



Curso 2016-17

TRABAJO FIN DE GRADO

EDUCACIÓN SOCIAL

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.
DIRECTRICES PARA LA MEJORA DEL
SENIOR COHOUSING POR MEDIO DE LA
EDUCACIÓN SOCIAL.

INTERVENTION PROPOSAL. GUIDELINES
FOR THE IMPROVEMENT OF THE SENIOR
COHOUSING THROUGH SOCIAL
EDUCATION.

AUTOR:

Patricia Riobó Barba

TUTOR:

David Caballero Franco

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Yo, Patricia Riobó Barba, con DNI 32716995R, y estudiante del Grado Educación Social de la Facultad de Educación de la Universidad de Salamanca, en relación con el Trabajo de Fin de Grado presentado para su evaluación en el curso 2016-2017:

Declaro y asumo la originalidad del TFG Propuesta de intervención. Directrices para la mejora del Senior Cohousing por medio de la Educación Social, el cual he redactado de forma autónoma, con la ayuda de las fuentes y la literatura citadas en la bibliografía, y que he identificado como tales todas las partes tomadas de las fuentes y de la literatura indicada, textualmente o conforme a su sentido.

En Salamanca, 20 de junio de 2017

FIRMA

INDICE:

1.	INTRODUCCIÓN.....	2
2.	JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO	3
3.	OBJETIVOS	4
3.1	Objetivo general:	4
3.2	Objetivos específicos:.....	4
4.	FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	5
4.1	Envejecimiento y Senior Cohousing	5
4.2	Antecedentes Europeos.....	8
4.3	Antecedentes en España	12
4.4	Estado actual de la cuestión.....	14
5.	METODOLOGÍA.....	19
6.	PROPUESTA	20
6.1	Objetivos:.....	22
6.1.1	Objetivo general:	22
6.1.2	Objetivos específicos:.....	22
6.2	Contextualización	23
6.3	Participantes	24
6.4	Metodología.....	25
6.5	Actividades	26
6.5.1	Toma de contacto.....	26
6.5.2	Bloque 1: Herramientas para la cooperación grupal	28
6.5.3	Bloque 2: Educación intergeneracional	34
6.6	Temporalización	37
6.7	Presupuesto.....	40
6.8	Evaluación	41
7.	CONCLUSIONES.....	43
8.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	45
9.	ANEXOS.....	49

1. INTRODUCCIÓN

La Educación Social supone un área de intervención generadora de contextos educativos para el desarrollo integral de las personas. Entre estos ámbitos, se encuentra el de las personas mayores y se orienta hacia la mejora de la calidad de vida de este colectivo, promoviendo la participación comunitaria, propiciando su desarrollo integral y reforzando la imagen positiva de la vejez.

Por otra parte, el Senior Cohousing o vivienda colaborativa para personas mayores, supone un contexto con capacidad para crear entornos positivos y relaciones personales donde la comunidad es la forma de vida.

Se ha estudiado la imagen de la vejez, se ha definido y delimitado el término Senior Cohousing, sus antecedentes y sus particularidades como respuesta al reto del envejecimiento activo. El propósito de este estudio es analizar e investigar la relación entre la Educación Social y esta tipología de viviendas, delimitando las actuaciones que podrían favorecer el desarrollo de los proyectos vigentes, teniendo en cuenta la complejidad del colectivo de personas, su evolución, así como el amplio abanico de actuaciones socioeducativas.

Se trata de un ejercicio de síntesis y reflexión que muestra la situación actual de las viviendas colaborativas de personas mayores en España, para poder ofrecer herramientas o criterios metodológicos que puedan aplicarse y que respondan a sus necesidades.

Las conclusiones extraídas en esta investigación respecto al desarrollo de los proyectos de Senior Cohousing en España se materializan en una propuesta de intervención socioeducativa a través de un proyecto dedicado al centro residencial Profuturo.

2. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO

En mi relación con las residencias geriátricas he pensado si de verdad una institución centrada en una perspectiva asistencialista era la única posibilidad para acabar la última etapa de la vida. *¿Cómo se podrían llenar de diversión, respeto y atención?* Bajo esta preocupación y debido al crecimiento exponencial de este colectivo nace la motivación de realizar el trabajo sobre las oportunidades residenciales con las que cuentan las personas mayores.

En una fase previa a la realización del mismo, me encontré con el término Senior Cohousing. La metodología de este tipo de viviendas cumplía con creces las expectativas que yo podía tener con respecto a las residencias de ancianos. Suponía una manera colaborativa de vivir dónde las personas mayores se sienten útiles, productivos y con valor social.

En este momento, comencé a plantearme la pertinencia del Educador Social en esta alternativa: *¿Cabría la posibilidad de introducir la figura del educador social en este contexto?* Las comunidades de Cohousing Senior, por si mismas, fomentan la participación comunitaria, promueven la cooperación, el soporte mutuo y velan por la mejora de la calidad de vida de los integrantes siendo ellos mismos los protagonistas de su desarrollo personal y grupal.

La dificultad para establecer unas líneas de actuación en un diseño tan planificado y autosuficiente ha supuesto la motivación para llevar a cabo un estudio acerca del Senior Cohousing en España y la posible introducción del Educador Social en esta alternativa a las residencias de mayores.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo general:

- Justificar la pertinencia del Educador Social en los Senior Cohousing.

3.2 Objetivos específicos:

- Delimitar el concepto de Senior Cohousing en clave de Educación Social.
- Conocer la evolución del Senior Cohousing en el marco europeo y nacional.
- Examinar y comparar las diferentes iniciativas de Senior Cohousing en España.
- Estudiar la posible introducción del Educador Social en las iniciativas desarrolladas en España.
- Diseñar una propuesta de intervención dirigida a una iniciativa de Senior Cohousing para mejorar su funcionamiento desde una perspectiva socioeducativa.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1 Envejecimiento y Senior Cohousing

El envejecimiento poblacional es uno de los mayores logros de la humanidad y uno de los mayores desafíos. Supone una tendencia que por el momento resulta imparable. El número de personas mayores crece al mismo ritmo que cambian sus características personales y sociales, formas de vida y opiniones. Se trata de una revolución silenciosa que avanzará a lo largo del siglo XXI y que demanda cambios inmediatos en nuestro sistema social y en nuestro modelo de convivencia (Pajín, 2011).

Desde los años sesenta del siglo pasado, los países europeos han experimentado un aumento de la esperanza de vida: en el año 1900 se situaba en 35 años de edad y en el año 2008 era de 81,3 (Instituto Nacional de Estadística [INE], 2017). El siglo XX se caracterizó por el triunfo de la supervivencia, siendo el colectivo de las personas mayores el que más aumentó. El siglo XXI ha heredado esta tendencia y la consecuencia se denomina “*envejecimiento del envejecimiento*” (Fernández y Ponce de León, 2013). Según las últimas estadísticas, la esperanza de vida de España es de un 82,7 (INE, 2017).

La imagen social históricamente dominante sobre los ancianos hace énfasis en los efectos más negativos del envejecimiento, centrándose en el deterioro y declive físico que tiene como resultado la marginación y la segregación social de este sector de edad. Es cierto que en esta etapa se producen una serie de cambios fisiológicos indiscutibles e inherentes al proceso de la vida: el diámetro de los vasos sanguíneos se estrecha, las paredes de las arterias pierden elasticidad, se produce un declive en la secreción de la hormona del crecimiento, lo que conlleva a que los músculos se encojan y la grasa aumente. La masa muscular disminuye, el rendimiento cardiovascular es menor y los huesos empiezan a debilitarse. Se producen también otros cambios físicos visibles que afectan por ejemplo a la caída del pelo, la disminución de la agudeza auditiva y visual o la aparición de arrugas. (Martín, 2000). “Estos cambios sólo tienen significado dentro de una sociedad o cultura dada. Dependerá de una serie de factores socioculturales el que sean valorados de una manera positiva o negativa.” (Jáuregui, 2008, p.134)

Como afirma Martín (2000), a lo largo de la historia de la humanidad, los cambios fisiológicos que acompañan el paso de los años son sobre los que se ha ido construyendo una imagen de las personas mayores. El hecho de que el envejecimiento implica en la sociedad actual un estigma negativo repercute en el mantenimiento de prejuicios y estereotipos que limitan una adecuada inclusión del adulto mayor en la sociedad (Bermejo, 2012).

Los estereotipos y creencias tradicionales, y a la vez contemporáneos, son la justificación que la sociedad adopta para el aislamiento de este grupo de edad. Es fundamental tener cuidado con los estereotipos y papeles sociales que se atribuye a este colectivo ya que determinan el autoconcepto y la autoimagen que la persona tiene de sí misma, así como las expectativas que las personas tienen con respecto a la vejez. En definitiva, la imagen que las personas mayores tienen de sí mismas está influida por variables personales o biológicas, pero también por los constructos sociales (Carbajo, 2009).

Carbajo (2009) demanda una superación de esta visión tradicional centrada en la vejez como déficit, deterioro y pérdidas físicas, psicológicas y sociales. Es necesario aunar esfuerzos para la mejorar la calidad de vida de las personas mayores desde un enfoque multidisciplinar, positivo, constructivo, intervencionista y no idealista; dejando a un lado las consideraciones de las personas mayores como carga social y asumiendo la necesidad de nuevas definiciones que se opongan al antiguo modo de tratamiento de este colectivo, invirtiendo algunos sentidos sociales y entendiendo esta etapa vital como un período de actividad, realización personal, entretenimiento y diversión.

