

# COHABITATGE SÈNIOR AMB CURES

*#PerviureAmbCures*



## **HABITATGE COOPERATIU:**

una oportunitat per avançar  
en l'autonomia de les persones grans

# COHABITATGE SÈNIOR AMB CURES



**Redacció** Mireia Parera Puigdomènech, Perviure  
**Data de publicació** Març 2021

**Amb el suport de**  
Coopdemà, Celobert, Fil a l'agulla  
i Verónica Ramilo Graña

Amb el suport de:



**Reconeixement - No Comercial - Compartir Igual (by-nc-sa):**

No es permet un ús comercial de l'obra original ni de les possibles obres derivades, la distribució de les quals s'ha de fer amb una llicència igual a la que regula l'obra original.

Ajuntament de  
Barcelona



---

<b>1</b>	<b>INTRODUCCIÓ</b>	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>LA VISIÓ COMUNA</b>	<b>2</b>
2.1	Per a qui és — 2	
2.2	Quin és el projecte en comú — 5	
2.3	Quins són els valors compartits — 7	
<b>3</b>	<b>L'ORGANITZACIÓ INTERNA</b>	<b>8</b>
<b>4</b>	<b>EL LLOC</b>	<b>10</b>
<b>5</b>	<b>EL MODEL DE COHABITATGE</b>	<b>12</b>
<b>6</b>	<b>EL DISSENY ARQUITECTÒNIC</b>	<b>13</b>
<b>7</b>	<b>EL COST DEL PROJECTE I EL FINANÇAMENT</b>	<b>15</b>
<b>8</b>	<b>LA CONVIVÈNCIA I LES CURES</b>	<b>18</b>
8.1	El procés d'envelliment i les cures — 18	
8.2	La convivència — 20	
8.3	La mort — 20	
<b>9</b>	<b>PER A SABER-NE MÉS</b>	<b>21</b>

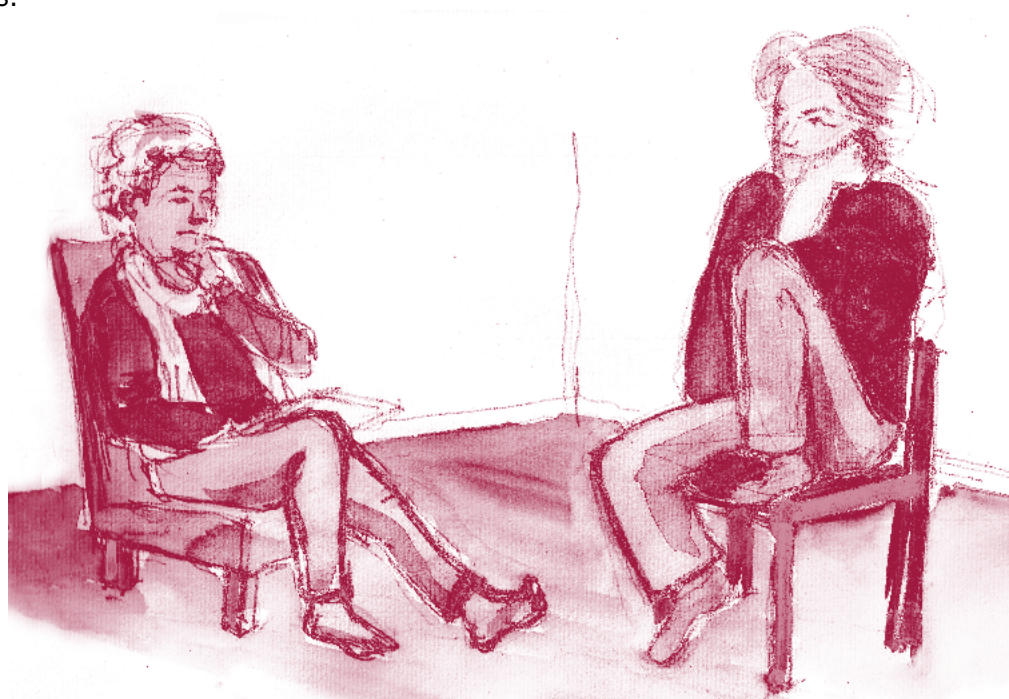
---

# 1 Introducció

El cohabitatge sènior és un tipus d'habitatge col.laboratiu dissenyat i pensat per gent gran. Persones que volen decidir com volen viure l'envelliment i que ho volen fer de manera col.lectiva. És un tipus de projecte singular, sobretot perquè vol donar resposta a les necessitats d'aquesta etapa de la vida. Va més enllà de les lògiques assistencialistes en les quals les persones són simples receptores de serveis, per a passar a ser subjectes actius i prendre decisions de com volen que siguin les seves cures. És també un model que rebutja l'aïllament, massa comú en aquestes edats, i busca models de suport mutu, de relació i veïnatge, per estar i convida amb persones amb qui es pot tenir més o menys afinitat i compartir diversos aspectes de la vida.

A continuació, aquesta guia apunta alguns dels temes més importants a tenir en compte per al disseny i la posada en marxa d'un cohabitatge sènior.

Està pensada per persones grans i grups que pensen en aquest model i no saben com dur-lo a terme. La guia se centra en projectes sènior que vol tenir en compte les cures.



## 2 La visió comuna

La visió comuna és els fonaments del projecte, allò que defineix els seus pilars i que orquestra les decisions més importants. Per aquest motiu, és un bon lloc per on començar. Com a projecte t'has de preguntar:

- Per a qui és
- Quin és el projecte comú
- Quins són els valors comuns

Fer això als inicis i amb un grup motor embrionari facilita la seva definició i que la gent que vulgui sumar-se ja sàpiga de bon principi quines són les seves bases i per tant, a què se suma.

