



**PONTE  
AL TIRO CON  
TUS**

**DERECHOS**

**OS DERECHOS DE  
AS Y LOS JÓVENES**



COMUNICACIÓN  
CREACIÓN  
BAJO INTS  
Y FORMACI  
PARTICIP  
COMUNICACIÓN  
CREACIÓN



SERVICIOS A LA  
JUVENTUD  
A.C.



LOS DERECHOS DE  
LAS Y LOS JOVENES



**PONTE  
AL TIRO CON  
TUS**

**DERECHOS**

**LOS DERECHOS DE  
LAS Y LOS JÓVENES**

Idea original: Tere Lanzagorta y Daniel Ponce  
Realización: Gabriel Morales  
Revisión: Tere Lanzagorta y María Eugenia Robles  
Ilustración: Fernando Sica  
Diseño: Ana Sofía Martí

Coedición: Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal,  
Servicios a la Juventud, A. C. y el Instituto de la Juventud del Distrito Federal

Primera edición, 2007  
Primera reimpresión, 2008

D. R. © 2008, Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal  
Av. Chapultepec 49, Centro Histórico  
06040 México, D. F.  
[www.cd hdf.org.mx](http://www.cd hdf.org.mx)

D. R. © 2008, Servicios a la Juventud, A. C.  
Sur 71, 509, col. Justo Sierra,  
09460 México, D. F.  
[www.seraj.org.mx](http://www.seraj.org.mx)

D. R. © 2008, Instituto de la Juventud del Distrito Federal  
Calz. México Tacuba 235, col. Un hogar para nosotros,  
11340 México, D. F.  
[www.jovenes.df.gob.mx](http://www.jovenes.df.gob.mx)

*Ejemplar de distribución gratuita, prohibida su venta*

ISBN: 978-970-765-088-6

Impreso en México

*Printed in Mexico*

# LAS Y LOS JÓVENES TENEMOS DERECHOS

Para empezar, tenemos derecho a ser jóvenes porque:

- Tenemos una dignidad que nadie nos puede quitar, pero también porque esa dignidad no es nada si no hay modos concretos para hacerla valer.
- Somos sujetos de derechos. Al ejercerlos nos responsabilizamos de hacer lo que sólo nosotros(as) podemos para contribuir en el desarrollo integral de nuestras comunidades, nuestra ciudad y nuestro país.
- Nuestros derechos son medios necesarios para que podamos realizar nuestras responsabilidades.

# LOS DERECHOS SON DE QUIENES LOS EJERCEN

A lo largo de la historia muchos grupos han reclamado sus derechos, tales como:

- Las y los ciudadanos franceses, quienes hicieron la revolución para quitarle los privilegios a la nobleza y hacer efectivas sus libertades cívicas, aunque esa lucha dejó para después los derechos de las ciudadanas.
- Las mujeres, quienes durante los últimos años han logrado que se reconozca que tienen derecho a votar, a ganar igual salario que los hombres, a tener prestaciones laborales especiales en función de su condición, entre otros aspectos.
- Los pueblos, que al dejar de ser colonias reclamaron acceso a condiciones favorables para lograr su desarrollo como cooperación técnica y créditos de parte de los países más fuertes, por ejemplo.



# UNA PROBADITA: ¿A QUÉ TE SABE?

Los derechos de nosotros(as) los(as) jóvenes son los mismos que tienen todas las personas pero, además, hay algunos derechos específicos que nos corresponden debido a nuestra situación particular. Aquí va una probadita de algunos de ellos:

1. *Derecho a una educación de calidad* que nos permita formarnos como ciudadanos(as) libres y críticos(as), y que nos prepare para ingresar al mercado laboral de manera adecuada.
2. *Derecho a participar activamente en las decisiones* que toman las autoridades y que nos afectan como jóvenes, y no solamente a que “nos tomen en cuenta”.
3. *Derecho a la información* para vivir nuestra sexualidad de manera plena.
4. *Derecho a que nadie nos discrimine* a causa de nuestros gustos, apariencia o edad, por ejemplo.
5. *Derecho a organizarnos* para ejercer nuestros derechos.

