

W D

LAS PESADILLAS DE VILLAR, EL HOMBRE MÁS PODEROSO DEL FÚTBOL ESPAÑOL

[P6]

DE ULTRA EN EL FRENTA ATLÉTICO A TRIUNFAR EN LOS FOGONES DE SHANGHAI

[P10]

V. DOMINGO
EL CORREO
14.06.15

¿Y SI NOS JUBILAMOS JUNTOS?

El 'cohousing' senior avanza en España. Cada vez más personas quieren afrontar su última etapa con otras personas con los mismos sueños e intereses, y se unen para compartir vivienda, servicios y compañía hasta el final

Brisa del Cantábrico

36.000 euros para ser socio. Viviendo solo, 350 euros al mes el alojamiento y gastos comunes. Con todo incluido (comida), 850 euros. (brisadelcantabrico.com).



Socios de Brisa del Cantábrico posan en Meruelo (Cantabria), donde van a construir. En primer término, camisa de cuadros, Nemesio Rasillo, su presidente. :: ANDRÉS FERNÁNDEZ



Entre 28.000 y 145.000 euros por apartamento y de 500 a 1.000 euros al mes por comida, atención sanitaria, gimnasio, talleres...

Y luego está el espíritu, claro, eso de vivir activos, entre amigos. Los expertos vaticinan un boom en España: «Esto va a causar furor»

La vejez: de lejos se la toma por una institución; pero es la gente joven la que súbitamente encuentra que es vieja. Un día me he dicho: ¡Tengo 40 años! Cuando desperté de esta perplejidad tenía 50. El estupor que entonces se adueñó de mí todavía no se ha disipado». Con pensamientos como éste, Simone de Beauvoir (París, 1908-1986) culminaba la tercera parte de sus memorias en los años 60. Más o menos cuando la joven malagueña Aurora Moreno decidía salirse de monja. Como parte de su vocación, había visitado asilos de ancianos: «La gente me decía: 'Estoy aquí porque quiero', pero su cara mostraba que le habían llevado. Empecé a pensar que era posible vivir la última etapa de otra forma, con libertad, junto a amigos y en un clima cordial. Desde luego, aquellas residencias no eran como las de hoy, que tampoco me gustan. Y he visto muchas, y muy caras...». Aurora no se quedó varada en aquel estupor de Beauvoir y con unos amigos que apenas habían atravesado los 40 de los que hablaba la escritora, empezó a labrarse otro porvenir. «Autogestionar





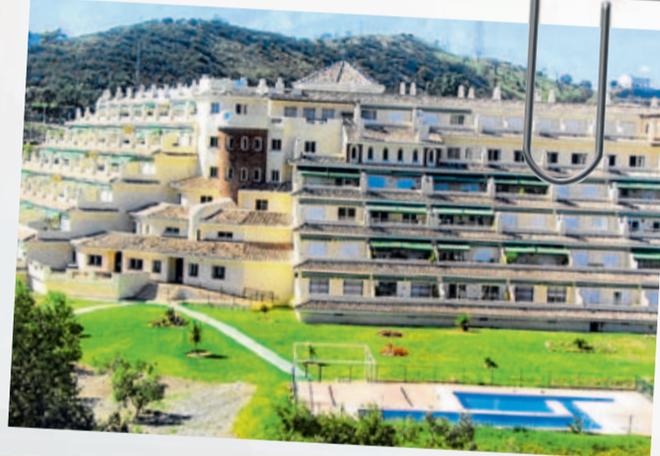
ALBERTO FERRERAS

Trabensol, Madrid

En Torremocha del Jarama, al norte de Madrid, en un entorno rural. Múltiples servicios, participación activa de los socios y un modelo de construcción bioclimática: suelos radiantes, energía geotérmica y solar... 145.000 euros por socio y 1.000 euros al mes, 1.200 por pareja. (trabensol.org).

Los Milagros, Málaga

76 apartamentos de 50 metros cuadrados y terraza con vistas al mar. Jardines, piscina, biblioteca, capilla, peluquería, salones de terapia ocupacional, gimnasio, wifi, habitaciones para enfermos, asistencia médica... 66.000 euros por socio y unos mil euros al mes. (residencialsantaclara.es).



SALVADOR SALAS

nuestro futuro», lo llamaron, como un conjuro para ahuyentar mangoneos.

