

Consigli

senza tempo

*Dalla nonna
al computer*



Banca del Tempo

Via Brambilla, 6
20065 Inzago (Mi)

Apertura: mercoledì dalle 21.00 alle 22.30

Cell. 347/6477357

Email : tempo.idea@libero.it



Banca del Tempo

Inzago





Hanno collaborato alla realizzazione
di questo 3° libro:

Antonella Cattano
Chiara Crumonesi
Rosanna Facchinetti
Anna Finelli
Enrico Giuliani
Danilo Passoni
Mario Verga

Stampato in proprio
Inzago Settembre 2004

Consigli

senza tempo

*Dalla nonna ...
al computer*





Ecco alcuni esempi di che cosa si
scambia

Baby sitter

Passeggiate in bicicletta e a piedi

Accompagnamento con auto o a mostre/
musei

Assistenza anziani/malati

Bidermeier

Confezionamento bomboniere

Conversazione di inglese e tedesco

Lezioni di tennis, bridge, fotografia,
internet

Consigli e accompagnamento a pesca

Pianoforte

Ricamo

Shiatsu

Storia locale uscite sul territorio

Preparazione torte salate e dolci

E ancora tante altre cose.....vieni a
trovarci

A Inzago in Via Brambilla al n. 6 da circa 4 anni è in funzione la **Banca del Tempo** aperta tutti i mercoledì dalle ore 21 alle ore 22.30.

La **Banca del Tempo** è un'associazione che, sul modello di uno sportello bancario, consente di depositare tempo e di ritirarlo al momento del bisogno: è una forma di baratto, che ha per oggetto lo scambio del tempo.

Nella **Banca del Tempo** non circola denaro e l'unità di misura dello scambio non è la moneta, bensì il tempo che si traduce in prestazioni di servizi di scarsa rilevanza per il mercato ma di grande importanza sia per chi li riceve sia per chi li offre.

Quella della **Banca del Tempo**, non è comunque una forma di volontariato; a differenza del volontariato qui il "donatore" è invitato a riconoscere a sua volta i propri bisogni e a usufruire delle prestazioni disponibili, in modo che lo scambio sia paritario.

L'adesione è completamente gratuita.

Se il **tempo** è denaro il suo posto è in **Banca**.

Il tempo, questa cosa preziosa, un valore fondamentale che non ci stanchiamo mai di apprezzare, specialmente quando sembra non bastare mai per i tanti impegni di tutti i giorni.

E' con questo intento che quest'anno abbiamo voluto realizzare "Consigli senza tempo" (dalla nonna al computer).

Questo opuscolo raccoglie suggerimenti ed esperienze "sul campo" per risolvere, con piccole astuzie, problemi quotidiani di vita pratica,,, risparmiando del tempo.

Ci auguriamo di farvi cosa gradita, offrendovi questa raccolta che speriamo possa esservi utile.

Alla fine dell'opuscolo troverete un particolare elogio che un nostro socio ha voluto offrire proprio al tempo ...ed a tutti noi.

Il Presidente

Anna Finelli



Consiglio di non abusare per non indurre qualcuno a fare definitivamente a meno di voi.

Perciò se qualche fanatico della precisione vi guarda con severità, non badateci, è lui che si dovrebbe vergognare, voi siete ben superiori, il tempo vi darà ragione.

E a quel fanatico dico: pentiti finché sei in tempo.

Ora vi lascio perché dovevo essere già da un pò da un'altra parte, ma intanto non ho perso tempo.

E vi saluto. Sempre ammesso che 'sto pezzo venga pubblicato dato che l'avrei dovuto scrivere e consegnare parecchio tempo fa.

Ma non trovo più la biro.

E comunque avevo ben altro da fare, io.

Mario Verga

ritardo: dedicandovi ad esempio ad altre attività, come nel caso sopra riportato.

