

ASSOCIACIÓ EN BICI SENSE EDAT



Seu social: Barcelona

Àmbit geogràfic: autonòmic

Forma jurídica: associació

- 5 persones treballadores
- 1 persona treballadora pertanyent a col·lectius en risc d'exclusió social
- 400 persones voluntàries
- 25 persones sòcies
- 25 persones ateses en serveis a la infància i la joventut
- 5.000 persones ateses en serveis a la gent gran
- 100 persones ateses en serveis d'atenció a la dependència i la discapacitat
- 20 persones ateses en serveis d'atenció a trastorns de salut mental
- 5.000 persones ateses en serveis a altres col·lectius en situació d'exclusió social

www.enbicisenseedat.cat

Breu història de l'organització

En Bici Sense Edat és una associació sense ànim de lucre d'àmbit català que treballa per millorar la qualitat de vida, la salut i el benestar de les persones majors i persones amb mobilitat reduïda, mitjançant l'organització de passejos en tricicles elèctrics especialment adaptats, conduïts per persones voluntàries.

En Bici Sense Edat comença la seva activitat a Barcelona l'octubre de 2016 arran d'una prova pilot impulsada per una agrupació de persones i entitats, amb el suport econòmic de l'Ajuntament de Barcelona i la Generalitat de Catalunya.

Des dels seus inicis, En Bici Sense Edat ha donat suport a les persones grans i persones amb mobilitat reduïda a la ciutat de Barcelona. Més tard, es van començar a obrir capítols per tal de fer arribar la nostra acció social a altres territoris.

Avui dia compten amb una flota de 17 tricicles, amb els que hem realitzat més de 3.800 passejades amb prop de 7.000 persones beneficiades directes. Gràcies a la participació de 500 persones voluntàries les passejades s'han ofert a més de 80 equipaments i entitats a les ciutats de Barcelona, Sant Just Desvern, Terrassa, Castelldefels, Granollers, Cardedeu, Mataró i Sant Cugat del Vallès i continuen creixent per portar la companyia i el vent a la cara a les persones grans d'arreu de tota Catalunya.

Missió

La missió de l'entitat és promoure l'envelliment saludable i el bon tracte a les persones grans i té com a visió, facilitar la creació de noves relacions intergeneracionals que lluitin contra la solitud no volguda.

Descripció de l'activitat

En Bici Sense Edat és un programa de voluntariat social que es va posar en marxa el 2016 amb la missió estimular la participació activa de la societat en la millora de la qualitat de vida i el benestar de les persones grans i persones amb mobilitat reduïda, a través de passejades en tricicles elèctrics especialment adaptats. Al llarg de la trajectòria del programa, En Bici Sense Edat els objectius específics han estat:

- La millora de la qualitat de vida de les persones grans i persones amb discapacitat o diversitat funcional a partir de la millora de la seva mobilitat.
- La promoció de l'envelliment saludable.
- La creació de noves relacions intergeneracionals.
- Oferir a la ciutadania en general una activitat de voluntariat innovadora, saludable i sostenible.
- Donar visibilitat al col·lectiu de la gent gran i fer-lo participi de diverses activitats de la ciutat.

DESCRIPCIÓ DE L'EXPERIÈNCIA PROPOSADA

EL DRET DE SENTIR EL VENT A LA CARA: PASSEJADES EN BICICLETA CONTRA LA SOLEDAT**Breu descripció**

En Bici Sense Edat és un programa de voluntariat social. Acompanyem a persones majors i persones amb mobilitat reduïda que pateixen d'aïllament i solitud no desitjada. Ho fem en el marc de passejades terapèutiques a l'aire lliure, en bicicletes adaptades, conduïdes per persones voluntàries.

Aportació de valor de la iniciativa

L'activitat de passejades terapèutiques es presenta com una proposta de valor única en la seva capacitat de reincorporar a les persones majors en la comunitat.

Es tracta d'una iniciativa innovadora d'intervenció social que, encara que en aparença pugui resultar simple o senzilla, té un impacte significatiu i durador tant en les persones passatgeres com en els qui condueixen el tricicle.

En facilitar una plataforma en la qual les relacions intergeneracionals poden desenvolupar-se i créixer, el programa aborda la solitud no desitjada i l'aïllament social de manera espontània i saludable.

Necessitats identificades

El nombre de persones grans augmenta any rere any. A Catalunya un 18,9% del total de població és major de 65 anys.

Aquesta realitat de població cada vegada més envellida obliga a tenir en compte reptes que transcendeixen les necessitats assistencials o materials de les persones grans i s'estenen a les de tipus afectiu i emocional.

En una conjuntura social, econòmica i sanitària complexa com la que estem vivint resulta de vital importància fomentar modalitats de suport social innovadores que, basant-se en la solidaritat, potenciïn la comunitat.

Activitats com la promoció del voluntariat; el foment de l'envelliment saludable, la creació de relacions intergeneracionals i d'espais que facilitin la transmissió d'històries són eines idònies per a millorar la qualitat de vida de les persones grans i persones amb mobilitat reduïda i per a pal·liar els sentiments negatius que algunes pateixen.

Principals objectius assolits

- La millora de la qualitat de vida de les persones grans i persones amb discapacitat o diversitat funcional a partir de la millora de la seva mobilitat.
- La promoció de l'envelliment saludable.
- La creació de noves relacions intergeneracionals que puguin garantir la transmissió d'històries i coneixements de persones grans a persones joves.
- Oferir a la ciutadania en general una activitat de voluntariat innovadora, saludable i sostenible.
- Donar visibilitat al col·lectiu de la gent gran i fer-lo participi de diverses activitats de la ciutat.

