

Cohousing Senior

01/04

INTRODUÇÃO

O presente trabalho consiste no desenvolvimento do anteprojeto de uma Cohousing para idosos independentes na cidade de Pouso Alegre – MG, no bairro Ribeirão das Mortes, onde a comunidade criada é administrada pelos próprios moradores, na qual promova autonomia das habitações individuais, com as vantagens da vida em comunidade.

O termo Cohousing pode ser definido por “collaborative housing” (habitação colaborativa), sendo um tipo de moradia que redefine o conceito de comunidade para a vida contemporânea (PURVIS, 2008). Esse modelo combina a autonomia das habitações individuais com as vantagens da vida em comunidade. Cada proprietário tem uma residência própria e autossustentável, porém compartilha vários espaços em comuns, como cozinha, área de refeição, salas, lavanderias, quartos de visitas, área de lazer, etc. A primeira Cohousing surgiu na Dinamarca na década de 1970, chegando aos EUA duas décadas depois.

JUSTIFICATIVA

A busca por moradia específica para essas pessoas tem aumentado, a exemplo dos países europeus que adotaram os princípios das moradias colaborativas (cohousings), em lugares que transmitam tranquilidade, segurança e a possibilidade de viver em comunidade. Nota-se que na cidade de Pouso Alegre, existe uma carência de edificações voltadas para o envelhecimento ativo, que sejam projetadas e criadas, pensando no bem-estar e na autonomia deste público.

OBJETIVO

Este trabalho tem como objetivo elaborar um projeto de habitação que possa auxiliar ao idoso a ter uma vida independente e a ter um envelhecimento ativo, considerando fatores de ordem social, psíquica, cultural e ambiental. Através deste conceito, propõe-se desenvolver um projeto arquitetônico para um condomínio habitacional voltado para o envelhecimento ativo, baseada na ABNT NBR 9050/2020 e do Desenho Universal, criando uma autonomia das habitações individuais, com as vantagens da vida em comunidade, assim como incentivar a vida social dos idosos através da criação de uma comunidade colaborativa.

LOCALIZAÇÃO

Pouso Alegre localiza-se no extremo sul de Minas Gerais e junto com outros quarenta municípios forma um dos polos regionais mais promissores do estado. Tem um índice de alfabetização de 94,2% e é referência em comércio e serviços para as cidades vizinhas. Possui aproximadamente 200 mil habitantes, tendo uma micro região de 600 mil habitantes. Fica a 180 km de São Paulo e a 360 km de Belo Horizonte, estando às margens da rodovia BR-381 (Fernão Dias).