Actualmente, buena parte de las personas mayores son activas. Se cuidan para ser independientes y reclaman espacio y voz social. Quieren seguir ejerciendo sus derechos de ciudadanía y de participar en todo lo que les atañe como sociedad. Este hecho exige al tejido social una remodelación en la que contemple la auténtica realidad del colectivo. (Pajín, 2011)

En este sentido destaca el concepto “*envejecimiento activo*” definido por la Organización Mundial de la Salud como “el proceso de optimización de oportunidades de salud, participación y seguridad con el objetivo de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen” (OMS, 2002; citado en Morón-Marchena, 2014, p. 114).

Como se recoge Libro Blanco sobre Envejecimiento Activo (2011), las diferentes concepciones acerca de la participación social de las personas mayores hacen énfasis en un criterio clave: la diversidad. Para progresar en la participación efectiva de las personas mayores, se requieren enfoques que se alejen de rutinas uniformizadoras para acercarse a la pluralidad de los intereses, necesidades, problemas, aspiraciones o experiencias de la vejez. Son necesarias ideas, proyectos, asociaciones o formatos que promuevan la interacción social, individual o en grupo.

Bajo estas premisas nace el Senior Cohousing o co-vivienda, un anglicismo que proviene de la contracción inglesa de *colaboraty housing* para denominar muchos de los proyectos de vivienda auto-gestionados de personas mayores que están surgiendo en España y en el resto de Europa. Este término reúne modelos que han tenido desarrollos diferentes pero que se articulan en torno a comunidades que se autogestionan, desarrollan mecanismos de apoyo mutuo y tienen voluntad de transformación de su entorno. (López y Estrada, 2016).

Principales características del Cohousing (Durrett, 2009, p.22):

- Métodos participativos: Los vecinos ayudan a organizar y participan en la planificación y el diseño del conjunto residencial, y son responsables colectivamente de las decisiones finales.
- Diseño orientado a la comunidad: El hecho de diseñar propicia una fuerte sensación de comunidad.
- Zonas comunes amplias: Las zonas comunes son una parte fundamental de la comunidad, diseñadas para su uso continuo y complemento de las viviendas particulares.
- Autogestión completa: Los vecinos gestionan su conjunto tomando las decisiones de ámbito común en reuniones.
- Estructura no jerárquica: No hay puestos de liderazgo. Las responsabilidades de las decisiones se comparten entre todos los vecinos adultos.

- La independencia económica: Cada vecino tiene sus propias fuentes de ingresos, la comunidad no genera ingresos.

Estas características vienen a definir los rasgos generales del cohousing. Aunque siempre estén presentes, su aplicación concreta puede ser diversa. El Senior Cohousing toma los conceptos del cohousing y los modifica de acuerdo con las necesidades específicas de los mayores poniendo énfasis en las personas, su bienestar emocional y su calidad de vida.

4.2 Antecedentes Europeos

El cohousing tiene su origen en Dinamarca en los primeros años 70, bajo la denominación de *bofælleskab*. Este tipo de vida comunitaria surgió de manos de familias que demandaban una nueva opción de vivienda, un modelo de alojamiento que rescatase las relaciones sociales y la participación vecinal frente a los modelos establecidos basados en soluciones habitacionales estandarizadas. Construyeron residencias que combinan la independencia de la vivienda particular y las ventajas de la vida comunitaria. (García, 2015)

En 1987, en Dinamarca, se prohíben las residencias de ancianos, desaparece el modelo institucional y en el mismo año aparece el primer complejo de Senior Cohousing en Copenhague bajo el nombre de *Midgarden* como iniciativa de un grupo de mujeres. La respuesta pública a este nuevo modelo fue positiva y contó con una gran repercusión mediática. Como señala (García, 2015) “La enorme proyección de esta iniciativa pionera animó a muchos mayores de todo el país a organizarse para formar grupos, que, con las mismas inquietudes, quisieran establecer un cohousing” (p.73). Este impulso efectuado por el colectivo de personas mayores hace ahínco en la idea de que es un modelo auto-promovido y limita el rango de edad personas mayores, independientes y activas. “Esto explica que el término cohousing se acompañe del término senior, precisamente para destacar el perfil del usuario tipo” (García, 2015, p. 59).

En 1995 ocurrió un suceso relevante en la historia del Senior Cohousing. Henry Nielsen, junto a la asociación Objetivo Calidad de Vida, desarrolló un método completo para la creación de comunidades de Senior Cohousing que recogía las necesidades concretas de los mayores basado en el proceso participativo, donde se incorporan detalladamente asuntos de cooperación, consideraciones sobre el tamaño de la comunidad, diseño, asistencia y formación del grupo. En este momento, la cantidad y calidad de estos proyectos aumentaron significativamente. (Mira, 2012).

Estos eran los objetivos principales (Nielsen, s.f; citado por Durrett, 2009, p.49):

- Hacer del Senior Cohousing una opción al alcance de todos.
- Identificar y resolver los problemas clave que todos los mayores encuentran durante el proceso.
- Realzar los aspectos sociales del procedimiento, que, a su vez, dan lugar a comunidades fuertes y duraderas.
- Facilitar a promotores y gobiernos locales la promoción o el respaldo a nuevos proyectos de Senior Cohousing.
- Guiar el proceso de principio a fin.

La técnica de Nielsen introdujo certeza en un proceso incierto sin pretender ser una doctrina rígida en base a unos elementos fundamentales (Nielsen, s.f; citado por Durrett, 2009, p.48):

- Un asesor cualificado
- Fases de información y viabilidad
- Un primer trabajo en grupo (Taller I): Concienciación
- Un segundo trabajo en grupo (Taller II): Diseño participativo
- Un tercer trabajo en grupo (Taller III): Normas de convivencia

Cabe destacar que el método Nielsen identifica los diferentes grupos o partes que están involucradas en la creación de una comunidad de Senior Cohousing, y describe los roles que cada uno debe de desempeñar. Por una parte, *los residentes mayores*, responsables de crear su comunidad y el *gestor de proyectos*, definido por Durrett (2009) como un asesor que ejerce de consejero y coordinador entre todos los actores, un facilitador que acompañe al grupo en su organización, toma de decisiones y mediación.

Este papel de asesor, podría encajar con el perfil del Educador Social ya que supone un profesional cualificado para facilitar los procesos mencionados, para la promoción de la participación, para la comunicación y divulgación inter-centro o para el desarrollo integral de las personas desde una visión socioeducativa.

En la actualidad, Dinamarca cuenta con cerca de 250 ejemplos de senior Cohousing y se pueden distinguir tres etapas diferentes en la aparición de este modelo: La primera, correspondiente con los proyectos iniciales, de carácter social e incipiente con unas estructuras y definiciones vagas y poco concisas. A partir de los años noventa, las asociaciones de vivienda y la administración empiezan a mostrar interés por el fenómeno, por lo que se empieza a legislar y a profesionalizar el desarrollo de los mismos. La tercera parte del proceso corresponde a la superación de la crisis económica de 2008. En este momento vuelve a nacer el interés en retomar la promoción de este tipo de viviendas. (Pedersen, 2015; citado por García, 2015)

Suecia constituye también un precedente en la historia del cohousing. Tradicionalmente, este esquema de vivienda colectiva representaba una forma de vida dirigida a determinadas élites que se encontraban en salas comunes para debatir acerca de temas políticos o científicos tras su jornada de trabajo. En los años 70 y como consecuencia de los movimientos estudiantiles que tuvieron lugar en Europa, el cohousing dejó de dirigirse a este sector y se vinculó al movimiento *hippie*. Al final de esta década, un grupo de mujeres, viajaron a Dinamarca interesadas por las iniciativas que se habían desarrollado, proponían el cohousing como solución para reducir el tiempo dedicado a las tareas domésticas mediante la colaboración de otros miembros de la comunidad (Valle, 2015).

Como apuntan Mira, del Monte y Piquet (2016), es reciente el interés internacional por el modelo del cohousing como alternativa a la etapa de la vejez. Las razones están directamente relacionadas con el envejecimiento poblacional, la demanda de participación de este sector de edad y las necesidades inherentes al ser humano (autonomía, inclusión social, dignidad). Es decir, que el cohousing suponga una respuesta universal se debe a que la mayor parte de las cuestiones fundamentales que afectan a la creación de estas comunidades también son universales (Durrett, 2009).

Sin embargo, como apunta Sandra del Valle (2015), incluso en los países donde el cohousing está consolidado, el porcentaje de personas que viven en este tipo de viviendas es relativamente bajo. En el marco europeo, resaltan las iniciativas en países como Francia, Noruega y Reino Unido.

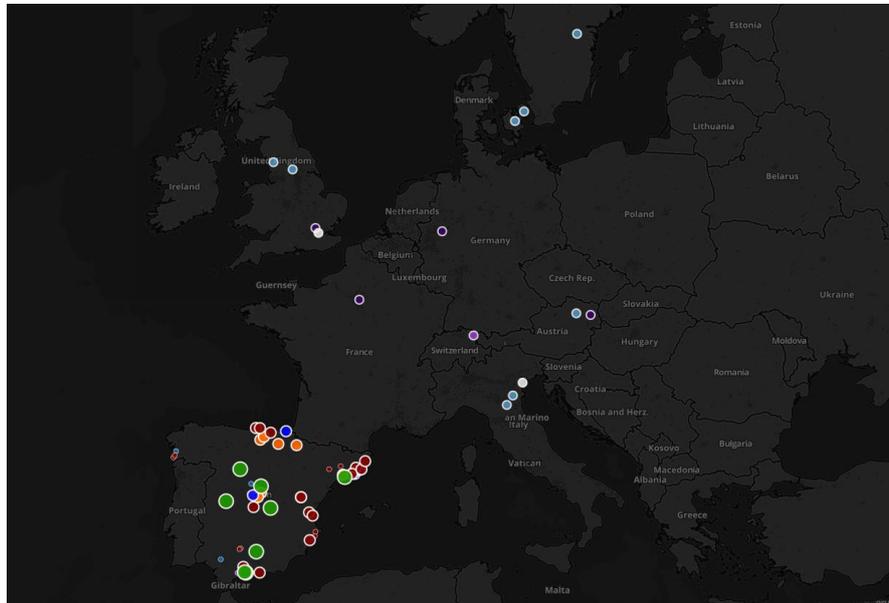


Figura 1: Mapa cohousing. Extraído de “Mapa cohousing vivienda colaborativa en Europa”, *eCOHOUSING.es*

Senior Cohousing en EEUU

El desarrollo del Senior *cohousing* en EEUU tuvo como soporte las experiencias correspondientes con sus precursores daneses. Estaban creadas las bases para hacer más fácil la construcción de las futuras comunidades.

