

# Fem un tracte?

#envelliment

#edatnoimporta

#bontracte

#respecte



Amb el suport de:



Generalitat de Catalunya  
Departament de Treball,  
Afers Socials i Famílies



Ajuntament  
de Barcelona



**ABD**

Associació Benestar  
i Desenvolupament  
Entitat declarada d'Utilitat Pública

## Ens mouen les persones

L'Associació Benestar i Desenvolupament vam nèixer fa 30 anys amb la voluntat de donar resposta a les diverses situacions de vulnerabilitat o d'exclusió social. Els valors d'ABD i l'experiència d'anys ens han portat a desenvolupar programes que promouen i enforteixen l'autonomia de les persones i de les comunitats per aconseguir una convivència eficaç, ètica, de qualitat i sostenible.

El manual *Fem un tracte? Bon tracte i envelliment* sorgeix de la voluntat d'ABD de generar estratègies per fer ressorgir els valors de bon tracte i respecte a les persones quan envelleixen. A més de l'elaboració del manual, vam realitzar 45 tallers a diferents centres educatius de tota Catalunya i diverses activitats intergeneracionals. Els tallers van crear espais de diàleg on l'envelliment es va posar al centre de les converses amb l'alumnat i, a través de les seves opinions i experiències, vam arribar a dues conclusions:

- > Volem **canviar la concepció de l'envelliment** com a mesura de prevenció més efectiva contra les diverses formes d'edatisme (discriminació per raó d'edat).
- > Volem que **l'edat no sigui un límit en les nostres relacions socials**. Necessitem més que mai la solidaritat entre generacions per viure en una societat basada en el respecte a la diversitat i el bon tracte a totes les persones sigui quina sigui la seva condició personal.

Les persones participants de *Fem un tracte?* hem fet un tracte sincer i conscient: respectar a les persones quan envelleixen i estimar totes les etapes vitals i les diferents formes de viure-les per aconseguir un envelliment més saludable i digne per a tothom.

### © Associació Benestar i Desenvolupament

C/Quevedo, 2 baixos  
08012 Barcelona  
Tel. 93 289 05 30  
Fax: 93 325 65 38  
[www.abd-ong.org](http://www.abd-ong.org)  
[abd@abd-ong.org](mailto:abd@abd-ong.org)

Associació Benestar i Desenvolupament  
Disseny gràfic i maquetació: Natasha López

### 1ª edició: gener 2017

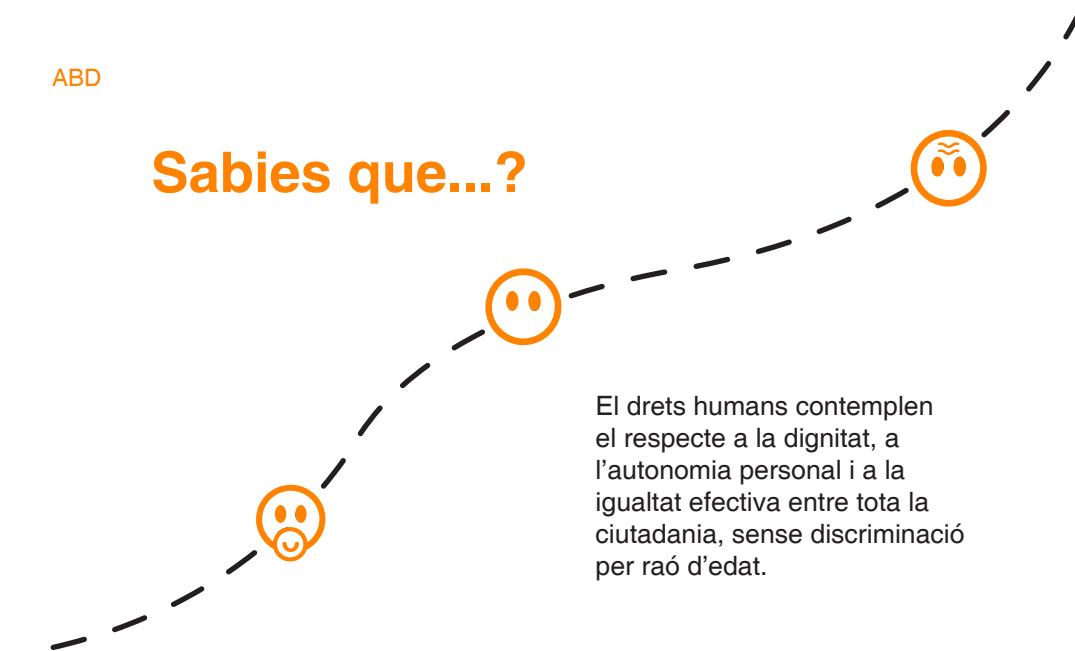
Publicació gratuïta, disponible també a la pàgina  
web: [www.abd-ong.org](http://www.abd-ong.org)

