

Banche del Tempo⁺

News - 2023

A cura del: Coordinamento Lombardo Banche del Tempo -
Telefono: 3391453112 - 3343313960 - 3333466499 - E-mail: bdtcoordinamentolombardo@gmail.com
- Sito: www.coordinamentolombardobdt.it -
pagina fb www.facebook.com/coordinamentogmail.com/lombardobdt -
Siamo presenti in Via Miramare, 9 - Milano - Presso la Casa delle Associazioni
per appuntamenti e risposte telefoniche



Coordinamento
Lombardo Banche
del Tempo

In qu esto numero:

Pag. 1 – Dimensione Futura
Pag. 2 – 25 Novembre
Pag. 3 – Le scatole di Natale
Pag. 4 – Banca del Tempo di Bresso
e Basiglio
Pag. 5 – A Scuola
L'albero di Vimercate
Pag. 6 – Bookcity
Pag. 7 – Per fili e per segni

Impaginazione Carla Manfredi



*“Il più piccolo atto di
gentilezza, vale più
della più grande delle
intenzioni.”*

Kahlil Gibrán

Notizie dal Coordinamento Lombardo delle Banche del Tempo

Dopo la news 81 di aprile 2022 sono accadute molte cose.

Abbiamo avuto cambiamenti nella Presidenza e nel Direttivo dell'Associazione e questo ha creato un po' di difficoltà. All'inizio del 2023 si è formato un direttivo che sia pure con fatica ha ripreso in mano le consuete attività.

Ultima rimaneva proprio la news perché il rodaggio dopo il Covid, dopo il passaggio al Runts che come sapete non è stato agevole per nessuno, sembra si stia procedendo, sia le banche del tempo con le loro iniziative, mai interrotte ma magari non pubblicizzate, che il coordinamento con varie iniziative che meritano di essere condivise.

Molti progetti e proposte sono state pubblicate sulla pagina FB e da aprile anche sul sito www.coordinamentolombardobdt.it

Ma la News permette maggiormente di avere una panoramica complessiva dell'attività che si evolve nel corso del tempo.

Nelle pagine seguenti troverete gli eventi fino a oggi e quelli che si stanno preparando

Grazia Pratella

5 PER MILLE ALLE BANCHE DEL TEMPO

Care amiche e amici, ricordo che è possibile firmare sulla dichiarazione dei redditi per dare il 5 per mille alle banche del tempo. Ci permette di proseguire nella nostra attività non avendo altri introiti a parte l'enorme numero di ore di volontariato che mettiamo a disposizione dei nostri soci. Il Codice Fiscale del Coordinamento Lombardo delle Banche del Tempo è: **97265020152**

COMPLEMENTARY AND COMMUNITY CURRENCIES: AGENDO AI LIMITI DELL'ECONOMIA

Con Antonello C., Chabod M.,
Didero L., Domenicale I., Fava
R., Fumagalli A., Pratella G.,
Ruzzene M., Toti C.
Facilita: Cavallaro Chiara

A cura di Laboratorio Monete,
Issirfa CNR, Coordinamento
Banche del Tempo, Gruppo di
ricerca Comunità e Territori Digitali
- Dipartimento di Informatica Unito

Le banche del tempo

si propongono di ricostruire relazioni sociali nei territori attraverso la socializzazione e lo scambio di piccoli servizi.

Alcuni enti locali, soprattutto nei piccoli paesi, si sono accorti del valore delle banche del tempo e della loro ricaduta economica sul benessere sociale, grazie all'aumento della sicurezza e della fiducia. Le Banche del Tempo fra l'altro si occupano, in accordo con gli enti locali, della tutela dei beni comuni il cui costo sembra si faccia sempre più fatica a sostenere e sviluppano cittadinanza attiva e interesse per la cura del territorio insieme alle altre associazioni creando reti solidali.

Inoltre, le Banche del Tempo Italiane dal 2008 sono in rete, da 8 associazioni siamo ora molte di più e copriamo quasi tutto il territorio nazionale. Una buona parte delle Banche del Tempo sono associazioni piccole (dalle 30 alle 100 persone) ma aderiscono come gruppi familiari; il bacino di scambio è pertanto molto più ampio.

