

# MEMÒRIA 2021



EN BICI  
SENSE  
EDAT





Associació En Bici Sense Edat  
info@enbicisenseedat.cat  
www.enbicisenseedat.cat





## UNA MICA D'HISTÒRIA

En Bici Sense Edat és una Associació sense ànims de lucre d'àmbit català que treballa per a millorar la qualitat de vida, la salut i el benestar de les persones majors i persones amb mobilitat reduïda, mitjançant l'organització de passejos en tricicles elèctrics especialment adaptats, conduïts per persones voluntàries.

L'origen d'aquesta iniciativa és a la ciutat de Copenhaguen l'any 2012 i està present en 52 països arreu del món, a més de 2.500 localitats.

La missió de l'entitat és promoure l'envelliment saludable i el bon tracte a les persones grans i té com a visió, facilitar la creació de noves relacions intergeneracionals que lluitin contra la solitud no volguda.

En Bici Sense Edat comença la seva activitat a Barcelona l'octubre de 2016 arran d'una prova pilot impulsada per una agrupació de persones i entitats, amb el suport econòmic de l'Ajuntament de Barcelona i la Generalitat de Catalunya. Les valoracions tan positives per part de totes les persones participants d'aquesta prova pilot, van evidenciar que En Bici Sense Edat era una iniciativa amb molt potencial per la ciutadania de Barcelona. Per tant, de seguida es va plantejar la continuïtat del programa.

Des dels seus inicis, En Bici Sense Edat ha donat suport a les persones grans i persones amb mobilitat reduïda a la ciutat de Barcelona. Més tard, es van començar a obrir capítols per tal de fer arribar la nostra acció social a altres territoris. Fins al dia d'avui, en què tenim presència a sis ciutats i continuem creixent per portar la companyia i el vent a la cara a les persones grans d'arreu de Catalunya.

**2016**

**2017**

**2018**

Prova **pilot a Barcelona** Prova **pilot a Terrassa**

**L'Ajuntament de Barcelona** va donar més suport al programa amb una flota de 3 tricicles.

## 2019

- **Neix En Bici Sense Edat com a associació** per donar suport institucional al programa i promoure el seu desenvolupament territorial
- **Comença el capítol a Terrassa.**
- Amb l'impuls de l'entitat local Sant Just Solidari, **comença també el capítol a Sant Just Desvern.**
- Rebem el premi **BICIMPULS**

## 2020

- Els mesos de confinament, així com l'inevitable aïllament social, van accentuar la necessitat de sortir de casa.
- En Bici Sense Edat va fer un **esforç d'adaptació als nous paràmetres sanitaris** i es van reprendre de forma progressiva les activitats tant de formació de persones voluntàries com de passejades.
- **En Bici Sense Edat es consolida** com espai d'envelliment saludable i eina d'inclusió social.

## 2021

- Amb l'impuls de l'entitat local Granollers Pedala, comença el **capítol Granollers.**
- De la mà de l'entitat Cardedeu Vital comença el **capítol a Cardedeu.**
- Rebem els **premis ACRA i Maria Figueres** a la categoria d'innovació.
- Inicia activitats el **capítol de Castelldefels.**



# Territoris on ens podeu trobar

## BARCELONA



## SANT JUST



## TERRASSA



## CASTELLDEFELS



## GRANOLLERS



## CARDEDEU



## Com lluitem contra l'aïllament i la soledat?

En Bici Sense Edat és una aposta que considera que tota persona té dret a gaudir del vent en la cara. Es tracta d'una proposta amb especial èmfasi en la inclusió social del col·lectiu de la gent gran. Les passejades a velocitat reduïda i per entorns favorables a la interacció amb les persones al carrer, són un mitjà ideal perquè la gent gran pugui retrobar-se amb els veïns i comerciants dels seus barris. També hi ha la possibilitat que familiars o amics acompanyin al llarg de la passejada i puguin compartir l'experiència amb els seus amics o familiars.

El tricicle d'En Bici Sense Edat esdevé un espai on neixen noves relacions intergeneracionals per combatre la solitud de la gent gran. Permet a persones joves que volen compartir amb la gent gran oferint-los el seu temps per provocar aquell somriure que sorgeix de manera espontània quan tornen a sentir el moviment del vent i el goig d'anar amb bicicleta.

El programa de passejades intergeneracionals va més enllà de l'activitat de les sortides en tricicles com a activitat d'oci. El programa agrupa elements de les dues intervencions més eficaces en la reducció de la solitud no desitjada: entrenament cognitiu a través de la participació activa de les persones majors en el disseny, elecció i direcció de les rutes triades i la millora de les relacions socials.



