

# Can 70, un projecte d'envelliment en comunitat

Autoria col·lectiva de Can 70  
(grup llavor de Sostre Cívic)<sup>1</sup>

**Paraules clau: envelliment, cooperació, cohabitatge en cessió d'ús, cures, convivència, finalista**



A Can 70, les experiències vitals ens han portat a creure que, a partir d'una certa edat, la soledat no desitjada és la pitjor malaltia, que les cures necessàries no les ha de dispensar la família i que les experiències cooperatives faciliten la convivència. També sabem que volem continuar sent veïnes de la nostra ciutat. Per això, hem decidit que passarem la darrera fase de la vida en comunitat, en un cohabitatge cooperatiu en règim de cessió d'ús, amb pautes de convivència participades i decidides entre totes, amb ajuda mútua i, quan calgui, amb col·laboració professional per part d'entitats cooperatives. Al final del 2015, vam presentar-nos a l'Administració municipal per aconseguir espai i suport i, des de llavors, hem pogut treballar en valors, visió, processos de governança, projectes arquitectònics i cures en comunitat. Hem trobat oportunitats i traves per aconseguir un espai disponible, però tenim el convenciment de ser un model vàlid i reproducible.

## Introducció

L'envelliment de la població constitueix una de les transformacions socials més significatives del segle XXI. D'aquí a pocs anys, els pobles i les ciutats s'hauran d'enfrontar a nous reptes, com el de garantir la inclusió social i la participació activa de les persones grans, que serem un col·lectiu cada dia més nombrós i heterogeni, amb gran diversitat de gustos, prioritats i necessitats. El model actual d'equipaments i serveis per a la gent gran ha de canviar per ser capaç d'adaptar-se a aquestes necessitats i a la demanda d'atencions diverses i personalitzades. Davant aquesta situació, cal fer front a la realitat des d'una

1. Redactat pel grup de treball de comunicació externa: [https://sostrecivic.coop/grups\\_llavors/can-70/](https://sostrecivic.coop/grups_llavors/can-70/)

perspectiva inclusiva, dinàmica i flexible i, sobretot, afavorir la capacitat i la prevenció. Massa vegades, l'atenció, malgrat les normatives actuals i els serveis existents, acaba sent un deure dur per als familiars propers, bàsicament fills i, sobretot, filles. No volem donar feina a la família, però sí viure dignament els darrers anys de la nostra vida en cohabitatge. Aquests són els grans motius del nostre projecte.

### 1. Qui som

Can 70 som un grup de persones grans que treballem per assolir una alternativa al model actual d'envelliment, que, per a nosaltres, és el cohabitatge en cessió d'ús, que permet viure d'una manera col·laborativa i solidària en què es facilita l'atenció a les persones perquè envelleixin d'una forma activa, autònoma i saludable en un entorn que propiciï el creixement personal i col·lectiu. El nostre projecte pretén compartir la vida en la vellesa, i valorar les emocions personals i les diferències per superar dificultats. Caldrà compromís i implicació per aconseguir consensos i el futur somiat: la convivència amb el suport mutu i les cures necessàries, gaudint-ne l'inici, el procés i el final. El lema és “compartir, conviure i gaudir la vellesa”. Actualment, al final del 2019, som 23 persones, 19 unitats de convivència, amb gairebé el 75% de dones, amb edats compreses entre 55 i 70 anys. Voldríem arribar a ser entre 25 i 30 unitats de convivència per fer que el projecte sigui viable. Vivim majoritàriament a Barcelona, a barris diferents, pertanyem a entitats cooperatives i fem tasques de voluntariat en diverses associacions de la ciutat.

### 2. Què volem

Viure una vellesa apoderada i activa, que transformi el model social predominant basat en la subvenció pública

o l'assumpció per part de la família dels serveis i la cura necessària en la darrera etapa de la vida. Basem la nostra comunitat en el “model cooperatiu de cessió d'ús”<sup>2</sup>, perquè aquest model busca donar al dret a l'habitatge un valor d'ús, en lloc de convertir-lo en un bé de consum, de tal manera que esdevingui una alternativa generalitzable d'accés a l'habitatge.

