



PROYECTO BANCO DE TIEMPO

Surgieron como una iniciativa vecinal en Italia, a principios de los años ochenta, para que las mujeres trabajadoras pudieran ayudarse mutuamente y así disponer de más tiempo libre.

DEFINICIÓN

Un banco de tiempo es un sistema de intercambio de **servicios por tiempo**.

La principal finalidad del Banco del Tiempo es facilitar el intercambio de servicios y la prestación de ayuda mutua entre las personas participantes en él.

CÓMO FUNCIONA

Las personas que participan en el Banco de Tiempo, se registran, especifican los servicios que desean **ofrecer** (mínimo uno) y los que desean **demandar** (mínimo uno) y reciben un talonario de crédito con varios cheques-hora para intercambiar. Cada vez que alguien da un servicio, recibe un **cheque-hora** de la persona que demanda el servicio. En el listado de actividades que pueden ofrecer los miembros, organizado por temas, destacan servicios como:

- *Atención a las personas*: acompañar a niños/as al colegio, leer



cuentos o jugar, cuidado de personas mayores o enfermos, acompañar al médico, realizar gestiones.

- *Cuidado del cuerpo y de la salud*: realizar masajes, dar una sesión de reflexología o relajación, enseñar a maquillarse, cortar el pelo, tintes.

- *Tareas domésticas*: hacer la compra, cocinar, coser, hacer pequeñas tareas y reparaciones domésticas, bricolaje, cuidar animales y plantas.

- *Necesidades puntuales*: mudanzas, organización de fiestas de cumpleaños, pintar la casa, arreglar el coche.

- *Informática*: arreglar el ordenador, asesoramiento informático, acompañamiento para comprar un ordenador e instalarlo.

- *Aficiones*: clases de yoga, poda, jugar a cartas, clases de cocina, excursiones.

- *Idiomas*: clases, traducciones, conversación.

- *Formación*: apoyo para realizar deberes, enseñar música, pintura, dibujo, decoración, ofimática, uso del móvil y otros aparatos electrónicos.

- *Asesoramiento/Orientación*: seguros, finanzas, asesoría como abogados o como psicólogos.

- *Compartir* el coche, traslados en furgonetas.



Se gestiona a través de una **aplicación on-line** que actualiza las ofertas y demandas, un servicio de atención telefónica, atención presencial y reuniones mensuales para disfrutar de un espacio común de comunicación, participación y confianza.

POBLACIÓN DESTINATARIA

Cuando hablamos de personas en desventaja social nos referimos a:

- Personas mayores de 75 años, que viven solas, en riesgo socio-sanitario.
- Desempleados y desempleadas de larga duración, haciendo hincapié en las mujeres de 25 a 34 años, que son las que más sufren el desempleo en este momento.
- Personas migradas con bajos recursos económicos y/o sin redes sociales de apoyo.
- Personas sin hogar.
- Personas con discapacidad.
- Personas con ingresos inferiores al salario mínimo interprofesional.
- Trabajadoras sexuales.
- Mujeres víctimas de violencia de género.
- Personas de etnia gitana en riesgo de exclusión social.



ACTIVIDADES RELACIONADAS CON EL BANCO DE TIEMPO

- Celebración del **“Día sin dinero”**: una vez al año se celebra un **mercado de trueque**.
- **Bancos de tiempo en las escuelas**: dinamizar, junto con el personal de las escuelas, una semana de experiencia de un Banco de Tiempo, para sensibilizar a los niños y las niñas sobre las virtudes del compartir y la reciprocidad.
- **Actividades comunitarias** para necesidades puntuales de vecinos y vecinas: como obras de accesibilidad, mejora de las condiciones de vida de personas sin recursos, mejora de las instalaciones municipales, limpieza de caminos y otras necesidades que puedan surgir, que se harán sin intercambio, como un voluntariado dentro de los Bancos de Tiempo.
- Colaboración en la organización de las **fiestas del pueblo**.
- Celebración de la **“Semana de las Personas de Edad”**: para visibilizar en capital humano de las personas mayores, con actividades intergeneracionales, aulas de la experiencia, fiestas con eventos específicos para las personas mayores, charlas sobre las problemáticas inherentes al envejecimiento y fomento del envejecimiento activo.
- Celebración de **festivales interculturales**: se reúne a diferentes grupos culturales de las distintas nacionalidades presentes el municipio para celebrar las virtudes de la interculturalidad, con música, danza, gastronomía y actividades didácticas.



- **Escuelas de talentos:** las socias y socios de los Bancos de Tiempo pueden realizar para su comunidad demostraciones de sus talentos, herramienta que puede ser muy útil para la inserción sociolaboral y la percepción social y autopercepción de valía a pesar del desempleo o las dificultades sociales o económicas.
- **Excursión** anual: para crear cohesión entre los y las participantes del Banco de Tiempo y espacios de ocio comunes entre personas que no suelen reunirse habitualmente por sus diferentes circunstancias.
- **Donaciones a cuidadores y cuidadoras** de personas dependientes: las personas que son cuidadoras y cuidadores principales de una persona dependiente, tienen dificultad para intercambiar servicios, así que desde el Banco de Tiempo, se les dona horas para sobrellevar el cuidado personal y el cuidado de la persona dependiente a su cargo.

Hasiberrero pretende con el Banco de Tiempo **luchar contra la exclusión social** innovando en la gestión del capital humano y el talento, utilizando para ello las Nuevas Tecnologías, para facilitar el intercambio de servicios y la cadena de favores entre las personas participantes en él, fomentando la participación social y la interacción entre diferentes colectivos, culturas y generaciones, desde una postura igualitaria, creando redes de cooperación y ayuda mutua y con todo ello



mejorar la **calidad de vida** de las personas en situación o riesgo de exclusión social.

DÓNDE ESTAMOS

Hasiberrero

Plaza Arizgoiti nº 10

48970 Basauri (Bizkaia)

Teléfonos: 688877536; 68877539

Mail: asociacion@hasiberrero.biz

www.hasiberrero.biz