

1.<sup>er</sup>  
GRADO

# Cuadernillo de Tutoría 1

..... EDUCACIÓN PRIMARIA .....



MINISTERIO DE EDUCACIÓN

# La ciudadana y el ciudadano que queremos



Elabora tu  
carátula en  
esta página.



MINISTERIO DE EDUCACIÓN

### **Cuadernillo de Tutoría 1**

#### **Primer grado**

Educación Primaria

#### **Editado por:**

©Ministerio de Educación

Calle Del Comercio 193, San Borja

Lima 41, Perú

Teléfono: 615-5800

[www.minedu.gob.pe](http://www.minedu.gob.pe)

#### **Revisión de contenidos**

Sylvia Rivera Rojas

María del Carmen Flores Rojas

#### **Diseño y diagramación**

Teresa Serpa Vivanco

Maité Espinoza Virto

#### **Corrección de estilo**

Luis Alberto Sulca Romero

#### **Ilustración**

Rosa Segura Llanos

**Primera edición:** 2018

**Segunda edición:** junio de 2019

**Tercera edición:** noviembre de 2020

**Cuarta edición:** junio de 2021

**C. P. N.° 007-2021-MINEDU/VMGP/UE 120**

**Dotación:** 2022

**Tiraje:** 598 706 ejemplares

#### **Impreso por:**

**Asociación Editorial Bruño**

Se terminó de imprimir en setiembre de 2021, en los talleres gráficos de Asociación Editorial Bruño, sito en Av.

Alfonso Ugarte N.° 1860, Ate.

RUC N.° 20100072247.

Todos los derechos reservados. Prohibida la reproducción de este material por cualquier medio, total o parcialmente, sin permiso expreso del Ministerio de Educación.

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú  
N.° 2021-07763

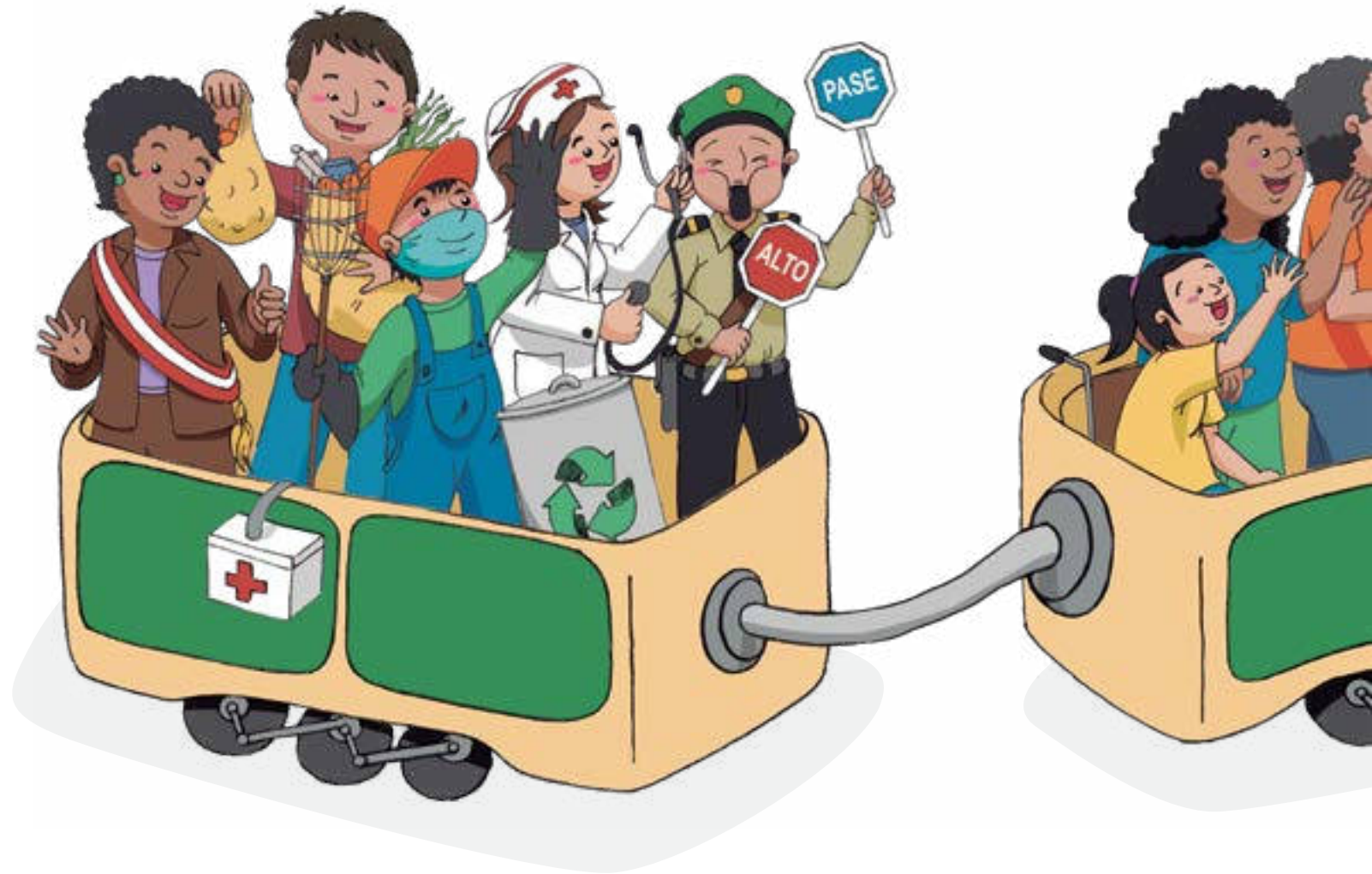
Impreso en el Perú / *Printed in Peru*



# Índice

Presentación .....	7
<b>Me conozco y me quiero .....</b>	<b>11</b>
Me conozco y me quiero como soy .....	12
¡Ya puedo hacerlo sin ayuda! .....	18
Me emociono de muchas maneras .....	23
Respiro y me calmo .....	28
<b>Compartimos y valoramos lo que somos .....</b>	<b>33</b>
Nos escuchamos para comprendernos .....	34
Amigas y amigos en todo momento .....	39
Toda la familia colabora .....	43
Diferentes, pero iguales .....	46
<b>Enfrentamos las situaciones que nos afectan .....</b>	<b>51</b>
Seguridad y protección en todo momento .....	52
Mi persona de confianza .....	55
Esto me incomoda .....	60

*Voy con mi tren por el camino de la vida, junto con mi familia, mis amigas y mis amigos...*





... con la participación y el cuidado de las personas e instituciones de la comunidad.





## Queridas niñas y queridos niños:

Los acompañaré para realizar diversas actividades interesantes con las que podrán aprender a conocerse mejor a sí mismos, a sus compañeras y a sus compañeros. Este cuadernillo les permitirá reconocer sus gustos y preferencias, darse cuenta de lo que sienten y relacionarse adecuadamente entre ustedes. Además, descubrirán la importancia de protegerse y prevenir situaciones que pueden ser peligrosas para su salud e integridad. Es decir, aprenderán a ser más felices con los seres que los rodean.

¡Bienvenidas y bienvenidos a primer grado!

**¡A empezar  
este viaje!**

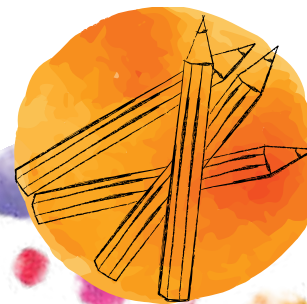
Recuerda la acción que representa cada imagen.



Observo con  
atención



Recuerdo /  
Reflexiono



Dibujo /  
Pinto



Recorto  
y pego



Escribo /  
Uno con flechas /  
Marco



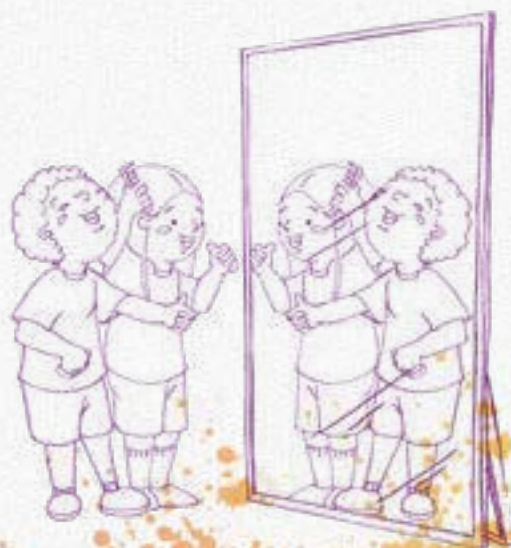
Leo / Converso  
con la profesora  
o el profesor



Trabajamos /  
Jugamos  
en equipos



Compartimos /  
Jugamos  
en familia



Me conozco  
y me quiero

# Me conozco y me quiero como soy

Con ayuda de un adulto, leo el propósito de esta ficha.



Escribo mi nombre y, con ayuda de un espejo, me dibujo.

- Tendré en cuenta las siguientes preguntas al momento de dibujarme: ¿de qué color son mis ojos?, ¿cómo es mi cabello?, ¿cuánto mido?; luego, escribo mi nombre y pinto lo que he dibujado.

Me llamo .....

## Propósito

Reconoceré mis características físicas, aquello que me gusta y mis cualidades.

Responde las siguientes preguntas:

- ¿Qué vi en el espejo?
- ¿Cómo me he dibujado?
- ¿Cuáles son mis características?



Observo con atención.



Luis



Juana



José



Rosa



Leo y converso con la profesora o el profesor.

