

Troocar Notícias

Julho 2010 | Número 11

Nesta edição

Nota Prévia	2
Encontros de Formação Inicial	3
Encontro Nacional do Banco de Tempo no Norte	4
Balanço da Actividade do Banco de Tempo	8
Banco Central	8
Retrato de um Membro	11
Ligações Internacionais	12
Inaugurações	15
Daqui e Dali	17



Graal – Banco de Tempo Central
Rua Luciano Cordeiro, 24, 6º A, 1150-215 Lisboa
Tel.: 213 546 831, E-mail: bancodetempo@graal.org.pt

NOTA PRÉVIA

Estimados amigos e amigas do Banco de Tempo,

Neste Trocar Notícias para além de tentarmos sistematizar o que de mais importante aconteceu, nos últimos meses, no Banco Central e nas diferentes localidades, tentámos também trazer-vos o “partilhável” das nossas produções e vivências colectivas: a participação na Marcha Mundial das Mulheres, no Encontro Nacional do Banco de Tempo do Norte e o Balanço do Ano de 2009.

O Encontro Nacional que se desenvolveu em torno do tema “o Banco de Tempo como Espaço de Aprendizagem” foi, também ele, um espaço privilegiado de aprendizagem, de partilha de ideias, cooperação e convívio.

Saímos deste Encontro com convicções reforçadas quanto à importância de realizarmos muitos outros encontros e quanto às possibilidades do Banco de Tempo oferecer uma resposta inédita às pessoas que têm o desejo de aprender, qualquer que seja a sua idade, sexo, origem ou condição social.

Saímos também deste Encontro gratas pelas inúmeras horas que os Bancos de Tempo da Foz do Douro e da Póvoa de Varzim emprestaram à rede Banco de Tempo, para tornar este encontro possível e inesquecível. Para todas as pessoas e organizações envolvidas fica uma palavra de apreço e de agradecimento.

Neste Trocar Notícias tentámos também trazer a voz de algumas pessoas ligadas ao Banco de Tempo que, em primeira mão, descrevem e nos inspiram com suas experiências.

A nossa última palavra é para desejar óptimas férias e que estas redobrem a boa dose de optimismo de que precisamos para “tirar os objectivos do papel” e contribuirmos para comunidades mais justas, solidárias, felizes e, a propósito, mais aprendentes!

Um abraço da Equipa do Banco Central



bancodetempo

uma iniciativa Graal

ENCONTROS DE FORMAÇÃO INICIAL

ENCONTRO DE FORMAÇÃO INICIAL EM FEVEREIRO

Realizou-se no dia 25 de Fevereiro de 2010, no Terraço do Graal, mais um Encontro de Formação Inicial.

Este momento contou com a participação de 17 pessoas interessadas em aprofundar o conhecimento da dinâmica do Banco de Tempo, representando entidades e organizações como a Associação de Mulheres Contra a Violência, de Lisboa; a Câmara Municipal de Albufeira; o Moinho da Juventude, da Amadora; a Associação dos Centros de Saúde do Cávado, de Braga; a Esdime, no de Entradas; a Associação Sorriso Solidário, de Lisboa; a Câmara Municipal de Ourique e a Associação Cultural de Santiago do Cacém. Por interesse individual, participaram ainda duas pessoas de Santa Maria da Feira. Neste Encontro estiveram, também, representantes dos Bancos de Tempo do Lumiar e de Valongo, que partilharam a experiência vivida nas respectivas agências.

Ora em conjunto, ora em pequenos grupos, foram aprofundados os objectivos, os princípios e as regras de funcionamento do Banco de Tempo, sem esquecer os aspectos a ter em conta para a abertura de uma nova agência.



ENCONTRO DE FORMAÇÃO INICIAL EM JUNHO

Este primeiro semestre de 2010 contou, ainda, com a realização de um segundo Encontro de Formação Inicial, no dia 29 de Junho, no Terraço do Graal.

Participaram, neste encontro, 19 pessoas vindas de organizações tão diversas como a Câmara Municipal de Évora; a Talenter, de Oeiras; a Associação de Moradores do Alto Ladoal/Vale Terrugem; a Santa Casa da Misericórdia da Murtosa; a Paróquia da Nazaré, do Funchal; a Associação Juvenil Gaudeamos, de Mouronho e, individualmente, de Gondomar, de Xabregas, de Paço de Arcos, de Selho e de Guimarães.

Os objectivos e os conteúdos abordados nos dois Encontros, foram idênticos, mas a experiência



vivida é sempre diferente e enriquecedora, dada a diversidade dos/das participantes e suas motivações.

Em ambas as iniciativas, os/as participantes salientaram na sua avaliação a boa estruturação e dinâmica da formação, bem como a clareza da exposição e a variedade de exemplos dados. Foi igualmente referido o bom acolhimento, a afabilidade e o convívio, sem esquecer as excelentes condições que o Terraço oferece para a realização destes Encontros e até a sua agradável vista sobre Lisboa.

Os/as participantes enfatizaram a vantagem da utilização de mais encontros de trabalho partilhado e sugeriram, para além da continuidade deste tipo de formação, que a sua duração fosse mais alargada.



bancodetempo

uma iniciativa Graal

ENCONTRO NACIONAL DO BANCO DE TEMPO NO NORTE

MOMENTOS CHAVE DO ENCONTRO NACIONAL

Realizou-se o Encontro Nacional da Primavera, no Norte do País organizados pelas Agências da Póvoa de Varzim e do Porto. Fazendo jus à tradicional hospitalidade nortenha, os três Bancos de Tempo da Póvoa de Varzim e o da Foz do Douro, uniram-se e receberam calorosamente os/as participantes durante dois dias: 21 e 22 de Maio.

O entusiasmo, a alegria e a simpatia foram uma constante entre os cerca de 82 participantes, vindos de 15 Agências do Banco de Tempo que estiveram presentes: para além das Agências anfitriãs - as três da Póvoa de Varzim (Basílica, Banco de Tempo de Escola e Mini-Banco de Tempo) e a da Foz do Douro, participaram: Alcanena; Braga; Cascais; Coimbra; Funchal; Ílhavo; Lumiar; Quarteira; Santo António de Cavaleiros; Valongo e Vilela. Marcaram também presença, através dos testemunhos enviados, outras Agências como a de Almada, Castelo Branco, Lousã e Vagos.

O primeiro dia da sessão de trabalhos decorreu na Póvoa de Varzim, num belíssimo local, o Museu Etnográfico, que nos abriu as portas e recebeu com muita amabilidade, dispensando toda a ajuda e colaboração. Agradecemos aos seus funcionários e



em particular à Directora pela generosa disponibilidade.

Os trabalhos começaram um pouco para lá da hora prevista, devido a atrasos nos comboios (apesar da condução eficiente e rápida do motorista da Junta de Freguesia da Foz), mas as forças foram rapidamente retemperadas com um revigorante café e bolinhos de boas-vindas oferecidos pelos Bancos

de Tempo da Póvoa e com o ambiente criado pelo coro dos meninos do Mini-Banco de Tempo.

Foi um acolhimento comovente que nos predisps a apresentarmo-nos e a escrever num *post-it*, de acordo com a proposta que foi feita, uma aprendizagem adquirida no Banco de Tempo. Num ins-



tante se encheu a mala desenhada em cartolina e colocada na parede, com uma multiplicidade de aprendizagens que não imagináramos antes.

Num “entre-tempos” foi apresentada a figura “Marchante” do Banco de Tempo e a sua história, com o apoio de um vídeo, desde os seus primeiros passos até às deambulações por Lisboa, Lousã, Coimbra e Porto enquanto animadora de actividades durante a Marcha Mundial das Mulheres em 2009.

