



COHABITEM

SERVEI ALTERNATIU D'HABITATGE PER A PERSONES
GRANS A LA CIUTAT DE BARCELONA

TREBALL FINAL DE GRAU
—
EDUCACIÓ SOCIAL

Alumna

Maria Puigmartí Bertran

Grup

M0

Tutor/a

Gustavo Herrera Urízar
Carmen Hernández Escolano

Curs i Data

2023/2024 - 14/06/2024



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Facultat d'Educació

AGRAÏMENTS

El més profund agraïment a totes les persones que han fet possible la realització d'aquest treball de final de grau. En primer lloc, al Gustavo, el meu tutor, per fer de guia en aquest llarg camí; resolent els meus dubtes, aconsellant-me de la millor manera possible i donant-me suport sempre que ho he necessitat. Agradeixo també a la meva família, especialment als meus pares, Maria Rosa i Quique, per estar sempre al meu costat sense dubtar ni un moment en acompanyar-me i donar-ho tot perquè pugui arribar fins aquí. A la meva parella, per estar donant-me confiança i seguretat de manera constant, especialment, en els moments de dubte i fatiga. Finalment, vull dedicar aquest treball a la meva iaia, ja no hi ets de cos present, però els teus valors i el teu amor sempre estan presents dins meu.

Índex

1.	Introducció	5
2.	Justificació	6
3.	Objectius	8
3.1	Objectiu general	8
3.2	Objectius específics	8
4.	Marc conceptual.....	9
4.1.	Conceptualització del perfil usuari.	10
4.1.1.	Definició i conceptualització de persones grans: situació actual i transformació d'aquest col·lectiu.....	10
4.1.2.	Autonomia personal i model d'envelliment actiu.	11
4.2.	Soledat en persones grans.	14
4.2.1.	Que entenem per a soledat en l'etapa vital a partir dels 65 anys i les conseqüències que comporta en la salut física i mental.	14
4.2.2.	Anàlisi de les persones grans majors de 65 que viuen soles a Catalunya.	15
4.3.	Desafiaments econòmics de les persones grans.	16
4.3.1.	Pensions limitades i una bretxa de gènere molt marcada.....	16
4.4.	Serveis de cohabitatge per a persones grans amb un grau elevat o total en autonomia personal.....	18
4.4.1.	Definició de cohabitatge	18
4.4.2.	Revisió de programes de cohabitatge destinats a les persones grans a Espanya i Catalunya.	20
4.4.3.	Beneficis psicosocials i econòmics del cohabitatge en persones majors de 65 anys.	22
5.	Descripció	24
5.1	Contextualització	25
5.2	Anàlisi de necessitats	27
5.2.1	Debilitats	28
5.2.2	Amenaces	29
5.2.3	Fortaleses	30
5.2.4	Oportunitats.....	30
5.3	Disseny del servei: accions, organització i recursos.....	32
5.3.1	Identificació de problemàtiques.....	33
5.3.2	Caracterització de l'habitatge apte.....	35
5.3.3	Habitatges adaptats i personalitzats	36
5.3.4	Creació de xarxes de suport	38
5.4.	Organització.....	41
5.4.1	Cronograma.....	41
5.4.2	Procés dels i les participants en el servei	43
5.5	Consideracions ètiques.....	45
5.6	Sostenibilitat, viabilitat i innovació del projecte.....	46
5.6.1	Sostenibilitat	46
5.6.2	Viabilitat	47
5.6.3	Innovació.....	48
5.7	Beneficis	49

6.	Comunicació, promoció i difusió	51
7.	Avaluació	54
8.	Conclusions	57
9.	Bibliografia	61
10.	Annexos	67
10.1	Fitxa entrevista detecció de necessitats	67
10.2	Informe d'habitatge	68
10.3	Informe de la persona: dades personals i interessos.....	73
10.4	Fitxa de propostes d'espais de conversa.....	76
10.5	Fitxa de propostes d'activitats i sortides.....	77
10.6	Contracte de convivència	78
10.7	Consentiment i protecció de dades	80
10.8	Enquesta de satisfacció activitat.....	81
10.9	Enquesta satisfacció de visita al domicili	83

RESUM

Com podem millorar la qualitat de vida de les persones grans de la ciutat de Barcelona que gaudeixen de plena autonomia i viuen soles? El projecte que es presenta té l'objectiu de crear un servei alternatiu d'habitatge per a persones majora de 65 anys que viuen soles a la capital catalana. En aquest disseny es troba un marc conceptual per contextualitzar el públic objectiu, les problemàtiques a les quals s'enfronten i quins recursos i equipaments existeixen per abordar-les. Arran d'això neix una nova proposta d'actuació que es planteja des d'una anàlisi de necessitats, seguit d'un conjunt d'accions per assolir els objectius formulats i la promoció i difusió del servei. Finalment, es conclouen uns resultats favorables d'un projecte pioner i innovador en donar una possible resposta ràpida i eficaç en les necessitats que presenten les persones grans.

Paraules claus: persones grans, chobitatge, educador/a social, xarxa de suport, soledat, recursos econòmics.

Abstract

How to improve the quality of life of elderly people in the city of Barcelona who enjoy full autonomy and live alone? The present design and planning aims to create an alternative housing service for people over 65 years old living alone in the Catalan capital. In this design there is a conceptual framework to contextualize the target audience, the problems they face and what resources and facilities exist to address them. From this, a new proposal for action is born, based on a needs analysis, followed by a set of actions to achieve the objectives formulated and the promotion and dissemination of the service. Finally, the results of a pioneering and innovative project are favorable, as it provides a quick and effective response to the needs of the elderly.

Key words: *elderly, chobitatge, social educator, support network, solitude, economic resources.*

1. Introducció

En l'actualitat, el problema de l'envelliment de la població ha esdevingut una de les preocupacions socials, polítiques i sanitàries dels governs dels països en desenvolupament (Abades, et al., 2012) com Espanya i la ciutat de Barcelona. Trobem diferents problemàtiques associades en aquesta etapa vital com la soledat, un sentiment comú en les persones grans i més si estan en situacions desfavorables (Camargo-Rojas, et al. 2020) i la situació econòmica que viuen. La inseguretat econòmica és un problema que afecta totes les persones grans, especialment aquelles que treballen al sector informal i no poden contribuir a la seva jubilació o pensió (Salgado-de Snyder, et al. 2007).

En aquest context, sorgeix la necessitat de respondre una qüestió clau: "De quina manera es pot millorar la qualitat de vida de les persones grans majors de 65 anys?" La implementació d'un servei basat en el model de cohabitatge sorgeix com una proposta per afrontar aquestes qüestions de manera holística, ja que, les persones grans poden trobar-se amb grans obstacles per superar les barreres que els poden sorgir. Per aquesta raó, sembla interessant focalitzar-se en aquesta pregunta i plantejar-se i trobar possibles solucions a aquestes dificultats.

Aquest treball de final de grau, inclòs en l'àmbit de l'emprenedoria, se centra en el creació i disseny d'aquest servei d'habitatge, amb l'objectiu de proporcionar una resposta efectiva als desafiaments que afecten aquest segment demogràfic i, al mateix temps, contribuir a una possible millora de la qualitat de vida i el benestar de les persones grans a la ciutat comtal. A més, aspira a crear una comunitat interconnectada a la ciutat de Barcelona que no només abordi les necessitats d'habitatge, sinó també les dimensions socials, econòmiques i emocionals de les persones grans que gaudeixen d'una bona autonomia personal.

Així doncs, aquest treball de final de grau pretén emprendre un servei d'habitatge innovador. Per dur a terme aquesta tasca, es realitzarà un procés d'investigació inicial per, posteriorment, crear un disseny integral. Primerament, portant a cap una revisió de la literatura per establir un marc conceptual que inclogui una anàlisi del públic objectiu, emmarcant conceptes teòrics i dades estadístiques claus. A continuació, es du a terme

una descripció completa del projecte, detallant quins mètodes s'utilitzen per a la promoció i difusió d'aquest nou servei. I, per acabar, es fa una valoració final sobre els resultats obtinguts analitzant si el projecte respon adequadament als objectius inicials plantejats.

2. Justificació

La implementació d'un servei de cohabitatge a la ciutat de Barcelona destinat a persones majors de 65 anys que gaudeixen d'una elevada autonomia personal, neix per donar una possible resposta als desafiaments socials, econòmics i emocionals que poden patir. Aquesta proposta innovadora sorgeix de la necessitat de lluitar en contra dels impactes negatius de la soledat que s'analitzaran mes endavant, i d'abordar les restriccions econòmiques detectades que s'associen a les baixes pensions en front del alt cost de vida. Per aquesta raó, es busca fomentar una possible millora significativa en la qualitat de vida de les persones grans.

La soledat és una preocupació molt arrelada en aquest sector de la població, inclús pot tenir conseqüències greus en la seva salut mental i física. Poden accelerar i generar deteriorament cognitiu, demència i depressió entre moltes altres malalties (Arruebarrena, et al. 2020). El servei de cohabitatge aspira a contrarestar aquesta realitat, establint una comunitat interconnectada que proporcioni suport emocional i interacció social regular. A més, la proposta buscarà potenciar l'autonomia personal, ja que està específicament dissenyada per a persones grans amb un alt grau d'independència i per tan, això implica mantenir un estil de vida autònom i prendre decisions sobre les seves activitats diàries i gestió de l'espai.

Pel que fa als desafiaments econòmics, moltes persones grans es veuen afectades per les limitacions financeres derivades de pensions molt baixes amb comparació amb el cost de vida actual. Segons la taxa AROPE presentada per l'Ajuntament de Barcelona (2020a), a la capital catalana l'any 2020, el 18% d'homes i dones majors de 65 anys estava en situació de risc de pobresa i/o exclusió social i al superar els 75 anys la xifra augmenta fins al 28,2%. Així doncs, es presenta com a interessant la recerca de recursos per disminuir aquesta situació. Per tant, aquest servei busca oferir una alternativa pràctica, permetent als residents compartir les despeses, alleujant les pressions

econòmiques individuals i per conseqüència, amb un impacte directe en la millora de la seva situació econòmica. A més, no només estarà destinat amb persones amb dificultats financeres sinó que, també podran accedir-hi aquelles que disposin d'una llar amb capacitat per acollir nous residents i vulguin obtenir uns ingressos econòmics extres.

La creació d'una comunitat solidària amb suports mutu pot ser fonamental per a la millora del benestar de les persones grans. Aquests vincles de suport, poden reduir la sensació d'aïllament i promoure un entorn positiu que afavoreixi la salut emocional i mental. A més, aquesta iniciativa no només beneficiarà a les persones directament involucrades, sinó que també pot tenir un impacte positiu en el sistema de salut en general, minimitzant la càrrega sobre els serveis de salut pública mitjançant la reducció dels casos d'ansietat, depressió i altres problemes de salut associats a la soledat.

La figura de l'educador/a social pot desenvolupar una tasca fonamental en aquest context, donant suport a la creació d'un entorn comunitari interconnectat, facilitant la interacció regular entre els membres i proporcionant recursos per abordar la soledat i altres qüestions emocionals que puguin sorgir. A més, pot desenvolupar un paper clau per treballar en el foment de l'autonomia personal, donant suport als residents en la presa de decisions relatives a les seves activitats diàries i la gestió de l'espai compartit. A través del seu treball, l'educador/a social contribueix a una possible millora del benestar emocional i mental dels residents, promovent una cultura de suport mutu i solidaritat dins de la comunitat de cohabitatge.

La implementació d'aquest servei de cohabitatge vol representar una estratègia holística per millorar la qualitat de vida de les persones grans de la ciutat de Barcelona, abordant simultàniament qüestions socials, econòmiques i emocionals. Aportant a la societat un recurs innovador que, per conseqüència i de manera indirecta beneficiï també, a les famílies del participants.

3. Objectius

3.1 Objectiu general

L'objectiu general d'aquest treball de final de grau en la modalitat d'emprenedoria és **dissenyar un servei de cohabitatge innovador a la ciutat de Barcelona centrat en persones grans majors de 65 anys, que gaudeixen d'autonomia personal i viuen soles.**

3.2 Objectius específics

- Identificar les problemàtiques que pateixen les persones majors de 65 anys.
- Caracteritzar el tipus d'habitatges aptes per a l'entrada en el servei de cohabitatge.
- Oferir opcions d'habitatge adaptades i personalitzades per a les persones usuàries.
- Crear iniciatives específiques que promoguin la interacció social i el suport mutu entre les persones que cohabiten i els participants dels serveis.

4. Marc conceptual

En el present context teòric, s'efectua una anàlisi bibliogràfica per comprendre la situació actual de la població major de 65 anys, amb l'objectiu d'identificar les dificultats que experimenten. Per a això, es delineen quatre àrees principals: perfilar l'usuari que forma part del servei, la soledat en les persones grans, la situació econòmica d'aquestes i per últim, els serveis de cohabitatge sèniors.

L'ordre proposat segueix una estructura que permet una comprensió clara i ordenada del contingut. Començant amb el marc contextual del perfil de les persones grans que son el col·lectiu clau en aquest treball, seguit es tracta els principals problemes que afecta a les persones majors de 65 anys i finalment, es busca una possible solució per disminuir aquestes problemàtiques. Així doncs, aquesta seqüència permet una progressió des de l'establiment del context fins a la proposta de solucions, facilitant una comprensió completa i una visió global de la problemàtica abordada.

El primer espai es proporciona un marc contextual del perfil de les persones que gaudiran del servei, definint que s'entén per persona gran en l'àmbit mundial i Europeu i identificant quins canvis hi ha hagut en aquest col·lectiu al llarg dels anys. A més, en aquest apartat s'emmarca el terme autonomia personal per tal d'entendre l'objectiu general. Finalment, es fa una revisió del model d'envelliment actual a Europa.

Seguidament en el segon bloc, s'obre les portes a parlar sobre el terme soledat fent una referència directa a les conseqüències que comporta aquest sentiment en les persones grans. Posteriorment, es fa una revisió estadística de Catalunya sobre la situació de persones majors de 65 anys que viuen soles.

En tercer lloc, entra en joc una de les grans problemàtiques en aquest sector de la població, les limitades pensions econòmiques i la gran bretxa de gènere en les prestacions esmentades. Estudiant les conseqüències d'un model tradicional familiar que deixa a la dona amb una posició de risc per a una vida laboral passada dedicada a la llar i la cura de fills/es i/o familiars.

Finalment, l'últim bloc es basa a conèixer un sistema d'habitatge diferent del tradicional, anomenat habitatge cooperatiu o cohousing. Un model que pot ser un referent clau per a la lluita contra la solitud i els problemes econòmics de les persones grans gràcies al naixement del cohousing sènior. Sent una alternativa al model tradicional de residència com quasi única opció d'habitatge comunitari per a persones grans.

4.1. Conceptualització del perfil usuari.

4.1.1. Definició i conceptualització de persones grans: situació actual i transformació d'aquest col·lectiu.

Començar amb la definició i contextualització de les persones grans és essencial per comprendre el col·lectiu, les seves necessitats i reptes en l'actualitat. A través d'aquesta comprensió, es pot adaptar millor els programes i serveis per proporcionar un suport adequat des de l'educació social i millorar la seva qualitat de vida. A més, reconèixer la transformació d'aquest col·lectiu al llarg del temps permet abordar les noves realitats demogràfiques i socials i promoure un envelliment actiu i saludable.

La vellesa és un procés inherent dels éssers humans que varia segons la connotació que li atribueix cada cultura (Alvardo et al. 2014). És un període cronològic relatiu en funció del marc teòric en què es pugui analitzar que s'inicia en els 65 anys (Del Campo, 1996).

Segons l'Organització Mundial de la Salut (2022) les persones entren en l'etapa de la vellesa quan arriben a l'edat dels 60 anys mentre que, tal com ens mostra l'Institut Nacional d'Estadística (s.f), es considera que l'etapa de la vellesa comença a partir del 65. Segons les dades aportades per les Nacions Unides (s.f), les persones dels països Europeus viuen una mitjana de 7 anys més que en països en vies de desenvolupament.

El descens de la mortalitat a Europa es deu gràcies a la disminució i control d'epidèmies, malalties infeccioses i el descobriment d'antibiòtics (Schofield et al., 1994) i de les millores i inversions en el sistema de salut del país (Figuero, et al., 2019) destacant l'avenç en les malalties cardiovasculars i la detecció precoç (García, 2014).

Segons l'Institut d'Estadística de Catalunya (2024a), a Catalunya, el primer semestre de l'any 1981 hi havia un total de 906.996 persones majors de 65 anys mentre que, el passat

primer semestre de 2023 hi va haver un total de 2.009.437. Així doncs, en quatre dècades aquest sector de la població s'ha duplicat completament. Per tant, la presència d'aquesta part de la població és un fenomen creixent. Pel que fa als indicadors de població basats en grup d'edat i sexe que ens mostra l'Institut d'Estadística de Catalunya (2024b), sobre l'any 2023, hi ha un 25% més de dones envers els homes. Segons García (2024) això és a causa de la tendència que tenen els homes en conductes de risc com el tabaquisme, l'alcohol, professions de risc i una menor prevenció en temes de salut.

Es resum, la vellesa és un procés subjecte a interpretació cultural i definició cronològica variable. L'esperança de vida és més llarga als països europeus, gràcies a millores en salut pública i tractaments mèdics. Hi ha una tendència femenina en edat avançada, possiblement per comportaments de risc masculins. Per aquesta raó, és necessari introduir el terme autonomia personal i veure quin model d'envelliment és necessari perquè la població en aquesta etapa tingui un desenvolupament integral el més beneficiós possible.

4.1.2. Autonomia personal i model d'envelliment actiu.

Parlar d'autonomia personal i del model d'envelliment actiu son fonamentals per delimitar amb més precisió dins del col·lectiu de persona grans. L'autonomia personal pot garantir una possible millora en qualitat de vida dels i les majors de 65 anys, mantenint el control sobre les seves decisions i activitats diàries. Per altra banda, el model d'envelliment actiu dona una nova mirada al procés d'envelliment el qual promou una participació activa. A continuació es presenten evidències bibliogràfiques que sustenten les definicions conceptuals sobre els aspectes mencionats. A més, l'educació social pot aportar un paper fonamental, creant activitats socials, culturals i educatives, contribuint a preservar la salut física i mental i prevenir la dependència (Belchi, et al., 2017).

L'autonomia personal és un concepte que ha creat grans debats entre diferents àmbits com la filosofia, la psicologia i l'educació. Segons Álvarez (2015), hi ha una gran quantitat de valors entorn l'autonomia personal que ha creat grans esforços per poder definir el concepte. Vived (2011) afirma: "Podem considerar l'autonomia personal com la capacitat que té la persona per desenvolupar una vida la més satisfactòria i independent

possible en els entorns habituals de la seva comunitat" (p. 26). Segons Carlos Nino citat per Iosa (2021) diu que, autonomia significa prendre referències personals i plans de vida basats en el lliure consentiment i no en una simple elecció. L'autonomia personal també està vinculada a qüestions ètiques i morals, com es reflecteix en la relació entre l'autonomia moral kantiana i l'autonomia personal. Aquesta relació destaca la importància de la capacitat de les persones per actuar segons la seva pròpia raó i llibertat, sent un aspecte fonamental per al desenvolupament humà (Martínez-Buján, 2024).

L'autonomia és un procés que comporta necessàriament dos aspectes claus, la racionalitat i la independència. La primera definida com la difícil tasca que fa cada persona posant en marxa la seva capacitat de reflexió, implicant l'avaluació, la coordinació, l'equilibri i la prioritització de les preferències personals (Àlvarez, 2015). I la segona, és la capacitat de dur a terme activitats de la vida diària, és a dir, la capacitat de viure independentment a la comunitat amb poca o cap ajuda dels altres (OMS, 2002).