Aquel puñado de jóvenes sin mucho poder adquisitivo comenzó a poner cada mes pequeñas cantidades de dinero durante casi una década... Hasta que compraron terreno, edificaron y se trasladaron allí, va para 15 años. Y hoy, Aurora, maestra jubilada con 80 cumplidos, cuenta todo esto desde su apartamento de 50 metros cuadrados con terraza y vistas al mar y a los montes de Málaga. Está dentro del residencial Santa Clara, edificio en régimen de propiedad colectiva con 76 viviendas donde conviven los 102 socios de la cooperativa Los Milagros. Gimnasio, piscina, biblioteca, peluquería, capilla, comedor, huerto, jardines... Hay seis habitaciones para enfermos y asistencia continuada de médicos y fisioterapeutas. Celebran fiestas, organizan obras de teatro, excursiones y otras actividades con las cuotas de los usuarios, 1.000 euros al mes la comida del mediodía incluida. ¿Qué se pide para entrar en esta 'familia'? Tener entre 50 y 70 años (norma común a casi todas estas comunidades), buena salud y 66.000 euros, al margen de la cuota mensual.

«Amigas mías que viven en residencias –confiesa Aurora– suelen decirme: ‘¡Ojalá hubiera hecho como tú!’». Esto no quiere decir que las personas que hablan aquí estén en contra de estos lugares; simplemente creen que hay otras opciones para ellas. Además, insisten en las pocas posibilidades que existen de acceder a un centro público y en el precio de los privados, de 2.000 a 3.000 euros al mes.

Santa Clara fue el germen del 'cohousing' sénior en España. 'Cohousing' es el término para designar a grupos de personas que viven en comunidad ahorrando gastos, compartiendo servicios y fomentando las relaciones. Puede ser intergeneracional, pero si es solo para mayores se le añade sénior. Muchos de los protagonistas del reportaje ni siquiera conocían la palabra cuando se iniciaron como revolucionarios pioneros. Visitantes de todo el mundo se han acercado a aprender del modelo malagueño, aunque en el norte de Europa y EE UU lleven más camino recorrido, casi tres décadas. En nuestro país hay un puñado de comunidades instaladas, mientras que Dinamarca y Holanda cuentan cada una con

más de 200, según Miguel Ángel Mira, de la Asociación Jubilares (jubilares.es), entidad que brinda apoyo a los que no saben por dónde empezar.

«Todos no están preparados»

Tienen 60 peticiones en espera y han ayudado a iniciar varios grupos. «Hace mucho que mujeres y hombres en la cincuentena hablan de este tema. Cuántas veces habremos oído: ‘¿Y si nos jubilamos juntos los amigos?’». Quien se acerca a esta iniciativa no necesita vivienda, sino una comunidad en la que vivir integrado y conjurar el fantasma de la soledad, que mata más que el tabaco. Esta es una opción enormemente atractiva para llevar una vida activa, segura y saludable. Aquí se recrean las cosas buenas de la vida en una aldea: convivencia, ayuda mutua, solidaridad... No es un sitio donde ir solo cuando uno está mal». Y advierte del 'boom' que se avecina: «Estamos ante una 'tormenta perfecta' a punto de estallar». En España, 8,5 millones de personas son mayores de 65 años (18% de la población), de las que 2,5 millones tienen más de 80. Se estima que en 2050 habrá más de 15 millones que superen los 65, el

doble de la cifra actual (un tercio de la población). Proyectos como este, donde los herederos pueden ocupar el espacio dejado por su familiar o llevarse el dinero invertido, pretenden anticiparse a los acontecimientos.

Aunque no todo el mundo está preparado para el 'cohousing'. Lo sabe bien Nemesio Rasillo, que con 64 años sigue trabajando en la consejería de Ganadería de Cantabria en Santoña, con la jubilación en el horizonte. Le ayudó su experiencia con los cooperativistas ganaderos a la hora de convertirse en el 'motor' de Brisa del Cantábrico, que ha encontrado terreno en Meruelo, donde se disponen a edificar con un modelo bioclimático que exhiben ya algunas de estas comunidades. Cuando buscaban socios, se dio cuenta de que la gente de las zonas más rurales no entendía fácilmente el concepto: «Quizá por tener una mentalidad más cerrada, pensando en que los hijos deben cuidar a los padres. Esto es para mentes abiertas. También les cuesta más entrar a los solteros, puede que por estar acostumbrados a vivir solos. Y a más años, es más difícil que lo capten y lo acepten».

