

TRABAJO DE FIN DE GRADO ESTRATEGIAS DE AYUDA MUTUA: EL BANCO DEL TIEMPO

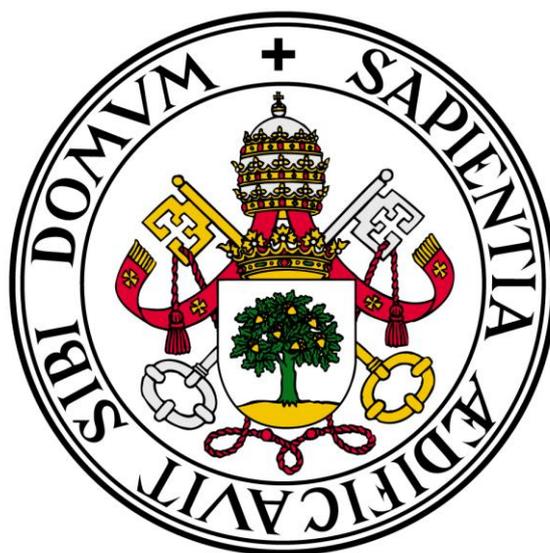
Grado en Trabajo Social

07/08/2015

Universidad de Valladolid

Autora: Miriam González Raposo

Tutora: María del Carmen Peñaranda Cólera



ESTRATEGIAS DE AYUDA MUTUA: EL BANCO DEL TIEMPO

RESUMEN:

Este trabajo final de grado supone una recogida de información, análisis y reflexión sobre la iniciativa del banco del tiempo, desde una perspectiva útil para el trabajo social.

Mi interés por los bancos del tiempo surge al conocer el funcionamiento de esta iniciativa en la ciudad de Valladolid, que llamó mucho mi atención por las características que presentan. Entre esas características hay que destacar, que es gratuito, trabaja con la comunidad, gira en torno a las potencialidades de los socios, cubre múltiples necesidades de los participantes, desarrolla un funcionamiento en red y constituye un elemento de integración entre otras.

Posteriormente a la hora de escoger el objeto sobre el cual realizaría mi trabajo de fin de grado, decidí adaptar la idea de los bancos del tiempo desde el punto de vista enfocado al trabajo social. Para ello realizado un proceso de recabación de información sobre los bancos del tiempo, situando en el eje de los mismos al de Valladolid, donde en primer lugar, explicaré los orígenes y surgimiento de los bancos del tiempo de manera general. Posteriormente, me dispondré a exponer como funciona un banco del tiempo, basándome en el ejemplo concreto del existente en el municipio de Valladolid.

Toda la información pertinente y las conclusiones, se encuentran sustentadas por el marco teórico que consta de la teoría del capital social y la teoría de los intercambios que nos ayudarán a comprender el funcionamiento de los bancos del tiempo y su nexo con el Trabajo Social. Más adelante explicaré y que se basa en el uso que puede dar el Trabajo Social a estas iniciativas como estrategia de intervención comunitaria.

PALABRAS CLAVE:

Banco del tiempo, intercambio, potencialidad, comunidad, apoyo mutuo, cohesión, empoderamiento, dinamización, vecindad.

ABSTRACT:

The final degree is a collection of information, analysis and reflection on the initiative of the time bank, from a useful perspective for social work.

My interest arises banks time to understand the functioning of this initiative in the city of Valladolid, who called my attention to the characteristics shown. Among those features it is noteworthy, which is free, works with the community revolves around the

potential partners, covers multiple needs of the participants, develops networking and is an element of integration among others.

Later when choosing the object on which would make my final degree work, I decided to adapt the idea of time banks from the point of view focused on social work. For this I made a process of information gathering on the banks of the time, placing the axis thereof to Valladolid, where first, explain the origins and emergence of time banks in general. Later, I set about to expose how a bank of time, based on the specific example of that in the city of Valladolid.

All relevant information and conclusions, are underpinned by a theoretical framework consisting of capital theory and the theory of trade that will help us understand how time banks and their link with the Social Work. Later I will explain and that is based on the use that can give social work to these initiatives as community intervention strategy.

KEYWORDS:

Time bank, exchange, potential, community, mutual support, cohesion, empowerment, revitalization, neighborhood.

ÍNDICE:

1. INTRODUCCIÓN.....	5
2. MARCO TEÓRICO.....	7
TEORÍA DEL CAPITAL SOCIAL.....	7
TEORÍA DEL INTERCAMBIO SOCIAL.....	8
3. EL BANCO DEL TIEMPO.....	10
3.1 DEFINICIÓN.....	10
3.2 ORIGENES Y DESARROLLO DE LOS BANCOS DEL TIEMPO EN ESPAÑA.....	11
3.3 EL BANCO DEL TIEMPO DE VALLADOLID.....	11
3.4 RESULTADOS DE LA IMPLEMENTACIÓN DEL PROYECTO DEL BANCO DEL TIEMPO EN VALLADOLID.....	20
4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES: BANCO DEL TIEMPO Y TRABAJO SOCIAL.....	27
5. BIBLIOGRAFIA.....	30
6. ANEXOS.....	31

1. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo aborda en qué consiste la iniciativa del Banco del Tiempo desde una perspectiva relacionada con el Trabajo Social, y cómo tanto la propia disciplina como la iniciativa se pueden nutrir una de la otra.

Para irnos situando en lo que se refiere al concepto del Banco del Tiempo, tenemos que remitirnos a los orígenes del mismo. El antecesor de los Bancos del Tiempo es el sistema de trueque. El concepto de trueque se corresponde con iniciativas locales no lucrativas que proveen a la comunidad de información de los productos y servicios que sus miembros pueden intercambiarse entre sí, utilizando una moneda propia para las transacciones cuyo valor es consensuado por ellos mismos (Gisbert, 2010). Trasladada esta idea al banco del tiempo, se traducirían los productos a intercambiar en experiencias de intercambios de tiempo, de trabajos y de servicios. El Banco del Tiempo es un desarrollo natural de las redes de trueque con prácticamente el mismo ideario social, pero con unas características propias que lo definen. Siguiendo un poco con la historia, los Bancos del Tiempo comienzan con la experiencia de los "time dollar" o dólar tiempo, concepto en el que incidiré en las siguientes líneas donde se explica dónde se dan los primeros Bancos del Tiempo.

Algunos de los primeros lugares donde se hicieron intercambios fueron en Canadá, Nueva Zelanda, Australia y Reino Unido. Sin embargo fue en EEUU donde se desarrollan desde los años 80 los llamados "Time Dollar"; es decir, los "dólares del tiempo", en los cuales una hora de un servicio equivale a un dólar del tiempo. Este sistema derivó en los Time Bank (Bancos del Tiempo) del Reino Unido.

En cuanto al intercambio de tiempo, el país pionero ha sido Italia. En el año 1992, el sindicato de pensionistas 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, y como fruto de otras circunstancias relacionadas con la fuerte crisis económica, también han adquirido una notable importancia las experiencias de Argentina, Perú y Chile.

En el caso de España, en asociación transnacional con Portugal, surgió un fuerte compromiso y sensibilización por parte de la Asociación GRAAL en lo relativo a la promoción de los Bancos del Tiempo. Como veremos en el apartado 3.2 "Banco del Tiempo en España", la primera experiencia se sitúa en Barcelona como una acción para promover la conciliación de la vida familiar y laboral integrada en un el proyecto para la Igualdad de Oportunidades entre Mujeres y Hombres de la Unión Europea.

La iniciativa de los Bancos del tiempo se ha ido extendiendo de forma internacional. Sin embargo, en el presente trabajo, y aunque se referencien datos generales de otros Bancos del Tiempo, nos vamos a centrar en el Banco del tiempo de Valladolid, ya que he podido obtener información más concreta y específica, así como visualizar un banco del tiempo dentro de esa concreción que implica la reflexión sobre los objetivos que me he propuesto en este trabajo.

El presente trabajo conforma una revisión bibliografía sobre el Banco del Tiempo y la posterior reflexión que trae consigo la interiorización de la misma. Para fundamentar las reflexiones, me he remitido a los fundamentos metodológicos basados en la teoría del capital social y la teoría del intercambio, para encontrar la base del funcionamiento e ideario del Banco del tiempo.

Es justamente el ideario de la iniciativa del Banco del tiempo lo que ha motivado el centrar mi trabajo en este tema y también donde encuentro el nexo entre estas iniciativas y el Trabajo Social. Este nexo surge, por un lado, en cuanto al ideario en la medida en que se comparten objetivos e ideas características de la esencia del Trabajo Social. Y por otro lado, en cuanto al funcionamiento, ya que hay aspectos válidos para el trabajo social, especialmente, a la hora de realizar una intervención comunitaria.

El objetivo general del presente trabajo consiste en conocer el funcionamiento de los bancos de tiempo y, específicamente, el Banco del Tiempo de Valladolid como recurso para la intervención comunitaria. Los objetivos específicos que me planteo son los siguientes:

- Estudiar las potencialidades que presenta la iniciativa del Banco del tiempo como recurso para la intervención comunitaria.
- Reflexionar sobre cómo las potencialidades del Banco del Tiempo pueden alimentar al Trabajo Social y su intervención con las comunidades.
- Conocer cuáles son las limitaciones y debilidades de este tipo de iniciativas.
- Analizar datos cualitativos y cuantitativos para conocer los efectos, uso y viabilidad del servicio.

Finalmente, en los siguientes apartados vamos a encontrar la fundamentación teórica del presente trabajo, posteriormente un recorrido por el funcionamiento del Banco del tiempo y, por último, las reflexiones finales.

2. MARCO TEORICO

En el siguiente apartado se abordarán una serie de teorías y conceptos que puedan permitir y facilitar la comprensión de los elementos que giran y que cimientan el sistema del Banco del tiempo. El marco teórico se basará tanto en la teoría del capital social, como en los conceptos de integración, intercambio y apoyo social que se desarrollan en la teoría del intercambio, esencia del tema que estamos tratando.

TEORÍA DEL CAPITAL SOCIAL:

Aunque el concepto de capital social (García-Valdecasas, 2010) ha ido evolucionando, podemos entenderlo como una serie de recursos disponibles para los individuos derivados de su participación en redes sociales (Bourdieu, 1986, citado en García-Valdecasas, 2010).

La teoría del capital social implica la cooperación entre dos partes; es un conjunto de normas, redes y organizaciones construidas sobre relaciones de confianza y reciprocidad, que contribuyen a la cohesión, el desarrollo y el bienestar de la sociedad, así como a la capacidad de sus miembros para actuar y satisfacer sus necesidades de forma coordinada en beneficio mutuo (Coleman, 1990).

