



COHOUSING

Javier del Monte

Cofundador

Jubilares

683 639 028

info@jubilares.es

<https://jubilares.es/>

C/ Duque de Fernán Núñez, 2, 1º 28012 Madrid

Asociación Jubilares

2026



1. RESUMEN BUENA PRÁCTICA

El modelo de Cohousing de **Jubilares** consiste en comunidades autogestionadas de **personas mayores** que desean envejecer con **autonomía, dignidad y apoyo mutuo**. Los residentes diseñan juntos su entorno, formado por **viviendas privadas y espacios comunes**, organizados en cooperativa. La convivencia se fortalece mediante una **metodología participativa** y un enfoque de cuidados basado en la **Atención Integral y Centrada en la Persona (AICP)**, lo que permite que nadie tenga que mudarse incluso si necesita más apoyo en el futuro.



2. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

El proyecto de cohousing presentado por Jubilares propone un modelo de vivienda colaborativa dirigido a personas mayores que desean envejecer con autonomía, dignidad y dentro de una comunidad sólida y participativa. Se trata de un sistema residencial basado en la autogestión, la buena vecindad y la vida comunitaria, donde las personas residentes diseñan y gestionan colectivamente su propio entorno vital.

Este modelo se estructura como una comunidad autogestionada, formada por personas que comparten el objetivo de construir un entorno que favorezca el apoyo mutuo y la seguridad emocional. Las viviendas son completamente privadas, pero se articulan alrededor de espacios comunes que fomentan la convivencia y la participación. Normalmente, estos proyectos reúnen entre 15 y 30 viviendas, organizadas en cooperativas de cesión de uso o bajo derecho de superficie, lo que garantiza un marco jurídico estable y democrático para la gestión del conjunto.

La creación de cada comunidad se apoya en una **metodología** participativa desarrollada por Jubilares, basada en dinámicas de grupo que acompañan a los miembros en todas las **fases del proyecto**: consolidación del colectivo, diseño arquitectónico, definición de normas de convivencia, proceso de mudanza y gestión cotidiana de la vida comunitaria. Esta metodología se inspira en modelos consolidados de cohousing sénior implementados con éxito en países como Estados Unidos, Holanda o Dinamarca.

Uno de los aspectos más innovadores del modelo es su enfoque integral de los cuidados a largo plazo, basado en la Atención Integral y Centrada en la Persona (AICP). Con el asesoramiento de la Fundación Pilares para la Autonomía Personal, cada comunidad incorpora la figura profesional de la gestora o gestor de casos, encargada de asegurar que los apoyos y cuidados se adapten a las necesidades individuales de cada residente. El objetivo es que quienes viven en un cohousing de Jubilares no tengan que mudarse nunca más, incluso si con el tiempo requieren niveles crecientes de apoyo.

La filosofía central del proyecto afirma que la comunidad es una herramienta que refuerza la autonomía personal, ya que permite a cada persona regular su grado de participación en la vida colectiva y recibir únicamente el apoyo que necesita, manteniendo siempre su privacidad y capacidad de decisión. Asimismo, estas comunidades se conciben como agentes activos en su entorno social, favoreciendo la participación y la interacción con la sociedad de manera abierta y continuada.

Tenemos diversos proyectos que forman parte de la red Jubilares, distribuidos en varias regiones de España: Torreldones, Sevilla, Rivas Vaciamadrid, Cáceres... Además, desarrollamos actividades de difusión, formación e interlocución institucional para promover y fortalecer iniciativas de cohousing sénior en el país.

3. ÁMBITO TERRITORIAL Y RURALIZACIÓN

Local	
Provincial	
Autonómico y regional:	
Estatad	x
Unión Europea/ Internacional	
Indique el lugar/es en los que se desarrolla la buena práctica: Madrid (Torrelodones, Rivas Vaciamadrid y Villanueva de la Cañada), Sevilla (Mairena del Aljarafe), Cáceres y Gran Canaria.	
TERRITORIAL Y RURALIDAD El modelo Jubilares acredita un alcance territorial por su despliegue en múltiples provincias y comunidades autónomas, y cumple el criterio de ruralidad al implantarse en localidades no metropolitanas (como Cáceres/Valle del Tiétar y municipios serranos) y por su metodología de inserción comunitaria en el entorno, propia de contextos de baja densidad.	Sí

4. JUSTIFICACIÓN

El proyecto de cohousing se fundamenta en la creación de comunidades autogestionadas de personas mayores que desean envejecer en un entorno seguro, participativo y diseñado por ellas mismas. Su propuesta se alinea con las necesidades actuales de atención a la dependencia, envejecimiento activo y fomento de redes de apoyo comunitario, elementos esenciales para garantizar la calidad de vida en la etapa sénior. El modelo se basa en viviendas privadas integradas en torno a espacios comunes, organizadas bajo estructuras cooperativas de cesión de uso o derecho de superficie, lo que asegura un marco estable, democrático y sostenible para la convivencia diaria.