La primera oleada estuvo formada por cinco Senior Cohousing promovidas por Charles Durrett: Glacier Circle (California); ElderSpirit (Virginia); Silver Sage, (Colorado); Wolf Creek Lodge (California); y Plaza de Artesanos (California). Cinco comunidades muy diferentes, pero con un fin muy similar: crear una comunidad que sirva de respuesta a las demandas y necesidades de adultos activos.

El movimiento norteamericano del Senior Cohousing ha tenido un buen comienzo. Desde mi primera presentación en Colorado, ha habido un gran interés sobre el tema. A día de

hoy hay ya más de 110 proyectos construidos en los EEUU, con otros 100 en planificación y 20 en construcción (Durrett, 2015, p. 325).

El autor depara que el siglo XXI será una época para Norteamérica que traerá un envejecimiento respetuoso e integrado en el lugar donde el Senior Cohousing será la oportunidad para los mayores de prosperar y de aumentar su calidad de vida.4.3

Antecedentes en España

El cohousing no es un modelo de vivienda experimental, sino que ya se ha dado durante años en muchos lugares del mundo y comienza su andadura en España. García (2015) plantea una serie de interrogantes ante la aplicación del cohousing en el contexto español:

El objetivo principal del modelo es la creación de una comunidad, que, aun respetando la independencia e individualidad de los residentes, establezca lazos sociales de convivencia y participación. Esto no debería de resultarnos extraño en un país como el nuestro, donde de forma general, existe una fuerte cohesión social entre familia y los vecinos. ¿Debemos importar un modelo del norte de Europa que intenta emular ciertos aspectos sociales que nos caracterizan? Por otro lado, una sociedad como la danesa donde la individual es un componente muy importante, se caracteriza, además, por un fuerte sentido de comunidad. La identidad personal y la comunidad se mantienen a niveles equivalentes desde el punto de vista social, por lo tanto, la participación y la aportación individual por el bien de la comunidad están estrechamente ligados a su cultura y por extensión su educación. Esto supone una gran diferencia con el usuario tipo en nuestro país. Como es obvio el contexto cultural no es el mismo y, por tanto, las soluciones de alojamiento o de cualquier otra cuestión, no deberían ser las mismas (pp. 64-65).

Esto no quiere decir que el modelo de cohousing no sea aplicable en España, sino que solo será exitoso bajo unas circunstancias y usuarios específicos.

Según Mira, del Monte y Piquet (2016) las primeras experiencias de Senior cohousing comenzaron en España hace dos décadas. Más concretamente, López y Estrada (2016) identifican dos olas:

Una primera que se inicia en el 2000, donde se encuentran proyectos construidos y totalmente operativos que tienen como objetivo compartir los gastos de los servicios asistenciales por medio de una cooperativa de personas mayores que construye y gestiona directamente su centro residencial (p.4).

Todos los proyectos desarrollados en este momento tienen las principales características del cohousing: iniciativa y diseño de los residentes, autogestión no jerarquizada, grandes zonas comunes, economía privada e intimidad habitacional (Mira, 2015).

El primer exponente de esta primera ola se corresponde a la cooperativa Los Milagros, que construyó el Residencial Santa Clara en el año 2000 en Málaga. Desde el inicio, el proyecto tiene como objetivo: “Atender de una manera global todas las necesidades propias de personas mayores ofreciendo una excelente calidad de vida en un centro autogestionado.” (Moreno, s.f.).

Tras Santa Clara empezaron a surgir otros grupos con objetivos similares, aunque no acabaron de consolidarse hasta años después, debido al boom inmobiliario y la posterior crisis económica. En el 2010 se inaugura Servimayor en Losar de la Vera (Cáceres) y Puerto de la Luz (Málaga); en el 2011, Profuturo (Valladolid); en el 2012 empieza a andar La Muralleta (Santa Òliva, Tarragona), en el 2013, Trabensol (Torremocha del Jarama, Madrid) y, más recientemente, en el 2015, Convivir (Horcajo de Santiago, Cuenca) y Sol Dorado” (Pizarra, Málaga). (López y Estrada, 2016, p.5)

La segunda ola corresponde al cambio *de las cooperativas a las viviendas colaborativas*.

Estos proyectos en desarrollo no se articulan tanto en torno al compartir recursos asistenciales a la creación de un proyecto de vida comunitario a partir de valores definidos y con un carácter intencional y colaborativo mucho más marcado. Estos grupos proyectan la vivienda como un espacio de convivencia para personas con ciertos valores y estilos de vida: personas mayores que quieren convertir su centro en un espacio abierto al barrio, personas LGTBI que quieren vivir en un “entorno seguro” y respetuoso con la diferencia o personas que quieren desarrollar una forma de vida más sostenible (López y Estrada, 2016 p.7).

En definitiva, los proyectos de co-vivienda en España suponen un cuestionamiento ético y moral de la manera condescendiente y paternalista de los “geriátricos”. Actualmente, como resaltan los estudios de la UDP (2015), más de la mitad de las Personas Mayores (53,9%) consideran poco (18,6%) o nada probable (35,3%) ir a vivir a una residencia en el futuro. Se perciben como entornos deshumanizados que no respetan la dignidad de la persona, contribuyen a su marginación y priman la función asistencial sobre otros aspectos de la vida como el bienestar emocional o la capacidad de decidir. En respuesta a este modelo, aparecen las cooperativas o coviviendas, centros residenciales pensados para que un grupo de personas mayores puedan envejecer dónde, cómo y con quien quieran poniendo solución a la desatención de las personas mayores y haciendo frente a la soledad y el aislamiento por medio de una comunidad de iguales con la que compartir la vejez (López y Estrada, 2016).

4.4 Estado actual de la cuestión

El cohousing se ha convertido en una opción en España a para las personas mayores que buscan una alternativa residencial favorecedora de valores solidarios y de colaboración entre personas que viven en proximidad. Según los estudios de la UDP (2015), dos de cada tres personas mayores afirman conocer esta alternativa (64,6%) y cuatro de cada diez (41,4%) lo contemplan como una posibilidad.

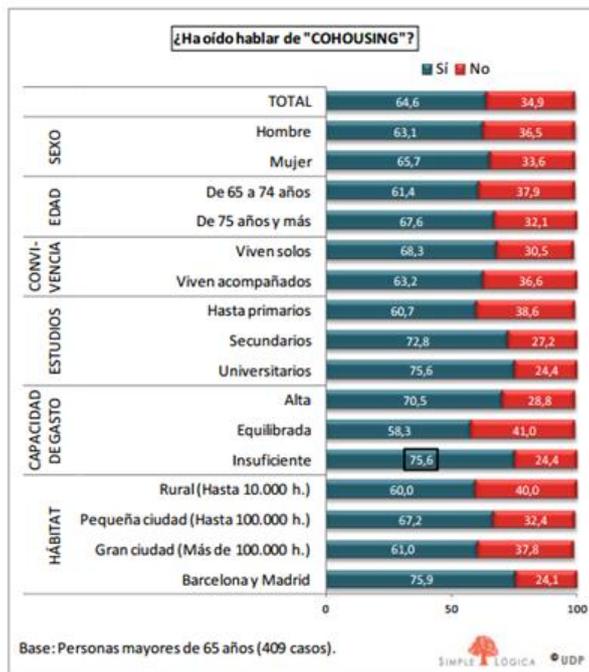


Figura 2: Conocimiento del Cohousing por parte de los mayores en España. Extraído de “El cohousing (viviendas colaborativas) y las personas mayores”, de UDP-Simple lógica, 2015.

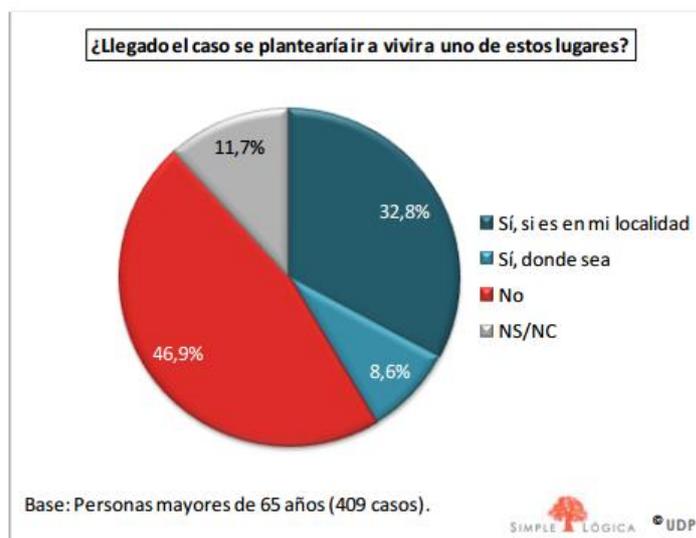


Figura 3: Deseo de vivir de una manera colaborativa por parte de los mayores en España. Extraído de “El cohousing (viviendas colaborativas) y las personas mayores”, de UDP-Simple lógica, 2015.