En resum, l'autonomia personal és un principi essencial que implica l'habilitat de les persones per prendre decisions i actuar de forma independent en les activitats de vida diària, preservant la seva dignitat i llibertat. Segons Romero (2007), les activitats de vida diària són un conjunt d'aquestes que es troben en diferents cultures i períodes de temps, relacionades amb la supervivència i l'autocura. Altres comportaments són rutinaris, esperats i, de vegades, responen a responsabilitats personals.

Per treballar i fomentar aquesta promoció de l'autonomia ha nascut un nou model basat en l'envelliment actiu. Són molts els investigadors que han treballat intensament per desenvolupar models conceptuals d'envelliment actiu i saludable, per identificar-ne i descriure'n els conceptes principals, amb l'objectiu d'identificar la freqüència dels fenòmens d'envelliment actiu i saludable a la població general (Petretto et al, 2016).

Rowe (1997) y Khan (1999) són el pare d'un model original que s'ha anat desenvolupant i diversificant. Proposen un total de tres indicadors perquè això succeeixi. El primer amb la baixa probabilitat de malalties i discapacitat, el segon és tenir un alt funcionament cognitiu i físic i finalment, tenir un alt compromís amb la vida. En resum, l'envelliment exitós va més enllà de no patir cap malaltia o mantenir la capacitat funcional, són

aspectes claus però, han d'anar lligats a la participació activa en la vida diària. García i García (2013) citant a Baltes i Baltes (1990) entenen que el procés d'envelliment és exitós quan amb el pas del temps hi ha un procés de pèrdues i guanys en què el segon està per sobre del primer.

En l'àmbit mundial, l'OMS (2002) defineix l'envelliment actiu com millorar la qualitat de vida de les persones a mesura que es fan gran optimitzant les oportunitats de salut, participació i seguretat. Destaca que el terme actiu no fa referència únicament a la capacitat física sinó que engloba la participació en l'àmbit social, econòmic, cultural, espiritual i cívic. La psicòloga Fernández Ballesteros és una de les representants més destacada en els models d'envelliment actiu actuals. Segons l'autora per poder detectar aquest tipus d'envelliment és necessari tenir en compte condicions relacionades amb la salut, el funcionament físic i cognitiu, afecte positiu i participació social (Petretto et al, 2016).

Per tant, el model d'envelliment actiu és un procés amb un eix transversal que comporta un conjunt de factors que es complementen entre si. La salut física i mental, lligada a la capacitat cognitiva de la persona i el seu desenvolupament i participació en societat. Actualment, aquest model és un dels pilars fonamentals en les agendes del govern europeu i estatal. L'Associació Europea per a la Innovació treballa amb els països membres de la UE per la promoció de l'envelliment actiu i saludable. Tot i això, no es pot ignorar una de les grans problemàtiques socials que encara viuen una gran quantitat de persones quan arriben aquesta etapa vital, la solitud.

Com a conclusió, l'autonomia personal és un concepte que implica la capacitat de les persones per viure de manera independent i satisfactòria des de l'autodeterminació. Està lligada directament en qüestions ètiques i morals i es fonamenta en la racionalitat i la independència en les activitats de la vida diària. L'envelliment actiu és un model emergent que promou la participació activa i la millora de la qualitat de vida de les persones grans, abordant aspectes com la salut, la participació social i la promoció del desenvolupament cognitiu. En conjunt, l'autonomia personal i l'envelliment actiu són fonamentals per al benestar de les persones grans, tot i els reptes que encara cal superar en aquest àmbit.

4.2. Soledat en persones grans.

4.2.1. Que entenem per a soledat en l'etapa vital a partir dels 65 anys i les conseqüències que comporta en la salut física i mental.

L'etapa de la vellesa és un moment vital en què hi ha una gran quantitat de pèrdues de diferents tipus. Per aquesta raó, i com es veurà a continuació amb la revisió bibliogràfica, la soledat emergeix com un problema en aquest cicle vital. Tot i això, cal delimitar i definir que s'entén quan es parla de solitud i que és exactament.

La soledat en persones grans és un fenomen que mereix una atenció especial. La soledat no té edat però sí son el grup de població que poden tenir més limitacions per superar-la, s'associa a la vellesa per les pèrdues que succeeixen en diferents àmbits com la salut, relacions i rols de vida (Castro, 2011). La soledat i el suport social a persones grans varia en funció de les diferents cultures (Alhambra-Borrás et al., 2021). L'educació social juga un paper fonamental en aquest aspecte per construir societats on les persones grans hi formin part i hi participin de forma activa (Limón, et al., 2021).

Segons la Real Acadèmia Espanyola (s.f) la soledat és: "la carència voluntària o involuntària de companyia". Aquesta experiència no s'elegeix i és de caràcter subjectiu, creant en la persona grans sentiments desagradables (Arruebarrena et al, 2020). Cal destacar que hi ha una diferència entre la soledat i sentir-se sol. El primer concepte fa referència a una situació, la solitud com estat que es veu, mentre que, el segon fa referència a un sentiment o sensació, també anomenada la soledat sentida (Castro, 2021).

La vellesa no és una malaltia, però és una etapa vital amb un alt grau de vulnerabilitat per a patir infelicitat, soledat, avorriment o estrès (Rodríguez, 2000). La soledat en persones grans es pot arribar a definir com una forma de maltractament, es transforma en aquest succés quan la persona està exclosa, abandonada i/o en aïllament social (García, 2003). Durant la pandèmia per la COVID-19 es va observar un augment de la soledat en persones grans, desenvolupant impactes significatius en el seu benestar emocional i qualitat de vida (Blanco et al.,2021).

Segons un estudi documental realitzat per Elena Palma-Ayllón i María Dolores Escarbajal-Arrieta (2021), l'any 2021, sobre els efectes de la soledat en la salut de les persones grans. Conclouen que la solitud està lligada a desenvolupar trastorns psicològics com l'ansietat i la depressió. També, Aitor Vicente Arruebarrena y Antonio Sánchez Cabaco (2020) després de portar a cap una investigació revisant literatura i estudis previs, afirma que les conseqüències de la solitud en la població més avançada són; el deteriorament cognitiu, la demència, la depressió, els problemes cardiovasculars i/o la mortalitat.

Així doncs, les persones grans que pateixen la solitud i el sentiment d'estar soles tenen una major tendència a desenvolupar malalties de salut mental i benestar emocional que poden acabar creat deteriorament cognitiu i físic en elles. Aquest col·lectiu pateix especial vulnerabilitat en patir aquesta situació donat de les pèrdues que comporta aquesta etapa vital.

Com a resum, la soledat és una experiència subjectiva que varia segons la cultura del territori. Pot tenir greus conseqüències en la salut mental i física de les persones grans, com ansietat, depressió, deteriorament cognitiu, inclús, problemes cardiovasculars. La pandèmia de la COVID-19 ha intensificat aquesta problemàtica. Així doncs, la solitud en les persones grans pot tenir conseqüències greus en el seu benestar emocional, accentuant la vulnerabilitat pròpia de la seva etapa vital.

4.2.2. Anàlisi de les persones grans majors de 65 que viuen soles a Catalunya.

Després de detectar la solitud com una problemàtica existent entre la població de persones grans és necessari realitzar una revisió de dades sobre Catalunya per conèixer en quina situació es troba. Segons Rueda (2018) citant a Sancho (2011) les dones grans són les persones que més soledat pateixen i com a conseqüència comencen problemes de dependència i necessitat d'ajuda. Segons l'IDESCAT (2023), l'any 2021 a Catalunya, hi havia 234.000 dones majors de 65 anys que viuen soles mentre que, 89.000 homes majors de 65 viuen sols. Una diferència de 145.000 persones.

Així doncs, les dades aportades pel govern català mostra un alt grau de persones grans que viuen soles en el seu domicili habitual. No tota la població concentrada en aquest grup ha de patir ni sentir solitud però si, l'augment de l'esperança de vida ha provocat

un alt creixement de persones grans dins de la piràmide de població espanyola que es troben soles (Díez, et al., 2015). Una investigació publicada l'any 2015 realitzat per Velarde Mayoral, Faraya Gil i García de Cecilia, mostra que, un estudi observacional portat a terme durant un total de dos anys (2012-2013) sobre la validació de l'escala de soledat UCLA i el perfil de la població gran que viu sola, presenta uns resultats on el 63,2% de les persones que viuen soles se senten soles i que el 82,7% són dones.

Amb les dades obtingudes es conclou que, a hi ha un nombre significativament més gran de dones que viuen soles comparat amb els homes majors de 65 anys. Les dones grans tendeixen a experimentar més soledat i, com a conseqüència, poden desenvolupar problemes de dependència i necessitar assistència. Però la solitud, no és l'única dificultat a la qual han de fer front.

4.3. Desafiaments econòmics de les persones grans.

4.3.1. Pensions limitades i una bretxa de gènere molt marcada.

Una altra possible problemàtica de les persones majors de 65 anys són el limitades pensions econòmiques envers el cost de vida actual i l'acumulació de capital de cada persona al llarg de la seva vida laboral. A continuació, es fa un esbós amb referents bibliogràfics que demostren aquesta difícil situació.

A Espanya hi ha un sistema públic de pensions que cobreix jubilació, viduïtat, orfandat i incapacitat permanent. Disposa de dues modalitats, una assistencial i una contributiva obligatòria. La primera ajuda a les persones amb rendes baixes i es finança amb impostos generals. La segona, es basa en les cotitzacions dels treballadors i empresaris actius (repartiment) i la quantia de la pensió depèn dels anys cotitzats i de la base de cotització. Existeixen límits legals per a la quantia de les pensions, amb un mínim i un màxim. (Hernández et al., 2017). En el sector de població de persones grans les contribucions econòmiques més adquirides són les pensions per jubilació o viduïtat.

Segons Sarasa (2007) la gent gran que ha deixat de treballar té un risc més alt o més baix de caure en la pobresa segons dos factors principals: estalvis i historial laboral. Els que van treballar tota la vida cotitzant a la Seguretat Social o van estalviar prou tenen menys perill. En canvi, les persones que van estar inactives molts anys tenen més risc.

Especialment, les dones que van estar exclusivament a càrrec de les tasques de la llar. Tot i això, per a qui va treballar sempre, la jubilació pot ser més o menys còmoda segons el seu lloc laboral.

Actualment, tot i que hi ha hagut una transformació social en el paper de la dona dins del món laboral, les dones parteixen de situacions més desfavorides amb les pensions contributives de la Seguretat Social (Alaminos, 2018). Les dones passen més temps en el mercat laboral que els homes per la necessitat d'arribar al mínim d'anys treballats, per tal de cobrar la pensió per jubilació (Domínguez-Rodríguez, et al. 2020). A més, tenen discontinües carreres laborals per la criança dels fills/es o cures a familiars (Alaminos, 2018).

Segons l'informe entregat per la L'institut Nacional de la Seguretat Social (2024) el dia 1 de febrer de 2024, en aquesta mateixa data a Espanya, els homes que cobren una pensió per jubilació rebien una mitja de 1.887€ enfront dels 1.292€ que rep una dona. Un total de quasi 600€ de diferència entre ambdós sexes. El nombre de persones que formen part en cada grup son 2,8 milions i 1,8 milions respectivament. Al contrari, pel que fa a les prestacions per viduïtat, els homes cobraven 665€ enfront dels 977€ de les dones. Tot i això, cal remarcar que el total d'homes que cobren aquesta pensió són 151mil mentre que, hi ha un milió i mig de dones. Per tant, tot i que les dones cobren un total més alt en viduïtat, la totalitat de pensions rebudes beneficia en un percentatge molt elevat als homes.

Per altra banda, la renda mitja i mitjana a Espanya, l'any 2022, segons l'Institut Nacional d'Estadística (2022a) en les enquestes sobre condicions de vida, mostra que les persones majors de 65 anys que viuen sols tenen renda mitja de 16.700€ i una renda mitjana de 14.220€. Respecte a la diferenciació entre sexes, les dones compten amb una renda mitja de 15.600€ i una renda mitjana de 13.300€ enfront dels 19.500€ i 17.000€ dels homes respectivament, una diferència de quasi 4.000€. Per tant, les xifres mostren que els ingressos mensuals i anuals son superiors a les prestacions per jubilació o viduïtat gràcies als estalvis i guanys generats durant la vida laboral de la persona, especialment el sexe masculí.

L'any 2023 el llindar de pobresa es va situar en els 10.989€, el que suposa uns 916€ mensuals (Alguacil et al., 2024). Analitzant les dades aportades per la Seguretat Social i el cost de vida mig a Espanya, les pensions rebudes per viudetat o jubilació en molts casos son significativament baixes. Segons la taxa AROPE presentada per l'Institut Nacional d'Estadística (2022)b, l'any 2022, el 23,3% de les dones i el 18,7% d'homes majors de 65 anys estava en situació de risc de pobresa i/o exclusió social. Això planteja un problema social important, la pobresa en la gent gran. Un col·lectiu amb molt poques possibilitats de buscar vies d'ingressos econòmics.

En resum, el sistema de pensions a Espanya ofereix suport a les persones grans a través de pensions de jubilació i viduïtat. Tot i els canvis en el paper de la dona al món laboral, les dones solen rebre pensions contributives més baixes, ja que, solen carreres laborals discontinues. A més, malgrat que les rendes mitjanes de les persones grans que viuen soles poden ser superiors a les pensions, moltes es troben en perill d'acabar per sota del llindar de pobresa. Aquesta situació pot posar una part significativa de la població gran en risc d'exclusió social i es converteix en un desafiament que cal abordar.

4.4. Serveis de cohabitatge per a persones grans amb un grau elevat o total en autonomia personal

4.4.1. Definició de cohabitatge

Davant de les problemàtiques definides anteriorment, solitud i falta de recursos econòmics, que poden patir les persones majors de 65 anys que gaudeixen d'una autonomia plena és fonamental buscar possibles solucions a aquestes situacions. El model de cohabitatge es presenta com una possible via per a la millora i superació d'aquests desafiament.

El servei de cohabitatge és model que neix arran de l'especulació del preu de l'habitatge, els moviments socials han desenvolupat aquest nou sistema basat en llars cooperatives i autogestionades apropiant-se del model en cessió d'ús per establir un tipus d'habitatge alternatiu a la propietat privada (Miralles, 2018). L'objectiu és fomentar l'accés a una llar digne i estable, buscant l'empoderament col·lectiu mitjançant l'autogestió, basant-se en

la inclusió i creació de noves xarxes de suport i solidaritat a més, de buscar la sostenibilitat econòmica, ambiental i social (XES, 2024).

Barcelona ha estat la primera ciutat espanyola en establir habitatges cooperatius en cessió d'ús. Inclouent concursos públics presentats per l'Ajuntament de la ciutat comtal per cedir espais públics per a la construcció de llars d'aquest tipus (Miralles, 2018). L'envelliment de la població és una realitat creixent i els habitatges cooperatius són una possible alternativa a serveis residencials. El cohabitatge sènior és una iniciativa ja existent que es basa en el model d'habitatge cooperatiu però pensat i dissenyat per a les persones grans. Els principals objectius que busca és reduir la soledat i crear xarxes de suport mutu.

Èlia Pons (2022) escriu un article amb testimonis reals de persones grans que viuen en una residència de cohabitatge sènior. Cita a Anna Corrons que diu: "A les residències sembla que no hi sigui aquesta solitud, però no patir solitud no vol dir tenir persones al voltant, sinó poder pensar, participar, decidir... Així és com volem viure la nostra vellesa" (p.81). També afegeix: "Volem un envelliment digne, que ens permeti participar i col·laborar per decidir conjuntament sobre com volem viure els darrers anys de la nostra vida" (p.79). Arribar a l'etapa de la vellesa no significa renunciar a la independència ni autonomia física ni mental, ja que, continuen sent persones amb la capacitat de decidir per elles mateixes.

L'educació social juga un paper fonamental oferint recursos i suport en el desenvolupament d'aquest model d'habitatge, ja que, han de ser les persones grans que hi conviuen l'agent principal de canvi, aprenent a autogestionar-se i a viure amb comunitat.

4.4.2. Revisió de programes de cohabitatge destinats a les persones grans a Espanya i Catalunya.

Com es veurà a continuació Catalunya és un referent espanyol en quant aquest model alternatiu d'habitatge, per aquesta raó i per l'objectiu principal del servei esmentat anteriorment, és fonamental fer una revisió dels principals programes existents de cohabitatge que hi ha en el context espanyol i català.

A causa de la manca de dades oficials consolidades, saber quants models de cohousing sènior hi ha a Espanya és complicat. Segons un estudi sobre el "Movimiento de Vivienda Colaborativa de Mayores en España" realitzat per la Universitat Oberta de Catalunya, el 2018 s'estan desenvolupant més de 30 programes de convivència per a gent gran i al voltant de cinc a tot Espanya estan en marxa (Jurado, 2024).

La referència com a primer model d'habitatge cooperatiu per a persones grans posat en marxa l'any 2013 és a Madrid amb el "Centro Social de Convivencia de Trabensol". A Catalunya, el primer projecte amb un model basat en el cohousing neix l'any 1999 gràcies a un home anomenat José Caballero. Aquest es proposa abandonar el model tradicional de les residències i crear un projecte d'habitatge per a persones majors de 50 anys i que sigui autogestionat per a les mateixes persones que formen part de la comunitat. Així doncs, crea La Muralleta a la comarca del Baix Penedès amb l'objectiu de fomentar un envelliment acompanyat, actiu i amb llibertat per autogestionar el procés de vellesa. No és fins al 2016 que s'inaugura de forma oficial.

Per altra banda, a Catalunya hi ha una associació anomenada "Sostre Cívica" (s.f) la qual treballa des de l'any 2004 per fomentar l'habitatge cooperatiu en cessió d'ús. L'any 2010 els neix la necessitat de crear també una cooperativa per tal de poder començar a crear els primers projectes cooperatius d'habitatge. L'any 2015 presenten el projecte de cohabitatge sènior el qual no es fa realitat fins a maig de 2021. L'Ajuntament de Barcelona els cedeix un solar a Sostre Cívica per a construir el primer habitatge cooperatiu sènior a la ciutat de Barcelona sent el primer sòl públic de Catalunya i de l'Estat. Actualment, segueix en construcció. Amb el pas dels anys han continuat intentant crear nous projectes com Walden XXI i Solterra els quals encara estan en procés de desenvolupament.

Finalment, es pot concloure que, tant a escala estatal com autonòmica els projectes de *cohousing* els queda un procés molt llarg per a passar a ser un sistema residencial comú per a l'envelliment actiu de les persones grans. Aquest tipus de model necessiten una gran inversió de capital per part de les persones participants, tant en la construcció com en el manteniment del projecte (Torío et al., 2018).

Així doncs, neix un projecte nou de convivència basat en el model de *shared housing*. Aquest projecte parteix de compartir llars individuals ja existents i que no estan dins d'una cooperativa d'habitatge però que, busquen objectius de benestar social semblants. "Viure i Conviure" creat per la Fundació Roure i impulsat per l'Ajuntament de Barcelona és un programa que es basa a allotjar a joves estudiants en llars de persones grans que estan soles o que tinguin la necessitat d'estar acompanyades. L'objectiu és crear un intercanvi no només material sinó d'experiències, companyia i ajuda. Perquè el projecte es pugui dur a terme s'han de complir uns principis bàsics per part dels i les participants. En aquest cas cal destacar els requisits demanats a les persones acollidores, ja que, son molt semblants als demanats per accedir al servei creat en aquest treball de fi de grau. Es demana persones majors de 65 anys, amb preferència a què visquin soles, que gaudeixin d'un estat físic i psíquic que els permet desenvolupar les activitats de vida diària de manera autònoma, que visquin en un habitatge amb unes condicions mínimes d'higiene i habitabilitat i per últim, que la persona acollidora estigui disposada a compartir casa seva.