Com o objectivo de partilhar o momento vivido em cada uma das localidades, representantes de cada uma das agências presentes deixaram, numa tela, pinceladas de diferentes cores, justificando a sua opção. A tonalidade mais escolhida foi o verde representando um claro sinal de esperança na continuidade e melhoria deste projecto que nos une. Mas também surgiu o azul, como sinónimo de um certo navegar tranquilo e mesmo o cinzento revelando o desânimo ou, talvez, cansaço. E que dizer das pinceladas a amarelo, com a referência a um desafio, brilhante como o sol que nos aquece e a cor vermelha, mostrando o ardor e empenho que continua a animar-nos?

De seguida deu-se a conhecer o balanço da actividade do Banco de Tempo ao longo do ano de 2009 ao qual podemos aceder nesta edição do



Trocar Notícias.

E chegou a hora de partirmos em direcção às insta-



lações sociais da Basílica, onde nos esperava um delicioso almoço, muito variado e caseiro, organizado e oferecido pelos Bancos de Tempo da Póvoa de Varzim.

No final da refeição aguardava-nos outra surpresa: uma representação muito animada do Mini-Banco de Tempo, que nos brindou com a recriação de uma aula em que o Banco de Tempo foi tema central.

Para o reinício dos trabalhos foi preciosa a ajuda da Itxaso, uma jovem basca estagiária no Graal, que fazendo valer o seu nome – Mar, em português – nos envolveu numa boa onda, pondo a circular um saco de onde cada participante tirou uma peça pertencendo a um dos 6 puzzles, a partir dos quais se constituíram outros tantos grupos de trabalho para a actividade seguinte.

Foi, então, que, correspondendo à proposta feita antecipadamente pela equipa do Banco Central, cada agência apresentou os serviços que havia seleccionado, a partir dos serviços trocados, e que considerasse como fonte de aprendizagem. Era necessário escolher o serviço mais original, o mais significativo e aquele que mais vezes é trocado. Estes serviços foram inscritos em tarjetas de cartolina de cores diferentes: laranja, para o serviço mais frequente; azul, para o mais significativo e verde, para o mais original. Os serviços foram agrupados por cores e colocados na parede.

Entretanto, pediu-se que todos e todas imaginassem estar numa “feira de saberes” onde teriam oportunidade de divulgar as oportunidades de aprendizagem disponíveis nos Bancos de Tempo. Distribuíram-se as “tendinhas” da feira desenhadas em cartolina pelos 6 grupos já constituídos. A

dois grupos foi pedido que decorassem a tendinha e nela inscrevessem os serviços de aprendizagem associados ao “saber fazer”, a outros dois que se ocupassem do “saber saber” e aos últimos 2 foi proposto que se dedicassem do “saber ser”.

No final, cada grupo escolheu porta-voz que apresentou, de forma criativa, os serviços da sua “tendinha”.

Fernanda Ribeiro, de Quarteira e Jorge Neves, de Ílhavo, encerraram a sessão de trabalho, ela cantando e ele recitando poemas.

Só faltava a avaliação desta primeira parte do Encontro, de onde destacamos a vertente relacional, como o acolhimento caloroso e a partilha de contactos e de experiências, assim como a metodologia e a programação, nomeadamente a dinâmica de trabalho, a criatividade dos temas e a importância do tema central do Encontro “O Banco de Tempo, Espaço de Aprendizagem”. Como pontos fracos, foram apontados a falta de microfone que permitisse ouvir melhor os diferentes participantes e o pouco tempo para que todos/as se expressassem.

Como sugestões para os próximos encontros foi indicado o interesse na continuação dos encon-



tros nacionais, com o mesmo tipo de metodologia profícua e criativa, mas com maior duração não esquecendo outros temas como a oscilação dos ritmos de funcionamento do Banco de Tempo, as parcerias, a economia financeira versus a economia solidária.

Entretanto, eram já horas de rumar até ao Porto, onde nos esperou um passeio de barco no Douro sob as 5 pontes, com um tempo magnífico e um pôr-do-sol espectacular, a que se seguiu um animadíssimo jantar na Ribeira.



No segundo dia visitámos vários locais da cidade do Porto, com destaque para a estação de S. Bento, a Sé e as caves do Porto Ferreira, em Vila Nova de Gaia, acompanhadas pelas explicações detalhadas e divertidas de um dos membros do Banco de Tempo da Foz, que animou o grupo com a sua alegria, saber e energia.



E para concluir estes dois dias inesquecíveis esperava-nos, nas instalações da Paróquia da Foz, um esplêndido almoço, a que não faltaram as “tripas à moda do Porto” e muitos e deliciosos petiscos que os membros do Banco de Tempo da Foz ofereceram, acompanhado de música e “bailinho” a fazer pular o pé.

Resta-nos agradecer a hospitalidade de quem nos recebeu, o muito trabalho e a generosidade dos Bancos da Póvoa de Varzim e da Foz do Douro assim como das diferentes instituições que tornaram possível este Encontro que muito nos enriqueceu.

O BANCO DE TEMPO ENQUANTO ESPAÇO DE APRENDIZAGEM

Foi nosso objectivo, neste Encontro no Norte, conhecer melhor a realidade e as potencialidades do Banco de Tempo enquanto espaço de aprendizagem.

Na confluência dos diferentes contributos, descobrimos um leque muito alargado e diversificado de aprendizagens que se partilham e ampliam no Banco de Tempo.

São múltiplas as oportunidades que se criam de descoberta e experimentação, estética, artística, desportiva, científica, cultural, social.

São efectivamente muitas as horas trocadas que se associam à partilha de saberes e ao desenvolvimento de novos talentos e competências. São

horas que se trocam entre pessoas portadoras de diferentes experiências e saberes, por vezes, de diferentes gerações, proveniências, sexos, estatutos sociais e níveis de habilitação.

As partes envolvidas (quem ensina e quem aprende) saem enriquecidas: quem dá o seu tempo para ensinar, ganha tempo para si e vê reconhecidos e valorizados os seus talentos, saberes e capacidades e quem está na condição de aprendiz, acrescenta competências e saberes ao seu repertório, abre-se a outros conhecimentos, satisfaz curiosidades.

Estas situações de aprendizagem que se multiplicam no Banco de Tempo têm a particularidade de se ancorarem no prazer que alguns membros têm em partilhar saberes e no desejo de saber, de compreender de descobrir, da parte de outros.

E, no Banco de Tempo todos podem alternar a condição de “aprendizes” com a de “mestres” dado que, como nos diz Paulo Freire “Ninguém ignora tudo, ninguém sabe tudo. Todos nós sabemos alguma coisa e todos nós ignoramos alguma coisa”. E é, também por isso, que podemos aprender sempre e os nossos percursos de aprendizagem estão continuamente em construção, qualquer que seja a nossa idade e a nossa “bagagem”.



As situações de aprendizagem que se estruturam no Banco de Tempo são, por comparação com outros espaços de aprendizagem, menos formatadas. Acompanham os ritmos e os interesses de cada um e de cada uma e caracterizam-se pela flexibilidade, informalidade e por uma certa leveza.

São aprendizagens que se desenvolvem no contexto de relações entre dois membros, em pequenos grupos ou em grupos mais alargados, mas sempre ao abrigo de relações interpessoais signi-



ficativas e simétricas.