## Al llarg de la trajectòria del programa, En Bici Sense Edat els objectius específics han estat:

- La millora de la qualitat de vida de les persones grans i persones amb discapacitat o diversitat funcional a partir de la millora de la seva mobilitat.
- La promoció de l'envelliment saludable.
- La creació de noves relacions intergeneracionals que puguin garantir la transmissió d'històries i coneixements de persones grans a persones joves.
- Oferir a la ciutadania en general una activitat de voluntariat innovadora, saludable i sostenible.
- Donar visibilitat al col·lectiu de la gent gran i fer-lo partícip de diverses activitats de la ciutat.

### Valors:

- La solidaritat i la generositat.
- La inclusió social de les persones grans i de les persones amb mobilitat reduïda.
- El tracte respectuós amb les persones i l'entorn.
- El benestar i la salut de les persones.
- La sostenibilitat.
- La humanitat.



# PERSPECTIVA DE GÈNERE

## Com s'aplica a la nostra entitat



En Bici Sense Edat vetlla **per la igualtat de gènere** en els seus projectes:

- Prioritzant la contractació de dones, en especial en els càrrecs tradicionalment masculinitzats: La persona encarregada de les tasques de mecànica de tricicles és una dona que es va formar professionalment a SURT Fundació de Dones en el marc del projecte Bicibles, a través del qual es proposa acompanyar dones en situacions socioeconòmiques vulnerables i d'exclusió a obrir-se oportunitats laborals en el sector de la reparació i manteniment de bicicletes.
- L'avaluació dels projectes amb segregació de les persones beneficiàries per gènere (amb recull estadístic segregat)
- Prioritzant la participació de voluntàries dones en les activitats de conducció i passejades.
- La incorporació explícita de la igualtat de gènere com a perspectiva d'actuació en les nostres memòries anuals.
- L'equitat en la conformació dels òrgans de direcció de l'entitat.
- La capacitat de les persones contractades per a tenir coneixement sobre la perspectiva de gènere i com implementar mecanismes d'inclusió.
- La utilització d'imatges i missatges inclusius on transmetem que les activitats de conducció dels tricicles són tant per a dones com per a homes.
- Prioritzant la participació de beneficiàries dones en les activitats de passejades.

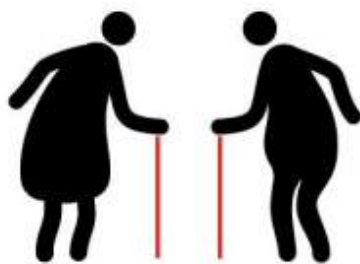


# Principals xifres del 2021



**254**

Voluntàries



**2688**

Passatgeres



**225**

Acompanyants



# Les passejades

Les passejades amb els tricicles d'En Bici Sense Edat són un espai de trobada que facilita la interacció; permeten ampliar la mobilitat de les persones grans; milloren la seva qualitat de vida i ajuden a la seva inclusió social en el barri i més enllà.

Des del seu disseny, el programa proposa la participació compromesa de les persones beneficiàries. L'activitat de passejades es proposa i gestiona sempre preveient la participació de les persones grans els qui en decidir per on anar o quins camins recórrer, dissenyen la sortida de manera activa. Aquesta circumstància determina un real apoderament de les persones que solen manifestar que amb l'edat o falta de mobilitat, perden accessibilitat a uns certs llocs, així com la capacitat de decidir on traslladar-se.



**Durant l'any 2021 els capítols d'En Bici Sense Edat van realitzar conjuntament un total de 1954 sortides.**

**Això comptabilitza més de 6000 passejades des de que vam començar a pedalar.**

# 1954



## LES PASSEJADES

| 2021

134 dies i 16 hores

el Temps total Passejat  
repartit amb 83 Dies d'Activitat

1 Hora 43 Minuts

Temps Mitjà de cada Passejada



# Les beneficiàries

Durant el 2021, un total de **2688 persones majors i persones amb mobilitat reduïda** de més de 40 equipaments i programes, han rebut l'acompanyament del nostre voluntariat a través de les activitats de passejos en tricicles i altres activitats complementàries d'interacció social intergeneracional.

