

RACCONTI IN QUARANTENA

La quarantena del Coordinamento Lombardo delle Banche del Tempo

**QUANTO È STRANA LA VITA:
AVEVAMO LE PERSONE,
MA NON AVEVAMO IL TEMPO!
ORA ABBIAMO IL TEMPO
MA CI MANCANO LE PERSONE...**

Il potere dei pensieri





Coordinamento
Lombardo Banche
del Tempo

Giugno 2020

*C'è un tempo per capire, un tempo per scegliere, un
altro per decidere.*

*C'è un tempo che abbiamo vissuto, l'altro che
abbiamo perso e un tempo che ci attende.*

Seneca_____

Introduzione della Presidente Fiora Cappa

*La vita è ben piccolo bene, in confronto ai beni che in essa ci è dato fare.
(Miguel De Unamuno)*

Agli amici che ci seguono ed a coloro che ancora non ci conoscono.

Presento, con grande piacere ed un pizzico di orgoglio, la raccolta inedita di pensieri sparsi, poesie, riflessioni, emozioni, immagini di lavori creativi realizzati dai soci delle singole Banche del Tempo aderenti al nostro Coordinamento che, in questa iniziativa, ha giocato il ruolo di cinghia di trasmissione, di moltiplicatore e di raccordo tra gli associati, come centro propositivo e di ascolto di idee e proposte.

Ma il Coordinamento Lombardo delle Banche del Tempo è anche il baricentro di una rete di integrazione con i territori e con altre istituzioni ed enti pubblici e privati, nonché con associazioni e soggetti del privato socioculturale e produttivo, per interagire e scambiare progetti, iniziative ed eventi, per rafforzare sempre più il legame con le istituzioni, gli enti, ed i soggetti che si occupano del terzo settore non profit all'interno del più vasto ambito del sistema Welfare, allo scopo di contribuire alla costruzione di una rete di solidarietà pluridimensionale, interculturale ed intergenerazionale.

Dopo la pandemia che ha sconvolto e rimesso in discussione le certezze della nostra esistenza, le sfide che ci aspettano per migliorare le relazioni con l'ambiente in cui viviamo sono complesse e su più livelli, ma le banche del tempo sono pronte in questo compito, in quanto sono una rete primaria di solidarietà sociale e di mutuo aiuto, per aiutare ed aiutarsi nella quotidianità scambiando un bene prezioso ed immateriale, il tempo: un bene relazionale che si sottrae alle leggi di mercato promuovendo il senso civico e lo spirito di cittadinanza attiva con azioni di prossimità.

La sfida che il Coordinamento Lombardo delle Banche del Tempo intende affrontare insieme a tutti gli attori del terzo settore è proprio quella di puntare sulle relazioni che creano senso, valore, comunità, partendo dalle domande, dai bisogni dei cittadini per affrontarle con la prassi del mutuo aiuto, che si radica nel fondamento etico: "Fai agli altri ciò che vorresti fosse fatto a te."

Lasciatevi contagiare dal nostro virus... diventando anche Voi con noi motori di cambiamento.

Vi aspettiamo per conoscerci meglio. Buona lettura

Fiora Cappa

Prefazione

Laura Disilvestro

Abbiamo attraversato e stiamo ancora attraversando non si sa per quanto tempo, un evento eccezionale e inaspettato: una pandemia dovuta a un virus nuovo.

Sia a livello collettivo che personale abbiamo dovuto affrontare questo pericolo nel migliore dei modi, cercando di proteggere noi e gli altri.

Tuttavia tra le nuove modalità impostate durante la fase 1 si è diffusa anche una modalità antica: utilizzare nei momenti angosciosi, e scioccanti la scrittura.

Molti già soliti a fissare i loro pensieri sulla carta hanno cominciato a tenere un diario più o meno continuativo, altri hanno usato l'amica poesia.

Poi varie realtà, associazioni, gruppi hanno lanciato a tutti un invito: scrivere di sé. Per molti quindi è stata una scoperta sorprendente essere sollecitati a scrivere, qualcuno chiedeva a loro di fissare su un foglio le tracce dei pensieri, delle emozioni, delle azioni che stavano caratterizzando la loro vita nell'isolamento in un contesto drammatico.

Improvvisamente mentre tante cose ci venivano tolte ci veniva offerto qualcosa di nuovo: far parte della storia, la storia con la esse minuscola, quella di tutti e scrivere qualcosa di personale che insieme a tanti altri scritti, come tanti tasselli di un puzzle, avrebbero creato la memoria di un periodo particolare, avrebbero creato il clima dell'anno 2020.

Potevamo essere le voci di una memoria, da cui potevano attingere a piacimento le future generazioni che, anche solo per curiosità (personale o storica) leggeranno le raccolte di questi scritti conservati in modi diversi (libri, raccolte on line, immagini)

E' qui che insieme a tanti altri soggetti, si inserisce anche l'iniziativa del Coordinamento Lombardo delle banche del tempo che ha invitato i suoi soci, le sue bdt, a condividere momenti della loro esistenza in questi straordinari mesi di chiusura.

Tanti hanno accettato la proposta, questa condivisione del proprio vissuto e adesso abbiamo tutte queste voci raccolte in un libro, un tassello che si unirà a tutte le altre fonti e conserverà la storia di chi ha vissuto questi nostri tempi.

Laura Disilvestro

Prefazione

Grazia Pratella

Con grande entusiasmo abbiamo raccolto l'iniziativa della Banca del Tempo di Buccinasco e in particolare di Donata...

In effetti tutti noi ci siamo trovati spaesati e spesso sconfortati in questo periodo in cui non abbiamo potuto parlare con parenti e amici, vederli, vedere i nipoti o i nonni.

Abbiamo dovuto imparare a stare a due metri, a non stringerci le mani, a non abbracciarci, molti sono rimasti chiusi in casa per ben 3 mesi.

Nella mia Banca del Tempo ma anche nel Coordinamento Lombardo e nell'Associazione Nazionale ci siamo attivati per telefonarci e movimentare continuamente il gruppo WA; sentirci ci aiutava ad essere meno isolati dal mondo e ci permetteva di avere notizie costanti sulla salute di tutti.

Ma l'idea di sollecitare a scrivere pensieri, idee, piccoli racconti, fare fotografie di un momento in cui la natura sembrava sbocciare rigogliosa e meravigliosa, il mare era azzurro e l'aria pulita, le macchine erano ferme e i treni vuoti, ci ha fatto sentire gruppo, amiche e amici, e quindi meno isolati, legati dall'amore per le piante, le letture, l'impegno sociale e le bellezze del nostro paese flagellato dal corona-virus.

Posso solo ringraziare tutte le amiche e gli amici che hanno mandato i loro lavori che ho letto e visto (foto) con grande emozione e partecipazione, e ci hanno offerto la possibilità di realizzare un libro di impressioni e ricordi che rimarrà nel nostro patrimonio di persone e di Banche del Tempo

Grazia Pratella

Indice

[BdT Bresso](#)

[BdT Buccinasco](#)

[BdT Caponago](#)

[BdT Carpe Diem](#)

[BdT Cassina de' Pecchi](#)

[BdT Cernusco S/N](#)

[BdT Coordinamento Lombardo](#)

[BdT Cronoteca](#)

[BdT Cusago](#)

[BdT Gallarate](#)

[BdT Melegnano](#)

[BdT MilanoSud](#)

[BdT Ora x Ora 2](#)

[BdT Passatempo](#)

[BdT Pero](#)

[BdT Ponte Val Tellina](#)

[BdT Rho](#)

[BdT Rosate](#)

[BdT Saronno](#)

[BdT Tavazzano](#)

[BdT Valore del Tempo](#)

[BdT Vimercate](#)

[BdT Zibido S.Giacomo](#)

Banca del Tempo

Bresso

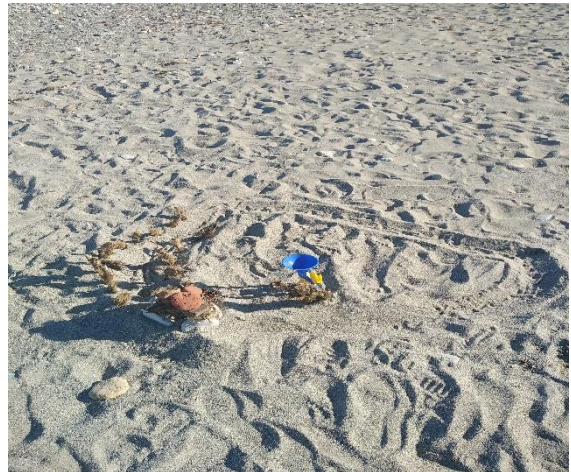
Orme

Spiaggia deserta
piena di tracce di scarpe,
e di piedi nudi; nel mezzo, un percorso
tracciato con un rastrellino.

Un' oasi
nel centro un pozzo
alghe secche sul cammino verso una
capanna
di sassi e legni consumati dal mare.

“Non c'è nessuno su questa strada?”
chiede il bimbo costruttore, “mettiamo
qualcuno?”
“No, sono tutti al riparo”.
risponde la mamma

“Dal virus?”
chiede il bambino
“No, dal vento del deserto”
risponde la mamma



Grazia Pratella

SILENZIO

Il silenzio è stato il filo conduttore di queste giornate di isolamento forzato, con questa parola ho voluto giocare

S- Silenzio - Sola con i miei più intimi pensieri. Essi sono l'amico più sincero al quale confidare i più confusi segreti.

I - Interiorità - dentro la mia anima brucia il fuoco del sapere. Luccicano nell'aria le parole, piccole faville che volano nel vento.

L - Libertà - Nel sogno vedo volare un aquilone, in alto, sempre più in alto fino a toccare l'arcobaleno dall'altra parte del cielo.

E- Equilibrio - si deve stare in forma, provo a esercitarmi per avere un portamento eretto, basta un libro sulla testa, il passo è sicuro. Mi dico semplice! un altro sopra il primo e il mio passo vacilla.

N - Nuvole - passano veloci. Quadro immaginario alla mia finestra. Ora greggi bianchi, ora cirri sparsi.

Z - Zucchero - ricetta deliziosa: zucchero, uova, latte e farina e lievito.

I - Immagine - canzone alla radio - "immagina tutte le persone vivere per oggi... ed il mondo sarà come una cosa sola"

O - Oggi - Ho percepito un pianto nascosto da una maschera, ho sentito il vagito di un bambino appena nato, il sorriso di una sorella e finalmente...l'abbraccio di un amico ritrovato.

Alfia Scuderi



Non ti scordar di me....



SOLOTEMPO Banca del Tempo

In questi giorni di riposo "forzato e di auto isolamento" troviamo il tempo per una telefonata ai vicini, amici, soci, conoscenti...

Un chiacchierata, una risata....restando a casa..



Andrà tutto bene



Banca del Tempo

Buccinasco



Carissimi soci e socie,

chi avrebbe mai detto all'inizio dell'anno che saremmo stati messi a dura prova così come stiamo vivendo adesso.

Da un giorno con l'altro è cambiato il nostro modo di agire e di interagire con gli altri: allo stato attuale possiamo comunicare tra di noi solo in modo virtuale.

Proprio noi come Banca del Tempo ci sentiamo particolarmente colpiti: ci ritroviamo in una prigione dorata senza la possibilità di fare degli scambi che sono l'essenza della nostra Associazione. Sono stati bruscamente interrotti tutti i nostri corsi e le attività pianificate, tra cui la nostra Assemblea annuale dei soci con quanto avevamo in serbo per voi quest'anno.

Si può dire che stiamo vivendo, come lo ha definito Donata, un "tempo sospeso" e per quanto ancora non lo sappiamo.

Penso che quando avremo lasciato questo brutto momento alle nostre spalle di certo le nostre abitudini di vita saranno profondamente modificate.

Il mio pensiero va alle persone sole che sono le più fragili e tra di noi ce ne sono tante.

Forse qualche telefonata in più nei loro confronti può aiutare a strappare loro un sorriso e dare un raggio di sole in giornate monotone.

Dobbiamo pensare in positivo e vedere il bicchiere mezzo pieno: le limitazioni a cui siamo sottoposti ci offrono l'opportunità di apprezzare il fatto di esserci e perché no, fare delle cose che abbiamo sempre rimandato per mancanza di tempo.

Ora non abbiamo più scuse. Vi voglio assicurare sul fatto che noi ci siamo e continueremo ad esserci, che vi siamo vicini nonostante la lontananza.

Vi invio un grande abbraccio che riesca a comprenderci tutti e nella speranza di poterci presto rivedere.

Sempre a vostra disposizione

Franca Cerri

Pensieri

La casa comincia a starmi un po' stretta. Appena il virus e la stagione lo permetteranno voglio andare a vivere all'aperto giorno e notte in una tenda. Vorrei farmi tornare la voglia di casa

Leonardo Gentile

Carissime/i

Un principio della relatività parla della restrizione dello spazio e della dilatazione del tempo... certo il vero significato esula dalla situazione che stiamo vivendo...ma è quanto stiamo provando

Anna Sgubbi

Cara Banca del tempo,

in questi giorni mi dedico di più alla preghiera; spero che questo periodo passi in fretta e che ci insegni a stare al mondo in maniera diversa; ad apprezzare di più quello che abbiamo e ad amare di più le persone che ci stanno accanto, senza dare tutto per scontato; ad aiutare il prossimo perché fa bene alla mente ed allo spirito... Io ho un cane, due gatti ed una figlia; quindi, la giornata è già un po' impegnata... però, devo dire la verità, in questi giorni sto anche facendo cose, che non sempre riesco a fare... come cucire e sistemare piccole cose.

A presto,

Teresa Carriera

Buongiorno care amiche,

in questi giorni di "grande tristezza" per chi ha perduto qualche caro, come me, per esempio, che nella ns. famiglia abbiamo perso ben 3 persone: due papà e nonni e una mamma e nonna, e di conseguenza giorni pieni di lacrime e di "grande paura". Chiuse in casa perché noi siamo la generazione a rischio.....

Tristezza tanta, noia mai. Oltre alle solite cose che facciamo tutte, magari cucinando un po' di più del solito e con più attenzione, a quattro amiche "storiche" con cui condivido un WhatsApp di gruppo ogni mattina, ho proposto la lettura condivisa di un libro molto simpatico che si intitola "per sole donne" di Veronica Pivetti. Come ha dichiarato Lei stessa è un libro un po' spinto (del resto come tutti i libri moderni che includono sesso), insomma un libro un po' border line, ma proprio per questo leggero da leggere e divertente se preso nel modo giusto. Quindi ogni mattina fotografo un intero paragrafo e lo mando via WhatsApp alle mie amiche e la sera ognuna manda il suo commento e la sua opinione.

In questo modo abbiamo spezzato un po' la noia perché c'è la lettura, l'attesa, la condivisione e i commenti. Leggerlo su WhatsApp non è certo semplice e ci vuole un po' più di tempo e un po' più di buona volontà ma le pagine scorrono tra una risata e l'altra.

E così abbiamo occupato anche le ore vuote della giornata.

Un'idea che potete condividere con le Vostre amiche.

Un grande abbraccio e a presto.

Tiziana Fiorelli

L'amore ai tempi del Corona

L'associazione degli avvocati era in subbuglio. Dopo tutti questi giorni di matrimoni coatti, il numero delle richieste di divorzio sarebbe esploso e loro non erano pronti, il personale non era sufficiente a supportare tutte le cause. Su come riuscire a sopportare il partner durante la pandemia senza potersi mai allontanare, 24 ore su 24, per tutti quei lunghissimi giorni, per tutte quelle lunghissime settimane, il Governo non aveva dato indicazioni.

Le liti su come si deve cucinare, su come si devono asciugare i piatti, sulla gestione del telecomando della televisione, erano le principali fonti della morte del rapporto. Faceva più paura affrontare la questione del soffritto che affrontare il Coronavirus.

Anche le ostetricie erano in apprensione, sarebbero calati notevolmente i parti, non per la mancanza di rapporti sessuali tra coniugi, quelli latitavano da molto tempo, anche se, nella pandemia, stando assieme per tutto quel tempo le scuse per evitare contatti fisici si facevano sempre più difficili da trovare. Non si poteva avere mal di testa e nemmeno il ciclo per tutto quel tempo, d'altro canto non vi erano nemmeno le partite di calcio a distrarre il maschio alfa.

La riduzione delle nascite era data dal fatto che gli amanti (inteso come fedifraghi) non potevano incontrarsi, abbracciarsi, baciarsi; solo amore platonico, come Florentino Ariza e Fermina Daza, sospiri da lontano, emoticon su smartphone. Senza la parte più "corposa" dei rapporti, quella carnale, l'effetto dell'amore trasgressivo perdeva la sua forza, il suo interesse, e le storie si chiudevano una dopo l'altra con la brutale cancellazione di tutti i contatti social dell'amata o dell'amato infedele. Le rubriche si stavano svuotando.

Il lato positivo era che non ci sarebbero stati omicidi in famiglia (almeno questa era la speranza) perché sarebbe stato impossibile far sparire il corpo in un regime di coprifuoco. Nel documento di autocertificazione per poter uscire di casa edito dal Governo, l'occultamento di cadavere non era contemplato; si poteva uscire solo per lavoro, situazioni di estrema necessità, motivi di salute.

Di fatto mi aveva preoccupato la richiesta di una donna, mia amica, che dal suo profilo facebook chiedeva suggerimenti per far sparire delle macchie di sangue dalla camicia. Andrei ad indagare nel suo freezer. Non si poteva sopprimere il coniuge, non si poteva trovare sfogo con l'amante, non si poteva uscire con un cadavere, si doveva rimanere coatti, quindi, dopo l'ennesima scenata sul soffritto, tutti a scrivere le clausole per il proprio divorzio.

Probabilmente c'è anche chi ha ritrovato l'amore, la tenerezza, la voglia di sesso, con il coniuge, ma di questo ne riparleremo quando ne avrò trovato uno. Anche gli psicologi erano in allerta, c'era anche la questione delle persone sole, single and social. In casa da soli, presi dall'angoscia c'era chi litigava con il cactus prendendolo a sberle, chi, per mantenersi in forma, correva attorno al tavolo come un criceto, chi non si perdeva nemmeno una notizia sui contagi, chi faceva le parole crociate, rigorosamente a matita, per poi cancellare le soluzioni e ricominciare da capo ogni mattina.

Non potendo litigare con nessuno, affollavano facebook, WhatsApp, twitter, instagram, con una serie infinita di consigli di come affrontare la pandemia dall'alto della esperienza del loro "cugino": Ognuno ha un cugino che sa tutto o che ha fatto tutto. Urlavano impropri, scrivendoli in maiuscolo, contro chiunque, o mandavano cuoricini in ogni dove in cerca di conforto, criticavano tutti, o criticavano chi criticava, inondando gli smartphone di messaggi, e smaronando gli zebedei a tutti i loro contatti, anche quelli che risalivano al periodo delle elementari ritrovati non si sa come.

Nel silenzio irrealistico di questo Paese impaurito e fragile, dove tutti sono in religiosa coda fuori dai supermercati, a far da sottofondo non era il suono delle campane, che in qualche misura ci avrebbe rassicurato, ma quello dei messaggini in arrivo, che ci terrorizzava oltremisura.

Franco Busato

Ce la posso fare

NIENTE NIPOTINI

NIENTE FIGLI/NUORE

NIENTE AMICI

NIENTE BACI

NIENTE ABBRACCI

MA...



...forse ce la posso fare, anche se mi sembra di stare in un'apnea senza fine. La notizia buona, per quanto mi riguarda, è che questa (sacrosanta) simil-prigionia ha risvegliato e potenziato quel poco di istinto di conservazione rimastomi - alla mia età - quindi alla domanda immediata: "E adesso cosa faccio tutto il giorno?" la risposta, multipla, è arrivata come segue:

Lunedì:

Mettiamo un po' di ordine in quella specie di suq che è diventato l'armadio. Toh, questi jeans sono proprio da buttare. Anzi no. Proviamo a dissotterrare la macchina per cucire dai bassifondi del ripostiglio - cucire a macchina è un po' come sciare o andare in bicicletta, anche dopo 30 anni ti ricordi benissimo come si fa.

Martedì:

Portiamoci avanti. Prima o poi questa tragedia della solitudine finirà e potremo trovarci di nuovo tutti insieme e baciarsi, abbracciarci, sederci allo stesso tavolo e cenare in allegria. Ho preparato quindi due cheesecake al cioccolato fondente, una un po' più grande e una un po' più piccola e le ho messe nel freezer.

Ho candito le violette super-profumate raccolte l'altro ieri.

Intanto fra domenica e martedì ho letto due libri (mi sono piaciuti). Il Kindle però è svenuto. Non funziona più. Mi tocca usare l'Ipad, è lì che sono riuscita a scaricare il libro nuovo. Spero che il virus non colpisca anche "i dispositivi" che almeno mi permettono di scambiare due chiacchiere con il resto del mondo (a distanza di sicurezza, anche troppa).

Avrei voluto seminare le patate. Non ho fatto in tempo. Gli orti comunali sono stati chiusi. Sine die.

Ciao a tutti, anch'io vi penso...

Donatella Panico

Evviva con il caffè

Che dire di questa Pandemia, dell'oramai "famoso" Covid 19, ci ha colto di sorpresa, ci ha allontanati tutti, ma se si vuole, ci sono mille modi per rimanere uniti anche se lontani. E noi nel nostro piccolo, ci siamo riuscite, non potevamo certo rinunciare al nostro caffè del sabato e quindi ci siamo inventate il caffè condiviso in foto. Insomma lontane ma vicine e sono certa che questo tremendo avvenimento, servirà ad unirci ancora di più e a far sì che quando ci rivedremo, ci uniremo tutte in un abbraccio unico. Lontane, ma vicine, sempre

Paola Tartaglione



2 Aprile

È passato più di un mese da quella domenica in cui, arrivata davanti al cinema, mi hanno detto che era arrivato l'obbligo di chiusura. Così hanno chiuso i cinema, i teatri, i musei e poi ci hanno chiuso in casa.

Si domandano già quante coppie sopravviveranno a questa esperienza di vicinanza H24.

Si parla di marito e moglie ovviamente, ma anche condividere la casa con un figlio non è cosa da poco. Lui in soggiorno, io in cucina, io nella mia camera, lui nella sua, ci sfioriamo, cerchiamo di non scontrarci (come si fa con la gente per strada), ma ogni tanto succede ed è scontro tra noi e si fanno scintille.

Ho deciso che in questi giorni non mi dedicherò alle pulizie di primavera (o quasi) è già così deprimente restare chiusi se poi devo anche pulire...e no! Solo la routine.

Solo cose piacevoli, ho riesumato la maglia e finito un maglioncino abbandonato da parecchi anni, peccato che alla fine sia risultato stretto e anche corto, forse in questi anni sono cresciuta ancora...chissà!

Ho anche il mio bel da fare col cucito e con l'uncinetto, qualche scatola da fare e da ricoprire, così faccio un po' di ordine in giro e un poco di riordino me lo sono concesso anche in cantina, peccato in discarica non ci si possa andare.