De acuerdo con Coleman (Coleman, 1990, citado en García-Valdecasas, 2010), el capital social está compuesto por los siguientes elementos:

- Las redes sociales: Incluyendo en ellas los lazos de parentesco, las redes comunitarias informales y las organizaciones sociales. El mantenimiento de estos vínculos requiere una inversión de tiempo y dedicación, pero permite obtener beneficios en forma de flujos de solidaridad, capacidad de defensa de intereses y derechos, obtención de información (la cual resulta determinante para la capacidad de decisión y actuación del individuo), etc.
- Las normas sociales (de voluntariedad, altruismo, comportamiento) y derechos comúnmente aceptados, así como las sanciones que los hacen efectivos.
- Los vínculos de confianza social, que garantizan un entramado de obligaciones y expectativas recíprocas que posibilitan la cooperación. Estas relaciones pueden abarcar también las de autoridad, consistentes en la cesión consensuada a un líder de poderes para gestionar problemas colectivos.

Por su parte, Putnam (1993, citado en García-Valdecasas, 2010), llegó a la conclusión de que los graves problemas sociales, políticos y económicos que afligían a las comunidades, sólo podían resolverse reforzando las redes de solidaridad entre sus ciudadanos, lo cual generaba ventajas tanto públicas como

privadas que genera el capital social, entendiendo éste como la acumulación de recursos reales o potenciales que están unidos a la posesión de una red duradera de relaciones más o menos institucionalizadas de reconocimiento mutuo.

Las diferencias en la estructura de la red influyen en la creación de distintos tipos de capital social como información y reciprocidad basada en la confianza. Además, se ha observado también cómo las posiciones estructurales de los individuos pueden dotar a dichos individuos de algunas ventajas en la realización de sus propias acciones: los actores mejor conectados tendrán mayores beneficios.

La confianza no es capital social, pero puede generar recursos de capital social si logra crear obligaciones de reciprocidad; es decir, obtener favores a cambio de favores (Herreros, 2002, citado en García-Valdecasas, 2010). Son la estructura de las redes sociales y la acción individual las que generan confianza, ya que aunque desconozcamos las probabilidades objetivas, podemos tener expectativas subjetivas acerca de la confianza que nos inspira dicha persona.

TEORIA DEL INTERCAMBIO SOCIAL:

Otro de los conceptos clave para comprender el funcionamiento de los bancos del tiempo, es el concepto de integración social (Blau, 1983), presente en las interacciones sociales, y que establece lazos de compañerismo reforzados por intereses compartidos, estableciendo así objetivos e ideales comunes, base de la cohesión grupal. Es la cohesión la que exige condiciones contradictorias produciéndose la paradoja de la integración social, en la cual para ser aceptado se deben tener cualidades atractivas que no amenacen el status actual de otros, pero también cualidades atractivas que hagan de su aportación al grupo algo importante.

Esa atracción que lleva a la asociación, o bien es intrínsecamente gratificante o bien proporciona beneficios extrínsecos. Los beneficios extrínsecos nos hacen decidir entre unas asociaciones y otras. En cambio, el bien intrínseco se encuentra presente en la esencia de las asociaciones, puesto que la variedad de recompensas que podemos experimentar están fusionadas y son inseparables de ella. La relación con estos beneficios se irá dando y modificando a la par que evoluciona la asociación.

La atracción personal, junto con la aprobación social, son fuentes del apoyo social. Esta aprobación depende de varios factores: que sean escasas y genuinas y de la orientación; es decir, del status de la persona de la que procede tal aprobación. Esto es debido a que las condiciones de una estructura colectiva rigen el significado de la aprobación social.

Llegados a este punto, podemos definir los procesos de asociación social como un intercambio de actividad tangible e intangible y con más o menos recompensas o más o menos costoso, entre al menos dos personas (Homans, 1958, citado por Blau, 1983). Conociendo este concepto, podemos ser conscientes de que los intercambios se dan de múltiples maneras en la sociedad, no solo en aquellas áreas en las que interviene el mercado. No solo se intercambian bienes y riqueza, sino también elementos no tangibles como el apoyo, cumplidos, rituales, en los que el mercado no pasa de ser un elemento y la circulación de riqueza no pasa de ser una parte de un contacto.

Una persona que proporciona servicios que recompensan a otra crea una obligación hacia ella, que para satisfacerla tiene que proporcionar beneficios a la primera. La obligación es esa necesidad de corresponder los beneficios recibidos y hace de mecanismo de arranque. Las relaciones que se pueden obtener al entrar en las relaciones de intercambio proporcionan incentivos para la interacción social y los procesos de intercambio sirven como mecanismos reguladores, fomentando el desarrollo de una red de relaciones sociales y de una estructura de grupo basada en la reciprocidad. Esta reciprocidad crea una relación de confianza entre los participantes del intercambio, por lo que aquello que pudo nacer por un "interés egoísta", genera confianza en las relaciones sociales por medio del carácter expansivo y recurrente.

En oposición a los bienes económicos, los beneficios implicados del intercambio social no tienen precio exacto cuantitativamente, pero sí son capaces de generar gratitud y confianza. Normalmente se debe a que los beneficios que se aportan son de apoyo mutuo, pero que en esa inestabilidad, tienden a equilibrarse. El mercado económico impersonal está diseñado para despojar a los bienes específicos de sus alianzas con otros beneficios que si aporta el intercambio social.

Aunque el estudio sistemático del intercambio social plantea problemas distintivos, los supuestos que hace sobre la maximización de las utilidades son escasamente diferentes a las que hacen los economistas en el estudio del consumo. En la producción y comercialización, el beneficio es máximo cuando "el coste marginal y el ingreso marginal son iguales", y esta comparación de utilidades plantea el mismo problema en el estudio de intercambio social.

Una variedad de condiciones influye en los procesos de intercambio social: la etapa de desarrollo de la relación y la naturaleza de los beneficios, la cual consta de varias dimensiones.

3. EL BANCO DEL TIEMPO

3.1. DEFINICIÓN

Los Bancos del Tiempo son grupos de personas motivadas para intercambiar tiempo, dedicándolo a tareas puntuales con tal de resolver las necesidades de la vida diaria (Banco del Tiempo de Valladolid, 2014). La unidad de intercambio y de valor es la hora, independientemente del servicio que se ofrezca o que se reciba. En este tipo de Banco, el tiempo es la riqueza principal y, por tanto, la unidad de valor.

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 llegadas, para intercambiar tiempo y habilidades.

Estos intercambios ya se dan de forma espontánea en el barrio pero, a través de los Bancos del Tiempo, se trata de hacerlo de una manera más organizada y para que sea más accesible a los vecinos. 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.

Si nos preguntamos por el proceso de creación de los Bancos del tiempo (Ver Anexo 1), podemos aportar una serie de pautas generales que se suelen seguir, adaptándolas al proyecto concreto que se vaya a llevar a cabo. Para que el funcionamiento sea correcto debemos tener en cuenta y llevar a cabo los siguientes requisitos: 1) realizar una entrevista inicial; 2) ver las posibilidades de intercambios; 3) proceder a la inscripción de socios o socias; 4) entrega de talonario; 5) difusión del boletín informativo entre los socios y socias; 6) comunicación entre socios/as y la dirección a través de secretaria; 7) permanecer informados acerca de los intercambios que se llevan a cabo; 8) justificar los intercambios mediante los cheques del talonario; y 9) gestionar y actualizar la cuenta de cada usuario en la base de datos.

También podemos fijar en este proceso unas fases generales de creación: 1) realizar un estudio de la viabilidad y definición del proyecto; 2) comprobación de

los recursos disponibles; 3) legalidad; 4) adaptación del proyecto a nuestra idea; 5) puesta en práctica (en el caso que nos ocupa del Banco del Tiempo de Valladolid, se corresponde con el apartado de funcionamiento que veremos más adelante); y 6) evaluación y reformulación del proyecto.

3.2. ORIGENES Y DESARROLLO DE LOS BANCOS DEL TIEMPO EN ESPAÑA

En la introducción hemos podido ver que los Bancos del Tiempo surgen de los sistemas de trueque y cuales han sido sus raíces europeas y su proceso de expansión. No obstante, en este apartado ilustraremos cómo ha sido el desarrollo en España desde las primeras iniciativas que surgen en Barcelona en colaboración de las experiencias europeas.

Podríamos situar pues la primera experiencia piloto en la ciudad de Barcelona, puesta en práctica por la Asociación Salud y Familia y el Ayuntamiento. Este proyecto se inició en el año 1998, aunque hacía más de 20 años que ya había experiencias de este tipo en esta ciudad. 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 aportó su experiencia en conciliación, y la Asociación PARSEC de Bolonia, junto a los Ayuntamientos de Venecia y Milán, que aportaron su experiencia en conciliación y bancos del tiempo.

En el resto de España fue a partir de 1993 que comenzaron a surgir iniciativas de intercambios, promovidas por grupos alternativos. En la actualidad, hay más de 280 Bancos de Tiempo de acuerdo con los datos que aparecen en la página web bdtonline.org, la cual realiza una labor de difusión y dinamización de los Bancos del tiempo en España.

En Castilla y León, el Banco del Tiempo de Valladolid es pionero en implantar una fórmula de banco de tiempo de titularidad municipal, lo que aporta mayor profesionalidad y garantías de continuidad.

3.3. EL BANCO DEL TIEMPO EN VALLADOLID

La iniciativa del Banco del Tiempo de Valladolid nace de la mano del Servicio Municipal de Acción Social del Ayuntamiento de Valladolid, que determinó la puesta en marcha con carácter experimental de un proyecto piloto de Banco del Tiempo en la ciudad, siendo esta experiencia impulsada desde el barrio de La

Victoria. La idea es que en este proyecto pudiera participar cualquier persona residente en la ciudad y que fuera mayor de edad.

Esta experiencia piloto tuvo una duración de 9 meses, tres de preparación y seis de puesta en marcha, desde octubre del 2005 hasta junio del 2006. Tras esta experiencia piloto, el Banco del Tiempo continúa con su sede central abierta en el centro cívico de La Victoria y cuenta con tres sucursales más en Valladolid: La primera en el Barrio España, desde octubre del 2007, seguida por la del Barrio Pilarica, creada en octubre del 2008, y la más reciente en el barrio Parque Alameda, atendida por los miembros de la Asociación de vecinos Parque Alameda a partir de la firma de un convenio.

