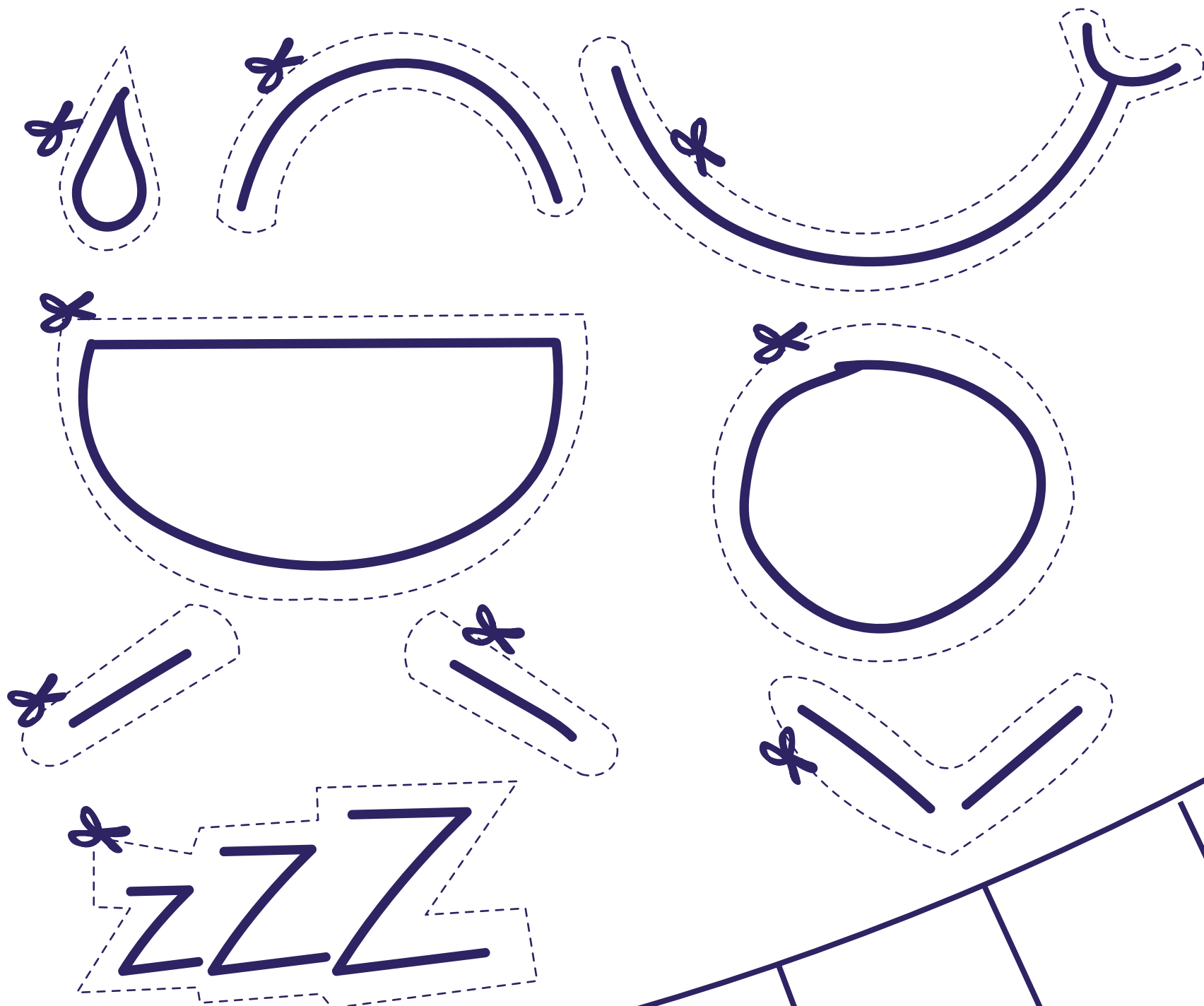
Hoy me siento: \_\_\_\_\_

Porque: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

# ¿Cómo se siente tu personaje hoy?

Usa estos elementos para decorar tu máscara y mostrar sus emociones. ¡Juega con tu familia!

¡Cuéntales cómo se siente hoy el personaje que has creado con tu máscara!













Si necesitas ayuda o quieres  
denunciar algún tipo de  
maltrato llama al **911**.

Para más información sobre  
protección y cuidado visita  
**[www.kari.gob.mx](http://www.kari.gob.mx)**



Este cuadernillo forma parte de la campaña:

# crea conmigo

un lugar seguro

Un lugar seguro es cualquier espacio donde niñas, niños y adolescentes son felices y cuentan con seguridad. Las personas adultas participan, escuchan y toman en cuenta sus opiniones.

**¡Súmate y crea lugares seguros  
para las vidas de niñas, niños y adolescentes!**