La crescita è dovuta sia al bisogno di sviluppare relazione e cultura della solidarietà, sia ai servizi che l'Associazione Nazionale fornisce (es. statuti, assicurazione, programma di calcolo delle ore, sito).

Il tesoretto delle Banche del Tempo sono le capacità dei soci e i bilanci sono quelli delle ore, offerte e ricevute, ma soprattutto condivise; quindi, per noi la moneta è il tempo.

Partecipiamo da alcuni anni al laboratorio monete che quest'anno collabora con il CNR che si sta occupando della partecipazione dal basso e le forme di collaborazione con gli Enti Locali.

In questo contesto il 6 e 7 Ottobre di questo 2023 per la prima volta abbiamo partecipato alla Milano Digital Week con interventi e dibattiti on line.

Grazia Pratella

Breve commento sull'uso del tempo (tempo) come valuta sociale in Spagna

Contributo alla Milano Digital Week on-line del 6 ottobre 2023

Nel 2012 Vilanova la Geltrú, un Comune vicino a Barcellona, ha organizzato il Primo Incontro Pubblico delle Valute Sociali e Complementari dello Stato spagnolo, in cui ho tenuto un intervento parlando delle Banche del Tempo e dell'utilizzo della valuta HORA per effettuare scambi e rendere conto dei servizi forniti e ricevuti.

Il TEMPO utilizzato come moneta di pagamento o di incasso, a seconda di chi ha offerto o ricevuto un servizio nella Banca del Tempo, è la moneta più egualitaria che esista, poiché non varia a seconda di ogni tipo di scambio. Un'ora ha sempre sessanta minuti, sia per tenere una lezione che per realizzare un lavoro fai da te, senza tener conto del prezzo commerciale, che sarebbe diverso in ogni caso, se il pagamento fosse effettuato in euro, o in qualsiasi altra valuta (esempio: turuta, che è la moneta utilizzata nella cooperativa Ecol3vng di Vilanova).

A Barcellona esiste la moneta REC, che si è tentata di implementare in 10 quartieri della città.

Sviluppata dallo stesso Comune – in collaborazione con NOVACT (Istituto Internazionale per l'Azione Nonviolenta) – vuole essere una variante delle cosiddette valute sociali o locali.

L'obiettivo è creare un sistema di scambio cittadino complementare e paritario all'euro, rafforzando le reti associative. Pagare in un negozio, addebitare un cliente, inviare denaro a un'altra persona o controllare tutti i movimenti, sono alcune delle cose che oggi si possono fare con recs, anche se onestamente senza grande successo.

Si stima che più di 5.000 persone utilizzino già una delle 70 valute locali in Spagna.

La realtà in Spagna è che molte delle valute che nascono principalmente da cooperative di consumo o gruppi di economia alternativa non hanno una lunga storia, ma voglio sottolineare l'eccezione nella valuta TURUTA, che ha più di dieci anni e che è un punto di riferimento in questo campo.

Josefina Altés Campà
vicepresidenta
Asociación iberoamericana
de Bancos de Tiempo Barcelona (España)

Vivere Bene

Fiora Cappa intervistata da Rete 55

Il Tempo è importante e una risorsa fondamentale per la nostra vita però non possiamo controllarla. A volte sembra non passare mai, ci sembra di averne troppo, a volte fugge velocemente e vorremmo rincorrerlo e fermarlo.

La Banca del Tempo può permetterci non di controllare il tempo ma di razionalizzare alcune occasioni e possibilità; avere in alcuni momenti della vita troppo tempo ci permette di donarne una parte a chi non ne ha, sapendo che potremo recuperarlo in caso di necessità, e viceversa.

Tutti siamo soggetti con bisogni e opportunità, quello che sappiamo fare può essere utile a qualcun altro, occorre però essere umili e contemporaneamente generosi, saper dare e saper ricevere piccoli servizi che possono aiutarci a vivere bene.