La modalidad del Banco del Tiempo de Valladolid es comunitaria, siendo un proyecto promotor de la participación intervecinal y del intercambio de servicios de atención personal y de la vida diaria. Además al integrar la fórmula la titularidad municipal, hay más garantías, siendo el primer Banco del Tiempo en Castilla y León en integrar esta fórmula en su funcionamiento. Dentro de esas garantías, e intentando mantener el nivel de calidad, se adjudicó la gestión a una empresa, no sin antes señalar unas condiciones entre las que se incluye una oferta económica y unos criterios de calidad, entre los que se encontraban el obligado conocimiento del proyecto y de su funcionamiento, la innovación a la hora de dinamizar tanto el Banco como la relación con los usuarios y la coordinación con otros recursos sociales, institucionales y comunitarios.

El Servicio Municipal de Acción Social del Ayuntamiento de Valladolid puso en marcha en 2005 un proyecto de Banco de Tiempo en la ciudad que terminó como experiencia piloto en junio de 2006. Tras una valoración positiva de la experiencia, se decidió darle continuidad hasta diciembre del 2007.

Como hemos visto, aunque el proyecto se puso en marcha en un barrio concreto de Valladolid, el barrio de la Victoria, no está circunscrito al barrio sino a toda la ciudad. La decisión de ubicación en dicho barrio se adoptó teniendo en cuenta que era un barrio con sentimiento de pertenencia, que contaba con un tejido social afianzado y con un alto nivel de participación social, y que contaba con recursos comunitarios y profesionales del CEAS. Todo esto estuvo acompañado por la ilusión en el proyecto y por la capacidad para dinamizarlo, características que sirvieron también para su establecimiento de las otras sedes.

Principios del Banco del Tiempo de Valladolid

Un Banco de Tiempo se rige respecto a los siguientes principios básicos (Banco del Tiempo de Valladolid, 2015):

1. La paridad entre las personas, el uso del tiempo como unidad de intercambio y de valor dota a todos los servicios del mismo “precio”: todo vale el tiempo que se tarda en llevarlo a cabo.
2. Los valores del dar y el recibir: se parte de la base de que todas las personas tenemos algo que ofrecer y algo que recibir de los demás.
3. Intercambios multilaterales y multirécipros: las personas socias ofrecen uno o varios servicios y piden lo que necesitan, sin ser necesariamente la persona a la que das de la que tengas que recibir.
4. El carácter puntual: los intercambios que se realizan en el Banco del Tiempo no son trabajos profesionales, o propios de la economía sumergida. Son intercambios puntuales y espontáneos que no requieren de profesionalización.
5. Responsabilidad: la responsabilidad de la calidad de los intercambios así como de los riesgos está en manos de quienes efectúan el intercambio, siendo responsabilidad únicamente de ellos las situaciones que se produzcan.
6. Contabilización de intercambios: se llevan cabo mediante talonarios, con los que se “pagan” los intercambios.
7. El listado informativo: cada participante obtendrá un listado informativo con las ofertas y demandas de todos los demás para poder seleccionar a su disposición e identificar las personas ofertantes para ponerse en contacto con ellas y concretar un intercambio.

Objetivos del banco del tiempo de Valladolid

El Banco del tiempo tiene como objetivos generales las siguientes premisas (Banco del Tiempo de Valladolid, 2015):

1. Promover intercambios de tiempo entre los participantes con la finalidad de fomentar valores de cooperación y comunicación activando la red de solidaridad de la ciudad.
2. Promover una adecuación de los tiempos, los espacios y formas de vida a las nuevas necesidades de la ciudadanía.

3. 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.

Los objetivos secundarios que nos permitirán alcanzar los principales son los siguientes:

1. Crear relaciones de cooperación entre las personas participantes.
2. Fomentar y conseguir actitudes positivas entre las personas participantes, aprendiendo a dar y recibir.
3. Resolver necesidades de la vida cotidiana.
4. Establecer un marco común en el que poder entablar nuevas relaciones de amistad y disfrutar del ocio y el tiempo libre.
5. Intentar lograr una mejor en la calidad de vida de las personas participantes.

Funcionamiento del Banco del Tiempo de Valladolid

Bajo la denominación del funcionamiento del Banco del Tiempo de Valladolid, nos referimos a cómo deben hacerse los intercambios, qué premisas se deben tener en cuenta para el correcto funcionamiento, cómo se gestionan los intercambios, cual es la actitud y el clima que debe haber entre los socios y qué hacer ante determinadas situaciones, entre otras cuestiones. En este apartado, y de acuerdo con el Bando del Tiempo de Valladolid (2015), podremos ver de manera clara la estructura de gestión del banco del tiempo, que intenta prever, solucionar y evitar algunas situaciones que puedan generar algún tipo de conflicto. De este modo, se puede conocer de manera específica cómo se realiza y cómo ha de realizarse la actividad y la importancia de la organización para conseguir una garantía de calidad, viabilidad y que su fundamento sea sólido.

A. Ofertas y demandas:

Para poder realizar un intercambio (Banco del Tiempo de Valladolid, 2015) hay que estar inscrito/a en el Banco del Tiempo de Valladolid y tener asignado un número de socio/a. Para darse de alta es necesario pasar una entrevista previa que se realizará dentro del horario disponible en las distintas sedes y será realizada por la persona al cargo intentado conocer las demandas, ofertas y dudas de la persona.

Los intercambios no deberán nunca ser configurados ni asimilados a relaciones de trabajo autónomo y subordinado, o susceptibles de contratación laboral. Son intercambios puntuales y espontáneos que no requieren profesionalización. Las

actividades o prestaciones que se realicen entre las partes estarán enmarcadas dentro de los trabajos realizados a título de amistad o buena vecindad y voluntad, excluyendo cualquier tipo de relación laboral y/o profesional entre las partes.

Los socios/as pueden actualizar sus ofertas y sus demandas siempre que lo necesiten, avisando previamente. En el caso de demandas relacionadas con temas de salud, es altamente aconsejable que las personas usuarias con problemas determinados de salud no utilicen el Banco del Tiempo para realizar tratamientos específicos, y se dirijan a los servicios sanitarios correspondientes.

Las personas que sean mayores de edad y residan en Valladolid podrán inscribirse, si lo desean, en el Banco del Tiempo de forma gratuita. Para ello deberán completar la ficha de inscripción, presentar un documento válido de identificación (DNI, permiso de residencia) y someterse a una entrevista de selección.

Aunque se pueden realizar pre-inscripciones en las delegaciones, por internet o mediante otras vías que se determinen, la inscripción oficial se realizará única y exclusivamente por la Secretaría del Banco del Tiempo. La inscripción en el Banco del Tiempo sólo será considerada aceptada después de la realización de una entrevista realizada por secretaría y de la firma del reglamento. La inscripción se considerará aceptada una vez que la persona inscrita reciba su carta de bienvenida y el Boletín de socios y socias, ya sea por vía electrónica o por correo postal.

Cualquier otro tipo de intercambio entre personas que no sean socias del Banco del Tiempo, quedará fuera del ámbito del mismo. En caso de requerirse un servicio para terceros, se informará previamente a la secretaría del Banco, quien evaluará el servicio. De contar con la aprobación, se comunicará tanto a demandante como a ofertante para que accedan a que pueda ser realizado por una tercera persona.

En cuanto a las actividades que se ofertan o demandan, al realizar la entrevista en secretaría la organización, se pregunta al socio qué actividad ofrece realizar en los intercambios y en qué actividad estaría interesado. Puede ser que aquello que la persona oferta no sea demandado por otros socios, o que aquello que el usuario demanda aun no sea ofertado por nadie. No obstante, podemos encontrar todas aquellas actividades a disposición de nuestra demanda, reflejadas en una lista (ver Anexo 2) de posibles intercambios y que constituye un listado vigente y actualizado en 2015 y susceptible de cambio en función de las ofertas y demandas que propongan los participantes. Los servicios ofertados no

son servicios profesionales, sino que se trata de servicios de ayuda y solidaridad vecinal y conforman un amplio abanico de posibilidades, ya que encontramos actividades clasificadas como vivienda, administración y contabilidad, tareas domésticas, sociedad, salud mental y corporal, música y baile, medio ambiente, masajes, Informática, idiomas, hogar, formación, estética, deporte, asesoramiento, atención personas, por lo que podemos hacernos una idea de la gran variedad que ello conforma y los múltiples usos y por lo tanto la utilidad del servicio a la hora de cubrir las necesidades de los socios, sean del tipo que sean.

En los intercambios del Banco del Tiempo de Valladolid, además de las personas particulares que son socias, también encontramos asociaciones del ámbito de lo social participantes. Podemos encontrar sus ofertas y demandas en el boletín como cualquier otro socio. En este caso, si revisamos el anexo 2, encontraremos un listado con el nombre de asociaciones participantes y sus respectivas demandas y ofertas.

Si analizamos el listado donde se muestran las asociaciones participantes podemos ver con qué objetivos forman parte de esta iniciativa. Aunque cada asociación está más cerca de un colectivo específico o de cierto sector de la población, sí que advertimos unos posibles objetivos comunes. Estos objetivos, que podríamos decir generales, los situaríamos en torno a tres pilares: 1) Difusión: difusión de los objetivos de las asociaciones, de sus actividades, de sus tareas para conseguirlos, tanto de manera directa, en la que los participantes participen en campañas de difusión, como de manera indirecta, por el "boca a boca" de los participantes; 2) Participación: incrementar la participación en sus actividades, porque puede que no conozcan la asociación en sí, pero que su participación en el Banco del Tiempo ayude a su conocimiento e involucración. Por otro lado, dado que muchas de estas asociaciones tienen algunos de sus objetivos coincidentes con los del Banco del Tiempo, desarrollar una acción más coordinada de sus recursos; es decir, un trabajo en red; 3) Colaboración: distingo colaboración de participación. Situaría en la colaboración actividades como la difusión de actividades, las tareas de secretaría y la organización de archivos, por ejemplo, ya que son actividades que van dirigidas a un mejor funcionamiento de la asociación a nivel interno, que aunque este se refleje posteriormente en la atención que reciban los usuarios, el efecto más directo es la de agilizar o mejorar ciertas tareas.

B. Limitaciones:

Puede haber situaciones en las que el ofertante de un servicio no cumpla las expectativas del que lo recibe. El Banco pide la apreciación del esfuerzo que cada

persona pone, puesto que este hecho es lo que hace que el Banco del Tiempo funcione.