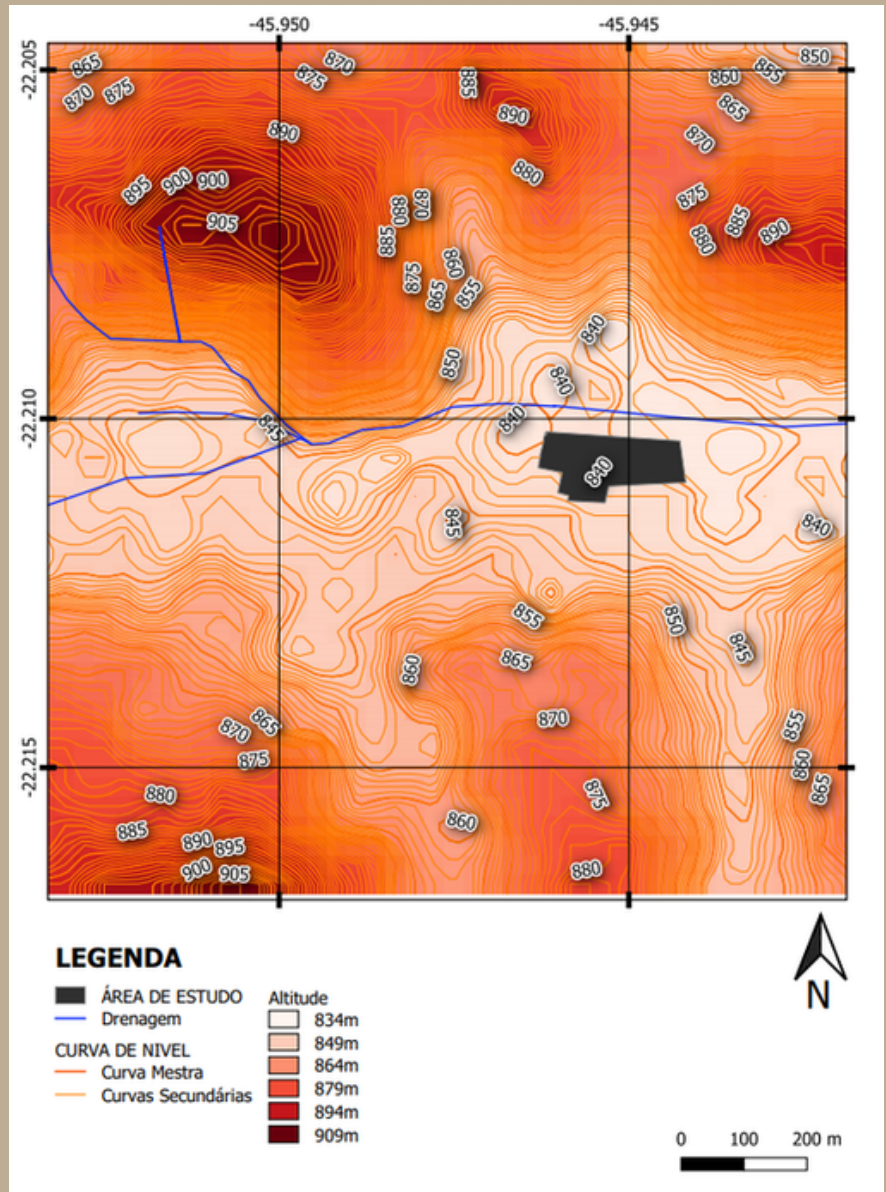
O processo de escolha da área de aplicação do projeto na cidade de Pouso Alegre – MG, foi feito pela existência de condições favoráveis para a rotina de qualquer pessoa como transporte público de fácil acesso, alternativas de entretenimento e lazer, e também, equipamentos de saúde próximos, o que têm para o público de terceira idade ainda maior valor. Pensando em todos estes quesitos, foi escolhido o terreno para implantação da Cohousing, estando localizado no Bairro Ribeirão das Mortes, com acesso pela Avenida Noroeste e pela Rua Bento Dória Ramos, com uma área de 19.000 m2.

O local possibilita a autonomia nos deslocamentos dos moradores e seus visitantes, por estar próximo a pontos de embarque e desembarque de transporte público. Além disso, possibilita o acesso ao comércio de bairro, que possui nas proximidades farmácias, padarias e ofertas de serviços essenciais. Vale ressaltar que no terreno já existe infraestrutura instalada como por exemplo, esgoto, saneamento básico, rede de água e rede de luz.



Fonte:Google Earth - modificado pelo autora.

Mapa Topográfico e Hidrográfico



TOPOGRAFIA

O terreno encontra-se numa região plana, numa altitude de 840 m, onde não será necessário realizar grandes movimentações de terra para a realização do projeto. Este fato foi um dos fatores decisivos para sua escolha, já que a proposta do projeto não permite desníveis, sendo quase toda construção horizontal. Isto faz com que a obra seja mais rápida e com menor investimento na etapa da fundação. Essa topografia auxilia também na acessibilidade aos serviços do entorno, o ato da caminhada e do ciclismo.