## ¿CÓMO TE QUEDÓ EL OJO?

Si te das cuenta, estos derechos no afirman que las y los jóvenes somos más importantes que las demás personas; más bien indican que como jóvenes podemos hacer que la vida y la convivencia sean mejores en todos los espacios donde estamos presentes.





# ¿O SEA QUE QUÉ?

Los que dicen que primero están las obligaciones que los derechos deberían darse cuenta que no se puede cumplir con ninguna obligación si los derechos no son efectivos. Por ejemplo, si dicen “primero pónganse a estudiar”, pero las escuelas están mal equipadas, las y los profesores no están bien preparados, si a nuestras familias no les alcanza para que podamos asistir a clases bien alimentados(as) y vestidos(as), con todos los materiales y equipo necesarios para hacer lo que nos toca, entonces, ¿qué onda? Estudiar es un derecho al cual debemos tener acceso en las mejores condiciones, no un medio para que nos ocupemos y “no demos problemas”.

Cuando otros dicen que no hay por qué “inventar” derechos, se nota que nunca se han puesto a pensar que los derechos son de personas y grupos específicos, cada uno con necesidades propias y, sobre todo, con posibilidades de enriquecer la vida en los espacios donde se desempeñan, y por tanto, con derechos que necesitan ser reconocidos y hacerse efectivos.



En situaciones como éstas debe actuar el Estado. Las naciones que firman y ratifican tratados sobre derechos humanos adquieren, además de la obligación de atender y resolver cualquier violación a los mismos, también la de adoptar e implementar programas, políticas y normatividad que garanticen el disfrute integral de todos los derechos.

Prepararnos para el futuro no significa dejar de ser jóvenes: preferimos vivir hoy como personas con propuestas y con ganas de que nuestra sociedad se enriquezca con lo que solamente nosotros(as) podemos aportarle.



# ¿Y QUIÉN SE ENCARGA DE TODO ESTO?

Actualmente hay una fuerte corriente internacional a favor de los derechos de las y los jóvenes.

Un ejemplo es la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), que tiene un fuerte compromiso con la juventud: cuando tiene reunión mundial siempre convoca un foro de jóvenes para que le ayude a tomar decisiones importantes.

Asimismo está la Organización Iberoamericana de Juventud (OIJ), donde participan las instituciones responsables de la juventud de los países iberoamericanos (como es el caso del Instituto Mexicano de la Juventud) para promover el diálogo y la cooperación en la materia. Por cierto, la OIJ tiene una Convención Iberoamericana de los Derechos de los Jóvenes que todavía no ratifica nuestro país.

En México existe la Ley del Instituto Mexicano de la Juventud que faculta a dicha institución como responsable de planear y evaluar políticas nacionales para esta población, impulsando la coordinación de esfuerzos que hacen diversas instancias del gobierno federal, estatal y municipal.

En la ciudad de México, la Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal (CDHDF) se encarga de recibir tus quejas y denuncias cuando consideres que tus derechos han sido violados por cualquier autoridad o servidor público que desempeñe un empleo, cargo o comisión en la administración pública local o en los órganos de procuración e impartición de justicia que ejerzan jurisdicción en el Distrito Federal.

También existe la Ley de las y los Jóvenes en el Distrito Federal, promulgada en el 2000, para reglamentar medidas y acciones que contribuyan al desarrollo integral de las y los jóvenes capitalinos, así como el funcionamiento del Instituto de la Juventud local.

En este folleto encontrarás información sobre dicha ley que nos protege y que garantiza los siguientes derechos:

1. Derecho a la vida digna (artículos 3º al 5º)
2. Derecho al trabajo (artículos 6º al 9º)
3. Derecho a la educación (artículos 10 al 14)
4. Derecho a la salud (artículos 15 al 17)
5. Derechos sexuales y reproductivos (artículos 18 al 20)
6. Derecho a la cultura (artículos 21 al 23)
7. Derecho a la recreación (artículos 24 al 26)
8. Derecho al deporte (artículos 27 al 29)
9. Derecho a fortalecer las identidades juveniles (artículos 30 al 32)
10. Derecho a la integración y reinserción social (artículos 33 al 35)
11. Derecho a la participación social y política plena (artículos 36 al 38)
12. Derecho a la organización juvenil (artículos 39 y 40)
13. Derecho a la información (artículos 41 y 42)
14. Derecho a un medioambiente sano (artículos 43 y 44)

Además, los artículos 45 y 46 de la Ley de las y los Jóvenes en el Distrito Federal establecen que las y los jóvenes tenemos todos los demás derechos humanos reconocidos a través de los convenios y pactos que ha firmado nuestro país.