Principals resultats obtinguts

Des d'un inici han recollit dades quantitatives sobre les activitats dutes a terme i de les persones/entitats que s'han beneficiat d'aquestes:

- 3.800 passejades (+ de 7600 hores d'acompanyament)
- 6.000 beneficiàries directes (5.200 persones grans, +500 persones voluntàries, +100 persones amb diversitat funcional, + 400 acompanyants)
- +80 equipaments
- 40 formacions
- 4 activitats complementàries (concert, coral, Gran Pedalada, sortides temàtiques: +1.000 persones participants)

A més, recentment han començat a treballar en el mesurament dels canvis reals que s'han produït en la vida de les participants de les passejades terapèutiques.

El baròmetre de l'estat d'ànim, és una eina de mesurament d'estats d'ànim actuals i transitoris. Abans i després de cada passeig s'ofereix a la persona passatgera que expressi el seu estat d'ànim, segons una escala de 9 variables: *fascinada, genial, sorpresa, bé, indiferent, cansada, malament, enfadada, trista*.

Abast de l'experiència

En Bici Sense Edat és una aposta que considera que tota persona té dret a gaudir del vent en la cara. Es tracta d'una proposta amb especial èmfasi en la inclusió social del col·lectiu de la gent gran. Les passejades a velocitat reduïda i per entorns favorables a la interacció amb les persones al carrer, són un mitjà ideal perquè la gent gran pugui retrobar-se amb els veïns i comerciants dels seus barris. També hi ha la possibilitat que familiars o amics acompanyin al llarg de la passejada i puguin compartir l'experiència amb els seus amics o familiars.

El tricicle d'En Bici Sense Edat esdevé un espai on neixen noves relacions intergeneracionals per combatre la solitud de la gent gran. Permet a persones joves que volen compartir amb la gent gran oferint-los el seu temps per provocar aquell somriure que sorgeix de manera espontània quan tornen a sentir el moviment del vent i el goig d'anar amb bicicleta.

Persones implicades en l'experiència

Treballadores: 7

Membres equips directius: 6

Sòcies: 27

Ateses: 6.000

Voluntàries: 450



Principals factors clau d'èxit

L'èxit de l'activitat resideix tant en la millora de la salut i benestar de les persones involucrades (voluntariat i passatgeres), com en la facultat de les beneficiàries, de decidir lliurement els termes de l'acompanyament (elecció de la ruta, durada del passeig, invitació a detenir-se a compartir un cafè en una terrassa, per exemple). Des del seu disseny, el programa proposa la participació compromesa de les persones beneficiàries. L'activitat de passejades es proposa i gestiona sempre preveient la participació de les persones grans els qui en decidir per on anar o quins camins recórrer, dissenyen la sortida de manera activa. Aquesta circumstància determina un real apoderament de les persones que solen manifestar que amb l'edat o falta de mobilitat, perden accessibilitat a uns certs llocs, així com la capacitat de decidir on traslladar-se.

Dificultats i reptes superats en el desenvolupament de la iniciativa

Hauria estat del tot improbable que la pandèmia de la COVID-19 no afectés l'activitat de la nostra associació. No obstant això, i tenint en compte tots els condicionats que han marcat l'activitat comunitària durant l'època posterior al confinament generalitzat, el balanç va ser més que positiu.

Al llarg del 2020 En Bici Sense Edat va realitzar un total de 467 passejades en tricicle i durant la segona meitat de l'any es van concentrar el 85% del total de sortides. I és que ha estat a partir de juliol, després de quatre mesos d'aturada i un cop decretat el final de l'estat d'alarma, que hem pogut impulsar novament el projecte.

Contràriament al que es podia pensar, els mesos de confinament, així com l'inevitable aïllament social que han comportat per a molta gent gran, han accentuat les ganes —i la necessitat— de sortir de casa.

Encara que a conseqüència de la pandèmia aquest any el nombre total de passejades i persones beneficiàries no es va incrementar respecte a l'any anterior, valoren molt positivament que una vegada recuperada l'activitat, es va fer evident la importància de les passejades com una eina clau per afavorir l'envelliment saludable i pal·liar els efectes negatius que el confinament va provocar en les persones grans.

Elements innovadors que aporta l'experiència

L'activitat de passejades terapèutiques es presenta com una proposta de valor única en la seva capacitat de reincorporar a les persones majors en la comunitat.

Es tracta d'una iniciativa innovadora d'intervenció social que, encara que en aparença pugui resultar simple o senzilla, té un impacte significatiu i durador tant en les persones passatgeres com en els qui condueixen el tricicle.

En facilitar una plataforma en la qual les relacions intergeneracionals poden desenvolupar-se i créixer, el programa aborda la solitud no desitjada i l'aïllament social de manera espontània i saludable.

Principals factors que permeten la transferència i replicabilitat

El recorregut de l'entitat i el seu creixement orgànic i sostingut en l'àmbit territorial posa de manifest la seva capacitat d'escalar-se.

Des de l'associació s'han dissenyat diversos instruments, protocols i eines que han permès replicar l'activitat de passejades en vuit delegacions durant els últims tres anys.

S'han desenvolupat mecanismes senzills però eficients de plans i instruments de sistematització, monitoratge i avaluació de resultats i impactes i per a incrementar el traspàs d'informació entre delegacions.

Així mateix, es compta amb legitimació, reconeixement i prestigi tant de les persones i equipaments participants, com d'institucions i administracions públiques.

En termes de sostenibilitat, es compta amb una estratègia de captació de fons que a més de les línies clàssiques (socis i donants) desplega una línia de viabilitat econòmica a través del desenvolupament de productes i serveis propis (formacions, consultories, model de subscripció a passejos regulars).