



Los Bancos del Tiempo



tiempo x tiempo

INTRODUCCIÓN

Los Bancos del Tiempo, un proyecto promovido por la Asociación Salud y Familia, en colaboración con el Ayuntamiento de Barcelona y en cooperación con la red asociativa de los barrios, amplían el alcance de su actuación y actividad como un marco de intercambio de tiempo entre las personas que ayuda a resolver problemas de la vida cotidiana.

Esta experiencia, junto a otras de carácter cooperativo que están funcionando en Barcelona, manifiestan que existen valores solidarios fuertemente arraigados en la comunidad y que éstos deben ser favorecidos y obtener apoyo de forma organizada y continua.

Los Bancos del Tiempo fueron concebidos inicialmente como un proyecto de género, es decir, de apoyo exclusivo a las mujeres con el objetivo de que pudiesen obtener más tiempo libre gracias a la red de solidaridad que le permitiera superar los pequeños problemas diarios. Actualmente los Bancos del Tiempo han tomado una nueva orientación más territorial y abierta al conjunto de la población.

BREVE HISTORIA.

Las experiencias de intercambios de tiempo, de trabajos y de servicios hace algunos años que se desarrollan en diferentes lugares del mundo. Unos de los primeros lugares donde se hicieron intercambios fue en Canadá, Nueva Zelanda, Australia y Reino Unido.

En cuanto al intercambio de tiempo, el país pionero ha sido Italia. El año 1992 el sindicato de pensionista de Parma fue de los primeros en poner en práctica el proyecto de intercambiar tiempo para resolver problemas de la vida cotidiana. En el año 1995 la experiencia se hizo extensible a otras ciudades. Actualmente ya son 300 bancos (Osservatorio Nazionale di Banche de Tempo: <http://www.regione.emilia-romagna.it/banchedeltempo/>.)

También es interesante destacar que en EEUU se están desarrollando desde los años 80 los llamados "Time Dollar", es decir, los "dólares del tiempo", en los cuáles una hora de un servicio equivale a un dólar del tiempo (<http://www.timedollar.org/>). Este sistema derivó en los Time Bank (Bancos del Tiempo) del Reino Unido (<http://www.londontimebank.org.uk/>).

En Portugal, desde la asociación transnacional con Barcelona, que se mantiene hasta la fecha, surgió un fuerte compromiso y sensibilización por parte de la Asociación GRAAL en lo relativo a la promoción de los Bancos del Tiempo.

Actualmente están funcionando seis Bancos del Tiempo en Portugal en diversos municipios y otros diez están en fase de preparación.

Actualmente y como fruto de otras circunstancias relacionadas con la fuerte crisis económica, también han adquirido una notable importancia las experiencias de Argentina (<http://trueque.org.ar/>).

ORÍGENES EN BARCELONA.

En Barcelona, los antecedentes se encuentran en la Asociación de Vecinos de la Izquierda del Ensanche, que desde hace doce años organiza un intercambio de servicios con el objetivo de conseguir una ayuda de los vecinos y vecinas entre sí.

La primera experiencia piloto puesta en práctica por la Asociación Salud y Familia fue en el distrito de Horta-Guinardó. Este proyecto se inició en el año 1998 a partir del programa *“En Barcelona, las mujeres cambian los tiempos”*, en colaboración con el Ayuntamiento de Barcelona.

En Barcelona, el origen de los **Bancos del Tiempo Comunitarios** parte como una Acción para promover la conciliación de la vida familiar y laboral integrada en el proyecto **“Compartir: promoviendo el reparto de los tiempos entre mujeres y hombres”** como programa de Acción Comunitario para la Igualdad de Oportunidades entre Mujeres y Hombres de la Unión Europea (1997-99). En este proyecto europeo fueron socios transnacionales la Asociación GRAAL de Portugal, que aporta su experiencia en conciliación y la Asociación PARSEC de Bolonia junto a los Ayuntamientos de Venecia y Milán, (ITALIA), aportando su experiencia en conciliación y bancos del tiempo.

OTRAS EXPERIENCIAS EN BARCELONA.

