



Buenas Prácticas
MODELOY AMBIENTE

Asociación Jubilarés



*Miguel Ángel Mira Illana
Javier del Monte Diego
Miguel Ángel Piquet Sanz*

Asociación Jubilarés



Resumen

Un jubilar es una comunidad autopromovida y autogestionada de personas mayores que diseñan con metodología participativa el entorno físico y social donde quieren vivir.

La asociación Jubilares es la asociación de estas comunidades. Trabaja en la investigación de este modelo residencial que en otros países se viene a denominar "senior cohousing", en el proceso de acompañamiento, asesoramiento y diálogo con instituciones, facilitación y empoderamiento de las comunidades durante la etapa de diseño, y en la colaboración mutua entre comunidades y organización que las engloba durante la vida en el jubilar.

FECHA DE INCORPORACIÓN A LA RED:
05/09/2018

Fecha de Última Actualización:
05/09/2018

ÁMBITO DE ACTUACIÓN:
Diseño y actuaciones ambientales y arquitectónicas, Innovaciones organizativas y metodológicas, Investigación, evaluación y formación y/o acompañamiento

LUGAR:
Ámbito Nacional, si bien se realiza labores de asesoramiento en el extranjero

GRUPO DE POBLACIÓN AL QUE SE DIRIGE:
Grupos de Personas (habitualmente entre los 55 y 70 años de edad) que deciden desarrollar un proyecto participativo para contar con su propia vivienda colectiva para la etapa posterior a la jubilación.

Justificación

Se considera que la experiencia de la Asociación Jubilares constituye una buena práctica porque cumple la mayoría de los criterios que se proponen para integrarse en la Red Modelo y Ambiente.

- **Innovación:** la iniciativa supone la generación de un modelo de servicio de asesoramiento integral sin precedentes estables en España, que comienza con un proceso de facilitación y empoderamiento durante la fase de construcción de comunidad, que responde a un modelo y sigue un método hasta la consecución del Jubilar, y que continúa con otro de acompañamiento y asesoramiento Integral y Personalizado (AICP) durante la vida en el jubilar, en materia no solo de atención profesional psicológica, jurídica y de atención social y sanitaria domiciliaria, sino también como movimiento asociativo compuesto por entidades que cada vez harán más fuerte el modelo y el colectivo de personas mayores en nuestro país.
- **Ética:** todo el desarrollo de la iniciativa está regido por la persona participante, que controla, a través del colectivo que él mismo constituye, desde la elección del lugar y la actividad, el diseño del complejo residencial, la realización del mismo y la elaboración de normas de convivencia, hasta la propia autogestión del complejo para la organización de la actividad cotidiana y la contratación y aplicación de los medios de asistencia socio-sanitaria domiciliaria. Tanto la Asociación Jubilares como el denominado gestor de AICP son asesores que aconsejan, acompañan y actúan a demanda cuando es necesario. Pero sobre todo empoderan. No son directores o gerentes de los Jubilares. Por tanto la ética de la propuesta reside en que queda garantizada LA AUTONOMÍA DE LA PERSONA PARA LLEVAR CABO SU PROYECTO DE VIDA INDIVIDUAL.
- **Sostenibilidad**
 - **Medioambiental:** la arquitectura moderna, más ecológica y responsable con el medio, el propio programa ajustado a las necesidades y la existencia de zonas comunes supone ahorros energéticos y menor impacto ambiental.
 - **Económica y de mantenimiento:** El modelo Cooperativo permite asegurar el uso en el tiempo y la moderación de precios, lo que trae consigo que cada vez sea más barato acceder a un Jubilar (de ahí la existencia de listas de espera), y que los edificios se mantengan en óptimas condiciones.
 - **De medios:** La atención a cada persona involucra a los profesionales, a las propias personas mayores y, en su caso, a los familiares, pero SÓLO cuando resulta necesario (AICP), realizándose la intervención siempre de manera personalizada y a la carta.
 - **Integralidad:** La integración entre atención a la persona y construcción del espacio físico donde se realiza es total y se ejecuta con la participación activa de cada

colectivo de usuarios

- Transferibilidad: la propia naturaleza de la propuesta pretende su generalización, su repetición adaptándose a las características propias de cada grupo que demanda el servicio, así como al contexto territorial. De hecho, la extensión de la iniciativa redundará en su propio beneficio, ya que provocaría un aumento de oferta de servicios de atención y de su influencia en el sector de atención a las personas mayores o personas con discapacidad. La metodología del proyecto, basada en la autopromoción, permite además una extensión rápida, que no depende de la capacidad financiera de un promotor concreto, ni se ve afectada por una coyuntura económica desfavorable, pues parte de los recursos ya disponibles (la vivienda actual del usuario).