Ma se anche lo impiegaste in una pennichella è tutt'altro che tempo perso: l'uomo, ma anche la donna, passa circa un terzo della sua vita dormendo; lo state perciò usando per la più importante delle vostre attività;

5. si dà anche il caso di ritardi abissali che si misurano in ore o giorni, tipo arrivare a riunioni già finita, problemi già risolti, lavori già conclusi.

Avete così dimostrato che la vostra partecipazione vi avrebbe solo fatto perdere del tempo (da voi, al solito, più utilmente impiegato in faccende importanti).

Il ragionamento è però un po' troppo sottile per la gente comune.

PER PULIRE

Vuoi mantenere lucido e brillante il marmo chiaro?

Passalo con acqua ossigenata diluita. Se il marmo è scuro, invece, lavalo con una miscela di acqua, aceto e un cucchiaino di detersivo liquido per lavatrice.

Il tuo tappeto è sbiadito?

Per ravvivarne i colori, cospargilo qua e là di foglie di tè inumidite e strofinalo con una spazzola.

Tende di nuovo bianche.

Preparare una bacinella d'acqua, aggiungervi una bustina di lievito per dolci e lasciare in ammollo per qualche ora. Lavarle come di consueto

Pulizia naturale del microonde.

Mettere in un contenitore di vetro adatto alla cottura nel forno a microonde, un po' d'acqua e alcune fette di limone.

Fare bollire l'acqua, tenendo il recipiente per qualche minuto nel forno, in modo che si formi del vapore.

Estrarlo e passare un panno morbido sulla superficie interna.

Bicchieri brillanti?

Sciacquateli in acqua e aceto, lavate le caraffe di vetro con aceto caldo, sale e gusci d'uovo a pezzetti.

Incrostazioni di calcare nel water.

Si possono evitare versandovi, una volta al mese un litro di aceto bianco, lasciandolo agire per almeno 2 ore.

Per eliminare dalle pentole l'odore del pesce.

Lavatele con acqua fredda e fondi di caffè.

Questo, come altri episodi, portano a delle considerazioni di carattere generale:

1. La puntualità, o peggio l'anticipo, si risolvono in una perdita di tempo, danno l'impressione, alla lunga, che non si abbia nulla o niente di meglio da fare.
2. Il ritardo è molto più chic.
La sposa al matrimonio o l'ospite d'onore sono sempre gli ultimi ad arrivare, anzi un certo ritardo è d'obbligo.
3. Il darvi da fare per recuperare il ritardo, le scuse da inventare (dalle più banali tipo c'era traffico in centro, alle più stravaganti tipo c'era vento contrario) vi tengono allenati mente e fisico;
4. vari sono i modi di impiegare utilmente il tempo guadagnato col

Che fa invece il ritardatario?

Un'occhiata all'orologio "Mancano 10 minuti alla riunione, ok riesco a fare un lavoretto che non dovrebbe prendermi più di un quarto d'ora, venti minuti al massimo, tanto quelli sicuramente avranno da chiacchierare del più e del meno..."

Ed eccovi quindi occupati in attività socialmente utili mentre gli altri, i fanatici della puntualità, stanno facendo melina.

Poi via di corsa all'appuntamento, senza aver sciupato un attimo.

Una volta là, dato che gli altri, i puntuali, se lo aspettano, buttate lì una scusa qualsiasi e sollecitate tutti a mettersi al lavoro, che non avete tempo da perdere, voi.

Se la doccia spruzza acqua ovunque è probabile che i fori della rosetta siano intasati dal calcare. Smontatela e lasciatela a bagno in acqua e aceto per tutta la notte.

Per far tornare splendenti gli oggetti d'oro.

Immergeteli in un pentolino con acqua in cui si è aggiunta qualche goccia di sapone liquido.

Fate scaldare l'acqua senza farla bollire e lasciate i gioielli a bagno per pochi minuti.