En Barcelona, y mayoritariamente con el apoyo de los distritos, también existen otros tipos de grupos de intercambios surgidos por iniciativa de entidades y grupos de otros barrios de la ciudad. Estos grupos realizan básicamente **intercambios de conocimientos y de servicios**, como por ejemplo: el Punto de Intercambio Sagrada Familia, el Banco Solidario de Les Corts, el Banco de Intercambio de servicios de la Izquierda del Ensanche, “La Torna” del Poblenou, la Red de Intercambio de Conocimientos de Nou Barris y la Red Xivella, en Ciutat Vella.

En el resto de España fue a partir de 1993 que empezaron a surgir iniciativas de intercambios, promovidas por grupos alternativos, en Madrid, Vitoria, Bilbao, Tenerife, Ávila, etc.

¿QUÉ SON LOS BANCOS DEL TIEMPO?

Los Bancos del Tiempo son grupos de personas motivadas para intercambiar tiempo, dedicándolo a tareas puntuales de atención a personas: niños, gente mayor, gente enferma, etc., entre otras, fomentando así la oportunidad de conocer y confiar en los demás, con tal de resolver las necesidades de la vida diaria.

La unidad de intercambio y de valor es la hora, independientemente del servicio que se ofrezca o que se reciba. En este Banco, el tiempo es la riqueza principal y, por tanto, la unidad de valor. Todas las habilidades 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 de la vida urbana, creando un nuevo espacio para compartir, acercar a las personas y desarrollar en la práctica valores de cooperación y solidaridad.

Se trata de fomentar en la comunidad los servicios de cooperación entre mujeres y hombres, entre individuos y familias, entre personas de diferentes edades y condición y entre personas autóctonas y recién llegados, para intercambiar tiempo y habilidades.

Estos intercambios, que podemos calificar de buena vecindad, de hecho ya se daban de forma espontánea en los barrios, pero se trata de hacerlo de una manera más organizada y más accesible. 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. Se trata de un intercambio donde la moneda simbólica es el tiempo.

FINALIDADES.

- Promover intercambios con la finalidad de fomentar valores de cooperación y comunicación activando la red de solidaridad de la propia comunidad.
- Conseguir actitudes positivas entre las personas, aprendiendo a dar y recibir.
- Posibilitar la creación de un marco de intercambio en el sí de la comunidad.
- Promover una adecuación de los tiempos, los espacios, las formas de vida y la relación de la ciudad a las nuevas necesidades de las mujeres.
- Incidir en los mecanismos que hacen de la organización social del tiempo y de las diferencias en su uso un elemento de desigualdad de género, visualizando especialmente los contenidos y las dimensiones del trabajo doméstico.

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 que necesite 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 tres meses aproximadamente la Secretaría envía a cada participante el estado de su cuenta corriente de tiempo, junto al Boletín de los servicios que puede intercambiar y que va en aumento en función de los nuevos socios/as. Asimismo, la Secretaría avisará a las personas que se encuentren en una situación de desequilibrio de tiempo, tanto si es porque no han dado mucho tiempo como porque han recibido poco. En principio, no se podrá acumular una diferencia superior a 20 horas entre el tiempo que se da y el que se recibe.

De igual manera, una persona que no haya utilizado sus créditos de recepción de tiempo podrá transferirlos a otro miembro del Banco del Tiempo.

el banco del tiempo

núm. _____

fecha _____

núm. de horas _____

a favor de _____

ASOCIACIÓN DE VECINOS BON PASTOR

el banco del tiempo

núm. _____

fecha _____

a favor de _____

ASOCIACIÓN DE VECINOS BON PASTOR

Vale de tiempo
Vale intransferible
Horas

Todas las personas tenemos cosas para dar y pedir. Cualquier persona puede inscribirse en el Banco del Tiempo dirigiéndose a la Secretaría del Banco del Tiempo más cercano a su domicilio.

En todos los casos es conveniente tener una entrevista con la secretaria del Banco del Tiempo para poder aclarar qué podemos dar, qué solicitamos recibir y durante cuántas horas de tiempo.

Asimismo, la admisión en el Banco del Tiempo implicará la aceptación de las normas de intercambio.

¿QUÉ SE PUEDE INTERCAMBIAR?