Nemesio explica la necesidad de poner límites a la edad de los nuevos socios (de 50 a 70 años): «Se trata de reproducir en la comunidad la vida real: de los 8,5 millones de mayores de 65, no todos van a acabar dependientes; de hecho, entre los 65 y los 80 solo lo es el 8%. Y a partir de los 80 se dispara a un 40%. Así que, si echamos números, es dependiente un 18% de la población mayor de 65 años. Pues intentamos que eso ocurra en este lugar, que el espacio sea apetecible para vivir, que no haya muchas personas dependientes a la vez, para que resulte un espacio sostenible económicamente, porque si no el gasto se dispara, y porque así los que están bien pueden ayudar».

Se desnuda Nemesio al contar por qué se metió en esta historia. Mejor dejarle hablar: «He tenido a mi madre ocho años dependiente, con párkinson. No me planteé llevarla a una residencia porque ella decía: 'Os he dado unos estudios y me tenéis que cuidar', y yo habría acabado en un psiquiátrico porque no estoy preparado para meter a alguien en un sitio al que ha dicho que no quiere ir. Con una persona contratada se necesita un familiar para





➤ controlar, y tiene vacaciones, fines de semana... Menos mal que me ayudó mi mujer». Destaca Nemesio que son ellas las grandes beneficiadas de este proyecto, «porque con la dependencia, el 90% del trabajo se lo lleva la mujer». «Tengo familia –prosigue– y la mejor manera de ayudar a mis hijos es hacerme cargo de mi vida, es un acto de amor hacia ellos. La vejez debe ser una etapa bonita, para disfrutar si tienes salud, vivir tu vida y dejar que los demás vivan la suya. Parece que te entierras, cumples 65 y dices: ‘Ya no valgo para nada’. Desde la sociedad te caen palos por todas partes. Me preocupa acabar en una residencia, no solo por su precio; no son espacios para vivir, sino casi para morir: el 93% de los residentes son dependientes».

En el País Vasco, los 50 integrantes de la comunidad Egunsentia-Aurora andan en la fase anterior, buscando un lugar para construir, complicado cuando se trata del poco terreno libre que queda en Bizkaia a un precio razonable, aunque están abiertos a instalar en algo ya construido; han visitado clínicas, residencias, colegios, inmuebles industriales... Están pendientes de ver el emblemático edi-

ficio de La Aduana, en Orduña, donde ya inspeccionaron el convento de Santa Clara. Reformado como hotel balneario, podría ser una opción. Buscan un entorno rural, pero cerca de los servicios que ofrece un núcleo urbano. Apuestan por un modelo ecológico y dan mucha importancia «a los valores, al desarrollo personal, a mantenerse activo». Se han reunido con ayuntamientos y con el Gobierno vasco para que les ayuden en esta misión, aunque el vacío legal sobre ‘cohousing’ dificulta el tema. «Pero han acogido muy bien nuestra idea», precisa Martín Ceballos, uno de los socios, que comparte este proyecto con su pareja.

Con él está Josemi Merino, profesor universitario de 62 años que también se mudará con su mujer: «Da vértigo dejar tu casa, pero tanto como la jubilación, y la mía está ahí. No hay que temer al cambio, piensas que va a ser mejor, compartiendo conocimientos... Decantarme por el ‘cohousing’ tiene que ver con lo que he vivido, los años 70, el espíritu hippie... Y es una forma de luchar contra la soledad, que causa enfermedades. Me siento pionero, somos culos inquietos». Así habla el resto:

Felipe Martín: En las primeras reuniones debatimos la filosofía de vida que queríamos. ¡Algunos estaban reticentes porque imaginaban que esto era como una secta, jaja! Lo que pretendemos es ser independientes hasta el final.

Mercedes Martín: Me parece importante que seamos las mujeres y hombres del grupo quienes estemos creando el proyecto...

Inés Ortega: La idea es que cuando vivamos juntos no se haga lo que quiera la mayoría sin más, sino tener en cuenta a todos, como en una sociocracia, donde se decidan las cosas en asamblea.

Conchi Llanos: El que alguien quiera vivir en una cooperativa ya supone una criba, una selección de personas que comparten intereses e ideales, algo fundamental.

«En parte tiene que ver con lo que he vivido, los años 70, el espíritu hippie, la naturaleza...»