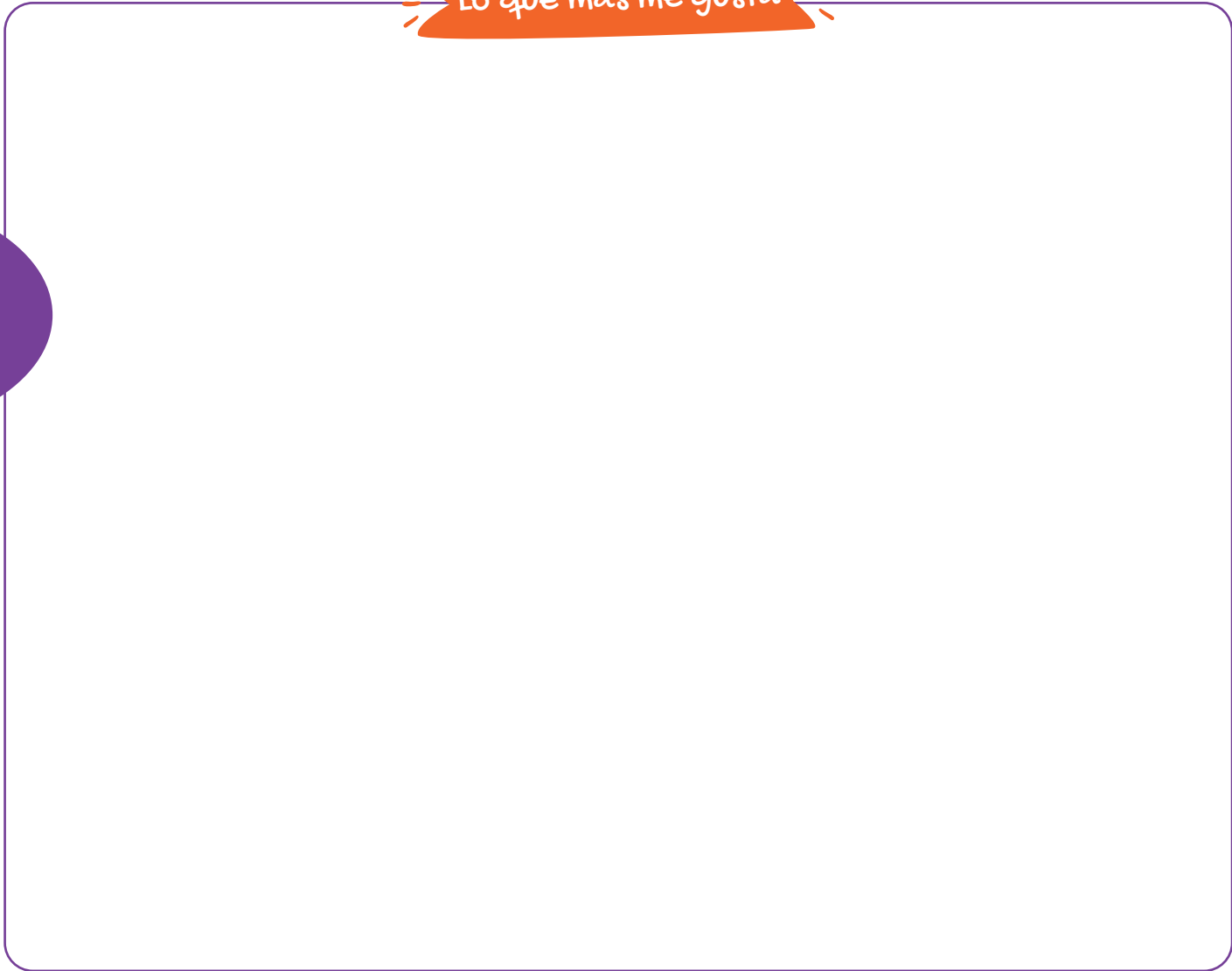
- ¿Puedes describir cómo es cada niña y niño en las imágenes anteriores?
- ¿Alguna niña o algún niño se parece a ti?
- ¿Qué crees que hacen cada niña y niño en las imágenes anteriores?
- De lo que observas en las imágenes, ¿qué es lo que te gusta hacer?
- ¿Hay alguna otra cosa que te guste hacer?, ¿qué es?



Dibujo y pinto.

Lo que más me gusta

¡ttoy dibujaré  
y pintaré lo que  
más me gusta!





¿Qué es lo que sé hacer bien?

¡Me encantan los animalitos que hay en mi chacra! Yo ya sé cómo alimentarlos.



Yo soy muy bueno dibujando y recitando poesía.





Dibujo o pego imágenes que representan mis cualidades.



Trabajamos en equipo.

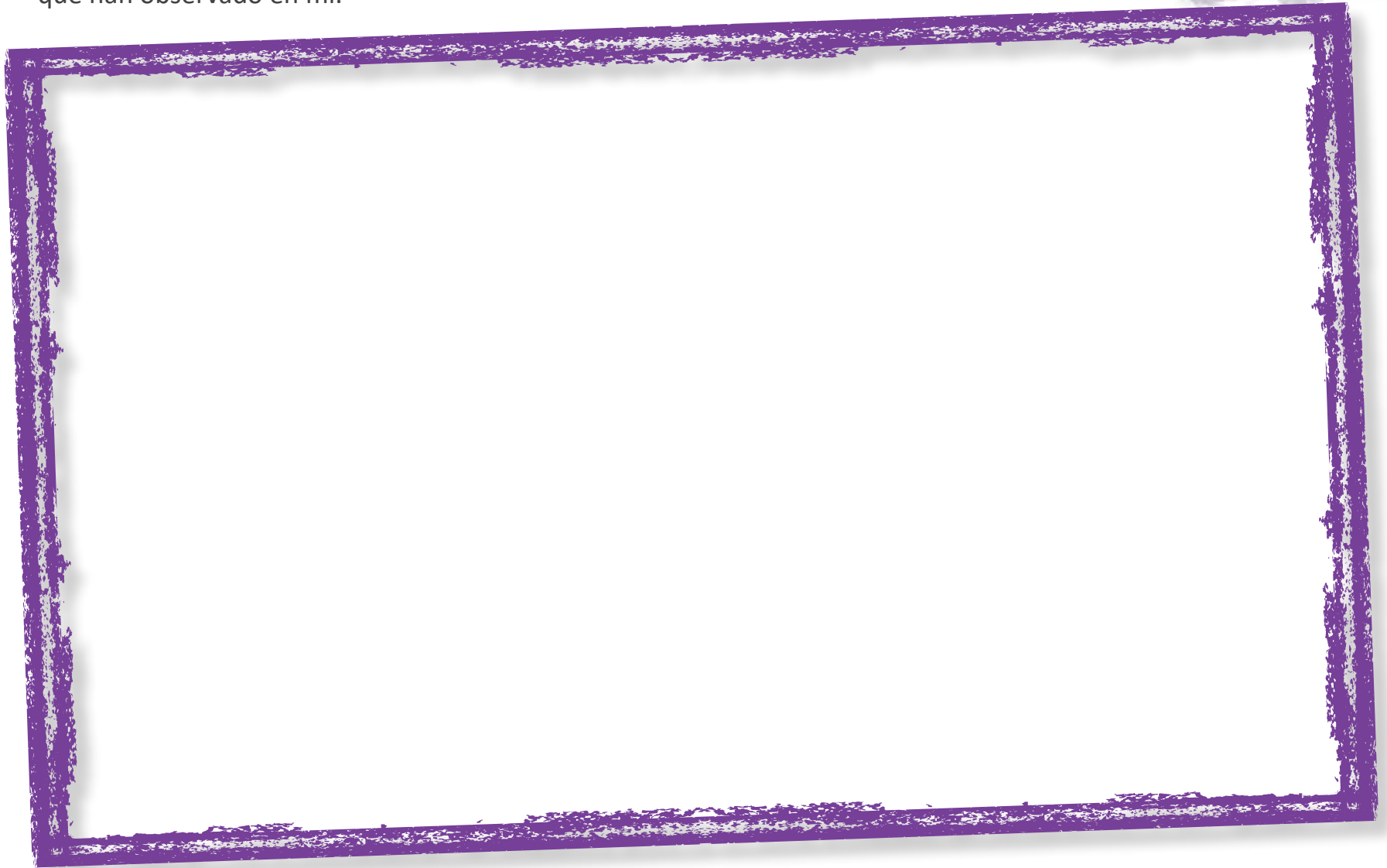
- Dialogamos sobre nuestras características físicas y cualidades, sobre lo que nos gusta y lo que hacemos bien.

Tu nombre, tus características, tus cualidades y lo que más te gusta hacer te hacen una persona única.



## Compartimos en familia.

- Pego una foto mía y pido a mis familiares que escriban alrededor de ella una característica física y una cualidad que han observado en mí.



# ¡Ya puedo hacerlo sin ayuda!

Leo con la profesora o el profesor el propósito de esta ficha.



Observo con atención.



## Propósito

Descubriré  
que ahora puedo  
hacer cosas nuevas  
sin ayuda.



Leo y converso con la profesora o el profesor.

- ¿Qué hacen el bebé y el niño?
- ¿Qué están aprendiendo?
- ¿Necesitaron ayuda para hacerlo?



## Aprendiendo algo nuevo.

- ¿Qué actividad nueva he aprendido últimamente?
- ¿Cómo me sentí?
- ¿Necesité ayuda para lograrlo? ¿Quién me ayudó?
- Ahora que ya aprendí a hacerlo, ¿necesitaré ayuda nuevamente?

¡Bravo! ¡Ahora ya  
aprendiste a hacerlo  
sin ayuda!



## Me dibujo haciendo lo nuevo que he aprendido.

A large, empty rounded rectangle with a purple border, intended for the user to draw or write about their learning experience.



Marco con una X la imagen que representa la acción que ya puedo realizar sin ayuda.



Cepillarme los dientes



Montar bicicleta



Peinar mi cabello



Alimentar a mis animales



Leer un cuento

¡Estoy creciendo y aprendiendo!



Leo y converso con la profesora o el profesor.

## Nuevos aprendizajes en la escuela



¿Qué me gustó cuando estuve en inicial?

¿Qué me gusta más de estar en primer grado?

¿Cuál es la diferencia entre estar en inicial y estar en primer grado?

¿Qué de nuevo aprenderé?



## Trabajamos en equipo.

- Dialogamos y dibujamos en un papelote lo que más nos gustó de inicial y lo que más nos gusta de estar en primer grado.



## Compartimos en familia.

- Pego una foto de cuando estaba en inicial y otra actual en la que estoy en primer grado, y pregunto a mis familiares qué diferencias encuentran.

Two large, empty rectangular boxes with a light beige background and purple corner tabs, intended for pasting photos and writing.



# Me emociono de muchas maneras

## Propósito

Reconoceré mis emociones y las de mis compañeras y compañeros.