Foram muitos mais os exemplos de aprendizagens trazidos para este nosso Encontro no Norte. Não sendo possível, neste espaço, enumerá-los na sua totalidade optámos por seleccionar alguns, que se apresentam em seguida, para que possam iluminar as possibilidades do Banco de Tempo enquanto contexto de aprendizagem, assim como incentivar novos investimentos no sentido da realização destas potencialidades que conjuntamente lhe reconhecemos.

No Banco de Tempo pode aprender-se a usar o computador, a fazer reparações eléctricas, bricolage. Pode também aprender-se a estudar, a ler música a organizar eventos, a contar histórias, a falar em público, a fazer massagens, a cuidar de uma horta ou de animais de estimação.

As ofertas de aprendizagem relacionadas com actividades manuais e artísticas são diversas: macramé, origamis, arranjos florais, costura, tricô, arraiolos, bonecas de pano, bordados, croché, desenho, pintura, pintura facial, decoração de festas, etc.

Quem quiser aprender a passar a ferro, a dobrar roupa, a cozinhar (doçaria, licores, pratos típicos, compotas) pode recorrer ao Banco de Tempo, onde se pode também aprender línguas (inglês, alemão, espanhol, italiano), a conhecer plantas, a ensinar animais, onde podem ser aprofundados temas da actualidade, história, onde pode aprender-se mais sobre as cidades e os seus monumentos, sobre música clássica e literatura, poesia.

Os/as participantes do Encontro do Norte referiram-se ainda a aprendizagens que se relacionam com o próprio desenvolvimento pessoal e interpessoal e que decorrem da vivência no Banco de Tempo e não tanto de situações intencionalmente construídas para ensinar. Seguem-se algumas frases ditas pelos e pelas participantes, a partir da sua própria experiência, dando continuidade à frase “No Banco de Tempo aprendi a...” :

“...arranjar tempo”, “...reconhecer e valorizar talentos”, “...valorizar a grande força da inter-ajuda”, “...conviver com novas pessoas e fazer amizades”, “...dar um “pontapé” na solidão”, “...ajudar e aceitar ajuda”, “...a ser mais feliz”. “...perseverar e aceitar diferenças”, “...a trabalhar em grupo e em rede”

Os exemplos acima apresentados testemunham que se aprende a “fazer”, a “conhecer” e também a “ser”, a “viver” e a “conviver com as outras pessoas”.



BALANÇO DA ACTIVIDADE DO BANCO DE TEMPO

Foi enviado, em Janeiro de 2010, um questionário de balanço da actividade do Banco de Tempo, relativo ao ano de 2009. O questionário foi respondido por 17 agências: Almada, Alcanena, Castelo Branco, Foz do Douro, Funchal, Ílhavo, Lousã, Lumiar, Miratejo, Ponta Delgada, Portela, Póvoa de Varzim (Agência da Basílica, do Banco de Tempo de Escola e Mini Banco de Tempo), Quarteira, Vagos e Valongo.

O facto de não dispormos dos dados de todas as Agências limita a validade dos resultados que aqui apresentamos, contudo, é o retrato possível deste ano de 2009.

MEMBROS DO BANCO DE TEMPO

A informação recolhida, indica um total de 1200 membros inscritos nas agências respondentes com uma percentagem de 28% homens e 72% mulheres.

Relativamente às idades dos membros do Banco de Tempo, observa-se um certo equilíbrio na sua distribuição pelos diferentes escalões etários. Os escalões etários dos 61 aos 70 anos e o dos 31 aos 40 anos são aqueles que agrupam mais membros, contudo, as diferenças são pouco expressivas.

As agências que responderam a este questionário receberam 213 novas inscrições durante o ano de 2009 e algumas ultrapassaram já os 100 membros, nomeadamente; a Foz do Douro, o Mini Banco de Tempo da Póvoa de Varzim, Ponta Delgada, Valongo e Lumiar.

HORAS TRANSACCIONADAS

Feitas as contas, foram trocadas, nestes Bancos de Tempo, 6573 horas no ano de 2009! Com excepção para as Agências de Ílhavo e do Lumiar que consideram que o número de horas trocadas ultrapassou as suas expectativas, as restantes agências afirmam que este número fica aquém.

Um dado que revela alguma necessidade de intervenção prende-se com uma percentagem importante de membros que ao longo de 2009 não realizaram trocas.

SERVIÇOS TROCADOS

Os serviços que mais vezes aparecem entre os três mais trocados nas diferentes agências são: companhia, as lições; a condução, costura, informática e jardinagem.

A CONCRETIZAÇÃO DOS OBJECTIVOS DO BANCO DE TEMPO

Quando se avalia em que medida é que o Banco de Tempo tem concorrido para a concretização dos seus objectivos, podemos concluir que, na perspectiva dos e das respondentes, contribuiu muitas vezes para: construir relações sociais mais humanas e solidárias, promover o sentido de comunidade e vizinhança, combater a solidão. Os/as respondentes consideram que o Banco de Tempo contribuiu menos vezes, mas ainda assim com um significado importante, para dar visibilidade e valorizar capacidades/talentos, resolver problemas concretos na organização da vida quotidiana.

APROPRIAÇÃO DOS PRINCÍPIOS

Quando os e as respondentes são convidados/as a avaliar o grau de dificuldade dos membros em se apropriarem dos princípios do Banco de Tempo, concluímos que, com apenas uma excepção, todos/as consideram muito difícil e difícil a incorporação do princípio da obrigatoriedade de dar e receber.

Observa-se uma tendência inversa quando analisamos as respostas relativas ao grau de facilidade/dificuldade na incorporação dos restantes princípios, nomeadamente, a ausência de dinheiro no sistema, a inexistência de troca directa de serviços e a igual valorização do tempo independentemente do serviço.

RELAÇÕES NO INTERIOR DA PARCERIA

A maior parte das respostas quanto apoio fornecido pelos parceiros locais dividem-se entre “muito apoiantes” e “moderadamente apoiantes”. Quanto às relações com o Banco Central a grande maioria classifica-as como “muito apoiantes”.



BANCO CENTRAL

Respondendo a solicitações, quer dos media, quer de outras entidades, o Banco Central participou, ao longo deste ano, em debates, seminários e programas de televisão, que atestam o interesse crescente sobre o Banco de Tempo.

O “DIA DO TEMPO” NO TEATRO MARIA MATOS

Num domingo, a 7 de Março de 2010, entre as 11h e as 20h, o Teatro Maria Matos realizou o “Dia do Tempo”, uma feira extraordinária, onde não se trocavam produtos nem dinheiro, mas variadíssimos saberes sobre o Tempo, desde o conhecimento académico e científico até a experiências profissionais e pessoais mais diversas ou curiosas.

O Banco Central foi convidado a participar e, das 16h às 16.45h, tivemos a nossa “banca”, bastante concorrida, em que o conceito do Banco de Tempo foi dado a conhecer. Foi grande o interesse demonstrado pelos participantes e houve quem se inscrevesse para participar na Acção de Formação Inicial de mês de Junho.



O BANCO DE TEMPO NA “COMPANHIA DAS MANHÃS”

No dia 4 de Março de 2010, atendendo a um convite da SIC, a Teresa Maria Branco, pelo Banco Central, e a Belén Oliveira, pelo Banco de Tempo do Lumiar, participaram no programa “Companhia das Manhãs”. Responderam às questões postas pelos apresentadores e, através de relatos de testemunhos com exemplos dos diversos Bancos de Tempo, tentaram dar a conhecer, num diminuto espaço de tempo, o que tem sido a experiência enriquecedora e de valorização humana do Banco de Tempo.

