

# Manifiesto de infancia y adolescencia **2022**

## NUESTRO FUTURO, NUESTRAS IDEAS

Colaboran:



Financian:





Gracias al esfuerzo de muchos niños, niñas y adolescentes, finalmente nos hemos reunido en Cáceres para tratar nuestras preocupaciones y temas que nos afectan y poder plantear soluciones. **Estas son nuestras conclusiones y propuestas.**



# SALUD MENTAL

Entendemos la salud mental como estar bien con uno o una misma. En función de cómo se siente una persona, afecta a su forma de ser, de estar y de ver la realidad. Hablar de salud mental no está tan normalizado como romperse un pie, es todavía un tabú y vemos que no se puede hablar abiertamente con todas las personas; básicamente porque no se ve igual que como cuando se tiene un problema de salud física. No se entienden las cuestiones relacionadas con la salud mental.

Sentimos que hay personas que piensan que cuando hablamos de salud mental, piensan que se hace para llamar la atención y no le dan importancia.

Hay aspectos que perjudican el estado mental de una persona, como el bullying y comentarios hirientes. Además, con la pandemia vemos que han aumentado el número de casos de mala salud mental.

Consideramos que los medios de comunicación tienen que dar información sobre el suicidio ya que es algo grave y hay que apoyar en todo lo que se pueda.

Hemos identificado una serie de **“ingredientes”** que afectan a la salud mental, como: la pérdida de un familiar; relacionarse con personas que te hacen sentir mal; recibir críticas negativas sobre ti; deslealtad; presión social; que te pongan un mote; depresión; no pedir ayuda o no aceptarla; no superar las expectativas; sentirte excluido de las amistades; pensar demasiado en cosas negativas; inseguridad; sentirse ignorado; querer ser perfectos; compararse con los demás o no tener en quién confiar.

Creemos que la salud mental es un tema muy importante sobre todo en la etapa de la infancia y adolescencia, que debería tratarse abiertamente, ya desde muy pequeños. Sin embargo, la sociedad lo sigue tratando como un tema tabú y no vemos que haya suficientes recursos para tratarlo.



## Nuestras propuestas

Proponemos la siguiente "receta" para cuidar la salud mental:

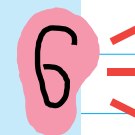
- ✓ Confía más en ti
- ✓ Buscar el apoyo del entorno y de personas cercanas (amigos, familia...)
- ✓ Fortalecer la autoestima
- ✓ Escuchar sin juzgar
- ✓ Tener personas con las que desahogarse
- ✓ Educar desde pequeños en salud mental y también a adultos (especialmente también a profesores y otros profesionales que traten con la infancia y la adolescencia)
- ✓ Dar los recursos necesarios para buscar ayuda
- ✓ El gobierno debe aportar más dinero al ámbito de la salud mental: necesitamos más psicólogos
- ✓ No tener miedo a ser diferente
- ✓ Tener nuestro propio punto de vista, que no venga de los estereotipos
- ✓ Que las distintas localidades ofrezcan distintos medios de ayuda para cuidar la salud mental

## Nuestros compromisos

Nuestros compromisos para cuidar la salud mental están enfocados en: escuchar de verdad a los demás; no juzgar; aprender a querernos; avisar en casos de acoso: debemos notificarlo. Además, tenemos que tomar medidas para parar a quién hace daños a los demás. Es importante protegerse. Recomendamos que pensemos antes de hablar, ya que tenemos que tener cuidado con comentarios que puedan hacer daño a la gente.

En general, tenemos que tener cuidado al aconsejar cuando nos cuenten problemas. Además, si no estamos bien informados, no dar consejos que puedan dañar.

**¡Tenemos que seguir dando voz al tema!**







# EDUCACIÓN



Consideramos que existen muchos factores que afectan a la educación; si no mejoran es complicado que funcione la escuela ideal que debería existir.