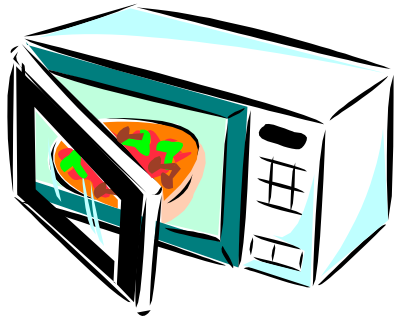
Quando l'acqua si raffredda scolateli attraverso un colino da tè, sciacquate li e asciugateli delicatamente.

Per lucidare le pentole di rame.

Strofinatetele con bucce di kiwi.

Per evitare che le lenti degli occhiali da sci si appannino, provate a lucidarle con un po' di dentifricio o di schiuma da barba, oppure sfregatele con una fetta di patata cruda.

Per evitare che la pelle degli stivali diventi opaca e perda morbidezza, passate la tomaia con un panno inumidito di birra.



ELOGIO DEL RITARDO



Si crede comunemente che i ritardi siano causa di perdita di tempo e che il ritardatario sia uno che sciupi del tempo. Nulla di più errato.

Un esempio per chiarire il concetto. Immaginiamo che dobbiate partecipare ad una riunione di lavoro o che abbiate comunque un appuntamento con altre persone.

C'è sempre qualcuno che per distinguersi arriva addirittura in anticipo: questo sì che è uno che perde tempo. Anche perché di solito all'inizio ci si dilunga in saluti e chiacchiere inutili anche ben oltre l'ora fissata per la riunione.





Per evitare che i piselli, dopo la cottura, perdano il bel colore verde e appaiano spenti e sbiaditi, aggiungete un po' di zucchero all'acqua.

Via gli insetti dai legumi inserendo nel barattolo in cui si conservano due peperoncini piccanti interi.

Non buttate via i vecchi giornali possono tornarvi utili:

- Se li appallottolate e li inumidite con acqua e aceto, potete usarli per pulire vetri e specchi.
- Asciutti, sono ottimi per lucidare i rubinetti cromati e asciugare i pavimenti.
- Si possono avvolgere tappeti e coperte di lana: l'odore dell'inchiostro terrà lontano le tarme.

Si possono imbottire le scarpe fradice, dopo aver preso un acquazzone, si manterranno in forma se avrete cura di cambiare la carta non appena si sarà impregnata d'acqua.

Se dovete tritarle, unite un pizzico di zucchero nel frullatore: eviterete che l'olio che contengono le faccia impastare.

Per evitare che nel contenitore di plastica del formaggio si formino goccioline di umidità, basta mettere nello stesso contenitore alcune zollette di zucchero.

Non digerite la peperonata? Provate ad aggiungere alla salsa di pomodoro un cucchiaino di zucchero.

Per evitare che il cotechino durante la cottura emani un forte odore, mettere nell'acqua un panino raffermo.

Per togliere l'odore sgradevole del cavolfiore basta aggiungere un poco di aceto all'acqua di cottura.

PER ELIMINARE MACCHIE

Per eliminare le macchie di nicotina dai portacenere, strofinale con un tappo di sughero cosparso di sale fino.

Per eliminare le macchie di caffè o té dai tessuti, sfregaci del sapone di Marsiglia inumidito, immergi in acqua calda e risciacqua oppure strofinali con una miscela di sale e aceto bianco in parti uguali.

Macchie d'erba.

Sfregare i tessuti di cotone, resistenti ma non a colori forti, con un poco di sapone, poi lavateli in lavatrice con il solito programma.

Oppure provare a lasciare a bagno l'indumento nel latte crudo, sfregandolo leggermente: questo sistema funziona anche sul lino che potete in alternativa tamponare con alcool.

Se la macchia è su seta strofinatela molto delicatamente con uno straccetto inumidito d'ammoniaca.

Macchie di fiori.

Sfregate leggermente le macchie con acqua e ammoniaca (due cucchiaini ogni litro) sostituendola con acqua ossigenata se il tessuto è molto delicato.

Resina.

