



En Bici Sense Edat

Castelldefels

Memòria 2022

ÍNDEX



1. Introducció
2. EBSE Castelldefels 2022
3. Les passejades
4. El voluntariat
5. Les beneficiàries
6. Altres activitats
7. Aparició en mitjans
(comunicació, Web i XXSS)

1. INTRODUCCIÓ



En Bici Sense Edat, És una iniciativa que vol retornar la sensació plaent del desplaçament en bicicleta a les persones que ja no poden fer-ho per si mateixes (beneficiàries), amb la participació de persones voluntàries que s'ofereixen per conduir un tricicle especialment adaptat i amb assistència elèctrica.

Permet a persones voluntàries que volen acompanyar a les persones beneficiàries, oferir el seu temps i, mitjançant les passejades, provocar aquell somriure que sorgeix de manera espontània quan tornen a sentir el moviment del vent i el goig d'anar amb bicicleta.

Les passejades esdevenen terapèutiques, on s'amplia la mobilitat, la reconexió amb l'entorn, les relacions humanes, l'intercanvi generacional, el reforçament de la confiança, el vincle social, la lluita contra la solitud no volguda i, en termes generals, la millora de la qualitat de vida de les persones beneficiàries del programa.

1. INTRODUCCIÓ

1.1 Objectius i Valors

Millorar la salut i la qualitat de vida de les persones grans, i/o amb alguna diversitat funcional, malaltia mental, malaltia degenerativa (a partir d'ara denominades com **"beneficiàries"**).

Afavorir la creació de noves relacions intergeneracionals que ajudin a trencar el seu aïllament, a partir d'una activitat compartida amb les persones voluntàries, saludable i sostenible.

Donar-los visibilitat davant la societat en general per a fer-los participants de les activitats socials del seu entorn.

Combatre la soledat no desitjada d'aquest col·lectiu de persones.

Promoure l'envel·liment actiu de les beneficiàries, a partir de l'ampliació de la seva mobilitat.

Afavorir la creació de noves relacions intergeneracionals que ajudin a trencar el seu aïllament, a partir d'una activitat compartida amb les persones voluntàries, saludable i sostenible.

Donar-los visibilitat davant la societat i fer-los participants de les activitats socials del seu entorn.

Oferir a la ciutadania activa, una activitat sostenible i saludable, a la vegada que comparteixen el seu temps lliure amb les beneficiàries.

VALORS

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





2

EBSE Castelldefels 2022

2. EBSE CASTELLDEFELS 2022

2.1 Una mica d'història

El capítol d'EBSE a Castelldefels va començar el juliol de 2021 com a prova pilot.

Gràcies a l'esforç conjunt per part de l'ajuntament de Castelldefels i la ciutadania local a través de la seva participació en la campanya "Reciclos", es va poder dur a terme la prova pilot del programa de passejades d'En Bici Sense Edat.

L'activitat va ser un gran èxit de convocatòria entre persones voluntàries, residents i equipaments per a gent gran amb ganes de sentir el vent a la cara.

A partir de setembre de 2021 i durant tot el 2022, el programa ha continuat la seva activitat gràcies al suport de l'Ajuntament de Castelldefels i l'Associació En Bici Sense Edat.

Els primers mesos de 2022 es van haver d'anul·lar diverses passejades per un increment de brots de covid en alguns equipaments.

Tot i així, s'han pogut aconseguir tant els objectius com l'impacte del programa, que es va acordar amb l'Ajuntament de Castelldefels per aquest primer any de funcionament.



2.2 Dades principals 2022



147

PASSEJADES
Realitzades



35

Membres equip
VOLUNTARIAT



301

Total persones
PARTICIPANTS



3

Les Passejades

3. LES PASSEJADES

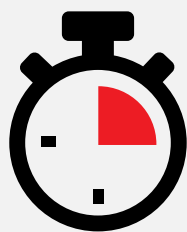


147

Passejades
REALITZADES

36

Passejades
Anul·lades



448

Hores totals
de passeig

294 Tricicle

154 Bicicleta acompanyat



18 DIES I **15** HORES

El temps total passejant seguit



1 HORA I **51** MINUTS

Temps mitjà de cada passejada



4

El Voluntariat

4. EL VOLUNTARIAT



El programa de voluntariat d'En Bici Sense Edat busca estimular la participació activa de la societat en la millora de la qualitat de vida i el benestar de les persones grans i persones amb discapacitat o diversitat funcional a partir de la millora de la seva mobilitat.

