



MEMORIA

TRABENSOL, un proyecto joven hecho por mayores

El proyecto TRABENSOL nace para dar una respuesta posible a un colectivo de mayores que, como iremos viendo en la Memoria, desea llevar a la práctica, todos juntos, una vida activa y saludable hasta el último momento.

Cuando empezamos a trabajar sobre el tema, a finales de los noventa, hace ya diecisiete años, teníamos claro que, si bien era muy positivo que la duración de la vida de las personas se hubiera prolongado de manera tan notable en los últimos decenios, también era cierto que poco se estaba haciendo en nuestra sociedad para prevenir y dar una atención adecuada a un colectivo creciente, como era el de las personas mayores.

En España, la respuesta era muy escasa y la creación y dotación de plazas en Residencias Públicas para mayores, totalmente insuficiente. Pero, además, con un baremo excesivamente limitador para el acceso a las mismas: tener hijos, una vivienda en propiedad, salud razonable o una pensión media, hace inviable el acceso en la práctica. En cuanto a plazas en Residencias Privadas, su alto precio sólo permite que una minoría pueda aspirar a conseguirlas.

Por todo esto, nos pusimos en marcha. Nos juntamos gente conocida de actuaciones sociales en nuestros barrios. Personas que estábamos haciéndonos mayores y que a lo largo de nuestra vida habíamos dado respuestas cooperativas eficaces a problemas sociales. Cuando éramos jóvenes y queríamos constituir nuestras familias, a la falta de viviendas asequibles y de calidad; luego, en los barrios, dimos soluciones a la escasez de puestos escolares para nuestros hijos, abrimos colegios en régimen de cooperativa con la participación activa de padres y maestros; creamos, con nuestros vecinos, espacios culturales y de ocio... Tratamos de hacer más habitables nuestros barrios, siempre con la mirada puesta en mejorar la sociedad y hacer que ésta fuera verdaderamente fruto de la decidida participación ciudadana.

Puede decirse, sin vanagloria, que tanto el núcleo primero de cooperativistas como los compañeros que se fueron añadiendo después al proyecto TRABENSOL, eran “recursos humanos” de primera calidad. Todos juntos, paso a paso¹, fuimos madurando ideas y preparando un proyecto cooperativo que diera una respuesta positiva y posible a la problemática del envejecimiento; una respuesta que cubriera

¹ “Paso a Paso”, es el nombre de nuestro boletín informativo y de divulgación.

no sólo la atención física del mayor, sino el importante campo de los afectos, tan demandados en cualquier etapa de la vida. Y así nació TRABENSOL.

Quisimos, desde el principio, que nuestro nombre fuera un reflejo del espíritu que nos anima, y así lo formamos agrupando sílabas de la frase **TRABajadores EN SOLididad** y, como Cooperativa Madrileña, fue inscrita en el correspondiente Registro Oficial de la Comunidad con el nombre de “TRABENSOL”: una respuesta posible hecha por mayores y para mayores.

Tenemos, como toda cooperativa española, los órganos propios de funcionamiento y gobierno que establece la normativa legal vigente: Asamblea General de Socios y Consejo Rector. Pero poseemos dos peculiaridades que nos distinguen y creemos que, por su importancia, debemos conservar celosamente.

La primera de ellas es que cada socio no es propietario de su apartamento, sino de los derechos de uso y, lógicamente, del resto de los espacios comunes. La propietaria es la Cooperativa y eso quiere decir que si cualquiera de los socios dejara de serlo, por fallecimiento o abandono voluntario de la Cooperativa, es la propia Cooperativa la que se encargará de vender esos derechos a un nuevo socio y devolver a quien corresponda –al ex socio vivo o a sus herederos- el valor monetario actualizado de la referida participación. Trabensol ha querido evitar, de este modo, cualquier tentación especulativa en una iniciativa cuya función es esencialmente social.

La otra peculiaridad, también importante, tiene que ver con el funcionamiento interno de nuestro Centro Social a través de las **Comisiones de Trabajo**. Ellas son el cauce de participación del socio en las tareas que mantienen el Centro vivo y funcionando. Su creación fue muy temprana, incluso antes de empezar a convivir en las instalaciones, e implica a la totalidad de los socios de forma voluntaria. Nos gusta considerarla como la *cuota social* que, además de la *financiera*, los socios debemos pagar para la buena marcha del Centro.

La vida entera del Centro fluye a través del cauce de las Comisiones. Existen Comisiones de Economía, Sociosanitaria, de Comunicación, de Patrimonio, de Jardines y Huerta, de Dinamización y Mediación... por citar solo algunas de ellas. Fuimos pronto conscientes de que su existencia no solo abarataría los gastos de funcionamiento del Centro, sino que también contribuiría al envejecimiento activo de los socios y a la toma de conciencia del valor de la participación democrática. Todo ello, como se indica más arriba, de forma libre y voluntaria. No existen exigencias ni turnos de ninguna clase para las diferentes tareas; incluso apuntarse a ellas o retirarse es totalmente opcional.

Pero continuemos por describir lo que es el complejo arquitectónico. Un diseño novedoso -realizado por arquitectos jóvenes, el Equipo Bloque-, bioclimático, por

orientación y geotermia, con aprovechamiento energético, de bajo consumo y escaso impacto medioambiental. Todo ello, utilizando lo máximo posible el potencial lumínico y de temperatura estacional del Sol; canalización y recogida del agua pluvial, desde los tejados hasta el gran depósito subterráneo –aljibe–, que permite el riego de jardín y huerta durante varios meses...