A més, l'any passat es va assolir el repte de consolidar el programa en el context sanitari actual i es va poder arribar un nou tipus de beneficiàries: les persones amb discapacitat o diversitat funcional. A més es va treballar amb instituts i escoles d'educació especial amb tasques d'acompanyament i sensibilització.





persones  
**Passatgeres**

2021

**2688** persones participants

% **83,2** anys

100 > anys < 53



persones  
**Passatgeres**

Acompanyants

2021

**225** participants

% **48,5** anys



# El voluntariat

Des de la seva creació, En Bici Sense Edat ha comptat amb la col·laboració de persones que, de forma totalment altruista i voluntària, han dedicat el seu temps al funcionament, organització i desenvolupament d'activitats de l'associació.

Les persones voluntàries són fonamentals pel funcionament de l'entitat i són l'expressió dels nostres principis i filosofia. Elles són agents de canvi social que imprimeixen a la seva tasca el valor afegit de la gratuïtat, l'afecte, la proximitat, la neutralitat, l'estímul i l'empatia.

El desplegament d'aquests valors els permet créixer com a persones i potenciar el creixement dels destinataris de la seva acció.



# Les persones voluntàries també són grans protagonistes i peça clau d'En Bici Sense Edat.



persones  
**Voluntàries**

| 2021

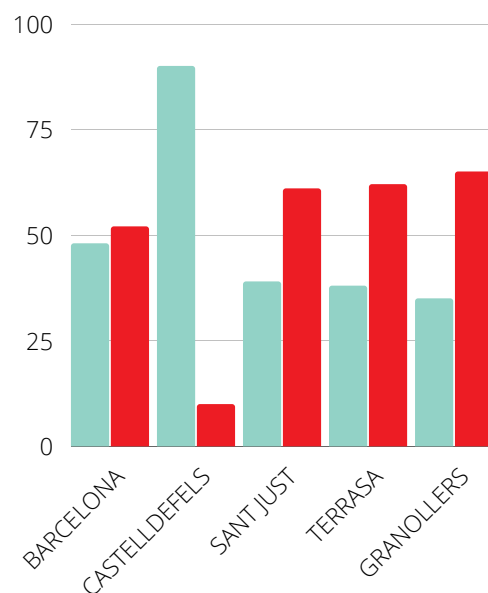
**254** persones voluntàries

% **44,3** anys

 **10:30** hores

50%   50%

## Voluntariat segregade per genere (per capitol)



## La formació permet un real apoderament del voluntariat

Realitzem cursos de formació amb l'objectiu de dotar d'eines per a millorar la comprensió dels aspectes claus relacionats amb la conducció segura dels tricicles, el bon tracte a les persones grans i l'acció social del voluntariat.

La formació té com a finalitat capacitar el voluntariat i donar-les recursos que li permetran executar les tasques encomanades. La formació es fa en format curs de dues parts: una primera teòrica on es dóna a conèixer el projecte; es duguin a terme activitats de sensibilització relacionades amb la importància del respecte i bon tracte a les persones majors i s'explica com és el funcionament general de les activitats. La segona part, més pràctica, és per aprendre a conduir el tricicle de forma segura i responsable.







# PEDALA GRAN.

## Voluntariat per a persones grans actives

L'any 2021, de les 74 persones que conformaven l'equip de voluntariat, de Barcelona, 3 eren persones de la tercera edat (2 homes i una dona). Malgrat ser només 3 persones, eren les voluntàries que més disponibilitat de temps tenien, a més d'una sensibilitat especial cap a la gent gran. Aquesta circumstància va evidenciar, la importància de començar a treballar en la captació d'un perfil de voluntariat més sènior.

Per això, l'octubre passat, i en el marc de la Fira de la Gent gran, es va començar a oferir un programa de voluntariat anomenat PedalaGRAN, dirigit especialment a persones majors de 60 anys, interessades a participar d'un voluntariat actiu i saludable. Els resultats d'aquesta implementació van ser molt positius i avui dia el grup de voluntariat amb persones d'aquest perfil d'edat va créixer i està conformat per 12 persones.

### PEDALA GRAN

Voluntariat per a persones grans actives.

29 de octubre 2021

FIRA GRAN 2021, Barcelona.



## Trobades per al voluntariat

En Bici Sense Edat proposa al voluntariat del programa, participar en esdeveniments i trobades especials. Es tracta d'activitats de fidelització, adreçades especialment a mantenir la cohesió i l'interès del grup i que els dona d'eines útils per valorar i empoderar a la gent gran i per identificar les claus del seu benestar emocional.

L'any 2021 es van organitzar dues trobades conjuntes.