Amb l'activitat de voluntariat es busca de facilitar la creació de noves relacions intergeneracionals que puguin lluitar contra la soledat no volguda i promoguin l'envelliment actiu i el bon tracte cap a la gent gran.

Tot està impulsat per la pròpia motivació de les persones i s'estableixen vincles d'amistat mitjançant un temps d'oci compartit entre passejades i converses.

4. EL VOLUNTARIAT



34

Membres equip
VOLUNTARIAT


468

HORES totals de voluntariat
294 tricicle + 154 bicicleta + 30 altres

13,4

HORES de dedicació mitja

$\bar{x}$ **46,6** ANYS

66 > ANYS < 21

37,4%

62,6%

GÈNERE del voluntariat participant

4. EL VOLUNTARIAT

4.2 Formació al voluntariat

Durant el 2022, s'ha anat fent difusió del programa mitjançant els diferents mitjans a l'abast de de l'associació En Bici Sense Edat (aparició en mitjans de comunicació, xarxes socials) i localment (a Castelldefels) amb la difusió entre el voluntariat i el seu entorn, el "boca orella", la informació de primera mà durant les passejades, la difusió per part de l'Ajuntament, a diferents entitats de Castelldefels i durant l'acte de la festa de la bicicleta del mes de setembre.

S'han realitzat:

- Sessions formatives.
- Entrevistes personals
- Formacions al voluntariat els mesos febrer, maig i setembre.

S'han format un total de 25 persones voluntàries



4. EL VOLUNTARIAT

4.3 Trobada per al voluntariat

Des de l'Associació, es van duent a terme diverses activitats per afavorir la fidelització i l'enfortiment del grup de les persones voluntàries.

En aquestes trobades s'organitzen dinàmiques i activitats de participació que donen al voluntariat d'eines útils per millorar la seva tasca de voluntariat, crear germanor, compartir experiències...

L'activitat més important ha estat la trobada de voluntariat, que es va celebrar el passat 18 de setembre a Castelldefels, organitzada pel voluntariat d'aquí.

Prèviament es va participar amb la pedalada popular i es va muntar un "stand" informatiu per fer difusió del projecte.





5

Les Bénéficiaires

5. LES BENEFICIÀRIES

5.1 A quí acompanyem?

El programa d'En Bici Sense Edat té com a **beneficiàries majoritàriament el col·lectiu de persones grans**, i també està obert a persones amb alguna diversitat funcional, malaltia mental o malaltia degenerativa .

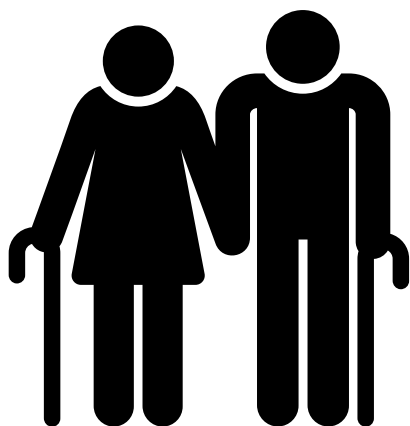
Al capítol de Castelldefels s'ha fet l'acompanyament a persones grans que viuen en residències, de vegades acompanyades d'algun familiar i/o cuidador/a.

Durant el 2022, els equipaments on hem realitzat l'activitat **han estat 9**:

- El Mussol
- Torre Marina
- El Sol
- Colonias Extranjeras
- Lluna Gran
- L'Oreneta
- El Recer
- El Manantial
- Lourdes



5. LES BENEFICIÀRIES



302

Total persones
PASSATGERES

272

PERSONES GRANS
I/O MOBILITAT REDUÏDA
258 grans / 14 malaltia ment./deg.