Recapitulant, els models de *cohousing* sènior a Espanya, tot i no tenir dades oficials consolidades, estan en creixement, amb més de 30 programes de convivència documentats el 2018. No obstant això, aquests models requereixen una inversió de capital i temps significatius per establir-se com a opcions residencials habituals per a l'envelliment actiu. Els dos tipus de projectes, el primer amb una base de *cohousing* i el segon amb *shared housing*, plantejats són vies alternatives que es presenten al territori català i concretament, a la ciutat de Barcelona. Cada un dels programes presenta uns beneficis psicosocials i econòmics per a les persones grans. Tot i això, el segon model té un potencial més elevat en la creació de projectes per al poc capital inicial que es requereix.

4.4.3. Beneficis psicosocials i econòmics del cohabitatge en persones majors de 65 anys.

Com s'ha pogut veure el cohabitatge i el programes dedicat a la convivència per a la gent gran son una possible solució a les problemàtiques de solitud i recursos econòmics. Per aquesta raó, és necessari analitzar amb fonts documentals dels beneficis reals que aporten aquets models d'habitatge.

Segons Belk (2006) i Hill (2016) citat per Torío, et al. (2018) l'allotjament compartit te avantatges que van des de beneficis socials aportant suport entre iguals i ajuda en tasques de la llar, beneficis econòmics que a llarg termini permet estalviar diners i beneficis ambientals pel fet que, viure en comunitat augmenta la consciència pel medi ambient. A més, d'acord amb els objectius i bases que es construeix ambdós models permet a les persones grans tenir un envelliment actiu que treballa de forma integral, tant en l'àmbit físic com cognitiu treballant en comunitat com a eix principal. Entenent la vellesa com una oportunitat de viure, d'aprofitar i de donar el màxim rendiment possible a les mateixes capacitats (Campos, 2004).

Aquests models substitueixen el model tradicional de residència. Un model que en principi busca l'atenció gerontològica basada en plans individuals, promoció de l'autonomia i independència, participació, integració social, etc. Però que, en moltes ocasions queda en només intencions, ja que, la seva implementació en el dia a dia en els serveis i centres pot enfrontar dificultats. Donades per la rigidesa de l'organització, activitats i àrees que no protegeixen la intimitat i les pràctiques assistencials iguals que no poden donar una atenció personalitzada (Martínez, 2013). Gràcies a la COVID-19 s'ha mostrat una imatge clara de la poca contribució al benestar de les persones (Rodríguez i Gonzalo, 2022) i no en el foment de la independència i autonomia.

A més, una investigació realitzada per un grup de professionals de la Universitat de Granada i Jaén (Navarro, et al. 2008) conclouen que:

"Un major grau d'independència funcional i més autonomia en les activitats de la vida diària a la vellesa s'associa a una plasticitat més gran, i que, per contra, la dependència més gran en la vida diària s'associa igualment a una menor plasticitat cognitiva a la vellesa." (p.82).

Per tant, és essencial fomentar estils de vida en la vellesa que busquin potenciar al màxim possible l'autonomia i independència de les persones grans.

En resum, el cohabitatge és un model que permet a les persones que hi formen part desenvolupar la seva vida potenciant i treballant les capacitats pròpies de manera individual i col·lectiva. Fomentant, per tant, la millora de la qualitat de vida de les persones que formen part de les experiències de cohabitatge, ja que, es té en compte la individualitat dins la col·lectivitat (Pons, 2022). És un model que ofereix beneficis socials, econòmics i ambientals per a les persones grans, permetent un envelliment actiu. A diferència de les residències tradicionals, prioritza l'atenció personalitzada i la promoció de la independència funcional. La pandèmia de la COVID-19 ha destacat les limitacions d'aquestes residències en contribuir al benestar. Estudis indiquen que la independència funcional en la vellesa està vinculada amb una millor capacitat cognitiva. Així doncs, el cohabitatge millora la qualitat de vida de les persones grans fomentant la seva autonomia i vida en comunitat.

5. Descripció

El projecte s'anomena "**Cohabitem: servei alternatiu d'habitatge per a persones grans a la ciutat de Barcelona**", aquest representa una nova aproximació a les necessitats d'habitatge i de connexió social per a la població de persones grans. Les persones participants del projecte han de tenir una edat igual o major de 65 anys i han de gaudir d'una bona autonomia personal, entès aquest concepte com el qual s'ha definit anteriorment en el marc teòric. Aquesta iniciativa posa el focus en la creació d'un servei que busca crear un entorn de suport i comunitat per a aquells que busquen compartir un espai de vida. L'educadora social és clau en aquest aspecte, ja que, dins de les seves funcions com a professional compta amb la possibilitat de dissenyar programes, projectes i activitats educatives que neixen de la capacitat de detectar necessitats en un context determinat per tal de fomentar un desenvolupament comunitari i local (ASEDES, 2007).

En el nucli del projecte hi ha dues figures clau: **la persona acollidora**, que ofereix el seu domicili i obre les portes per a una convivència compartida, i **la persona acollida**, que busca una llar on viure amb autonomia i integrar-se en una comunitat. Recapitulant al marc conceptual, aquest model de cohabitatge no només proporciona un sostre, sinó que també fomenta la creació d'una xarxa social tant dins com fora de l'habitatge. Recordant a Pons (2022) la qual assegura que les persones que formen part del model de cohabitatge milloren la seva qualitat de vida.

La convivència compartida implica una col·laboració activa entre les dues parts per mantenir un entorn ordenat i estructurat. Les tasques domèstiques es reparteixen de manera equitativa, i es treballa per establir una convivència harmoniosa i cohesionada. Així, es busca que la llar sigui un espai de confort i suport mutu. Per altra banda, fora de la llar, l'educadora promou un entramat d'activitats basades en l'envelliment actiu, que inclouen propostes d'oci, educatives i de participació comunitària. Aquestes activitats serveixen com a punt de trobada per al desenvolupament de noves relacions i per al foment de l'aprenentatge continu.

El servei es durà a terme a la ciutat de Barcelona, amb previsió d'iniciar-se al setembre de 2024. Es preveu un procés de dos mesos per a l'emparellament de les persones

participants, amb l'objectiu de facilitar una transició suau cap a la vida compartida. Tot i això, el suport del projecte estarà sempre disponible per a resoldre qualsevol situació que pugui sorgir. És important destacar que tots els participants tenen dret a participar en les activitats organitzades fora del domicili, afavorint així una experiència completa d'inclusió i participació social. Aquest enfocament integral reforça la missió del projecte d'intentar proporcionar un suport integral i una experiència enriquidora per a les persones majors a Barcelona.

5.1 Contextualització

Contextualitzar la situació de les persones grans a la ciutat de Barcelona és fonamental per a la planificació del projecte. Explorar les característiques demogràfiques, les condicions de salut i econòmiques és essencial pel disseny del servei i conèixer les necessitats a nivell local.

A la capital catalana segons els informes estadístics presentats per L'Ajuntament de Barcelona (2023a) l'any 1981 hi havia un total de 235.980 persones majors de 65 anys, quatre dècades més tard el nombre augmenta fins els 349.615. El gener del 2023, amb una nova pujada, arribant als 351.071 representant un 21,1% de la població barcelonina. Així doncs, es mostra una tendència creixent d'aquest col·lectiu.

Per altra banda, segons les dades recopilades pel Departament d'Estadística i Dades de l'Ajuntament de Barcelona (2020b), la població gran de la ciutat comtal es caracteritza per un alt percentatge de persones amb una salut relativament bona. Prop del 70% de les persones d'edats compreses entre 65 i 74 anys gaudien d'un estat de salut considerat molt bo o bo l'any 2020. A més, malgrat un lleuger descens, un 47% dels majors de 75 anys mantenen una bona salut.

Però, més enllà d'això, les dades també mostren una realitat socioeconòmica significativa. L'Ajuntament de Barcelona, a través de, l'Institut d'Estadística i Difusió de dades de la ciutat de Barcelona (2020c) mostra que, l'any 2020, el 44,1% de les persones que vivien soles són persones majors de 65 anys, en què el 33,5% eren dones i només, el 10,6% homes. Des de l'any 2016 hi ha hagut una variació mínima en les dades aportades. És a dir, hi ha una tendència estable. Per altra cantó, desglossant les dades

per barri (2020d), es mostra l'Eixample com a barri barceloní amb més habitatges unipersonals de persones majors de 65 anys, amb un total de 28.388 seguit de Sant Martí amb 22.062. Finalment, Les Corts i Ciutat Vella queden a la cua de la llista amb 9.095 i 7.761 respectivament.

En quant a l'àmbit econòmic, l'ajuntament de la capital catalana mostra la situació econòmica de les persones grans a la ciutat comtal tenint en compte l'import mitjà mensual de pensions, el preu mitjà del lloguer a la ciutat i la mitjana de les despeses anuals. D'aquesta manera és possible crear-se una possible imatge el més real possible de la situació en la qual es troben en referència als recursos econòmics.

L'import mitjà mensual de pensions per jubilació, presentat per l'Ajuntament de Barcelona (2019), ha passat del 1.055€ l'any 2011 a 1.307€ el 2019, suposant una pujada d'uns 250€ al mes aproximadament. Pel que fa a la diferència entre sexes, els homes cobren una jubilació mitjà mensual de 1.326€ l'any 2011 i 1.578€ el 2019 mentre que, les dones 745€ i 1.028€ respectivament.

Per altra banda, en prestacions per viduïtat en els mateixos anys 2011 i 2019, el primer any hi ha una mitjana de 661€ mensuals i el segon 808€. En homes la pensió rebuda és de 504€ l'any 2011 i de 578€ l'any 2019, al contrari les dones 671€ i 826€ respectivament. La diferència en aquest últim indicador de viduïtat és degut a que, les quanties de les prestacions esmentades va en relació amb els beneficis obtinguts pel cònjuge mort i, per tant, les generacions actuals de dones grans encara no havien tingut una presència significativa en el món laboral.

També, a la capital catalana, segons l'Ajuntament de Barcelona (2023b), l'any 2003, la mitjana del preu del lloguer estava sobre els 520€ mensuals. Al cap de deus anys, és a dir, 2013, aquest índex va pujar fins als 681€ aproximadament. Finalment, el passat 2023 les dades aportades mostren un fort creixement del cost del lloguer a la ciutat comtal. La mitjana del preu en contractes estava sobre els 1.087€ el primer trimestre de l'any acabant l'últim trimestre amb una pujada fins als 1.171€. Amb una diferència de quasi 300€ més que la mitjana de tota Catalunya. El que significa una pujada del preu que s'ha doblat en un període de dues dècades.

A més, si es mira l'evolució de la despesa mitjana anual per persona a la capital catalana també es mostra un augment considerable. L'any 2000 es destinava una mitjana de 8.817€ l'any, una dècada més tard s'arriba als 13.407€ i finalment, l'any 2022 als 14.494€. Una pujada de 4.000€ aproximadament.

Així doncs, les pensions per jubilació o viudetat han experimentat un augment al llarg dels anys, però les diferències entre homes i dones encara persisteixen. Paral·lelament, el cost del lloguer i de vida a Barcelona ha augmentat significativament, creant dificultats econòmiques addicionals fent que, l'augment de les subvencions siguin insignificant, especialment per a aquells que viuen sols. Això es reflecteix en les taxes de risc de pobresa i exclusió social, especialment en els grups de més edat.

En conclusió, hi ha una **tendència creixent en la població de la tercera edat a la ciutat**, la majoria de les persones grans gaudeixen d'un estat de salut relativament bo, tot i que hi ha una preocupació creixent per les qüestions socioeconòmiques. Les dades mostren una alta proporció de persones grans que viuen soles, sobretot dones, i que s'enfronten a dificultats econòmiques, donades les baixes pensions i el cost de vida actual. Per tant, és necessari abordar aquestes qüestions per garantir una millor qualitat de vida per a la població gran de Barcelona i assegurar una ciutat més inclusiva i sostenible per a tots els seus residents. Sorgint el servei plantejat com una resposta a aquestes necessitats.

5.2 Anàlisi de necessitats

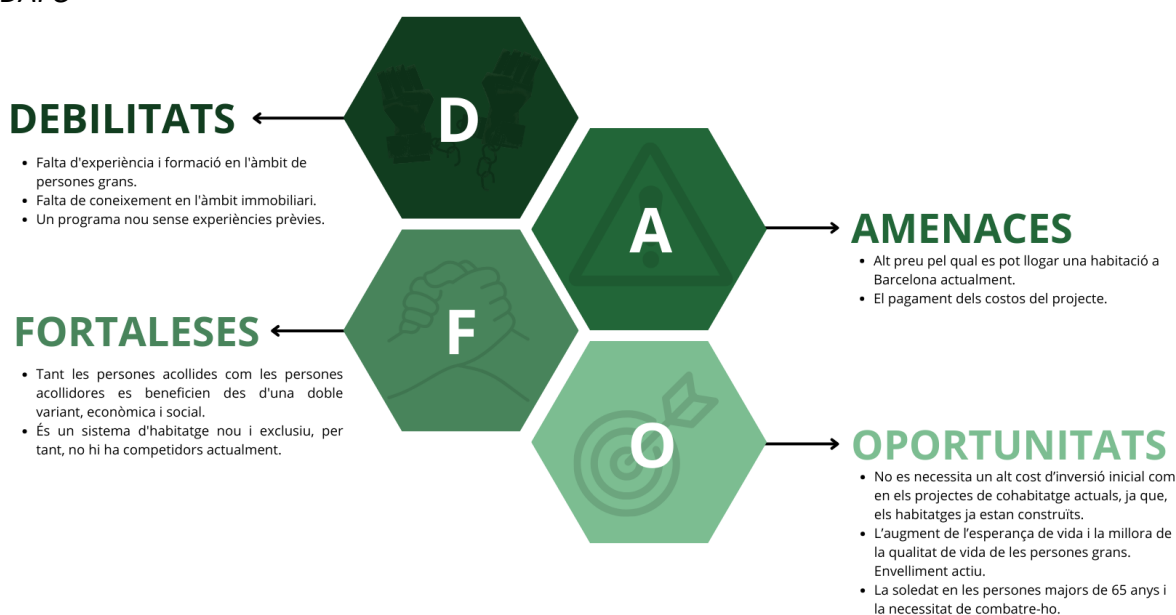
Per a realitzar un anàlisi de necessitats inicials sobre el servei s'ha utilitzat l'instrument DAFO. Un conjunt de tres autors: José Quintanal Díaz, María Paz Trillo Miravalles i Rosa María Goig Martínez (2021) escriuen un llibre anomenat "La Matriz DAFO", en aquest argumenten la importància del DAFO en l'àmbit socioeducatiu. Expliquen que, aquest instrument, és una eina socioeducativa de gran valor, tant per les seves àmplies possibilitats com pel benefici que aporta en els processos d'anàlisi i valoració. Proporciona una imatge real que ens permet dur a terme una anàlisi eficaç i efectiva. A més, de ser un instrument que es pot adaptar i aplicar tant a l'estudi d'organitzacions com de processos, programes i fins i tot individus. La seva aplicació senzilla ofereix informació completa i estructurada, la qual facilita la planificació d'intervencions a més,

de proporcionar informació valuosa per determinar les possibilitats de desenvolupament futur.

El DAFO ens facilita el procés estratègic aportant-nos la informació necessària per a crear accions i desenvolupar millores (Olivera, et al, 2011). El nom DAFO fa referència a les quatre grans àrees d'anàlisi: debilitats, amenaces, fortaleces i oportunitats. Les oportunitat i amenaces corresponen a factors externs del servei mentre que, les fortaleces i debilitats formen part dels interns, una bona identificació d'aquests factors permet anticipar situacions i modificar objectius del servei (Díaz, et al. 2011). Així doncs, aquesta eina ens ajuda en el procés estratègic, proporcionant la informació necessària per crear accions i desenvolupar millores.

Figura 1

DAFO



5.2.1 Debilitats

El servei es troba amb debilitats que cal abordar per aconseguir superar-los. La **manca d'experiència** i formació en l'àmbit de les persones grans és un obstacle, ja que, és necessari comprendre les necessitats i preferències que tenen les persones grans de forma individual i col·lectiva. Per superar aquesta debilitat, és imprescindible implementar formacions especialitzades sobre el col·lectiu per al personal responsable del servei. A més, és crucial buscar projectes i programes especialitzats que fomentin

l'envelliment actiu, ja que, poden aportar estratègies per fomentar l'autonomia i independència. També seria beneficiós formar part d'entitats i serveis relacionats amb persones grans, ja que això permetria establir xarxes i accedir a recursos i suport addicionals.

Per altra banda, una nova debilitat és la **manca de coneixement en l'àmbit immobiliari** pel fet que, la gestió de qüestions com la compra, venda i lloguer d'habitatges requereix una comprensió del funcionament del mercat. Per superar aquesta debilitat, és essencial realitzar un estudi de mercat exhaustiu per entendre la situació actual, incloent-hi el preu i la demanda dels immobles en cada zona d'actuació. A més, pot ser de gran suport establir contacte amb professionals immobiliàries per establir col·laboracions que facilitin la gestió del servei.

Finalment, la **manca d'experiència prèvia en innovació** és una debilitat a considerar. Tot i que és un desafiament, també ofereix una oportunitat per explorar noves idees i enfocaments. Per superar aquesta debilitat, es pot considerar la col·laboració amb experts en innovació, la participació en programes d'emprenedoria empresarial o la recerca de mentors amb experiència en el desenvolupament de projectes innovadors.

A partir d'aquestes debilitats i les propostes per a superar-les es proposen diferents accions des del projecte per abordar el pla d'habitabilitat.

5.2.2 Amenaces

Les amenaces externes que enfronta el servei representen reptes significatius que cal abordar amb una estratègia clara i proactiva per minimitzar-ne l'impacte. Una d'aquestes amenaces és l'**alt preu del lloguer d'habitacions** a la ciutat de Barcelona, que pot influir en les decisions de les persones acollidores i els pot motivar a buscar alternatives d'habitatge que els proporcionin més beneficis econòmics. Aquesta situació podria afectar negativament la disponibilitat d'habitacions per al programa de Cohabitem.

La **dependència econòmica del projecte** amb les subvencions públiques o donacions anònimes és una amenaça significativa. Dependent exclusivament d'aquestes fonts de finançament pot comportar diversos problemes com la inestabilitat financer, ja que, les subvencions públiques poden estar subjectes a canvis en les polítiques governamentals

o a restriccions pressupostàries. Això pot afectar la capacitat de planificació i execució de les activitats, posant en perill la continuïtat del servei.

5.2.3 Fortaleses

La doble variant d'avantatges, tant econòmica com social, que ofereix el servei és fonamental per entendre el seu impacte positiu en la comunitat. Aquestes dues variants es complementen per proporcionar beneficis per a les persones involucrades. A nivell econòmic la persona acollidora rep un ingrés econòmic extra, donant suport a una llar que necessita un augment dels seus ingressos per fer front a despeses com el lloguer, la hipoteca o les factures. Aquesta **estabilitat econòmica** pot millorar la seva qualitat de vida i reduir l'estrès financer. Per altra banda, la persona acollida té accés a un lloguer assequible i estable, especialment en un mercat immobiliari com el de Barcelona, on els preus del lloguer són abusius.

