

Banche del Tempo

News - 2016

A cura del: Coordinamento Lombardo Banche del Tempo -Via dei Transiti, 2 – 20127 Milano – c/o Auser
Telefono: 02 26113524 o 339 1453 112 E-mail: bdtmipro@tin.it - Sito: www.banchetempo.milano.it -
pagina fb coordinamento lombardo

(Martedì dalle 10.30 alle 12.00 e Mercoledì dalle 14.30 alle 17.00 siamo presenti in sede in Via Dei Transiti, 21 o in
Via Miramare, 9 per appuntamenti e risposte telefoniche)



In questo numero:

Pag. 1- Settimana Nazionale

Pag. 2 – Collaborazione con
AXA

Pag. 3 – E-state in città
Museo della scrittura

Pag. 4 – Book City

Pag. 5 – Canta che ti passa

Pag. 6 – Il Terremoto

Pag. 7 – Ben Accompagnati

Pag. 8- Bdt Young

Pag. 9 – Convenzione
Teatro Parenti

Pag. 10 – Modulo per
programma

Impaginazione
Carla Manfredi

“Le Banche del Tempo nell’attuale fase di cambiamento”

Settimana Nazionale 19/23 Ottobre 2016

Dopo ampia riflessione che ha visto l’apporto di tutto il direttivo Nazionale, si è arrivati a definire il tema per la Settimana Nazionale delle Banche del Tempo che si terrà nel periodo dal 16 al 23 Ottobre 2016:

Abbiamo voluto mantenere un titolo abbastanza ampio da permettere a tutte le BdT di organizzare eventi e incontri sui temi più sentiti del momento, **la violenza, l’accoglienza, il rispetto dell’ambiente, la salvaguardia delle diverse culture e tradizioni**, temi che ci vedono coinvolte in prima persona come associazioni che hanno già contribuito a offrire una moderna visione di cambiamento del sociale e si riconoscono nella economia della condivisione o sharing economy.



Come sapete, molte Banche del Tempo compiono ormai 20 anni, altre meno, ma in generale abbiamo maturato una notevole esperienza e un patrimonio di reti e collegamenti che ci permettono di avere un linguaggio comune per esprimere i concetti fondamentali che stanno alla base dello scambio paritario, del valore del tempo, del valore del femminile in un contesto sociale che muta e sempre più ha bisogno di tutte le forze e risorse per traghettarci verso un mondo più solidale e giusto (anche grazie alle conquiste tecnologiche dell’ultimo decennio).

Le Banche del Tempo sono impegnate nella costruzione del nuovo welfare, un benessere sociale che parta dai cittadini e dal loro impegno con altri nei gruppi, nelle comunità, nelle associazioni per risolvere i problemi del vivere quotidiano.

La settimana può essere l’occasione di far conoscere questa ricchezza maturata nel tempo attraverso tutti i possibili strumenti di diffusione e discutere fra noi su cosa vogliamo dalle nostre associazioni

Il giorno 24 Ottobre si concluderanno gli eventi con un convegno che si terrà presso la Camera dei Deputati con presenze prestigiose, convegno al quale sta lavorando il Coordinamento delle Banche del tempo di Roma che intende promuoverlo per festeggiare i suoi primi 20 anni che si compiono

BdT interessate di cui è possibile e accreditarsi (come sapete c'è un queste occasioni).

Ovviamente attendiamo le pubblicizzare al massimo, sia con il media locali, presenti nei diversi diffusione e ridondanza ai Settimana Nazionale.



appunto nel 2016 e per il quale le gradita la partecipazione, dovranno aspetto burocratico da rispettare in

comunicazioni dei vostri eventi da sito dell'ANBDT che con tutti i territori, per dare la massima festeggiamenti della nostra

Grazia Pratella

Cosa è stata e come si è conclusa la collaborazione con la società AXA

Nella primavera di quest'anno abbiamo come Coordinamento BdT collaborato a una iniziativa della Società di Assicurazione francese AXA (AXA Corporate Solutions Italia) per la sostenibilità sociale d'impresa 2016.

Così ci è stato presentato il progetto "Doniamo il nostro tempo":

"Il gruppo AXA organizza annualmente una settimana a livello mondiale con l'obiettivo di impegnarsi e coinvolgere i collaboratori sul tema della Corporate Responsibility. Un momento dedicato per attivare in tutte le sedi un coinvolgimento ed una partecipazione su diversi progetti ed eventi locali per sensibilizzare i propri dipendenti sul tema della sostenibilità sociale d'impresa.

