

LA GENEROSITAT DELS BANCS DEL TEMPS



TEMPS PER A COMPARTIR DURANT EL CONFINAMENT

ÍNDEX

- ⊕ Presentació
- ⊕ Iniciatives i activitats del Banc del Temps de Sant Cugat i Mirasol.
- ⊕ Iniciatives i activitats del Banc del Temps de Dreta Eixample i Fort Pienc.
- ⊕ Iniciatives i activitats del Banc del Temps de Sitges.
- ⊕ Iniciatives i activitats del Banc del Temps de Bon Pastor.

PRESENTACIÓ

L'epidèmia per la COVID-19 ha posat tothom davant el mirall i el confinament ha sincronitzat les nostres vides. N'és el primer cop en varies generacions que, de forma sobtada, se'ns han reduït tantes opcions en la vida diària individual i col·lectiva.

S'ha estès el sentiment de que tenim quelcom en comú doncs tothom comparteix al mateix temps la realitat indefugible de l'epidèmia per la COVID-19. Segons s'anaven desenvolupant l'epidèmia i el confinament hem hagut de tornar a posar **el valor d'ús de les coses** al centre de les nostres vides: allò que és essencial i que necessitem de forma concreta i propera.

Hem hagut d'enfocar-nos cap el sosteniment de l'entorn més immediat i quotidià, hem necessitat assegurar-nos quin és l'ajut real amb el que hi podem comptar. Hem pogut adonar-nos com és d'imprescindible mantenir un contacte amb les nostres xarxes familiars, d'amistat i socials i estem utilitzant les tecnologies per aconseguir-ho en un context de distanciament físic.

Hem tingut temps o, com a mínim, una perspectiva diferent del pas dels dies i del pas del temps a les nostres vides i a la natura que ens envolta. Això ha despertat en molts/es de nosaltres un interès renovat per l'aplicació pràctica del coneixement i una passió pel coneixement compartit. I és per aquesta finestra que ha entrat i s'està fent forta la visió i la pràctica d'una **generositat senzilla i al nostre abast** que s'havia articulat als nostres barris i pobles a través dels Bancs del Temps.

Els Bancs del Temps s'han mobilitzat, en línia i en presència a les seves comunitats, cuidant, acompanyant i sostenint els/les seus/ves socis/es i prestant una atenció especial als que es troben en situacions de més vulnerabilitat. Han estat capaços de coordinar-se i d'utilitzar la **tecnologia al servei de la sociabilitat entre persones**. Han contribuït a mantenir **el poder de la confiança mútua** que produeix cooperació i impuls per a la recuperació de l'esperança.

Es pot parlar i actuar amb responsabilitat des de la incertesa i els Bancs del Temps ho estant fent i fent-ho **obren un futur** on creix la consciència de la nostra interdependència, i on la cura, la humilitat, la imaginació, la resistència i la reparació esdevenen reals.

Gràcies als Bancs del Temps de **Sant Cugat i Mirasol, Dreta Eixample i Fort Pienc, Sitges i Bon Pastor**, pel seu compromís, per no rendir-se i per obrir horitzons de generositat. Per a l'Associació Salut i Família són la inspiració i el testimoni de com donar i rebre el temps de les nostres vides, crea i reforça la nostra comú humanitat.

Barcelona, maig 2020

Elvira Méndez
Directora
Associació Salut i Família

Aquesta publicació ha estat possible gràcies a la desinteressada i generosa col·laboració de la Sra. Josefina Altés i Campa.

INICIATIVES I ACTIVITATS DEL BANC DEL TEMPS DE SANT CUGAT I MIRASOL

El 12 de març de 2020 i davant la propagació de la COVID-19 a Catalunya, es decideix anul·lar totes les activitats dels Bancs del Temps de Sant Cugat com a mesura de protecció fins a nou avís.

En pocs dies tots els equipaments municipals resten tancats en compliment de les mesures preventives de propagació del coronavirus i queden oficialment anul·lades totes les activitats promogudes per l'Ajuntament de Sant Cugat. Es tanquen totes les dependències municipals com a mesura de protecció alhora que es fixen serveis mínims per garantir els serveis bàsics i estratègics que es desenvolupen majoritàriament de forma no presencial sempre que les tasques a fer ho permetin.