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO

No passado dia 1 de Junho, a equipa do Banco Central deslocou-se à Escola Superior de Educa-



ção de Lisboa para, a convite da Professora Joana Campos, participar numa aula dos alunos do 3º Ano da Licenciatura em Animação Sociocultural.

Com esta participação pretendeu-se dar a conhecer os princípios, objectivos e o modo de funcionamento do Banco de Tempo e entusiasmar aqueles alunos e alunas por este projecto e, principalmente, pela filosofia que o inspira.

SEMINÁRIO “A VÓS, A VOZ DOS AVÓS”

O Banco Central foi convidado, pelo Gabinete de Acção Social da Câmara Municipal de Tondela, a participar no 5º Seminário sobre Gerontologia, que se realizou naquela cidade, no passado dia 28 de Maio.

A nossa intervenção deu a conhecer o Banco de Tempo, nos seus princípios e objectivos e a sua implementação no nosso país, dando especial relevância aos testemunhos de membros de maior idade e aos ganhos que o Banco de Tempo tem trazido no combate à solidão, na inserção dos idosos na comunidade assim como na valorização dos saberes das pessoas seniores.

Integramos o painel “experiências comunitárias” a par da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa e a Associação Coração Amarelo.

ENCONTRO SOBRE CONCILIAÇÃO DA VIDA PROFISSIONAL COM OUTRAS ESFERAS DA VIDA

O Graal, convidou os Bancos de Tempo da Grande Lisboa para o lançamento do documento produzido no âmbito do Projecto “Ao Par”, “ Conciliação da vida profissional com outras esferas da vida – O que pensam Eles e Elas” , que teve lugar no Terraço do Graal, no dia 20 de Julho, às 17h30.

Corresponderam a este convite representantes dos Bancos de Tempo do Lumiar, Almada e Santo António de Cavaleiros que se juntaram a um animado grupo de cerca de 50 pessoas.

Os/as participantes foram acolhidos com um pequeno lanche de boas vindas ao qual se seguiu a apresentação do projecto e da brochura. O professor do ISPA, Dr. António Gonzalez, propôs ao



grupo algumas dinâmicas que incentivaram o diálogo entre os/as participantes sobre o tema das dificuldades de conciliação entre esferas de vida. Por fim tivemos o prazer de ouvir a Dr.^a Ida Alvarinho, Professora da Universidade Eduardo Mondlane - Maputo que nos aproximou de realidades distantes, nutrindo esperanças na criação de novos contextos e de outros modos de vida. Simultaneamente, no espaço criança, houve contadores de histórias que, ao que parece, captaram a atenção e obtiveram a aprovação de crianças de várias idades!



RETRATO DE UM MEMBRO

Tal como já vai sendo hábito, apresentamos o retrato de um membro do Banco de Tempo. Desta vez trata-se da Isabel Aresta, do Banco de Tempo de Quarteira que partilha um tocante retrato de si própria, nas linhas que se seguem.



“No dia 10 de Julho de 1938 resolvi vir habitar neste planeta. Puseram-me o nome de Maria Isabel e apelido de Sengo e Candeias. Este acontecimento deu-se em Elvas, a cidade mais bonita do Alto Alentejo!

Cheguei e encontrei uma Família muito unida: uns Pais formidáveis, embora já com uma “certa idade”, quatro irmãos e três irmãs. O meu irmão mais velho já tinha 19 anos e o mais novo tinha 4. Claro que eu fui uma menina muito mimada. Todos queriam trazer-me ao colo...Cresci neste ambiente de ternura e união.

Quando aprendi a escrever, teria mais ou menos 7 anos, comecei a rimar as palavras e, com elas, a construir poemas. Mais tarde tomei conhecimento que o meu Pai também versejava e alguns dos meus irmãos.

Ao longo da vida fui sempre escrevendo quer em verso, quer em prosa. Este é o meu hobby preferido e daí a minha participação em vários jogos florais.

Vivi em Elvas até 1972 indo depois para Lisboa até 1975, altura em que me casei e fui viver para Beja onde nasceu o meu filho.

Na altura da reforma, eu e o meu marido, viemos viver para o Algarve (Quarteira) onde ainda me encontro, agora, infelizmente, sozinha, pelo falecimento do Manuel.

Quando cheguei a Quarteira porque não conhecia ninguém, o convívio era muito pouco. Tinha deixado para trás muita gente (Elvas-Beja).

Soube da existência do Banco de Tempo através dos meios de comunicação social. Pensei: - Que pena não haver Banco de Tempo em Quarteira! Afinal, não esperei muito. E alistei-me neste “exército” de boa vontade.

Estávamos em 2003. Fui falar com a coordenadora, a Teresa Branco e, ao fim de pouco, era admitida.

Ao princípio, devido à minha timidez, estava um pouco retraída. Mas a simpatia e a crescente amizade de todos, logo me puseram à vontade e eu encontrei no Banco de Tempo a entreatajuda que procurava.

É um movimento fora de série que me enche e preenche! Estou muito satisfeita porque arranjei novas amigadas e, principalmente, porque me sinto mais útil e mais rica como pessoa: alguém que está doente e necessita de medir a tensão arterial; uma amiga que precisa de se deslocar e não tem carta de condução; uma ajuda no pôr de mesas para uma festa... E, então, quando eu necessito de algum arranjo de costura ou de uma *quiche* deliciosa? As “mãos de fada” aparecem logo cheias de boa vontade! A solidariedade correspondida, eis como defino o Banco de Tempo. Enquanto os ingleses dizem “tempo é dinheiro” nós, os membros do Banco de Tempo, dizemos “tempo é troca”. E é nesta troca de serviços e de afectos que nos sentimos próximos e úteis e, assim, nos enriquecemos.

No Banco de Tempo não pode haver crise porque o tempo é todo o mesmo, tem a mesma medida. A semelhança na crise está no poupar, saber empregá-lo da melhor forma. Se sobrar podemos oferecê-lo aos outros. É uma questão de gestão.

Foi por eu ter gerido bem o tempo que tive tempo para compilar, seleccionar, poemas e prosas que, ao longo do tempo fui escrevendo e, assim, editar um pequeno livro “De mãos abertas...” Isto passou-se em 2005. Agora ainda me falta plantar uma árvore...



bancodetempo

uma iniciativa Graal

LIGAÇÕES INTERNACIONAIS

O BANCO DE TEMPO NO PAÍS BASCO NAS PALAVRAS DE ITXAZO TELLERIA

"Hoje por ti, amanhã por mim". Sempre gostei desta expressão, acho que é justa, solidária, colectiva, e o Banco de Tempo é a própria essência dessa



filosofia que se resume na frase.

O meu "encontro" com o conceito do Banco de Tempo foi, em certa medida, fortuito. Tive a sorte, através de uma bolsa de estudo, de vir trabalhar com o Graal em Lisboa por alguns meses. Entre os muitos e variados projectos, em que o Graal está envolvido, contactei com este. Quanto mais aprendia sobre este projecto, mais gostava dele.

Fui para o Porto para participar no Encontro Nacional, onde tive a oportunidade de conhecer dezenas de pessoas de idades diferentes, lugares diferentes, diferentes perfis sociais... mas com uma coisa em comum: a vontade de partilhar e de enriquecer-se mutuamente.

Descobri, entre outras coisas, uma curiosa, a existência de uma agência do Banco de Tempo em Lisboa (Mouraria) e tornei-me membro, todas as quintas-feiras organizam uma refeição vegetariana num telhado que vale a pena experimentar! Além disso, as pessoas que se encontram normalmente são muito interessantes e óptimas companhias. Às vezes, depois do jantar, há um espaço cinematográfico.