E' uno spazio dedicato alle azioni che hanno una ricaduta diretta nei confronti della comunità in cui opera come azienda.

Quest'anno il progetto è 'Doniamo il nostro tempo': Il tempo è una risorsa e un valore sociale, in quanto è un attivatore di integrazione, di solidarietà e quindi di miglioramento della qualità della vita delle persone. Per questo motivo intendiamo promuovere la conoscenza delle **banche del tempo** fra i nostri dipendenti, attraverso un'iniziativa di **partecipazione attiva**. Inoltre, intendiamo promuovere il principio **di equilibrio fra vita privata e professionale** e **valorizzare le competenze dei colleghi**, siano essere professionali o di carattere personale, al di fuori del contesto lavorativo. Riteniamo che la sostenibilità del

nostro business non può prescindere dalla sostenibilità della vita dei nostri dipendenti e delle loro comunità di appartenenza.

Definizione del progetto:

Ci proponiamo di invitare i dipendenti a dare all'associazione la propria disponibilità per un tempo di ore minimo di 1 a un massimo di 3, per un'attività da sviluppare a partire dal 23 maggio 2016. Il dipendente che avrà dato la sua disponibilità e avrà effettivamente realizzato l'attività per cui si è proposto con l'associazione, riceverà dall'azienda il credito di ore corrispondente a quello dato all'associazione. Noi come azienda saremo sempre il tramite tra i colleghi e le associazioni per l'organizzazione operativa della partecipazione al progetto."

Noi ci siamo attivate e abbiamo tenuto un incontro con gli impiegati e dirigenti della AXA di Milano proprio sulle BdT: incontro che ha destato interesse e domande e che si è concretizzato in collaborazione con tre nostre Banche del Tempo presenti nei territori di abitazione dei lavoratori.

Alla conclusione del nostro rapporto, come Coordinamento abbiamo ricevuto i sentiti ringraziamenti da parte della D.ssa Restaino, organizzatrice degli eventi che riporto qui sotto, in quanto ritengo che queste positive valutazioni possano riguardare tutte le nostre BdT e le modalità con le quali curiamo le relazioni.

Laura Disilvestro

A nome di tutti noi un grande grazie per l'accoglienza e lo scambio che stiamo portando avanti.

Personalmente siamo molto ammirate per la vostra dedizione e disponibilità.

L'occasione di incontrarci è stata un regalo ed un arricchimento personale.

Vi auguro di poter continuare nel vostro lavoro che è davvero una missione per la nostra società.

Grazie,

Marianna Restaino"



R- ESTATE IN CITTA' (servizio gratuito per gli anziani)

Anche quest'anno la Banca del Tempo di Melegnano nel periodo estivo, insieme ad altre Associazioni melegnanesi, ha collaborato con l'Amministrazione Comunale nel garantire un servizio rivolto alle persone anziane che restano in città nei mesi di luglio e agosto.

Si tratta di dare un aiuto a chi ha bisogno di far fronte alle piccole esigenze quotidiane.

Ad esempio: acquistare dei farmaci, fare una spesa, tenere un po' di compagnia a chi si sente solo o semplicemente fornire qualche informazione.

La Banca del Tempo ha confermato la propria presenza per il periodo che va da **lunedì 11 luglio a sabato 16 compreso**.

Abbiamo ricevuto delle richieste per fare la spesa, acquistare i farmaci, ma abbiamo constatato che le persone anziane, molto spesso hanno solo bisogno di avere un po' di compagnia e di passare un po' del loro tempo a fare quattro chiacchiere.

Come sempre, le richieste di aiuto, e le varie prestazioni sono state riconosciute ai soci della Banca del Tempo in ore dall'Amministrazione Comunale, con la quale abbiamo una convenzione.

Alma Calatroni

SCRIVERE A MANO E' PASSATO DI MODA...? ? ...verso un Centro Europeo della scrittura

Ho avuto il piacere di conoscere il prof. Francesco Ascoli solo qualche mese fa il quale mi ha aperto una finestra verso un mondo per me completamente sconosciuto: *la scrittura*.

