

Banche del Tempo

News - 2018

A cura del: Coordinamento Lombardo Banche del Tempo -Milano - Telefono: 333 3466499 - 339 1453 112 -
E-mail: bdtmipro@tin.it -Sito: www.coordinamentolombardobdt.it - pagina fb coordinamento lombardo
Martedì dalle 10.30 alle 12.00 e Mercoledì dalle 14,30 alle 17,00 siamo presenti in Via Miramare, 9 su appuntamento



**Coordinamento
Lombardo Banche
del Tempo**

In questo numero:
Pag. 1- Auguri
Pag. 2 – Biennale di
prossimità
Corsi a Buccinasco -
- Book City
Pag. 3 – Festa d’inverno
Pag. 4 - Book City a
Cusago
Pag. 5 – Dolci a Vimercate
Pag. 6– Mai più
Teatro a Pero
Pag. 7- Informativa
Pag. 8 – Baratto a
Caponago
Pag.9– Melegnano



**Associazione
Nazionale
Banche del Tempo**



*Auguri a chi saluta ancora con un bacio,
A chi ama ancora con il cuore
A chi ha l' entusiasmo di un bambino
A chi non aspetta Natale per essere migliore
A TE AUGURI*



FILASTROCCA DEI DIVERSI DA ME

*Tu non sei come me, Tu sei diverso
Ma non sentirti perso
Anch'io sono diverso, siamo in due
Se metto le mie mani con le tue
Certe cose so fare io, e altre tu
E insieme sappiamo fare anche di più.
Tu non sei come me, son fortunato
Davvero ti son grato
Perche non siamo uguali
Vuol dire che tutt'e due siamo speciali*

(Bruno Tognolini)

GRAZIE A TUTTE E TUTTI

Al termine di questo operoso 2018 che vede tutte noi coinvolte in un periodo di i rilevanti cambiamenti nel mondo del terzo settore non profit, di cui siamo parte integrante, a seguito della emanazione dei relativi provvedimenti legislativi tuttora in corso d'opera.. , che ci ha offerto la possibilità di far parte di una vasta rete di associazioni ed enti non profit nonché di partecipare attivamente a due progetti regionali tramite il Forum Regionale TS, grazie all'impegno congiunto del Direttivo e Vostro, desidero condividere con voi tutte questa filastrocca che, per me, nella sua semplicissima ed efficace rappresentazione, dà il senso ed il significato profondo di essere banca del tempo. Nel 2018 la rotta del nostro divenire è stata tracciata e l'augurio che faccio a Voi tutte banche del tempo è che il 2019 ci veda insieme appassionatamente per proseguire il nostro viaggio nel tempo condiviso aprendo nuove "rotte" e raggiungendo nuove "mete" all'insegna del mutuo aiuto solidale .

Termino con un detto bene augurale

"Se sogni da sola, rimane un sogno ... se sogniamo insieme diventa realtà .."

Un sentitissimo grazie a tutti e tutte per la fiducia accordataci.

Con un arrivederci nel 2019, cordiali saluti

Fiora

LA BIENNALE DELLA PROSSIMITÀ 2019

si presenta ufficialmente con una conferenza stampa **venerdì 14 dicembre alle 10.30**, al Salone degli Specchi di Palazzo di Città, a Taranto. L'edizione di quest'anno approda al sud con 4 giornate, dal 16 al 19 maggio, in cui operatori e cittadini potranno incontrarsi, parlarsi, vivere insieme esperienze di scambio, di animazione territoriale, sperimentando linguaggi diversi, dal racconto all'arte.

L'ANBDT aderirà anche quest'anno.

Tutte le informazioni sul sito prossimita.net

UN CORSO PER OGNI ESIGENZA

Tra un po' devo recarmi a Londra a trovare una mia amica ... aiuto, mi frega la lingua. Niente paura, ci sono i corsi di **Agnese e Catia**, sicuramente con loro imparerò l'inglese.

Poiché a loro piacciono le ceramiche dipinte per l'ora del te, mi iscrivo anche da **Adriano** così, imparerò a dipingere da me delle belle tazze che potrò regalare.

Penso che per il futuro mi ci vorrà anche una preparazione di Spagnolo. La Spagna l'adoro, ok, vado da **Karina** e mi preparo.