Objetivos

Como objetivo general se pretende mejorar la calidad de vida de las personas mayores a través del acompañamiento en el desarrollo de viviendas diseñadas de manera participativa en entornos comunitarios amigables y que satisfagan sus necesidades a medida que éstas se vayan presentando.

Como objetivos específicos se plantean:

- Implantar un modelo residencial que favorece la autonomía personal, sin tutelas ni servicios obligados.
- Promover actitudes activas, de iniciativa y gestión propias, frente al modelo imperante de pasividad y consumo.
- Promover y facilitar el funcionamiento en comunidad, como instrumento donde las personas mayores pueden aumentar su capacidad de acción e influencia, encontrar seguridad y apoyo para los momentos de vulnerabilidad, resultando en una mayor autonomía personal.
- Garantizar una atención a la carta, psicosocial y sanitaria, integrada y respetuosa con la autonomía de las personas mayores (AICP).

Descripción, metodología y fases del proyecto

Se trata de una experiencia de apoyo a la implantación en España del modelo internacional de viviendas para personas mayores conocido como Senior Cohousing. Se realiza según el Método danés Nielsen para formación de comunidades autogestionadas por las propias personas mayores. A este modelo, de larga tradición internacional, se le añade un asesoramiento y provisión de servicios profesionales a la carta en atención psico-socio-sanitaria a domicilio, según los postulados de la Atención Integral y Centrada en la Persona.

Así pues, un jubilar es un “Senior Cohousing” con Atención Integral y Centrada en la Persona (AICP).

A muchas personas les resulta atractiva esta propuesta. Se trata de quienes desean cambiar de vivienda empujados por factores como los siguientes:

FACTORES DE EXPULSIÓN:

- Soledad: Especialmente indicado para personas con riesgo de desconexión social, que puede acentuarse en casos de viudedad y, sobre todo, ante el riesgo de alcanzar una situación de dependencia o vulnerabilidad. Esta desconexión puede producirse si concurren factores tales como la lejanía de los familiares, el desconocimiento y ausencia de relación con los vecinos inmediatos y la inexistencia de una “vida de barrio” rica y efectiva.
- Casa muy grande, mucho mantenimiento, alto coste
- Casa no amigable, ni adaptada ni adaptable fácilmente
- Inmueble o barrio poco accesible
- Inseguridad vecinal de cualquier tipo (mis antiguos vecinos se han ido y no conozco a mis actuales vecinos, nadie me conoce a mí, la ciudad ha cambiado, es más ruidosa, hay más tráfico, etc.)

Estos “Factores de expulsión” son más habituales en las grandes ciudades.

FACTORES DE ATRACCIÓN:

- Vida autónoma: no quiero ser una carga para nadie
- Compañía elegida, amigos y convencidos buenos vecinos
- Mi proyecto de vida sigue para siempre bajo mi control, y puede tener además mayor intensidad o trascendencia

- Mejor vida familiar para el cuidado a personas dependientes; cuidados mutuos: voy a poder cuidar mejor al familiar dependiente pues “mi familia” ha crecido y me ayuda y además tengo asegurada la atención profesional que precise
- Mejor economía de mantenimiento y de asistencia.
- Legado: una propiedad mejor y más sostenible, de arquitectura amigable (adaptada y adaptable)

Algunas personas que han pasado por este análisis deciden MUDARSE FORMANDO UN GRUPO DE AMIGOS Y FAMILIARES QUE COINCIDEN EN QUERER ENVEJECER BIEN JUNTOS

También se interesan por el modelo:

- PERSONAS QUE INDIVIDUALMENTE no consiguen formar un grupo, pero quieren unirse a uno en marcha o ya en funcionamiento
- GRUPOS VINCULADOS AL MOVIMIENTO ASOCIATIVO y/o al VOLUNTARIADO, concedores del Paradigma del Envejecimiento Activo, que quieren para sí (o sus asociados) desarrollar esta alternativa residencial
- VECINOS QUE DECIDEN REHABILITAR EL INMUEBLE DONDE VIVEN
- GRUPOS DE PERSONAS QUE TIENEN PERSONAS DEPENDIENTES A SU CARGO
- ADMINISTRACIONES PÚBLICAS (desarrollo específico del modelo)

Para la consecución de los objetivos se promueve la formación de comunidades que diseñen y gestionen su propio entorno residencial para la etapa de mayor (Jubilares). La experiencia en otros países de Europa y Norteamérica en la conformación de este tipo de comunidades es larga y ofrece muchas conclusiones a considerar.

El método empleado se centra en la participación de los interesados, que son protagonistas de todas y cada una de las fases del proyecto. La conformación de cada comunidad como grupo de personas capaz de abordar iniciativas y solucionar problemas de manera colectiva es prioritaria y previa a cualquier acción relacionada con la construcción del complejo residencial.

Se trata, ante todo, de que cada mayor siga siendo dueño de su futuro, que controle las decisiones que afectan a su proyecto vital, que se sigue desarrollando y ampliando.

Cada jubilar se forma con un tamaño idóneo de entre 15 y 30 viviendas, suficientemente grande como para tener una variedad de relaciones personales y suficientemente pequeña para que cada persona conserve una influencia importante en lo que ocurre en su comunidad, en la gestión de la vida cotidiana.

El diseño del complejo físico, realizado mediante procedimientos participativos, se lleva a cabo a partir de un conjunto de viviendas individuales de tamaño moderado en torno a unas generosas zonas comunes, tanto abiertas como cerradas. Este esquema favorece la

vida comunitaria, una relación cotidiana de estrecha vecindad, a la vez que permite la privacidad siempre que se desee.

El instrumento jurídico idóneo es la formación de cooperativas de cesión de uso o de derecho de superficie: Asegura la continuidad en el uso a lo largo del tiempo y protege su equidad de precio frente a las derivas especulativas que amenazan cualquier intervención inmobiliaria.

El proyecto contempla la garantía de atención psicosocial y sanitaria domiciliaria a medida que se precisa y en función de las necesidades individuales, en coherencia con el proyecto de vida personal. Para ello está previsto el asesoramiento y la provisión especializados desde el comienzo (prevención), aconsejando acerca de las decisiones a tomar en cada momento, cuya puesta en marcha depende siempre de cada persona y cada comunidad. (Atención Integral y Centrada en la Persona. AICP)

Teniendo en cuenta que se trata de un proceso complejo, la asociación APORTA MODELO, METODOLOGÍA Y LA INTEGRACIÓN Y COORDINACIÓN de los diversos asesoramientos especializados que se requieren en cada fase del proceso. Así se evita el riesgo de que se produzcan desviaciones imprevistas en cualquiera de las fases, que podrían malograr los objetivos iniciales de las personas destinatarias del proyecto.

La Asociación apoya al funcionamiento de las personas y las cooperativas, resuelve dudas, recoge y suma conocimiento y experiencia, las pone en contacto, defiende y difunde el modelo y apoya en la resolución de problemas comunes.

METODOLOGÍA

El proceso de creación de cada jubilar comienza con un grupo de personas interesadas, que como mínimo situamos en 6 / 8 viviendas (6-16 personas). Este “grupo embrionario” se constituye en motor y corazón del grupo, que idóneamente crecerá hasta las 15-30 viviendas.

FASE 0: PENSAR EL LUGAR Y LA ACTIVIDAD

Esta fase no siempre es necesaria, pues muchos grupos tienen ya decidido el lugar y la actividad que les une o les motiva a emprender juntos este camino. A los que no lo tienen claro les ayudamos a que acuerden una primera aproximación común a estos aspectos.

FASE 1: VIABILIDAD

Se estudian las posibilidades reales, físicas y financieras del grupo para generar su comunidad en un determinado lugar elegido por ellos. Se estudian ubicaciones concretas.

FASE 2: EXPANSIÓN Y COHESIÓN

Dicha ubicación en ocasiones requiere de más personas. En cualquier caso es interesante contar con más gente de la estrictamente necesaria para llevar a cabo el siguiente paso (Taller I), pues a veces se pueden retirar algunos inicialmente interesados. En esta fase de expansión se contacta con las autoridades locales y se abre a los habitantes de ese barrio

o población la posibilidad de unirse al grupo y participar en el Taller I.
En esta fase de captación ya existe un solar y unos primeros encajes gráficos (los realizados para comprobar la viabilidad).