Ho a che fare con la scrittura tutti i giorni ma non ci avevo mai pensato a quest'attività dell'uomo, con più di 5000 anni di storia, come una 'invenzione'. Per poter scrivere occorre che qualcuno ci insegni. Scrivere non fa parte della nostra metà 'naturale', non è innato. La scrittura fa parte della nostra metà 'culturale', la quale non dipende solo da noi ma dal contesto – spazio/tempo – che ci ha toccato vivere. Ad esempio; in Italia, (secondo Tullio De Mauro su Internazionale del 7 marzo 2008) cinque italiani su 100, tra i 14 e i 65 anni, non sanno distinguere una lettera o una cifra dall'altra, il 38 % riescono a leggere con difficoltà una scritta e a decifrare qualche cifra, il 33% non riescono a leggere un testo scritto e non capiscono un grafico con qualche percentuale, solo il 24% della popolazione adulta ha gli strumenti per leggere, scrivere e calcolare, necessari per orientarsi nella nostra società.

Sicuramente stiamo meglio che 150 anni – Unità d'Italia – quando il 78% della popolazione italiana era analfabeta con picchi del 90% in Sardegna, Calabria e Sicilia.

Per scrivere, come dicevamo prima, occorre che qualcuno ci insegni e occorre anche un metodo ed è proprio di questo che se ne ha occupato lo studioso Francesco Ascoli dalla fine degli anni '80. Francesco Ascoli, come un detective, per trenta anni è alla caccia tra i mercati dell'antiquariato più variopinti di qualunque manuale, libro, oggetto che possa aiutarci a capire questa meravigliosa invenzione chiamata *scrittura*. In questi anni ha



frequentato decine di biblioteche e archivi in Italia e all'estero approfondendo tutti i temi che hanno a che vedere con la scrittura a mano e rendendosi conto che non esisteva nessuna biblioteca italiana che avesse come tema principale lo studio della scrittura.

Attualmente la Raccolta Ascoli è unica sul versante della storia e dell'evoluzione della calligrafia in Europa e

principalmente in Italia. Specialmente la raccolta calligrafica, unica in Italia per qualità e quantità, rappresenta di per sé un patrimonio notevole, perché essa non solo raccoglie oltre circa cinquecento manuali di calligrafia (di cui alcuni rarissimi) ma anche perché è presente in essa molta della letteratura sull'argomento: dizionari bibliografici, storie della calligrafia, documentazione originale o in fotocopia, materiale "grigio" ecc.

La Raccolta Ascoli è composta da circa 2.500 libri e 500 manuali sulla scrittura che trattano di: letteratura paleografica (manuali, facsimili, bibliografie ecc.), storie della scrittura, manuali di calligrafia, letteratura calligrafica (dizionari bibliografici, studi sull'argomento ecc.), stenografia, dattilografia, grafologia, perizie di scrittura, storia della posta, studi sull'alfabetismo e l'alfabetizzazione, segretari (manuali per scrivere lettere), collezionismo d'autografi, poesia verbo-visiva, crittografia, testi sull'insegnamento della scrittura nelle scuole, pedagogia e storia della scuola, letteratura sugli strumenti di scrittura, strumenti di lavoro e di consultazione bibliografica: manuali e testi di archivistica e di bibliografia, guide a fondi di vario genere, cataloghi di manoscritti ecc.

Non occorre essere uno studioso o uno scienziato per rendersi conto che siamo in un momento di transizione per quanto riguarda la scrittura.

L'evoluzione della tecnologia digitale e i cambiamenti in atto nei meccanismi di produzione e distribuzione del sapere stanno mettendo in discussione il primato della memoria scritta e rivoluzionando strumenti e tecniche di tradizione millenaria. I nuovi strumenti tecnologici e le nuove modalità di scrittura, dalla semplice tastiera del PC agli SMS sino ai tablet, sono considerati spesso in opposizione ai tradizionali strumenti di scrittura, considerati obsoleti al punto che qualcuno vorrebbe addirittura bandirli dalle scuole. Polemica aperta!



