

DECÀLEG DEL BON TRACTE A LES PERSONES GRANS

En Bici Sense Edat
2024



EN BICI
SENSE
EDAT

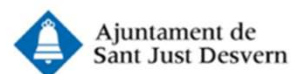


El dret a sentir el vent a la cara

Impulsat per:



Amb el suport de:





A **En Bici Sense Edat**, protegim els drets humans de la gent gran, **generant consciència des del bon tracte**, construint xarxes de suport per millorar la seva qualitat de vida i eliminant els estereotips que limiten la seva participació en la societat.

La nostra missió es basa en **l'empatia i l'escolta activa**, fent que les persones beneficiàries siguin les protagonistes i que la seva veu i presència siguin cada cop més visibles a la ciutat.



- L'Assemblea General de l'ONU declara el període 2021-2030 com el "Decenni de l'Envelliment Saludable".
- La població mundial de majors de 60 anys es duplicarà, passant de 900 milions el 2015 a uns 2000 milions el 2050.

Segons Nacions Unides, **1 de cada 6 persones majors de 60 anys pateix maltractaments** cada any, però aquest problema segueix sent una prioritat mundial poc valorada.

Una de les estratègies per combatre el maltractament és lluitar **contra l'edatisme**.

Hi ha un greu problema social de baixa autoestima entre les persones grans, causat per un discurs que reforça la idea que ja no tenen un paper actiu en la societat.

Aquesta **invisibilització pot conduir a diverses formes de maltractament**.

Canviar la percepció de la societat cap a les persones grans i reforçar les seves relacions i vincles no només millorarà la seva salut, benestar i dignitat, sinó que també reduirà els casos de maltractament en aquest col·lectiu.

Edadisme

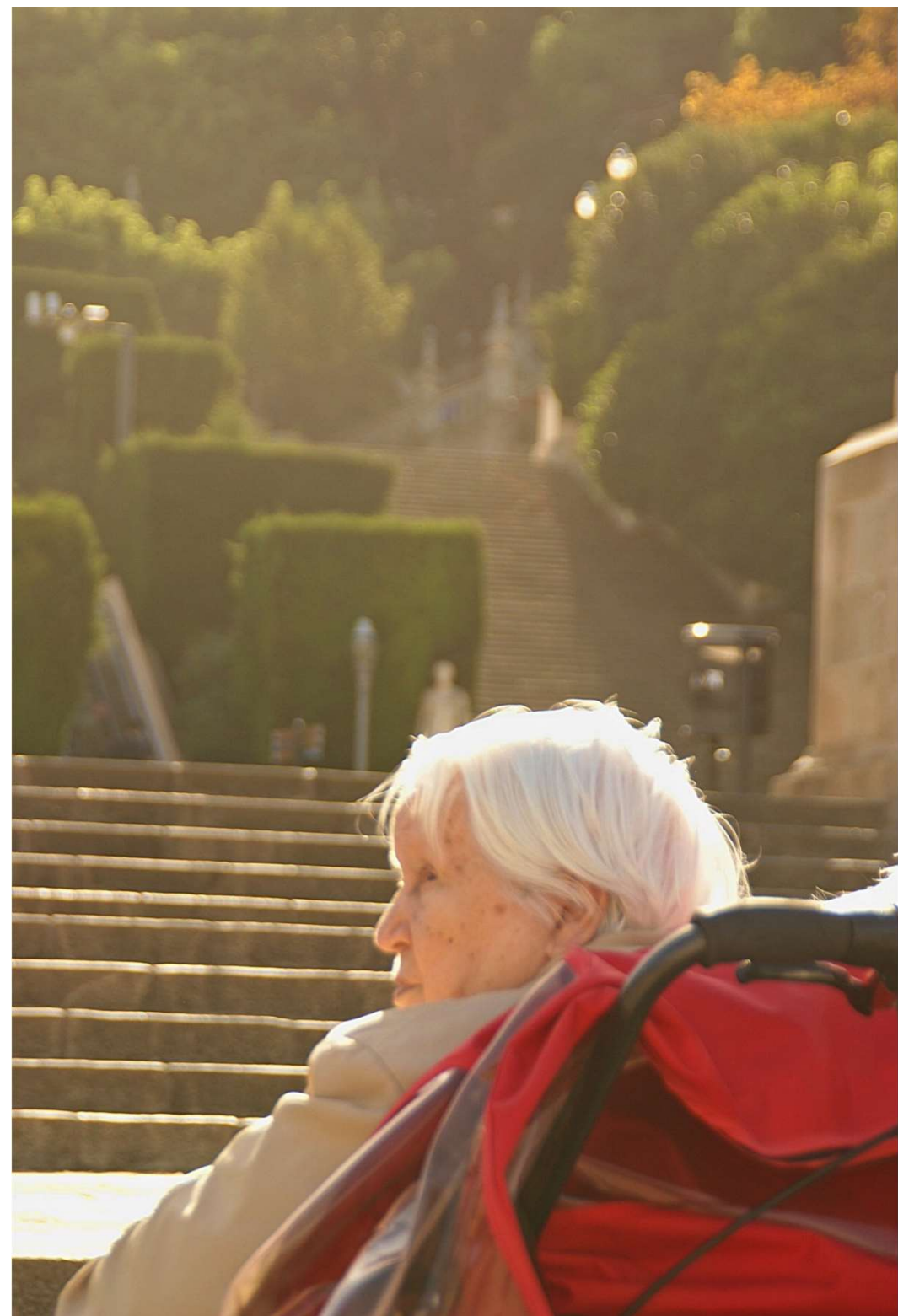
Procés de discriminació i estereotipació d'una manera sistemàtica envers les persones d'edat avançada pel sol fet de ser velles.