A nivell social permet als beneficiaris del servei **crear una xarxa de suport mutu** aportant una reducció del sentiment de soledat. Establir aquesta relació de suport no només beneficia la convivència dins de l'habitatge, sinó que també té un impacte positiu en la salut emocional i el benestar de les persones involucrades. El sentiment de soledat pot disminuir quan es comparteixen experiències, interessos i preocupacions amb altres persones.

En resum, la combinació d'avantatges econòmics i socials que ofereix el servei no només millora la situació financera de les llars acollidores i les persones acollides, sinó que també contribueix a la creació de vincles socials forts i a la reducció de la solitud. Aquests avantatges són essencials per comprendre el valor i l'impacte positiu del servei en la comunitat.

5.2.4 Oportunitats

Cohabitem compta amb un conjunt d'oportunitats que permet al servei tenir una molt bona viabilitat en quant al funcionament i creació d'aquest. La baixa inversió inicial que necessita, l'augment de l'esperança de vida i la millora de la qualitat de vida i la necessitat de combatre la soledat en les persones grans són elements claus que brinden oportunitats essencials.

La baixa inversió inicial és un avantatge significatiu del servei, ja que els habitatges ja estan construïts i, per tant, no cal realitzar despeses significatives en construcció o adaptació d'espais. Aquesta característica redueix considerablement les barreres d'entrada per a la implementació del projecte i permet una implementació més ràpida i eficaç. En els projectes de cohabitatge actuals, la inversió inicial sol ser una part molt considerable del cost total i pot suposar un obstacle per a la seva creació. Amb els habitatges ja existents, aquest obstacle es redueix o s'elimina, fent que el servei sigui més accessible per a més persones i comunitats.

Per altra banda, **l'augment de l'esperança de vida i la millora de la qualitat de vida** de les persones grans són factors clau que impulsen la necessitat d'un enfocament innovador com el servei que ofereix Cohabitem. El concepte d'envelliment actiu guia la missió del servei, ja que, reconeix que les persones grans tenen molt a oferir a la societat i poden gaudir d'una vida plena i significativa fins a edats avançades. Entrar en una comunitat de forma activa, com el que ofereix Cohabitem, pot contribuir a mantenir la salut física, mental i emocional de les persones grans, fomentant la participació en activitats socials i culturals mantenint-los connectats amb la comunitat.

També, la soledat entre les persones majors de 65 anys és un problema cada vegada més pronunciat en la nostra societat actual. La soledat, tal com es veu reflectit en el marc conceptual, té un impacte greu en la salut i el benestar d'aquest sector de la població, augmentant el risc de depressió, aïllament social i malalties cròniques. El servei de Cohabitem aborda aquesta necessitat oferint una oportunitat per a les persones grans de connectar-se amb altres i construir relacions significatives dins d'un ambient comunitari. La convivència amb altres persones, especialment si comparteixen interessos i aficions, pot ajudar a reduir la sensació de solitud i proporcionar suport emocional i social. Així, el servei no només ofereix un lloc on viure, sinó també una comunitat en què pertànyer i en la qual sentir-se valorat i recolzat.

5.3 Disseny del servei: accions, organització i recursos

A partir de l'anàlisi de les necessitats sorgeix la motivació per dissenyar el projecte. Així, el projecte neix com una resposta proactiva per abordar les necessitats identificades i potenciar les oportunitats existents, amb l'objectiu de millorar la qualitat de vida de les persones grans a Barcelona i promoure una comunitat més inclusiva i cohesionada.

Pel disseny del servei i complir l'objectiu general de dissenyar un servei de cohabitatge innovador a la ciutat de Barcelona centrat en persones grans majors de 65 anys, que gaudeixen d'autonomia personal i viuen soles s'han plantejat cinc objectius específics que son els següents:

1. Identificar les problemàtiques que pateixen les persones majors de 65 anys.
2. Caracteritzar el tipus d'habitatges aptes per a l'entrada en el servei de cohabitatge.
3. Oferir opcions d'habitatge adaptades i personalitzades per a les persones usuàries.
4. Crear iniciatives específiques que promoguin la interacció social i el suport mutu entre les persones que cohabiten i els participants dels serveis.

Per a desenvolupar cada un d'aquests objectius es planteja un conjunt d'accions en què es delimiten les persones participants, el temps en què es durà a terme cada una i quins recursos seran necessaris per a poder desenvolupar cada una d'aquestes. A continuació, es presenta un quadre resum que, posteriorment es desenvolupa detalladament.

Figura 2

Taula d'accions

Objectiu	Accions	Participants	Temps	Recursos
1. Identificar les problemàtiques que pateixen les persones majors de 65 anys	1. Revisió documental 2. Entrevistes 3. Grups de discussió	Persones grans majors de 65 anys que gaudeixen d'autonomia personal i viuen soles. Independentment que formin part del servei o no.	Es realitza a terme en la creació del servei i, posteriorment, a l'inici i durada del servei per anar descobrint si les problemàtiques que pateix el col·lectiu canvien o són les mateixes.	Recursos materials com paper i bolígraf per la entrevista. La persona entrevistada i l'educadora com a recursos humans. I recursos tecnològics per a la recerca documental
2. Caracteritzar el tipus d'habitatges aptes per a l'entrada en el servei de cohabitatge	4. Revisió plans d'habitabilitat 5. Visita al domicili de la persona acollidora	Persones grans majors de 65 anys que gaudeixen d'autonomia personal i viuen soles i estan disposades a compartir la llar.	El tipus d'habitatge apte es defineix en la creació del servei i posteriorment, es defineix com a apta en funció de les persones acollidores que van entrant al projecte.	Recursos tecnològics per explorar si la llar és apta per habitar-la i educadora i la persona beneficiària com a recursos humans
3. Oferir opcions d'habitatge adaptades i personalitzades per a les persones usuàries, tenint en compte les necessitats individuals	6. Enquesta 7. Entrevista	Persones grans majors de 65 anys que gaudeixen d'autonomia personal i viuen soles.	Es dur a terme quan la persona participant vol entrar al projecte. Creació d'una llista en funció dels habitatges disponibles i les característiques personals	Es necessita recursos materials com paper i bolígraf si es porta a cap. I la persona beneficiària del servei i l'educadora com a recursos humans.
4. Crear programes i iniciatives específiques que promoguin la interacció social i el suport mutu entre les persones que cohabiten i els participants dels serveis.	8. Espais de conversa 9. Sortides de lleure educatives 10. Plans de treball en cada nucli de convivència 11. Activitats	Persones grans majors de 65 anys que gaudeixen d'autonomia personal i viuen soles.	Es dur a terme al llarg de tota la durada del servei. Es crearan en funció de les necessitats del grup. Activitats específiques per a establir una bona convivència.	Els recursos necessaris aniran en funció de cada activitat. Per planificar-la només es necessita un ordinador i una educadora social com a recursos humans.

5.3.1 Identificació de problemàtiques

En aquest primer objectiu es busca identificar les problemàtiques que pateixen les persones majors de 65 anys. Per a complir amb això primerament s'ha realitzat un estudi documental sobre les necessitats i desafiaments d'aquest sector de la població. Posteriorment, es planteja realitzar possibles entrevistes ([Vegeu Annex 10.1](#)) i grups de discussió al col·lectiu en qüestió. D'aquesta manera es busca comprendre les seves experiències i punts de vista. També és essencial anar revisant anualment les dades demogràfiques i les tendències socials per identificar les àrees de major necessitat i preocupació.

L'estudi documental es realitza a l'inici del projecte en el present marc conceptual i posteriorment, amb la contextualització del projecte, buscant comprendre les necessitats i els desafiaments del grup demogràfic. Aquest estudi inclou la revisió de literatura científica, informes estadístics, i altres fonts de dades rellevants per a comprendre els problemes que afecten el col·lectiu.

Un cop s'ha adquirit una base de coneixement, **realitzar entrevistes individuals a persones majors de 65 anys** pot ser un pilar molt important per descobrir les seves preocupacions específiques i les experiències personals. Aquest mètode proporciona una oportunitat per aprofundir en temes específics i captar perspectives personals sobre les necessitats i desafiaments que enfronten. Aquestes qüestions ([Vegeu Annex 10.1](#)) poden aportar informació sobre quina imatge tenen les persones grans sobre les preocupacions que arrossegueu, de quina manera afronten viure en soledat, quins recursos consideren que tenen a la ciutat de Barcelona per ells i elles i de quina manera millorarien la situació actual tant personalment com a col·lectiu.

A més de les entrevistes individuals, es **generen grups de discussió** per a implicar un nombre més gran de persones majors de 65 anys, facilitant un espai de trobada on puguin conversar, debatre i compartir experiències sobre les problemàtiques que enfronten en l'etapa de la vellesa, promocionant l'intercanvi de coneixements i el suport mutu. En cada una de les reunions es proposa un tema específic que motivi al grup, com per exemple la salut física i benestar, la salut mental, la soledat i aïllament, la jubilació o la tecnologia. Un cop escollida la temàtica es deixa total llibertat per compartir experiències i opinions. Tot i això, abans de començar es designa un moderador o moderadora per a cada sessió perquè s'encarregui de dirigir assegurant que tots els participants tinguin l'oportunitat de participar. **La figura de l'educadora social té un paper clau en l'organització** de la reunió i posteriorment, en la supervisió del funcionament d'aquesta vetllant per un espai segur, respectuós, lliure de discriminacions o discursos d'odi amb una escolta activa i compromesa per part de tots i totes.

Les entrevistes i grups de discussió es programen periòdicament, amb una freqüència mensual de manera alternada, per a mantenir un seguiment continu i captar canvis en les necessitats i inquietuds del públic objectiu. Això permet una adaptació dinàmica de les estratègies i iniciatives del servei de cohabitatge en resposta a les noves necessitats identificades. Pel que fa als recursos necessaris, els materials requerits per a aquestes activitats són simples i accessibles, com paper, bolígrafs i ordinador per a la recerca documental. En recursos humans és essencial comptar amb una educadora per a guiar les entrevistes i grups de discussió, assegurant un entorn respectuós i productiu per a la recopilació de dades.

5.3.2 Caracterització de l'habitatge apte

La caracterització dels habitatges aptes per a l'entrada en el servei de cohabitatge és un pas fonamental per avaluar la idoneïtat d'una persona com a acollidora. Això implica dues accions clau: **la revisió del pla d'habitabilitat i una visita al domicili de la persona interessada.**

En primer lloc, Gencat (2023) ofereix una eina per determinar si un habitatge és apte per a l'habitabilitat. Aquesta informació es pot obtenir mitjançant el número de cadastre de l'habitatge, el qual és públic i accessible per a tots els i les ciutadanes. Aquest pas inicial és crucial per oferir l'habitatge com a opció per a l'entrada d'una nova persona i que la llar compleixi amb tots els requisits legals establerts per garantir un entorn habitable. És important tenir en compte que, tot i que aquesta informació també proporciona el nombre màxim de persones que poden viure a l'habitatge basat en els metres quadrats disponibles, aquest criteri no és determinant en el cas del servei de Cohabitem. En aquest context, l'enfocament se centra en la capacitat d'adaptació de l'habitatge per a la convivència de dues o més persones.

Per tant, com a criteri per a l'acceptació a ser un habitatge acollidor en el servei, es requereix que disposi com a mínim de dues habitacions, un bany complet amb dutxa o banyera, una cuina i una sala d'estar. A més, és essencial que les condicions de l'habitatge estiguin en un estat adequat per garantir un entorn habitable i segur per als seus habitants. La visita al domicili permet una avaluació directa de les condicions de la llar, en aquesta inspecció és possible observar aspectes com l'estat general de l'habitatge, la seva higiene, la funcionalitat dels sistemes d'aigua, electricitat i gas, l'estat dels aparells domèstics, la ventilació i la il·luminació, entre altres factors importants per a la qualitat de vida dels seus habitants. Es pot prendre nota de qualsevol defecte o problema que requereixi atenció o reparació per garantir un entorn segur i confortable.

A més de complir amb els requisits legals i de seguretat, es poden considerar altres aspectes clau durant la selecció dels habitatges per al servei. Aquests poden incloure la ubicació de l'habitatge en relació amb serveis públics, transport i accessibilitat per a persones amb mobilitat reduïda. També es pot tenir en compte la disponibilitat d'espai

exterior com ara balcons, terrasses o jardins, que poden afegir valor a l'experiència de cohabitar.

En resum, la revisió del pla d'habitabilitat i la visita al domicili són etapes essencials per determinar la idoneïtat d'un habitatge per Cohabitem. A través d'aquestes accions, es garanteix que els habitatges seleccionats compleixin amb els estàndards de qualitat i seguretat necessaris per a una convivència satisfactòria entre els i les residents ([Vegeu Annex 10.2](#)). **L'educadora social** serà la persona encarregada de desenvolupar aquesta tasca pel fet que, **compta amb la capacitat per supervisar els serveis que s'ofereixen en funció dels objectius** (ASEDE, 2007). En aquest cas, te la possibilitat de valorar si les condicions de l'habitatge encaixen amb els estàndards establerts prèviament.

5.3.3 Habitatges adaptats i personalitzats

Cohabitem aspira a generar espais de convivències entre dues persones i, per tant, en crear vincles i xarxes de suport. En aquest context, és essencial **posar les necessitats individuals de cada persona com a prioritat** durant el procés d'aparellament entre la persona acollidora i la persona acollida. Posar les necessitats personals com a prioritat significa reconèixer i respectar les particularitats, preferències i requisits específics de cada individu involucrat. Això implica tenir en compte aspectes com:

- **Estil de vida i hàbits** → cada persona té unes expectatives i maneres de viure i compartir espais, tenir en compte l'estil de vida i els hàbits de cada persona pot contribuir a una convivència més fluida. Això pot incloure preferències com ara l'horari de son, els hàbits alimentaris, la pràctica d'exercici físic, l'ús d'espais comuns, etc.
- **Necessitats d'autonomia i espai personal** → cada participant presenta unes necessitats d'autonomia i espai personal, algunes persones valoren el seu espai privat d'una manera mentre que, unes altres prefereixen una convivència més compartida i participativa.
- **Aficions** → És important conèixer les aficions per trobar punts en comú que afavoreixi la creació de vincles i faciliti la convivència a través de l'intercanvi d'experiències i activitats compartides. Això inclou interessos com la música, l'art, la literatura, l'esport, la jardineria, la cuina, etc.

- **Valors i creences** → compartir uns valors i creences pot afavorir la comprensió i aproximar a dues persones a més, d'evitar conflictes derivats de diferències ideològiques. Això pot incloure creences religioses, ètiques, morals, polítiques, etc.
- **Animals de companyia** → hi ha persones que no els agrada tenir animals de companyia i que no accepten la convivència amb un. Mentre que, hi ha altres que els encanta i volen tenir un espai adequat, amb la compatibilitat amb altres animals presents a la llar i l'establiment de normes i acords relacionats amb les mascotes.

Tenir en consideració diferents interessos personals en l'aparellament és fonamental per poder generar un possible espai de convivència satisfactori i enriquidor per ambdues parts. Gràcies a conèixer preferències individuals en qüestions com aficions, estil de vida i creences poden influir significativament en la compatibilitat i l'harmonia a la llar compartida. En aquest espai, **l'educadora social agafa un rol fonamental, ja que, és l'encarregada de realitzar l'entrevista inicial** en la qual es dona la possibilitat de fer una enquesta ([Vegeu Annex 10.3](#)) en la qual s'inclou totes les dades i les preferències del o la participant. Així com, qualsevol cosa a destacar que sigui rellevant per al servei.

Tot i això, la convivència va més enllà de la compatibilitat i és necessari establir com a eix transversal el respecte, l'educació i solidaritat entre totes les persones. "La convivència s'ensenya, s'aprèn i es va construint" (Zurbano, 1999, p.54). Per aquesta raó és fonamental establir programes, activitats i iniciatives específiques, determinades en el següent punt, que promoguin aprenentatges que fomentin aquesta convivència basada en el suport, interacció social però sobretot, des de la comprensió, equitat, flexibilitat i dedicació.

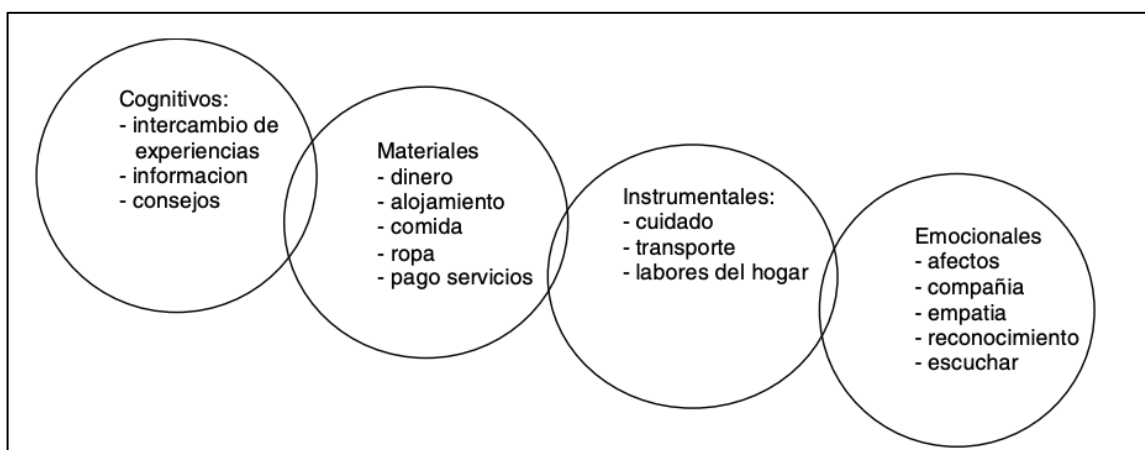
5.3.4 Creació de xarxes de suport

Cohabitem té com a objectiu **la creació de xarxes de suport entre iguals** tant dins del domicili com fora de la llar. Aspira a teixir una societat interconnectada per a persones grans mitjançant activitats i projectes específics dins del servei. Quan es parla de xarxes socials s'entén com l'intercanvi de suports com a element fonamental per a la configuració d'aquestes xarxes, diferents investigacions mostren que els efectes positius del suport social i la participació en societat promou una millora en la qualitat de vida de les persones, especialment en les persones grans (Guzmán et al., 2003). Així doncs, és fonamental crear, mantenir i cuidar els nous vincles.

José Miguel Guzmán, Sandra Huenchuan y Verónica Montes de Oca (2003) presenten un total de quatre tipus de suport:

Figura 3

Tipus de suport o transferències



Nota. Guzmán, J.M; Huenchuan, S. i Montes de Oca, V. (2003) Redes de apoyo social de las personas mayores: marco conceptual. *Notas de Población*, p.35-70
<https://hdl.handle.net/11362/12750>

Des del servei presentat es busca generar un treball en els diferents grups de suport en què les persones tinguin un **paper actiu en la participació i presa de decisions**. Per realitzar aquesta tasca es proposa espais de conversa, sortides de lleure i activitats educatives i plans de treballs individuals per a cada nucli de convivència. Els espais de conversa i les sortides de lleure i activitats educatives aspiren a interferir en el suport de

tipus cognitiu i emocional amb l'objectiu de proporcionar un espai per a la interacció social i l'intercanvi d'experiències. En canvi, els plans de treball individuals busquen incloure tots els grups per a fer una actuació integral que abordi totes les possibles necessitats de les persones participants.