Queria saber mais sobre esta iniciativa no meu país e pesquisei. Assim, descobri para minha surpresa que, no País Basco há vários Bancos de Tem-

po. Ainda mais: existe uma rede na Bizkaia (a minha província) entre todos os Bancos de Tempo para garantir a coesão e ajuda uns aos outros em caso de haver problemas. Este projecto está em estágio inicial (1-2 anos) e o número de membros ainda é modesto, mas está começando a ganhar uma presença significativa, como no caso de Ermua, que tem já 70 membros.

"Ensino o conhecimento base para explorar ao máximo a sua criatividade com a máquina fotográfica", "ofereço-me para aulas de matemática a todos os níveis de ensino; ensinei na universidade no Nepal"... Há todo tipo de serviços: arbitragem de jogos, malabarismo, maquilhagem, orientações gastronómicas, orientações para elaboração do *Curriculum Vitae*, contadores de histórias... Segundo Flori Vicente (membro da Associação de Mulheres "Andre Berri" em Bilbao) um dos serviços mais bem sucedido parece ser, a reparação de todo tipo de bijutarias.

É uma maneira excelente de reduzir o stress da vida e falta de tempo através de redes de ajuda mútua. A possibilidade de viver sem dinheiro existe; a possibilidade de substituir os sistemas monetários estabelecidos e encher o futuro de gestos mais simples, mais humanos e igualmente eficientes existe e está ao nosso alcance e à espera de ser posta em prática... entretanto, eu ofereço o meu bom humor das sextas-feiras!

PROJECTO FORMAÇÃO E ACÇÃO NO BANCO DE TEMPO

Em Fevereiro de 2010, o Banco Central apresentou uma candidatura ao programa "Aprendizagem ao Longo da vida", mais concretamente ao programa sectorial Grundtvig – Parcerias de Aprendizagem. Há poucos dias chegou a notícia de que o projecto "Formação e Acção nos Bancos de Tempo" havia sido aprovado.

Trata-se de um projecto que reúne 4 parceiros de 3 países Europeus: Espanha, Itália e Portugal, com responsabilidades no desenvolvimento dos Bancos de Tempo, que partilham o empenho no aumento da qualidade da formação inicial e contínua dos dinamizadores do Banco de Tempo.

A Associação *Salud y Familia* é uma das entidades parceiras deste projecto coordenado pelo



associação sem fins lucrativos de âmbito nacional, sediada em Barcelona, que desenvolve vários projectos destinados a grupos diversificados. Em 1997 iniciou a implementação dos Bancos de Tempo e ao longo destes anos, tem vindo a consolidar uma rede de Bancos de Tempo, em toda a Espanha.

A entidade parceira Italiana é a *Associazione Nazionale Banche del Tempo*, criada em 2007. Trata-se de uma associação apartidária, sem fins lucrativos que promove, divulga e apoia os Bancos de Tempo e outras experiências semelhantes em Itália e em outros países.

Integra, também, o projecto a nossa parceira Câmara Municipal de Cascais, através do Laboratório de Aprendizagens que terá a seu cargo a avaliação formativa, e portanto, contínua, deste projecto. Consideramos que a integração desta entidade faria todo o sentido porque têm simultaneamente um percurso notável de acompanhamento de iniciativas formativas e de intervenção social e claro, a experiência de dinamização de um Banco de Tempo.

O projecto FABT prevê a realização de um conjunto de encontros entre os parceiros para partilhar ideias, experiências, metodologias e recursos pedagógicos utilizados na formação de dinamizadores/as do Banco de Tempo. Os encontros realizar-se-ão em Barcelona, Roma e Lisboa.

Pretende-se a elaboração conjunta de um documento que contenha a análise comparativa das diferentes abordagens formativas e de um outro que sistematize aprendizagens e recomendações para a formação de responsáveis pela dinamização dos Bancos de Tempo. Este último virá a ser divulgado no âmbito de um encontro internacional do Banco de Tempo que, em 2012, realizaremos em Portugal.

Vemos neste projecto uma oportunidade privilegiada de partilha e reflexão, com organizações de outros países que desenvolvem um papel semelhante ao que o Graal desempenha no Banco de Tempo em Portugal. Esperamos que os espaços, tempos e a dinâmica do projecto nos permitam introduzir melhorias na formação inicial e contínua de responsáveis pela dinamização do Banco de Tempo.

Contaremos nos diferentes momentos da vida deste projecto com o envolvimento directo de algumas das pessoas ligadas às agências, lançaremos os desafios certas de que serão bem acolhidos!

O BANCO DE TEMPO NA MARCHA MUNDIAL DAS MULHERES

O Graal integra a equipa coordenadora nacional da Marcha Mundial das Mulheres, um movimento de mulheres empenhadas na construção de um mundo fundado nos princípios da igualdade, justiça, paz e solidariedade entre os povos e seres humanos em geral, respeitando o meio ambiente e a biodiversidade.

Este movimento nasceu no ano 2000 com uma grande mobilização que reuniu mulheres de todo o mundo numa campanha contra a pobreza e a violência sexista. Em 2005 realizou-se a segunda acção, à qual se juntaram também milhares de grupos e milhares de mulheres dos 5 continentes.

Este ano a Marcha Mundial das Mulheres realiza a sua 3ª acção internacional e focaliza-se em 4 campos de acção distintos: bem comum e serviços públicos, paz e desmilitarização, autonomia económica e violência contra as mulheres.



Pensámos que faria todo o sentido que o Banco de Tempo participasse nesta iniciativa e propusemos a ideia de confeccionarmos, a várias mãos, um vestido para uma marchante (uma boneca de grandes dimensões) que, à semelhança do que acontecia em várias outras partes do mundo, sairia à rua nas iniciativas da Marcha Mundial das Mulheres.

Quando desafiámos os Bancos de Tempo tínhamos expectativas contraditórias: por um lado, contávamos com a adesão à nossa proposta, dado tratar-se de uma iniciativa motivada pela defesa da igualdade, valor que cultivamos no Banco de Tempo. Por outro lado, previmos as habituais resistências à adesão à causa feminista, muitas vezes entendida como uma “luta contra os homens” e não como uma luta pela construção da igualdade entre todos os seres humanos, empreendida para que homens e mulheres, independentemente dos papéis que tradicional-

mente lhes são atribuídos, possam desenvolver as suas capacidades e fazer opções em liberdade.

A adesão foi surpreendente e gratificante e os retalhos para o vestido foram chegando de diferentes localidades: Almada, Cascais, Foz do Douro, Ílhavo, Lumiar, Miratejo, Ponta Delgada, Portela, Póvoa de Varzim (Basílica do Sagrado Coração de Jesus e Banco de Tempo na Escola e Mini Banco de Tempo), Quarteira, Santo António de Cavaleiros, Vagos, Valongo e Vilela. A situação grave provocada pelas enxurradas impossibilitou o envio do retalho da agência Jaime Moniz, do Funchal, mas chegou-nos o pedido de fazermos presente este Banco de Tempo no vestido da nossa marchante. Arranjámos um brinquinho da Madeira...

Os retalhos, tão diferentes e criativos, tornaram-se vestido nas mãos da Manuela Branco Preto, espe-
lhando a diversidade existente no Banco de Tempo e a convergência de diversos contributos e talentos.



No dia Internacional das Mulheres, lá estava a nossa marchante no lançamento da 3ª acção da Marcha Mundial das Mulheres, em Portugal, que a chuva persistente determinou que tivesse lugar no grande átrio da Estação do Rossio, ao invés de na Praça do Rossio, como se havia planeado.