Además, Jubilares emplea una metodología participativa orientada a fortalecer la cohesión del grupo desde las fases iniciales del proyecto hasta su gestión cotidiana. Este enfoque, basado en dinámicas de grupo y en experiencias internacionales contrastadas, garantiza que la comunidad esté preparada para afrontar colectivamente la toma de decisiones, la resolución de conflictos y la definición de normas de convivencia, asegurando así la viabilidad social y organizativa del proyecto.

El proyecto incorpora también un modelo de cuidados innovador, basado en la Atención Integral y Centrada en la Persona (AICP), que permite que los residentes puedan permanecer en su hogar incluso en situaciones de creciente dependencia. Este enfoque incluye la figura profesional del gestor o gestora de casos, encargada de garantizar que los cuidados se adapten a cada persona y no al revés, evitando la necesidad de institucionalización y favoreciendo la continuidad vital dentro de la comunidad.

La consolidación de iniciativas en diversos municipios demuestra la capacidad del modelo para implantarse en realidades territoriales diversas, desde entornos metropolitanos hasta zonas rurales o semirurales. Esta flexibilidad territorial, unida a la vocación de Jubilares de actuar como red de apoyo, difusión, formación e interlocución ante instituciones públicas y privadas, confirma el carácter estratégico del proyecto como respuesta a las necesidades residenciales y sociales de la población mayor en España.

5. RECURSOS

Personal necesario para llevar a cabo la experiencia:

- Equipo de facilitación y dinamización comunitaria: facilitador de grupos, dinamizador comunitario y/o mediador.
- Equipo profesional formado en el modelo AICP: gestor/a de casos y profesionales sociosanitarios según necesidades (enfermería, auxiliares de apoyo domiciliario, terapeuta ocupacional...).
- Equipo técnico: arquitectos y técnicos de edificación, personal jurídico especializado en cooperativas de cesión de uso o derecho de superficie, administración.

Recursos materiales necesarios para llevar a cabo la experiencia:

- Viviendas privadas accesibles con equipamiento básico (cocina, baño, dormitorio).
- Espacios comunes: sala polivalente, comedor común, espacios de reunión y actividades, zonas exteriores accesibles.
- Materiales: recursos educativos y de trabajo grupal, material para actividades físicas y culturales, equipamiento para limpieza y mantenimiento de espacios, herramientas de jardinería...

Tecnológicos:

- Plataformas de comunicación online.
- Software de gestión cooperativa.
- Sistemas de teleasistencia.
- Domótica.



6. PERFIL DEL DESTINATARIO

Personas mayores

X

Personas con discapacidad

Familias

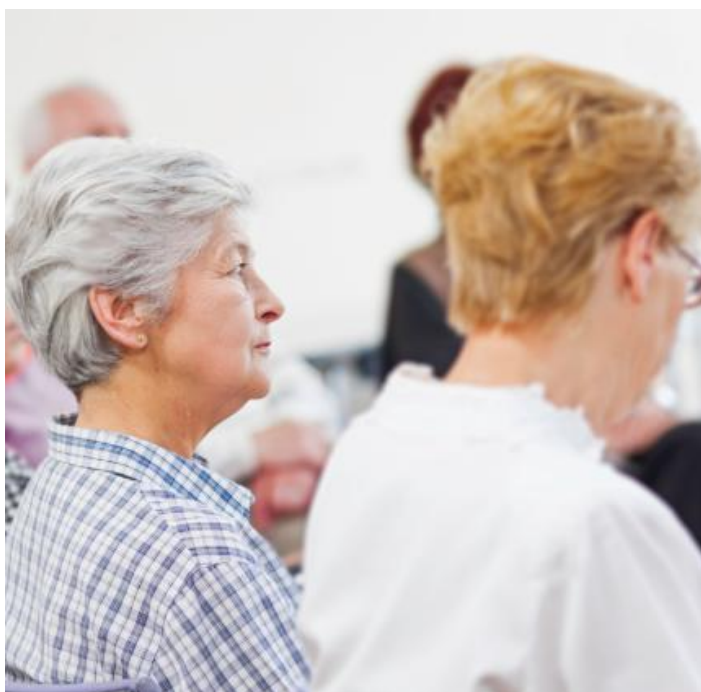
Profesionales

Sociedad en general

Otro/s

El proyecto va dirigido a personas mayores que desean:

- Vivir en comunidad sin renunciar a su independencia y autonomía.
 - Diseñar y gestionar colectivamente su entorno.
 - Contar con apoyo mutuo y seguridad emocional.
 - Envejecer en su propio hogar incluso en situaciones de dependencia.
 - Formar parte de una comunidad activa y participativa.
-



7. INNOVACIÓN

El proyecto de cohousing introduce un enfoque innovador en el ámbito de la vivienda colaborativa para personas mayores, combinando elementos arquitectónicos, sociales y de cuidados que lo distinguen de los modelos residenciales tradicionales. En primer lugar, destaca por su apuesta por comunidades **autogestionadas**, donde las personas mayores diseñan y organizan su propio entorno residencial, priorizando la autonomía, la dignidad y la buena vecindad. Esta configuración permite crear un marco de convivencia basado en el apoyo mutuo y en la participación activa en la vida comunitaria, alejándose del modelo institucional convencional.

