U.PORTO

MESTRADO INTEGRADO

ARQUITECTURA

Sub23 e +65: Cohousing em Abraveses, Viseu

Gonçalo José Ferreira dos Santos Pinto

M

2022

U.PORTO

Gonçalo José Ferreira dos Santos Pinto
Sub23 e +65: Cohousing em Abraveses, Viseu

Sub23 e +65: Cohousing em Abraveses, Viseu
Gonçalo José Ferreira dos Santos Pinto

M.FAUP **2022**

FACULDADE DE ARQUITETURA

SUB23

+65

Cohousing em
Abraveses, Viseu
FAUP | 2022

À avó Guidinha,
que sejam apenas de orgulho as lágrimas vertidas no peito,
e não mais do pensamento de um amor insatisfeito, que veio tarde demais.

"Por ironia
pois nunca sei onde vais
Que eu chegue cedo algum dia
E seja tarde demais."

Ao tio Fredo.

Agradecimentos

Professor Doutor Luís Martinho Urbano, pelas conversas, pela disponibilidade, pelo interesse e pelos ensinamentos transmitidos. Pela constante boa disposição.

Pai, mãe, pela paciência, pelo apoio, pela preocupação, pela educação, pelo sacrfício, pelo esforço mas, acima de tudo, pelo amor incondicional.

Padrinho, madrinha, pela consistência, pela proximidade, pelo cumprimento da palavra dada.

D. Isabel, pela ideia, por colocar a sua propriedade à disposição e pelo entusiasmo perante este tema e projeto.

Sal, pelas conversas, pelas opiniões, pelo futuro.

Ju, pelas incertezas, pela pressão, pela sinceridade.

Mary, pelo apoio, pelo carinho, pela disponibilidade .

Chico, Tico do Teco, pela irmandade em armas, pelas diretas desnecessárias.

Obrigado

Abstract

This dissertation, entitled "Sub23 e +65 - Cohousing em Abraveses, Viseu", comes from a will to present a project's design, that serves as a starting point for reflection about some problems that burden modern society. The project of both a nursing home and youth residence rises as study subject, that owes its interest to its potential dimension and plurality of spaces as well as its technical and safety requirements. It aligns with the concept of cohousing, that seems to be a potential solution for the challenges that are inherent to this housing model. It's a place where a strong connection between public and private spaces is mandatory – living quarters, social spaces, commercial and health care areas share the same building. There spaces are connected and simultaneously, demand individuality, with different levels of intimacy.

The main focus of this paper is the well-being of the future residents of the proposed establishment. It has the purpose of being an harmonious, relaxing and calm building, while being, at the same time, an active and stimulating place. Above all, it aims to be a place that can be called a home. However, it will be a collective building whose users will vary on a regular basis. Having these themes as a starting point, this work aims to give answers to the matters of spatiality, and to better understand the daily life of the users. The main goal is to focus on the themes that look not just into the individual interest of the user, but also into the collective interests of the community. The architectonic thinking will be influenced by all this questions.

Resumo

A presente dissertação, intitulada "Sub23 e +65 - Cohousing em Abraveses, Viseu", parte de uma vontade de expor o exercício de projeto, servindo como mote para uma reflexão sobre alguns dos problemas que afligem a sociedade atual. O projeto de um lar que sirva não só idosos, mas também jovens surge como um tema para estudo, que ganha interesse pela sua potencial dimensão, pluralidade de espaços e ainda pelos seus requisitos técnicos e de segurança. Vem aliar-se o conceito de cohousing, que parece ser uma potencial solução para os desafios inerentes a este modelo habitacional. É um lugar onde importa haver uma forte interligação entre os espaços públicos e privados - habitação, área social, área comercial e área de cuidados de saúde coabitam no mesmo edifício. Estes espaços ligam-se e, simultaneamente, procuram individualidade apresentando níveis de intimidade diversos.

O principal foco deste trabalho é o bem-estar dos futuros utentes do estabelecimento a propor. Este estabelecimento tem o objetivo de ser harmonioso, relaxante e calmo, e ao mesmo tempo, ativo e estimulante. Acima de tudo, deve ser um local que se possa chamar de lar. Ainda assim, será um edifício coletivo cujos utilizadores irão variar regularmente. Desta forma, com ponto de partida nestas problemáticas, a investigação tenta dar resposta às questões de espacialidade, bem como de compreensão do quotidiano dos utentes. Pretende-se, então, que o estudo incida não só em temas que procuram abordar o interesse individual do utente, como nos interesses coletivos da comunidade. O pensamento arquitetónico será influenciado e moldado pelas questões aqui expostas.

Índice

Nota Introdutória 13

Viseu 17

Da idade do ferro à nossa época. 27 séculos de história 19

Abraveses 35

Um lugar. Uma casa 45

"Lar" de idosos e jovens 57

Cohousing 59

LACOL - "La Borda" e "La Balma" habitatge coperatiu 71

Recomendações gerais para lares de idosos 87

Lares x Cohousing 97

Programa 111

Projecto 123

Implantação e estrutura 125

Implantação 125

Estrutura 133

Distibuição Horizontal 161

Áreas funcionais 169

Conceito 219

Acabamentos 229

Memória Descritiva 257

Considerações finais 259

Referências Bibliográficas 265

Iconografia 269

Mapa de Desenhos 279

Nota Introdutória

Um terreno com 4438,84 m2 e 3m de diferença entre cotas altimetricas (dispostas diagonalmente), abriga uma casa apalaçada, datada de 1954 que, desde a sua construção, serviu de casa familiar até que mais recentemente se encontra desocupada ao ponto de aparentar um caracter de abandono. As cerejeiras, macieiras, laranjeiras e oliveiras (entre outras) preenchem a restante área em torno da casa e convivem com uma vegetação rasteira atualmente descontrolada e que ofusca algumas zonas interessantes que este terreno possui. É em Abraveses, freguesia do concelho de Viseu, que se situa a propriedade que será o berço de um novo edifício juntando um programa de um lar com o conceito de cohousing destinado a idosos e jovens.

Este é um lugar que não se encaixa nas minhas memórias passadas, sendo que foi através de laços de amizade que nasceu a possibilidade de intervenção. Uma zona periférica situada sensivelmente a 3km do coração de Viseu parece recolher diversas qualidades urbanas favoráveis à instalação de tal programa. A proximidade ao centro de Viseu e de uma série de estabelecimentos de apoio social, parques urbanos, organizações comunitárias e zonas comerciais não afeta a tranquilidade do sítio, que consegue fornecer um bem-estar tanto físico como mental aos seus habitantes. Um carreiro desde o portão até à casa é o único pavimento em pedra, sendo que todos os restantes espaços exteriores são ajardinados.

No interior do terreno vive-se isolado. A partir do momento que se entra no portão principal, a cidade fica para trás e estamos entregues à calmaria e ao conforto que os elementos e estruturas presentes no terreno nos dão. Nada nem ninguém nos pode ver no interior, mas nós, ainda assim, temos a capacidade de observar a cidade envolvente.

Nasce de uma reflexão com os donos do terreno e potenciais clientes para este projeto a ideia de um equipamento desta natureza e também depois de uma análise da cidade em que se percebe que na zona periférica

imediatamente a norte de Viseu, a existência de lares de idosos é escassa. Por outro lado, a situação pandémica que o mundo atravessou entre 2020 e 2022 levantou uma série de questões relativas aos lares já existentes que merecem ser atendidas. Em sintonia no que toca aos motivos que levaram ao caminho escolhido, tudo convergiu na intenção de realizar um projeto com este programa que se parece enquadrar harmoniosamente com o lugar. Esta dissertação irá ser desenvolvida como uma narração do processo de pensamento projetual para o desenvolvimento de um equipamento destinado à comunhão de duas faixas etárias distintas (jovens e idosos) e que se apoiará nas orientações sociais para um lar de idosos e nos ideais e princípios estruturais de programas de cohousing. A dissertação tem ainda o propósito de desenredar o processo do exercício de projeto com o objetivo de aproveitar a "última oportunidade de projetar num âmbito académico".

A proposta arquitectónica desenvolver-se-á com base num estudo teórico que sustentará a componente prática. Esta componente teórica será justificativa, orientadora e informativa, sendo que o desenvolvimento prático vai ter um maior desenvolvimento pois é esse o objetivo principal desta dissertação. Ainda assim procurar-se-á manter uma relação teórico-prática que irá ditar os rumos a tomar de forma a que seja possível obter um trabalho final harmonioso e bem articulado.

VISEU

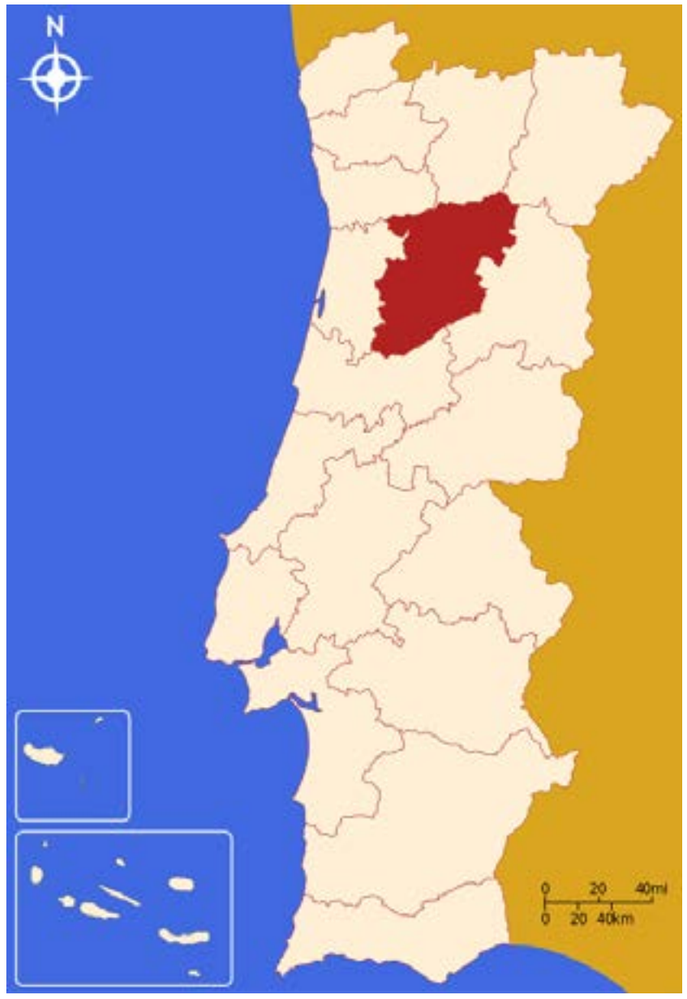


IMAGEM 1 - Mapa dos limites administrativos de Portugal. Assinalado: distrito de Viseu

I - **enclave** | n. m. | en·cla·ve | (francês enclave) | nome masculino
Parte de um território ou de um país encerrada dentro dos limites geográficos de um território ou de um país diferente.
"enclave", in Dicionário Priberam da Língua Portuguesa [em linha], 2008-2021, https://dicionario.priberam.org/enclave [consultado em 23-11-2021].

II - A Comunidade Intermunicipal Viseu Dão Lafões, também designada por CIM Viseu Dão Lafões é uma Comunidade Intermunicipal constituída a 15 de Outubro de 2008 . É composta por 14 municípios, servindo uma população de cerca de 270 mil habitantes.

III - A Idade do Ferro foi um período nos primórdios da história da humanidade em que os povos começaram a usar instrumentos e armas feitos de ferro. A Idade do Ferro começou e terminou em épocas distintas e em lugares diferentes. Começa-se a identificar vestígios desta época no Oriente Médio e no sul da Europa, datados de 1200 a.C, aproximadamente.

IV - Uma proto-cidade é uma grande aldeia ou cidade do Neolítico.

Viseu, um dos 18 distritos de Portugal, pertencente à tradicional província da Beira Alta, e limitado a norte pelo Porto, Vila Real e Bragança, a este pela Guarda, a oeste por Aveiro e a sul por Coimbra, tem uma área de 5007km^2 e uma população residente de 185 878 habitantes. Este distrito destaca-se por ser o único caso no território português com um enclave[I] (IMAGEM 1). Homónima, a sede de distrito tem uma posição central relativamente ao distrito e ao concelho, tem 507,10km^2, 99 693 habitantes e é dividida em 25 freguesias. Esta cidade também é uma das mais importantes da região do centro de Portugal, e assume o papel central na Comunidade Intermunicipal de Viseu Dão Lafões[II] e o de sede de diocese e de comarca, além das já referidas.

Sem surpresas, Viseu detém uma história vasta e muito significativa para o território português. Com cerca de 2500 anos, a origem (conhecida) da cidade leva-nos à Idade do Ferro[III], entre os séculos V e IV a.C.

Os mais antigos vestígios arqueológicos da cidade parecem remontar, como disse, à idade do ferro, e pensa-se que nesta época existiria, neste território, um fortificado (castro) com cerca de 12ha (120000m^2) de área, rodeado por um fosso escavado na rocha (3m de profundidade) e uma muralha em pedra. Estes povoados fortificados com muralhas apresentam-nos as primeiras preocupações urbanísticas. As casas em pedra, madeira e barro, eram, na maior parte das vezes, redondas e cobertas por colmo e algumas aproveitavam os penedos para se apoiarem. Os *vissaiegi* (povo que aqui vivia) escavavam ainda, junto às casas, silos para guardar alimentos. *Vissaium* era um grande centro proto-urbano[IV], e são as descobertas arqueológicas e a dimensão do povoado que nos podem comprovar tal facto. Com o seu crescimento, no século I acaba mesmo por ser escolhido para capital de região pelos romanos. Todo o território envolvente, onde estavam localizados outros pequenos núcleos habitacionais, entre os quais, a atual freguesia de Abraveses, seria controlado por este centro.







IMAGEM 2 - Rua Direita

IMAGEM 3 - Rua Direita

IMAGEM 4 - Ruínas da muralha tardo-romana
(Largo de Santa Cristina, Viseu)

Com a chegada do império romano, no século I, *Vissaium* passa a *Veseum* e torna-se uma cidade de relevante importância do território da Lusitânia. Um exemplar digno de notoriedade, que nos mostra a adaptação harmoniosa do novo mundo romano ao pré-romano, optando por aproveitar o castro pré-existente da idade do ferro para construir a sua cidade. Daqui nascem vias que tomam todos os sentidos de distribuição pelo império e, de forma a marcar as vias principais eram colocados marcos milenários de milha em milha (1 milha=1480m). Estes marcos iriam em contagem decrescente no sentido de volta à cidade de origem da contagem, no caso Viseu, o que nos indica que esta capital de território era deveras importante. Edificaram ainda o fórum no topo do morro da Sé estendendo a cidade até à zona mais plana, a poente. Tal como a tipologia de cidade romana indica, e em *Veseum* não era diferente, existiam dois eixos viários principais, *Cardo Maximos* (sul - norte), o principal que atualmente corresponde na sua maioria à Rua Direita (IMAGEM 2 e 3), que também já foi chamada de Rua das Tendas, e o *Decumanus Maximos* (nascente - poente), que servia também de eixo principal para a estruturação da malha urbana cruzando-se com o *Cardo* no centro.

Após instabilidades políticas e económicas do século III segue-se um novo ciclo de recuperação e segurança com o imperador Teodósio que, durante o seu reinado, no ano 380, declara o cristianismo como religião oficial do império, o que viria a resultar em grandes mudanças das vidas nas cidades. Contudo, devido às movimentações dos povos bárbaros, a fortificação das urbes romanas era essencial, recorrendo assim a muralhas que acabavam por dificultar, ou condicionar, as dinâmicas das próprias cidades. A muralha tardo-romana de Viseu nasce neste contexto. Com cerca de 9m de altura e 4m de espessura, linear, e apenas interrompida por torreões maciços semi-circulares e portas, ergue-se por volta do ano 350. Atualmente podem ser vistas, as ruínas no Largo de Santa Cristina (IMAGEM 4).





IMAGEM 5 - Cava de Viriato

IMAGEM 6 - Cava de Viriato

V - Almansor, governador árabe da Península Ibérica entre o final do século X e início do século XI.

VI - Cava de Viriato - Antiga fortaleza octogonal, com 40 hectares, composta por 8 taludes de 4m de altura e circundados por um fosso de cerca de 16m de largura e 4m de profundidade. "A sua construção é atribuída a mouros, cristãos e até aos lusitanos, embora Viriato só tenha sido associado à cava no século XVI. (…) Monumento nacional desde 1919, é um octógono desenhado em terra, uma construção fascinante que se pode conhecer caminhando, desde que foi criado um passadiço. (…) Os oito lados da cava são taludes de terra e dos originais restam seis. (…) A teoria que mais consenso reúne é a de que a cava foi uma cidade-acampamento construída durante a conquista árabe - no século VIII ou no período de Almansor (…).", in JORNAL DE NOTÍCIAS [em linha], 17-04-2014 - 12:57, https://www.jn.pt/local/dossiers/viseu-a-patrimonio-da-humanidade/os-mitos-as-figuras-e-as-estorias-3817513.html, [consultado em 24-11-2021].

VII - Campanha das Beiras.

VIII - Existe uma forte probabilidade de esta torre ter sido o berço de Afonso Henriques, primeiro rei de Portugal. "Em 2009, a Câmara de Viseu decidiu reclamar-se berço do primeiro rei de Portugal, por ocasião dos 900 anos do seu nascimento. Uma tese do medievalista Almeida Fernandes, subscrita por outros historiadores, como José Mattoso, indicava que Afonso Henriques teria nascido em Viseu e que, mais tarde, fundaria a nação em Guimarães.", in JORNAL DE NOTÍCIAS [em linha], 17-04-2014 - 12:57, https://www.jn.pt/local/dossiers/viseu-a-patrimonio-da-humanidade/os-mitos-as-figuras-e-as-estorias-3817513.html, [consultado em 25-11-2021].

As invasões dos povos bárbaros e a queda do império resultaram numa transformação das estruturas sociais, políticas e religiosas da cidade de Viseu, assim como as outras cidades anteriormente pertencentes aos romanos. É aqui que o morro da Sé ganha uma nova fisionomia, o que outrora fora o centro da cidade de Viseu e consequentemente o centro daquele território, agora é o centro religioso destes povos e é onde nasce a diocese de Viseu, datada de 572. Escavações realizadas na praça D. Duarte permitiram descobrir um edifício de carácter episcopal do século V / VI que estaria assente sobre estruturas de época romana.

Nos séculos IX e X, as cortes dos reis católicos escolheram Viseu como capital do seu reino e atribuem um protagonismo mais elevado à cidade. Simultaneamente, Almansor[V] terá escolhido Viseu para planear e executar os ataques a Leão, Astorga e Santiago de Compostela, partindo da Cava de Viriato[VI] (IMAGEM 5 e 6). A cidade vê assim a nascer esta estrutura octogonal que se mantém até aos dias de hoje uma das mais emblemáticas obras de engenharia militar que existem na Península Ibérica e é apenas comparável a outra construção do género situada no Iraque. Além do octógono, ergue-se também um alcácer (IMAGEM 7 e 8) no topo do morro da Sé.

Em 1058, o rei católico Fernando, o Magno, conquista Viseu[VII] definitivamente, e desde então que a cidade nunca mais foi ocupada por muçulmanos. D. Henrique e D. Teresa estabeleceram a sua corte nesta terra entre 1109 e 1128 e foi neles que caiu a tarefa de projetar a futura cidade medieval que incluía um palácio, uma catedral, um castelo com uma torre de menagem (desempenhava um papel de extrema importância na defesa da cidade e surge documentada pelo menos desde 1188) e três torres, uma-[VIII] das quais faria parte do paço Condal que terá sido reestruturado pelos condes portucalenses. De uma forma geral, a malha urbana medieval (IMAGEM 9), estruturou-se à volta da catedral e estende-se para lá da Rua Direita (eixo viário proveniente da época romana na cidade, *Cardo Maximos*).





IMAGEM 7 - Vestígios do antigo alcácer no morro da Sé

IMAGEM 8 - Vestígios do antigo alcácer no morro da Sé (aproximado)

IMAGEM 9 - Aspeto medieval de ruas estreitas, húmidas, altas e sinuosas (Morro da Sé)









IMAGEM 10 - Torre de Menagem. Reconstrução posterior onde lhe são retiradas as ameias.

IMAGEM 11 - Pormenor da Torre de Menagem onde se vê a diferença entre as pedras originais e as da reconstrução

IMAGEM 12 - Passeio dos Cónegos e parte do castelo construído por D. Teresa e D. Henrique (onde estava construído o portal dos Cónegos)

IX - Originalmente seria realizada na Cava de Viriato, mas também nas imediações da catedral.

No século XIII voltamos a percorrer um período de imensas alterações na colina da Sé. A catedral românica sofre uma vasta campanha de obras de reestruturação seguindo os ideais góticos em vigor. Sendo assim, foi necessária a reconstrução do antigo alcácer e demolição de habitações que estariam muito juntas à fortificação, e para tal o bispo D. Egas manda reconstruir parte do alçado sul e abrir uma porta para o adro da Sé, melhorando assim o acesso ao templo. Contempla-se a edificação da catedral de seu estilo gótico ladeada por um claustro dos cónegos, a sul, e por um outro claustro, ou pátio do bispo, no lado norte. Estando confinada ao espaço interior das muralhas do castelo, a catedral não pôde beneficiar de um projeto de grandes dimensões sujeitando-se a um espaço relativamente reduzido. É nesta época que a atual Rua Direita se intitulava de Rua das Tendas. Consegue-se, hoje em dia, identificar algumas marcas do tempo e das estruturas que foram sendo construídas, nomeadamente, o Portal dos Cónegos, o corpo da catedral e a torre sul do alçado principal (IMAGEM 10, 11 e 12).

A crise de sucessão ao trono no século XIV leva a uma disputa pela coroa portuguesa entre a causa de Avis e o reino de Castela, e Viseu encontra-se no meio desta guerra peninsular. Este século revelou-se determinante para a história da cidade. Os saques e incêndios das três investidas militares de Castela espalharam o caos e levaram a uma quase destruição total do espaço urbano. A tarefa de defesa da cidade caiu, obviamente, sobre o castelo e o alcácer, que em tempos de guerra acolheram a população. Ao rei D. João I, Mestre de Avis, não caiu no esquecimento a fidelidade do povo de Viseu para com a sua causa e, como agradecimento, atribuiu a carta de feira à cidade, que terá dado origem à feira de S. Mateus[IX], e no século seguinte viria a ser uma chave determinante (assim como outras feiras pelo país) para a recuperação económica da cidade que tinha saído desta situação bélica.









IMAGEM 13 - Praça D. Duarte

IMAGEM 14 - "Rossio", Praça da República

IMAGEM 15 - Rua do Comércio

IMAGEM 16 - Rua Formosa

X - Até esta altura, Viseu não possuía uma muralha que defendesse a cidade, caindo a responsabilidade de defesa sobre o morro da Sé, onde estavam a catedral e o castelo. Mas no reinado de D. João I, começa a ser construída a muralha que viria ser finalizada apenas no reinado de D. Afonso V. Daí a muralha se chamar "Afonsina" e não "Joanina", pois foi o rei homónimo que a finalizou.

XI - Atualmente só duas portas restam, a Porta dois Cavaleiros e a Porta do Soar.

XII - Tal como a Rua do Infante D. Henrique no Porto, a rua do Comércio e a Rua Formosa, juntamente com o Mercado 2 de Maio marcaram uma nova etapa no urbanismo viseense. As vias rectilíneas e espaçosas, contrastam com as ruas vertiginosas do centro histórico anunciando um novo período para a cidade que, a partir de agora, volta as suas atenções para a periferia, dando início à reorganização do parque habitacional com novas tendências artísticas arquitectónicas.", in ALVES, Carlos; TENTE, Catarina; CARVALHO, Pedro Sobral de - Viseu: O fio da história. Viseu: Câmara Municipal de Viseu / Núcleo de Imagem e Comunicação, Janeiro de 2017

XIII - Direção-Geral dos Edifícios e Monumentos Nacionais

Os esforços de reconstrução da cidade, no século XV, foram grandes, e além da visão de recuperação económica mencionada acima, D. João I autoriza também a construção da tão desejada muralha[X], cercando a "nova" cidade que se perspectivava. As sete portas[XI] eram as únicas possibilidades de entrada na muralha e assim estava garantida a proteção da urbe. Toda a dinâmica comercial, muito importante para a revitalização económica de Viseu passa a desenvolver-se na Rua Direita, que adquire este nome neste período, deixando de ser Rua das Tendas.

Entre guerras e períodos de instabilidade, segurança e prosperidade, avançamos para o período Moderno. E é na ressaca das invasões francesas que a cidade ganha uma nova expressividade. O centro da cidade deslocou-se da praça D. Duarte (IMAGEM 13) para o Rossio (IMAGEM 14), convertendo-se assim no novo centro político e administrativo, e à tradição medieval de vias sinuosas altas, húmidas e escuras, contrapôs-se uma ideia mais limpa e linear de ruas largas como a Rua do Comércio (IMAGEM 15) e a Rua Formosa[XII] (IMAGEM 16). A colina da Sé, por outro lado, começa a reorganizar-se em torno do seu adro. É nesta altura também que se eleva, diante da catedral, uma imponente igreja que é um dos expoentes do estilo barroco da cidade, a igreja da Misericórdia.

Chegando, por fim, ao século XX, deparamo-nos com um período de transformações e inovações. E como não poderia faltar, a colina da Sé é mais uma vez protagonista na montra de alterações e reestruturação da cidade. A DGEMN[XIII] tem intenção de proceder ao restauro da catedral tendo em vista a exaltação dos valores do Estado Novo. Reordenou-se o adro da Sé (IMAGEM 17) recolocando o cruzeiro e demolindo algumas casas anexas à igreja da Misericórdia (IMAGEM 18). Neste século surgiram ainda novos bairros, novas construções, novas tendências arquitectónicas que marcaram a integração no tempo que vivemos atualmente, fazendo deste, um século de expansão.



IMAGEM 17 - Sé Catedral de Viseu

IMAGEM 18 - Igreja da Misericórdia e Adro da Sé



NOTA: O presente capítulo e primeiro desta dissertação, serve apenas para contextualizar, a um nível histórico, o leitor acerca da cidade onde o terreno de implantação do projeto se insere. Pelo que foi feita uma pesquisa relativamente geral sobre o tema, mas não se torna um assunto que intervém diretamente no projeto. Faz-se aqui a ressalva e explicação da razão quanto à existência do mesmo.



IMAGEM 19 - Morro da Sé (Sé Catedral no lado esquerdo e Igreja da Misericórdia no lado direito)

A 3km de distância, aproximadamente, do centro de Viseu encontra-se, na área periurbana[XIV] do concelho, a freguesia que abriga o terreno de implantação: Abraveses. A urbanização de Viseu, apesar de muito perto, não interfere com a tranquilidade nem a calma deste território. Nos últimos anos tem havido grandes apostas da freguesia com o objetivo em fixar os seus habitantes e atrair fluxos industriais, comerciais, turísticos e sociais do concelho. O grande potencial deste território também se prende à boa acessibilidade, tanto através do eixo rodoviário A24 e A25, como a proximidade ao Aeródromo Municipal de Viseu. Abraveses é assim uma porta de entrada privilegiada em Viseu. Conta ainda com uma área de 11,95km^2 e 8350 habitantes. Apesar da sua antiguidade, a freguesia só é criada em novembro de 1890, tendo estado sempre sob a dependência de Viseu, condicionando a sua evolução.

O nome desta terra não tem uma origem certa, e a bravura e furor com que os povos da localidade lutavam, conquistando o nome "*À Braveses*" é, hoje em dia, uma das hipóteses no que toca à história do nome da freguesia. Entre lendas, surge uma outra que nos fala de uma das portas da cidade que se chamaria "*Abras Vezes*", exatamente por se abrir poucas vezes. Mais recentemente, surge uma teoria de que o nome está ligado a uma povoação que se situou neste local e que se chamava "*Bravalenses*", e que por evolução fonética terá resultado o nome Abraveses.

Tal como o seu concelho, esta freguesia tem uma história muita vasta, que, no caso, remonta a séculos ainda mais longínquos, havendo vestígios que nos apontam na direção da Idade do Bronze[XV].

Estes vestígios foram encontrados durante a década de 80 do século XX durante escavações sob a alçada dos arqueólogos Celso Tavares da Silva e João Luís da Inês Vaz, tendo sido identificadas várias estruturas características destes povoados.

XIV - As áreas periurbanas são áreas que se encontram numa posição de transição entre espaços estritamente rurais e áreas urbanas.

XV - A Idade do Bronze foi um período, na história remota dos homens, em que ocorreu o desenvolvimento de ferramentas feitas de bronze. O bronze é uma liga metálica dura e amarelada, obtida pela mistura de cobre e estanho.





IMAGEM 20 - Castro de Sta. Luzia

IMAGEM 21 - Vista áerea sobre o território de Viseu desde o castro de Sta. Luzia

XVI - SENNA-MARTINEZ, João Carlos de - Produção, ostentação e redistribuição: Estrutura Social e Económica Política no Grupo Baiões/Santa Luzia, Existe uma Idade do Bronze Atlântico? 1998, Lisboa, página 219

XVII - JORGE, Vítor de Oliveira - Complexificação das sociedades e sua inserção numa vasta rede de intercâmbios, Nova História de Portugal. 1990, Lisboa, página 239

XVIII - SENNA-MARTINEZ, João Carlos de - Produção, ostentação e redistribuição: Estrutura Social e Económica Política no Grupo Baiões/Santa Luzia, Existe uma Idade do Bronze Atlântico? 1998, Lisboa, página 219

"O Castro de Santa Luzia" (IMAGEM 20 e 21) implanta-se, praticamente, no topo de uma colina nas proximidades de Abraveses e detém um vasto domínio sobre a paisagem envolvente. De entre as estruturas descobertas, destaca-se uma muralha que envolvia a área habitacional. A sobreposição das edificações indica-nos que estamos perante estruturas que se desenvolveram em dois momentos, correspondendo à Idade do Bronze (destroçado por um grande incêndio) da região em questão do atual território português, e à Idade do Ferro (sendo que a cronologia radiocarbónica obtida deste sítio parece indicar que o mesmo já existiria nos dois últimos séculos do II milénio a.C.[XVI]).

A destruição e abandono deste povoado castrejo coincide, assim como noutros exemplares beirões, com achados de jóias de ouro e depósitos de bronze nas suas imediações, sendo este um fenómeno bastante recorrente noutras zonas do Noroeste português.

O estado de conservação deste arqueosítio é, infelizmente, bastante pobre quase na sua totalidade. A exploração de quartzo, a abertura de caminhos e a colocação de estruturas modernas não favoreceu a preservação daquela que terá sido a primeira estrutura urbana de Abraveses.

Porém, a relevância deste sítio vai além da face estruturante do povoado. Segundo a opinião de alguns autores[XVII], este povoado, aliado à topografia e ao sistema defensivo, e o espólio recolhido reportar-se às características do Bronze final, e de algum modo integrava-se (esporadicamente) no "comércio atlântico". Mais concretamente, apontam-se fragmentos de recipientes cerâmicos com decoração incisa pós-cozedura típica do Baixo Tejo.

Além destes aspetos, o castro faria parte de um "lugar central" de um complexo e vasto sistema de povoamento implantado nesta região durante o Bronze Final. Denota-se uma grande preocupação em ocupar locais com um bom controlo visual sobre grandes extensões territoriais, nomeadamente, pontos de passagem[XVIII].





IMAGEM 22 - Igreja Matriz de Abraveses

IMAGEM 23 - Nicho de N. Sra. dos Prazeres

O império Romano também deixou as suas marcas em Abraveses com uma via de quase 50m de comprimento e mais de 4m de largura em alguns pontos, e que faria parte de um vasto complexo viário. Este troço partiria de Viseu, junto à atual porta dos Cavaleiros e passava junto à Cava de Viriato. Uma outra via (via de Pascoal), atualmente com menos vestígios primitivos, tendo sido alcatroada, ainda se chama hoje, no seu prolongamento natural, rua Romana. Surgiram ainda vários vestígios deste período, na quinta do Carvalhal, como cerâmica de construção, de importação e comum e também alguma pedras que poderão ter pertencido a muros romanos.

Mais à frente na linha temporal, datada de início do século XX, é construída a igreja matriz de Abraveses (IMAGEM 22) que conta com uma fachada com três janelas recortadas acima do portal, nicho da N. Sra. dos Prazeres (IMAGEM 23), santa padroeira da terra, no topo superior e torre sineira adossada. No recinto podemos ainda observar o cruzeiro, que inicialmente estaria no espaço frontal à igreja, e o pelourinho.



IMAGEM 24 - Zona envolvente ao terreno de implantação (frente principal)

"José Dias, casado, comerciante, residente em Viseu, desejando construir uma moradia de acordo com o projecto que junta, no lugar e freguesia de Abravezes, pede e V. Exª. se digne conceder-lhe a necessária licença, pelo prazo de 90 dias."

"Informação. Não vejo inconveniente na conceção desta licença, para o projecto apresentado satisfazer no local onde é construída a casa. Viseu, 28/4/54"[XIX] (IMAGEM 25).

Na frente de rua comum com a praça da igreja matriz de Abraveses, virada parcialmente a Sul, temos acesso à entrada principal do terreno de implantação deste projeto. Com 4438,84m^2, o terreno abriga uma casa apalaçada com dois pisos, datada de 1954/1955. Não há evidências do arquiteto, nem desenhador, nem engenheiro, apenas uma assinatura, "Alfredo Augusto Seixas Sá", numa memória descritiva do projeto da casa (IMAGEM 26). Os proprietários sabem pouco sobre as pré-existências neste terreno, afirmando apenas que o seu avô terá adquirido a propriedade quando nesta se começava a erguer a casa do pároco da altura (hipótese credível visto que a distância para a igreja é apenas a largura de uma rua (Avenida Aquilino Ribeiro). Murado nas suas três frentes de rua e encostado às traseiras de outras propriedades na sua quarta frente, este terreno de dimensão considerável causa um grande impacto na malha urbana de Abraveses. Ainda assim, a sua proximidade à igreja, a dimensão e as qualidades de tranquilidade da freguesia, mantendo uma curta distância com o centro urbano de Viseu, fazem deste terreno um lugar ideal para a implantação de um centro social tanto para a terceira idade como para jovens.

Numa primeira fase foi feito um levantamento topográfico através da contratação de um topógrafo[XX] com o objetivo de uma melhor compreensão deste terreno. Este levantamento deu acesso às curvas de nível do terreno, à implantação exata da casa, às cotas e inclinações das ruas que cir-

XIX - Licença para construção, reconstrução, modificação ou reparação de prédios urbanos, processo nº OCP-494; Câmara Municipal de Viseu, 27/04/1954, requerente: José Dias, morada: Viseu (obra em Abraveses), pedido de construção de 26/04/1954, [consultado em 28-12-2021]

XX - Topógrafo Rodrigo Kenup





IMAGEM 25 - Pedido de Construção, Arquivo Municipal, 1954

IMAGEM 26 - Memória Descritiva

cundam a propriedade e às cérceas dos edifícios à sua volta. Forneceu também a informação de localização dos anexos da casa, das caixas de águas pluviais, de saneamento e de telecomunicações, das árvores e dos postes de alta tensão e iluminação.

O terreno eleva-se na sua maioria à cota 497, mantendo o nível no sentido Norte - Sul, porém conta com um desnível de 3 metros desde a ponta a Nascente, que está à cota 498 (ponto mais alto), até à ponta Poente, que está à cota 494 (ponto mais baixo). Do ponto de vista altimétrico não temos um terreno muito exigente, sendo que possibilita algumas soluções interessantes na temática das relações dos espaços interiores e exteriores. Repleto de árvores de fruto, vinhas e terreno ajardinado em todo o seu redor, este terreno, dentro dos seus muros funciona como um escape à vida urbana. Apesar de ser rodeado de edifícios habitacionais de 4 e 5 pisos e da tal proximidade, já mencionada, com o centro de Viseu, estes muros de limite da propriedade isolam-nos de tudo o que se passa no lado de fora. A complexidade dos espaços e a imensidão de diferentes estruturas, orgânicas ou construídas, dentro daquele lugar, não nos deixa de sobra nenhuma atenção para a sua envolvente. Ora, esta é a sensação que transmite a entrada no terreno seguida do fecho do portão principal, mas de um ponto de vista pessoal parte a convicção de que as cidades ganham qualidades quando os edifícios e os terrenos comunicam diretamente com o espaço público ou ruas. O mundo interior aos limites da propriedade é completamente alheio ao que se passa lá fora, chegando ao facto de que nem um pequeno passeio existe entre a extremidade da rua e os muros de limite de propriedade.

Existem ainda, exteriormente à casa, 4 estruturas espalhadas pelo terreno. Dois tanques ligados a uma rede de rega, construída pelo próprio proprietário, e que serve uma parte do terreno. Restando duas estruturas, uma adega com barracão para guardar animais e uma garagem com

XXI - Licença para construção, reconstrução, modificação ou reparação de prédios urbanos, processo nº OCP-494; Câmara Municipal de Viseu, 27/04/1954, requerente: José Dias, morada: Viseu (obra em Abraveses), memória descritiva e justificativa de 26/04/1954, [consultado em 30-12-2021]



IMAGEM 27 - Vista do portão de entrada (principal) para o resto do terreno

"boxes" para cães, lagar de produção de vinho e mais barracões para animais que, respetivamente, se situavam encostados aos muros de limite da propriedade, no lado poente e norte da propriedade. Por último, temos, a nascente, uma vinha e uma parcela do terreno plantada com oliveiras que rivaliza com as nogueiras, laranjeiras, marmeleiros e cerejeiras que encontramos a poente.

"Esta memória refere-se à construção de uma casa de habitação, que o Snr. José Dias, deseja mandar fazer dentro duma sua propriedade em Abravezes."[XXI]

Mal entramos pelo portão principal (IMAGEM 27) conseguimos perceber a extensa profundidade deste lugar. Um percurso de acesso encaminha-nos de forma rectilínea para uma das entradas da casa, a lateral, deixando a entrada principal mais escondida atrás de árvores e arbustos, e cada uma delas, respetivamente, servem o piso térreo e o piso superior do edifico. O piso inferior seria de serviço, onde estariam as despensas, adega, quarto de uma empregada e garagem e tinha um pé direito de 2,60m. Neste momento é o piso que se encontra em pior estado, devido ao abandono da propriedade e à facilidade de ganhar humidade. As madeiras do teto, do chão e dos aros das portas estão muito comprometidas dando um aspeto de destruição por todos os compartimentos. O acesso para o piso superior é feito através de umas escadas estreitas ao lado da garagem (neste momento completamente destruídas) que nos conduzem à cozinha da casa. O piso superior tem 3,30m de pé direito e bastantes mais aberturas, nos alçados, para o exterior, característica que o permite respirar e manter um estado de conservação mais elevado. É notória a falta de mobiliário móvel, compreensível por não ser um espaço habitado há já algum tempo, mas aparte disso, não é tão evidente o abandono da casa. Além da cozinha, já referida,





IMAGEM 28 - Termo de responsabilidade da construção, construtor civil Amadeu Pereira

IMAGEM 29 - Termo de responsabilidade da construção, construtor civil Fernando Madeira

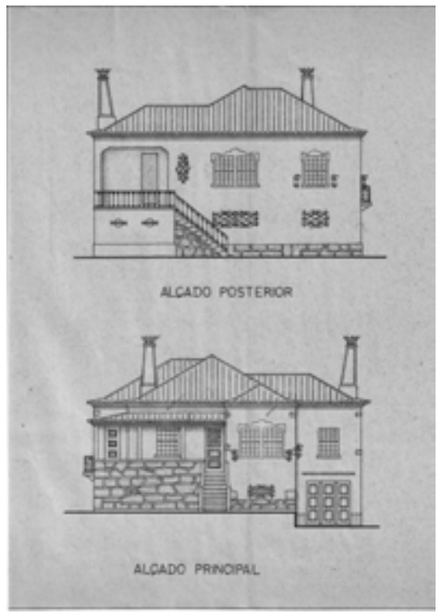
XXII - **perpianho** | n. m. | (espanhol perpiaño) | nome masculino
Pedra que ocupa toda a espessura da parede. "perpianho", in Dicionário Priberam da Língua Portuguesa [em linha], 2008-2021, https://dicionario.priberam.org/perpianho [consultado em 03-01-2022].

XXIII - Castanea sativa (nome Científico), também designado castanheiro, castanheira e castanheiro-bravo é uma árvore de grande porte podendo atingir 20-30 metros de altura sendo uma das árvores mais imponentes dos nossos ecossistemas florestais.
Madeira utilizada para mobiliário, carpintaria interior, marcenaria, pavimentos e decorações de interiores.

este piso contém o escritório do proprietário, os quartos, salas de estar e de jantar e, obviamente, um corredor de distribuição para todas estas divisões. No seu exterior existe um alpendre na entrada principal, mais elevado do que o nível térreo, que ocupa um dos cantos da casa e que além de servir a entrada principal, serve também uma entrada secundária diretamente para uma pequena sala de convívio. No lado oposto temos mais um alpendre que dá acesso direto para a cozinha e que, tal como o da entrada principal, é elevado e acessível através de escadas.

Segundo o que está escrito na memória descritiva da casa, esta tem "*alicerces até ao firma do terreno e cheios com alvenaria assente em argamassa hidráulica*". As paredes exteriores são, na sua maioria de alvenaria, exceptuando a parede do alpendre principal e a parede das escadas de acesso ao alpendre nas traseiras, que é em perpianho[XXII] também assente em argamassa hidráulica. As madeiras utilizadas são todas em pinho, exceto a caixilharia e portas exteriores que serão em castanho[XXIII], sendo ambas pintadas a tinta de óleo. As paredes divisórias interiores são em argamassa e caiadas e o pavimento da cozinha é feito em vigas "Patial". Por fim, a cobertura é em telha dupla canelada "com cumes, guieiros e beirais devidamente calçados, e as chaminés serão em tijolo assente em argamassa de cimento e areia ao traço de 1/3."

Pelo que se percebe, a construção do edifício esteve nas mãos de dois construtores diferentes, não sabendo a razão para tal mudança, mas a documentação em arquivo indica um construtor civil, Amadeu Pereira (IMAGEM 28), que assina um termo de responsabilidade pela construção da casa em 20 de Maio de 1954, e três meses depois outro construtor civil, Fernando Madeira (IMAGEM 29), assina um documento idêntico assumindo a responsabilidade pela construção da mesma obra. Não havendo mais informação relativa ao assunto, podemos concluir que terá sido este último construtor a finalizar a obra.