### 2.1. Per a qui és

Per a **persones grans**. Tanmateix, quina és aquesta edat. Un punt de referència pot ser **majors de 50 anys**. Quan aquests projectes inicien fins que es fan realitat, passen uns anys. El procés de cerca de lloc sol durar molt, i en la fase de disseny i construcció cal comptar amb un mínim de dos anys. Com més gran és la persona menys anys té de vida i, sobretot, d'energia per a implicar-se en un projecte d'aquestes característiques. Per això, no és forassenyat començar amb temps a aquestes edats, ja que no se sap massa quan es podrà materialitzar.

Per altra banda, és útil tenir en compte que hi hagi persones amb **edats diverses, d'entre 50 i 75 anys**. Hi ha grups que inclús parlen de franges d'edat i busquen aquesta diversitat de manera activa, per exemple tenint-la en compte com a criteri d'entrada al projecte. Això està pensat precisament per a procurar que els processos d'envelliment passin de manera esglaonada i es pugui anar sostenint els canvis amb més cura.

Aquests projectes requereixen la participació i implicació de les persones que en són part. Per això és essencial que les persones tinguin **capacitat de decidir**, especialment pel que fa al procés de disseny i posada en marxa. Pot ser, que més endavant, un cop el projecte ja funciona, es decideixi que no sigui un criteri en la incorporació de nous membres. Però, en tot cas, al principi és molt important que les persones tinguin les facultats per a poder participar.

A més de tenir la capacitat de decidir, s'ha de voler. És bàsic que les persones que s'apunten a un projecte així ho vulguin, amb tot el que això implica: temps, dedicació, energia, diners, dificultats i reptes.

A més del que s'ha dit, també pot ser que sigui un pilar del projecte, incloure algun altre tipus de característica essencial en les persones que el formen. Algunes idees del que podria ser:

---

Incloure **persones grans amb diversitat funcional física i/o psíquica**. El TEB ha creat la cooperativa Vida Inclusiva, per donar forma a un model de cohabitatge inclusiu en la que 1/3 dels habitatges siguin per a persones amb diversitat funcional, de manera que faciliti una inclusió real d'aquest col·lectiu i es doni resposta a la seva necessitat residencial. Encara no s'ha explorat aquest model amb gent gran, tot i que òbviament aquest tipus de projectes poden incloure persones amb diversitat funcional física i/o persones amb situacions de demència senil. El documental "[Què em passarà quan sigui gran?](#)" narra la dificultat en l'accés a l'habitatge que tenen les persones amb diversitat funcional que es fan grans.

---

---

**Intergeneracional.** En aquest cas, s'hauria de tenir en compte que si es volen incloure serveis, s'hauria de veure qui els paga, i quina és la relació entre el nombre de persones que sostenen això i les que no, per a estudiar la viabilitat d'un projecte així. A més, cal pensar quantes unitats de convivència de cada franja d'edat és ideal, per aconseguir el tipus de projecte intergeneracional que es pretén.

---

Incloure **diversitat de models de convivència** en la part privativa de l'habitatge: persones que viuen soles, persones que viuen amb la parella, persones que viuen amb altres membres de la seva família, persones que conviuen amb altres persones...

---

Per a **persones grans LGTBI+**. A Villaverde, Madrid, existeix el projecte per persones LGTBI+ grans liderat per la "[Asociación 26 de Diciembre](#)", un projecte residencial que també funciona com a centre de dia, que vol construir 30 pisos amb serveis assistencials i d'oci compartits.

---

Per a **dones grans (cis o trans)**. A les afores de París, a França, hi ha la Casa de les Babayagas, un projecte de dones grans autogestionat, feminista, ecologista i solidari. Són una vintena de persones d'entre 60 i 75 anys, que conviuen amb estudis d'entre 25 i 45 m<sup>2</sup> i diverses sales comunes i un jardí. En aquest projecte també hi ha 4 espais reservats per a persones menors de 30 anys. No compta amb professionals per la gestió i l'atenció sanitària, sinó que entre elles autogestionen l'espai, les activitats i el suport que volen i necessiten.

---

Per a **persones grans migrades**, etc.

---

I per últim, seria interessant plantejar-se quin és el nombre de persones que es vol ser. Tot i que això, després també haurà d'encaixar amb les possibilitats reals d'accés al sòl. Al llibre “El Manual del sènior cohousing”, de l'associació Jubilares, diu que la mida mitjana sol ser entre 15 i 30 unitats de convivència. Com més petita sigui la comunitat, més exigent és la relació i dependència entre les persones i més car, ja que el cost dels espais i els serveis comuns si es volen, s'ha de dividir amb menys persones. Per altra banda si són moltes més persones, fa més difícil la presa de decisions i generar un vincle suficient entre les persones que faciliti la convivència.

## 2.2. Quin és el projecte en comú

Es tracta de descriure quin és el projecte i per a què. Un cohabitatge sènior és un projecte d'habitatge amb espais privatis i espais i serveis compartits, gestionat per gent gran amb l'objectiu d'atendre les necessitats d'aquesta etapa de la vida. Això serien els trets definitoris bàsics del projecte, tanmateix és interessant anar més a fons i detallar altres temes importants.

Algunes idees per a poder aprofundir:

---

**És un projecte d'envelliment fins a la mort?** O només hi haurà certs serveis i quan la persona tingui un cert grau de dependència o amb cert tipus de cures haurà de ser atesa a un altre lloc? Aquest tema és molt important definir-lo de bon principi, perquè canviarà la quantitat i el tipus d'espai d'ús comú i el tipus de serveis, i per tant el cost total del projecte.