31

ACOMPANYANTS
28 familiars / 2 cuidadors

$\bar{x}$ **82,8** ANYS

100 > ANYS < 64

36,2%



63,8%

GÈNERE de les persones passatgeres

5. LES BENEFICIÀRIES

5.3 Els equipaments

Amb l'objectiu d'avaluar l'activitat i nivell de satisfacció dels equipaments amb els que hem treballat, s'ha realitzat una enquesta.

El resultat de la mateixa ha estat molt positiu, donant la màxima valoració al servei, i aportant idees per a la seva millora.

"Fa pocs dies va entrar al despatx una resident que va utilitzar el vostre servei dues o tres vegades. La senyora, amb dificultats importants per caminar em va recordar l'activitat i l'únic interès era saber quan tornaria a realitzar-se. La veritat és que se'm va fer estrany que ho recordés i que vingués a preguntar-me per això sense cap motiu aparent. Senyal que la emoció, en aquest cas molt positiva, va quedar ben gravada.."

Residència Torre Marina

"Están muy contentos y agradecidos por vuestra labor, aquests son alguns testimonis: "...Que pena que llueva y no pueda ir,..." "...yo también quiero, porque el y no yo..." "...Cuando me tocará a mí..." "...Son muy buena gente!" "...Es el mejor viaje que he hecho..." "...Yupyyyyyyy!!!!Quiero repetir..." "...Diles que vengan pronto..." "...El próximo día viene mi hija al paseo..." "...Me lo he pasado en grande..." "...Me he divertido mucho...""

Residència Les Gavines

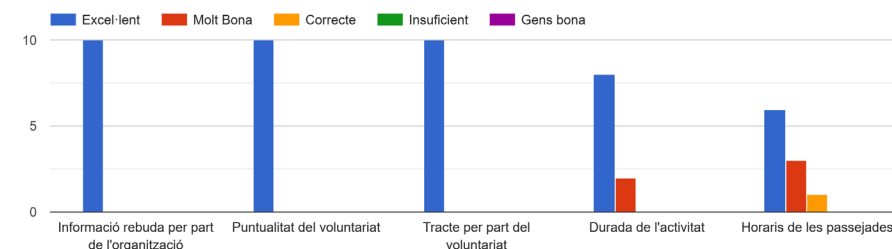
"Nos parece fantástico, vuestra iniciativa, el amor y cariño por parte de los voluntarios, un diez a toda/os y animamos a seguir adelante, es genial hacer feliz a nuestros mayores. GRACIAS"

Residència Lourdes

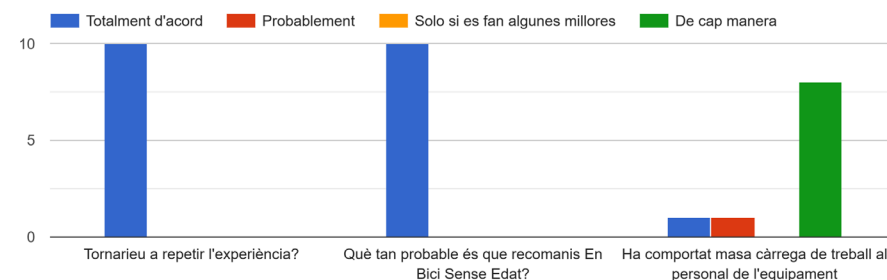
"M'ha encantat" Testimoni repetit per la majoria d'usuàries"