- TALLER I: “Envejecer con éxito”. Se realiza un taller de capacitación como grupo, tras el que se obtiene un grupo cohesionado, convencido de sus intenciones y que se siente capacitado para trabajar conjuntamente para llevarlas a cabo

FASE 3: CONSTITUCIÓN LEGAL Y DISEÑO

Se constituye legalmente la cooperativa, que a partir de este momento es la protagonista legal que obtiene la financiación que sea necesaria, adquiere el suelo elegido y contrata los servicios necesarios para ejecutar las obras (arquitectos, promoción delegada, constructora, abogados, notaría etc.)

- TALLER II: El grupo diseña el complejo con los arquitectos, mediante métodos participativos

FASE 4: CONSTRUCCIÓN Y NORMAS

Se construye el complejo, mediante promoción delegada y con dirección integrada de proyecto

- TALLER III: El grupo elabora las normas de convivencia que regirán su jubilar, en todos los aspectos

FASE 5: VIVIR EN EL JUBILAR

Una vez construido el complejo y establecidas las normas de convivencia, sólo queda estrenar el nuevo hogar todos juntos

GESTOR de Atención Integral y Centrada en la Persona (AICP): Cada jubilar cuenta con un asesor experto que vela por el bienestar de las personas y del grupo y provee que se intervenga de manera profesional sobre todos los aspectos relacionados con la vida en común tales como: habilidades sociales y de comunicación para la convivencia, resolución de conflictos, problemas legales, promoción de hábitos y estilos de vida saludables, prevención de enfermedades o situaciones de dependencia, etc. Cuando existen personas que requieren apoyos o cuidados permanentes, el gestor de AICP se ocupa de gestionar la provisión de los mismos con criterios de calidad de atención y de vida. El respeto por la autonomía y la dignidad de la persona están en el centro de este modelo de atención.

Temporalización

Cada una de las iniciativas o “jubilares” sigue su propio calendario, a modo de orientación:

- Aparición de la demanda / Presentación / Pensar el Lugar 2 meses
- Estudio de viabilidad / expansión del grupo: 3 meses
- Taller 1 (Envejecer bien): 3 meses
- Taller 2 (Diseño del complejo residencial): 6 meses
- Taller 3 (Normas de convivencia) / Construcción: 15-18 meses

Recursos

La asociación cuenta con sus medios propios para realizar las funciones que le son propias: difusión del modelo, sesiones informativas, relaciones institucionales, bases de datos, coordinación de asesoramientos o coordinación de jubilares.

No obstante, para asegurar al máximo el éxito de los proyectos, la Asociación mantiene una serie de alianzas con otras entidades, tanto para el funcionamiento administrativo como para los procesos técnicos de formación de cada Jubilar y para garantizar el apoyo del Gestor de AICP. Algunas de las organizaciones que forman parte de este ecosistema son: UDP, Asociación SIENA, FIARE, Sostre Cívic, Cohousing Verde, Fundación Pilares, Altekio, Cooperativa Garúa, Fundación AQUO...

Evaluación y Resultados

En algunos de los jubilares en marcha se ha estudiado la viabilidad técnica y económica, demostrando que se trata de un modelo sostenible. Habrá de comprobarse la viabilidad en otros casos y en el tiempo.

Aunque aún no existe ningún jubilar en funcionamiento, el propio proceso de creación del mismo está sirviendo a la cohesión social del grupo y en algunos casos a pequeños procesos de transformación en los municipios donde se quieren asentar. El carácter ejemplificante de este tipo de comunidades sirve, asimismo, a una escala social más amplia, a mejorar la autoestima de las personas mayores, a la lucha contra el edadismo y la discriminación, a la creación de oportunidades para una vida activa y la participación de las personas mayores. Lo estamos comprobando en la respuesta de los medios de comunicación, o en el contacto con personas mayores en la calle (ej. Feria de Economía Social de Madrid 2016 y 2017, donde constatamos un cambio significativo de actitud de las personas mayores respecto de otras ediciones).

