



MANIFESTO ABRAZANDO EL TIEMPO

A pesar de las veces que la tecnología pueda hacernos sentir distantes y aislados, en realidad, la clave está en nuestras manos. Estamos aquí para desafiar la soledad que a menudo afecta a nuestros mayores, comprometiéndonos a mostrar que todos podemos contribuir a una conexión más fuerte y profunda. Hoy, comenzamos con un gesto simple pero significativo: ¡un abrazo multitudinario que nos una a todos!

Este evento no es solo un gesto simbólico, es un recordatorio de nuestra responsabilidad hacia nuestros mayores, hacia nuestras futuras generaciones y hacia nosotros mismos. Es un llamado a la acción, a tender la mano y ofrecer un abrazo, un gesto tan simple y más poderoso de lo que nos pensamos.

1 Valoramos la sabiduría acumulada a lo largo de los años por nuestros mayores, y nos comprometemos a aprender de ellos y a honrar su legado.

2 Rechazamos la idea de que la edad sea sinónimo de soledad, optando por construir una comunidad intergeneracional donde todos nos sintamos incluidos y valorados.

3 Nos comprometemos a estar atentos a las señales de soledad en nuestros mayores y a actuar con empatía y compasión para brindarles apoyo emocional y social.

4 Valoramos la importancia de mantener conexiones sociales significativas en todas las etapas de la vida, reconociendo que el aislamiento puede tener un impacto devastador en la salud mental y emocional.

5 Nos comprometemos a crear espacios inclusivos y accesibles donde nuestros mayores puedan participar plenamente en actividades sociales, culturales y recreativas.

6 Nos comprometemos a tender puentes intergeneracionales, creando espacios de encuentro donde jóvenes y mayores puedan compartir experiencias, conocimientos, afecto y diversión.

7 Rechazamos la idea de que la soledad sea una parte inevitable del envejecimiento, y nos comprometemos a luchar activamente contra ella en todas sus formas.

8 Rechazamos cualquier forma de discriminación o estigmatización hacia nuestros mayores, reconociendo su dignidad y su derecho a una vida plena y enriquecedora.

9 Reconocemos que la soledad entre nuestros mayores es un desafío multifacético que requiere soluciones innovadoras y colaborativas en todos los niveles de la sociedad.

10 Nos comprometemos a potenciar actividades de impacto positivo para incentivar el contacto entre las personas para recordarnos así nuestra humanidad y ayudar a celebrar la vida en todas y cada una de sus etapas, también en esta de la vejez que es maravillosa.

Gracias a todos los que estáis aquí hoy, porque juntos, estamos tejiendo una red de amor y apoyo que trasciende el tiempo y el espacio.