Aspectos ambientais



Gabarito de altura



- TÉRREO
- DOIS PAVIMENTOS
- TRÊS PAVIMENTOS OU MAIS

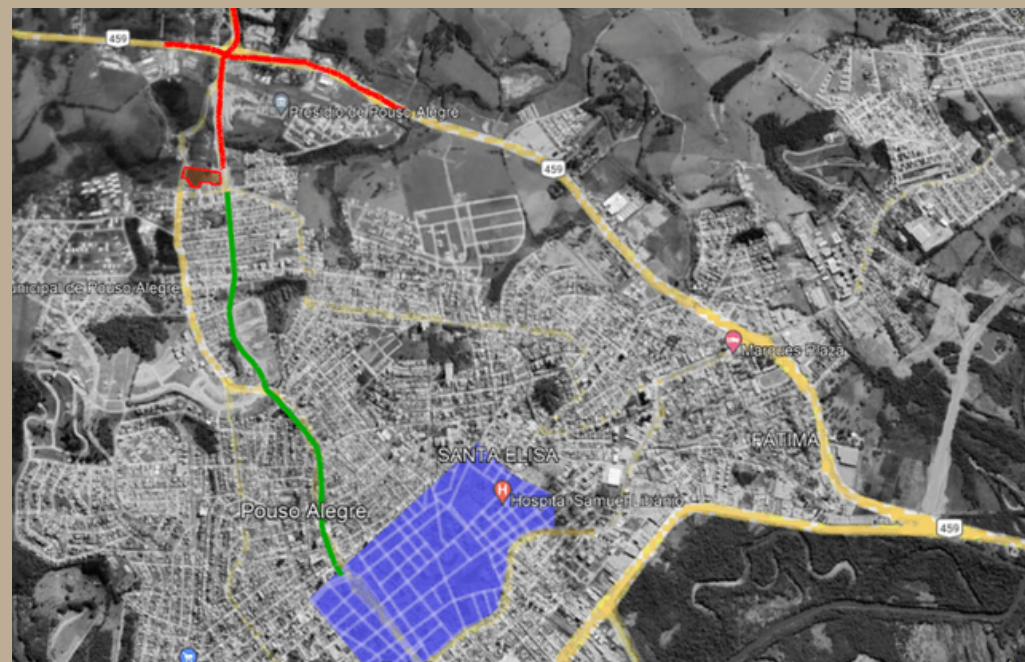
As construções do entorno, são em sua maioria térreas, algumas com dois pavimentos e raras as com mais de três pavimentos. Isso facilita a proposta de fazer um projeto horizontal, sem ter a preocupação de sombreamento lateral ou perda da privacidade.

Não existe área de preservação permanente no terreno, porém existem árvores isoladas e plantas arbustivas que serão preservadas e revitalizadas, com melhora do paisagismo local e aumento da flora já existente. O terreno apresenta uma boa insolação durante todo o período, não havendo construções vizinhas que possam interferir neste quesito.

Equipamentos públicos e privados



Centralidade



- TERRENO PROPOSTO
- CENTRO DA CIDADE
- ACESSO ÀS RODOVIAS
- ACESSO AO CENTRO DA CIDADE

A distância da área de estudo ao centro da cidade de Pouso Alegre é de 2,5 km. Através da saída ao norte, tem-se acesso à BR 459 (Pouso Alegre-Poços de Caldas), MG 179 (Pouso Alegre Alfenas), e acesso a BR 381 (Rodovia Fernão Dias). Isso facilita a locomoção tanto para as cidades e regiões vizinhas como ao centro da cidade.