Amb el suport de:

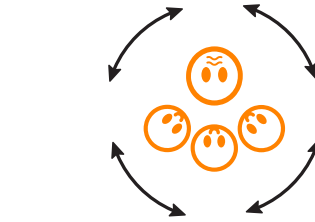
**Generalitat de Catalunya**  
**Departament de Treball, Afers Socials i**  
**Famílies**

Passeig del Taulat, 266-270  
08019 Barcelona  
93 483 10 00  
93 483 11 77  
<http://treballiaferssocials.gencat.cat>

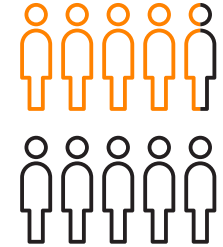
# Sabies que...?



El drets humans contempen el respecte a la dignitat, a l'autonomia personal i a la igualtat efectiva entre tota la ciutadania, sense discriminació per raó d'edat.



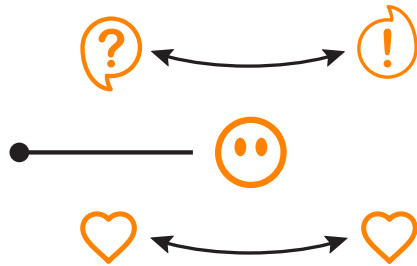
El codi de família de Catalunya estableix que la mare i el pare han de facilitar la relació del seu fill/a amb les àvies i els avis.



Un 45,7% de la població catalana tindrà més de 65 anys l'any 2040.

Fem un tracte?

Segons les enquestes, només el 2% de les persones grans tenen problemes greus de salut.



Fem un tracte?

L'esperança de vida augmentarà **5 anys** durant les pròximes dècades. Serà de 90 anys per les dones i 85 pels homes.



Es calcula que 1 de cada 3 persones grans ajuda als seus familiars d'una manera directa en la qüestió econòmica.



Més de 175.000 persones pateixen soledat no desitjada.



# Bon tracte és...



## > RESPECTAR

- **La dignitat i els drets** de tota la ciutadania independentment de la seva condició personal.
- **L'autonomia** de tothom en el moment de prendre una decisió sobre la seva vida. El més important és informar bé a qui ho necessiti.
- **La diversitat.** En mirar, intenta no guiar-te per l'aparença i no et creïs una opinió fins que no coneguis a la persona.
- **Les diferències.** Estar en desacord no és un problema si estàs disposat a solucionar els conflictes.

## > ACOMPANYAR

- A les persones del teu entorn que necessiten suport per tenir una vida més digna i feliç.
- A les persones que pateixen qualsevol tipus de discriminació.
- Totes les situacions injustes del teu voltant. Si tens una mirada sensible, contribuiràs a un món més igualitari.

## I NO HO OBLIDIS.... !

TU UN DIA TAMBÉ  
SERÀS UNA  
PERSONA GRAN!

#bontracte depèn  
de TU!



## > ESCOLTAR

- Escolta de forma activa i amb atenció. Només així coneixeràs els desitjos i voluntats de les persones.