C. Responsabilidad y confianza:

El Banco se fundamenta, entre otras cosas, en la confianza mutua. Los datos de los socios/as quedan reflejados en un boletín, y son visibles por todos, ya que lo reciben periódicamente mediante correo electrónico o también se puede consultar mediante las difusiones que realiza el Banco del Tiempo en las redes sociales. Los usuarios y usuarias del Banco del Tiempo deben proteger la privacidad y confidencialidad de los datos de los otros usuarios. Para poder alcanzar esta confianza, el banco realiza reuniones con cierta frecuencia para potenciar que los participantes se conozcan.

El Banco del Tiempo incluye como socios y socias a quienes dicen poder ofrecer un servicio, pero lamentablemente no puede asegurar el rendimiento de los mismos. Por ello, ni el Banco del Tiempo, ni la entidad que lo gestiona, ni el Ayuntamiento de Valladolid se harán responsables directos de ningún perjuicio que pueda ocasionarse durante los intercambios. La responsabilidad recaerá siempre en los participantes. El Banco podrá mediar dentro de sus capacidades, en los conflictos entre los usuarios y usuarias que no se hayan podido arreglar y su decisión siempre será definitiva y sin posibilidad de apelación, pudiendo sancionar a los usuarios, incluso con la tramitación de su baja como socio si fuese necesario.

Los conflictos interpersonales surgidos como consecuencia de la prestación serán resueltos por el Banco, salvo que trasciendan del dominio de los fines de la actividad y sean objeto de la legislación civil o penal vigentes. El Banco de Tiempo podrá tramitar la baja de un socio/a cuando se observen anomalías o quejas en varios intercambios de tiempo. Estudiado el caso por la secretaría, se podrá obligar al socio/a a firmar su baja no pudiendo volver a causar alta en el Banco.

D. Comunicación de intercambios:

Hay tres tipos de intercambios: los individuales, los colectivos y los grupales. En los intercambios colectivos, un socio/a ofrece un servicio a varias personas a la vez. Éste recibirá un talón de cada socio/a por el tiempo empleado, pero únicamente se cargará en su cuenta el tiempo que emplee realmente en el servicio. El resto de las horas pasarán al banco del tiempo, para gestiones propias (por ejemplo, en un taller de yoga).

En los intercambios grupales, cada socio/a participante recibe y paga a la vez el tiempo que emplea en el intercambio, ya que se recibe a la vez que se presta el servicio, por lo que queda constancia del intercambio realizado pero su cuenta corriente de tiempo no se ve modificada (por ejemplo, una charla en francés)

Los intercambios individuales son los más habituales, y son aquellos que se realizan entre dos personas (por ejemplo, un planchado). Preferiblemente, la persona que recibe el servicio es quien tiene la responsabilidad de comunicarlo antes de que pase una semana desde que se dio el servicio. Se puede comunicar por teléfono, por correo postal, correo electrónico o en persona, comentando al responsable de la secretaría del Banco del Tiempo el nombre del demandante, la fecha del servicio y el tiempo empleado. Además, mensualmente se deben entregar en secretaría todos los cheques recibidos por los intercambios realizados.

Cuando se ofrezca o demande un servicio hay que dar toda la información posible, esto permite a la Secretaría y a los demás socios tener claro el servicio. La puntualidad en las citas es necesaria y, si por algún motivo se va a llegar tarde, es necesario contactar con la persona lo antes posible. Cuando un socio/a, inscrito previamente a una actividad, no puede acudir a la misma deberá avisar con antelación de su ausencia con el fin de poder adaptar la actividad al número real de asistentes.

El usuario debe asegurarse de que la otra persona entiende lo que va hacer antes de que empiece el intercambio y de pagar por todos los materiales y/o ingredientes necesarios que se hayan pactado para el desarrollo del intercambio si así fuera necesario.

Los socios no se deben aceptar propinas o regalos por el servicio, y mucho menos pedir dinero a cambio, no se trata de un favor, sino de un intercambio de tiempo. De no recibir este aviso, la Secretaría descontará el tiempo de duración de la actividad al socio/a correspondiente.

E. Talonarios:

Tras darse de alta como socio, el Banco del Tiempo entrega al socio un talonario que hace de justificación de que el intercambio se ha llevado a cabo. Las dos partes (los dos socios participantes) rellenan el talonario que debe remitirse a secretaría para que contabilice el intercambio en la cuenta de los socios participantes. Es una forma simbólica de pagar cuando alguien recibe un servicio debe "pagar" a la persona que ha realizado, el servicio.

La persona, al rellenar los espacios del cheque, debe incluir su nombre, el número de horas que paga por el servicio y a quien se las paga. Por ejemplo, un socio A "Carlos" solicita un arreglo de un enchufe a un socio B "Julián", y Julián le arregla ese enchufe tardando una hora. En este caso, Carlos debe coger su talonario y expedir un cheque a Julián por una hora. Será Julián quien debe comunicar el intercambio y entregar el cheque. La secretaría debe anotar en la cuenta corriente de Julián esa hora realizada.

F. Fracciones de tiempo: la hora

La medida de intercambio es la hora, con independencia del tipo de servicios que se intercambien entre los socios y las socias, pero los intercambios pueden realizarse en fracciones y múltiplos de hora (siempre de medias a enteras).

G. Derechos y deberes de los integrantes del banco del tiempo:

Los participantes del Banco del Tiempo deben respetar la privacidad y confidencialidad que los demás socios/as deseen, deben mantener las citas que acuerden con otros usuarios/as o avisar con el menos un día de antelación de la imposibilidad de llevarlo a cabo, y deben responsabilizarse de las ofertas que han hecho al banco.

Los socios y socias del Banco del Tiempo tienen el derecho a ser valorados y tratados con dignidad, cuidado y respeto. Además, pueden mantener la privacidad y confidencialidad que deseen. Como participantes de pleno derecho del Banco, deben recibir el crédito de tiempo correspondiente a las horas que den al banco para poder gastarlo en servicios ofrecidos por otros usuarios.

También tienen derecho a poder guardar su crédito para usarlo más adelante, siempre que no se incumplan las normas del Banco.

H. Compromiso de participación:

El socio/a deberá realizar su primer intercambio, ya sea como ofertante o como demandante, dentro de los tres meses siguientes a su inscripción.

3.4. RESULTADOS DE LA IMPLEMENTACIÓN DEL PROYECTO DEL BANCO DEL TIEMPO EN VALLADOLID

En este apartado abordaremos cómo se ha llevado a cabo la implementación del Banco del Tiempo de Valladolid. Para ello, remitiremos al informe elaborado por el mismo Banco del Tiempo de Valladolid (2015) donde se muestran los datos y estadísticas más actuales de su funcionamiento. Con esta información podremos elaborar un pequeño análisis del uso de este servicio y su viabilidad.

Si procedemos a analizar la tabla 1, relativa a la asociación de personas en función del género y procedencia, podemos ver que el número de mujeres socias es un 23% mayor que el de los hombres. Por otro lado, también es significativa la diferencia entre socios y socias de origen nacional respecto al de personas inmigrantes, pues estas últimas solo conforman el 5'25% del total de socios y socias.

Nº inscripciones:	840	
Nº Socios/as:	590	
Nº hombres:	222	37%
Nº mujeres:	355	60%
Nº asociaciones:	14	2.37%
Nº personas inmigrantes:	31	5.25%

Tabla 1. Personas asociadas en función del género y procedencia.

En la tabla 2, podemos observar el perfil de los socios y socias de acuerdo con su edad. En este sentido, podemos advertir que el mayor número de socios se encuentra en las edades comprendidas entre los 41 y los 50 (25'5%), seguidos muy de cerca por aquellos socios y socias con edades entre los 31 y los 40 (25'2%), siendo la franja de 61 a 65 (6'6%) años la más minoritaria. Si unimos estos datos a los de la Tabla 1, podemos decir que el perfil más habitual del usuario del Banco del Tiempo sería el de mujer de entre 31 y 50 años.

EDADES	2015	
Menores de 30 años	57	9.66%
31- 40	149	25.2%
41-50	151	25.5%
51- 60	120	20%
61-65	39	6.6%
Mayores de 66	60	10%
Asociaciones	14	2.3%
TOTAL DE ASOCIADOS	590	

Tabla 2. Personas asociadas en función de edad.

Tal y como se señala en la tabla 3, la procedencia de los socios y socias, en función del barrio en que residen, es diversa. En este sentido, podemos ver cómo los barrios con mayor presencia de socios/as son Rondilla-Hospital (14%), seguido muy de cerca por La Victoria-Puente Jardín (13%) y Delicias-Las Viudas (12%). Esto se puede explicar por el tamaño del barrio, por las necesidades, por la proximidad de las sedes (situadas en Barrio España, la Victoria, Parque Alameda y Pilarica) o por las características de la población residente, como el sentimiento de pertenencia y el grado de participación que, como hemos explicado con anterioridad, fueron decisivos a la hora de asentar las sedes en uno u otro barrio.

PROCEDENCIA	Nº	%	PROCEDENCIA	Nº	%
Rondilla- Hospital	80	14 %	Villa del Prado	13	2 %
Victoria-Puente Jardín	79	13 %	Covaresa	12	2 %
Delicias-Las viudas	72	12 %	Barrio España	11	2 %
Centro	67	11 %	Las Batallas	10	2 %
Huerta del Rey	34	6 %	Pinar de Jalón- Nuevo Hospital	7	1 %
La Rubia- Cuatro de Marzo	31	5.4%	S.Pedro Regalado	5	0.8%
Circular- Vadillos- San Juan	31	5.4%	La Overuela	6	1%
Parquesol	22	3 %	Girón	2	0.3%
Pajarillos-San Isidro	24	4 %	Arturo Eyries	4	0.7%
Pilarica- Belén	16	2 %	Feria de Muestras	1	0.1%
Zona Sur- La Farola	25	4 %	La Corala	1	0.7%
P. alameda- Las Villas	17	3 %			

Tabla 3. Procedencia de los socios participantes en función del barrio de residencia en Valladolid.

La información referente a la tabla 4 nos permite conocer las características de los socios del Banco del tiempo, ver qué servicios se ofrecen y qué servicios se demandan. En la categoría del servicio más ofertado, encontramos el acompañamiento de gente mayor, las charlas de idiomas y las reparaciones

domésticas. En cuanto a los servicios más demandados encontramos las reparaciones domésticas, los masajes y el conocimiento de informática. Siguiendo en esta línea, se señala que el mayor número de intercambios producidos se realizó en torno a las actividades de masajes, informática y peluquería, lo cual nos permite visibilizar el uso que se da al servicio, cuyas actividades son tanto de ocio y cultura, como hasta necesidades de la vida diaria.