- A l'estiu es va dur a terme una pedalada que va començar als Jardinetes de Gràcia a Barcelona, fins a les Escoles a Sant Just Desvern
- A la tardor: Cardedeu Vital l'entitat que dona impuls al projecte Cardedeu va rebre als grups de voluntariat amb una preciosa acollida a l'espai de la Cooperativa de consum agroecològic La Fresca.





**Formació per a donar suport mecànic**

## Altres activitats

En Bici Sense Edat proposa a les persones beneficiàries del programa, participar en esdeveniments puntuals, activitats de reminiscència, corals o de redescobriments de la ciutat. Es tracta de propostes d'acció i experiències per a abordar la solitud i aïllament socials de les persones grans.

Per una banda, es dóna al voluntariat eines útils per valorar i empoderar a la gent gran i per identificar les claus del seu benestar emocional i per altra, s'ofereixen altres espais d'acompanyament i interacció que permeten enfortir els vincles, més enllà de la passejada en tricicle.



# ESDESVENIMENTS SOLIDARIS

1a CURSA SOLIDÀRIA D'EN BICI SENSE EDAT

## La GRAN Pedalada

13-14 MARÇ 2021

AVANCEM JUNTES CONTRA LA SOLEDAT NO VOLGUDA

1 km a peu  
5 km corrent  
5 km en bicicleta

Inscriu-te a partir d'1€



#LaGRANpedalada #AvancemJunes

EN BICI SENSE EDAT

L'any 2021 es va celebrar la 1a edició de #LaGRANpedalada, la cursa solidària, inclusiva i no competitiva d'En Bici Sense Edat que vol sensibilitzar la societat sobre aquest aspecte de la realitat de moltes persones grans i persones amb mobilitat reduïda.

La 1a edició de #LaGRANpedalada ha estat un èxit! 7770 #Kmscontralasoledat recorreguts entre 440 persones participants i 2.712.20 € recaptats.

La GRAN pedalada ha viscut una 1a edició adaptada als temps de pandèmia i ha aconseguit atraure l'atenció de moltes persones que s'han animat a participar des de diversos llocs de tot el món. Com que la crida no quedava tan sols en l'àmbit de Catalunya, també es van sumar persones des de Dinamarca, Escòcia, Brasil, Argentina, Estats Units, Itàlia i diverses ciutats d'Espanya i es va demostrar que la solidaritat no té codi postal.

L'any passat també es va celebrar per primera vegada un Concert Solidari.

El concert de tardor ha comptat amb la presència de diferents grups musicals que de forma solidària han volgut participar i que han generat l'entusiasme del nombrós públic de totes les edats.

L'entrada era gratuïta, però els beneficis obtinguts amb la venda de samarretes i de donacions se'n van destinats al capítol de Sant Just.



Sant Just Solidari ORGANITZA

## CONCERT SOLIDARI DE TARDOR

EN BENEFICI DEL PROJECTE D'EN BICI SENSE EDAT

22 D'OCTUBRE 21H A LES ESCOLES

AMB LES ACTUACIONS DE:  
JUSTINE · MEL&JAN · IKARÛS · ROBERT WIDO  
+ COMBOS DELS TALLERS DE MÚSICA

AMB EL SUPORT DE: Sant Just de Breixers, Ajuntament de Sant Just Desverrà, Tallers de Música, EN BICI SENSE EDAT, Sant Just Solidari

# CANTA SENSE EDAT

## La coral del voluntariat d'En Bici Sense Edat a Barcelona

Al mes de desembre, va tenir lloc a Barcelona la segona edició de "Canta Sense Edat", la coral del voluntariat d'En Bici Sense Edat, que l'entitat va incloure dins el programa de dinamització d'activitats d'acompanyament a la gent gran i enfortiment del voluntariat.

L'activitat caracteritzada pel seu to festiu, va estar amenitzada per alegres nades amb guitarra, per part d'un grup de persones voluntàries. També, es van comptar amb la participació activa d'una dotzena de persones grans dels habitatges Via Favencia I i II del barri de la Prosperitat a Barcelona.



# Esdesveniments i activitats de ciutat

AGENCIA DE SALUT PUBLICA



ASS. CATALANA SINDROME DE RETT



SALÓ DE FIRA GRAN



FESTA DE LA BICI



SANT JUST AL CARRER





# Esdesveniments i activitats de ciutat

En Bici Sense Edat es va sumar a la Setmana Europea de la Mobilitat amb un programa d'activitats organitzades per l'associació amb el suport de diversos Ajuntaments i entitats, amb l'objectiu de millorar la qualitat de l'aire, recuperar l'espai públic i promoure la seguretat en la mobilitat a la ciutat.