Ma quando andrò a Londra e in Spagna cosa metterò in valigia? Mi urge un corso di cucito. Ok, vado da **Isabella**, al suo corso imparerò sicuramente e riempirò la valigia di tante cose belle e originali da indossare.

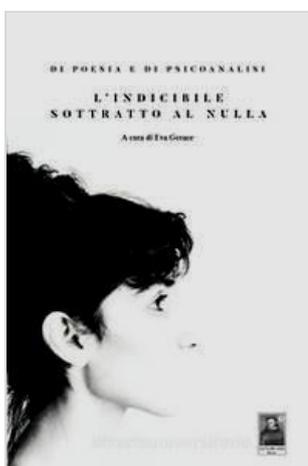
Che meraviglia tutti questi corsi mi voglio iscrivere anche al corso "martedì creativi" di **Angela**, con lei potrò creare tanti piccoli oggetti da regalare agli amici o tenere per me.

Ho giusto un giovedì libero ... vediamo cosa offre la BdT. Wow, un corso di acquerello con **Alessandro**. Certo, m'iscrivo subito, ho sempre invidiato chi davanti al mare abbozza cartoline...

Sono super felice di partecipare a tutti questi corsi, ma a volte diventa un lavoro, ho bisogno di muovermi un po', meglio in allegria, cosa faccio? Siii vado da **Antonietta, Fausta e Anna** a ballare il cha cha cha, la Rumba e il mambo in gruppo. Ecco, ho speso tante ore, sarà meglio che anch'io ricambi in qualcosa di utile: contraccambierò con una torta alla prossima occasione!



Angela Ladiana



BOOK CITY presso la casa delle associazioni di Via Miramare.

Anche quest'anno il nostro Coordinamento ha presentato un libro:

"L'indicibile sottratto al nulla" in Via Miramare, sabato 17 Novembre 2018.

Interessato tutto il pubblico presente ai temi sollevati dai tre autori. Il libro è stato scritto a più mani ed in due lingue (italiano e argentino) da psicoanalisti e poeti ed esamina la forza e il potere della poesia per esprimere sentimenti e passioni che spesso non si riescono a dire o descrivere o dire in altro modo. Il libro è stato presentato anche in Argentina.

Grazia Pratella

PORTA DELLA SOLIDARIETÀ, FESTA D'INVERNO

1 Dicembre 2018. Con Mariangèles e Clelia della BdT di Cusago ho partecipato sabato primo dicembre alla festa del centro Casa della Solidarietà in via Pallanza a Milano, zona Fulvio Testi.

Gestito da alcune associazioni di volontariato come ACLI, MOVI, GVV, e situato nelle aule di una ex scuola dell'infanzia, il centro è molto accogliente anche se la strada in cui si trova è poco affollata e perciò in po' dimenticata e solitaria.

Intrattenendoci con Clara ed altri volontari abbiamo potuto constatare come le attività organizzate siano varie ed interessanti per raccogliere persone di ogni età. Noi ci siamo soffermate sui servizi per la prima infanzia, che sono quelli che gestiamo nella nostra BdT.

Abbiamo potuto vedere che sono ben funzionanti, un emporio solidale con prodotti per bimbi 0 - 3 anni, uno spazio gioco assai affollato dove vengono rafforzate sia le relazioni mamma-bambino che quelle tra le mamme e tra i bambini di ogni cultura e dove si possono individuare e meglio conoscere bambini con difficoltà relazionali o motorie per cui realizzare percorsi individualizzati; c'è uno spazio per incontri di conversazione in lingua italiana per i molti stranieri di ogni cultura.

Durante la settimana c'è anche la possibilità di avere consulenza e supporto da parte di professionisti per le varie problematiche sociali, genitoriali, pediatriche e finanziarie. Il tutto è stato accompagnato da esibizioni strumentali di ottimo livello con musicisti che non abbiamo esitato ad invitare alla nostra Festa della musica, manifestazione che si tiene in tutta Europa nel solstizio d'estate e che ancora da noi non è abbastanza conosciuta.