**Si no entens el que una persona vol dir o necessita, pots PREGUNTAR.**

- Tot allò que les persones expressen en relació a com volen ser tractades. Especialment si és en relació a quan no siguin capaces de prendre les seves pròpies decisions.
- Tot el que han viscut les persones i el que et poden ensenyar. No subestimis les capacitats dels altres.

## > COMPRENDRE

- La necessitat de les persones de totes les edats de mantenir relacions familiars, sentimentals i d'amistat.
- La necessitat de ser estimat i estimar de tothom. Tracta als altres com t'agrada que et tractin a tu.
- Les dificultats que poden sorgir durant la vellesa.



# Vist a les aules...



Totes les persones som diferents. La nostra manera de ser depèn del **caràcter** i del que hem viscut. #edatnoimporta



Que cada persona decideixi què vol fer.  
#autonomia



El que avui donis, serà el que demà rebràs.  
Com tractes #personesgrans?



#bontracte és animar als teus a fer el que els hi agrada.



Puc treure bones conclusions amb les persones grans. **Tenen més experiència**  
#envelliment #reconeixement #fontdesaviesa

Fem un tracte?

Recull de les intervencions de l'alumnat durant els tallers *Fem un tracte?*



si t'han cuidat tota la vida, cuida tu també  
#respecte #solidaritat



Qui diu que els grans no tenen energia?  
La meva àvia acaba de marxar al Sàhara!  
#edatnoimporta #envellimentactiu



fes les coses amb voluntat, des del cor, no per obtenir beneficis #bontracte



no hem de generalitzar, no a tothom li agrada el mateix. Amb joves i grans sempre es generalitza #igualtat #diversitat



#vellesa no és #edat sinó #actitud

Fem un tracte?

## Glossari de paraules

### No et confonguis!



- Envelliment:** L'envelliment és un procés natural i progressiu que s'inicia quan acaba el procés del desenvolupament i s'arriba a la maduresa. No s'ha de confondre envelliment amb vellesa, el primer és un procés que comença relativament aviat; la vellesa, una etapa de la vida.
- Edatisme:** Actitud discriminatòria envers una persona com a conseqüència de la seva edat.
- Avi o àvia:** Pare o mare del pare o de la mare. És un terme que indica relacions familiars i que no representa a totes les persones grans.
- Jubilat/da:** Persona que ha deixat de tenir una feina remunerada. No són necessàriament persones grans, es refereix a una situació laboral.
- Persona amb dependència:** Persona que necessita suport per realitzar algunes de les activitats bàsiques de la vida diària (vestir-se, dutxar-se, menjar, sortir a passejar, etc.). No totes les persones grans són persones dependents.
- Estereotips:** Conjunt d'idees que es pressuposen d'una persona o col·lectiu segons les normes culturals establertes. Tenen una connotació negativa, ja que classifiquen les persones i no tenen en compte la diversitat de formes de ser.
- Dignitat:** És un dret de les persones a ser tractades de manera justa i a reconèixer el seu valor com a éssers humans.

## Què puc fer...? Mobilitza't!



Si vols saber més sobre prevenció i actuació contra la discriminació per raó d'edat, pots dirigir-te a:

### Serveis socials d'atenció primària del teu municipi o districte

Si vols participar en la comunitat hi ha moltes entitats del tercer sector social, associacions i col·lectius amb els quals treballar per a la transformació social.

## Agraïments

Aquets manual ha estat possible gràcies a la participació de l'alumnat i el professorat de diversos centres educatius de tota Catalunya i a les persones grans usuàries dels serveis gestionats per ABD.

És un manual en constant transformació, des d'ABD seguim realitzant els tallers de 'Fem un tracte? Bon tracte i envelliment'. Si vols rebre més informació sobre el projecte o tens qualsevol idea, dubte o suggeriment, pots trobar-nos a:

 [abd@abd-ong.org](mailto:abd@abd-ong.org)

 [@abd.ong](https://www.facebook.com/abd.ong)

 [@abd\\_ong](https://twitter.com/abd_ong)





**ABD**

**[www.abd-ong.org](http://www.abd-ong.org)**

**[abd@abd-ong.org](mailto:abd@abd-ong.org)**

**T 93 289 05 30**