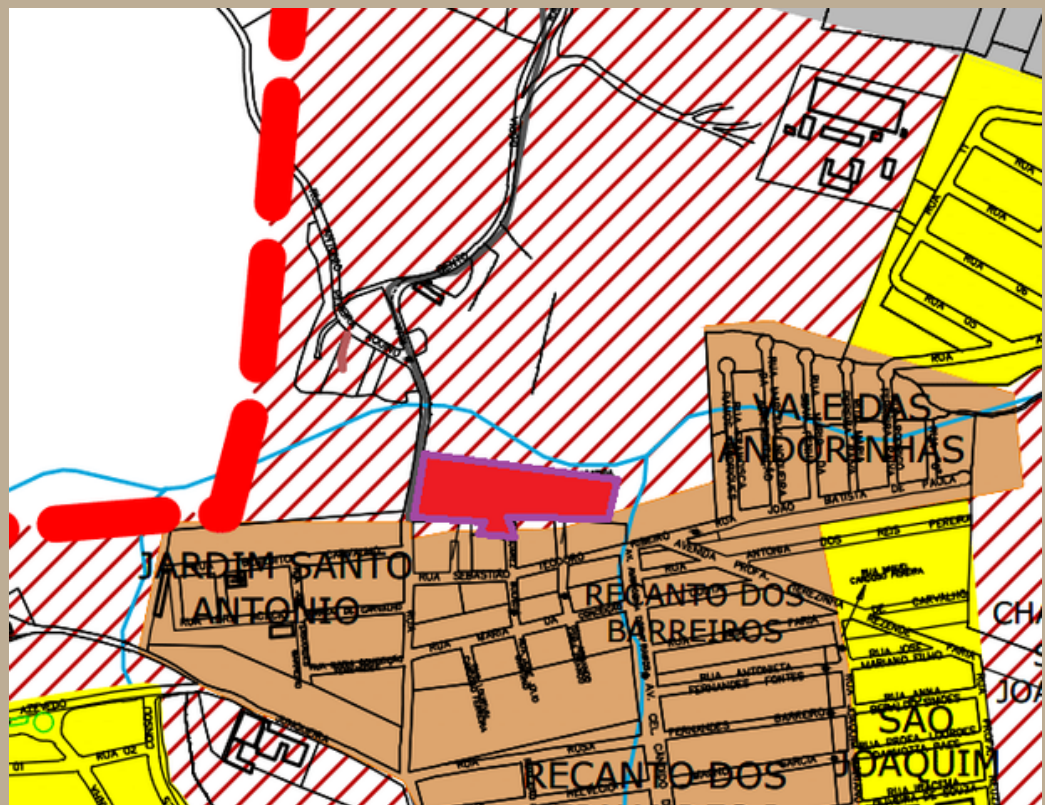
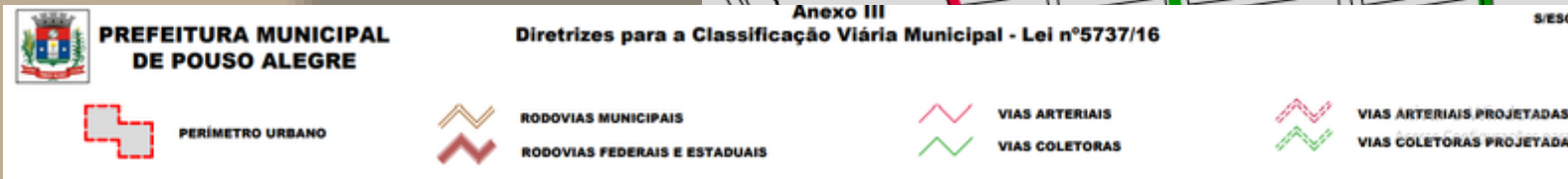
O entorno possui um vasto número de serviços, como por exemplo: farmácia, posto de saúde, igreja, cabeleireiro, Clube, petshoping, mecânico, pizzaria, lanchonete, pastelaria, padaria, além do Horto Florestal que se encontra num raio de 1 km.

Mobilidade e sistema viário



O sistema viário da região possui pontos de ônibus estratégicos, inclusive em frente ao terreno e oferece horários a cada trinta minutos no sentido bairro centro/centro bairro, facilitando o deslocamento dos usuários. Na Rua Bento Dória Ramos, as calçadas são estreitas, em alguns locais não há calçamento, dificultando o trajeto do pedestre. Já a Avenida Noroeste, possui bom calçamento e uma ciclovia recém construída.

Na área proposta, não existe construção pré-existente. O terreno tem acesso por uma via arterial, Rua Bento Dória Ramos e por uma via coletora, Avenida Noroeste, com os principais fluxos de carro. A Rua Bento Dória Ramos, apesar de ser classificada como uma via arterial, é de mão dupla, com via única, apresentando calçadas estreitas. Já a nova Avenida Noroeste apresenta vias duplas com calçadas largas e uma ciclovia que passa em frente ao terreno.