---

**Quin és el projecte de convivència i de cures?** Quina serà la relació entre els espais privatis i comuns, fins a on volem compartir i què, són algunes qüestions que determinen el nivell de compromís amb el col·lectiu. Aquest tema també involucra les cures i quin és el límit de cada persona o del grup per a sostenir les cures de les persones en l'àmbit personal i per tant on comença la part professional.

---



---

**Quin vol ser el model de gestió interna?** Es vol un model autogestionat, en el qual són les persones del grup les que gestionen l'espai, activitats i /o serveis. Un model mixt, amb professionals dels diferents àmbits que posen en marxa els serveis i persones del grup que participen activament en la gestió. O bé un model de gestió externa, en el qual les persones només decideixen l'estratègia i les línies generals del model d'acompanyament i és un equip extern amb una gerent que organitza totes les professionals que executen els diferents serveis que s'ha contractat.

---

**Vol ser un projecte reconegut per l'administració com a centre residencial?** Això influirà el disseny arquitectònic i els tipus d'espais que es necessiten, així com amb el tipus de serveis que es necessiten contractar. La principal avantatge és que aquest reconeixement comporta la possibilitat de rebre ajudes econòmiques públiques.

---

**És un projecte vinculat o arrelat a un territori?** Quin? Hi ha projectes que volen fer-se a municipis, llocs o barris determinats.

---

**Vol ser obert al barri? Com?** Hi ha moltes maneres de fer-ho. Es pot tenir un o varis espais obert al barri, oferir activitats, donar servei a persones grans del barri que no visquin a l'edifici, o bé vincular-se políticament al barri i l'entorn amb altres entitats, associacions i fer accions fora de l'edifici, entre d'altres.

---

**Es vol fer amb un model de cohabitatge específic?** El cohabitatge es pot impulsar en sòl privat o públic i amb diferents formes jurídiques. Per a saber quin model s'adequa millor al projecte és útil comptar amb assessorament jurídic.

---

---

**És un projecte pioner que vol donar a conèixer el cohabitatge sènior?** Si aquest és un dels objectius, caldrà invertir temps per a fer pressió política perquè les administracions, entitats financeres i altres actors facilitin que es repliqui el model, entre d'altres accions comunicatives.

---

### 2.3. Quins són els valors compartits

Els valors també descriuen l'essència del projecte. Si a més aquest projecte es fa amb el model de cooperativisme en cessió d'ús, hi ha tota una sèrie de principis i valors compartits de molts projectes d'aquest tipus que es fonamenten en:

- Habitatge assequible i no especulatiu
- Autogestió, participació i apoderament
- Arrelament territorial
- Sostenibilitat i eficiència energètica
- Mercat social: foment de l'economia social i solidària
- Suport mutu i vida comunitària

Però n'hi ha d'altres que també es podrien incloure com el feminisme, l'antiracisme, que fomenti la diversitat i la inclusió de diferents realitats més marginades socialment, que fomenti la vida independent, etc.

### 3 L'organització interna

L'organització varia segons la fase del projecte. Al principi és quan s'assenten les bases del projecte, es pensa la visió comuna, es construeix el grup..., hi ha moltes coses per decidir. La participació s'intensifica un cop hi ha un espai físic on desenvolupar el projecte i és moment de prendre moltes decisions que donaran forma més concreta al cohabitatge. És el moment de construir o rehabilitar l'edifici i sol comptar amb un temps determinat per a complir amb els terminis fixats.

És important tenir en compte que un projecte així, **requereix certa implicació i participació**. Especialment en les etapes prèvies, ja que més endavant, en la fase de conviure, quan hi hagi disponibilitat, les persones podran sumar-se a un projecte dissenyat i que funciona, sense haver d'involucrar-se tant en la seva organització interna. Això sí, es sumaran a un carro que ja està en marxa i per tant hi haurà moltes decisions que no podran canviar.

Segons el tipus de grup i projecte, pot funcionar de manera més o menys assembleària o jeràrquica, en funció del que els seus membres vulguin. Pot haver-hi un grup motor que treballi per a definir les línies comunes i l'estratègia i que la resta de persones es sumin més endavant o delegar certes decisions en el mateix grup motor. En tot cas, el que és recomanable és que això sigui clar per tothom i que tothom hi estigui d'acord.

Quan les persones estan jubilades, compten de més temps, però també es necessita interès i motivació, així com coneixements específics. Per això és **recomanable formar-se**, conèixer altres persones que estan en projectes semblants, entitats i professionals, anar a xerrades, visitar projectes existents, etc.

Així com dèiem que la implicació sol ser més intensa en les primeres etapes, un cop el projecte estigui en marxa i les persones convisquin, es pot decidir continuar amb un nivell més o menys alt d'autogestió. És el moment de decidir quin tipus de participació i implicació es voldrà tenir i si, com s'ha comentat en el punt de visió comuna del projecte, es voldrà una gestió exter-

na per part d'una persona gerent, professionals de l'àmbit sanitari, administratiu, de neteja, de restauració, etc. En alguns casos s'ha començat amb una gestió interna que amb el temps ha passat a ser externa.

En tot cas, els òrgans de governança solen ser, una Junta, comissions i grups de treballs per a temes operatius i l'assemblea, que sol convocar-se un mínim d'un cop l'any.

El procés d'envelliment pot afectar les capacitats físiques i cognitives i per tant, la disposició per a poder participar. Això és important tenir-ho en compte i preveure-ho, perquè pugui haver **diferents maneres de participar i implicar-se i de gaudir sense participar**. No només per aquest motiu, ja que també hi ha moments en els quals les persones necessiten cert descans, per processos de dol, de menys motivació, de cansament, malestar de diferents tipus, etc. La comunitat de Gimle de Dinamarca comptabilitza la participació amb un banc del temps. Les persones han d'aportar un nombre d'hores a la comunitat cada any i ho poden fer executant diferents tasques. Si se'n fan més, compten per altres anys, per quan es tingui menys energia, motivació o capacitats. I si se'n fan de menys es poden compensar altres anys o es poden pagar.