El número de viviendas colaborativas también ha crecido exponencialmente. Actualmente España cuenta con siete proyectos cohousing en funcionamiento: Trabensol, Profuturo, Servimayor, Los Milagros, La Muralleta, Convivir y Sol Dorado; y alrededor de diez proyectos en desarrollo: Ecohousingay, Experientia ciudad senior, brisa del Cantábrico y Egunsentia-Aurora, entre otros.

La plataforma digital eCOHOUSING (2016) ha creado un mapa para dar a conocer los diferentes proyectos desarrollados en España y facilitar a las personas interesadas la búsqueda de información:

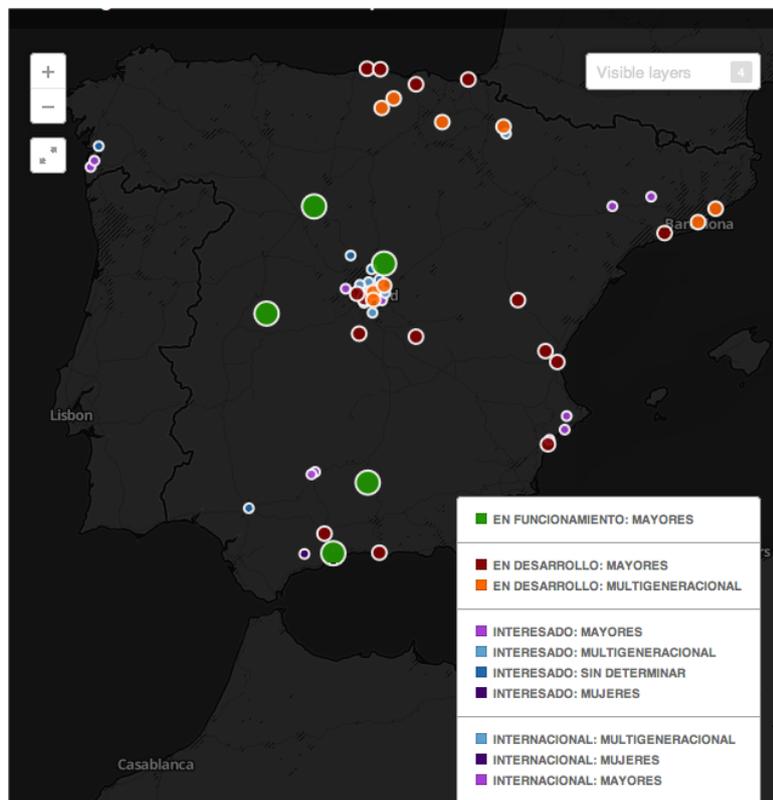


Figura 4: Mapa cohousing. Extraído de “Mapa cohousing vivienda colaborativa en España”, *eCOHOUSING.es*

Todos estos proyectos llevados a cabo comparten características comunes interesantes en materia de Educación Social pero también presentan diferencias. En el presente trabajo se han elegido dos proyectos significativos que definen las diferentes líneas de actuación del cohousing en España (Trabensol y Profuturo) para delimitar las semejanzas y diferencias, así como la situación actual del tema en cuestión.

4.4.1 Trabensol (Torremocha del Jarama, Madrid)

La cooperativa Trabensol (2011) define como objetivo la “búsqueda en común de una forma satisfactoria de pasar los últimos años de la vida” (p.2); Combina independencia y participación, evitando la soledad y el aislamiento de las personas mayores.

Se identifica como un Centro Social de Convivencia, Asistencia y Servicios para Mayores que dispone unos alojamientos individuales y servicios comunes. Prima el apoyo mutuo de los residentes en las pequeñas dificultades que puedan afrontar por medio de una ayuda amistosa. Cuando el estado de una persona requiera una atención más continua y profesional, se proporcionará dentro de su entorno habitual, facilitando que las personas asuman las limitaciones y problemas que pueden aparecer.

La organización y gestión del Centro Trabensol es llevada a cabo por los órganos de dirección y gobierno son la Asamblea General de Socios y el Consejo Rector y, por otro lado, las Comisiones de Trabajo para la participación de los socios en la gestión del Centro. Una de estas comisiones corresponde a la dinamización y mediación (Trabensol, 2011).

El Centro Trabensol trabaja bajo unas líneas básicas basadas en la democracia participativa, respeto y aceptación. Los residentes han sido los que han creado una metodología sobre la que trabajar donde prima el compañerismo. En su página web se pueden ver las iniciativas de carácter educativo, su relación con otras entidades sociales y su repercusión en los medios de comunicación. En clave de Educación Social se podría denominar como un proyecto de Cohousing destinado a la mejora de la calidad de vida de sus residentes, al empoderamiento de los residentes y a su bienestar social, comunitario y personal.

4.4.2 Profuturo (Valladolid)

La Sociedad Profuturo Valladolid (2013) se define como “un grupo de personas conscientes de los cambios que se están produciendo en la sociedad y que prevén ahora las necesidades y aplican soluciones para el futuro”.

En este proyecto prima la seguridad el confort y la independencia de todos sus usuarios. Promueve el ocio participativo, donde las aficiones y las relaciones sociales sean capaces de mantener una mente activa.

Su página web no recoge las líneas de actuación ni la metodología llevada a cabo, las actividades que ofrece se enmarcan en un ocio consumista y superficial, dónde el aprendizaje queda relegado a actividades como catas de vino, karaokes o partidas de cartas.

Tanto Profuturo como Trabensol, están enmarcados en el modelo de Senior Cohousing, cuentan con las características definidas por Durrett, integran por si mismos la participación comunitaria, la independencia de las personas mayores y promueven el ocio en las personas mayores; aspectos constituyen temas y ámbitos de acción de la Educación Social.

El presente trabajo, por medio de un estudio comparado de los diferentes proyectos, distingue dos líneas básicas de actuación: Proyectos como *Trabensol* que hacen énfasis en la importancia de la convivencia, otorgan poder a sus residentes por medio de comisiones, priman el compañerismo, la ayuda mutua y la vida en comunidad; y proyectos como Profuturo, con un carácter más asistencial, donde los valores solidarios y colaborativos que caracterizan al modelo cohousing se ven postergados por asuntos como la comodidad y seguridad.

La propuesta de mejora de este trabajo se dirige al Centro Profuturo (Valladolid) y consistirá en un proyecto con la finalidad de mejorar su funcionamiento incorporando la figura del Educador Social por medio de un proyecto de intervención.

5. METODOLOGÍA

La metodología llevada a cabo ha consistido en una investigación bibliográfica sobre el Senior Cohousing en el marco europeo y español por medio de artículos científicos, artículos en publicaciones locales y páginas web de los diferentes proyectos y asociaciones de cohousing, con el fin de avanzar en la clarificación y definición conceptual.

Existen pocos estudios y material sobre este tema, la búsqueda de información resulta confusa ya que, en los últimos tiempos, en España, se habla de “vivienda colaborativa”, “jubilar” o “covivienda”. Por otra parte, en el ámbito internacional, se ha mantenido el anglicismo, dando por hecho que los cohousing de cada país son diferentes, lo que complica organizar la información hacia una sola dirección.

Paralelamente, se ha llevado a cabo un estudio comparado de diferentes ejemplos de cohousing en España para conocer las líneas básicas de actuación, los objetivos, dificultades y sus limitaciones. La finalidad de este análisis comparativo es determinar por qué los casos son diferentes para revelar la estructura general y la posibilidad de mejorar los proyectos por medio de la Educación Social.

Tras el estudio comparado y contando con la delimitación conceptual del término cohousing, se ha escogido uno de los proyectos en desarrollo para el diseño de una propuesta de mejora.

Esta propuesta irá destinada al centro Profuturo, por ser una iniciativa de carácter asistencialista que, aunque cuenta con las características del cohousing, se aleja mucho de los valores solidarios, cooperativos y de comunidad que rigen este modelo.

6. PROPUESTA

Para que la vejez no se convierta en una etapa marcada por el deterioro, deben cumplirse una serie de condiciones. Entre otras, que las personas mayores cuenten con posibilidades para alcanzar un adecuado nivel de relación social, comunicación con el entorno y de participación activa. (Escarbajal de Aro, 2003; citado en Aparicio, 2013). El cohousing proporciona a las personas mayores estas condiciones, convirtiéndose en un contexto óptimo para cubrir sus demandas y satisfacer sus necesidades.

La Educación Social diseña intervenciones adaptadas a las diferentes necesidades, intereses y aspiraciones de los colectivos, trata de mejorar la calidad de vida de las personas potenciando sus capacidades y aptitudes bajo una metodología basada en el respeto, participación, aceptación, participación e inclusión. La figura del Educador Social en el centro Profuturo ayudará a los participantes a desarrollar aptitudes, enriquecer sus conocimientos, mejorar sus competencias, actitudes y responsabilidad social para su desarrollo integral y su participación en el centro. Por este motivo, se ha diseñado una propuesta de proyecto de intervención con una duración de seis meses.

La base sobre la que ha diseñado el proyecto es la Educación Permanente, concepto que se centra en la formación personal y social del individuo en todas las etapas del ciclo vital. (Portilla 2002) Por este motivo, los pilares del proyecto se corresponden con los cuatro pilares considerados fundamentales para la Educación Permanente en el informe de la UNESCO (2007): *aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a ser y aprender a convivir*.

La participación y el papel en la transformación y el progreso de Profuturo aparecen íntimamente ligados a la educación permanente. Lo que implica asumir actuaciones metodológicas relacionadas con el compromiso y en la mejora progresiva del centro.

Bajo este enfoque y después de un diagnóstico de necesidades en el estudio del funcionamiento de Profuturo, las acciones diseñadas se orientarán hacia:

- Dotarles de unas directrices metodológicas que fomenten la participación y las relaciones saludables entre iguales.
- La apertura hacia nuevas posibilidades comunitarias.
- Proporcionar a las residentes estrategias para la gestión de su Cohousing Senior
- Implantación de actividades con sentido metodológico, participativo y educativo.