Els espais de conversa ofereixen oportunitats per establir i mantenir connexions socials, reduint el sentiment de solitud i proporcionant un suport emocional. Les converses poden contribuir a un estat emocional positiu compartint experiències personals i coneixements adquirits al llarg dels anys fomentant de forma directa, l'estimulació cognitiva. A més, de construir un sentiment de comunitat que generi sensació de pertinença i promogui la creació de nous vincles. L'espai està destinat a les persones participants del servei perquè tinguin l'oportunitat de compartir qualsevol necessitat relacionada amb el projecte, amb aspectes personals o amb la resolució de conflictes que puguin sorgir. A més, l'espai obra la possibilitat a convidar persones externes al servei per a participar ([Vegeu Annex 10.4](#)). La tasca de l'educadora social en aquesta acció és la planificació, organització, dinamització, mediació si és necessària i avaluació dels espais de conversa, vetllant per un espai respectuós i el més còmode possible per a tots els actors.

Per altra banda, es proposa les **sortides de lleure i activitats educatives per a la promoció de l'envelliment actiu** ([Vegeu Annex 10.5](#)). Aquestes accions busquen un aprenentatge continu amb l'objectiu de fomentar un envelliment actiu; estimulants la ment per intentar prevenir el deteriorament cognitiu, incentivar la curiositat per adquirir nous coneixements i actualitzar aprenentatges per mantenir una connexió amb la societat, com per exemple en temes com l'ús de la tecnologia. A més, s'aspira a treballar la salut física i mental contribuint al manteniment o millora d'aquesta. Sempre adequat a les possibilitats de cada persona. I en últim lloc, en la creació de xarxes de suport generant nous vincles i fomentant el sentiment de comunitat, de pertinença. L'educadora social és la professional encarregada de planificar, organitzar i gestionar les sortides i també, les activitats generant els materials i espais necessaris per poder realitzar-les. Sempre ha de tenir les possibles necessitats especials d'alguna persona del servei. A més, ofereix l'opció de què les persones participants puguin autogestionar i plantejar sortides i activitats del seu interès personal.

Finalment, amb els **plans de treball individual** es busca treballar tot el que va relacionat amb la persona acollida i acollidora de manera individual i col·lectiva dins de la llar. De forma individual engloba tot l'historial de la persona una vegada entra al servei fins que s'estableix una convivència definitiva i s'inclou totes les necessitats que pot presentar en temes econòmics, de salut, educatius, etc. El servei dona suport en tots els aspectes que pot afrontar i deriva a serveis externs aquells que no. Per altra banda, es realitza una intervenció col·lectiva amb la persona acollidora i acollida per treballar cap a una convivència basada en el suport en què es tingui una visió d'equip amb uns objectius en comú. Això implica, acords que es redactaran conjuntament sobre un contracte firmat per ambdues parts i el servei de Cohabitem ([Vegeu Annex 10.6](#)).

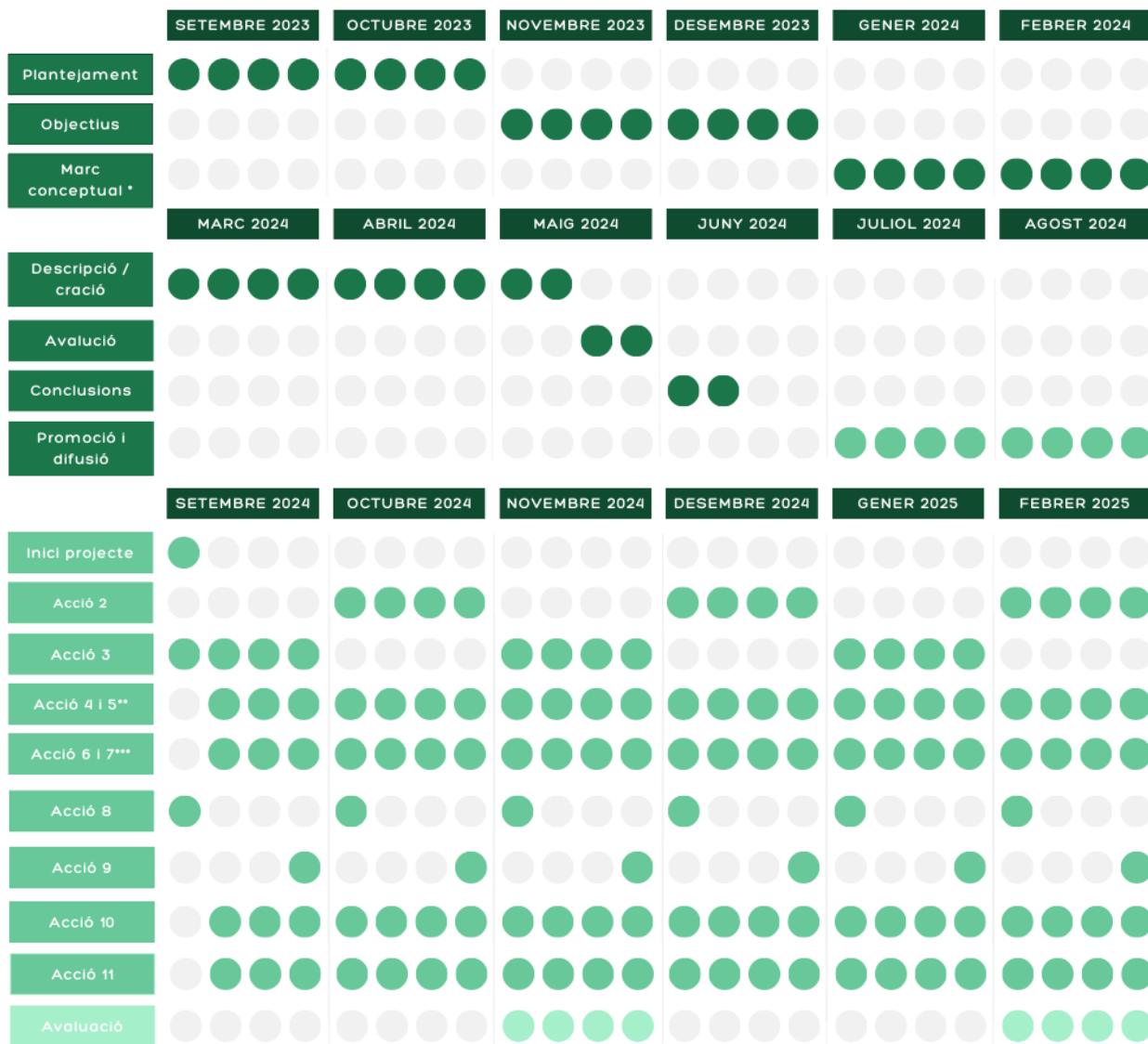
El contracte del lloguer es realitza i firma en un servei extern. L'educadora social te la tasca de generar aquests plans de treball individual de manera conjunta amb l'usuari o usuària, treballar amb les dues parts que conformin una llar per poder establir les bases principals de la convivència sent el respecte, la tolerància, la igualtat i l'equitat el pilar fonamental d'aquesta. **No es tracta de buscar persones iguals per a viure sinó buscar persones que es complementin, acceptant les diferències veient-les com una riquesa personal i col·lectiva.** L'inici de la convivència pot ser complicitat, i per això mateix, es planteja activitats i dinàmiques que facilitin aquesta nova manera de cohabitar ([Vegeu Annex 10.5](#)).

5.4. Organització

5.4.1 Cronograma

Figura 4

Cronograma



*S'inclou l'acció 1
 ** En funció de la demanda
 *** En funció de la demanda

El cronograma dissenyat exposa el servei des de la seva creació fins a la finalització d'aquest amb la possibilitat de continuar funcionant si les condicions ho permeten. El gràfic està separat en tres colors que expliquen les tres fases del servei. Un verd més fosc

destinat al disseny i creació del projecte, seguit d'un verd claret per indicar l'inici, promoció i difusió del servei a més, de la posada en marxa d'aquest amb totes les seves accions. Finalment, amb el color més clar amb el qual es fa referència a les avaluacions que es duran a terme al llarg del procés.

El plantejament, el disseny i la creació del servei té una durada total de deu mesos. En aquest període es formulen els objectius, es crea un marc conceptual, es fa un estudi per detectar les problemàtiques del grup beneficiari i es du a terme una anàlisi de necessitats. A partir d'aquí es crea tota la part més creativa i de disseny, desenvolupant les accions necessàries per a complir amb els objectius establerts i creant els documents i cartells de difusió necessaris per al servei. Finalment, en aquest espai es proposa un possible sistema d'avaluació per al projecte i les conclusions finals d'aquest.

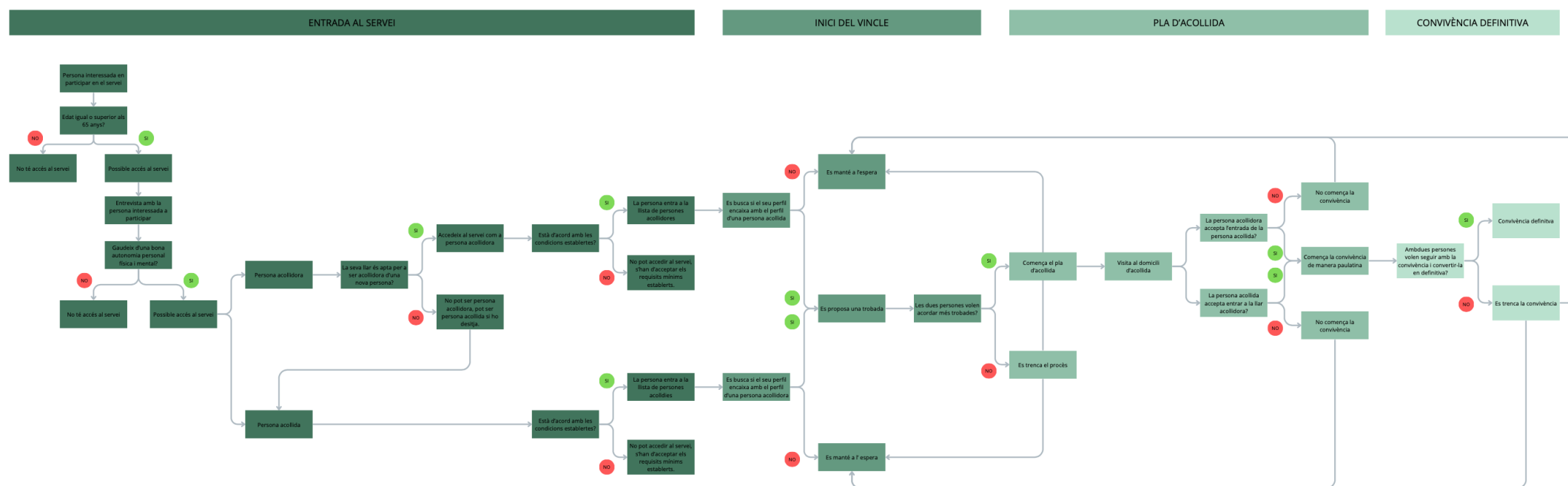
La segona fase inclou la posada en marxa del servei. Començant per la difusió i promoció d'aquest, ja que, és un nou recurs sense precedents. Té una duració total de dos mesos entre juliol i agost de 2024 per tal de poder assistir a centres cívics i casals per a la gent gran, entre d'altres. El setembre de 2024 es dona l'inici del projecte començant amb les possibles entrevistes a les persones interessades. Els grups de discussió i les entrevistes per identificar les necessitats i problemàtiques de les persones majors de 65 anys a la ciutat de Barcelona es duran a terme de manera mensual alternant-se una acció i una altra. Per altra banda, la revisió de plans d'habitabilitat, visites als domicilis, l'enquesta i entrevista per oferir habitatges el més adaptats i personalitzats possibles i els plans de treball individual es duen a terme al llarg de tot el servei en funció de la demanda. Per acabar, els espais de conversa es donen la primera setmana del mes i les sortides lúdiques la tercera. Les activitats es proposa realitzar una setmanal amb possibles modificacions per ampliar o reduir en funció de les necessitats del grup.

Per acabar, hi ha les avaluacions, un total de dues. Una tres mesos després de començar el projecte i una al final per assegurar que el servei està complint amb els objectius establerts. La primera té l'objectiu d'analitzar com està funcionant el servei i quins possibles canvis i modificacions s'han de realitzar. I la segona, per a fer una avaluació final, fent una revisió completa del projecte i identificant punts forts i àrees de millora per assegurar que el servei pugui continuar evolucionant.

5.4.2 Procés dels i les participants en el servei

Figura 5

Recorregut traçat dels i les participants en el servei



Els i les participants de Cohabitem passen per un marcat recorregut durant l'estada en el servei, hi ha un total de quatre etapes des que entren fins que arriben a una convivència definitiva. L'entrada al servei, l'inici del vincle, el pla d'acollida i la convivència definitiva.

L'entrada al servei te inici quan una persona s'interessa pel projecte i compte amb una edat superior als 65 anys, al contrari no te la possibilitat de participar. Seguidament, es proposa acordar una data per a realitzar una entrevista, en aquesta l'educadora social fa una primera valoració pel que fa a l'autonomia física i psicològica de la persona, es planteja la possibilitat de ser participant acollida o acollidora i es fa una enquesta per conèixer-la una mica més ([Vegeu Annex 10.3](#)). Un cop definida en quina posició es vol establir, es fa una visita en el domicili, en cas de ser acollidora, per a fer una valoració de l'habitatge per concretar si és apte o no per a l'entrada d'una segona persona. En cas que no ho sigui se li ofereix l'opció de ser persona acollida o es proposa possibles millores perquè el domicili pugui passar a ser apta. Un cop el o la participant està informat sobre les condicions la persona entra en una llista de persones acollides o acollidores per a poder ser emparellada.

Un cop es troba dos perfils que poden encaixar comença l'etapa de l'inici del vincle, es proposa la primera trobada de manera conjunta entre les dues participants amb la presència de l'educadora. Es busca un espai còmode per ambdues parts com pot ser una cafeteria o un parc. Si l'educadora ho considera necessari al llarg de la trobada pot deixar-les soles perquè continuïn conversant. Al final d'aquesta es proposa a cada una de les persones interessades contactar amb la professional per acordar nous espais de conversa però ja de manera personal. Quan les dues parts estiguin preparades arranca el pla d'acollida per a l'entrada de la persona al nou domicili. Primerament, es fa una visita a la llar amb presència d'ambdues i l'educadora i posteriorment, s'estableix la possibilitat de començar la convivència. En cas afirmatiu es planteja un inici de convivència de manera escalonada i de prova i si no és així, les dues persones retornen a la llista d'espera. En un període d'un mes es planteja la possibilitat de firmar un contracte de lloguer un servei extern per a la convivència definitiva i un contracte amb el servei per al compliment de normes establertes.

Durant tot el procés i en finalitzar-lo, totes les persones participants compten amb la possibilitat de participar i assistir a les activitats, sortides i dinàmiques externes a l'habitatge. No és obligatori fer-ho tot, però sí que s'ha d'estar en un mínim de dues trobades grupals al mes.

5.5 Consideracions ètiques

En la creació del servei Cohabitem és fonamental integrar consideracions ètiques que assegurin el respecte, la dignitat i els drets de totes les persones implicades. Es garanteix la confidencialitat i privacitat de totes les dades personals dels participants per tal de protegir la seva identitat. Per aquesta raó s'ha creat un document de protecció de dades que han de firmar cada un dels i les usuàries en l'entrada al servei ([Vegeu Annex 10.7](#)).

A més, tots i totes les participants estan degudament informats sobre els objectius, procediments, beneficis i riscos potencials del projecte comprometent-se de manera lliure i voluntària. Així doncs, han de signar un contracte de convivència acceptant les clàusules mencionades ([Vegeu Annex 10.6](#)). La base d'actuació se sustenta en la participació activa dels participants en el projecte, valorant les seves opinions i suggeriments escoltant les seves necessitats a través de les entrevistes i enquestes.

Per altra banda, totes les persones que formin part del servei son tractades igual pel que fa a respecte i dignitat sense tenir en compte el seu origen, ètnia, gènere, orientació sexual, religió i/o discapacitat. El projecte està dissenyat per tenir un impacte positiu en la comunitat per contribuir a millorar les condicions socials de les persones majors de 65 anys a la ciutat de Barcelona. Per aquesta raó, al llarg del projecte es van fer avaluacions apuntant els resultats de manera honesta sense manipulació de les dades.

Tanmateix, el servei es planifica amb les competències i coneixements professionals de l'educació social basant-se en els Documents Professionalitzats escrits per l'Associació Estatal d'Entitats d'Educació Social i el Consell General de Col·legis d'Educadors i Educadores Socials. A més, de sol·licitar supervisió i assessorament d'experts en matèries necessàries com en la firma de contractes de lloguer.

Així doncs, aquestes consideracions **ètiques han estat integrades en totes les fases** del projecte per assegurar un treball respectuós, just, beneficiós i transparent, reflectint el compromís amb l'ètica professional i la qualitat del treball com a educadora social.

5.6 Sostenibilitat, viabilitat i innovació del projecte

5.6.1 Sostenibilitat

El servei de Cohabitem busca **generar vincles entre persones grans aspirant a crear comunitats autosuficients i interconnectades** des de la sostenibilitat social, econòmica i ambiental.

El servei fomenta la interacció i suport mutu entre els participants contribuint una possible reducció de l'aïllament social i, per tant, millorant la qualitat de vida de les persones. Aquest canvi es pot generar gràcies als plans de treballs individuals, les activitats i les dinamitzacions planificades per l'educadora social fent un seguiment de les necessitats personals i col·lectives. A més, això no només beneficia als individus implicats sinó que, la figura educativa intenta crear una xarxa comunitària més forta i cohesionada.

Sobre la sostenibilitat econòmica, cohabitar en una llar contribueix a una reducció de les despeses individuals en l'habitatge, la qual cosa és especialment rellevant per a persones grans amb ingressos limitats. Per aquesta raó, la figura de l'educadora social és interessant per implementar dinàmiques per a la gestió i planificació dels recursos econòmics. A més, permet estalviar grans quantitats de diners aprofitant habitatges existents sense haver de construir de nous per establir plans de cohabitatge.

Finalment, la sostenibilitat ambiental està present en tot moment pel fet que, compartir espais i recursos pot contribuir a la reducció del consum d'electricitat, aigua o gas. A més, de la possibilitat de executar plans de treballs amb la figura de l'educador social perquè dins de la llar es facin activitats sostenibles com el reciclatge per contribuir a un model de vida més ecològic.

5.6.2 Viabilitat

El servei es pot presentar com a viable gràcies a diferents factors com el finançament, les aliances estratègiques i necessitats detectades. El suport financer es dona gràcies a la inversió de diferents bancs i fundacions privades que estan disposades a destinar recursos econòmics a iniciatives socials com aquestes. Així mateix, permet cobrir els costos inicials d'implementació així com el suport posterior per a realització d'activitats i manteniment del projecte.

A més, es busca establir aliances estratègiques col·laborant amb entitats locals, serveis socials i organitzacions de la tercera edat com casals cívics i residències és una estratègia per tenir un possible accés a recursos i suports logístics. Per exemple, establir vincle amb entitats socials que portin a cap activitats per a persones de la tercera edat, botigues de mobles de segona mà per donar una segona vida o col·laborar amb petites empreses locals per a una viabilitat de doble sentit.

Tanmateix, en quant a les despeses del servei es presenten diferents facilitats. A Barcelona hi ha recursos disponibles que permeten el lloguer de petits espais d'oficines moblades destinats a entitats socials, oferint preus assequibles. Actualment, el projecte està en una fase inicial i només preveu contractar una educadora social, amb la possibilitat d'incorporar-ne una segona si cal. La inversió inicial més gran serà en material tangible, incloent la compra d'un ordinador i altres equips d'oficina, que serà una despesa resolta en els primers mesos. Mensualment, les despeses principals, a més del salari de la professional, es destinaran a les activitats, dinàmiques i sortides previstes.