Desde hace meses están estudiando la efectividad varios grupos o profesionales de diversas universidades. Aún no disponemos de los resultados de dichas investigaciones.

Entre los reconocimientos recibidos destacan:

- Jubilares es una Iniciativa recogida en el catálogo del Año Europeo del Envejecimiento Activo y Solidaridad Intergeneracional 2012.
- Jubilares es buena práctica del programa WeDO (For the Wellbeing and Dignity of Older People), de la Comisión Europea.
- Primer Premio 2014 a la Buena Práctica más votada en la categoría Diseño y Actuaciones Ambientales y Tecnológicas.
- Jubilares es miembro del Grupo de Trabajo para el desarrollo del proyecto de Ciudades Amigables con las Personas Mayores de la OMS, impulsado por IMSERSO.

Financiación

La política de financiación de la Asociación incluye el cobro de cuotas de personas socias, las donaciones particulares y el patrocinio de entidades públicas y privadas. Para la edición en 2015 de El Manual del Senior Cohousing se recurrió a una campaña de crowdfunding en la que colaboraron casi una centena de personas y organizaciones.

La asociación realiza asimismo trabajos de asesoramiento, proyectos de investigación, divulgación y concienciación, etc. por el que recibe en algunos casos remuneración como actividad económica. Es el caso, por ej. del desarrollo de diagnósticos y planes de acción en el contexto de la red de Ciudades Amigables con las Personas Mayores, de la OMS.

Al ser una entidad sin ánimo de lucro todos recursos se invierten en la consecución de sus fines.

Criterios destacados

CRITERIOS DE PERTINENCIA

Principio de Autonomía

Puesto que un jubilar es una comunidad autopromovida, autodiseñada (con métodos participativos) y autogestionada, el principio de autonomía impregna todas y cada una de las actuaciones encaminadas a la planificación de la comunidad, pero también (y precisamente gracias a la experiencia previa) durante la vida en el jubilar.

Las actividades son elegidas y diseñadas por las propias personas residentes, y por tanto son significativas para ellas.

Se desarrollan metodologías y herramientas participativas para la toma de decisiones. El apoyo de la comunidad, el mutualismo comunitario y el fortalecimiento de la red de apoyo social sirve a la diversidad, al empoderamiento y en definitiva a una mayor autonomía personal. El entorno así diseñado es favorecedor de múltiples posibilidades. El modelo "hogar" favorece la vida autónoma en "mi casa".

Principio de Integralidad

Una comunidad jubilar comprende que la persona es un ser multidimensional y trabaja desde la integralidad. Mediante la creación de diferentes comisiones, la comunidad autogestiona y se enfrenta a problemas, retos y oportunidades desde diferentes perspectivas. El trabajo comunitario parte de los conocimientos, capacidades y competencias de cada uno de los miembros del grupo. Por otra parte, un jubilar es comunidad que ofrece a sus miembros y también a la comunidad más próxima recursos educativos, sociosanitarios, de acceso a la vivienda, participación social, etc.

Principio de participación

La participación es el elemento que define al jubilar como modelo residencial, frente a otros como senior resorts o residencias tuteladas... En un jubilar la persona participa en todos los ámbitos de diseño y de la vida de la comunidad mediante herramientas y metodologías participativas.

El entorno accesible (adaptado y adaptable) favorece también en el aspecto físico dicha participación.

CRITERIO DE TRANSFERIBILIDAD

Precisamente lo que Jubilares plantea es una metodología y un marco (asociación, ecosistema de organizaciones y personas...) que favorecen la replicabilidad y la mejora de cada una de las iniciativas que vayan surgiendo.

CRITERIO DE LIDERAZGO Y TRABAJO EN EQUIPO

El trabajo en equipo y el desarrollo de herramientas para la inteligencia colectiva es seña de identidad de jubilares. No existen liderazgos personales sino grupos de trabajo horizontales y sin jerarquías. Las comunidades se autogestionan mediante la creación de comisiones multidisciplinarias. Se procura que los roles no se mantengan de forma indefinida para favorecer la participación de todas y evitar la jerarquización y por tanto la institucionalización.

Enlaces y Anexos

Enlaces:

- [Página Web de la Asociación Jubilares.](#)
- [Blog de Jubilares.](#)
- [Dossier y Estatutos de Jubilares.](#)

Anexos:

- [Imágenes](#)