Residència El Manantial

Valoreu els següents aspectes de l'activitat

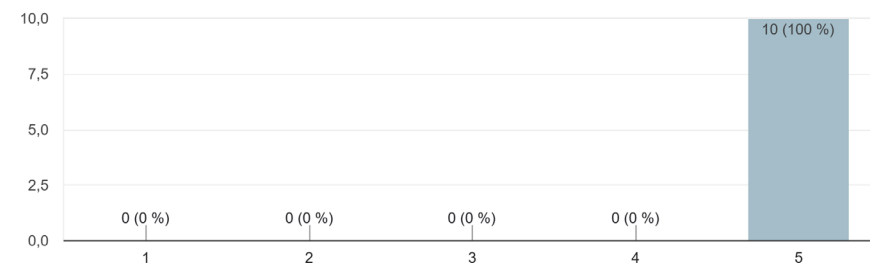


Altres aspectes a avaluar



Valora En Bici Sense Edat de manera global

10 respuestas



5. LES BENEFICIÀRIES

Residència el Mussol



5. LES BENEFICIÀRIES

Residència Torre Marina



5. LES BENEFICIÀRIES

Residència El Sol



5. LES BENEFICIÀRIES

Residència Colonias Extranjeras



5. LES BENEFICIÀRIES

Residència Lluna Gran



5. LES BENEFICIÀRIES

Residència l'Oreneta



5. LES BENEFICIÀRIES

Residència El Recer



5. LES BENEFICIÀRIES

Residència El Manantial



5. LES BENEFICIÀRIES

Residència Lourdes



6

Altres activitats

6. ALTRES ACTIVITATS

6.1 La Gran Pedalada

Amb el lema “Avancem juntes contra la soledat no volguda”, En Bici Sense Edat

organitza una cursa solidària i inclusiva que té com a objectiu donar visibilitat i aïllament a la soledat no desitjada de les persones beneficiàries del programa. Els fons recaptats gràcies a la solidaritat col·lectiva es destinaran a projectes que desenvolupa l'entitat.



6. ALTRES ACTIVITATS

6.2 Festa de la bicicleta

Enmarcat en la setmana europea de la mobilitat, el 18 de setembre es va celebrar una nova edició de la Pedalada i la festa de la bicicleta. EBSE Castelldefels va participar i va muntar un estand informatiu per donar a conèixer el projecte.

MERCAT DE PAGÈS
DE CASTELLDEFELS



7

Aparició en mitjans

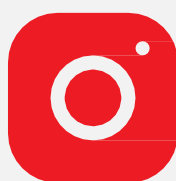
7. APARICIÓ EN MITJANS

7.1 WEB i XXSS

El web de l'Associació En Bici Sense Edat és el punt central on es troba tota la informació de l'Associació, també hi ha una pàgina amb la informació d'EBSE Castelldefels així com les de "Premsa" i "Notícies", aquesta darrera filtrable per Capítols d'EBSE Catalunya.

A les Xarxes socials de l'Associació també son consultables les publicacions dels diferents capítols d'En Bici Sense Edat, en el cas de Castelldefels, filtrant per *#ebsecastelldefels* o si la xarxa social ho permet, amb la categoria corresponent.

*Clicar sobre les icones
per accedir directament
al web o a les xarxes socials*



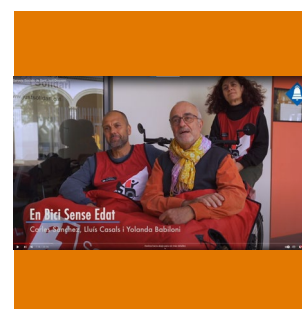
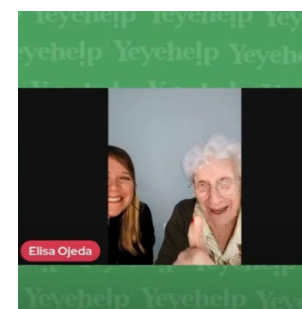
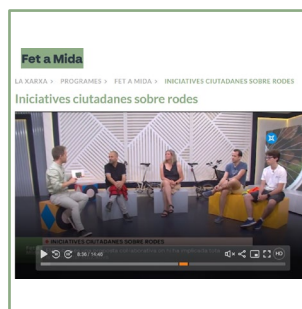
7. APARICIÓ EN MITJANS

7.2 TV, Ràdio i Premsa...

El programa d'En Bici Sense Edat ha anat apareixent als diferents mitjans de comunicació durant el 2022, ja fos en entrevistes als diferents Capítols arreu del territori com directament a l'Associació EBSE.

EBSE Castelldefels ha aparegut al programa "En línia" de la 2 de Televisió Espanyola, on es va fer un reportatge.

També hem participat al programa "Piinzellades del Món" de Ràdio El Prat.



Clicar sobre les miniatures per accedir directament als continguts



**Ajuntament
de Castelldefels**

www.enbicisenseedat.cat/castelldefels



carles@enbicisenseedat.cat