Quello che è certo è che la Raccolta Ascoli tocca diversi tasti; quello "accademico" di livello universitario relativo alla storia della comunicazione scritta in età moderna; quello "pedagogico" l'insegnamento della scrittura nelle scuole che sta emergendo come una vera e propria emergenza non soltanto pedagogica, ma anche sociale e culturale; quello "artistico" per sollecitare l'uso creativo della scrittura, sia in direzione retrospettiva, attraverso la conoscenza e valorizzazione di un patrimonio secolare di bella scrittura, sia attivando presso scuole, associazioni e altri organizzazioni, corsi e iniziative di carattere creativo (calligrafia artistica, scrittura verbo-visiva, ecc); ma soprattutto il tasto della "memoria collettiva" la raccolta può fungere da collettore per una iniziativa sulla raccolta di diari, memorie, autobiografie e scritture popolari in genere.

Immagino che i curiosi lettori de IL RILE, si chiederanno, ma dove possiamo andare a vedere questa meravigliosa Raccolta?, purtroppo ancora oggi la Raccolta non ha trovato un luogo adatto per essere visitabile e fruibile da tutti noi.

Oggi, i 2500 volumi e i 500 manuali sono in custodia dalla Fondazione per Leggere (Sistema Bibliotecario Ovest della Provincia di Milano) ad Abbiategrasso che ha catalogato parte del materiale, il resto è in custodia dal prof. Francesco Ascoli.

L'anno scorso doveva essere l'anno della apertura al pubblico della Raccolta all'interno del complesso ex-convento dell'Annunziata nel Comune di Abbiategrasso. La Fondazione per Leggere aveva immaginato un progetto molto interessante, ben articolato e di grande respiro: un centro di documentazione, un 'Museo della Scrittura', una foresteria ecc... ma complicità di diverso genere hanno bloccato tale progetto. Potremmo concludere quest'articolo enunciando che: 'la Raccolta Ascoli cerca casa!'.

Mariàngeles Expòsito Peinado

Coordinatrice Banca del Tempo di Cusago

Book City: ricordiamoci questo appuntamento!

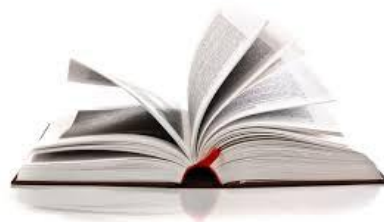
Possiamo anticipare a tutti i soci quando e come si svolgerà il nostro evento nell'ambito della manifestazione milanese Book City.

Il libro di Paolo Rusin verrà presentato il pomeriggio di sabato 19 novembre 2016 presso la casa delle Associazioni della zona 1 in via Marsala.

Noi come BdT ci presenteremo dalle ore 14.30 alle 16.30 sotto il titolo "Arte che cura" insieme a tre altre associazioni perché siamo accumulati dall'utilizzare/integrare la cura con l'arte (sia essa scrittura, musica, canto o arti marziali).

Alla fine di questo momento collettivo guidato da un relatore, ogni associazione si staccherà e farà un suo incontro in cui approfondire e condividere i suoi contenuti.

Per noi l'incontro si varrà del contributo di Serena Rusin e si svolgerà per un'ora dalle 16.30.



CANTA CHE TI PASSA

Storie di pazienti col Parkinson

PREMESSA

Quello che segue è un racconto sulle esperienze individuali e di gruppo di persone col parkinson, condivise con terapeute particolarmente sensibili, animatrici del "Gruppo di Sostegno" nato nell'ambito dell'associazione Sastoon di Acqui Terme.

L'esperienza è sostenuta da un primario di neurologia da poco in pensione, il dr. Emilio Ursino.

Nel racconto facciamo parlare anche alcuni partecipanti al Gruppo mettendo istintivamente al centro la parte migliore dell'umanità di ciascuno, lontana dalla influenza disumanizzante dell'individualismo, che largamente in questo momento deprime la società e impedisce di raggiungere l'optimum nel proprio benessere.

Quando si descrivono con qualche pennellata i bisogni ed il vissuto relazionale di ciascuno si legge dentro le singole esperienze e si fa risaltare la componente delle emozioni di ciascuno. E' un punto di vista che guarda alla persona in modo globale cogliendo le interconnessioni tra ogni parte ed espressioni della stessa, secondo i principi della medicina cinese ed i nuovi orientamenti della medicina occidentale.