Poi c'è l'uscita quotidiana per andare in edicola e qualche volta ci aggiungo la fila (se non è troppo lunga) dal panettiere. Nessuno protesta, star lì ad aspettare è un altro modo per trascorrere il tempo, ci teniamo a distanza, ma intanto si scambiano opinioni, peccato il tema sia quasi sempre lo stesso.

In questi giorni leggo un po' meno a sera guardo "Downton Abbey" una serie TV acquistata tempo fa sei stagioni in otto DVD ciascuna e ora è arrivato il momento di affrontarla.

Non ci si incontra con gli amici, non si può e allora ci si cerca al telefono per quattro chiacchiere e proprio oggi una telefonata "Pronto ciao...sono Roberto..." una voce che mi è stata amica e ritorna da sei anni di lontananza per colpa di una fidanzata gelosa, ma ora eccoci a parlare, quasi fosse ieri...anche questo è un effetto del virus.

Donata Ferrari

Dalla delusione alla gioia

Era un mercoledì di Marzo 2020, si quello del Coronavirus, Beatrice e Riccardo si trovano dalla nonna insieme a papà Andrea che lavora da casa (si chiude in quella che era la sua cameretta).

La giornata è splendida, il sole è caldo, la mattinata passa velocemente sul balcone giocando prima con le bambole "Anna e Elsa" dalle quali Beatrice non si divide mai, con gli Avengers che sono gli eroi prediletti di Riccardo e poi a "Memory" (risale al tempo in cui papà Andrea e zia Alessia erano piccoli con le figurine dei personaggi di Paperino che loro amano molto) e qui la nonna si rende conto che la sua memoria fa ormai cilecca mentre quella dei nipotini è sorprendente.

Nel pomeriggio facciamo un giro all'interno del condominio raccogliendo delle margherite da portare alla mamma al loro rientro a casa; poi ci incamminiamo verso il campo Scirea dove c'è una piccola area giochi che è praticamente deserta. Quindi senza perdere tempo lui salta sull'altalena, lei sullo scivolo, si stanno divertendo un mondo.

Ma ecco arrivare un mezzo della Protezione Civile: due incaricati iniziano a "blindare" i giochi con del nastro adesivo, prima l'altalena dei grandi, poi le porte del campetto da calcio e poi anche i giochi dove si trovano i miei nipotini.

Non dimenticherò mai l'incredulità e la delusione dipinta sul loro viso, ma tutto ad un tratto qualcosa si muove nell'erba, vicinissimo a noi: è uno scoiattolo che con quattro balzi raggiunge l'albero più vicino, si arrampica e da lassù ci guarda. L'albero è ancora spoglio, lo vediamo benissimo e sembra dire qui non mi potete prendere. E' stato un momento magico!

I bimbi tutti eccitati abbracciano il tronco ed esclamano: voglio essere uno scoiattolo! Il sorriso è ritornato sul loro volto.

Franca Cerri

Cosa mi ha portato di buono questo virus?

La Pasqua o meglio la Risurrezione di Cristo celebrata in solitudine mi ha rattristata. Avrei voluto gioire, festeggiare, rendere onore, solennizzare con gli amici, coi familiari, col mondo intero questo evento che ci viene ricordato ogni anno da oltre 2000 anni

Invece ho subito con malinconica mestizia, questo significativo avvenimento, senza partecipare al mondo intero la gioia e l'amore che ci sta investendo ma... per fortuna è stata una giornata soleggiata così ho potuto pranzare, in solitaria, sul terrazzo e approfittando della situazione ho ripreso la tradizione della mia mamma cucinando l'agnello con piselli e uova.

Pietanza che non gustavo più da molto tempo perché i componenti delle nuove famiglie, quelle dei miei figli, non gradivano l'abbinamento degli ingredienti.

Quindi sicuramente il virus mi ha portato la solitudine ma ha anche rispolverato antichi ricordi e sapori.

Angela Melchiorre



Il Silenzio

Silenzio totale, assoluto.

Niente macchine ne clacson. Pure la tangenziale tace.

Nessun aereo in cielo.

L'ascensore solitamente instancabile è fermo

Niente passi per le scale.

Nessun bambino che gioca nel cortile condominiale e nemmeno nel cortile della vicina scuola.

Nessuna baraonda all'orario di ingresso e uscita delle scuole.

Solo qualche uccellino canta all'alba e la bimba del terzo piano di tanto in tanto gioca sul balcone con le bolle di sapone

Mi sento come in una bolla. Anche il tempo è rallentato.

Sembra di sentire il respiro della terra. Pare dica "grazie" a questo strano virus che ha fermato, almeno per un po', la nostra assurda frenesia.

E io ho imparato a comprendere la bellezza del silenzio.

Mi mancherà.

Carla Manfredi



Un sabato qualunque

È un fine settimana come tanti altri, un sabato come tanti altri ma con un programma niente male. Mi telefona M. dicendomi che a cena ci aspettano P. R. G. per una pizzata e nel frattempo definiamo i dettagli del nostro prossimo viaggio nei paesi del Nord Europa.

Siamo un bel gruppo di amici che condividono la stessa passione per i balli popolari e i viaggi. Serata piacevole ma anche impegnativa: dobbiamo mettere a punto le prenotazioni per le varie tappe, B&B, Hotel, voli e quant'altro. Sarà una vacanza piacevolissima.

Siamo tutti eccitati al pensiero di quello che ci aspetta e ci salutiamo con la promessa di rivederci al più presto e ogni volta che ci ritroviamo fantastichiamo sul nostro viaggio.

Mi si prospetta un'estate intensa: Paesi del Nord, mare in Toscana, casa al lago e dulcis in fundo una settimana in Sardegna in settembre. Che dire un programma fantastico. Non vedo l'ora.

Passa un po' di tempo e ricevo un WhatsApp dalla mia cara amica J. una cinese con cui ho condiviso un viaggio indimenticabile in Cina: Pechino, Shanghai, deserto dei Gobi, Karakorum ecc., come dicevo un viaggio indimenticabile.

Tra un viaggio e l'altro quando passa da Milano è nostra abitudine trovarci per un pranzo, naturalmente in un ristorante cinese!

Il suo WhatsApp era purtroppo di tutt'altro tenore, mi metteva in guardia su quello che stava succedendo a Wuhan e su quali comportamenti adottare per tutelarmi da questa pandemia, misure drastiche che sono state sottovalutate da me e da altri amici a cui ho girato tale messaggio. Purtroppo solo il tempo le darà ragione.

Ora l'unico mio pensiero va a chi vive e patisce questa pandemia, a chi sta soffrendo per la malattia, chi per la solitudine e l'isolamento, a chi non dorme la notte pensando al suo futuro. Insomma questo tsunami ci ha travolto e fatto prendere atto che la quotidianità che a volte ci andava stretta ora è un sogno, che le cose essenziali sono veramente poche e ciò che conta veramente è la vicinanza dei nostri cari.

Con i miei amici di ballo e viaggi ci troviamo tutte le sere su Skype per sapere, prima di tutto se stiamo tutti bene e per passare una mezz'ora condividendo la nostra passione: il ballo.

Per quanto mi riguarda... mai più progetti a lungo termine.

Carla Di Cesare

Tempo

Questo è il
tempo che ci ha sorpreso e il
tempo dell'io scoperta e il
tempo collettivo dell'isolamento e il
tempo affollato dell'anima.

Questo è il
tempo degli spazi ritrovati e il
tempo dell'assenza dei passi ticchettanti e
tempo per chi non aveva più tempo di sé e il
tempo dei silenzi rimasti tali.

Questo è il
tempo dei progetti conservati e quello dei sogni accantonati, il
tempo della preghiera e quello della speranza, il
tempo dei valori indiscussi e quello dei propositi vacillanti, il
tempo per domande urgenti e risposte contrastanti.

Questo è il
tempo indesiderato, impaurito, assordante, pulsante, rallentato, frastornato
contorto, disinformato, distorto, incompreso, manipolato, informe.

Questo è il
tempo dell'incertezza senza miopia e della certezza nell'inadeguatezza, il
tempo della rabbia, il
tempo del risveglio, il
tempo dell'azione, il
tempo del coraggio.

Questo è anche il
tempo del mio tempo-tesoro
irrinunciabile dono, preziosa opportunità,
questo è il mio
tempo pensiero, sfera perfetta, sincronia nel ritmo,
questo è il tempo incantato, disincantato, smantellato, sospeso.
Questo tempo d'attesa si è infranto, sbriciolato nell'infinito, inesauribile, eterno presente.



il

Paola Barlassina

... E la vita continua...

Ho fatto, come penso tutti, molta fatica a rimanere ferma in casa da sola in questi mesi di arresti domiciliari. Ma la natura mi ha fatto una bella sorpresa. Una mattina ho visto due volatili posarsi a turno sul mio balcone della cucina. Li ho scambiati per piccioni e ho battuto le mani per farli scappare.

Poi guardando i miei vasi ho visto un abbozzo di nido fatto con legnetti, posati con una precisione geometrica nel mio vaso pieno di fiori gialli (si chiamano sedum palmeri e sono crasulacee).

Quando poi ho visto arrivare il maschio con un legnetto nel becco e lo ha posato delicatamente sul nido, ho avuto un moto di tenerezza e, confesso, ho pensato: "questo è un dono della natura".

Poi ho visto che c'era un uovo e adesso la tortorella cova tranquilla e mi guarda.

Io ho subito spostato i contenitori della plastica e del vetro per non disturbare la tortorella.

Si danno il cambio i due genitori, ma onestamente non so ancora distinguerli.

Mi sono già segnata sul calendario quando avverrà la schiusa (intorno al 10/12 maggio) e per noi sarà un segno di speranza.

Amiamo e rispettiamo la natura.



...Continua

Lunedì 11 maggio nasce il primo tortorino... tenerissimo. Sono riuscita a vederlo perché la tortora adulta ha lasciato momentaneamente il nido. Ci sono state alcune brutte giornate e la mamma tortora è sempre rimasta nel nido. Aveva le sue piume gonfie come se volesse tenere al caldo il piccolo e l'altro uovo che ancora doveva schiudersi. Il giorno 13 maggio... sorpresa... a metà mattina trovo il nido vuoto. Sarà nato anche l'altro tortorino e sono volati via tutti. Non c'erano più neanche i gusci vuoti.

Mi è spiaciuto non averli visti volare via. Io comunque ho lasciato il vaso con il nido fatto da legnetti. Prima o poi torneranno... così mi hanno detto.

Elena Massoni

Lettera a mia sorella

23 aprile 2020

Ciao sister, non preoccuparti, non è successo nulla.

Anzi.

Devo dire che sono strabiliata di fronte alla resilienza della mamma in questa situazione.

Quando è iniziata la clausura ti confesso che ero molto molto preoccupata rispetto alla convivenza in caso di attacchi di depressione: non avrei saputo cosa fare!

Non dimentichiamo che sono stati recenti i mesi in cui ci ha praticamente fatto ammattire un giorno sì e, quando andava bene, uno no.

Di certo si annoia, sai, la mattina era un sollievo e una distrazione stare con le amiche. In effetti lei è segregata in casa già dalla fine di febbraio!

Meno male qualche volta si lascia convincere a scendere in cortile per fare due passi. Speriamo che le gambe non peggiorino.

Comunque non l'ho mai e dico mai vista in uno stato depressivo, semmai il contrario. Nel mio piccolo cerco di non farle mancare i piccoli vizi a cui è abituata e ovviamente la casa è in ordine (è lei che è disordinata...ha confessato 😊)

Il suo grande cruccio è ovviamente quello di non potervi abbracciare e parlare dal vivo. Me lo ha detto chiaramente, oltre ad aver esternato le paure che tutti gli anziani provano in questo momento. Cioè, a loro resta poco tempo e quello trascorso così, per loro è davvero tempo perduto. E poi gioca un grosso ruolo il timore di non riuscire più a vedere i propri cari nel tempo che resta loro da vivere.

È una paura molto diffusa. È assolutamente comprensibile anche negli anziani o molto anziani (come la mamma) che, comunque, godono di buona salute.

Tra l'altro ignorando totalmente quando sarà loro permesso di ritornare ad avere relazioni sociali. Credo che proprio questo desiderio fortissimo di poter stare con voi, le stia dando una forza eccezionale. Come dire, un traino per non lasciarsi mai andare.

Prova ne è che mamma si è addirittura messa a fare ginnastica. E mi fa tenerezza che a 90 anni faccia speranzosa la ginnastica per il doppio mento e le tendine delle braccia. ❤️

Spero davvero che nel programma di riapertura ci sarà una piccola possibilità di far visita ai propri anziani. C'è già, ovviamente. Ma per noi al momento, giocano contro la residenza in due comuni diversi e ovviamente il senso di responsabilità: voi sapete che non è sola e quindi non è necessario rischiare. Né voi, né noi.

Noi vi aspettiamo.

Un bacio virtuale a tutti voi.

Maurizia D'Amore

L'anno del contagio – Connie Villis

1992

L'ANNO DEL CONTAGIO 2020

All'inizio nessuno ci fece caso,

la Cina è lontana e non capimmo cosa stesse succedendo.

Le immagini che passavano sullo schermo delle nostre televisioni scorrevano evidenziando una città vuota, negozi chiusi e persone che protette da "scafandri" lavavano marciapiedi e strade.

Era il mese di marzo, la primavera in arrivo, gli studenti già sognavano la fine della scuola e molte famiglie progettavano una breve vacanza in vista della Pasqua.

Accadde che a Milano e provincia ci fossero casi di una presunta polmonite che dilagasse rapidamente, tanto che in breve tempo venne circoscritta un'ampia zona definita "ROSSA" e purtroppo a seguire ci furono altre città lombarde coinvolte.

E' l'inizio di una tragedia, ogni giorno danno notizie di centinaia di morti.

Vengono emanate regole restrittive alle quali non siamo abituati e che molti, inconsapevolmente ritengono esagerate:

Non uscire di casa se non strettamente necessario, non abbracciarsi, non darsi la mano per salutare, tenere la distanza di un metro tra le persone, indossare mascherine, se esci devi giustificare il motivo...

Il silenzio è irreale, le strade si svuotano, se uscendo si incontrano altre persone subito si cambia marciapiede. In lontananza qualche cane abbaia ma la cosa più triste in questo silenzio è sentire bambini che piangono, di certo desiderano uscire per giocare ma come spiegarlo che non è possibile?

Io stessa mi sento in gabbia.

Si dice che dopo un inizio ci sia una fine, ma in questo momento mi chiedo come saremo dopo? Possiamo fingere che tutto sia come prima?

Ovviamente non ho risposte, auspico solo che si possa riprendere la nostra solita vita esattamente da dove l'ho lasciata.

Teresa Morazzoni

La favola del coronavirus

Nel 2020 un piccolo virus di nome Corona entrò per sbaglio in un corpo umano.

Si guardò attorno, vide tre morbidi cuscini spugnosi, pieni di nutrimento per lui che essendo piccolo doveva nutrirsi per procreare una colonia di piccoli virus importanti per la sua sopravvivenza. À

Così dopo essersi insediato nei polmoni umani, si guardò attorno e vide una via d'uscita (i nostri bronchi, la trachea, la bocca e il naso) bene, pensò quando sarò nel naso o nella bocca, farò il solletico e la persona starnutirà, con un rapido salto entrerò in un altro individuo e così via. Ecco che con questo sistema di riproduzione ci siamo accorti di lui

Per difenderci noi umani che ci siamo abituati a volare da un paese all'altro con i mezzi di trasporto a nostra disposizione, ci siamo ritrovati a dover stare in casa e quando usciamo controlliamo di stare a debita distanza da un'altra persona.

Cosa mi ha portato questa situazione? Dopo le prime settimane, nelle quali ho fatto le pulizie di casa rimettendo in ordine tutto quello che mi ero ripromessa di fare, una sera mentre ero seduta su wc, guardo la bilancia che si trova sul pavimento davanti a me, vedo un piccolo ragno e gli dico "è meglio che tu vada in un altro posto qui non c'è nulla da mangiare per te", questo lo ripeto per qualche giorno, puntualmente tutte le sere il ragno si presentava a lato della bilancia.



Mio Dio ho pensato sto parlando con un ragno! Così presi la bilancia la misi sul balcone e dissi al ragno di andare dove poteva trovare il cibo.

Dopo due giorni il ragno non c'era più. Bene pensai almeno lui è libero, ma poi incontrai una cimice sulla tenda della mia camera da letto, a lei dissi "lo sai vero che tu puzzi quando vieni catturata" io non voglio farti del male, ma devi uscire da qui, con delicatezza l'ho fatta camminare su di un foglio e l'ho fatta volare fuori dalla finestra. La cimice per ringraziarmi mi lasciò la scia del suo puzzolente odore.

In questo periodo mi concedo di bere il caffè sul balcone di casa che dà su 7 pini, ormai vecchi di 30 anni quindi sono all'altezza dei rami più grossi. Un giorno sono arrivate due tortore, una si posiziona davanti al ramo davanti alla mia finestra la seconda sul ramo accanto. Si sono ignorate per un po', poi (presumo il maschio) si avvicina alla femmina gli fa le fusa ma lei non gli degna di uno sguardo. Lui indignato le rivolge la schiena allora lei le si avvicina e gli dà una beccata, poi insieme sono volati via.

Se non fossi stata reclusa non avrei mai assistito tutto quel tempo ad osservare come anche loro si comportano come noi, o viceversa.

La conclusione di questa fase della mia vita mi ha portato avvenimenti che non pensavo di vivere.

Sono diventata la bimba dei miei figli, uno si preoccupa della mia salute facendomi la spesa, mi telefona tutti i giorni per chiedermi come sto. L'altro figlio che abita lontano mi scrive tutti i giorni Buon Giorno. Sono sola da 10 anni e questo che mi sta accadendo mi commuove, i gruppi che frequento ognuno con le proprie caratteristiche si coalizzano per non farci sentire soli.

Mi viene da dire come nelle favole, e vissero felici e contenti dopo il CORONAVIRUS

Margherita Villarusso

Marzo 2020

Cieli plumbei sopra la Terra
Strade vuote, desolate.
Nessuno incontra nessuno.
Dentro case serrate, chiuse
esseri spersi resistono, sperano.
Altrove, altri lasciano questa Terra
senza un saluto, una carezza, una lacrima.
Sciacalli pensano solo a sé stessi.
Altri si trasformano in angeli custodi.

Talvolta osservo oltre la finestra:
il biancospino è in fiore, il pesco
rosa rallegra il giardino e
un'acacia riluce di giallo intenso.
In cielo stormi d'uccelli ricamano
rapide forme nei miei occhi d'azzurro.
Una bimba solitaria appare fugace giù nel cortile.
E la vita continua: ora è tempo
di fiducia, tenacia, resistenza.
Teniamo le nostre paure dentro di noi
condividiamo il nostro coraggio con gli altri.

D'improvviso alzo i pugni verso il cielo:
"Dove sei, mio Dio!"
Il grido si perde nel silenzio senza risposta.
Inutile invocare un Dio dimenticato.
Il miracolo è l'amore, se noi amiamo.



Enzo Concardi

Fermati e attendi

Un vecchio detto africano recita: quando hai corso troppo senza mai guardarti indietro, fermati e attendi che la tua anima ti raggiunga.

Forse l'umanità ha corso troppo in questi anni...

Ecco, allora noi, banca del tempo prendiamoci tutto il tempo che ci occorre per ricongiungerci, saremo ricompensati da tanto, tanto altro tempo da dedicare a tutti quelli che ne avranno bisogno, ma sarà un tempo un po' speciale, arricchito, più... diciamo esplosivo. Questo è l'augurio che faccio a tutti noi.

Carlo Scavini

ALBINA

Molto tempo fa, in una piccola valle sperduta fra i monti, viveva una bellissima bambina; Albina aveva occhi grandi color del mare, quel mare che aveva sempre sognato ma, per lei, impossibile da raggiungere. Albina abitava in una piccola casa di pietra costruita sul pendio, ai margini del bosco insieme alla mamma Chiara, al papà Abel e al loro cane Napiù.

La famigliola viveva felice coltivando un piccolo orto e allevando dodici mucche e una capretta.

Un giorno, all'alba, Abel uscì da casa, come tutti i giorni per condurre al pascolo la sua piccola mandria e la capretta accompagnato dal fedele Napiù. Il sole tramontò, calò la notte sulla valle, ma Abel non tornava.

La moglie Chiara chiamò allora tutti i pastori e i contadini della zona, furono suonate le campane a martello e tutti accorsero alla ricerca di Abel. Le ricerche proseguirono per sette giorni in tutta la valle senza alcun risultato; pareva che il pastore ed il suo cane fossero scomparsi nel nulla.

La gente del paese si era ormai convinta che Abel fosse stato aggredito e ucciso dall'Orso Nero; il terribile Orso Nero era temuto in tutta la valle: in realtà nessuno l'aveva mai visto ma pare che fosse il responsabile di tutte le sparizioni di uomini e animali che da qualche tempo si verificavano nella zona.

Chiara aveva ormai perso la speranza di rivedere suo marito, ma Albina non si rassegnò mai alla perdita del papà e continuava, in cuor suo a sperare di ritrovarlo, prima o poi.

Trascorse dodici settimane dalla scomparsa del padre, Albina udì un debole guaito provenire dalla stradina che conduceva alla casa, aprì la porta e vide Napiù, il pelo arruffato e pieno di spine, nonostante

fosse completamente stremato, ebbe ancora la forza di alzare le sue zampe anteriori sulle spalle della bambina e di avvicinare il muso per farsi abbracciare.

Albina piangeva a dirotto mentre accarezzava il suo cane e chiedeva, fra i singhiozzi, dove fosse finito suo papà, che cosa fosse successo di così terribile, ma le risposte di Napiù si esaurivano in una serie di guaiti accompagnati dallo sguardo pietoso di quei suoi grandi occhi marroni.

Il ritorno del cane riaccese in Albina la speranza di rivedere un giorno anche suo padre: l'avrebbe cercato in ogni luogo, avrebbe affrontato anche le situazioni più difficili e pericolose pur di ritrovarlo.

In una piccola grotta scavata nella montagna viveva, solitario, un vecchio magro, ossuto, con lunghi capelli bianchi che gli cadevano sulle spalle; egli si cibava di erbe, di semi, di noci e di piccoli frutti del bosco, saltava da una rupe all'altra e correva per i pendii e i dirupi con una agilità incredibile per la sua età, sembrava volasse con la leggerezza di un uccellino; nessuno conosceva il suo vero nome, né da dove venisse, ma la gente del luogo l'aveva soprannominato Zigol; pochi avevano considerazione per questo strano uomo che amava la solitudine e non parlava quasi mai con nessuno.

Albina però aveva intuito che Zigol fosse una specie di stregone che conosceva molto bene la montagna, gli animali e tutte le creature che la popolavano e tutti gli alberi, i fiori e le erbe che vi crescevano; vide in lui la persona che avrebbe potuto aiutarla a ritrovare suo padre e, un giorno, si recò presso la grotta insieme al suo fedele Napiù.