No tothom que comenci el projecte arribarà al final, i arribaran moltes persones a mig camí. Per això és tan important preparar-se per la benvinguda i el comiat.

## 4 El lloc

La guia “[Un lloc per Viure](#)” de Perviure, dóna eines per a facilitar la cerca i l'accés a sòls i habitatges per a fer realitat un projecte de cohabitatge. En tot cas, en aquest apartat es detallen algunes de les especificitats a tenir en compte quan aquest és per a persones grans.

En relació amb els criteris de cerca hi ha diferents temes a tenir en compte:

---

L'accessibilitat al lloc a peu o amb transport públic a estacions de tren o ferrocarrils, pot facilitar que les persones que hi conviuen puguin moure's sense haver de dependre de terceres persones o dependre del vehicle privat. Cal tenir en compte que les capacitats per conduir minven a mesura que s'envelleix. En alguns cohabitatges sèniors que estan als afores de poblacions i no tenen transport públic, han compensat això, amb serveis de mobilitat privada, en alguns casos pactant tarifes especials o fixes.

---

Un altre tema que sol valorar-se és la proximitat a serveis bàsics, serveis d'oci i culturals (cinemes, museus, sales d'exposicions, teatres, etc.), a serveis sanitaris (centres d'atenció primària, hospitals, etc.), etc.

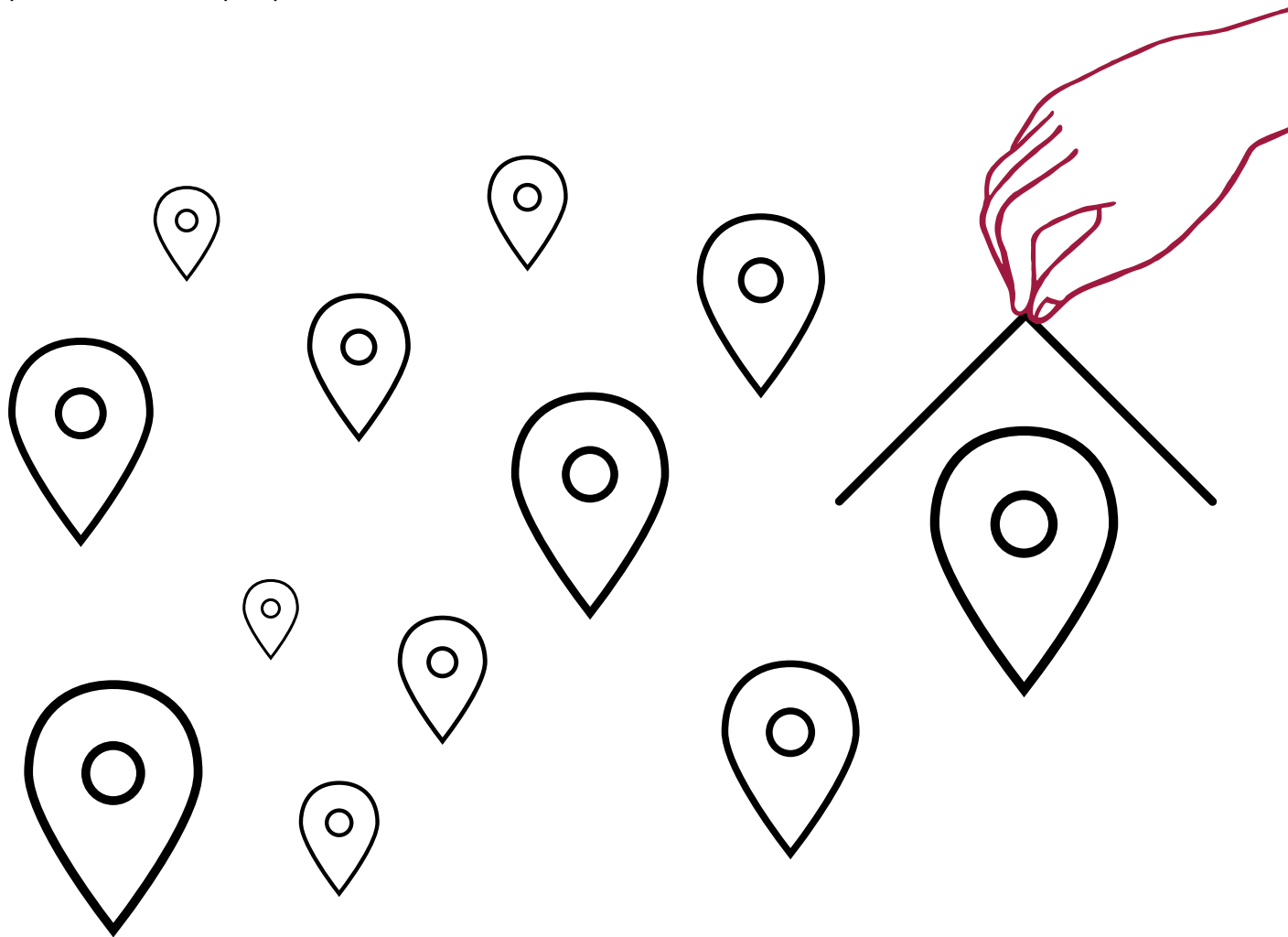
---

Si el grup està vinculat a una zona o territori, això delimita el lloc on cercar.