Volem construir vincles socials, humans i comunitaris en un territori de proximitat (bàsicament el barri) i contribuir a la transformació de la ciutat, en contraposició amb el context global d'individualisme lliberal-capitalista. Volem diversificar les formes de convivència establint xarxes de suport mutu i espais compartits que afavoreixin l'equilibri emocional en l'aspecte tant personal com relacional, i evitar l'aïllament i la soledat. Així mateix, pretenem autogestionar d'una forma cooperativa els serveis necessaris per a la comunitat (manteniment, cuina, neteja, compres, etcètera), inclosos els aspectes que fan referència a la cura de les persones i la contractació dels recursos i el personal necessaris en els àmbits administratiu, assistencial, sanitari, etcètera. Pretenem viure a casa nostra, en un habitatge amb espais d'ús privat i espais d'ús comú que permetin fer activitats col·lectives

---

2. Entenem la propietat col·lectiva, com una propietat que no és ni privada ni pública. La cooperativa és la titular de l'habitatge amb voluntat que sigui per una durada indefinida. No és possible, doncs, transformar el model per obtenir habitatges de propietat privada. La propietat col·lectiva evita l'especulació, ja que impossibilita el lucre individual a partir del lloguer o la venda. D'acord amb el “dret d'ús”, és a dir, ni lloguer ni compra, els habitatges es consideren un bé d'ús del qual les persones sòcies de la cooperativa poden gaudir indefinidament o per un període molt llarg acordat en la cessió. És un model molt més estable que un lloguer i més assequible que la compra. La inversió inicial i el pagament de quotes mensuals deriven dels costos d'adquisició, manteniment i funcionament de la cooperativa, no del mercat.

i organitzar els serveis comuns i que constitueixin un entorn ecològicament sostenible, saludable i acollidor. Finalment, també pretenem impulsar un model reproduïble i multiplicable per a futures generacions.

### **3. Com ens pensem**

La cooperació, el compromís i el consens són els pilars de qualsevol projecte de cohabitatge. El nostre respecta la individualitat de cada persona en el seu espai privat. Cadascun dels habitants es corresponsabilitza de la gestió i l'ús dels espais comuns que la comunitat decideixi. El disseny de l'habitatge i els seus espais estan pensats per facilitar les relacions amb la comunitat i l'ajuda mútua.

Tota la gestió està en mans dels residents mateixos, que poden delegar serveis o responsabilitats en altres persones o entitats, si s'acorda així. L'estructura social, doncs, no és jeràrquica, ja que les decisions s'adopten democràticament en l'espai de decisió corresponent (assemblea, grups de treball) i, si pot ser, per consens. D'altra banda, les economies estan separades, és a dir, cada habitant cooperativista manté la seva independència econòmica, però alhora participa en les despeses comunes acordades per la cooperativa i en el fons de solidaritat. A Can 70, anomenem “les 8 C” als valors que sintetitzen la nostra filosofia: coneixement, comunicació, confiança, cooperació, compromís, consens, conflicte i celebració. Cadascun d'aquests valors ha estat definit i acceptat pel grup.

Pel que fa a l'entorn, no hi ha cap dubte que l'espai on volem compartir la nostra vida no pot ser ni significar “aïllament”, ans al contrari. Volem viure la nostra nova realitat “al barri” i, sobretot, volem “viure el

barri”, incorporant-nos-hi i incorporant-lo a la nostra quotidianitat. Volem fer-nos-hi presents i oferir-nos per ajudar i dinamitzar la convivència: en l'àmbit dels serveis, en el social o en el de l'experiència, tant individual com grupal. És molt important per a Can 70, com a projecte d'habitatge col·laboratiu, disposar d'espais comuns i d'activitats obertes als veïns i veïnes del barri.

### **4. Com ens organitzem i governem**

Tot i no constituir un reglament intern, sí que hem establert algunes línies mestres en les quals tot el grup estem d'acord.

#### **4.1 Com decidim**

Treballem per aconseguir una democràcia profunda a partir de l'horitzontalitat del projecte, de la possibilitat de ser a qualsevol grup de treball, i de la transparència. Ens correspon, com a persones fundadores, pensar en el consens com la millor forma de prendre decisions per al futur del projecte.