La primera decisió és informar a tot el col·lectiu del Banc del Temps de la nova situació i de la suspensió de tota activitat presencial de manera temporal i es convida a tota la comunitat a quedar-se a casa durant aquests dies de confinament.

Un projecte com el del Banc del Temps que està basat en la idea d'intercanvis de temps entre persones de manera presencial per ajudar a resoldre necessitats de la vida quotidiana a través dels intercanvis individuals i grupals per a fomentar la cohesió social queda totalment suspesa durant el confinament. El projecte entra en un escenari totalment nou i s'ha de reinventar per poder donar-li un nou significat durant aquests dies de confinament a causa de la pandèmia.

Entenem que partim de la base que no és necessari una sofisticada infraestructura tecnològica i d'informació per establir una xarxa entre nosaltres, que és l'objectiu fonamental. A la comunitat del Banc del Temps hi ha certes dificultats en la utilització de les noves tecnologies per l'anomenada bretxa o rebuig digital, però entendre que és possible aquesta interacció permet continuar fomentant la cohesió social, la confiança, l'amistat i la solidaritat entre les persones sòcies però, aquesta vegada per les circumstàncies, d'una manera "virtual".

Un cop assumit el “cop” del confinament i de les limitacions de les restriccions es convida als socis i sòcies que facin propostes imaginatives per compartir durant aquests dies de confinament, aprofitant totes les destreses, habilitats i coneixements que tenen i es fa una crida a través de correu electrònic. La intenció és apel·lar a la intel·ligència, la creativitat i la solidaritat col·lectiva per anar sumant idees i es va analitzant la viabilitat d'aquestes iniciatives individuals per posar-les en marxa com més aviat millor.

Aviat comencem a rebre suggeriments i iniciatives que només cal canalitzar-les de la millor manera possible i compartir-les amb tothom.

El temps, en confinament, agafa una nova dimensió per les persones i ara més que mai és important estar atents i posar a la disposició dels socis i sòcies del Banc del Temps totes les iniciatives possibles i viables per tal de lluitar contra la soledat, la por o la monotonia que pot comportar aquests dies de confinament i donar tot el suport possible.

Objectius

- Canalitzar totes les propostes i iniciatives per crear espais de suport, ajuda mútua i entreteniment a través de les xarxes de comunicació.
- Recordar a les persones sòcies que darrere del projecte sempre hi ha algun soci o sòcia disposat a compartir.
- Teixir una xarxa de suport mutu per donar resposta a les necessitats de la comunitat del banc del temps que puguin quedar invisibilitzades per aquesta situació de confinament.
- Fomentar la participació activa de la comunitat.
- Oferir una sèrie de propostes “virtuals” de suport, tallers, conferències, suggereixes, etc. per ajudar a passar millor el temps en aquests dies de confinament.

Banc del Temps de Sant Cugat Centre

Anima't a compartir

Aquest és el missatge que s'utilitza durant aquests dies per a fomentar la participació sempre que es realitza una nova proposta. Un missatge curt, senzill i entenedor que convida a participar.

Fotografies i missatges compartits entre la comunitat

La primera iniciativa en aquest temps de confinament del Banc del Temps de Sant Cugat Centre és establir una xarxa de comunicació activa i virtual entre els socis i sòcies del Banc del Temps lúdica i d'entreteniment.

A través de correu electrònic es convida a la comunitat a participar enviant una fotografia que expliqui qualsevol activitat que fan els socis i sòcies durant aquests dies, més un comentari envers la fotografia i que vagi dirigit a tota la comunitat.

L'objectiu és compartir històries, experiències i accions durant aquests dies de confinament amb tota la comunitat i que hi haguí un intercanvi d'impressions entre la persona que envia la fotografia i els qui la reben. D'aquesta manera, la resta de la comunitat pot contestar a l'autor o autora de la fotografia a través de correu electrònic felicitant i agraint la iniciativa a la persona que ha enviat la fotografia.

Els socis i sòcies a través d'aquesta iniciativa poden comunicar-se entre ells per correu electrònic, donar-se ànims i felicitar-se per les iniciatives establint vincles de comunicació, suport i confiança. Les propostes fotogràfiques i els seus comentaris també es comparteixen a través de Facebook.