El proyecto diseñado contiene actividades que se alejan de las actividades llevadas a cabo hasta el momento (catas de vino, degustaciones, karaoke, manualidades, etc.). Por medio de las mismas se fomentará entre los destinatarios la toma de conciencia de su realidad cultural y social, así como su participación activa, posibilitando que las personas alcancen la autodeterminación y autonomía personal suficiente para ser los actores y protagonistas de Profuturo.

La idea es que, al finalizar el proyecto, los participantes hayan alcanzado un nivel de autonomía óptimo para la planificación, gestión y diseño de sus actividades por medio de las herramientas y recursos que se les han proporcionado en las actividades.

6.1 Objetivos:

6.1.1 Objetivo general:

- Dotar al centro Profuturo de las herramientas y metodología necesaria para la mejora de su funcionamiento desde una perspectiva socioeducativa.

6.1.2 Objetivos específicos:

- Aumentar la oferta de actividades que ofrece Profuturo desde un enfoque educativo, participativo y comunitario.
- Empoderar a los participantes para que sean los protagonistas del progreso de Profuturo.
- Crear un clima de aceptación, respeto a la diferencia, cercanía y soporte mutuo.
- Proporcionar a los destinatarios herramientas que favorezcan su funcionamiento como grupo y su desarrollo integral.
- Desarrollar las capacidades, habilidades y aptitudes para la mejora de su bienestar personal y social.
- Fomentar actitudes positivas en relación a la participación comunitaria y la educación intergeneracional.

6.2 Contextualización

El centro residencial Profuturo se encuentra en el barrio del Peral, ubicado en el extremo suroeste de la ciudad de Valladolid, Castilla y León.

Este barrio limita al oeste y al norte con el río Pisuerga y al este con el Paseo de Zorrilla. La mayor parte del barrio se transformó y ocupó a partir de la década de 1990, en un proceso de consolidación que aún no ha concluido. En la actualidad, se trata de un espacio residencial urbano que se articula fundamentalmente a base de viviendas unifamiliares y tipologías residenciales. En sus inmediaciones, cuenta con varios equipamientos locales: dos colegios, dos residencias de ancianos y algunas dotaciones deportivas (Ayuntamiento de Valladolid, 2009).

El complejo Residencial Profuturo consta de tres edificios con 127 apartamentos adaptados con terraza y jardín. Dispone también de una serie de espacios: salas de juego, biblioteca, cocina, cafetería, gimnasio, sala de rehabilitación, enfermería y oratorio entre otras. (Profuturo, 2017) Estas instalaciones comunes son esenciales ya que contribuyen a la formación de una comunidad bien tejida.

Este diseño físico tiene mucha importancia ya que facilita un ambiente social; mientras los métodos participativos establecen un sentimiento de comunidad, es el diseño físico el que lo mantiene en el tiempo.

6.3 Participantes

La propuesta de intervención socioeducativa va dirigida a las 157 personas mayores que residen en el Centro Profuturo y está basada en los valores de elección personal y tolerancia. Cada persona elegirá libremente cuando y con qué frecuencia participarán en las actividades comunitarias.

La forma de captar y atraer a los residentes al proyecto será a través de un proceso de difusión progresivo:

En un primer momento, la divulgación se hará por medio de carteles en el barrio. En ellos no habrá información del proyecto, tan sólo pretenden llamar la atención de la comunidad y de aquellos residentes que vayan a dar un paseo por el barrio. Ellos serán los que lean este cartel y se encarguen de informar a sus compañeros por medio del boca a boca.

El siguiente paso consistirá en un cuestionario diseñado con la misma estética que los carteles divulgativos. En este cuestionario radican dos preguntas relacionadas con cómo mejorar Profuturo y la vida en comunidad de los residentes. Los cuestionarios estarán colocados en los espacios comunes y las personas que lo hayan realizado deberán entregarlo en la recepción del centro.

El último paso consistirá en una reunión donde se pondrán en común las diferentes respuestas del cuestionario. Por nuestra parte, daremos la información correspondiente con el proyecto, las bases, objetivos, actividades propuestas e inscripción en el mismo.

6.4 Metodología

Para que la planificación sea eficaz ha de realizarse bajo un adecuado planteamiento metodológico. El proyecto estará dirigido por profesionales capacitados que, a través de una metodología activa y partiendo del conocimiento de los participantes, potencien tanto el trabajo individual como colectivo.

En vista a la tipología de actividades con las que Profuturo cuenta, muy ligadas a un ocio consumista y superficial se han querido aprovechar las oportunidades y fortalezas del centro para mejorar este aspecto mediante una serie de acciones de carácter educativo que fomenten el desarrollo personal y comunitario de los participantes.

Las actividades estarán contextualizadas, planificadas y organizadas (objetivos, actividades, estrategias, recursos, etc.), con el fin de cubrir las demandas, necesidades, intereses y aspiraciones de los destinatarios y estarán regidas por tres principios (Cieza, 2015):

- Participación, los residentes deben contar con posibilidades de intervenir en la elaboración, realización y evaluación.
- Participación como precursora de manifestaciones en la actitud de las personas flexibles y abiertas, con predisposición a la aceptación de nuevas iniciativas. Haciendo que las personas asuman una forma de ser dinámica y con iniciativa, una forma de vivir transformadora de sí mismo y de la realidad en función de lo que consideran valioso para su vida.
- Empoderamiento personal y colectivo. Se dará pie a que las personas tengan en sus manos la capacidad de decidir y de trabajar y convivir en grupo para transformar la realidad.

Basándonos en estos principios y exceptuando las sesiones correspondientes a la toma de contacto (presentación, conocimiento y afirmación y confianza grupal), las actividades se desarrollarán en dos bloques diferenciados: *Herramientas para la cooperación grupal* y *Educación Intergeneracional*. El Propósito es crear unas bases rígidas sobre las que puedan seguir trabajando una vez finalizado el proyecto.

6.5 Actividades

Las actividades se llevarán a cabo en 4 grupos de aproximadamente 40 o 50 personas. Siempre se explicarán los objetivos de cada técnica, así como su desarrollo para la consecución de los mismos. Se adaptarán a los ritmos e intereses de los participantes y al finalizar cada una de ellas el educador planteará a los participantes una serie de preguntas para la reflexión, resolución de dudas y evaluación. Podrán ser desarrolladas por el Educador Social o por el Animador Sociocultural.

6.5.1 Toma de contacto

- SESION 1 – *Técnicas de Presentación*

El comienzo en un grupo provoca interrogantes, es necesario que las personas que participan en él aprendan los nombres de sus compañeros para iniciar un proceso de acercamiento y contacto en un clima distendido.

Tabla 1: Técnicas de presentación

SESIÓN 1: TÉCNICAS DE PRESENTACIÓN	<i>Resonancia del propio nombre:</i> Por orden, cada uno de los participantes dirán su nombre y apellidos. Los demás compañeros tendrán que prestar atención ya que el siguiente paso consistirá en acercarse a aquellas personas con las que hayan sintonizado. En un segundo momento, se pondrán en común las razones de por qué les ha gustado ese nombre y apellido.
	<i>Gesto Paranoico:</i> Las personas se colocan en círculo, con cierta separación unos de otros para que cada persona diga su nombre y a continuación haga un gesto. Cada persona tiene que decir cómo se llamaba el anterior y repetir su gesto. El último tendrá que repetirlos todos.

- SESION 2 – *Técnicas de conocimiento*

Las técnicas diseñadas para esta sesión inician un proceso de conocimiento mutuo y autoconocimiento, crean un clima distendido, de apertura, autenticidad y respeto a la diferencia.

Tabla 2: Técnicas de conocimiento

SESIÓN 2: TÉCNICAS DE CONOCIMIENTO	<p><i>El abogado:</i></p> <p>Los participantes se colocan en círculos y el educador pregunta datos básicos que serán respondidos por el compañero de la derecha, que ejercerá de abogado de su compañero. Así, cuando el educador pregunta algo de una persona, el que responde es su abogado.</p>
	<p><i>Busca a alguien que...</i></p> <p>A cada participante se le entrega una hoja. Pasado el tiempo establecido se hace una sesión plenaria donde el educador pregunta al azar a miembros del grupo por los diferentes ítems.</p>

- SESION 3 – *Técnicas de afirmación y confianza grupal*

Con el fin de potenciar la expresión de sentimientos hacia uno mismo y hacia los demás, desbloquear las situaciones negativas dentro del grupo, generar un clima de confianza y cohesión de los participantes y del proyecto, así como conocer las expectativas de los participantes.

Tabla 3: Técnicas de afirmación y confianza grupal

SESIÓN 3: TÉCNICAS DE AFIRMACIÓN	<p><i>El cofre:</i></p> <p>El educador entrega a cada persona una hoja con un dibujo de “El cofre de los recuerdos”. Por parejas, los participantes tendrán que colocar en él cinco acontecimientos y, explicarle a su compañero sus tesoros. Al terminar, se cambian los cofres y cada uno cuenta los recuerdos de su compañero en el plenario.</p>
----------------------------------	--

	<p><i>Cualidades:</i></p> <p>El educador sociocultural distribuye un papel a cada participante dónde deben escribir la cualidad que mejor caracterice a su compañero de la derecha. Este papel será anónimo y no tendrá ninguna identificación. Una vez escrita la cualidad se doblará y redistribuirá por el grupo. Uno a uno irán leyendo en voz alta la cualidad que consta en la papeleta y se la asignará a la persona que, a su parecer, se ajuste más a esa cualidad.</p>

6.5.2 Bloque 1: Herramientas para la cooperación grupal

Este bloque está destinado a la mejora de las habilidades sociales, a la adquisición de herramientas, técnicas y estrategias para propiciar el desarrollo integral de los participantes, así como dotar a los residentes de las técnicas necesarias para la optimización del funcionamiento del centro una vez finalizado el proyecto.