#### **4.2 Com ens entenem**

La mida del grup té molt a veure amb la possibilitat comunicativa. En un grup d'aproximadament 30-40 persones, ens caldrà aconseguir fluïdesa tant pel que fa a la comunicació directa com a través de les noves tecnologies, i establir informacions generals, específiques, puntuals, i trobades que definirem com a reunions o assemblees o de grups de treball en un apartat posterior; però volem que la comunicació flueixi de cadascú. Cal establir mecanismes clars per al debat i disposar de canals diversos, tant de noves tecnologies com de tauler d'anuncis, tot i que també són interessantíssims els canals informals i quotidians. Cada persona ha de tenir la possibilitat de ser escoltada

i ha de poder disposar de la informació necessària. Per tant, les regles han de ser compartides, participades i s'han de compartir amb anterioritat els significats, bé des de lectures concretes que es poden comentar en àmbits informals o bé possibilitant trobades on poder compartir aquests significats.

#### 4.3 Com conformem el grup

Per al procés d'acollida, qui manifesta interès a conèixer-nos rep una documentació mínima, pot tenir una trobada relaxada amb les persones padrines (un parell de membres de Can 70) i, amb posterioritat, sol·licita (o no) formar part del projecte. Aleshores, el grup decideix si l'accepta i se li comunica la decisió. Durant sis mesos, s'obre un període de coneixença mútua en el qual es participa en totes les activitats i preses de decisions i les persones que han apadrinat actuen com a referents per a qualsevol dubte. Després d'aquest temps, la persona es converteix (o no, si el procés no ha estat satisfactori) en membre de Can 70 de ple dret i amb tots els deures. L'accés a Can 70 comença en complir 50 anys i acaba en complir-ne 70. Hem d'aconseguir la integració dels nous membres, mantenint sempre els valors comuns. Es diu que es pot saber com funciona una comunitat observant com té cura de les persones noves, així que aquest és un tema important. Sabem que hem d'aconseguir un equilibri entre diversitat i proximitat en termes d'edat, classe social, valors polítics i culturals, etcètera, per afavorir la cohesió, però no hem de permetre que les similituds ens converteixin en una comunitat tancada.

Les sortides del projecte de manera voluntària o per defunció requereixen decisions a escala econòmica, que

recollirem en el reglament intern, així com un procés de pèrdua o de dol que caldrà treballar. Les sortides no voluntàries, és a dir, en quins casos decidirem excloure algú del grup, les definirem en el reglament intern i sempre havent passat un període de treball per intentar resoldre-ho des del punt de vista personal i col·lectiu.

#### 4.4 Quins mínims oficials establirem

Confeccionarem el reglament intern tenint en compte els aspectes esmentats i també, sens dubte, els elements genèrics referits al model presents en els estatuts de la cooperativa de la qual formem part, que en aquest moment és Sostre Cívica.

#### 4.5 On ens trobem i on es decideix

Pretenem no ser massa normatius en aquest sentit, però sí que cal donar cabuda a diverses possibilitats de comunicació i nivells de decisió: en primer lloc, les trobades informals per xerrar, fer grup i compartir temps i opinions sense objectiu específic, amb algun tema genèric; en segon lloc, les reunions dels grups de treball voluntaris, o no, en les quals caldrà coordinar i desenvolupar projectes tant de lleure com de caràcter social, i, en tercer lloc, les assemblees que donen veu a tot el col·lectiu i que poden ser informatives, decisives o totes dues coses. Ens podem plantejar també una mena de consell o junta, un grup troncal/motor voluntari que prengui decisions sobre temes quotidians, amb cura de no convertir la voluntarietat en obligatorietat. La nostra cultura grupal ha de tenir activitats de manteniment en la forma de rituals comunitaris (àpats i celebracions), que podem afegir als espais més formals com ara les assemblees generals i les reunions dels grups de treball. Finalment, cal esmentar un

tipus de reunió diferent de les habituals, que és l'assemblea emocional. Així com considerem que “fer grup és més important que fer edifici”, cal que el grup es mantingui, no només formalment, sinó també emocionalment.