“Buongiorno Zigol, so che tu puoi aiutarmi, vorrei tanto rivedere il mio papà che tempo fa è sparito in queste valli, forse rapito dal terribile Orso Nero”

Dopo un lungo silenzio il vecchio le rispose: “Tranquilla bambina mia, conosco l'Orso Nero: non ha mai aggredito nessuno, vive nel bosco e cerca di stare il più possibile lontano dagli uomini che teme possano fargli del male. La gente qui non crede e non vuole vedere, ma tra queste valli esiste un essere ben più terribile e malvagio: si chiama Mostasstrachitunt e nessuno l'ha mai visto né incontrato; è un predatore affamato e avido, è lui che rapisce e tiene prigionieri i pastori e gli animali. Esiste un solo rimedio per liberare tuo papà e tutta la valle dal malefico Mostasstrachitunt, ma è molto pericoloso!” “Ti prego dimmelo, per favore, Zigol, dimmi cosa devo fare, andrei in capo al mondo, sono pronta a qualsiasi sacrificio pur di ritrovare mio padre!”

Zigol riflettette un po' prima di rispondere: “Ebbene, considerato che sei così determinata e coraggiosa, l'unica soluzione per ottenere ciò che vuoi è il RAGGIO D'AMORE COSMICO”.

Da una sacca che teneva sempre appesa al fianco Zigol estrasse una stella alpina e la mise in mano ad Albina: “Con questa stella alpina tu dovrai salire sulla vetta più alta di queste montagne, all'alba, quando il sole sorge; attenzione però, tu dovrai tenere fra le mani questo fiore in modo che riceva il primo raggio di sole che sorge dietro la montagna, poi, immediatamente dovrai dirigerlo a valle, verso il malvagio

Mostasstrachitunt; ti avverto, è difficile e pericoloso, ma sono convinto che tu ce la potrai fare. Ecco bimba, e che il Signore ti protegga!”

“Grazie Zigol, ti sarò per sempre riconoscente!” urlò felice Albina correndo verso casa.

Quella sera stessa, nonostante il cielo fosse pieno di nuvoloni che non promettevano niente di buono, Albina partì per la scalata; avrebbe dovuto raggiungere la vetta prima del sorgere del sole. Il buio e il temporale che nel frattempo si era scatenato rendevano il percorso molto difficile e pericoloso: più di una volta la bambina rischiò di cadere nel dirupo e una volta, scivolando sulla roccia, stava proprio rotolando giù, quando si sentì trattenere per un braccio da una forza misteriosa che la rimise sul sentiero.

Finalmente arrivò in cima, graffiata dai rovi stremata e sanguinante: appena in tempo, la luminosa sfera stava apparendo tremolante fra i due corni del monte, Albina prese fra le mani la stella alpina e la diresse verso il sole; sentì i palmi bruciare, il fiore che teneva fra le mani divenne incandescente e Albina, d'istinto, lo lanciò, dirigendolo verso la valle.

Mostasstrachitunt, colpito dal raggio cosmico, cominciò a sciogliersi come la neve al sole, un torrente bianchissimo si riversò lungo la valle. I pastori con i loro animali, finalmente liberi dal giogo del mostro malvagio, corsero alle loro case e riabbracciarono i loro cari. Anche Abel con la sua piccola mandria tornò a casa finalmente; trovò sua moglie Chiara in lacrime, ma felice, che lo informò dell'impresa compiuta da Albina. Abel salì sulla vetta e trovò Albina che dormiva profondamente; la baciò sul viso e la strinse forte forte a sé. Grazie al Raggio d'Amore Cosmico aveva ritrovato la sua bambina! Un forte bagliore illuminò improvvisamente tutta la valle, mentre mille stelle alpine abbarbicate sulla roccia sfavillavano di rugiada e di sole. Un uccellino giallo con le penne del dorso spruzzate di bianco saltava qua e là fra quei fiori, come se volesse coglierli ad uno ad uno.

Il mio 'tempo' al tempo del COVID-19.

Senza essere fraintesa... 'mi sono sentita un po' in ferie'.

Ho riagguantato un po' di tempo che avevo perso.

Ho trovato tempo per riassetare la casa.

Ho trovato tempo per fare lunghe telefonate con persone che avevo perso di vista.

Ho trovato tempo per i miei hobby.

Ho occupato il tempo per continuare i miei corsi facendo TUTORIAL sono stati molto graditi.

Ho trovato tempo grazie alla tecnologia, di bere un caffè con le mie amiche vedendo le foto a distanza.

Ho trovato tempo per la lettura, finalmente ho letto, 'Bottoni di madreperla' di Gloriana Venturini e 'Delitto a villa Arconati' di Franco Busato.

Ho fatto mascherine per la mia famiglia e per amici.

Ho provato a fare anch'io le pizze e i dolci come milioni di persone, elemosinando il lievito.

Ho trovato tempo per tutto quello o quasi, che volevo sperimentare ...ne avevo tanto!!!

Ho avuto paura...momenti di sconforto quando una telefonata mi avvertiva che il covis-19 era più vicino alla mia famiglia (3 cugini) che dopo 2 mesi di ospedale sono tornati per fortuna a casa. Ora stanno bene. Ho festeggiato il compleanno di mio figlio, mio marito e il mio a distanza.

Il mio tempo!!!

L'ho gestito nel miglior modo possibile 'restando a casa.'

Ho giocato con le mie nipotine con le video chiamate ed era sempre un bel momento anche per loro che sono rimaste a casa da scuola e dall'asilo.

Sono stata fortunata perché avevano appena aperto un supermercato davanti a casa mia e quindi dalla finestra potevo controllare le file...mai fatte.

Ma nonostante 'tutte queste ferie', resta che mi sono mancate tante cose.

Non mi è mancato il parrucchiere o l'estetista o altro, ma gli abbracci della mia famiglia, persino i capricci delle mie nipotine mi mancavano e mi mancano perché ancora siamo lontani.

Mi mancano gli abbracci delle mie amiche e soprattutto la leggerezza di cui vivevo prima del covid-19

Cosa mi aspetto: più che aspettarmi, spero che passi presto senza troppi psicologici ed economici.

Spero di togliere la mascherina il prima possibile perché non c'è di meglio donare e ricevere un sorriso.

Oggi, 18 maggio 2020, siamo entrati nella fase2, si riprende con cautela ma anche con tanta paura.



che



danni

che

Angela Ladiana

Ciao Ginin

19 maggio 2020

Volentieri condivido con i soci della Banca del Tempo le mie impressioni sul tremendo periodo che abbiamo trascorso da febbraio a tutt'oggi a causa del coronavirus.

La mia famiglia è stata colpita da un grave lutto.

Il giorno 2 marzo è deceduto mio zio all'ospedale di Lodi. Il ricovero era avvenuto qualche giorno prima ma dopo aver chiamato il 112 per tre giorni senza avere nessun aiuto.

Aveva 84 anni ma era in perfetta salute. Era il fratello minore di mia madre, 94 anni, che da bambina gli aveva fatto da mamma, come succedeva nelle famiglie contadine dell'epoca. La sorella più grande curava i fratellini più piccoli. Proprio come nel film "l'albero degli zoccoli" di Ermanno Olmi.

L'affetto che legava mia madre a suo fratello era molto più intenso di quello tra sorella e fratello.

Il funerale si è svolto a Santo Stefano Lodigiano dove, per motivi di sicurezza, mia madre non era presente.

Ho comunque scritto per mio zio un breve pensiero che ho letto durante la brevissima funzione religiosa.

Un pensiero buttato giù così, uscito dal cuore improvvisamente:

"Ciao zio Gino

dovevamo vederci il 29 febbraio al ristorante tutti insieme.

Sarebbe stata una bella occasione anche per mia mamma, tua sorella Mariuccia.

Invece tutto il nostro piccolo mondo si è capovolto improvvisamente, come se fosse scoppiata la guerra nucleare.

Ma a volte la natura è più potente.

Basta un piccolissimo organismo sconosciuto per annullare tutte le nostre certezze, le nostre speranze, le nostre gioie.

A noi, increduli e sopraffatti dal dolore, non rimane altro che ricordarti nel modo che meriti: una persona buona, onesta e generosa.

Tua sorella Mariuccia quando parlava di te diceva sempre "El me Ginin", perché ti considerava ancora il suo "fratellino".

E allora ti voglio salutare così: "Ciao Ginin", stai bene dove sei adesso, mi raccomando."

Franca Venesia

Banca del Tempo

Caponago

1-2-3 Stella....siamo rimasti così, in sospeso, aspettando che qualcuno ci dia il comando per tornare a muoverci.

Da due mesi ormai, la nostra vita è come un respiro incompleto, le nostre giornate scorrono tutte uguali, cadenzate dai bollettini, trasmessi nei telegiornali, che ci aggiornano sui morti e sui contagi, e i numeri non si abbassano a sufficienza, per farci infine tirare un respiro profondo e dire, si ricomincia...

Ogni tanto si contattano gli amici ed è come fare la conta, chi sta bene e chi sta affrontando direttamente o indirettamente questa malattia. Nuova sconosciuta e sempre più temibile.

E noi attendiamo in questa atmosfera irreale che qualcuno infine ci dica 1-2-3-Stella...

Ciao grazie

Valeria



Oggi dalla finestra guardo fuori
ma non vedo più i colori
e non vedo nemmeno più passare
gente che va a camminare.

Non vedo più bambini
che giocan nei giardini
i ragazzi sono in casa
la scuola è ancora chiusa.

Gli innamorati son lontani
non si stringono le mani.

I nonni alle carte non posson più giocare
nei bar con gli amici non devono andare.

I negozi sono chiusi
ormai si sono arresi

Gli ospedali sono pieni
e i dottori non sono sereni.

In chiesa non si va a pregare
bisognerà aspettare...

Ma forse l'ho capito
il colore dov'è finito
nei fogli di grandi e piccini
che disegnano ogni giorno
un grande arcobaleno 🌈
che salvi tutto il mondo

Allora #restaacasa
lo sai che ti conviene
con un po' di pazienza
#andràtuttobene



Doretta Braglia

Banca del Tempo

Carpe Diem

Il mio pensiero al tempo del Corona Virus

A metà febbraio abbiamo iniziato a sentire i primi allarmismi, questo Virus si stava inserendo, silente nelle nostre vite.

Non capivamo quale era la grossa difficoltà, non riuscivamo a capire il perché non potevamo più stare vicino a figli, nipoti, amici.

E quel fatidico 8 marzo, ci è stato ordinato di stare tutti chiusi in casa, non avrei potuto uscire per nessun motivo, se non per fare la spesa, la farmacia, vere emergenze.

Capivo, ma mi chiedevo “perché???” il nemico invisibile mi ha tolto tutto, la libertà, la mia famiglia, gli amici più cari.

Di colpo ci siamo trovati SOLI chiusi tra le quattro mura di casa, pensando a come far passare il tempo.

Le giornate interminabili, orari sballati, il prodigarsi a fare il pane, le pizze, le focacce, le torte tutto rigorosamente in casa SOLI.

L’approvvigionamento della farina, del lievito, diventava difficoltoso. Tutti stavamo diventando Panettieri, Pizzaioli e Pasticceri.

Guardavo fuori dalla finestra questa coda d’inverno non era mai stata così bella, giornate splendide, chiusi in casa SOLI, sentivo l’aria diventare più pulita, più respirabile, la natura si stava risvegliando e si riappropriava dei suoi spazi.

Dopo qualche giorno, ho registrato un video messaggio da inviare a tutti i Soci della BdT Carpe Diem, ho detto loro che volevo trovare il modo di stare uniti anche se tutti chiusi in casa, li ho esortati ad utilizzare la chatt di gruppo, per inviare pensieri, ricette, barzellette, canzoni; tutto quanto poteva servire a farci sentire meno SOLI.

E da allora ogni giorno, io inizio la giornata inviando ai Soci dei viaggi virtuali alla scoperta delle bellezze della nostra Italia, scoprendo giorno dopo giorno angoli e paesi mai visitati.

Un po' di musica, canzoni che tutti conosciamo che consiglio loro di cantare a squarcia gola per buttare fuori tutta la tristezza che ci attanaglia.

Purtroppo alcuni dei nostri Soci ci hanno lasciati, abbiamo pianto e pregato per loro e per i loro cari che, come molti altri non hanno potuto dare l’ultimo saluto, dopo averli visti salire su un’ambulanza che se li è portati via per sempre!!!!!!!

Questa è l’angoscia più pesante vedere i numeri dei danni fatti in Italia da questo virus mostruoso, che ha pensato bene di farsi trasportare dalla Cina in Europa e in men che non si dica ha portato, malattie e morti, privilegiando le persone già immuno deboli, per cui ha fatto strage di una grossissima parte di anziani, della memoria storica del nostro paese.

Ad oggi i numeri fanno paura:

Sono 229.858 i **casi totali** dall'inizio della pandemia:

- 56.594 persone attualmente positive
- 32.785 deceduti
- 140.479 guariti.

Ora stiamo attraversando la Fase 2, ma come siamo stati bravissimi a stare chiusi in casa oltre 2 mesi, ora sembra difficilissimo uscire e tutelarsi, mantenendo le distanze ed usando le mascherine. Dobbiamo essere tutti coscienti, rispettando le regole.

Si avvicina la Fase 3 e se non saremo stati bravi, ci costringeranno a stare ancora limitati entro i confini della nostra regione.

Non mi sarei mai aspettata di vivere questa “esperienza” una pandemia l’ho vista solo al cinema o letta nei libri di fantascienza, invece è arrivata e sta mettendo in ginocchio il mondo intero.

Ce la meritavamo?

Chi lo sa! L’importante ora è imparare da quello che ci è successo ad apprezzare di più la vita, a rispettare il prossimo, la natura e forse (lo spero) potremmo mettere le basi per una vita migliore

Lucia Lauciello
Presidente BdT Carpe Diem



Il mio diario sul coronavirus

l'emergenza che ci costringe a restare a casa, senza impegni particolari se non domestici, senza incontri con altre persone se non la propria moglie.

Infatti non so se capita anche ad altri ma la sensazione che ho sviluppato in questo periodo di costrizione è quella di una serena tranquillità, di vivere in leggerezza ,di poter padroneggiare il tempo senza condizionamenti, di una ampia libertà di scelta sull'impiego del tempo, la sensazione di vivere in un tempo sospeso ,provvisorio ,in un sogno o forse è un incubo che comincia a piacerti e a dare maggior valore alla tua esistenza , che ti fa sentire in un atmosfera di vacanza prolungata.

In tempo di costrizione a casa si trovano si scoprono tante cose da fare a cui non si era mai pensato o per le quali non si trovava mai il tempo o la voglia, allora ci si impegna nel dare una mano in più per le incombenze domestiche, ci si mette a sistemare le librerie si riorganizzano gli archivi cartacei, eliminando con l'occasione un sacco di carta inutile.

Si fa un pò di pulizia, si sperimentano nuove ricette di cucina si razionalizza la spesa alimentare e così via.

Inoltre, considerando la vasta offerta che ci viene dalla televisione e dai nuovi mezzi informatici, si può valorizzare la giornata con l'ascolto di buona musica.

La visione di qualche film importante o di qualche documentario interessante, la navigazione in rete per visitare i musei del mondo che non si conoscono o rivedere i quadri che ci hanno maggiormente emozionato.

Non vorrei però essere frainteso, non voglio si pensi che vedo la situazione tutta rosa tranquilla e ricca di prospettive, ci sono momenti di giorno e di notte in cui l'ansia si fa viva e la preoccupazione per il futuro delle persone a cui si vuole bene, siano famigliari, o amici, diventano assillanti.

L'idea di perdere le persone care soprattutto quando si tratta di figli e nipoti diventa insopportabile. Purtroppo, in questo periodo e forse ancora per un Pò di tempo, tutte queste sensazioni che le accompagnano sono quotidiani.

Molto diverso è il pensiero se è rivolto alle generazioni meno giovani che certo non si meritano di concludere la loro esperienze di vita a causa di un microscopico virus.

Per i nostri giovani invece è molto importante sperare, rispettare le regole, accettare i giusti sacrifici perché si possa superare questo difficile momento, che ricorderanno a vita e quando lo leggeranno nei libri di storia, diranno ai loro figli "IO C'ERO!!!!".

Salvatore Putrone
Socio BdT Carpe Diem

E' TUTTO CHIUSO

È dunque tutto chiuso

Tutto, tranne chi
Un "bene di consumo"
Tratta nei suoi dì
Tana restrizione

Ordunque, dà Speranza
Con ciò, l'odiato Virus
Ha freno e non avanza.
Il tempo che verrà

Un giorno, spero presto
Senz'altro ci dirà:
Or fine ha tutto questo .
Perciò è cosa sana

Ed anche rispettosa
RESTARE DENTRO CASA!!
Sia pur con noia a iosa
Tutti quanti NOI

Abbiamo un grande ruolo
RISPETTO ED OBBEDIENZA!
È assente sia ogni dolo.
Bene ! a questo punto

È d'uopo fare questo
Nel modo più assoluto
E il Virus avrà il suo Arresto

Il beltempoverrà



Biagio Dolce
Milano, 12 marzo 2020

Ti dico solo “GRAZIE!”

Dico **Grazie** a TE, a te che in giro vai
con cibo e medicine, per sminuire i guai...
Dico **Grazie** a TE, che stai dietro ad un bancone
con mascherina e guanti, a rischio d’infezione.

Un **Grazie** va anche a Te, Cassiera coraggiosa
che a chi vien far spesa, ti mostri doverosa.
Grazie al “netturbino”, grazie al suo pulire
disinfettando tutto, dall’alba all’imbrunire.

Grazie a Te tramviere, Grazie a Te, taxista
seppur con meno utenza, lo stesso state in “pista”
va un **Grazie** meritato, a Te, rappresentante
le Forze d’ogni Ordine, con impegno assai costante.

Non può mancare un **Grazie**
al Medico o Infermiere:
son delle Professioni, oggi ancor più fiere.
Il loro enorme Impegno, possiamo alleggerire:

STIAMO DENTRO CASA! E ciò potrà avvenire.
Un **Grazie**, un grande Grazie, vada chiaro a Tutti:
lo stare dentro casa, darà i suoi Frutti.

Biagio Dolce
Milano 17 marzo 2020



UN INVERNO COSÌ

Un inverno così
giammai l'ho vissuto
come in tanti del resto a cui rivolgo un saluto
Un saluto ad ognuno

chiuso in casa ad oltranza
per tenere sempre viva, una sana Speranza
Quella nostra Speranza
una sola ormai

che finisca il contagio, che finiscano i guai.
Purtroppo il suo corso
è ancor brutto e funesto
ma la luce un po' c'è, in questo buio pesto

La luce che appare
dà più viva Speranza
seppur questo "mostro", senza sosta più
avanza
Ironia della sorte

in questo mese di Marzo
davvero un Bel tempo esprime tutto il suo
sforzo
Siamo ancora in Inverno
e si ha voglia di uscire:

questa "storia" perbacco! Dovrà senz'altro
finire
E' assente il maltempo
c'è il sole ogni dì
non godere è un peccato di un Inverno così

CONTINUIAMO A RESTARE A CASA!!!

La "Terza Guerra Mondiale"

Pare sia così
su tutta ormai la Terra
e non è virtuale: siamo proprio in Guerra!
Quando c'è un nemico

lo si combatte a modo
avendolo di fronte, venendo giusto al
sodo.
Invece qui, il Nemico
rasenta l'incredibile

vilmente, ci aggredisce, restando lui
invisibile.

Ed è questa una Guerra
che tocca proprio ognuno
scampo non ce n'è, immune è ormai
nessuno.

Laddove è cominciata
sembra debellata
ma non c'è Zona alcuna, che sia esentata.
Davvero, è un gran disastro

e ciò che si presenta
avrà un corso lungo, e ciò spaventa.
Per venire fuori
se lo facciamo a norma

lo "**STIAMO TUTTI A CASA**" sembra sia la
forma.

Le strade sono vuote
intorno tutto tace.....

**PERCHE' C'è QUESTA "GUERRA"
SE OGNUNO VUOLE "PACE" ?**

È questa una domanda
ed è abbastanza tosta
però so già che ad essa, non c'è risposta

**Biagio Dolce
Milano, 20 marzo 2020**

Un Ultimo Saluto

Proprio come nebbia
si alza e va veloce
questo strano Morbo
che tutti mette in Croce

Ancora non c'è stato
un "fermo solutivo"
volto a sentenziare
che tutto è negativo.

Questo "Negativo"
lo intendo un po' su tutto
esami, risultati
e qualsivoglia Lutto

Il Lutto sì, perché
tra sofferenze immense
si piange il "non Salvato"
per tutte le Giacenze.

Il Virus maledetto
che sempre più è acuto
vieta, non fa dare
un Ultimo Saluto.

Il Male non perdona
e sparge in giro fiele.....
non dar l'Estremo Addio
è troppo, assai crudele

L'Addio ad un parente
l'addio a un familiare
l'addio ad un Amico
alle persone care

È proprio disarmante
vedere in fondo chi
ci è stato accanto una Vita
andare Via così

Biagio Dolce





Cimitero Monumentale Bergamo, 29 Marzo 2020

1° Aprile

Svegliarmi, avrei voluto
in questo 1° Aprile
dicendo:

“E’ stato un Pesce, questo Virus vile.
Sarebbe certo bello
se infin fosse così
per affrontar con Gioia, questo nuovi dì.

Purtroppo, lo si sa
che così non è
non c’è “Pesce” che tenga, e ben sappiamo
perché.

Da tempo ormai si aspetta
quel famoso “Picco”
ma s’allontana sempre, e ognuno è meno
ricco.

Ricco d’ogni cosa
di quello che conviene
di quello che più conta, di ciò che fa star
bene.
Si vive nel ricordo
delle cose avute
sfognando un nuovo giorno, ricco di Salute

Però questa Salute
si sa ch’è sempre meno
finchè non ci sarà, in ciel l’Arcobaleno.

Già, l’Arcobaleno
ch’è ormai su tutti i fronti
e senz’altro apparirà, se noi saremo
pronti.

Pronti a rispettare
le regole previste
atte a debellare, ogni giorno triste.

In questo 1° Aprile
con o senza “Pesce”
ripeterlo, è importante:
“DA CASA, NON SI ESCE!”

“ Via Crucis”

Un dì venne Qualcuno
Nel Tempo che si sa
Andando incontro a tanta
Violenza e crudeltà

In Esso c’era solo
Amore e Verità:
Ci portò l’esempio
Recante Libertà.

Un fatto risaputo
Con tutto ciò che poi
In tutti i tempi ad oggi
S’è tramandato a noi.

Pilato fu indeciso
E si lavò le mani:
Racchiuse in un rifiuto
Quei suoi concetti strani.

Uniti ma a distanza
Adesso tutti noi

SALVIAMOCI A VICENDA!

Insieme, d’ora in poi.
Tra poco sarà Pasqua
Un dì che esprime Pace.....
Teniamoci lontano

Tutti, da ogni Croce
In tutta questa “storia”
Nel mezzo delle Pene
Ordunque, confidiamo

In ciò, che porta Bene

È Pasqua

È dunque già arrivata , la Pasqua del Signore
ma ancora c'è rimasto, ciò che dà Dolore.

Ormai la Pandemia, ha preso piede appieno
fin qui nulla è servito, a darle un netto freno.

Si aspettava Pasqua, in piena convinzione
che sparisse il Male, con la Resurrezione.

Invece è ancora qui, qui, e nei dintorni
a mietere contagi, in tutti i santi giorni.