Non potrò poi dimenticare la felicità di alcuni piccoli che alla pesca hanno vinto animali di peluche che abbracciavano stretti, stretti. Certamente una Bdt, per attivare scambi ad ogni livello sociale e far sentire gli utenti a loro volta volontari che donano agli altri sarebbe molto utile, ma l'esigenza deve crescere dal basso, col tempo. Penso però che sia bello ed importante dare la nostra disponibilità per organizzare scambi bilaterali tra le persone e magari anche tra le Banche.

La presenza di Laura Di Silvestro è certamente servita a dare questa garanzia di sostegno e aiuto di cui tutti abbiamo avuto l'esigenza all'inizio dell'avventura delle nostre BdT! Il nostro più affettuoso augurio di buona riuscita per tutte le attività della Porta della Solidarietà!

Paola Della Corna





BOOK CITY A CUSAGO

Prima di entrare in pieno nel 'vortice natalizio' qualche considerazione sulla III edizione del Bookcity... partito anche a Cusago 2018 venerdì 30.11.2018 con lo scrittore Andrea Vitali.

Possiamo stimare in circa 100/120 i partecipanti che hanno seguito con grande interesse i sette incontri in programma. E' stato un'ottima idea iniziare la manifestazione con un autore conosciuto, e sono ancora convinta che sia utile spalmare in più giornate lo stesso evento in modo da diversificare l'offerta ed attirare pubblici diversi.

Sarebbe auspicabile un maggiore coinvolgimento delle strutture scolastiche locali. Da qualche giorno ho avuto la bellissima notizia che il libro presentato a Cusago sui Robot da uno dei relatori il fisico Claude Kanah (residente a Cusago) sarà pubblicato da Edizioni Europee (un editore nazionale) e probabilmente diventerà il copione di un film dedicato alla robotica. Siamo davvero molto contenti di avere avuto l'anteprima e che il sig. Kanah sia "cusaghese"

Per l'anno 2019, la Banca del Tempo insieme al Museo della Scrittura ha l'intenzione di proporre ancora l'evento Bookcity a novembre e la Festa del Libro in primavera. Come già accennato nella documentazione protocollata relativa al Programma delle Attività Banca del Tempo.

Stiamo valutando la possibilità di dedicare a Leonardo da Vinci la II edizione della Festa del Libro posticipandola al 2-5 maggio in modo da festeggiare sia il 500° anniversario della morte di Leonardo in Francia avvenuta il 2 maggio del 1519, che la Festa patronale di Cusago il 5 maggio.

Quest'anno purtroppo il 23 aprile (Giornata internazionale del Libro) cade tra Pasqua e la Festa della Liberazione, situazione che compromette la partecipazione del pubblico. Avevamo pensato ad un possibile titolo per l'evento 'Leonardo da Vinci: 500° anni dopo, ma siamo aperti a proposte e suggerimenti che possano arricchire l'iniziativa

Mariàngeles Expòsito per Banca del Tempo e Museo della Scrittura

LABORATORIO DI DOLCI A VIMERCATE

Ciao a tutti.

Sono Cinzia e son approdata alla Bdt 25a Ora di Vimercate grazie ai racconti di mirabolanti esperienze ed eventi narrati da una mia amica a sua volta socia.

Ho deciso di fare un report della mia piacevole esperienza in occasione della "Festa dei Bambini" che è avvenuta il giorno 6 dicembre 2018 per San Nicola presso la confortevole dimora agghindata da decorazioni natalizie della nostra socia Silvana che è solita ospitarci per incontri culinari.

Al mattarello c'era la nostra Filo che ha guidato adulti e piccini nella creazione di due tipi di biscotti; uno al cacao ai profumi natalizi con cannella e polvere di chiodi di garofano, l'altro di pasta frolla.

I bambini han subito mostrato interesse nell'impastare e dar forma alla frolla con stampini a forma di stelline e cuoricini. Eravamo tutti presi da un alone di romanticismo.

Le fragranze sprigionate dal forno facevano invidia a tutto il vicinato.

C'è stata grande trepidazione in attesa della cottura ovviamente perfetta.

Ma si sa che i bimbi hanno bisogno di essere impegnati e quindi tra un'infornata e l'altra abbiamo organizzato un momento di gioco creativo costruendo Ojos de Dios nei colori natalizi rosso e bianco.