Actividad 1 - Comunicación

La finalidad es proporcionar a los participantes las habilidades que les permitan comprender y conocer mejor a los demás, comunicarse de una manera apropiada o construir relaciones amistosas saludables. Se desarrollará en cuatro sesiones.

Tabla 4: Distribución de las sesiones

SESIÓN 1	<i>Estilos comunicativos; pasivo, agresivo y asertivo</i>
SESIÓN 2	<i>Asertividad</i>
SESIÓN 3	<i>Mensajes yo</i>
SESIÓN 4	<i>Estrategias para hacer eficaces las respuestas asertivas</i>

- SESIÓN 1 - *Estilos comunicativos; pasivo, agresivo y asertivo*

Destinada al aprendizaje y diferenciación de los diferentes estilos comunicativos por medio de un ejemplo que incite a la reflexión dónde los participantes serán los protagonistas y el educador un mediador y transmisor de información.

La sesión acabará con la correspondiente explicación de cada uno de estos estilos.

- SESIÓN 2 – *Asertividad*

En base a los contenidos tratados, los participantes harán un repaso de los estilos comunicativos mediante una ficha con diferentes situaciones en las tendrán que decidir de manera individual qué tipo de respuesta es la que corresponde a cada ejemplo. Se profundizará en el estilo asertivo, resaltando su importancia para la resolución de conflictos y para el desarrollo de unas relaciones interpersonales saludables por medio de un *Role-playing*.

- SESIÓN 3 – *Mensajes Yo*

El educador explicará la técnica de los *Mensajes Yo* con el fin de transmitir a los participantes la importancia de expresar sus opiniones, necesidades o deseos de una manera respetuosa y asertiva para la mejora de sus relaciones interpersonales. Una vez explicada la técnica se pondrá en práctica.

- SESIÓN 4 – *Estrategias para hacer eficaces las respuestas asertivas*

La última sesión tratará la importancia del lenguaje no verbal y de la escucha activa para una comunicación eficaz y saludable. Para acabar la actividad, se facilitará a los participantes un documento escrito que contenga las cuestiones fundamentales que se han trabajado y se entregará una autoevaluación (Anexo 1) que deberán de rellenar y entregar en la secretaría del centro.

Actividad 2 – Autoestima

Esta actividad está planificada para el desarrollo del nivel de autoestima de los participantes de Profuturo. Entendiendo la autoestima como la “forma habitual de percibirnos, de pensar, de sentir, y de comportarnos con nosotros mismos. La disposición habitual con la que nos enfrentamos a nosotros mismos y evaluamos nuestra propia identidad.” Polaino-Lorente (2004).

El propósito es priorizar el aprendizaje de las estrategias para que la propia persona y los demás participantes valoren sus capacidades, desarrollen expectativas positivas sobre ellos mismos, acepten la imagen que los demás tienen y reconozcan sus propias habilidades y aptitudes. (Soldevila, Ribes, Fiella, Agulló, 2005). Se llevará a cabo en dos sesiones.

- *SESIÓN 1- Lo mejor de mi derecha*

El educador llevará a cabo una técnica en la que los participantes deben de escribir las características positivas que poseen sus compañeros. Cada uno escribirá su nombre y se lo dará al compañero de la derecha, este proceso se repetirá continuamente hasta que el propietario lo reciba con todos los elogios que han escrito. Esta técnica busca que los integrantes de cada grupo valoren sus cualidades positivas y las del resto de sus compañeros.

- *SESIÓN 2 – Creamos juntos*

El objetivo de esta sesión es hacer conscientes a los participantes de que la realización y la mejora de Profuturo depende de ellos mismos. Se busca también que valoren la importancia e ilusión que requiere tener un proyecto en común y la importancia de cada uno de sus compañeros para la consecución de los objetivos.

Se realizará por medio de una técnica en la que el educador dirigirá el pensamiento del grupo hacia un futuro en el centro y en cómo se imaginan Profuturo dentro de unos años. Se hará hincapié en que el desarrollo y mejora del centro es algo que depende de ellos y de sus capacidades para alcanzar sus objetivos. Concluirá con una fase final en la

que los participantes escriben tres metas a corto y largo plazo relacionadas con el funcionamiento del centro.

Actividad 3 – Toma de decisiones

La reunión es uno de los momentos más importantes en la vida de Profuturo. En ellas se produce la convivencia de los miembros, se reparten las funciones y se programan las actividades. Es decir, las reuniones articulan la vida interna de cualquier Senior Cohousing. Esta actividad, que se desarrollará en cinco sesiones, pretende otorgar a los participantes del proyecto técnicas, dinámicas y pautas para el buen funcionamiento de las reuniones.

- *SESIÓN 1 - Planificación, desarrollo y final de las reuniones.*

El educador explicará a los participantes los tres momentos fundamentales de una reunión, sus elementos principales y las consideraciones de cada una de las fases.

Tabla 5: Elementos de una reunión

Planificación	<ul style="list-style-type: none"> - El objetivo - Puntos a tratar - Participantes - Disposición y ambientación física - Materiales
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> - Buen clima - Repartir los turnos de palabra - Definir los objetivos - Motivar la participación
Final	<ul style="list-style-type: none"> - Respeto - Conclusiones claras - Siguiendo encuentro

- *SESIÓN 2- Tipos de reunión*

En la siguiente sesión se expondrán los tipos de reunión usuales, los pasos a seguir y la finalidad de cada una de ellas. Se pretende que los residentes conozcan los tipos de

reunión que existen para optimizar sus encuentros en base a los objetivos que se pretenden conseguir. Según Esteban (1996) los tipos de reunión son los siguientes:

- Reunión de coordinación
- Reunión de programación
- Reunión de resolución de problemas
- Reunión de información

- **SESIÓN 3 - *Dificultades***

Las reuniones fomentan el sentido de pertenencia, participación y cooperación, la sensación de diálogo y el trabajo en equipo. Sin embargo, no siempre son un espacio tranquilo. Esta sesión irá destinada hacer conscientes a los participantes de las diferentes situaciones que pueden perturbar el desarrollo de las reuniones como la falta de escucha, el protagonismo excesivo, o la falta de consenso.

Una vez transmitida la información necesaria y las bases que sustentan las reuniones, en las siguientes sesiones se llevará a cabo la puesta en práctica de diferentes técnicas con los participantes (Esteban, 1996).

- **SESIÓN 4 – Puesta en práctica de las técnicas *comisión y torbellino de ideas***
- **SESIÓN 5 – Puesta en práctica de las técnicas *grupo nominal y técnica de las dos columnas***

Para la realización de estas técnicas se definirán los temas a tratar, se explicarán los objetivos y el desarrollo de cada una de ellas.

Antes de finalizar la actividad, se les proporcionará a los participantes un documento escrito que contenga las cuestiones fundamentales que se han trabajado y se entregará una autoevaluación (Anexo 1) que deberán de rellenar y entregar en la secretaría del centro.

Actividad 4 – Técnicas de debate

En un contexto como en el que se desarrolla Profuturo, basado en la unidad grupal, diálogo y la democracia entre los participantes, resulta pertinente que el proyecto les proporcione las nociones necesarias y las diferentes técnicas que se articulan alrededor del debate. Se pretende ejercitar su expresión, fomentar el respeto y aceptación a la diferencia y a las opiniones de los demás.

Por este motivo, esta actividad irá destinada al aprendizaje de las mismas y se llevará a cabo en tres sesiones. En cada una de ellas se explicarán dos técnicas para que los destinatarios sean los protagonistas de su propio aprendizaje de una manera práctica y dinámica (Fabra, 2007).

- *SESIÓN 1: Discusión por objetivos y pequeño grupo de discusión*
- *SESION 2: Bola de nieve y diálogos simultáneos*
- *SESIÓN 3: Foro y panel de debates*

Antes de finalizar esta actividad, se les proporcionará a los participantes un documento escrito que contenga las cuestiones fundamentales que se han trabajado y se entregará una autoevaluación (Anexo 1) que deberán de rellenar y entregar en la secretaría del centro.

6.5.3 Bloque 2: Educación intergeneracional

La educación intergeneracional supone una vía de desarrollo para las personas mayores. Este concepto, se refiere a los “procesos y procedimientos que se apoyan y se legitiman enfatizando la cooperación y la interacción entre dos o más generaciones cualesquiera, procurando compartir experiencias, conocimientos, habilidades, actitudes y valores” (Sáez, 2002, p. 29 citado por Pérez Serrano, 2016, p. 83).

Las personas mayores tienen derecho a desarrollarse en la medida en que son miembros esenciales de la sociedad, por eso es necesario motivarles individualmente y como colectivo para que participen en su proceso de desarrollo, se beneficien de él y establezcan lazos y relaciones con otras generaciones para enriquecerse mutuamente (Escarbajal de Haro, Martínez de Miguel, 2009, pp. 100-101)

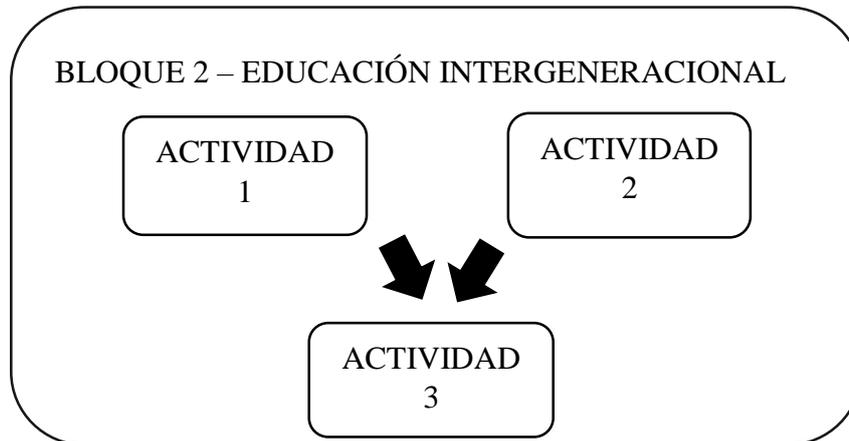
Esta actividad se ha diseñado con el fin de ser un encuentro, un espacio de intercomunicación entre los residentes de Profuturo y los alumnos de los dos colegios del barrio El Peral. Mediante un encuentro previo, el equipo de educadores se encargará de presentarle la información requerida acerca de las actividades a los diferentes colegios.