Qualcuno degli Esperti, dice ed anche crede
lo si può arginare, anche con la Fede.

Può esser certo vero, che ciò potrà servire
ma intanto tanta Gente, seguita a morire.

In questo, se c'è senso, mio caro Buon Gesù
noi non lo comprendiamo, senz'altro lo puoi Tu.

Che questo Tuo Risveglio, porti con ragione
un'Alba nuova in tutto, e pur la guarigione.

Una Guarigione, nel corpo e nella mente
lasciando ad ogni Male, sia mai più presente.

È questa l'Occasione, onde debellare
il Virus ed i suoi Guai, per poi RICOMINCIARE

Comunque

Buona Pasqua a Tutti !

Biagio Dolce
Milano 12 aprile 2020



Dentro, per Uscire !!

Pur restando a casa
In questa situazione

Uniti nell'intento
Riaprirem le Zone

E ci sarà un'Uscita
Senz'altro un po' mirata

Tenendo il giusto tempo
È corta di durata

Ripartirà un po' tutto
E senza più scomporre

Magari ci sarà
Ovunque, ciò che occorre

Dunque, un dì di maggio
E non vediamo (ora)

Non più saremo al chiuso
Tutti fuori ancora

Ritournerà il Sereno
Ovunque lo si spera

E ci ravvederemo
Per una Vita Vera

In fondo abbiām subito
Un forte e brutto tiro

Pericoloso e vile
Rimescolato in giro

È stato questo Virus
Silente ed assassino

Tenace e prolungato
Orrendo nel cammin

Avremo ancor Divieti
Nei giorni che verranno

Dovremo ottemperarli
Rimembrando il Danno

E ser faremo questo
Miglior sarà per noi

Ogni cosa c'è
Fa stare bene "Poi"

"UNITIMADIVISI"
Ora siām così

Torneremo "Insieme"
In Maggio il Quarto Dì

Un Pensiero sulla quarantena al tempo del LockDown.

Un periodo di isolamento a casa in solitudine, il pensiero più forte era per mio figlio e mia nuora, che erano in attesa del loro secondo figlio, ed abitando loro in Valle D'Aosta, la preoccupazione era altissima.

Finalmente il grande giorno è arrivato il nipotino è nato la domenica delle Palme e finalmente ho potuto raggiungere i miei famigliari e condividere con loro questa grande gioia, nonostante il brutto periodo attraversato.

Adesso mi trovo in Valle d'Aosta nella piccola frazione che si chiama Venoz a 1800 m .10 abitanti niente negozi solo mucche.

È un altro mondo dove tutto è incontaminato finalmente ho conosciuto il mio nipotino, qui.

Solo mio figlio scende in bassa valle: per la spesa, siamo fuori dal mondo il coronavirus sembra una cosa lontana, l'altro mio nipotino di 3 anni e mezzo è fortunato di poter correre libero nei prati al contrario dei piccoli di città, starò qui con loro in modo da potermi rendere utile e trascorrere questo periodo lontano da Milano e dal pensiero dei contagi.

Milena Menighetti
BdT Carpe Diem



Banca del Tempo

Cassina de Pecchi

Diario di Silvana

E' buio.
Sono le 5 del mattino.

Come ogni giorno, mi alzo, prendo il caffè , preparo la pappa al mio adorato labrador e lo vesto: collare e copertina.

Mi porto sempre la pila per evitare guai. Il silenzio mi circonda.

Ed ecco che incomincia l'avventura: l'erba del grande prato davanti a casa mia mi arriva al ginocchio, ci sono tanti alberi e rami abbandonati: naturalmente inciampo mille volte e intreccio i capelli nei lunghi rami..... e poi?

" Dov'è il cane?"

Il cuore mi batte forte per la fifa di perderlo perchè Lulù è sempre libera, senza guinzaglio perchè è addestrata, ma regolarmente la perdo nel buio della notte.

La cerco, inciampo, la cerco e dopo un po' di sospiri la chiamo e la ritrovo, tranquilla e pacifica, che annusa da tutte le parti.

"Andiamo a casa, Lulù!"

Ecco che passa la prima automobile. Corona-virus o no questo è il mio modo di iniziare la giornata..... quando chiudo il cancello spunta il primo raggio di sole: è giorno.



SILVANA RUBBIANI

.....
Sono le 10 :il mattino è sempre lungo e attivo (più o meno).

Il cane è andato a spasso con la tata posso mangiare 2 o 3 biscotti; se Lulù mi vede, subito appoggia il musetto sulle mie ginocchia e mi guarda interessata e ostinata : " Anch'io!"
Pensa e ripensa, ho deciso cosa farò stasera per cena: risotto giallo, un pezzetto di formaggio grana con qualche grissino, cibo scarso, ma adeguato alla dieta fissata per mio marito.

Ripasso in salotto, che è la camera da letto di Lulù: ieri non ho messo a posto quasi niente, oggi cercherò di fare qualcosa di più; è molto disordinato perchè non ho ospiti, ma lascio in tutti gli angoli i resti dei miei lavori.

Mi guardo intorno, schifata dal disordine: sul divano ci sono 7/8 sacchetti pieni di gomitoli di lana e di cotone; mi piace lavorare all'uncinetto per uno o due mesi e poi... STOP!!

In alternativa, mi piace infilare le collane, ma non le metto quasi mai; ovunque ci sono avanzi di pietre, di perle di tutti i colori; negli anni passati le vendevo e le aggiustavo frequentemente, ma adesso non mi capita più tanto spesso; per fortuna un'amica è andata in Africa e adesso ho tante collane di legno colorato da trasformare magicamente in gioielli vivaci e allegri utilizzando il materiale avanzato negli anni precedenti.

Anche questo mi aiuta a passare il tempo in modo piacevole, con estro e fantasia all'opera.
Ma questo lavoro non si fa tutti i giorni, oggi per esempio, no!

A volte guardo la TV, ma non mi capita spesso: sono attratta dalla musica, perchè quando ero giovane suonavo il pianoforte e il flauto e cantavo in un coro: purtroppo non lo faccio più.

Ecco, ho sistemato un pochino la confusione esagerata, ho spazzolato la cuccia del cane con cura, era piena di peli.

Suonano alla porta: è mezzogiorno e il cane e la sua tata vengono a casa.

CI LAVIAMO LE MANI E ANCHE LE ZAMPETTE DEL CANE, scambiamo due parole (CON LA MASCHERINA) e poi ci salutiamo.

Sono le 6 del mattino; dopo la passeggiata col cane nella giungla, MI LAVO LE MANI; bevo un altro goccio di caffè e mangio qualche biscotto.

Comincia la lagna di tutti i giorni:

Svuoto la lavastoviglie e pulisco un po' in giro; MI LAVO LE MANI.

Carico la lavatrice e tolgo la biancheria asciutta dai fili dello stenditoio; lucido un po' i vari elementi con un detersivo disinfettante... basta! MI LAVO LE MANI e PAUSA! Ho lavorato abbastanza, adesso mi riposo.

Mi piacciono molto le parole incrociate e il Sudoku. Sottovoce: ogni tanto cerco una parolina che non so nel computer oppure guardo la soluzione del sudoku, ma solo un quadratino, intendiamoci bene!

Quando la lavatrice incomincia a piagnucolare, stendo i panni. Ma dov'è la mia Lulù?

In salotto c'è una cuccia di due metri, ma è giusto, la mia cagnona è un labrador, pesa 35 chili e ha bisogno di spazio; dorme, come sempre fino alle 10 quando arriva la sua tata a portarla a spasso; anche i cani hanno l'orologio nella zucca, perchè mi gira attorno e mi dice: "Mettimi il collare e lasciami in giardino, per favore!"

L'accontento e non ho più scuse.

Devo mettere ordine nel salotto, che è un casino come al solito.....

Ma c'è un po' di posto nel divano e mi accuccio tranquilla in mezzo alla confusione; ho 77 anni e fare le pulizie mi piace poco. Adoro leggere e così ho sempre 3 o 4 libri in giro, a portata di mano.

Ma quando sono in pausa mi viene spesso un pensiero che mi martella il cervello:

"Cosa faccio da mangiare, oggi?"

E' un dilemma, perchè mio marito è a dieta per motivi di salute (niente frutta e niente verdura) e io, che sono bolognese e amo cucinare, devo fare sempre le stesse cose.

Lui non si lamenta mai, ma io sì. CHE BARBA!!!!!!!!!!!!!!SILVANA RUBBIANIE' buio.

Riflessioni e attività da me svolte durante Covid 19.

Come potete vedere dalla foto allegata ho continuato a fare volontariato presso la Croce Bianca di Cassina de' Pecchi il martedì in qualità di centralinista.

Avendo la fortuna di avere il giardino, sia io e che mio marito ci siamo dedicati al giardinaggio e al taglio dell'erba (come potete vedere da foto allegate).

Poi tutti i giorni passeggiatina con il cane vicino a casa.

Ho dedicato il resto del tempo alla lettura e alle solite occupazioni domestiche come tutti noi.

Comunque tutto sommato non mi sono annoiata più di tanto.



Giornata tipo di Giacomina durante il covid 19

Le giornate tipo sono piuttosto tutte uguali, ripetitive, ma a volte basta un pochino di fantasia facendo quello che sappiamo fare in casa o da casa che tutto prende un altro significato.

Al mattino appena sveglia devo salutare con una grattatina in testa i miei cari animalletti. Due gatti Maya di 18 anni, Leo di 13 anni, Baloo cane di 5 anni di 45 kg Un pappagallo, ed una pogona senza nome tutti salvati nel tempo da morte certa.

Mentre la moka sta facendo il caffè (dico moka e non macchinetta del caffè non sopporto le cialde perché a fare qualche lavoretto per recuperarle vanno a fare volume in discarica) preparo la colazione agli animalletti ognuno il suo cibo.

Per i gatti cibo umido e secco, per il cane crocchette, pappagallo e la pogona la mela, cambio l'acqua dalle ciotole, pulisco la sabbietta dei gatti perché loro sono abituati ad usare sempre la sabbietta pulita anche se specializzati a farne uscire un pochino per terra, ma questa è un'altra storia.

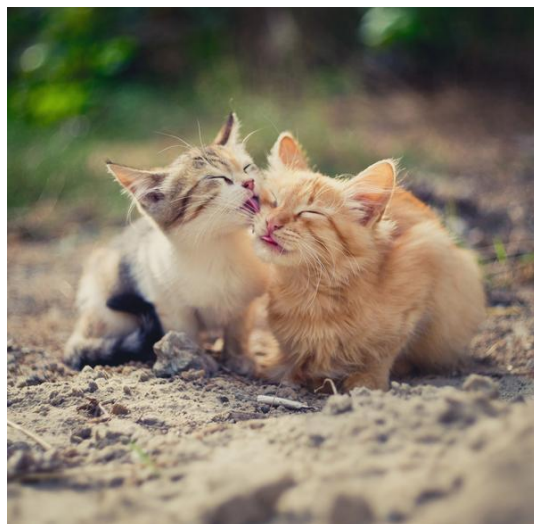
Faccio colazione insieme oltre a tutte le bestioline anche mio marito .

Il compito di mio marito mattutino è di portare fuori due il nostro ospite e quello di mia figlia che ha in affidamento da quando è cominciata la quarantena.

Mia figlia abita nella casa accanto è in attesa perciò tutti a casa propria.

La mattinata passa velocemente, facendo tutte quelle faccende che si facevano prima, aggiungendo un po' di ciclette per mantenere i muscoli in forma.

Per il pranzo ho giocato molto sulla fantasia anche perché la spesa si fa solamente una volta alla settimana, abito in un condominio dove per la maggior parte ci diamo una mano. Mi sono specializzata in polpette utilizzando verdure (melanzane peperoni zucchine spinaci carne) verdure ripiene e qualche coccola.



oltre
e ad
per il
loro
sono
con
cani,



Cucino un pasto anche per mia figlia perché è sola ed il suo compagno lavorando non può tornare a casa, e a volte anche per la mia vicina che è sola, questo è il mio modo per coccolarle un pochino.

Ho organizzato con alcuni condomini una tigellata in comune, ognuno a casa propria dopo averle fatte le ho portate davanti alle loro porte di ingresso.

Di pomeriggio dedico il tempo al mio passatempo preferito l'uncinetto.

Ho aperto il mio baule dei lavori da fare nel tempo, ed ho cominciato a farli, il baule era pieno di cotone di tutti i colori e ho fatto tantissime presine e farfalle colorate.

Quando esco per la spesa porto un lavoretto nella posta di qualche vicina che so che lo avrebbe gradito, specialmente le farfalle tricolore, come segno di buon auspicio sempre accompagnato da due parole scritte su un biglietto.

Le telefonate poi sono d'obbligo tutti i giorni alle persone sole di mia conoscenza sia le socie della banca del tempo sia quelle che ho conosciuto strada facendo.

Le video chiamate sono riservate ai ragazzi speciali che frequento da tanti anni come volontaria.

Leggo pochissimo perché faccio fatica a concentrarmi ma da un cassetto ho riletto tante lettere che ho ricevuto nel tempo, e sono riuscita a rintracciare persone con cui avevo perso le comunicazioni da tanti anni con tanta felicità di entrambe.

Riflessione personale per alleggerire questo brutto periodo: Con tutto il mio arretrato da fare potrei rimanere in casa per altri 3 mesi

Penso che resistere in casa sia stata una bella sfida ma ciò ci ha fatto scoprire lo spirito del nostro personale adattamento anche con qualche giornata buia e doloroso



Una pagina impolverata sotto a un letto

Il giorno in cui sono entrata in casa, dopo la sospensione del lavoro, ho avuto la sensazione che mi stessi incarcerando da sola. Si è palesata fin da subito, quella sensazione: ero davanti alla porta e in seguito, ecco, un brivido mi percorse le braccia, poi tutto il corpo.

Dopo sentii il gelo sedimentarsi sulla mia pelle. Gli occhi mi facevano male, ero come stordita.

Forse un'altra me mi stava realmente incarcerando, solo che era invisibile e non potevo vedere come mi stava puntando una luce sugli occhi che appunto mi doloravano.

Pensavo queste e altre cose, come se stessi partecipando a degli scherzi amari o a giochi stentati, che mi nascevano e morivano in testa, senza che un sorriso arrivasse a sostenerli.

Pioveva e il cielo era grigio. Piuttosto che entrare, però, avrei preferito congelarmi lì, vivendo come una statua che non capisce cosa le succede intorno, davanti alla porta: il fossato dell'indecisione, dove restare ferma sperando che nulla accada più, e che tutto si fermi insieme a me.

Qualche goccia mi costrinse a prendere le chiavi e a ripararmi in casa. Il silenzio e la calma che calavano lì dentro presagivano un'inquietante quotidianità che aspettava di essere vissuta, da me. C'era silenzio perché d'altronde ero sola.

Accesi quindi il televisore, ma era come se non comprendessi i suoni o le parole o quello che era. Forse non avevo voglia di restare al passo con il mondo, con gli eventi che si susseguivano mentre si susseguivano però anche i miei. I miei mi bastano, pensavo.

Ma la realtà contiene tutto e tutti, e arriva infine a limitarti, non puoi quindi esularti da essa, e la reclusione ne era una prova. Perché tutti quanti stavano venendo tessuti da una ragnatela, che era quell'evento, e il ragno, da cui nessuno può prescindere, era appunto la realtà dei fatti.

In seguito spensi e riaccesi la televisione varie volte. Ero stanca, ma credo che fossi più che altro spenta e disillusa.

Chiamai una mia amica, Lara, che abitava coi suoi. Le dissi come andava, che avevo dei risparmi, ma che il fatto che fossi ancora un'universitaria e che il lavoro era ormai sospeso mi aveva destabilizzato un po'.

Mi disse che in caso di problemi lei ci sarebbe stata. Ero felice della risposta, mi rassicurò. Poi fischietai qualcosa per la casa: forse i mobili mi stanno ascoltando, pensai.

Il cibo era buono ma non avevo fame e mangiare da sola non mi piaceva molto, mi faceva rabbrivire anche far quello, se ci pensavo troppo, perché mi faceva pensare per qualche attimo che tutta la mia vita fosse destinata al mio aiuto sostenermi, e basta, per anni e anni, a dar da mangiare al mio corpo solo. Ma c'era dell'altro, la risposta di Lara me lo aveva dimostrato. Forse i miei pensieri erano stupidi. Andai a dormire e quel giorno sognai il mare, e la sua calma piatta che trasudava da ogni cosa, dalle pietre fino ai granelli di sabbia a riva.

Ma mi svegliai tardi, il mare si era prosciugato e restava solo un ramo nudo e qualche cocciolo di vetro ad esaltare il mio paesaggio mentale. Mi svegliai tardi, e forse per questo il tempo si mise, già da quel primo giorno da reclusa, a cambiare le sue maschere. Se non volevo impazzire, dovevo darmi un ordine. Trovai in seguito un mio diario di qualche anno prima e lo lessi mentre facevo colazione: ero proprio stupida. Sarebbe bello scrivere un "diario senile", quando sarò vecchia, pensai. Un diario dell'inverno della vita. Misi della musica classica per dare vitalità alla morte cinerea che sporcava la casa, fischietai assieme alla musica e scrissi qualcosa.

Ero incredibilmente calma, forse perché non pensavo abbastanza al futuro, ma forse pensarci sarebbe stato stupido, perché non avevo punti di riferimento per decifrarlo: era un'incognita e per questo mi avrebbe annebbiato la testa, fino a farmi male, come la più definita delle cose. Il pomeriggio studiai, d'altronde dovevo e avevo il tempo per farlo.

Ora che nessuno era più oppresso dal tempo, io, però, mi sentivo oppressa da qualcos'altro, che non riuscivo ad identificare solo con la precarietà con cui ora ero costretta a vivere.

Era altro, qualcosa di vacuo e indefinito, come un leggero colpetto alla schiena che infastidisce, fa girare la testa, per poi, infine, non far trovare nulla dietro... ma forse era un miscuglio di tanti fattori che non comprendevo, non sapevo e basta.

Devo mettere a posto questa testa, devo proprio, sì che devo, pensai. Sprecai qualche ora sul telefono ma non mi sembrò di aver sprecato tempo.

Dopo, pensai. Mio padre era stato ricoverato qualche giorno fa. Mi era arrivata la notizia: "Suo padre è risultato positivo. Ora è nel nostro ospedale.

Ci dispiace di cuore. Cordiali saluti." Lui non lo vedevo da un mese, o forse qualche giorno in più, o in meno. Non so, ma la sua faccia e la sua voce mi tornavano in testa come se avessero voluto rimanere ancorate alla mia memoria.

Anche io lo voglio, ricordi cari, non abbandonatemi, ce la potete fare, pensai. Non volevo che morisse, e non volevo che il ricordo di lui diventasse poi come un magico e fantasioso passato, vissuto da un'altra me, e che in eterno si sarebbe allontanato dal presente, aumentando così la sua triste distanza fino a diventare un puntino invisibile dentro una testa ormai stanca e che ricorda poco. Ti ricorderò papà, ce la farai. Ce la farò, pensai.

Ogni tanto chiamavo l'ospedale, ma non mi dicevano mai nulla di preciso: era una risposta sempre dubbia, imprecisa e insoddisfacente.

Smisi di pensarci perché mi provocava solo dei dubbi e un senso abbacinante di ulteriore precarietà. Pensavo, ma cercavo di non farlo a lungo, temevo infatti di arrivare a pensarci troppo, a tutto, a papà, al futuro, agli studi, alle decisioni, agli scontri e a tutto il resto.

Dovevo congelarmi davanti a quella porta ieri, pensai, e anche papà si sarebbe congelato.

E allora sarebbe stato vivo o morto?

Non avremmo potuto saperlo, sarebbe stato come il famoso gatto di quel fisico, pensai facendo una smorfia che alla fine era una risata credo, ma comunque ero soddisfatta della mia battuta. In ogni caso, non è che non volessi pensare a papà perché ero cinica, anzi, non volevo diventarlo e lo temevo, solo che... avevo paura, e dovevo risparmiarmi e tutto il resto, poi avrei chiesto l'aiuto di papà, sicuramente lui avrebbe saputo cosa fare. Pensai a cosa stessero facendo tutte le altre persone del mondo, e lo pensai come se il mondo fosse distante quanto Plutone.

Ero sola, allora pensai a Lara. Lei sì, lei non era distante, e chissà cosa starà facendo, cosa pensa, pensai. Il mare tornò insieme a un cielo rossastro che coronava il paesaggio del mio sogno, camminai a riva e mi risvegliai sul letto, ancora. Chiamai Lara ma non mi rispose. Il giorno andò avanti più o meno uguale a quello scorso finché, di sera, Lara non mi chiamò. Oggi, la nonna di Lara era morta. Lara ci pianse tutto il giorno. O almeno così mi disse, ma quando me lo riferì piangeva quindi pensai di crederle. Le dissi che mi dispiaceva. E' giusto, no? Cosa dovevo dirle? In ogni caso, dopo averlo saputo passai la serata intera nell'angoscia.

Nella notte il mare era scomparso, e al contrario mi ricordo che feci un incubo: c'era la mia casa, al buio, ma era giorno. Il mio corpo era disteso sul letto e così ci rimase per secoli, nessuno andò mai a controllarlo. Ero morta e piano piano sparivo. Il mio pensiero in qualche modo vagava, ma era il pensiero di me che dormivo, perché nel sogno ero morta, e lì per lì pensai a che fine aveva fatto papà. Che fine avrebbe fatto papà? L'incubo finiva così, poi nulla.

Chiamatemi vecchio,

Perché racchiude una storia vissuta, poco raccontata e sempre meno ascoltata.

Chiamatemi vecchio,

Prima che la senilità entri nel mio cervello riducendolo a pochi ricordi sempre più lontani.

Chiamatemi vecchio,

Perché i media diversamente abili nell'uso della parola, hanno ridotto in pochi aggettivi, giovane, anziano un arco di vita sempre più esteso

Chiamatemi vecchio,

Togliendomi le code e le file sempre più frequenti presso Medici, ASL, Laboratori di analisi, Ospedali alla ricerca di una prestazione lenitiva e rigeneratrice.

Chiamatemi vecchio,

Perché quel poco che ho imparato nell'uso di nuovi strumenti di comunicazione PC, Internet, Whatsapp, non mi basta più per interagire con Enti, Istituzioni, Servizi sempre più affamati di informazioni sul tuo conto.

Chiamatemi vecchio,

Perché è un traguardo ambito da molti poveri e perché è diventato un indice di benessere ieri più di oggi e più di domani?

Chiamatemi vecchio,

Perché è una parola che merita rispetto e riguardo per la fragilità e la cura che sottende.

Chiamatemi vecchio,

Ma soprattutto chiamatemi!!!

Banca del Tempo

Cernusco sul Naviglio



BANCA DEL TEMPO

"Vivere il tempo"

Cernusco Sul Naviglio

"Vita al tempo della quarantena"

In questo periodo di reclusione e di riposo forzato che ci costringe a trascorrere le nostre giornate tra nuove abitudini, prove di resistenza e sforzi di fantasia, un conforto è rappresentato dai segni della primavera che, incurante dei nostri patimenti e delle nostre apprensioni, coi suoi morbidi colori, i suoi delicati profumi e la sua turgida vigoria è sintesi assoluta di potente efficacia, di bellezza pura e di vita che si rinnova.