---

Amb relació a l'espai és important també tenir en compte si és propietat pública o privada i quina és **la qualificació urbanística del terreny**. Un cohabitatge sènior es pot ubicar, en sòls que es destinen a habitatge o d'equipaments, ja s'hagi previst l'ús d'allotjament o l'ús sanitari-assistencial.

També en cas de sòl d'habitatge cal tenir en compte si i està qualificat d'habitatge de protecció oficial (HPO) o no, ja que això determina quin perfil concret de persones poden accedir-hi. La qualificació d'HPO limita l'accés a persones amb propietats o rendes elevades.



## 5 El model de cohabitatge

El projecte pot tenir diferents formes jurídiques, segons la filosofia del projecte i el que faci sentit en cada cas. Algunes d'aquestes poden ser: comunitat de propietàries, cooperativa de propietàries, cooperativa en cessió d'ús, cooperativa en dret a superfície, etc.

En tot cas es conceben com projectes col·lectius, de manera que les decisions es prenen en conjunt i hi ha una part dels espais que són compartits.



## 6 El disseny arquitectònic

El disseny arquitectònic del futur cohabitatge es fa conjuntament entre les professionals de l'àmbit de l'arquitectura i les persones que conformen el grup. Aquest disseny és un procés que es fonamenta en el projecte social definit pel grup així com en la seva missió, visió i valors. Les característiques de l'edifici varien en funció del tipus de projecte i del lloc. En tot cas, solen ser projectes amb una **proporció més alta d'espai comunitari** (20-50%), comparat amb el que sol ser un cohabitatge convencional (10-30%) i per tant amb una superfície d'espai privatiu que sol situar-se entre els 25 i 40 m<sup>2</sup>. Això es deu a la necessitat d'ubicar els diferents serveis d'acompanyament a l'envel·liment, i a uns requeriments espacials més amplis per atendre els requisits d'accessibilitat i per facilitar el moviment de persones que es mouen amb cadires de rodes, lliteres o altres necessitats.

En general és important tenir en compte criteris d'**accessibilitat universal** en el disseny arquitectònic, que tinguin en compte l'accessibilitat física, però també la cognitiva i sensorial, que tenen a veure amb facilitar la mobilitat i identificació dels espais davant l'eventual pèrdua o deteriorament dels sentits i o de capacitats intel·lectuals (vista, oïda, sentit de l'orientació, memòria, etc.).

Alguns dels espais comuns que es poden plantejar poden ser:

menjador comunitari

cuina

habitació per a convidades

espai de bugaderia

biblioteca i espai de lectura i silenci

espai de primeres cures, d'infermeria i/o teràpia

bany geriàtric

oficina

vestuari per a les persones treballadores

magatzem

sala d'expressió corporal i/o de rehabilitació

sala polivalent per activitats diverses

sala d'estar

espai de jocs de taula

sala taller

piscina o espai de sauna

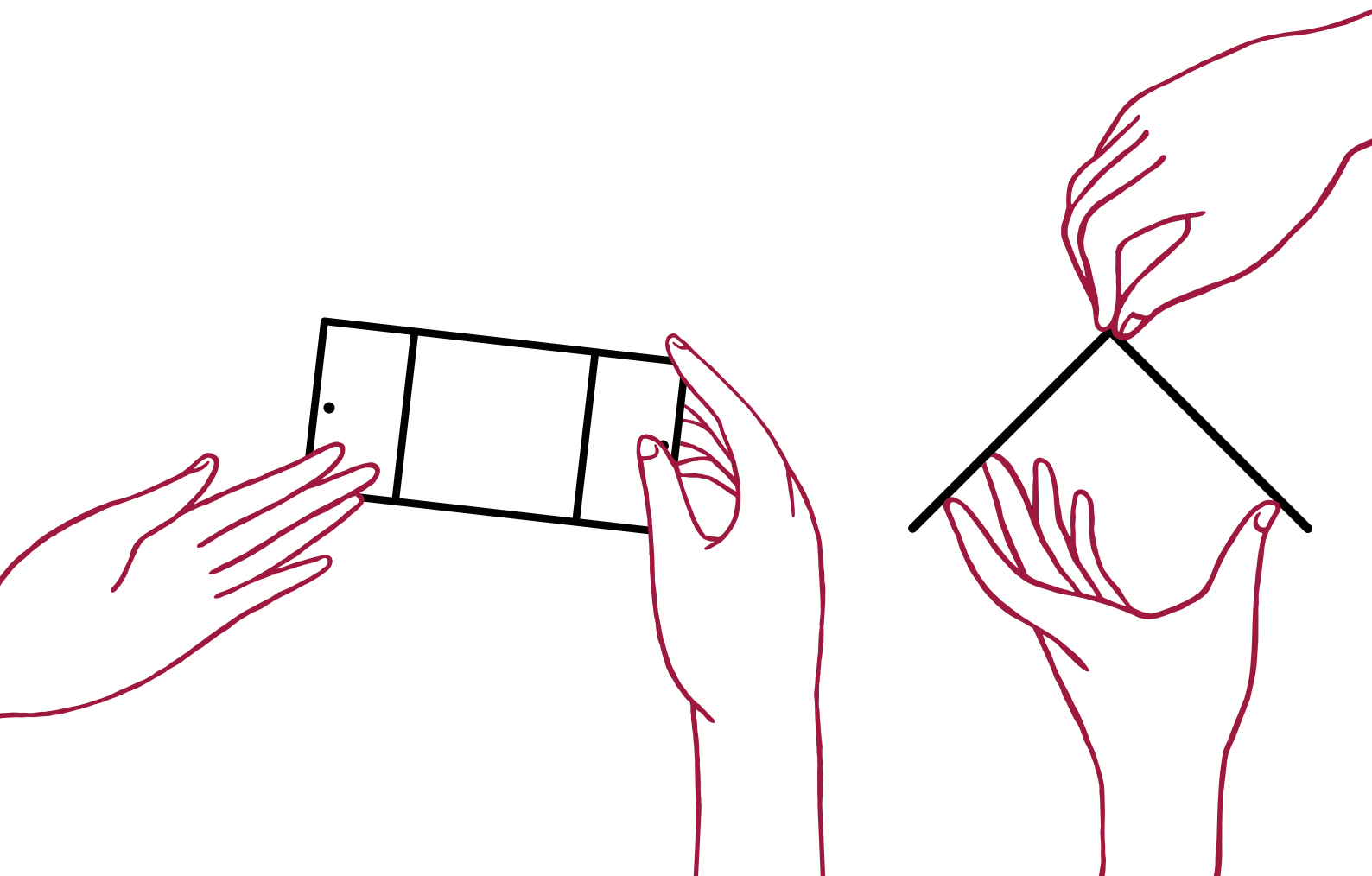
terrassa o zona enjardinada amb possibilitat de fer hort