- ▶ **ATENCIÓN A LAS PERSONAS:** acompañar a niños/as al colegio o a diferentes actividades, leer cuentos o jugar, cuidar personas mayores y/o enfermas, acompañar a personas mayores al médico, leer libros a personas mayores, realizar gestiones en la calle...
- ▶ **CUIDADO DEL CUERPO Y DE LA SALUD:** dar masajes, reflexología, relajación, automaquillaje, cuidado del cabello, cambio de imagen, ...
- ▶ **TAREAS DOMÉSTICAS:** hacer la compra, cocinar, coser, hacer pequeñas tareas y reparaciones domésticas, bricolaje, cuidar animales y plantas,...
- ▶ **INFORMÁTICA:** pasar trabajos a ordenador, asesoramiento informático,...
- ▶ **IDIOMAS:** clases, traducciones, conversación,...
- ▶ **FORMACIÓN:** apoyo para realizar deberes, música, pintura, dibujo, decoración,...
- ▶ **ASESORAMIENTO/ORIENTACIÓN:** seguros, finanzas, técnicas diversas...

ENTIDADES IMPLICADAS EN EL FUNCIONAMIENTO DE UN BANCO DEL TIEMPO EN BARCELONA.

1. La **Asociación Salud y Familia** realiza el seguimiento continuo y asesoramiento de cada Banco del Tiempo. Ofrece la formación inicial y el apoyo continuado durante su funcionamiento, así como asesoramiento en cuanto a la campaña publicitaria y de difusión para captar socios/as.
2. El **Ayuntamiento de Barcelona**, desde la Dirección de Servicios de Gestión de Bienestar Social aporta apoyo técnico y participa en la promoción, supervisión y evaluación del proyecto inicial. Y también mediante los Distritos, que participan proponiendo la entidad gestora, cediendo el espacio y haciendo el seguimiento técnico de la gestión.
3. Las **ENTIDADES GESTORAS**, parte fundamental porque asumen la gestión directa del Banco del Tiempo en su barrio así como la responsabilidad de su funcionamiento (contacto con los socios, control de los talonarios y los boletines de intercambio, difusión, charlas, reuniones de socios, etc.).

RESULTADOS ACTUALES EN BARCELONA.

	USUARIOS INSCRITOS	TIPO DE INTERCAMBIO
GUINARDÓ (actualmente en proceso de renovación)	90	- Cocina. - Costura - Bricolaje. - Compras - Gestiones - Cuidar niños/as y personas mayores. - Intercambios con las A.M.PA. (en preparación) -
CASCO ANTIGUO	97	- Masajes y técnicas de relajación. - Formación informática. - Idiomas. - Cocina. - Costura. - Bricolaje.
BON PASTOR	111	- Cocina. - Costura. - Bricolaje y reparaciones domésticas. - Tarot. - Mensajería. - Intercambios colectivos
GRACIA	168	- Reparaciones básicas de casa. - Formación. - Cuidado del cuerpo y salud. - Compañía. - Conciertos.
RAVAL	100	- Clases de idiomas. - Excursiones. - Clases de cocina. - Compañía.
SANT MARTÍ (inaugurado en marzo 2006)	28	- Compañía - Intercambio recetas cocina - Idiomas (conversación)

ENTIDADES IMPLICADAS EN EL FUNCIONAMIENTO DE LOS BANCOS DEL TIEMPO EN ESPAÑA.

1. La **Asociación Salud y Familia** realiza el seguimiento continuo y asesoramiento de cada Banco del Tiempo. Ofrece la formación inicial y el apoyo continuado durante su funcionamiento, así como asesoramiento en cuanto a la campaña publicitaria y de difusión para captar socios/as.
2. El **Ayuntamiento de la ciudad** aporta apoyo técnico y participa en la promoción, supervisión y evaluación del proyecto inicial. Asimismo, cede el espacio en caso necesario y realiza el seguimiento técnico de la gestión.
3. Las **ENTIDADES GESTORAS**, parte fundamental porque asumen la gestión directa del Banco del Tiempo en su barrio así como la responsabilidad de su funcionamiento (contacto con los socios, control de los talonarios y los boletines de intercambio, difusión, charlas, reuniones de socios, etc.).

ACCIONES DE COORDINACIÓN, APOYO Y FORMACIÓN DE LOS BANCOS DEL TIEMPO EN ESPAÑA.

Anualmente la Asociación Salud y Familia promueve unas Jornadas estatales sobre Conciliación de la Vida Familiar y Laboral y Bancos del Tiempo a la que acuden todos los Bancos del Tiempo españoles y una buena parte de los Bancos del Tiempo Europeos y Americanos.