Asimismo, el proyecto incorpora una **metodología participativa estructurada**, que acompaña a la comunidad en todas las fases del proceso: expansión del grupo, diseño del complejo, elaboración de normas, mudanza y gestión cotidiana. Este enfoque, sustentado en dinámicas colectivas y experiencias internacionales consolidadas, constituye una innovación clave al situar la construcción comunitaria como eje central del éxito del cohousing.

Otro de los elementos más innovadores es la integración del **modelo de Atención Integral y Centrada en la Persona (AICP)**, aplicado de forma sistemática a la vida en comunidad. Este modelo, asesorado por la Fundación Pilares, garantiza que los cuidados se adapten individualmente a cada persona, incorporando la figura profesional del gestor o gestora de casos. Gracias a ello, las personas pueden permanecer en su hogar incluso en situaciones de dependencia, evitando traslados a instituciones y garantizando continuidad vital, lo que supone un avance significativo respecto a otros modelos residenciales.

Finalmente, el proyecto se caracteriza por su **vocación de interacción social y territorial**, concibiendo la comunidad como un agente activo dentro de su entorno. Esta perspectiva favorece la participación social, la apertura al territorio y el envejecimiento activo, reforzando el impacto positivo del cohousing más allá de sus integrantes. La combinación de autogestión, participación, modelo de cuidados personalizado y conexión con el entorno convierte a este proyecto en una propuesta innovadora y pionera para responder a las necesidades de las personas mayores.

8. RESULTADOS Y CONCLUSIONES

El proyecto de cohousing representa una respuesta a las necesidades actuales de las personas mayores en materia de vivienda, cuidados y participación comunitaria. Su propuesta se fundamenta en la creación de comunidades autogestionadas que permiten envejecer con autonomía, dignidad y apoyo mutuo, integrando viviendas privadas con espacios comunes diseñados por las propias personas residentes. Este planteamiento rompe con los modelos institucionales tradicionales y pone en el centro la autonomía personal.

La metodología participativa que acompaña todo el proceso (desde la formación del grupo hasta la gestión cotidiana) constituye un elemento diferenciador clave, ya que garantiza una convivencia cohesionada y una estructura comunitaria capaz de resolver conflictos, organizarse de forma democrática y afrontar de manera conjunta los retos del día a día. Este enfoque, respaldado por experiencias internacionales, asegura la estabilidad social del proyecto y fortalece el sentido de pertenencia.

Además, la aplicación del modelo AICP supone un avance significativo en el abordaje de los cuidados en entornos colaborativos. La incorporación de la figura profesional de gestor o gestora de casos permite que los apoyos se adapten a las necesidades cambiantes de cada persona, eliminando la necesidad de trasladarse a recursos institucionales incluso en situaciones de dependencia. Con ello, se garantiza continuidad vital y una mayor calidad de vida en el propio hogar y en el seno de la comunidad.

Finalmente, el despliegue territorial del modelo demuestra su capacidad de adaptación a distintos contextos sociales y geográficos, así como su utilidad para generar impacto positivo en el entorno. La vocación de interacción con la sociedad refuerza su valor como propuesta que no solo mejora la vida de sus integrantes, sino que también contribuye a la cohesión comunitaria y al fortalecimiento del tejido social local.

En conjunto, el proyecto de cohousing de Jubilares se erige como un modelo pionero y sostenible para afrontar los retos del envejecimiento, combinando cuidados personalizados, participación, sostenibilidad social y un fuerte sentido comunitario.

LINKS DE INTERÉS

- Vídeos:
[Jubilar Villa Rosita, un nuevo referente del cohousing sénior en España](#)
[Jubilar Villa Rosita: los cuidados como eje de la comunidad](#)
[El Cohousing previene la soledad no deseada](#)
- Manual del Senior Cohousing:
<https://www.dykinson.com/libros/el-manual-del-senior-cohousing/9788490855256/>

Documento elaborado por la **Fundación Padrinos de la Vejez** a partir de información pública y fuentes oficiales, en el marco del programa **SOCIEDADORA – Sociedad Cuidadora**.
Financia: **IMERSO**, mediante subvención del régimen general en el área de atención a personas mayores.

