

# PATRIMONI DE LA HUMANITAT

PER UN BON TRACTE A LES PERSONES GRANS  
VIOLÈNCIA: TOLERÀNCIA ZERO



## LES PERSONES GRANS: EL PATRIMONI MÉS VALUÓS

Ets una persona important. No només per l'edat, sinó també pel teu paper a la societat. La teva generació representa valors universals com la saviesa i l'experiència. Sou el passat, el present i, sí, també el futur. Sou la memòria del nostre país. Per tot això i molt més, mereixes ser respectat, tenir una vida digna i dret a decidir sobre tot allò que t'afecta. Perquè, ben pensat, el patrimoni més important de la humanitat és la humanitat mateixa.

## COM A PERSONA GRAN, AQUESTS SÓN ELS TEUS DRETS:

- Dret a viure amb dignitat.
- Dret a ser cuidat.
- Dret a rebre afecte.
- Dret a ser escoltat.
- Dret a decidir sobre els teus diners.
- Dret a decidir com vols viure.

## QUÈ PUC FER?

No estàs sol. Si creus que estàs vivint situacions injustes que posen en perill la teva integritat, no ho dubtis ni un segon i demana ajuda. Tens moltes vies per aconseguir que es respectin els teus drets.

- Explica què et passa a una persona de confiança. Un familiar o algú del teu entorn són les persones més indicades.
- Si disposes de servei de teleassistència mòbil, contacta amb l'operador. Sempre hi haurà algú a l'altra banda per ajudar-te, a qualsevol hora i qualsevol dia.
- Parla amb el teu equip mèdic, vés al CAP, als serveis d'atenció a la família, al casal de gent gran, als Mossos d'Esquadra o a la policia local.
- Truca al telèfon d'emergències 112. És gratuït i funciona les 24 hores, cada dia de l'any.

**VETLLAR PELS VOSTRES  
DRETS ÉS EL NOSTRE DEURE**

## NECESSITO AJUDA?

Sovint, les persones que pateixen maltractament són les últimes d'adonar-se'n. La dependència, la relació de confiança i la sensació de no poder reaccionar com es voldria fan que es normalitzin situacions que mai no s'haurien hagut d'acceptar. Per això, com a persona gran, el primer de tot és saber si et sents respectat, si vius en llibertat o si, al contrari, pateixes maltractaments.

### No respecten els meus drets quan:

- Familiars i persones del meu entorn no em respecten.
- No es tenen en compte les meves opinions.
- Em tracten com si fos una criatura.
- No puc decidir què faig durant el meu temps lliure.
- No disposo dels meus ingressos lliurement.

## CONEC UNA PERSONA QUE PATEIX MALTRACTAMENTS

Si és així, actua. Comunica-ho als serveis socials, als Mossos d'Esquadra, a la policia local o truca al 112. I ajuda tant com puguis aquesta persona gran a entendre que no està sola i que té uns drets als quals no ha de renunciar en cap circumstància.

Més informació a:  
[www.laCaixa.es/ObraSocial](http://www.laCaixa.es/ObraSocial)  
[www.gencat.cat/benestarsocialfamilia/gentgran](http://www.gencat.cat/benestarsocialfamilia/gentgran)



00-000000-000

# PATRIMONIO DE LA HUMANIDAD

**POR UN BUEN TRATO A LAS PERSONAS MAYORES**  
VIOLENCIA: TOLERANCIA CERO



## LAS PERSONAS MAYORES: EL PATRIMONIO MÁS VALIOSO

Eres una persona importante. No solo por la edad, sino también por tu papel en la sociedad. Tu generación representa valores universales como la sabiduría y la experiencia. Sois el pasado, el presente y, sí, también el futuro. Sois la memoria de este país. Por todo ello y por mucho más, mereces ser respetado, tener una vida digna y el derecho a decidir sobre todo aquello que te afecta. Porque, pensándolo bien, el patrimonio más importante de la humanidad es la propia humanidad.

## COMO PERSONA MAYOR, ESTOS SON TUS DERECHOS:

- Derecho a vivir con dignidad.
- Derecho a ser cuidado.
- Derecho a recibir afecto.
- Derecho a ser escuchado.
- Derecho a decidir sobre tu dinero.
- Derecho a decidir cómo vivir.

## ¿QUÉ PUEDO HACER?

No estás solo. Si crees estar viviendo situaciones injustas que ponen en peligro tu integridad, no lo dudes ni un segundo y pide ayuda. Tienes muchas vías para conseguir que tus derechos sean respetados.

- Explica lo que te ocurre a una persona de confianza. Un familiar o alguien de tu entorno son las personas más indicadas.
- Si cuentas con un servicio de teleasistencia móvil, contacta con el operador. Siempre habrá alguien al otro lado para ayudarte, a cualquier hora y cualquier día.
- Habla con tu equipo médico, ve al CAP, a los servicios de atención a la familia, al centro de mayores, a los Mossos d'Esquadra o a la policía local.
- Llama al teléfono de emergencias 112. Es gratuito y funciona las 24 horas, cada día del año.

**VELAR POR VUESTROS  
DERECHOS ES NUESTRO DEBER**

## ¿NECESITO AYUDA?

A menudo, las personas que sufren maltrato son las últimas en darse cuenta de ello. La dependencia, la relación de confianza y la sensación de no poder reaccionar como se desearía, hacen que se normalicen situaciones que nunca deberían haberse aceptado. Por ello, como persona mayor, lo primero es saber si te sientes respetado, si vives en libertad o si, por el contrario, estás sufriendo malos tratos.

### No respetan mis derechos cuando:

- Familiares y personas de mi entorno no me respetan.
- No se tienen en cuenta mis opiniones.
- Me tratan como a un niño.
- No puedo decidir qué hacer en mi tiempo libre.
- No dispongo de mis ingresos libremente.

## CONOZCO A UNA PERSONA QUE ESTÁ SUFRIENDO MALOS TRATOS

Si es así, actúa. Comunícalo a los servicios sociales, a los Mossos d'Esquadra, a la policía local o llama al 112. Y ayuda cuanto puedas a esta persona mayor a entender que no está sola y que tiene unos derechos a los que no debe renunciar bajo ninguna circunstancia.

Más información en:  
[www.laCaixa.es/ObraSocial](http://www.laCaixa.es/ObraSocial)  
[www.gencat.cat/benestarsocialifamilia/gentgran](http://www.gencat.cat/benestarsocialifamilia/gentgran)



00-000000-000