Aquesta discriminació el substrat de moltes situacions de maltractament a les persones grans.

Definició de maltractament

Per maltractament entenem els actes únics o repetits que causen dany o patiment a les persones grans, o bé, la manca de mesures adequades per evitar-los.

Aquest tipus de violència constitueix una violació dels drets humans i inclou el maltractament físic, sexual, psicològic o emocional; la violència per raons econòmiques o materials; l'abandonament i la negligència; i finalment, el detriment greu de dignitat i la falta de respecte.



Factors de risc

Aïllament	Gènere
Dependencia	Cohabitació

En moltes ocasions el maltractament es manté ocult, amagat per part de les persones que el pateixen. Les barreres per a la detecció poden venir de les mateixes persones grans que en són víctimes, dels responsables dels maltractaments, dels propis professionals, de les institucions o de la societat en general.

Això pot ajudar a explicar que fins ara, no es tingui una estimació precisa de la prevalença d'aquest fenomen a la nostra ciutat.





BON TRACTE

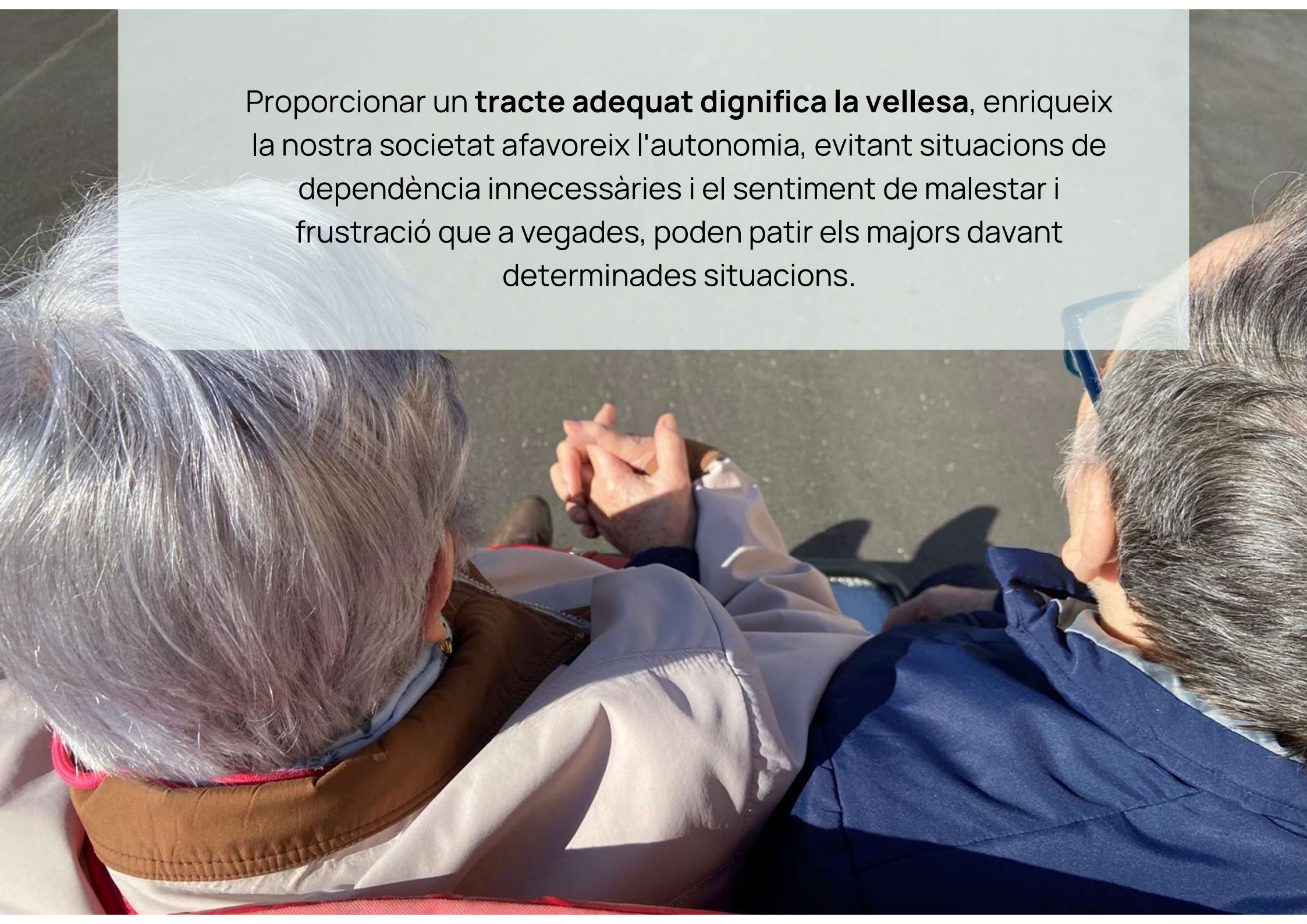
El bon tracte és promocionar que els majors gaudeixin d'un **envelliment digne**, en el qual s'afavoreixi l'**autonomia**, fer-los **partíceps en la presa de decisions** de la seva atenció i cures i reivindicant que rebin una **atenció centrada en la persona**.



No es tracta de donar un tracte diferent als majors només per la seva edat, sinó de **ser sensibles com a societat** al fet que, en envellir, les persones han d'adaptar-se a la seva pròpia història de vida i a l'evolució familiar, social, cultural i tecnològica.