## SETMANA EUROPEA DE LA MOBILITAT

16-24 setembre 2021  
Activitats En Bici Sense Edat



**DIJOUS 16**  
**Xerrada on-line: "Fes voluntariat a En Bici Sense Edat"**  
Sessió informativa per a totes aquelles persones que vulguin ser voluntàries a la nostra entitat.  
[18:30 a 19:30 h] [No cal inscripció prèvia.](#)  
[Participació mitjançant l'enllaç meet.](#)

**DIMARTS 21**  
**Acte de presentació d'En Bici Sense Edat**  
Presentació dels resultats de la prova pilot de passejades intergeneracionals que es va dur a terme durant el mes de juliol a Castelfelers.  
[Biblioteca (10 h)]  
Impulsat per l'Ajuntament de Castelfelers

**DIMECRES 22**  
**Passejades intergeneracionals**  
Recorreguts amb gent gran per la ciutat  
[GAVÀ \(17 A 20 h\)](#)  
Impulsat per l'Ajuntament de GAVÀ  
[Despatx de comunicació](#)

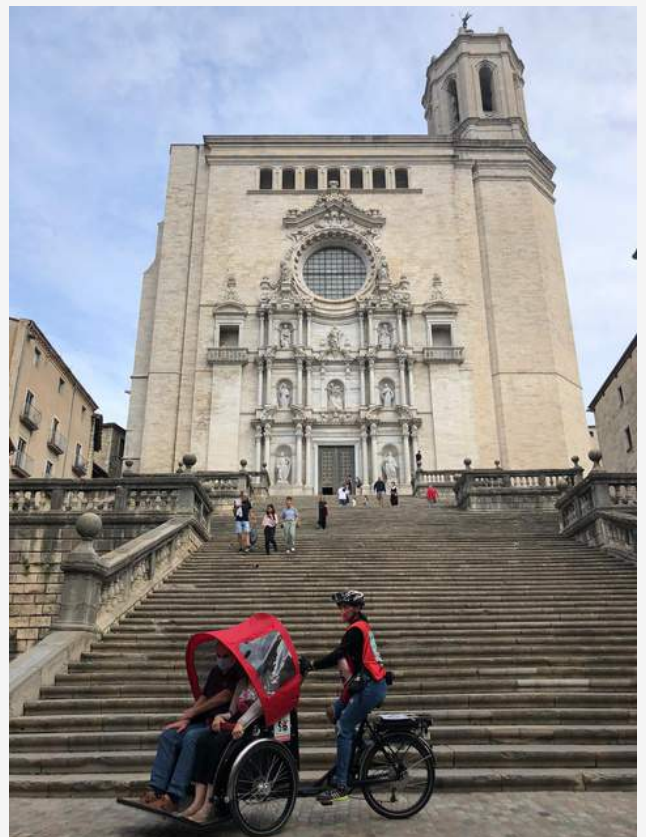
**DISSABTE 18**  
**Passejades intergeneracionals**  
Recorreguts amb gent gran per la ciutat [Sant Joan Despi \(10 a 14 h\)](#)  
Impulsat per l'Ajuntament de Sant Joan Despi  
[Despatx de comunicació](#)

**DIVENDRES 24**  
**Passejades intergeneracionals**  
Recorreguts amb usuaris de Centres Cívics de Barri Vell-Mercadal i Santa Eugènia de Girona.  
[Ciutat de Girona \(11 a 13 h\)](#)  
Impulsat per l'Ajuntament de Girona

**DIUMENGE 19**  
**Punt d'informació del Voluntariat "La Bicicleta no té edat"**  
Participació de la pedalada i passejades amb gent gran del municipi [SANT CUGAT del VALLÈS](#)  
[Plaça de la Vila \(A partir de les 11 h\)](#)  
Impulsat per l'Ajuntament de Sant Cugat del Vallès

**ASSOCIACIÓ EN BICI SENSE EDAT**  
mail: [info@enbicisenseedat.cat](mailto:info@enbicisenseedat.cat)  
[www.enbicisenseedat.cat](http://www.enbicisenseedat.cat)






**XERRADA INFORMATIVA EN LÍNIA**  
**La bicicleta no té edat**

En Bici Sense Edat  
Sant Cugat, 21 de setembre 2021



# LLUMS DE NADAL

La ruta Llums de Nadal d'En Bici Sense Edat permet a la gent gran i persones amb mobilitat reduïda l'oportunitat de gaudir de l'enllumenat nadalenc de la seva ciutat al ritme plaent de desplaçar-se en bicicleta.