CATEGORÍA DEL SERVICIO MÁS OFERTADO	CATEGORÍA DEL SERVICIO MÁS DEMANDADO
Acompañar a gente mayor	Reparaciones domésticas/ eléctricas
Contactar con gente para charlar, pasear...	Masajes
Reparaciones domésticas/ eléctricas	Conocimientos básicos de informática
Acercamiento en coche/ moto	Contactar con gente para charlar, pasear...
Prepara platos de cocina	Conversación/ clases traducción de francés
Conocimientos básicos de informática	Ayuda en limpieza del hogar
Cuidado puntual de niños/as	Clases de guitarra
Conversación/ clases/ traducción francés	Conversación/ clases en inglés
Leer cuentos o relatos a personas	Corte de pelo/ Arreglos de pelo, tintes...
Deberes escolares/clases primaria, eso	Aprender/ enseñar a dar masajes

Tabla 4: Servicios más ofertados y demandados por los socios del Banco del Tiempo de Valladolid.

Al examinar la tabla 5, hemos podido observar que los intercambios, además de por cuestiones de necesidad, responden también a intereses culturales, relacionados con el ocio y las aficiones o para entablar relaciones sociales, por lo que resulta muy enriquecedor y con una utilidad muy integral y global, por lo que las necesidades que cubre el servicio son amplias.

ACTIVIDAD	INTERCAMBIOS
Masajes	376
Informática, internet, redes sociales	367
Peluquería	352
Charla y clases de inglés	321
Patinaje	284
Contactar con gente, paseos, cafés	269
Acercamientos/desplazamientos en coche	256
Costura/ punto/ maquinas de coser	252
Inglés: clases charlas	250
Reparaciones del hogar	233
Charlas en francés	189
Apoyo escolar/ clases particulares	180
Limpieza y ayuda en el hogar	172
Reparaciones eléctricas	147
Clases de música/ piano/ guitarra/solfeo	136

Tabla 5. Servicios más intercambiados en orden descendente.

Los intercambios producidos en el tiempo desde que ha empezado la captación de socios (desde enero del 2006), es de 7400 intercambios, lo que supone más de 10800 horas intercambiadas, como nos muestra la tabla 6. En este sentido, la evolución del número de intercambios tras el paso del tiempo es muy positiva, ya que ha ido aumentando como podemos ver en la tabla 7. Esta evolución nos puede dar a entender varias cosas: en primer lugar, que la labor que se está realizando es viable y útil para los socios participantes; en segundo lugar, que la incorporación progresiva de más socios ayuda a la difusión y al aumento de la participación; y, en tercer lugar, que la participación de un mayor número de socios hace más variada la oferta, ya que facilita la inclusión de nuevas actividades y el intercambio intergeneracional.

Media de intercambios al mes	
Año	Intercambios
2010	60
2011	75
2012	95
2013	97
2014	108

Tabla 6. Evolución anual de intercambios en función de la media mensual.

EVOLUCIÓN DE INTERCAMBIOS ANUALES	
AÑO	INTERCAMBIOS
2007	430
2008	598
2009	566
2010	813
2011	921
2012	1183
2013	1168
2014	1297

Tabla 7. Evolución de intercambios anuales.

En cuanto a las asociaciones participantes, las cuales se encuentran referenciadas de manera más extensa en el anexo 4 bajo el nombre de “Asociaciones participantes”, han decidido involucrarse participando y pudiendo hacer participantes a los miembros de las mismas. Todas las asociaciones participantes tienen en común que su tarea se realiza con colectivos desfavorecidos, en riesgo de exclusión y otras problemáticas de tipo social.

El aspecto más general y que nos da un punto de vista global de la viabilidad del Banco del Tiempo es la evolución cuantitativa que han tenido los intercambios desde que se implantó el proyecto hasta la actualidad. Como hemos visto en este apartado, se ha producido un gran incremento de los intercambios, ya que desde su comienzo en 2006 hasta la actualidad han aumentado en 6976 intercambios más, con una clara ascendencia año tras año.

Asimismo, la visión integral de estos datos nos aporta un perfil general del socio del Banco del tiempo de Valladolid. El hecho de que el perfil del socio se encuentre entre los 31 y los 50 años, puede deberse a que en edades previas se carezca de tiempo, siendo ésta la moneda de cambio y, por lo tanto, el eje del servicio. Esto puede ser porque en esas edades las personas se encuentren en periodo formativo o por motivos de empleo. En cambio, la ausencia de socios en edades superiores a 50 años podría deberse al desconocimiento de la existencia del servicio. Así, el perfil más habitual se consolida en mujeres, nacionales, con cargas familiares y empleadas (alrededor del 61'5 %).

En conclusión, podemos ver cómo es el mismo uso del sistema lo que le enriquece. Es decir, es la misma acción la que retroalimenta y mejora la calidad del desarrollo de los intercambios, además de que la propia organización tiene la posibilidad de ir advirtiendo aquellos servicios que necesitan modificación e ir proponiendo mejoras. Estas mejoras se consiguen tanto de manera directa, ya que los socios están satisfechos con sus intercambios, como de forma indirecta, porque también se refuerza el tejido social, la solidaridad, las redes sociales y de

la comunidad, dando valor a las potencialidades de las personas, antes que al valor económico tan presente en otras realidades sociales.

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES: BANCO DEL TIEMPO Y TRABAJO SOCIAL

En este último apartado abordaré una serie de conclusiones a las que he llegado tras la comprensión del marco teórico, de la definición de Banco del Tiempo y de los antecedentes de este recurso, así como del análisis del funcionamiento del Banco del Tiempo de Valladolid.

La decisión de estudiar este tema para mi trabajo de fin de grado parte del interés por una iniciativa que se haya muy conectada al Trabajo Social desde su esencia, y que además puede ser de gran utilidad desde el punto de vista del trabajo social comunitario. Si atendemos a los objetivos del Trabajo Social Comunitario (Friedlander, 1987, citado en Raya, 2010): a) Ayudar a los ciudadanos y ciudadanas a encontrar los medios necesarios para encontrar el bienestar en su entorno social; b) Alentar los esfuerzos cooperadores para perseguir objetivos comunes; c) Construir para individuos y grupos canales de acción común, vemos que el Banco del Tiempo también cumple estos objetivos con sus actuaciones, ya que su propósito, presentado en el apartado de los objetivos del Banco del Tiempo de Valladolid, abarca los mismos fines. Se podría decir que las acciones que lleva a cabo el Banco del Tiempo son una vía para cumplir los objetivos del Trabajo Social Comunitario.

Los Bancos del Tiempo constituyen una manera de organizar una serie de intercambios de ayuda mutua, que ya se realizaban de manera natural en la comunidad, pero que gracias a este sistema pueden producirse de manera más eficaz, ágil y concreta. Además, al estar al servicio de cualquier ciudadano, aumentan las probabilidades de que aquello que necesitamos sea satisfecho, y amplía nuestra red personal con personas que comparten nuestros mismos intereses que, como hemos visto en la teoría del intercambio social del marco teórico, hace que las relaciones estén más afianzadas.

Siguiendo en esta línea, los intercambios que se dan de manera natural en la comunidad son más beneficiosos cuanto mejor conectados estén los actores entre sí. Y es aquí donde también entra la utilidad de este tipo de iniciativas, ya que el Banco del Tiempo se encarga de mediar entre los actores, hacer que se conozcan, facilitar su conexión y comunicación para que el intercambio se dé de la mejor manera posible. Asimismo da un impulso a las relaciones para que después se produzcan de manera natural, poniéndose en juego conceptos con un fuerte significado como son el sentimiento de pertenencia, las potencialidades, la relación de confianza y el empoderamiento, entre otros.

La labor de mediación que ejerce un Banco del Tiempo entre los socios o socias, hace que se cree un sentimiento de pertenencia al estrechar los lazos entre personas de la misma comunidad y reforzar la relación de confianza entre ambos. La reciprocidad que se produce al recibir y prestar la ayuda mutua, desemboca en un sentimiento de obligación, de manera positiva, ya que es esta obligación la que posibilita que los intercambios se sigan produciendo incluso fuera de lo que es el Banco del Tiempo como tal. Tras estas últimas líneas, sacamos en relación otra palabra que termina siendo un objetivo del Trabajo Social: la dinamización; esa obligación termina generando al final la participación de la comunidad.

La participación de la comunidad es reflejo también del empoderamiento de la misma, y eso es gracias a un concepto base en el Banco del Tiempo: las potencialidades. Las iniciativas que constituyen los Bancos del Tiempo ayudan a las personas a volver a confiar en esas potencialidades, que en otros intercambios de tipo económico no se valoran como debieran. Aquí, en cambio, tienen cabida y son apreciadas hasta el punto que el precio para recibirlas es transmitir a los demás otras potencialidades diferentes con la única herramienta que todos tenemos: el tiempo. Independientemente de los recursos de las personas, en mayor o menor medida, todos tenemos tiempo. En este caso, el tiempo para compartir nuestras potencialidades, para autoconocernos y formar parte de una comunidad. En este sentido, el Banco del Tiempo es una iniciativa muy valiosa a la hora de trabajar en la inclusión de las comunidades, haciendo a los propios profesionales personas más libres, ya que se alejan de actitudes paternalistas y de la comprensión de la profesión como una mera actividad de gestión de recursos económicos, algo muy útil especialmente en tiempos de crisis. De este modo, se puede trabajar con la autoestima, el empoderamiento, las potencialidades, los individualismos y presentar a la comunidad como la solución de sus propios problemas y, por lo tanto, como algo autónomo y capaz, objetivos y tareas muy claras para el Trabajo Social Comunitario.

Volviendo a la idea que acabo de mostrar sobre los recursos económicos y el individualismo, quiero hacer referencia a un aspecto de la teoría del intercambio social en el que se pone de manifiesto que los beneficios de este tipo de intercambios de ayuda mutua, si bien es obvio que no son aplicables en todos los casos, sí que es cierto que son más aplicables de lo que en un principio cabría pensar y que puede que lo que necesitamos es práctica y costumbre, y dar la importancia que merece al capital social, ya que sin darnos cuenta el mercado económico impersonal está diseñado para despojar a los bienes específicos de sus alianzas con otros beneficios que si aporta el intercambio social. Es importante también que los poderes públicos se involucren en este tipo de

iniciativas, por lo que me parece remarcable la titularidad municipal que ha adquirido el Banco del Tiempo de Valladolid.