Figura 6

Taula de despeses inicials aproximades

Concepte	Quantitat	Preu	TOTAL en €
Recursos humans (educador/a social)	1	2000	2000
Lloguer i subministres	1	250	250
Publicitat/propaganda	1	500	500
Comunicacions	1	50	50
Material fungible	1	2000	2000
Activitats i sortides	1	500	500
Imprevistos		250	250
		TOTAL	5550

Per altra banda, després de l'estudi de necessitats es presenta una possible demanda existent a Barcelona on una gran quantitat de persones grans que viuen soles es poden beneficiar d'aquest projecte de cohabitatge. Les limitades pensions i la necessitat de companyia fan que aquest servei sigui no només necessari sinó també, molt atractiu per a la població objectiu.

Finalment, l'educadora social és la figura encarregada per a fer una bona gestió i administració dels recursos econòmics mitjançant registres i plans econòmics. A més de buscar possibles col·laboracions externes i fer el manteniment del vincle amb aquestes. Treballant de manera contínua per a saber les necessitats que presenta el col·lectiu i trobar possibles usuaris i usuàries noves.

5.6.3 Innovació

Cohabitem **neix arran de la idea de dos serveis ja existents**, el primer del cohabitatge sènior i el segon del projecte a la ciutat de Barcelona en què un estudiant entra a compartir pis amb una persona gran. Ambdós serveis són pioners a donar una possible resposta a les problemàtiques que pateixen el sector més envellit de la població però, presenten dificultats que poden obstaculitzar el seu funcionament.

El cohabitatge sènior necessita grans inversions de diners només al començament, ja que, el cost inicial de construir un edifici o remodelar un espai per complet necessita una quantitat de recursos econòmics que són complicats reunir. Així doncs, la creació d'aquests projectes s'està realitzant molt lentament sense poder donar una resposta a curt termini a les necessitats de les persones grans.

Per altra banda, el projecte en què un estudiant entra a viure a casa d'una persona gran a Barcelona és una bona opció que aporta grans beneficis generant una xarxa de suport mutu entre ambdues parts. Tot i això, aquesta unió té una data de caducitat marcada des de l'inici pel fet que, el o la jove només necessita l'espai durant un temps determinat mentre cursa els seus estudis. Així doncs, és pràcticament un fet que la persona gran torni a quedar sola i a més, hagi d'afrontar la marxa amb qui convivia. Per tant, és una solució a curt termini.

En aquest punt, Cohabitem obra un enfocament que combina la provisió de l'habitatge assequible amb la creació de vincles socials sense la construcció de nous habitatges com es fa des d'altres entitats socials. D'aquesta manera s'ofereix **una possible solució holística i sostenible a curt i llarg termini** que abordi les múltiples necessitats que presenta el col·lectiu, com el sentiment de soledat o les limitacions econòmiques derivades de les baixes pensions. Des de l'educació social és fonamental realitzar un acompanyament i un suport per potenciar la creació d'aquests canvis en què l'usuari o usuària sigui el centre de la transformació.

A més, si el projecte esdevé positiu en el futur, **pot ser replicat en altres ciutats i contextos** que permeti l'expansió del servei. Aprofitar habitatges existents permet estalviar grans quantitats de diners.

5.7 Beneficis

La creació d'aquest servei pot oferir diferents beneficis, tant en l'àmbit individual per a cada un de les persones participants reduint l'aïllament social, millorant la qualitat de vida, fomentant l'autonomia personal i l'empoderament, contribuir en la reducció de despeses i donant accés a un conjunt de recursos i activitats. Tant en l'àmbit comunitari, creant xarxes de suport, optimitzant recursos, promocionant la inclusió social i aportant innovació.

En quant als beneficis individuals, el servei, busca **facilitar la creació de relacions interpersonals i comunitàries reduint la solitud i l'aïllament** que sovint experimenten les persones grans. La convivència permet establir vincles emocionals i de suport mutu. A més, aquesta convivència pot proporcionar una major seguretat i benestar emocional, ja que, els i les participants poden comptar amb la companyia i el suport entre iguals en el dia a dia. Per altra banda, el projecte ofereix la possibilitat d'autogestionar-se i participar activament en la presa de decisions relacionades amb la convivència fomentant l'autonomia i empoderament personal.

També, és essencial destacar els beneficis que es poden generar dividint les despeses d'habitatge i altres costos de la vida quotidiana sent especialment beneficiós per a persones grans amb ingressos econòmics limitats. A més, els i les participants poden

beneficiar-se de la proximitat a serveis i activitats comunitàries organitzades pel projecte, com tallers, activitats recreatives i formació contribuint a mantenir-se actius i treballant per un model d'envelliment actiu.

Per altra banda, amb els beneficis comunitaris, el projecte vol fomentar la creació de **xarxes de suport comunitari, fomentant la solidaritat i la cooperació entre les persones grans** contribuint a enfortir el teixit social i la cohesió social. Es busca optimitzar recursos compartint espais i recursos que permetin una gestió més eficient dels recursos disponibles, reduint la petjada ecològica i promovent pràctiques sostenibles que tinguin un impacte a nivell comunitari. A més, Cohabitem busca la inclusió de les persones grans intentant que no siguin marginades ni excloses de la societat combatent l'edatisme promovent una societat més justa i equitativa.

Finalment, el projecte es presenta com una iniciativa innovadora en la forma de viure i convida promovent noves formes de col·laboració i suport mutu entre les persones grans amb l'envelliment actiu com a base. Això pot inspirar altres comunitats i ciutats a adoptar models similars. Aquesta iniciativa no només busca millorar la qualitat de vida de les persones grans, sinó que també vol enfortir el teixit social. Amb el suport adequat i el treball de l'educadora social per a realitzar el projecte, aquest servei té el potencial de transformar positivament la vida de moltes persones grans i de crear comunitats més solidàries i cohesives.

Així doncs, **un element clau en l'èxit d'aquest projecte és la figura de l'educador social**, ja que, aquest/a professional exerceix un paper fonamental en la planificació, organització, gestió del servei a més de fer mediació en cas de conflictes, assegurant una convivència harmònica i respectuosa. A més, proporciona suport emocional i orientació als participants, ajudant-los a desenvolupar habilitats de vida autònoma i a prendre decisions. També, facilita l'accés a recursos i serveis externs, actuant com a enllaç entre els i les participants i la comunitat més àmplia, i promou activitats formatives i lúdiques que poden enriquir la vida quotidiana de les persones grans. La presència de l'educador social assegura que el projecte no només compleixi els seus objectius immediats, sinó que també contribueixi al desenvolupament personal i comunitari a llarg termini.

6. Comunicació, promoció i difusió

La comunicació, promoció i difusió del projecte es realitza durant dos mesos entre juliol i agost de l'any 2024. L'objectiu de la campanya publicitària és arribar al màxim nombre de persones grans, així com a les seves famílies i professionals del sector. Així doncs, es marquen dues línies d'actuació principals, la realització de xerrades i sessions informatives i l'entrega de tríptics en llocs d'interès per al col·lectiu destinatari i la penjada de cartells per a tota la ciutat.

Les xerrades informatives es porten a terme en punts de trobada estratègics com casals de la gent gran, centres cívics i qualsevol servei que treballin amb aquest col·lectiu. Les xerrades seran informatives per tal d'explicar en què consisteix el servei i quins beneficis els pot aportar. S'espera que sigui un espai obert perquè les persones destinataries tinguin una participació activa durant l'explicació per tal de no convertir la sessió, en un monòleg del o la professional. L'educadora social és l'encarregada d'impartir aquestes xerrades realitzant preguntes i fomentant la interacció del públic objectiu. A més, si és necessari es planteja la idea de fer sessions informatives individuals per consultes més personals i per donar suport en el procés de decisió.

Per altra banda, **s'ha creat dos tipus de suports visuals, un tríptic i un cartell**. Ambdós s'entrega i es penja a tots els serveis i recursos possibles en els quals hi pugui haver afluència de persones grans com casals per a la gent gran, centres cívics, cases de cultura o gimnasos. Inclús, a empreses que organitzin viatges per al col·lectiu destinatari, ja que, son dos mesos de vacances en què hi ha molt moviment vacacional. Tanmateix, es poden entregar tríptics en locals que estiguin poc freqüentats per persones grans, pel fet que, pot arribar la informació a través de familiars o amics i amigues dels i les possibles participants. I fer una enganxada massiva de cartells en llocs públics per arribar al màxim nombre de persones possible.

De moment s'ha optat per aquest tipus d'eines ple fet que, el col·lectiu destinatari no fa un ús tan freqüent de xarxes socials com fan els joves o adolescents. Tot i això, cada cop hi ha més persones de totes les edats, inclús les persones grans, que fan servir la tecnologia, i per aquesta raó, s'espera en un futur, la creació d'una pàgina web per adjuntar més informació.

El cartell presentat és una infografia bàsica per intentar captar l'atenció del lector, concretament a les persones grans utilitzant preguntes amb les quals es poden sentir identificades.

Figura 7

Cartell promocional Cohabitem



COHABITEM
HABITATGE SÈNIOR

TENS GANES DE GAUDIR DE NOVES EXPERIÈNCIES?
TENS 65 ANYS O MÉS?
VOLS CREAR NOVES AMISTATS?
ESTÀS CANSAT O CANSADA DE VIURE SOLA?

**NEIX A
BARCELONA UN
NOU MODEL
D'HABITATGE PER
A PERSONES
MAJORS DE 65
ANYS**

Contacta ara

+34 _____

www. _____ .cat

El tríptic s'ha dissenyat en concordança amb el cartell de manera intencionada per tal de crear un enllaç entre ells en els espais en els quals es deixi ambdós elements. Aquesta eina compta la informació essencial del servei per a fer una primera aproximació generant una idea inicial al lector i apuntant els possibles beneficis que poden tenir si accedeixen al servei. L'objectiu d'aquesta informació és atraure la persona que llegeix el tríptic especialment als possibles destinataris i destinatàries del servei o al seu entorn.

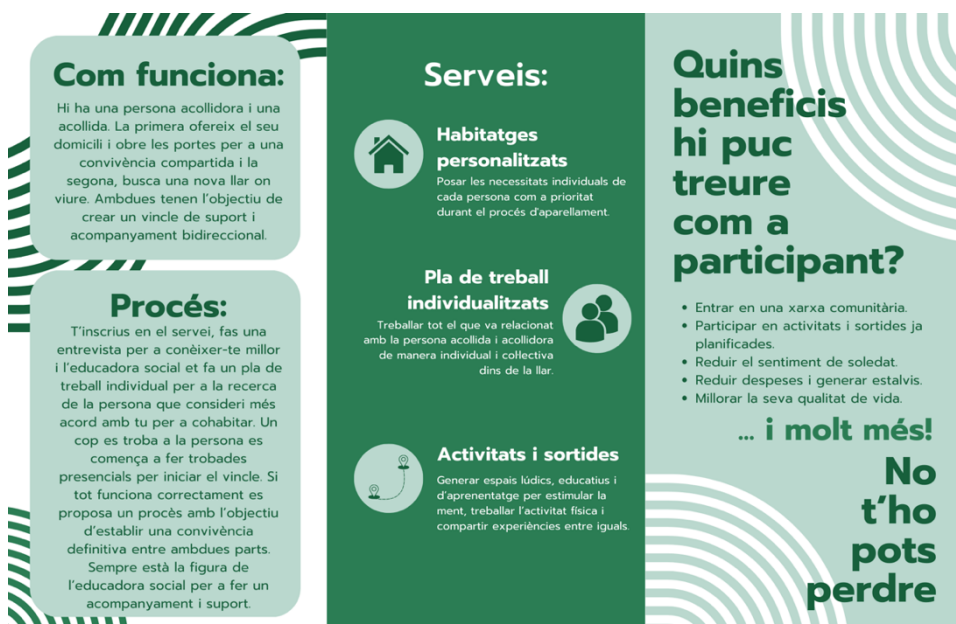
Figura 8

Tríptic per davant



Figura 9

Tríptic per darrere



7. Avaluació

L'avaluació d'un projecte és fonamental per mesurar si es compleixen els objectius plantejats durant el seu desenvolupament o en finalitzar-lo mitjançant diferents mètodes (Banco Internacional de Desarrollo, 1997). Cohabitem compta amb diferents tipus d'avaluacions i moments en què s'han de realitzar. Primerament, es planteja una primera avaluació al cap de tres mesos de l'inici del projecte en la qual es fa una valoració de les accions plantejades i posteriorment, es torna a realitzar sis mesos després quan es preveu revisar la possibilitat de seguir tirant endavant el servei. A més, es proposa una taula d'avaluació per anar fent un recull de les activitats realitzades i els resultats obtinguts.

Durant les accions realitzades, a la figura de l'educador social se li assigna un paper fonamental tant en l'observació com en el registre d'avaluació. Durant el desenvolupament ha d'enregistrar o recordar el comportament dels i les participants i el nivell de participació per tal de valorar, posteriorment en la taula d'avaluació. A més, és la professional l'encarregada de demanar retroalimentació de les persones destinatàries mitjançant **enquestes de satisfacció**, tant de les activitats ([Vegeu Annex 10.8](#)) com de les visites a domicilis ([Vegeu Annex 10.9](#)) o espais per a compartir qualsevol opinió de l'acció realitzada. Així doncs, l'educadora social ha d'omplir les taules d'avaluació proposades.

La taula d'avaluació d'accions està dissenyada per fer una valoració de les accions fetes amb el compliment dels objectius plantejats. Aquesta taula s'ha d'omplir de manera general, avaluant cada acció segons diversos criteris. Primerament, recordant quin és l'objectiu principal de cada acció i el nombre total de cops que s'ha realitzat. Per exemple, quantes visites a domicilis s'han fet o quantes activitats s'han portat a cap. Posteriorment, s'avalua la participació i satisfacció dels participants oferint una puntuació de l'1 al 5 (sent 1 el mínim i 5 el màxim) justificant el perquè d'aquesta elecció. Seguidament, es redacta quins han estat els resultats i quines conclusions es treu de les accions realitzades, sempre de manera general. I, finalment, es fa una proposta de millores per a possibles canvis en el futur. Amb aquestes valoracions es busca obtenir una visió clara i detallada de l'eficàcia de les accions implementades i orientar les futures intervencions. Taula d'avaluació d'accions:

Figura 10

Taula avaluació accions

AVALUACIÓ ACCIONS							
ACCIÓ	OBJECTIU	NOMBRE TOTAL D'ACCIONS <i>(activitats, visites, entrevistes...)</i>	PARTICIPACIÓ	SATISFACCIÓ DELS I LES PARTICIPANTS	RESULTATS	CONCLUSIONS	PROPOSTES DE MILLORA
ACCIÓ 1							
ACCIÓ 2							
ACCIÓ 3							
ACCIÓ 4							
ACCIÓ 5							
ACCIÓ 6							
ACCIÓ 7							
ACCIÓ 8							
ACCIÓ 9							
ACCIÓ 10							
ACCIÓ 11							

Les activitats, sortides, formacions i dinàmiques que es fan des de les accions número 8 i 11 **queden enregistrades en una taula d'avaluació** amb l'objectiu de fer un recull dels resultats obtinguts, la incidència en els i les participants i possibles propostes de millora per al futur per tal de facilitar la recopilació de dades de manera clara, completa i útil per a la planificació i execució d'activitats en el projecte. Aquesta avaluació es realitza al final de cada una de les activitats. Per omplir el feedback dels i les participants és essencial que, en cada dinàmica, es faci una valoració conjunta entre professional i destinataris. Aquesta acció es pot realitzar mitjançant enquestes o deixant un espai perquè puguin fer valoracions personals. Taula d'avaluació:

Figura 11

Taula avaluació d'activitats

AVALUACIÓ ACTIVITATS				
NOM DE L'ACTIVITAT				
DATA I HORA				
LLOC				
NOMBRE DE PARTICIPANTS				
PERFIL PARTICIPANTS (mitjana edat aprox)				
DURADA				
RESULTATS OBTINGUTS (gràcies a l'activitat)				
RESULTATS OBTINGUTS (participació, motivació...)				
FEEDBACK DELS I LES PARTICIPANTS				
DIFICULTATS TROBADES				
CONCLUSIONS FINALS				
PROPOSTES DE MILLORA				

8. Conclusions

"Cohabitem: servei alternatiu d'habitatge per a persones grans a la ciutat de Barcelona" va néixer amb la necessitat de millorar la qualitat de vida del sector d'edat més avançada a la capital catalana. Així doncs, va sorgir la idea de dissenyar un servei de cohabitatge innovador a Barcelona centrat en persones majors de 65 i que a més, gaudeixin d'autonomia personal i viuen soles. Convertint-se en l'objectiu principal d'aquest projecte de final de grau. Per tal de poder complir amb la missió plantejada, van sortir un total de quatre objectius específics; la identificació de problemàtiques del col·lectiu, establir els tipus d'habitatges aptes en el servei, oferir opcions de llars adaptades i crear iniciatives per promoure la creació d'una xarxa social i de suport.

Delimitar les problemàtiques que viuen les persones grans a la ciutat de Barcelona ha estat clau per al disseny del servei. En realitzar el marc conceptual del treball i fer una revisió de les xifres es van obrir dues vies crucials les quals abordar, la necessitat de combatre la soledat i les limitades pensions de jubilació i viudetat que compten moltes persones grans, en especial el sexe femení. Aquest punt és essencial per organitzar, dissenyar i planificar el servei per tal d'arribar a una possible millora de la qualitat de vida dels majors de 65 anys, especialment en la contextualització realitzada en la descripció del treball. Tanmateix, en la societat actual està constantment canviant i per aquesta raó, es planteja la idea de realitzar entrevistes i grups de discussió en el futur amb l'objectiu de detectar possibles canvis en les necessitats que es plantegen actualment.

Per altra banda, caracteritzar el tipus d'habitatge apte per a l'entrada al servei de cohabitatge va emergir com un pilar fonamental. No es tractava d'oferir espais on viure sinó on conviure, on establir un lloc de convivència entre dues persones amb l'objectiu de crear vincle i suport entre elles. Per aquesta raó, es va considerar un element clau. Les cèdules d'habilitat no van ser una eina prou fiable per a l'acceptació d'un domicili acollidor al sistema del servei, ja que, aquest registre acredita que un habitatge és apte per a la residència de persones i el número total d'aquestes però, no valora la qualitat de vida dels individus que hi poden conviure. Per aquesta raó, les visites als domicilis i la valoració d'aquests és fonamental per a la comoditat dels i les participats. Tot i això, si

l'habitatge no és adequat, s'ofereix a la persona una possible millora o convertir-se en part acollida oferint el seu pis a altres persones i, per tant, tenir guanys econòmics extrems a finals de mes.

En aquest punt, es va considerar essencial oferir opcions d'habitatges adaptats i personalitzats a les persones usuàries. Entrar a viure en una nova llar o acceptar l'entrada d'una persona en el teu espai personal pot ser complicat. Per aquesta raó, es va assumir la necessitat de conèixer el/la participant per tal de possibilitar l'emparellament de dues parts que puguin compartir punts en comú com aficions, estils de vida, ideals, interessos, etc. Per complir amb l'objectiu, es va plantejar un total de dues accions, realitzar una entrevista i una enquesta. Una trobada presencial entre l'educadora social i la persona interessada a iniciar-se en el servei s'ha considerat fonamental per a poder començar a establir vincle i explicar amb claredat els objectius i funcionament de Cohabitem. A més, es va plantejar perquè sigui el moment per a realitzar l'enquesta i aconseguir una aproximació de quines son les necessitats personals, quines preferències pot tenir sobre la persona amb la qual pot conviure i que espera del projecte.