Vemos en general que cuando hay cambios en las leyes, existe falta de organización y coordinación, conllevando un estrés en el profesorado, repercutiendo en nuestra educación. Faltaría aumentar el número de profesionales cualificados para trabajar las necesidades especiales de niños y niñas y aulas específicas de apoyo educativo, especialmente en inclusión.

Aún existen barreras arquitectónicas y falta de infraestructuras tan simples como rampas en los centros. Las familias con pocos recursos deberían tener más apoyo para fortalecer además la inclusión social de niñas y niños. Las celebraciones pedagógicas no son inclusivas, por ejemplo, se celebra el día del padre o la madre o el día de las familias y creemos que si no hay familia funcional es triste celebrarlo en la escuela.

Para favorecer la inclusión y la igualdad, creemos en la importancia en educar en feminismo y conocer la terminología; observamos que sigue habiendo desconocimiento de estos términos y siguen existiendo desigualdades de género.

La pandemia ha afectado mucho a personas con problemas en su vínculo familiar. El colegio era su vía de escape y han aumentado sus problemas de socialización. Durante la pandemia, muchos niños y niñas, al cerrar los colegios, se quedaron sin comedores escolares y dejaron de alimentarse regularmente. Las familias que tenían un solo progenitor, tenían que dejar en horario laboral a sus hijos e hijas solos en casa, en muchas ocasiones, ya que antes estaban en el colegio durante ese periodo.



## Nuestras propuestas

- ✓ Planteamos que, en caso de cambiar la legislación educativa, se coordine con los equipos docentes que tienen que reformular los contenidos y el sistema de evaluaciones.
- ✓ Proponemos que, en los centros educativos, haya baños sin identificar al género, donde todas las personas se sientan cómodas para entrar sin ser juzgadas.
- ✓ Queremos que se lleve a cabo la figura del coordinador del bienestar en todos los centros escolares, nos parece muy interesante, pero la mayoría, aún no hemos oído hablar de esta posibilidad. Es importante para prevenir el acoso escolar, nos gustaría que esa figura no se cambie en cada curso escolar y fuera un referente en el centro al que todo el mundo pudiera acudir.
- ✓ Proponemos más apoyo para las personas que están sufriendo problemas de conducta, a raíz de la pandemia, o sienten soledad o les cuesta socializarse. Proponemos que el nivel académico se recupere progresivamente, para que no repercuta la carga excesiva de trabajo.

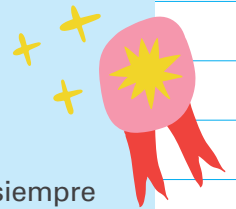
## Nuestros compromisos

Por nuestra parte, nos comprometemos a acoger los cambios legislativos siempre que haya una situación de mejora para nuestro futuro; que no se vean otros intereses involucrados, como por ejemplo, un cambio de gobierno. En resumen, que sea un cambio para la mejora educativa y sin intenciones políticas.

Nos comprometemos a apoyar a las personas que sufran acoso escolar desde nuestros centros, a tener una mirada más abierta para compensar las desigualdades que existan en el ámbito educativo y que se genere una educación más inclusiva.

Nos comprometemos a apoyar a una educación más intercultural, acogiendo a personas de diferentes realidades. Nos comprometemos también a que se fomente una educación de calidad, teniendo más empatía y asegurando el bienestar para evitar el absentismo escolar que a veces sucede por diversos motivos. Creemos que si mostramos apoyo es posible que se eviten algunos sucesos por los que se da el absentismo escolar. Nos gustaría que el sistema se comprometiera en mejorar la situación de aquellos niños y niñas que no tienen recursos para continuar estudiando, más becas y ayudas y más escuelas en sitios donde el trabajo infantil es una realidad.