Nati Pérez: Yo valoro la libertad de elegir cómo quiero vivir, porque a veces te lo eligen los hijos. Me importa cargarles con mis problemas, pero más elegir mi futuro.

Martín Ceballos: No olvidéis la parte egoísta; compartir porque solo no puedo tener lo que vamos a tener juntos: piscina, talleres, enfermería... Y el motivo por el que la idea nació en Dinamarca, combatir la soledad.

Estos vascos miran con deseo al modelo madrileño, Trabensol, en Torremocha del Jarama. Allí reside Jaime Moreno, exabajador de TVE, de 78 años, director de ‘Un país en la mochila’, el de su amigo Labordeta. Habla con orgullo de su cooperativa, de cómo levantaron un edificio bioclimático que mira al sur para aprovechar el sol, del suelo radiante, de cómo utilizan la geotermia, con 25 pozos de 150 metros de profundidad cada uno que en invierno y verano mantienen una temperatura agradable, de las habitaciones con ventilación cruzada... 10.000 metros de jardín y huerta con riego por gotero, aljibe para la lluvia... ¡Más que ‘cohousing’, esto es ‘ecohousing’!

«Ahora estamos tratando la convivencia; tenemos similares criterios, pero debemos seguir trabajan-

do». Presume de actividades: «Tai chi, chi kung, pilates, baños terapéuticos, gimnasio con aparatos que trajimos de casa, una sala para meditar, rezar o hacer yoga. Montamos la biblioteca con nuestros libros. Hacemos teatro leído, cine fórum, tertulias sociales y políticas...». Cuando se explica la idea, «la gente desconfía». «En nuestro caso, partimos de dos grupos estables de dos barrios de Madrid. El grupo era fuerte para confiar unos en otros, y ha dado coherencia y principios de ayuda mutua».

Duelo en compañía

Recuerda Jaime los tiempos en que sus padres vivían en su propia casa atendidos por varias personas: «Tenías muchísimo estrés por no saber si estaban bien cuidados, y hemos querido liberar a nuestros hijos de eso. Además de que nos gusta estar con amigos. Hemos quemado las naves, vendido nuestros pisos e invertido los ahorros. Hay que dar salida a una población cada vez más envejecida. Pero quienes deberían orientar esto son las administraciones públicas, que el Estado se comprometa». Jaime vive con su mujer y tienen cinco hijos mayores. Saben que no entrarían a una residen-



Egungentia-Aurora, Bizkaia

Martin Ceballos, Inés Ortega, Conchi Llanos, Nati Pérez, Felipe Morales y Mercedes Martín son socios de Egungentia-Aurora, el proyecto de 'cohousing' senior más avanzado en el País Vasco. Están mirando terrenos y edificios en la provincia, como la Aduana de Orduña. (josemi340.wix.com/egungentia).



:: BERNARDO CORRAL

¿Cuándo nos convertimos en mayores?

Según la última encuesta del Imsero, de 2010, a la pregunta de ¿a qué edad se es mayor?, la mayoría de las personas en esa etapa de la vida piensan que eso no depende de la edad, aunque los españoles responden mayoritariamente que a partir de los 70 años. El 87,3% de las personas mayores prefieren envejecer en su casa, aunque sea solos. En realidad, el 84% viven acompañados (de estos, un 40% con algún hijo) y tan solo un 16% sin nadie a su lado, la mayoría, mujeres que residen en el ámbito rural. Los españoles quieren que les cuide la familia, pero la tendencia es decreciente, especialmente entre los ciudadanos con más estudios, que se decantan por los cuidados profesionales. ¿Cuáles son los temores que aparecen en la última etapa de la vida? Mientras el 44% de los encuestados confiesa que les preocupa su vejez, un 24% asegura no pensar en ello. Los miedos se centran en el deterioro de la salud (49%), físico (37%), de la autonomía (27%), el sentirse inútil (25%), la pérdida de memoria (9%), la soledad (27%) y la ausencia de amigos y familiares (18%).



:: ANDY SOLÉ



Servimayor, Losar de la Vera (Cáceres)

20.000 m² de jardines y huertos. Apartamentos en planta baja. 28.000 euros para ser socio y 600 euros al mes: todas las comidas, servicios médicos y de enfermería, lavandería, gimnasio, biblioteca... (www.residencia-servimayor.es).