Espai de suport i ajuda mútua

Apareixen propostes de sòcies i socis orientades a donar suport a les persones en aquests dies de confinament.



Acompanyament telefònic

A càrrec de Marga Ferrer sòcia i psicòloga i Xavi Suñer soci i educador social. A més de tot un grup de persones sòcies del Banc del Temps que s'ofereixen a donar suport en cas de necessitat.

Aquesta proposta té 3 finalitats:

1. Oferir un espai de suport per poder compartir moments de dificultat o angoixa produïts per aquests dies de confinament o simplement d'acompanyament a través de converses telefòniques. El filtre de les trucades les realitza la sòcia del Banc del Temps i psicòloga Marga Ferrer.
2. Crear una xarxa de persones que estiguin disposades a fer intercanvis de conversa telefònica per a totes aquelles persones que necessitin comunicar-se amb algú durant aquests dies.
3. Detectar possibles situacions de vulnerabilitat o risc entre la comunitat.

Consultes mèdiques i pediàtriques “on line”

A càrrec de la sòcia Amàlia Nart, metgessa i pediatra jubilada.

Aquesta proposta té 3 finalitats bàsiques:

1. Aclarir dubtes i/o preguntes relacionades amb la pandèmia i/o medicina pediàtrica.
2. Establir un canal de consulta alternatiu als telèfons d'urgència en previsió de la saturació d'aquests, durant els primers dies de confinament.
3. Detectar possibles situacions de vulnerabilitat o risc entre la comunitat.

Bústia del Banc del Temps

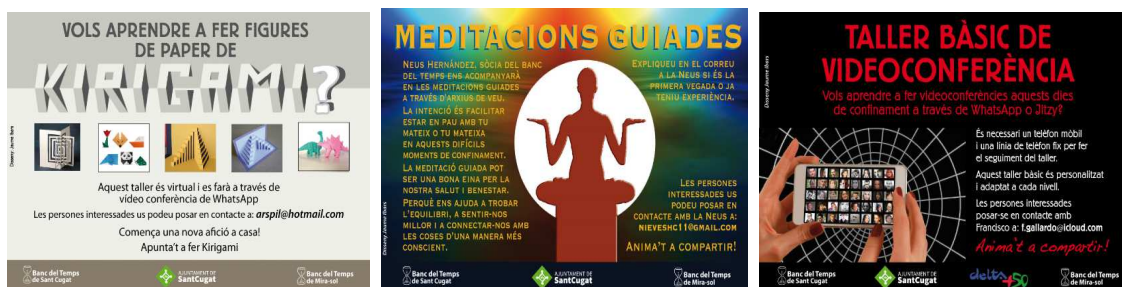
Aquesta proposta té les següents finalitats bàsiques:

1. Oferir un espai on les persones es puguin comunicar i explicar la seva situació
2. Donar resposta, si és possible, a qualsevol necessitat que puguin tenir els socis i sòcies del Banc del temps.
3. Detectar possibles situacions de vulnerabilitat o risc entre la comunitat.

Aquests espais de suport i acompanyament funcionen a través del correu electrònic i estan a disposició dels socis i sòcies del Banc de Temps. Un cop establert el primer contacte a través de correu electrònic els següents contactes poden ser a també través de telèfon.

Tallers

També apareixen propostes de tallers que estan pensats per a tots els socis i sòcies que hi vulguin participar. Funcionen amb una infraestructura molt senzilla de suport tecnològic que està a l'abast de qualsevol persona amb un nivell molt baix de coneixement tècnic.



Taller de Kirigami

A càrrec de la sòcia del Banc del Temps Pilar Arsequell. A través de vídeo conferència de WhatsApp realitza aquest taller dues vegades per setmana a diferents socis i sòcies del Banc del Temps. El contacte inicial es fa a través de correu electrònic a la Pilar i les sessions de creació de Kirigami es realitzen a través de vídeo conferència de WhatsApp.

