



¿EN QUÉ MOMENTO EMPEZAMOS A SER INVISIBLES PARA LA SOCIEDAD?

Cada año, miles de personas mayores quedan excluidas por un sistema que las ignora. Romper esta brecha no es una opción: es **GARANTIZAR SUS DERECHOS** fundamentales y su lugar en la sociedad

Nuestro proyecto busca sensibilizar para fomentar un cambio cultural que transforme la percepción social sobre el envejecimiento



ROMPIENDO EL TRIÁNGULO
DE LA EXCLUSIÓN

"LO QUE HOY IGNORAS, MAÑANA SERÁ TU REALIDAD."



Si te interesa este proyecto o quieres que realicemos una dinámica con tu equipo, envíanos un correo a:
epalomino@abd-ong.org
bmarti@abd-ong.org

enero 2026 - diciembre 2026



GRUPO
ABD



GRUPO
ABD



ROMPIENDO EL TRIÁNGULO DE LA EXCLUSIÓN DE LAS PERSONAS MAYORES

PARA GARANTIZAR DERECHOS DIGNIDAD, AUTONOMÍA, RESPETO ...

Soledad no deseada

Edadismo

Brecha digital

TU MIRADA ME EXCLUYE, NO ME VES

"No sumo años, acumulo vida"

73,8%

De las personas mayores se sienten juzgadas antes de hablar.

Edadismo es la base del triángulo. Genera falta de confianza y autodescarte. Luchamos para que la edad deje de ser un motivo de exclusión.

SIN LLAVE PARA ESTE MUNDO

"La tecnología debe ser un puente hacia la autonomía, nunca un muro de aislamiento"

70%

No pueden realizar trámites médicos o bancarios sin depender de alguien.

Brecha digital: no es solo el acceso a internet o a un dispositivo, sino la distancia que existe entre las habilidades tecnológicas que demanda la sociedad actual y las capacidades de las personas para manejarse con autonomía.

LA SOLEDAD TAMBIÉN GRITA

"Cuando mi puerta se cierra ya nadie llama"

52,6%

De las personas mayores sufre una soledad no deseada que deteriorará su salud.

Soledad no deseada: El 78,3% de quienes sufren SND son mujeres que viven el aislamiento en el hogar.