Trimestralmente la Asociación Salud y Familia edita un boletín electrónico sobre Bancos del Tiempo e iniciativas en el ámbito de la conciliación de la vida familiar y laboral que se distribuye a toda la red de Bancos del Tiempo y entidades interesadas.

La Asociación Salud y Familia realiza una consultoría e información básica a aquellas entidades y/o Ayuntamientos que desean poner en marcha un Banco del Tiempo.

La Asociación Salud y Familia promueve la realización de Talleres de Habilidades para el funcionamiento de los Bancos del Tiempo orientados a los Bancos del Tiempo de España y a las entidades y/o Ayuntamientos interesados en poner en marcha Bancos del Tiempo.

VALORACIÓN GENERAL

- Participación mayoritaria de mujeres (alrededor del 70 %).
- Incorporación progresiva de gente joven que facilita la inclusión de nuevas actividades y el intercambio intergeneracional.
- Las personas participantes no intercambian sólo por necesidad, sino también para compartir aficiones y para hacer nuevas relaciones sociales.
- Las acciones colectivas (reuniones de socios y socias, encuentros con otros Bancos o intercambio de experiencias) permiten que los grupos se consoliden.
- Hay más oferta de servicios que demanda. Es más fácil dar que recibir, lo cual indica la disponibilidad de las personas para el voluntariado.
- Instrumento para la conciliación de la vida familiar y laboral, aunque no aseguran una mayor equidad en el reparto de tareas domésticas en el hogar, sí suponen una descarga de tiempo para muchas mujeres.
- Útil como herramienta de los recién llegados a un barrio / ciudad /país para conocer su entorno , costumbres, idioma, etc. a través de los propios vecinos, creando un clima de confianza y solidaridad.
- Necesitan difundir la propia información. La futura red de Bancos del Tiempo en Internet optimizará la gestión de la información, facilitará la difusión y hará accesible los Bancos del Tiempo a toda la ciudad.

DIRECCIONES DE LOS BANCOS DEL TIEMPO ACTUALES.

→ EN BARCELONA.

■ BANCO DEL TIEMPO DEL GUINARDÓ (pendiente de confirmación)

■ BANCO DEL TIEMPO DEL CASC ANTIC.

- Entidad gestora: Centro San Pedro Apóstol.
- Lugar: Centro San Pedro Apóstol.
C/ Sant Pere Més Alt, 25. 08003. BARCELONA.
- Tel.: 93 268 25 09
- Horario: de martes a jueves de 19:00 h. a 21:00 h.

■ BANCO DEL TIEMPO DEL BON PASTOR.

- Entidad gestora: Asociación de Vecinos y Parroquia del Bon Pastor.
- Lugar: Centro Cívico Bon Pastor.
Pº Enric Sanchís, s/n. 08030. BARCELONA.
- Tel.: 93 314 79 47 – 93 278 30 85.
- Horario: de lunes, miércoles y jueves de 16:30 h. a 18:00 h.

■ BANCO DEL TIEMPO DE GRACIA.

- Entidad gestora: Fundació Orfeo Gracienc.
- Lugar: C/ Astúries, 83. 08024. BARCELONA.
- Tel.: 93 237 46 81
- Horario: lunes de 10:30h a 13:30h y de 18:00h a 21:00h, miércoles de 10:30h a 13:30h y viernes de 18:00h a 21:00 h.

■ BANCO DEL TIEMPO DEL RAVAL.

- Entidad gestora: Asociación SocioCultura Ibn Batuta.
- Lugar: c/ Nou de la Rambla, 43. 08001 Barcelona. Centre Cívic Drassanes.
- Tel.: 93 441 22 80
- Horario: martes y jueves de 18:30h a 20:30h y viernes de 12:30h a 14:30h.

■ BANCO DEL TIEMPO DE SANT MARTÍ

- Entidad gestora: La Comunitat de les Dones i les Famílies
- Centre Cultural la Farinera del Clot: Gran Via de los Corts Catalanes, 837
- Tel: 93 291 84 04
- Horarios: lunes a Jueves de 17:00h a 19:00h y viernes de 10:00h a 12:00h.

■ RED DE BANCOS DEL TIEMPO ON LINE. (En construcción).

→ FUERA DE BARCELONA.