:: RICARDO OTAZO

Profuturo, Valladolid

Está en la ciudad. 125.000 euros por apartamento de una habitación (160.000 de dos). De 500 a 600 euros, comida aparte, por servicios comunes: médico, enfermería, fisioterapia, gimnasio... (www.profuturovalladolid.com).



cia pública. «Y en una privada nos piden por cada uno más de lo que pagamos aquí por dos. Además, no quiero ir a un sitio donde me atiendan solo en lo físico y me cambien el pañal cinco veces al día; quiero seguir viviendo como persona y compartir». Cada cooperativa es un mundo, y lo que Jaime destaca de la suya es «el desarrollo personal. Los que están mejor cuidan de los que están peor. Estamos todos lo suficientemente bien, sin grandes dependencias. Y cuando haga falta contrataremos a personas que nos atiendan. Distribuiremos el gasto, aunque no debería aumentar mucho. En previsión, estamos creando un fondo de solidaridad para los pagos inmediatos». Acaban de vivir el fallecimiento de una compañera: «El duelo en comunidad es mucho mejor, las personas no se quedan solas, notan el apoyo hasta el final».

Igualmente se respira entusiasmo en Losar de la Vera, en plena naturaleza. Martín González se apuntó al 'cohousing' de esta localidad cacereña (www.residencia-servimayor.es) en 2011. «La gente dice que es un hotel de cinco estrellas, cada apartamento con jardín propio, en planta baja. Tenemos algún socio que estuvo en una residencia

y comenta que ha sido un cambio increíble... El problema es que la gente no acaba de venir a vivir aquí. De los 150 socios, solo lo hacemos el 10%; hemos caído en la tentación de convertir esta residencia en una de mayores. Los socios deberían comprometerse a ir al 'cohousing' cuando están bien, no cuando necesitan cuidados. No se mantiene el equilibrio, no hay una cultura interiorizada. La gente piensa: '¿Cómo voy a ir, si mis dos hijos ya me cuidan?'».

Martín, 78 años, fue enfermero, pescó bacalao en Terranova, trabajó en auxilio en carretera, en el centro de salud de Zafra... Con su mujer visitó Suecia en 1982 y conocieron el 'cohousing'. Empezaron a meditarlo con amigos con apenas cuarenta y tantos años. «Tengo cuatro hijos y nunca creí que me tendrían que cuidar. Mis padres y mi suegro han

estado con nosotros 18 años, han llegado a centenarios. Mi suegro murió en Servimayor, adonde le trajimos mi mujer, mi cuñado y yo, vivíamos en tres apartamentos».

¿Lo mejor del 'cohousing'?

«Lo útil que me siento ayudando a los demás». En Valladolid, Profuturo (www.profuturovalladolid.com) representa otro modelo: en la ciudad, en una urbanización rodeada de verde. El autobús urbano para en la puerta. Su presidente es Felipe Martín, de 71 años, exdirectivo de una multinacional que sigue trabajando para el Consejo Estatal de Mayores. Se encontraba en medio de la cincuentena y... «Es como si me hubiera asomado a una ventana, hubiera visto el camino a recorrer y no me gustara. Y pensé en hacer uno distinto; vivir entre amigos, donde no me dirijan. Ni siquiera sabía lo que era el 'cohousing', lo estábamos inventando. Se empezó a hablar de esto aquí hace cuatro años, pero va a causar furor. En plena crisis, la construcción para mayores va a crecer».

Su aspiración es que Profuturo no se quede en un bloque de vecinos: «Hay que fomentar la participación. Estamos un montón de profesionales; un médico organiza talleres de memoria, otra persona se encarga del senderismo, hay veladas literarias, catas de vino... Es un proyecto vivo». Si Beauvoir pudiera ver la pasión de esta gente, aparcaría la perplejidad que le producía cumplir años y afrontaría la vejez, a la que sentía «acechando fatalmente desde el fondo del espejo», como los pioneros vascos de Egungentia-Aurora. Dejémosles hablando del futuro que se están construyendo:

- Nati:** Una huerta ecológica...
- Conchi:** Necesitamos contacto con la tierra... Y un gallinero.
- Nati:** Manteniendo la individualidad, algo indispensable.
- Mercedes:** Tener momentos para cantar, bailar, hacer cenitas, salir a la naturaleza...
- Conchi:** Meditación, taichi... y el crecimiento personal, claro.
- Felipe:** Piscina con arena caliente donde tumbarse después del baño, como dice Martín...
- Martín:** Y vivir entre árboles, escuchar a los pájaros...