Llegados a este punto, debemos relacionar de manera concreta el nexo existente entre el Banco del Tiempo y el Trabajo Social. Tras reflexionar, he llegado a la conclusión de que la relación es muy grande, ya que desde la esencia comparten muchas ideas y objetivos comunes e intrínsecos para ambos. Las potencialidades y los objetivos que se plantean tanto por parte del Trabajo Social como del Banco del Tiempo son muy similares e incluso compartidos, especialmente en el ámbito comunitario.

Este tipo de iniciativas pueden abrir otros campos de actuación al Trabajo Social y sería interesante entrar en este tipo de prácticas para trabajar con algunos colectivos, fomentando el valor que el capital social tiene a la hora de desarrollar el bienestar de la sociedad, así como a la capacidad de sus miembros para actuar y satisfacer sus necesidades de forma coordinada y en beneficio mutuo.

Estos sistemas no son perfectos y también presentan limitaciones y debilidades. Entre otras, que no todos los ciudadanos van a disponerse a participar en este tipo de iniciativas. Pero bien es cierto que no son entes aislados ya que se encuentran coordinados con otras asociaciones y recursos de la ciudad; es decir, se desarrolla una intervención en red, al igual que uno de los objetivos del Trabajo Social, y consigue que muchas personas puedan encontrar su espacio de participación en ellos.

Por otro lado, las estadísticas antes analizadas nos muestran que cada año se realizan más intercambios y que, por lo tanto, la comunidad encuentra útil este recurso. Si unimos esta premisa a las anteriores, podemos señalar como aporte final y global que el Trabajo Social tiene gran cabida a la hora de colaborar y participar también en estos enfoques y retroalimentarse.

5. BIBLIOGRAFIA

Banco del Tiempo de Valladolid (2014). *Informe del Banco del Tiempo de Valladolid*. Disponible en <http://bancotiempoaytovalladolid.blogspot.com.es/>

Banco del Tiempo de Valladolid (2015). *Informe del Banco del Tiempo de Valladolid*. Disponible en <http://bancotiempoaytovalladolid.blogspot.com.es/>

Blau, P.M. (1983). *Intercambio y poder en la vida social*. Barcelona: Hora S.A.

García-Valdecasas, J.L. (2010). Las obligaciones de reciprocidad y la información. *Redes*, 20, 1-1

Gisbert, J. (2010). *Situación de los bancos de tiempo en España en junio de 2010 y guía para la creación de bancos de tiempo*. Disponible en <http://www.vivirsinempleo.org/2010/05/situacion-de-los-bancos-de-tiempo-en.html>

Raya Diez, E. (2010). *En Fundamento y objeto del trabajo social comunitario. Capítulo 4*. Disponible en <https://www.unirioja.es/dptos/dchs/archivos/TEMA4FUNDAMENTOS.pdf>

6. ANEXOS

ANEXO 1. CREACIÓN DE UN BANCO DEL TIEMPO:

1. Esquema de funcionamiento habitual:

Cada BDT debe adaptar su funcionamiento, por lo general, los BDT comunitarios siguen el siguiente esquema:

- Requisitos (edad, residencia, responsabilidad).
- Entrevista inicial y posibilidades de intercambios.
- Inscripción (nº de socio/a) y entrega de talonario.
- Boletín de socios/as.
- Comunicación entre socios/as o a través de secretaria.
- Realización de intercambio.
- Comunicación (entrega de talón).
- Gestión y base de datos (actualización de cuentas).

2. Fases de creación:

Para crear un Banco de tiempo, hay que tener en cuenta una serie de pasos pero cada Banco responde a una realidad social diferente y debe adaptarse a ella. En el caso de Valladolid se utiliza el modelo de Julio Gisbert, adaptándole al entorno de la ciudad como bien nos señala vivirsinempleo.org

A. Estudio de viabilidad y definición del proyecto:

Para esta primera premisa nos debemos cuestionar una serie de preguntas sobre el objeto, objetivos, procedimientos, metodología, recursos disponibles, destinatarios del servicio y todo aquello que nos ayude a delimitar como se desarrollará la intervención. La documentación nos sugiere las siguientes cuestiones en concreto:

¿Qué queremos hacer? ¿Quiénes? ¿Qué modelo seguiremos? ¿Con qué medios contamos? ¿Cuáles son sus objetivos? ¿Le hemos puesto ya un nombre? ¿Hemos pensado en un logo? ¿Necesito alguien más o alguna institución que me ayude? ¿Quiénes van a ser potenciales socios o clientes del banco? ¿Localización? ¿Recursos?

B. Recursos:

Hay que saber con qué recursos contamos. Por un lado, económicos, (a través de presupuestos, subvenciones y/o cuotas) y por el otro humanos (la secretaria, que puede ser una sola persona o un equipo gestor).

Puede ser útil buscar la colaboración del tejido social cercano, ya sean asociaciones (de vecinos, de mujeres, culturales, instituciones públicas o privadas).

Las iniciativas apoyadas o creadas directamente por instituciones públicas cuentan con más medios que las promovidas únicamente desde las asociaciones o el tercer sector. La ventaja es que se aporta profesionalidad y continuidad pero

hay que hacer un doble trabajo, puesto que hay que generar red social para que el proyecto no se reduzca a un servicio municipal más.

Si se trata de iniciativas sociales, es importante que el grupo gestor defina tareas, funciones y competencias y se establezca un reglamento interno de funcionamiento para que se convierta no sólo en un compromiso sino también en una obligación.

Además, hay que tener en cuenta otros recursos como la sede o un local para intercambios y reuniones, así como contar con equipos informáticos, telefónicos, etc.

Si se trata de una plataforma online no sería necesario, pero la filosofía pierde esencia. Hay Bancos de Tiempo online que funcionan pero se pierde el componente social.

C. Legalidad:

Los BDT pueden constituirse como proyecto municipal, dependiente de un área de un Ayuntamiento, y siguiendo una guía de funcionamiento o buenas prácticas o bien en asociación con carácter local, con estatutos propios y con el funcionamiento habitual de las asociaciones, pudiendo recurrir a subvenciones para lograr financiación.

Un tema controvertido es el de la responsabilidad y los seguros para cubrir los posibles problemas que se deriven de los intercambios.

La ley dice que las organizaciones que trabajen con personal voluntario deben, al menos, contratar un seguro de accidentes y enfermedad y tener una cobertura de responsabilidad civil, pues hace responsable a la asociación de los daños que sus voluntarios causen a terceros.

Pero en los Bancos de Tiempo no hay personas voluntarias, por lo que se pueden obviar estas cuestiones legales.

De todos modos en el Reglamento del banco y para atar estas cuestiones hay que dejar muy claro que la responsabilidad recae sobre los participantes y no sobre la entidad, y son los propios socios/as los que asumen esa responsabilidad.

En cualquier caso, de haber algún incidente, la responsabilidad se regularía por el Código Civil como un contrato privado entre dos particulares. En este caso, un contrato de servicio no remunerado que puede ser verbal o escrito, vinculando únicamente a los propios participantes.

Otro tema es la LOPD, la Protección de datos, es necesario contar con un fichero de datos y actualizarlo con frecuencia.

D. Adaptación del proyecto a nuestra idea:

Tras estos pasos hay que tener claro el modelo de banco que queremos crear. Las pautas que tendremos que seguir son distintas si buscamos un Banco de Tiempo comunitario, escolar, temático o de cualquier otra índole.

Hay que tener en cuenta muchos aspectos. Los más importantes son:

- Ficha de inscripción.
- Cuota de inscripción.

- Saldo inicial en cuenta. Hay bancos que abren cuentas con un número determinado de horas.
- Talonarios y datos que incluyen.
- Límite de horas a favor o en contra.
- Valor de los intercambios: Tiempo, servicios, tiempo o servicios. Debemos aclarar si todos los servicios valen igual o se establecen valores diferentes.
- Reglamento para socios (Decálogo de funcionamiento interno).
- Herramientas de difusión: folletos, web, blog, redes sociales, etc
- Boletín de socios/os, datos que contiene y forma de acceso.
- Contacto entre socios/as. Vía secretaría, entre ellos, o con programa de gestión online.
- Valor de los intercambios: Tiempo, servicios, tiempo o servicios.
- Base de datos
- Listado de servicios.
- Préstamos de horas o cuentas solidarias
- Comunicación con el socios/as y el registro de intercambios. Medios y validez para poder hacerlo.

E. Fases de creación:

Podemos dividir el proceso de creación en tres fases: Difusión, puesta en marcha y gestión y dinamización. En los siguientes apartados se explica como llevarlo a cabo.

- **Difusión:**

Se necesita material publicitario propio, folletos, carteles, vídeos, campañas en mmcc, buzoneo, presentaciones públicas etc. que informen del proyecto y su funcionamiento.

- **Puesta en marcha-Captación de socios/as:**

Cada BDT maneja un programa de gestión diferente. En la actualidad, en la red hay software gratuito que se puede descargar (cyclos, wadobo), también se puede convenir el uso de programas propios ya creados (Bilbao), crear uno propio (Segovia o Salamanca) o usar una base de datos de M. Access (Valladolid) o con fichas de registros en excel (depende del tamaño del BDT).

Hay que definir un horario de atención para atender las solicitudes de información. En este paso, la labor de la secretaría o del equipo gestor y sus cualidades socioeducativas es fundamental, ya que del éxito de los primeros intercambios, y por tanto de las primeras personas inscritas, va a depender la continuidad del proyecto.

El procedimiento es simple, se trata de conocer las ofertas y demandas de las personas interesadas pero debemos ser capaces de sacar las habilidades y recursos de cada uno y de hacer descubrir a cada persona sus necesidades. Esto último siempre resulta lo más complicado.

Tras la firma de la ficha de inscripción y del reglamento se entrega el talonario de cheques de tiempo.

- **Actividades de gestión y dinamización:**

Para una buena gestión de un BDT es necesario tener en cuenta:

- Control de la calidad de los intercambios.
- Control y gestión de los saldos negativos y positivos: que nadie acumule demasiado tiempo ni a favor ni en contra, incentivando lo contrario.
- Lograr que la gente intercambie talones después del intercambio (por exceso de amistad o confianza a veces no se hace)
- Caducidad de las horas para incentivar los intercambios: algunos bancos ponen límites de tiempo a las horas acumuladas (tres, seis meses) al objeto de que se muevan y los socios pidan servicios.
- Gestionar grupos pequeños y en espacios geográficos concretos.
- Para aquellos socios que necesiten ayuda especial, la posibilidad de abrir cuentas solidarias donde se puedan donar horas para su atención.
- Establecer la diferenciación con las entidades de voluntariado.
- Es muy importante crear un ambiente abierto y participativo.
- Las actividades colectivas son muy bien acogidas.
- Pueden organizarse talleres y charlas aprovechando las habilidades de los socios y socias.