La idea de juntar estos dos colectivos pretende ser un vehículo para el intercambio de aprendizaje. Por una parte, se busca conseguir cambios positivos en los miembros de Profuturo, ya sea en su humor o en el aumento de su vitalidad, autoestima, autoconcepto y motivación. Por otra parte, se pretende acercar a los alumnos a la realidad, favoreciendo el cambio de la imagen negativa y estereotipada de la vejez.

En definitiva, se busca que esta actividad sea un espacio donde se propicie una aproximación cultural entre diferentes edades y se genere un conocimiento colectivo que enriquezca al desarrollo de los participantes y mejore su calidad de vida.

Este bloque está compuesto por tres actividades. Las dos primeras actividades terminan su cometido en la actividad 3. Por lo tanto, seguiremos este esquema:

Tabla 6: Esquema de las actividades del bloque 2



La primera sesión será una toma de contacto. Alumnos y mayores harán conjuntamente técnicas de presentación y conocimiento para crear un sentimiento grupal y un clima distendido. Al finalizar, el Educador contextualizará la actividad que se llevará a cabo la siguiente semana.

Actividad 1- Conociéndonos

La primera actividad pretende ser una toma de contacto y un intercambio de experiencias, opiniones e ideas entre los diferentes participantes para eliminar prejuicios y estereotipos relacionados con la vejez; se pretende también que los alumnos conozcan en qué consiste el Senior Cohousing.

- SESIÓN 1- *Rueda de prensa*

Cada colectivo habrá preparado una serie de preguntas que pondrán en común. Estas preguntas se efectuarán por medio de una “rueda de prensa” donde el educador será el presentador y se encargará de transmitir las normas para el buen funcionamiento de la sesión.

- SESIÓN 2, 3 y 4 – *Desarmando mitos, concurso de talentos*

En grupos de seis, niños y mayores tendrán que trabajar juntos para elaborar una actuación donde demuestren sus habilidades de manera conjunta. Las segunda y tercera sesión estarán enfocadas a la organización, preparación y ensayo. El educador proporcionará materiales por si fueran necesarios para la puesta en escena.

En la cuarta sesión se llevará a cabo una especie de *Concurso de talentos* donde ambos colectivos demostrarán sus dotes como magos, humoristas, bailarines en un clima de respeto y aceptación.

Actividad 2 – Debates conjuntos

Esta actividad consistirá en una serie de debates dirigidos, pretende ser un puente en la comunicación intergeneracional, un intercambio de información e ideas sobre diferentes temas de actualidad bajo la conducción estimulante del educador.

Se pretende, por medio de esta técnica, ayudar a superar prejuicios e ideas preconcebidas, estimular el razonamiento, la comunicación intergeneracional, la capacidad de análisis crítico, el trabajo colectivo, la aceptación, comprensión y el respeto.

- SESIÓN 1, 2 y 3

La primera sesión estará destinada a elegir mediante una técnica para la toma de decisiones, los temas de los diferentes debates, así como para explicar las pautas necesarias para el buen funcionamiento de los mismos.

En las siguientes sesiones se llevará a cabo el intercambio de información.

Actividad 3 – Radio comunitaria

La última actividad pretende aunar las experiencias compartidas de manera intergeneracional por medio de un programa de radio que estimule las relaciones intergeneracionales y la participación activa en la comunidad.

La idea es que los alumnos y los residentes de Profuturo cuenten sus experiencias trabajando conjuntamente. Sin embargo, la programación de la radio será elegida en asamblea. La actividad se desarrollará en tres sesiones:

- SESIÓN 1 – *Preparación, asamblea, temas e información*
- SESIÓN 2 - *Radio*
- SESIÓN 3 – *Radio*

El educador propondrá que en una de las sesiones correspondientes con el programa de radio, niños y mayores expliquen el funcionamiento y las características del Senior Cohousing y, más particularmente, de Profuturo.

6.6 Temporalización

Este apartado muestra el calendario donde se indican las diversas etapas del proyecto, con la intención de que se conozca de manera inmediata el momento en el que se ubica cada una de las acciones que se llevarán a cabo.

La propuesta de proyecto ha sido diseñada para un total de 157 participantes, los cuales se dividirán en cuatro grupos diferentes. Cada uno realizará las actividades un día a la semana y las sesiones durarán aproximadamente una hora y media.

GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 3	GRUPO 4
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves

MAYO						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

JUNIO						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

JULIO						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

AGOSTO						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

SEPTIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

OCTUBRE						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

 Fase de captación y difusión

 Toma de contacto

Bloque 1: Herramientas para la cooperación grupal (Rosa)

 Actividad 1- Comunicación

 Actividad 2- Autoestima

 Actividad 3- Toma de decisiones

 Actividad 4- Técnicas de debate

Bloque 2: Educación Intergeneracional (Azul)

 Actividad 1- Conociéndonos

 Actividad 2- Debates conjuntos

 Actividad 3- Radio comunitaria

6.7 Presupuesto

RECURSOS MATERIALES	COSTES
Fase de divulgación y captación	25 €
Bloque 1	1.023 €
Bloque 2	1.800 €
Evaluación	27
TOTAL	2.875 €

RECURSOS HUMANOS	SUELDO
Educador Social	700*€/ mes
Animador Sociocultural	550* € / mes

*Cuotas Seguridad Social aparte

PRESUPUESTO GENERAL	
Conceptos	Gastos
Recursos materiales	2.875 €
Recursos humanos	7.500 €
Imprevistos (10%)	1.037,5
TOTAL:	11.750€

El presupuesto correspondiente a los recursos materiales está destinado a material fungible para la realización de las actividades ya que el centro cuenta con el material inventariable necesario (proyector e impresora). De la misma manera, las infraestructuras donde se desarrollará el proyecto son los espacios comunes del centro.

El coste de los recursos humanos podría variar según las personas inscritas en el proyecto ya que en la propuesta se ha contado con las 157 personas que residen en el centro residencial Profuturo.

6.8 Evaluación

La evaluación la llevarán a cabo tanto los profesionales encargados de implementar el proyecto como los participantes del mismo en cuatro momentos diferenciados: *evaluación inicial*, *evaluación procesual*, *evaluación final* y *evaluación de impacto*.

TIPO DE EVALUACIÓN	OBJETIVOS
Inicial	<ul style="list-style-type: none">- Identificación y valoración de las necesidades de los participantes.- Conocer las posibles limitaciones y oportunidades del proyecto.
Procesual	<ul style="list-style-type: none">- Conocer datos acerca de la implicación de los participantes, motivación, satisfacción, dificultades o aspectos a mejorar.
Final	<ul style="list-style-type: none">- Contrastar el estado final de Profuturo y el estado determinado en la planificación del proyecto.- Conocer si los objetivos han sido cumplidos
Impacto	<ul style="list-style-type: none">- Comprobar si las necesidades y los aspectos susceptibles de mejora tanto en los participantes como en el centro han quedado cubiertos y satisfechos

Estas tipologías de evaluación se llevarán a cabo mediante una serie de sistemas internos de seguimiento:

- Cuestionarios de evaluación
- Desarrollo y realización de información y memorias
- Realización de reuniones de seguimiento y evaluación por parte del educador y animador.

Estos métodos de evaluación (cualitativos y cuantitativos) serán elegidos según la información que se pretenda obtener y las posibilidades que ofrezcan las circunstancias concretas. Permitirán analizar e interpretar la información necesaria del proyecto y el grado de éxito en relación al cumplimiento de los objetivos; especificará el valor y la calidad de las acciones emprendidas y proporcionará datos acerca de la mejora y el progreso de Profuturo

La principal característica será la participación de los actores sociales implicados directa o indirectamente en el proceso, valorando su percepción, opinión y valoración de las acciones desarrolladas. Supondrá también el medio de comunicación entre los participantes, generando visiones individuales y colectivas compartidas sobre los procesos evaluados.

En definitiva, por medio del proceso de evaluación, los residentes de Profuturo obtendrán la información acerca de los resultados, del proceso y de la metodología llevada a cabo y obtendrán directrices para la consecución de los objetivos futuros; reconociendo el diálogo y la búsqueda conjunta de soluciones hacia una mejora y progreso del centro.

7. CONCLUSIONES

El Senior Cohousing no sólo tiene el propósito de mejorar el bienestar y la calidad de vida de sus participantes, persigue también una construcción de vida significativa y relevante para ellos mismos, la comunidad y el entorno. Estos objetivos coinciden con los propósitos de la Educación Social respecto al envejecimiento, lo que convierte a estas comunidades en un entorno óptimo donde poner en práctica mecanismos de participación ciudadana para empoderar a los colectivos implicados hacia una óptica de respeto a la diversidad, aceptación e inclusión.

Después de la realización del presente trabajo se han podido extraer una serie de conclusiones con respecto al objeto de estudio (pertinencia de la figura del Educador Social en el Senior Cohousing):

- Dificultad para la implantación de la figura del Educador Social de una manera permanente.
- Posibilidad de contribuir a los Senior Cohousing por medio de proyectos socioeducativos.
- El Educador Social como gestor y asesor en la creación de dichas iniciativas.