Aquesta proposta té les següents finalitats bàsiques:

1. Oferir un espai d'entreteniment i amistat als socis i sòcies del Banc del Temps per combatre l'avorriment i l'aïllament social a causa del confinament.
2. Oferir un recurs per augmentar la creativitat, l'autoestima, la concentració, atenció i coordinació motora i fina.
3. Detectar possibles situacions de vulnerabilitat o risc entre els participants.

Taller de meditacions guiades

A càrrec de la sòcia del Banc del Temps Nieves Hernández. Aquesta proposta es fa a través d'arxius de veu creats per WhatsApp en forma de meditacions guiades. El contacte inicial es fa a través de correu electrònic i un cop realitzat el primer contacte, la Nieves concreta (per telèfon o mail) el tipus de meditacions i la periodicitat segons l'experiència del o la participant.

Aquesta proposta té les següents finalitats bàsiques:

1. Oferir un espai de tranquil·litat i de pau en aquests moments de confinament.
2. Ajudar als socis i sòcies del Banc del Temps a buscar un recurs per gestionar millor l'estrès, buscar l'equilibri personal i viure el confinament d'una manera més saludable.
3. Detectar possibles situacions de vulnerabilitat o risc entre els participants.

Taller bàsic de videoconferència

A càrrec del soci del Banc del Temps i enginyer en telecomunicacions Francisco Gallardo. Un taller on el necessari és un telèfon mòbil i una línia de telèfon fix per poder fer el seguiment del taller. És un taller personalitzat i adaptat a cada nivell. Les persones interessades es posen en contacte a través de correu electrònic amb el Francisco. Després es concreta, entre ells, dia i hora per fer el taller a través de correu electrònic o trucada telefònica.

Aquesta proposta té les següents finalitats bàsiques:

1. Facilitar eines bàsiques als socis i sòcies del Banc del Temps per tal que es pugin comunicar entre ells i entre les seves persones més properes a través de videoconferències.
2. Combatre l'aïllament social, la bretxa tecnològica i facilitar la comunicació.
3. Detectar possibles situacions de vulnerabilitat o risc entre la comunitat

Altres propostes

La comunitat s'anima a fer altres propostes i així posar a l'abast diferents alternatives per poder passar de la millor manera el temps de confinament.



Aula del vent

Aquesta proposta és de la sòcia Núria Santaeulària i mestra de l'Escola Catalunya, de Sant Cugat del Vallès. A causa de la situació de confinament ha creat un blog educatiu que comparteix amb tots els socis i sòcies de Banc del Temps. Un espai educatiu i de comunicació on es poden trobar propostes útils per a tota la família amb infants en edat escolar.

Exercicis d'auto estimulació

Montse Bueno sòcia del Banc del Temps i responsable de l'intercanvi grupal de Txi-Kung ens recomana aquests exercicis d'auto estimulació per reforçar el nostre sistema immunològic i que provenen de la medicina tradicional xinesa.

Ciència en confinament

L'astrofísic i divulgador científic Santcugatenc, Joan Anton Català, ofereix aquest espai a tota la comunitat del Banc del Temps. Xerrades telemàtiques de ciència tant amb sessions infantils com també per a adults. Les connexions són interactives i habitualment hi ha dues xerrades diàries.

Aquestes iniciatives es realitzen a través d'enllaços ubicats a la xarxa d'internet. Unes propostes que ajuden a sensibilitzar envers les xarxes socials i que plantegen nous reptes per aquelles persones que no estan acostumades a utilitzar aquestes eines de comunicació.

Coordinació amb l'entitat Delta Gent Activa

L'entitat santcugatena Delta Gent Activa i el Banc del Temps de Sant Cugat va iniciar el mes de febrer una proposta de col·laboració entre ambdues entitats. A causa de la situació de confinament actual hem reconduït aquesta iniciativa i continuem fent les reunions periòdiques i els suport conjunt a través de vídeo conferències.

Delta Gent Activa és una entitat sense ànim de lucre que està formada per un grup de persones a qui els preocupen les persones grans i desitgen destinar part del seu temps i les seves energies a ajudar a millorar la qualitat de vida d'aquest col·lectiu aportant les seves idees i els seus programes propis, i també col·laborant, amb la mateixa filosofia, amb les diferents entitats del sector.

