

CONSTRUYO MI PROYECTO DE VIDA

Muchas cosas influyen en lo que podemos llegar a ser, pero también hay aspectos en **nuestro control** sobre los que podemos trabajar para alcanzar nuestras metas, sobre todo cuando conocemos nuestros derechos y ejercemos nuestra capacidad de agencia.



Imaginemos una situación en la que tienes \$25,000 que puedes gastar en cualquiera de estas dos opciones:

- 1) Comprar un Iphone.
- 2) Pagar un curso de inglés durante un año.

¿Tú qué elegirías? Recuerda que tienes la capacidad de actuar para generar los cambios que requieres hacia la meta que te propongas.

Si quieres conocer más sobre este tema:
"Cuadernillo de trabajo #SoyMiCrush"



Si tienes alguna duda, ¡pregúntanos!



Te invitamos a seguirnos en nuestras redes sociales:

@cisocialac



Ciudadanía para la Integración social AC

#MeCuido

- Conozco mis Derechos Sexuales y Reproductivos
- Ejercicio mi capacidad de agencia
- Construyo un proyecto de vida

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



CIUDADANÍA PARA LA INTEGRACIÓN SOCIAL A.C.



Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres



Este Programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



CIUDADANÍA PARA LA INTEGRACIÓN SOCIAL A.C.



Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres



Este Programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

MIS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS SON...



- Vivir con igualdad, libre de prejuicios y estereotipos de género que limiten mi capacidad y el ejercicio de mis derechos.

- Tener acceso a la información actualizada, veraz, completa y sin juicios, sobre sexualidad para tomar decisiones.



- Que se respete mi privacidad e intimidad y que se resguarde confidencialmente mi información personal.

- Tener acceso a los servicios de salud sexual y reproductiva que sean amigables para adolescentes y jóvenes.



- Decidir de manera libre e informada sobre nuestra vida reproductiva, si deseamos o no tener hijas(os), cuántas(os), cuándo y con quién.



- Decidir de forma libre, autónoma e informada sobre nuestro cuerpo y nuestra sexualidad.



- Tengo derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual, a vivir libres de violencia.



- Ejercer y disfrutar plenamente nuestra sexualidad y vivir cualquier experiencia, expresión sexual, erótica o de género queelijamos siempre que respetemos las personas involucradas.



MI CAPACIDAD DE AGENCIA ES...

Es mi poder de llevar a cabo acciones y tomar decisiones que influyen en mi bienestar y porvenir.

Puedo pensar en qué quiero para mi futuro y trazar metas, pensar cómo alcanzarlas y trabajar en ello.



Por ejemplo:

Tras conocer nuestros derechos sexuales podemos decidir ejercerlos e informarnos acerca del uso correcto de los anticonceptivos, utilizarlos y cuidar nuestra salud al prevenir infecciones de transmisión sexual y embarazos no deseados.