aparcament



La distribució dels espais haurà de tenir en compte aspectes com per exemple, si es vol que puguin accedir persones de fora de la comunitat als serveis o activitats que es facin a l'edifici, si es vol diferenciar zones o plantes en funció de diferents graus de dependència o altres motius.

Un projecte d'aquestes característiques pot ser d'obra nova o resultat de la rehabilitació d'un edifici existent. Caldrà estudiar amb detall els costos de la rehabilitació per assegurar que econòmicament sigui més viable que l'obra, nova, doncs, amb totes aquestes exigències, sol ser més fàcil fer un habitatge d'obra nova que rehabilitar-ne un.



## 7 El cost del projecte i el finançament

Un projecte sènior amb cures que inclogui serveis pel procés d'envelliment costa més diners que un que no n'inclogui, ja que tot el que es necessita per envellir amb qualitat i benestar és car. S'han de tenir en compte els costos següents:

- Costos d'adquisició: cost de venda, lloguer o cànon del sòl.
- Costos de construcció o rehabilitació i adaptació: costos associats a les obres per a adaptar-lo a les necessitats del projecte.
- Costos de gestió propis del projecte.
- Costos de serveis: costos associats als serveis fixos i esporàdics d'atenció sanitària, menjador, neteja, etc.



La **APPel Lloc** és una aplicació en línia que serveix per a fer un primer estudi d'una part dels costos sense incloure la part de serveis.

Donat que el cost sol ser elevat, alguns projectes es plantegen diverses alternatives, entre elles:

---

**Ser reconeguts com a centre residencial**, perquè les persones puguin accedir als ajuts de la lleï de suport a l'autonomia personal. Per això, hi ha una lleï que regula el que es necessita per a ser centre residencial i que estableix criteris amb relació al tipus de serveis, espais, disposició d'aquests, etc. Si es compleixen els requisits per a ser centre residencial, es pot comptar amb ajudes econòmiques, però això implica unes superfícies d'equipament i serveis sanitaris mínims que també encareix el projecte.

---

---

Que es **reconegui al cohabitatge sènior en la cartera de serveis socials** i siguin reconeguts per la labor social que tenen i per tant que puguin rebre finançament. El 2018, la Xunta de Galícia anunciava que s'inclouria a la cartera de serveis a la tercera edat el cohabitatge sènior. I el febrer de 2019, la Conselleria de Benestar, Serveis i Drets Socials del Govern del Principat d'Astúries, concebia els denominats "Allotjaments Col·laboratius", com un tipus d'equipament que té cabuda en el sector dels serveis socials, que a més de ser habitatge inclou en els seus objectius "el suport davant de situacions de dificultat (cures personals entre d'altres) i la promoció d'una vida social activa i col·laborativa dins i fora de la seva comunitat".

---

**Demandar a les administracions que posin a disposició sòl no qualificat d'habitatge de protecció oficial (HPO)** o que no es demani això com a requisit en els concursos de cessió de sòl públic per a cohabitatges sènior. Doncs, actualment, bona part de les persones grans interessades en aquest tipus de projecte, tenen alguna propietat i/o ingressos prou alts que fan que no puguin accedir a un habitatge qualificat com de protecció oficial.

---

Que les **administracions implementin altres tipus d'ajudes** a aquest tipus de projectes. La guia [Facilitem l'accés al sòl](#) elaborada per Celobert i Perviure, és una bona eina per a presentar a les administracions i facilitar-los informació per com poden facilitar un cohabitatge sènior al seu municipi.