#### 4.6 Qui decideix i què

Primer, hi ha l'assemblea general amb l'ordre del dia, la participació de tothom i amb capacitat decisòria sobre qualsevol tema que es plantegi.

En segon lloc, hi ha el grup motor per resoldre qüestions quotidianes, tant de caràcter material (manteniment, compres, gestió, etcètera) com personal (ajudes, col·laboracions o sancions). També hi haurà els grups de treball sobre temes o àmbits concrets. Volem tenir una veu informal que inciti a participar en grups, encara que no ho volem fer explícitament obligatori, i és que no volem una sola persona líder, sinó un col·lectiu on tothom pugui ser-ho. Finalment, també hi ha el grup paraigües: hi és imprescindible la voluntarietat, ja que és l'encarregat de proposar les assemblees emocionals. Quan es nota que hi ha alguna qüestió a l'ambient o que aporta “soroll” al grup, però no s'explicita, és imprescindible fer una reunió per parlar-ne i començar a solucionar-ho. És el grup el lloc on es pot anar a buscar solució a possibles conflictes, ja que, a més, podrà tenir suport extern de mediació, facilitació, etcètera.

#### 4.7 Com ens ajudem

El recolzament mutu és un concepte que forma part de l'objectiu. Ara plantejem fins a on pensem assumir, què volem i què no volem fer o que ens facin, exposem límits explícits, etcètera. No volem donar feina a la família i, de la mateixa manera, no volem donar feina a les amistats.

Sabem que, com més explícit sigui el nostre plantejament, menys problemes tindrem en la gestió de les cures, i sabem també que un espai finalista ha d'estar consensuat per donar seguretat. Ens basem en quatre eixos de cures: a) el que fa referència a la casa compartida, b) el que associem al suport per afrontar les dependències, c) el que gira al voltant de la mort, i d) el referent a les implicacions i les necessitats econòmiques.

#### 4.8 Com desitgem envellir

Serà un procés compartit: ja hem començat a explicitar desitjos de futur i a parlar sobre el final de la vida. La nostra comunitat basa alguns dels seus valors en l'envelliment actiu i en el suport mutu en la vellesa. Pretenem un apoderament de les persones grans, sense convertir-nos en un geriàtric, amb activitats extracomunitàries vinculades al barri. Ens cal una infraestructura de xarxa entre iguals, tot i reconeixent les nostres diversitats, i això ho aconseguim parlant, i molt, de què representa el final de la vida. Des de propostes com el dret a la mort digna, amb la possibilitat d'un futur proper amb eutanàsia legalitzada, fins a possibilitats d'acompanyament personalitzat fins al final. Tot és respectable.

#### 5. Com satisfer les necessitats invisibles de les persones

Val la pena proposar alguns elements que cal tenir en compte per aconseguir seguretat psicològica i crear relacions positives i afectes duradors, tan importants per a la vida com l'aliment bàsic.

#### 5.1 Emocions, empatia, rols i estatus

Hem d'aprendre a relativitzar, a mirar dins el nostre jo, a acceptar allò que no ens agrada de nosaltres mateixes, a

veure què podem o no canviar, a acceptar també que ningú no és perfecte, a escoltar, a no preocupar-nos per coses sense solució, i a estimar-nos més. Això cal fer-ho com més aviat millor, per fer el grup sòlid, per construir l'edifici humà. L'empatia, també caldrà entrenar-la: la definim com posar-se en lloc de l'altre, suspendre els judicis, atendre les emocions de l'altra persona, connectar amb les seves necessitats, etcètera. Mai no és donar consell, consol, relativitzar ni explicar la nostra història similar. En qualsevol grup apareixen rols diversos que són mòbils, no s'ubiquen en la persona. Per tant, apartant a qui té un rol (crític, conflictiu, etcètera) no s'elimina el rol sinó que apareix en una altra persona. La feina consisteix, doncs, a aprendre a diferenciar el rol de la persona. Cal saber que, en tots els grups, malgrat que tinguin una estructura horitzontal, el poder sempre existeix: no el poder d'algú per sobre dels altres sinó la capacitat de fer. És per això que cal diferenciar el rol, l'estatus i la persona.