Això **no sempre és fàcil** i, per motius de salut, dependència o solitud, alguns es troben en una situació de vulnerabilitat especial.

Proporcionar un **tracte adequat dignifica la vellesa**, enriqueix la nostra societat afavoreix l'autonomia, evitant situacions de dependència innecessàries i el sentiment de malestar i frustració que a vegades, poden patir els majors davant determinades situacions.



Com apliquem el Bon Tracte a En Bici Sense Edat?

Practicant l'empatia, el diàleg, el respecte i la cura.

Fem fora els estereotips!

Respectem la voluntat de les persones grans.

Fem partícips a les persones grans de la ciutat.



1. Salutació + Presentacions

Moment per saber qui són les persones que ens acompanyaran.
Conèixer-les abans de començar ens permetrà el tracte adaptat a la persona.

2. Acompanyem a pujar

Ens adaptem a seu ritme i necessitats, estem disponibles de manera alegre, confiada i no invasiva.



3. Fem un pla

**Abans de posar-nos en marxa
ens posem d'acord amb el pla i
la ruta, els fem partícips de les
decisions.**



4. Tot bé?



Al llarg de la passejada fem parades, preguntem si es tan bé. Respectem les seves voluntats de xerrar o fer silenci, de cantar, d'aturar-se, d'anar més lluny o de tornar en qualsevol moment, etc.

5. Acompanyem a baixar



Possibles situacions de conflicte



the_influyencer

...

cosas que, con suerte, no volveremos a ver...



Quan de manera sobtada una persona vol tornar.

Quan la persona vol pagar.

Quan en comptes de passejar les persones desitgen anar a prendre algo.

Com enfrontar opinions divergents de vegades “políticament incorrectes”.

Por Miguel Gallardo

Gràcies!



EN BICI
SENSE
EDAT



OJALA PRONTO VOLVAMOS
A VER ESTO:



Por Miguel Gallardo