Dificultad de la implantación de la figura permanente del Educador Social en proyectos iniciados con anterioridad debido a la idiosincrasia de los mismos: proyectos de naturaleza autogestionada y cooperativa donde los residentes de la comunidad son los protagonistas y los agentes de su propio cambio.

Pertinencia del Educador Social por medio de proyectos: Mediante un diagnóstico de necesidades, el educador social podría detectar aspectos susceptibles de mejora, satisfacer las demandas e intereses de los participantes u optimizar los procesos que se estén llevando a cabo.

El Senior Cohousing contiene sistemas internos para la toma de decisiones y reuniones, por tanto, la figura del Educador Social podría optimizar estos procesos ejerciendo como facilitador de información, recursos, técnicas y dinámicas, contribuir en la promoción y divulgación del proyecto, animación sociocultural, implantación de

proyectos de educación permanente o en la gestión de las relaciones con las diferentes entidades sociales. Es decir, favorecería el funcionamiento de los proyectos llevados a cabo dotándolos de un enfoque socioeducativo donde prima la mejora de la calidad de vida de las personas.

La propuesta de proyecto de intervención diseñada en el trabajo, pretende ser un ejemplo de una posible actuación llevada a cabo desde la Educación Social en el centro Profuturo. Después de realizar el estudio correspondiente al estado actual del Senior Cohousing en España se ha comprobado la falta de sentido metodológico de sus actividades; por este motivo, las acciones planificadas se orientan hacia la adquisición de herramientas que favorezcan el funcionamiento del centro y un plan de acción destinado a promover la educación permanente y actividades que mejoren la calidad de vida de los participantes de una manera individual y grupal desde una perspectiva socioeducativa.

Figura del Educador Social como asesor y gestor en la creación de las comunidades de Senior Cohousing. Referido al Educador Social como asesor cualificado que ejerza de consejero y coordinador entre todos los actores, siguiendo el proyecto desde la idea inicial hasta la comunidad en pleno funcionamiento.

De esta manera, el papel del Educador Social consistiría en encargarse de la organización del grupo en la toma de decisiones y en la planificación y diseño, primando el bienestar social y los intereses de los participantes. Durante las reuniones iniciales, su papel sería el de facilitador, preparando a los futuros residentes para el proceso.

En fase de diseño y construcción, ayudaría a resolver desde cuestiones burocráticas hasta cómo organizar sus reuniones. Podría mostrar a la comunidad cómo pueden ayudar en el proceso de construcción, propiciando la participación comunitaria y la divulgación de una imagen de la vejez positiva; aportaría también a los participantes una evaluación acorde a los objetivos que propiciase un espacio de reflexión individual y colectiva.

Finalmente, y en continuidad a este trabajo, se plantea un seguimiento del objeto de estudio para identificar, justificar y describir cuál sería el perfil y las competencias adecuadas para este tipo de actuaciones.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aparicio, C. (2013). *Educación y envejecimiento activo. Una experiencia comunitaria*. (Tesis doctoral. Universidad de Alcalá, Madrid) Recuperado de <https://www.educacion.gob.es/teseo/imprimirFicheroTesis.do?idFichero=50261>
- Ayuntamiento de Valladolid (2016) *Revisión del plan general de ordenación urbana de Valladolid*. Recuperado de <http://www.valladolid.es/es/temas/hacemos/aprobacion-inicial-plan-general-ordenacion-urbana-2015>
- Bermejo, L. (2012). Envejecimiento activo, pedagogía, gerontología y buenas prácticas socioeducativas con personas adultas y mayores. *Educación social: Revista de intervención socioeducativa*, 51, 27-44.
- Brigerio, M. (2005). “Envejecimiento exitoso” y “tercera edad”: Problemas y retos para la promoción de la salud. *Investigación y Educación en Enfermería*, 8(1), 102-109.
- Carbajo, M.C. (2009). Mitos y estereotipos sobre la vejez. Propuesta de una concepción realista y tolerante. *Ensayos: Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 24, 87-96.
- Cieza, J.A. (2015) *Planificación de un proyecto de animación sociocultural* [Apuntes académicos]. Moddle usal.
- Cieza, J.A. (2015) *Técnicas de debate* [Apuntes académicos]. Moddle usal.
- Convivir (2016). *Convivir: Conjunto Residencial para Personas Mayores*. Recuperado de <http://www.apartamentosconvivir.com/home.php>
- Durrett, C. (2015). *El manual del senior cohousing. Autonomía personal a través de la comunidad* (1ª ed.). Madrid: Dikynson.
- Ecohousing (2016). Mapa cohousing vivienda colaborativa en Europa [Imagen digital]. Recuperado de: <http://ecohousing.es/red-cohousing/mapa-cohousing-vivienda-colaborativa-en-espana/>

Ecohousing (2016). Mapa cohousing vivienda colaborativa en Europa [Imagen digital]. Recuperado de: <http://ecohousing.es/red-cohousing/mapa-cohousing-vivienda-colaborativa-en-espana/>

Escarbajal, A., Martínez, S. (2009). Alternativas socioeducativas para las personas mayores. (1a ed.). Madrid: Dykinson

Fabra, M.L. (2007) *Técnicas de grupo para la cooperación* (1ª ed.). Barcelona: CEAC

Fernández, T., Ponce de León, L. (2013). Envejecimiento activo: recomendaciones para la intervención social desde el modelo de gestión de casos. *Portularia: Revista de Trabajo Social*, 13(1), 87-97.

García, H. (2015). *Vivienda para un Envejecimiento Activo: El paradigma danés* (Tesis doctoral). Universidad Politécnica de Madrid.

Hinojo, F.J., Fernández Martín, D. (2002). Diseño de un programa formativo para la mejora de las habilidades sociales en personas mayores. *Pedagogía Social: Revista interuniversitaria*, 9, 309-319.

INE. (2017). *Instituto Nacional de Estadística: Esperanza de Vida al Nacimiento según sexo*. Recuperado de <http://www.ine.es/jaxiT3/Tabla.htm?t=1414>

Jáuregui, I. (2008). Vejez y depresión: una visión sociocultural. *Revista de servicios sociales*, 43, 133-142.

Lopez, D. y Estrada, M. (2016). ¿Cómo avanzan las dinámicas de senior cohousing en España?. En S. Ezquerro, M.P. Salanova, M. Pla, J. Subirats (Eds.), *Edades en transición. Envejecer en el siglo XXI* (p. 227-237). Madrid: Ariel.

Martín, V. (2000). Diez visiones sobre la vejez: del enfoque deficitario y de deterioro al enfoque positivo. *Revista de Educación*, 323, 161-182.

Mira, M.A., Del Monte, J. y Piquet, M.A. (2015). Senior Cohousing en España. Jubilares. En Durrett, C. (Coord.), *El manual del senior cohousing. Autonomía personal a través de la comunidad* (p. 380-402). Madrid: Dykinson.

Moreno, A. (2013). *Buenas prácticas modelo y ambiente*. Recuperado de <http://residencialsantaclara.es>

Morón-Marchena, J.A. (2014). Educación y personas mayores. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 17 (1), 107-121

Organisation for economic co-operation and development (OECD). (2015) *¿Cómo va la vida en España?*. Editor: Autor. Recuperado de: <https://www.oecd.org/spain/Better%20Life%20Initiative%20country%20note%20Spain%20in%20Espagnol.pdf>

Pajín, L. (2011). Presentación. En IMSERSO. (Coord.), *Libro Blanco* (1º ed., p. 15-17). Madrid: IMSERSO.

Pérez Serrano, G. (2016) *Diseño de proyectos sociales: aplicaciones prácticas para su planificación, gestión y evaluación*. Madrid: Narcea.

Polaino-Lorente, A. (2004) *En busca de la autoestima perdida* (3era ed.). Bilbao: Descleé de Brouwer

Portilla, V.M., (2002) Educación permanente y calidad de vida. *Tabanque: Revista pedagógica*, 16, 35-48

Profuturo (2017) *PROFUTURO, el complejo de apartamentos para mayores más vanguardista de España*. Recuperado de <http://www.profuturovalladolid.com/>

Rosillo, L. (2012). JUBILARES es Cohousing, Autonomía y dignidad en la madurescencia. [Entrada blog]. Recuperado de <http://irosilloc.blogspot.com.es/2012/10/jubilares-es-cohousing-autonomia-y.html>

Soldevila, A., Ribes, R. Fiella, G., Agulló, M. (2005). Objetivos y contenidos de un programa de educación emocional para personas mayores: *Emociona't*, n^a 37(5), 1-13. Recuperado de: <http://studylib.es/doc/5001861/objetivos-y-contenidos-de-un-programa-de-educacin>

Steban, C. (1996). *La Animación del grupo pequeño*. Madrid: CCS

Trabensol. (2017). *Trabensol, Centro Social de Convivencia para Mayores*. Recuperado de <http://trabensol.org/>

UDP – Simple Lógica. (2015) *El cohousing (viviendas colaborativas) y las personas mayores en España. Informe mayores UDP*. Recuperado de:

<https://jubilares.files.wordpress.com/2015/05/el-cohousing-y-las-personas-mayores-abril-2015.pdf>

Valle, A. (2015, enero 28). Desencadenantes, obstáculos y facilitadores del senior co-housing en Suecia: análisis histórico y estudio del caso Färdknäppen [Entrada blog]. Recuperado de <http://movicoma.blogs.uoc.edu/2016/03/13/la-situacion-actual-del-co-housing-en-suecia/>

9. ANEXOS

Anexo 1: Autoevaluación

AUTOEVALUACIÓN	
¿Qué has aprendido?	
¿Te has sentido bien en el desarrollo de esta actividad?	
¿Los contenidos tratados te parecen útiles/ apropiados?	
¿Qué cambiarías?	
Observaciones	