Leo con la profesora o el profesor el propósito de esta ficha.



Observo con atención.



Alegría



Tristeza



Cólera



Miedo



Leo y converso con la profesora o el profesor.

- ¿He sentido estas emociones alguna vez?
- ¿En qué momentos las he sentido?



Uno con una flecha la imagen que corresponde a cada emoción.

Reconozco las emociones en cada escena.



Alegría

Tristeza

Cólera

Miedo

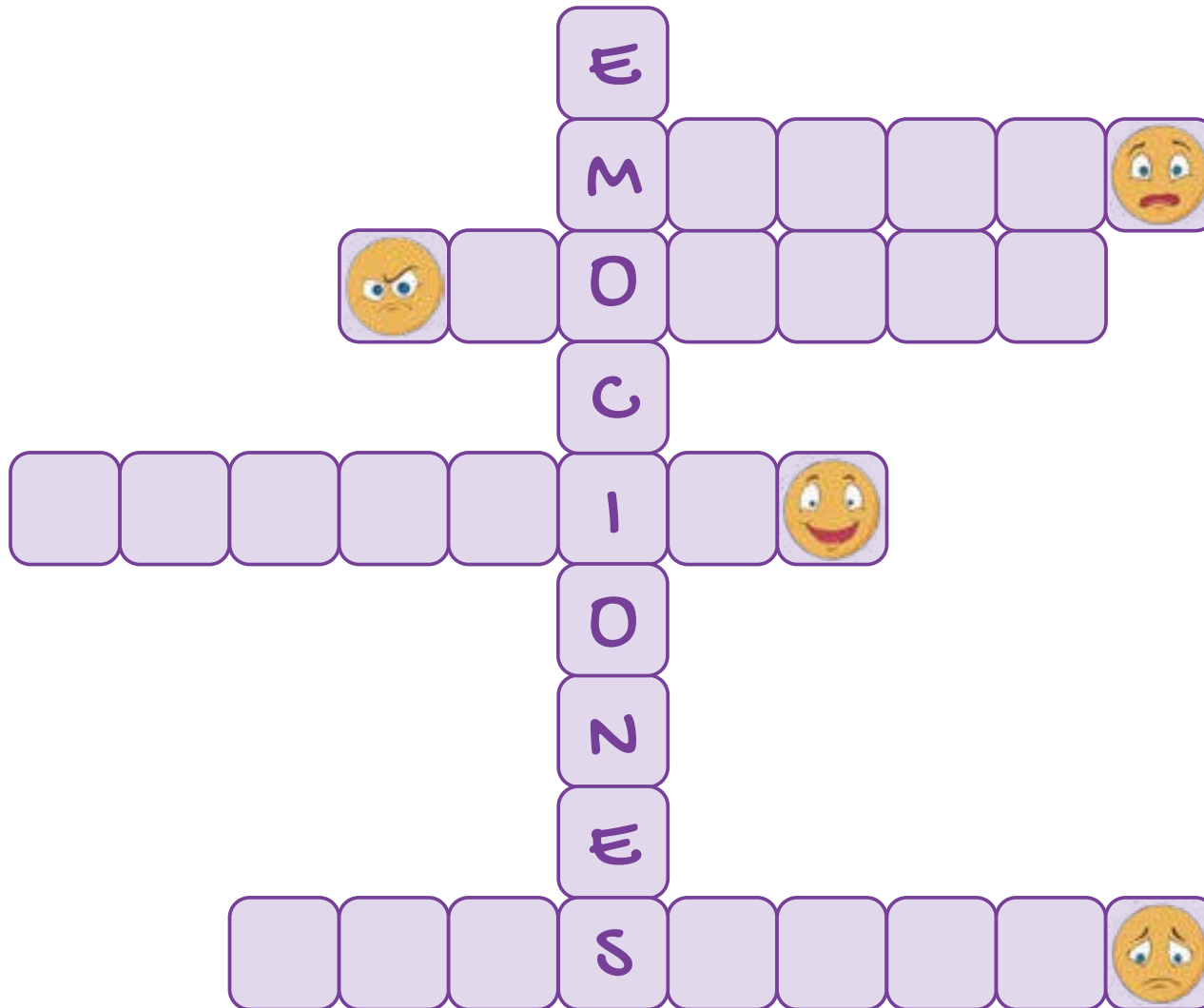


Dialogamos con las compañeras y los compañeros.

- ¿Qué observan en las imágenes anteriores?
- ¿Les ha pasado alguna situación similar?, ¿cómo se sintieron?
- ¿En qué situaciones se han sentido felices, tristes, alegres, enojados o con miedo?
- ¿Qué hicieron cuando sintieron alguna de esas emociones?



Escribo la emoción que corresponde a cada carita dibujada en el crucigrama.



Alegría

Miedo

Tristeza

Cólera

Comparto con mis amigas y amigos lo que encontré.



Jugamos en equipo con ayuda de la profesora o el profesor.

### Lo digo con una emoción

Debemos observar el rostro y el cuerpo, y escuchar la voz con la que cada amiga o amigo dice la frase.

1 Nos sentamos formando un círculo y elegimos una emoción, como alegría, tristeza, miedo o cólera.

2 Con la emoción que ha elegido, una niña o un niño se pone de pie y dice esta frase: "He recibido una noticia y no la puedo creer". Sus demás compañeras y compañeros deberán adivinar de qué emoción se trata.

3 Luego de adivinada la emoción, la niña o el niño que dijo la frase se sienta y da pase a la compañera o el compañero que está a su derecha para seguir con el juego.



Practicamos y... ¡a jugar!



# Jugamos en familia.

- Conseguimos un dado y cuatro fichas.
- Por turnos, tiramos el dado y avanzamos tantas casillas como indique el número que salga.
- Cuando la ficha caiga en una figura, contaremos una situación que nos haya causado cólera, alegría, miedo o tristeza, de acuerdo con la figura.

SALIDA

1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20				

LLEGADA

	CÓLERA
	ALEGRÍA
	MIEDO
	TRISTEZA

# Respiro y me calmo

Leo el propósito de esta ficha con ayuda de un adulto.



Observo con atención.



Propósito

Aprenderé a expresar mis emociones.



Leo y converso con la profesora o el profesor.

- ¿Qué observan en las imágenes anteriores?
- ¿Qué creen que pudo haber pasado?
- ¿Cómo creen que se sienten Teresa y Mario?
- ¿Qué creen que debió hacer Teresa cuando sintió cólera por perder su turno?
- ¿Qué creen que debió hacer Mario cuando se puso triste porque Teresa no le dio los yases?
- ¿Les ha pasado alguna situación similar?, ¿cómo se sintieron?
- ¿Qué hacen cuando sienten miedo, tristeza o cólera?



Dibujó y pintó una situación parecida a la de Teresa y Mario, y lo que hice para calmarme cuando sentí miedo, tristeza o cólera.



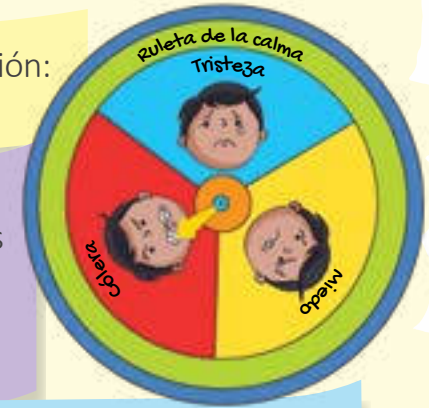
Leo y converso con la profesora o el profesor.

- ¿Crees que todas tus compañeras y todos tus compañeros expresan sus emociones de la misma manera que tú?, ¿por qué?
- ¿Qué crees que hacen cuando sienten tristeza, miedo o cólera?



## Trabajo en equipo.

- Con ayuda de la profesora, el profesor o un adulto, elaboramos la “ruleta de la calma”. Podemos utilizar material reciclable para su elaboración.
- Dividimos un círculo en tres partes; en cada una de ellas, pegamos el dibujo de una emoción: miedo, tristeza y cólera; en medio del círculo colocamos una flecha que pueda girar.
- Elaboramos o conseguimos tres cajitas. En la parte exterior de la primera cajita escribimos “Tristeza”; en la segunda, “Cólera”, y en la tercera, “Miedo”. En varios papelitos, escribimos diversas acciones (cantar, bailar, leer cuentos, abrazar...) que hayamos realizado cuando sentimos esas emociones y las metemos en las cajas. Por ejemplo, en la cajita “Tristeza” podemos introducir un papelito que diga “Bailar”, otro que diga “Cantar”, etc.
- Iniciamos el juego. Tiramos de la ruleta. Según la carita que indique la flecha (miedo, tristeza o cólera), recurrimos a la cajita que le corresponde. Al azar, sacamos un papelito de la cajita y representamos la acción que se indica (cantar, bailar, etc.). Este juego nos sirve para mostrar que podemos hacer diferentes acciones cuando experimentemos la emoción que se muestra en la ruleta.



## Leo y converso con la profesora o el profesor.

- ¿Cómo te has sentido al realizar el juego?
- ¿Sabías que podías hacer esas acciones cuando sientes miedo, cólera o tristeza?, ¿por qué?
- ¿Cuál de las acciones que hemos realizado para calmarnos te gusta usarla más cuando sientes miedo, cólera o tristeza?, ¿por qué?





## Compartimos en familia

- Dialogamos en familia sobre lo que hacemos cuando sentimos miedo, tristeza o cólera.

- Podemos utilizar la “ruleta de la calma” e incorporar, quizás, otras acciones que realizamos cuando sentimos tristeza, miedo o cólera.

- También es posible buscar un ambiente de la casa y denominarlo “El espacio que me tranquiliza”. En ese lugar, tendríamos algunos cuentos, hojas y lapiceros de colores, o un instrumento musical (pandereta, quena, etc.), los cuales podríamos emplear para calmarnos cuando experimentemos miedo, tristeza o cólera.





Compartimos  
y valoramos  
lo que somos

# Nos escuchamos para comprendernos

Leo con la profesora o el profesor el propósito de esta ficha.



Jugamos en equipo al "teléfono malogrado".