O arranque da 3ª Acção da Marcha decorreu num clima de festa onde se juntaram muitas dezenas de pessoas, algumas ligadas ao Banco de Tempo e entre elas estiveram, em Marcha, 5 mulheres vindas de Quarteira!

A Marchante marcou ainda presença em outras iniciativas que tiveram lugar na Lousã, em Coimbra e no Porto e esteve, também, no nosso Encontro Nacional do Banco de Tempo no Norte!

Em Outubro, entre 7 e 17 haverá outras actividades da Marcha Mundial das Mulheres. Daremos

notícias sobre os caminhos que a nossa Marchante vier, nessa altura, a percorrer...



bancodetempo

uma iniciativa Graal

INAUGURAÇÕES

SANTO ANTÓNIO DE CAVALEIROS

No dia 15 de Abril de 2010, pelas 18h, foi inaugurada a Agência do Banco de Tempo de Santo António dos Cavaleiros, resultado de uma parceria entre o Graal e a Junta de Freguesia de Santo António dos Cavaleiros, já em funcionamento desde Outubro de 2009.

A iniciativa teve lugar na Sala Multiusos da Junta de Freguesia e contou com a presença de cerca de 50 pessoas, entre estas a Sr^a Presidente da Junta de Freguesia, Glória Trindade, representantes do Graal, membros do Banco de Tempo e de instituições da freguesia (Escolas, IPSS's, Associações, etc.).

Esta agência já vinha dando os seus primeiros passos informalmente, há 5 meses. Neste período realizaram-se diversos pedidos e trocas de serviços.

No final o grupo de membros da agência do BdT (até à data 20 inscritos, entre eles 4 homens e 16 mulheres) dramatizaram um texto escrito por um dos membros, alusivo à filosofia do BdT, apelando à troca de tempo através da troca de serviços. Os adereços e os preparativos para a dramatização foram elaborados pelos próprios membros (actores) que vestiram a camisola do BdT da Agência de St^o António dos Cavaleiros. Celebrou-se o momento com um lanche e um brinde à inauguração.



Após a intervenção da Presidente da Junta de freguesia, Dr^a Glória Trindade e da Ana Oom, pelo Graal, procedeu-se à assinatura da Carta de Parceria, a que se seguiu uma muito divertida representação de um grupo de membros, bem activos, deste novo Banco de Tempo.

PALAVRAS DO COORDENADOR

Nas linhas que se seguem pode ler-se um trecho do discurso proferido, aquando da inauguração da Agência do Banco de Tempo de Santo António dos Cavaleiros, pelo coordenador, Victor Ramalheite.



“Com breves palavras, contar-vos-ei como nasceu este Banco. Entrei no Fundo de Desemprego em Novembro de 2004, e estando com um pé na reforma, tinha tempo disponível. Com 58 anos não me sentia acabado. Perguntei-me. “O que é que eu posso dar à comunidade, e o que é que ela tem para me dar? A resposta foi... o Banco de Tempo.

Fui à internet pesquisar e em Maio de 2005 contactei o Graal. (...) Verifiquei que era necessária uma estrutura de apoio que eu não tinha. Mas não desisti. Sondei algumas pessoas que estavam ou estiveram em instituições nesta freguesia, até que... numa das reuniões públicas da Junta de Freguesia, coloquei esta pretensão. Felizmente para nós fregueses, temos uma Presidente que é bastante sensível às causas sociais, e abraçou de imediato esta ideia, embora no momento não houvesse condições. Estas vieram mais tarde com a inauguração do Espaço Socio-Cultural.

(...) E eis que finalmente chegou o dia, há muito desejado. 19 de Novembro de 2009, numa quinta-feira nasceu o Banco de Tempo de Santo António dos Cavaleiros”.

Endereço: Espaço sócio-cultural da Junta de Freguesia de Santo António de Cavaleiros

Av. António Galvão de Andrade, nº 20 C, Santo António de Cavaleiros

Telefone: 21988 93 84 / 21988 12 11

E-mail: assistentesocial@jf-stoantoniocavaleiros.pt



CASCAIS

Após vários anos de preparação e de trabalho significativo no terreno, foi finalmente inaugurado o Banco de Tempo de Cascais.

A inauguração teve lugar no Laboratório de Aprendizagens, no Estoril, no passado dia 16 de Junho, às 18 horas.

A cerimónia de assinatura da Carta de Parceria entre o Graal e a Câmara Municipal de Cascais, contou com a presença do Presidente da Câmara de Cascais, Dr. António Capucho, que enalteceu os valores da solidariedade e da partilha que sustentam o Banco de Tempo. Em representação do Graal esteve Ana Oom que, nas palavras que proferiu, deu a conhecer o empenho que esta organização tem na construção de uma sociedade mais justa e humana, salientando a importância e o sentido que tem para o Graal o projecto do Banco de Tempo.

A Coordenadora, Irene Santos, revisitou o percurso do Banco de Tempo em Cascais e, com clareza, apresentou a especificidade deste Banco de Tempo que, pelo seu enquadramento no Laboratório de Aprendizagens, procura articular diferentes formas



de educação, da mais formal à mais informal, envolvendo tanto instituições educativas quanto pessoas individuais que nunca trabalharam ou sequer pensaram no potencial formativo dos seus saberes e colaboração.

PALAVRAS DA COORDENADORA

“Assinámos a Carta de Parceria!! Queríamos agradecer a todos os que estiveram presentes, e àqueles que, mesmo não estando fisicamente, estiveram em pensamento e deram todo o apoio e contribuição para que este projecto aconteça como espaço de encontros estimulantes e calorosos.

Foi um dia festivo, começando por uma visita guia-

da à Casa das Histórias do Museu Paula Rego. A pessoa que nos guiou levou-nos a compreender muito do que a pintora representou através do percurso da sua vida. Foi possível ver os quadros com “outros olhos”, tornando mais próxima e compreensiva de uma pintura por vezes tão bizarra. Embora curta esta visita ao Museu deixou a vontade de um regresso com mais calma e sem hora marcada para permitir saborear os quadros e o próprio edifício com deleite.



No regresso, vários foram o que se aventuram a pé numa caminhada pelo paredão da praia alimentados a cerejas, que a Elsa trouxe. Valentes! A cerimónia em si valorizou o facto da Câmara Municipal de Cascais, após um período experimental, afirmar o seu apoio ao projecto Banco de Tempo que por vezes parece pouco definido, uma vez que vai sendo construído por quem dele faz parte. Fomos honrados com a presença da Teresa Branco, da Eliana Madeira e da Ana Oom, da associação Graal, que desde o primeiro momento nos têm apoiado como de resto a todos os outros bancos de tempo do país. Um especial obrigada para elas!”

Carta da Irene Santos — Coordenadora do Banco de Tempo de Cascais



NOTÍCIAS DAQUI E DALI

ALCANENA

A Agência do Banco de Tempo de Alcanena participou no 1º Fórum Social realizado em meados de Maio pela Câmara Municipal de Alcanena com o fim de dar a conhecer as Instituições locais e a dinâmica social do Concelho.

Foi também notícia, a comemoração do segundo aniversário desta agência, no passado dia 20 de Maio, celebração que decorreu num restaurante local e que reuniu cerca de 25 membros, juntamente com os parceiros: I.P.S.S. Associação ABC e Câmara Municipal de Alcanena, representada pela Vice-Presidente. Houve momentos de confraternização e de algum trabalho porque se aproveitou para preparar o Encontro Nacional do Banco de Tempo no Norte.