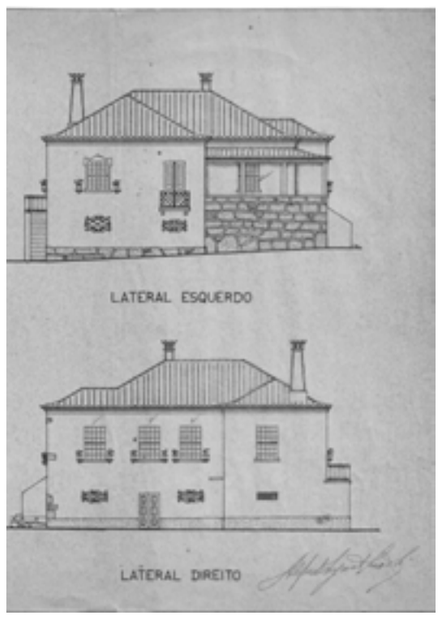
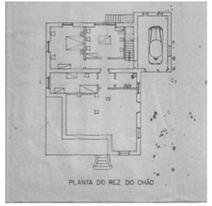


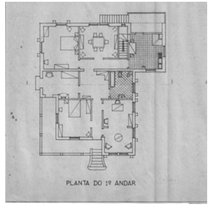
IMAGEM 30 - Alçados Posterior e Principal

IMAGEM 31 - Alçados Laterais Esquerdo e Direito

XXIV - Licença para construção, reconstrução, modificação ou reparação de prédios urbanos, processo nº OCP-494; Câmara Municipal de Viseu, 27/04/1954, requerente: José Dias, morada: Viseu (obra em Abraveses), auto de vistoria para efeito de habitabilidade de 25/08/1955, [consultado em 03-01-2022]

"Aos vinte e quatro dias do mês de Agosto de mil novecentos e cinquenta e cinco, sobre um requerimento do Senhor José Dias, para efeito de vistoria (…) compareceram no prédio do requerente, sito no lugar e freguesia de Abravezes, (…) os Excelentíssimos Senhores Doutor António Melo dos Santos Pereira, Sub-Delegado de Saúde do concelho de Viseu e Engenheiro Euclides Figueira da Costa, chefe da Repartição de Obras desta Câmara Municipal, a fim de ser feita a requerida vistoria. E, tendo confrontado o projecto aprovado com a obra realizada no referido prédio, o qual se compõe de seis divisões no rez-do-chão e sete no andar, constituindo um só fogo, foram de parecer que podia ser habitado, por se encontrar de acordo com o projecto e Regulamentos em vigor. Viseu, 25 de Agosto de 1955."[XXIV] (IMAGENS 30, 31, 32 e 33).





ANEXO 01 - Mapa fotográfico do interior do terreno

IMAGEM 32 - Planta do R/C

IMAGEM 33 - Planta do 1º Andar

AN00 - IMG1 - Vista do portão principal

AN00 - IMG2 - Vista da casa para o portão principal

AN00 - IMG3 - Vista da garagem e caminho lateral para as traseiras da casa







AN00 - IMG4 - Alçado Nascente e Alçado Sul (vista de esquina)

AN00 - IMG5 - Alçado Nascente

AN00 - IMG6 - Vista da garagem anexa e "boxes"







AN00 - IMG7 - Percurso nas traseiras da casa

AN00 - IMG8 - Jardim nas traseiras da casa

AN00 - IMG9 - Alçado Norte







AN00 - IMG10 - Jardins laterais da casa

AN00 - IMG11 - Escadas traseiras de acesso à cozinha

AN00 - IMG12 - Alçado Poente







AN00 - IMG13 - Jardins laterais da casa

AN00 - IMG14 - Percursos na frente da casa

AN00 - IMG15 - Vista para a entrada principal da casa







AN00 - IMG16 - Alpendre principal (lado Sul)

AN00 - IMG17 - Alpendre principal (lado Poente)

AN00 - IMG18 - Jardins frontais da casa







AN00 - IMG19 - Anexos traseiros (galinheiros)

AN00 - IMG20 - Anexos traseiros (adega)





PLANTAS ORIGINAIS DO TERRENO | 1500 | PISO 1



PLANTAS ORIGINAIS DO TERRENO | 1500 | R/C

AN00 - IMG21 - Hall de entrada

AN00 - IMG22 - Corredor transversal

AN00 - IMG23 - Cozinha







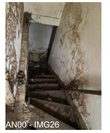
AN00 - IMG24 - Acesso às escadas pela cozinha

AN00 - IMG25 - Destruição total do patamar das escadas

AN00 - IMG26 - Escadas para o piso inferior







AN00 - IMG27 - Quarto

AN00 - IMG28 - Salão amplo do piso inferior

AN00 - IMG29 - Sala de arrumações







AN00 - IMG30 - Salão amplo do piso inferior

AN00 - IMG31 - Salão amplo do piso inferior

AN00 - IMG32 - Salão amplo do piso inferior

AN00 - IMG33 - Corredor de distribuição do piso inferior

AN00 - IMG34 - Escadas de acesso ao piso superior

AN00 - IMG35 - Instalação Sanitária de serviço













"LAR" DE IDOSOS E JOVENS

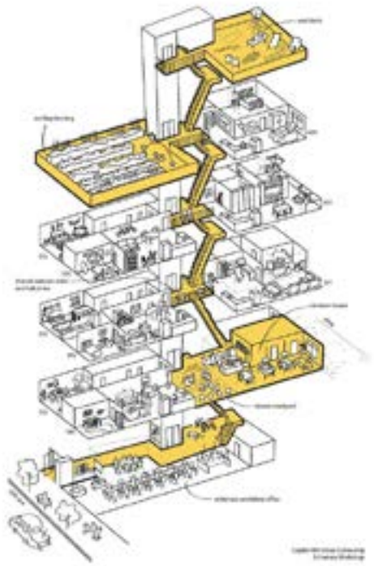


IMAGEM 34 - Esquema axonométrico de um exemplo de organização funcional de um edifício de cohousing

"A ideia de habitar colectivo não se opõe à habitação privada nem se resume à habitação colectiva.Habitamos não só uma casa, mas também um bairro, uma cidade, um território e, porque não, o espaço virtual da comunicação generalizada. Desde logo, o que caracteriza a ideia de habitar colectivo é esse investimento num horizonte de partilha que, por um lado, extravasa a dimensão privada tradicional da habitação, por outro, não se limita às formas de organização das células habitacionais. De facto, o habitar colectivo pressupõe necessariamente a estruturação social e material de uma comunidade, exigindo a consideração de uma relação com o espaço público.(…) Essa redefinição moderna do habitar colectivo assentava na promoção e intensificação da vida comunitária, através de uma maior interligação e interacção entre os espaços privado e público. Mas hoje, inversamente, perante o fenómeno generalizado de privatização das sociedades, a produção arquitectónica contemporânea vai cada vez mais revelando um desinvestimento nesse espaço mediador entre a vertente privada e pública da vida. A proliferação da vivenda unifamiliar segregada e do condomínio privado fechado são disso provas inequívocas."[XXV]

XXV - BAPTISTA, Luis Santiago - Habitar Colectcivo, Álvaro Siza Vieira e BIG. ARQA - Arquitectura e arte. Lisboa. Nº58 (Junho 2008), página 8.

A ideia do cohousing (IMAGEM 34) parece aproximar-se à problemática aqui enunciada, que já em 2008, data de lançamento do artigo, era discutida e apontada como um problema transversal a vários temas que nos dizem respeito enquanto membros de uma sociedade. O erguer de muros delimitadores de propriedades privadas, o recuo dos edifícios face aos limites das ruas, posteriormente murados, e os condomínios privados (mencionados em cima) que crescem como preferência habitacional por parte das populações, criam uma ideia de cidade de costas voltadas para si mesma. As ruas deixam de ter fachadas ou frentes e passam a ter paredes cegas com números de polícia e portões de garagem. Construímos uma cidade com medo da sociedade, e dentro dos nossos muros e quase

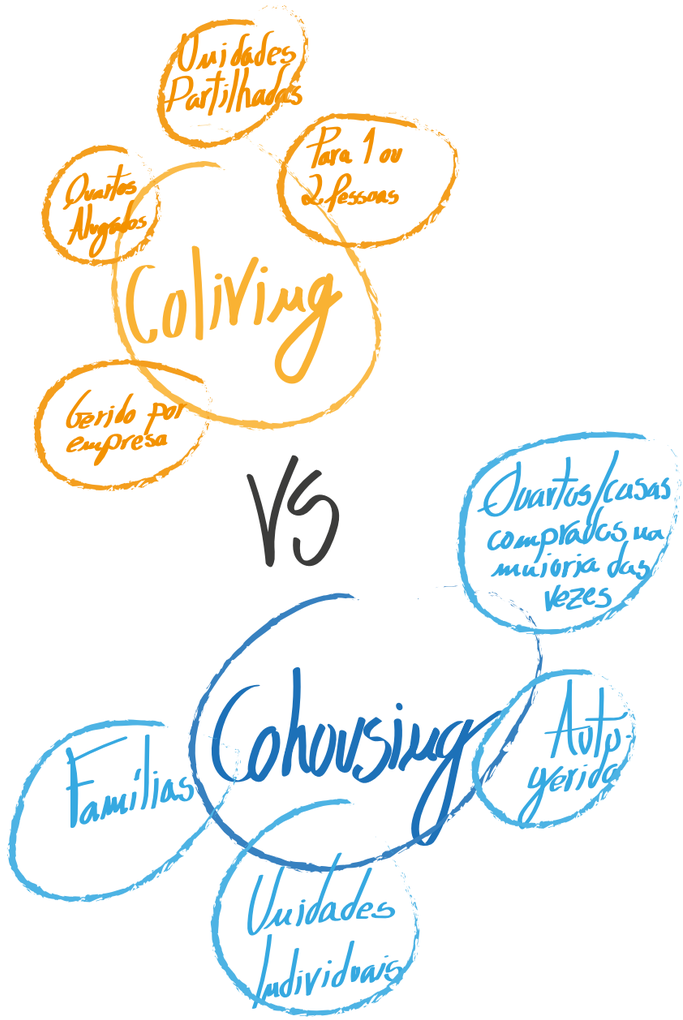


IMAGEM 35 - Coliving vs. Cohousing

XXVI - IBERDROLA. Habitações colaborativas (Cohousing), "Cohousing", o modelo sustentável de habitações colaborativas, https://www.iberdrola.com/pt/compromisso-social/cohousing, [consultado em 20-01-2022].

esquecemos o mundo em comum que temos do lado de fora. Não estará a surtir o efeito inverso? Atribuindo uma sensação de desertificação das ruas e de desconfiança nos espaços públicos que nos faça fazer crescer ainda mais os muros. Apresentamos uma sociedade que já não convive, já não se conhece, já não se preocupa e já não se reconhece. O cohousing é talvez um conceito antónimo ao que descrevo como sociedade em 2022. A criação de pequenas comunidades que, além da sua zona habitacional encerrada entre quatro paredes, podem contar com uma série de espaços públicos e coletivos que os servem não só a elas como à população em geral que queira usufruir (contando sempre com a supervisão dos espaços de características públicas instalados em terrenos de característica privada ou com implantações de edifícios privados).

Para a proposta de projeto da presente dissertação, o conceito do cohousing é central e irá aliar-se ao conceito de lar de idosos que será mencionado no sub-capítulo seguinte.

O cohousing é um modelo habitacional sustentável que junta as pessoas numa vida em comunidade onde compartilham espaços e serviços básicos. Distingue-se do coliving, que propõe a partilha de instalações sanitárias, banheiros e cozinhas, essencialmente no tipo de habitação, sendo que a habitação colaborativa pressupõe espaços individuais e pessoais como instalações sanitárias e cozinhas. O acesso a uma habitação digna cada vez mais é um problema social que é dificultado pelos problemas económicos que a sociedade atravessa, como o congelamento dos salários, a instabilidade dos trabalhos, a inflação e aumento do custo de vida. Com o cohousing podemos ter uma resposta social a este problema que afeta, acima de tudo, a terceira idade e os mais jovens. Criado na Dinamarca e mais frequente nos países da zona norte da Europa, o sistema *"combina soluções arquitectónicas com os princípios de vida comunitária, cooperativismo e propriedade coletiva"*.[XXVI]

Originalmente o cohousing nasce de um conjunto de indivíduos que se junta para viver em comunidade. Eles mesmo projectam o espaço de acordo com as suas necessidades seguindo a regra fundamental de casas independentes, e outras áreas compartilhadas. Normalmente parte de um grupo reduzido de pessoas e vai crescendo conforme as possibilidades. O foco principal dos projetos de cohousing é então a convivência entre este grupo, deixando aspetos mais técnicos ou financeiros para segundo plano. Ora, esta dissertação vai tentar pegar neste conceito e transformá-lo num projeto social para pessoas da terceira idade e jovens, com o objetivo de criar uma relação entre estas duas faixas etárias que parecem estar tão distantes. Seguindo as recomendações gerais para lares de idosos e adaptando-as ao conceito do cohousing, o objetivo é projetar um conjunto habitacional, que se abre para a cidade e que transmite conforto e tranquilidade para os seus utentes.

"Os gregos ensinaram que o homem é uma criatura gregária. Freud acrescentou: gregária e, simultaneamente, individualista. Heidegger: "um ser de lonjuras." É nesta unidade contraditória que reside a grandeza da nossa condição. "Viver com os outros" é o título de um belíssimo romance de Isabel da Nóbrega e, também, a síntese civilizacional do que desejamos. Construindo para si próprio e para os outros, o homem é, amiúde, instigado a construir contra os outros. Le Corbusier elaborou um projecto de modernidade que se adequasse aos prolegómenos do pensamento grego e das teses freudianas."[XXVII]

O Fórum Económico Mundial (WEF) reconhece os benefícios sociais, económicos e ambientais que a habitação colaborativa traz para a sociedade. Pretende-se criar então uma sociedade que se conhece, que convive, que se preocupa e que se reconheça, e este modelo facilita esta convivência, e a cooperação e interação entre pessoas de todas as raças, feitios e géneros. Esta alternativa de vida em sociedade é uma solução bastan-

XXVII - Baptista-Bastos - O Habitar Coletcivo, e a lógica do outro. ARQA - Arquitectura e arte. Lisboa. Nº57 (Maio 2008), página 84.

te viável para aqueles que enfrentam graves problemas de solidão, como as pessoas da terceira idade, que parecem ser as mais comuns a usufruir destes serviços.

O que acontece mais frequentemente é o imóvel, pertencente à comunidade, ir sendo alugado ou vendido aos potenciais habitantes, que passam a ter o direito de morar nele e utilizar os seus espaços para toda a sua vida. Estes espaços de usufruto vitalício poderão ser deixados como herança ou vendidos através da cooperativa. Normalmente, são adquiridos terrenos e construídos os edifícios, ou então alugam-se imóveis vazios e chega-se a acordo com os proprietários. Existem ainda empresas promotoras de cohousing como a alemã Medici Living Group que conta com mais de 35 projetos construídos na Europa e nos Estados Unidos, ou as norte-americanas WeLive, Common e Ollie.

Em Portugal ainda estamos a dar os primeiros passos, mas a previsão é de que dentro de poucos anos, o cohousing seja uma forte realidade. Tanto o Porto como Lisboa estão convencidos que este "tipo" de projetos são o futuro das suas autarquias, e já tem algumas iniciativas pioneiras, ainda que pequenas. Os investidores privados também a consideram uma nova área de investimento e as cooperativas querem participar neste novo conceito residencial. Pensa-se ainda em contemplar o conceito de cohousing na nova Lei de Bases da Habitação[XXVIII]. Em 2019 estavam em fase avançada os projetos da Santa Casa da Misericórdia do Porto (SCMP). Um deles, segundo o provedor da SCMP, passa pela recuperação e reabilitação de *"um antigo bairro destinado a mulheres viúvas"*, e o outro seria para *"instalar num imóvel da instituição no centro da cidade"*. Estas duas iniciativas foram apresentadas na conferência internacional de Cohousing em Portugal, assim como vários modelos de cohousing, em que a ideia base do modelo assenta no facto de cada família ou indivíduo ter garantido o seu espaço pessoal, e todas as tarefas e atividades são partilhadas.

XXVIII - SOARES, Elisabete - Idealista/News, 04-03-2019 - 06:00, https://www.idealista.pt/news/imobiliario/habitacao/2019/03/01/38939-cohousing-da-os-primeiros-passos-em-portugal-no-segmento-senior, [consultado em 19-01-2022].





IMAGEM 36 - Bairro Padre Cruz. Edifício novo, inaugurado em Dezembro de 2019

IMAGEM 37 - Utente do programa de Residências Partilhadas Seniores no Porto, Junho de 2020

No bairro Padre Cruz (IMAGEM 36), em Lisboa, está instalado um projeto com o espírito de cohousing e que, segundo a vereadora da Habitação e Desenvolvimento Local da Câmara de Lisboa, se destaca pela sua capacidade de interligar várias gerações. Inclui uma creche, espaços para jovens no R/C e residências assistidas nos andares superiores, "apenas para idosos com autonomia". Um projeto gerido pela Santa Casa da Misericórdia de Lisboa deu provas de ser uma iniciativa bem sucedida. Uma das características de merecida relevância deste equipamento, é o facto de cada apartamento ser único, visto que cada residente pode trazer o seu mobiliário e objetos pessoais, fazendo uma decoração a seu gosto. Os espaços comuns são partilhados, repartindo tarefas e usufruindo das festas e eventos todos em conjunto como uma comunidade.

No Porto, destacava-se, em 2019, um projeto sénior que desde 2017 vinha a obter bons resultados. As Residências Partilhadas Seniores (IMAGEM 37), resultantes de uma parceria entre a Domus Social, as juntas de freguesia e algumas instituições de solidariedade social (IPSS). São habitações unifamiliares, "habitadas por duas a três pessoas" e com resultados positivos, segundo Fernando Paulo, vereador da Habitação e Coesão Social da Câmara do Porto. Havia já várias juntas de freguesia interessadas em avançar com projetos idênticos que não tem apenas uma vertente social, pois estão abertos a residentes privados. O autarca salientou o interesse da autarquia num dos edifícios do Bairro do Cerco que, na altura estava em fase de reabilitação, para um edifício de residências sénior. Contudo, ao que parece, este projeto não avançou até ao momento.

O presidente da Fenache (Federação Nacional das Cooperativas de Habitação Económica), Guilherme Vilaverde, adiantava em 2019, que estaria com algumas cooperativas a idealizar vários projetos, contando com o da cooperativa Sete Bicas onde já haveria alguns locais identificados. Nesta altura já havia a necessidade de legislação e financiamento para a possibili-



IMAGEM 38 - Aldeia comunitária em Águeda. "Casinhas"

dade destes equipamentos crescerem. Guilherme Vilaverde acrescenta que a maioria das construções cooperativas em Portugal são dos anos 70 e 80 e que por isso, os seus proprietários já se encontram em faixas etárias em que as habitações "não respondem às suas necessidades", e com isto justifica a necessidade de se pensar numa nova resposta habitacional que resolva estes problemas. O cohousing tem um especial interesse no universo das cooperativas, talvez pela proximidade à ideia de vida em comunidade, e o responsável pela Fenache, afirma que as cooperativas estão disponíveis para participar. Uma das primeiras e mais conhecidas iniciativas de cohousing em Portugal localiza-se em Águeda (IMAGEM 38), e já conta com mais de 8 anos de existência, foi fundada pela IPSS "Os pioneiros" e conta, hoje, com 18 idosos que vivem num aglomerado de pequenas casas apoiadas por profissionais.

O interesse geral pelo cohousing está bem presente nas mentes dos investidores, dos grupos, das associações e cooperativas e das juntas de freguesia, e a intenção de avançar com empreendimentos do género ficou bem patente na conferência internacional realizada na Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto, em 2019. Mas a aprovação destes projetos, junto das autarquias, tem-se demonstrado um desafio devido às especificidades próprias deste tipo de equipamento. A necessidade de incluir o conceito de cohousing na Lei de Bases da Habitação é vital para a construção deste tipo de empreendimentos e há muito que já é pensada. *"A habitação colaborativa tem especificidades próprias, obedece a novos modelos de construções"* e por essa razão é necessário alterar o Regulamento Geral de Edificações e permitir que os PDM incluam o modelo de cohousing.





IMAGEM 39 - Colectivo LACOL

IMAGEM 40 - Parque Industrial "Can Batlló"

XXIX - LACOL - LA BORDA HABITATGE COOPERATIU. 2014. Barcelona, Espanha / LA BALMA HABITATGE COOPERATIU. 2017. Barcelona, Espanha

XXX - **Can Batlló** , ou a antiga **Fábrica Joan Batlló** é um antigo complexo industrial localizado perto da Gran Via de les Corts Catalanes , perto da praça conhecida como Plaça Cerdà . É composto pelas instalações criadas para a fábrica têxtil criada em 1878 por Joan Batlló i Barrera . No final do século XIX, animava o bairro La Bordeta , em Barcelona. O projeto foi obra do engenheiro Juan Antonio Molinero.

XXXI - "El 30 de noviembre del 2015 se constituyó un derecho de superficie por parte del Ayuntamiento de Barcelona, en favor de Habitatges La Borda, de una parcela situada en la calle Constitució, uno de los límites de Can Batlló, en suelo calificado como Viviendas de Protección Oficial (HPO). Este derecho, de 75 años de duración, supone el pago de un canon anual.La calificación de HPO en régimen general supone unos topes máximos de renta para les unidades de convivencia potencialmente cesionarias del derecho de uso de una vivienda promovidos por la cooperativa. Tambiéun máximo de cuota de uso asociada a la vivienda, buscando así que sean asumibles por los sectores populares, uno de los objetivos centrales de la cooperativa." - LA BORDA, cooperativa d'habitatge en cessió d'ús. Derecho de superficie. http://www.laborda.coop/es/proyecto/derecho-de-superficie/#pll_switcher [consultado em 08-08-2022]
PT - "A 30 de novembro de 2015, foi estabelecido um direito de superfície pela Câmara Municipal de Barcelona, a favor de La Borda, de um terreno localizado na Calle Constitució, um dos limites de Can Batlló, em terreno classificado como Habitação Social (HPO). Este direito, com duração de 75 anos, supõe uma taxa anual. A habilitação de HPO no regime geral pressupõe limites máximos de rendimento para as unidades de coabitação potencialmente cessionárias do direito de uso de habitação promovido pela cooperativa. Também estabelece uma taxa máxima de utilização associada à habitação, procurando assim torná-la acessível aos setores populares, um dos objetivos centrais da cooperativa."

LACOL - "La Borda" e "La Balma" habitatge coperatiu

A LACOL é uma cooperativa de arquitetos, fundada em 2009 em Sants, bairro de Barcelona. Direcionam o seu trabalho para a criação de infra-estruturas comunitárias e sustentáveis, usando-as como peças fundamentais para a transição ecossocial, por via da arquitetura, corporativismo e participação. Como parceiros de trabalho, participam, nesta cooperativa, os arquitetos Arnau Andrés, Eliseu Arrufat, Ari Artigas, Carles Baiges, Lali Daví, Cristina Gamboa, Ernest Garriga, Mirko Gegundez, Laura Lluch, Lluc Hernàndez, Pol Massoni e Jordi Miró. Trabalha ainda como parceira colaboradora, a arquiteta Anna Clemente (IMAGEM 39). Este é um trabalho que, já com alguns anos de experiência, se aproxima ao que se procura trazer com o edifício a propor nesta dissertação.

Entre vários projetos, alguns em curso, deste coletivo de arquitetos, selecionaram-se dois com alguma relevância para se fazer uma breve análise e, possivelmente, servirem de referência para o projeto que se vai propor. O primeiro será a "La Borda Habitatge Cooperatiu" seguindo-se da "La Balma Habitatge Cooperatiu"[XXIX], ambas em Barcelona.

A cooperativa habitacional "La Borda" conta já com uma série de prémios no âmbito nacional, europeu e internacional. O foco é manter um acesso a habitação digna, não especulativa, que se organiza pelos próprios utentes/moradores. Esta ideia surge em 2012 impulsionado pela comunidade no processo de recuperação do parque industrial "Can Batlló"[XXX] (IMAGEM 40) e do tecido cooperativo "Barri de Sants". O projeto está localizado num terreno (HPO)[XXXI] cedido por 75 anos, numa posição limite do parque industrial e com uma fachada no terreno histórico do bairro Bordeta.

Todo o projeto assenta em três princípios/ideias base que são fundamentais para o desenvolvimento e posterior entendimento do mesmo, sendo eles, redefinir o programa de habitação coletiva, a sustentabilidade e qualidade ambiental e a participação dos utentes.





IMAGEM 41 - "La Borda Habitatge Coopertiu"

IMAGEM 42 - Pátio principal (interior) de "La Borda"

São propostas, no programa do edifício, 28 habitações (40, 60 e 75m2) complementadas por espaços comunitários que permitem estender a vida nos espaços privados para os espaços públicos, melhorando assim a vida do bairro em comunidade. Partilha-se a cozinha/sala de jantar, lavandaria, espaço polivalente, espaços de estar, espaços de cuidados de saúde, espaços exteriores e semi-exteriores como um pátio e as coberturas. Todos estes espaços articulam-se em torno de um pátio principal e central, que funciona como um grande espaço de ligação entre todas as outras divisões, lembrando os "corrales", um tipo de habitação popular no centro e sul da península Ibérica.

O segundo ponto parte da intenção de construir o edifício com o menor impacto ambiental possível, tanto em fase de construção como posteriormente na sua utilização quotidiana mas, acima de tudo, obter um nível de conforto nas residências com o mínimo de consumo de modo a que se conseguisse reduzir os custos globais de acesso à habitação, eliminando assim a fraca qualidade energética entre os moradores. O conjunto de arquitetos, parte da convicção de que a melhor estratégia para tal, seria dar prioridade a estratégias passivas que conseguissem o máximo aproveitamento de recursos existentes.

Por último, a questão mais importante e diferenciadora deste projeto é a gestão coletiva por parte dos futuros moradores que, ativamente, participam também na fase projetual, e de construção, gerando uma oportunidade de projetar com base nas suas necessidades. O coletivo de arquitetos funcionou como elo de ligação entre a equipa técnica afeta ao projeto e a assembleia geral dos futuros moradores, e era ainda responsável pela preparação das oficinas de arquitetura. Neste periodo foram realizados workshops sobre imaginação, programa do edifício, estratégias de projeto, estratégias ambientais, tipologias, sessões de validação de soluções e sessões de pormenorização e detalhe de elementos específicos do projeto.





IMAGEM 43 - Interiores do edifíco (fase de construção)

IMAGEM 44 - Comunidade participativa nas questões de peojeto

IMAGEM 45 - Planta “tipo” do edifício





IMAGEM 46 - "Camí antic de València"

XXXII - Camí antic de València - O Camí Antic de Valencia é uma rua do bairro Poblenou da cidade de Barcelona . O traçado desta rua percorre uma antiga via de comunicação da cidade de Barcelona . Esta estrada teve origem nas estradas romanas que ligavam a cidade de Barcino com a Via Augusta , estradas que permaneceram em uso durante a Idade Média e os tempos modernos.

A "La Balma Habitatge Cooperatiu" foi proposta para a associação "Sostre Cívic" e realizada em conjunto com o coletivo de arquitetos "La Boqueria". Implanta-se num lote do município de Barcelona que seria já destinado à habitação cooperativa.

Com os aumentos do custo de vida, das taxas de habitação e o preço de aluguer/compra de casas, a urgência de alternativas está cada vez mais evidente. Apenas 3% da habitação em Barcelona tem preços acessíveis, sendo que a média atinge os 17,40€/m2. As cooperativas habitacionais tentam combater este problema facilitando e garantindo o acesso à habitação digna e acessível aos seus associados, fixando uma cota máxima de 7,82€/m2 através da legislação aplicada. O foco estará no custo inicial da construção e no posterior uso do edifício na sua vida útil, pensando no impacto económico que irá ter para o utente e, desta forma, adoptando uma postura realista e atenta aos recursos disponíveis. Foi realizado, ainda em fase de concurso, um estudo socioeconómico do conjunto de possíveis futuros habitantes de modo a que se chegasse a uma proposta consensual em que os próprios, envolvidos com a comunidade, tivessem um papel preponderante nesse processo, tendo o edifício como infra-estrutura que os acompanhe e permite que se liguem livremente entre as 3 áreas sociais: o bairro, a comunidade e as casas.

O "Camí antic de València"[xxxii] (IMAGEM 46) é um eixo com origens romanas, em Barcelona, que atravessa o bairro onde está situada a cooperativa. Ao longo do seu percurso vai tendo vários equipamentos e acessibilidades úteis à vida da cidade. A cooperativa inclui-se neste lote de respostas do antigo eixo, partilhando espaços com o bairro e querendo expressar a riqueza da vida da comunidade de utentes. Para esse efeito, abre-se a Norte, para o parque, através do acesso principal e de todos os espaços comunitários e circulações verticais. Voltadas para a "carrer Espronceda" estão as instalações comerciais e os espaços que ocupam os pisos térreos.





IMAGEM 47 - "La Balma Habitatge Cooperatiu"

IMAGEM 48 - Alçado Sul, voltado para a "carrer Espronceda"

Tal como verificamos na cooperativa habitacional "La Borda", "La Balma" apresenta as mesmas preocupações ambientais. E a estratégia mais evidente passa por reduzir todos os consumos do edifício, oferecendo na mesma um conforto climático e acústico, apesar das diferentes condições de cada piso. Este objetivo alcança-se através de algumas ações aplicadas ao projeto. Compactuar as áreas climatizadas, tornando as habitações mais isolantes e com perdas mínimas de energia. No alçado sul aplicou-se uma pele externa para proteção solar, permitindo ainda assim uma boa ventilação cruzada para os meses quentes ao manter os espaços de circulação abertos, e em contrapartida, para os meses frios, há um mecanismo de recuperação de calor. Nos pisos inferiores (1,2 e 3) a circulação exterior, virada para Espronceda, funciona como barreira acústica e nos superiores (4 e 5) a circulação funciona como proteção solar.

As infra-estruturas do edifício não escapam ao plano de minimizar custos e auto-suficiência no futuro. Foram deixadas desde já, algumas provisões para sistemas que futuramente possam então melhorar a autonomia do edifício. Foram deixadas estruturas de modo a que se consiga instalar painéis fotovoltáicos e tubagens para um sistema de recuperação de águas cinzas. Desta forma permite-se que o investimento inicial seja bastante reduzido e os investimentos futuros estejam sujeitos às possibilidades da própria cooperativa, sejam eles feitos no início ou quando haja a possibilidade a nível financeiro.

Os sistemas ligados aos aquecimentos e arrefecimentos de águas, sejam eles para climatizarão ou águas sanitárias, são realizados através de um sistema geotérmico, pemitindo alcançar conforto com custos inergéticos e ambientais muito reduzidos. Este sistema também permite arrefecer os pavimentos dos pisos, durante os meses mais quentes, sem excesso de energia, recorrendo à circulação de água refrigerada.

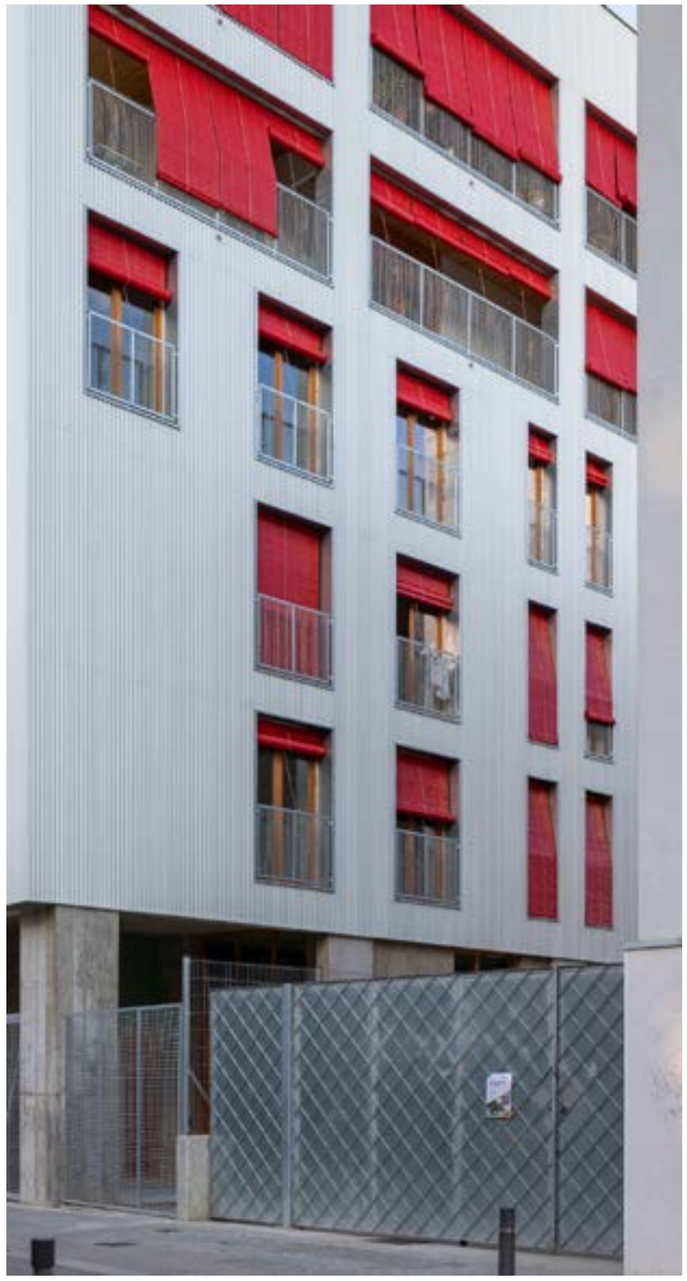
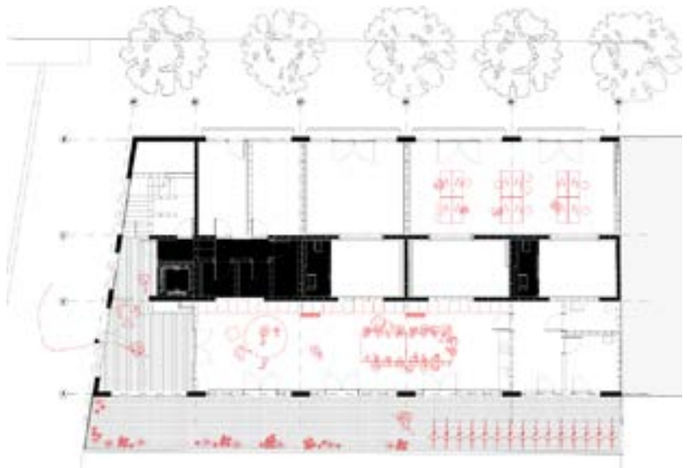


IMAGEM 49 - Alçado norte, voltado para o parque

O edifício dá prioridade a um programa de espaços comuns que se distribuem em altura por todos os pisos e que assumem carácteres diferentes mediante a utilização de cada um. A intenção era que estes espaços valorizassem as relações entre os habitantes, os encontros espontêneos e as atividades em todo o estabelecimento. O rés-do-chão é o piso que alberga a cozinha/sala comunitária, espaço para bicicletas e oficina aberta ao espaço público, o hall e duas instalações comerciais viradas para a carrer Espronceda, que serão geridas pela cooperativa. As restantes áreas programáticas distribuem-se pelos restantes pisos, o que proporciona uma livre circulação interna e potencia o cruzamento entre os utentes pelas diferentes divisões. Estas áreas são a sala polivalente, espaço de leitura, quartos, espaço de cuidados e lavandaria. Por último, a cobertura é totalmente acessível e funciona como espaço externo da cooperativa. É um terraço com mais de 300 m2 que podem ser equipados com jardins produtivos, espaços de sombra e recreativos. As circulações, além de acompanhar sempre os espaços comunitários, funcionam também como espaços abertos, ventilados e com alguma exposição solar, e de socialização e descanso.

Existem no edifício 20 casas, sendo que uma delas será utilizada para famílias em processo de reinserção social (apartamento ponte). A base do projeto das casas reside numa rede de peças de estrutura de madeira que podem ser movidas, permitindo assim divisões e distribuições muito diversas, sendo o seu utilizador a decidir como quer a disposição do seus espaços. Entre as várias tipologias de casas, partilha-se uma base de 50m2 totalmente equipada, que corresponde à tipologia S, e que quando lhe é acrescentada uma ou duas salas, obtêm-se as tipologias M ou L, respectivamente. As salas/casas que permitem essa ampliação são espaços administrados pela cooperativa.



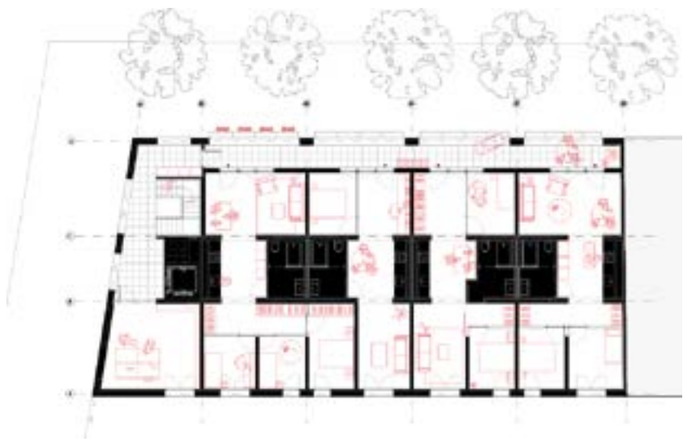


IMAGEM 50 - Planta do piso térreo

IMAGEM 51 - Planta dos pisos inferiores

IMAGEM 52 - Planta dos pisos superiores

IMAGEM 53 - Planta da Cobertura







IMAGEM 54 - Reportagem "Este país não é para novos". Autoria: Alfredo Cunha

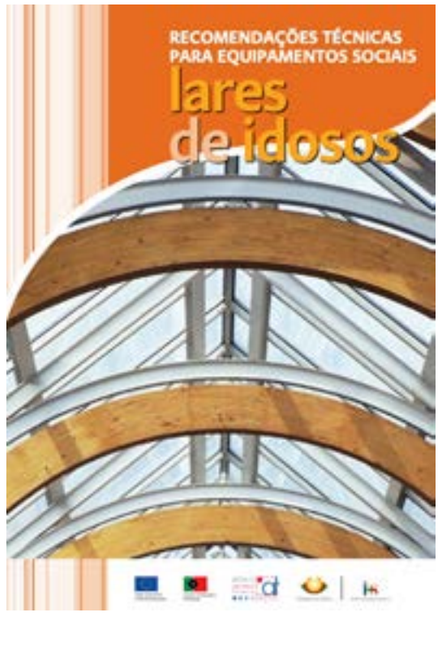
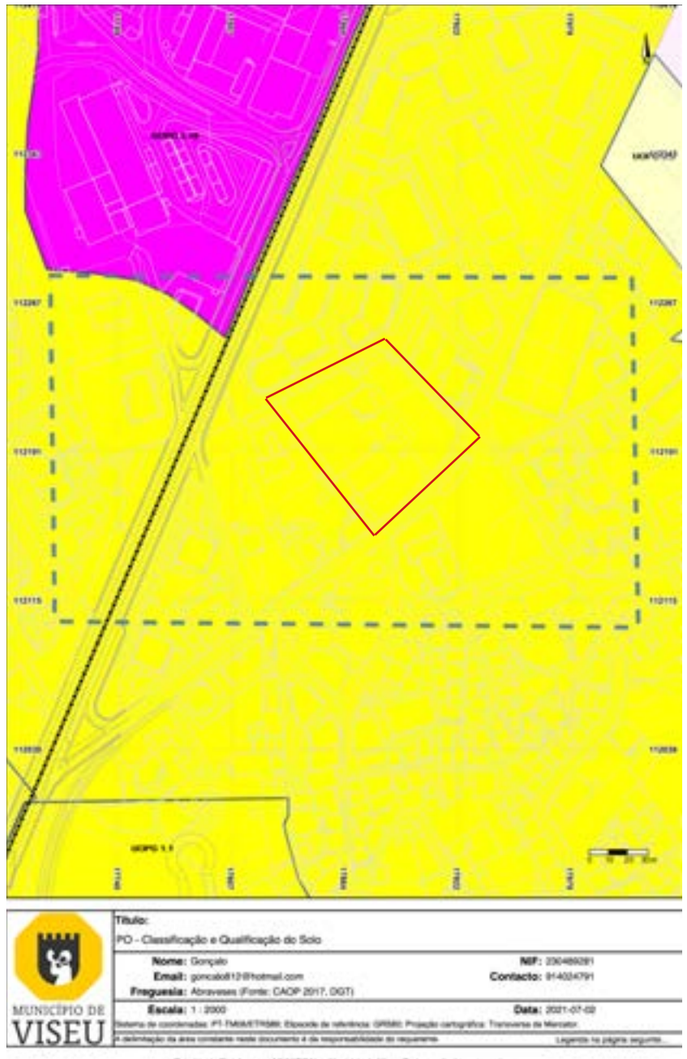


IMAGEM 55 - Recomendações técnicas para equipamentos sociais, lares de idosos

XXXIII - Recomendações Técnicas para Equipamentos Sociais, Lares de Idosos; Segurança Social; 2007

Um projeto de 10/15 habitações para idades mais avançadas, mas independentes, que se interligassem com a casa já existente no terreno. Uma comunidade que se conheceria e que oferecesse aos seus habitantes uma vida acompanhada e partilhada, em que entre espaços comuns, privatizava-se apenas os fogos e espaços íntimos. Era esta a intenção inicial dos proprietários deste terreno. Mas, desde cedo, a intencional restrição de idades levantou questões importantes quanto às necessidades específicas que esta faixa etária impõe, e à medida que o processo do projeto foi avançando, mais essas questões se impunham e mais o pensamento projetual a elas se moldava. É neste momento que a ideia de um lar de idosos começa a surgir, tendo sido aliciada pela situação pandémica e pela pobre resposta destes equipamentos, na sua maioria, às necessidades que estavam a surgir. E foi através de uma pesquisa mais focada sobre este tipo de equipamentos que surgiu um caderno de recomendações[XXXIII] (IMAGEM55) sobre a legislação e outras necessidades afetas a um lar. Efetivamente, até ao resultado final, a resposta do equipamento proposto não é exclusiva a pessoas da terceira idade, nem é da intenção do cliente a construção de um lar mas, ainda assim, o edifício a construir segue estas recomendações e demonstra a preocupação legal e social para com os entraves e exigências de um empreendimento deste tipo.

Considera-se uma pessoa de terceira idade, quem completa 65 anos ou mais e, naturalmente, é muito comum encontrarmos dentro destas idades uma percentagem elevada de indivíduos ainda independentes. O equipamento proposto nesta tese tem esta premissa bem presente, porém, quando falamos em lares e nas suas recomendações, falamos em equipamentos que são destinados à utilização por parte de pessoas idosas ou outras em situação de maior risco de perda de independência e/ou autonomia.