Poi è stato il momento della condivisione di ciò che avevamo prodotto, e che goduria!!

La mia esperienza di quel momento è stata assai gratificante potendo avvicinarmi al mondo dei bambini che con la loro ingenuità riescono sempre ad entrarci nel cuore, mi è stata data inoltre la possibilità di conoscere nuove socie con le quali è subito scattato un certo feeling e progetti di nuove avventure insieme.

Ho inoltre carpito i segreti per la creazione di biscotti da Filomena che ho subito riprodotto il giorno successivo.

Volete la ricetta?? Sarò buona e vi darò quella dei biscotti al cacao:

Susamelle:

500 gr farina

250 ml latte

40 gr cacao in polvere amaro

50 gr di mandorle e noci tritate grossolanamente

1/2 bicchiere di olio di mais,

polvere di chiodi di garofano e cannella qb

mezza bustina di lievito

infornare a 180° per 15 minuti.

Volendo si possono ricoprire con una glassa di cioccolato e zucchero sciolto a bagnomaria che noi non abbiamo fatto poiché eravamo bramosi di mangiarceli.

Quando li gusterete pensate alla mia giornata felice trascorsa fuori da casa, lontana da tutti i pensieri quotidiani in compagnia di quei piccoli angioletti e alla possibilità di socializzazione di cui ho goduto grazie all'incontro avvenuto tramite la Bdt.

Buone feste a tutti...



25 Novembre 2018 a Cassina de' Pecchi

La Banca del Tempo di Cassina de' Pecchi presenta in biblioteca una mostra intensa ed emozionante dal titolo "Mai Più" in occasione della giornata contro la violenza sulle donne, alla presenza del sindaco e dell'assessora alla cultura, del Coordinamento Lombardo delle Banche del Tempo, dell'Associazione Nazionale Banche del Tempo e delle associazioni di Cassina.

Mai più per far riflettere su tutto quanto le donne uccise non potranno più fare, sulle loro vite e i loro sentimenti spezzati.



LABORATORIO DI TEATRO A PERO

Il teatro è una delle attività più importanti della Banca del Tempo Perhola ...c'è. E' all'interno della convenzione con il Comune di Pero e consente da solo, con le ore attribuite, l'assolvimento dell'obbligo di convenzione della Banca del Tempo in cambio della gratuità della sede al Centro Greppi.

Vi voglio raccontare del 24 Novembre 2018 quando si è tenuto lo spettacolo teatrale "Buon viaggio", saggio finale del laboratorio di teatro condotto dalla dott.sa Marisa Monichino, operatrice di teatro sociale.

Il testo dello spettacolo era autoprodotta dai partecipanti al laboratorio e nasceva dalle improvvisazioni fatte durante il percorso laboratoriale. Si trattava di un viaggio nella quotidianità: i personaggi si muovevano nelle vite di tutti i giorni con i loro vizi e le loro virtù.

Incontri avvenuti nel corso di viaggi in treno, nelle sale d'attesa dal medico, nelle vite di coppia, davanti alla scuola, in farmacia, in un viaggio verso il mare, dalla parrucchiera.

Ognuno con le sue astuzie, manie e ossessioni, col desiderio di compagnia o la ricerca di libertà; il tutto condito da molto humor e qualche spunto drammatico.

Lo spettacolo è stato bellissimo e gli attori hanno dato il meglio di loro. Il gruppo si era trovato settimanalmente per diversi mesi, per le prove il giovedì nella grande sala al piano inferiore del Centro Greppi.

La dott.sa Monichino che da circa sei anni segue questo gruppo teatro è molto apprezzata e ogni anno il gruppo si allarga con l'ingresso di nuovi soci. Lo spettacolo del 24 novembre, tenendo

conto della vicinanza della giornata contro la violenza sulle donne, ha osato ed ha inserito uno spezzone drammatico sul grande problema della violenza sulle donne.

Sono pochi gli uomini che partecipano al gruppo teatro e vengono impiegati per diversi personaggi; Francesco ha dovuto in questo caso sostenere la parte molto delicata dell'uomo cattivo, aggressivo e possessivo, un ruolo che si discosta molto dalla sua reale personalità. Se l'è cavata bene e il pubblico ha apprezzato molto. Allo spettacolo ha partecipato l'Amministrazione comunale di Pero e il salone era gremito di persone.