En resumen, nuestra **escuela ideal** sería aquella en la que existiera respeto y tolerancia, inclusión, respeto por las opiniones de todas y todos, una escuela que esté a favor del medio ambiente, en la que las leyes estén coordinadas por el gobierno junto con sistema docente y apoyo estudiantil. Con más participación dentro de la escuela, accesibilidad en la que existan más infraestructuras y no haya barreras arquitectónicas. En nuestra escuela ideal habrá la enseñanza sobre derechos, se fomentará a la persona como individuo y mayor compañerismo, porque en definitiva es una escuela para todas y todos y de calidad.





## DESIGUALDAD Y POBREZA

Es necesario salir de la burbuja en la que vivimos, ya que solo vemos el mundo desde nuestros privilegios o desde lo que nos muestran. Nos quedamos solo con lo que más nos beneficia y en general no hay suficiente empatía.

Notamos que hay un aumento en los precios y una disminución en los salarios, vemos que cada vez los ricos tienen más y los pobres tienen menos. La vivienda y especialmente, los alquileres, van subiendo, y depende de la zona donde vivas son todavía más caros. Lo más importante es que todos los tipos de ayudas y becas vayan sobretodo dirigidas a las personas con dificultades económicas. Para familias que tienen solo un sueldo al mes, es difícil acceder a libros o a otros materiales necesarios para los niños y niñas, ya que igual tienen que invertirlo en comida.

Además, depende de tus circunstancias y/o cualidades vas a tener más o menos privilegios u oportunidades; estarás más cerca o menos de la "meta" a la que quieras llegar. Una persona que igual tiene menos oportunidades, puede quedarse atrás. Es importante no ponerse limitaciones personales, pero no siempre todos y todas tenemos las mismas posibilidades. Por ejemplo, una persona en silla de ruedas, no puede ser asistente de vuelo, porque no está adaptado, ni pensado el mundo desde su punto de vista.

Si ponemos de nuestra parte, podemos equilibrar la balanza de la desigualdad con propuestas, valores y compromisos.



## Nuestras propuestas

- ✓ Crear más asociaciones para ayudar a las personas que más lo necesiten en España, fomentando campañas en los centros educativos para que aumente el apoyo de las familias con ropa, comida.
- ✓ Bajada de sueldos y subida de impuestos a las personas más favorecidas económicamente.
- ✓ Que los gobiernos sean más flexibles con la aceptación de las becas; que se tenga más en cuenta el esfuerzo, que el resultado, con un mínimo de nota.
- ✓ Informar del origen de la ropa que compramos y de su destino cuando se dona. Fomentar el uso de la ropa de segunda mano, y que se pueda facilitar la donación, con contenedores de recolección con frecuencia en la recogida de la ropa.
- ✓ Dar charlas en los centros educativos para informar a las familias y niños y niñas de todos los recursos que existen.
- ✓ Hay personas que no tienen acceso a internet; deberían poder hacer todo lo que necesiten de manera directa o física. Por ejemplo, los ancianos que no son capaces de manejar bien el mundo online.
- ✓ Puede ser que estemos proponiendo cosas que ya existen, así que hay que dar más visibilidad, información y difusión a los recursos que ya tenemos.

## Nuestros compromisos

- ✓ Ser más conscientes de que también hay pobreza en España.
- ✓ Realizar un consumo responsable.
- ✓ Donar.
- ✓ Empatizar y sensibilizar sobre la situación en la que viven las personas con pocos recursos.
- ✓ Ayudar con las tecnologías a las personas que tengan dificultades con ellas (sin esperar nada a cambio).
- ✓ Reutilizar los materiales que nos facilitan y cuidarlos.
- ✓ Abrir nuestro grupo cercano; hablar y acercarnos a otras personas para incluirlas.

Y, por último, a comprometernos a que las ideas y propuestas que hemos redactado las llevemos a cabo.

**¡Contra la pobreza necesitamos fortaleza!**





# MEDIOAMBIENTE

Hemos analizado como la energía es uno de los factores que contribuye principalmente al cambio climático. Nuestra vida depende de los servicios energéticos. Vemos que la falta de acceso a los suministros de energía es un obstáculo para el desarrollo humano y económico, ya que millones de personas viven sin electricidad. Y al mismo tiempo, el precio del consumo está aumentando considerablemente.