Terreno de implantação

Espaços residenciais

Espaços de atividades económicas

IMAGEM 56 - PMOT Abraveses, Câmara Municipal de Viseu

XXXIV - Planos Municipais de Ordenamento do Território

Os estabelecimentos de apoio social das iniciativas privadas não estão presos a necessidades sociais locais previamente apontadas mas, ainda assim, deve ser feita uma descrição sucinta das condições locais e um estudo sobre a procura/oferta que o local onde o estabelecimento se irá implantar oferece. É necessário ainda dar especial atenção aos critérios gerais da disciplina urbana no âmbito da instalação, funcionamento e manutenção dos equipamentos de apoio social, independentemente da entidade promotora. É necessário ainda estar em conformidade com a classificação e qualificação do solo no PMOT [XXXIV] (IMAGEM 56) e com os regulamentos municipais de urbanização e de edificação, com os parâmetros de uso e edificabilidade estabelecidos em alvará de licença de loteamento.

Em termos de PMOT, estes equipamentos devem estar localizados em solo qualificado como residencial, equipamentos colectivos, administração e serviços e/ou mistos (que compreende todos os anteriores). Neste caso o solo está qualificado, no PMOT disponibilizado pela Câmara Municipal de Viseu, como residencial, correspondendo à exigência deste critério de localização.

Estabelece-se como critérios preferenciais de localização, a centralidade relativa à área ativa de influência do estabelecimento no território onde se insere, a existência de estabelecimentos de apoio social e de saúde suscetíveis de proporcionar a partilha, integração ou complementaridades com o edifício a propor, a existência de parques urbanos, jardins públicos e outros espaços deste tipo, de modo a se proporcionar zonas de passeio, recreio e lazer ao ar livre, a existência de outras organizações comunitárias, públicas ou privadas que considerem a ligação entre os clientes de ambas as instituições nas suas atividades, a existência, numa zona de proximidade, de pontos modais e interfaces de transportes públicos, boa acessibilidade rodoviária em geral e a proximidade de outros equipamentos urbanos de natureza cultural, desportiva e comercial.







IMAGEM 57 - Parque Urbano de Santiago

IMAGEM 58 - Parque Urbano da Aguieira

IMAGEM 59 - Parque Aquilino Ribeiro

Como estabelecimentos de apoio social e de saúde existe a ASSFA - Abraveses (Associação de Solidariedade Social da Freguesia de Abraveses), a Casa do Povo de Abraveses, o Centro Hospitalar - Tondela, Viseu, o CCA (Centro Clínico de Abraveses), a Clínica de Análises - Beatriz Godinho, a Clínica Márcia Vaz e a MEDIJOR - clínica dentária. Estes equipamentos asseguram a proximidade do novo equipamento a serviços de saúde e a outros estabelecimentos que permitem o convívio com outros indivíduos da mesma faixa etária ou na mesma situação social. Existem também organizações públicas ou privadas na área de vizinhança que poderão ser do interesse de uma boa parte dos novos clientes do estabelecimento, como a Junta de Freguesia de Abraveses, a Igreja Matriz de Abraveses e a FORJOV - Associação Fortalece Jovem. O Parque Urbano de Santiago, o Parque Urbano da Aguieira e o Parque Aquilino Ribeiro (IMAGENS 57, 58 e 59) são opções, nas proximidades, que oferecem espaços públicos para passeios e atividades ao ar livre. A acessibilidade à interface de transportes públicos é quase imediata, sendo que existem duas paragens (Abraveses - Igreja 1, Abraveses - Igreja 2) de autocarros na via de acesso principal ao estabelecimento. Por último, a acessibilidade rodoviária é boa, sendo que o terreno é servido por três vias, tendo cada uma delas um nível de importância diferente, e está ainda próximo da Estrada Nacional 2 que posteriormente se liga com o IP5.

Estes estabelecimentos devem ainda respeitar os afastamentos mínimos sugeridos pelo caderno de recomendações gerais, no que toca à proximidade a cemitérios e estabelecimentos classificados como insalubres, incómodos, tóxicos e/ou perigosos que, em qualquer um dos casos, não deve ser inferior a 200m. Faz-se aqui uma ressalva, pois este terreno, tendo sido um possível albergador de uma casa para um pároco de Abraveses, tem uma ligação de proximidade com a igreja matriz de Abraveses e, consequentemente, com o cemitério da freguesia. Desta forma, o critério de afastamento mínimo de 200m não foi nem será cumprido mas, ainda as-

sim, propõe-se o estabelecimento pois considera-se que tendo em conta os outros critérios e a positiva resposta do terreno aos mesmos, seria vantajoso e uma boa localização para um empreendimento deste tipo. Apesar do afastamento mínimo não ser o ideal, ter-se-á ainda em atenção esta situação e, através da arquitetura, salvaguardar-se-á o conforto dos clientes no que toca à proximidade ao cemitério de Abraveses.

Não se admite que estes estabelecimentos de apoio social sejam adjacentes a linhas de água, sejam permanentes ou temporárias, que não tenham as suas margens consolidadas, ou que transportem águas residuais não tratadas, nem a terrenos alagadiços ou de nível freático [XXXV] elevado, que favoreçam a formação de nevoeiros e condições de humidade elevada, ou que evidenciem más condições de estabilidade. Estes edifícios não podem ter a sua localização adjacente a vias principais e vias rápidas urbanas nem a redes rodoviárias nacionais nem a vias da rede ferroviária nacional.

Estando revista a questão da localização entramos nos aspetos relativos à acessibilidade e mobilidade também presentes no caderno de recomendações da segurança social. Temos como critério introdutório o acesso direto ao estabelecimento através da via pública. Estes equipamentos devem ser servidos por uma carreira regular de transportes públicos com paragens situadas nas suas zonas de proximidades, ou demonstrar a capacidade de fornecer estes serviços aos seus clientes, pelo menos durante o seu horário de funcionamento. A via pública deve ainda compreender áreas destinadas a veículos motorizados e áreas destinadas à locomoção pedonal, que devem ser devidamente marcadas, pavimentadas e iluminadas de forma a assegurar o bom funcionamento e segurança dos seus utilizadores.

Estes equipamentos devem ser dotados de estacionamento privativo que deverá compreender uma área para viaturas próprias e outra para cargas e descargas, em que os valores mínimos espaciais são de 1 lugar e 2 lugares, respetivamente. Quando estes lugares não poderem ser assegurados no interior do edifício, serão reservados nas vias públicas adjacentes.

XXXV - **freático** | adj. | fre·á·ti·co | (freático phréatique, do grego fréar, -atos, poço, cisterna, reservatório)
[Geografia] Que é relativo a massa de água situada no subsolo, a um nível pouco profundo, que alimenta nascentes ou pode ser explorado através de poços (ex.: águas freáticas; camada freática; contaminação freática; lençóis freáticos; níveis freáticos; toalhas freáticas).
"freático", in Dicionário Priberam da Língua Portuguesa [em linha], 2008-2021, https://dicionario.priberam.org/fre%C3%A1tico [consultado em 12-02-2022].



IMAGEM 60 - Reportagem "Este país não é para novos" Autoria: Alfredo Cunha
Fotografia onde se representam duas gerações de mãos dadas.

O lar de idosos tradicional que estamos habituados a encontrar, pelo menos em Portugal, compreende quartos com instalações sanitárias para os seus utentes e os restantes espaços são colectivos e para a utilização de toda a comunidade residente. Esta realidade prende-se, talvez, ao facto de que quando os idosos chegam a estes estabelecimentos já estão, de certa forma, dependentes de outros para certos cuidados de saúde ou até do seu quotidiano. Razão que leva também a olhar-se para um lar como um depósito de gente moribunda e que "dá demasiado trabalho e demasiadas preocupações". Imagina-se então que a ideia de se ir para qualquer uma destas instituições não seja muito apelativa.

Relativamente próximos a esta situação solitária da terceira idade, estão os jovens estudantes. Por vezes, na entrada para o ensino superior acabam por abandonar as suas terras natais, indo estudar para longe, e a falta de relações sociais torna-se uma realidade bastante presente e problemática. A situação atual que vivemos e temos vivido nos passados dois anos veio acentuar este distanciamento social e, não é com esforço, que encontramos nas instituições académicas, alguns estudantes que desde o seu ingresso no ensino superior não criaram laços de amizade com os seus colegas de curso.

A ideia de convívio em comunidade patente no cohousing pareceu uma potencial resposta aos problemas do lar de idosos tradicional, que ficaram ainda mais expostos com a situação pandémica que atravessamos. Penso ser urgente uma nova resposta mais flexível que realmente anule o estigma à volta da ida para um la. Assim, cumprindo-se as recomendações para lares de idosos da segurança social, aliadas à ideia de cohousing, propõe-se uma solução que parece responder de forma algo eficaz a estas problemáticas já levantadas. Por outro lado, insere jovens, estudantes ou não, numa comunidade, oferecendo espaços diversos de ocupações e atividades, incitando também o convívio entre gerações.



IMAGEM 61 - Bikuben Kollegiet, AARTW

Em Copenhaga foi construída, em 2006, uma residência de estudantes, "Bikuben Kollegiet" (IMAGEM 61), pelo atelier AART, que demonstra uma preocupação com a questão da solidão estudantil. O que leva a pensar que este assunto, apesar de agravado durante a pandemia, não é recente, e pela Europa já vinha a ser falado e a estar bem presente no pensamento dos arquitetos, fazendo com que os seus edifícios respondessem à altura a estes problemas cada vez mais presentes na nossa sociedade. "*A solidão e a falta de relações sociais são um grande problema para muitos estudantes. A residência de estudantes Bikuben prevê uma estrutura para os anos de estudo e melhora as possibilidades de um espírito de comunidade que resulta de uma rede social abrangente. A fachada principal é muito serena e incorpora os princípios fundadores de comunidade e igualdade da residência. As residências e as salas comuns estão ligadas por uma espiral dupla que rodeia o átrio de forma a fornecer o maior contacto possível entre quartos comuns e privados, enquanto se assegura a privacidade de cada residência. Deste modo, os limites dos quartos dos estudantes são alargados de forma a incorporar todo o edifício e as áreas sociais e a liberdade individual é levada em máxima consideração.*"[XXXVI] Em contrapartida, há uma necessidade inquestionável da possibilidade de isolamento e de espaços serenos intrínsecos a lares de idosos que a adição de espaços para jovens vem testar e/ou por em causa. Naturalmente a vida mais ativa de uma faixa etária muito mais jovem pode de facto vir a ser um grande incomodo para quem, apesar de necessitar de companhia, atividade e convívio, quer também ter os seus momentos de descanso e tranquilidade. Este é talvez o maior desafio do estabelecimento aqui proposto. A conciliação de duas idades que tem tanto de diferentes como tanto em comum.

O carácter potencialmente público da inserção do edifício no terreno, ou o limite público/privado, é algo a ter em conta e que pela permeabilidade do novo edifício ao nível do piso térreo, pelo menos até certo ponto,

XXXVI - AART - Residência de Estudantes "Bikuben", Copenhaga. ARQA - Arquitectura e arte. Lisboa. Nº57 (Maio 2008), página 52.





IMAGEM 62 - Care and Elderly Residential Centre - CVDB Arquitetos

IMAGEM 63 - Care and Elderly Residential Centre - CVDB Arquitetos

XXXVII - CVDB - Centro de apoio à 3ª idade, Portela de Carnaxide. ARQA - Arquitectura e arte. Lisboa. Nº57 (Maio 2008), página 58.

se torna ainda mais importante. A privacidade e segurança dos utentes/residentes do edifício serão assunto digno da maior preocupação exatamente devido a esta fluidez entre o espaço considerado público e o privado. Em Portela de Carnaxide construiu-se, em 2006, um centro de apoio à 3ª idade (IMAGEM 62 e 63), pelos arquitetos Cristina Veríssimo, Diogo Burnay e Patrícia Ribeiro, e que preza pela procura de uma relação íntima com a sua paisagem urbana envolvente e, ao mesmo tempo, inserir espaços públicos ou afetos à utilização pública no próprio edifício. *"Apesar de permitir uma permeabilidade visual nalguns pontos deixa clara a noção de espaço colectivo privado. As habitações permitem o máximo de flexibilidade para que cada pessoa possa apropriar-se do seu próprio espaço. As zonas de convívio e circulação têm também um carácter diverso nas suas escalas e vivências. No piso térreo foi estruturado o programa de serviços de carácter público podendo assim servir a comunidade mais próxima."*[XXXVII] Estes programas de carácter público funcionam como chamariz para as imediações do edifício, e contribuem para uma maior diversidade de pessoas a usufruir destes espaços, tornando-os mais movimentados. Por outro lado parece-me haver a oportunidade de exploração destes espaços, por parte de micro-empresas, que contribuirão para o sustento do lar, e fornecerão, eventualmente, mais atividades e/ou formas de distração para os residentes.

Já referida anteriormente, a situação da habitação colaborativa em Portugal é ainda precoce, mas já existem associações que se dedicam a esta nova lógica de habitação comunitária. A instituição de solidariedade social "Os Pioneiros", em Mourisca do Vouga, Águeda é um exemplo daquilo que poderá ser um ponto de partida para este tipo de estabelecimentos sejam mais frequentes, no futuro. Existe um edifício principal que dá o apoio às restantes habitações e, distribuídas pelo resto do terreno, encontram-se "casinhas de madeira" em torno de um amplo espaço relvado que permite uma série de atividades aos utentes, ou simplesmente é parte comple-

mentar de um complexo harmonioso e aparentemente saudável, e próprio para o descanso e convívio que tanto se falou já nesta dissertação. Num documento publicado pela organização Hac.Ora|Senior Cohousing Association[XXXIII], encontramos uma série de testemunhos de utentes do complexo de Águeda[XXXIX]. António Alves de Jesus, à data (2019) com 80 anos, lúcido e dependente de forma passageira, pois esperava apenas a chegada de uma prótese, exclui qualquer hipótese de ir para um lar, acusando a falta de liberdade de escolha sobre o que fazer no seu dia-a-dia. Fala até dos lares de idosos com algum repudio, compreendendo-se que terá passado algum tempo em algum. Afirma ainda que os auxiliares da associação tratam da sua mulher que, no caso, já está mais debilitada e dependente de uma forma mais permanente. Cada vizinho tem a liberdade de ocupar o seu dia conforme o que mais lhe convém. *"O senhor Pauleta tem carro e não para aqui. Alguns levantam-se e vão à rua. Outros vão a casa."* Talvez seja esta a liberdade com acesso a cuidados caso sejam necessários que esta idade já mais avançada deseja e acaba por merecer na fase tardia da sua vida. Posteriormente no documento o tal "Sr. Pauleta" conta que já é voluntário na associação "Os Pioneiros" desde 2001 e que aconselhado pela filha, escolheu viver nesta aldeia solidária. Nega também a ida para um lar, e acusa os mesmos motivos que o vizinho: a falta de liberdade. É completamente independente nos seus 79 anos e faz tudo em casa. Termina dizendo, *"Aqui sinto-me na minha casa, eu é que cozinho, lavo a loiça e faço tudo."* A responsável pelo projeto, Susana Tomás, esclarece que os utentes tem que ter autonomia física e mental e que, no total, vivem17 pessoas em 10 casas no projeto Casinhas do Pinhal.

A procura por este tipo de solução começa a ser grande, e a oferta ainda escassa. Segundo a responsável *"As pessoas olham para isto e veem este espaço como um espaço de liberdade, liberdade de horários (…) muita sombra e dinamizamos muitas atividades, especialmente no verão."*.

XXXVIII - A HAC.ORA PORTUGAL | SENIOR COHOUSING ASSOCIATION é uma Associação privada, não-governamental, sem fins lucrativos, criada em Maio de 2018, no Porto, Portugal.

XXXIX - SEBASTIÃO, Cláudia e Ricardo Perna, HAC.ORA - Envelhecer juntos em comunidade é possível - Habitação Colaborativa, 24-04-2019, https://www.hacora.org/storage/presses/July2020/x45VydTfGZFbXFcpXLcY.pdf





IMAGEM 64 - Casinhas do Pinhal

IMAGEM 65 - Casinhas do Pinhal

Os lares de idosos são hoje, na sua generalidade unidades de cuidados intensivos onde as pessoas estão acamadas, muitas dementes ou com Alzheimer e não são bons ambientes para quem estiver bem de saúde mas, de certa forma, frágil. Infelizmente, como também já foi aqui constatado, a lei não prevê estas soluções "anteriores" aos lares. Diz o presidente da associação "Os Pioneiros" que foi algo muito difícil a luta com a segurança social para que fosse possível construir estas casas e esta aldeia para a terceira idade. A Hac.Ora também tem a convicção de legislar este novo conceito que em Espanha, França e Alemanha está a ter uma grande evolução. A aldeia de cohousing de Águeda, é claramente um exemplo de sucesso já em utilização e servirá de ponto de partida para o edifício aqui a ser proposto. Propõe-se ainda adoptar as medidas/condições que se pensa serem boas e tentar contornar ou resolver ou que até à data da publicação deste documento (24-04-2019) ainda não teriam sido resolvidas. No que toca ao que Susana Tomás diz acerca da necessidade de autonomia física e mental para se puder habitar esta aldeia, não poderia concordar com tal ponto de vista. Quanto mais avançada é a idade, mais susceptíveis ficamos a doenças súbitas que nos incapacitam tanto fisicamente como mentalmente, e um espaço que acolhe especialmente estas idades tem, obrigatoriamente, que dar resposta, por mínima que seja, a estes cuidados. Não indo ao encontro do outro extremo onde se "depositam" os "velhinhos" moribundos nas suas macas durante a fase final da sua vida, o ideal seria uma solução que não aparesentasse um ambiente hospitalar típico de um lar e que, tal como as Casinhas do Pinhal (IMAGEM 64 e 65), fosse harmonioso e com todas as possibilidades de liberdade ambicionada pelos seus residentes mas, ao mesmo tempo, em caso de necessidade haver a possibilidade de cuidados médicos, e apoio ao quotidiano que um lar oferece. O desafio é conseguir inserir no mesmo programa/estabelecimento estas duas ideias aparentemente opostas. A isso se propõe este edifício.







IMAGEM 66 - Aldeia Social de São José de Alcalar

IMAGEM 67 - Aldeia Social de São José de Alcalar

IMAGEM 68 - Aldeia Social de São José de Alcalar

XL - NUNES, Maria Catarina, DNOTICIAS.PT. Uma "aldeia resort" para quem se recusa a ir para um lar, Agência Lusa, 22-12-2020 - 08:45, https://www.dnoticias.pt/2020/12/22/243817-uma-aldeia-resort-para-quem-se-recusa-a-ir-para-um-lar/

Em Portimão existe, desde 1990, uma aldeia social, São José de Alcalar (IMAGEM 66, 67 e 68). Construída pelo padre Jesuíta Domingos Costa numa área de mais de dois hectares, compreende 52 apartamentos de tipologia T1, T2 e T3[XL]. Implantadas em dois blocos circulares, as moradias nascem do mesmo pensamento de alternativa ao tradicional lar de idosos. *"Este é um modelo onde as pessoas têm a sua casinha, liberdade, autonomia e toda a assistência de que necessitam. Têm qualidade de vida. Por isso, só encontro no excesso de burocracia a razão para a inexistência de outra estruturas semelhantes em Portugal."*, disse o padre jesuíta Domingos Costa na reportagem à agência Lusa.

Os lares de idosos, tanto em Portugal como em outros países, foram muito afetados nos últimos dois anos por via da pandemia. A lógica de quartos individuais ou duplos, que se complementam apenas com as salas e espaços comuns, em que os residentes ficam todos em conjunto sem qualquer possibilidade de isolamento não é, como se compreende, a solução ideal, e deixou muito aquém a, necessária, resposta eficaz ao problema sanitário que atravessamos, prejudicando assim inúmeras vidas idosas e dos próprios funcionários das instalações. A solução do cohousing aliado ao lar de idosos provou ser bastante mais eficaz, possibilitando o confinamento dentro de cada casa e protegendo assim, quando necessário, as vidas dos utentes. A aldeia social em Águeda, já existente nos anos de pandemia, revelou-se funcional comprovando assim essa eficácia do cohousing.



IMAGEM 69 - Ilha habitacional no Porto. Outro tipo de comunidades já existentes na vida das cidades



IMAGEM 70 - Esquema da organização funcional do edifício pretendida

A pesquisa e reflexão destes últimos capítulos levam à conclusão de que para a união entre um lar de idosos com o conceito de cohousing, seria preciso inclinar a balança para as questões legais intrínsecas aos lares. O já referido caderno de recomendações da segurança social tem mais uma vez um papel fulcral na definição do programa espacio-funcional do edifício a construir.

Recomenda-se então que o edifício ou edifícios (na eventualidade de existir mais que um) sejam autónomos e que tenham uma área envolvente não construída com um espaço exterior devidamente tratado. Terá que haver a possibilidade de aproximação de veículos, tanto de cargas e descargas, como ambulâncias, os próprios veículos dos residentes/trabalhadores (caso hajam) e dos visitantes do "lar". O controlo dos acessos, principalmente quando uma parte do edifício está entregue ao domínio público, é vital para a segurança e privacidade dos utentes do lar, e é também uma das principais recomendações da segurança social quanto à sua implantação. Impõe-se aqui mais um desafio ao projeto, o de fomentar a relação entre o interior e o exterior e garantir estas condições de segurança que são ainda mais importantes dada a natureza do estabelecimento.

O programa divide-se então em 9 categorias: acessos, direção e serviços técnicos e administrativos, convívio e atividades, refeições, alojamento, serviços de cozinha e lavandaria, serviços de saúde, serviços de apoio e descanso e higiene pessoal.

		Condições ambientais obrigatórias								
		AVAC	Aquecimento	Ventilação natural	Iluminação natural	Caixilhos com abertura	Quantidade	Área útil por espaço | m2	Subtotais por espaço	Subtotais gerais
A	ESPAÇOS COLECTIVOS									779
A.1	ACESSO PRINCIPAL Acolhimento/receção dos clientes, familiares e pessoal técnico e administrativo									40
	RECEÇÃO/ACOLHIMENTO Informação | Receção	.			.		1	12	12	
	SALA DE ESPERA	.			.	.	1	9	9	
	INSTALAÇÕES SANITÁRIAS Masculino, feminino e acessíveis a pessoas com mobilidade reduzida			.			1	I.S.M. 3 I.S.F. 3 I.S.A. 5	11	
	ZONA COBERTA INTERIOR/EXTERIOR Destinado a proteger os clientes de condições climatéricas adversas na entrada do edifício						1			
	COMPARTIMENTO TÉCNICO Localizado atrás do balcão de atendimento | quadro eléctrico central e centrais das redes de infraestruturas	.					1	8	8	
A.2	ACESSO DE SERVIÇO Acesso para o pessoal em serviço na cozinha e na lavandaria e ao abastecimento do lar									10
	ZONA DE CARGAS E DESCARGAS Localização proxima ao compartimento de lixos						1	5	5	
	COMPARTIMENTO DE LIXOS Com contentores para reciclagem						1	5	5	
A.3	ÁREAS DE CONVÍVIO E ATIVIDADES Convívio, lazer e realização de atividades para os clientes | proximidade do acesso principal									648
	SALA (S) DE ESTAR Zonas de descanso e de convívio para os clientes | TV, jogos, música	.		.	.	.	3	45	135	
	SALA (S) DE ATIVIDADES OCUPACIONAIS Zona para atividades como pintura, modelação, costura | polivalente			.	.	.	1	30	30	
	PISCINA Balneários | Salas de primeiros socorros, monitorização e arrumos			.	.		1	400	400	
	INSTALAÇÕES SANITÁRIAS Masculino, feminino e acessíveis a pessoas com mobilidade reduzida			.			1	I.S.M. 3 I.S.F. 3 I.S.A. 5	11	
	SALA DE MOVIMENTO Zona para atividades de ginástica e fisioterapia	.			.		1	30	30	
	SALA DE CUIDADOS DE ESTÉTICA Zona de cuidados de cabeleireiro, manicura e pedicura		.				1	12	12	
	BIBLIOTECA Zona de leitura, escrita e ponto de acesso à Internet	.					1	30	30	
A.4	ÁREA DE REFEIÇÕES									81
	COPA Receção e distribuição de refeições preparadas na cozinha | comunicação direta com a sala de refeições				.		1	10	10	
	SALA DE REFEIIÇÕES Não pode ser local de passagem para outros espaços | boa acústica e conacto visual com o exterior	.			.		1	60	60	
	INSTALAÇÕES SANITÁRIAS Masculino, feminino e acessíveis a pessoas com mobilidade reduzida			.			1	I.S.M. 3 I.S.F. 3 I.S.A. 5	11	

A categoria dos acessos compreende uma área de acolhimento/receção dos utentes e dos seus visitantes e uma zona de abastecimento do estabelecimento e acesso de meios de socorro. Subdivide-se então em um acesso principal, direcionado para os clientes, pessoal técnico e administrativo e visitas contando com uma recepção, uma sala de espera, instalações sanitárias, zona coberta de interior/exterior e um pequeno compartimento técnico. Complementa-se com um acesso de serviço ou secundário, que apesar de também funcionar como segunda entrada no edifício é essencialmente um acesso de socorro, e de cargas e descargas/recolhimento de lixo quando necessário.

As áreas de direção e serviços técnicos e administrativos são locais de trabalho da direção e do pessoal técnico e administrativo afeto ao lar. Contêm também arquivos administrativos sobre o edifício e os seus clientes. Existe aqui um gabinete do diretor técnico com um posto de trabalho individual e uma zona para receção/pequenas reuniões com os utentes (Gabinete da direção). Posteriormente um gabinete administrativo direcionado para a realização de tarefas administrativas e gestão corrente do estabelecimento e é distribuído entre uma zona para instalação de postos de trabalho individual e uma outra zona de arquivo administrativo. Deverá haver ainda espaço para gabinetes técnicos que contém zonas de trabalho individual, zona de reuniões do pessoal técnico (assistentes sociais, psicólogos, animadores, etc) e ainda zonas de arquivos dos processos dos clientes. Por último e em termos opcionais, mas aconselháveis, esta segunda categoria deveria ainda conter uma sala de reuniões e uma sala de arquivo geral do lar.

		Condições ambientais obrigatórias								
		AVAC	Aquecimento	Ventilação natural	Iluminação natural	Caixilhos com abertura	Quantidade	Área útil por espaço	Subtotais por espaço	Subtotais gerais
B	**ÁREA ADMINISTRATIVA**									**86**
B.1	GABINETE DA DIREÇÃO Trabalho individual do diretor técnico e receber clientes	.			.	.				12
	GABINETE DO DIRETOR Posto de trabalho do diretor						1	6	6	
	SALA DE REUNIÕES Para receber/reunir com clientes e/ou familiares						1	6	6	
B.2	GABINETE (S) ADMINISTRATIVO (S) Realização de tarefas administrativas e gestão corrente do estabelecimento	.			.	.				18
	GABINETES DE TRABALHO DE PESSOAL DA ADMINISTRAÇÃO						2	6	12	
	ZONA DE ARQUIVO ADMINISTRATIVO Arquivo de documentação do lar						1	6	6	
B.3	GABINETE (S) TÉCNICO (S) Trabalho individual e reuniões de pessoal técnico | técnicos do seriço social, psicólogos, animadores, etc Reuniões com clientes e familiares dos clientes	.			.	.				30
	GABINETES Mínimo: 1 | Postos de trabalho dos técnicos ao serviço do lar						3	6	18	
	ZONA PARA PEQUENAS REUNIÕES						1	6	6	
	ZONA DE ARQUIVO DOS PROCESSOS DOS CLIENTES						1	6	6	
B.4	INSTALAÇÕES SANITÁRIAS Masculino, feminino			.			1	I.S.M. 3 I.S.F. 3	6	6
B.5	SALA DE REUNIÕES Reuniões entre os vários técnicos ao serviço do lar	.			.	.	1	14	14	14
B.6	SALA DE ARQUIVO Arquivo geral do lar e arrumo do material de consumo		.				1	6	6	6
C	**HABITAÇÕES** Setor de acesso restrito, afastado de zonas de atividades ruidosas									**1245**
C.1	T0 Individual | Jovem ou idoso	.		.	.	.	5	30	150	150
C.2	T1 Duplo | Jovens ou idosos (casal ou amigos)	.		.	.	.	10	60	600	600

A terceira categoria das recomendações é a do convívio e atividades ocupacionais. Esta é a área responsável por acolher os utentes do estabelecimento na maior parte do seu dia-a-dia. Além de zona de convívio, é de lazer e de realização de atividades direcionadas para os clientes. É aconselhável ainda que esteja nas proximidades do acesso principal. Deverá conter então sala/s de estar, sala/s de atividades ocupacionais, espaço exterior praticável, instalações sanitárias e, opcionalmente, sala/s de movimento, sala/s de cuidados de estética e biblioteca. A/s sala/s de estar devem ser zonas acolhedoras e diversificadas, onde se possa ver televisão, jogar jogos de mesa, conversar, ouvir música, entre outras atividades. Devem ser ainda dimensionadas para um máximo de 20 pessoas e no caso de haver mais do que uma sala, elas devem estar interligadas, sendo separadas por portas de correr de modo a que, quando necessário, haja a possibilidade de as abrir e juntar os espaços. A/s sala/s de atividades ocupacionais inserem-se no estilo das de estar, mas com dimensões mais reduzidas e direcionadas para atividades especificas como pintura, escultura, artesanato, costura, etc. Devem ser flexíveis de modo a que consigam suportar diferentes tipos de atividade. A/s sala/s de movimento destinam-se a atividades de ginástica e mesmo cuidados de fisioterapia e/ou terapias físicas. E por último, como facilmente se compreende a/s salas de cuidado de estética para isso servirão, assim como a biblioteca, que dispensa apresentações quanto à sua razão de existência.

Incluída nas áreas de convívio e atividades, mas fora do caderno de recomendações, adicionou-se ao programa deste edifício uma piscina com balneários. Aliando-se à sala de movimento com serviços de terapia e fisioterapia, a piscina complementa possíveis tratamentos de recuperação, ou então apenas acrescenta mais uma possibilidade de atividade física que, como é bem sabido, é bastante saudável, e por vezes necessária nestas faixas etárias.

		Condições ambientais obrigatórias								
		AVAC	Aquecimento	Ventilação natural	Iluminação natural	Caixilhos com abertura	Quantidade	Área útil por espaço	Subtotais por espaço	Subtotais gerais
C.4	QUARTOS INDIVIDUAIS cama | mesinha de cabeceira | cadeira | armário | i.s. com lavatório, chuveiro e sanita	.		.	.	.	10	20	200	200
C.5	QUARTOS DUPLOS camas | mesinhas de cabeceira | cadeiras | armários | i.s. com lavatório, chuveiro e sanita	.		.	.	.	5	40	200	200
C.6	COMPARTIMENTO DE SUJOS Prestação de cuidados de higiene a pessoas acamadas (anexo ao banho geriátrico)| 1 por cada 10 clientes						5	6	30	30
C.7	BANHO GERIÁTRICO Banho de ajuda | Acesso à banheira pelos 3 lados, e espaço livre para manobrar cadeira de rodas e maca 1 por cada 10 clientes	.					5	10	50	50
C.8	ROUPARIA Arrumação de roupa de cama e de atoalhados | Pode ser armários encastrados | 1 por cada 10 clientes						5	3	15	15
D	ÁREAS DE SERVIÇOS									186
D.1	ÁREA DE SERVIÇOS DE COZINHA E LAVANDARIA Preparação de refeições e tratamento de roupas									72
	COZINHA a- espaço principal, organizado em 3 zonas | b- espaço complementar à cozinha | c- espaços anexos	.		.	.	.	1			30
a	ZONA DE HIGIENIZAÇÃO DOS MANIPULADORES DE ALIMENTOS									
a	ZONA DE PREPARAÇÃO DE ALIMENTOS									
a	ZONA DE CONFEÇÃO DE ALIMENTOS									
b	ZONA DE LAVAGEM DE LOIÇA									
b	ZONA DE DISTRIBUIÇÃO DE REFEIÇÕES									
c	DESPESA DE DIA							4	4	4
c	COMPARTIMENTO DE FRIO							4	4	4
c	COMPARTIMENTO DE LIXOS							4	4	4
	LAVANDARIA Com acesso ao exterior (para estendal)			.	.	.	1			30
	ZONA DE EXPEDINTE									
	ZONA DE LAVAGEM									
	ZONA DE SECAGEM									

A zona de refeições coletiva deverá compreender uma copa com ligação à cozinha que serve uma sala de refeições. Esta última não pode ser local susceptível a atravessamento de um local para outro e deverá ter boas condições de acústicas e alguma ligação visual com o exterior. Será um espaço com uma lotação máxima de 20 pessoas.

A quinta categoria é talvez a mais importante de todo o estabelecimento. Referente à área de alojamento, deve ser um setor de acesso restrito e afastado de zonas de atividades ruidosas. Estas recomendações mencionam apenas os quartos individuais/duplos típicos de um lar de idosos, mas o programa deste estabelecimento contempla apartamentos das tipologias T0 e T1 devido à aproximação ao conceito de cohousing. Ainda assim, a área residencial deverá admitir os quartos, zonas de banhos geriátricos, e rouparia/s. Os quartos devem ter um ambiente agradável evitando, acima de tudo, o aspeto hospitalar, ventilação e iluminação naturais e depor de mecanismos de regulação da entrada de luz natural. Devem ainda ser quartos acessíveis com instalações sanitárias privativas. No caso das salas de banhos geriátricos, devem de ter acesso à banheira por 3 lados no mínimo e ainda ter espaço livre para manobrar uma cadeira de rodas e/ou maca. E por último, a rouparia servirá para arrumação de roupa de cama e atoalhados, podendo ser um compartimento ou armários encastrados.

		Condições ambientais obrigatórias								
		AVAC	Aquecimento	Ventilação natural	Iluminação natural	Cabelhos com abertura	Quantidade	Área útil por espaço [m2]	Subtotais por espaço	Subtotais gerais
	ZONA DE COSTURA									
	ENGOMADORIA									
	ZONA DE ARMAZENAMENTO									
D.2	**ÁREA DE SERVIÇOS DE SAÚDE** Acompanhamento da saúde dos clientes									56
	GABINETE DE SAÚDE Espaço de trabalho para médico/enfermeiro			.	.	.	1			14
	ZONA DE CONSULTAS									
	ZONA DE TRATAMENTOS									
	ENFERMARIA Espaço de trabalho para médico/enfermeiro			.	.	.	1			25
	INSTALAÇÕES SANITÁRIAS Masculino, feminino, acessíveis | Com banho geriátrico			.			1	I.S.M. 3 I.S.F. 3 I.S.A. 5 B.G 6	17	17
D.3	**ÁREA DE SERVIÇOS DE APOIO** Arrumação e armazenamento de equipamento, mobiliário, materiais e produtos									30
	ARRECADAÇÕES GERAIS			.			1			20
	ARRECADAÇÕES DE GÉNEROS ALIMENTARES			.			1			6
	ARRECADAÇÕES DE PRODUTOS E EQ. DE LIMPEZA			.			1			4
D.4	**ÁREA DO DESCANSO E HIGIENE DO PESSOAL** Proporcionar locais de descanso, estar e higiene do pessoal ao serviço do lar									28
	SALA DO PESSOAL		.	.	.	.	1			10
	INSTALAÇÕES SANITÁRIAS Masculino, feminino			.			1	I.S.M. 3 I.S.F. 3	6	6
	VESTIÁRIOS COM BALNEÁRIOS			.			2	6	12	12
	ZONA DE CHUVEIROS									
	ZONA DE LAVATÓRIOS									
E	**ÁREA TÉCNICA COMUM**									230
E.1	CHILLER Produção de água fria | **obrigatoriamente no exterior** - em pátio, terreço ou cobertura						1	50	50	50

Passadas as zonas principais do estabelecimento, entramos na zona de serviços e de apoio ao lar. Começando pela área de serviços de cozinha e de lavandaria, estas devem localizar-se relativamente perto do acesso de serviço e também ter um contacto fácil com a zona do alojamento. A cozinha deverá então conter um espaço principal com zona de higienização dos manipulares de alimentos, outra de preparação de alimentos e uma última de confecção dos mesmos. O espaço complementar, com comunicação direta com o principal, dispõe de uma zona de lavagem de loiça e outra de distribuição de refeições. A última secção da cozinha é o espaço anexo que terá uma despensa de dia, um compartimento de frio e outro de lixo. A segunda sub-área desta sexta categoria do programa é a lavandaria que entre 6 zonas diferentes conta com uma zona de expediente, uma zona de lavagem, outra de secagem, uma zona de costura, uma engomadoria e uma última zona, a de armazenamento.

A próxima categoria, apesar de estar incluída nas categorias de serviços, é de importância vital para o funcionamento do estabelecimento. A área de serviços de saúde serve exatamente para o acompanhamento da saúde dos clientes. Neste edifício, irá haver uma "clínica" onde esta zona de serviços de saúde irá estar inserida. Recomenda-se então um gabinete de saúde com espaço de trabalho para um médico/enfermeiro e zona de consultas/tratamentos. Esta enfermaria terá que ter uma fácil ligação com o exterior de modo a que, em caso de urgência, seja fácil o acesso a uma ambulância.

		Condições ambientais obrigatórias								
		AVAC	Aquecimento	Ventilação natural	Iluminação natural	Caixilhos com abertura	Quantidade	Área útil por espaço | m2	Subtotais por espaço	Subtotais gerais
E.2	UTAS | Unidades de Tratamento de Ar Espaço interior com grelhas de ventilação | distribuidas pelo edifício ou concentradas							80	80	80
E.3	Central Térmica Produção de água quente | no interior de compartimento | exigência de tomada de ar exterior e **chaminé**						1	30	30	30
E.4	Grupo Gerador de Emergência No interior de compartimento | com tomada de ar exterior e **chaminé**			.			1	30	30	30
E.5	Quadros de Energia Elétrica Quadro geral do edifício | no compartimento técnico da entrada Quadros por piso ou zonas do edifício | armário com 30cm de profundidade e largura mínima de 1,2m									
E.6	Cisterna e Grupo de Bombagem de Água No interior de compartimento | pode ser em cave			.			1	40		40
	ÁREA ÚTIL (au) TOTAL									2526
	ÁREA BRUTA DE CONSTRUÇÃO (abc) = au + 20%									3031

F	**ESPAÇO EXTERIOR**
F.1	Parque de Estacionamento Automóvel 30 lugares | aproximadamente 375 m2
F.2	Espaço Ajardinado Exterior Rede de percursos e estadias | delimitação de espaços não impermeabilizados e localizaçao de arborização proposta
E.5	Acesso e zona coberta para cargas e descargas e recolha de lixos Acesso condicionado de trânsito mecânico | Acesso de ambulâncias

No oitavo ponto, é aconselhada uma área de serviços de apoio com arrumação e armazenamento de equipamentos, mobiliários, materiais e produtos. Compreende 3 diferentes tipos de arrecadações: umas gerais, umas de géneros alimentares (que poderá estar ligada ou inserida na cozinha) e outras de produtos e equipamentos de limpeza. Devem, acima de tudo, poder ser fechadas à chave, permitir o adequado controlo dos materiais inflamáveis ou perigosos e assegurar a facilidade de limpeza e renovação do ar.

A última categoria programática do edifício a propor é afeta aos funcionários e auxiliares que lá irão trabalhar. Esta área deve proporcionar locais de descanso, estar e higiene do pessoal ao serviço no lar. Conta com uma zona principal, sala do pessoal, que é de descanso e estar, e também é uma zona de arrumação de roupa e objetos pessoais. Devem ainda conter instalações sanitárias e vestiários com balneários. A proximidade com a cozinha/lavandaria é também aconselhável.

PROJECTO

Implantação

"O projecto parte de uma leitura cuidadosa da vida de um tipo muito específico de comunidade, uma espécie de micro-sociedade com as suas próprias regras.
Este é um programa, a meio caminho entre um hotel e um hospital que trata de entender e reinterpretar o binómio social e privado, respondendo por um lado à vida em comunidade e por outro à vida solitária."[XLI] (IMAGEM 71)

O processo deste projeto passou por 5 diferentes propostas que, tendo uma ideia base bastante presente, acabam por, apesar da diferença, se assemelhar. Pretendia-se um bloco seco, pouco orgânico e bastante regular, sob a forma rectangular que se virasse a Sul com os apartamentos e deixasse voltados a Norte os corredores de acesso. No entanto, esta exposição Norte-Sul não é tão rigorosa assim, pois cedo se percebeu que seria necessário aproveitar este novo edifício para dar um alçado à avenida Aquilino Ribeiro que até então não existia. Os muros limite do terreno vão até às extremidades das ruas adjacentes, não permitindo a formação de qualquer tipo de passeio, sendo este elemento urbano absolutamente vital para a segurança e mesmo bom funcionamento de um estabelecimento deste tipo. Sendo assim, a orientação do edifício fica enviesada quanto à posição Norte/Sul, fazendo com que o Alçado Sul não receba luz tão direta, mas ao mesmo tempo, permitindo ao Alçado Norte receber luz solar durante algumas horas do dia (AZUL). Desta forma, todos os alçados recebem alguma luz durante o dia. Esta posição do edifício também cria uma nova barreira público/privado, permitindo assim a inexistência dos muros limite e abrindo o terreno à vida pública urbana , deixando-o respirar. Ao contrário da solução atual que passando esta barreira limite, parece que a cidade não comunica com o terreno e vice-versa, estando ambos "de costas voltadas".

XLI - AIRES MATEUS E ASSOCIADOS - Residências Sénior em Alcácer do Sal, 17-07-2018, espaçodearquitetura.com, https://espacodearquitetura.com/projetos/residencias-senior-em-alcacer-do-sal/



IMAGEM 71 - Residências Sénior em Alcácer do Sal, Aires Mateus



IMAGEM 72 - Indicação das ruas da envolvente do terreno

As três frentes do terreno que são rodeadas por ruas, rua Fernando Teixeira (2), avenida Aquilino Ribeiro (1) e rua Mata (3) (IMAGEM 72), ganham agora um cariz mais público, tendo interdições através de muros em certos pontos estratégicos, que impedem o espaço público de invadir o privado. A quarta frente, é um conjunto de traseiras/empenas e muros de separação de propriedades. É esta a única frente à qual o novo edifício se encosta, resolvendo assim as empenas deixadas. Nasce assim o segundo volume (VERDE), bastante menos volumoso que o principal, passando despercebido até para quem espreita desde a avenida Aquilino Ribeiro ou da rua Mata. Este, pela força da forma do terreno, posiciona-se quase perpendicularmente ao volume principal, formando o conjunto uma espécie de "L" que, de certa forma, abraça a casa já existente no terreno.

Voltando ao volume principal, numa fase já avançada do processo do projeto, vê a sua regra linear e sóbria a ser posta à prova por um outro volume que vem fazer a ligação com a linha urbana existente no momento (LARANJA). O alçado da avenida Aquilino Ribeiro, como já foi referido, é desenhado pelos muros limite do terreno que encostam à extremidade do piso da rua, e o terreno vizinho, também já referido, em vez de muro no limite, tem uma habitação com porta de entrada a abrir diretamente para a rua. Na impossibilidade de se resolver tal problema, decide-se então desenhar um volume que respeita o alinhamento já existente e a sua orientação. Volume este que funciona como rótula no movimento de rotação do volume principal, conseguindo aqui uma transição mais "limpa" do alinhamento urbano atual para aquele que se está a propor.