02/04

PROGRAMA DE NECESSIDADES

Setor Administrativo		Setor Saúde		Setor Apoio		Setor Vivência		Habitação	
Recepção	40 m2	Terapia Ocupacional	71 m2	Segurança	20 m2	Informática	114 m2	Sala	34 m2
Sala Reunião	18 m2	Academia	77 m2	Depósito	61 m2	Biblioteca	114 m2	Cozinha	28 m2
Escritório	18 m2	Pilates	37 m2	Lavanderia	62m2	Artesanato/Marcenaria	114 m2	Dormitório	28 m2
DML	7 m2	Cabeleireiro	38 m2	Lixo	30 m2	Sala de Música	114 m2	Banheiro Social	5 m2
Banheiro	13 m2	Banheiro	142 m2	Bicicletário	87 m2	Sala de Estar	114 m2	Suite	40 m2
Descanso	8 m2	Piscina Aquecida	380 m2	Estacionamento	1590 m2	Biblioteca	114 m2	Lavanderia	4,5 m2
Cozinha Funcionários	13 m2	Piscina Fria	13 m2	Suíte Hospedes	545 m2	Refeitório/Cozinha	110 m2	Dispensa	3,5 m2
Circulação	13 m2	Sauna	13 m2	TOTAL	2395 m2	Horta	700 m2	TOTAL	143 m2
TOTAL	130 m2	Piscina Fria	850 m2			Espaço Ecumênico	207 m2		
		Vestiário	60 m2			Banheiro/Ref.	20 m2		
		Consultório	18 m2			Banheiro Externo	44 m2		
		Enfermagem	16 m2			TOTAL	1945 m2		
		TOTAL	1715 m2						
A implantação do projeto foi feita de forma radial, onde tudo se converge ao setor de Vivência e dele saem os caminhos que dão acesso às moradias. A pavimentação usada nos caminhos foi o concreto drenante, que permite uma homogeneidade e segurança para o caminhar.							TOTAL 9760 m2		

TOTAL 9760 m2

PROGRAMA DE NECESSIDADES

A norma responsável para estabelecer critérios e parâmetros técnicos é a NBR 9050/2020, que será observada no projeto e na construção das edificações às condições de acessibilidade. Quanto ao referente trabalho, sabe-se que não existem parâmetros estabelecidos para o projeto específico de uma Cohousing, porém pode-se assemelhar a condomínios, onde as áreas em comum precisam ser acessíveis pelas habitações. Serão usadas rampas sempre que necessário, com inclinação máxima de 8,33%, largura livre mínima de 1,20m, com corrimãos a 0,70m e a 0,90m do chão e guarda-corpo a 1,05m. As calçadas devem possuir vão livre mínimo de 1,20m, com implantação de pisos táteis, de acordo com as especificações da NBR 1637/2020 (Acessibilidade - Sinalização no piso - Diretrizes para elaboração de projetos e instalação).

Nas habitações, a distância entre o mobiliário deve ser de no mínimo 90cm e para o giro completo da cadeira de rodas, de 1,50m.

Foram selecionados cinco setores os quais seus ambientes foram alocados de acordo com suas especificidades, sendo eles: administrativo, saúde, vivência, apoio e habitação em uma área de aproximadamente 9.760 m² de construção. Obteve-se desta forma o melhor aproveitamento do terreno.

Neste projeto, o paisagismo promove um conforto visual, proporcionando conforto térmico e acústico. O paisagismo é um ponto marcante, já que há aproximadamente 35.000 m² de área verde.

Ao longo da área verde, será usada grama esmeralda (*Zoysia japonica*), pois apresenta boa resistência a pisoteio e a ervas daninhas, e exige pouca irrigação e fertilização, além de influenciar na redução da temperatura do local e permitir a absorção das águas pluviais pelo solo.

Serão usadas também árvores e arbustos de pequeno, médio e grande porte, sendo implantados de acordo com a necessidade do local, a fim de obter um melhor sombreamento.

Entre as habitações serão usados murtos como cerca viva, para criar privacidade.