Alla trasmissione su Rete 55: "Vivere bene" Fiora Cappa, Presidente del Coordinamento Lombardo delle Banche del Tempo, Vicepresidente dell'Associazione Nazionale Banche del Tempo, esponente del Forum del Terzo Settore della Regione Lombardia, Presidente Onoraria della Banca del Tempo di Gallarate, ha spiegato il valore delle Banche del Tempo in cui crede e che segue ormai da oltre 20 anni.

Grazia Pratella

Un esempio virtuoso di collaborazione fra Banca del Tempo e Auser

(Fonti Legnano News e locandina)

La Banca del Tempo di Legnano è da sempre collegata ad Auser e il suo Presidente è nel Direttivo del Coordinamento Lombardo delle Banche del Tempo.

La città di Legnano è dalle statistiche indicata come fra le 20 città più ricche d' Italia ma non mancano sacche di povertà rilevanti e lo stesso ceto medio si sta impoverendo.

Peraltro la povertà economica spesso si allea con la povertà culturale e dove si trova **povertà intellettuale diventa ancora più difficile fare formazione e informazione** per aiutare a comprendere quali possono essere le politiche di sostegno alla povertà che le istituzioni e le associazioni cercano, con non poca fatica, di attuare.

Quello che si cerca di fare ad ogni livello (università e associazioni coinvolte anche in questo progetto) è utilizzare l' Intelligenza Artificiale per 2 motivi:

1 - Comprendere le esigenze della popolazione

2 - Conciliare le esigenze di cultura di giovani e anziani per migliorare la qualità della vita nei territori

Sono stati quindi somministrati 500 questionari e l' Università Bicocca ha rielaborato le informazioni raccolte da Auser attraverso il Filo d' Argento.

Questi dati sono stati elaborati grazie all' intelligenza artificiale che ha considerato anche gli aspetti sociodemografici e socioeconomici, disponibili negli archivi istituzionali, e completati con ulteriori osservazioni utili ad individuare fattori non evidenti di rischio povertà estratti da questionari somministrati agli anziani attraverso i volontari.

La povertà è uno dei problemi sociali più significativi nei paesi dell' OCSE e tra le categorie a rischio si trova anche la **popolazione anziana**.

La buona notizia dell' aumento della prospettiva di vita infatti, porta le persone a dover affrontare **costi di assistenza e cura sempre più ingenti**, costi che possono incidere in modo significativo sui redditi soprattutto quando l' anziano è solo.

La Banca del Tempo

Tra le iniziative attive per il contrasto all' abbandono sociale che colpisce molte persone anziane, un posto di rilievo è occupato dalla "Banca del Tempo" , progetto che ha superato ormai i 25 anni di vita, presentato da **Aldo Guenzani presidente de La Banca del Tempo Auser fondata nel 1997 da Monica Ciardiello, Elisa Tomaselli, Cristina Dall' Orto, Lucia Bertolini e Lorenza Cozzi**. E' stato il video realizzato da **NAC Nuova accademia di Cinema APS** – Legnano a raccontare la genesi della Banca del Tempo, esempio di baratto di servizi e cooperazione sociale virtuosa.

Il video è visibile anche sul sito del Coordinamento Lombardo delle Banche del tempo e rappresenta un bel modello di collaborazione con i giovani.

La parola alle Banche del Tempo

Pesaro 6 maggio 2023

Hanno contribuito alla stesura le referenti della Banca del tempo di Vado Ligure **Sara Brega e Elisa Medico**

Dopo l' assemblea annuale delle Bdt, finalmente in presenza a Pesaro, apre la discussione Maria Luisa Petrucci, Presidente Onoraria dell'Associazione Nazionale Banche del Tempo.

"Negli ultimi anni le Banche del Tempo hanno affrontato le molte sfide di una profonda trasformazione della società e dei sistemi economici, dimostrando capacità di leggere il cambiamento.

L' ultima sfida è stata quella della pandemia, più corretto parlare di "sindemia" , che ha sconvolto la vita di tutti noi sotto il profilo psicologico, relazionale, economico.

In questo periodo molte Banche hanno aperto gli sportelli on line mantenendo contatti, relazioni, dando aiuto.