## Pasos para jugar:

1. Nos sentamos en círculo.
2. A quien esté a mi derecha le daré un mensaje corto y sencillo al oído, y él o ella se lo pasará, a su vez, a la niña o al niño que se encuentre a su derecha.
3. Quien reciba el mensaje hará lo mismo y así sucesivamente.
4. Quien se encuentre al final del círculo dirá el mensaje en voz alta.
5. Podemos repetir el juego, pero cambiando de mensaje.



**Propósito**  
Aprenderé a escuchar con atención para comprender lo que me quieren comunicar.



Leo y converso con la profesora o el profesor.

- ¿He seguido las indicaciones? ¿Cómo lo hice?
- ¿Se ha mantenido el mensaje inicial hasta el final? ¿Por qué?
- ¿Qué debo hacer para que el mensaje inicial sea el mismo hasta el final? ¿Por qué?



## Observo con atención.

1



Niñas y niños,  
formen grupos.  
¿Me escucharon?

2



Martín, ¿no me  
escuchas? Por favor,  
pásame el libro.

3



4



Hermana, te cuento  
que hoy me fue bien  
en la escuela.  
¿Me estás  
escuchando?





## Dialogo con las compañeras y los compañeros.

- ¿Qué observan en las imágenes? ¿Se están escuchando atentamente unos a otros?
- ¿Qué pasa si no escucho con atención lo que me quieren decir?
- ¿Qué debo hacer para escuchar con atención?



## Trabajamos en equipo.

### ➔ Creamos el rincón del diálogo. ➔

- Recortamos la figura de una boca  y la de una oreja , que aparecen en la siguiente página. Pegamos detrás de los dibujos un palito de madera, formando un objeto similar a una paleta, y escribimos ahí nuestros nombres y apellidos.
- Ubicamos las “paletas” en un lugar del aula al que llamaremos el “Rincón del diálogo”.



### ¿Cómo usaremos las “paletas”?

- Cada vez que nos sea difícil ponernos de acuerdo, iremos al “Rincón del diálogo” y cogeremos las “paletas” que tienen nuestros nombres.
- Hablará quien levante primero la paleta de la *boca*. La otra niña o el otro niño levantará la paleta de la *oreja* y escuchará. Luego, se cambiarán los roles.

### ¿Lo intentamos?

Es importante  
dejar un momento  
lo que estamos  
haciendo, mirar a  
la otra persona y  
escucharla mientras  
nos habla.



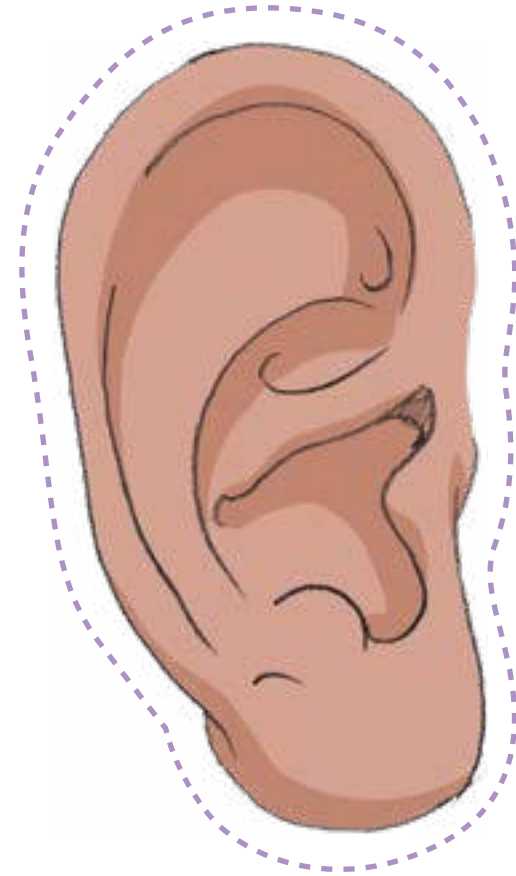
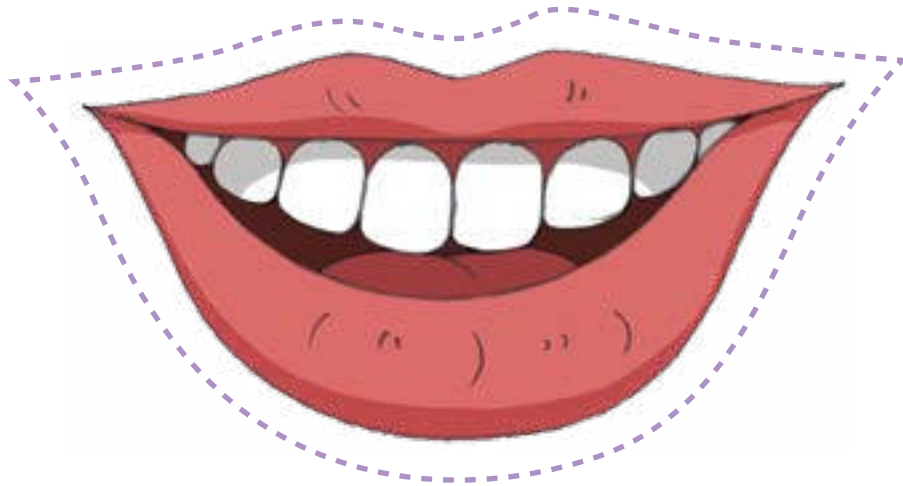
## Compartimos en familia.

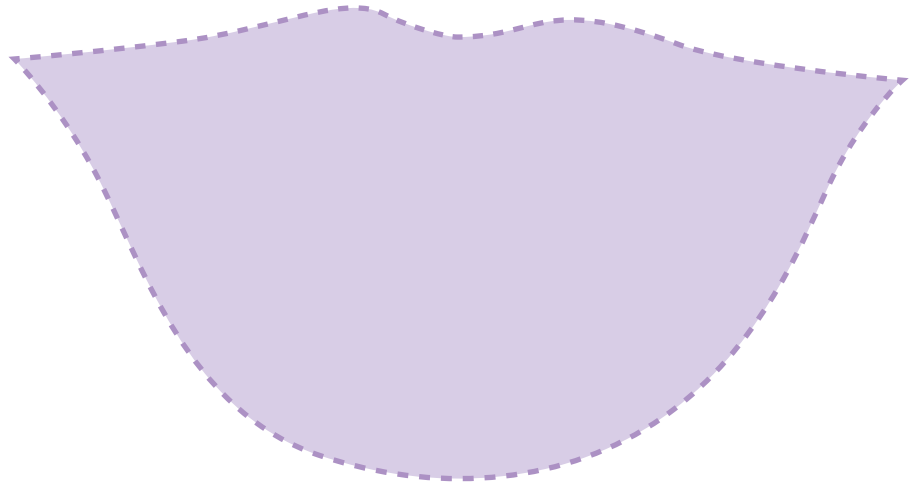
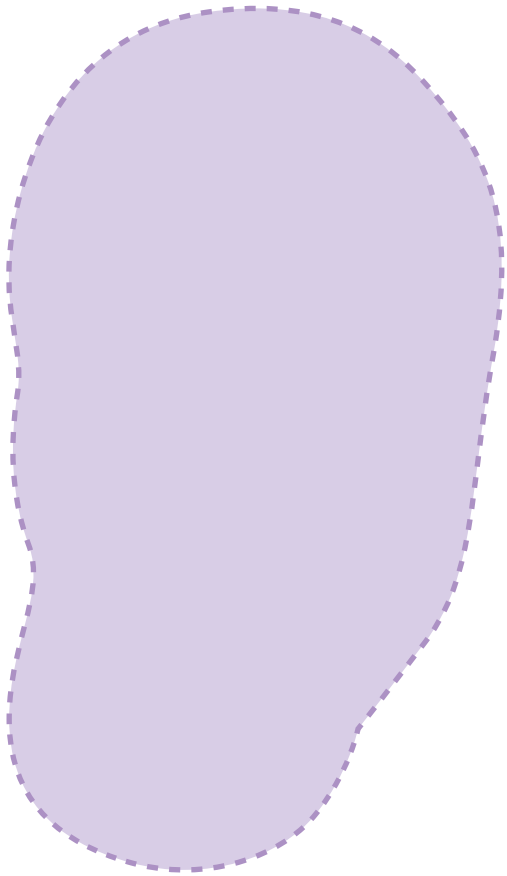
- Elaboramos en casa las mismas “paletas” que tenemos en el “Rincón del diálogo”.
- Animamos a nuestra familia a usarlas cuando sea difícil ponernos de acuerdo.

¡A practicar!



Recorto las figuras.







# Amigas y amigos en todo momento

Leo con la profesora o el profesor el propósito de esta ficha.

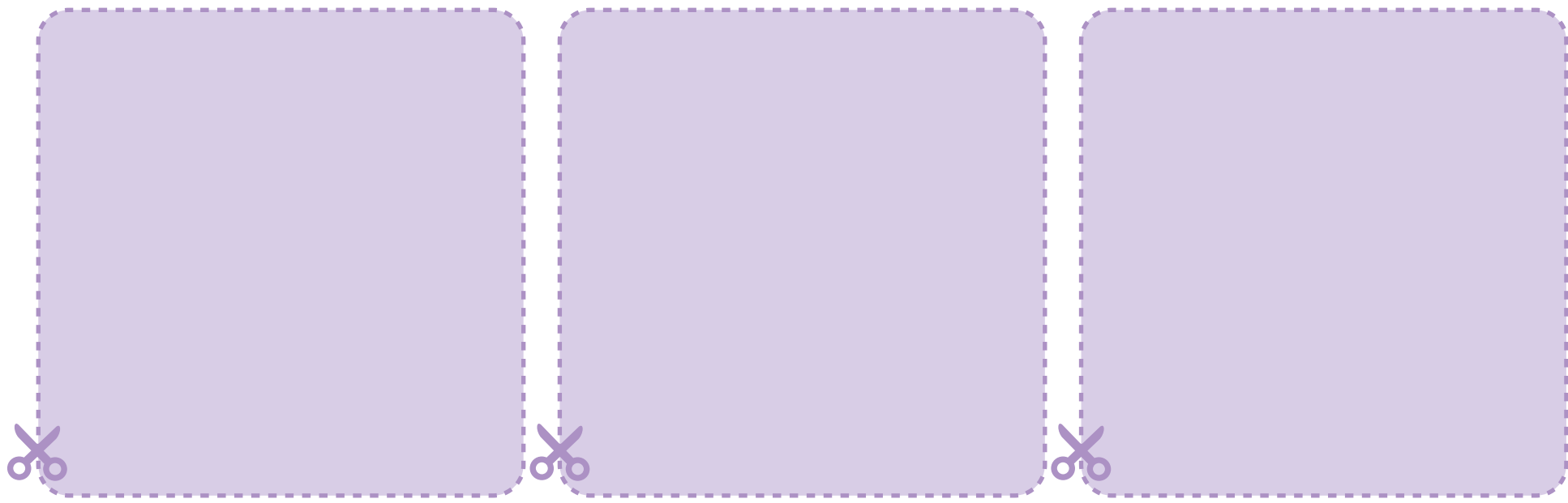
## Propósito

Reconoceré acciones que a veces me alejan de mis amigas y amigos.