Durant aquests dies de confinament s'ha continuat fent reunions però aquesta vegada de forma virtual a través de vídeo conferències per WhatsApp inicialment i després a través de Zoom.

Treballem conjuntament per compartir recursos entre entitats com ara el taller de vídeo conferències, per part del BdT de sant Cugat, o el suport per actualitzar totes les xarxes de comunicació que disposa l'entitat Delta Gent Activa a través del soci Fernando Gallardo especialista en telecomunicacions. A més, la secretaria del Banc del Temps, Elisabeth Ibarz, que ha esdevingut, fruit d'aquesta col·laboració, voluntària de l'entitat Delta Gent Activa. Es realitza una reunió a través de vídeo conferència una vegada a la setmana.

Transmissió d'informació important als socis i sòcies del Banc del Temps



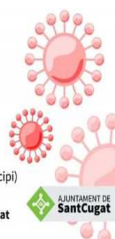
Tens un problema de convivència?

Contacta amb el servei de **mediació**

mediacio@santcugat.cat

010 / 900 104 941 (des de mòbil o fora del municipi)

Més info santcugat.cat / SantCugat APP / @ajsantcugat

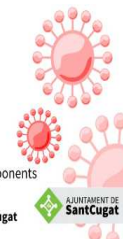


Mesures preventives pel coronavirus SARS-CoV-2

CAP Sant Cugat centralitza **tota la patologia d'adults relacionada amb el coronavirus**

La resta d'urgències s'atendran als CAP corresponents

Més info santcugat.cat / SantCugat APP / @ajsantcugat



Mesures preventives
pel coronavirus SARS-CoV-2

El CAP de Valldoreix centralitza totes les consultes de pediatria

Més info santcugat.cat / [SantCugat APP](https://www.santcugat.cat) / [@ajsantcugat](https://www.santcugat.cat)

Si tens ansietat, por, solitud, confusió, angonya o tristesa, qualsevol que sigui la situació, no t'ho quedis per a tu.

PREN-TE ISEGON

Posem a la teua disposició l'Assessoria de drogues i pantalles.

Oferim orientació psicològica gratuïta per a aquelles persones que ho necessitin, fruit de la situació actual de confinament pel COVID-19.

HORARI D'ATENCIÓ:
Dimecres i divendres: 10.00h a 14.00h / 17.00h a 20.00h
Dissabtes: 10.00h a 14.00h

667 433 237

Programa dirigit i monitorat per l'equip d'atenció psicològica del servei d'atenció al ciutadà.

Pateixes o coneixes algun cas de violència masclista?

Truca'ns!

- 93 565 70 00 SIAD Casa Mònaco
- 900 900 120 Atenció Víctimes Generalitat
- 112 Emergències

Més info a santcugat.cat

A través del correu electrònic o Facebook es comparteix aquella informació que es considera útil per a la comunitat.

Intercanvis Grupals

Les dinàmiques creades entre les persones que participen en els intercanvis grupals ha fet que en aquests dies de confinament molts d'ells continuïn en contacte a través de trucades de telèfon i de missatges de WhassApp.

Dos intercanvis grupals s'han convertit en intercanvis a través de WhassApp: el de gestió de l'ansietat i l'estrès anomenat "taller dels dimarts" i l'anomenat "comissió de festes". Els participants expliquen les seves vivències, envien missatges, "memes" i informació de manera periòdica.

Així mateix la Marga Ferrer, psicòloga i sòcia del Banc del Temps, que dinamitza els intercanvis grupals del Grup d'Ajuda Mútua i de gestió de l'estrès i ansietat està en contacte telefònic amb alguns participants.

El Naief Gohssein responsable dels intercanvis grupals de conversa en anglès i francès està en contacte amb alguns dels seus participants al taller a través de converses telefòniques.

La Neus Ruiz, responsable del taller d'intercanvi grupal de Patchwork, la Montserrat Bueno, responsable del taller d'intercanvi grupal de Txi-Kung, i la Judith Farreras responsable del taller de massatge corporal, també continuen en contacte amb les persones que habitualment participen del seu intercanvi grupal.