---

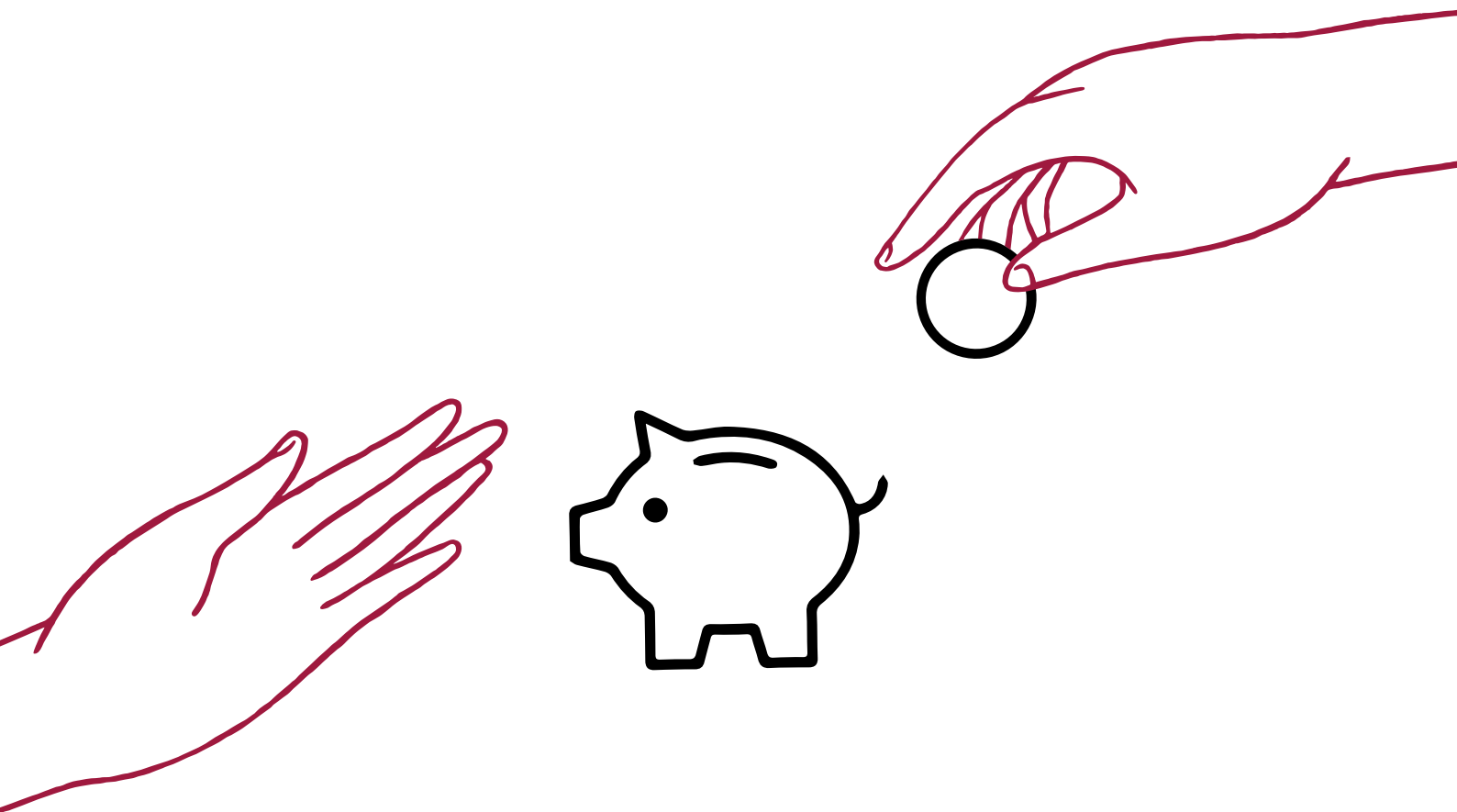
**Obrir-se al barri o l'entorn** i que el veïnatge pugui fer servir les instal·lacions, serveis i participi de les activitats i per tant pugui compartir part dels costos.

---

Entre d'altres.

---

En tot cas en aquests casos, també és important tenir en compte que també pot haver-hi traves en la recerca del finançament. És més difícil que les entitats financeres financin aquests projectes perquè són xifres molt elevades i les persones són grans i no volen assumir el risc que aquestes es morin abans d'haver retornat el préstec. Es necessita fer pedagogia per a entendre que és una propietat col·lectiva, un model sòlid i segur i que quan una persona mor, una altra persona passa a ocupar el seu lloc i per tant no afecta la capacitat de retorn del préstec. En tot cas algunes alternatives poden ser, avalar amb propietats o liquidar-les per a reduir l'import total del finançament necessari i combinar-lo amb l'emissió de títols participatius, aportacions de persones individuals que donen suport al projecte tot i que amb un termini de retorn més curt.



## 8 La convivència i les cures

### 8.1. El procés d'envelliment i les cures

Un projecte sènior implica anar a viure amb altres persones en edat avançada i en procés d'envelliment. Per tant que **aniran minvant les capacitats pròpies i de les altres persones**. És molt important **preparar-se per això**, i la millor manera de fer-ho és parlar-ne, compartir pors, sensacions, males-tars, experiències..., en definitiva tot allò que es necessiti.

Hi ha molts grups que fan tallers o es reuneixen per parlar-ne i això ajuda a definir més el projecte i saber què s'espera les unes de les altres i quin tipus de serveis es vol externalitzar. Exemples de preguntes:

Com t'imagines el teu envelliment? Tenir en compte temes físics, psicològics, emocionals i socials.

Com seria envellir amb benestar en aquest cohabitatge?

Com t'agradaria relacionar-te amb les persones amb les quals convisquis? Com t'imagines el dia a dia?

Qui suport t'agradaria oferir o donar a la resta de persones?  
Per exemple: ajudar a les compres, donar medicaments, fer la bugada, espai de compartir o joc, cuinar, acompanyar-la en el desplaçament... És molt important que això sigui voluntari i que cadascú faci allò que realment vol en cada moment.

Quin suport t'agradaria rebre de les altres? Què necessaries per a poder rebre aquest suport i que et cuidin?

Quins suports voldries que fossin professionals?  
Ex: vestir-se, banyar-se, cures d'infermeria...

El que és important és que no tot es pot preveure i per tant, hi haurà coses que s'aniran definint en la marxa. En tot cas, si ja existeix una cultura de compartir i parlar de temes més difícils i compromesos, sempre serà més fàcil fer-ho quan es necessiti.