Sabemos que la mitad de la población mundial vive en grandes ciudades, donde el uso de vehículos personales, para los desplazamientos, sigue siendo el principal medio de transporte para acudir a los colegios o puestos de trabajo, lo que genera aglomeraciones y altos niveles de contaminación.

Las personas siguen descuidando los bosques, ríos y zonas verdes de su entorno. Se genera basura que puede dar lugar a incendios y contaminación en los hábitats de muchas especies de animales.

Las temperaturas durante los meses de verano son altísimas, dificultando la vida de muchos ciudadanos. Se usan mucho los aires acondicionados lo que genera un exceso de consumo y desigualdades ante el acceso a este tipo de recursos.

Con respecto a la producción y consumo de nuestros recursos naturales, sabemos que el consumo actual los está agotando rápidamente. Existe un gran consumo irresponsable, como por ejemplo, el gran desperdicio de las industrias y la contaminación que se genera sobre las aguas, la cual se purifica de forma más lenta de la que la contaminamos.

Por otro lado, también hemos observado que existen problemas importantes con la contaminación de las aguas y es un problema que afecta tanto a la vida marina, como a la vida cotidiana de las personas.

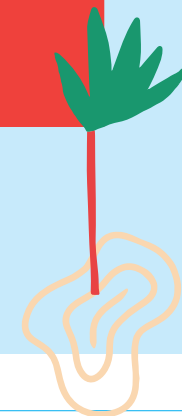
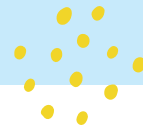
Somos conscientes de que la higiene y disponibilidad del agua debe ser un derecho humano y prácticamente toda la población debería disfrutar de este privilegio. El hecho que no todo el mundo tenga acceso a una fuente de agua limpia, da lugar a numerosas enfermedades.

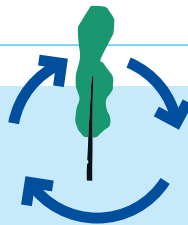




## Nuestras propuestas

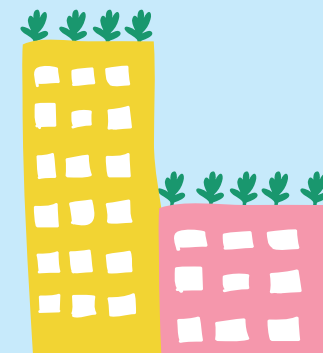
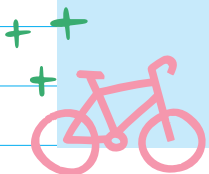
- ✓ Establecer límites de consumo de agua diarios, según la cantidad de agua que se desperdicie y acorde a estudios realizados por grupos de profesionales.
  - ✓ Aumentar las reservas de agua.
  - ✓ Reducir la emisión de gases de efecto invernadero para evitar la subida de temperaturas y aumento de sequías.
  - ✓ Reducir la producción de residuos e intentar reciclarlos, además de comprar de manera más sostenible para evitar producirlos.
  - ✓ Mejorar el uso de los contenedores.
  - ✓ Reducir el uso de transporte privado para contribuir a disminuir los gases de efecto invernadero.
  - ✓ Concienciar sobre la limpieza de bosques y acciones de voluntariado sobre este tema.
  - ✓ Fomentar las campañas de concienciación a favor del saneamiento de las aguas y, además, el cuidado del océano y costas.
- ✓ Difundir información sobre este tipo de problemas de forma didáctica y que llame la atención de las personas.
  - ✓ Mayor difusión por parte de los medios de comunicación y redes sociales para que todo el mundo conozca la situación y colabore para cambiar.
  - ✓ Los gobiernos y representantes de los diferentes países deben hacer frente a estos problemas invirtiendo en energías renovables, adoptando tecnologías e infraestructuras de energía no contaminante. Las empresas se deben comprometer con la causa.
  - ✓ Participar activamente en la gobernanza de tu ciudad y desarrollar una misión de futuro para tu entorno.
  - ✓ Educar en economía verde y sostenible.



