



## REFLEXIONES EN EL DÍA DE LOS ABUELOS

Hoy 26 de julio, **Día de los Abuelos**, desde el Consejo Aragonés de Personas Mayores queremos hacer un llamamiento a la **responsabilidad**, a todos, especialmente en este día, a los jóvenes que consideran que la pandemia sólo es cosa preocupante para las personas mayores de 80 años.

Todo el peso de la pandemia cayó en un principio sobre nosotros, nos cogió desprevenidos, sin medios físicos ni humanos, sin saber que pasaba y una vez más resistimos como pudimos, pero muchos cayeron... y lamentablemente algunos aún siguen arrastrando las graves consecuencias de esta, secuelas físicas, soledad, depresión, marginación, desesperanza...

Ahora que el tiempo ha pasado, que los avances científicos y médicos han desarrollado vacunas que frenan la entrada y los efectos mortales de esta terrible pandemia, donde quizás muchos hayáis experimentado pérdidas irreparables, como las de perder a un abuelo o a una abuela, y lo más triste, sin poderles decir adiós, ni darle la mano o un beso, os mandamos en este día tan especial, un mensaje para que no olvidéis que los actos que realicéis cuando estéis fuera pueden tener consecuencias fatales en vuestro entorno, especialmente, en aquellos que por ser más mayores, son más vulnerables, **vuestros abuelos y abuelas...** y quizás también vuestros padres. Las fiestas multitudinarias sin medidas de distanciamiento están ocasionando rebrotes que nuevamente nos amenazan.

**No os estamos culpando de nada**, solo os pedimos vuestro análisis y reflexión.

La OMS nos recuerda que el virus puede ser mortal a cualquier edad. La regla de las 'tres C' indicada por la OMS puede evitar contagios por coronavirus: **espacios cerrados, lugares concurridos y contactos cercanos que se suma a la regla de las "tres M"**:

1. **MASCARILLAS** siempre en lugares cerrados y cuando no sea seguro en el aire libre la distancia de seguridad, ya que se ha demostrado que es una de las medidas más eficaces.
2. Lavado de **MANOS** frecuentes.
3. **MANTENER** la distancia de seguridad mínima de 1,5m.

**Por eso...** Desde **COAPEMA** ... nuestra recomendación, en este día celebrado en muchos países del mundo, es que tengáis siempre presente que vuestros abuelos y abuelas son un referente importante de la familia, que no se puede perder, que os acompañarán siempre en el aprendizaje de la vida formando una simbiosis inexplicable e inmensa.