Uma outra exceção, mas esta francamente menos perceptível, aparece no lado Norte do edifício, e corresponde ao volume da piscina que, desde cedo, se libertou do volume principal (LARANJA).



IMAGEM 73 - Esquisso do terreno de implantação e sua envolvente

Obedece a um alinhamento que vem da casa e assume-se com uma forma poligonal que afunila em direção ao edifício principal. Posiciona-se com um limite ao centro do edifício e descai para nascente. O seu volume é perceptível apenas estando no interior da piscina, porque no seu exterior, mais especificamente, a cobertura adopta uma forma orgânica que vai ao encontro do formato do terreno, distinguindo-se apenas pela sua materialidade e acabamentos.

A implantação do edifício procura ainda respeitar a topografia do terreno, sendo que a sua característica principal, em questões altimetricas, é a diferença de cotas entre a avenida Aquilino Ribeiro e a rua Fernando Teixeira. Seguindo o sentido do limite do terreno em que encontramos as empenas e traseiras, e partindo da cota 497 no lado da avenida, descemos 3 metros até à outra ponta, acabando na cota 494. Decide-se então semi-enterrar um piso (Piso -1) que abre um pátio, de cariz exclusivamente privado, no coração do terreno que permite o acesso à luz natural do programa aí disposto. Este pátio está portanto 3/4 metros abaixo do piso térreo (R/C) e é banhado pela piscina num dos lados, pelo volume principal no outro, e no terceiro, pelo segundo volume que completa o "L" que abraça a casa (AMARELO). Este segundo volume pertence ao mesmo piso, e a sua cobertura adota a cota 497 e prolonga-a até à outra ponta do terreno onde já estamos um piso de 3 metros abaixo, explicando assim o semi-enterro do Piso -1.

ANEXO 02 - Esquemas de Implantação

Área Total do terreno: 4438,84 m²

Terreno de Implantação

Casa Existente

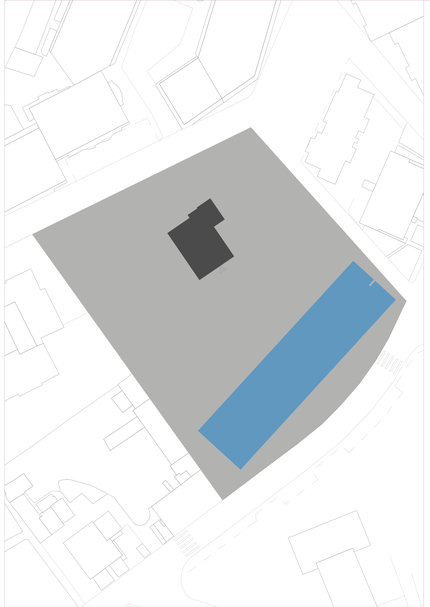
Volume principal

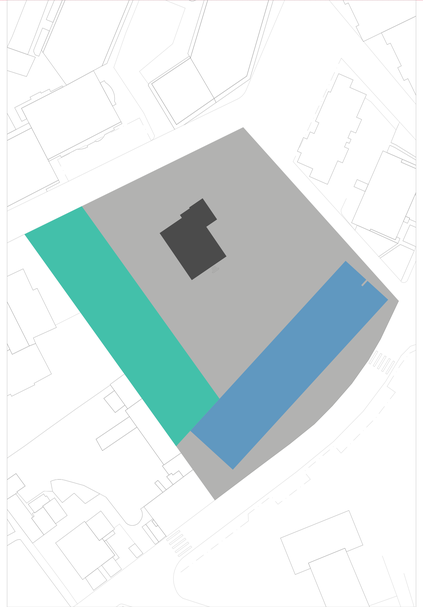
Volume Secundário (Clínica)

Elementos excepção (Volume de entrada e Piscina)

Sítio principal

Escala 1|500





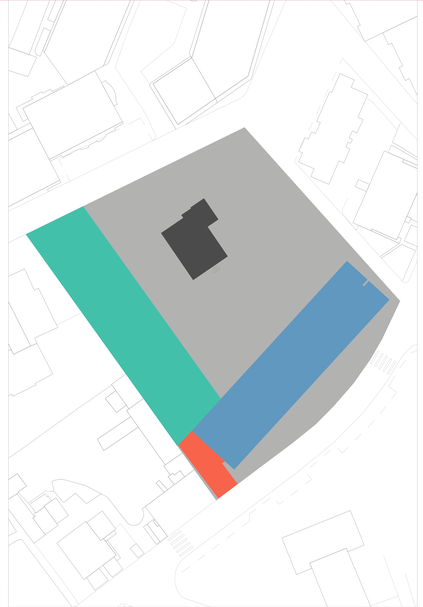










IMAGEM 74 - Esquisso do Alçado norte do edifício

IMAGEM 75 - Esquisso do Alçado sul do edifício

Estrutura

O edifício tem então 6 pisos no total. O acesso principal é feito pelo piso térreo (R/C) na cota 497 e é complementado por um acesso secundário ao nível do Piso-1. Este segundo acesso serve também de cargas e descargas, e fuga de emergência ou saída de socorro, sendo rematado por uma zona coberta que possibilita a circulação de automóveis, nomeadamente as ambulâncias. Desde este piso térreo, são projetados mais 3 pisos para cima (Piso 1, Piso2 e Piso3) e outros 2 para baixo (Piso -1 e Piso -2), resultando assim nos 6 pisos totais já referidos.

Começando então pelo piso -2, projeta-se uma garagem com entrada na face oposta à do volume principal, na margem norte do terreno. A rampa de acesso é extensa e vence uma diferença de cotas de 8 metros, visto que começa ao nível do piso térreo (497) e termina num piso abaixo do -1. Neste piso encontramos ainda algumas divisões de cariz técnico, de apoio ao edifício e à piscina, e obviamente as caixas dos acesso verticais. A sua construção é feita em exclusivo por baixo do edifício que se encontra por cima, não existindo necessidade de construção noutro lugar diferente do que já vai ser utilizado para restante construção.

O piso -1 vai ser, com grande probabilidade, o mais movimentado, por ser aqui que se vão distribuir os espaços de convívio direcionados apenas para os residentes do edifício. Este piso divide-se em duas partes, sendo que uma é comum e está na sequência do volume principal do edifício e a outra parte é o já referido volume de apenas um piso que estabelece a ligação entre as cotas 497 e 494 e que tem um cariz bastante mais privado. Nesta "língua" que complementa o edifício principal é onde encontramos as áreas de cuidados de saúde, a enfermaria e gabinete de saúde, os quartos individuais/duplos e zonas de banho geriátrico e de arrecadações.



IMAGEM 76 - Maquete 1/200 I

Chamamos a esta zona a "Clínica". Está posicionada com alguma distância do resto do edifício exatamente porque é uma zona que requer uma privacidade maior devido ao estado de saúde fragilizado dos seus residentes. A estes residentes também lhes é conferido o direito de usufruir das restantes zonas do edifício, mas ainda assim estão resguardados nesta zona clínica em prol da sua protecção. No outro lado, estão então distribuídas as zonas comuns. Duas salas de estar amplas que podem estar divididas ou então unificadas para eventos especiais ou quando o quotidiano assim o exigir. Uma sala de refeições ligada à cozinha através de uma copa. Uma lavandaria e uma zona destinada ao pessoal trabalhador no estabelecimento. É ainda neste piso que se implanta a piscina, os respetivos balneários e as salas necessárias que apoiam esta zona.

A partir do piso do R/C deixámos de ter construção na ala da clínica, concentrando apenas a construção em altura no volume principal. Não é totalmente construído, permitindo a permeabilidade em dois pontos intercalados com o programa aqui disposto. Este piso funciona de forma parcialmente pública, obrigando por isso a uma necessidade de controlo em relação a quem aqui passa. Apesar do filtro que faz, mantém-se bastante aberto, comunicativo e convidativo para com a cidade que o recebe. É aqui que se implanta a recepção/acolhimento e entrada principal do edifício, e ainda uma sala de ginástica e/ou fisioterapia (sala de movimento), uma de atividades ocupacionais e outra de cuidados de estética. Também neste nível, a casa já existente no terreno irá albergar parte do programa do estabelecimento. A zona administrativa vai aproveitar o piso inferior da casa, para a sua implantação. Pelo tipo de utilização, será um local público/privado, sendo que será destinado aos locais de trabalho da direção, administração e técnicos ao serviço do edifício, mas compreenderá espaços de reunião com os utentes e as suas famílias, sempre que necessário.



IMAGEM 77 - Maquete 1/200 II

A casa mantém-se firme na sua posição solitária, mas agora abraçada por todo o edifício e com a cobertura da piscina a indicar as suas entradas. Mantém-se também intacto, fazendo parte do domínio privado exclusivo aos proprietários, e manterá a sua função de habitação, de modo a que eles também possam usufruir de todos os serviços disponíveis e do convívio com a restante população. O piso inferior, mantendo a sua estrutura base, sofreria apenas algumas alterações decorativas e de aumentos/reduções de pequenos espaços de modo a que todas as áreas necessárias para o bom funcionamento da área administrativa. Este espaço, apesar de estar indicado e distribuído funcionalmente, não foi alvo da maior preocupação a nível projetual, sendo que a atenção foi direcionada essencialmente para o "edifício novo". Ainda assim garante-se a inclusão destas áreas e o funcionamento adequado tendo como preocupação o público que delas iria usufruir.

Os pisos 1 e 2 são a restante zona de alojamento, onde se localizam as tipologias T0 e T1 e que, em conjunto com a zona clínica do piso -1, formam a zona de aspeto mais privado de todo o estabelecimento. As tipologias são intercaladas, respeitando a regra de 1 T0, 3 T1, 1 T0, 3 T1, acabando em 1 T0. É um edifício em galeria, tendo portanto o corredor virado para o interior do terreno (Norte), e as suas habitações viradas a sul para a cidade.

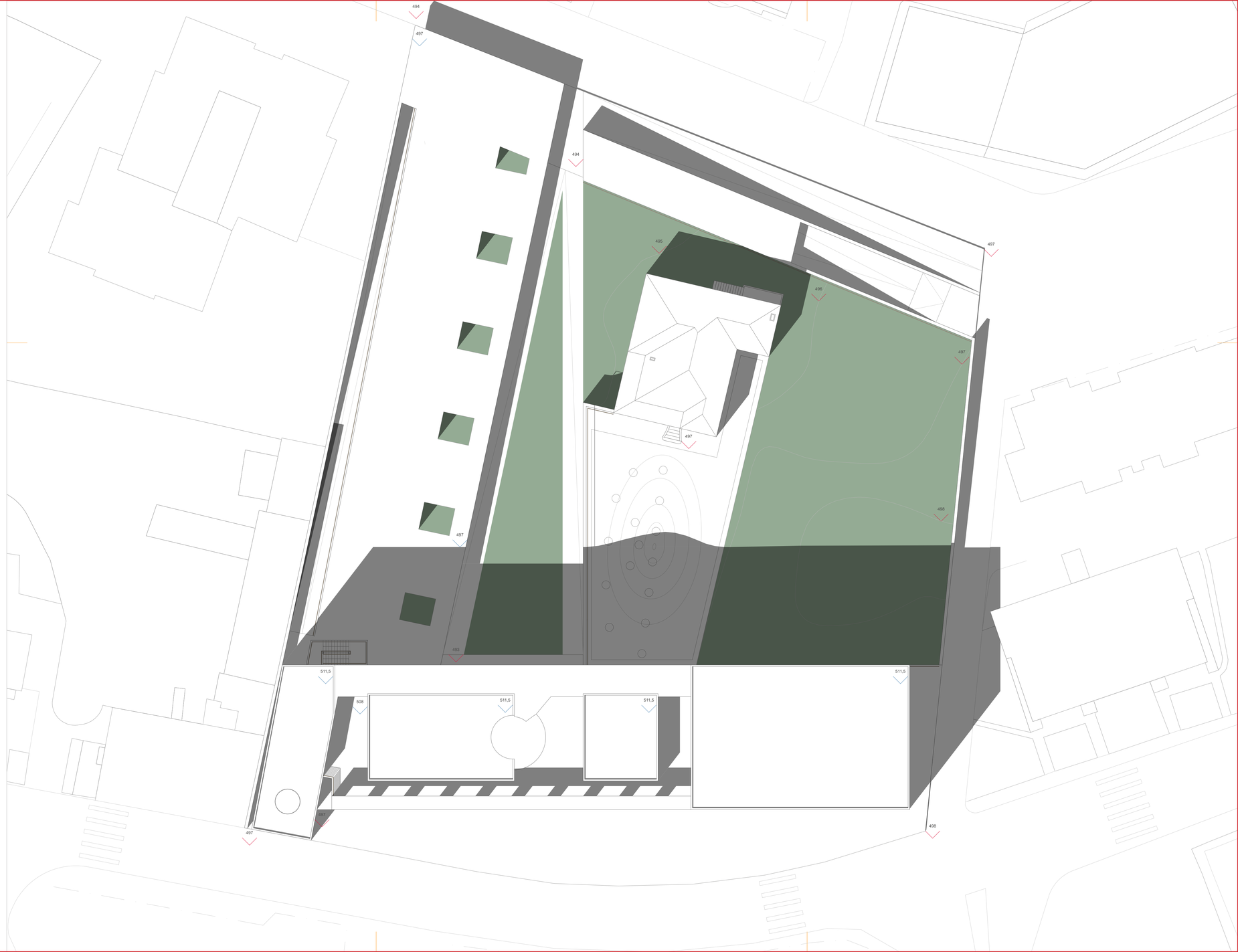
Por fim, o último, e terceiro piso, volta a um cariz mais comum, e possivelmente público, onde se propõe uma biblioteca e um café com as suas fachadas recuadas face ao alçado sul do edifício. O acesso respeita a galeria dos dois pisos abaixo e mantém-se no alçado Norte. Este recuo permite a criação de um terraço que poderá servir de zona de leitura exterior, no caso da biblioteca e de esplanada, no caso do café.

ANEXO 03 - Planta de Coberturas

Cotas de Envolvente

Cotas de Piso

Escala 1|200



ANEXO 04 - Planta do Piso 3

3.01 - T0 - 38,10m²

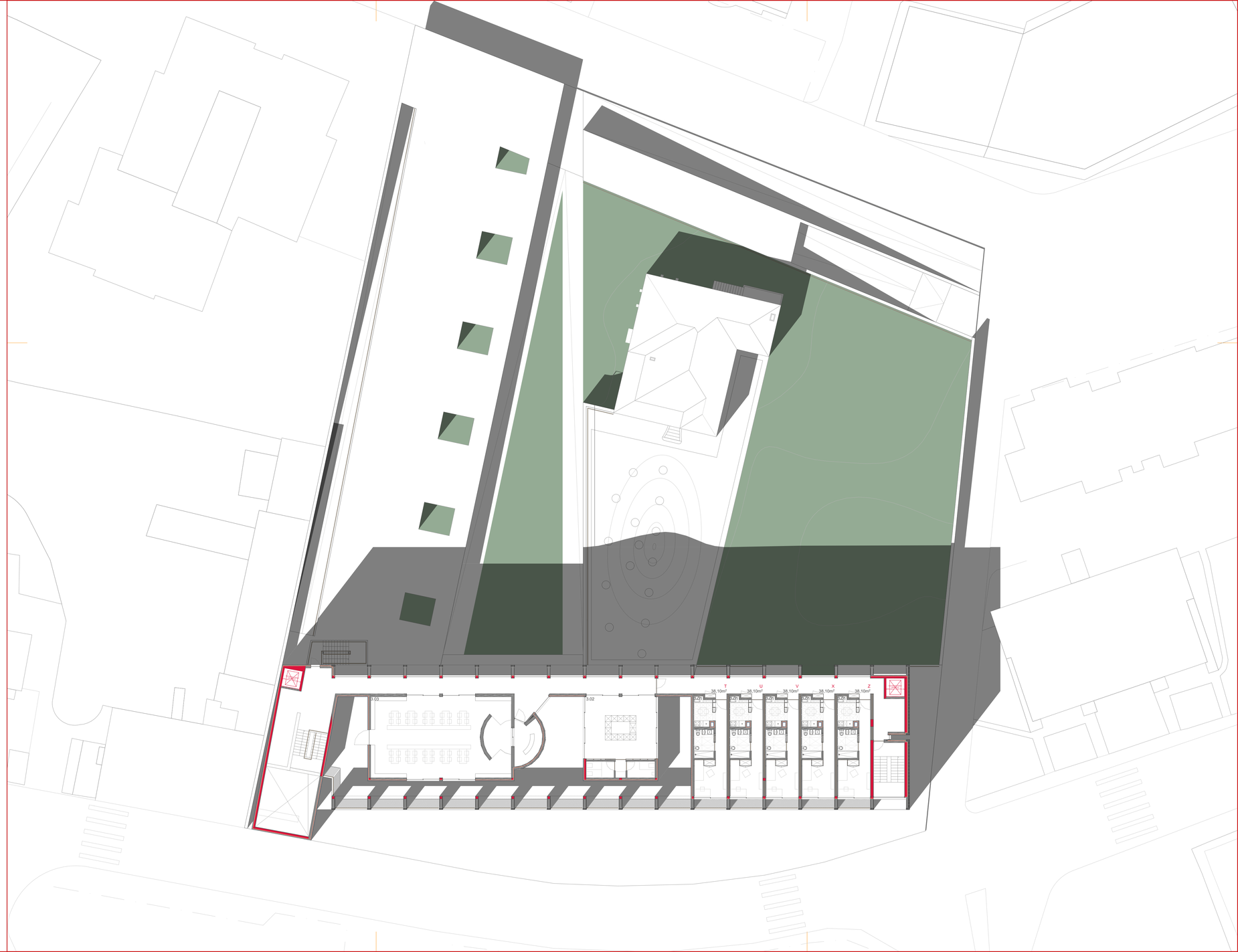
3.02 - Café - 65,05m²

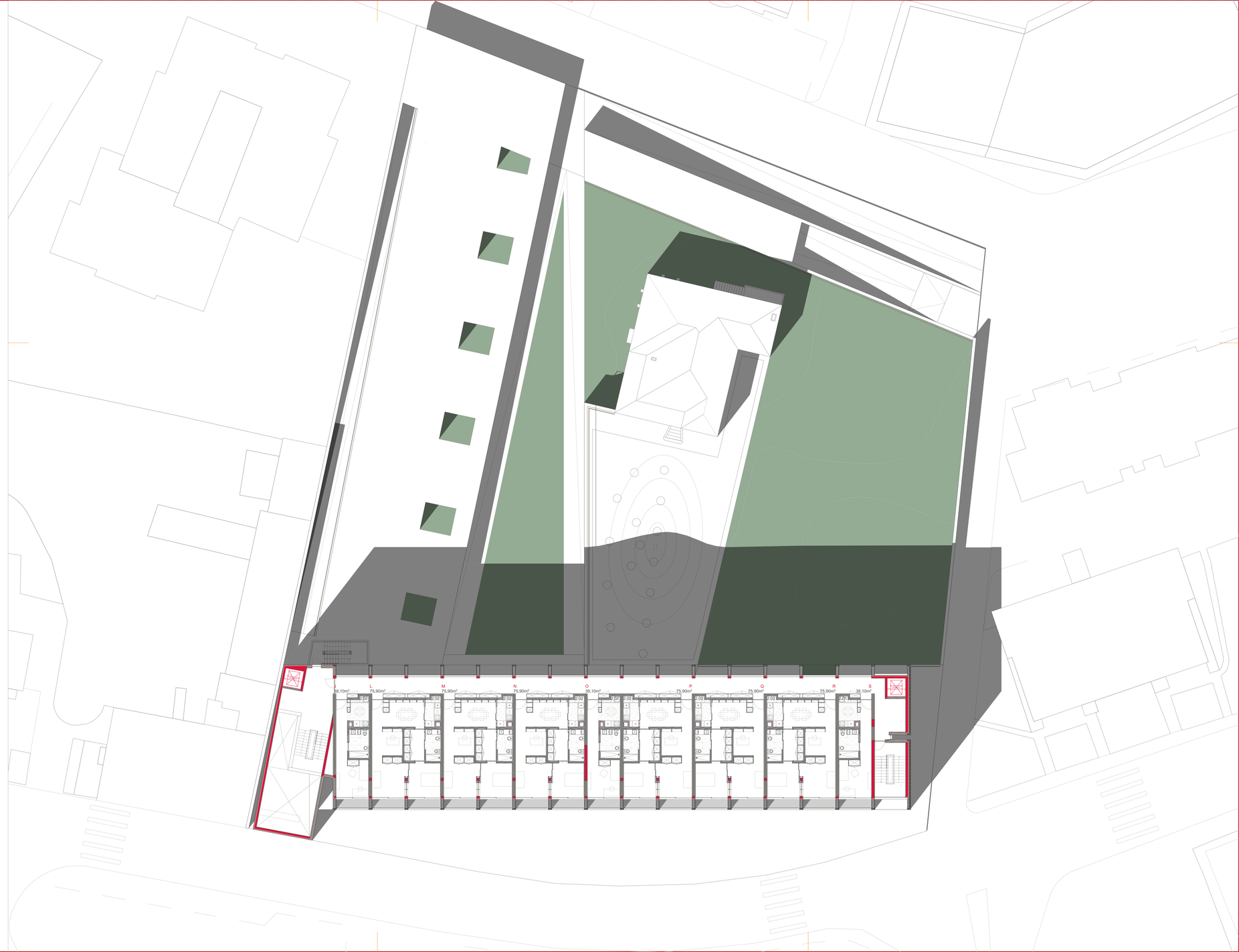
3.03 - Biblioteca - 134,26m²

Cotas de Envolvente

Cotas de Piso

Escala 1|200





ANEXO 05 - Planta do Piso 2

2.01 - T0 - 38,10m²

2.02 - T1 - 75,90m²

Cotas de Envolvente

Cotas de Piso

Escala 1|200



ANEXO 06 - Planta do Piso 1

1.01 - T0 - 38,10m²

1.02 - T1 - 75,90m²

Cotas de Envolvente

Cotas de Piso

Escala 1|200

ANEXO 07 - Planta do Piso Térreo

0.01 - Recepção/Acolhimento e Distribuição - 91,55m²

0.02 - Sala de Movimento - 194,59m²

0.03 - Sala de Actividades Ocupacionais - 44,29m²

0.04 - Sala de Cuidados de Estética - 42,56m²

0.05 - Balneários - 88,33m²

0.06 - I.S. da Recepção - 39,53m²

0.07 - I.S. Acessíveis - 8,29m²

0.08 - Gabinete do Diretor - 22,92m²

0.09 - Gabinetes da Administração - 15,33m²

0.10 - Gabinetes Técnicos - 20,66m²

0.11 - Sala de Reuniões - 25,08m²

0.12 - Zona de reuniões técnicas - 19,34m²

0.13 - Arquivo - 14,60m²

0.13 - Instalação Sanitária - 9,48m²



Cotas de Envolvente

Cotas de Piso

Escala 1|200



ANEXO 08 - Planta do Piso -1

-1.01 - Quartos Individuais / Duplos- 24,80m²

-1.02 - Entrada Secundária (com segurança / vigilância) - 11,24m²

-1.03 - Gabimete de Saúde - 12,06m²

-1.04 - Enfermaria - 23,10m²

-1.05 - Salas de Banho Geriátrico - 12,06m²

-1.06 - Arrecadações / Rouparias - 12,06m²

-1.07 - Salas de Estar - 73,50m² x 2

-1.08 - Refeitório - 73,50m²

-1.09 - Piscina - 232,80m²

-1.10 - Cozinha e Copa - 38,70m²

-1.11 - Lavandaria - 29m²

-1.12 - Balneários - 63,30m² x 2

-1.13 - Sala de Monitor / Nadador Salvador - 24,25m² x 2

-1.14 - Sala de Primeiros Socorros - 11,60m²

-1.15 - Arrecadações da Piscina - 16,50m²

-1.16 - I.S. das Salas de Estar e Refeitório - 27,70m²

-1.17 - Sala do Pessoal - 47,45m²

-1.18 - Arrecadação 1 - 26,40m²

-1.19 - Arrecadação 2 - 22,20m²

-1.20 - Arrecadação 3 - 39,90m²

-1.21 - Rampa de acesso à entrada do Piso -2

-1.22 - Rampa de acesso à Zona de Cargas e Descargas / Ambulância

-1.23 - Zona de Cargas e Descargas / Ambulância - 119,40m²

Cotas de Envolvente

Cotas de Piso

Escala 1|200

ANEXO 09 - Planta do Piso -2

-2.01 - Garagem - 2033,45 m²

-2.02 - Arrumos Privados - 49,40m²

-2.03 - Arrecadação 1 - 26,40m²

-2.04 - Arrecadação 2 - 29,45m²

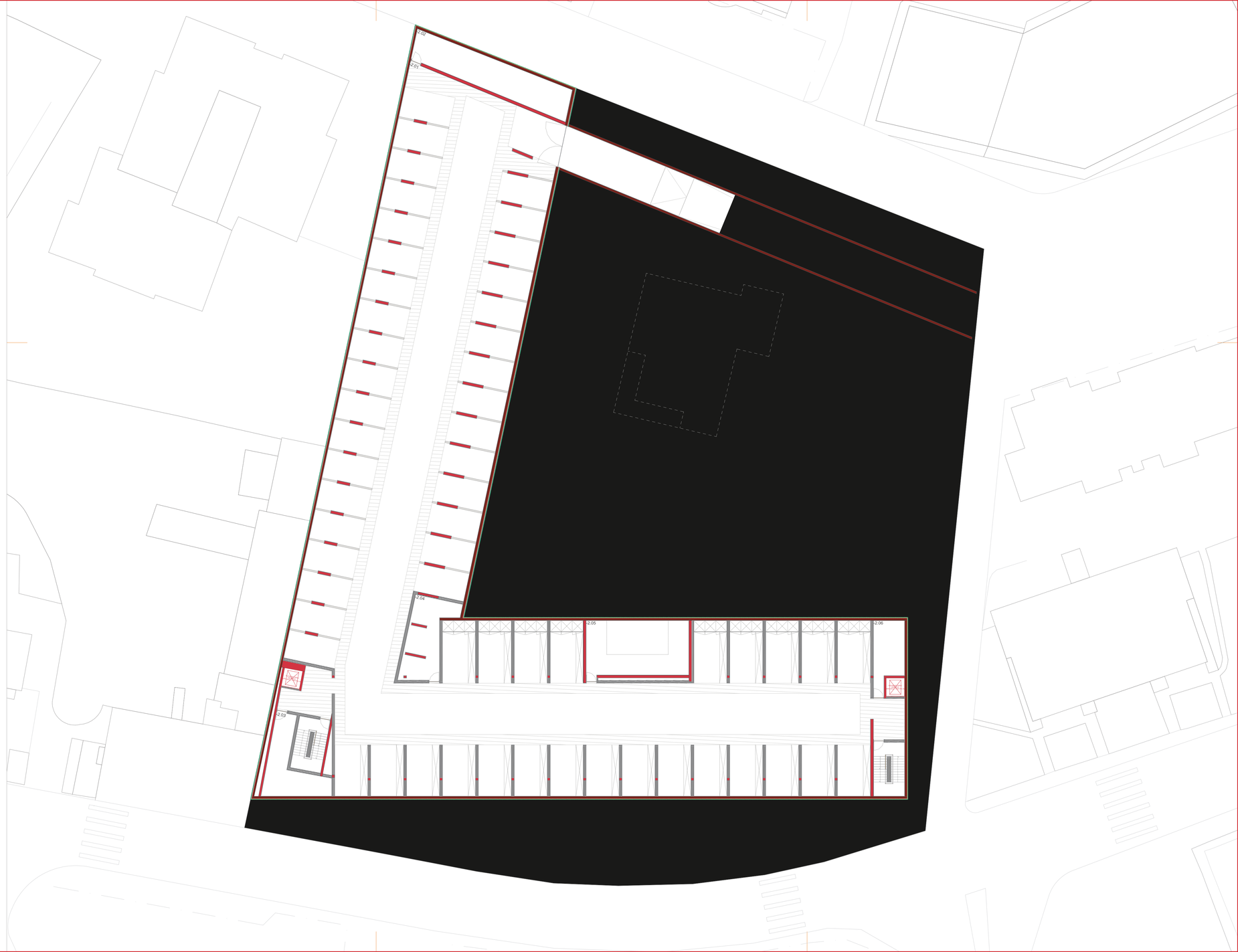
-2.05 - Zona Técnica da Piscina - 53m²

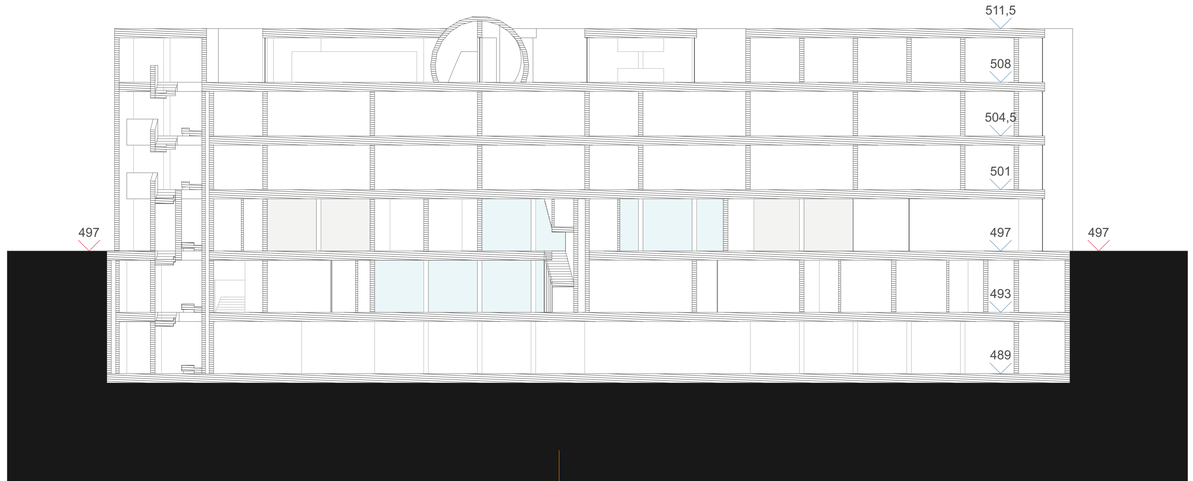
-2.06 - Arrecadação 3 - 18,30m²

Cotas de Envolvente

Cotas de Piso

Escala 1|200



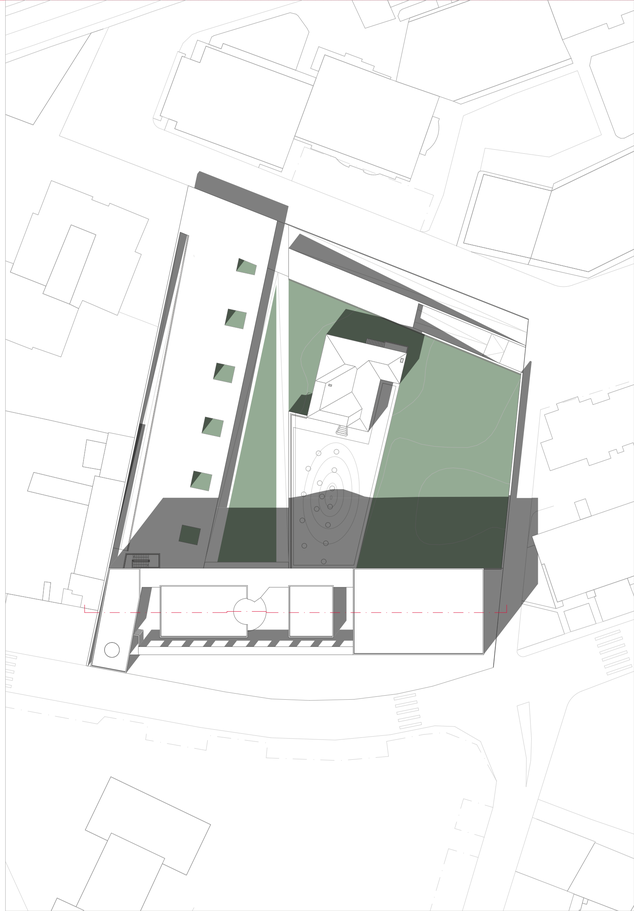


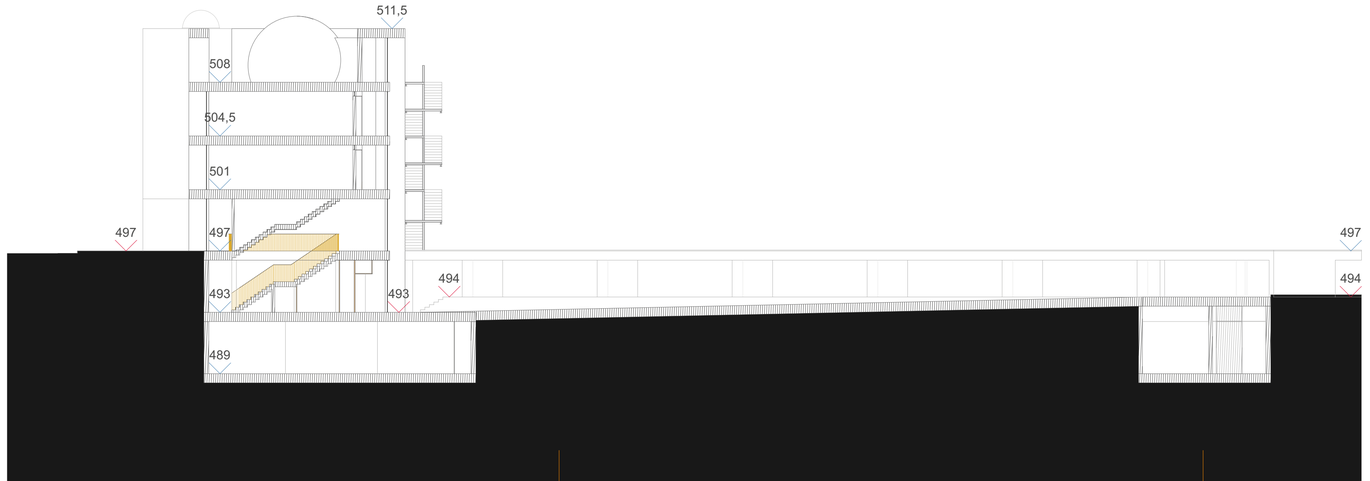
ANEXO 10 - Corte 01 Ed. Principal (Longitudinal)

Cotas de Envolvente

Cotas de Piso

Escala 1|200



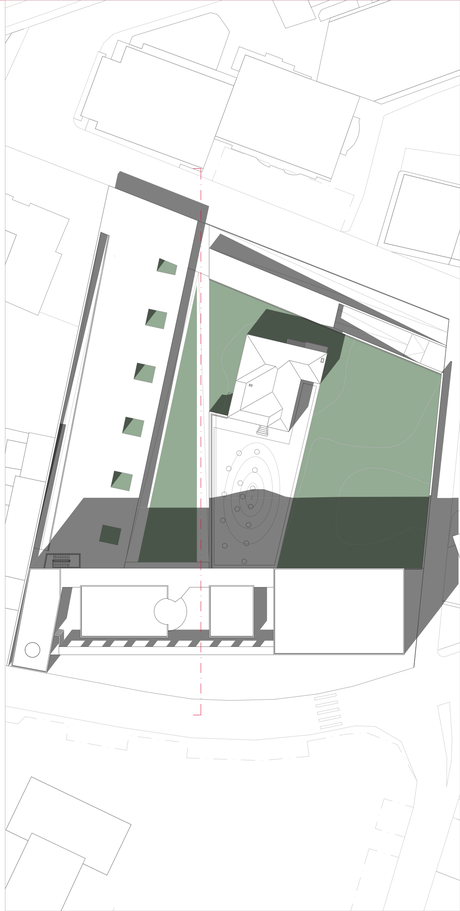


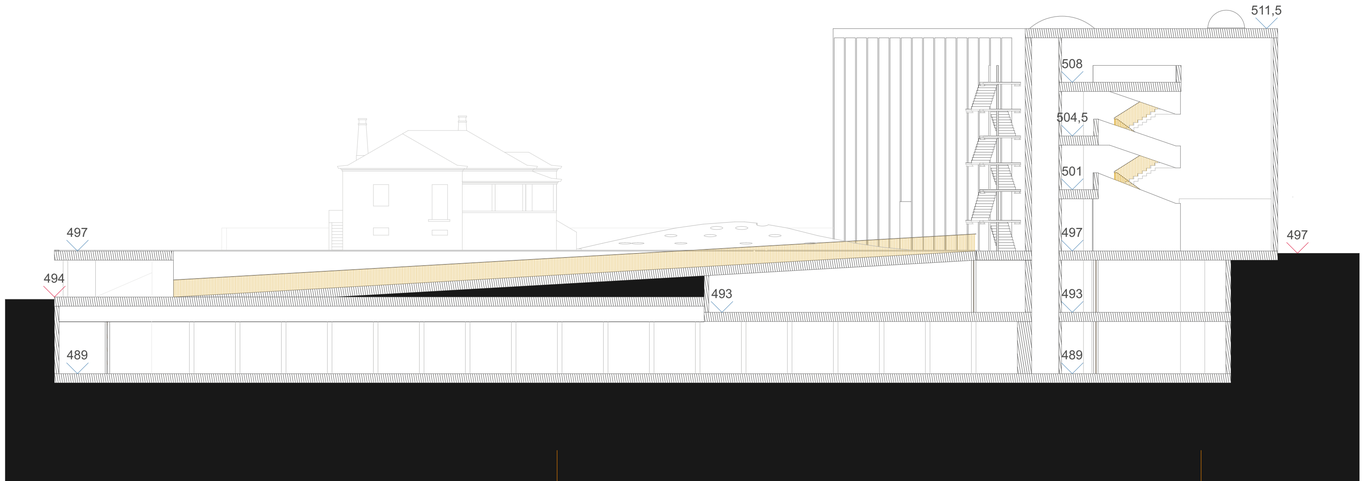
ANEXO 11 - Corte 02 Ed. Principal (Transversal)

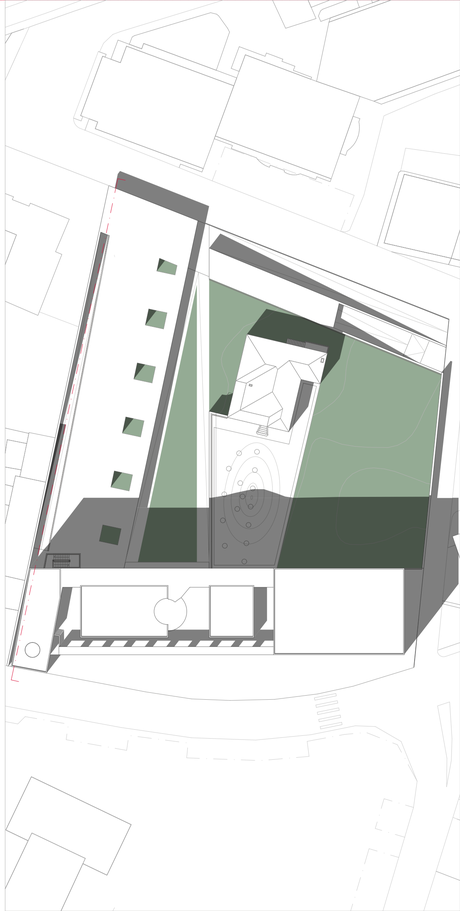
Cotas de Envolvente

Cotas de Piso

Escala 1|200





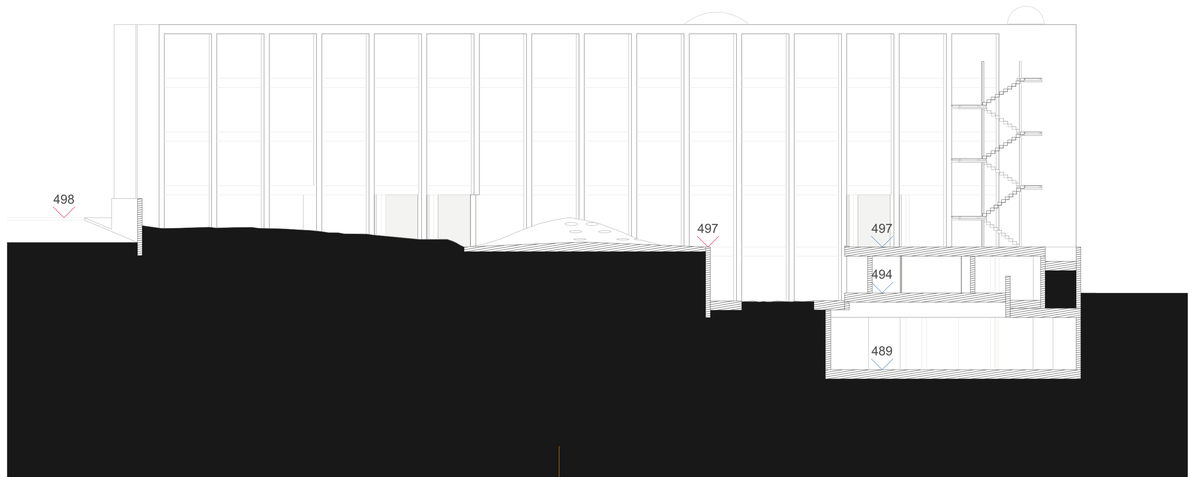


ANEXO 12 - Corte 03 Clínica (Longitudinal)

Cotas de Envolvente

Cotas de Piso

Escala 1|200

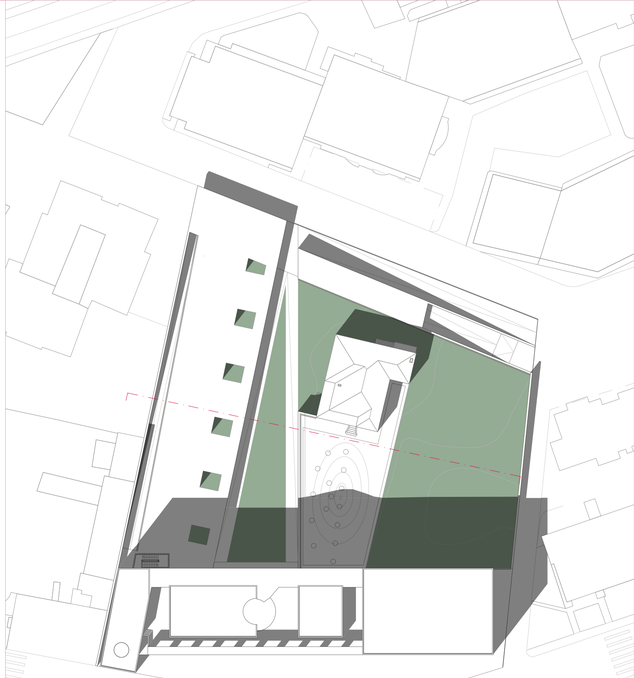


ANEXO 13 - Corte 03 Clínica (Longitudinal)

Cotas de Envolvente

Cotas de Piso

Escala 1|200



Distribuição Horizontal

Para efeitos de correspondência de lugares do piso da garagem e cada fração de habitação foram realizadas plantas aproximadas à lógica de Propriedade Horizontal, às quais chamamos Distribuição Horizontal. Estas plantas são acompanhadas por uma tabela indicativa de todas as áreas a de cada fração e que lugares de estacionamento estão reservados para si. O conjunto dos 6 pisos conta com um total de 4398,00 m2 de zonas comuns interiores, sendo que 1248 m2 correspondem à circulação automóvel da garagem (-2). A tabela/plantas da Distribuição Horizontal estão divididas por cores que representam os Quartos Individuais/Duplos (Q.I/D - COR BEJE), os T0 (COR AZUL), os T1 (COR AMARELA), os lugares reservados à administração/ direção e trabalhadores do estabelecimento (COR CINZENTA) e os espaços comuns (COR VERMELHA). A lógica encontrada para a distribuição de lugares na garagem prende-se à eventual mobilidade reduzida dos moradores. Sendo assim, os T1 e os Q.I/D (que irão albergar a população idosa do estabelecimento) reservam os melhores lugares a nível de proximidade aos acessos verticais. Devido à métrica construtiva do volume principal ser, transversalmente, de 3,5m em 3,5m e na zona da clínica ser de 3m em 3m, o resultado na garagem é os lugares que se situam por baixo do maior volume serem mais largos que os restantes. Possibilitando assim uns lugares com largura suficiente para, se necessário, se utilizar cadeiras de rodas na entrada e saída dos automóveis. Estes lugares, são então, distribuídos pelas frações T1 (B,C,D,F,G,H,L,M,N,P,Q,R). As frações de quartos individuais/duplos (AA/AB, AC/AD, AE/AF, AG/AH e AI/AJ) obtêm os lugares mais próximos ao acesso vertical principal, mas já por baixo da clínica. Seguindo-se dos lugares para os T0 (A,E,I,J,O,S,T,U,V,X,Z) que são as frações destinadas à habitação dos jovens, e por último os lugares reservados para os trabalhadores e administração/direção do estabelecimento.