**Observo con atención.** Recorto las figuras y, en la página 41, las pego en el orden que corresponde.





Aquí pego en orden las figuras.

Javier y Pedro son buenos amigos.

Pero a veces en el juego se pelean.

Después no quieren hablarse.



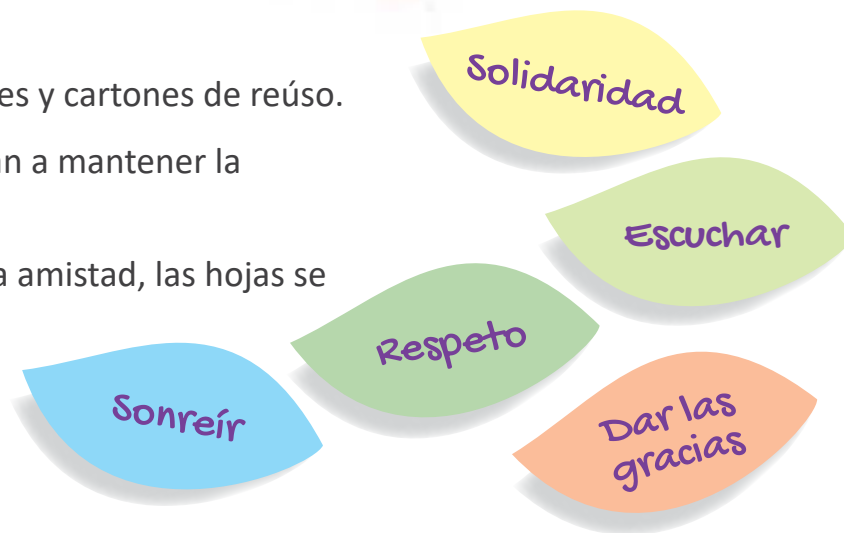
Leo y converso con la profesora o el profesor.

- ¿Qué ha pasado en estas imágenes?
- ¿Qué sucede con los amigos? ¿Por qué?
- Luego de lo ocurrido, ¿seguirán siendo amigos? ¿Por qué?



## Trabajamos en equipos.

- Elaboramos el árbol de la amistad en cada grupo. Usamos papeles y cartones de reúso.
- Dibujamos las hojas y escribimos en ellas las palabras que ayudan a mantener la amistad. Las colocamos en las ramas del árbol.
- Cada vez que realicemos una acción que no permita mantener la amistad, las hojas se irán cayendo.
- Procuremos que nuestro árbol esté siempre lleno de hojas.



## Compartimos en familia.

- Elaboramos en casa un árbol de la amistad.
- Pegamos en las ramas las hojas que tienen escritas las palabras que nos ayudan a mantener la amistad con las personas de nuestra familia.

# Toda la familia colabora

Leo con la profesora o el profesor el propósito de esta ficha.

## Propósito

Reconoceré la importancia de compartir en familia las tareas de la casa.



Leo con ayuda de la profesora o el profesor.

Mi papá y mi mamá cocinan. Hoy comí una causa de atún que preparó mi papá. Le sale muy rica.



En mi casa también cocinan mi mamá y mi papá. A mi papá le gusta cocinar tallarines y mi mamá prepara unas ricas ensaladas.



Hoy me toca lavar los platos y mi hermana los secará.



Mañana yo los lavaré y mi hermano los secará. Nos turnamos.



Leo y converso con la profesora o el profesor.

- ¿Qué sucede en la primera escena? Según la niña y el niño, ¿quiénes cocinan?
- ¿Qué ocurre en la segunda escena? ¿Cómo se turnan para lavar los platos?



## Recuerdo.

- ¿Qué tareas de la casa realizamos en familia? ¿Quiénes las llevan a cabo?
- ¿Cómo se distribuyen las tareas de la casa en mi familia?



Escribo el nombre de mis familiares y dibujo cómo hacen las tareas de la casa.

Green header bar with a dashed line for writing.

Large rounded rectangular box for drawing.

Green header bar with a dashed line for writing.

Large rounded rectangular box for drawing.

Green header bar with a dashed line for writing.

Large rounded rectangular box for drawing.

Green header bar with a dashed line for writing.

Large rounded rectangular box for drawing.



Dialogo con mis compañeras y compañeros sobre qué actividades podemos realizar en casa; luego marco con un aspa (X) las que yo puedo hacer en mi hogar.



Compartimos en familia.

- Con ayuda de nuestra familia, dibujamos una de las tareas de la casa que hacemos juntos.

# Diferentes, pero iguales

Leo con la profesora o el profesor el propósito de esta ficha.



Leo con ayuda de la profesora o el profesor.



**Propósito**  
Aprenderé a respetar a mis compañeras y compañeros por igual.

En una escuela del bosque, la profesora Osa de Anteojos ha dejado un trabajo en equipo.

Ardilla, Liebre, Zorro y Tortuga, formen un equipo. Busquen un lugar para trabajar.



En el bosque, el equipo busca un lugar para trabajar.

Ardilla, Zorro y Tortuga, ¿qué tal si hacemos el trabajo en la parte alta del árbol?

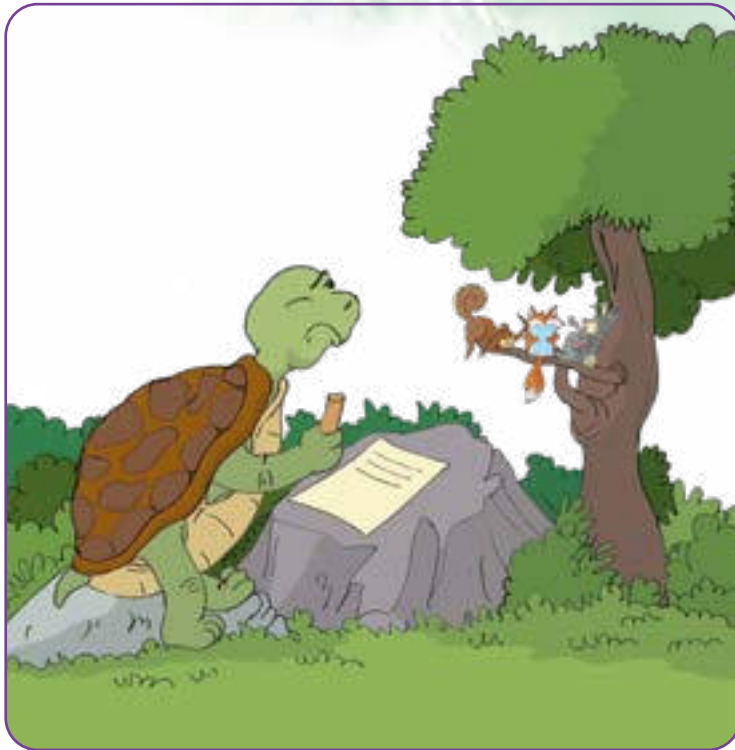
Sí, ahí hay más luz y menos bulla.

Pero yo no puedo subir, mejor lo hacemos cerca del río.

No te preocupes, Tortuga. Liebre, Zorro y yo trabajamos arriba y tú trabajas abajo.







¿Por qué el equipo no está trabajando unido?



Es que queremos buscar un espacio tranquilo.

¿Cómo creen que se siente Tortuga?



### Leo y converso con la profesora o el profesor.

- ¿Quiénes son los personajes de la historia?
- ¿Qué opinas de lo que dicen el zorro, la ardilla y la liebre?
- ¿Cómo se siente la tortuga? ¿Por qué?
- ¿Alguna vez te has sentido como la tortuga?

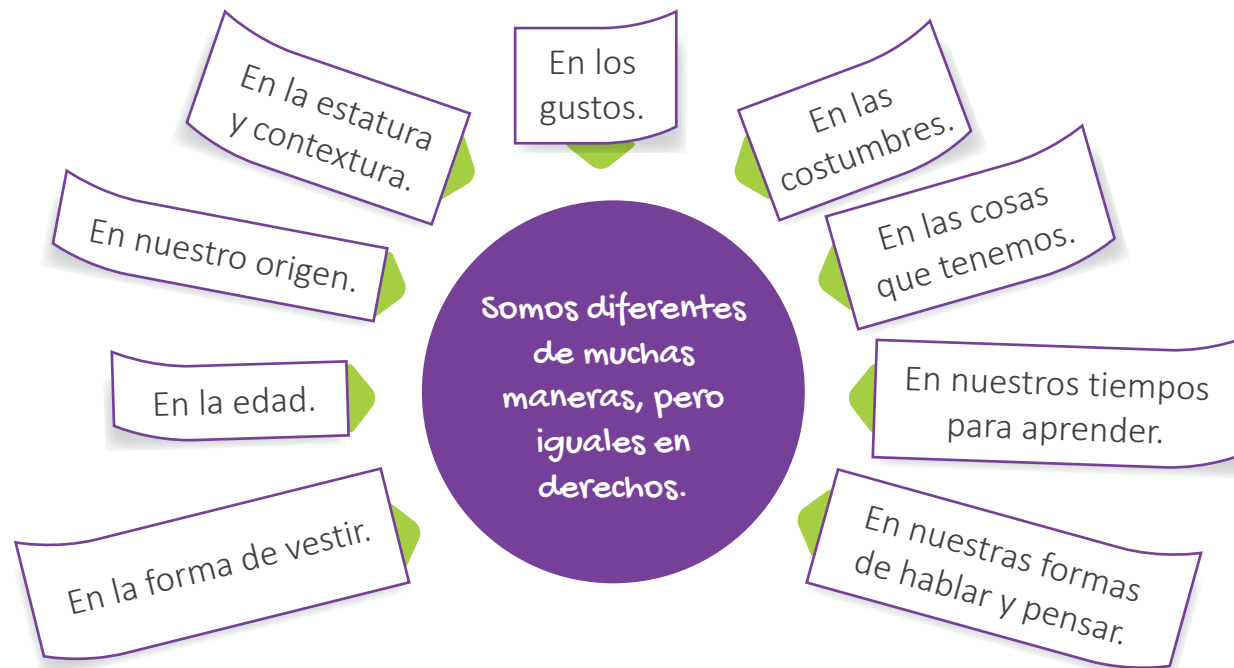


## Reflexiono.

- ¿Alguna vez hemos visto que se deja de lado a una compañera o un compañero?
- ¿Cuál habrá sido el motivo?
- ¿Qué podemos hacer en esas situaciones?



