



PRINCIPIOS PARA LA PROMOCIÓN DE LA CULTURA DEL “BUEN TRATO” A LAS PERSONAS DE MAYOR EDAD EN LA CIUDAD DE MADRID

1. DERECHOS

No pido nada que no merezca, incluso nada de especial. Como persona en evolución, soy distinto al de ayer y puede que no necesite lo mismo de ayer. Tal vez, eso sí, un poco de mayor comprensión y dedicación por tu parte. Más allá de esto, cada uno de nosotros es importante y valioso y además, es legítimo recordarlo y reivindicarlo en cada momento.

Si me tratas con condescendencia o con autoridad y si no facilitas mi implicación en mi propia vida, reduces mis derechos legítimos. Es bueno que sepas que cuando ejerzo mis derechos, defiendo los tuyos.

2. INFORMACIÓN Y AUTONOMÍA DECISORIA

Cuando necesite ayuda para ejercer algunos de mis derechos u obligaciones ¿puedo contar contigo? Facíltame toda la información que necesite para poder tener una opinión formada y tomar las decisiones que me convienen. Una vez tomadas, escúchalas, acéptalas, respétalas y ayúdame a hacerlas efectivas. Infórmame, si no lo supiera, acerca de mi derecho a anticipar mis decisiones por si en algún momento no puedo decidir por mí mismo/a. Y respeta también mi derecho a no decidir, si prefiero delegarlo y que personas en quien confío, decidan por mí.

Si me ocultas información para satisfacer tu propio interés o para evitar que pueda decidir, me quieres mal. En cambio, bien me tratas cuando me comprendes y respetas mis voluntades.



3. CONFIDENCIALIDAD

Sé prudente con toda la información que dispones de mí. Tanto si te la he confiado yo, como si no, piensa que se trata de mi bien máspreciado, mi honor.

Si eres indiscreto, incluso con mis allegados o haces de ese conocimiento un motivo de burla, tu comportamiento merece mi más absoluto desprecio. Piensa en cómo te sentirías si te sucediera a ti, y ello no pasará y serás una persona cuidadosa con todo lo referente a mí.

4. INTIMIDAD E IMAGEN

Cuando necesite apoyos o cuidados y vayas a contactar con mi cuerpo, me gustaría que lo hicieras con consideración y delicadeza. Vela en todo momento por mi integridad y mi imagen. Seguro que a ti también te gustaría que te lo hicieran.

Si me expones a situaciones incómodas, no puedo ofrecerte mi confianza ni tampoco si me impones un modelo estético con el cual no me siento identificado y cómodo. La vida nos pone ante un espejo, actúa bien para reconocer tu mejor versión y para que yo pueda estar a gusto con la mía.

5. INDIVIDUALIDAD/DIVERSIDAD/RECONOCIMIENTO

A medida que envejecemos me he dado cuenta de que cada vez somos más diferentes y, esa singularidad contribuye a hacer más rica la sociedad en la que vivimos y las relaciones que de ahí surgen. No me englobes en un colectivo o grupo homogéneo pues pierdo mi identidad. Recuerda que todas aportamos, somos únicas y complementarias, útiles y productivas. Y, por el hecho de ser, todas tenemos y aportamos valor.

Si me menosprecias demuestras no comprender el verdadero sentido del ser humano y la riqueza de su pluralidad. Así mismo, no contribuyas a ofrecer una imagen discriminatoria ni negativa de las personas con mayor edad.



*Conociéndome (mi historia, mi presente y también mis ilusiones futuras),
comprenderás eso que nos hace únicos y a todos nos conviene cuidar.
Juntos caminamos por el mismo proceso de envejecer..., lo que tú hagas ahora
será el modelo que aprenderán los que te rodean y quienes vendrán después
cuando tú seas más mayor.*

6. COMUNICACIÓN/FAMILIARIDAD

Al igual que tú, me gusta y necesito comunicarme con otras personas. Cuando tengamos cierta confianza y complicidad, nos permitiremos el trato más afectivo e íntimo, mientras tanto preferiré una comunicación correcta y respetuosa.