Por otro lado también es importante la labor de dinamización en la que cada gestor debe tener en cuenta cómo es el grupo que forma su Banco del tiempo y por tanto, cómo hacer para dinamizarlo.

Aquí, el perfil socioeducativo del gestor se vuelve muy importante ya que le va a aportar herramientas para guiar al grupo a lograr los objetivos propuestos.

Asimismo debe saber si su proyecto tiene una línea económica o sigue la línea más social del Banco.

En este caso este tipo de actividades se vuelven fundamentales para la buena marcha del proyecto.

F. Evaluación y reformulación:

La evaluación recaba información interesante que, una vez analizada permiten medir el resultado obtenido, en base a los objetivos marcados. Se pueden utilizar muchos indicadores y se pueden hacer estadísticas de muchas frecuencias, pero proyectos como este se miden más por variables que no siguen una estadística.

Los Bancos del Tiempo de Cemigras (Islas Canarias. Octubre, 2011) han elaborado estas variables, que se pueden usar como guía para cuantificar los resultados.

- Con periodicidad mensual:
 - Número de visitantes de la página web.
 - Relación entre servicios solicitados y servicios satisfechos, y determinación de las áreas de mayor demanda.
 - Evaluación de la calidad de los servicios recibidos y de los talleres y actividades en los que se haya participado.
- Con periodicidad semestral:
 - Número de intercambios.

- Número de usuarios de los Bancos del Tiempo y porcentaje que representa respecto al total de usuarios inicialmente previsto. Clasificación según origen, rangos de edad y sexo, con el fin de identificar aspectos para la definición de actividades promovidas por el Banco del Tiempo.
- Encuestas que informan sobre los medios por los que usuarios y miembros de la Secretaría adquirieron noticia del Banco del Tiempo; las razones por las que se inscribieron en el Banco del Tiempo o en la Secretaría, y que miden su grado de satisfacción.

En cualquier caso, se usen las herramientas que se usen, el mejor indicador es el número de intercambios que se realicen independientemente del número de personas inscritas y el objetivo final es demostrar que los BDT son proyectos que facilitan la integración social y dan herramientas para mejorar la calidad de vida y de convivencia.

ANEXO 2. POSIBLES INTERCAMBIOS DEL BANCO DEL TIEMPO DE VALLADOLID

1 Animación y manualidades

- 1 Actividades infantiles y juveniles (juegos, animaciones)
- 2 Ajedrez
- 3 Animación fiestas (equipo de música y cantar)
- 4 Bisutería- Iniciación
- 5 Clases de artesanía (cuero, barro, madera...)
- 6 Cuentacuentos y juegos
- 7 Encaje de bolillos
- 8 Encuadernación de fotos, álbumes, etc.
- 9 Ganchillo (con bolsas de plástico, original)
- 10 Globoflexia
- 11 Joyería (arreglos básicos)
- 12 Juegos de baraja
- 13 Jugar al mancala /ouri
- 14 Manualidades (fofuchas, trapillo, llaveros)
- 15 Mimbre y Cestería (médula)
- 16 Papiroflexia
- 17 Patchwork- retacería (iniciación)
- 18 Pintura y dibujo
- 19 Punto, ganchillo, crucetilla, vainicas, remates, macramé
- 20 Relojes (a medida y reparación)

2 Atención a personas

- 1 Acercamiento en coche/moto
- 2 Acompañamiento / Cuidado gente mayor, enfermos, etc.
- 3 Autoayuda
- 4 Asesoramiento lactancia materna
- 5 Asesoría Embarazo / parto / postparto
- 6 Contactar con gente para charlar, pasear.
- 7 Cuidado puntual de niños/as
- 8 Escuchar
- 9 Gestiones puntuales en la calle
- 10 Mediación familiar

3. Asesoramiento

- 1 Asesoramiento bancario y financiero
- 2 Asesoramiento farmacéutico
- 3 Asesoramiento legal y laboral/ Orientación laboral
- 4 Asesoramiento en discapacidad
- 5 Compras y técnicas comerciales (MARKETING)
- 6 Autoempleo/ Viabilidad de proyectos empresariales
- 7 Organización de eventos
- 8 T.C.A Trastornos conducta alimentaria

4 Deporte

- 1 Actividad física, salir a correr, gimnasia
- 2 Chi-kung - Taichí
- 3 Batuka / Aerobic
- 4 Capoeira
- 5 Clases de Skate
- 6 Deportes de raqueta
- 7 Entrenador personal
- 8 Entrenamiento: Carreras de fondo/ Baloncesto
- 9 Iniciación al buceo (Teoría) /Natación
- 10 Kárate y defensa personal
- 11 Lucha canaria
- 12 Pasear en bicicleta (y rutas en bicicleta)
- 13 Patinaje (patinar y aprender)
- 14 Pilates
- 15 Senderismo (y rutas por montaña)

5 Estética

- 1 Consejos de belleza
- 2 Corte de pelo/Arreglos de pelo, tintes...
- 3 Depilación
- 4 Limpieza de cutis
- 5 Manicura y pedicura
- 6 Maquillaje y automaquillaje

6 Formación

- 1 Asesoramiento psicológico y educativo
- 2 Ayuda en problemas de lectoescritura
- 3 Cerámica
- 4 Clases de Historia, Arte, Humanidades y CCSS
- 5 Clases de Latín, Lengua y literatura española
- 6 Clases de Matemáticas, Física, Química, Biología
- 7 Deberes escolares/clases primaria, ESO
- 8 Educación sexual y de pareja
- 9 Fotografía (digital, analógica, clásica)
- 10 Mejorar la ortografía
- 11 Organización de archivos
- 12 Orientación sobre estudios
- 13 Talleres literario/poético creativo, realización de poemas
- 14 Técnicas de estudio

7 Hogar

- 1 Ayuda / Transporte en mudanzas o traslados
- 2 Cerrajería
- 3 Decoración de interiores (a bajo coste)

- 4 Electrónica
- 5 Formación y asesoría gastos y ahorro en el hogar
- 6 Pequeños arreglos de escayola
- 7 Pintura de paredes
- 8 Reparaciones del hogar
- 9 Restauración y reciclaje (muebles...) / Barnizados
- 10 Soldadura

8 Idiomas

- 1 Alemán (clases y charla)
- 2 Árabe (clases y charla)
- 3 Castellano para inmigrantes (clases y charla)
- 4 Catalán
- 5 Chino (iniciación)
- 6 Francés (clases y charla)
- 7 Inglés (clases y charla). También inglés comercial
- 8 Italiano (clases y charla)
- 9 Japonés (iniciación)
- 10 Lengua de signos (iniciación)
- 11 Portugués (clases y charla)
- 12 Ruso (iniciación)
- 13 Traducciones de textos (varios idiomas)

9 Informática

- 1 Ayuda compra/Instalación equipo informático
- 2 Ayuda sobre Informática
- 3 Conocimientos M.Access /M.Excel/ Ppoint/ Linux
- 4 Creación Blogs, redes sociales
- 5 Intercambio de manuales informática
- 6 Maquetación y diseño (Photoshop, QuarkXPress, indesign, AutoCAD)
- 7 Programas: CYPE y Metal 3D
- 8 Programación .net
- 9 Trabajos a ordenador

10 Masajes

- 1 Aprender/enseñar a dar masajes
- 2 Drenaje linfático
- 3 Masaje infantil (bebés)
- 4 Masaje metamórfico (pies)
- 5 Masaje emocional intuitivo. Sanaciones
- 6 Masajes
- 7 Quiromasajes (prev./trat.de celulitis)
- 8 Reflexología podal
- 9 Reiki
- 10 Terapia sacrocraneal

11 Medio Ambiente

- 1 Gestión medioambiental
- 2 Jardinería y horticultura (tareas y consejos básicos)
- 3 Paseos de observación de aves y naturaleza
- 4 Paseos didácticos por parques
- 5 Pesca de río: Artes y aparejos

12 Música y baile

- 1 Armónica
- 2 Bailes de salón y latinos
- 3 Break dance y hip hop
- 4 Castañuelas
- 5 Clases de canto
- 6 Clases de guitarra
- 7 Clases de música para bandurria
- 8 Clases de piano
- 9 Clases de violín
- 10 Clases de solfeo
- 11 Intercambios sobre música y canto coral
- 12 Música escolar-nivel ESO
- 13 Percusión

13 Salud mental y corporal

- 1 Acupuntura
- 2 Asesoramiento en gemoterapia
- 3 Coaching
- 4 Consejos / trucos/ Dietas nutrición-alimentación
- 5 Constelaciones familiares
- 6 Cuidado pies
- 7 Cuidados de enfermería
- 8 Dieta macrobiótica
- 9 Mandalas
- 10 Mindfulness (afrentamiento del estrés)
- 11 Naturopatía y terapias complementarias
- 12 Pautas para la "elaboración de pérdida" (divorcio, duelo...)
- 13 Psicología (clínica e industrial). Psicoterapia emocional
- 14 Psicomotricidad y estimulación precoz
- 15 Sesiones Hollografic (Reparación de patrones de conducta)
- 16 Simboanálisis
- 17 Talleres para aumentar autoestima
- 18 Técnicas para dejar de fumar
- 19 Terapias alternativas (floral, obsidiana, etc.)
- 20 Yoga y técnicas de relajación y meditación

14 Sociedad

- 1 Asociacionismo

- 2 Centros de 3º Edad
- 3 Comercio justo: Acceso a Centro de Recursos Azacán
- 4 Comercio justo: Formación y sensibilización
- 5 Cultura gitana
- 6 Juego patológico y Nuevas tecnologías
- 7 Prevención de drogodependencias
- 8 Prevención de riesgos laborales

15 Tareas domésticas

- 1 Ayuda con las compras
- 2 Ayuda en limpieza del hogar
- 3 Cocina mexicana, peruana, colombiana, libanesa...
- 4 Cocina vegetariana
- 5 Conocimientos de hostelería
- 6 Costura
- 7 Enseñar a manejar máquinas de coser
- 8 Hacer la colada
- 9 Planchado de ropa
- 10 Cocina y Repostería
- 11 Preparación de catering

16 Administración y contabilidad

- 1 Contabilidad
- 2 Declaración de la renta
- 3 Elaboración/redacción de cartas, informes, reclamaciones
- 4 Entregar pliegos de descargo de multas
- 5 Organizar papeles y facturas del hogar
- 6 Registro y entrega de papeles en el Ayuntamiento/Junta