Para este efeito foram indicados 2 lugares de estacionamento por fração T1, com a justificação de que, morando dois utentes por habitação, com laços familiares ou não, poderão deter cada um o seu automóvel. Partindo do principio que nos quartos individuais/duplos os residentes estão mais debilitados e sem capacidades para a condução, atribuiu-se 1 lugar por cada conjunto de quartos, ou seja, para 10 quartos individuais existem 5 lugares de estacionamento. Estes 5 lugares destinam-se não aos seus residentes mas às eventuais visitas. Cada fração T0 terá direito a 1 lugar de estacionamento. E por último distribuíram-se os 17 lugares de estacionamento restantes aos funcionários e direção, seguindo-se uma lógica de "hierarquia" da posição de posto de trabalho para a atribuição dos melhores lugares (em termos de proximidade) para os piores. Um lugar para o diretor do lar, 2 lugares para administração, 3 lugares para técnicos e 1 para recepcionista, mais 4 lugares para auxiliares e os restantes 6 para funcionários gerais.

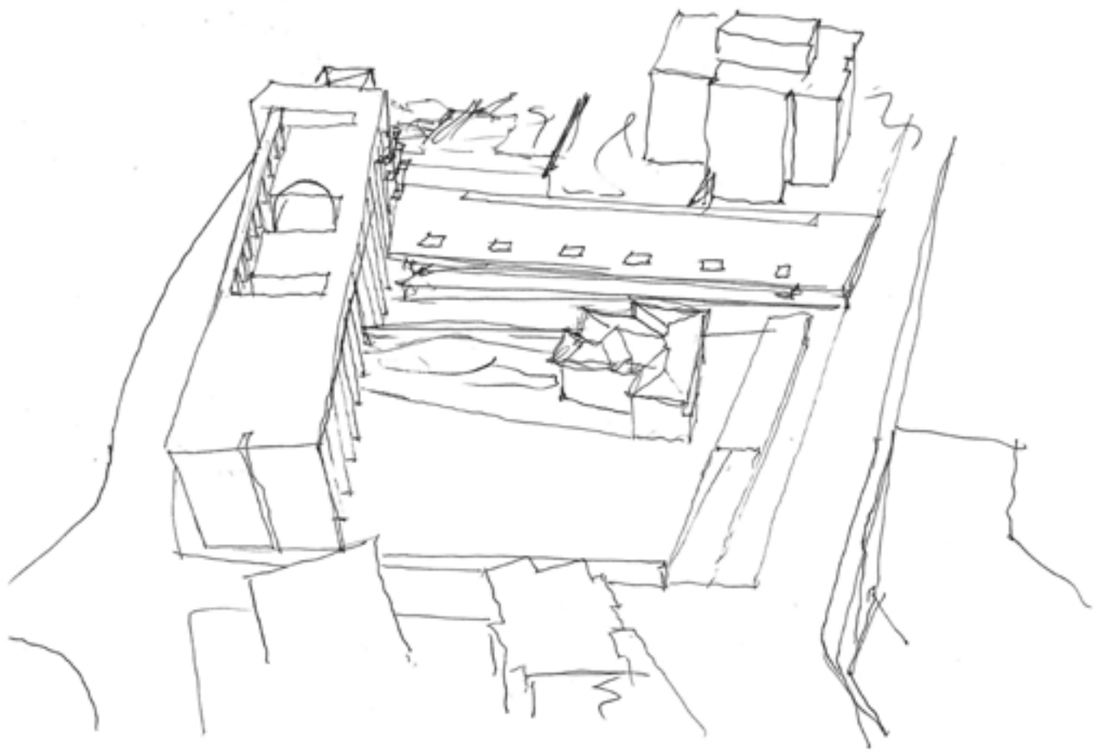


IMAGEM 78 - Esquisso geral do edifício

		FRAÇÃO	GARAGEM	TOTAL
P-2	ZONA COMUM			1248,00m²
P-1	ZONA COMUM			1530,50m²
	FRAÇÃO AA|AB	27,60m²|24,80m²	15,50m²	67,90m²
	FRAÇÃO AC|AD	24,80m² x 2	15,50m²	65,10m²
	FRAÇÃO AE|AF	24,80m² x 2	15,50m²	65,10m²
	FRAÇÃO AG|AH	24,80m² x 2	15,50m²	65,10m²
	FRAÇÃO AI|AJ	24,80m² x 2	15,50m²	65,10m²
R/C	ZONA COMUM			587,70m²
	DIRETOR DO LAR	145,70m²	15,50m²	15,50m²
	ADMINS. DO LAR		15,50m² x 2	31,00m²
	TÉCNICOS		15,50m² x 3	46,50m²
	RECEPCIONISTA		15,50m²	15,50m²
	AUXILIARES		15,50m² x 4	62,00m²
	FUNCIONÁRIOS		15,50m² x 6	93,00m²
P1	ZONA COMUM			281,00m²
	FRAÇÃO A	38,10m²	15,50m²	53,60m²
	FRAÇÃO B	75,90m²	43,80m²	119,70m²
	FRAÇÃO C	75,90m²	43,80m²	119,70m²
	FRAÇÃO D	75,90m²	40,50m²	116,40m²
	FRAÇÃO E	38,10m²	15,50m²	53,60m²
	FRAÇÃO F	75,90m²	43,80m²	119,70m²
	FRAÇÃO G	75,90m²	43,80m²	119,70m²
	FRAÇÃO H	75,90m²	36,10m²	112,00m²
	FRAÇÃO I	38,10m²	15,50m²	53,60m²
P2	ZONA COMUM			281,00m²
	FRAÇÃO J	38,10m²	15,50m²	53,60m²
	FRAÇÃO L	75,90m²	36,10m²	112,00m²
	FRAÇÃO M	75,90m²	36,10m²	112,00m²
	FRAÇÃO N	75,90m²	36,10m²	112,00m²
	FRAÇÃO O	38,10m²	15,50m²	53,60m²
	FRAÇÃO P	75,90m²	36,10m²	112,00m²
	FRAÇÃO Q	75,90m²	36,10m²	112,00m²
	FRAÇÃO R	75,90m²	36,10m²	112,00m²
	FRAÇÃO S	38,10m²	15,50m²	53,60m²
P3	ZONA COMUM			469,80m²
	FRAÇÃO T	38,10m²	15,50m²	53,60m²
	FRAÇÃO U	38,10m²	15,50m²	53,60m²
	FRAÇÃO V	38,10m²	15,50m²	53,60m²
	FRAÇÃO X	38,10m²	15,50m²	53,60m²
	FRAÇÃO Z	38,10m²	15,50m²	53,60m²

T1

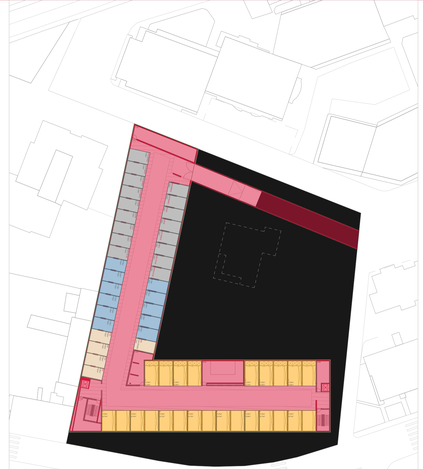
T0

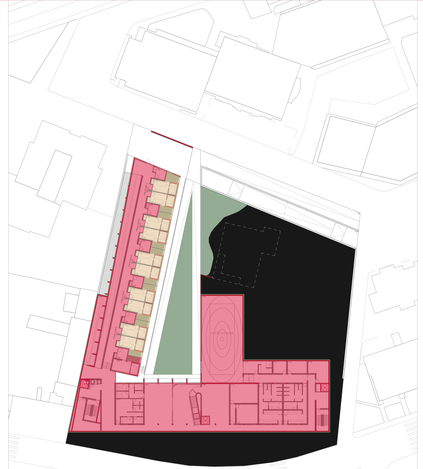
Quartos Individuais / Duplos

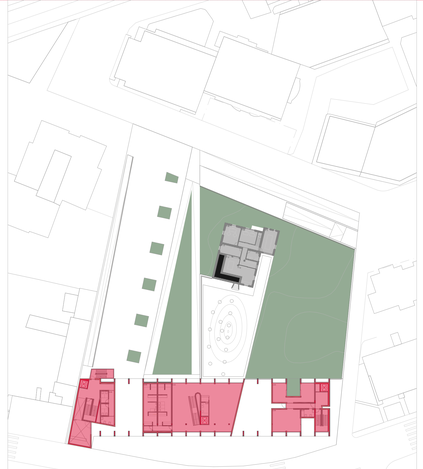
Administração / Pessoal

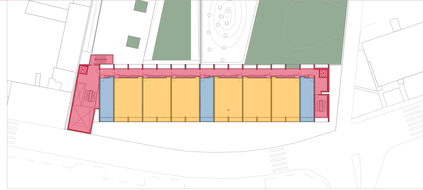
Zonas Comuns

Escala 1:500

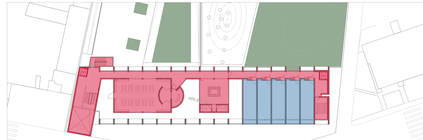












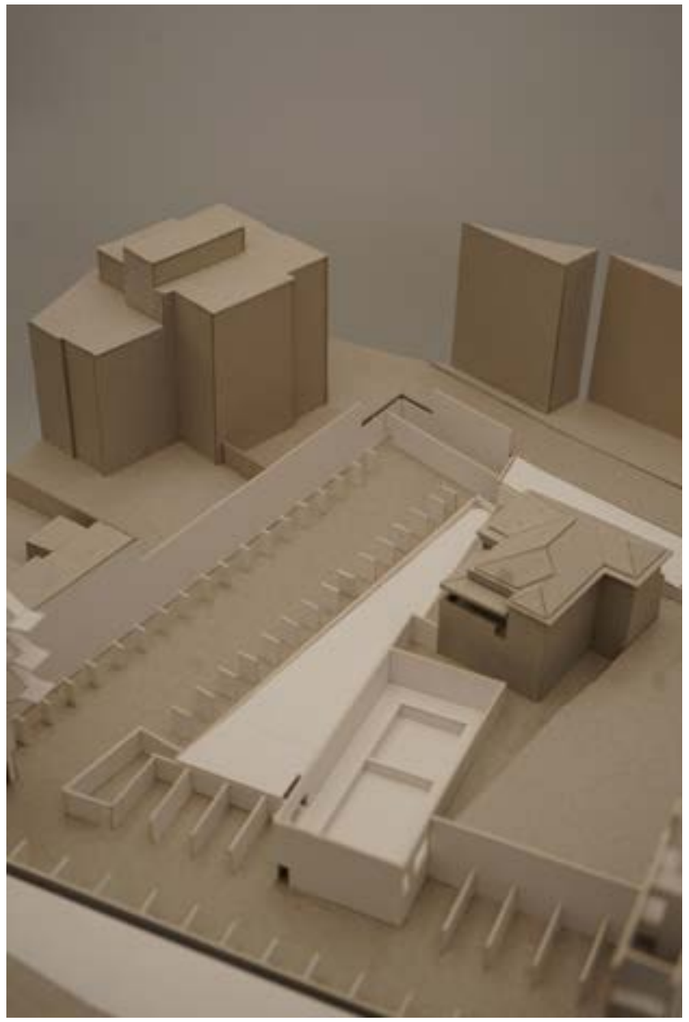


IMAGEM 79 - Maquete 1/200 Piso -2

Este capítulo destina-se especialmente às diversas componentes programáticas de natureza distintas que compõe este estabelecimento. As necessidades intrínsecas ao público alvo e futuros residentes do edifício são a base da organização funcional do mesmo, as relações entre cada sala e com o espaço exterior levam em conta, mais do que o normal, as questões ligadas à segurança, privacidade e acessibilidade do edifício que são de extrema importância neste tipo de equipamento. Também as especificidades, e alguns pormenores deste programa, acabam por separar esta solução apresentada de outras residências seniores ou de jovens e dos tradicionais lares de idosos.

O piso -2 apresenta-nos uma garagem bastante ampla, com uma rampa de acesso extensa, mas necessária, devido aos 8 metros de diferença entre a cota do piso da rua (497), de onde nasce, e a cota deste piso (489). É feita em percurso linear, com uma zona de circulação central de 6m de largura, que se dividem em 4m centrais exclusivos para carros e 1m em cada margem para circulação mais cuidada, tornando segura a circulação de peões. Sendo a circulação linear, e a entrada e saída feita pelo mesmo local, admite-se que em caso de inversão de marcha seja necessária uma manobra a dois tempos, que é facilitada pela largura generosa da zona de circulação. Todos os lugares têm uma profundidade de 5m e, como já referido no capítulo anterior, os lugares por baixo da clínica tem 3m de largura e os restantes (por baixo do volume principal) tem 3,5m de largura. Além dos lugares de estacionamento e dos acessos verticais, neste piso encontramos também 5 espaços de natureza técnica. Um primeiro espaço, localizado ao lado da entrada que seria para uso exclusivo dos "donos" deste estabelecimento, visto que com esta solução lhes foi "retirada" uma garagem existente atualmente no terreno e que se propõe demolir.



IMAGEM 80 - Maquete 1/200 Piso -1 (clínica)

Existe também uma sala localizada em baixo da piscina que será destinada ao apoio técnico da mesma. As restantes salas, uma em cada acesso vertical e outra na zona interior da "rótula" de rotação do volume principal para o volume da clínica, são destinadas aos compartimentos técnicos do edifício.

O piso -1 é como o coração do edifício. Onde se concentra a maioria das zonas de convívio e comuns, ou pelo menos as mais importantes, é o piso com maior concentração da percentagem de área. Em relação ao nível do piso, temos duas situações, a clínica que respeita a cota da rua Fernando Teixeira (494) e o restante piso -1 que está 1m abaixo (493). A razão para este desnível interior é a necessidade do respeito da cota da rua de modo a que se facilite o acesso à clínica, principalmente quando falamos em situações de urgência, porém, uma diferença entre lajes de 3m, subtraindo posteriormente a sua espessura e outros componentes da construção, para obter o pé direito desta zona (de convívio), é muito reduzida. A diferença de 1m resolve-se, tanto no interior como no exterior do edifício, da mesma forma: com umas escadas acompanhadas de uma rampa com inclinação ligeira por motivos de acessibilidade.

A clínica é desenhada através de um módulo repetido. Com uma capacidade de 10 utentes propõe-se 10 quartos individuais com instalação sanitária. Cada módulo tem dois quartos individuais em simetria que são separados por duas portas de correr. Desta forma é possível que, fechando as portas haja dois quartos individuais, e abrindo obtemos um quarto duplo. No limite temos 10 quartos individuais ou 5 quartos duplos. Esta solução foi pensada de modo a que, na eventualidade de um casal ou um par de amigos/as que pretendam ter um maior contacto diário e na impossibilidade, por diversos motivos (dos quais a dependência de cuidados de terceiros), de partilhar um apartamento, possam partilhar a habitação.

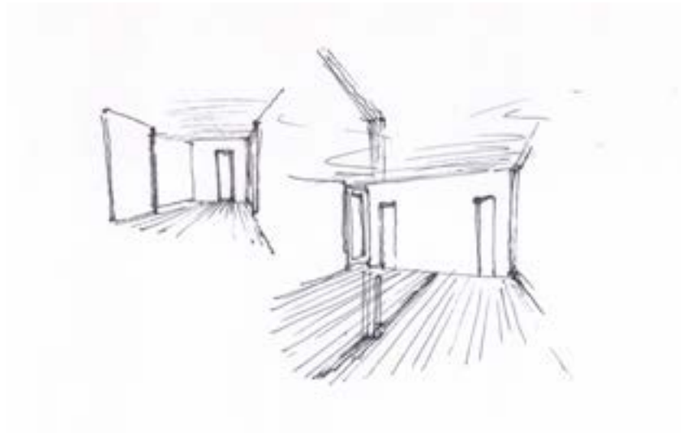
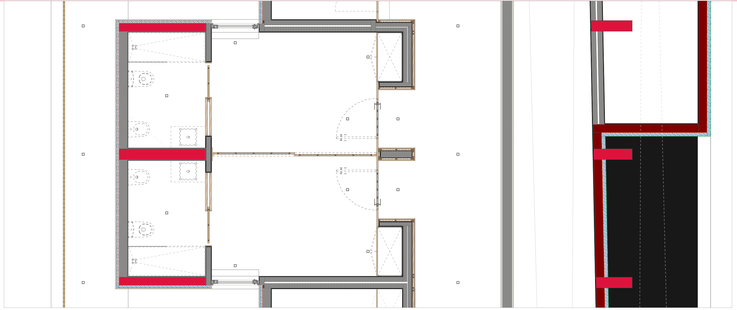


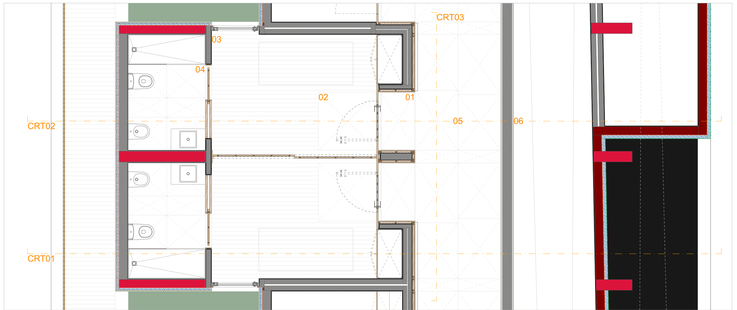


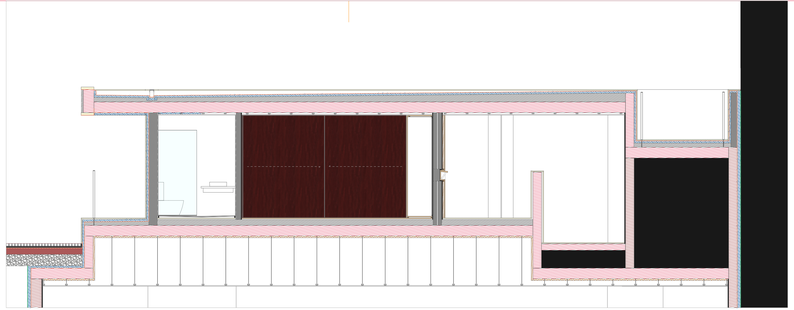
IMAGEM 81 - Esquisso do Quarto individual / Duplo I

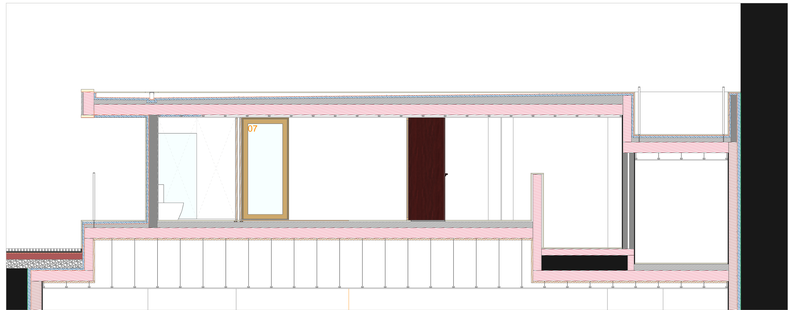
IMAGEM 82 - Esquisso do Quarto individual / Duplo II

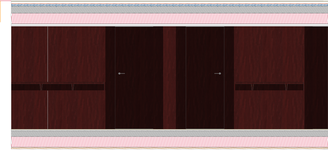
O quarto individual funciona como um módulo, segue uma linha bastante sóbria com apenas uma divisão. Ao contrário do que é costume, a instalação sanitária (acessível) encosta-se no seu alçado principal, de modo a que se liberte a restante área do quarto para a cama articulada que precisará de espaço em volta para o auxilio devido aos utentes desta zona. Ao encostar a I.S. no alçado principal, impede-se a abertura direta para o pátio principal do edifício mas, este é um gesto propositado, atribuindo assim a privacidade necessária a estes quartos. Desta forma, desenhou-se uma componente ao módulo, que respeita a métrica estrutural de 3m e que se divide em dois, sempre que aparece, sendo que uma destas partes é um pátio a céu aberto (que rasga a laje de cobertura da clínica), e pela sua re-entrância no volume do edifício, acaba por se atribuir como pátio exclusivo dos quartos individuais (cada pátio é partilhado entre 2 quartos). A abertura para o exterior de cada um dos quartos é feita então numa das suas paredes laterais e que dão passagem direta para estes pátios. A outra parte resultante desta nova componente do módulo vai-se intercalando, em termos de programa, entre salas de banho geriátrico e arrecadações que servem o edifício. O quarto oferece ainda, do outro lado, um armário encastrado para a arrumação de bens pessoais e. que partilha o espaço com a porta de entrada recuada, de modo a que o momento de paragem de movimento para a sua abertura não entre em conflito com a boa circulação no corredor.













ANEXO 15 - Quarto Individual / Duplo

Planta de tetos

Planta do quarto

CRT01

CRT02

CRT03

01 - Nicho de entrada

02 - Hall de entrada

03 - Quarto / Sala

04 - Instalação Sanitária acessível

05 - Corredor de distribuição

06 - Rampa acessível de distribuição

07 - Acesso ao pátio exterior

Escala 1|50



IMAGEM 83 - Maquete 1/200 Piso -1 (zona comum)

Em cada ponta da clínica temos uma exceção. Na zona mais para norte, desenha-se um espaço destinado a um segurança que faça o controle das entradas e saídas de pessoas, garantindo assim a segurança dos utentes que de noite ou de dia usufruem dos espaços comuns do estabelecimento. A porta de entrada/saída situada por baixo da pala que cobre a zona de cargas e descargas insere-se no enfiamento do corredor de acesso aos quartos e da rampa já referida, e desenha assim o acesso secundário ao edifício. Tanto o corredor como a rampa tem uma largura generosa de modo a que seja possível a boa movimentação das pessoas de mobilidade reduzida e mesmo as macas em casos de emergência. Ao centro do edifício, na zona da sua rotação, situa-se a zona de cuidados médicos, com um gabinete de consultas na entrada e com ligação a uma sala de enfermagem que serve para tratamentos imediatos ou um breve internamento, tendo capacidade para uma cama articulada.

A outra metade do piso é desenhada com as salas viradas a norte e com um corredor largo de distribuição no seu lado enterrado. A sequência dos corredores deste piso está também pensada de modo a que, em caso de emergência, o acesso à zona de cargas e descargas seja facilitado. O espaço dedicado ao pessoal funcionário toma uma posição central, no momento de rotação do edifício, pois está a uma distância razoável de todos os espaços que estarão ao seu cuidado. Seguem-se as salas de estar que, como re-

comendado, devem estar juntas para possibilitar a sua união em situações que o justifiquem. São então separadas por 6 portas de correr que podem ser "arrumadas" num canto de uma das salas de estar, não incomodando quando não estão a desempenhar o papel de separador das salas. Desenhado no chão e, consequentemente, no teto temos os carrilhos onde as portas correm, e verifica-se que há uma mudança de direção que possibilita a tal arrumação ao canto. Sendo 6 portas, permite-se ainda abrir/fechar apenas parcialmente a comunicação entre as duas salas. As salas tem acesso direto a instalações sanitárias que servem ainda o refeitório. Uma das salas tem um elemento de acesso vertical (elevador e dois lances de escadas) que estabelecem a comunicação entre este piso e o superior, e não sendo elementos de fuga em caso de emergência, permitem um desenho mais livre. É este elemento que faz a separação desta sala com o refeitório ao seu lado, permitindo na mesma a comunicação entre as duas salas através de uma passagem, por baixo das escadas, encostada às janelas. O refeitório é um espaço amplo que não serve se passagem para nenhuma outra sala e que é acessível através da passagem pela sala de estar, ou então pelo corredor de distribuição do piso. Tem ainda comunicação direta com a cozinha pela copa. Adjacente à cozinha, encontra-se a lavandaria, e o acesso ao interior a estas duas áreas de serviços é feito por um corredor de serviço que em nada incomoda à circulação pelo espaço comum pois a sua circulação é restrita aos funcionários do estabelecimento.

A ideia de adicionar uma piscina ao projeto não fez parte do programa inicialmente desenvolvido, mas quando as questões de terapias e fisioterapias frequentemente necessárias nas idades que estamos a tratar começaram a aparecer, impulsionadas pelos desenhos iniciais da sala de movimento, atualmente no piso do R/C, veio também à ideia a possibilidade de incluir uma piscina no programa. É um gesto ambicioso e pouco frequente, sendo que nenhuma referência de lares de idosos aqui mencio-





IMAGEM 84 - HERZOG & DE MEURON - REHAB Basel, Centre for spinal cord and brain injuries. 1999-2002. Basileia, Suíça

IMAGEM 85 - BIG - Bjarke Ingels Group - Gammel Hellerup Gymnasium. 2013. Hellerup, Copenhaga, Dinamarca

XLII - HERZOG & DE MEURON - REHAB Basel, Centre for spinal cord and brain injuries. 1999-2002. Basileia, Suíça

XLIII - BIG - Bjarke Ingels Group - Gammel Hellerup Gymnasium. 2013. Hellerup, Copenhaga, Dinamarca

nada propõe algo do género. As qualidades da água e das terapias através dela são conhecidas e a atividade física, como hidroginástica, para a terceira idade é, em muitos casos, vital para o bom desenvolvimento físico e motor dos idosos. A "Rehab Basel, Centre for spinal cord and brain injuries"[XLII] (IMAGEM 84) surge no contexto de procura de referências para o tema de uma piscina terapêutica. O edifício em si e alguns dos seus pormenores serviram como inspiração para o desenho da piscina deste estabelecimento, assim como alguns outros pormenores ao longo do resto do edifício. Ainda assim, a natureza de cada edifício é bastante diferente, e mesmo o público alvo não é exatamente o mesmo, portanto não seria lógica a aproximação à mesma abordagem. Apenas pelo facto de se tratar de um edifício de terapias e tratamentos, de reabilitação, que são parte integrantes deste novo equipamento em Abraveses, tornou-se uma referência para o mesmo. Além deste edifício, foi utilizado outro, também de cariz desportivo, como inspiração para uma parte integrante desta piscina. O "Gammel Hellerup Gymnasium"[XLIII] (IMAGEM 85) em Hellerup, na Dinamarca é um ginásio que pertence à "Gammel Hellerup High School" e é um projeto do gabinete BIG - Bjarke Ingels Group. É um equipamento desportivo pelo que o interesse para este projeto prende-se à sua diferenciada cobertura que serviu de ideia base, vindo-se a fundir com a cobertura da piscina de "Rehab Basel" , para o desenho final da cobertura da piscina deste edifício.

Propôs-se, numa primeira fase, uma piscina com um desenho bastante aproximado à piscina da clínica de reabilitação. Mas num momento posterior, instala-se um desagrado perante a invasão que esta solução fazia ao terreno natural que rodeava a casa, deixando-o descontrolado e bastante reduzido. Esta busca de um desenho mais adequado para aquilo que seria o seu exterior, leva-nos ao encontro do projeto do gabinete BIG - Bjarke Ingels Group e de um ginásio projetado para a"Gammel Hellerup High School".





IMAGEM 86 - Interior da piscina da Rehab Basel

IMAGEM 87 - Mimar Sinan - Suleymaniye Hamam. 1550 - 1557. Istambul, Turquia

XLIV - Herzog & de Meuron - herzogdemeuron.com. HERZOG E DE MEURON HOSPITALS. Disponível em: https://www.herzogdemeuron.com/index/focus/940-focus-hospitals/design-process.html
"As esferas de vidro nas salas permitem aos pacientes com mobilidade reduzida experiência mudanças de luz e condições atmosféricas, e ainda vistas especiais do céu."
"Na piscina, os pontos de luz vindos das clarabóias lá dispostas e o reflexo da água no teto criam uma representação de um céu de estrelas brilhantes."

A adopção de uma forma orgânica idêntica para a cobertura desta piscina era o ideal para se inserir na sequência do terreno natural aqui existente que continua, e é praticável não precisando de se esconder. O teto interior ganha um sentido de infinidade através da curva que desenha, confundido o espectador quanto ao seu início e fim.

O ambiente no interior da piscina da clínica de reabilitação é misterioso, podendo até dizer-se que sombrio (IMAGEM 86). Conta com apenas uma abertura para o exterior ao nível do chão. É a sua cobertura que mais se evidencia. Uma pirâmide oblíqua rectângular pousa em cima de um paralelepípedo implantado no piso térreo do edifício. Além da forma irregular, a cobertura em betão é repleta de clarabóias que são responsáveis pelo ambiente particular do interior da piscina. Os furos circulares, aparecem no exterior com umas cápsulas esféricas transparentes e no interior, aliadas ao reflexo das águas no teto, formam uma bela representação de um céu estrelado, dizem os próprios arquitetos, *"Glass spheres in the rooms allow patients with limited mobility to experience changing light and weather conditions and provide special views of the sky overhead."*, "I*n the pool, dots of light coming through roof apertures and the reflection of the water create a ceiling of sparkling stars."*[XLIV] Este ambiente é muito aproximado aos banhos turcos do arquiteto otomano Mimar Sinan (IMAGEM 87), do século XVI, em que a luz zenital era uma das principais características.

Obtém-se uma fusão entre as referências acima mencionadas. Os óculos esféricos exteriores fazem parte desta nova solução e garantem as "estrelas" celestiais representadas no teto do interior. O ambiente adivinha-se majestoso, através da simplicidade da forma vulgar no nível térreo que se remata num espetáculo "infinito" de luzes e raios solares (quando as condições se reúnem) que invadem todo este interior e que se desenham na curva da cobertura.



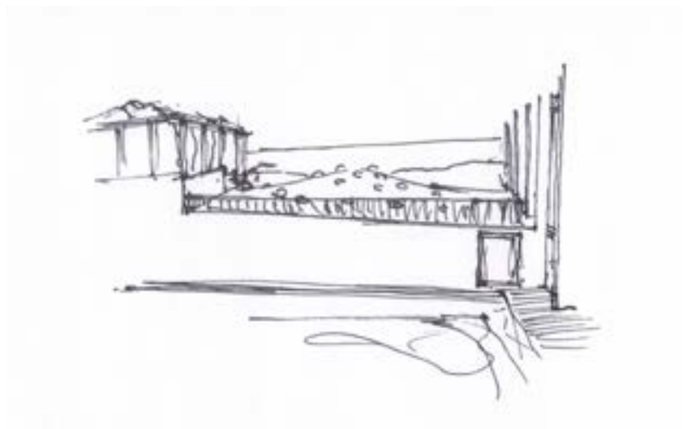


IMAGEM 88 - Esquisso da piscina (exterior) I

IMAGEM 89 - Esquisso da piscina (exterior) II

XLV - Regulamento Técnico-Sanitário de Piscinas de Uso Público (projecto), Julho de 2009

XLVI - Piscinas do tipo 2 - Piscina destinada a proporcionar um serviço complementar à atividade principal de um empreendimento (ex., piscinas de hotel, piscinas de saques de campismo, piscinas de clubes, piscinas terapêuticas), e cujo uso é considerado "público", conforme a alínea 3.5 de NP en 15288-1 2008. - Regulamento Técnico-Sanitário de Piscinas de Uso Público (projecto), Julho de 2009, página 12.

XLVII - Piscinas cobertas - quando comportam um ou mais tanques artificiais confinados em ambientes constituídos por estruturas fixas e permanentes. - Regulamento Técnico-Sanitário de Piscinas de Uso Público (projecto), Julho de 2009, página 12

XLVIII - Tanques de Aprendizagem - apresentam os requisitos morfológicos e funcionais adequados para as actividades formativas e propedêuticas das disciplinas natatórias, para o jogo, o recreio e a manutenção. A profundidade máxima destes tanques é de 1,50m, e não devem apresentar, em pelo menos 2/3 da sua superfície, profundidades superiores a 1,10m. - Regulamento Técnico-Sanitário de Piscinas de Uso Público (projecto), Julho de 2009, página 13

No que toca ao projeto da piscina, este já teve uma componente técnica bastante mais forte. E em vez de referências e inspirações, teve como base um livro de regulamentos técnico-sanitários específico sobre piscinas de uso público em Portugal[XLV], tal como o restante projeto se apoiou no caderno de recomendações para lares de idosos da segurança social.

Uma piscina terapêutica é concebida para a prestação de cuidados médicos e de fisioterapia, sob supervisão e controlo de pessoas habilitadas para o efeito. A classificação das piscinas prende-se a três diferentes critérios: natureza da atividade, ambiente ou tipologia construtiva e valência ou tipologia funcional. Em termos da natureza da sua atividade, esta piscina classifica-se como "piscina do tipo 2"[XLVI], quanto ao ambiente, é uma piscina coberta[XLVII] e, por último, quanto à tipologia funcional, insere-se no grupo dos tanques de aprendizagem.[XLVIII]

As piscinas devem ser concebidas de modo a que se repartam por quatro diferentes sectores/zonas: zona de banho ou cais, zona de serviço complementares, zona de serviços técnicos e zona de público. Entre as quatro, a zona de público é a única não existente, pois neste caso, sendo uma piscina terapêutica afeta a um estabelecimento privado, a privacidade é algo que prevalece. Ainda assim, as outras três estão bem delimitadas.

A zona do cais, é constituída pelos tanques e pela área do cais, que se desenvolve perimetralmente aos tanques. As zonas de serviços complementares incluem os locais dos vestiários, balneários e sanitários para os banhistas, monitores e pessoal encarregado da manutenção da piscina. O posto de primeiros socorros, locais de guarda-roupa e de arrecadação de material de animação e/ou de treino fazem parte desta zona também. A terceira, e última zona, é a de serviços técnicos e inclui os espaços e instalações de tratamento de água, aquecimento e climatizarão, instalações elétricas, etc. Esta última zona situa-se no piso -2 do edifício, imediatamente abaixo da área destinada à piscina.

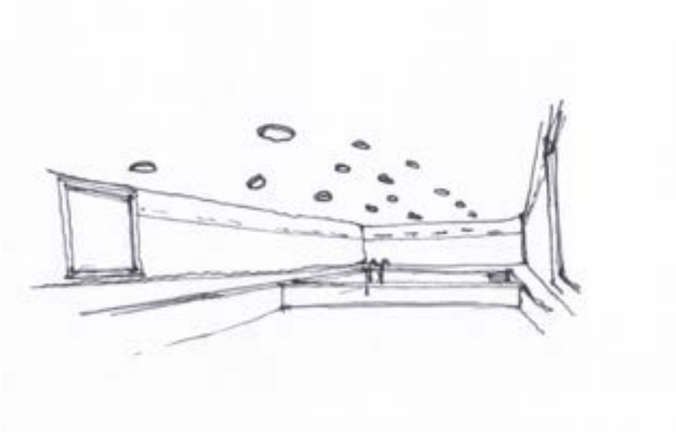


IMAGEM 90 - Maquete 1/200 Piso -1 (piscina)

O local de acesso ao cais da piscina é estabelecido na proximidade da zona de menor profundidade dos tanques, e no seu caminho apresenta um lava-pés rampeado, tornando inevitável o seu atravessamento. Este acesso é feito por um corredor que num dos lados tem as entradas/saídas dos balneários femininos e masculinos, e em frente a entrada para as salas de vigilância do nadador-salvador, posto de primeiros socorros e sala de arrumos de materiais da piscina.

Os vestiários, balneários e sanitários devem ser distintos por sexos e divididos em dois sectores separados e proporcionados. No seu interior existe uma clara separação entre a zona seca dos vestiários para utentes vestidos e com calçado de rua e a zona húmida destinada aos utentes em pés descalços e com trajes de banho. A organização dos balneários prevê uma zona de entrada e outra de saída tanto para os balneários masculinos como para os femininos, sendo que as saídas dão acesso direto ao corredor de distribuição que, por sua vez, comunica diretamente com o cais da piscina.

Toda a área da piscina é encerrada através de uma porta isolada ao resto do edifício, principalmente por motivos de humidade indesejada nas restantes zonas do mesmo.