*Si invades mi espacio sin haberte abierto mi corazón, te estarás extralimitando y
puede que logres justo lo contrario, que lo cierre con llave. Cada cual elige a
quien quiere abrirse y en esto también, seguro que coincidimos.*

7. SABIDURÍA

Valora mi conocimiento, reconoce mi visión del mundo. Tengo muchos años y con ellos he sumado experiencias de todo tipo que han construido mi cultura y mi identidad que son gran parte de mi *equipaje* y de mis recursos para envejecer con plenitud.

*Si crees que no puedo seguir participando o aprendiendo, solo necesito que
me interese y quiera, tiempo y herramientas. ¡Puedo hasta sorprenderte! Tú
también sentirás que puedes hacer frente a cualquier reto que te propongas o
la vida te ponga delante.*



8. VULNERABILIDAD/NECESIDAD DE APOYOS - AYUDAS

Cuando me veas en una posible situación de peligro o de riesgo, avísame con sosiego para que pueda tener cuidado o encuentre la mejor forma de protegerme. Ayúdame a estar bien, pero hazlo respetuosamente.

Si me tratas como a un ser inferior e incompleto, conseguirás que esto afecte a mi autoestima. En cualquier momento puede darse la vuelta a la situación y ser tú quien necesite contar con una persona dispuesta a ayudarte.

9. COOPERACIÓN/PARTICIPACIÓN

Al igual que tú, necesito expresarme e involucrarme en proyectos que mejoren el presente e ilusionen nuestro futuro. A mí también me gusta participar, promover e influir en lo que sucede a mí alrededor. Con los años he aprendido que convivir no es competir y reivindicar no es confrontar.

Si me hablas solo en pasado no me ayudas a seguir adelante. Sin presente o futuro, me desvinculo. Sé de lo que hablo, trata de escuchar con menos prejuicios que seguro tú también aprenderás y juntos sé que podremos llegar más lejos.

10. ROL SOCIAL

Yo, como tú, también adquiero productos y soy consumidor/a de muchos servicios, así que, ofréceme profesionalidad. Infórmame, asesórame, entiende mis necesidades y trata de que encuentre lo que busco y/o necesito.

Si no me sirves como merezco, serás el responsable de que me sienta un cliente insatisfecho, incluso con capacidad de reclamar. Pero has de saber que con mis opiniones te puedo ayudar a ser mejor profesional y así, a dar un mejor servicio.



11. SEGURIDAD

Cuando me veas en una posible situación de peligro o de riesgo, avísame con sosiego para que pueda tener cuidado o encuentre la mejor forma de protegerme. Ayúdame a estar bien, pero hazlo respetuosamente.

Si agachas la mirada y no te implicas en mi bienestar, puede que algún día esa indiferencia la vivas también tú con arrepentimiento. ¿A que tu abuelo o tu abuela no se lo merecerían?

12. EQUIDAD

Proporcióname lo que necesito, sin que por ello, otras personas no se beneficien de lo que les corresponde. Sé justo sabiendo que mis necesidades y las de los demás han de ser contempladas.

Si cuando compartes o repartes no piensas, de alguna manera, en el bien de todos, serás una persona que actúa de manera injusta. Así mismo, no confrontes intereses entre generaciones, ni segregues por razón de edad. Aunque seamos todas muy diferentes, todas las personas necesitamos esencialmente lo mismo, respeta esas diferencias y e intenta complacernos.

No es que a nuestra edad nos hayamos hecho dependientes, sino que en cualquier momento podemos necesitarnos mutuamente. Reconocerse frágil es de valientes, y ayudar a quien lo necesita nos hace grandes. Tanto como nosotros somos ahora.

En sociedad evolucionamos con buenos modelos que generan una cultura del respeto basada en los buenos tratos. Juntos e interdependientes por el buen trato hacia todas las personas.

Y por último, si todo esto no te lo digo yo, ¿quién te lo iba a decir? Y lo que es más importante, si no lo haces tú por mí, ¿crees que alguien mañana lo hará por ti? ¿O piensas que esto de la vejez no va contigo?