L'osservazione sulle espressioni dell'emotività si amplia e viene sviluppata secondo il profilo professionale delle operatrici, che sono in possesso di una formazione propria della medicina cinese e orientale e in grado di integrarla con la farmacologia e la fisioterapia della medicina occidentale. Non ci si limita ad applicare in modo tecnicamente corretto i trattamenti motori già previsti dai migliori protocolli medici, ma si ricorre anche alla stimolazione energetica degli organi interni del corpo con esercizi di Qi-gong, di Shiatsu e Do-in.

Molta importanza si dà a tutto quello che aumenta l'ossigenazione del corpo e contribuisce a migliorare la vitalità delle cellule e dello stesso cervello. Concorre a rendere efficaci questi percorsi avere la mente libera e non bloccata da preoccupazioni di varia natura. Una mente non diffidente e aperta alla condivisione e alla comunanza della cultura a cui stiamo contribuendo con la nostra esperienza, aiuta ad evitare i blocchi mentali che impediscono di usufruire dei benefici che sciolgono i nodi interni di natura fisica ed emotiva.

Il gruppo può contribuire ad aumentare la sicurezza che serve a darci il piacere di sentirci utili nonostante la

malattia e migliorare la stima che abbiamo di noi stessi. Si crea una situazione nella quale anche chi raramente si esprime in pubblico si sente ascoltato e prende coraggio. Questa relazione di reciprocità ci ha dato motivo di riportare al nostro interno la pratica dello scambio proprio della associazione "Banca del Tempo". Con questi scambi organizzati in forma reciproca si ampliano i rapporti di buon vicinato e di mutuo aiuto, attraverso i quali si acquistano vantaggi di tipo materiale e spirituale.

Con l'occasione del parkinson e del gruppo di sostegno si rimuovono così gli ostacoli che dipendono dalla paura di non farcela e impediscono una partecipazione gratificante,

relazioni umane costruttive e ricche di interessi. Dando e ricevendo si valorizzano le persone che non vanno lasciate sole ma inserite in una rete che le renda ciascuna uno snodo significativo nei rapporti della comunità.

Si cammina così nella ricerca e la scoperta di nuove verità. Questo può darci piacevoli soddisfazioni e migliorare la conoscenza di noi stessi anche sugli aspetti scientifici della malattia.

In tal modo avviene così una crescita individuale nelle relazioni sociali ed una sperimentazione continua dei metodi adottati. Scoprendo nuove verità, diamo qualcosa di importante alla comunità e abbiamo la soddisfazione che riempie gli scalatori di montagne quando raggiungono una nuova vetta.

Non tutti riescono ad accettare questa comunione di intenti.

Alcuni credono di sentirsi liberi e contenti godendo dei dispiaceri altrui ma non sanno che svolgono una deleteria azione frenante e sono destinati alla solitudine.

La condivisione che si ha a partire dal parkinson può essere invece un laboratorio sociale che aiuta ciascuno di noi e può essere trasmessa agli altri come regola di vita impostata sul rispetto, la solidarietà e l'armonia interiore.

Perché il titolo "Canta che ti passa"? Dalla terapia settimanale dei vocalizzi siamo passati a cantare in qualche occasione in pubblico. Ci hanno calorosamente applaudito.

Paolo Rusin

TITOLO: L'INCONTRO TRA MOVIMENTO, CANTO E PARKINSON – un originale trattamento per le persone malate di Parkinson

NOMI DEI PROTAGONISTI _ autori e presentatori: Paolo Rusin e Serena Rusin

LIBRO DI CUI SI PARLA: titolo ed editore: Canta che ti passa a cura di Paolo Rusin edito da Impressioni grafiche

TIPOLOGIA EVENTO: incontro con presentazione dell'esperienza e del libro e dibattito con la responsabile del gruppo di mutuo aiuto Serena Rusin

ASSOCIAZIONE/I – ENTE/I ORGANIZZATORE: COORDINAMENTO LOMBARDO DELLE BANCHE DEL TEMPO, Banca del Tempo SENECA



24 Agosto 2016 prima scossa di terremoto

Considerazioni

24 Agosto 2016 prima scossa di terremoto con epicentro situato lungo la Valle del Tronto tra i comuni di Accumoli, Amatrice (provincia di Rieti) e Arquata del Tronto (provincia di Ascoli Piceno).

Molti i morti cui va il nostro sentito cordoglio, bambini, adulti, giovani. Periodicamente nella nostra nazione si verificano problemi di questo genere che lasciano strie di sangue e di inefficienza.