Che distanza, che stridente contrasto tra la seducente esuberanza della Natura e l'impressionante inquietudine delle strade vuote delle nostre città, come se l'uomo non ci fosse più.

Sembra passato un secolo da quando vivevamo le nostre giornate in modo frenetico, attornati da persone e dai rumori di una società volta al consumismo più sfrenato. E invece sono trascorsi solo due mesi: questo dovrebbe farci riflettere seriamente.

Questa lunga quarantena potrà essere un'occasione per uscirne migliori?

Certamente, come dice il Manzoni nelle notissime pagine scritte sulla peste di Milano, ci sono quelli che diventano migliori, più solidali e generosi nelle difficoltà, nella tensione, nella paura e poi ci sono quelli, che Lui chiama i "birboni", che approfittano della confusione per tirare fuori il peggio, per imbrogliare, per approfittarsi delle sfortune, per remare contro.

In noi della Banca del Tempo prevale la voglia positiva, collaborativa, costruttiva propria di una comunità viva e consapevole dei propri doveri che, in questi momenti di particolari emergenze deve dare testimonianza di grande serietà, di responsabilità, di rispetto e coesione sociale.

E, proprio riconoscendoci in questi principi, in questo momento di sospensione di tutte le nostre attività alcuni Soci, con passione e disponibilità, hanno dato vita ad iniziative e ad azioni positive per realizzare la continuità di appartenenza, di amicizia e relazione fra iscritti.



BANCA DEL TEMPO
"Vivere il tempo"
 Cernusco Sul Naviglio

Questi i nostri incontri con SKYPE



Riflessioni, pensieri, emozioni in tempo in "Tempo di quarantena"

"Ho sempre detto: vivo da sola e stò benissimo.....non è vero.....se fosse solo per pochi giorni ma non per mesi."

"Il silenzio.....impressionante e molto triste....."

Riflessione di qualche tempo fa:

È un mese che siamo chiusi in casa in una situazione che non ci saremmo mai immaginati se non in un film catastrofico, ma tra paura, dolore e incertezze ho notato che alcune cose che mi danno conforto.

Il silenzio: pieno e profondo non mi disturba, anzi finalmente mi permette di cogliere le mille voci della natura.

I colori che mi sembrano più vividi forse perché meno smog.

Ma soprattutto sono felice di far parte di una comunità di persone che mi sono care, con le quali, anche se fisicamente lontane, condivido idee, pensieri, insulsaggini, abbracci virtuali, foto di balconi e giardini fioriti, momenti tristi e felici perché c'è sempre qualcuno che ti tende la mano e ti aiuta a vedere positivo.



BANCA DEL TEMPO

"Vivere il tempo"

Cernusco Sul Naviglio

Poesia: Il Silenzio:

Un uccellino saltella qua e là sul prato disorientato.
Si guarda intorno e sembra cercare risposte e col becco una briciola.
C'è un insolito silenzio. Dov'è il rumore della vita?
Gli schiamazzi e l'allegria dei bambini, le chiacchiere dei passanti, i motori delle auto?
Non si sente più il calpestio dei passi

ma di frequente il suono sinistro delle sirene e delle campane della chiesa.
Si sente solo, abbandonato e si ferma anche lui nel prato
che incurante annuncia la primavera con i suoi mille colori.
Il suo è nero. Ora non canta più.

"Costretta a casa per questa grave situazione, mi rafforza il desiderio di stare insieme e mi accorgo che si scatena la solidarietà nell'impegnarsi all'aiuto di chi si trova in difficoltà."

La gravità di questa situazione non quantificabile nello spazio e nel tempo procura angoscia, malessere e sofferenza, come la prospettiva futura di dover vivere ancora per tanto tempo lontano da parenti e amici.

Non è tanto insopportabile la reclusione in casa ma l'isolamento e l'azzeramento di ogni rapporto umano. La punizione più terribile che ci ha inflitto questo maledetto virus è il distacco totale dal contesto umano e sociale. Non è più possibile incontrarsi, passeggiare o chiacchierare insieme, allargare le braccia per stringere o salutare qualcuno né tendergli la mano o muoverla per una carezza o un gesto affettuoso. Il nostro corpo è diventato freddo e scostante, il nostro cuore è pieno di paura, il nostro prossimo è diventato un nemico.

Le mascherine nascondono il viso per proteggerci ma non possono nascondere la sofferenza e l'angoscia che traspaiono dai nostri volti e dal nostro sguardo. Quando le toglieremo definitivamente, avremo sicuramente qualche ruga in più sul volto e molte tracce di sofferenza nella mente e nel cuore. In questo lungo periodo di silenzio però tutti abbiamo avuto tempo per riflettere su una cosa: gli affetti e l'amicizia sono una linfa vitale, arricchiscono la nostra vita, compensano le nostre mancanze, ci aiutano, ci consolano, ci rallegrano, danno senso alla nostra esistenza.
Non potremmo mai farne a meno!

Pensiero

*"Per tutto questo periodo lungo più di 50 giorni vediamo, in tutti i canali tv, esperti o presunti tali politici persone comuni che parlano di Covid.
Ora in molti pronti a colpevolizzare e a denunciare quanto è avvenute nelle RSA. Questa strage di persone fragili come vivevano?
Quanti di questi accusatori passavano un po' del loro prezioso tempo in loro compagnia. Ora il rammarico di non averlo fatto sfiorerà qualcuno?"*

Pochi si sono soffermati sulle tante persone che troveranno sepoltura al Musocco perché nessuno le reclama! Quando tutto finirà saremo migliori?"
Con speranza e fiducia che presto arrivi una nuova primavera.

B.d.T. Cernusco S/N 12 maggio 2020

Coordinamento Lombardo delle Banche del Tempo

Ritrovarsi Ritrovare

Un bel giorno sono spariti di colpo orari e impegni, e mi sono trovato da solo con me stesso.

In particolare, una mattina ho avuto tutto il tempo di guardarmi con calma nello specchio e ho scoperto di non riconoscere l'immagine che avevo davanti a me.

Ero proprio io, è così che mi vedono gli altri?

Ma allora tutto quel correre verso il futuro mi aveva fatto trascurare la mia anima con tutti i miei ricordi? Superata la prima sorpresa ho cominciato a riflettere.

Ho fermato il mio tempo, e piano piano tanti fatti e tante persone sono riapparsi nella mia mente e nel mio cuore.

La ricerca continua e ogni giorno mi sento più completo. E ho sempre più la voglia di condividere questa ricchezza con gli altri.

Fatti coraggio e prova anche tu questa strana esperienza.

Vedrai che, superato il primo imbarazzo, ti arriverà una piacevole sensazione di pienezza, che ti aiuterà molto per uscire nuovamente di casa e riprendere con gioia i rapporti con tutte le persone da cui ti sei dovuto allontanare a causa dell' emergenza.

Giancarlo S.



Banca del Tempo

Cronoteca



LA BANCA DEL TEMPO DI CORREZZANA, LESMO E CAMPARADA

Per informazioni

E-mail info@cronoteca.org

Telefono +39 039 9467219

Per associarti passa presso uno dei nostri **sportelli**, ti aspettiamo!



Camparada:

presso Centro Civico, Viale Brianza 30

Lunedì dalle 16 alle 17.

Lesmo:

presso ex Scuola Elementare, Piazza Dante 6

Martedì dalle 21 alle 23.

Correzzana:

presso Municipio, Via De Gasperi 7

Mercoledì dalle 10.30 alle 11:30.

Banca del Tempo

Cusago

Indirizzo: [Via Libertà \(Biblioteca di Cusago - ingresso comunale\)](#),

Orari 1° e 3° sabato del mese dalle ore 10.00 alle ore 12.00

E-mail: bdtcusago@gmx.com

APERITIVO IN LINGUA



COMUNE DI CUSAGO
Biblioteca



BANCA DEL TEMPO DI CUSAGO
bdtcusago@gmx.com

Banca del Tempo Gallarate

In questo tempo così strano e irreale ho avuto la grande fortuna di mettermi alla prova come persona e rendermi conto che ho grandi risorse e capacità.

Il problema di tutti è come tirar sera io invece erano anni che non lavoravo così tanto!!
Che bella la sensazione di sentirsi stanchi morti ora di sera ma essere felici e soddisfatti di sé!

In questo brutto periodo ne ho lette di tutti i colori: dai complotti per governarci, al 5G che è il colpevole di tutto, alle industrie farmaceutiche che lucrano sui vaccini che tristezza tutti a dare opinioni!

Tutti che sanno come si fa a risolvere il problema ecc ecc poi da tutto questo fango leggo che cercano qualcuno che sappia cucire.

Si perché ci son da fare le mascherine per chi non se le può comprare, per chi ne ha bisogno e non ne ha, perché c'è bisogno di partire dal basso per vincere il maledetto virus!

Ed ecco che comincio a cucire anche 12/13 ore al giorno senza sosta e cucio cucio con mia mamma e le mie sorelle che mi aiutano raddrizzando, preparando gli elastici, tagliando i fili e contando le mascherine che vengono via via pronte! E non c'è più domenica: lavoriamo anche a Pasqua tanto ormai i giorni sono tutti uguali!

In un mese più di 4000 mascherine e la sensazione meravigliosa di fare tanto per gli altri!!!
Ricorderò per sempre questo strano periodo e so che tanti mi avranno ringraziato in cuor loro di quel dono piccolo ma di grande aiuto nella lotta al virus!

Un saluto a tutti Tiziana

Banca del Tempo Melegnano

ZONA ROSSA? NOI CI SIAMO EMAIL DELLA PRESIDENTE

Care amiche e amici, confesso...il primo sentimento che ho provato questa mattina è stato di forte incazzatura, sì, ero molto arrabbiata con tutti... con nessuno! Ho provato una strana sensazione, era come se qualcuno mi avesse messo una grossa mano alla gola e cominciasse a stringere...stringere. Ho pensato quanto possa essere ingiusto che qualcuno (qualcosa) mi costringa all'immobilità.

Poi sono andata nel mio piccolo cortile, ho visto, come tutti i giorni, i pettirossi ed i merli, che nutriamo amorevolmente e che da tempo non scappano più alla nostra presenza. Mio marito, tagliando il caprifoglio, ha trovato nel suo intricato cespuglio un nido, ci si è aperto il cuore...la culla dei nostri piccoli amici?!

Poi ho messo a bagno i semi di zucca che ho acquistato dal nostro GAS tanto tempo fa.

Poi ho riesumato altri semi che mi erano stati regalati ma che avevo relegato in un cassetto e che ora cercherò di far rinascere.

Poi ho pensato alle belle amicizie che mi circondano. Con alcune di voi avevamo progettato un viaggio in Sardegna con partenza 25 marzo, saltato! Ma le mie care amiche sognatrici subito hanno reagito positivamente "pensiamo ad un bel viaggio in Polinesia o Polesine...l'importante è sognare".

Poi ho pensato a tutte e a tutti voi, alle persone che hanno già risposto all'appello della nostra Amministrazione ed a quelle che anagraficamente e per motivi di salute non potranno aiutare o aiuteranno nei limiti delle loro possibilità, ma ci sono lo stesso! Ed ho pensato che bella occasione sia questo impegno, perché ci darà l'opportunità di non ghetizzarci e di essere (esserci) d'aiuto.

Poi ho pensato che oggi è l'8 marzo e che le persone che si sono rese disponibili in questo difficilissimo momento, sono tutte donne, e, non me ne abbia l'altro sesso, ne sono molto orgogliosa!

Siamo belle persone...grazie a tutte ed a tutti!

Un abbraccio **Teresa**

PS - le attività della BdT riprenderanno...forse...in aprile...ma tutto il direttivo è presente ed attivo.



Lettera aperta al Virus

Questa mattina mi sono svegliata con il pensiero di scriverti, Virus.

Prima ho pensato a tutti gli animali intravisti in questi lunghi giorni nelle strade d'Italia e del mondo, che hanno preso piede laddove gli umani sono arretrati nelle loro più sicure postazioni casalinghe, animali di ogni specie, guardinghi e stupiti del vuoto e dello spazio recuperato.

Subito dopo questo pensiero, in parte soave, mi sono chiesta se ora qualcuno, in questa "seconda fase" di ritorno degli umani nelle strade, penserà subito di risospingerli a fucilate nelle loro abituali dimore, boschi, prati, montagne...e improvvisamente ai miei occhi è apparsa la sagoma di un pipistrello "Volpe volante", legato per le ali sopra al banco di un mercato, esposto al ludibrio di una folla come uno schiavo d'altri tempi....poi la sagoma di un maiale, contaminato da te, Virus, Corona di spine pianto e dolore.

Sappi che io non ti do la colpa di questo, di quanto accaduto e del tuo "esserci", fa parte della tua natura di Virus cercare degli ospiti che ti permettano la sopravvivenza e riproduzione. Dico solo che, tramite te, sono stati colpiti i più deboli, i più fragili del nostro mondo umano, e questa mi pare la VERA INGIUSTIZIA non digeribile: i SAGGI ANZIANI DEI VILLAGGI, I SENZATETTO, CHI SI E' OPPOSTO A TE SENZA SCUDI, MA GENEROSAMENTE sul campo di battaglia, per difendere il nostro mondo in pericolo.

Sì, Virus, questa è la parte ingiusta della vicenda...ma non l'addebito a te, sappilo, non sei tu il responsabile di queste scelte di morte. I veri colpevoli si annidano nel nostro mondo umano e ti fanno concorrenza, con la loro spietatezza, crudeltà, insensibilità, egoismo ... con la loro anima corrotta.

Virus, nonostante questo è chiaro che il mio fine individuale e collettivo è quello di battersi ...ma in fondo tu sei l'ultimo anello di questa catena di morte, prima di te c'è da battere e sotterrare quella merda infame che ti dicevo.

Sarà una battaglia difficile e lunga, un certo numero di umani l'ha già iniziata, a dispetto della viltà che spesso ci accompagna. Virus Corona, se ti incontro spero proprio di battersi con tutte le mie forze...ma non uccidendo i pipistrelli.

Mariangela

Diario di Adele

Melegnano, 12 Aprile

Oggi è Pasqua.

Questa Pasqua di Resurrezione, in cui il pensiero intimo è diventato il "rito" protagonista di fede e di speranza, sostituendosi (per necessità) a quello liturgico religioso, senza togliere nulla all'animo, ci ha catapultati in un'altra dimensione: il raccoglimento intimo.

I pensieri sono liberi, quanto il corpo è costretto.

Fuori, il silenzio ovattato, l'aria pulita, il sole tiepido . Osserviamo una primavera sfacciata, che sembra deridere quelle facce serie dietro alle finestre. Da lungo tempo non mi sentivo così percettiva, mi è chiaro che alcuni segnali sono di monito.

Quanto mi ritorna dal passato!, e non ho giustificazioni per ignorarlo, lo devo accogliere .

In questo contesto, mi basta aprire l'album delle foto e mi vengono addosso ondate di aneddoti e tanti tanti ricordi, tra cui un'esperienza fatta con i bambini nella scuola d'infanzia, quando spesso dicevo loro con tono un po' dissacrante: "maestra o minestra"? godendo di quegli sguardi sorpresi, prima dello scoppiare di una barabanda di risate.

Ora questi bambini sono in casa "reclusi", anche per dare una possibilità in più agli adulti di sconfiggere questo "odioso ospite.

Adele"

Magico Teatro

S'accendono nuove realtà
fatte di rumori, di suoni, di spensieratezza...

Qualcosa si è svegliato
per rompere questo strano silenzio fatto di
incertezza, di distanza, di isolamento...

Ed ecco che danzano, mosse dal vento,
le voci gioiose dei bambini e le giovani risate
donando un po' di felicità a chi è costretto tra le mura
di casa

Il vivace picchietto di un martello e lo stridio di una
pialla aleggiano nell'aria
facendoci ricordare il piacere del fare e di costruire
qualcosa, magari insieme

Il dolce suono di una chitarra
ci fa viaggiare verso terre lontane e nostalgiche
e tutto nel suo insieme è un piccolo grande spettacolo

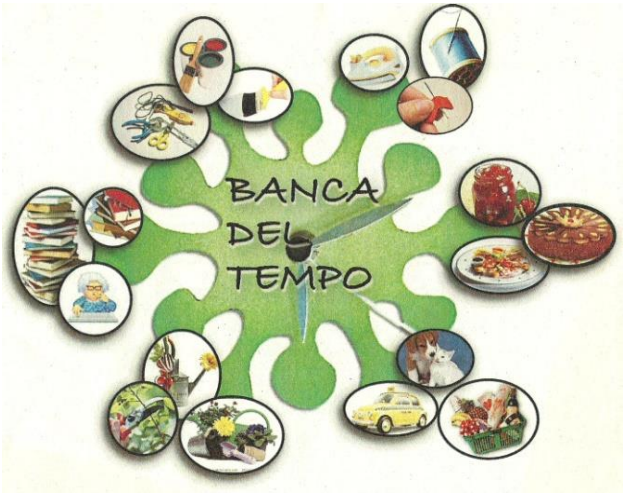
Dai balconi alcuni spettatori osservano,
incuriositi e timidi,
cercando un po' di compagnia dal loro discreto palco

Magico Teatro
tu sei lo specchio del nostro pensiero positivo,
della voglia di rinascere in una nuova dimensione
fatta di rispetto, di condivisione e di sincera
generosità

Strana è la vita:
ecco cosa può succedere in un semplice cortile
se pensiamo che la vita ci abbia abbandonato!

Caterina Aprile 2020

Banca del Tempo Milano Sud



Marzo 2020

Ai Tempi del virus 1

Arida superficie e fragile la pelle è il mio confine.
Un'uscita frettolosa all'edicola,
la maschera vergognosa nascosta dalla sciarpa,
scruto il mondo dal periscopio
alla larga dagli umani individuati.

Eppure dal balcone riscopro il condominio
buffa ragnatela di suoni e sventolio di mani
tra bolle di sapone che veleggiano – beate loro –
in un'aria subdola ma forse più pulita.

Libera dai nostri corpi la terra ricerca se stessa.

Piazze disvelate alla De Chirico, assorti silenzi alla Vermeer
il fuori riletto da dentro, Magritte confonde piani di esistenza.

Surrealismo, ci sei dentro – distillo per comprendere -
ma sotto il silenzio dell'asfalto formicola intatto il sangue
fioriscono mani protese verso mosaici di vite da non dimenticare.

Dal mio ingarbugliato profondo attingo gocce d'acqua per una terra riarsa.

Grazia De Benedetti

Caso mai...

Le certezze lunghe più vite,
ben protette dalla scorza
di un tempo "organizzato",
ora sono fiori recisi
nel deserto della paura...
Eppure la Storia dice...
Eppure per altre prove
approntammo valide difese
ma il crollo è stato
repentino e crudele
per il corpo a corpo
con un nemico
dalle armi invisibili,
vigliacco!

Noi lasciati soli e indifesi
insieme con i nostri ridicoli arsenali...
Così il tempo delle certezze
si scolora in lutti e ombre.
Da giorni, da settimane ormai,
si invoca la chiara sorgente
di vera intelligenza umana
perché si faccia fiume,
fertile di limo,
ad inondare i nostri corpi aridi
restituendo loro il soffio della vita,
il respiro....
Virus, non sei tu un dio!

Caso mai un cieco esattore
per un madornale debito-errore
contratto dagli umani
verso la natura che ci parve
indifesa, calpestabile,
da prevaricare...
lei forte, resistente,
che voleva solo esserci amica!
Che dire di questo ingiusto
giustiziere, tra umano
e "divino"?



Annamaria Locatelli

Al bivio

L'Essere smarrito,
in un dedalo
di stanze infinite e vuote,
esce da una entra in un'altra...
A tratti, varcando una soglia
gli pare si allarghi il respiro
di uno spazio familiare,
di riconoscere una forma nota,
invece no, ancora il vuoto...
Prosegue per inerzia
quel viaggio di porte aperte e chiuse
di stanza in stanza...
Fuori, si rammenta,
la morte impazza al galoppo
come ventosa famelica che
ogni vita risucchia.
Val continuare quel viaggio
senza aspettarsi nulla più,
o forse sì, solo per abitudine,
per gesti automatici?...
Fu varcando l'ennesima soglia,
nell'alba scialba di un'incerta stagione,
che si aprì verde e luminosa una luce
sui rami di un pero frondoso,
-sì proprio, non un melo-
dai dolci frutti dorati e ce n'era per tutti...
Così la Storia ricominciava
dal fatidico bivio
ma per la giusta direzione

Abbondio che sono io

Scardino tutto,
furente mi scaglio sul fato piombato...
Ma che vuoi fare tu vecchia molliccia?
Neanche al ragno-ballerino
che si è installato nella tua doccia
fai paura: lo vedi salire, scendere e risalire
sulla sua acrobatica altalena, quanto è serio!
Ci crede davvero...o quanto è buffo?
"Fuori è molto peggio" gli dico...
E' un bagno cieco
quando entro si accendono ventola e luce.
Quasi mi muro qui anch'io,
lui, l'ospite, ha più spazio di resistenza
di me mentre piango e perdo
il filo della mia esistenza:
sono solo molto triste
non vorrei niente vedere e sapere
del mondo di fuori...pace per la puzza

ma, sbrighiamoci,
sulla porta si è formata la coda!