Finalmente, el artículo 47 dice que las y los jóvenes tenemos el deber de cumplir las leyes vigentes, respetando los derechos de los demás grupos sociales a través de la convivencia pacífica, la tolerancia, la democracia y el compromiso social.



**¿QUIERES QUE TE LO CUENTE  
OTRA VEZ?**

**¡VA DE NUEZ!**

Para hacerla más fácil y sin tanto rollo, primero ponemos el o los artículos de la Ley de las y los Jóvenes en el Distrito Federal que vengan más al caso con cada derecho, y luego agregamos algunos comentarios y ejemplos. Checa además que al contar con derechos, existe la obligación de que se te garanticen puesto que en dicha normatividad se señalan los deberes del Gobierno del Distrito Federal al respecto:

## **1. DERECHO A LA VIDA DIGNA**

**Artículo 3º.** Todas las y los jóvenes como miembros de la sociedad y como habitantes del Distrito Federal tienen el derecho de acceso y disfrute de los servicios y beneficios socioeconómicos, políticos, culturales, informativos, de desarrollo y de convivencia que les permitan construir una vida digna en la ciudad.

O sea, todos(as) deberíamos poder vivir satisfechos(as) con el estilo de vida que cada quien disfrute más, con oportunidades reales para conseguirlo. Por ejemplo, si a ti te gusta componer o escuchar música, convivir con un grupo de amigos(as) con el que te identifiques, ir a bailar o hacer deporte, debes contar con verdaderas chances de hacerlo, sin que nadie te lo tome a mal o te tengas que privar de otras cosas importantes para ti.

## 2. DERECHO AL TRABAJO

**Artículo 6º.** Todas las y los jóvenes tienen derecho al trabajo digno y bien remunerado, ya que el trabajo dignifica al ser humano y posibilita mejorar la calidad de vida de la sociedad.

¿Qué tal que a ti lo que te late es un oficio como la mecánica o las artesanías? Tienes derecho a la capacitación para hacerlo bien, para saber cómo atender a tus clientes, para estar actualizado(a) sobre lo último en tu especialidad, etc. Tienes derecho a tener un trabajo que te guste y que te retribuya lo suficiente para vivir con dignidad.



### 3. DERECHO A LA EDUCACIÓN

**Artículo 10.** Todas las y los jóvenes tienen derecho a acceder al sistema educativo. En la ciudad de México la educación impartida por el gobierno será gratuita en todos sus niveles, incluyendo nivel medio superior y superior.

Tienes derecho a que haya escuelas para todas y todos y, según los intereses de cada quien, que dichas instituciones educativas no estén demasiado lejos de tu zona, que estén bien equipadas con lo necesario para aprender, incluyendo instalaciones, materiales y personal docente, así como apoyos necesarios para ciertas situaciones como puede ser el caso de guarderías para madres que son estudiantes.

### 4. DERECHO A LA SALUD

**Artículo 15.** Todas las y los jóvenes tienen el derecho al acceso y a la protección de la salud, tomando en cuenta que ésta se traduce en el estado de bienestar físico, mental y social.

Fíjate cómo se presenta el concepto de salud: no es solamente que no te enfermes, sino que tengas un bienestar integral, que tu cuerpo, tu mente y tu convivencia sean o estén lo más sanos que se pueda, libres de enfermedades, adicciones y violencia.





## 5. DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

**Artículo 18.** Todas las y los jóvenes tienen el derecho de disfrute y ejercicio pleno de su sexualidad y a decidir, de manera consciente y plenamente informada, el momento y el número de hijos que deseen tener.

Tu sexualidad es un aspecto tan importante de tu persona, que es fundamental asegurarte que lo puedas disfrutar y ejercer con plenitud y conciencia ya desde ahora, sobre todo desde las perspectivas que vayas logrando descubrir y compartir. Este derecho incluye que aprendas cómo prevenir las infecciones de transmisión sexual, por ejemplo.