17 Varios

- 1 Adiestramiento y cuidado de mascotas
- 2 Aprender a manejar: el móvil, cámaras fotográficas...
- 3 Ayuda con conducción del automóvil
- 4 Búsqueda de billetes baratos en Internet
- 5 Cafés y talleres filosóficos. Iniciación a la filosofía
- 6 Cómo conocer tu árbol genealógico
- 7 Conducción todoterreno respetando el entorno
- 8 Difusión de actividades/proyectos de interés
- 9 Elaboración de mapas y rutas (geografía)
- 10 Entrega-recogida de paquetes, cartas...
- 11 Escaparatismo
- 12 Montaje y creación de vídeos, y álbumes digitales
- 13 Pasear animales (Asesoría veterinaria)
- 14 Préstamo de apuntes y libros. Recogida y entrega Biblios.
- 15 Préstamo de material no fungible (consultar)
- 16 Préstamo de salas para reuniones

17 Reparación de bicicletas

18 Tarot y carta astral

18 Vivienda

1 Administración de fincas

2 Ahorro energético en diseño de vivienda (y certificados)

3 Asesoramiento arquitectura y urbanismo (trámites, licencias...)

4 Orientar sobre compra/alquiler vivienda.

5 Prevención accidentes vivienda y actuaciones correctas

ANEXO 3. DIFUSION, CONTACTO Y CAPTACIÓN DE SOCIOS DEL BANCO DEL TIEMPO DE VALLADOLID

Difusión y contacto con el Banco del tiempo de Valladolid:

Para el contacto entre socios o futuros socios, EL Banco del Tiempo en Valladolid pone al servicio de sus usuarios varias sedes físicas. Su sede central se encuentra en el Centro Cívico La Victoria (calle San Sebastián, 7) y el horario de atención es de lunes a viernes de 10:00 a 13:00, y de martes y jueves de 17:00 a 20:00.

También se encuentran los lunes en el Parque Alameda, de 17:00 a 19:00, y en la calle Cabrera, 1 (edificio sede de la Asociación de Vecinos Parque Alameda), o los miércoles en Pilarica, de 17:00 a 20:00 (sala 6, centro cívico Pilarica).

Para contactar con la organización del Banco del Tiempo tienen a disposición de los participantes una dirección de email y su cuenta en Facebook, en la cual mediante mensaje privado pueden plantearse las dudas pertinentes. También es posible efectuar el contacto por vía telefónica siendo ésta por el sistema de WhatsApp o llamada telefónica dentro del horario de oficina. Finalmente hay una dirección de twitter que ejerce también la labor de difusión y contacto.

De manera más concreta estas son la dirección de los instrumentos de contacto y difusión:

- Número telefónico: 983 42 42 01 / 645 247 112 (sólo WhatsApp)
- Email de contacto: info@bancodeltiempodevalladolid.org.es
admin@bancodeltiempodevalladolid.org.es
- Twitter: @BDTVALLADOLID
- Facebook: Banco del Tiempo Valladolid

Todos los medios de contacto están activos y son eficaces, ya que el técnico encargado de regentar la atención, hace uso de ellos de manera simultánea para que el contacto se lleve a cabo.

En cuanto al contacto entre los participantes para la realización de intercambios, debemos decir que el Banco del Tiempo tiene un papel de mediador entre de mandante y ofertante.

Cuando un socio, tras comprobar el boletín donde se encuentra el listado de ofertas y demandas, se quiere poner en contacto con otra persona para hacer el intercambio, es conveniente que contacte con la organización para que esté al tanto, porque hay socios que funcionan mejor que otros o de manera más activa, por lo que la organización mediará para que el intercambio sea lo más efectivo posible.

Captación de socios/as:

Teniendo en cuenta la multiplicidad de objetivos perseguidos con el proyecto de Banco de Tiempo en Valladolid, las estrategias de difusión e información sobre el proyecto han sido muy variadas:

Estrategias llevadas a cabo en los Barrios:

- Buzoneo general.
- Implicación del propio Consejo Social de Barrio, en la difusión del proyecto de cara al resto de vecinos y colectivos del Barrio.
- Charlas informativas a todos los colectivos del barrio, así como a las fuerzas vivas del mismo: parroquia, centro de salud, centros educativos, AMPAS, centro de personas mayores.
- Vinculación de proyectos de carácter comunitario con la difusión del Banco del Tiempo. En concreto y por ejemplo el proyecto "Pasalibros", consistente en la creación de una red de lectura , una infantil y otra de adultos enfocada a, por un lado, fomentar la lectura y por el otro conseguir la difusión del Banco de tiempo como proyecto.
- Partimos de la base de que dadas las características del proyecto, complejo de entender, las estrategias de información y difusión a través del " boca a boca " son más efectivas, ya que se hace de forma más personalizada.
- Se han utilizado también las fiestas del barrio así como otras actividades organizadas en el mismo, como carnavales o navidades para la difusión del proyecto
- Uso de distintas herramientas innovadoras para la difusión del proyecto: Dramatizaciones, Pasalibros, Trueque Solidario, cuenta verde.

Estrategias para la difusión a nivel de ciudad:

- Cuñas radiofónicas durante la fase inicial de experiencia piloto y reportajes en prensa, radio y televisión, de ámbito local y nacional. Aparición en medios de comunicación local, regional, nacional e internacional.
- Información mediante envío de cartas a gran parte de los colectivos de la ciudad, vinculadas con las personas mayores, discapacitados, mujeres, asociaciones de vecinos y de autoayuda.
- Charlas más en profundidad con grupos de mujeres con los que se está trabajando desde otros CEAS en la ciudad.
- Difusión específica a entidades vinculadas con los inmigrantes
- Charlas informativas más en profundidad con los miembros de aquellas entidades o colectivos que lo demandan para dar información más detallada, valiéndose de herramientas audiovisuales.
- Creación de dos Vídeos publicitarios del Banco del Tiempo de Valladolid, de distinta duración y una revista digital trimestral.

- Charlas informativas y de presentación del proyecto a profesionales de los Servicios Sociales y a profesionales de otros servicios municipales, como son los Centros Cívicos y los Centros de Personas Mayores, para que conozcan el proyecto como recurso para que puedan derivar a los usuarios que les pueda interesar.
- Creación de un blog sobre el Banco del tiempo, que ofrece información actualizada de actividades, reuniones, opiniones y curiosidades sobre el banco y también a través de las redes sociales.

Dinamización:

En el Banco del tiempo de Valladolid se llevan a cabo varias actividades con el objetivo de cumplir la tarea de dinamización. Dichas actividades son las siguientes:

- Reuniones mensuales:
Facilitan las relaciones de contacto y comunicación entre las personas inscritas, por un lado, y generan la creación de nuevos intercambios, por el otro. Es la herramienta más eficaz.
- Web, blog y redes sociales:
Estas herramientas ofrecen información directa, constante y continua del banco, sus actividades, novedades, intercambios...de forma ágil y adaptada a las nuevas tecnologías.
- Pasalibros- animación a la lectura:
Es una herramienta basada en el bookcrossing pero utilizada para lograr dos objetivos, facilitar el contacto entre los socios/as y potenciar intercambios y posibilitar la lectura de libros y cuentos de autoayuda.
- Cuenta verde: reciclaje
Recogida de materiales para reciclar (gafas, medicamentos, tapones de plástico, móviles). Es una herramienta para la compensación de horas de socios/as o para facilitar sus primeros intercambios logrando horas a través del Banco del tiempo. El respeto a los demás, la convivencia y la solidaridad, son los principios del banco y encajan muy bien con esta iniciativa.
- Comparte cultura: visitas guiadas
Se trata de programar, diseñar y/o concertar actividades culturales y de ocio aprovechando los recursos culturales que ofrecen la ciudad y provincia de Valladolid (pueblos, museos, exposiciones, monumentos...) y otro tipo de recursos como pueden ser vídeo-fórum de películas de temática social, charlas, etc. para posibilitar el encuentro y la relación entre los socios y socias del Banco del Tiempo, a través de actividades grupales vinculadas a la cultura, al ocio y al tiempo libre.

- Trueques solidarios

Participar u organizar eventos de este tipo es una herramienta de difusión interesante, además de que mantiene la misma filosofía que el Banco del tiempo.

- Calendario

Un calendario digital con frases relacionadas con el tiempo para difundir entre socios y socias, colgar en el blog y la página y enviar a los listados de correo electrónico.

- El banco cuenta: revista digital trimestral

Es una revista trimestral de cuatro-seis páginas en formato digital, con diferentes secciones; una editorial, un apartado sobre otros bancos de tiempo, una agenda, un espacio para la actualidad y otro para consejos prácticos para los socios/as del Banco del tiempo.

**ANEXO 4. ASOCIACIONES PARTICIPANTES EN EL BANCO DEL TIEMPO DE
VALLADOLID**

ASOCIACION	OFERTA	DEMANDA
Consejo Social Victoria-Overuela	Difusión de actividades de interés Ideas para actividades del Consejo	Información sobre asociacionismo Colaboraciones puntuales
Allende Mundi	Acceso a recursos Apoyo en actividades y mudanzas	Charlas sobre interculturalidad Ayuda en limpieza de instalaciones
Fundación Secretariado Gitano	Orientación empleo-baja cualificación Reparaciones Salas para reuniones Ayuda para traslado de materiales	Charlas y préstamo materiales "cultura gitana"
Ayuda al anciano	Acompañamiento T.Edad y hospitales Orientación sobre Residencias	-----
Centro Ocupacional	Manualidades	Manualidades
Asc.madres solteras y separadas	Grupo Autoayuda Asesoramiento jurídico	Informática y recursos Actividades y talleres grupales
Proyecto Hombre	Asesoramiento familiar Difusión proyectos de Prevención	Charlas Prevención drogodependencias
Asc J.R Miguel Delibes	Charlas preventivas: "Juego Patológico" y Nuevas tecnologías	Ayuda en Difusión campaña
Azacán Serso	Formar y sensibilizar Comercio Justo	Organización de archivos
JOCE	Orientación laboral Participación	Talleres para jóvenes Colaboración
Casa de la Empatía Asc. Cultural Amas de Casa	Charlas de Psicología Contactar con otras asociaciones Charlas de diferente temática	Ayuda tareas de secretaría Difusión actividades Pasar textos a ordenador
Centro Personas Mayores "La Victoria"	Juegos tradicionales Actuaciones de coro, rondalla y teatro Recitales de poemas, cuentos	Charlas Cesión de salas disponibles
Universo en Movimiento	Talleres de crecimiento personal e infantiles	Colaboración actividades