## Leo con ayuda de la profesora o el profesor.



- Luego de leer, pintamos los carteles que dicen aquello en lo que somos diferentes.



## Trabajamos en equipo.

Con ayuda de la profesora o el profesor, elaboramos guirnaldas de papel con frases relacionadas con la igualdad de derechos entre compañeras y compañeros.

### Pasos:

1

Recibimos el molde que nos brindará la profesora o el profesor. También pueden ser otros moldes, como de figuras geométricas, animales, estrellas, etc.

2

Delineamos la forma del molde en varias hojas de papel de periódico y las recortamos.

3

Escribimos en una tira de papel la siguiente frase: “Somos diferentes y nos respetamos”, la cual pegamos a la figura recortada, tal como se observa en el ejemplo. En los demás moldes, escribimos otras frases.

Somos diferentes y nos respetamos.

4

Doblamos una de las esquinas de cada una de las figuras recortadas y las pegamos con cinta a un cordel.

5

Decoramos nuestra aula con las guirnaldas de todos los grupos.



## Compartimos en familia.

- Dialogamos con nuestros familiares sobre si hemos pasado por una situación similar a la de la tortuga del texto inicial, cómo nos sentimos en ese momento y qué fue lo que pasó después.
- Animamos a nuestra familia a elaborar un cartel con una frase relacionada con la igualdad de derechos entre hombres y mujeres, luego lo colocaremos en un lugar visible de la casa.



Enfrentamos las  
situaciones que  
nos afectan

# Seguridad y protección en todo momento

Leo con la profesora o el profesor el propósito de esta ficha.



Observo con atención.



**Propósito**  
Reconoceré situaciones de peligro y actuaré adecuadamente ante ellas.



Leo y converso con la profesora o el profesor.

- ¿Qué observas en las imágenes?
- ¿Crees que las niñas y los niños están en una situación de peligro?, ¿por qué?
- ¿Qué les dirías a las niñas y los niños para que eviten correr peligro?
- ¿Quién o quiénes pueden ayudarlos?



Dibujó una situación en la que esté con una persona con la que me sienta segura o seguro en la casa o en la calle.



Pinto las situaciones en las que me sienta protegida o protegido.



Converso con la profesora o el profesor.

- ¿Por qué me siento protegida o protegido en esas situaciones?



Compartimos en familia.

- Conversamos con nuestra familia sobre cómo protegernos de los peligros en casa.
- También dialogamos acerca de la manera de cuidarnos cuando salimos a la calle.



# Mi persona de confianza

Leo con la profesora o el profesor el propósito de esta ficha.



Observamos con atención.

Cuando tengo un mal sueño, sé que puedo contarte a mi mamá, papá o algún familiar porque me abrazarán y me sentiré mejor.



Cuando me duele mi barriga, mi persona de confianza es mi abuelita porque ella sabe cómo hacer que el dolor desaparezca.



Propósito  
Reconoceré a las personas en quienes puedo confiar.



## Jugamos en equipo al "lazarillo".

### Pasos para jugar:

1

Salimos al patio del colegio y nos agrupamos de a dos.

2

Elegimos por sorteo a quien se vendará los ojos.

3

Por distintas zonas cercanas al patio, la niña o el niño que no tenga los ojos vendados guiará a la niña o al niño de los ojos cubiertos y cuidará que no tropiece o se golpee.

4

La niña o el niño que tenga los ojos vendados se dejará guiar.

5

Jugamos nuevamente, pero ahora cambiando los roles.



## Leo y converso con la profesora o el profesor.

- ¿Cómo me he sentido en el juego?
- ¿Qué rol me gustó más? ¿Por qué?
- ¿Tuve temor cuando me estaban guiando? ¿Por qué?



Pinto las imágenes que representan a personas en las cuales puedo confiar.



Leo y converso con la profesora o el profesor.

- ¿En qué lugares se encuentran las niñas y los niños?
- ¿Quiénes acompañan a las niñas y los niños?
- ¿Son personas de confianza? ¿Cómo lo sé?



Leo con ayuda de la profesora o el profesor las frases que se encuentran alrededor del corazón.

me hacen sentir mal.

me protegen.

me tratan bien.

me explican con paciencia lo que debo hacer.

me cuidan de los peligros.

me dan miedo.

me insultan.

Las personas de confianza

me escuchan.

me amenazan y gritan.

me respetan.

- Luego de leer los carteles, pinto las frases que tienen relación con las personas de mi confianza.



Me dibujo y pinto junto a la persona en la que más confío, y escribo su nombre.

A large, empty rectangular box with rounded corners and a thin purple border, intended for drawing and writing.



Compartimos en familia.

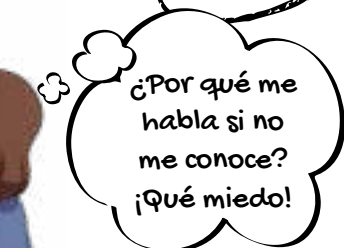
- Comentamos en familia sobre quiénes son nuestras personas de confianza y cómo nos hacen sentir.
- También comentamos acerca de las personas a las que podemos pedir ayuda en caso de necesitarla.

# Esto me incomoda

Leo con la profesora o el profesor el propósito de esta ficha.



Observo con atención.



Dialogo con mis compañeras y compañeros.

- ¿Qué está pasando en las diferentes escenas de arriba?
- ¿Hemos visto que algo parecido haya ocurrido en la escuela o en el barrio?
- ¿Cómo crees que se han sentido las niñas y el niño?
- ¿Por qué creen que sintieron esa emoción?
- Si les hubiera sucedido a ustedes, ¿qué hubieran hecho?
- ¿Ustedes saben a quién acudir si en alguna ocasión ven o les sucede una situación igual?



Si recuerdo alguna situación que me ha hecho sentir incómoda o incómodo, la dibujo.

A large, empty rounded rectangle with a thin purple border, occupying the central and lower portion of the page. It is intended for the user to draw a situation that made them feel uncomfortable.



Leo y converso con la profesora o el profesor.

### Hay que actuar

Las **situaciones incómodas** se deben detener desde el inicio. Busca ayuda. Cuéntaselo a la persona en quien confíes, pues te ayudará. Nunca debes callar.

Aprende a decir **¡NO!**




Reflexiono sobre las oraciones que están escritas en los recuadros y dibujo una carita feliz 😊 si me siento bien, o una carita enojada 😡 si no me siento bien.



Con ayuda de mi profesora o profesor, pienso y luego escribo una situación que me incomoda o no, de acuerdo con la carita.



Mi mamá me da un abrazo.



-----

-----



Mi amiga me abraza porque estoy llorando.





-----

-----

Mi tía me trae  
un regalo.

Un chico mayor quiere  
que le dé mi lonchera.

Se agarran mis  
cosas sin permiso.



-----

-----

Un extraño me  
regala dulces.



-----

-----

Me llaman por un apodo  
y no por mi nombre.

Se ríen porque  
hablo diferente.



## Trabajamos en equipo.

- Escribimos en los recuadros de abajo una situación cómoda y otra incómoda.
- Luego, las comentamos con la ayuda de la profesora o el profesor.



Situación cómoda: .....

.....

.....

.....

.....



Situación incómoda: .....

.....

.....

.....



## Compartimos en familia.

- Conversamos en familia sobre algunas situaciones que nos han incomodado.
- Decidimos qué podemos hacer para que estas situaciones no vuelvan a ocurrir.

# CARTA DEMOCRÁTICA INTERAMERICANA

## I La democracia y el sistema interamericano

**Artículo 1**  
Los pueblos de América tienen derecho a la democracia y sus gobiernos la obligación de promoverla y defenderla. La democracia es esencial para el desarrollo social, político y económico de los pueblos de las Américas.

**Artículo 2**  
El ejercicio efectivo de la democracia representativa es la base del estado de derecho y los regímenes constitucionales de los Estados Miembros de la Organización de los Estados Americanos. La democracia representativa se refuerza y profundiza con la participación permanente, ética y responsable de la ciudadanía en un marco de legalidad conforme al respectivo orden constitucional.

**Artículo 3**  
Son elementos esenciales de la democracia representativa, entre otros, el respeto a los derechos humanos y las libertades fundamentales; el acceso al poder y su ejercicio con sujeción al estado de derecho; la celebración de elecciones periódicas, libres, justas y basadas en el sufragio universal y secreto como expresión de la soberanía del pueblo; el régimen plural de partidos y organizaciones políticas; y la separación e independencia de los poderes públicos.

**Artículo 4**  
Son componentes fundamentales del ejercicio de la democracia la transparencia de las actividades gubernamentales, la probidad, la responsabilidad de los gobiernos en la gestión pública, el respeto por los derechos sociales y la libertad de expresión y de prensa. La subordinación constitucional de todas las instituciones del Estado a la autoridad civil legalmente constituida y el respeto al estado de derecho de todas las entidades y sectores de la sociedad son igualmente fundamentales para la democracia.

**Artículo 5**  
El fortalecimiento de los partidos y de otras organizaciones políticas es prioritario para la democracia. Se deberá prestar atención especial a la problemática derivada de los altos costos de las campañas electorales y al establecimiento de un régimen equilibrado y transparente de financiación de sus actividades.