### 5.2 Conflictes

Hem de tractar els conflictes en fase preventiva, amb el grup “paraigües”, detector de senyals i que, a la vegada, pot fer d'escolta i ajudar a no expandir rumors i donar suport a qui ho necessiti/demani. Ens anirà bé tenir eines per gestionar-los en fases inicials, com els sofàs de trobada, dinars o sopars per parlar i exposar punts de vista. En una segona fase, el conflicte és obert i, si no s'afronta, pot arribar a comportar crisi i violència. Per afrontar-los, hem de fer-nos preguntes sobre el poder del grup, on és, com es comunica, de què parla i de què no, quins valors no s'han compartit, què està passant, què es diu sobre cadascú i sobre el grup, etcètera. En qualsevol cas, és humà que hi hagi conflictes: són part inherent de la vida i de la

convivència. Per tant, també ens plantegem parlar-ne amb persones expertes externes, fins i tot, abans de començar a conviure, a fi de desenvolupar eines útils.

### 5.3 Participació, dedicació i implicació

Participar no és simplement “ser-hi” o “assistir” sinó que és prendre part en una missió comuna, és implicació i compromís, és aportació per a resultats, és apropiació del projecte. Parlem d'actituds i sentiments, però també de feina a fer. El rebuig a allò que s'acorda pot ser fruit d'una percepció d'autoritarisme. Cal treballar, doncs, per vincular-ho a la cura i la cohesió del grup. Per tant, tenim present que els treballs obligatoris es fan en benefici del grup i no pas per obediència. No volem ser persones “cuidadores” d'altres, sinó que tothom es responsabilitzi.

### 5.4 Lideratge

Sabem que va vinculat al poder, però al poder entès com a capacitat o possibilitat; no és el poder “sobre”, sinó el poder “per a”, que comporta, igualment, privilegi. Hem de ser capaços d'identificar qui té més o menys poder sobre nosaltres, si nosaltres en tenim i en què. El lideratge a Can 70 ha de ser positiu i, sobretot, vinculat a la cura de les persones del grup. Així, ningú pren el lideratge sinó que és el grup el que el dona, com no pot ser d'una altra manera.

### 5.5 Personalitats i actituds; línies vermelles

Pel fet que es tracta d'un projecte de gent gran, sabem que hi ha actituds inesperades o situacions insospitades que poden fer mal a escala individual o de grup. Si s'esdevé aquesta situació, inicialment portarem el tema a l'assemblea emocional, on es tractarà i s'afrontarà el conflicte, si cal, amb ajuda externa. Si és necessari,

posteriorment el portarem a l'assemblea general per assumir col·lectivament la decisió necessària.

## **6. Com satisfer les necessitats visibles**

Volem autogestionar, d'una forma cooperativa, els serveis necessaris per a la comunitat (manteniment, cuina, neteja, compres, etcètera), així com els aspectes que fan referència a la cura de les persones, com la contractació dels recursos i del personal necessari en els àmbits administratiu, assistencial, sanitari, etcètera.

### **6.1 Serveis generals bàsics i de cura de les persones**

Som conscients de què volem i també de què podem fer. Per això, hem de tenir la previsió de què necessitarem que ens facin. Hem previst que els serveis bàsics externalitzats siguin gestionats per entitats del món cooperatiu de cada àmbit. També està prevista la col·laboració voluntària de persones sòcies expectants. Els serveis domèstics necessaris seran: l'administració, la gestió del centre i del personal, la recepció, la neteja dels espais comuns, de l'edifici en general i de l'espai privat opcionalment, el manteniment de l'edifici (estructura, llum, aigua, gas, xarxa, etcètera) i les compres. També es vol una alimentació amb cuina saludable, perquè és important cuidar el segon cervell (menjar és una de les activitats més importants, cal fer-la acompanyades al menjador comunitari un cop al dia, inicialment). Pensem també en bugaderia, planxa i costura: segons quines siguin les nostres possibilitats, anirem deixant les nostres robes en mans d'altres o no, però els estris i els aparells seran comunitaris. Serveis més personalitzats: manteniment de la salut física i mental amb personal que dirigeixi sessions d'exercici físic (fisioterapeutes i personal monitor), tallers

de fisioteràpia i també servei d'atenció psicològica, de podologia, perruqueria o barberia. Tots aquests serveis podem tenir-los si no usem els del barri o quan ens sigui massa difícil desplaçar-nos.