Un altre punt clau que es va emmarcar, va ser la creació de xarxes de suport a través d'activitats i sortides lúdiques de caràcter educatiu a més, de formacions i plans de treball individuals. Aquestes dinàmiques conjuntes amb tots els i les integrants del servei es va plantejar per buscar donar impuls a la creació d'una comunitat interconnectada de persones grans a la ciutat de Barcelona. A més, d'apostar pels plans de treballs individuals en els domicilis per vetllar per una convivència que creï fort lligams per tal de, crear vincles de suport i ajuda mútua. Tal com queda plasmat en el marc conceptual, l'etapa de la vellesa és un moment vital carregat de pèrdues i de nous començaments com el de la jubilació. Així doncs, cada una d'aquestes accions es creen per buscar el compliment de l'objectiu de cohabitar i teixir una nova xarxa social entre les persones grans de la capital catalana.

Per altra banda, la viabilitat del projecte mostra una possible llarga esperança de vida d'aquest. Tot i que, actualment, compta amb una previsió de sis mesos per a fer una valoració sobre la possibilitat de seguiment o no, el plantejament realitzat mostra grans beneficis i un nivell de recursos econòmics necessaris no gaire elevats. Cohabitem és un

servei que pot oferir grans avantatges en les persones grans i en la societat en general. Pot incrementar la qualitat de vida gràcies a l'oferta d'espais comuns i activitats socials que facilitin la creació de vincles comunitaris, reduint la sensació de solitud i augmentant el benestar emocional. Cal recordar que el sentiment de solitud, tal com està plasmat en el marc conceptual amb estudis reals realitzats, pot desencadenar greus problemes de salut mental com depressió i ansietat. A més, a nivell econòmic, el projecte dona la possibilitat d'alleugerar les càrregues econòmiques donades de les baixes prestacions. El cohabitatge permet una optimització de recursos gràcies a la compartició de serveis i espais comuns, la qual cosa redueix els costos individuals.

Tots aquests elements claus son fonamentals en estratègies de difusió i publicitat, ja que, permet despertar l'interès del públic objectiu a través de xerrades, visites, entrevistes i dinàmiques en centres freqüentats per a les persones d'edat més avançada. A més, de cara al futur, es planteja continuar amb aquestes accions destinades a les persones grans i continuar cada cert temps amb la distribució de tríptics i l'enganxada de cartells. A més, de crear una pàgina web per oferir més informació sobre Cohabitem.

Així doncs, Cohabitem agafa un rol decisiu i busca generar un impacte que marqui la diferencia amb altres projectes dedicats a les persones grans. Primerament, perquè aposta per utilitzar habitatges que estan ja preparats o quasi preparats per a una nova convivència, a diferència de la resta de plans de cohabitatge que, a causa dels elevats preus de construcció i rehabilitació de l'espai, es veuen amb dificultats per tirar endavant els projectes. L'augment de l'esperança de vida, tal com es veu plasmat en el marc conceptual, obre les portes a una nova necessitat que requereix una resolució de manera ràpida i eficaç. El servei presentat presenta una opció que aborda de manera àgil la soledat en les persones grans i les dificultats econòmiques que poden presentar. A més, si s'aconsegueixen els objectius plantejats, es pot generar una comunitat interconnectada que tingui una llarga durada en el temps.

En últim lloc, un aspecte fonamental que es va establir en el projecte és la figura de l'educador social. La seva presència és crucial per a l'èxit del servei de cohabitatge, ja que, aporta un suport professional en la dinamització de la comunitat, la resolució de conflictes i la promoció de la participació activa dels residents. L'educadora social juga

un paper clau en la creació d'un entorn cohesionat i inclusiu, on les persones majors se senten valorades i segures. A més, aquesta professional facilita l'accés a recursos externs i coordina activitats que fomenten l'aprenentatge continu i l'enriquiment personal, contribuint així a una millor qualitat de vida per als residents.

Una de les funcions clau de l'educador social és la dinamització de la comunitat organitzant qualsevol mena d'acció del projecte. És la figura encarregada de la planificació i dinamització d'activitats, entrevistes, valoracions, xerrades, etc. Facilita la interacció entre els i les participants, fomentant així la creació de vincles socials forts i duradors. Així doncs, l'educadora social impulsa programes d'aprenentatge i desenvolupament personal, fomentant l'envelliment actiu i la participació dels residents en activitats educatives i formatives.

Tanmateix, compta amb les eines necessàries per mediar i gestionar conflictes, vetllant per a mantenir un ambient respectuós i còmode dins del projecte. A més, ofereix un suport i acompanyament individual per tal d'atendre les necessitats específiques de cada un dels i les participants, oferint orientació en diferents àmbits de la vida. Aquest acompanyament és essencial per garantir que cada persona es pugui sentir escoltada i valorada, contribuint a la seva autonomia i empoderament. Per altra banda, la funció de l'educadora pot incloure la coordinació amb altres recursos i serveis externs, com ara serveis de salut, assistència social i activitats formatives. Facilitant l'accés dels beneficiaris del servei a una xarxa de suports més àmplia.

Així doncs, les funcions d'aquesta figura professional en el projecte és clau per donar resposta als objectius plantejats. La seva intervenció busca garantir el funcionament de Cohabitem i garantir una comunitat dinàmica, cohesionada i saludable, oferint suport personalitzat, gestionant conflictes, coordinant recursos i promovent l'aprenentatge continu. Els resultats obtinguts validen la importància de la figura de l'educadora social en aquest tipus de projectes per assegurar-ne l'èxit i la sostenibilitat a llarg termini.

9. Bibliografia

Abades, M. i Rayón, E. (2012) El envejecimiento en España: ¿un reto o problema social? *Revista Gerokomos*, 23 (4), p.151-155

Ajuntament de Barcelona (2019) 2. Import mitjà (euros / mes) de pensions segons tipus per sexe. *Departament d'Estadística i Difusió*.
https://ajuntament.barcelona.cat/estadistica/catala/Estadistiques_per_temes/Societat_i_condicions_de_vida/Drets_socials/Pensions_contributives_i_no_contributives/Pensions_contributives/t2.htm

Ajuntament de Barcelona (2020a) Tasa AROPE, por sexo, distrito y grupos de edad. *Departament d'Estadística i Difusió*
https://ajuntament.barcelona.cat/estadistica/castella/Estadistiques_per_temes/Poblacio_i_demografia/Poblacio/Enquesta_sociodemografica/esd2020/persones/taxes/arope.htm

Ajuntament de Barcelona (2020b) Estat de salut en general, per sexe, districtes i grups d'edat. *Departament d'Estadística i Difusió*
https://ajuntament.barcelona.cat/estadistica/catala/Estadistiques_per_temes/Poblacio_i_demografia/Poblacio/Enquesta_sociodemografica/esd2020/persones/taxes/t019d.htm

Ajuntament de Barcelona (2020c) Domicilis de persones que viuen soles 2016-2020. *Departament d'Estadística i Difusió*
https://ajuntament.barcelona.cat/estadistica/catala/Estadistiques_per_temes/Poblacio_i_demografia/Documents_relacionats/llars/a2020/t310.htm

Ajuntament de Barcelona (2020d) Domicilis de persones majors de 65 anys i més per districte. *Departament d'estadística i Difusió*.
https://ajuntament.barcelona.cat/estadistica/catala/Estadistiques_per_temes/Poblacio_i_demografia/Documents_relacionats/llars/a2020/t65.htm

Ajuntament de Barcelona (2022). Despesa mitjana anual (€ corrents) per persona i grups de despesa (2 dígit) a Barcelona. *Departament d'Estadística i Difusió*.
https://ajuntament.barcelona.cat/estadistica/catala/Estadistiques_per_temes/Societat_i_condicions_de_vida/Condicions_de_vida/Enquesta_pressupostos_familiars/base2016/evo/evo3.htm

Ajuntament de Barcelona (2023a) Informes estadístics. Característiques de la població de Barcelona segons el Padró Municipal Gener 2023. *Departament d'Estadística i Difusió de Dades Oficina Municipal de Dades*
https://ajuntament.barcelona.cat/estadistica/catala/Estadistiques_per_temes/Poblacio_i_demografia/Documents_relacionats/lecpadro/a2023/pdf/lec2023.pdf

Ajuntament de Barcelona (2023b) Alquiler medio mensual (€/mes) en otros ámbitos territoriales. *Departament d'Estadística i Difusió*.
https://ajuntament.barcelona.cat/estadistica/castella/Estadistiques_per_temes/Poblacio_i_demografia/Documents_relacionats/llars/a2023/t65.htm

per_temes/Habitatge_i_mercat_immobiliari/Mercat_immobiliari/Habitatges_lloguer/evo/tllogae.htm

Alguacil, A., Canals, L., Llano, J.C., Sanz, A. y Urbano, C. (2024) El estado de la pobreza 2024. Primer avance. *EAPN*

Alaminos, E (2018) La brecha de género en las pensiones contributivas de la población mayor española. *Panorama Social*, 17, 119-136

Alhambra-Borrás, T., Blouws, T., Gil-Salmerón, A., Durá-Ferrandis, E., i Kalula, S. (2021). Older people's dialogue about loneliness and social support: a cross-cultural qualitative study conducted in Spain and South Africa (diálogo entre las personas mayores sobre la soledad y el apoyo social: un estudio cualitativo transcultural en España y Sudáfrica). *International Journal of Social Psychology*, 36(3), 424-457. <https://doi.org/10.1080/02134748.2021.1940702>

Arrubarrena, A. i Sánchez, A. (2020) La soledad y el aislamiento social en las personas mayores. *Studia Zamorensia*, 9, 15-32, ISSN 0214-736X

Àlvarez, S. (2015) La autonomía personal y la autonomía relacional. *Análisis filosófico*, 35(1) <https://doi.org/10.36446/af.2015.44>

Belchi, G; Martínez de Miguel, S. i Escarbajao de Aro, A. (2017) El educador social en la promoción i construcción de la ciudadanía activa en las personas mayores. *Revista de Educación Social*, 24, 681-688

Banco Interamericano de Desarrollo (1997). Evaluación: Una herramienta de gestión para mejorar el desempeño de los proyectos. *Oficina de evaluación (EVO)*.

Blanco, A., Codesal, M., y Martín, M. (2021). El confinamiento por el COVID-19 causa soledad en las personas mayores. revisión sistemática. *International Journal of Developmental and Educational Psychology Revista Infad De Psicología*, 2(1), 471-478. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2021.n1.v2.2099>

Camps, V. (2004) La vejez como oportunidad. *Monografías Humanitas*, 1, 99-105. ISSN-e 1697-1663

Camargo-Rojas, C.M. i Chavarro-Carvajal, D.A (2020) El sentimiento de soledad en personas mayores: conocimiento y tamización oportuna. *Universitas Medica*, 61(2) <https://doi.org/10.11144/Javeriana.umed61-2.essm>

Castro, M.P (2021) La soledad de las personas mayores: retos para la intervención. *Documentación Social*, 8

Del Campo, I.S., (1996) Envejecimiento demográfico: diferencias por género. *Revista española de investigaciones sociológicas*, vol. 1, no. 73, 177–190. ISSN 0210-5233. DOI10.2307/40183846

Díez, J y Morenos, M (2015) La soledad en España. *Análisis sociológicos económicos y políticos s.a.* ISBN- 978-84-88934-11-6

Domínguez-Rodríguez, A., Zueras, P., y Mire, Pau (2020). La pensión pública de jubilación en España: una triple discriminación de género. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 170, 35-54. <http://dx.doi.org/10.5477/cis/reis.170.35>

Figuerola Suarez, J. A., Bravo Cevallos, D. M., & Guillen Mendoza, R. V. (2019). Salud, esperanza y el coste de vida. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria De Ciencias De La Salud. Salud Y Vida*, 3(6), 278–299. <https://doi.org/10.35381/s.v.v3i6.322>

García, J (2003) Soledad en las personas mayores: otra forma de maltrato. *Bioètica & debat*, 32, 10-13, ISSN 1579-4865

García, A. J. i García, M. Ángel . (2013). Nuevas formas de envejecer activamente: Calidad de Vida y Actividad Física desde una perspectiva Psicosocial. *Escritos De Psicología - Psychological Writings*, 6(2), 1–5. <https://doi.org/10.24310/espiescpsi.v6i2.13274>

García, J.M (2014). ¿Por qué vivimos más? Descomposición por causa de la esperanza de vida española de 1980 a 2009. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 148, 39-60. <http://dx.doi.org/10.5477/cis/reis.148.39>

Gencat (2023) Cèdules d’habilitat. *Habitatge* <https://habitatge.gencat.cat/ca/ambits/cedules-habilitat/>

Goig Martínez, R.M., 2021. La matriz DAFO. *Madrid: UNED - Universidad Nacional de Educación a Distancia*. ISBN 9788436276633.

Guzmán, J.M; Huenchuan, S. i Montes de Oca, V. (2003) Redes de apoyo social de las personas mayores: marco conceptual. *Notas de Población*, 35-70 <https://hdl.handle.net/11362/12750>

Hernández, P., Jimeno, J.F. y Ramos, R. (2017) El sistema público de pensiones en España: situación actual, retos y alternativas de reforma. *Banco de España. Documentos Ocasionales*, 1701 <https://repositorio.bde.es/handle/123456789/6382>

Iosa, J. (2021). Autonomía moral, autonomía personal y derechos humanos en Carlos Nino. *Doxa. Cuadernos De Filosofía Del Derecho*, (44), 443–471. <https://doi.org/10.14198/DOXA2021.44.17>

Institut Català d'Estadística (IDESCAT) (2023) Població de 20 anys i més que viu sola. Per sexe i grups d'edat. Catalunya 2021. *Gencat*

<https://www.idescat.cat/indicadors/?id=basics&n=10793>

Institut Català d'Estadística (IDESCAT) (2024a) Població. Per grups d'edat.

Gencat <https://www.idescat.cat/indicadors/?id=basics&n=10329&lang=es&t=202301>

Institut Català d'Estadística (IDESCAT) (2024b) Població a 1 de gener. Per sexe i grups d'edat. Comarques i Aran, àmbits i províncies. *Gencat*

<https://www.idescat.cat/indicadors/?id=aec&n=15233&fil=43>

Instituto Nacional de Estadística (INE) (s.f) Una población envejecida.

[https://www.ine.es/prodyser/demografia UE/bloc-1c.html?lang=es#:~:text=En%20primer%20lugar%2C%20la%20evoluci%C3%B3n,5%20puntos%20porcentuales%20\(p.p.\).](https://www.ine.es/prodyser/demografia UE/bloc-1c.html?lang=es#:~:text=En%20primer%20lugar%2C%20la%20evoluci%C3%B3n,5%20puntos%20porcentuales%20(p.p.).)

Instituto Nacional de Estadística (INE) (2022a) Renta media y mediana equivalente según sexo, edad, tipo de hogar, nivel de renta, nivel de educación, nacionalidad y grado de urbanización.

https://www.ine.es/ss/Satellite?c=INESeccion_C&cid=1259944504067&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout¶m1=PYSDetalleFichaIndicador¶m3=1259937499084

Instituto Nacional de Estadística (INE) (2022b) Tasa de riesgo de pobreza y/o exclusión social (estrategia Europa 2020) por grupos de edad y periodo. Base 2013.

<https://www.ine.es/jaxiT3/Datos.htm?t=11201>

Instituto Seguridad Social (2024) Evolución mensual de las pensiones del sistema de la Seguridad Social. S. G. *Gestión Económico-Presupuestaria y Económicos*

https://www.seg-social.es/wps/wcm/connect/wss/43c4ab2e-fdf3-4345-bd08-b97862caf1de/202402_LIBRO+DE+PENSIONES+febrero.pdf?MOD=AJPERES&CONVERTTO=linktext&CACHEID=ROOTWORKSPACE.Z18_2G50H38209D640QTQ57OVB2000-43c4ab2e-fdf3-4345-bd08-b97862caf1de-oTPsJvT

Jurado, M. (2024) Mapa del cohousing sènior en España. *65 años y más*

https://www.65ymas.com/sociedad/mapa-cohousing-en-espana_56721_102.html

Limón, M.R., De-Juanas, A. i Rodríguez, A.E.(2021) Educació social de persones adultes i gent gran : desafiaments davant la covid-19». *Educació social. Revista d'intervenció socioeducativa*, 78, 125-144

<https://doi.org/10.34810/EducacioSocialn78id384812>

Martínez-Buján, R. (2024). Los modelos territoriales de organización social del cuidado a personas mayores en los hogares. *Revista Española De Investigaciones Sociológicas*, (145), 99-126.

<https://doi.org/10.5477/cis/reis.145.99>

Martínez, T. La atención centrada en la persona. Enfoque y modelos para el buen trato a las personas mayores. (2013). *Sociedad y Utopía. Revista de Ciencias Sociales*, 41, 209-231.

Martorell, I., Perelló, G., Martí-Cid, R., Llobet, J., Castell, V., & Domingo, J. (2010). Human exposure to arsenic, cadmium, mercury, and lead from foods in catalonia, spain: temporal trend. *Biological Trace Element Research*, 142(3), 309-322.
<https://doi.org/10.1007/s12011-010-8787-x>

Nacions Unides (s.f) Desafíos globales. Población <https://www.un.org/es/global-issues/population>

Navarro, E., Calero, M.D., Pérez-Díaz, Á. y Gómez, A.L. (2008) Nivel de independencia en la vida diaria y plasticidad cognitiva en la vejez. *Escritos de Psicología*, 2(1), 74-84.

Olivera, D., & Hernández, M. (2011). El análisis DAFO y los objetivos estratégicos. *Contribuciones a la Economía*, marzo.

Organització Mundial de la Salut (OMS) (2002) Envejecimiento activo: un marco político. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 37(S.2), 74-105.