Detecció de necessitats

Fins al moment s'han recollit a través de la bústia i dels seguiments telefònics, tres situacions de necessitat. Dues han demanat suport per a tirar les escombraries i una per anar a comprar aliments. Aquestes situacions s'han reconduït, dues a través del suport i la solidaritat del veïnat i la tercera va ser derivada a Serveis Socials de l'Ajuntament de Sant Cugat del Vallès.

Banc del Temps de Mirasol

Canals d'informació

Els responsables de la secretaria del Banc del Temps de Mirasol utilitzen tres canals per estar en contacte amb els socis i sòcies del Banc del Temps:

Correu electrònic, WhatsApp i Facebook

Tenen un grup de WhatsApp anomenat "Socis del BdT de Mirasol" on es comparteix informació, comentaris i propostes que es consideren importants aquests dies de confinament. Dins d'aquest grup hi ha tots els socis i sòcies que hi van voler participar.

Les persones que no estan dins d'aquest grup de WhatsApp reben la informació que es considera important a través de correu electrònic.

El Facebook continua funcionant i ala responsable de dinamitzar tota la informació és la Núria Vallés, sòcia i secretaria del Banc del Temps de Mirasol.

La resta d'informació que s'envia a través de correu electrònic i WhatsApp està a càrrec d'en Joan Noguera, la Mercè Pérez i el Miquel Biosca secretaris i secretària del Banc del Temps de Mirasol.

Edició de vídeos amb suport musical

Una de les propostes del Banc del Temps de Mirasol són les caminades entre els socis i sòcies, intercanvi grupal que lidera en Joan Noguera i que funciona durant tot l'any.

Durant aquests dies de confinament en Miquel Biosca i en Joan Noguera han editat 3 vídeos amb suport musical de les últimes caminades dels socis i sòcies del Banc del Temps i que han compartit a través de les xarxes de Facebook i WhatsApp del Banc del Temps de Mirasol.

En Xarxa amb les entitats del Barri

El Banc del Temps de Mira-sol forma part de la Coordinadora d'entitats de Mira-sol. La Coordinadora és una eina de decisió, seguiment, proposta d'activitats i projectes socioculturals del barri de Mira-sol basada en la participació i l'apoderament del veïnat. Dins de la Coordinadora hi ha la Comissió de Natura i el BdT de Mira-sol també forma part d'aquesta comissió.

Durant aquests dies de confinament les entitats que formem part de la comissió de Natura hem fet reunions a través de la plataforma de vídeo conferències Zoom.



Fruit d'aquesta Xarxa han sorgit algunes bones propostes com ara:

Col·laboració amb l'ONG Labdoo

En una reunió de la comissió de Natura, la Montse, professora del PFI d'Informàtica del Casal de Mira-sol, va comentar que els seus alumnes ben aviat havien de començar classes on-line i alguns d'ells tenien dificultats per tenir ordinadors i connexió a internet.

La secretaria del Banc del Temps va fer una crida als socis i sòcies per buscar ordinadors o tauletes que no fessin servir i per entregar-los a l'ONG Labdoo que col·labora en la lluitar contra la bretxa digital.

Col·laboració amb l'entitat No esta sola.

Amb la declaració d'estat d'alarma i el confinament, les dones víctimes de violència masclista es troben en una doble situació de risc doncs es troben confinades amb el seu agressor.

Des de l'Associació No Estàs Sola que també forma part de la Coordinadora d'Entitats de Mirasol, es va crear la campanya #YoMeQuedoEnCasa #PeroÉITambién. Una crida al conjunt de la societat per donar suport a les dones que pateixen violència de gènere a través del veïnat.

El Banc del Temps de Mira-sol va fer difusió d'aquesta campanya.

Col·laboració amb el projecte Mascaretes Solidàries Sant Cugat

Socis i sòcies del Banc del Temps de Mirasol participen activament cosint mascaretes o donant roba de cotó per al projecte. Aquest projecte neix d'una iniciativa solidària del municipi amb la voluntat de col·laborar en la lluita contra el coronavirus i la manca de material sanitari per fer-ho. Tota la informació sobre les necessitats i la col·laboració es gestiona a través del grup de WhatsApp dels socis i sòcies del Banc del Temps de Mira-sol.