Annamaria Locatelli

PROGETTI....PROPOSITI...FUTURO

No...no...no...
Mai avuti o relegati in altre vite...
Ma almeno, vivendo alla giornata,
 si sceglieva
il luogo riparato dove stendersi
 e trascorrervi la notte
 e la mensa dei poveri
 dove tirare a campare...
Se ci alloggiate in un campeggio,
 senza riparo,
tra strisce bianche ben distanziate
anche il calore delle pulci ci rubate,
persino il virus è più pietoso.
Ma tremate anche voi
 “nelle vostre tiepide case”,
le sorti si possono ribaltare
tanto in fretta quanto i ghiacciai
 inondano di acque le terre
il vento si tramuta in tempesta,
al via i mulinelli disordinati
 di elementi...
Noi tutti potenziali
 senzatetto,
 senzafiato
 senzapane
 senzasonno

Una gara

Ci manca la mite velocità
 della bicicletta,
del treno lento e pacato
 -Non il TGV-
persino di un vecchio tram
sferragliante di periferia:
 quell'andare facendosi
 trasportare e cullare
 da ruote rispettose
 che danno alla vista,
nonché agli altri sensi,
 una marcia in più,
ma senza strafare alla maniera futurista...
 Il paesaggio sfila
 come in un concorso di bellezze,
ma anche di sgorbi e di schifezze,
 senza corona né vanto,
senza primo o ultimo arrivato
per il puro piacere di farsi contemplare
 o anche denigrare...
Sì, di quella velocità,
che si sposa con la lentezza,
 abbiamo nostalgia
ora che noi, e ancora tra i fortunati,
stazioniamo immobili tra i mobili
 muti di un appartamento,
la vista accesa solo di finzioni.
Mentre fuori stra-corre un virus
arrogante famelico che tutti divora
nelle prime come nelle ultime fila.
Lo vorremmo arrestare, non è umano...
Eppure quanto lo emuliamo
 quel mostro non umano!
a correre per traguardi, competizioni
assurde e mortali sfide di potere...
La gara di corsa con la morte
 -guarda gli intelligentoni!-

Annamaria Locatelli



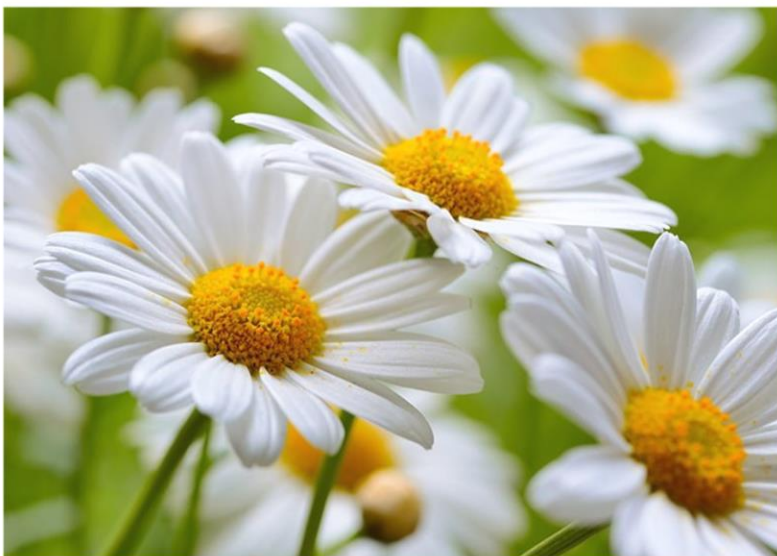
C'è un bambino in casa

dagli occhi spenti,
per lui solo divieti.
Per forza fuori circola la morte
qui invece appassisce, statica, la vita:
sospesa come un'ape ibernata
tra fiori di vetro,
come un piede frenato
sul pallone rosso del pianeta rotante,
o la voce zittita dell'uccello danzante
tra i rami dell'albero nano.
Non piove neanche più,
la pioggia stessa s'è incarcerata
dietro le sbarre di un finto cielo blu...
Molti bambini piangono
e agli occhi spuntano crisantemi
per i nonni scomparsi
per quelli lontani e murati
per non rincorrere il vento

C'è una prima linea

in camici bianchi
ma anche arancioni,
verdi e macchiati
le mani in contatti
contagiati
tra respiratori
umori e rantoli
scusate scusate
i molti disertori
a girare l'angolo
serrati in posti chiusi
stretti in maschere
paurose forzate
scusate scusate
siamo gli appesi
fuori e dentro
l'inferno
e chi nella sala
dei bottoni
urla e tace
Quante margherite
quest'anno nei campi!
Il bianco, ad occhio,
prevale sul verde...
Il mantello di un candido lutto
dove ogni fiore è uno di noi
che scompare
Semplice fiore
Sembra che siano discesi
per annegamento
come i migranti
a cui non si è tesa la mano

Annamaria Locatelli



Pandemia e non solo

scrivere della pandemia e nella pandemia sembra che molte persone l'abbiano fatto spontaneamente e moltissime siano state sollecitate a scrivere e abbiano seguito l'invito.

Mi metto tra queste ultime e mi chiedo perchè abbia avuto bisogno di un suggerimento personale, della proposta di una amica per parlare di come ho vissuto questo periodo. Più che una necessità raccontare di me nel corona virus è stato un invito a colloquiare con amiche.

Forse il mio livello di angoscia, di sofferenza nel dover stare a casa (piccola e troppo abitata), forse quella sensazione, quando uscivo, di entrare in un campo minato in cui un allarmante ma invisibile pericolo era presente, non ha mai raggiunto un livello così intenso da farmi star male.

Ho fatto qualche ipotesi sulla mia 'tranquillità', sull'aver chiuso la paura infondo alla mia coscienza, sull'averla controllata senza troppa consapevolezza. Ho pensato che i segnali di questa rimozione fossero le sbadataggini che si erano moltiplicate, i lapsus e le dimenticanze di scadenze e impegni, la difficoltà a leggere testi seri e impegnativi, il sonnecchiare vedendo la tv.

Ma forse questo è dovuto solo alla vecchiaia che avanza.

Mi piace invece pensare che questa relativa tranquillità di fronte all'emergenza virus dipenda dalla mia primissima infanzia: sono nata durante la guerra, sono una bambina concepita e vissuta per quattro anni nella tensione bellica e sotto le bombe.

Mia madre mi raccontava che al segnale dell'arrivo degli aerei nemici, scendeva insieme agli altri vicini in cantina con me in braccio, e lì mi dava il biberon e mi addormentava col chiacchiericcio delle altre donne.

Mi sono temprata agli spazi ristretti, ai cambiamenti improvvisi, al senso di pericolo quotidiano e per questo familiare.

Niente di nuovo, l'emergenza che diventa la regola e alla quale si poteva opporre solo la calma, la fiducia nelle azioni quotidiane da cui dipende la vita, il limite che ogni umano ha davanti alla possibilità di morire.

Ovviamente tutto questo l'avrò assorbito dai miei, da mia madre in particolare, non potevo darmi da sola questa fiduciosa tranquillità. Ne ho una conferma negli anni successivi.

Tutti i pomeriggi liberi i bambini della casa (e anche io e mio fratello) scendevamo a giocare in cortile e uno dei giochi più frequenti era nascondino. Il territorio era la cantina, grande tutto un isolato: un intrico di corridoi su cui si affacciavano le porte delle cantine segnate da numeri, un po' stinti, vecchie indicazioni dei rifugi, e a turno ci nascondevamo o ci cercavamo nella penombra grazie ai lucernari

Ecco, non avevo nessun timore a correre in questo dedalo, nessuna angoscia nel rivivere lo spazio della mia prigionia sotto le bombe.

Era un buon luogo in cui giocare cogli altri con quel brivido di mistero.

E così stranamente la mia infanzia si è legata alla mia vecchiaia: è forse inconsciamente è stato rivivere non più in un rifugio ma in una città tutta un rifugio, in cui stare chiusa e protetta per poter continuare a vivere.



Laura Disilvestro

Pandemia e Razzismo

La pandemia che abbiamo vissuto e stiamo vivendo ci ha messo a contatto con la malattia, la morte, la povertà e con i nostri aspetti interiori più profondi sia positivi che negativi.

La contraddittorietà degli avvenimenti esterni e dei vissuti personali è risultata drammaticamente evidente nei tanti episodi di negazione o viceversa di solidarietà suscitati dall'uccisione dell'afroamericano George Floyd, avvenuta nelle settimane passate a Minneapolis, a causa del suo soffocamento operato da un poliziotto americano. Gli avvenimenti a riguardo sono emblematici.

Le notizie e le scene che ci giungono testimoniano questa dolorosa, ma costantemente contraddittorietà della società statunitense.

Abbiamo di fronte agli occhi l'accorata, prolungata richiesta di George rivolta al poliziotto, che lo stava soffocando con il ginocchio, di essere liberato. Un'uccisione compiuta da un agente dell'ordine pubblico nei confronti di un cittadino che aveva falsificato una banconota; per punirlo di quest'atto il poliziotto va al di là di ogni possibile comprensione, nonostante la straziante e numerose volte ripetuta richiesta di non essere soffocato, George è stato brutalmente ucciso.

Ne è nata un'esplosione di rabbia, da parte dei negri e di quanti sono antirazzisti, rabbia sfociata in aggressioni, incendi, morti in tutti gli USA. Questa rabbia così virulenta è stata collegata alla crudeltà dell'evento, alla rivolta nei confronti della discriminazione razziale sempre latente nella società americana.



Ci sono state anche manifestazioni pacifiche e il luogo dell'omicidio è divenuto un memorial. Le reazioni violente da parte degli uni e degli altri sono considerate anche come una conseguenza delle sofferenze provocate dalla pandemia che ha colpito e colpisce dolorosamente la società americana, perché ha ormai carattere globale.

Abbiamo dinanzi agli occhi la folla che, a Chicago, il giorno primo giugno scorre nelle vie come un fiume in piena per protestare contro l'uccisione di George, e anche l'inginocchiarsi di numerosi poliziotti come gesto di pietas nei confronti del morto e della recrudescenza di razzismo unitamente all'abbraccio di una donna negra, nel corso di una manifestazione di protesta, dato ad un poliziotto che cercava di mettere ordine al disordine. In contrapposizione a tutto ciò risuonano le parole di Trump, che predispone militari a cavallo e cani feroci addestrati all'assalto per attaccare le persone che manifestano. Ironia della sorte sembra che questi ordini potrebbero favorirlo nelle prossime elezioni presidenziali.

In Italia si è parlato delle "due Americhe", la razzista e l'egualitaria, è stata ricordata l'uccisione di Martin Luther King avvenuta 52 anni fa, come questa, ugualmente sconvolgente. Si direbbe che nulla è cambiato in profondità da allora.

Se veramente la pandemia sarà vissuta come portatrice di rinnovamento, così come si dice e si spera e non solo di morte, miseria e rabbia, c'è l'aspettativa che in futuro potrà avvenire una sintesi rivolta al positivo dei

due aspetti contrastanti delle due Americhe.

Segnalo anche il confronto - scontro tra USA e Cina per quanto riguarda gli aspetti di una democrazia pienamente realizzata e non solo fatta di parole. Preferisco non dilungarmi su questo confronto ma rifarmi ai miei ricordi personali, ritornando a quando ho iniziato il mio insegnamento negli anni '60, e come molte mie colleghe abbiamo affrontato a scuola il tema del razzismo.

Ognuna di noi aveva un testo preferito. Per me era "Ragazzo negro" di Wright. L'ho regalato alla mia prima nipote, Dora, che lo ha letto e fatto suo.

Maria Modaffari
Milano 03/06/2020

Adesso è il tempo della paura

C'era una volta e purtroppo c'è ancora un invisibile cecchino che colpisce a caso, va sicuro al bersaglio e chi era prima, è questione di giorni, non è più.

Sono stati mesi tristi mi mancava l'abbraccio di un amico, una stretta di mano ma tiravo avanti il P.C il telefono, le e-mail ma non avevo paura.

Seguivo le regole e restavo a casa e ripetevo quello che per tanti era, è, diventato un mantra: andrà tutto bene. Poi è iniziata quella che chiamano la fase 2.

Rilassatezza di tanti. Non più mascherina, inutili le norme del buon senso, mercato all'aperto affollato uno su gli, altri, il delirio, non esagero è così Ma c'è una cosa che fa ancora più paura il cecchino non si muove solo è tallonato da un'ombra più pericolosa la povertà.

Aumenta il numero dei senza lavoro, negozi chiusi che non riapriranno più, cartelli con le scritte Vendesì, Cedesi, Affittasi.

Aumentano i punti di raccolta cibo così come si ingrossano le file davanti alle chiese e alle varie associazioni. Facciamo quello che possiamo ma è dura e lo sarà ancora per tanto tempo.

C'è una cosa che mi ferisce è il martellamento mediatico delle varie onlus tutte a chiedere denaro di cui beneficiano i bambini con problemi di disabilità per carità voglio essere capita, non sto dicendo di non dare ci mancherebbe, sto dicendo di non chiedere.

Non si tratta più di aiutare una fascia della popolazione ma si tratta di aiutare tutti perché tutto il mondo ha bisogno delle stesse cose e i mezzi per sostenere non sono sempre a portata di tasca.

Si dice che nulla avviene per caso non so può essere ci sarà un mondo migliore?

Mah Chi è generoso continuerà ad esserlo chi è indifferente anche. Siamo così un po' angeli un po' cialtroni.

Rosamaria Moresco



Pandemia e Razzismo

Non vorrei mai attraversare confini, frontiere, non vorrei che esistessero...ma le mie "scelte" di vita mi hanno destinato a spostamenti frequenti tra le mie due realtà, quella milanese e quella svizzera...non mi è semplice. Soprattutto con il trascorrere degli anni, tendo a vedere più gli aspetti gravosi che quelli in qualche modo arricchenti della duplice esperienza.

Questo mi è successo recentemente con l'emergenza Covid 19: le frontiere chiuse, la necessità di isolamento...Avrei voluto avere vicino tutte le persone care: familiari, amici...ma ho dovuto scegliere e, in qualche modo, escludere...Così -dopo quasi tre mesi di soggiorno presso figlia e nipoti, che peraltro adoro, in quel di uno sperduto villaggio del Vaud, Eclépens- decido di ritornare in Italia per urgenze varie, ma anche desiderosa di rientrare nel mio consueto habitat...

Già il viaggio complicato -quattro treni per compiere un tragitto, Losanna Milano, che solitamente il treno Cisalpino compie in una sola corsa, unendomi, Briga-Domodossola, ai lavoratori frontalieri a cui soltanto, guarda caso, è consentito di passare la frontiera- mi aveva piuttosto scombussolata...

Arrivata nella mia città, sono stata subito coinvolta nel clima drammatico della pandemia vissuta sulla pelle di tutti in una forma devastante non solo per il numero altissimo delle vittime...Inizialmente ho potuto notare l'umore delle persone decisamente mutato, non che per gli Svizzeri le cose fossero andate molto meglio, con evidenti manifestazioni di disagio, inevitabili dopo la lunga reclusione e le paure connesse al dilagare della malattia...

Ora forse la situazione sembra migliorata, sebbene resti sempre presente in ognuno uno stato di allerta. Ma, come sempre succede, i mali esplodono ad un certo punto tutti insieme dal vaso di pandora. Inevitabile nelle società squilibrate, come la nostra del mondo Occidentale: la pandemia dilaga in tutti i continenti e molti altri nodi vengono al pettine, non ultimo la piaga del razzismo...Parlarne tra noi penso che sia importante, tempi duri ci aspettano...

Annamaria Locatelli



Il treno dell'assurdo

Il cuore bussa forte
-Cosa vuoi?-
-Più calma mia signora
se no scoppio ad ogni ora,
ogni attimo attivando la sirena
finirò in quarantena!-
Ora so, il cuore non sbaglia,
che la sola vera cura
sta nel rispetto dei ritmi
della natura.
Ma dove più,
quando ogni senso è logorato?...
Intanto il treno corre corre
su binari sempre uguali
ben distanziati, come noi,
timorosi e indifferenti...
Di gran carriera
le mignon cassette svizzere
sfilano su pattini a rotelle,
le mucche sgranano placidi occhioni
Sono finte? Non fanno sorridere,
come i colori pastello dei prati...

Paese che esporta democrazia

a pacchi ben imballati
con istruzioni per l'uso!
Ma se i pezzi sono difettosi
come assemblarli?
Se poi già il modello,
anche perfetto,
è tutto un difetto?
Squilibrato di forma e di sostanza
sottostima le piccole parti
-bulloni, viti, anelli...-
dell'ingranaggio vitali
e a dismisura gonfia
quelle di rappresentanza
-carrozzeria, cruscotto, sedili griffati-
per i più nobili... culi.

Terribili eventi

scuotevano gli umani:
a migliaia i morti per covid,
a milioni i disoccupati affamati,
a numeri stratosferici i dimostranti
sconvolti di rabbia per l'ultimo delitto
frutto di secolare odio razziale,
ormai giunto ad indossare
la divisa dell'ordine pubblico,
a bilioni gli arsenali bellici

George Floyd

Nove minuti con il ginocchio
sul collo
e le mani in tasca
da perfetto boy scout...
Semplice come sgonfiare
un gommone
sino all'ultimo respiro...
Il più asettico dei delitti
senza metterci dito:
mai le mani bianche
su un corpo negro!
Fiume che non conosce fine
la ruota di fuoco
sulle terre bruciate di rabbia
nel contagio di mali endemici
tra pandemia e razzismo

Ma ora l'autovettura

perde pezzi
si scardina in brillanti nulla!
Ma che importa se luccicano ancora
nelle vetrine del mondo?
Immobile resta e feroce il cane da guardia...
Signori, fateci scendere!
Se dio vuole, andremo a piedi
nelle piazze del mondo!

schierati nel gioco dei potenti...

Non c'è che dire
era il momento giusto
per lanciare "Dragon",
il missile spaziale
vanto tecnologico
del privato capitale.
Se mai per gli straricchi
si presentasse la necessità
di evacuare di gran carriera
dal pianeta in fiamme,
lasciando noi tapini
a bruciare dei loro misfatti

Banca del Tempo

Ora x Ora

IL VERMICELLO VAGABONDO

C'era una volta un vermicello molto birichino che abitava in un pipistrello...

Ma... un giorno stufo di stare lì decise di uscire per fare il giro del mondo,
gira che ti rigira, stanco e non trovando un pipistrello, si rifugiò nei polmoncini di un bambino.

Ma lì non c'era posto, i polmoncini si rifiutarono e litigando... litigando scappò nei polmoni di Zia Papera.

E lì i vermicelli si moltiplicarono, inventarono tanti .. tanti ... tanti... Zia Papera si ammalò.

Allora tutti i bambini, le mamme, i papà, i nonni, gli zii, gli amici non potendosi più incontrare, inventarono giochi, storie, salti, capriole...

Ma... un bel giorno di primavera vennero tanti uccellini che ad uno ad uno mangiarono tutti i vermicelli.

Il loro pancino diventò gonfio come un pallone e incominciarono a volare, volare, in alto nel cielo lontano, lontano...

Tutti i bambini alla finestra salutarono felici e con grande gioia gridarono addio ... addio ...
Bye...Bye...

**BANCA DEL TEMPO
ORA X ORA**

Via Betulle, 20152 Milano

email: bdt.oraperora@gmail.com

Tel. 02 4891 6076

Sito web:

<http://oraxora.altervista.org/blog/>

Banca del Tempo

Passatempo



Presidente: Emanuela Servida

Orari di apertura: secondo giovedì di ogni mese
dalle 18,30 alle 20,00

Contatti:

bdtpassatempo@libero.it

Donatella La Viola 347 106 5653

Il veleno della corona

Marzo/Aprile 2020

Cari compagni di lettura e di scrittura, cari amanti di parole scritte e dette, cari amici golosi di cibi e vini buoni, insomma cari, strano non vederci, non condividere le storie che leggiamo guardandoci, ascoltando le nostre voci unite ai gesti che abbiamo imparato a riconoscere nel tempo. Tempo scambiato e regalato, tempo prezioso, ricco e che ora lo sembra anche di più, ora che ci è negato. Siamo lontani uno dall'altro solo fisicamente, mentre i nostri pensieri viaggiano, ci raggiungono nella solitudine delle case e ci fanno compagnia. Il filo su cui corrono sono i libri che stiamo leggendo, gli stessi libri, le stesse parole che i nostri occhi leggono e portano dentro di noi, creando collegamenti, suggestioni che troveremo il modo di scambiarsi. Comunque.

Intanto in una giornata di smarrimento e di vuoto ho cominciato a pensare a quello che sta succedendo, a questa pandemia dal nome strano: coronavirus. Corona? Re, Regine ci inseguono indossando una corona mortale?

Ho pensato a tante cose, ma come per tutti i pensieri troppo complicati non ho trovato parole per esprimerli compiutamente. Quali sono le parole che potrei associare a coronavirus? E voi? Vi propongo una cosa che non so come chiamare. Scriviamo questa parola CORONAVIRUS e poi senza pensare troppo aggiungiamo tutte le parole che ci vengono in mente, senza filtri, censure, ripensamenti, così come arrivano. Un flusso di coscienza, una tempesta di cervelli che prova a dare corpo alle emozioni attraverso parole.

Io credo che questo piccolo esercizio possa servire a ognuno di noi per esorcizzare la paura. E poi condividiamo le nostre mappe individuali e poi... Non so come può proseguire questo viaggio, intanto partiamo.

Un grande abbraccio a tutti, anzi un grande abbraccio a Anna V, a Anna P, a Emanuela, a Jolanda, a Adriana, a Giuseppe, a Carlo, a Alessandro V, a Alessandro P, a Adriana e uno particolare a Stefano, mio prezioso compagno di quarantena. Mai come ora è bello chiamarci per nome

Patrizia

Anna V.



Tempesta

Leggo in rosso, da sempre, la parola cancro .
Questa malattia (ma è una malattia o una situazione?) è viola (quaresima, velluti, poca luce)

1. Corona

Primo nucleo (dizionario)

Corona: detto di donna che si vanta dei propri soldi, dei propri beni, dei propri acquisti o della quantità di cibi preparati. Da cui: "Non fare la corona" "sei proprio una corona" e anche "è un'impossibile corona"

Secondo nucleo (la nonna)

Prendi la corona che diciamo il rosario. Segue una serie di bisbigli incomprensibili, cantilenati, il primo rap della mia vita. Scorrono tra le dita perline bianche, nere, trasparenti, legate con catenine opacizzate dall'uso. Come briciole di Pollicino. Fino ad arrivare al primo mistero doloroso. Al terzo segreto di Fatima. Sopra di noi, l'emisfero caldo dell'alabastro.

Terzo nucleo (un'educazione controriformista)

Gli misero una corona di spine. La testa era compromessa, e anche il volto. Il cuore venne trafitto nei secoli successivi, e non solo a lui. I cuori sanguinavano. Ferite ovunque, gocce sull'avorio dell'incarnato. Il sangue bevuto ogni domenica davanti a noi, e qualche volta persino con gusto. Marcellino pane e vino. I bambini vestiti da frati perché guariti da malattie incurabili. Degli ex voto ambulanti. Alla fine, se tutto andrà bene, mi vestirò da clarissa, le ali del bel cappello appena mosse dal vento dell'inverno, *nella prima belletta di novembre*.

2. Virus

Virus,

Malus-bonus

Salus, metus

Sanctus-Minus

Vulnus vetus

Rebus?

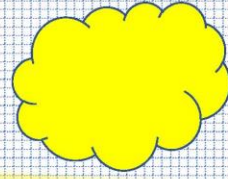
3. Corona Virus

Impronunciabile. Eppure l'ho già sentito: la guerra, sostanzialmente. Il rifugio: chi entrava troppo tardi, chi non riusciva a entrare. E anche la battaglia: frecce che volano, la pallottola che perfora l'elmetto, la mina che scoppia sotto il passo incauto. Ma forse meglio l'agguato: qualcuno che ti segue, ti prende appena ti giri, ti mette la mano sulla bocca. O la borsa o la vita. Scappa scappa. A rimortis a rimortis.

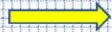
Emanuela



Il deserto fiorito – Sud Africa – è un tappeto di margherite arancioni che sbocciano subito dopo la stagione delle piogge



Per me giallo... come il sole che vediamo dalle finestre o dai balconi...e perché quando ero piccola e mi si chiedeva: che colore vuoi? Rispondevo: giallo! Senza neanche rendermi bene conto se mi piacesse veramente.



CORONAVIRUS TIME

Tempo senza tempo
Mattine senza sveglie
Impegni senza scadenza
Tempi dilatati
Hai finito?
No, finirò domani o dopodomani
C'è tempo.....
Nuovi ritmi, per vecchie abitudini,
in giorni tutti uguali

Stefano



La solitudine di un cormorano
Oltre i 200 metri, ma non molto di più:
parco Forlanini qualche tempo fa

Il colore che preferisco in questo momento è il verde, quello dei prati, quello dei boschi, della natura e della speranza, la speranza di vincere questo terribile nemico.

