

# PROGRAMA PELS BONS TRACTAMENTS

L'any 2005 posàrem en marxa aquest programa que pretén ser una eina d'aprenentatge de bones pràctiques per a millorar les relacions interpersonals. Volem que siga un instrument de prevenció de la violència interpersonal, especialment en la parella.

## QUÈ FEM?

Fomentar la participació, l'acció social i el voluntariat.

Intervenció a l'àmbit educatiu i associatiu.

Campanyes de sensibilització i investigació social.



## VOLS IMPLICAR-TE?

Participa als equips que desenvolupen el programa, formant-te, realitzant tallers, col·laborant econòmicament.

Crea un espai Pels Bons Tractaments al teu centre d'estudi o associació.

Difon els materials didàctics i de sensibilització del programa.

[www.porlosbuenostratos.org](http://www.porlosbuenostratos.org)

I  amb  
bons  
tractaments

Amb motiu d'aquest dia volem mostrar la nostra repulsa cap a totes les formes de violència que tenen lloc en diferents àmbits, i en particular, en l'àmbit de la parella. Estem davant d'un problema que atempta contra els drets humans de les dones tot afectant directament la qualitat ètica de la nostra societat.

En l'actualitat, segons l'Institut de la Dona, 400.000 dones majors de divuit anys pateixen maltractaments per part de la parella. Les dades indiquen també que, en molts casos, aquests es gesten ja des de l'etapa del festeig. Per aquest motiu, creiem que és molt important la posada en marxa d'estratègies preventives que eradiquen la consolidació de formes de relació violentes o abusives.

Ens juguem la qualitat de les nostres relacions, el nostre benestar i el de les persones que estimem. Perquè aquest desig siga més una realitat, cal la implicació individual, però també l'acció col·lectiva, orientada a eradicar el sexisme i la violència de la nostra societat.

Les relacions poden ser diverses, hi ha moltes maneres d'estimar... però en totes hem de tractar-nos bé. Si establim les nostres relacions en els BONS TRACTAMENTS, podem tenir un antídoto davant les relacions abusives o de maltractament.

I  amb  
bons  
tractaments ... quan ...

Tracte amb igualtat la meua parella. Sense imposicions ni sotmetiments, respectant la seua autonomia personal.

Pacte amb la meua parella que volem i no volem en la nostra relació, quines coses compartim... Sempre des del RESPECTE cap a l'altra persona i cap a la seua LLIBERTAT per a decidir.

TINC CURA de les persones que vull i EM CUIDE.

POSE LIMITS, perquè en l'amor tot no val.

AFRONTA ELS CONFLICTES DE FORMA PACÍFICA, intentant arribar a acords que satisfaguen ambdues parts. Els conflictes són inevitables, allò important és afrontar-los de manera constructiva, amb EMPATIA, ASSERTIVITAT.

RESPECTE a les decisions i opinions de l'altra persona, i, sobretot, voluntat per afrontar-los de forma NO VIOLENTA. Perquè el contingut i la qualitat de les relacions depenen de tu.