Difusió de l'espai de Veronica Llorens

Veronica Llorens membre de la coordinadora d'entitats de Mirasol i de l'entitat Associació Creativa i Salut ofereix a tots els socis i sòcies del Banc del Temps de Mirasol un espai a Youtube pensat per tenir un respir en aquests dies de confinament, escoltar-se un mateix i retrobar el benestar des de l'aquí i l'ara. La secretaria del Banc del temps ha fet la difusió d'aquests espai.

Suport a la detecció de situacions de risc

Tant l'equip de secretaria i com altres persones sòcies estan atens i sensibilitzats en la detecció de situacions de risc derivades d'aquesta situació de confinament. Fan una tasca de prevenció i acció comunitària amb l'objectiu de detectar possibles situacions de risc de persones grans.

Altres informacions a través de WhatsApp, Facebook i correu electrònic:



A través del correu electrònic, WhatsApp o Facebook es comparteix aquella informació que es considera útil per a la comunitat.

INICIATIVES I ACTIVITATS DEL BANC DEL TEMPS DE DRETA EIXAMPLE I FORT PIENC

El BdT té relació directa amb la majoria de les entitats del barri i participa a Festes Majors, Mostres d'entitats, Mercat de Pagés, així com a projectes com el "Renova la teva roba", etc. tant del barri de Fort Pienc, com del barri de la Dreta de l'Eixample.

Aquests dies de confinament els espais físics estan tancats i l'activitat del BdT continua a través de telèfon i/o mail, que atén directament Maite des del seu domicili particular. Cal dir que, Maite Alonso, és psicòloga.

Diàriament es realitzen trucades de seguiment i detecció de necessitats a persones usuàries del BdT, que en aquest moment són trucades de llarga durada degut a la necessitat de parlar i d'exterioritzar les angoixes que senten moltes d'elles.

L'ordre pel qual s'han iniciat les trucades ha estat seleccionant a persones que prèviament a la pandèmia, es tenien detectades com a vulnerables: persones grans vídues que viuen soles, persones amb problemes de mobilitat i per tant amb dificultat per anar a comprar, etc.

Un altre grup són les embarassades, en les que ha detectat necessitat de roba, per exemple, que al tancar les botigues en alguns casos s'han quedat sense comprar. Han cobert aquesta necessitat comprant a Amazon, però també amb algunes donacions de persones del BdT. Una usuària ha parit aquests dies a La Maternitat hi ha pogut estar acompanyada del seu marit durant els dos dies que ha estat ingressada.

També les persones que viuen en família pateixen aquestes angoixes i els propis nens i nenes, després de tants dies de confinament.

Un cop detectades les necessitats s'han derivat o informat de serveis existents, com per exemple empresa de servei a domicili de venda de queviures (Sagartis) , com aconseguir mascaretes, etc.

Com a suport psicològic a persones que no porten bé el fet de estar tancades a casa tants dies, en alguns casos perquè els fills els porten la comprar per evitar que es contagiïn sortint al carrer, s'ha comptat amb el suport professional de dues persones que són psicòlogues.

Una d'elles, sòcia del BdT ha fet sessions quinzenals on-line de relaxació (oberta també a persones que no són del BdT) i l'altra, que forma part del Casal de Barri Transformadors, ha escrit articles de suport emocional que s'han enviat per mail als socis/es del BdT i s'ha publicat a la newsletter de Transformadors.

També s'ha enviat per mail tota aquella informació que han anat arribant de les administracions vinculada al coronavirus i la que s'ha localitzat per altres mitjans.

Una residència geriàtrica del barri va penjar un cartell demanant ajuda, davant de les moltes necessitats que tenia (la meitat del personal estava contagiada i la pròpia directora de la residència va ser ingressada a l'hospital, on encara hi és) La necessitat de disposar de mascaretes, va posar en marxa un grup de suport de cosidores tant a mà, com a màquina, coordinat des de l'ANC, en el qual hi han participat persones usuàries del BdT. Pel que fa a la necessitat de disposar de guants, Maite va vehicular-ho a través de Sanitaris per la República.

S'han posat en contacte amb el BdT des de projecte Renova la teva roba, que aquest any no es podrà fer de la forma habitual i que estan pensant en fer una desfilada virtual de roba que ja no facis servir, i que teòricament seria la que hauries portat a fer intercanvi.