**Artículo 6**  
La participación de la ciudadanía en las decisiones relativas a su propio desarrollo es un derecho y una responsabilidad. Es también una condición necesaria para el pleno y efectivo ejercicio de la democracia. Promover y fomentar diversas formas de participación fortalece la democracia.

## II La democracia y los derechos humanos

**Artículo 7**  
La democracia es indispensable para el ejercicio efectivo de las libertades fundamentales y los derechos humanos, en su carácter universal, indivisible e interdependiente, consagrados en las respectivas constituciones de los Estados y en los instrumentos interamericanos e internacionales de derechos humanos.

**Artículo 8**  
Cualquier persona o grupo de personas que consideren que sus derechos humanos han sido violados pueden interponer denuncias o peticiones ante el sistema interamericano de promoción y protección de los derechos humanos en los procedimientos establecidos en el mismo. Los Estados Miembros reafirman su intención de fortalecer el sistema interamericano de protección de los derechos humanos para la consolidación de la democracia en el Hemisferio.

**Artículo 9**  
La eliminación de toda forma de discriminación, especialmente la discriminación de género, étnica y racial, y de las diversas formas de intolerancia, así como la promoción y protección de los derechos humanos de los pueblos indígenas y los migrantes y el respeto a la diversidad étnica, cultural y religiosa en las Américas, contribuyen al fortalecimiento de la democracia y la participación ciudadana.

**Artículo 10**  
La promoción y el fortalecimiento de la democracia requieren el ejercicio pleno y eficaz de los derechos de los trabajadores y la aplicación de normas laborales básicas, tal como están consagradas en la Declaración de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) relativa a los Principios y Derechos Fundamentales en el Trabajo y su Seguimiento, adoptada en 1998, así como en otras convenciones básicas afines de la OIT. La democracia se fortalece con el mejoramiento de las condiciones laborales y la calidad de vida de los trabajadores del Hemisferio.

## III Democracia, desarrollo integral y combate a la pobreza

**Artículo 11**  
La democracia y el desarrollo económico y social son interdependientes y se refuerzan mutuamente.

**Artículo 12**  
La pobreza, el analfabetismo y los bajos niveles de desarrollo humano son factores que inciden negativamente en la consolidación de la democracia. Los Estados Miembros de la OEA se comprometen a adoptar y ejecutar todas las acciones necesarias para la creación de empleo productivo, la reducción de la pobreza y la erradicación de la pobreza extrema, teniendo en cuenta las diferentes realidades y condiciones económicas de los países del Hemisferio. Este compromiso común frente a los problemas del desarrollo y la pobreza también destaca la importancia de mantener los equilibrios macroeconómicos y el imperativo de fortalecer la cohesión social y la democracia.

**Artículo 13**  
La promoción y observancia de los derechos económicos, sociales y culturales son consustanciales al desarrollo integral, al crecimiento económico con equidad y a la consolidación de la democracia en los Estados del Hemisferio.

**Artículo 14**  
Los Estados Miembros acuerdan examinar periódicamente las acciones adoptadas y ejecutadas por la Organización encaminadas a fomentar el diálogo, la cooperación para el desarrollo integral y el combate a la pobreza en el Hemisferio, y tomar las medidas oportunas para promover estos objetivos.

**Artículo 15**  
El ejercicio de la democracia facilita la preservación y el manejo adecuado del medio ambiente. Es esencial que los Estados del Hemisferio implementen políticas y estrategias de protección del medio ambiente, respetando los diversos tratados y convenciones, para lograr un desarrollo sostenible en beneficio de las futuras generaciones.

**Artículo 16**  
La educación es clave para fortalecer las instituciones democráticas, promover el desarrollo del potencial humano y el alivio de la pobreza y fomentar un entendimiento entre los pueblos. Para lograr estas metas, es esencial que una educación de calidad esté al alcance de todos, incluyendo a las niñas y las mujeres, los habitantes de las zonas rurales y las personas que pertenecen a las minorías.

## IV Fortalecimiento y preservación de la institucionalidad democrática

**Artículo 17**  
Cuando el gobierno de un Estado Miembro considere que está en riesgo su proceso político institucional democrático o su legítimo ejercicio del poder, podrá recurrir al Secretario General o al Consejo Permanente a fin de solicitar asistencia para el fortalecimiento y preservación de la institucionalidad democrática.

## Artículo 18

Cuando en un Estado Miembro se produzcan situaciones que pudieran afectar el desarrollo del proceso político institucional democrático o el legítimo ejercicio del poder, el Secretario General o el Consejo Permanente podrá, con el consentimiento previo del gobierno afectado, disponer visitas y otras gestiones con la finalidad de hacer un análisis de la situación. El Secretario General elevará un informe al Consejo Permanente, y éste realizará una apreciación colectiva de la situación y, en caso necesario, podrá adoptar decisiones dirigidas a la preservación de la institucionalidad democrática y su fortalecimiento.

## Artículo 19

Basado en los principios de la Carta de la OEA y con sujeción a sus normas, y en concordancia con la cláusula democrática contenida en la Declaración de la ciudad de Quebec, la ruptura del orden democrático o una alteración del orden constitucional que afecte gravemente el orden democrático en un Estado Miembro constituye, mientras persista, un obstáculo insuperable para la participación de su gobierno en las sesiones de la Asamblea General, de la Reunión de Consulta, de los Consejos de la Organización y de las conferencias especializadas, de las comisiones, grupos de trabajo y demás órganos de la Organización.

## Artículo 20

En caso de que en un Estado Miembro se produzca una alteración del orden constitucional que afecte gravemente su orden democrático, cualquier Estado Miembro o el Secretario General podrá solicitar la convocatoria inmediata del Consejo Permanente para realizar una apreciación colectiva de la situación y adoptar las decisiones que estime conveniente.

El Consejo Permanente, según la situación, podrá disponer la realización de las gestiones diplomáticas necesarias, incluidos los buenos oficios, para promover la normalización de la institucionalidad democrática.

Si las gestiones diplomáticas resultaren infructuosas o si la urgencia del caso lo aconsejare, el Consejo Permanente convocará de inmediato un período extraordinario de sesiones de la Asamblea General para que ésta adopte las decisiones que estime apropiadas, incluyendo gestiones diplomáticas, conforme a la Carta de la Organización, el derecho internacional y las disposiciones de la presente Carta Democrática.

Durante el proceso se realizarán las gestiones diplomáticas necesarias, incluidos los buenos oficios, para promover la normalización de la institucionalidad democrática.

## Artículo 21

Cuando la Asamblea General, convocada a un período extraordinario de sesiones, constate que se ha producido la ruptura del orden democrático en un Estado Miembro y que las gestiones diplomáticas han sido infructuosas, conforme a la Carta de la OEA tomará la decisión de suspender a dicho Estado Miembro del ejercicio de su derecho de participación en la OEA con el voto afirmativo de los dos tercios de los Estados Miembros. La suspensión entrará en vigor de inmediato. El Estado Miembro que hubiera sido objeto de suspensión deberá continuar observando el cumplimiento de sus obligaciones como miembro de la Organización, en particular en materia de derechos humanos.

Adoptada la decisión de suspender a un gobierno, la Organización mantendrá sus gestiones diplomáticas para el restablecimiento de la democracia en el Estado Miembro afectado.

## Artículo 22

Una vez superada la situación que motivó la suspensión, cualquier Estado Miembro o el Secretario General podrá proponer a la Asamblea General el levantamiento de la suspensión. Esta decisión se adoptará por el voto de los dos tercios de los Estados Miembros, de acuerdo con la Carta de la OEA.

## V La democracia y las misiones de observación electoral

### Artículo 23

Los Estados Miembros son los responsables de organizar, llevar a cabo y garantizar procesos electorales libres y justos. Los Estados Miembros, en ejercicio de su soberanía, podrán solicitar a la OEA asesoramiento o asistencia para el fortalecimiento y desarrollo de sus instituciones y procesos electorales, incluido el envío de misiones preliminares para ese propósito.

### Artículo 24

Las misiones de observación electoral se llevarán a cabo por solicitud del Estado Miembro interesado. Con tal finalidad, el gobierno de dicho Estado y el Secretario General celebrarán un convenio que determine el alcance y la cobertura de la misión de observación electoral de que se trate. El Estado Miembro deberá garantizar las condiciones de seguridad, libre acceso a la información y amplia cooperación con la misión de observación electoral.

Las misiones de observación electoral se realizarán de conformidad con los principios y normas de la OEA. La Organización deberá asegurar la eficacia e independencia de estas misiones, para lo cual se las dotará de los recursos necesarios. Las misiones se realizarán de forma objetiva, imparcial y transparente, y con la capacidad técnica apropiada.

Las misiones de observación electoral presentarán oportunamente al Consejo Permanente, a través de la Secretaría General, los informes sobre sus actividades.

### Artículo 25

Las misiones de observación electoral deberán informar al Consejo Permanente, a través de la Secretaría General, si no existiesen las condiciones necesarias para la realización de elecciones libres y justas.

La OEA podrá enviar, con el acuerdo del Estado interesado, misiones especiales a fin de contribuir a crear o mejorar dichas condiciones.

## VI Promoción de la cultura democrática

### Artículo 26

La OEA continuará desarrollando programas y actividades dirigidos a promover los principios y prácticas democráticas y fortalecer la cultura democrática en el Hemisferio, considerando que la democracia es un sistema de vida fundado en la libertad y el mejoramiento económico, social y cultural de los pueblos. La OEA mantendrá consultas y cooperación continua con los Estados Miembros, tomando en cuenta los aportes de organizaciones de la sociedad civil que trabajen en esos ámbitos.

### Artículo 27

Los programas y actividades se dirigirán a promover la gobernabilidad, la buena gestión, los valores democráticos y el fortalecimiento de la institucionalidad política y de las organizaciones de la sociedad civil. Se prestará atención especial al desarrollo de programas y actividades para la educación de la niñez y la juventud como forma de asegurar la permanencia de los valores democráticos, incluidas la libertad y la justicia social.

### Artículo 28

Los Estados promoverán la plena e igualitaria participación de la mujer en las estructuras políticas de sus respectivos países como elemento fundamental para la promoción y ejercicio de la cultura democrática.

