

连接到 您的社区

盖茨海德 (Gateshead) 老年人论坛 - *盖茨海德 (Gateshead) 老年人的“声音”。*

我们恳请您帮助我们规划本论坛的将来。本论坛由老年人组织并致力于为老年人服务。通过调查问卷，调研小组及各种形式的路演活动征求您对本论坛的意见及建议。假如您能自愿的偶尔或经常的贡献您的时间和知识来帮助我们，敬请您联系我们。免费加入论坛，成员无需交纳会费。感谢您的参与，我们将确保传达您的意见到相关的部门。

联系 0191 420 6854 或发电子邮件 gatesheadforum@hotmail.co.uk

时间银行

时间银行是由年龄 50 岁以上人群，以年龄关注组织 (Age Concern) 的新的技能共享项目而为其名。

时间银行和传统的人们运用其聪明才智帮助他人的志愿活动相类似。其不同之处在于志愿者每向他人施与帮助一小时，将得到一小时的接受别人免费帮助的时间并记在存储库内。当该志愿者需要别人帮助时，可用存在时间银行内的时间进行“支付”。

用时间银行的方式任何人都可以帮助他人，不论其年龄、性别或是自身力气的大小。时间银行的成员所提供帮助的范围：从熨烫衣物到粉刷篱笆，从烘烤蛋糕到带狗散步。时间银行的成员还可以通过帮助时间银行组织社区活动的方式获取帮助时间，该时间将记入时间存储库。

我们将首先在库克赫尔（Crookhill）、爱丽莎白斯威尔（Elisabethville）、外肯顿（Wrekenton）和丹斯顿（Dunston）和提木斯（Teams）建立第一批时间银行。从长期范围来看，这一建立时间存储库的项目最终会拓展到盖茨海德（Gateshead）的所有地区。

假如您住在这些地区并希望参与时间银行的活动，敬请您与克拉莱尔库克（Clare Cook）女士联系。电话0191 477 3559 或发电子邮件至 admin@ageconcerngateshead.org.uk