Tutti noi ci mobilitiamo informandoci, discutendo, facendo donazioni; poi sulla vita di chi è stato colpito sembra scendere un velo di silenzio. Sentivo ieri una persona dire: quanto ci vorrà per ricostruire una casa, 10 anni e chi ci torna più?

Ma occorrono proprio 10 anni e tante chiacchiere? Non siamo una società tecnicamente evoluta? Ricordo la lezione di un docente di estetica dell'Università di Pisa che diceva che avrebbe fatto volentieri incetta di tritolo per distruggere tutte le costruzioni in cemento armato che deturpano il paesaggio mentre si sarebbe dovuto usare il colore e i materiali locali per mantenere la bellezza dei nostri paesaggi.

Come banche del tempo ma anche come società civile e associazioni vogliamo e dobbiamo lavorare per la partecipazione attiva dei cittadini: vigilare su quanto accade, anche se è sicuramente difficile, diventa un impegno affinché non si ripropongano le terribili situazioni del "dopo Aquila" città tuttora distrutta (ricordiamoci che il sisma è avvenuto nel 2009!) con famiglie divise e allo sbando, senza lavoro e senza legami comunitari.

Di fronte a questa situazione ci sono sorte spontanee due considerazioni:

la prima è capire cosa vuol dire essere vigili, essere cittadini consapevoli. Vigilare perché non si ripetano le lentezze, gli sprechi di cui siamo stati testimoni in precedenti situazioni analoghe, quando esistono esempi virtuosi come il Friuli e Assisi da cui si può copiare. Noi che facciamo parte della

società civile e vogliamo in qualche modo operare una specie di controllo sulle nostre istituzioni cosa dobbiamo fare? Forse dobbiamo porre domande ai responsabili, senza stancarci mai, su come stanno le cose, quali decisioni prendono o non prendono, e così via. Sarebbe bello poter contattare le BdT della zona, se ce ne sono, e sostenere loro nel compito di informare e informarsi.

E la seconda questione è come aiutare la popolazione che è stata colpita dal terremoto e ha perso tutto o molto. Qui forse una risposta c'è già: utilizzare non i canali generali, che raccolgono soldi che finiscono non si sa dove, o per meglio dire in piani decisi dall'alto che spesso non tengono conto

delle richieste dei diretti interessati. Invece cercare collegamenti diretti con situazioni locali, sul posto e rispondere a bisogni concreti, specifici indicati da chi è del posto e esprime esigenze reali.

In questa direzione pensiamo di muoverci come Coordinamento lombardo delle BdT, utilizzando la rete delle consigliere alle pari opportunità (rete di

conoscenze che si è creata negli anni dato che come associazione iscritta all'albo delle associazioni per le pari opportunità insieme alle varie BdT abbiamo spesso collaborato a progetti sostenuti da questi assessorati) e grazie ai rapporti della BdT di Gallarate nella persona di Fiora Cappa, possiamo arrivare alla consigliera di parità di Ascoli Piceno e possiamo direttamente chiedere quale urgenza è presente nella sua provincia (nel campo della sanità, della scuola, del sociale ecc.) così da convogliare lì le nostre piccole o grandi risorse (per nostre intendo quelle raccolte e messe a disposizione dalle BdT del nostro Coordinamento che volessero aderire qualora lanciassimo l'idea di una nostra raccolta).

Laura Di Silvestro

E' il tempo che diamo alle persone che le rende preziose.

Il Piccolo Principe



BEN ACCOMPAGNATI... a Buccinasco

L'Amministrazione del Comune di Buccinasco, attraverso un bando dal titolo: **Ben accompagnati**(inteso come tema per fronteggiare la solitudine), ha invitato le Associazioni a presentare progetti su questo tema.

Come Associazioni Banca del Tempo e dei Saperi di Buccinasco abbiamo partecipato presentando ben due progetti:

Il primo progetto **RACCONTAMI, RACCONTATI** riguarda lo scambio di saperi.

L'idea è della D.ssa Emma Rosemberg Colorni. Si è voluto creare una rete di scambio di saperi, condividere e raccontare conoscenze, competenze e capacità: un libro che sto scrivendo, svelare un trucco da usare in cucina, raccontare un film che mi ha emozionato, spettacoli a cui ho partecipato, descrivere un viaggio mostrando foto, esporre le basi di utilizzo del computer, etc.