## 6. DERECHO A LA CULTURA

**Artículo 21.** Todas las y los jóvenes tienen derecho al acceso a espacios culturales y a expresar sus manifestaciones culturales de acuerdo a sus propios intereses y expectativas.

En este caso es muy importante que te des cuenta que la cultura no es algo que hacen solamente algunos grupos o personas. La cultura es tu manera de ser, expresarte y comunicarte, así como la forma en que ves la vida. No sólo el asistir a actividades culturales, sino también que puedas expresar y compartir tus manifestaciones culturales, incluso con personas que viven en otros lugares.



## 7. DERECHO A LA RECREACIÓN

**Artículo 24.** Todas las y los jóvenes tienen el derecho al disfrute de actividades de recreación y al acceso a espacios recreativos para el aprovechamiento positivo y productivo de su tiempo libre.

El tiempo libre no es el que te sobra para no hacer nada, sino aquel donde puedes dedicarte con mayor libertad a cultivar tus inquietudes con la mayor libertad.

Este derecho incluye el turismo como manera de disfrutar, conocer y valorar mejor tu entorno natural.

## 8. DERECHO AL DEPORTE

**Artículo 27.** Todas las y los jóvenes tienen el derecho a practicar cualquier deporte de acuerdo con su gusto y aptitudes.

Este derecho se refiere no solamente al deporte como pasatiempo, sino incluso como opción profesional, pero sobre todo como medio para que cultives tu desarrollo físico de la mejor manera posible. Asimismo, este derecho abarca acudir como espectador(a) a actividades deportivas realizadas por otras personas.

**Artículo 30.** Todas las y los jóvenes como miembros de una sociedad pluricultural y como integrantes de una ciudad en constante cambio tienen el derecho de fortalecer y expresar los diferentes elementos de identidad que los distinguen de otros sectores y grupos sociales y que, a la vez, los cohesionan con otros.

La identidad es lo que nos hace ser especiales y diferentes de los demás. Aunque todas y todos somos iguales en dignidad y por tanto en derechos, al mismo tiempo somos diferentes en nuestras identidades y culturas. Tenemos derecho a ser como somos y a expresar nuestra diferencia. Ésta no es un problema ni nos separa de los demás; es una riqueza y un bien para la sociedad.

## 10. DERECHO A LA INTEGRACIÓN Y REINSERCIÓN SOCIAL

**Artículo 33.** Todas las y los jóvenes en situaciones especiales desde el punto de vista de la pobreza, exclusión social, indigencia, situación de calle, discapacidad, privación de la libertad, tienen el derecho a reinsertarse e integrarse a la sociedad y a ser sujetos de derechos y oportunidades que les permitan acceder a servicios y beneficios sociales que mejoren su calidad de vida.

Todas las y los jóvenes que están en situaciones especialmente difíciles tienen el mismo derecho que todas las personas a ser parte de esta sociedad y tener derechos y oportunidades para mejorar su vida.

## 9. DERECHO A FORTALECER LAS IDENTIDADES JUVENILES



## **11. DERECHO A LA PARTICIPACIÓN SOCIAL Y POLÍTICA PLENA**

**Artículo 36.** Todas las y los jóvenes tienen el derecho a la participación social y política como forma de mejorar las condiciones de vida de los sectores juveniles.

La importancia de este derecho reside en que implica acción. Las y los jóvenes tenemos derecho de intervenir en la sociedad y en la política en bien de nosotras y nosotros mismos, y no solamente esperar a que nos lleguen beneficios a los cuales de todas formas tenemos derecho.

## **12. DERECHO A LA ORGANIZACIÓN JUVENIL**

**Artículo 39.** Todas las y los jóvenes tienen derecho a formar organizaciones autónomas que busquen hacer realidad sus demandas, aspiraciones y proyectos colectivos, contando con el reconocimiento y apoyo del gobierno y de otros actores sociales e institucionales.