Mediante veinticinco sondeos de 150 metros de profundidad cada uno, se extrae de la tierra una temperatura estable y permanente de 16^oC, tanto en verano como en invierno. Una instalación informatizada de geotermia que utiliza el gas natural para, con un considerable ahorro energético, lograr el diferencial de temperatura necesario para la calefacción y agua caliente, en invierno, y la refrigeración en verano, ambas por suelo radiante.

La construcción ocupa 6.000 m², de los 16.000 m² de la propiedad, por lo que el resto es jardín y huerta. Estos espacios sirven para desarrollar y practicar actividades al aire libre y algunos cooperativistas, a pesar de su origen urbanita, han descubierto facultades innatas desconocidas para ellos, que han mejorado con cursillos y con la relación directa con otros compañeros, expertos en jardinería y horticultura.

La edificación se compone de 54 alojamientos, todos iguales, cada uno de ellos de 50 metros cuadrados, e idénticamente orientados, con sus terrazas al Sur. Pero lo realmente importante y espacioso son los servicios comunes, con talleres para actividades y numerosas salas de reuniones; el salón del silencio, donde se practica yoga y meditación; la biblioteca y mediateca; el gimnasio y el baño terapéutico climatizado, el taller de pintura, la sala de usos múltiples, además, por supuesto de las instalaciones imprescindibles que permiten desentendernos de esos trabajos domésticos que, casi de forma permanente, recaían en la mujer: limpieza, cocina y lavandería, que realizan en nuestras instalaciones personal contratado.

Luego, nosotros, tanto mujeres como hombres, cubrimos de forma voluntaria tareas imprescindibles: servir las mesas del comedor; atender la recepción del Centro, a diario, en jornada de tarde y los fines de semana, en jornada completa. De este modo, la recepción ha acabado por convertirse en un divertido espacio de charla y encuentro y, además, se abarata el coste de mantenimiento de los servicios.

Todas las actividades que se desarrollan en nuestro Centro están, lógicamente, abiertas a los cooperativistas y la mayor parte de ellas, también a los demás vecinos de Torremocha de Jarama. Del mismo modo, nosotros participamos y utilizamos los espacios del pueblo. Hacemos en común yoga, chi kung, danzas del mundo, tertulias, debates, y una vez al mes, cine y libro fórum. Podemos decir sin reparo que, por número y dedicación, hemos logrado ser piezas claves en actividades culturales, lúdicas y reivindicativas de la Sierra Norte de Madrid. Esto

permite mantenernos activos de forma saludable, en esa propuesta nuestra de seguir creciendo en lo personal y como ciudadanos.

No hemos destacado suficientemente la ventaja de residir en este pueblo serrano con una larga tradición histórica y que, en la actualidad, se ha acreditado por una producción moderna y de magnífica calidad en legumbres, vino y aceite.

Tiene un estimable entorno paisajístico en un gran valle, regado por el río Jarama. Un entorno fácil de pasear, en el que un número destacado de cooperativistas practican a diario marcha nórdica dirigida por un residente que, como experto monitor, nos asesora en el uso correcto de los bastones y en la posición adecuada del cuerpo. También, hay que señalar los recorridos en bici para los que siempre han practicado ese deporte y que cuenta, como no podía ser menos, con nuevos aficionados.

Todo esto, unido al ejercicio en el baño terapéutico, al uso del gimnasio o a las sesiones de chi kung en las primeras horas del día, permite suponer un envejecimiento lento y saludable, en las mejores condiciones físicas.

En Trabensol, tan importante como las actividades físicas, son las actividades intelectuales y espirituales. La meditación y el yoga, en la que hemos dado en llamar “sala del silencio”; el arte floral japonés –ikebana, 生け花 ó いけばな-, dirigido asimismo por una residente experta; los encuentros, jornadas y debates sobre diversos temas de actualidad, y el taller de memoria para los que temen ir flojeando en esa facultad.

El éxito de Trabensol se refleja en que, en su corto espacio de vida, cuenta ya con una larga lista de espera integrada por asociados que pasarán a ser socios residentes cuando, por la razón que fuera, quedara libre algún apartamento. Como indicábamos al principio de esta Memoria, las condiciones de Trabensol, según orden de su importancia, pasan por estar de acuerdo con los Principios Básicos de la Cooperativa; asumir sus valores (lo que implica, ser persona solidaria, dispuesta a poner a disposición de los demás, de forma altruista, sus capacidades); estar dentro de la franja de edad entre 50 y 70 años; tener buena salud en el momento de su adhesión; contar con recursos económicos que hagan posible adquirir la participación en la propiedad del conjunto cooperativo y poder hacer frente a la cuota mensual.

A grandes rasgos, esta es la respuesta que hemos dado a la problemática de los mayores en esta etapa de la vida; por otra parte, tan rica en experiencias cuajadas. Para mayor información sobre nuestro proyecto, se puede entrar en la página web: www.trabensol.org. Y, por supuesto, las puertas del Centro Social de Convivencia para Mayores TRABENSOL, nuestra casa, están abiertas para quienes quieran visitarnos. Los recibiremos encantados.