# EL ACUERDO NACIONAL

El 22 de julio de 2002, los representantes de las organizaciones políticas, religiosas, del Gobierno y de la sociedad civil firmaron el compromiso de trabajar todos, para conseguir el bienestar y desarrollo del país. Este compromiso es el Acuerdo Nacional.

El Acuerdo persigue cuatro objetivos fundamentales. Para alcanzarlos, todos los peruanos de buena voluntad tenemos, desde el lugar que ocupemos o el rol que desempeñemos, el deber y la responsabilidad de decidir, ejecutar, vigilar o defender los compromisos asumidos. Estos son tan importantes que serán respetados como políticas permanentes para el futuro.

Por esta razón, como niños, niñas, adolescentes o adultos, ya sea como estudiantes o trabajadores, debemos promover y fortalecer acciones que garanticen el cumplimiento de esos cuatro objetivos que son los siguientes:

## 1. Democracia y Estado de Derecho

La justicia, la paz y el desarrollo que necesitamos los peruanos sólo se pueden dar si conseguimos una verdadera democracia. El compromiso del Acuerdo Nacional es garantizar una sociedad en la que los derechos son respetados y los ciudadanos viven seguros y expresan con libertad sus opiniones a partir del diálogo abierto y enriquecedor; decidiendo lo mejor para el país.

## 2. Equidad y Justicia Social

Para poder construir nuestra democracia, es necesario que cada una de las

personas que conformamos esta sociedad, nos sintamos parte de ella. Con este fin, el Acuerdo promoverá el acceso a las oportunidades económicas, sociales, culturales y políticas. Todos los peruanos tenemos derecho a un empleo digno, a una educación de calidad, a una salud integral, a un lugar para vivir. Así, alcanzaremos el desarrollo pleno.

## 3. Competitividad del País

Para afianzar la economía, el Acuerdo se compromete a fomentar el espíritu de competitividad en las empresas, es decir, mejorar la calidad de los productos y servicios, asegurar el acceso a la formalización de las pequeñas empresas y sumar esfuerzos para fomentar la colocación de nuestros productos en los mercados internacionales.

## 4. Estado Eficiente, Transparente y Descentralizado

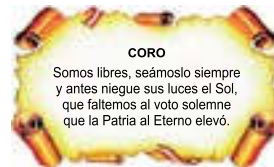
Es de vital importancia que el Estado cumpla con sus obligaciones de manera eficiente y transparente para ponerse al servicio de todos los peruanos. El Acuerdo se compromete a modernizar la administración pública, desarrollar instrumentos que eliminen la corrupción o el uso indebido del poder. Asimismo, descentralizar el poder y la economía para asegurar que el Estado sirva a todos los peruanos sin excepción.

Mediante el Acuerdo Nacional nos comprometemos a desarrollar maneras de controlar el cumplimiento de estas políticas de Estado, a brindar apoyo y difundir constantemente sus acciones a la sociedad en general.

## SÍMBOLOS DE LA PATRIA



Bandera Nacional



Himno Nacional



Escudo Nacional

## DECLARACIÓN UNIVERSAL DE LOS DERECHOS HUMANOS

El 10 de diciembre de 1948, la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó y proclamó la Declaración Universal de Derechos Humanos, cuyos artículos figuran a continuación:

### Artículo 1

Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y (...) deben comportarse fraternalmente los unos con los otros.

### Artículo 2

Toda persona tiene todos los derechos y libertades proclamados en esta Declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición.

Además, no se hará distinción alguna fundada en la condición política, jurídica o internacional del país o territorio de cuya jurisdicción dependa una persona (...).

### Artículo 3

Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.

### Artículo 4

Nadie estará sometido a esclavitud ni a servidumbre, la esclavitud y la trata de esclavos están prohibidas en todas sus formas.

### Artículo 5

Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.

### Artículo 6

Todo ser humano tiene derecho, en todas partes, al reconocimiento de su personalidad jurídica.

### Artículo 7

Todos son iguales ante la ley y tienen, sin distinción, derecho a igual protección de la ley. Todos tienen derecho a igual protección contra toda discriminación que infrinja esta Declaración (...).

### Artículo 8

Toda persona tiene derecho a un recurso efectivo, ante los tribunales nacionales competentes, que la ampare contra actos que violen sus derechos fundamentales (...).

### Artículo 9

Nadie podrá ser arbitrariamente detenido, preso ni desterrado.

### Artículo 10

Toda persona tiene derecho, en condiciones de plena igualdad, a ser oída públicamente y con justicia por un tribunal independiente e imparcial, para la determinación de sus derechos y obligaciones o para el examen de cualquier acusación contra ella en materia penal.

### Artículo 11

1. Toda persona acusada de delito tiene derecho a que se presuma su inocencia mientras no se pruebe su culpabilidad (...).

2. Nadie será condenado por actos u omisiones que en el momento de cometerse no fueron delictivos según el Derecho nacional o internacional. Tampoco se impondrá pena más grave que la aplicable en el momento de la comisión del delito.

### Artículo 12

Nadie será objeto de injerencias arbitrarias en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques a su honra o a su reputación. Toda persona tiene derecho a la protección de la ley contra tales injerencias o ataques.

### Artículo 13

1. Toda persona tiene derecho a circular libremente y a elegir su residencia en el territorio de un Estado.

2. Toda persona tiene derecho a salir de cualquier país, incluso del propio, y a regresar a su país.

### Artículo 14

1. En caso de persecución, toda persona tiene derecho a buscar asilo, y a disfrutar de él, en cualquier país.

2. Este derecho no podrá ser invocado contra una acción judicial realmente originada por delitos comunes o por actos opuestos a los propósitos y principios de las Naciones Unidas.

### Artículo 15

1. Toda persona tiene derecho a una nacionalidad.

2. A nadie se privará arbitrariamente de su nacionalidad ni del derecho a cambiar de nacionalidad.

### Artículo 16

1. Los hombres y las mujeres, a partir de la edad núbil, tienen derecho, sin restricción alguna por motivos de raza, nacionalidad o religión, a casarse y fundar una familia (...).

2. Sólo mediante libre y pleno consentimiento de los futuros esposos podrá contraerse el matrimonio.

3. La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado.

### Artículo 17

1. Toda persona tiene derecho a la propiedad, individual y colectivamente.

2. Nadie será privado arbitrariamente de su propiedad.

### Artículo 18

Toda persona tiene derecho a la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión (...).

### Artículo 19

Todo individuo tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión (...).

### Artículo 20

1. Toda persona tiene derecho a la libertad de reunión y de asociación pacíficas.

2. Nadie podrá ser obligado a pertenecer a una asociación.

### Artículo 21

1. Toda persona tiene derecho a participar en el gobierno de su país, directamente o por medio de representantes libremente escogidos.

2. Toda persona tiene el derecho de acceso, en condiciones de igualdad, a las funciones públicas de su país.

3. La voluntad del pueblo es la base de la autoridad del poder público; esta voluntad se expresará mediante elecciones auténticas que habrán de celebrarse periódicamente, por sufragio universal e igual y por voto secreto u otro procedimiento equivalente que garantice la libertad del voto.

### Artículo 22

Toda persona (...) tiene derecho a la seguridad social, y a obtener (...) habida cuenta de la organización y los recursos de cada Estado, la satisfacción de los derechos económicos, sociales y culturales, indispensables a su dignidad y al libre desarrollo de su personalidad.

### Artículo 23

1. Toda persona tiene derecho al trabajo, a la libre elección de su trabajo, a condiciones equitativas y satisfactorias de trabajo y a la protección contra el desempleo.

2. Toda persona tiene derecho, sin discriminación alguna, a igual salario por trabajo igual.

3. Toda persona que trabaja tiene derecho a una remuneración equitativa y satisfactoria, que le asegure, así como a su familia, una existencia conforme a la dignidad humana y que será completada, en caso necesario, por cualesquiera otros medios de protección social.

4. Toda persona tiene derecho a fundar sindicatos y a sindicarse para la defensa de sus intereses.

### Artículo 24

Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas.

### Artículo 25

1. Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios; tiene asimismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, vejez u otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad.

2. La maternidad y la infancia tienen derecho a cuidados y asistencia especiales. Todos los niños, nacidos de matrimonio o fuera de matrimonio, tienen derecho a igual protección social.

### Artículo 26

1. Toda persona tiene derecho a la educación. La educación debe ser gratuita, al menos en lo concerniente a la instrucción elemental y fundamental. La instrucción elemental será obligatoria. La instrucción técnica y profesional habrá de ser generalizada; el acceso a los estudios superiores será igual para todos, en función de los méritos respectivos.

2. La educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales; favorecerá la comprensión, la tolerancia y la amistad entre todas las naciones y todos los grupos étnicos o religiosos, y promoverá el desarrollo de las actividades de las Naciones Unidas para el mantenimiento de la paz.

3. Los padres tendrán derecho preferente a escoger el tipo de educación que habrá de darse a sus hijos.

### Artículo 27

1. Toda persona tiene derecho a tomar parte libremente en la vida cultural de la comunidad, a gozar de las artes y a participar en el progreso científico y en los beneficios que de él resulten.

2. Toda persona tiene derecho a la protección de los intereses morales y materiales que le correspondan por razón de las producciones científicas, literarias o artísticas de que sea autora.

### Artículo 28

Toda persona tiene derecho a que se establezca un orden social e internacional en el que los derechos y libertades proclamados en esta Declaración se hagan plenamente efectivos.

### Artículo 29

1. Toda persona tiene deberes respecto a la comunidad (...).

2. En el ejercicio de sus derechos y en el disfrute de sus libertades, toda persona estará solamente sujeta a las limitaciones establecidas por la ley con el único fin de asegurar el reconocimiento y el respeto de los derechos y libertades de los demás, y de satisfacer las justas exigencias de la moral, del orden público y del bienestar general en una sociedad democrática.

3. Estos derechos y libertades no podrán, en ningún caso, ser ejercidos en oposición a los propósitos y principios de las Naciones Unidas.

### Artículo 30

Nada en esta Declaración podrá interpretarse en el sentido de que confiere derecho alguno al Estado, a un grupo o a una persona, para emprender y desarrollar actividades (...) tendientes a la supresión de cualquiera de los derechos y libertades proclamados en esta Declaración.