

# BUEN TRATO

En Buena Edad con Guadalinfo



## 01

### COMUNICACIÓN POSITIVA



- Practica la empatía, la escucha activa. Negocia para resolver los conflictos. Expresa tus necesidades y sentimientos, pide ayuda cuando lo necesites.

## 02

### AUTOESTIMA



- Valórate ante los demás, reconoce tus posibilidades físicas y emocionales, transmite los objetivos que has cumplido, los acontecimientos que has vivido. Plántate nuevos retos. Tan importante es reconocer nuestras virtudes y logros, como aceptarnos tal y como somos.

## 03

### DIVERSIDAD



- Las personas mayores son un colectivo muy diverso, no asumas estereotipos que expresan una visión negativa del envejecimiento; aunque se den condiciones de enfermedad, dependencia o discapacidad.

## 04

### RESPETO



- Indica a los demás cuando no te sientes tratada como una persona adulta, te tratan de manera infantil, con paternalismo o con un lenguaje simple.

## 05

### PARTICIPACIÓN



- Pon en práctica todos tus conocimientos y competencias. Participa y forma parte de tu comunidad.

## 06

### DECISIONES



- Intenta llevar las riendas de tu vida. Acepta consejos, pero mantén el control, toma decisiones, no dejes todo en manos de la familia o los profesionales. Elige las tareas que te apetezcan y no las que te impongan.

## 07

### FRECUENCIA



- Los malos tratos hacia las personas mayores son más frecuentes de lo que se suele sospechar, suelen estar ocultos, y a veces el origen está en la sobrecarga de la persona que cuida.

## 08

### PREVENCIÓN



- Prevención de los malos tratos a personas mayores.



- Promoción del buen trato a las personas mayores.

## 09

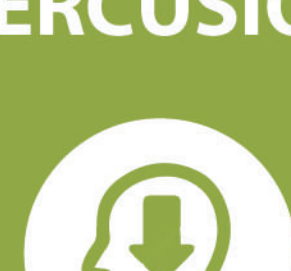
### PROMOCIÓN



- Repercusiones de los malos tratos en las personas mayores

## 10

### REPERCUSIONES



[www.enbuenaedad.es](http://www.enbuenaedad.es) - [www.guadalinfo.es](http://www.guadalinfo.es)

AHORA, HAZ TU TEST AQUÍ !!