Las y los jóvenes podemos trabajar en favor de nuestros propios fines tanto de manera individual como colectiva, y podemos hacerlo por nuestra cuenta, sin que ninguna otra organización (partido, gobierno, iglesia) pretenda dirigirnos. Antes bien, este derecho abarca el que esas otras instituciones deban reconocer la legitimidad de nuestras perspectivas.



## 13. DERECHO A LA INFORMACIÓN

**Artículo 41.** Todas las y los jóvenes tienen derecho a recibir, analizar, sistematizar y difundir información objetiva y oportuna que les sea de importancia para sus proyectos de vida, sus intereses colectivos y para el bien de la ciudad.

Nadie puede impedirnos obtener información que nos parezca de utilidad para lograr nuestros fines legítimos, ya sea individual o colectivamente, por ejemplo programas gubernamentales de apoyo a la juventud y convocatorias para ocupar puestos públicos. Este derecho incluye la obligación que tienen las autoridades de todos los niveles de rendirnos cuentas sobre su trabajo y sus decisiones, así como sobre los resultados que obtengan, tanto favorables como desfavorables.



## 14. DERECHO A UN MEDIOAMBIENTE SANO

**Artículo 43.** Todas las y los jóvenes tienen derecho a disfrutar de un medioambiente natural y social sano que respalde el desarrollo integral de la juventud de la ciudad.

Un verdadero desarrollo integral debe tomar en cuenta las condiciones reales del entorno; las y los jóvenes necesitamos aire limpio y agua potable, pero también tenemos derecho de estar libres de bombardeo publicitario (tanto comercial como político), así como del estrés que resulta de la inseguridad generalizada, tanto laboral como física.

# ¿Entonces qué onda con mis derechos?

Quizá te queda la sensación de que es mucho rollo. Como que el derecho a la salud se parece mucho al del medioambiente sano, o el de la cultura es similar al de fortalecer las identidades juveniles y, entonces, a lo mejor algunos derechos son redundantes, repetitivos o, incluso, faltan algunos.

## ¿QUÉ CREES?

Tienes razón en que algunos derechos se parecen mucho a otros; sin embargo, se trata de diferentes expresiones de una sola realidad: tú y tu condición juvenil, con tus inquietudes, tus problemas, tus aspiraciones y tus demandas.

Tienes derecho a ser joven y a decidir sobre tu vida de manera que tu participación en tu comunidad, ciudad y país ayude al bienestar de todas y todos los demás.



**PARA SABER MÁS,  
HACER MÁS  
Y LOGRAR MÁS**

## **¡PONTE AL TIRO!**

Acércate a las siguientes instituciones que te proporcionarán mayor información acerca de tus derechos fundamentales:

### **Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal**

Av. Chapultepec 49, Centro Histórico,  
06040 México, D. F.

Tel.: 5229 5600

[www.cd hdf.org.mx](http://www.cd hdf.org.mx)

### **Instituto de la Juventud del Distrito Federal**

Calz. México-Tacuba 235,  
col. Un hogar para nosotros,

Tel.: 5441 3123

[www.jovenes.df.gob.mx](http://www.jovenes.df.gob.mx)

### **Servicios a la Juventud, A. C.**

Sur 71, 509, col. Justo Sierra,  
09460 México, D. F.

Tels.: 5672 5389 y 5243 5148

[www.seraj.org.mx](http://www.seraj.org.mx)





La primera reimpresión de  
*¡Ponte al tiro con tus derechos! Los derechos de las y los jóvenes*  
se terminó de imprimir en los talleres de Corporación Mexicana de Impresión, S. A. de C. V.,  
General Victoriano Zepeda 22, col Observatorio, 11860, México, D. F.  
El tiro fue de 20 000 ejemplares.

SALUD C  
DEPORT  
GRACI  
ON VIDA  
CIÓN SOC  
SALUD C  
DEPORT

EDUCACIÓN SALUD CULTURA  
RECREACIÓN DEPORTE VIDA  
TRABAJO INTEGRACIÓN POLÍTICA  
INFORMACIÓN VIDA DIGNA  
PARTICIPACIÓN SOCIAL  
EDUCACIÓN SALUD CULTURA  
RECREACIÓN DEPORTE VIDA  
TRABAJO INTEGRACIÓN POLÍTICA  
INFORMACIÓN VIDA DIGNA  
CULTURA