ALMADA



No Banco de Tempo da Mó de Vida, em Almada, continuam a desenvolver-se esforços para ultrapassar algumas dificuldades que por ali se fazem sentir, nomeadamente associadas à partida das voluntárias francesas, Delphine e Marion, que estagiaram na Mó de Vida e que foram peças fundamentais no nascimento e na vitalização deste Banco de Tempo. A propósito, no dia 26 de Janeiro, data da partida da Marion para o seu país de origem fez-se uma festa de despedida, na Mó.

BRAGA

Em Junho realizou-se uma reunião com alguns dos membros inscritos no Banco de Tempo de Braga que realizaram, entretanto, uma caminhada em conjunto.

No dia 29 de Abril realizou-se uma sessão de apresentação do Banco de Tempo numa Escola Secundária de Braga, no âmbito do fórum "Voluntariado e Solidariedade", promovido por um grupo de alunos e alunas. O Banco de Tempo despertou interesse neste público mais jovem.

CASCAIS

Este ano, uma das principais novidades em Cascais é a realização de uma horta entre as pessoas do Banco de Tempo. Numa das idas, foi pedido ao Paulo que ajudasse numa das áreas que mais sabe: jardinagem e agricultura biológica. Deu ao grupo indicações sobre plantações a fazer tendo em conta um trabalho de longo prazo, pois parece que demora uns dois a três anos até um terreno dar os frutos desejados em relação com a biodiversidade envolvente. A Marie, um outro membro do Banco de Tempo, com origens múltiplas, 'levou a peito' o pedido para conversa em inglês: só fala naquela língua enquanto de enxada na mão se vai fazendo um treino intensivo...

Houve também uma introdução ao método de respiração Buteyko, ainda pouco conhecido, mas muito útil para combater ou minimizar ataques de asma, por exemplo. Mais no fim do ano lectivo, além dos finais de tarde de rega-convívio, a Rita, também membro do Banco de Tempo, ofereceu uma oficina de yoga.

COIMBRA

No 1º semestre de 2010 o "velho problema" das instalações e do suporte da parceria está cada vez mais velho! Mantém-se assim a falta de encontro





alargado de membros neste período. Em Coimbra, procura-se nova parceria!

Vão-se fazendo encontros de convívio, de pequenos grupos, a propósito de algumas trocas. No *top das trocas* continuam as línguas (Português, Alemão e Inglês) e a informática. Vão surgindo também novos membros: novos no Banco e alguns mesmo jovens! Jovens e estrangeiros, são a principal novidade.

Em Março, no Dia da Árvore, a Agência esteve presente na cerimónia de plantação de árvores, da campanha “Uma Árvore por um Lar” que a APPACDM Coimbra realizou com o apoio do Banco de Tempo.

Neste evento a agência foi desafiada para uma actividade diferente! Com a Agência da Lousã participámos no Programa “Conversas com ideias” da rádio Lousã FM.

ÉVORA



Em Évora, o Banco de Tempo está a dar os primeiros passos. A carta de parceria, aprovada em reunião pública de Câmara Municipal de Évora foi já assinada pelos 3 parceiros: pela própria Câmara, pela Junta de Freguesia de Canaviais e pelo Graal.

A entusiasta equipa local empenhada em dar vida a este projecto dispõe de um espaço num local central, que a equipa tornou muito acolhedor.

No dia 8 de Julho, foi organizada uma sessão de esclarecimento sobre o Banco de Tempo que contou a participação de 20 pessoas, bastante interessadas e participativas e com representantes dos parceiros locais.

Endereço: Rua do Fragoso, 8
Atendimento: 2^ª a 6^ª, das 10h às 12h30, das 14h30 às 16h30.
Email: bancotempoevora@mail.evora.net
Telemóvel: 965 237 206.
página da Web: <http://www.evora.net/bancotempoevora/>

FOZ DO DOURO

Este semestre foi marcado pelas inúmeras diligências desenvolvidas pelo Banco de Tempo da Foz no sentido de, em conjunto com os Bancos da Póvoa de Varzim, nos acolherem no Encontro Nacional do Banco de Tempo no Norte.

As habituais “feirinhas” da eco-solidariedade não deixaram de acontecer e ainda neste período foi possível organizar o novo espaço do Banco de Tempo, na Ervilha, que oferece melhores condições para os encontros e para as trocas e convívio entre os membros.

FUNCHAL

A agência do Banco de Tempo de Jaime Moniz, no Funchal, tem concentrado a sua atenção essencialmente em dois grandes objectivos: a adesão dos alunos da Escola Secundária Jaime Moniz ao Projecto do Banco de Tempo, através da motivação e acção de alguns dos seus professores e a abertura de novas agências na Região da Madeira.

Objectivos que se perseguem apesar da consciência de que “são processos lentos estes que passam por pessoas, pela sua disponibilidade interior e pela compreensão correcta do essencial”.

Este semestre ficou marcado pela sexta edição da rubrica “Abordagem à leitura d Bíblia” orientada pelo Pe. J. Tolentino Mendonça e que reuniu 64 pessoas.



Escola Secundária Jaime Moniz
<http://www.jaimemoniz.com>
Foto: António Freitas



Foi também relevante a visita da Eliana Madeira e da Teresa Branco, do Banco Central, ao Funchal, de 27 a 30 de Abril, onde foram recebidas calorosamente, não apenas pela Maria do Carmo Araújo mas por toda a equipa do Banco de Tempo e pela Direcção da Escola.

Foram várias as actividades que tiveram lugar naqueles 3 dias.

No primeiro dia, logo após a recepção, houve uma primeira conversa com a coordenadora e a equipa de apoio do Banco de Tempo. Partilharam-se experiências abordaram-se algumas dificuldades sentidas na dinamização desta iniciativa naquela localidade, falou-se de algum cansaço de quem tem levado adiante este projecto, com tanto empenhamento ao longo de 7 anos...

Posteriormente, as representantes do Banco Central, foram guiadas simpaticamente pelo Director e Subdirector da Escola, numa visita a que se seguiu o almoço comemorativo do 7º aniversário do Banco de Tempo do Funchal.

Esta comemoração foi uma ocasião comovente, com a presença de muitos dos membros do Banco de Tempo, num cenário lindíssimo, junto ao mar e em que o espírito de amizade e de alegria pela partilha dos mesmos ideais, foi uma constante.

Nesse primeiro dia, houve ainda lugar a um encontro com a comunicação social (RTP, jornais e rádio local), a que se seguiu uma sessão de



apresentação do Banco de Tempo, dirigida à comunidade educativa e a representantes de instituições, como a AMI, a Associação Internacional de Caridade (AIC), o Centro de Mãe, Deficiência Motora e outras.

Este encontro terminou com uma pequena homenagem a Maria de Lourdes Pintasilgo, tendo sido visionado um filme sobre momentos da sua vida de militante na construção de uma

sociedade mais humana e igualitária. Relembrou-se a pessoa sempre atenta aos outros e a outras realidades, através de testemunhos dos presentes e de vários escritos que sobre ela gente da cultura e não só deixaram gravados.

No segundo dia, fomos até à Paróquia da Nazaré onde estão a ser criadas condições para a emergência de um novo Banco. Um grupo muito atento e interessado recebeu informações sobre o funcionamento do Banco de Tempo e os passos a dar para abertura de uma nova agência.



No terceiro e último dia, houve nova sessão de sensibilização na Escola Jaime Moniz, dirigida a actores chave locais. Nessa sessão, além de alguns membros do Banco de Tempo, estiveram também presentes a Dra. Nazaré Serra Alegre, assessora do Secretário Regional dos Assuntos Sociais e uma representante do Governo Regional e do Centro de Convívio Santa Luzia.