L' Associazione Nazionale ha continuato il rapporto con le Banche aprendo lo sportello virtuale "E sarà una bella storia Una bella opportunità che ci ha permesso una continuità di rapporti e non ci ha fatto sentire soli."

In questo mutato contesto della società, è fondamentale chiedersi quale ruolo vogliamo avere.

Le attività solidaristiche, come molti affermano, hanno tre dimensioni: personale, sociale, economico.

Nella Banca del Tempo sono presenti tutte e tre le dimensioni ma con un valore aggiunto: La mia ora ha lo stesso valore di quella di Einstein.

Concetto fondamentale che mette al centro l' individuo sociale, la persona nella sua irripetibile originalità.

Lo scambio paritario del tempo nei due aspetti: bene relazionale ed economia solidale.

Occorre in questo mutato contesto sociale un lavoro sulla nostra identità per definirne i ruoli e gli interventi. La domanda che ci facciamo è: "Come si traduce la nostra azione nei territori e nella produzione di cultura?"

È fondamentale che l'Associazione Nazionale costruisca con più incisività reti tra le Banche, promuovendo momenti di conoscenza delle realtà, di analisi delle esperienze per condividerle, valorizzarle, sostenerle.

Per questi obiettivi, la formazione è essenziale per sostenere l'apertura di nuove Banche, per l'attivazione di risorse umane, per la valorizzazione del patrimonio esistente, è di stimolo e di confronto, di innovazione e di crescita.

Si organizzano laboratori di tre livelli: il primo livello per chi vuole aprire una bdt, il secondo per le bdt già operative che hanno bisogno di consulenza e il terzo livello di supporto alle amministrazioni, presentando anche progetti.

Date le premesse si possono suggerire alcuni dei temi trasversali sui quali discutere:

giovani (es. come poter intervenire sul disagio giovanile, nel coinvolgimento di relazione con e nelle scuole), rigenerazione urbana (come cura dei luoghi e della persona), disuguaglianze, immigrazioni

In questi giorni sto leggendo un libro molto interessante sulle disuguaglianze

"Le ragioni psicologiche delle disuguaglianze" di una psicologa sociale Chiara Volpato

Una lettura stimolante e originale per capire questo tema sociale dei nostri tempi.

Lo segnalo a chi fosse interessato

Mi auguro di avere tanti altri incontri per parlare dei nostri progetti e condividerli, penso che Passione e Cultura debbano essere le compagne del nostro viaggio."

Passiamo ora agli interventi di alcune bdt presenti.

Interviene Marilena, presidente della Banca del Tempo ora per ora di Verona.

Racconta che la sua bdt è operativa da vent'anni sul territorio e che, nel 2023 conta 129 soci, questo soprattutto perché da gennaio hanno assorbito un'altra associazione che si è sciolta. Questa associazione inizialmente faceva solo le proprie attività tradizionali (esempio conferenze), ma ora è ben integrata nella bdt e svolge tutte le attività che caratterizzano la bdt.

La bdt collabora con l'amministrazione (in cambio dell'uso dei locali), organizza una conferenza al mese aperta alla cittadinanza, organizza laboratori per soci e per esterni, che poi spesso si scrivono (es laboratorio pittura).

L'obiettivo principale è quello di fare rete con altre associazioni del territorio. Recentemente hanno partecipato ad un convegno organizzato da un sociologo sul ruolo del Terzo Settore.

Ogni anno la bdt decide di aderire ad un "progetto socialmente utile": ad ogni incontro raccolgono soldi che poi serviranno per finanziare progetti utili alla collettività (es nel 2022 hanno contribuito a costruire docce per i senzatetto, nel 2023 partecipano al progetto Roma-Kabul).

Interviene poi Emanuela, presidente della Banca del Tempo di Borgo San Lorenzo- Mugello (Firenze).

La bdt ha possibilità di utilizzare tre volte alla settimana i locali all'interno del centro polivalente di Borgo San Lorenzo che è stato ristrutturato da alcuni anni.