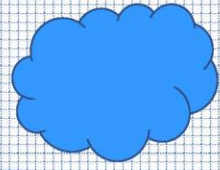


Stefano deriva dal greco antico Στέφανος (Stephanos, latinizzato Stephanus) e letteralmente significa "corona" e per estensione coronato o incoronato. Originariamente il nome alludeva alla corona quale simbolo di vittoria.

È quello che sapevo fin da ragazzo, quando, per curiosità, avevo fatto delle ricerche su un libro che conteneva le origini dei nomi: allora non c'era Internet!

Quindi un simbolo di gloria, di vittorie, portatore di regalità. Mai mi sarei immaginato di vedere associato il nome "corona" a un nemico così subdolo, invisibile, infido, maligno, a un nemico che ti induce a diffidare anche del tuo migliore amico, di una persona cara, che non ti permette nemmeno di abbracciare tuo figlio, tua madre, tuo padre.

Jolanda



Avrei detto viola anche io, soprattutto in questo particolare momento. Ma voglio dire azzurro. È il colore delle mascherine chirurgiche che indosso al lavoro ma è anche il colore del cielo quando è sereno e del mare quando, d'estate, ci accoglie per le sospirate vacanze. È un colore che mi placa l'anima quando sono agitata e oggi è il colore che esprime serenità, quella che auguro a noi tutti.



Dall'incredulità alla paura. Dal "colpisce solo gli anziani" a "potrebbe toccare anche a me".

Il silenzio assordante e la sirena delle ambulanze che mi dà i brividi.

I numeri, ogni giorno in ufficio si parla dei numeri. Sono spaventosi perché dietro a ogni numero c'è una persona. Spesso ci spuntano le lacrime mentre ne parliamo.

Le bare ammassate e il dolore di non poter salutare i propri cari.

Mamma, spero tanto di poterti rivedere.

La convivenza forzata. La necessità di rispettare i tempi e gli spazi degli altri.

Il piacere delle piccole cose.

La lettura, grande consolazione

Medici e infermieri. I loro sforzi e i sorrisi che comunque ci regalano. Quale sarà il prezzo che dovranno pagare quando l'adrenalina del momento lascerà il posto al ricordo di questi giorni terribili?

La paura che niente possa tornare più come prima.

La speranza che tutto ritorni come prima.

Il mondo messo in ginocchio da un virus. Le grandi potenze che dovrebbero riflettere.

I tagli alla sanità e la mancanza dei dispositivi di protezione individuale. Cosa potete dirci adesso?

Il cibo che in qualche modo colma dei vuoti.

I canti dalle finestre, ci sentiamo più uniti?

La preoccupazione di Pino per la sua attività....la responsabilità per le famiglie dei suoi dipendenti.

Il dolore di Sandro che non abbiamo potuto condividere se non con il pensiero.

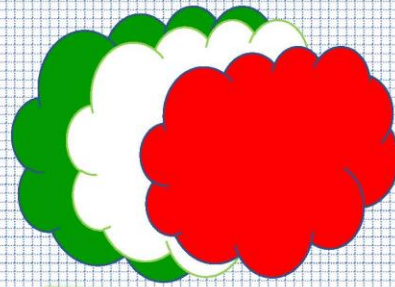
Mancano gli abbracci.

Le video chiamate che facciamo per sentirci meno soli.

Carlo



Il falansterio di Via Sismondi la sera in tempi di quarantena



Come spesso mi succede, non riesco a stare alle disposizioni: non un colore, ma tre.



Non posso dire di avere dei colori elettivi. Di volta in volta mi lascio prendere dal colore che in quel momento mi appaga: il verdeazzurro dei tratti di mare nelle baie pulite, il rosso delle fragole e delle bandiere, anche il grigio, delle rocce che mi verrebbe voglia di scalare, o certo bianco abbagliante delle nevi, là in alto. Di volta in volta, dico. Adesso come la mettiamo con il corona? Ecco, quando ci penso, il colore è un tricolore. È un sentimento ambivalente: uno dei sentimenti più radicati in me è l'internazionalismo, meglio se proletario; quindi le bandiere non mi stanno troppo simpatiche. Ancora ancora quando sventolano tutte insieme in manifestazioni collettive, quando stanno a significare che tanti, se non tutti, popoli stanno insieme, passabilmente in pace. Ma la bandiera singola, espressione di una qualsiasi forma di orgoglio nazionale, quella no. Quei drappi coprono e giustificano troppi morti. Morti ammazzati, senza bisogno di virus.

E tuttavia non mi spiace vedere i tricolori ai balconi, come forma, magari ingenua, di comunicazione, di volontà di farsi coraggio reciproco. Mi ricordano le bandiere arcobaleno che abbiamo cominciato ad esporre durante le sciagurate imprese di Bush figlio. Non hanno fermato nemmeno un colpo di fucile, ma hanno fatto sapere che lì ci stava una persona, o una famiglia, che non ci stava, che non eri solo a non volere la guerra. Forse i tricolori, perché si rivolgono alle persone, incoraggeranno qualcuno in più a fare quel che si deve fare, e per questo li guardo con una certa tenerezza.

Anna P.



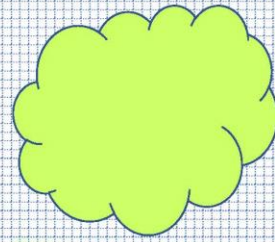
"Fiat lux", così inizia l'universo.
E la luce bianca si aprì a ventaglio nei sette colori dell'arcobaleno.
Da cromoterapeuta ho lavorato molto con i colori, facevano parte della mia vita, scoprii che mitigavano e accendevano emozioni, ero "arancione".
Allora scoprii che Goethe non era stato solo un poeta ma anche un ricercatore, infatti già agli inizi del 1800 scriveva sulla teoria dei colori fra scienza e mistero e riteneva i colori stessi una "consolazione".
Dunque come è colorata adesso la mia vita/giornata?
I colori riproducono fedelmente un determinato contenuto spirituale o una precisa predisposizione d'animo e fino alla metà di febbraio le mie giornate oscillavano fra il viola e l'arancione. Ma adesso?
I miei colori si sono sciolti in un non colore o meglio in un bianco sporco lattiginoso, la cui opacità non mi fa vedere...oltre.
Sento che un nemico oscuro mi ha tolto la libertà e in questo sentire c'è racchiuso tutto.

Notte fra il 15 e 16 aprile 2020

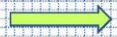
È il tempo del corona virus. È un sogno in bianco e nero.
La stanza dà su di un balcone. La luce è opaca, apro la portafinestra.
Entra un allocco ad occhio e croce sarà alto 50 cm. È tutto completamente nero e si posa sul mio avambraccio. Gli occhietti penetranti è tranquillo ma all'erta.
In casa a poca distanza da me c'è un grosso gatto su di un piccolo tavolino.
Ho paura, temo che il gatto aggredisca l'alocco e che io possa venire attaccata.
Chiamo una persona che è in casa perché faccia la foto, ma non ci riesce. Il telefono non funziona. La mia paura cresce, respiro a fatica, non so cosa fare, poi apro la finestra e metto fuori l'alocco e il gatto. I due si guardano pronti a cominciare la guerra, il gatto specialmente.
Io chiudo la finestra e finalmente mi sveglio.
Mi guardo intorno, un altro giorno comincia e non capisco perché.

**Oggi le parole sono in vacanza
beate loro.**

Sandro



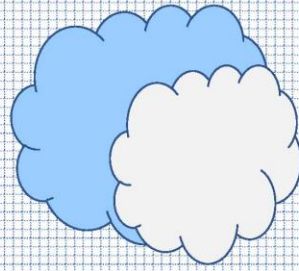
*Pensando a un colore
mi viene in mente un
verde pastello appena
accennato*



Perché sono rinchiuso in me stesso,
quasi non sopporto la luce e un
colore forte mi darebbe una scossa
ed un'energia che non sarei in grado
di reggere.

Verde parte da un mio bisogno
enorme di bosco, di non paura, di
pensare a nulla e nutrirmi di quello
che i miei occhi vedono

Adriana



Il colore che mi viene in mente è
L'azzurro chiaro. Il colore del
cielo che vedo dal mio balcone.
Però mi viene in mente anche il
grigio che è il colore delle
giornate che sto vivendo

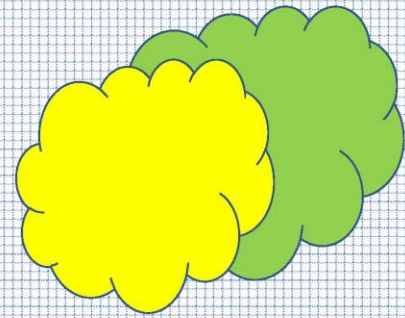


I balconi di via Marciano
Sono come arnie preziose
dove api operose si
affannano, sin dalle prime luci
del mattino.

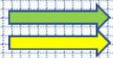
Giuseppe



L'energia e la potenza del sole



Il giallo del sole e il verde della natura



Io parto dalle origini: vir virus , dal latino, significa forte, da cui derivano parole come virilità, eroismo e altre ancora.

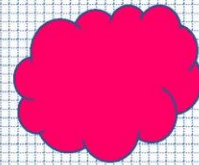
Corona sappiamo tutti cos'è, per cui tutte le ciambelle del mondo sono a forma di toro circolare, comprese quelle di salvataggio.

Coronavirus perciò vorrebbe dire "organismo comunque a forma arrotondata" ma dotato di grande forza (purtroppo forza distruttiva).

Patrizia



San Galgano



Il rosso della ferita, ma non scuro, quasi rosa come le rappresentazioni (reali?) del virus

Paura, tanta paura e incredulità. Ma paura di che cosa? Della morte, della malattia? Noi tutti moriremo, è nell'ordine delle cose, è nella vita stessa. Forse è più la paura del male nascosto, dell'invisibile che può penetrare e distruggere. Distruggere il corpo, ma anche la sicurezza della forza arrogante, dell'onnipotenza, del controllo su tutto, anche sui tempi e sui modi della fine. Si è insinuato dentro silenzioso e forte il dubbio della fragilità che diventa sempre più una costante, malefica compagna.

I giorni sono uguali riempiti delle cose con cui ho inventato la vita, con cui sto interpretando il mio viaggio in questo tempo. Ma sta diventando un copione ripetitivo, gli spazi di improvvisazione **si riducono**. Non ho inventato abbastanza, non ho inventato bene? Quando cammino con il **mio compagno** in corridoio nella nostra **gita a...** quotidiana, sto bene e prendo forza a ogni giro: questa è una bella invenzione.

Ascolto troppo il mio corpo, i suoi segnali di *sto bene, sto male, non so come sto*. Fermarmi a pensare troppo vuol dire ridiscutere tante cose, **fare il punto**, tornare indietro, sostare nel presente e aver **paura di proiettarmi verso il futuro**. Di nuovo la paura. L'immaginazione si arresta di fronte a scenari troppo dolorosi. L'orizzonte degli eventi, il mio **buco nero**, è davanti a me e lo sto guardando **impreparata**, colosso di argilla, eppure il virus è piccola cosa, **piccolissima**, ma veloce e velenosa.

Dai balconi assorbo rumori,
sirene di ambulanze, canti di
uccelli e il silenzio delle
strade, il suono di una tromba
stonata e incerta.

Gli applausi iniziali si sono spenti. Le bandiere
tricolori arrotolate su loro stesse aspettano il vento e poi
ondeggiano nell'aria ferma di questa primavera
corrotta. Appostata sull'antenna una enorme cornacchia
gracchia puntando le mie finestre.

La malefica Regina questa volta
ha intriso di veleno la corona per
diffondere il contagio. Forse è
proprio questo passare da una
malattia individuale alla **pandemia**
che mi angoscia.

Pensare a una **distruzione collettiva**. Uomini come dinosauri colpiti da una **meteorite**?
Tuttavia la Regina non sa che esiste anche il contagio delle **emozioni diverse** dalla paura.
Non voglio perdere l'energia di questo contagio.



BdT PASSA-TEMPO
Gruppo di lettura/scrittura



Grazie

Banca del Tempo Perholà C'E'

Il pane di Ester



Chiuse nelle nostre case, abbiamo sperimentato di tutto, soprattutto in cucina, con risultati davvero speciali...





Il secchiello fatto con le cravatte

Niente viene buttato. Riciclare è una delle nostre “parole d’ordine”.

La fantasia delle nostre socie è senza fine ed i prodotti confezionati anche durante questa quarantena verranno proposti “ad offerta libera” nei nostri mercatini. Lo scorso anno, con il ricavato, abbiamo sponsorizzato due borse di studio per i ragazzi delle scuole medie, meritevoli ma in condizioni di difficoltà. Piccoli gesti molto apprezzati dai nostri concittadini.

La pigotta di Francesca

Francesca ci ha insegnato a confezionare queste bellissime bambole.

Lorena durante la quarantena ne ha cucite una dozzina, di varie etnie e tutte coloratissime. Appena potremo riprendere le nostre attività, organizzeremo un mercatino e queste creature andranno a ruba. Lo scorso anno con il ricavato delle vendite di queste ed altri manufatti, siamo riusciti a “saldare un debito” di refezione scolastica di due famiglie che si trovavano in difficoltà.





Carissimi concittadini,

in questo momento di emergenza sociale e sanitaria a causa del Coronavirus, le socie della locale Banca del Tempo hanno confezionato mascherine in stoffa di cotone **LAVABILI E DISINFETTABILI**, che desiderano mettere **GRATUITAMENTE** a disposizione di chi ne avesse bisogno. Sono mascherine autoprodotte, **NON OMOLOGATE**, ma riconosciute come utili dall'ultimo decreto ministeriale.

Ne abbiamo confezionate di colorate, con elastici morbidi, adatta anche ai bambini. Tra uno strato e l'altro della stoffa è possibile inserire del Tessuto non tessuto (TNT) o della carta forno che ne potenzia la protettività e che può essere facilmente rimosso e sostituito quando necessario. Ci teniamo a sottolineare che questo dispositivo **NON GARANTISCE L'ISOLAMENTO DAL CONTAGIO** e che indossare la mascherina è un obbligo che **NON ESCLUDE L'ADOZIONE DI TUTTE LE ALTRE MISURE IGIENICHE E DI PREVENZIONE**.

Con l'augurio di poterci presto riabbracciare e ritrovare, vi auguriamo ogni bene:

le socie della Banca Del Tempo di Pero.



Queridos ciudadanos,

en este momento de emergencia sanitaria y social causada por el Coronavirus, las socias de la local Banca del Tempo han confeccionado mascarillas de algodón totalmente **LAVABLES Y DESINFECTABLES**, que serán puestas a disposición de **FORMA GRATUITA** a las personas que las necesiten.

Se trata de mascarillas caseras, **NO HOMOLOGADAS**, pero reconocidas como útiles en el último decreto ministerial.

Tenemos modelos en distintos colores, con goma suave, cómoda también para los niños. Entre las dos capas de algodón se puede insertar el TNT (tejido no tejido) o papel para hornear que aporta más protección y que puede ser fácilmente sustituido.

Es importante saber que estas mascarillas **NO GARANTIZAN AISLAMIENTO DE CONTAGIO** y que utilizarlas, **NO EXCLUYE CUMPLIR CON TODAS LAS DEMÁS MEDIDAS DE HIGIENE Y DE PREVENCIÓN**.

Con la esperanza de podernos volver a reencontrar y abrazar pronto, os deseamos todo lo mejor.

Las socias de la Banca del tempo de Pero.

Dear fellow citizens,

In this moment of social and health emergency due to Coronavirus, the members of the local Banca del Tempo have made **WASHABLE AND DISINFECTABLE** cotton cloth masks, which they wish to make available **FREE** to those who need them. They are self-made masks, **NOT APPROVED**, but recognized as useful by the latest ministerial decree.

We made masks in different colours, with soft elastic bands, also suitable for children. Between one layer and another of the fabric it is possible to insert non-woven fabric (TNT) or baking paper which enhances its protection and which can be easily removed and replaced when necessary. We would like to underline that this device **DOES NOT GUARANTEE INSULATION FROM CONTAGION** and that wearing the mask is an obligation that **DOES NOT EXCLUDE THE ADOPTION OF ALL OTHER HYGIENE AND PREVENTION MEASURES**.

With the hope to be able to embrace and find each other again soon, we wish you all the best:

The members of Pero's Banca del Tempo .



Le nostre socie Orietta, Tina, Lorena, Francesca ed Ester, hanno confezionato circa 250 mascherine, di varie misure e modelli che, accompagnate da una lettera tradotta in quattro lingue, sono state distribuite da Caritas ad altrettanti cittadini.

I pensieri di Antonia

Coronavirus, è entrato nella mia vita con una alzata di spalla.

Che sarà mai?

Poi su tutti i canali d'informazione si trasmettono notizie allarmanti.

Presto sempre più attenzione, non voglio crederci.

Ricevo telefonate da amici, parenti, conoscenti

Mi raccontano storie surreali, inizio a preoccuparmi.

Coronavirus, che sarà mai?

Il resto è storia per ognuno di noi.

"Anche se non puoi entrare, non allontanarti da me,
tendimi la mano quando ti è possibile vedermi solo a distanza,

se tu non lo facessi mi dimenticherei della vita...

o sarebbe la vita a dimenticarsi di me"

Comune di Pero
Città Metropolitana di Milano

EMERGENZA CORONAVIRUS

Farmaci a domicilio

Chiedi al tuo medico di inviare le ricette
alla Farmacia comunale di Cerchiate
e i volontari ti portano a casa le medicine

PER CHI ?

Diamo priorità alle persone con più di 65 anni, senza rete
familiare o di vicinato, che necessitano di farmaci urgenti

COME FUNZIONA ?

richiedi telefonicamente al tuo medico i farmaci di cui hai
bisogno specificando che ti servirai presso
la farmacia comunale di Cerchiate (ricetta telematica)

CHIAMA

il n. 388 4680972 dalle 10 alle 12
dal lunedì al venerdì
oppure scrivi a
farmaciacasapero@gmail.com

specificando oltre al tuo nome e cognome il tuo numero di
telefono e il nome del tuo medico.

CHI FA IL SERVIZIO ?

La Farmacia comunale
in collaborazione con i volontari delle associazioni
Banca del Tempo Pero, Terraluna e Astra Soccorso

Sede legale
Via Oratorio, 32 - 20016 - Pero -
(Milano) 

Presidente Costanza Mirella
Telefono Presidente – 370 361 9853
eMail: mirella.costanza@libero.it

eMail BdT : bdt.perhola@libero.it

Banca del Tempo Ponte Valtellina



LA PROVINCIA
MARTEDÌ 26 NOVEMBRE 2019

Mercatino del baratto a Ponte In piazza la Banca del tempo

L'iniziativa. Ieri al lavatoio lo scambio tra oggetti riciclati e attività
Della Briotta: «L'obiettivo alto è migliorare tessuto sociale e relazioni»

PONTE IN VALTELLINA

CLARA CASTOLDI

«Pinseldare quel legame della comunità di paese che si sta un po' perdendo in una società sempre più individualista e rinforzare il tessuto sociale e la rete di solidarietà».

Questi gli obiettivi della Banca del tempo, nata da qualche mese a Ponte in Valtellina, e che ha già raccolto una cinquantina di iscritti.

Tanti servizi

Ieri si è tenuto, al lavatoio di piazza Luini, il mercatino del baratto che, in un'ottica di riciclo, ha consentito lo scambio di oggetti di diverso tipo fra pontaschi e non solo.

In sostanza i partecipanti hanno consegnato, nei giorni scorsi, degli oggetti usati ma in buono stato che sono stati convertiti in crediti ieri utilizzati per prendere altri oggetti fra quelli esposti. I crediti avanzati saranno spendibili in altri mercatini oppure potranno essere convertiti in ore della Banca del tempo, in cui soci mettono a disposizione le proprie competenze per gli altri. Aloro volta i soci potranno usufruire delle ore messe a disposizione da altri soggetti: una forma di volontariato circolare che mira anche ad ovviare ad alcune situazioni di difficoltà senza mettersi in competizione con



Annalisa Della Briotta (il centro) con altre due volontarie

chi presta la propria opera a pagamento. Quando una persona si iscrive ha l'obbligo di dire quali sono le attività che vuole donare.

Al momento sono diversi i servizi proposti: car pooling, realizzazione di biglietti d'auguri, accompagnamento a musei o cinema, assistenza anziani, babysitting, consulenza informatica, letture per bambini, piccole

commissioni, accompagnamento a visite mediche, messa in piega, medicazioni, manutenzioni casalinghe, cucina, aiuto nei compiti, giardinaggio.

Oltre i confini

«Nel momento in cui un nuovo iscritto indica un'abilità che non è presente nell'elenco, questa viene inserita - spiega la presi-

dente della Banca del tempo, Annalisa Della Briotta - Abbiamo già organizzato due corsi di composizione di fiori secchi e stiamo tenendo un corso di pathwork. Purtroppo non ci hanno ancora assegnato una sede, per cui l'associazione degli anziani mette a disposizione la propria». Gli iscritti, attualmente oltre 50, sono per lo più pontaschi, ma ci sono anche persone di fuori provincia che vengono a Ponte in vacanza o di altri comuni valtellinesi. La Banca del tempo di Ponte ha aderito al coordinamento lombardo e all'associazione nazionale delle Banche del tempo, «perché - spiega Della Briotta - lo spirito deve travalicare i confini del proprio territorio. Facendo riferimento ad una grande rete si potrebbe accedere più facilmente a bandi di finanziamento, si potrebbero promuovere eventi insieme e favorire gli scambi di competenze. Ad esempio abbiamo partecipato, venerdì scorso a Milano, ad un corso di formazione della rete lombarda e ci è stato chiesto aiuto per la parte informatica. L'obiettivo alto su cui lavorare è migliorare il tessuto sociale e le relazioni e avere maggiore gratuità nei servizi come avveniva una volta nella civiltà contadina quando si aveva una società più sicura e ricca di valori». Info scrivendo a bdeltempo@pec.it.

Banca del Tempo

Rho

Riflessioni

Ho avuto tempo per riflettere chiusa in casa ma anche quando ho potuto spendere manciate di minuti ad aiutare chi ha aveva più bisogno.

Forse la nostra vita è cambiata per sempre. Forse da domani dovremo prestare più attenzione al tempo che passeremo vicini.

Accorciare il tempo in cui siamo in compagnia potrebbe essere anche un bene. Almeno il poco tempo che avremo a disposizione lo organizzeremo nel migliore dei modi senza avere spazi vuoti per giudicare. Potremmo essere quindi più soddisfatti del nostro essere (e non è poco). Magari potremmo cambiare anche il modo di pensare e concentrarci sulle azioni concrete.

Avrà vinto il bene!

Caterina

.....

Queste sono le mie considerazioni su quanto ci sta accadendo.

Ci siamo trovati in una situazione che ha imposto il cambio delle nostre abitudini.

Piccole cose che facevano parte della nostra quotidianità si sono trasformate in imprese da supereroi. Come le interminabili code per fare la spesa, insopportabili anche se a dir il vero erano le stesse code che molti di noi accettavamo sulla via delle vacanze. Abbiamo visto accaparramenti ingiustificati da svuotare i supermercati che hanno messo in difficoltà molte persone.