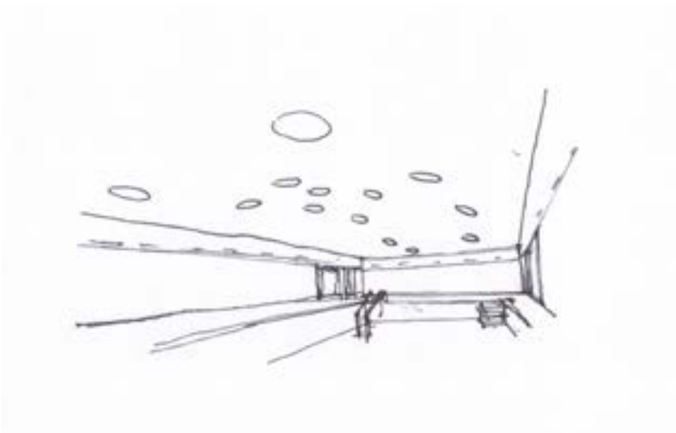
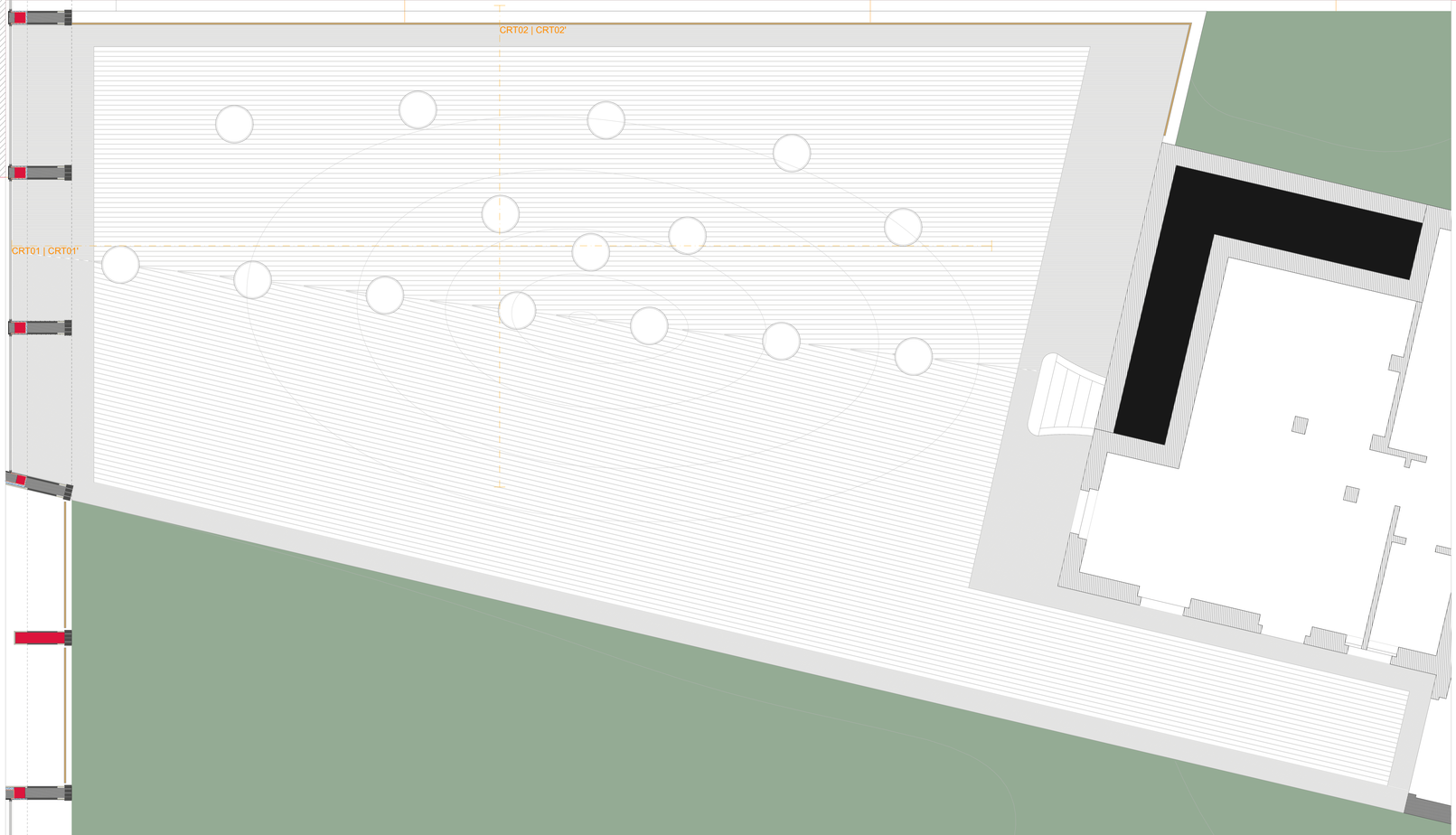
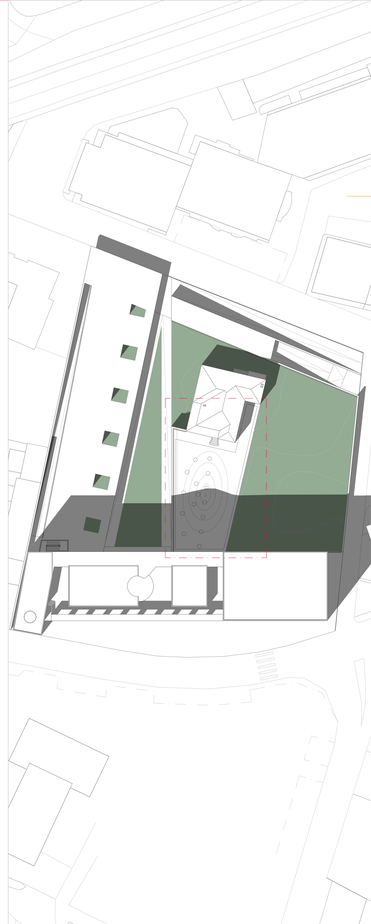


IMAGEM 91 - Exsuisso da piscina (interior) I

IMAGEM 92 - Esquisso da piscina (interior) II

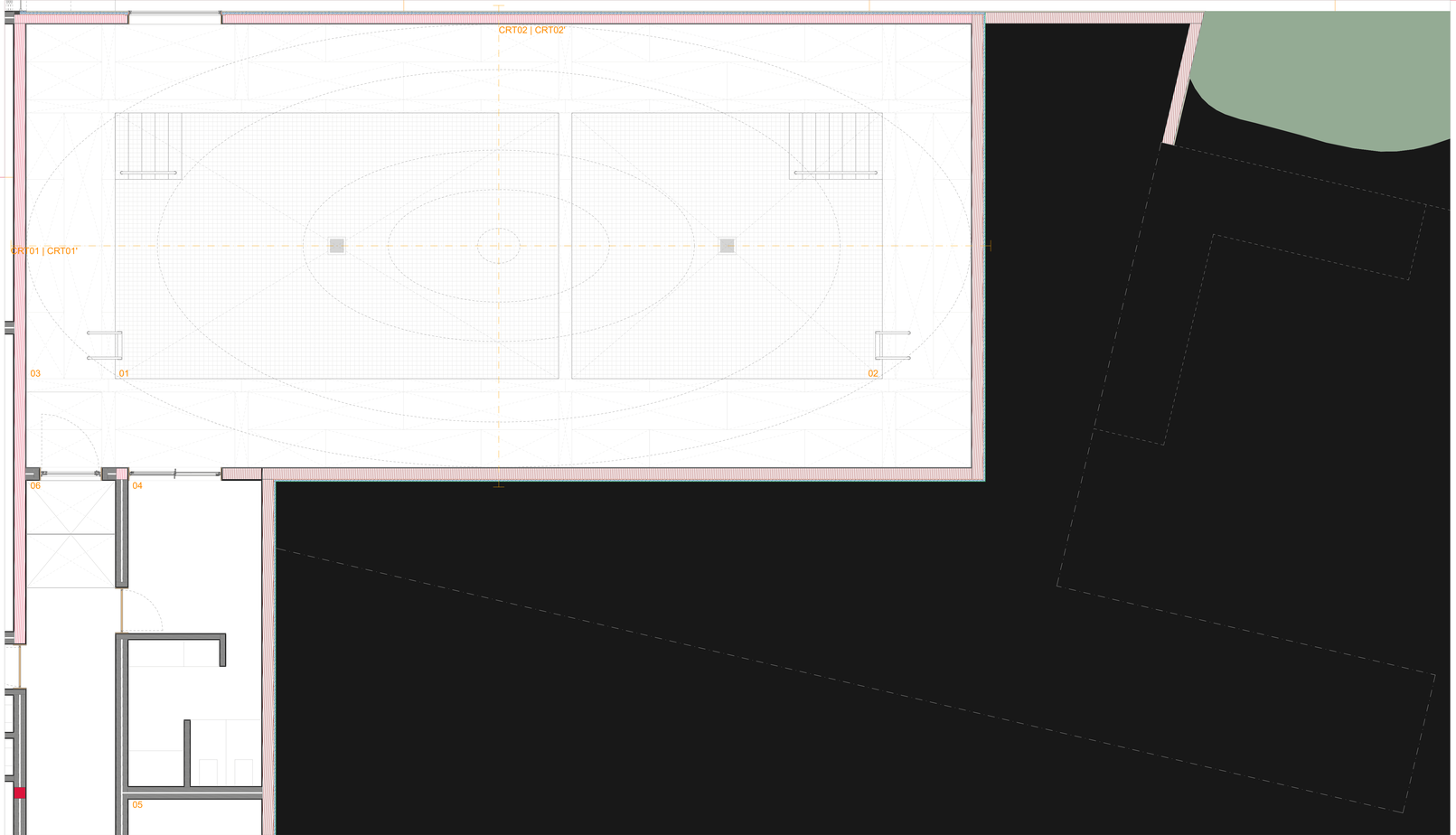
A piscina é desenhada como um espaço amplo, sem obstáculos no chão, com dois tanques, um com 1,10m de profundidade (maior) e outro com 1,50m de profundidade (menor) e com escadas de mão para efetuar o acesso a cada tanque, ou escadas no piso destinadas a quem tiver maiores dificuldades de mobilidade. Além da porta de entrada, da abertura da sala de vigilância do nadador-salvador e monitores, e das clarabóias, existe ainda mais uma abertura que, sendo de caixilharia fixa, comunica com o pátio central do edifício a um nível visual apenas. As poucas aberturas permitem um ambiente ideal para o efeito estrelado que se pretende com as clarabóias.





ANEXO 16 - Planta de Cobertura da Piscina

Escala 1|50



ANEXO 17 - Planta da Piscina

01 - Tanque 1 | 1,10m de profundidade

02 - Tanque 2 | 1,50m de profundidade

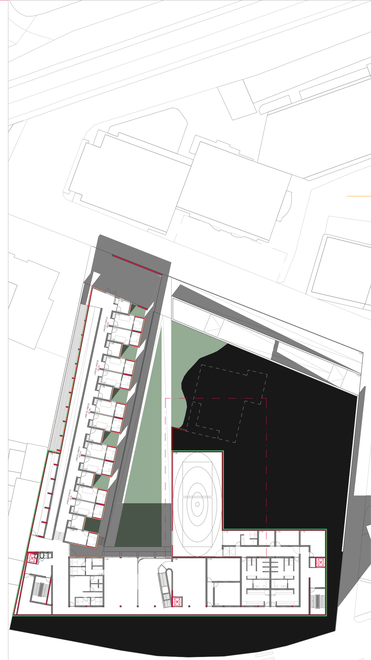
03 - Cais

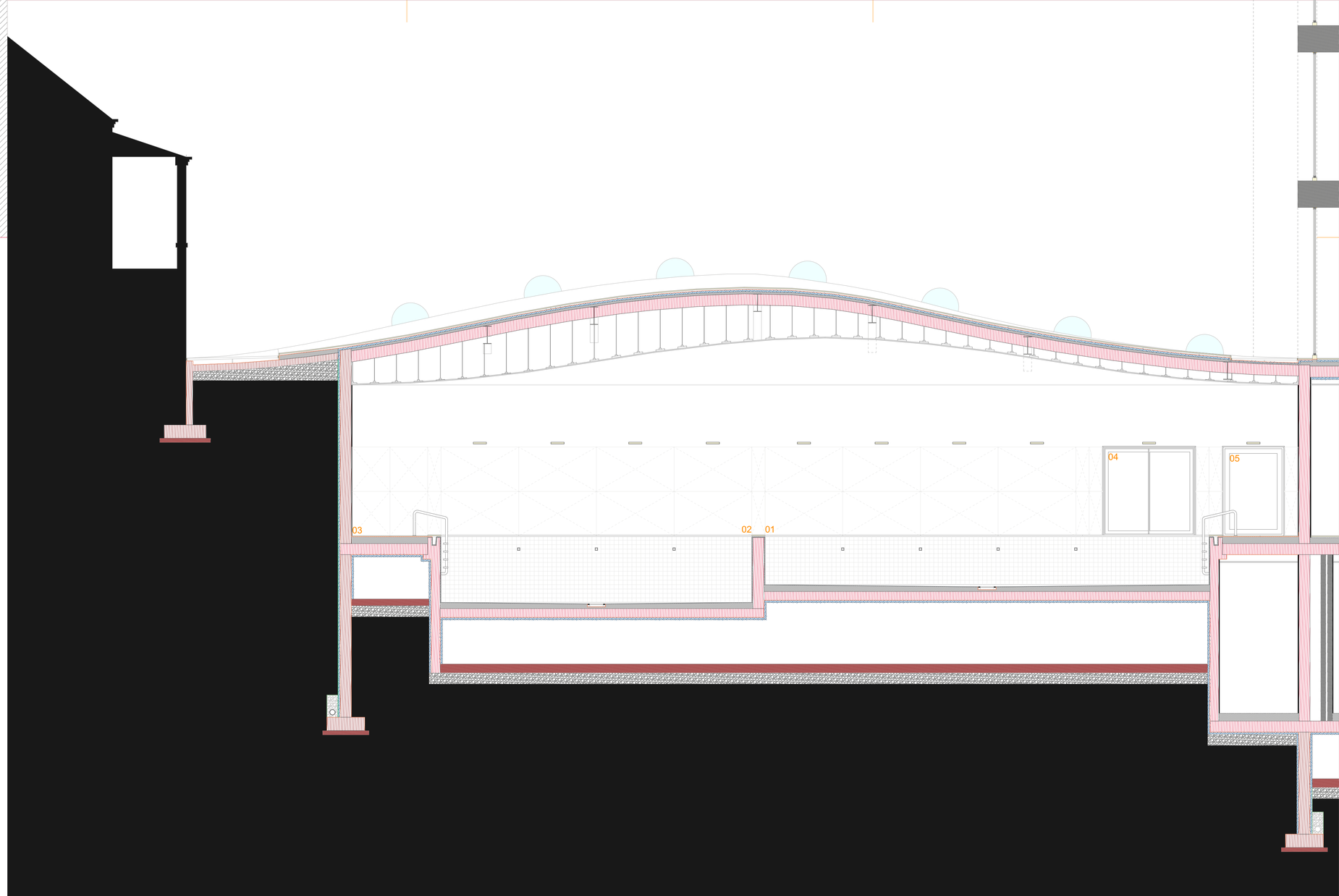
04 - Sala do monitor / Nadador Salvador

05 - Sala de Primeiros Socorros

06 - Lava-pés

Escala 1|50





ANEXO 18 - CRT01 (Piscina)

01 - Tanque 1 | 1,10m de profundidade

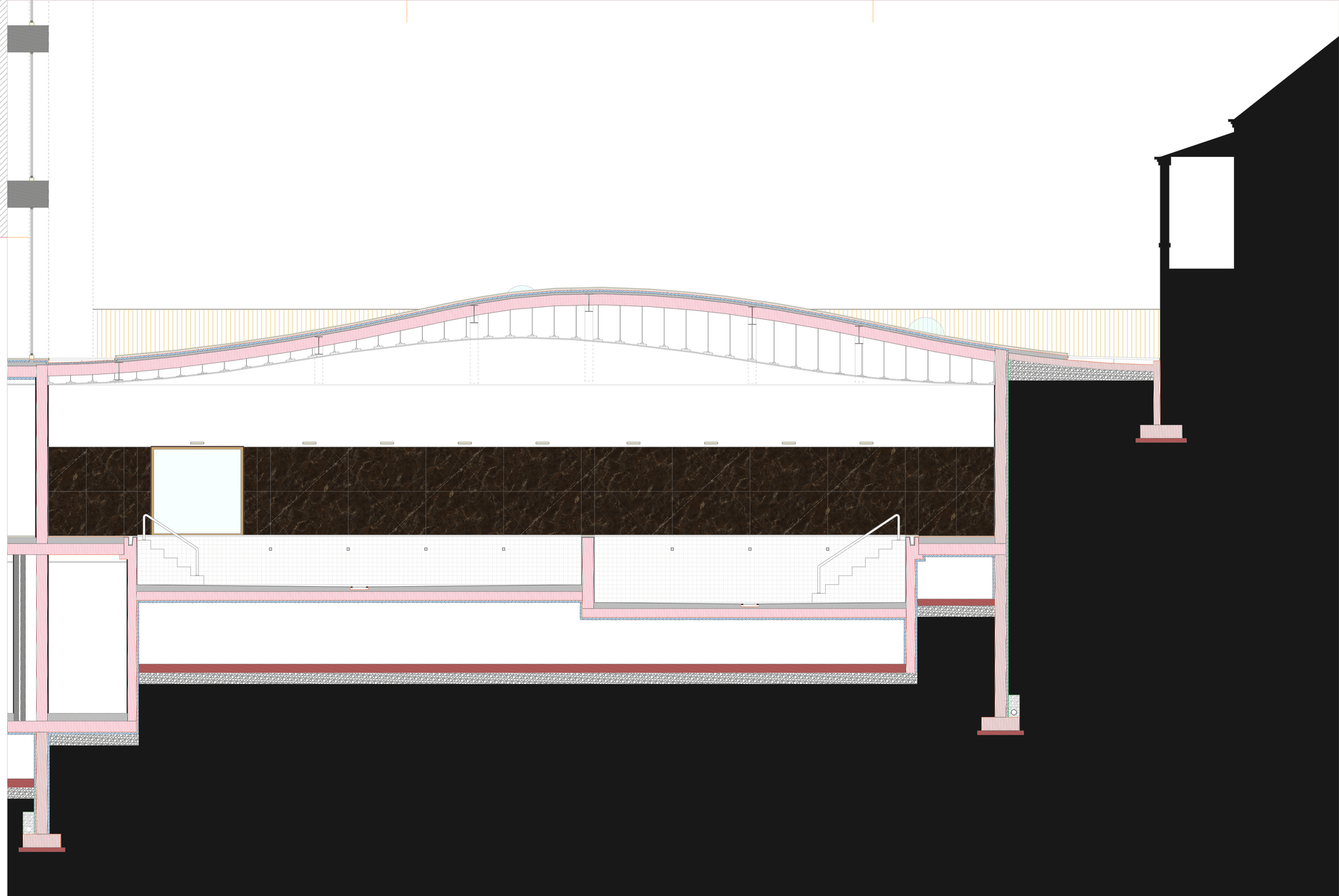
02 - Tanque 2 | 1,50m de profundidade

03 - Cais

04 - Sala do monitor / Nadador Salvador

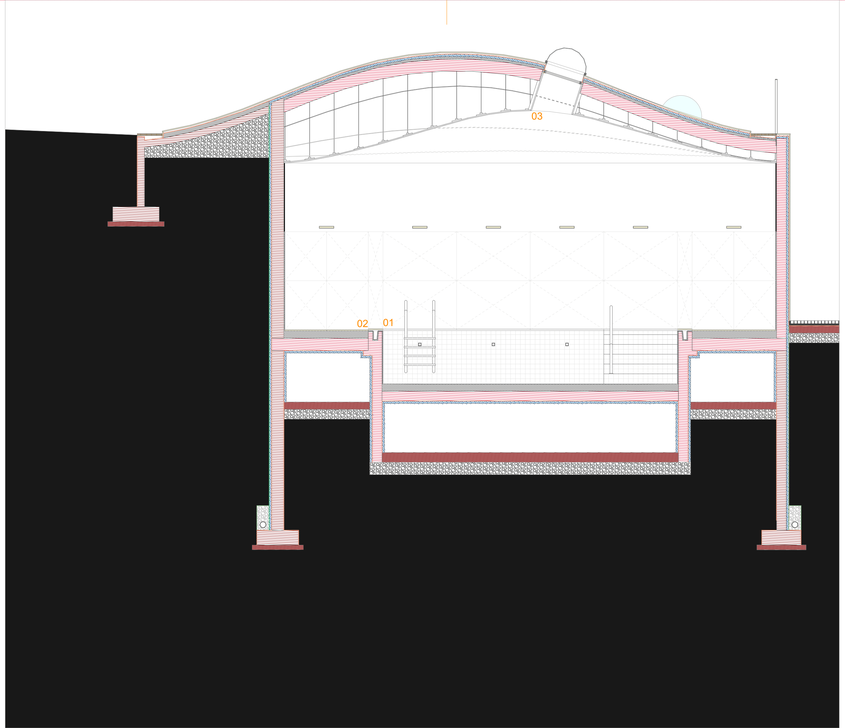
05 - Acesso / Saída da piscina

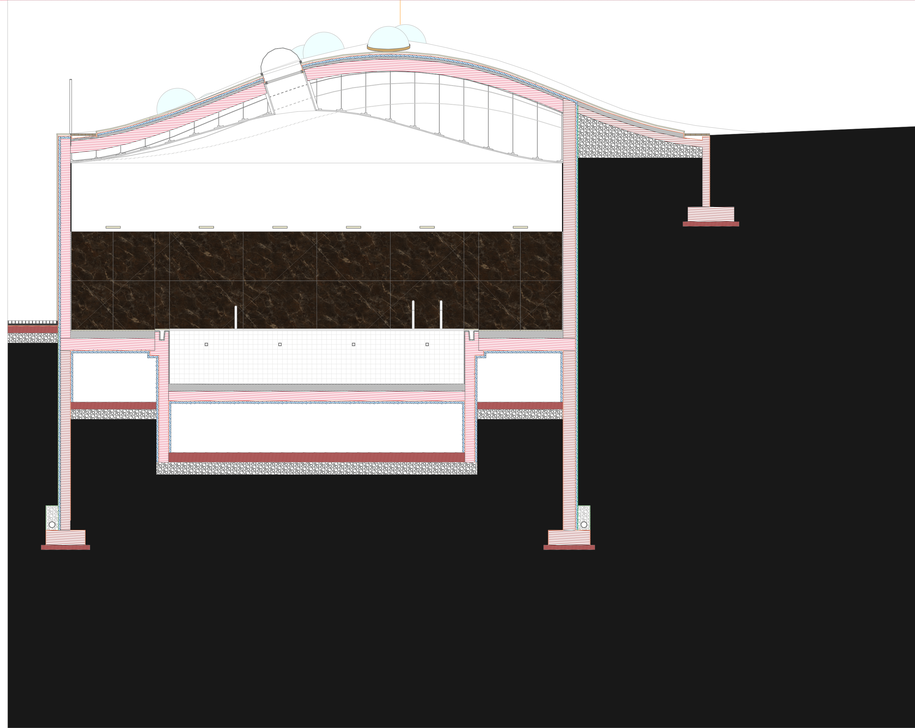
Escala 1|50



ANEXO 19 - CRT01' (Piscina)

Escala 1|50





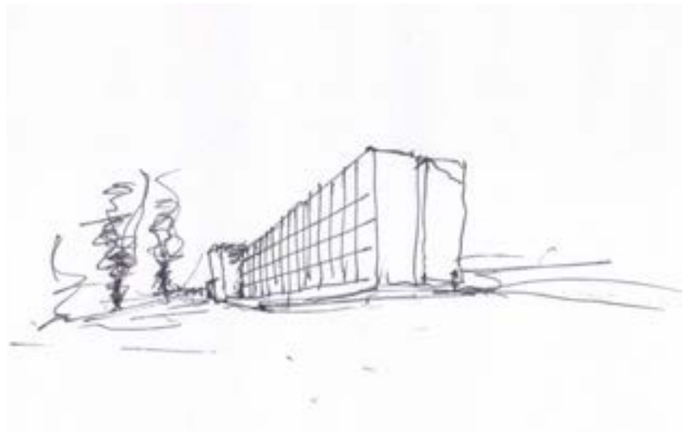
ANEXO 20 - CRT02 e CRT02' (Piscina)

01 - Tanque 1 | 1,10m de profundidade

02 - Cais

03 - Clarabóia com óculo exterior

Escala 1|50



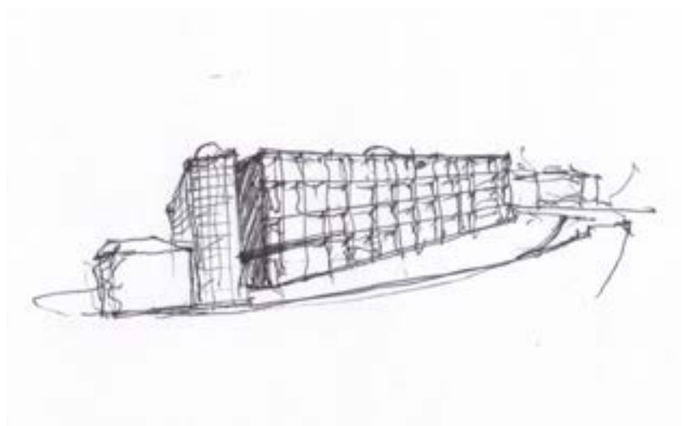


IMAGEM 93 - Esquisso da entrada do edifício I

IMAGEM 94 - Esquisso da entrada do edifício II

O piso térreo é a ligação do edifício com a sua envolvente. Não lhe volta as costas, procurando-a. Convida o público a usufruir dos espaços que lhe são proporcionados. Esta foi uma premissa bem presente desde o início do desenvolvimento do projeto. Não ter medo do "monstro" da cidade e assegurar a segurança e privacidade através da arquitetura e não através dos muros. Parte-se de um sentimento que é urgente: a mudança de paradigma e fazer com que os componentes da cidade comuniquem com ela, e não se escondam dentro dos seus terrenos na procura de um excesso de segurança que, no limite, exagera o medo da cidade. Como arquitetos temos responsabilidades além do lote do cliente, temos uma responsabilidade conjunta em construir cidade e em vez de construir barreiras, tentar desconstruí-las, dando-lhes novos significados e formas. Este piso é permeável e permite o contacto visual e até físico com a outra ponta do terreno.

A receção não é um espaço muito complexo, mas é emotivo. O volume exceção afeto ao volume principal arranca neste piso e ergue-se até ao topo do edifício. Entramos por baixo de uma pala e numa zona em que a parede da porta de entrada sofre uma rotação e desalinha com a parede imediatamente acima. A emoção da recepção é-lhe conferida pelo pé direito quadruplo que nos surpreende mal entramos. É um volume seco sem qualquer abertura para o exterior a não ser a porta e uma clarabóia. Este pé direito surpreendente partilha o entusiasmo com o acesso vertical desenhado que num jogo de repetições de inclinações desenha as guardas opacas das escadas, definindo assim a área de espera e recepção do estabelecimento. Neste mesmo volume, no lado oposto, mais reservado, temos as instalações sanitárias e uma comunicação com a cobertura da clínica, onde também se remata uma rampa exterior paralela ao corredor (no interior) desta zona e que estabelece ligação entre o piso -1 e o R/C. Desenham-se ainda umas escadas exteriores em ferro que tomam o papel de escadaria de emergência, libertando desse papel as mais escultóricas do interior.

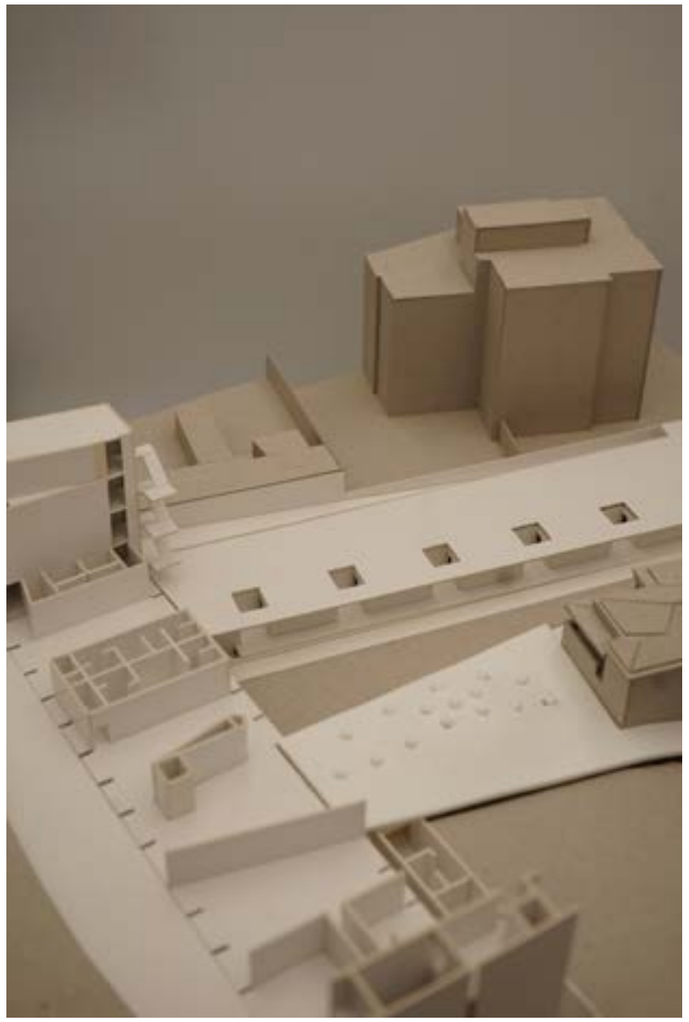


IMAGEM 95 - Maquete 1/200 Piso Térreo

A sala central é destinada ao desporto e projeta-se que vá ter uma relação quotidiana bastante importante com a piscina no piso -1. É uma sala ampla com balneários femininos e masculinos e uma instalação sanitária acessível que tem ao centro o acesso (escadas e elevador) já mencionado estabelecendo a ligação entre esta sala e as salas de estar abaixo. O interesse desta sala, além de ser uma oferta de espaço desportivo para os residentes, é a ligação com o espaço público, permitindo que seja um espaço à exploração por alguma empresa privada, ou alguém com negócio particular. Esta solução implicaria que fosse dada uma vantagem, ou prioridade, aos utentes, a nível de disponibilidade, porque a renda mensal de habitação iria incluir estes serviços (serviços acordados com a administração do estabelecimento, através de contrato). O aluguer deste espaço com possibilidade de negócio era uma mais valia pelo rendimento que iria trazer.

Por último, encostadas a nascente temos duas salas que seguem a mesma lógica de possibilidade de exploração por parte de iniciativas exteriores ao estabelecimento. Uma sala de cuidados de estética e uma de actividades ocupacionais. A SAO vira-se para o interior do terreno, de modo a que se possa aproveitar esta qualidade natural desta parte do terreno para qualquer actividade que lá se desenvolva. Divide-se em duas salas separadas por uma reentrância que torna esta relação com o terreno natural no interior ainda mais íntima. E é possível a passagem do interior para o exterior através destas duas salas. No caso da sala de cuidados de estética obtemos uma área idêntica à anterior mas, não estando dividida, apresenta-se como uma sala mais ampla. Ainda assim, existe uma reentrância que oferece resguardo para a zona de entrada nesta sala. Existe também uma instalação sanitária acessível que serve tanto os utentes como os funcionários que trabalham nestas salas.

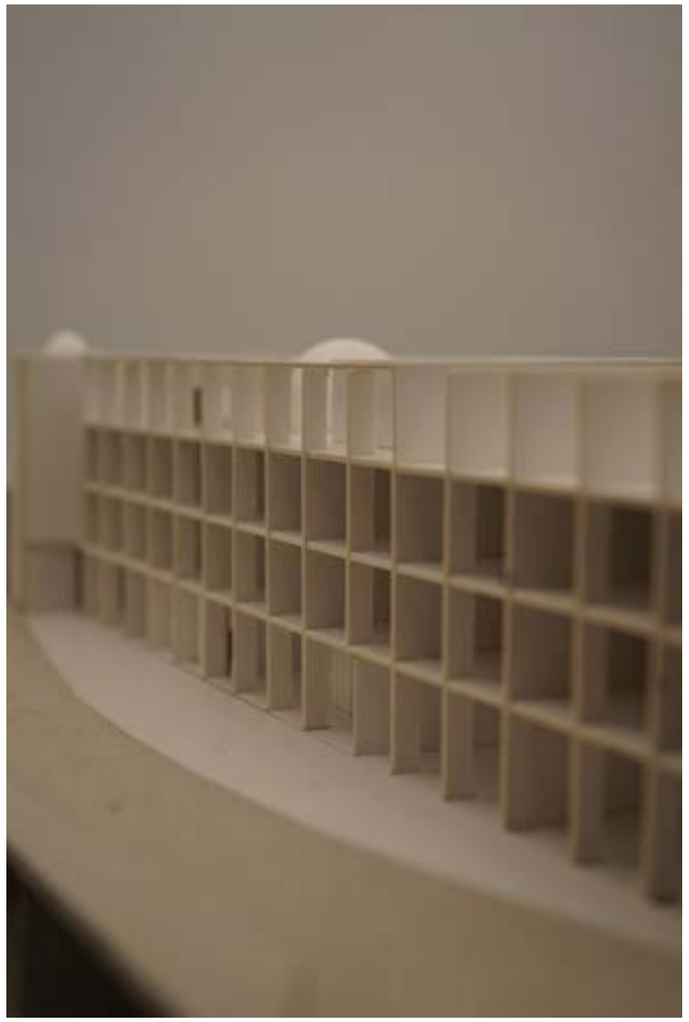


IMAGEM 96 - Maquete 1/200 Piso 1 e 2

O piso 1 e piso 2 são iguais e como já foi referido, funcionam como um sistema de galeria. O corredor que serve a galeria é interior mas com uma iluminação intensiva, devido à quantidade de aberturas que são apenas interrompidas pelos elementos estruturais que se leem no alçado norte. Tal como na clínica, é adoptada a solução de recuar as portas de entrada para não haver nenhum impedimento à circulação nos momentos de entrada em cada habitação. São ainda dispostos pelos corredores uns armários encastrados que servem de depósitos de roupa e outros produtos para a manutenção do edifício, e que facilitam os funcionários, evitando que tenham que se deslocar até ao piso da clínica onde estão as arrecadações de produtos de limpeza. Do ponto de vista da funcionalidade são pisos bastante simplificados e que albergam os apartamentos das tipologias T0 e T1.

A tipologia T0 é exclusivamente destinada aos jovens. E cada apartamento deste tipo terá apenas um habitante. Os apartamentos T0 e T1 relacionam-se e partem da mesma premissa. Lado a lado, nas áreas que são exigidas por ambos é fácil de perceber os traços de desenho comuns. O T0 tem uma cozinha/kitchenette, instalações sanitárias, uma sala/quarto e uma varanda. A porta de entrada abre-se para um hall bastante controlado que é confinado entre a parede e um móvel com quadro elétrico e espaço de arrumação. Deste ponto, a visão atravessa a casa até à varanda com vista para o sul sobre a cidade que a rodeia, mas antes de lá chegar abre-se o espaço de refeições, com fogão e forno, zona de frio (frigorifico e arca), banca de lavar loiça e alimentos, e armários de arrumação, tudo disposto ao redor de uma mesa para o consumo das refeições. Segue-se a instalação sanitária, que é acessível e até bastante generosa. Equipada com sanita, bidé lavatório com arrumação e base de duche permite o "estacionamento" de cadeira de rodas entre a sanita e o bidé e uma rotação de 360º no seu interior, caso seja necessário. O quarto/sala é um espaço amplo com um armário grande para arrumação e que seria montado/a a gosto do residente.



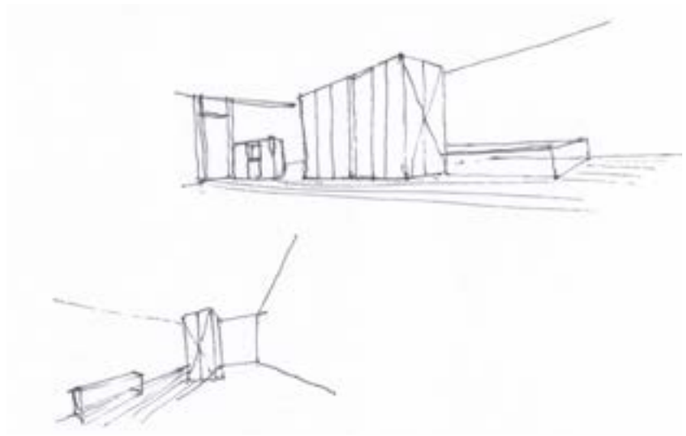


IMAGEM 97 - Esquisso do apartamento T0 I

IMAGEM 98 - Esquisso do apartamento T0 II

Podemos ter um sofá-cama ou então uma cama de casal aqui a ocupar este espaço, sobrando ainda espaço para um pequeno móvel para uma televisão. Como alternativa podemos encostar uma cama de solteiro à parede, com um armário como cabeceira (ou não), e temos ainda espaço para uma zona de trabalho, e um sofá individual para descanso. A comunicação para o exterior é feita por uma caixilharia de alumínio de correr que abre para uma pequena varanda. Esta janela ocupa a totalidade do vão e ilumina toda a habitação, visto que esta não é muito extensa nem compartimentada. Existe ainda uma abertura ao nível do teto na cozinha que, pela abertura total do corredor para o exterior, permite a entrada de luz natural para as cozinhas do T0.

ANEXO 21 - T0

Planta

Planta de tetos

CRT 01 (T0)

CRT 02 (T0)

01 - Nicho de entrada

02 - Hall de entrada

03 - Cozinha

04 - Distribuição

05 - Varanda

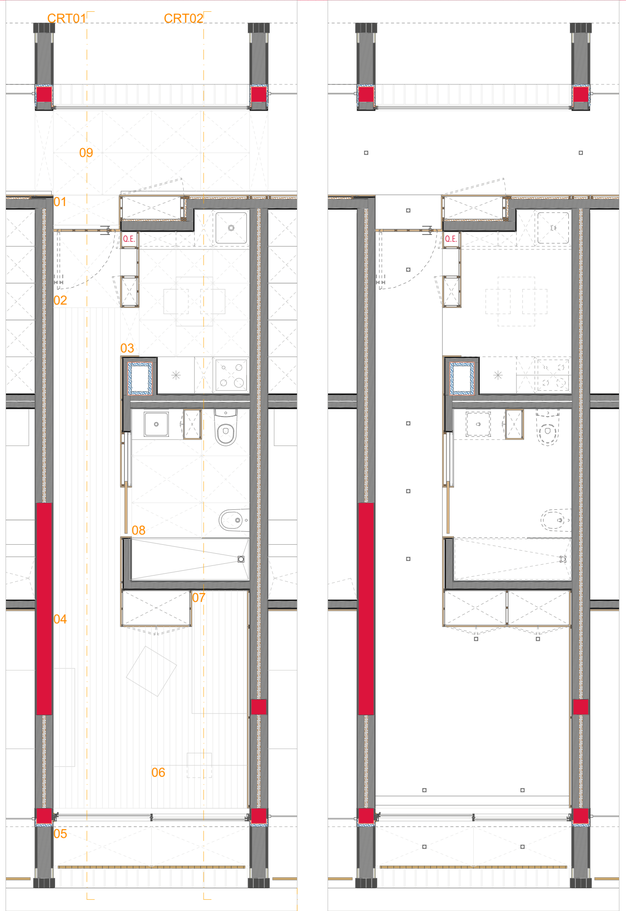
06 - Zona de trabalho

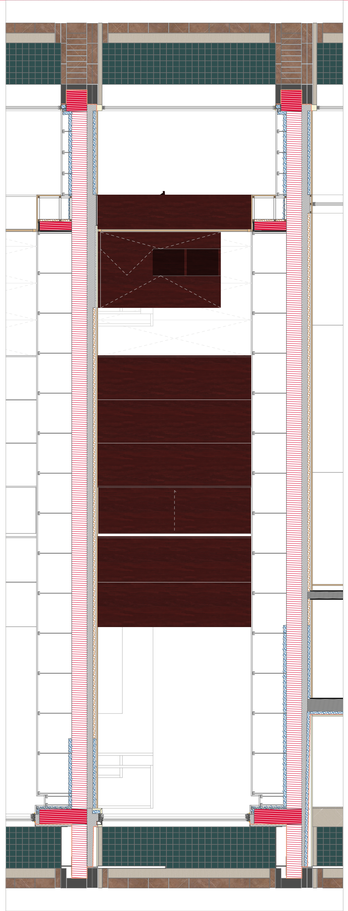
07 - Zona de descanso

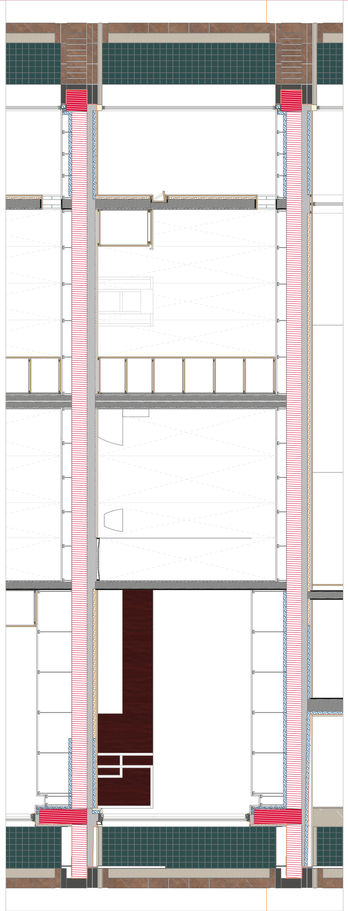
08 - Instalação Sanitária acessível

09 - Corredor exterior de distribuição

Escala 1|50







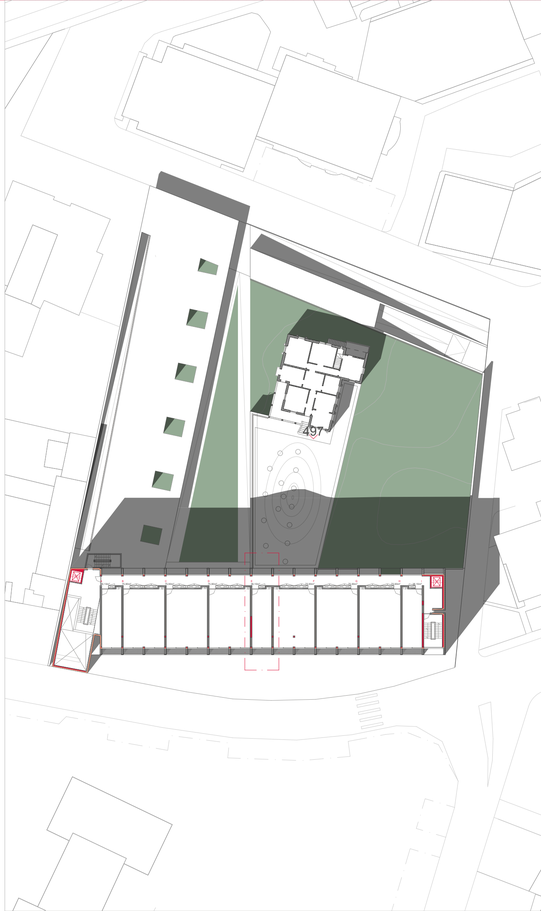






IMAGEM 99 - Esquisso do apartamento T1 I

IMAGEM 100 - Esquisso do apartamento T1 II

Os apartamentos T1, por oposição aos T0 destinam-se exclusivamente às pessoas da terceira idade residentes no edifício. São equipados com uma cozinha, uma sala de estar e outra de jantar, um quarto, um escritório e instalações sanitárias. Ao entrar na habitação encontramos um hall idêntico ao dos T0, também ladeado com um armário de entrada, mas com uma capacidade de arrumação maior. A vista que atravessa toda a habitação também se repete confirmando a premissa que o T0 é desenhado a partir do T1 e vice-versa. Ao avançar abre-se ao nosso lado a zona de refeições, com a diferença que, neste caso, existe uma sala de jantar com bastante espaço que é complementar a uma cozinha que tanto pode estar aberta como encerrada por portas de correr, impossibilitando assim as vistas potencialmente indesejadas para a divisão. Uma janela a 2m do chão rasga a parede para o exterior ao longo do comprimento da sala de jantar, e que é substituída por uma outra janela ao nível do teto no espaço da cozinha. Solução que já tinha sido apresentada nas tipologias dos T0 de modo a que seja possível que a luz natural que vem do corredor possa entrar para dentro da habitação. A acompanhar esta abertura da sala de jantar desenha-se um móvel de apoio/arrumação para a divisão. Já a cozinha está equipada com forno e fogão, zona de frio (frigorifico e arca), banca de lavar a loiça e alimentos, máquina de lavar a loiça e armários de arrumação. Existe apenas uma instalação sanitária que se localiza numa posição central ao apartamento, na sequência da cozinha. O acesso é feito através do quarto ou da sala de jantar, mas antes da entrada na I.S. chegamos a um espaço fechado que pertence ao closet. Esta sequência de portas e espaços permite que, em caso de visitas, seja possível a utilização do WC sem ser necessário entrar dentro do quarto dos anfitriões, e ao mesmo tempo, obter uma suite. Resta apenas o escritório nesta zona central do apartamento. É um espaço com a possibilidade de ser encerrado por cortinas para garantir alguma privacidade e é equipado com uma secretária e uma estante para arrumação.

O conjunto da I.S., closet e escritório formam uma espécie de península que separa a zona de refeições da zona de estar virada a sul, onde se encontram o quarto e a sala. Estas duas últimas divisões são separadas, mas através de duas portas de correr podem ter comunicação direta, e cada uma delas tem acesso a uma pequena varanda do alçado sul do edifício.