Il gruppo teatro è molto coeso e la dott.sa Monichino sa tirar fuori il meglio dalle persone che con il teatro sono cresciute. Il teatro ripartirà a gennaio e visto l'entusiasmo degli attori e della comunità verso il progetto non si esclude la sperimentazione di Shakespeare e altri autori con testi impegnativi che metteranno alla prova la capacità interpretativa degli attori e della regia.

Edda Baldo



TESTO STANDARD COORDINAMENTO LOMBARDO BDT

Come già scritto alle banche del tempo aderenti, con la nuova normativa sulla privacy le associazioni e le banche del tempo devono uniformare la scheda di iscrizione per garantire ai soci che c'è un responsabile per la privacy e che i dati da loro forniti non verranno trasmessi ad altri e resteranno custoditi dal responsabile stesso. Come coordinamento abbiamo elaborato un testo standard che consigliamo a tutte le bdt di utilizzare. Il testo è stato elaborato da Fiora Cappa, Presidente del Coordinamento, grazie alla collaborazione della Presidente della Banca del Tempo di Buccinasco Franca Cerri e con la consulenza dei Centri Servizio di riferimento.

Informativa sul trattamento dei dati personali

(art 13 del D.Lgs 196/2003 e art 13 del Regolamento EU n. 2016/679)

Gentile Associato,

Il 25 maggio è entrato in vigore il Regolamento UE 2016/679 relativo alla protezione delle persone fisiche con riguardo al trattamento dei dati personali, nonché alla libera circolazione di tali dati

che abroga la direttiva 95/46/CE . A detto regolamento si è adeguata la normativa italiana

D.Lgs 196/2003

Pertanto desideriamo informarLa che i dati personali da Lei forniti formeranno oggetto di trattamento nel rispetto delle normative in essere e degli obblighi di riservatezza cui è tenuta la Banca del Tempo

Con il suo consenso libero ed esplicito, in calce alla presente informativa, i Suoi dati saranno conservati per il periodo di tempo necessario per il conseguimento delle finalità per le quali sono stati raccolti. Tuttavia il mancato consenso comporta l'impossibilità della prosecuzione del rapporto.

I dati di cui è depositaria la BdT non saranno diffusi a terzi e saranno trattati in modo da garantirne sicurezza e riservatezza ma potranno essere comunicati, alla Segreteria del Coordinamento Lombardo delle Banche del Tempo e/o all'Associazione Nazionale delle Banche del Tempo e non riguarderà in nessun modo la divulgazione dei dati sensibili.

Letto, confermato e sottoscritto

Luogo data

firma per esteso/leggibile

5 PER MILLE ALLE BANCHE DEL TEMPO

Care amiche e amici,

ricordo che anche per quest'anno 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

IL BARATTO A CAPONAGO

Care amiche e amici, sappiamo che molte banche del tempo utilizzano il baratto come mezzo di scambio di piccoli oggetti sia per evitare un eccesso di consumi e sprechi inutili, sia per allargare la conoscenza sul territorio delle loro attività.

La Banca del Tempo di Caponago ci ha presentato un regolamento che come coordinamento abbiamo trovato utile e ampiamente condivisibile.

Eccolo qui sotto.



REGOLAMENTO DEL BARATTO BANCA DEL TEMPO CAPONAGO

SONO AMMESSI SOLO:

- oggetti di dimensioni contenute (abbigliamento, giochi, casalinghi, ecc)
- oggetti in ottimo stato (no biancheria intima usata)

COME FUNZIONA IL BARATTO:

- si possono portare un massimo di 10 oggetti o capi abbigliamento
- si presentano al banco accettazione, dove verranno verificate le condizioni degli oggetti/abbigliamento
- per ogni oggetto/capo abbigliamento ti verrà consegnato un gettone (indipendentemente dal valore dell'oggetto)
- vai al banco dove ci sono esposti gli oggetti/abbigliamento e cerca quello che ti piace , cercando di non mettere in disordine i tavoli
- per ogni oggetto/abbigliamento che scegli, dovrai consegnare un gettone alle addette al banco, a prescindere dal suo valore
- se non trovi nulla che ti piace, potrai ripassare più tardi
- i gettoni sono sempre validi, anche nel prossimo baratto che organizzeremo, quindi non li buttare