Il progetto si vuole allargare oltre i confini della Banca del Tempo.

Abbiamo iniziato lunedì 2 maggio, ma la lista di chi vuol condividere ciò che sa e ciò che l'appassiona è ancora lunga.

Il mondo è pieno di gente da cui puoi imparare e c'è tanta gente che può imparare da te se solo ti rendi conto del valore di quello che sai.

I video che abbiamo realizzato in questi incontri si possono visionare collegandovi a questo link

-> <http://benaccompagnati.blogspot.it/>.

Il secondo progetto presentato riguarda il tema del lavoro, titolo del progetto: **Lavoro e solitudine: come occuparsene senza preoccuparsene**

Il progetto è curato e gestito da tre psicologi: **Dott.ssa D. Girardi, Dott. M. Limiti, Dott.ssa Y. Mazza**

Il progetto in sintesi:

"Il progetto intende approfondire e affrontare le situazioni nelle quali lo stato di disoccupazione o la scarsa soddisfazione legata al proprio lavoro possono ledere il benessere personale, intaccare l'autostima, creare una persistente sensazione di inutilità sociale, solitudine e isolamento. L'elaborazione guidata del vissuto di solitudine in rapporto al lavoro, la creazione di reti solidali sul territorio di riferimento del soggetto e lo sviluppo di competenze utili ad orientarsi con successo nell'attuale mercato del lavoro possono aiutare ad uscire dalla spirale negativa di isolamento e ritrovare il proprio senso di autoefficacia".

Avevamo iniziato a pubblicizzare il progetto nel mese di maggio 2016 per poi replicare a settembre con serate di incontro (open day) per spiegare alle persone interessate il percorso da seguire entrando a far parte del progetto. Nel totale dei due incontri serali si sono presentate 28 lavoratrici, di questi dieci di loro hanno deciso di continuare il percorso psicologico consistente in otto appuntamenti.

Gli obiettivi che il progetto intende perseguire con questi ulteriori incontri mirati sono inerenti all'elaborazione del vissuto di solitudine in rapporto al lavoro e allo sviluppo di competenze necessarie ad orientarsi nell'attuale mercato del lavoro. Più nello specifico gli obiettivi sono:

- Sviluppo del senso di autoefficacia per le persone coinvolte nel progetto con particolare riferimento ***"Se credo di farcela è più facile che ce la faccia";***

Sviluppo di processi di attribuzione causale interni (*locus of control* interno)

"Ciò che mi succede dipende anche da me dunque posso modificare la situazione in cui mi trovo";

Promozione dei rapporti sociali come risorsa professionale e umana

"Non sono l'unico ad avere questo problema e insieme possiamo darci una mano";

Acquisizione di competenze e strategie per entrare in rapporto col mondo del lavoro (bilancio di competenze, utilizzo consapevole del web, ecc.)

"Adesso ci credo e non mi sento solo ora che faccio?";

La Banca del Tempo e dei Saperi di Buccinasco, in virtù della sua mission e della sua storia, ha scelto di valorizzare la relazione che il vissuto di solitudine intrattiene con il fenomeno dell'assenza del lavoro, includendo altresì tutte quelle situazioni nelle quali il lavoro è presente ma insoddisfacente o fonte di frustrazione.

Il senso di questa scelta parte da una analisi della condizione in cui versa l'Italia negli ultimi anni.

"Fare parte" o "Essere esclusi" sono emozioni. Di queste ci vogliamo occupare e della loro relazione con il lavoro (perduto, immaginato, atteso). Fondamentale sarà anche aiutare i partecipanti a sviluppare nuove strategie e competenze per entrare in contatto con un mondo del lavoro in perenne cambiamento.

Alcune parti sono estratte dal progetto originale.

Gianpiero Calvi





Banca del Tempo Rho

Banca del Tempo in piazza

Informiamo gli amici che la Banca del Tempo Rho sarà presente in Piazza Visconti a Rho **domenica 25 Settembre 2016, ore 10-16**, come ospite all'evento "Prendiamoci cura" organizzato dai Gruppi di Acquisto Solidale (GAS) di Rho.