ANEXO 22 - T1

Planta

Planta de tetos

CRT 01 (T1)

CRT 02 (T1)

CRT 03 (T1)

CRT 04 (T1)

01 - Nicho de entrada

02 - Hall de entrada

03 - Sala de jantar

04 - Cozinha

05 - Escritório

06 - Distribuição

07 - Sala de estar

08 - Varandas

09 - Quarto

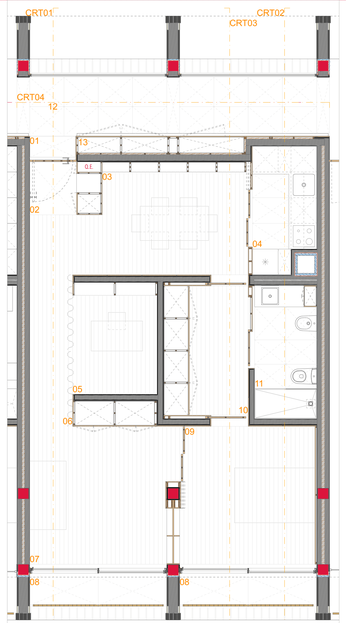
10 - Closet

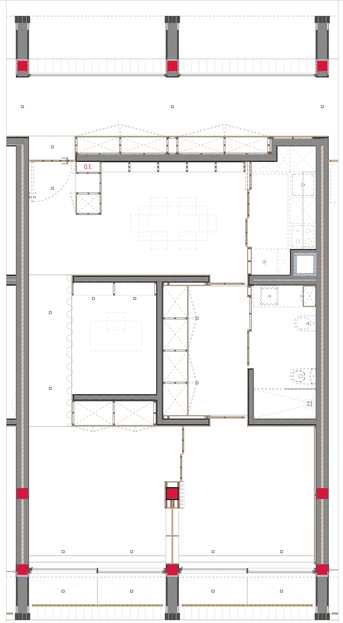
11 - Instalação Sanitária acessível

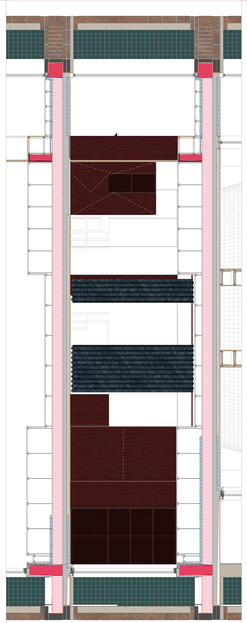
12 - Corredor exterior de distribuição

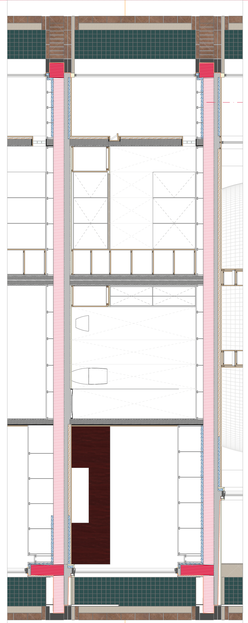
13 - Armários encastrados apra arrumos

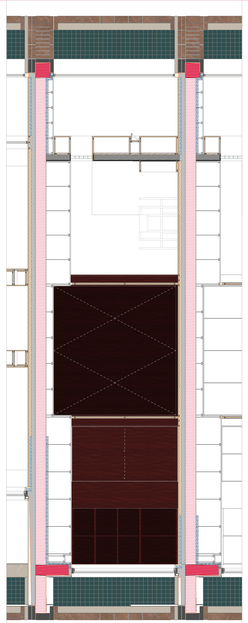
Escala 1|50

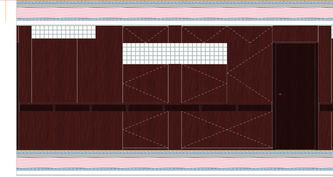












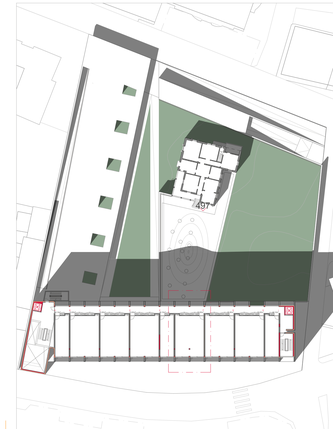




IMAGEM 101 - Maquete 1/200 Piso 3

O terceiro e último piso foi das últimas adições do projeto. É um piso semi público com uma biblioteca e um café. Acessível ao público apenas através do acesso vertical principal vindo da recepção, e aos residentes através do mesmo ou então do outro acesso na ponta oposta do edifício, respeita a lógica de galeria do piso de baixo, mantendo-se um corredor de distribuição para os dois espaços que aqui encontramos. A fachada estrutural mantém-se, reforçando a forma paralelepípeda do volume mas as salas recuam, formando terraços exteriores que as circundam, o que possibilita os espaços exteriores de leituras, ou uma esplanada. O café organiza-se à volta da zona do bar, inserindo-se na mesma lógica de possibilidade de exploração por terceiros que já foi mencionada a propósito das salas que ocupam o piso do R/C. No caso da biblioteca, já não estando disponível para exploração particular, mantém-se ainda assim como uma zona aberta ao público que dela queira usufruir. Trata-se de um espaço bastante iluminado com estantes para o depósito dos livros, encastradas nas paredes livres de aberturas, e ao centro as mesas de trabalho/leitura, apoiadas num móvel mais curto, que serve também de armazenamento de livros. A entrada na biblioteca é feita por uma semi-esfera que funciona como uma espécie de transição entre um espaço de ruído e um espaço calmo e indicado para a leitura. Nesta esfera situa-se uma recepção, sendo o posto de trabalho do/a bibliotecário/a.

O restante espaço deste último piso está entregue exclusivamente ao domínio privado, sendo aí que são propostos os 5 últimos apartamentos T0 para jovens.



IMAGEM 102 - Maquete 1/200 I

Conceito

Este edifício procura trazer uma nova imagem ao centro de Abraveses, que apresenta ainda um tratamento urbano muito atrasado para uma freguesia a 3km de distância do centro de Viseu. Desde a fase inicial de projeto, o edifício propõe novas regras de ordenamento, e novas lógicas de construção que abrem portas a futuras intervenções no território. A sua implantação beneficia o espaço público com o qual interage fortemente e intencionalmente, recuando da face da rua (ao contrário das restantes construções da envolvente) a sua fachada principal. Este recuo e a parcial permeabilidade do edifício ao nível do R/C permitem a criação de uma praça de carácter público mesmo em frente à entrada principal e que circunda as salas dispostas no resto do piso. Encoraja-se a circulação da população por estes espaços que oferecem ainda serviços não só à população residente mas também à restante população de Abraveses e de Viseu que os queira frequentar. Desta forma o edifício recebe à sua porta a vida da cidade e de uma forma controlada deixa-a interligar-se com a vida dos residentes.

Pelo carácter especial, a nível físico e etário, que potencialmente alguns dos utentes vão apresentar, foi premissa inicial o devido cuidado na distribuição dos seus espaços privados e de descanso. Assim como a inclusão dos jovens neste quotidiano que também são parte integrante no que foi sendo as opções de distribuição funcional das devidas habitações. A clínica procura, acima de tudo, um lugar mais privado e livre da frequente circulação dos restantes moradores. Este é um lugar de descanso para pessoas que se encontram mais debilitadas, seja de forma passageira ou então mais permanente, e por essa razão se localiza numa "língua" que foge ao bloco principal do edifício. Ainda assim, pretende-se que seja possível e fácil o acesso destes residentes a todos os espaços comuns. Tal intenção é garantida pelos elevadores que ligam os pisos R/C e 3 ao piso -1 (clínica) e as salas presentes neste piso são de acesso direto para estes residentes.



IMAGEM 103 - Maquete 1/200 II

O terreno de implantação, na sua fase pré-projeto, mantinha uma relação tanto próxima como afastada em relação à casa. Afastada porque a ideia com que se fica numa primeira impressão é que a casa terá sido implantada no seu centro não estabelecendo grandes relações com o mesmo. Mas ao percorrer os jardins, ao entrar na casa, conseguimos detetar alguns alinhamentos/percursos que revelam uma grande intimidade com a habitação. Seja uma vista a partir do terreno para a casa, como da casa para o terreno. Desta forma, mais ou menos próxima, a relação entre os dois elementos existe e foi uma importante característica para o desenvolvimento do projeto, desde os seus inícios.

Ao contrário do que existia, o edifício a propor, abraça o terreno abrindo-se para a casa e tornando-se até parte dele. Seja visual ou física, realça-se esta intimidade entre ambos. Desenham-se então dois pátios desnivelados com diferença de um piso de altura. Ambos, nos pontos de tangência com o edifício, completam as salas que lá estão dispostas, tornando-se os seus espaços exteriores quase exclusivos. A zona verde presente no coração do terreno, que mantém alguma da sua pré-existência confere ao projeto uma qualidade de espaço exterior que transmite a calma necessária para a tipologia de equipamento proposto. Existe ainda uma procura de pertença ao terreno, fazendo com que o terreno se adapte às suas condições, topologia e exigências, resultando numa solução que nasce para aquele lugar e não funciona em nenhum outro. Os quartos destinados aos utentes mais debilitados são talvez as divisões em todo o edifício que partilham, com o espaço exterior, uma ligação de muita proximidade, sendo que para cada dois quartos está destinado um pequeno pátio. É através deste pátio que é feita a iluminação natural dos quartos, mas não é apenas esta a sua função, sendo que tem o principal dever de atribuir privacidade aos quartos, visto que estes estão ao nível do pátio (-1).



IMAGEM 104 - Maquete 1/200 III

A grande característica e qualidade destes pátios/espaços exteriores é que são fruto do desenho e do pensamento. Não são uma parte resultante do que sobra à volta dos espaços construídos, mas são pensados e desenhados para cumprir certas e determinadas funções e assim o fazem. E, desta forma, entram em perfeita harmonia com o resto do edifício.

O princípio encontrado para a distribuição das diferentes áreas do programa ao nível da sua implantação e exposição solar foi o de virar todas as salas de atividades comuns e de estar/convívio para o interior do terreno e os espaços privados como as habitações para o exterior (cidade). A inclinação do edifício face aos pontos cardeais significa uma exposição ao sol significativa nos seus dois alçados principais. A sul, com uma maior intensidade de luz natural, e direta, as caixilharias recuam, criando umas varandas que impedem o incomodo desta intensidade, mas ainda assim permitem a entrada da luz que ilumina as habitações de uma ponta à outra. A norte a inclinação do volume também traz vantagens neste tema, pois possibilita a iluminação de um alçado que tem tendência a não o ser, pelo menos de forma natural. O edifício ganha uma vista para o interior do seu terreno, de sul para norte, que é beneficiada pela iluminação natural da casa e jardins/pátio envolventes. Este sentido favorável ao da luz solar, permite a inexistência do desconforto da posição contrária ao sol.

Além da generalidade do edifício, desenharam-se ainda algumas especificidades relacionadas com este assunto da iluminação natural e que vão percorrendo o volume. As clarabóias esféricas na cobertura da piscina são desenhadas cuidadosamente para aproveitar ao máximo a luz zenital que vai banhar o interior da sala principal e conferir àquele espaço um aspecto celestial. Já no volume principal, sobre a zona da receção, mas na cobertura (3 pisos acima), desenha-se a única abertura de luz do bloco de entrada, e tenta-se aproximar ao que se vai encontrar no interior do terreno com essas clarabóias da piscina.



IMAGEM 105 - Maquete 1/200 IV

Todo o edifício é pensado e desenhado com a preocupação do conforto dos seus utentes. A acessibilidade e facilidade de acessos a qualquer espaço, por parte de qualquer utente foi principio base desde o inicio do projeto. Por outro lado, um dos grandes desafios foi manter este principio e ainda assim conseguir polarizar cada "tipo" de ocupante (idoso, idoso debilitado e jovem), e ainda assim conseguir com que todos eles convivessem. Consegue-se uma resposta coesa e estável, de fácil compreensão e que responde às necessidades deste equipamento e dos seus utentes. Além disso, inclui-se características ao edifício que não comprometem o seu bom funcionamento, e que são algo diferente daquilo que temos como "habitual" em Portugal, e também acrescentam qualidade de espaço e, acima de tudo, qualidade de resposta partindo de respostas diferentes.



IMAGEM 106 - Esquisso de estudos de cores
e materiais para os acabamentos do edifício





IMAGEM 107 - STUDIO KO - Karl Fournier, Olivier Marty - Musée Yves Saint Laurent. 2017. Marraquexe, Marrocos I

IMAGEM 108 - STUDIO KO - Karl Fournier, Olivier Marty - Musée Yves Saint Laurent. 2017. Marraquexe, Marrocos II

XLIX - STUDIO KO - Karl Fournier, Olivier Marty - Musée Yves Saint Laurent. 2017. Marraquexe, Marrocos

O processo de escolha de materiais de acabamento para este edifício foi paralelo à sua própria evolução enquanto projeto. Pelo facto de não ter havido muitas soluções tão distintas umas das outras, fez com que cada opção de acabamentos ponderada tenha sido bastante sólida acompanhando a proposta de uma forma consistente e até longa. Existe, porém, algo que acompanhou o projeto desde a sua génese, e que nesta proposta final ainda se mantém como característica identitária do mesmo. A ideia de uma cor viva como elemento animador de alçados neutros, que de uma vista longínqua parecia algo pintado, mas ao aproximar surpreendia através de um conjunto de azulejos 10x10. A dada altura, pensou-se numa longa parede cega e amarela que sobressaía no meio do cinzento do betão. Ideia abandonada, e projeto alterado desde então, mas a intenção da cor através de azulejos mantém-se e nos alçados podemos verificar uma série de pormenores que apresentam estas características.

O "Musée Yves Saint Laurent"[XLIX] (IMAGEM 107 e 108) em Marrakech foi inspiração absoluta para a solução de acabamentos final. O tijolo burro de 32x16x8cm é o material principal que acaba o volume principal em todas as suas faces exteriores, com a excepção do volume da entrada que é revestido a pedra calcária, entrando assim em contraste com o tijolo, mas mantendo a noção de neutralidade cromática. O tijolo é disposto através de um desenho modular muito restrito e que respeita as paredes e lajes que se anunciam nos alçados. Este módulo é repetido de piso para piso e é separado por uma faixa de 5cm de pedra calcária que contorna todo o volume ao nível do chão de cada piso. O piso -1 funciona como um embasamento no qual está pousado o volume principal e esta diferença nota-se também nos materiais de acabamento, sendo que o tijolo é substituído por completo pela pedra calcária, e para evitar uma mudança abrupta, propõe-se um friso, com a espessura total da laje que separa o este piso do R/C, acabado com os mesmo azulejos 10x10 anteriormente já mencionados.

No interior do edifício, e de modo geral, as paredes são de reboco, e em alguns casos pladur, pintados à cor branca, e pavimentos de pedra calcária, tal como no exterior. Os pormenores, como degraus de escadas, armários são em madeira ligeiramente avermelhada e escura, proporcionando um contraste intenso que corre pelas salas dos pisos -1 e R/C. Nos pisos 1,2, pelo seu cariz mais íntimo, decidiu-se utilizar pedra apenas no pavimento, dando preferência à madeira nas paredes, nos apainelados e portas dos armários encastrados e os próprios corrimões de apoio ao longo destes (seguindo o exemplo da clínica de reabilitação dos arquitetos Herzog & de Meuron). Toda esta madeira é interrompida nos alçados destes corredores, pelos rasgões das janelas dos T0 e T1 que utilizam tijolo de vidro para a sua construção. Já o terceiro piso mantém a pedra no chão e recupera as paredes brancas, na zona afeta à utilização pública, sendo que no espaço dedicado aos cinco T0, mantém-se a linguagem dos dois pisos abaixo.

Toda a tipologia de apartamentos e quartos individuais ou duplos que este edifício oferece foi projetada com um sentido muito grande de proximidade de ambientes, de modo a que ao entrar em cada habitação distinta não se estivesse a entrar também num projeto novo e diferente. Desta forma, os acabamentos são transversais e tornam cada habitação uma parte de uma família. As três tipologias têm uma porta de entrada desalinhada com a parede exterior do espaço, criando assim um nicho de paragem que retira as pessoas do corredor evitando assim algum congestionamento. No chão desses nichos são criados uns desníveis com 2cm de altura (mais ou menos) de modo a que se consiga aplicar um tapete lava-pés que é seguido, já no interior da habitação, por uma pedra ou peça de cerâmica a cobrir toda a área do chão. Estes materiais marcam assim o momento de entrada na casa/quarto e antecipam o chão assoalhado que predomina nas restantes divisões, com excepção das instalações sanitárias.

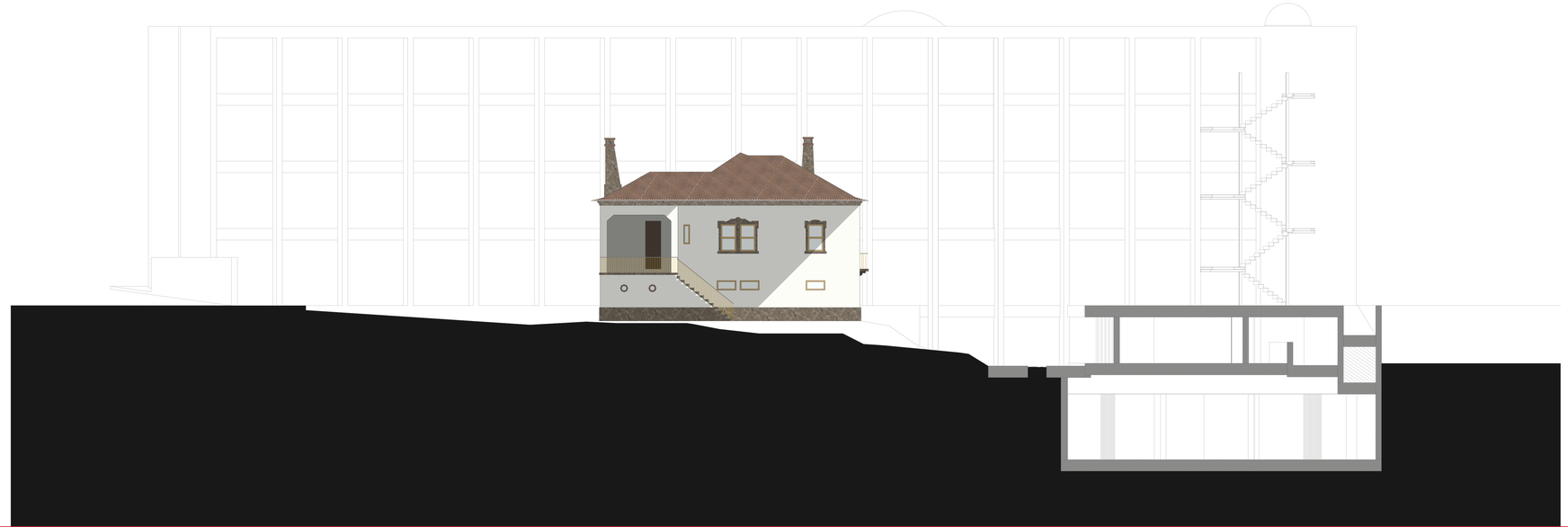
Nas I.S. aplica-se pavimento cerâmico no chão e nas paredes, contando com peças relativamente grandes, devido à intensiva utilização de peças 10x10 no exterior do edifício, evitando-se assim que a utilização de tal material se torne excessiva. As cozinhas/kitchenettes repetem, apenas nas paredes a utilização destas peças cerâmicas de grande tamanho, mantendo o chão em soalho. As paredes são maioritariamente rebocadas, salvo raras excepções onde é utilizado o pladur e são sempre pintadas à cor branca. Todo o mobiliário é construído em madeira avermelhada escura, assim como as portas e alguns apainelados que revestem determinadas paredes, normalmente na sequência de algum móvel, de modo a que não haja mudanças abruptas de materiais na mesma parede, ou estruturas/acabamentos desalinhados.

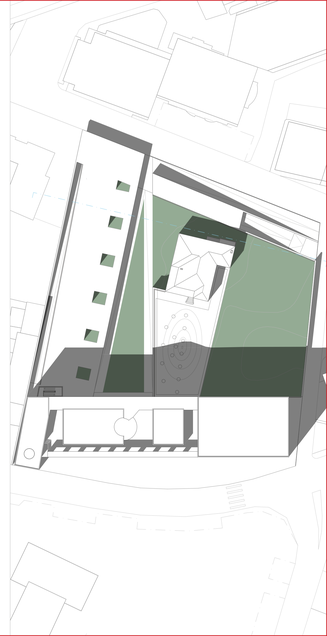
A piscina e toda a sua área complementar é construída com materiais anti-derrapantes que permitam uma fácil lavagem, por motivos de segurança e de higiene, respetivamente. Opta-se então por peças de cerâmica ou pedra de um tamanho médio tanto para a parede como para o chão, com a particularidade de, nas paredes, estas peças irem apenas até à altura das portas e janelas, que é 2m, criando assim um lambril que se sobrepõe ao reboco hidrófugo presente no resto da parede até ao teto. Na procura daquele ambiente misterioso mencionado no capítulo anterior, ensaiou-se a possibilidade de utilização de uma cor escurecida em contraste com o branco pintado do reboco. Para o interior de ambos os tanques voltam os azulejos 10x10 tanto no chão como nas paredes. Ao entrar na piscina ou nas suas áreas complementares pretende-se um ambiente diferente de qualquer outro no resto do edifício, exatamente pela natureza destes espaços ser diferente dos outrtos, admitindo-se portanto que os acabamentos presentes nas restantes áreas não sejam contíguos a este. Pretende-se cores que contracenam com a sobriedade que o edifício interior demonstra e que, tal como no exterior com os azulejos, alegram os espaços, ganhando destaque como excepções.

ANEXO 23 - Alçado Norte da casa

Alçado Norte da casa existente no terreno, onde podemos ver no "background" o edifício a propor e a relação que este tem com a casa numa posição frontal.
Verifica-se ainda uma secção da zona da clínica do edifício novo e a sequência de diferentes cotas altimétricas que se propõe para o espaço exterior, permeável ou impermeável.
Neste alçado, é onde se faz o acesso direto à cozinha através de uma escadaria seguida de um alpendre.

Escala 1|100





ANEXO 24 - Alçado Sul da casa

Tal como o anterior, este alçado sul da casa já existente no terreno, demonstra com bastante eficácia a relação entre a casa e o seu terreno envolvente. Mostra a relação já existente neste momento no seu lado nascente, e a nova relação proposta para o lado poente.
Consegue-se ver ainda uma pequena axonometria do pátio central e do acesso ao jardim principal pelo lado sul do terreno.
Este é o alçado principal da casa, onde se encontra a sua entrada principal, que em relação à cota de referência do projeto (497), está mais alta. Esta entrada é servida por um relaxante alpendre, que dá ainda acesso a uma entrada secundária para uma sala virada a poente.
Podemos ainda ver a entrada para a garagem que se situa recuada em relação ao plano da entrada principal.

Escala 1|100



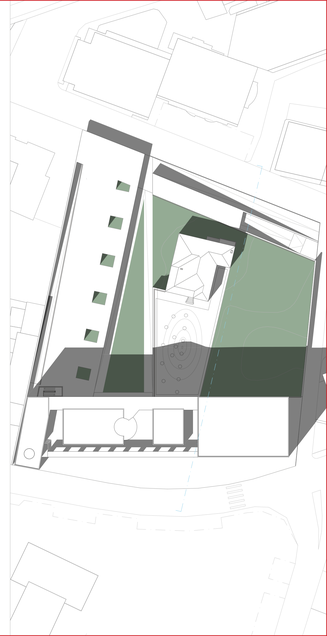


ANEXO 25 - Alçado Nascente da casa

O alçado nascente da casa é o primeiro a representar o edifício proposto em corte e, dessa forma, a demonstrar de uma forma mais eficaz a relação de alturas entre as duas construções.
Aparece também pela primeira vez a curva da cobertura da piscina que funciona como o elemento de ligação física entre o que existe e o que se está a propor.
É neste alçado que podemos ver a entrada para o piso inferior da casa, que no projeto desta dissertação funciona como entrada para a zona administrativa.

Escala 1|100

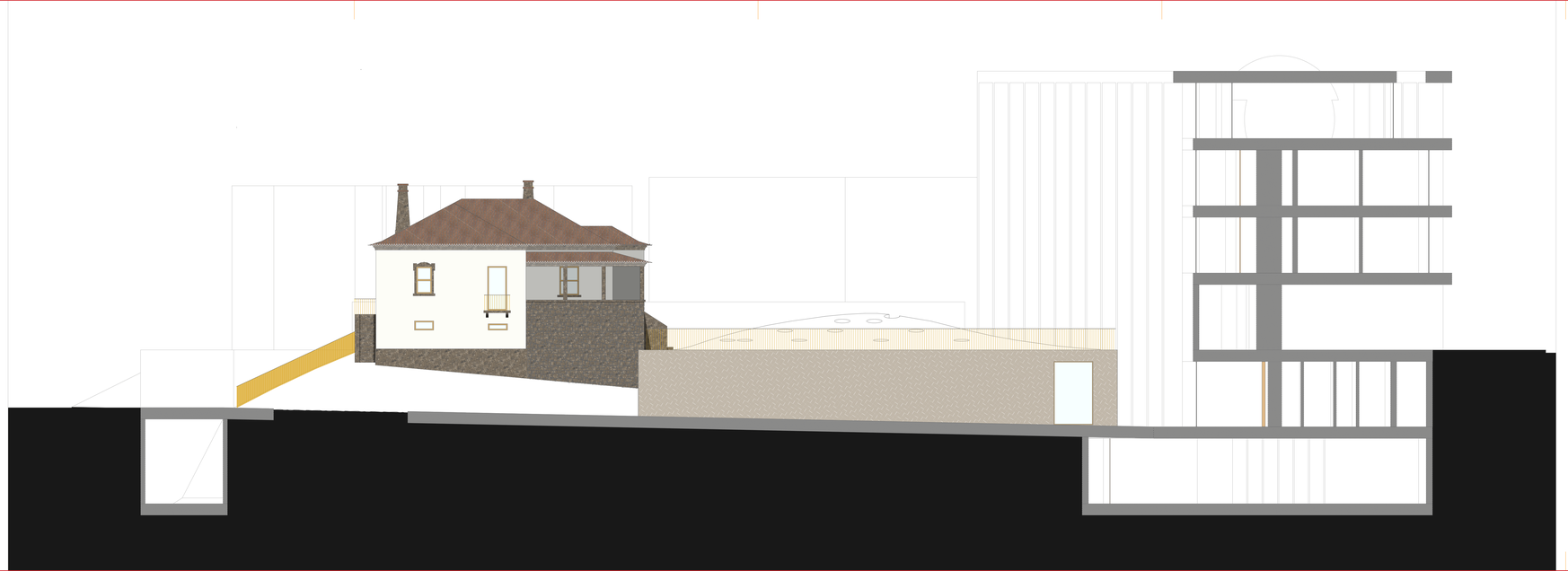




ANEXO 26 - Alçado Poente da casa

O quarto e último dos alçados da casa é o poente, e é um dos alçados com mais informação no que toca a relações entre os vários elementos que compõe o projeto.
Temos uma vista diferente do alçadete da entrada principal, e tal como o alçado anterior, aqui também se verifica a relação com a altura do edifício novo e com a cobertura da piscina.
O ponto de vista deste alçado é um piso mais baixo, visto que se está a cortar o terreno pelo pátio implantado ao nível o piso -1 (493). Desta forma, conseguimos ver o muro/parede da piscina.
Por último, vemos ainda o túnel de acesso (automóvel) à garagem situado no piso -2 (389).

Escala 1|100





ANEXO 27 - Alçado Norte I

Este alçado partilha o protagonismo com o sul. Apresenta-se como alçado estrutural com uma métrica bastante marcada e que traz um espaço bastante sóbrio e robusto ao edifício.
Este alçado apanha todas as diferenças de cotas existentes ao longo do terreno que estão a ser propostas.
Surgem em evidência os elementos curvos/orgânicos que vão fugindo ao rigoroso traçado linear. A piscina é a mais evidente e anuncia um elemento que se advinha ser bastante interessante e peculiar que combina uma série de referências diferentes. No topo do edifício sobressaem ainda as cúpulas, tanto da entrada da biblioteca como da grande claraboia que ilumina a entrada principal do edifício com um pé direito quadruplo.
Não se escondendo, o volume das escadas exteriores, construídas em ferro e pintadas à cor camel/amarela, tem uma presença muito marcante, neste que é o alçado com maior informação dos quatro que se seguem.
Por último, vemos a enunciação do friso que separa as diferentes linguagens de material que estão presentes no R/C e nos pisos acima, e no piso -1.
Em ambas as pontas do edifício evidenciam-se elementos que marcam a diferença, sendo que num dos lados, o volume da entrada marca presença também no alçado que se vira para o terreno e lá lo através do seu material de acabamento. No outro lado, devido à existência de uma caixa de escadas interior, atribui-se na frente da caixilharia fixa uma parede de tijolo burro que vai deixando umas aberturas, criando um ambiente peculiar no interior devido aos jogos de luz.

Escala 1|100

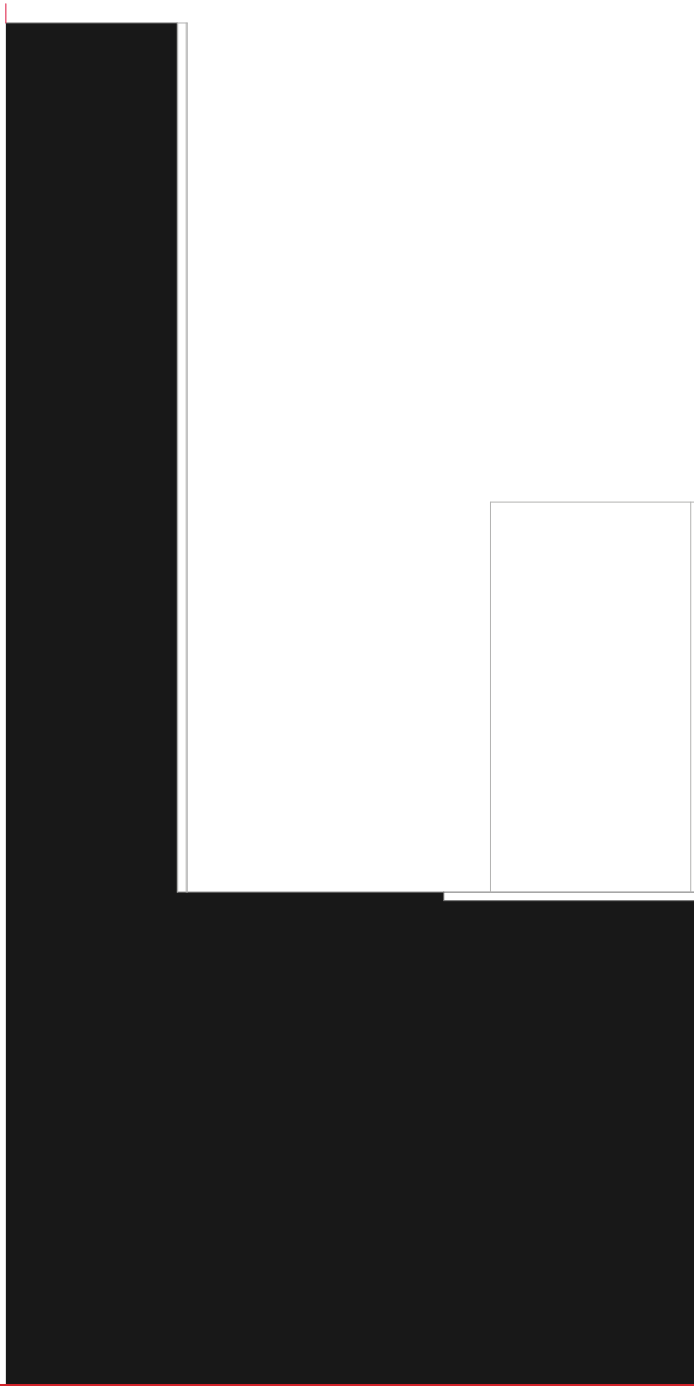


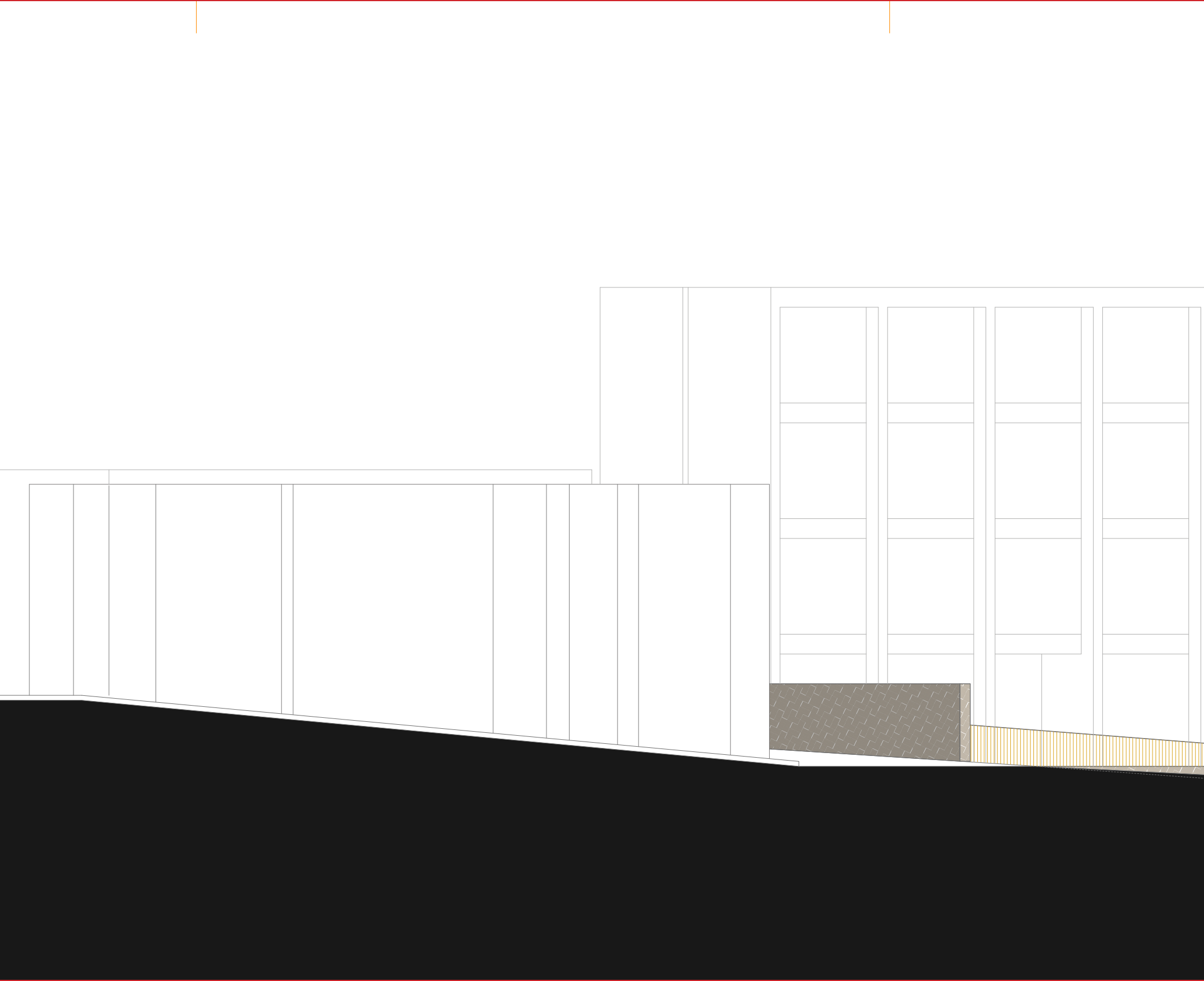


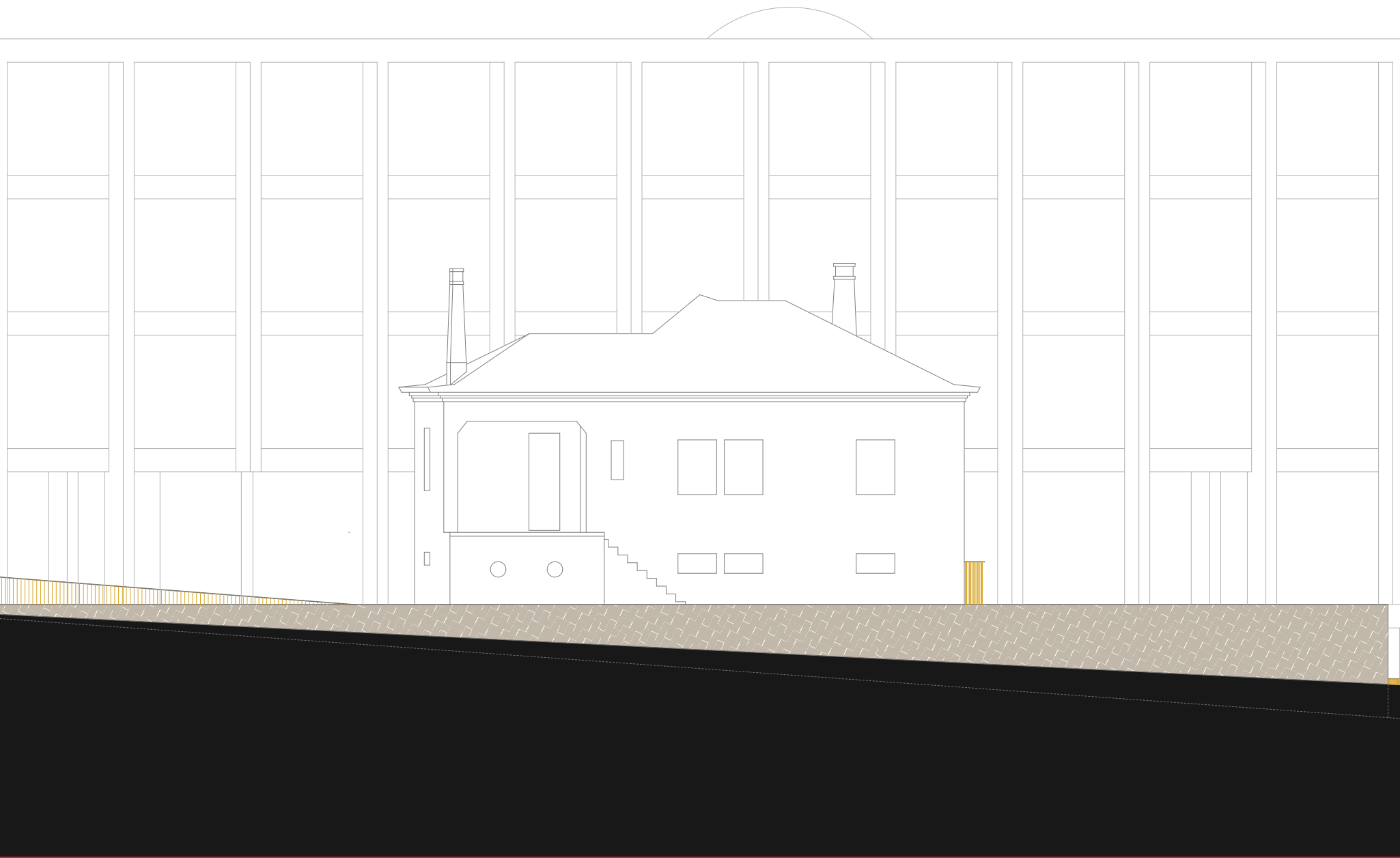
ANEXO 28 - Alçado Norte II

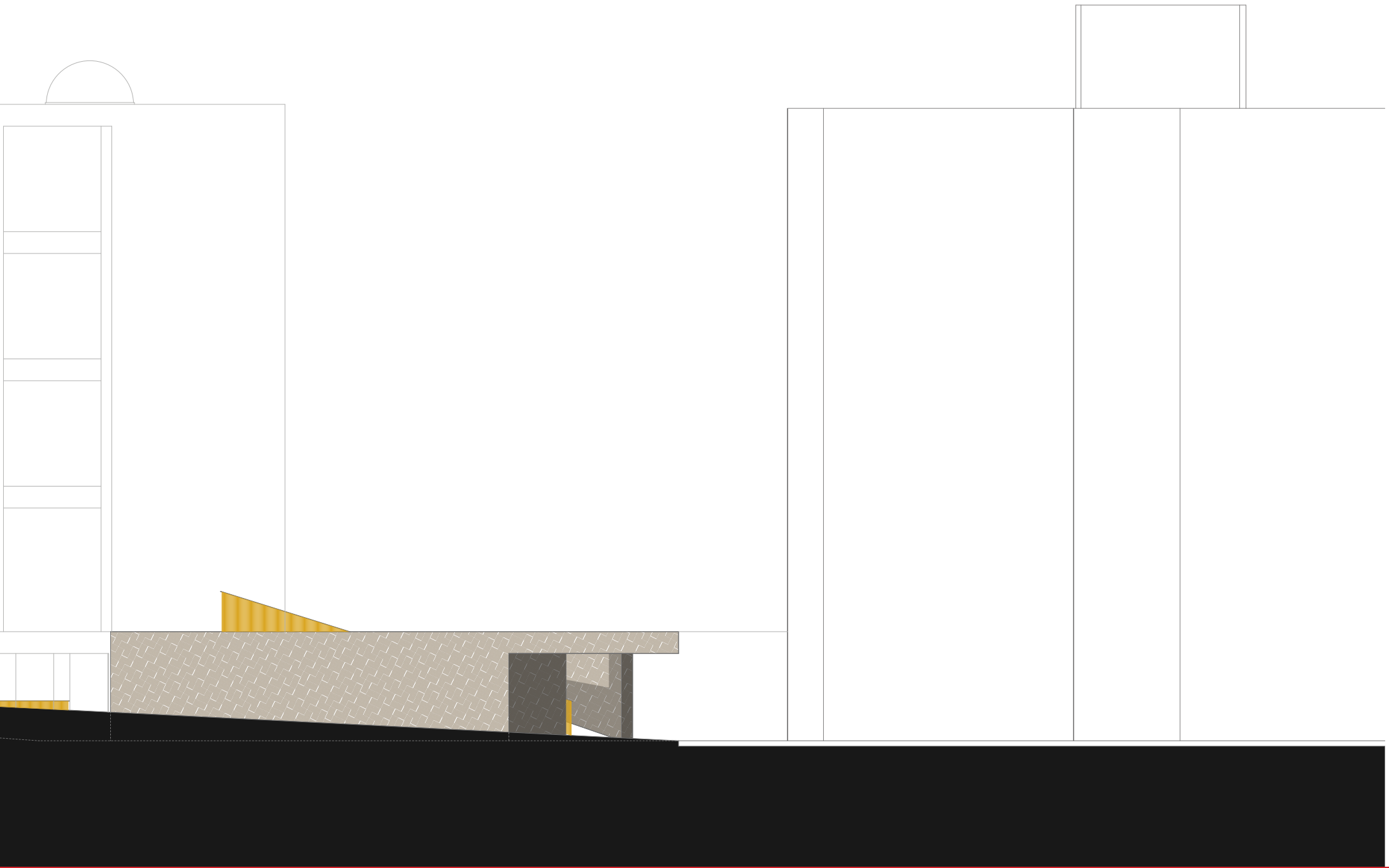
Esta vista traz ao espectador uma vista a Norte do edifício. Permite estabelecer as relações necessárias com a casa e acima de tudo com a maioria dos edificios da vizinhança que o envolvem.
Não menos importante, sendo uma vista da rua, é possível perceber a nova solução de muros limite do terreno, e a relação com esta rua tangente.

