

# BANCO DEL TIEMPO

## DE CARABANCHEL ALTO

### ¿QUÉ SON LOS BANCOS DEL TIEMPO?

Los Bancos del Tiempo son grupos de personas motivadas para intercambiar tiempo, dedicándolo a tareas puntuales de la vida cotidiana, generando redes de solidaridad y cooperación en los barrios. La unidad de intercambio es la hora, independientemente del servicio que se ofrezca o que se reciba. Todos los servicios tendrán el mismo valor, es decir, todo vale el tiempo que se tarda en hacerlo.

### OBJETIVOS

Los Bancos del Tiempo forman parte de una iniciativa que quiere romper el aislamiento y la soledad que genera la dinámica en la que estamos inmersos, creando un nuevo espacio para compartir, acercar a las personas y promover valores distintos a los imperantes en nuestra sociedad de consumo. Esta metodología de intercambios, -que podemos calificar de buena vecindad-, ya se daba de forma espontánea entre algunas personas, -especialmente entre las mujeres-, pero se trata de hacerlo de una manera más organizada, diversificada y abierta a todas las personas que conviven en el barrio. Se quiere crear una referencia, un lugar de encuentro para la oferta y la demanda de tiempo y tareas. El tiempo se intercambia con una reciprocidad mutua y paritaria entre las personas, evitando que las tareas a desarrollar sean una cobertura de trabajo barato, encubierto o remunerado. Por supuesto no se realizarán servicios que puedan suplantar la actividad económica de la zona, ni eximir de responsabilidad a los servicios públicos ya existentes (Servicios Sociales, Centros de día, Centros de Salud...).

### FINALIDADES

Las finalidades del Banco del Tiempo son:

1. Realizar y promover intercambios vinculados a la vida cotidiana con el objetivo de conseguir "tiempo" para una/o mismo.
2. Intercambios para fomentar valores de cooperación y comunicación activando la red de solidaridad de la propia comunidad.

3. Desarrollar aptitudes positivas entre las personas mediante el aprendizaje de dar y recibir.
4. Generar una actividad propia del barrio en el que lo interesante sea la participación común.
5. Promover la adecuación de los tiempos, los espacios, las formas de vida y el funcionamiento de la ciudad a las necesidades de las mujeres.
6. Incidir en las razones que hacen de la organización social del tiempo y de las diferencias en su uso, un elemento de desigualdad de género.
7. Mejorar la calidad de vida de las participantes y su entorno.
8. Mejorar las relaciones y la cohesión social de la comunidad a distintos niveles; entre géneros, entre generaciones y entre distintos colectivos.

### BANCO DEL TIEMPO DE CARABANCHEL ALTO

Nuestro Banco del Tiempo, en sus comienzos, estuvo enmarcado dentro del proyecto PLAN PARA LA PARTICIPACIÓN SOCIAL Y LABORAL DE LAS MUJERES EN EL DISTRITO DE CARABANCHEL. Surge como respuesta al análisis de necesidades realizado por la plataforma CARABANCHEL SE MUEVE (dinamización de los servicios de empleo y fomento del desarrollo local del distrito) para promover instrumentos de conciliación de la vida personal, familiar y laboral. Como respuesta a por qué las mujeres no trabajan y no participan en la vida de su comunidad. Nuestro objetivo es conseguir fomentar la participación de las mujeres en la vida comunitaria, dotándolas de herramientas para que sean autónomas a todos los niveles y generando en la comunidad un proceso de participación que tenga a la mujer como sujeto de referencia (ya que son en definitiva las mantenedoras de los vínculos familiares y sociales que de forma invisibles se dan en nuestros pequeños campos de influencia; y asimismo la base de la economía y las garantes de que las carencias de los servicios sociales se encuentren cubiertos). Es decir, promover que las personas, en especial las mujeres, hagan política de la vida cotidiana partiendo de sí mismas y para sí mismas.

### ¿CÓMO SE PUEDE FORMAR PARTE DEL BANCO DEL TIEMPO?

Todas las personas tenemos cosas para ofrecer y pedir. Cualquier persona que resida en el barrio puede inscribirse en el Banco del Tiempo rellenando la ficha de inscripción previa cita en el teléfono 91 508 95 62. La admisión en el Banco del Tiempo implicará la aceptación de unas normas de funcionamiento. La Secretaría del Banco del Tiempo está sita en el local de la Asociación de Vecinos de Carabanchel Alto. C/Piña, 15.

## ¿QUIÉN RESPALDA EL BANCO DEL TIEMPO DE CARABANCHEL?

La Asociación para el Desarrollo del Plan Comunitario de Carabanchel Alto es la impulsora y gestora del Banco del Tiempo de Carabanchel.

## SERVICIOS A INTERCAMBIAR

A título de ejemplo se pueden intercambiar los siguientes servicios:

- **ANIMACIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO:** acompañar a niños/as al colegio o a diferentes actividades, leer cuentos o jugar, acompañamiento y animación a personas mayores y/o enfermas...
- **SALUD Y CUIDADO DEL CUERPO:** automaquillaje, cuidado del cabello, cambio de imagen, consejos sobre alimentación y vida sana, deporte, masaje, relajación...
- **TAREAS DOMÉSTICAS:** hacer la compra, cocinar, coser, planchar, pequeñas tareas y reparaciones domésticas, ayuda en mudanzas, bricolaje, cuidar animales y plantas, ideas para la decoración...
- **INFORMÁTICA:** pasar trabajos a ordenador, asesoramiento informático...
- **IDIOMAS:** apoyo a las clases, traducciones, conversación...
- **FORMACIÓN:** apoyo para realizar deberes, música, pintura, dibujo...
- **ASESORAMIENTO/ORIENTACIÓN:** procedimientos a seguir para determinadas gestiones.
- **GESTIONES EN LA CALLE:** Recoger paquetes en correos, devolver libros en la biblioteca, hacer cola para comprar entradas, billetes, metro bus; conducir el coche de otro/a, tareas publicitarias...

Este listado es ampliable según las demandas y ofertas de los socios y socias.

## FUNCIONAMIENTO

Cada persona adscrita al Banco del Tiempo dispone de un talonario de tiempo que utiliza en el momento que solicita tiempo de otra persona para algún servicio concreto e informará mensualmente a la Secretaría del banco del tiempo efectivamente utilizado y recibido. La Secretaria del Banco del Tiempo anota estos intercambios y actualiza el saldo de la cuenta corriente de tiempo de sus socios/as. Cada mes la Secretaría informa a cada participante del estado de su cuenta corriente de tiempo, procura a las/os socios el Boletín de los servicios que puede intercambiar y convoca para los Encuentros mensuales; espacios creados para la dinamización del Banco del Tiempo en los que se realizarán distintas actividades.