GLI OGGETTI NON SCAMBIATI ANDRANNO IN BENEFICENZA

N.B. lo scambio del baratto si basa sulla fiducia e la correttezza fra i partecipanti

E' vietato qualsiasi scambio di danaro o attribuzione di un valore economico alle cose

Non si risponde di eventuali problemi e disfunzioni degli oggetti scambiati

Ricordiamo inoltre di visitare il sito del Coordinamento Lombardo www.coordinamentolombardobdt.it per ogni altra informazione.



DALLA BANCA DEL TEMPO DI MELEGNANO

La Banca del Tempo di Melegnano nell'ultimo trimestre di quest'anno ha effettuato un'intensa attività rivolta ai soci ed agli esterni.

Abbiamo effettuato un corso sull'utilizzo corretto dello smartphone.

In novembre è stata riattivata la scuola di italiano per stranieri molto partecipata offrendo, da quest'anno, il servizio di babysitting



Il 25 Novembre abbiamo animato per tutta la mattinata la piazza del Municipio di Melegnano con lo scopo di celebrare la giornata mondiale contro la violenza sulle donne, in ricordo di tutte le vittime di soprusi, abusi, violenze esplicite e implicite.

Una speciale esposizione ed un bel lavoro di *Urban Knitting* ad opera delle socie della Banca del Tempo e una mostra a cura dell'ANPI - Associazione Nazionale Partigiani Italiani - hanno fatto da cornice a tutti gli eventi



Esposizione



Urban Knitting



Noi

e a *Break the Chain*, la famosa danza che viene eseguita in contemporanea mondiale ogni 25 Novembre aderendo al movimento One Billion Rising. Inoltre abbiamo voluto coinvolgere i panettieri di Melegnano che dal 24 Novembre hanno distribuito il pane in sacchetti con stampato il numero di emergenza per le vittime di violenza – che crea un argomento profondo e difficile come il rispetto dei diritti delle donne.



Break the Chain



Collaborazione con i panettieri

Quest'anno le socie ed i soci in collaborazione con Serena Cazzola, curatrice e guida del laboratorio di teatro, ricostruendo un improvvisato anfiteatro greco, hanno proposto Aristofane, con una piccola parte di *Donne in Parlamento*. La giornata si è conclusa con la performance *L'apparenza inganna*.



Donne in Parlamento



L'apparenza inganna

Il 16 dicembre in collaborazione con un'altra Associazione di Melegnano abbiamo organizzato il "Baratto delle Associazioni" aprendoci così alla cittadinanza, offrendo la possibilità a chi non avesse oggetti, di partecipare al baratto con il "caffè sospeso" o "il pane sospeso".



Domenica 16 dicembre 2018

in Piazza Risorgimento a Melegnano

dalle ore 10 alle ore 17

**la Banca del Tempo e l'Associazione per il Volontariato
nelle Unità Locali Socio Sanitarie, di Melegnano
organizzano**

IL BARATTO DELLE ASSOCIAZIONI

**PORTA
QUALCOSA ANCHE
TU: IL TUO
OGGETTO USATO
DIVERRÀ
PREZIOSO NELLE
MANI DI UN'ALTRA
PERSONA**



**SI POTRANNO
SCAMBIARE
OGGETTI A FRONTE
DI ALTRI OGGETTI,
O REGOLARE LO
SCAMBIO
UTILIZZANDO
ASSEGNI IN TEMPO**



**Non hai nulla da
barattare? ti
proponiamo uno
scambio un po'
diverso...chiedici
come funziona!**

Se tu hai una mela, e io ho una
mela, e ce le scambiamo, allora tu
ed io abbiamo sempre una mela
per uno. Ma se tu hai un'idea, e io
ho un'idea, e ce le scambiamo,
allora abbiamo entrambi due idee.
(G. B. Shaw)



**"caffè sospeso" in
collaborazione con La Bottega
del Caffè - Il Barbarossa -
Gragussi - Pasticceria Riccio
Pasticcione.**

**"pane sospeso" con la
collaborazione di
Panificio Guerrini -
Panificio del Purton.**