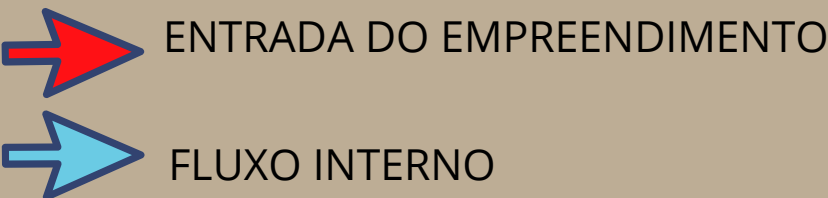
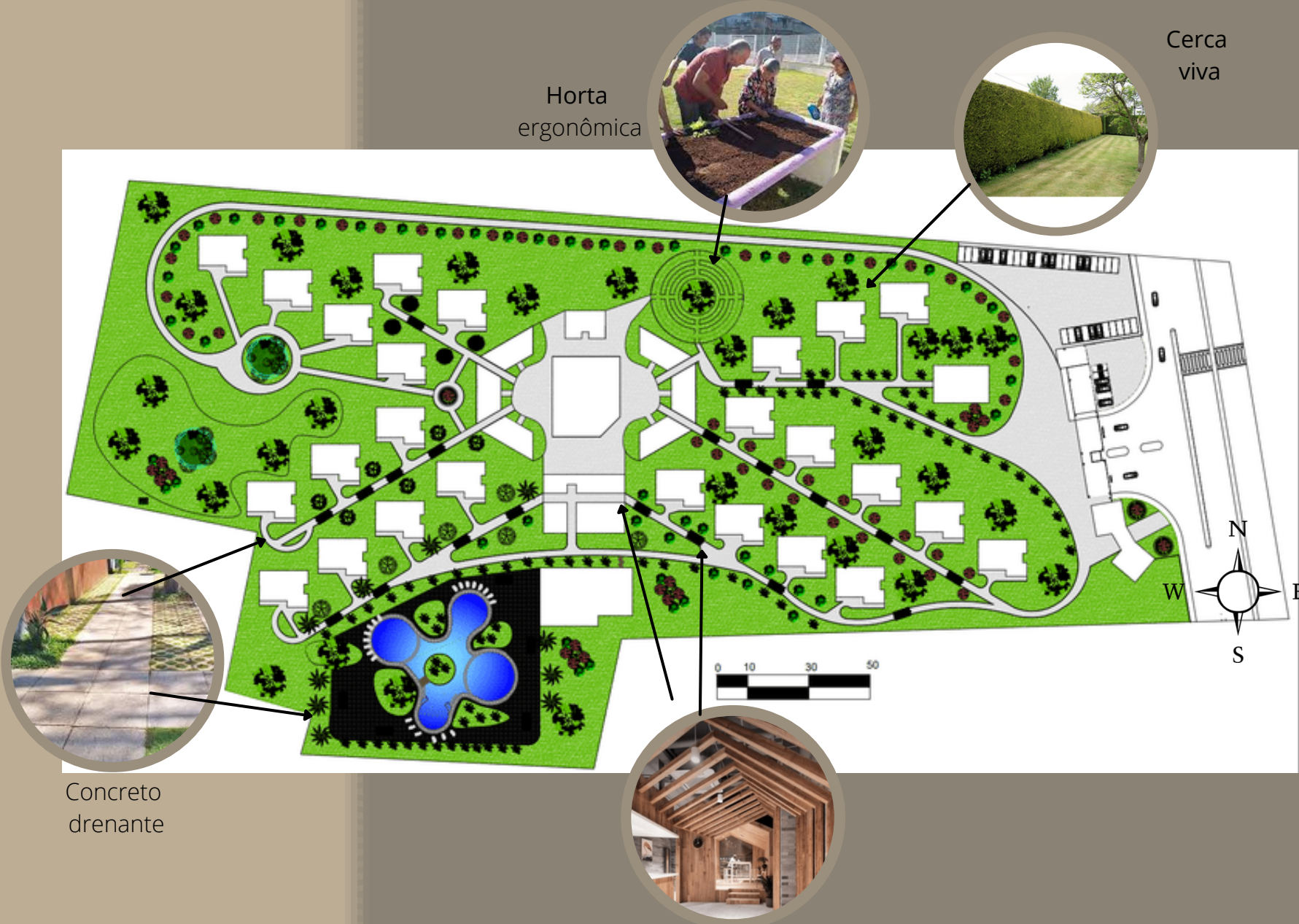


Diagrama de layout de um apartamento com 3 quartos e 2 banheiros. O layout mostra a distribuição das áreas: três quartos (HABITAÇÃO), uma cozinha (REFEITÓRIO COZINHA), uma sala de estar (ESTAR), uma sala de jantar (MÚSICA), uma sala de estudos (BIBLIOTECA), uma sala de informática (INFORMÁTICA), uma lavanderia (LAVANDERIA), uma sala de artesanato (ARTESANATO), uma sala de marcenaria (MARCENARIA), uma sala de academia (VESTIÁRIO ACADEMIA ATIVIDADE PILATES), uma sauna e piscina aquecida (SAUNA, PISCINA AQUECIDA), uma piscina climatizada (PISCINA CLIMATIZADA), uma capela ecumênica (CAPELA ECUMÊNICA), uma segurança depósito lixo (SEGURANÇA DEPÓSITO LIXO), um estacionamento bicicletário (ESTACIONAMENTO BICICLETÁRIO), um consultório (CONSULTÓRIO) e um administrativo (ADMINISTRATIVO).