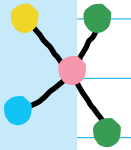


## Nuestros compromisos

- ✓ Denunciar cualquier tipo de situación u acción, tanto de empresas como de particulares, que favorezcan la generación de gases de efecto invernadero.
- ✓ Comunicar a la población mediante el ayuntamiento, u otros medios, el uso de transporte público o carriles bici para el transporte a nuestros centros escolares y puestos de trabajo. Para ello, instalar más puestos de bicicletas eléctricas y centros de cargas de vehículos de este tipo.
- ✓ Apoyar moral y económicamente a la gente que vive cerca de los bosques, construyendo más cortafuegos y reivindicando que estos espacios se traten mejor por aquellas personas que los visitan.
- ✓ Eliminar de forma progresiva los plásticos en nuestra vida cotidiana para evitar que acaben en nuestras aguas y las contaminen. Para ello, debemos comprometernos en limpiar nuestras playas y costas.
- ✓ Concienciar en el uso responsable de cualquier tipo de recurso natural para no malgastarlo y generar un aumento de su coste.
- ✓ Reducir los impuestos para optar a energías renovables para favorecer su impulso y uso cotidiano.
- ✓ Promover los huertos urbanos para producir más oxígeno.



# Seguimiento de la Estrategia de Desarrollo Sostenible: **REFORZAR LAS ZONAS RURALES**



Viendo que hay una gran variedad de problemas en las diferentes zonas de España, convendría realizar un profundo análisis de las necesidades concretas de estas zonas, para dar con las mejores soluciones.

Por mucho que vivamos en un pueblo y tengamos diferentes actividades, también queremos relacionarnos con más gente y no estar siempre en el mismo círculo. Si vives en un pueblo es más probable que tengas más bienestar (que tu salud mental esté mejor cuidada), ya que gracias a la naturaleza y la escasez de ruidos tendremos menos estrés.

En los pueblos hay menos recursos de transporte y dificulta a los y las jóvenes poder ir al instituto y a las demás poblaciones.

En las zonas rurales, a partir de cierta edad hay que desplazarse para seguir estudiando, y por ello, los y las jóvenes prefieren trasladarse a las ciudades ya que allí hay más opciones para estudiar.

En los pueblos, hay mucha gente mayor que tienen otras creencias diferentes a la de los jóvenes debido a la evolución de la sociedad. Por ello, muchas veces preferimos vivir en una ciudad. Además, a partir de la ESO se dificulta el transporte a los centros escolares en muchas localidades. De hecho, las redes de transporte que existen están en mal estado y mal comunicadas; es necesario crear nuevas redes de transporte.

El acceso a internet en los pueblos es de mal estado ya que a muchos ni llega la conexión. Los productos y servicios son más fáciles conseguirlos en una ciudad, lo que conlleva que en los pueblos vayan desapareciendo (sanidad pública, comercios locales, bares...).



## Nuestras propuestas

- ✓ En algunos pueblos se cuadra el horario del instituto con el de los autobuses, para facilitar el desplazamiento de los estudiantes. Proponemos que se realice en todos los lugares y se incluya a los y las alumnas de Bachillerato y Formación Profesional.
- ✓ Los gobiernos y empresas deberían invertir más recursos en los pueblos para que no sean tan desconocidos y así favorecer el aumento de población. Se debería tener acceso a todos los servicios mínimos; fomentar que vivir en las zonas rurales es "algo atractivo" para que aumente la población y se tengan los servicios mínimos en una localidad.
- ✓ Mejorar las zonas de acceso, trayectos y vías urbanas para agilizar el transporte.
- ✓ Potenciar espacios y tiempo libre para la infancia y la juventud (asociaciones, mejores concejalías de juventud...).
- ✓ Mejorar el alcance de nuevas tecnologías con el fin de que llegue a todas las zonas rurales y que la cobertura sea de buena calidad.