Le persone interessate a ricevere maggiori informazioni sul funzionamento della Banca del Tempo sono invitate a trovarci presso il nostro gazebo.

Vi aspettiamo !

Il Tempo Collettivo e Collaborativo

The Internet of People

Festeggiamo insieme i 20 anni della Banca del Tempo di Modena



Il 24 SETTEMBRE 2016 dalle ore 9.30 alle 13

Presso la Palestra VILLA D' ORO

via dei Lancillotto 10 Modena

E-mail: bdt.modena@gmail.com

Telefono: 392 9589751



BDT YOUNG FA SUL SERIO

A Settembre la BdT Young di Caponago ha ripreso l'attività a pieno ritmo con il laboratorio "Diversamente merende", il baratto alla Festa del Paese e l'attività didattica "Inglese all'orto".

Giovedì 1 settembre, due delle nostre socie hanno organizzato un originale **laboratorio "Diversamente merende"**, dedicato ai giovani della BdT Young. Si è trattato di un invito a ritrovare il piacere di una merenda fatta in casa, a cimentarsi nel piacere di mettere "le mani in pasta" (o in crema) e a stupirsi di quanto la cura della preparazione del cibo possa essere appagante. I ragazzi mai come ora hanno bisogno di ritrovare questo piacere in contrasto alle merendine commerciali. Più facile convincere con il piacere del fare che con stucchevoli lezioni !!!

Domenica 4 settembre, la BdT Young è stata presente alla Festa del Paese con una **bancarella dedicata al baratto di libri e giochi**. L'iniziativa è stata un successo: molti scambi con giovani sorpresi dall'iniziativa e genitori che, grazie a ciò, si sono interessati alla nostra Associazione. Abbiamo anche notato piacevolmente che i bambini e i ragazzi non si fanno problemi ad indossare vestiti usati oppure giocare con giochi appartenuti ad altri bambini o ancora, leggere libri non nuovi. Un bellissima dimostrazione di riutilizzo che è arrivata questa volta dai giovani e non dagli adulti che, per contro, si fanno spesso tanti problemi a riciclare e barattare.

Martedì 6 settembre, si è svolto il laboratorio **"Inglese all'orto"**. 14 giovani tra bambini e ragazzi hanno partecipato al laboratorio dove le nostre socie hanno organizzato lavori con carta pesta, semi di girasole e altre piante. Hanno seminato piantine magiche che, quando cresceranno, esaudiranno un desiderio dei bambini che l'hanno piantata. Hanno fatto assaggiare pomodorini e annusare piante aromatiche, hanno spiegato i cicli della natura e la necessità del suo rispetto. Tutto, o quasi, in inglese...almeno fino a quando l'entusiasmo dei più piccoli e le buone merende hanno sconvolto i piani. Non ultimo, ad ogni bambino è stato regalato un libro.

LA BDT YOUNG CRESCE !!

Guardando avanti, il 12 novembre la BdT Caponago organizzerà la **seconda edizione di "E' Tempo di Verza"**, le cui finalità sono scambio tra associazioni, tradizioni culinarie e antiche ricette, giochi di cortile, etc. Quest'anno sottolineeremo l'importanza della collaborazione tra associazioni: la BdT Caponago è numericamente piccola, ma ha una grande forza aggregante e oggi i risultati si ottengono solo lavorando in rete e collaborazione con le altre realtà presenti sul territorio.

Fulvio Casali il Presidente



Teatro Franco Parenti
Diretto da Andrée Ruth Shammah

Convenzione tra Teatro Franco Parenti e Coordinamento Lombardo delle Banche del Tempo

nella stagione 2016/2017 ai soci e utenti verranno applicate le seguenti agevolazioni:

- 30% di sconto base sull'acquisto del singolo biglietto
- dal 30% al 70% di sconto su alcuni spettacoli selezionati mensilmente dall'Ufficio Promozione

La prenotazione, compatibilmente con la disponibilità dei posti, può essere effettuata attraverso l'Ufficio Promozione contattando il numero 0259995218 o scrivendo a promo@teatrofrancoparenti.it.

Il presente accordo di convenzione ha decorrenza immediata e rimane valido per 12 mesi, rinnovato previo accordo tra le parti.



LE BANCHE DEL TEMPO NELL'ATTUALE FASE DI CAMBIAMENTO

PROGRAMMA