

BON TRACTE EN TOT MOMENT

Difondre la cultura del bon tracte en tot moment és la finalitat principal d'aquesta publicació i de l'exposició a la qual acompanya. Amb la veu de la gent gran es pretén donar a conèixer, a persones de totes les edats, els drets i les responsabilitats que recull el document *Drets i llibertats de les persones grans amb dependència*, elaborat pel Consell Assessor de la Gent Gran de l'Ajuntament de Barcelona.

A través d'allò que diuen les persones grans, de fer visible quins són els seus drets i saber què podem fer per a fer-los realitat, aquest material vol contribuir a eradicar la tolerància social de determinades maneres de tractar la gent gran.

El contingut d'aquest fulletó és un resum del que trobarem en l'exposició «Bon tracte en tot moment», que, d'una manera itinerant, es podrà visitar en diferents equipaments de la ciutat.

Més informació a:

www.bcn.cat/bontractegentgran

www.bcn.cat/consellgentgran

[bcn.cat/
consellgentgran](http://bcn.cat/consellgentgran)

BON TRACTE EN TOT MOMENT

ELS DRETS I LES LLIBERTATS DE LES
PERSONES GRANS AMB DEPENDÈNCIA

QUINS
SÓN?

QUÈ
HI PUC
FER?

bon tracte
en tot moment

Consell Assessor
de la Gent Gran

Ajuntament de
Barcelona



LES PERSONES GRANS DIUEN:

1. Saber com cuidar-me m'ajuda a trobar-me bé

2. No sóc depenent de ningú. Sóc una persona amb dependència

3. Ningú té dret a tractar-me malament ni a ignorar-me

4. Tinc una incapacitació parcial i això em dóna seguretat

5. Tinc dret a uns ingressos suficients per a viure de manera digna

6. He de rebre una bona atenció sanitària

7. Vull decidir les cures i assumir-ne els riscos

8. Jo decideixo on viure, mentre sigui possible

9. Qui em cuida ha de saber com fer-ho

10. Estar i veure les persones que m'estimo em fa sentir bé

11. Amb serveis puc continuar sent independent

12. Les dificultats de mobilitat no m'impedeixen ser una persona activa

13. Ser una persona gran amb dependència no em dóna més drets que als altres

14. Faig exercici, menjo bé i faig coses que m'agraden

TINC DRET A:

Rebre informació i serveis per a prevenir la dependència

Decidir sobre la meua vida i que respectin la meua dignitat

Rebre protecció i un tracte just

Rebre protecció jurídica

Tenir ingressos suficients i gestionar-los

Tenir un diagnòstic precoç i l'atenció adequada

Prendre part en decidir sobre les cures i ajudes

Escollir on viure i tenir serveis de cures de proximitat

Ser atès/a per familiars o cuidadors formats i que comptin amb suport adequat

Relacionar-me amb familiars i amics

Rebre els serveis adequats al meu grau de dependència

Ser reconegut/da per la societat

TINC LA RESPONSABILITAT DE:

Respectar l'interès general de l'entorn on visc

Ser una persona activa en la meua pròpia cura

QUÈ HI PUC FER?

Demanar informació sobre hàbits saludables i participar en escoles de salut

Prendre decisions i informar-ne el meu entorn

Valorar-me, parlar amb persones de confiança si em sento maltractat i ajudar els altres en aquestes situacions

Demanar la incapacitació quan no pugui tenir cura de mi i dels meus béns

Conèixer els ajuts i descomptes i gestionar bé els meus diners

Anar al metge quan em trobi malament i seguir els seus consells

Demanar alternatives sobre les cures

Preveure les necessitats presents i futures

Expressar les meves necessitats a les persones que em cuiden

Cuidar les relacions amb familiars i amics

Conèixer els serveis i demanar els que s'ajusten a les meves necessitats

Tenir interessos i participar en activitats

Implicar-me en la vida del barri

Informar-me i participar en activitats del barri per tenir una vida saludable i oferir els meus coneixements a l'entorn