Escala 1|100







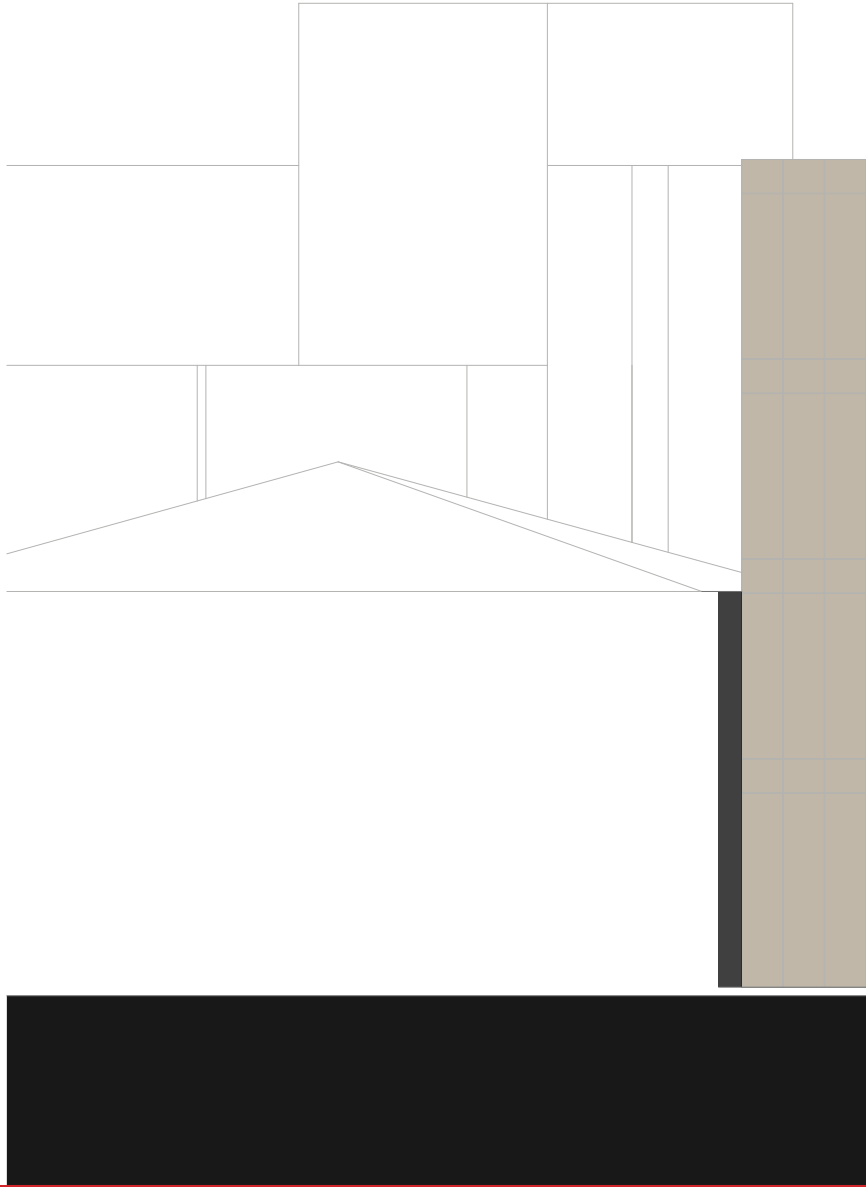




ANEXO 29 - Alçado Sul

Mais uma vez, temos aqui um alçado que cumpre uma métrica estrutural muito severa, de resto, igual à do alçado oposto.
A quadricula obtida pelo estender das lages de cada piso até à face das paredes forma um desenho que é elemento diferenciador em relação ao alçado anterior.
Aqui podemos vem em maior evidência a permeabilidade do piso térreo e a forma como os pisos superiores pousam em cima das duas salas de serviços público/privados.
Mais uma vez se repete a solução do alçado anterior para o módulo da caixa de escadas interior. No outro lado, percebe-se o afastamento do edifício em relação ao seu volume de entrada, que vai ao encontro do alinhamento já existente da habitação vizinha. É este elemento que funciona como rótula de ligação entre o desenho urbano antigo e o novo que se está a propor. Desta forma, a entrada do edifício também se denuncia, tornando a compreensão do mesmo bastante intuitiva.
Na cobertura, a esfera da entrada da biblioteca já não passa tão despercebida, e até é um elemento que acaba por se evidenciar no conjunto do alçado.

Escala 1|100





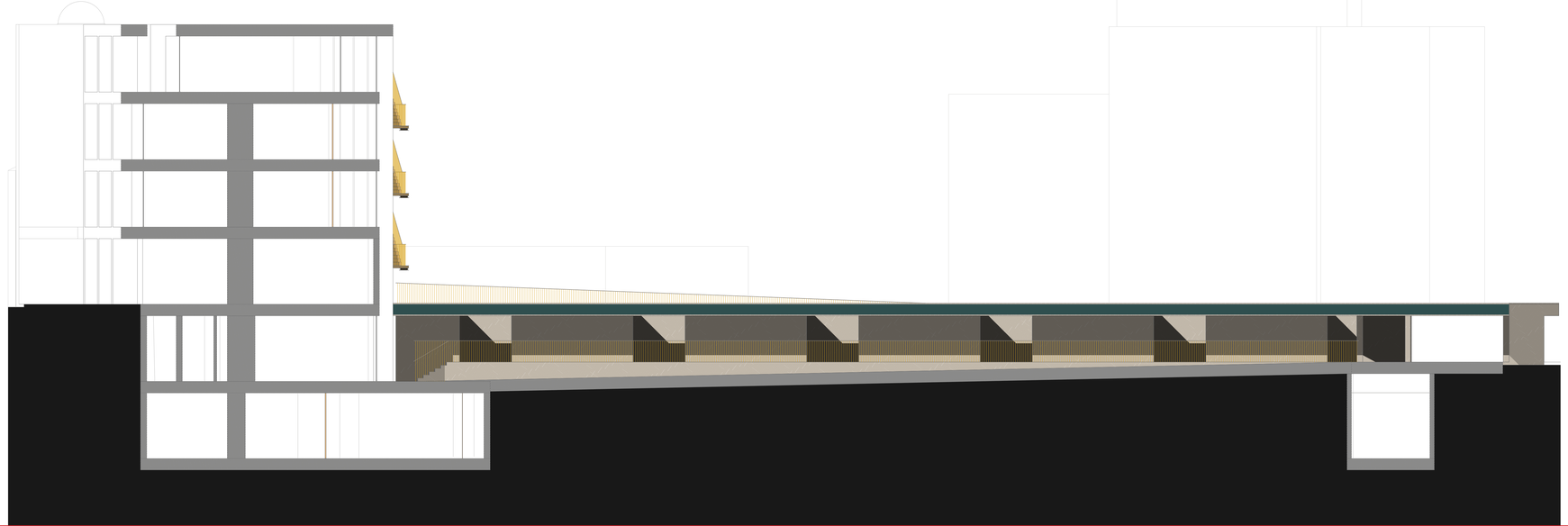




ANEXO 30 - Alçado Nascente I

Ao contrário dos outros alçados do edifício novo que estão presentes nesta dissertação, este é o único que não se vira para o exterior do terreno. Volta-se a nascente, mais para o interior. Para o pátio principal.
É neste alçado que podemos compreender melhor os dois níveis do piso -1. O nível da clínica, e o nível da zona de convívio presente no resto do piso.
Percebe-se bem a diferença de material de acabamento, e a calma tranquilidade que isso traz a esta zona que assim o pede. Só as aberturas para os pátios dos quartos individuais / duplos é que rasgam a parede interior / exterior da clínica quase completamente cega.
Trata-se de um alçado, ou uma vista relativamente escondida para o público em geral, visto que se encontra numa cota um piso abaixo do nível da rua e volta-se para o interior do terreno. Ainda assim, é um dos alçados mais importantes do edifício, e constrasta com a rigidez do alçado norte.

Escala 1|100





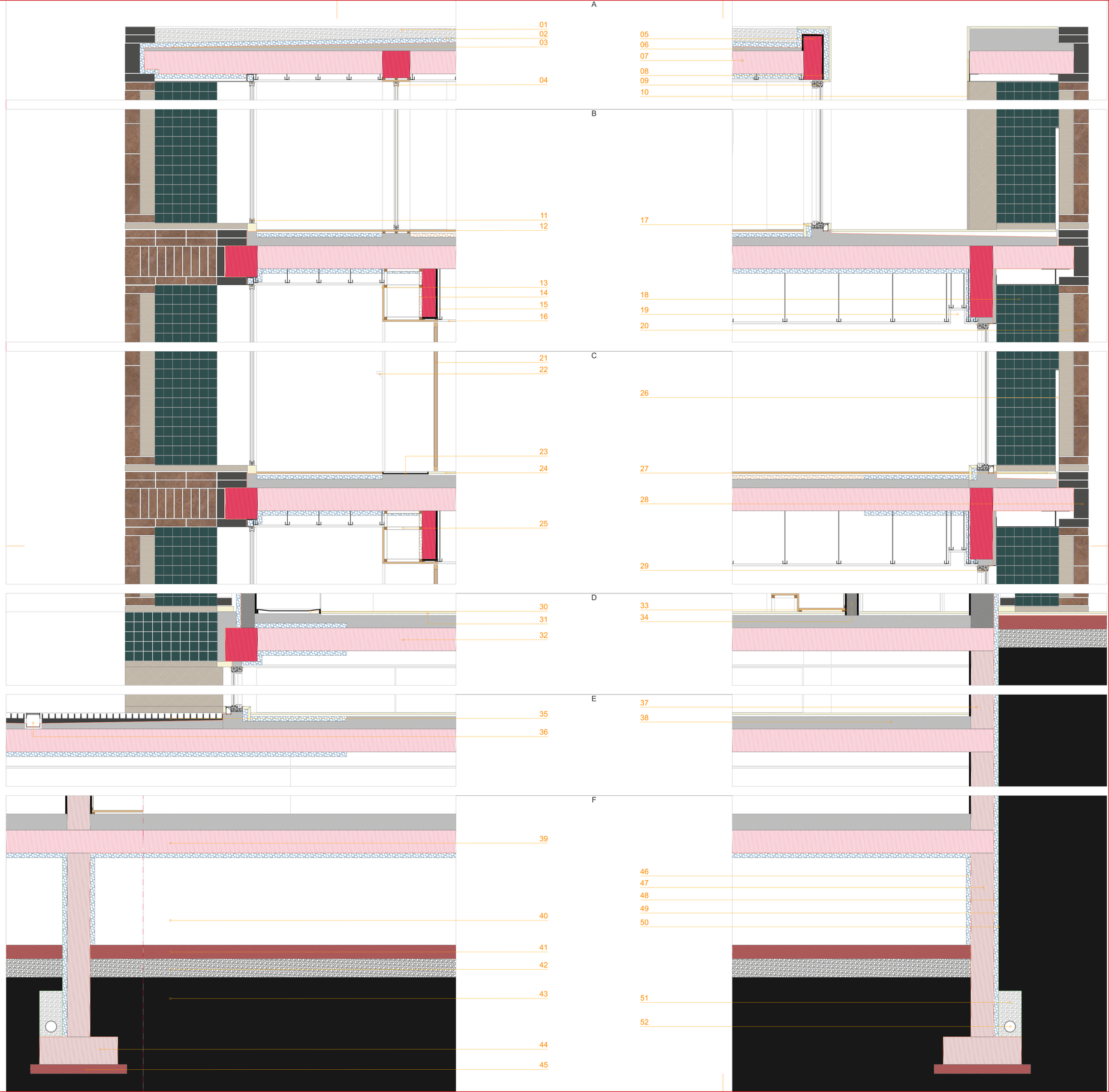
ANEXO 31 - Alçado Nascente II

O alçado nascente II era para ser um topo do edifício completamente cego, mas após o desenho do mesmo, entendeu-se que havia uma necessidade de uma forma mais elegante, esguia, visto que o resultado era quase quadrangular. Então decidiu-se rasgar o alçado ao meio e introduzir uma reentrância que deu origem a uma janela que ilumina o interior deste acesso vertical.
Percebe-se ainda a relação com a casa, no ponto de vista de quem estaria na rua a passar. E, mais uma vez, a caixa de escadas exterior aparece destacada e evidencia-se bem naquilo que é a composição do edifício: não se procura esconder.

Escala 1|100







ANEXO 32 - Corte Construtivo

A - Cobertura
01 - Godo
02 - Isolamento Térmico
03 - Tela Asfáltica Impermeável
04 - Caixilharia de alumínio fixa (SOSOARES)
05 - Platibanda de betão
06 - Camada de forma com 1% de inclinação
07 - Laje maciça de betão 25cm
08 - Regularização / Enchimento
09 - Caixilharia de alúminio de correr (SS)
10 - Pedra Calcária 3cm

B - Piso 3 e Piso2
11 - Caixilharia de alumínio fixa (SS)
12 - Pavimento em soalho
13 - Apainelados de madeira 2cm
14 - Isolamento acústico
15 - Pendurais para teto falso
16 - Teto falso - gesso acartonado
17 - Soleira em pedra calcária
18 - Acabamento exterior em azulejo 10x10
19 - Calha para cortinado
20 - Tijolo burro 16x32x8

C - Piso 2 e Piso1
21 - Porta de entrada em madeira
22 - Corrimão em madeira
23 - Nicho para tapete de entrada
24 - Pavimento em pedra para hall de entrada
25 - Estruturas de madeira para armários
26 - Guarda em ferro pintada à cor amarelo
27 - Pedra para pavimento exterior da varanda
28 - Tijolo burro 16x32x8
29 - Caixilharia de alúminio de correr (SS)

D - Piso Térreo e -1
30 - Base de duche
31 - Pavimento em pedra
32 - Laje maciça de betão 25cm
33 - Reboco 2cm
34 - Tijoo 11cm

E - Piso -1 e Piso -2
35 - Pavimento exterio em microcubo
36 - Caixa de escoamento / Caleira
37 - Parede estrutural de betão
38 - Camada de enchimento

F - Piso -2 e Fundação
39 - Laje maciça de betão 25cm
40 - Caixa de ar
41 - Massame de betão
42 - Tou T-Venant
43 - Terreno Compactado
44 - Sapata de fundação
45 - Betão de limpeza
46 - Isolamento térmico
47 - Parede estrutural de betão
48 - Tela Asfáltica Impermeável
49 - Isolamento térmico
50 - Manta geo-têxtil
51 - Bolsa com cascalho
52 - Dreno 12,5cm

Escala 1|50

A cidade é feita de arquitetura. Atrevo-me a dizer que a cidade é arquitetura, nas suas variadas formas claro. Mas essencialmente é arquitetura. A cidade acolhe a arquitetura e vive dela. Parece-me lógico então que a arquitetura viva da cidade e que a acolha de volta. Ironicamente, a teoria geral da sociedade é que estamos a caminhar em direção a um mundo mais inclusivo, porém, a realidade tende a provar o contrário. Vivem-se tempos de comunidades, cada uma com a sua cor, cada uma com a sua ideologia. Não me parece, de todo, o caminho para a união. Cada vez mais seccionados. Algo idêntico se passa na arquitetura. Qualquer coisa como construir um parque de diversões num descampado, relativamente deserto. Erguer-se um muro e certificar-se que lá dentro esquecemos os problemas do mundo que nos rodeia. A cidade cresce seccionada, a arquitetura vira-lhe as costas. Quererá isto dizer que a cidade vira as costas à própria cidade?

A abordagem escolhida para este projeto parte de uma tentativa de conciliação entre o terreno e a cidade que o envolve. Sendo que é a própria cidade/arquitetura que garante a segurança e privacidade do programa que exige tais condições para o seu bom funcionamento. Parece algo repetitivo mas, de facto, a conexão entre o edifício construído e os seus espaços exteriores, tanto públicos como privados, é algo de extrema importância e conseguida de forma não forçada, tendo sido proporcionada pelo próprio terreno. A resposta estava mesmo no lugar. Convida-se a população em geral a vir, de uma forma controlada claro, confraternizar com os residentes em certas atividades de lazer.

O edifício rivaliza com os outros que o rodeiam, no que à sua altura diz respeito e vem trazer, em termos de alçado uma ordem e rigor que na sua envolvência não se encontra. O volume, à primeira vista não é um excelente exemplo de elegância, não sendo muito alto para a profundidade que tem. Mas um rasgão sublime no alçado nascente parece dividi-lo em dois acrescentando um equilíbrio necessário à composição que, através da

ilusão, passa a ser bastante mais esbelto. Uma elegância que é acentuada quando o avistamos pelo alçado norte, sendo que este ganha mais um piso (Piso-, enterrado no lado sul), que equilibra, em termos de proporção, com a profundidade. Já a língua da clínica quase passa despercebida, não fosse o buraco aberto para o pátio, mas ainda assim demonstra uma sobriedade fugindo de qualquer tipo de estereotipo hospitalar, conseguindo manter o ambiente agradável nos cuidados que oferece. A piscina é uma das provas mais evidentes da intenção de estabelecer uma relação com a terreno natural existente neste lugar, procurando, através da cobertura, perceptível apenas pela mudança de material, manter a lógica de "jardim inglês".

Um piso inferior (-2) com capacidade para 57 lugares de estacionamento, outro piso semi-enterrado (-1) que em conjunto com o térreo (R/C) e o mais alto (3) oferecem nove distintas salas comuns e de convívio, projetadas para as mais diversas atividades. Ainda no piso -1 e nos pisos superiores (1,2 e 3) oferece-se um conjunto de 33 habitações com capacidade para 45 utentes, distribuídas entre quartos individuais/duplos (10), apartamentos T0 (11) e apartamentos T1 (12). Apresenta-se assim este edifício com uma altura máxima de 14,5m em relação à cota de referência do projeto (497).

Os tijolos pensados um a um e de que forma iriam encaixar com o parceiro do lado, a forma como as pedras de calcário bege iriam preencher a composição iniciada e os azulejos reluzentes que animam os alçados, as guardas de ferro, espalhadas por toda a a intervenção, pintadas à cor "camel" entram em perfeita harmonia com todos os materiais e, principalmente com as caixilharias de alumínio que recuperam a mesma cor.

O equipamento, na sua generalidade, responde objetivamente às questões levantadas, e torna-se uma boa solução para uma resposta intermédia de apoio a esta idade e que está em falta na nossa sociedade. Os seus utentes iriam ter uma vida de qualidade, livre e acompanhada, tanto no âmbito da convivência social como no âmbito dos cuidados de saúde.

Considerações Finais

Abraveses é uma freguesia que mantendo-se a 3km de distância do centro de Viseu se adivinhava propensa a algum tráfego mais excessivo, e poluição sonora. Não o é. Esta proximidade ao centro concelhio, e garantia de um espaço tranquilo, harmonioso e semi-urbano mas próximo a vários tipos de serviços e equipamentos importantes da vida urbana é o que torna o terreno de implantação desta proposta um local ideal para a construção de uma nova resposta social aos problemas dos jovens solitários e da terceira idade que se recusa a ir para um lar.

A consulta dos censos de 2021 referentes a Viseu mostra um crescimento largo da população de mais de 65 anos ao contrário de todas as outras faixas etárias que comparativamente a 2011 tem vindo a ser cada vez mais escassa. Em 2011 contabilizava-se aproximadamente 18500 indivíduos com 65 ou mais anos, sendo que esta faixa etária foi a que mais aumentou nos últimos dez anos, contando em 2021 com perto de 23500. O crescendo da população da terceira idade obriga-nos a pensar em dar respostas às suas necessidades, e estas respostas tem que ser diferentes das que estão a der dadas, de modo geral, nos dias de hoje. Existe um pavor generalizado em torno dos lares de idosos e do que significa frequentar este tipo de equipamentos. Este projeto procura uma diferente abordagem.

O cohousing é, efetivamente, uma resposta bastante interessante que tem a capacidade de tomar um papel intermédio entre os idosos debilitados que necessitam de cuidados médicos constantes e aqueles que apenas precisam de atividade e companhia no seu quotidiano. Este papel intermédio deveria ser cumprido pelos lares, mas não o é, e a situação pandémica que atravessamos veio revelar, diariamente, estes problemas evidentes que os lares tem, mas que até então eram ou ignorados, ou passavam despercebidos.

É urgente haver legislação aplicável a estas comunidades de cohousing. Cada vez mais se estabelecem ligações entre este conceito e as populações idosas pela Europa fora, e talvez seja pelo potencial que este tem na resolução de certos problemas que são intrínsecos a estas idades. Mas, a meu ver, quando se assume a responsabilidade de albergar uma população que de um momento para o outro pode ficar débil e dependente de cuidados de terceiros, não se pode por de lado esta mesma eventualidade, simplesmente ignorando-a ou partindo do princípio que não vai acontecer. Sendo assim, os lares de idosos ou as comunidades de cohousing para idosos tem a obrigação de prestar os cuidados que estas idades necessitam. E este é o desafio. Porque ninguém que esteja bem de saúde e seja independente quer ir viver e desfrutar da sua reforma para um sítio com ares de hospital. O conceito de cohousing é bastante interessante, mas não pode estar preso àquilo que os investidores querem ou não querem oferecer, baseando-se apenas nas suas possibilidades de investimento, sendo que o mais importante é o conforto dos clientes que irão residir no estabelecimento.

O edifício que aqui se propõe tenta ser uma solução que alia os lares de idosos com as suas legislações ao conceito de cohousing que ainda não as tem. Este novo equipamento promove o convívio entre as pessoas da terceira idade, que são à partida independentes, com a população jovem mas, ao mesmo tempo, oferece uma ala (clínica) de cuidados médicos com gabinete de saúde e enfermagem que me parece ser essencial para o conforto, bem-estar físico e até mental da população residente. Ora, é esta "clínica" que levanta problemas, devido ao repudio que a população em geral tem aos ambientes hospitalares. Parte do desafio do concílio entre o conceito de cohousing e os lares de idosos prende-se a este tema, e tal podemos verificar nas entrevistas a alguns residentes do projeto das "Casinhas do Pinhal" e mesmo ao presidente da associação "Os Pioneiros".

Esta dissertação revelou-se ser mais didática do que alguma vez teria adivinhado. As legislações, o tema da terceira idade, o projeto com uma maior aproximação à realidade foram surgindo ao longo da sua realização. O cohousing como um dos pontos de partida, mas que era um tema totalmente desconhecido, e a procura de o aliar aos lares foram uma busca que se revelaram ser bastante mais interessantes do que prometiam. E por último, mas não menos importante, poder atravessar estes momentos de aprendizagem, fazendo-o através do projeto de um edifício, tão complexo como este.

Livros e Artigos

ALVES, Carlos; TENTE, Catarina; CARVALHO, Pedro Sobral de - Viseu: O fio da história. Viseu: Câmara Municipal de Viseu / Núcleo de Imagem e Comunicação, Janeiro de 2017

ARQA - Arquitectura e arte. Lisboa, Habitar Colectivo. Nº57 (Maio 2008)

ARQA - Arquitectura e arte. Lisboa, Habitar Colectivo. Nº58 (Junho 2008)

ARQA - Arquitectura e arte. Lisboa, Espaços públicos. Nº73 (Setembro 2009)

ARQA - Arquitectura e arte. Lisboa, Espaços públicos. Nº74 (Outubro 2009)

ARQA - Arquitectura e arte. Lisboa, Casa+Saúde. Nº138 (3º trimestre 2020)

CECILIA, Fernando Márquez e LEVENE, Richard; Aires Mateus 2002 2018, Madrid: El Croquis, 2018

JORGE, Vítor de Oliveira - Complexificação das sociedades e sua inserção numa vasta rede de intercâmbios, Nova História de Portugal. 1990, Lisboa

REHAB, Center for Spinal Cord and Brain Injuries by Herzog & de Meuron: Basel, Switzerland. Disponível em: <URL:https://www. architecturalrecord.com/articles/13682-rehab-center-for-spinal--cord-and-brain-injuries-by-herzog-de-meuron>

SENNA-MARTINEZ, João Carlos de - Produção, ostentação e redistribuição: Estrutura Social e Económica Política no Grupo Baiões/Santa Luzia, Existe uma Idade do Bronze Atlântico? 1998, Lisboa

STEPHENS, Suzanne - Architectural Record. Suíça: 1 de Junho, 2005. [consultado em 06-10-2021].

TÁVORA, Fernando - Da Organização do espaço. 8a edição 2008. Porto: FAUP Publicações, 2008. ISBN 978-972- 9483-22-6

VIEIRA, Álvaro Siza - 01 Textos. Lisboa: Parceria A. M. Pereira, 2019. ISBN 978-972-8645-93-9

Teses

BRANDÃO, Mariana Soares de Albergaria Ivens - Quinta do tanque em Ponta Delgada, desígnios de projeto entre gerações, (de)composição de uma intervenção próxima. Porto: FAUP, 2019/2020. Dissertação de mestrado.

RIBEIRO, Francisca Freitas Gomes de Carvalho - Projeto de um lar de idosos em Penamaior, Paços de Ferreira. Porto: Faup 2019. Dissertação de mestrado.

Documentos

Autoridade Nacional de Protecção Civil; Dezembro de 2008

Cadernos Técnicos PROCIV #4 , Estabelecimentos de Apoio Social a Pessoas Idosas, Manual para a elaboração de Planos de Segurança;

Licença para construção, reconstrução, modificação ou reparação de prédios urbanos, processo nº OCP-494; Câmara Municipal de Viseu, 27/04/1954, requerente: José Dias, morada: Viseu (obra em Abraveses).

Recomendações Técnicas para Equipamentos Sociais, Lares de Idosos; Segurança Social; 2007

Regulamento Técnico-Sanitário de Piscinas de Uso Público (projecto), ISEP - Instituto Superior de Engenharia do Porto/Centro de Estudos de Águas da Fundação e Instituto Politécnico do Porto, (Marta Susana Ferreira de Almeida Pinto Baptista, Rosa Maria Barbosa Rodrigues Pilão, Rosária Maria da Silva Santos Costa e Vitorino de Matos Beleza), Julho de 2009

Documentos Eletrónicos

AIRES MATEUS E ASSOCIADOS - Residências Sénior em Alcácer do Sal, 17-07-2018, espaçodearquitetura.com, Disponível em: https://espacodearquitetura.com/projetos/residencias-senior-em-alcacer-do-sal/, [consultado em 17-06-2022].

ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA MONTEPIO - IPSS: O que são e como pedir o estatuto, 23-08-2021, Disponível em: https://www.montepio.org/ei/economia-social/apoios-e-beneficios/ipss-o-que-sao-e-como-pedir-o-estatuto/, [consultado em 22-06-2022].

CARVALHO, João, 1996, Disponível em: http://www.patrimoniocultural.gov.pt/pt/patrimonio/patrimonio-imovel/pesquisa-do-patrimonio/classificado-ou-em-vias-de-classificacao/geral/view/73937, [consultado em 27-12-2021].

EDITOR. NOTÍCIAS DE VISEU - Censos2021: Leiria, Aveiro e Viseu são as capitais de distrito do centro que ganham população, 28-07-2021 - 14:02, Disponível em: https://www.noticiasdeviseu.com/censos2021-leiria-aveiro-e-viseu-sao-as-capitais-de-distrito-do-centro-que-ganham-populacao/, [consultado em 22-06-2022].

EPORTUGAL.GOV.PT - Como abrir uma estrutura residencial para pessoas idosas, Disponível em: https://eportugal.gov.pt/fichas-de-enquadramento/como-abrir-uma-estrutura-residencial-para-pessoas-idosas, [consultado em 22-06-2022].

HERZOG & DE MEURON - herzogdemeuron.com. HERZOG E DE MEURON HOSPITALS. Disponível em: https://www.herzogdemeuron.com/index/focus/940-focus-hospitals/design-process.html, [consultado em 21-06-2022].

IBERDROLA. Habitações colaborativas (Cohousing), "Cohousing", o modelo sustentável de habitações colaborativas, Disponível em: https://www.iberdrola.com/pt/compromisso-social/cohousing, [consultado em 20-01-2022].

JORNAL DE NOTÍCIAS [em linha], 17-04-2014 - 12:57, Disponível em: https://www.jn.pt/local/dossiers/viseu-a-patrimonio-da-humanidade/os-mitos-as-figuras-e-as-estorias-3817513.html, [consultado em 24-11-2021].

LA BORDA, cooperativa d'habitatge en cessió d'ús. Derecho de superficie. http://www.laborda.coop/es/proyecto/derecho-de-superficie/#pll_switcher [consultado em 08-08-2022]

LACOL - LA BALMA HABITATGE COOPERATIU, 2018, Disponível em:https://www.lacol.coop/projectes/la-balma/, [consultado em 14-08-2022].

LACOL - LA BORDA HABITATGE COOPERATIU, 2018, Disponível em: https://www.lacol.coop/projectes/laborda/, [consultado em 14-08-2022].

NUNES, Maria Catarina, DNOTICIAS.PT. Uma "aldeia resort" para quem se recusa a ir para um lar, Agência Lusa, 22-12-2020 - 08:45, Disponível em: https://www.dnoticias.pt/2020/12/22/243817-uma-aldeia-resort-para-quem-se-recusa-a-ir-para-um-lar/, [consultado em 16-06-2022].

SEBASTIÃO, Cláudia e Ricardo Perna, HAC.ORA - Envelhecer juntos em comunidade é possível - Habitação Colaborativa, 24-04-2019, Disponível em: https://www.hacora.org/storage/presses/July2020/x45VydTfGZFbXFcpXLcY.pdf, [consultado em 15-06-2021].

SOARES, Elisabete - Idealista/News, 04-03-2019 - 06:00, Disponível em: https://www.idealista.pt/news/imobiliario/habitacao/2019/03/01/38939-cohousing-da-os-primeiros-passos-em-portugal-no-segmento-senior, [consultado em 19-01-2022].

Legislação

Plano Diretor Municipal de Viseu, Setembro de 2013

Plano Municipal de Ordenamento do Território de Viseu, Julho de 2021

Regulamento Municipal da Urbanização e da Edificação de Viseu, Agosto de 2020

Regulamento Técnico-Sanitário de Piscinas de Uso Público, Julho de 2009

Referências Arquitetónicas

AART - BIKUBEN, Kollegiet (Residência de Estudantes). 2003-2006. Copenhaga, Dinamarca

AIRES MATEUS - Residências em Alcácer do Sal. 2008-2010. Setúbal, Portugal

BIG - Bjarke Ingels Group - Gammel Hellerup Gymnasium. 2013. Hellerup, Copenhaga, Dinamarca

HERZOG & DE MEURON - REHAB Basel, Centre for spinal cord and brain injuries. 1999-2002. Basileia, Suíça

LACOL - LA BALMA HABITATGE COOPERATIU. 2017. Barcelona, Espanha

LACOL - LA BORDA HABITATGE COOPERATIU. 2014. Barcelona, Espanha

STUDIO KO - Karl Fournier, Olivier Marty - Musée Yves Saint Laurent. 2017. Marraquexe, Marrocos

Websites

https://www.architecturalrecord.com
https://www.cm-viseu.pt/pt/
https://www.archdaily.com
https://www.ine.pt
https://www.pordata.pt



IMG1 - CAP1.1 - P18
https://pt.wikipedia.org/wiki/Distrito_de_Viseu#/media/Ficheiro:LocalDistrito-Viseu.svg



IMG2 - CAP1.1 - P20
Fofografia do autor



IMG3 - CAP1.1 - P20
Fofografia do autor



IMG4 - CAP1.1 - P20
Fofografia do autor



IMG5 - CAP1.1 - P22
Fofografia do autor



IMG6 - CAP1.1 - P22
Fofografia do autor



IMG7 - CAP1.1 - P24
Fofografia do autor



IMG8 - CAP1.1 - P24
Fofografia do autor



IMG9 - CAP1.1 - P25
Fofografia do autor



IMG10 - CAP1.1 - P26
Fofografia do autor



IMG11 - CAP1.1 - P26
Fofografia do autor



IMG12 - CAP1.1 - P26
Fofografia do autor



IMG13 - CAP1.1 - P28
Fofografia do autor



IMG14 - CAP1.1 - P28
Fofografia do autor



IMG15 - CAP1.1 - P28
Fofografia do autor



IMG16 - CAP1.1 - P28
Fofografia do autor



IMG17 - CAP1.1 - P30
Fofografia do autor



IMG18 - CAP1.1 - P31
Fofografia do autor



IMG19 - CAP1.1 - P32
Fofografia do autor



IMG20 - CAP1.2 - P36
Fofografia do autor



IMG21 - CAP1.2 - P36
Fofografia do autor



IMG22 - CAP1.2 - P38
Fofografia do autor



IMG23 - CAP1.2 - P38
Fofografia do autor



IMG24 - CAP1.2 - P40
Fofografia do autor



IMG25 - CAP1.3 - P46
Arquivo Municipal de Viseu



IMG26 - CAP1.3 - P46
Arquivo Municipal de Viseu



IMG27 - CAP1.3 - P48
Fotogrfia do autor



IMG28 - CAP1.3 - P50
Arquivo Municipal de Viseu



IMG29 - CAP1.3 - P50
Arquivo Municipal de Viseu



IMG30 - CAP1.3 - P52
Arquivo Municipal de Viseu



IMG31 - CAP1.3 - P52
Arquivo Municipal de Viseu



IMG32 - CAP1.3 - P54
Arquivo Municipal de Viseu



IMG33 - CAP1.3 - P54
Arquivo Municipal de Viseu



IMG34 - CAP2.1 - P58
https://www.pinterest.pt/pin/630504016598354638/



IMG35 - CAP2.1 - P60
Esquema do autor



IMG36 - CAP2.1 - P66
https://www.idealista.pt/news/imobiliario/habitacao/2019/12/06/41745-bairro-padre-cruz-despede-se-da-alvenaria-construcao-de-mais-96-casas-arranca-em-2020



IMG37 - CAP2.1 - P66
https://www.porto.pt/pt/noticia/residencias-partilhadas-ajudam-a-combater-isolamento-dos-idosos



IMG38 - CAP2.1 - P68
https://familiacrista.paulus.pt/habitacao-colaborativa-envelhecer-em-comunidade-e-possivel



IMG39 - CAP2.1.1 - P70
https://www.lacol.coop/nosaltres/



IMG40 - CAP2.1.1 - P70
https://www.elperiodico.com/es/barcelona/20210610/decada-construyendo-mundo-posible-can-batllo-10-anos-sants-la-bordeta-autogestion-11807587



IMG41 - CAP2.1.1 - P72
https://www.lacol.coop/projectes/laborda/



IMG42 - CAP2.1.1 - P72
https://www.lacol.coop/projectes/laborda/



IMG43 - CAP2.1.1 - P74
https://www.lacol.coop/projectes/laborda/



IMG44 - CAP2.1.1 - P74
https://www.lacol.coop/projectes/laborda/



IMG45 - CAP2.1.1 - P75
https://www.lacol.coop/projectes/laborda/



IMG46 - CAP2.1.1 - P76
https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cam%C3%AD_Antic_de_València_-_20191202_171610.jpg



IMG47 - CAP2.1.1 - P78
https://www.lacol.coop/projectes/la-balma/



IMG48 - CAP2.1.1 - P78
https://www.lacol.coop/projectes/la-balma/



IMG49 - CAP2.1.1 - P80
https://www.lacol.coop/projectes/la-balma/



IMG50 - CAP2.1.1 - P82
https://www.lacol.coop/projectes/la-balma/



IMG51 - CAP2.1.1 - P82
https://www.lacol.coop/projectes/la-balma/



IMG52 - CAP2.1.1 - P83
https://www.lacol.coop/projectes/la-balma/



IMG53 - CAP2.1.1 - P83
https://www.lacol.coop/projectes/la-balma/



IMG54 - CAP2.1 - P84
https://ami.org.pt/sem-categoria/este-pais-nao-e-para-novos/



IMG55 - CAP2.2 - P86
https://www.seg-social.pt/documents/10152/13337/rtes_lares_idosos/0f8cdf71-b077-4ef9-96cf-8ca8d1d99984/0f8cdf71-b077-4ef9-96cf-8ca8d1d99984



IMG56 - CAP2.2 - P88
https://cm-viseu.pt/pt/areas-servicos/urbanismo-ordenamento-do-territorio/



IMG57 - CAP2.2 - P90
Fotografia do autor



IMG58 - CAP2.2 - P90
Fotografia do autor



IMG59 - CAP2.2 - P90
Fotografia do autor



IMG60 - CAP2.2 - P-94
https://ami.org.pt/sem-categoria/este-pais-nao-e-para-novos/



IMG61 - CAP2.3 - P98
https://bikubenkolle-giet.dk



IMG62 - CAP2.3 - P100
https://www.archdaily.com/127840/day-care-and-elderly-residential-centre-cvdb-arquitectos/5014072328ba-0d3b45000ca3-day-care-and-elderly-residential-centre-cvdb-arquitectos-photo?next_project=no



IMG63 - CAP2.3 - P100
https://www.archdaily.com/127840/day-care-and-elderly-residential-centre-cvdb-arquitectos/5014072328ba-0d3b45000ca3-day-care-and-elderly-residential-centre-cvdb-arquitectos-photo?next_project=no



IMG64 - CAP2.3 - P104
https://litoralmagazine.com/agueda-tem-uma-aldeia-social-que-permite-aos-idosos-viver-em-comunidade/



IMG65 - CAP2.3 - P104
https://litoralmagazine.com/agueda-tem-uma-aldeia-social-que-permite-aos-idosos-viver-em-comunidade/



IMG66 - CAP2.3 - P106
https://folhadodomingo.pt/padre-domingos-costa-defende-replicacao-no-pais-da-primeira-aldeia-lar-para-idosos/



IMG67 - CAP2.3 - P106
https://folhadodomingo.pt/padre-domingos-costa-defende-replicacao-no-pais-da-primeira-aldeia-lar-para-idosos/



IMG68 - CAP2.3 - P106
https://folhadodomingo.pt/padre-domingos-costa-defende-replicacao-no-pais-da-primeira-aldeia-lar-para-idosos/



IMG69 - CAP2.3 - P108
https://cciporto.com/2020/04/29/sabia-que-em-1939-existiam-no-porto-1152-ilhas-onde-viviam-mais-de-45-mil-pessoas/



IMG70 - CAP2.4 - P110
Esquema do autor



IMG71 - CAP3.1.1 - P124
https://espacodearquitetura.com/projetos/residencias-senior-em-alcacer-do-sal/



IMG72 - CAP3.1.1 - P126
Planta do autor



IMG73 - CAP3.1.1 - P128
Esquisso do autor



IMG74 - CAP3.1.2 - P132
Esquisso do autor



IMG75 - CAP3.1.2 - P132
Esquisso do autor



IMG76 - CAP3.1.2 - P134
Fotografia do autor



IMG77 - CAP3.1.2 - P134
Fotografia do autor



IMG78 - CAP3.1.3 - P164
Esquisso do autor



IMG79 - CAP3.2 - P168
Fotografia do autor



IMG80 - CAP3.2 - P170
Fotografia do autor



IMG81 - CAP3.2 - P172
Esquisso do autor



IMG82 - CAP3.2 - P172
Esquisso do autor



IMG83 - CAP3.2 - 176
Fotografia do autor



IMG84 - CAP3.2 - P180
https://worldarchitecture.org/article-links/ecnnf/herzog-de-meuron-completes-extension-of-rehab-clinic-in-basel.html



IMG85 - CAP3.2 - P180
https://archello.com/project/gammel-hellerup-gymnasium



IMG86 - CAP3.2 - P182
https://www.laufen.com/news-stories/rehab-basel-centre-for-spinal-cord-and-brain-injuries-basel-switzerland



IMG87 - CAP3.2 - P182
https://www.suleymaniyehamami.com.tr



IMG88 - CAP3.2 - 184
Esquisso do autor



IMG89 - CAP3.2 - P184
Esquisso do autor



IMG90 - CAP3.2 - 186
Fotografia do autor



IMG91 - CAP3.2 - P188
Esquisso do autor



IMG92 - CAP3.2 - P188
Esquisso do autor



IMG93 - CAP3.2 - P200
Esquisso do autor



IMG94 - CAP3.2 - P200
Esquisso do autor



IMG95 - CAP3.2 - P202
Fotografia do autor



IMG96 - CAP3.2 - 204
Fotografia do autor



IMG97 - CAP3.2 - P206
Esquisso do autor



IMG98 - CAP3.2 - P206
Esquisso do autor



IMG99 - CAP3.2 - P210
Esquisso do autor



IMG100 - CAP3.2 - P210
Esquisso do autor



IMG101 - CAP3.2.1 - P216
Fotografia do autor



IMG102 - CAP3.2.1 - P218
Fotografia do autor



IMG103 - CAP3.2.1 - P220
Fotografia do autor



IMG104 - CAP3.2.1 - P222
Fotografia do autor



IMG105 - CAP3.2.1 - P224
Fotografia do autor



IMG106 - CAP3.2.1 - P226
Esquisso do autor



IMG107 - CAP3.3 - P228
https://www.archdaily.com/881893/studio-kos-yves-saint-laurent-museum-opens-in-marrakech



IMG108 - CAP3.3 - P228
https://www.fluxurymagazine.com/2020/10/23/museu-yves-saint-laurent-em-marraqueche-por-studio-ko/

1|50000	**AN00** - Caracterização de Viseu	43
1|500	**AN01** - Mapa Fotográfico do interior do terreno	55
1|500	**AN02** - Esquemas de Implantação	131
1|200	**AN03** - Planta de Coberturas	139
1|200	**AN04** - Planta do Piso 3	141
1|200	**AN05** - Planta do Piso 2	143
1|200	**AN06** - Planta do Piso 1	145

1|200	**AN07** - Planta de Piso Térreo	147
1|200	**AN08** - Planta do Piso -1	149
1|200	**AN09** - Planta do Piso -2	151
1|200	**AN10** - Corte 01 Ed. Principal (longitudinal)	153
1|200	**AN11** - Corte 02 Ed. Principal (transversal)	155
1|200	**AN12** - Corte 03 Clínica (longitudinal)	157
1|200	**AN13** - Corte 04 Clínica (transversal)	159
1|500	**AN14** - Distribuição Horizontal	167
1|50	**AN15** - Quarto Individual / Duplo	175
1|50	**AN16** - Planta de Cobertura da Piscina	191
1|50	**AN17** - Planta da Piscina	193
1|50	**AN18** - CRT 01 (Piscina)	195
1|50	**AN19** - CRT01' (Piscina)	197
1|50	**AN20** - CRT02 e CRT02' (Piscina)	199
1|50	**AN21** - T0	209
1|50	**AN22** - T1	215
1|100	**AN23** - Alçado Norte da casa	235
1|100	**AN24** - Alçado Sul da casa	237
1|100	**AN25** - Alçado Nascente da casa	239
1|100	**AN26** - Alçado Poente da casa	241
1|100	**AN27** - Alçado Norte I	243
1|100	**AN28** - Alçado Norte II	245
1|100	**AN29** - Alçado Sul	247
1|100	**AN30** - Alçado Nascente I	249
1|100	**AN31** - Alçado Nascente II	251
1|50	**AN32** - Corte Construtivo	253



Gonçalo José Ferreira dos Santos Pinto

Dissertação de Mestrado Integrado em Arquitetura
Apresentada à Faculdade de Arquitetura da Universidade do Porto
Sob a orientação do Professor Doutor Luís Martinho Urbano