Houve ainda tempo para a realização de visitas inesquecíveis, proporcionadas por membros do Banco de Tempo do Funchal, com toda a sua hospitalidade e simpatia, a várias partes da Madeira, como a Nª Senhora do Monte, quintas famosas, o Cabo Girão, Câmara de Lobos, entre outros locais, o que permitiu conhecer um pouco daquela pérola do Atlântico e sentir a tenacidade e o orgulho de quem, em pouco tempo, devolveu o esplendor àquela terra.

ÍLHAVO

O Banco de Tempo de Ílhavo conta actualmente com 63 membros, e ali o “vento corre de feição”: são variados os serviços trocados e notável a regularidade com que as trocas se realizam. O volume das horas e os serviços trocados naquele Banco são divulgados mensalmente num relatório que chega às mãos dos membros, do Banco Central e de outros parceiros locais formais e informais.



No dia 21 de Março, dia Mundial da Poesia, o Banco de Tempo de Ílhavo organizou um recital de Poesia, ao fim da tarde, no Salão do Centro Paroquial. Organizou também uma exposição de trabalhos manuais de Francisco Semedo e José Vilarinho, que pôde ser visitada entre 26 de Junho e 4 de Julho, no salão de exposições da Junta de Freguesia de S. Salvador.

LUMIAR

No decurso deste semestre continuaram a ser organizadas diversas iniciativas no Banco de Tempo do Lumiar.

Foram notícia: a visita à Casa das Histórias de Paula Rego a 14 de Março, que reuniu 34 pessoas; o atelier criativo no Clube dos Ferroviários, no dia 20 de Junho; o Almoço do Banco de Tempo que teve lugar no dia 27 de Junho.

Muito recentemente, realizou-se uma visita guiada ao Museu das Marionetas, a 4 de Julho; a Pintura de um azulejo no Museu do Azulejo, a 10 de Julho e um Picnic na Quinta das Conchas aconteceu no dia 11 de Julho.

Entretanto, embora esta seja uma altura calma, em virtude das férias de muitas pessoas o Banco de Tempo do Lumiar não deixa de imprimir algum ritmo, assegurando as aulas de ginástica de manutenção todas as 4^{as}feiras e dando continuidade às aulas de desenho que se mantêm.

MIRATEJO

Em Miratejo há já 66 membros do Banco de Tempo que têm trocado entre si serviços de *baby-siter*; animação de festas; conversa, jardinagem, colocação de candeeiros e quadros; arranjo de tomadas de electricidade; instalação de software e lições de química, entre outros...

Nos últimos meses, realizaram-se várias trocas em grupo: houve caminhadas, yoga do riso e a possibilidade de aprender a fazer pintura facial, a contar



histórias e a fazer bonecas de pano, no contexto de diferentes *workshops*.

Os membros do Banco de Tempo têm colaborado na campanha de recolha de tampas de plástico para serem trocadas por uma cadeira para a mãe de um dos membros deste Banco. Simultaneamente, têm contribuído na recolha e selecção de roupas e brinquedos usados para serem distribuídos junto de grupos em situação de vulnerabilidade económica daquela localidade. Esta acção solidária concorre também para a preservação ambiental através do reaproveitamento de bens e equipamentos.

Entretanto, ao longo deste último semestre, o Banco de Tempo de Miratejo marcou a sua presença em duas iniciativas de divulgação: a Feira de Emprego e Formação Profissional e a Feira Social.

PONTA DELGADA

O III torneio de sueca teve lugar no dia 20 de Fevereiro, no Centro Cultural de Santa Clara. Teve início, às 14h00 e término, com a entrega de prémios, às 20h00. Contou com a presença da Vereação da Câmara Municipal de Ponta Delgada.



Participaram neste evento 12 equipas constituídas por amigos e membros do Banco de Tempo. Estes últimos jogaram um papel importante na organização deste evento: definiram o seu formato, confeccionaram doces e salgados e asseguraram cobertura fotográfica do mesmo.

PORTELA

Na Portela, no Banco de Tempo, vive-se um grande momento de partilha de amizade, saberes e convívio.

Assistiu-se neste último semestre a um aumento importante das trocas de tempo realizadas



em Grupo. Chi-Kung e taças tibetanas, astrologia, arte escondida, castelhano e inglês são alguns dos exemplos de temas e actividades em torno das quais se reúnem os grupos.

O espaço físico duplicou. A Junta de Freguesia disponibilizou uma outra sala que foi decorada pelos membros do Banco de Tempo e também cedeu para as aulas de Informática o “Cyber Portela” para acesso à internet.

A Conceição Testos, Coordenadora do Banco de tempo da Portela, no dia 17 de Junho, no Plenário do Conselho Local de Acção Social do Concelho de Loures, fez uma apresentação pública da experiência do Banco de Tempo da Portela, na presença de elementos das Juntas de Freguesia do Concelho, de Associações locais, Bombeiros, Polícia, Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo, entre outros. Terminou esta apresentação com um apelo à criação de outras Agências do Banco de Tempo no Concelho, o que recebeu o apoio público da Dra. Sónia Paixão, Vereadora da Câmara Municipal de Loures.

O Banco de Tempo ganhou visibilidade nas Revistas “Loures Magazine” e “A Tribuna de Loures” e no Boletim “Mais Perto” da Junta de Freguesia.



QUARTEIRA

Neste primeiro semestre de 2010, em Quarteira, o Banco de Tempo prosseguiu a sua normal (e intensa) actividade, realizando o encontro mensal de membros, no qual se procede ao balanço e à reflexão conjunta sobre a mobilização de novos membros, sobre os serviços trocados e as relações do Banco de Tempo com diversas entidades locais, designadamente, o Centro Comunitário da Fundação António Aleixo, a Associação de Parkinson e Alzheimer, a Junta de Freguesia de Quarteira, a Câmara Municipal de Loulé e a DOINA - Associação dos Imigrantes Romenos e Moldavos do Algarve, e os estabelecimentos de ensino.

Como tem acontecido desde há quatro anos, a Agência do Banco de Tempo de Quarteira, numa parceria com a DOINA, com o apoio da Câmara Municipal de Loulé e Junta de Freguesia de Quarteira, e participação de estabelecimentos do ensino básico, pré-escolar e ATLS locais, realizou, no Dia Mundial da Criança, mais uma festa para assinalar este dia contando com a presença de mais de 500 crianças.

Aproveitando o potencial de solidariedade dos membros do Banco de Tempo, o Banco de Tempo de Quarteira aderiu ao Ano Europeu de Luta Contra a Pobreza e Exclusão Social, distribuindo mensalmente, por algumas famílias carenciadas, um pequeno cabaz de produtos alimentares oferecidos pelos membros.



Realizou-se, no passado dia 10 de Maio, uma visita ao Museu e Palácio de Belém, com o intuito de propiciar aos membros do Banco de Tempo momentos de convívio e enriquecimento cultural.

VALONGO

No passado dia 21 de Junho de 2010 realizou-se no Fórum Cultural de Ermesinde um Encontro de Membros do Banco de Tempo. Esta sessão teve como principais objectivos revitalizar o Banco de Tempo nesta localidade e fomentar o conhecimento e o relacionamento interpessoal entre membros. A sessão decorreu num clima de muito convívio e fortaleceu as relações de amizade e confiança entre os/as participantes. Ao longo de duas horas foram discutidas as actividades a desenvolver durante este ano e acima de tudo estimularam-se os talentos de uns/umas e outros/as através de dinâmicas de grupo variadas.