**Per Nadal, la nit de la ciutat s'omple de llums de colors i ambient de festa a molts dels seus carrers. Gaudir d'aquest espectacle és un plaer difícil d'oblidar!**

Al 2021 es van fer passejades per recórrer el centre històric de Barcelona i Terrassa els voltants i gaudir de l'enllumenat i l'ambient nadalenc propi d'aquesta part de la ciutat.



# Reconeixements

Des del seu començament el programa rep un important suport institucional i de la ciutadania. L'any 2021 En Bici Sense Edat va rebre dos guardons:

- **Premi Acció Social Maria Figueras i Mercè Bañeras** en la categoria "Innovació social". Es tracta d'un premi que reconeix la tasca de persones, entitats, serveis i projectes que des de l'acció social, contribueixin a millorar la qualitat de vida de les persones.
- **El premi ACRA a la innovació 2021**. ACRA és l'Associació Catalana de Recursos Assistencials. A través d'aquest premi es reconeixen públicament les millors iniciatives per la millora de la qualitat i la innovació en la dependència i s'aporta visibilitat al sector.



# INFORMACIÓ ECONÒMICA

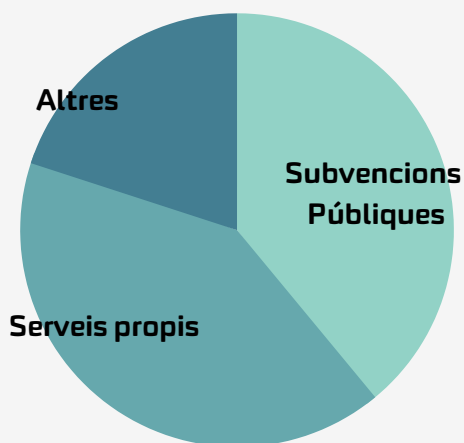
El 2021 va ser el segon any d'activitat de l'Associació En Bici Sense Edat com a organització gestora del programa.

Durant aquest segon exercici els nostres ingressos totals van ascendir a **71.990,70 €**: el 39% lligat a subvencions públiques, un 41% procedent de recursos propis (Serveis) i el 20% restant, corresponent a donacions, premis i quotes de persones associades.

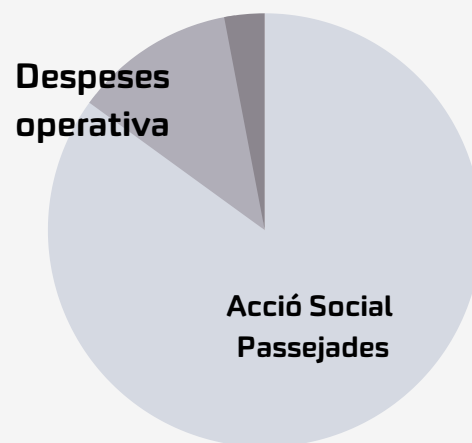
Quant al pressupost total de despesa, el destí que s'ha donat a aquests recursos és el següent: 85% destinat als programes de passejades i activitats d'acompanyament, un 10% a despeses operatives i 5% a altres despeses menors.

El nostre objectiu prioritari és acompanyar cada vegada més persones majors i persones amb mobilitat reduïda i ampliar la nostra acció a un major nombre de llocs. Això ens resultaria impossible sense totes les persones i entitats que ens donen suport. Des d'En Bici Sense Edat volem donar les gràcies per les aportacions i suport que garanteixen la viabilitat del nostre projecte.

## INGRESSOS



## DESPESES



**La transparència, la rendició de comptes i la confiança són valors estratègics de la nostra identitat i és per això que entenem imprescindible posar a disposició de tothom, la informació relacionada amb les xifres econòmiques de l'entitat.**



## Activitats impulsats per



GRANOLLERS

*pedala*



Sant Just  
**Solidari**

## Amb el suport de

Ajuntament de  
Barcelona



Ajuntament  
de Castelldefels



Generalitat  
de Catalunya



Ajuntament de  
**Terrassa**



Ajuntament de  
Sant Just Desvern



Ajuntament  
de Cardedeu

EN BICI  
SENSE  
EDAT