Cohousing Senior

03/04

O PROJETO

Será apresentado o resultado da proposta de uma Cohousing Senior, localizada na cidade de Pouso Alegre, se tratando de uma comunidade multifamiliar. Serão explanadas as especificações de cada espaço, juntamente com as imagens de referência e as perspectivas da conclusão.

ADMINISTRAÇÃO



Encontra-se na entrada do empreendimento, ocupando 130 m² de uma edificação térrea, composta por recepção, sala de reunião, escritório, DML, banheiro com acessibilidade, área de circulação, área de descanso e cozinha para funcionários.

HABITAÇÃO



São 25 habitações, com 143 m² cada, totalizando 3.575 m². A fachada da casa é composta por porta e painel de vidro temperado, pedra ferro na volumetria do banheiro social e uma varanda. Foi utilizado pé direito duplo de 6 m na sala e cozinha, dando mais amplitude. Na sala o madeiramento do telhado é aparente e o forro de madeira, fazendo o ambiente mais aconchegante. Nos outros ambientes foi usado pé direito de 3,1m com revestimento de gesso, onde encontra-se a suíte com banheiro PNE, um quarto, um banheiro social, uma lavanderia e uma dispensa.

ESPAÇO ECUMÊNICO



Esta edificação foi elaborada pensando na transparência e liberdade de cultos, com paredes com grandes painéis de vidro e estrutura de pilares revestidas de madeira. Estes painéis possuem aberturas zenitais para melhor conforto térmico e uma varanda na lateral esquerda, onde o sol tem maior incidência, assim como o paisagismo também faz seu papel. Está localizada no lado leste, próxima à entrada do empreendimento, para facilitar o acesso dos visitantes, porém respeitando a privacidade dos moradores.

PISCINA CLIMATIZADA



Está alocada numa área com insolação durante todo o dia, projetada de forma assimétrica, com vários níveis de profundidade, acesso através de escadas com uso de corrimão.



VIVÊNCIA



Este é o coração do projeto, ocupando a parte central do terreno, num total de 1945 m², sendo composto por: refeitório e cozinha no centro e cercado pelas edificações de informática, biblioteca, artesanato, marcenaria, sala de música, sala de estar.

HORTA E LAVANDERIA



A horta comunitária é um local em que acontecem as vivências e trocas de conhecimento e experimentos. Neste trabalho foi proposto uma horta ergonômica, com 0,9 m de altura, de forma circular, com caminhos entre os círculos e uma árvore no centro para o sombreamento. Está localizada ao norte do terreno, dando fácil acesso ao refeitório.

PISCINA AQUECIDA/SAUNA/VESTIÁRIO



A piscina tem profundidade de 1,60m. O local possui os seguintes ambientes: área de circulação com mesas, cadeiras e spa, uma sala de estar próximo à sauna, área de armários, sauna seca e sauna úmida, banheiros e chuveiros. O acesso à piscina também pode ser feito através das saunas que possui um painel de vidro e o usuário pode entrar através de escada e corrimão.

ACADEMIA/PILATES/CABELEIREIRO/TERAPIA OCUPACIONAL



O acesso à este conjunto se faz através de uma cobertura de pergolados assimétricos pelas laterais direita e esquerda, dando continuidade por esse caminho para a piscina aquecida.

A iluminação natural é usada aproveitando o máximo do tempo, pois as paredes são de grandes painéis de vidro com aberturas zenitais para proporcionar um maior conforto térmico. Foi usado pé direito duplo, dando amplitude a todos os ambientes.

This architectural floor plan illustrates a restaurant layout divided into several functional zones. At the top center is a long, narrow section labeled 'KITCHEN' with various service counters and equipment. Below the kitchen is a large, open 'DINING' area featuring numerous round tables arranged in a grid pattern. To the left of the dining area is a 'BAR' and a 'Lounge' area with a curved bar and seating. To the right of the dining area is a 'RESTAURANT' section with a long, narrow table and chairs. At the bottom right is a 'Cafe' area with a curved bar and seating. The plan also includes a 'RESTROOM' and a 'STORAGE' area. A north arrow is located in the bottom right corner.