Organització Mundial de la Salut (OMS) (2022) Envejecimiento y salud.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Palma-Ayllón, E. i Escarbajal-Arrieta, M.D. (2021) Efectos de la soledad en la salud de las personas mayores. *Gerokomos: Revista de la Sociedad Española de Enfermería Geriátrica y Gerontológica*, 32(1), 22-25 <https://dx.doi.org/10.4321/s1134-928x2021000100006>

Petretto, D., Gaviano, L., Matos, C. y Zuddas, C. (2016) Envejecimiento activo y de éxito o saludable: una breve historia de modelos conceptuales. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 51(4), 229-241. DOI [10.1016/j.regg.2015.10.003](https://doi.org/10.1016/j.regg.2015.10.003)

Pons Pie, Èlia (2022) Cohabitatge sènior, una alternativa per envellir en comunitat». *Quaderns d'Educació Social*, 24, 78-85,
<https://racocat.cat/index.php/QuadernsEducacioSocial/article/view/423293>

Real Academia Española. (s.f.). Soledad. *En Diccionario de la lengua española*. Recuperadt el 28 de gener de 2024. <https://dle.rae.es/soledad>

Rodríguez, M (2000) La soledad de las personas mayores. *Revista de Ciencias y Orientación Familiar*, 21, 57-68

Rodríguez, P. i Gonzalo, E. (2022) COVID-19 en residencias de mayores: factores estructurales y experiencias que avalan un cambio de modelo en España. *Gaceta Sanitaria*, 36(3), 270-273 <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.09.005>

Rueda, J.D (2018) La soledad en las personas mayores en España . *Actas de coordinación sociosanitaria* ,23, 43-64. ISSN-e 2529-8240

Salgado-de Snyder,V. N i Wong, R. (2007) Género y pobreza: determinantes de la salud en la vejez.*Salud pública de México*, 49(4), p.515-521 ISSN-e 1606-7916

Sarasa, S. (2007) Pensiones de jubilación en España: reformas recientes y algunas consecuencias sobre el riesgo de pobreza. *Política y Sociedad*, 44(2), 87-99

Schofield, R. Y Reher, D. (1994) El Descenso de la mortalidad en Europa. *Boletín de la Asociación de Demografía Històrica*, 7(1), 9-32

Sostre Cívica (s.f) Habitatge cooperatiu Sènior. <https://sostrecivic.coop/habitatge-cooperatiu-senior/>

Torío, S., Viñuela, P. Y García-Pérez, O. (2018) Experiencias de vejez vital. Senior Cohousing: autonomía y participación. *Aula Abierta*, 47(1), 79-86
<https://doi.org/10.17811/rifie.47.1.2018.79-86>

Vived, E. (2011). Habilidades sociales, autonomia personal y autorregulación (1ra ed). *Prensas Universitarias de Zaragoza*. ISBN 978-84-15274-12-4

Velarde-Mayoral, C., Fragua-Gil, S. y García-de-Cecilia, J.M (2016) Validación de la escala de soledad de UCLA y perfil social en la población anciana que vive sola. *Semergen- Medicina de Familia*, 42(3), 177-183
<https://doi.org/10.1016/j.semereg.2015.05.017>

XES (2024) Habitatge <https://xes.cat/comissions/habitatge/>

Zrubano, J.L. (1998) Bases de una Educación para la Paz y la Convivencia. *Colecciones Transversales. Gobierno de Navarra. Departamentos de Educación y Cultura*. ISBN: 84-235-1799-3

10. Annexos

10.1 Fitxa entrevista detecció de necessitats



DATA __/__/____

ENTREVISTA DETECCIÓ DE NECESSITATS

DADES PERSONALS

Nom _____ Data de naixement _____

Cognoms _____

Número de telèfon _____ Gènere ☐ Femení ☐ Masculí ☐ No

La persona accepta ser gravada (únicament de veu) ☐ Si ☐ No

PREGUNTA 1

Quines són les vostres principals preocupacions o problemes en la vida diària?

PREGUNTA 2

Com us afecta la solitud i quines estratègies utilitzeu per combatre-la?

PREGUNTA 3

Quins serveis o recursos trobes més útils i accessibles per a les persones grans en el vostre barri?

PREGUNTA 4

Quins canvis o adaptacions creus que serien necessaris a Barcelona per fer-la més amigable per a les persones grans?

PREGUNTA 5

Quina és la vostra opinió sobre els serveis de salut disponibles per a les persones grans a Barcelona? Quins aspectes creieu que es podrien millorar?

PREGUNTA 6

Quin suport social i emocional t'agradaria rebre de la comunitat on vius?

PREGUNTA 7

Que en penses sobre l'accés a l'educació i a les oportunitats d'aprenentatge en la vostra etapa de vida a Barcelona?

PREGUNTA 8

Quines són les seves expectatives i desitjos per a la vostra etapa de jubilació?

10.2 Informe d'habitatge**INFORME HABITATGE**

DATA __/__/____

DADES PERSONALS

Nom _____ Cognoms _____

Adreça _____

Número _____ Pis _____ Porta _____ Codi Postal _____

REQUISITS BÀSICS☐ **Sala d'estar / Menjador**

- ☐ Sala d'estar independent del menjador.
- ☐ Sala d'estar i menjador en un mateix espai.
- ☐ Espai suficient per a la convivència de mínim dues persones.

Observacions (estat de les instal·lacions, neteja, etc.) _____

☐ **Bany complet (lavabo, dutxa i/o banyera i pica)**

Nombre de banys: _____ Complets: _____

Observacions (estat de les instal·lacions, neteja, etc.) _____

☐ **Cuina**

- ☐ Frigorífic
- ☐ Congelador
- ☐ Fogons
- ☐ Aigüera

Observacions (estat de les instal·lacions, neteja, etc.) _____

☐ **Habitacions (mínim dues)**

Nombre d'habitacions _____

Habitació 1:

- ☐ Espai per un llit amb una mida adequada per mínim una persona.
- ☐ Espai per un armari (si la llar no compta amb un vestidor en una habitació addicional).
- ☐ Espai per un moble d'emmagatzematge o un escritori.
- ☐ Espai per circular amb el mobiliari col·locat.

Observacions (estat de les instal·lacions, neteja, etc.) _____

Habitació 2:

- ☐ Espai per un llit amb una mida adequada per mínim una persona.
- ☐ Espai per un armari (si la llar no compta amb un vestidor en una habitació addicional).
- ☐ Espai per un moble d'emmagatzematge o un escritori.
- ☐ Espai per circular amb el mobiliari col·locat.

Observacions (estat de les instal·lacions, neteja, etc.) _____

SERVEIS BÀSICS

- ☐ **Electricitat**
- ☐ **Aigua corrent**
- ☐ **Caldera o sistema per a l'aigua calenta.**
- ☐ **Sistema de desaigüa**

Observacions (estat de les instal·lacions, neteja, etc.) _____

SEGURETAT

- ☐ **Panys funcionals a portes i finestres.**

Observacions (estat de les instal·lacions, neteja, etc.) _____

VENTILACIÓ I ILLUMINACIÓ

- ☐ **Finestres que proporcionin suficient llum natural i ventilació.**

- ☐ **Sistemes de ventilació addicionals, si cal.**

Observacions (estat de les instal·lacions, neteja, etc.) _____

SERVEIS ADDICIONALS

- | | | | |
|----------------------------------|----------------------------|--|--------------------------------|
| ☐ Rentadora | ☐ Forn | ☐ Calefacció | ☐ Balcó |
| ☐ Secadora | ☐ TV | ☐ Aire condicionat | ☐ Jardí |
| ☐ Microondes | ☐ WIFI | ☐ Terrassa | ☐ Vestidor |

Altres _____

Observacions (estat de les instal·lacions, neteja, etc.) _____

UBICACIÓ

- ☐ **Transport públic pròxim al domicili**

Tipus _____

- ☐ **Centre de salut pròxim al domicili**

- ☐ **Llocs d'interès pròxims al domicili**

VALORACIÓ GENERAL

Estat de la infraestructura del domicili

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Molt malament

Molt bé

Estat dels electrodomèstics

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Molt malament

Molt bé

Estat del mobiliari

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Molt malament

Molt bé

Neteja del domicili

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Molt malament

Molt bé

VALORACIÓ FINAL

- ☐ Habitatge apte per l'acollida d'un nou resident.
- ☐ Habitatge NO apte per l'acollida d'un nou resident.

Possibilitat de millora

- ☐ Si
- ☐ No

Observacions _____

[illegible]

10.3 Informe de la persona: dades personals i interessos



INFORME PERSONA

DATA __/__/____

DADES PERSONALS

Nom _____ Data de naixement _____

Cognoms _____

Adreça _____

Número _____ Pis _____ Porta _____ Codi Postal _____

Número de telèfon _____ Gènere ☐ Femení ☐ Masculí ☐ No

Posició que vol tenir en el servei:

☐ Persona acollidora ☐ Persona acollida

INTERESSOS CAP A L'ALTRA PERSONA

Preferència en l'edat? ☐ Si ☐ Indiferent

Observacions _____

Preferència en creències religioses? ☐ Si ☐ Indiferent

Observacions _____

Preferència en ideologies? ☐ Si ☐ Indiferent

Observacions _____

Tenir mascotes a la llar? ☐ Si ☐ No

Observacions _____

INTERESSOS PROPIS

Aficions

- | | | |
|--|--|--------------------------------|
| ☐ Art | ☐ Fotografia | ☐ Música |
| ☐ Viatjar | ☐ Yoga | ☐ Cuinar |
| ☐ Manualitats i bricolatge | ☐ Jardineria | ☐ Història |
| ☐ Literatura | ☐ Activitats a l'aire lliure | ☐ Ciència |
| ☐ Esport | ☐ Tecnologia | |

Altres _____

Obvservacions _____

En quin grau dones importància al teu espai personal i vida privada?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Gens

Molt

Obvservacions _____

En quin grau dones importància a l'orde de la llar?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Gens

Molt

Obvservacions _____

En quin grau dones importància a la neteja de la llar?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Gens

Molt

Obvservacions _____

[illegible]

10.4 Fitxa de propostes d'espais de conversa



ESPAIS DE CONVERSA

POSSIBLES TEMES

- **Records del passat:** anècdotes de la infància, històries de la joventut, experiències a la feina, records familiars, experiències amb amics i amigues properes i tradicions familiars.
- **Interessos i passatemps:** aficions actuals i passades.
- **Viatges i aventures:** llocs que han visitat, destinacions de viatge preferides, anècdotes i experiències de vacances.
- **Cultura i entreteniment:** llibres, pel·lícules, sèries de televisió, música, artistes, obres de teatre i esdeveniments culturals preferits.
- **Menjar i Cuina:** receptes preferides i consells culinaris, menjars memorables i plats tradicionals de la seva cultura.
- **Salut i benestar:** rutines d'exercici i cura personal, consells per a una vida saludable i estratègies personals per mantenir el benestar emocional.
- **Tecnologia i noves tendències:** adaptació a noves tecnologies, opinions sobre avenços tecnològics i ús de xarxes socials i dispositius digitals.
- **Projectes i Metes Futurs:** plans i somnis per al futur, qualsevol projecte actual i metes a curt termini i desitjos per als propers anys.

POSSIBLES PROFESSIONALS INVITATS/INVITADES

- **Professionals de la salut:** metges i metgesses, nutricionistes i dietistes, fisioterapeutes, psicòlegs i psiquiatres i infermers i infermeres.
- **Professionals de l'activitat física i el benestar:** entrenadors i entrenadores personals i terapeutes ocupacionals.
- **Professionals de la cultura i l'art:** historiadors i historiadores, antropòlegs i antropòlogues, escriptores i escriptores, artistes i artesans i artesanes, músics i musicoterapeutes.
- **Professionals del dret i la finances:** advocats i assessors i assessores financeres
- **Professionals de la tecnologia.**
- **Professionals de l'entreteniment:** organitzadors i organitzadores d'esdeveniments i animadors.
- **Professionals de l'educació:** mestres i professors i professores jubilades, bibliotecaris i bibliotecàries.
- **Professionals de serveis comunitaris:** treballadors i treballadores socials, educadors i educadores socials, voluntaris i voluntàries i coordinadors i coordinadores de programes socials.

10.5 Fitxa de propostes d'activitats i sortides



ACTIVITATS I SORTIDES GRUPALS LÚDIQUES I EDUCATIVES

PROPOSTA D'ACTIVITATS I SORTIDES

- **Taller de cuina saludable:** proporciona idees per a l'elaboració de menjars saludables.
- **Classes d'informàtica:** permet aprendre noves habilitats tecnològiques per mantenir-se connectats amb el món i ser més independents.
- **Jardineria comunitària:** fomenta el treball en grup, la dedicació i la responsabilitat en el manteniment d'una planta o flor. A més, ofereix una oportunitat per aprendre sobre plantes i agricultura.
- **Classes d'idiomes:** permet tenir la ment activa i es promou la interculturalitat.
- **Grups de lectura:** és un espai per a l'aprenentatge continu, la discussió i la interacció social.
- **Sessions d'exercici físic:** realitzar activitat física permet millorar i mantenir la salut i l'autonomia personal. Es poden fer caminades a l'aire lliure, classes de ball, ioga...
- **Taller d'art i artesanía:** fomenta la creativitat i l'activació de la ment.
- **Tallers intergeneracionals:** connectar les persones grans amb els joves per compartir coneixements i experiències, promovent la interacció i l'aprenentatge mutu.
- **Taller de jocs:** activa la memòria i la concentració fomentant el seu manteniment.
- **Club de cinema:** explorar pel·lícules i discutir sobre temes relacionats amb el cinema.
- **Taller de música:** aprendre sobre un instrument musical o cant, compartir cançons o assistir a musicals fomentant la creativitat i una possible millora en el benestar emocional.
- **Taller de manualitats amb material reciclat:** es treballa la sostenibilitat i la creativitat.
- **Taller genealògic:** explorar la història familiar i connectar-se amb les seves arrels estimulant la memòria.
- **Taller de teatre i/o sortida al teatre:** explorar el teatre de manera personal o externa treballant la memòria i l'atenció.

Les activitats es poden realitzar en el local del servei o en espais externs com parcs, biblioteques, teatres, sales de concerts, centres cívics, etc. La decisió es pren en funció de l'objectiu de l'activitat, els recursos disponibles, el pressupost i les persones interessades.

10.6 Contracte de convivència



CONTRACTE DE CONVIVÈNCIA

PARTS IMPLICADES

- **Primera part**

Nom complet _____

DNI _____

- **Segona part**

Nom complet _____

DNI _____

MANIFESTEN

Que ambdues parts, en ple ús de les seves facultats, i amb l'objectiu de mantenir una convivència harmoniosa i respectuosa, acorden establir el present Contracte de Convivència, que es regirà per les següents clàusules:

Primera - Objecte del contracte

Aquest contracte té com a objecte establir les bases per a una convivència respectuosa i compromesa entre les parts, amb l'objectiu de fomentar una relació harmònica i col·laborativa en el domicili compartit situat a _____

Segona - Respecte mutu

Ambdues parts es comprometen a respectar-se mútuament, tant en les seves opinions, com en les seves creences, espai personal, temps de descans i activitats.

Tercera- Compromís de col·laboració

Les parts es comprometen a col·laborar en les tasques domèstiques i mantenir l'ordre i la neteja dels espais comuns, repartint-se les tasques de manera equitativa i justa.

Quarta - Comunicació

Les parts es comprometen a mantenir una comunicació clara i respectuosa, informant-se mútuament sobre qualsevol problema o desacord que pugui sorgir i treballant conjuntament per trobar solucions efectives.

Cinquena - Ús d'espais comuns

Les parts es comprometen a fer un ús responsable dels espais comuns, respectant els horaris i necessitats de cada part per evitar conflictes i malentesos.

Sisena - Convidats

Les parts es comprometen a informar-se prèviament sobre l'arribada de convidats i a respectar els acords establerts sobre la seva estada, amb l'objectiu de garantir la comoditat de tots els convivents.

Setena - Resolució de conflictes

Les parts es comprometen a resoldre qualsevol conflicte de manera pacífica i dialogada, acudint a una mediació si fos necessari, per tal de trobar solucions satisfactòries per a ambdues parts.

Vuitena - Vigència del contracte

Aquest contracte tindrà una vigència d'un any a partir de la data de la seva signatura, renovant-se automàticament per períodes iguals, llevat que una de les parts comuniqui la seva intenció de no renovar-lo amb un preavis mínim de trenta dies abans de la finalització del termini vigent.

Novena - Modificació del contracte

Qualsevol modificació d'aquest contracte haurà de ser acordada per ambdues parts per escrit.

Desena - Jurisdicció i legislació aplicable

Aquest contracte es regirà per la legislació espanyola vigent i qualsevol disputa que sorgeixi de la seva interpretació o aplicació serà sotmesa a la jurisdicció dels tribunals de Barcelona.

_____ de _____ de _____ a _____

Firma primera part

Firma segona part

Segell servei

10.7 Consentiment i protecció de dades



CONSENTIMENT I PROTECCIÓ DE DADES

COHABITEM: Servei alternatiu d'habitatge per a persones grans la ciutat de Barcelona

és el servei responsable del tractament de les dades personals del o la interessada, us informem que aquestes dades seran gestionades d'acord amb el Reglament (UE) 2016/679 del 27 d'abril (GDPR) i la Llei Orgànica 3/2018 del 5 de desembre (LOPDGDD). A continuació, us proporcionem la informació necessària sobre el tractament de les dades.

Finalitat del tractament: _____

Les dades es conservaran únicament el temps imprescindible per complir amb la finalitat del tractament. Un cop aquesta finalitat s'hagi assolit, les dades seran eliminades seguint mesures de seguretat adequades que assegurin l'anonimat o la seva destrucció completa, o es conservaran el temps necessari per complir amb les obligacions legals aplicables.

Drets que corresponen a l'interessat o interessada:

- Dret a revocar el consentiment en qualsevol moment.
- Dret a accedir, rectificar, portar, i eliminar les vostres dades, així com a sol·licitar la limitació o oposar-se al seu tractament.
- Dret a presentar una queixa davant l'Autoritat de control (<https://www.aepd.es/>) si considereu que el tractament no compleix amb la normativa vigent.

Les dades no es compartiran amb tercers, excepte en cas de requeriment legal o quan sigui estrictament necessari per complir amb les obligacions legals.

Per realitzar el tractament de dades descrit, Cohabitem necessita el seu consentiment explícit o el del seu representant legal. Amb la seva signatura, l'interessat/da consent el tractament de les vostres dades en els termes exposats.

Nom complet _____

FIRMA

Data __/__/____ DNI/NIE _____

10.8 Enquesta de satisfacció activitat



DATA __/__/____

ENQUESTA DE SATISFACCIÓ ACTIVITAT

Gràcies per participar en l'activitat organitzada per COHABITEM. Ens agradaria conèixer la seva opinió per poder millorar les nostres futures intervencions. Si us plau, dedica uns minuts a completar aquesta breu enquesta.

ACTIVITATS _____

Com qualificaries el teu nivell de satisfacció a nivell general en relació amb l'activitat? (pot ser activitat, dinàmica, sortida, etc)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Molt insatisfet/a

Molt satisfet/a

Quins aspectes de l'activitat vas gaudir més? (Selecciona tots els que corresponguin)

- ☐ Contingut de l'activitat
- ☐ Dinàmiques o jocs
- ☐ Interacció amb altres participants
- ☐ Suport de l'educador social

Un altre (especifica): _____

Hi va haver algun aspecte de l'activitat que consideris que podria millorar-se? (Selecciona tots els que corresponguin)

- ☐ Durada de l'activitat
- ☐ Varietat d'activitats
- ☐ Organització de l'activitat
- ☐ Accessibilitat per a tots els participants

Un altre (especifica): _____

Com et vas sentir durant l'activitat en termes de benestar i comoditat?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Molt incòmode

Molt comode

Quines suggeriments tens per a futures activitats similars?

Tens algun comentari addicional que vulguis compartir sobre l'activitat de o sobre el servei de cohabitatge en general?

Recomanaries aquesta activitat a altres participants del servei de Cohabitem?

- ☐ Sí
- ☐ No

Moltes gràcies pel seu temps i comentaris, això ens ajudar a seguir millorant per vosaltres!

10.9 Enquesta satisfacció de visita al domicili



DATA __/__/____

ENQUESTA DE SATISFACCIÓ VISITA DOMICILI

Gràcies per permetre'ns visitar el teu domicili. La seva opinió és molt important per a nosaltres per millorar els nostres serveis.

ACTIVITATS _____

En quina mesura estàs satisfet/a amb la visita a domicili?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Molt insatisfet/a

Molt satisfet/a

Com va ser la comunicació amb el/la professional durant la visita?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Molt dolenta

Excel·lent

Com et vas sentir durant l'activitat en termes de benestar i comoditat?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Molt incòmode

Molt comode

Què destaca positivament de la visita?

Hi ha algun aspecte de la visita que creu que pot millorar?

Tens algun suggeriment per millorar les futures visites a domicili?

**Moltes gràcies pel seu temps i comentaris, això ens ajudar a seguir
millorant per vosaltres!**