Tra le numerose attività effettuate:

- attivazione di un doposcuola Penny Wirton
- progetti di alternanza scuola lavoro
- scuola di italiano per stranieri
- partecipazione al progetto Re Mida (per il riuso creativo di materiali di scarto).

Interviene poi Valeria, presidente della Banca del Tempo IV circoscrizione di Torino.

Descrive il loro laboratorio di cucito (che si svolge il martedì mattina due volte al mese) dove vengono prodotte lenzuola, federe e altri beni per persone in difficoltà.

Marco della Banca del Tempo di Settimo Torinese, il più giovane partecipante all'assemblea, racconta della sua esperienza in bdt e di come sia arrivato ad iscriversi, a partire proprio dalla sua professione di sarto, ma soprattutto dalla sua grande passione per il cucito.

Edoardo della Banca del Tempo di Vercelli racconta che la loro bdt scambia con l'amministrazione comunale in cambio dell'uso dei locali: hanno istituito una scuola di scacchi e di carte e organizzano concerti e conferenze.

Conclude l'intervento Giuliana, presidente della Banca del Tempo di Bolzano, che racconta di un convegno che hanno organizzato dal titolo "Non ho tempo fest" con la collaborazione di alcune studentesse universitarie e con il coinvolgimento dei ragazzi della scuola media che hanno preparato alcuni elaborati sulla loro concezione del tempo.

Racconta inoltre della loro collaborazione con una casa di riposo locale dove ogni anno allestiscono un albero di Natale e un albero di Pasqua con addobbi realizzati all'uncinetto all'interno di laboratori organizzati in bdt con i soci.

Il tempo non è denaro

E' una frase che diciamo spesso per introdurre le banche del tempo.

E' anche il titolo di un articolo scritto a più mani da due giovani che hanno frequentato il master di giornalismo della scuola Walter Tobagi (pubblicato anche sul nostro sito).

Riporto qui un'impressione importante di **Anna Vaglio, Presidente della Banca del Tempo**

Passatempo di Città Studi sulla quale invito le banche del tempo a riflettere anche attraverso un momento di incontro e discussione.

Abbiamo trovato interessante che le Banche del tempo siano state considerate in una cornice più ampia (Vivere con mille euro è il titolo del numero speciale di questo periodico della scuola di giornalismo). Abbiamo anche apprezzato il titolo dell' articolo (Il tempo non è denaro).

Sfortunatamente però, nonostante i nostri tentativi e la mia richiesta di rettifica del virgolettato che mi è attribuito, l' autrice non ha compreso la specificità della nostra esperienza. All' inizio dell' articolo, per esempio, dopo avere elencato i costi di alcuni servizi e di alcune attività ricreative a Milano, afferma "Esiste un modo per avere tutto questo senza tirare fuori una sola banconota dal portafoglio: diventare socio di una banca del tempo" . Insomma, saremmo un modo per risparmiare, per frequentare corsi a prezzi competitivi, per avere un caregiver a costo zero. Un' interpretazione

pericolosa e fuorviante, che in realtà però non stupisce. Difficile pensare oggi a qualcosa che non abbia un valore economico. Possono le Banche del tempo rappresentare ancora un' alternativa alla monetizzazione assoluta?



Banca del Tempo e dei Saperi
in collaborazione con il
Comune di Buccinasco

LABORATORIO DI ARTETERAPIA CON L'ARGILLA CRUDA
CON-TATTO
Mani alla terra ed occhi al cielo

Conduce **Gloriana Valsecchi**
Artista terapeuta

18 e 25 Novembre 2023
dalle ore 15.00 alle ore 18.00

I due incontri di gruppo hanno l'obiettivo di esplorare un materiale creativo di corrispondenza e di possibilità relazionale come l'argilla cruda.

In un clima di condivisione dei contenuti emotivi e formali, il processo creativo ed estetico che si rende visibile attraverso l'Opera materica, conduce il singolo individuo a sentirsi parte di un tutto. Fare Arte fa stare bene.

Nel percorso esperienziale è garantita l'assenza di giudizio e non sono richieste competenze tecniche specifiche.