Per altra banda l'Associació de Veïns que organitza la Festa Major de Fort Pienc el mes de juny ja ha decidit anul·lar-la. També la Festa Major de la Dreta de l'Eixample, prevista pel mes de maig ha estat cancel·lada .

Des d'Esquerra Republicana també s'han posat en contacte amb el BdT per conèixer les necessitats detectades al barri, per si podien donar suport.

Maite te algunes altes noves al BdT, pendents de l'entrevista personal prèvia a la inscripció i se li aconsella d'acceptar fer-les virtualment o senzillament enviant el formulari via mail, donada la situació d'excepcionalitat en la que ens trobem.

Davant de la situació, Maite voldria crear una xarxa de suport o punt de voluntariat, que inclogui a més del BdT a persones que no són sòcies i fer treball en xarxa amb les entitats que ja existeixen, administració local i grups existents al barri més independents com és el grup de joves de Casa Grogga, per tal de millorar el servei que es pugui donar a la ciutadania.

En principi es començaria per :

- 1) Contactar amb les entitats existents, i també amb els partits polítics i/o administració local i saber què fa cadascuna i teixir relació-suport amb el BdT. més àmplia de la que ja es té ara, incorporant-hi més gent.
- 2) Ampliar el servei de trucades que permetin detectar necessitats, ja que a cada trucada se li ha de dedicar molt de temps, degut a la vergonya de la gent en explicar les necessitats que te, i que només a través d'una conversa una mica llarga, s'aconsegueix que finalment les expliquin.
- 3) Intentar la implicació de socis/es del BdT en aquesta xarxa i fer-los informadors/es del projecte entre veïns, amics i coneguts.
- 4) Derivació a serveis existents propers, com els que ofereix l'Espai 210, on te la seva seu Fundació Aroa, a la que ja s'ha derivat algun cas de violència de gènere.
- 5) Llistat de recursos, com els serveis que ofereix Salut i Família, per derivar alguns casos que els puguin necessitar.
- 6) Seguiment dels casos en els que s'ha fet intervenció.

INICIATIVES I ACTIVITATS DEL BANC DEL TEMPS DE SITGES

En aquest temps de confinament, s'estan fent trucades telefòniques de suport emocional i de detecció de necessitats, a les persones sòcies del BdT, fent seguiment sobretot d'aquelles que viuen soles. Aquestes trucades les fa principalment Fernando i cal dedicar-li molt de temps

S'han detectat necessitats en persones que no poden sortir a fer la compra, i s'han derivat al servei de voluntariat.

Es manté relació amb l'Ajuntament per derivar-hi aquells casos que tinguin alguna necessitat a cobrir des dels programes que s'han engegat en motiu del COVID 19

A la pàgina Facebook del BdT de Sitges, s'ha penjat una imatge d'una rosa per felicitar la Diada de Sant Jordi, una fotografia d'una usuària celebrant el Dia de Sant Jordi i dels punts de llibre que ha fet una usuària i que estava previst posar a l'estand de SVS Acció en Blau (Sitges Voluntaris Socials), per la Diada de Sant Jordi, que es va haver de cancel·lar.

Es fan alguns grups de xerrades en diferents idiomes de manera virtual.

També es donen classes de repàs a escolars de menys de 16 anys en matèries sol·licitades a través de l'entitat que coordina l'actuació dels voluntaris de Sitges Voluntaris Socials - Acció en Blau i de l'Obra Social de La Caixa.

INICIATIVES I ACTIVITATS DEL BANC DEL TEMPS DE BON PASTOR

Estan en contacte amb les persones sòcies a través dels grups de WhatsApp, i cada vespre telefonen a les que saben que estan soles, per fer seguiment del seu estat.

Es en contacte amb Càritas principalment, que està ajudant molt i en aquest sentit un matrimoni amb nen petits que vivien una habitació de lloguer i que han tingut la mala sort d'agafar els pares el coronavirus, els han traslladat a un pis pagar per Càritas.

Estan en contacte amb l'Ajuntament i amb les entitats del barri amb les que treballen en xarxa i envien per mail totes les informacions i normes que van sortint als socis i sòcies del BdT.