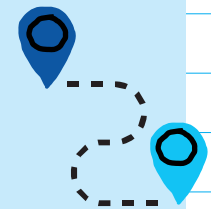
## Nuestros compromisos

Respetar a los demás para reducir las injusticias. En nuestro caso, nos comprometemos a ofrecer nuestra ayuda desde los consejos de participación, trasladando toda esta información a los ayuntamientos.

Propondremos realizar un análisis de las diferentes necesidades de los pueblos y trasladarlo a los ayuntamientos.

Consumir en zonas rurales para fomentar el consumo y gasto en las zonas con menor población y evitar que se cierren los pueblos.

**¡Que se tengan en cuenta las zonas rurales y sus habitantes para que no desaparezcan!**





# Seguimiento de la Estrategia de Desarrollo Sostenible: **PONER FIN A LAS INJUSTICIAS Y AMENAZAS**



Debemos pensar en la situación de los niños y niñas, no solo en España sino a nivel mundial: en primer lugar, nos gustaría condenar la explotación infantil y, más concretamente, el trabajo en condiciones pésimas e inhumanas a niños y niñas que no han alcanzado la edad de trabajo. Todos los niños y niñas deben estar protegidos y se debe evitar su participación en posibles conflictos bélicos, ya que como consecuencia de estos conflictos, los niños y niñas no asisten al colegio, por tanto se les niega el derecho a la educación. Además, tienen derecho a una vivienda digna y un lugar seguro, ya que pueden quedarse sin su familia.

A nivel de España, creemos que es importante que la ley contra la violencia contra la infancia y la adolescencia se cumpla.





## Nuestras propuestas

- ✓ Concienciar a las personas sobre la necesidad de respetar y proteger a distintos colectivos y culturas, de modo que si presenciamos alguna injusticia debemos intentar evitarla utilizando una postura asertiva.
- ✓ Trabajar individualmente para no cometer ninguna injusticia con las personas.
- ✓ Las leyes no son claras, no se entienden bien, deberían ser accesibles y que todo el mundo las entendiera bien.
- ✓ Debería de haber un flujo de información sobre los movimientos migratorios que se producen a nivel mundial, para que llegue esta información de manera clara a la población.
- ✓ Existen causas políticas, económicas y/o laborales, entre otras, que pueden desembocar en conflictos, de modo que un mayor reparto de riquezas entre diferentes estados podría ayudar a solucionar este problema.
- ✓ Poder acoger mejor a las personas inmigrantes al país, favoreciendo la integración cultural de las personas y cuidar su cultura.
- ✓ Proteger a todos los niños y niñas en caso que sufran algún tipo de violencia. Por ejemplo, en caso de órdenes de alejamiento, proteger siempre y en primer lugar a la infancia.

## Nuestros compromisos

Respetar a los demás para reducir las injusticias, comprometiéndonos de manera individual a cumplir y hacer cumplir las propuestas que planteamos.

Se deben respetar los derechos propios y de los demás, y denunciar las amenazas a los derechos humanos.

Comprometernos a ayudar a las personas que se encuentran en situaciones de conflictos bélicos a través del envío de comida, dinero, acogerlos en nuestro país, ofrecerles vivienda y trabajo.

Integrar social y laboralmente a personas inmigrantes, realizando acciones de voluntariado para ello.

Ofrecer seguridad y confianza a toda persona inmigrante, así como ayudarles a ver todas las herramientas que tienen a su alcance para mejorar su situación.



# Manifiesto de infancia y adolescencia 2022

NUESTRO FUTURO,  
NUESTRAS IDEAS



**Colaboran:**



**Financian:**



**Organizan:**