### **6.2 Servei sanitari**

Tindrem el CAP (Centre d'Atenció Primària) i els serveis que ofereix el Servei Català de la Salut, però també podem anar afegint-hi personal sanitari, tant metges especialistes com personal d'infermeria i auxiliars de geriatria, si els necessitem. Pensem tant en la medicina oficial com en l'alternativa, que podem compartir. Les compres i la distribució de farmàcia (tradicional o natural) també es poden externalitzar quan calgui.

### **6.3 Lleure**

És la salut per a l'esperit i les emocions. Caldrà personal per organitzar activitats, tallers de lectura, cinema, teatre, gastronomia, cant, dansa, festes (estacionals, personals, etcètera) i sortides, intercanvis amb d'altres centres o viatges.

## **7. Idees del projecte arquitectònic i manteniment de l'edifici**

El desenvolupament dels projectes de cohabitatge, especialment amb grups i cooperatives, exigeix uns processos d'organització i disseny específics, diferents dels habituals en altres tipus de treballs i clients. Hi ha moltes etapes intermèdies necessàries per arribar a decisions comunitàries entre les futures persones usuàries. A més dels serveis habituals, el projecte d'arquitectura ha d'incloure tots els elements necessaris per al desplegament de la totalitat del procés de cohabitatge: buscar un sòl

adequat, definir un programa d'usos per a un grup específic de persones o rebre suport tècnic als grups de treball per avaluar i certificar el comportament energètic de l'edifici.

El projecte convencional d'arquitectura habitualment es duu a terme en quatre fases: l'avantprojecte, el projecte bàsic, el d'execució i el d'obra. Quin model és millor? El que es correspongui amb la forma de vida i el tipus de relacions socials i mediambientals que hem decidit tenir. Volem produir nous habitatges que proposin una forma de cures diferent i que millorin la relació entre els habitants mateixos i també amb l'entorn proper o no tan proper. No serem una residència geriàtrica alternativa. Volem aconseguir un habitatge col·laboratiu i autopromocionat, amb espais on es comparteixin activitats relacionades amb la cura de les persones i es practiquin iniciatives de suport mutu i de reciprocitat. En un projecte d'aquest tipus, definirem com a infraestructura dura de l'edifici els seus espais (privats, compartits, interiors, exteriors) i la relació espacial entre aquests espais; i, com a infraestructura tova, els sistemes socials, els significats, les pràctiques i les relacions que tenen a veure amb els espais. És bàsic que, en pensar en la infraestructura dura, tinguem en compte la tova, perquè l'ha de facilitar.

Pel que fa a l'entorn, l'edifici haurà d'estar en un barri pla, equipat amb serveis, comerços i transport públic. Externament, la forma i el disseny no hauran de desentonar amb l'entorn. Pensem en un edifici amb una superfície útil d'aproximadament 2.000 m<sup>2</sup>, que ens permeti viure-hi a entre 30 i 40 persones. Volem espais flexibles i polivalents per aconseguir un habitatge compartit i que serveixi per socialitzar. Pel que fa al

vestíbul, l'edifici ha de funcionar com un tot: en traspassar l'accés principal, ens podem trobar un ampli vestíbul, que serveixi per començar el recorregut pels espais i també com a entrada agradable a la llar. La planta baixa pot ser el lloc més adient per instal·lar la cuina general, ben connectada amb el menjador comunitari (per a dinars). Haurà d'haver-hi una petita sala silenciosa per llegir i espai multimèdia, una sala d'estar que podrà estar comunicada amb el menjador com a ampliació del seu espai i una sala polivalent que serveixi tant per a tallers com per a altres activitats o reunions generals o de grups més reduïts. Per a la comunicació entre aquesta planta i les superiors s'hauria de buscar una solució arquitectònica que aconseguixi una perfecta accessibilitat per a totes les persones, amb qualsevol nivell de mobilitat.