Banca del Tempo e dei Saperi
Vittorio Emanuele 13/A - 20090 Buccinasco (MI) - Tel. 02 45715758 - Mail: bdtbuccinasco@gmail.com
Internet: <http://www.bancadelttempobuccinasco.it>



BANCA DEL TEMPO E DEI SAPERI
con il patrocinio del
COMUNE DI BUCCINASCO
nell'ambito del progetto

RACCONTAMI, RACCONTATI
organizza un incontro aperto a tutti
LUNEDÌ 6 NOVEMBRE 2023
dalle ore 17 | spazio LHUB
Cascina Fagnana (Biblioteca) | via Fagnana 6



LA SICUREZZA IN CASA
Infortunati domestici: come prevenirli
a cura di **Vito Petita**

Si prosegue poi con domande e chiacchiere a briglia sciolta

Per contattarci email: bdtbuccinasco@gmail.com
telefono 02 45715758 (in orario di apertura segreteria:
lunedì dalle 10 alle 11.30 martedì, mercoledì, giovedì dalle 16 alle 18)



Hub Istituti Culturali
Città di Gallarate

Biblioteca
Majno

Piazza San Lorenzo
Gallarate

La Biblioteca Civica Luigi Majno
in collaborazione con la
Banca del Tempo di Gallarate
organizza



**IMPARIAMO
E GIOCHIAMO A BURRACO**

SABATO 21 OTTOBRE 2023
Dalle ore 15.00 alle 17.00
presso la sede di
Piazza San Lorenzo 5 - Gallarate

Necessaria l'iscrizione allo 0331795364

Il castello di Bardi

La Banca del Tempo di Cassina de Pecchi il 30 settembre è andata a visitare il castello di Bardi, un'imponente fortificazione che sorge su uno "scoglio" di diaspro rosso nell'omonimo paese in provincia di Parma.

Questo castello è diverso da tutti quelli che



abbiamo visto in passato in quanto, non presenta tutto quello che ci si aspetta da un castello, cioè, sale di rappresentanza, sale per banchetti, ecc.

Era sorto per controllare tutta la valle sottostante e sopra tutto il passaggio di merci.

Un po' disagiata da visitare ma estremamente interessante ed è piaciuta tantissimo a tutti.

Come tutti i castelli che si rispettano anche qui dicono ci sia il fantasma di un innamorato che si è suicidato per amore. C'è pure una sua foto.

Consiglio a tutti di andare a visitarlo visto l'entusiasmo di chi è venuto con noi

Laura Meloncelli

La Banca del Tempo di Vimercate 25a ora compie 25 anni

La festa di compleanno, 25 anni portati alla grande, è stata eccezionale.

Ci siamo tutti divertiti molto perché lo spettacolo era scoppiettante, solare, imprevisto ed anche interattivo.

Siamo stati tutti direttamente coinvolti dalla verve di Corrado e dalla efficace e brillante realizzazione degli attori.

Il gruppo IMPROVINCIA ci ha fatto veramente un bel regalo.

Alla fine ci aspettavano uno sfizioso buffet e una marea di piantine in omaggio.

Il tutto preparato dalle nostre operose socie. Un grazie particolare a Mario Pozzoni che ha voluto essere presente e portare i saluti del Coordinamento Lombardo.



Marisa Meda

Anche quest'anno partecipiamo a Milano Book Ciiy

Il 17 novembre, presso la Casa delle Associazioni di Zona 2 a Milano in Via Miramare, 9 presentiamo un libro.

Si tratta di un diario di prigionia ritrovato da una nipote che non solo lo riporta ma fa anche ampie ricerche sulla situazione dei prigionieri della Prima guerra mondiale, consultando testi e per quanto riguarda il nonno Angelo si rivolge anche all' Archivio di Stato.

La presentazione dell' autrice, Rosa Mastrogiacomo, sarà intervallata da letture del testo da parte di soci di Banche del Tempo del nostro Coordinamento.

Qui sotto il volantino realizzato con l' aiuto paziente di una socia delle Banca del Tempo di Legnano.

Grazia Pratella

