

# ¡TE CAMBIO UNA HORA!

Maite y Bubacar no se llevan demasiado bien con el ordenata, pero ahora están mucho más tranquilos, porque saben que Germán controla el tema y va a echarles un cable.

Germán quiere que sus hij@s hablen un euskera jatorra y, tanto Inma como Bea, pueden ayudarles.

Laura quiere practicar inglés y, a cambio, ofrece "operación respiro" para padres y madres, haciendo de canguro de sus hij@s.

Para Pedro, los pequeños arreglos caseros no tienen secretos, así que cuando necesitamos ayuda, se la pedimos. Y cuando él no puede ir a recoger a la abuela al Centro de Día, sabe que cuenta con la gente de Auzopolis.



## ✓ ¿Qué es el Banco del Tiempo?

Tiempo cuando lo necesitas por tiempo cuando puedas. La moneda de cambio es la hora.

## ✓ ¿A quién está dirigido?

A todos los vecinos y vecinas mayores de edad.

## ✓ ¿Cómo funciona?

El funcionamiento es muy sencillo. Consiste en recibir ayuda para resolver necesidades cotidianas y, a cambio, ofrecer tu tiempo y ayuda a otras personas.

## ✓ ¿Qué ofrece el Banco del Tiempo?

- Cuidado de niñ@s y personas mayores
- Peluquería
- Odontología
- Pequeñas reparaciones domésticas
- Conversación / Práctica idiomas: inglés, francés, euskera y castellano.
- Costura
- Servicio de coche y furgoneta
- Cuidado de la casa en vacaciones: regar plantas, recoger correspondencia, etc.
- Asesoramiento y ayuda en gestión doméstica: alimentación, limpieza, economía...
- Informática
- Más lo que tú ofrezcas.....

Si quieres más información,  
llama al 695 777 986



# Ordubete trukean!

Informazioa:  
695 777 986



Hartu denbora behar duz-unean  
eta eman denbora ahal duz-unean



# ORDUBETE TRUKEAN!

Maite eta Bubacar ordenatarekin ez dira oso trebeak, baina orain askoz trankilago daude. Jakin badakite, informatika gaietan German aditua dela eta laguntzeko prest dagoela.

Germanek bere seme-alabek euskera jatorra hitz egin dezaten nahi du, eta horretan Inmak eta Beak lagundoko diete.

Laurak ingelesez mintzapraktika egiteko lagunak behar ditu eta, horren truke, oso aukera ederra eskeintzen die gurasoei: umeak zaintzeko prest dago.

Pedro etxeko konponketetan oso abila da. Beraz, laguntza behar dugunean, eskatzea baino ez daukagu. Berak eguneko zentrora amamaren bila joaterik ez daukanean, badaki prest gaituela.



## ✓ Zer da Denbora Bankua?

Hartu denbora behar duzunean eta eman denbora ahal duzanean. Trukeak egiteko neurria ordua izango da

## ✓ Norentzat da Denbora Bankua?

Denbora Bankua hiritar guztientzat dago zabalik. Baldintza bakarra: 18 urte baino gehiago izatea.

## ✓ Zelan funtzionatzen du?

Oso erraza da: eguneroko beharrianak konpontzeko laguntza jasotzen duzu eta, trukean, zure denbora eskaintzen diezu beste batzuei.

## ✓ Zer eskaintzen du Denbora Bankuak?

- Umeak eta adineko pertsonak zaintzea
- Ileapaintzea
- Odontologia
- Bricolajea
- Mintzapraktika: ingelesez, frantsesez, euskeraz eta gaztelaniaz
- Joste lanak
- Sukaldaritza
- Aholkularitza eta laguntza etxeko arlo ezberdinetan: elikadura, ekonomia, garbiketa.....
- Oporretan etxea zaintzea: kartak jasotzea, landareak ureztatzea.....
- Furgoneta eta kotxe zerbitzua
- Informatika
- Gehi zuk eskeini gura duzuna



# iTe cambio una hora!

Información:  
695 777 986



Tiempo cuando lo necesitas  
por tiempo cuando puedas



Informazio gehiago  
695 777 986