■ **BANCO DEL TIEMPO DE CORNELLÀ DE LLOBREGAT.**

- Entidad gestora: Asociación de Mujeres Artemis.
- Lugar: Patronato Cultural y Recreativo de Cornellà.
C/ Eduard Gibert, 29. 08940. CORNELLÀ DE LLOBREGAT.
- Tel.: 93 474 17 19.
- Horario: martes y miércoles de 17:00 a 19:30 h. y jueves de 10:00 . a 12:30 h.

■ **BANCO DEL TIEMPO DE SANT CUGAT DEL VALLÈS**

- Ajuntament de Sant Cugat
- Entidad gestora: Club Muntanyenc Sant Cugat
- Casa de Cultura: Jardins del Monestir, s/n
- Tel: 93 674 63 51
- Horario: Lunes, martes y jueves de 17:30 a 20h

■ **BANCO DEL TIEMPO DE TERRASSA**

- Ajuntament de Terrassa
- Entidad gestora: Oficina del Pla de Barris
- C/ Sant Cosme, 149, 2n 2a
- Tel: 93 784 82 14
- Horario: De Lunes a Viernes de 10:00 a 13:00h y de 15:00 a 20:00h.

■ **BANCO DEL TIEMPO DE ALICANTE.**

- Entidad gestora: Ayuntamiento de Alicante.
- Lugar: Departamento de la Mujer
C/ Catedrático Soler, 46. 03007. ALICANTE.
- Tel.: 965 10 50 86.
- Horario: Lunes, miércoles y viernes de 10:00 a 13:00 h. y martes y jueves de 16:00 h. a 19:00 h.

■ **BANCO DEL TIEMPO DE PAMPLONA.**

- Entidad gestora: Asociación Sociocultural Inquietudes Mujer Actual. Asima.
- Lugar: Travesera de Bayona, 4, 7º H.
31011. PAMPLONA.
- Tel.: 948 260 044.
- Horario: Lunes a jueves de 10:30 a 12:30 h.

■ **BANCO DEL TIEMPO DE LA UNIVERSIDAD DE SEVILLA**

“Mujeres y Hombres de Hoy”.

- Entidad gestora: Unidad de Orientación para la Mujer. Servicio de Asistencia a la Comunidad Universitaria.
- Lugar: Universidad de Sevilla.
Pabellón de Uruguay. Av. De Chile, s/n. 41013. SEVILLA.
- Tel.: 954 486 019 – 954 488 155.
- Horario: Lunes a viernes de 10:00 a 14:00 h.

■ **BANCO DEL TIEMPO DE CHIPIONA.**

- Entidad gestora: Ayuntamiento de Chipiona.
- Inaugurado el 8 de Mayo de 2003.
- Lugar: c/ Larga, 64. Edificio Las Palmeras. 11550. Chipiona (Cádiz).
- Tel.: 956 370 100
- Horario: Lunes a viernes de 8 a 15:00 h.

■ **BANCO DEL TIEMPO DE BILBAO.**

- Banco del Tiempo de la Peña-Abusu.
- Centro Cívico de la Peña.
- Pl. Iharra, s/n.
- 94 416 23 88
- Horario: Miércoles y Viernes de 17:00 a 19:00 h.

■ **BANCO DEL TIEMPO DE GRANADA**

- Ayuntamiento de Beiro (Granada).
- 958 208 368

■ **BANCO DEL TIEMPO DEL ESCORIAL (Madrid).**

- Concejalía Bienestar Social del Ayuntamiento. El Escorial
- Casa de Cultura Villa de El Escorial.
- C/ Sagrado Corazón, nº 5.
- 28280- EL ESCORIAL. Madrid
- 91 890 27 64 – 91 890 28 93
- Atención e inscripción: jueves de 19:00 a 20:00 h.

→ **PRÓXIMAS APERTURAS.**

■ **BANCOS DEL TIEMPO DE MADRID (Distritos de Chamberí y Tetuán).**

■ **BANCO DEL TIEMPO BADALONA.**

■ **BANCO DEL TIEMPO DE SANT QUIRZE DE BESORA**

■ **BANCO DEL TIEMPO MÁLAGA.**

→ **OTRAS INICIATIVAS.**

■ **BANCO DEL TIEMPO DE SAN JAVIER**

Web: bancodeltiempo.org.