És possible que algunes persones tinguin **demència senil** i a vegades, en les etapes primerenques, no és fàcil detectar-ne els símptomes o senyals i això pot afectar la convivència, generar malentesos, malestars, etc. Pot ser recomanable una formació amb professionals de l'àmbit per a conèixer com es pot detectar, entendre aquests canvis i tenir eines per acompanyar aquests processos a les mateixes persones afectades i al grup.

També pot haver-hi **situacions de dependències severes**, que passin de sobte, sense preveure-ho, o que es puguin anar preveient, que siguin transitòries o que perdurin. Ser-ne conscient i planificar diferents escenaris pot ajudar a estar més preparades.

Per altra banda, quan la persona perd la capacitat de decidir per ella mateixa passa a ser tutelada per la família més pròxima. Si el projecte és finalista i la persona vol morir al cohabitatge, quan passa a ser tutelada, és **qui tutela la persona que passa a decidir per ella**, i per tant a ser part del projecte, pel que fa a la participació de les assemblees i la presa de decisions. Per tal que les persones que han triat aquest tipus de projecte puguin romandre-hi sempre, si és això el que volen, alguns projectes de cohabitatge sènior estan treballant per a ser entitat tutelar per ajudar a preservar aquesta voluntat. Per a fer això, les persones han de deixar per escrit prèviament qui vol que sigui l'entitat o persona que la tuteli, deixant clar com vol que sigui el seu procés d'envelliment fins a la mort, de manera que aquesta persona o entitat ho respecti, sempre que sigui possible.

Amb relació als serveis, si s'escull externalitzar-ho, és molt important que **les persones que hi treballin ho facin des d'una mirada que encaixi amb els valors del projecte**. Un dels models que ara mateix està alineat amb els projectes d'habitatge col·lectiu sènior és el model d'atenció integral centrada en les persones, en el sentit que reconeixen el caràcter únic i singular de

cada persona i promouen una mirada que es fixa en les capacitats més que en aquells aspectes que fa a la persona dependent, fomentant així la seva autodeterminació i la capacitat d'escollir com vol ser acompanyat en tot el que necessiti. Això és clau perquè sigui coherent amb un projecte que parteix de la voluntat de les persones de ser part i de decidir com volen viure.

## 8.2. La convivència

El moment previ a entrar a viure és l'etapa de posar-se d'acord amb les coses quotidianes i del dia a dia. Com funcionarà el menjador, els àpats comuns, la neteja, les activitats, els serveis, els horaris i normes d'ús dels espais, etc. Si el projecte compta amb una gestió externa, es pot deixar que sigui qui defineixi les normes de funcionament tenint en compte els interessos de les persones i la filosofia pròpia del projecte. Sigui d'una manera o d'una altra, s'haurà d'anar prenent decisions i marcant normes que regulin tots aquests aspectes i crear o alimentar el reglament de règim intern, en el qual es tingui en compte diferents maneres d'estar i participar en el projecte i que és un projecte amb gent gran amb diferents capacitats i energies.

## 8.3. La mort

El procés d'acompanyament a la mort i el dol és un altre gran tema. Si el projecte és finalista, aquest és un tema per parlar-ne, compartir i reflexionar.

El que vol cadascú en la seva mort i en el procés previ abans de morir, es pot definir en el [testament vital](#), treballant **les últimes voluntats**. Pots decidir què vols, com vols que et cuidin, quin tipus de cerimònia o ritual de pas i què no vols.

## 9 Per a saber més

Recursos propis:

**L'ARRENCADA D'UN  
COHABITATGE  
SÈNIOR SEGONS LES  
SEVES  
PROTAGONISTES**

Com arrenca  
un cohabitatge sènior?

**COM ES CONCEP  
UN COHABITATGE  
SÈNIOR  
AMB CURES ?**

Com es concep  
un cohabitatge sènior?

COHABITATGE  
AMB CURES  
I ATENCIÓ  
A LES  
PERSONES

*#PerviureAmbCures*



Cohabitatge amb cures  
i atenció a les persones



Envellir  
en comunitat



Recursos externs:



## Cures en la convivencia de les persones grans Grup sènior Can 70

SOSTRE CÍVIC



## Cohousing: Modelo residencial colaborativo y capacitante para un envejecimiento feliz

FUNDACIÓN PILARES



## Arquitecturas del cuidado: Viviendas colaborativas para personas mayores. Un acercamiento al contexto vasco y las realidades europeas

IRATI MOGOLLÓN GARCÍA Y ANA FERNÁNDEZ CUBERO



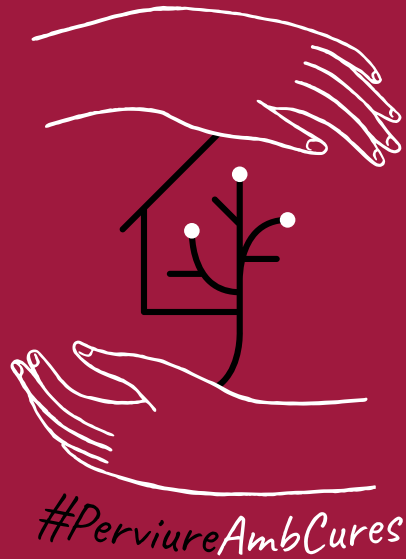
## Cohousing sènior y cooperativismo de consumo

HISPACOOP, CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE COOPERATIVAS  
DE CONSUMIDORES Y USUARIOS, QUE AGRUPA 10 COOPERATIVAS  
DE COHABITATGE SÈNIOR AL TERRITORI ESPANYOL



## Manual de Senior Cohousing

ASSOCIACIÓ JUBILARES



[info@perviure.org](mailto:info@perviure.org) | [www.perviure.org/ambcures](http://www.perviure.org/ambcures)