A les plantes superiors hi haurà els espais privats o unitats de convivència, que tindran 40 i 60 m<sup>2</sup> aproximadament i disposaran de cuina, bany adaptat, accessible per a cadira de rodes, i un espai diàfan on encabir-hi el dormitori, una saleta, zona de treball, etcètera, organitzat i moblat segons cada usuari o usuària. Així mateix, hi ha d'haver altres espais comuns, com la bugaderia o espai de costura, el taller de manteniment general, que també pot ser utilitzat per a feines particulars dels usuaris (bricolatge), zones d'emmagatzematge (generals i particulars, que podran trobar-se en plantes diferents buscant la proximitat als diversos usos), habitacions de convidats, espai de farmaciola per a petites cures, etcètera. Pensem també en espais de transició entre allò privat i allò comunitari, crucials per fer que el contacte social en les transicions dels habitatges als espais comuns funcioni graduant les interaccions i la seva intensitat. Funcionen com carrers



interns en l'edifici que les persones usuàries poden recórrer per trobar-se amb altres, si així ho desitgen, interactuar-hi i fomentar entorns diferents on cada persona pugui trobar la seva pròpia forma de comunicació i el propi espai d'interacció segons la seva personalitat.

L'edifici ha de tenir unes característiques generals. La primera ha de ser un hàbitat sostenible energèticament, en els materials, per aïllar abans que escalfar o refredar, amb plantes diàfanes i distribució flexible (envans/armaris desmuntables), i una construcció industrialitzada (mòduls) per reduir el temps, l'energia i els residus durant la construcció. Ha de tenir estructura de formigó, per al contacte amb la terra, estructura de fusta contralaminada per als habitatges i els espais comunitaris, i estructura metàl·lica per als elements lleugers de circulacions horitzontals i verticals. En despesa d'aigua, es preveu la reutilització d'aigües grises. Cal preveure també la reducció i reutilització dels residus. D'altra banda, es vol un hàbitat saludable i cal fer un estudi geobiològic per evitar patologies. S'han d'utilitzar materials biocompatibles, naturals, lliures de tòxics; aconseguir un confort higrotèrmic, amb materials transpirables, aïllants, i fer una instal·lació elèctrica en espiga, que evita alteracions electromagnètiques. Finalment, ha de ser un hàbitat accessible: accés fàcil a les plantes, ascensor/s hidràulic/s, banys, terra, alçàries de peces del bany, d'endolls, de persianes, de finestres, d'interiors armaris, i amplàries de portes (totes) i passadissos. Tot haurà d'estar adaptat.

Pel que fa als serveis, instal·lacions i manteniment: cal estudiar com fer possible, d'una manera eficaç,, elements com un jardí, solàrium, gimnàs, bany terapèutic, etcètera.

Cal tenir en compte la tecnologia que s'hi vol incloure: ascensors, telefonia, internet, wifi, televisió per cable, sistema contra incendis, adaptació a les normatives, sectorització (portes de tancament automàtic), etcètera. Com a definició, el manteniment preventiu de l'edifici és el més adequat i possiblement serà necessari contractar una entitat externa de caràcter social. Aquest manteniment consisteix en accions planificades sobre les infraestructures que permeten disminuir l'impacte de les avaries i garantir-ne la màxima disponibilitat. Des d'un punt de vista més global, es contractaran serveis de cooperatives o empreses vinculades a l'economia solidària.

---

## Bibliografia

EZQUERRA, S; MANSILLA, E. *Economia de les cures i política municipal: cap a una democratització de la cura a la ciutat de Barcelona*. Col·lecció "Estudis Temps i Cures". Barcelona: Ajuntament de Barcelona, 2009.

DURRETT, CHARLES. *El manual del SeniorCohousing*. Madrid: Dykinson, 2015.

LACOL I LA CIUTAT INVISIBLE. *Habitar en comunidad. La vivienda cooperativa en cesión de uso*. Madrid: Fundación Arquia i Catarata, 2018.

MOGOLLÓN, I; FERNÁNDEZ, A. *Arquitecturas del cuidado. Viviendas colaborativas para personas mayores. Un acercamiento al contexto vasco y las realidades europeas*. Zeberio: Emakunde (Instituto Vasco de la Mujer) i EuskoJaurilaritza (Gobierno Vasco), 2016.