Abbiamo vissuto la carenza di mascherine, alcool e guanti, scoprendo che in Italia non c'erano aziende che li producevano. E se si riusciva a trovarli, abbiamo conosciuto la speculazione pagando un prezzo aumentato anche di 5 volte.

Ora inizia una fase di alleggerimento di queste restrizioni, si potrà andare a far visita a parenti, solo molto stretti: quindi zii e cugini sono esclusi.

Mi domando come si potrà impedire a un bambino e ai nonni di non abbracciarsi quando si incontreranno!

Personalmente mi manca la compagnia degli amici della Banca, le pizzate in compagnia, le partite di burraco, le mie passeggiate quotidiane.

Mi manca anche il mio impegno con il volontariato,

Lunga vita e prosperità a tutti voi,

Roberto

.....

Io ho accumulato solo tanta rabbia verso i governanti che, pur conoscendo a cosa stava andando incontro la nostra Nazione ed il mondo intero, hanno tergiversato, hanno aspettato ed hanno lasciato che si scatenasse una carneficina!!! È una vergogna per tutti questi potenti che non hanno saputo, o non voluto, difendere le Nazioni!!!

Peggior di una guerra mondiale, peggior di una Shoah.... E non è ancora finito!!! È una tregua prima del colpo mortale!!!!

A peste, fame et bello, libera nos, Domine!!!

Maria

Riflessioni: essere in una banca del Tempo all'epoca del coronavirus.

Questo periodo della nostra storia ci ha turbato e ha modificato repentinamente la nostra vita.

Il modo di comunicare tra noi è cambiato con termini che sono entrati a far parte del lessico quotidiano: coronavirus, Codiv19, pandemia, emergenza sanitaria, quarantena, misure di contenimento, vaccinazioni, test sierologici, mascherine, bollettino, zona rossa, asintomatico, immunità di gregge, fase uno, fase due...

Un giorno ci siamo svegliati e abbiamo appreso che uno strano virus, che non era una semplice influenza, da Wuhan in Cina si era spostato in Italia, a Codogno dove era stato trovato il primo positivo, il paziente uno. I centralini del 112 hanno iniziato ad essere intasati di telefonate mentre il coronavirus dilagava, senza distinzione di territori, in Italia, in Europa, nel mondo, portando con sé dolore e morte.

Questo virus ha colpito in particolare le persone anziane delle R.S.A, le residenze sanitarie assistite, già compromesse nello stato di salute.

Lo stato è intervenuto e a tutela della nostra salute e ci ha fatto cambiare le abitudini: "state a casa" e "andrà tutto bene" sono gli hashtag comunemente usati in questo periodo.

Il lavoro, dov'era possibile, si è trasformato in "Smart-working" o lavoro agile e ci ha consentito di lavorare da casa.

Le videolezioni hanno preso il posto delle lezioni in aula a scuola.

I supermercati e le farmacie sono rimasti sempre aperte per garantirci l'essenziale: la spesa e i farmaci.

La protezione civile, i medici, gli infermieri sono stati i nostri eroi che ci hanno aiutato mettendo a rischio la loro vita per far fronte a questo nemico invisibile.

Abbiamo avuto delle indicazioni semplici come: lavare le mani, disinfettare, tenere le distanze di almeno un metro, ci hanno insegnato come starnutire... Abbiamo trascorso lunghe giornate a casa in pigiama per salvare l'Italia, abbiamo avuto la possibilità di uscire solo se era strettamente necessario con autocertificazione mascherina e guanti per acquistare alimenti e farmaci per le commissioni inderogabili. La gente ha fatto le scorte riempiendo i carrelli ai supermercati comprando alcool e amuchina, vitamine, agrumi. Alcuni non ce l'hanno fatta a perdere la loro libertà e sono fuggiti al sud di notte assaltando i treni, e il contagio si è propagato.



Abbiamo avuto paura dei contagi...

Risale al 7 marzo l'ultima uscita della Banca del Tempo a Pontevecchio sul Ticino. Un gruppo molto limitato del direttivo ha effettuato una passeggiata di ricognizione lungo il fiume e un pranzo al ristorante. Era un'uscita di prova per organizzare la gita da proporre ai soci della Banca che si sarebbe dovuta tenere di lì a breve.

Il giorno dopo, un'ordinanza ha imposto di non uscire di casa e abbiamo dovuto sospendere le attività e le presenze allo sportello.

È iniziato un tempo sospeso. Nella Banca del Tempo abbiamo fin da subito sentito l'esigenza di "cazzeggiare" abbiamo iniziato a salutarci sulla chat con il buongiorno, buonasera per infondere amicizia e sentirci vicini e meno distanti. Abbiamo condiviso video, post, catene, giochi, frasi ad effetto. Siamo diventati bravi cuochi e mostrato con orgoglio i nostri manicaretti. Un modo per tenerci compagnia.

Abbiamo inventato forme di saluto abbracci virtuali e di lunga vita e prosperità per far trascorrere il tempo.

Ci siamo dati appuntamento sui balconi alle 18.00 per i flash mob e alle 18.30 tutti a sentire Conte e le conferenze stampa con gli aggiornamenti di morti, contagiati e guariti.

Abbiamo perso la normalità, le uscite, i viaggi, gli abbracci, la Pasqua, le passeggiate, lo sport, parte della nostra libertà ma è stato necessario per continuare a rimanere vivi.

Abbiamo riscoperto l'amor di patria, di amare l'Italia, ci siamo ritirati nelle nostre case per stare con le nostre famiglie. Ci siamo riscoperti tutti un po' esperti medici e sicuramente ironici.

A che punto siamo?

Ad oggi (27 aprile 2020) siamo in attesa della fase due e di capire come ci muoveremo per andare al lavoro, per tornare a VIVERE dopo il 4 maggio, non sappiamo ancora se si tornerà mai davvero alla normalità.

Sappiamo quello che ci manca: una passeggiata, bere il caffè al bar in compagnia, andare dal parrucchiere... Alcune di queste cose forse potremo presto rifarle per altre bisognerà aspettare ancora un po'.

Questo tempo lascerà tracce nella nostra vita: impareremo ad apprezzare quello abbiamo sempre dato per scontato.

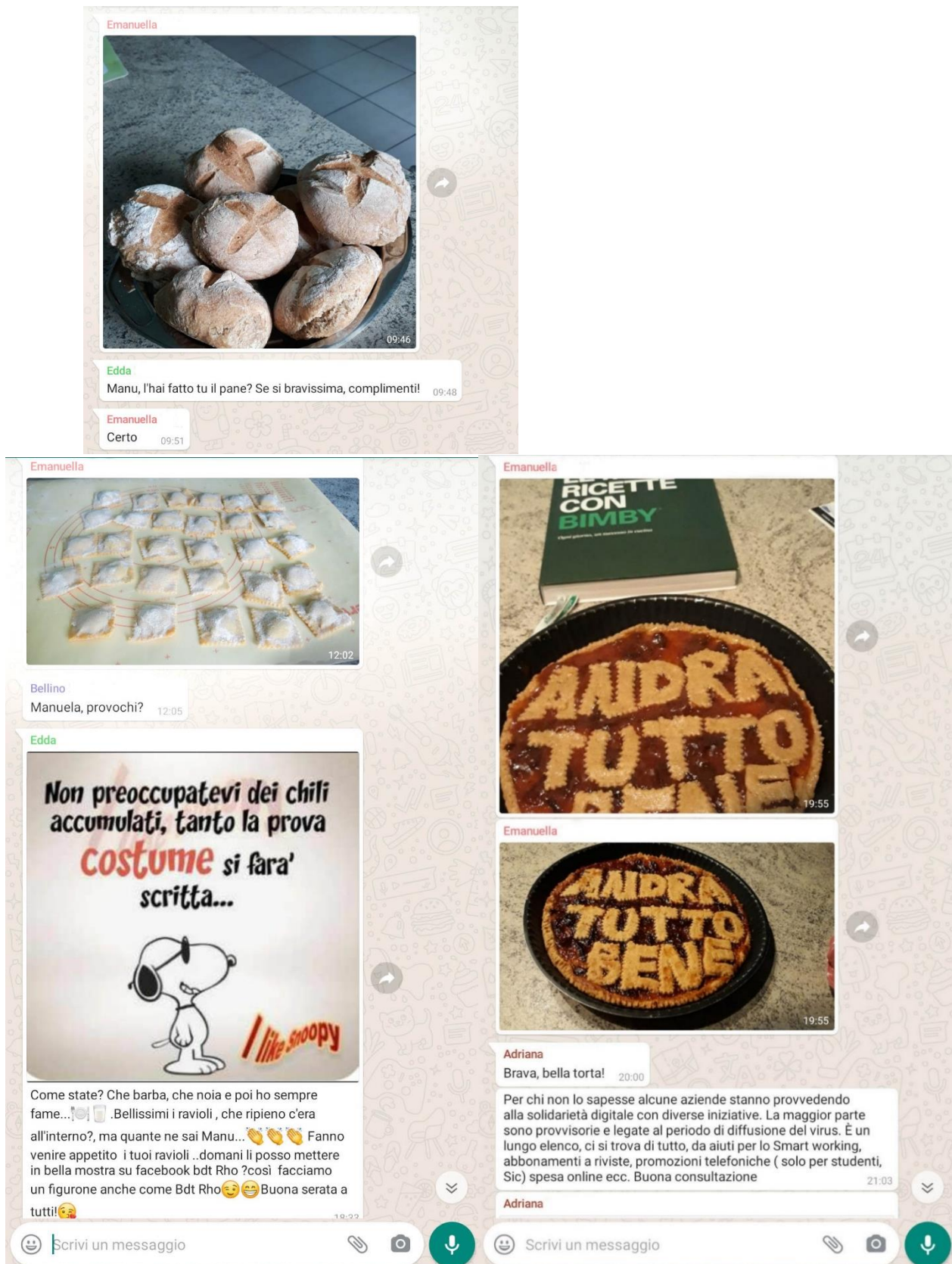
Quando tutto finirà, questa esperienza ci avrà cambiati. Avremo messo qualche chilo in più, non sappiamo se torneremo a riabbracciarci, se saremo migliori anche se tutti lo speriamo....

Non si capisce niente e bisogna aver pazienza ma quello che è certo è che dopo il buio ci sarà la luce.

Ciao, Edda

.....

Dalla bacheca virtuale di WhatsApp nei giorni di lockdown



Banca del Tempo Rosate

Banca del tempo

Per Informazione rivolgersi alla

Biblioteca Parrocchiale

(02/90870712 – 331-9684537)

mercoledì dalle 10,00 alle 12,00 / sabato dalle 16,00 alle 18,00.

La documentazione è reperibile sul sito alla voce “In Evidenza” o cliccando il seguente link:

<http://www.comune.rosate.mi.it/Articoli/Il-Comune/In-Evidenza/438-Bacheca-Banca-del-tempo.asp>

Banca del Tempo Saronno

BANCA DEL TEMPO DI SARONNO

✉ labancadeltemposaronno@gmail.com

Via Parini 54 Saronno (VA)

f <https://www.facebook.com/coordinamento.banche.del.tempo.milano>

Banca del Tempo Tavazzano

**Informazioni: La Banca del Tempo di Tavazzano (Lodi) è nata nel 2006
Ha sede presso il Centro Civico in Via Emilia 4, 26838 Tavazzano -LO.**



**Coop Vicinato Lombardia S.C.
Sezione Soci di Tavazzano
con Villavesco**



LA BANCA DEL TEMPO
Tavazzano con Villavesco
Associazione Onlus

Sede presso il Centro Civico "G. Mascherpa" Via Emilia, Tavazzano (Lo)
e-mail: bdt@libero.it

Presso

**Coop Vicinato Lombardia
Tavazzano con Villavesco
Via Gramsci 5**

promuovono, a partire da Lunedì 18/05/2020, un

BANCHETTO SOLIDALE

per la raccolta di generi alimentari
a lunga conservazione
per l'emergenza COVID - 19



**le donazioni alimentari saranno giornalmente
consegnate al parroco
per la distribuzione alle famiglie in difficoltà**

Ingegnarsi in quarantena a Tavazzano



Ingegnarsi in quarantena a Tavazzano



Ingegnarsi in quarantena a Tavazzano





La vita ai tempi del Covid e la fiducia da ritrovare (nella mano di una bimba)

Una Nonna bardata di mascherina, dopo settanta giorni di lockdown, esce per la prima volta va alla vicina chiesa. Sul sagrato le si fa incontro una bambina che deve avere imparato a camminare da pochi giorni. Avrà non più di diciotto mesi, indossa un bel vestitino rosso da cui sporge il pannolino.

Quando incontra lo sguardo della anziana signora, alza il braccino verso di lei per farsi prendere per mano. La Signora accoglie immediatamente l'offerta, afferra la manina e compie qualche passo insieme alla piccola. Poi però si ferma di colpo, si gira smarrita in cerca della mamma o del papà della bambina.

E' un pò intimorita perché consapevole che spesso i genitori reagiscono infastiditi al gesto spontaneo di un estraneo verso i loro figli, figurarsi ora.

Ma una ragazza sui trentacinque si alza da una panchina e le raggiunge con un grande sorriso.

L'anziana Signora si scusa, le dice che ha agito d'istinto e che, se vuole, può disinfettare subito la mano della bambina, e già estrae dalla borsetta il suo flacone di gel igienizzante. Signora, non si preoccupi — risponde la mamma di vestitino rosso — è stata tutto il pomeriggio a razzolare per terra, non è un problema, davvero, Grazie.

Perché questo racconto? Perché forse....



Mario Terruso

Banca del Tempo

Vimercate

Pagine dal mio diario - AI TEMPI DEL CORONAVIRUS

21 marzo 2020 – equinozio di primavera

La primavera è nel suo pieno rigoglio, “brilla nell'aria e per li campi esulta”:

la si vede ma non la si sente.

C'è un'aria cupa e angosciante che oscura ogni cosa e avvolge tutti.

Stamane comunque mi sono prefissa di non farci caso e con una buona carica di energia ho cominciato a chiamare alcuni soci della BdT, come mi sono imposta di fare tutti i giorni.

Vorrei così riuscire a farci sentire tutti un po' meno soli.

Ho continuato con un impegno fisico che mi distrae più facilmente: ho lavato le persiane, una fatica improba ma che andava fatta dopo i lasciti dell'inverno.

Ho quindi proseguito con la selezione degli indumenti da eliminare.

Come sempre, mi piange il cuore ma è inutile tenere abiti che non indosso da secoli. In alcuni che ho provato non ci sto nemmeno più.



Ho fatto così un bel mucchio di capi, tutti in buonissimo stato, che penso di recapitare alla Caritas, tramite un'amica della BdT, dalla quale ho sentito dello stato di necessità di molte persone.

Intanto arriva un'amica che mi ha chiamato ieri sera.

“Sarebbe possibile avere degli aghi?- mi ha chiesto- Mia sorella sta cucendo delle mascherine e per questo ha spezzato molti aghi. Passerei da te a prenderli, se ti va bene.” (per inciso vorrei precisare che uno dei miei figli ha un negozio di macchine per cucire).

Eccola dunque alla porta in bicicletta e tutta mascherata.

Fortuna vuole che sia presente anche mio figlio che, vista la mascherina che mi ha portato in regalo, le consiglia alcuni aghi particolari. Prima di andarsene Ernesta mi dice:

“Devo andare a consegnare queste mascherine già pronte.

Mi sento una staffetta partigiana!”.

Questa affermazione mi ha dato una carica incredibile.

Intanto per tutta la giornata si susseguono le sirene delle autoambulanze.

Il campanile suona più volte le campane a morto, un piccolo segno in ricordo di chi se ne è andato.

La giornata si chiude con la gioiosa sorpresa di una videochiamata dei miei figli, tutti insieme....

Poi arriverà anche quella dei nipoti

27 marzo 2020

E' stato un susseguirsi di telefonate e messaggi che praticamente hanno occupato quasi tutta la giornata.

Questi incontri virtuali mi hanno fatto sentire che c'è, al di là di tutto, una comunione di sentimenti, una confederazione di anime che interagiscono tra loro e ti arricchiscono, ti aiutano, danno un senso al tuo arrancare quotidiano, al tuo adempiere al compito di essere uomo, come ci consiglia Marc'Aurelio nei suoi pensieri.

L'angoscia si è assopita, l'ho relegata in un angolo. Immagino che sia pronta ad aggredirmi di nuovo, ma non devo lasciarmi travolgere dall'onda di piena.

Domani è un altro giorno!

30 marzo 2020

Oggi l'aria odora di neve.

Presto però arriverà la pioggia.

Sognare, ricordare, sorridere.

Forse sperare.



31 marzo 2020

Facciamo il punto sulla situazione del contagio.

La Lombardia è stata l'epicentro di questo flagello.

Contagiati e morti oramai hanno raggiunto livelli inimmaginabili. Molti tra questi sono amici cari o conoscenti.

Solo ieri sono venute a mancare 812 persone, raggiungendo la cifra altissima di 11.591 decessi.

Siamo tutti chiusi in casa: chi a lavorare in smartwork, chi a seguire le lezioni degli insegnanti e poi a fare i compiti, chi come gli universitari a dare o seguire tesi ed esami online.

Poi ci sono quelli come me che ogni giorno perseguono obiettivi diversi.

I miei impegni giornalieri fissi sono le telefonate in partenza ed in arrivo, i messaggi dei vari gruppi, la cucina a cui non rinuncio anche se sono sola in questo periodo, un giro di controllo per vedere se le mie piante stanno bene o hanno bisogno di acqua e di cure, qualche coccola alle mie micie, lettura e parole crociate, pedalate in cyclette mentre ascolto alla radio la lettura di qualche libro, la decorazione di sassi....Naturalmente ogni giorno ci sono delle variabili a sorpresa.

Allora?

Ho paura? No.

Sono in ansia? No

Come vivo dunque?

E' come se vivessi in una nube scura.

Non vedo una luce in fondo al tunnel e questo devo dire che mi angoscia. Insomma temo per il futuro che ci aspetta.

Io oramai ho vissuto la mia vita e il mio passato mi segue sempre più da vicino tanto da farlo diventare presente.

Mi angoscia ciò che verrà, l'incognita del domani per i miei figli ed i miei nipoti.

Provo a sorridere perchè penso mi faccia bene, provo a sognare e a sperare ma la fatica è enorme.



Banca del Tempo Zibido San Giacomo

BdT Zibido San Giacomo

“ IL TEMPO NON E' DENARO ”

Sede: c/o Municipio di Zibido San Giacomo

P.zza Roma 1 –

Settore cultura e tempo libero Sede
temporanea delle iniziative: Caffè Letterario –

P.zza Roma –

Zibido San Giacomo E

-MAIL: zibidosgbancadeltempo@gmail.com





La nostra Associazione nasce a Milano nel 2000 ed è
Associazione di Promozione Sociale iscritta
all'albo Provinciale dell'associazionismo dal 2006.

nel 2008 abbiamo chiesto e ottenuto il trasferimento
alla sezione F - APS n. 97 con decreto 99/2008 del 14/10/2008

siamo iscritti anche all'Albo Regionale delle Associazioni di
solidarietà familiare con decreto 31361 del 14/12/2000

all'albo Regionale delle Associazioni Femminili dal 2004 al n. 277.

**dal 2007 siamo fra i soci fondatori della
Associazione Nazionale Banche del Tempo (ANBDT)**

Siamo iscritti all'albo della Zona 2 e abbiamo una sede in
condivisione con altre associazioni presso la

Casa delle Associazioni di Via Miramare, 9 a Milano

per appuntamenti : 3391453112 - 3343313960



**Coordinamento
Lombardo** Banche
del Tempo

**Coordinamento Lombardo
delle**

Banche del Tempo

APS – ETS

**“Aderisce al Forum Regionale del
Terzo Settore”**

eMail : bdtmipro@tin.it

Tel. : 3391453112 - 3343313960

Tel. : 0288467067 - 3391453112

**Via Miramare, 9
presso la casa delle Associazioni del
Comune di Milano.**

Codice Fiscale 97265020152

RINGRAZIAMENTI

Donata Ferrari - BdTS Buccinasco per questa bella idea

Grazia Pratella – BdT Bresso per la correzione dei testi

Laura Disilvestro - Milano Sud per la gestione dei racconti

Angela Ladiana - BdTS Buccinasco per la copertina

Carla Manfredi - BdTS Buccinasco per la grafica nei testi

Gianpiero Calvi - BdTS Buccinasco programmazione file PDF

PER I RACCONTI

BdT Bresso: *Grazia Pratella – Alfia Scuderi*

BdT Buccinasco: *Leonardo Gentile - Anna Sgubbi- Teresa Carriera*

Tiziana Fiorelli - Franco Busato - Donatella Panico - Paola Tartaglione - Donata Ferrari

Franca Cerri - Angela Melchiorre - Carla Manfredi

Carla Di Cesare - Paola Barlassina - Elena Massoni - Maurizia D'Amore - Teresa Morazzoni

Margherita Villarusso - Enzo Concardi - Carlo Scalvini - Angela Ldiana - Franca Venesia

BdT Caponago: *Valeria - Doretta Braglia*

BdT Carpe Diem: *Lucia Lauciello – Salvatore Putrone – Biagio Dolce - – Milena Menighetti*

BdT Cassina: *Silvana – Silvia - Giacomina – Mario Pozzoni*

BdT Cernusco S/N:

BdT Coordinamento: *Giancarlo Sandrelli*

BdT Cronoteca:

BdT Cusago:

BdT Gallarate: *Tiziana*

BdT Melegnano: *Caterina – Adele – Teresa – Mariangela*

BdT Milano Sud: *Annamaria Locatelli - Laura Disilvestro – Maria Modaffari*

Rosamaria Moresco – Grazia de Benedetti

BdT OraxOra:

BdT Passatempo: *Patrizia – Giuseppe – Adriana – Anna P. – Sandro – Jolanda – Anna V. Emanuela – Stefano - Carlo*

BdT Perholà: *Ester – Francesca – Lorena – Orietta – Tina - Antonia*

BdT Valtellina:

BdT Rho: *Caterina – Roberto – Maria – Edda*

BdT Rosate:

BdT Saronno:

BdT Tavazzano:

BdT Valore del Tempo: *Mario Terruso*

BdT Vimercate:

BdT Zibido S. Giacomo:

Se ci diamo una mano possiamo vivere meglio!



La Banca del Tempo (BdT)

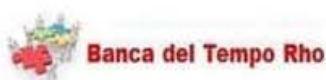
è una associazione che ha alla sua base il valore del tempo. E' un modo e un luogo per conoscersi e chiedere aiuto per scambiare piccoli servizi e abilità che riguardano la vita quotidiana, uno scambio alla pari, senza circolazione di denaro, in cui un' ora vale un' ora indipendentemente dell'attività svolta.

Aderire alla Banca del Tempo vuol dire valorizzare le proprie capacità e il proprio tempo. Un modo gratuito e intelligente per sentirsi far sentire utili e in compagnia.

Se ti interessa sapere di più sulle BdT, aderire o aiutare la sua nascita nella zona in cui abiti puoi trovarci sui siti:



www.coordinamentolombardobdt.it - www.associazionenazionalebdt.it



BANCA DEL TEMPO DI CUSAGO