Tamponate la macchia con alcool, cambiando spesso lo straccio.

Se la macchia è veramente ostinata riprovate con l'ammoniaca, ma attenzione ai tessuti delicati.

Catrame.

Inumidite la macchia con olio o burro.

Dopo una decina di minuti ripassatela con uno straccetto imbevuto di benzina e, se possibile, lavate normalmente il capo smacchiato, altrimenti cospargete l'alone con la polvere assorbente, spazzolandola dopo qualche minuto e ripetendo l'operazione se necessario.

VARIE

Amate la cipolla cruda ma fate fatica a digerirla?

La prossima volta affettatele e lasciatele macerare in acqua per mezz'ora: sarà sufficiente per arricchire le insalate senza spiacevoli inconvenienti.

Volete evitare, mentre preparate le frittelle che la casa si riempia di uno sgradevole odore di fritto?

Prima di cuocerle gettate nell'olio bollente una fetta di mela e toglietela quando comincia a diventare dorata.

Prima di unire le uvette a una torta che deve lievitare asciugatele e infarinatele leggermente: così non si depositeranno sul fondo del dolce.

Per eliminare la pellicola delle mandorle, tuffatele prima in acqua bollente: si toglierà più facilmente.



Se avete sporcato di catrame le scarpe di tela, fate ammorbidire le macchie con un poco di burro, sfregate bene con uno straccetto per togliere quanto più sporco è possibile, quindi lavate le scarpe con acqua tiepida e detersivo neutro o sapone.

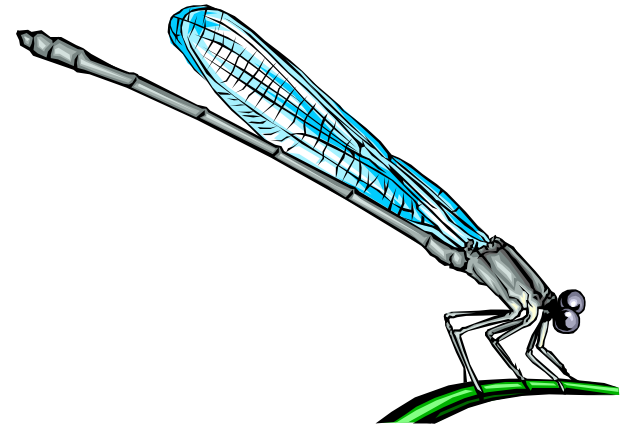
Impronte sulle ante in cucina, quelle lasciate dalle dita, si eliminano strofinando sulla superficie mezza patata.



Macchie fresche di vino sul vestito.

Cospargere la macchia con abbondante bicarbonato, lasciate asciugare, quindi spazzolate energicamente.

Per pulire il collo della giacca di pelle, strofinatelo con un po' di crusca molto calda.



Punture d'insetti?

Passate sulle zone interessate mezzo pomodoro crudo, lenisce il dolore e toglie l'irritazione.

Se col ghiaccio non riuscite ad attenuare il dolore di una botta, provate con impacchi di aceto caldo.

Per avere le gambe levigate e morbide fate cuocere mezzo chilo di riso integrale finché non si sarà spappolato. Unite 50 grammi di olio d'oliva (circa 10 cucchiaini da tè), mescolate bene, fatelo raffreddare e spalmatevi la crema così ottenuta sulle gambe lasciandola agire per circa mezz'ora.

Sciacquate e asciugate.

PICCOLO PRONTO SOCCORSO

Per emorragie nasali.

Affettare o tritare grossolanamente una cipolla metterla in un fazzoletto, tenerlo sotto il naso e aspirare.

La cipolla ha effetto antiemorragico.

Per le scottature domestiche.

Mettere la parte scottata subito sotto l'acqua corrente fredda per qualche minuto.

Poi passare sulla parte bagnata con movimento continuo del sapone fino a quando il sapone non scorre più e si secca.

Questa pellicola di sapone aiuta a lenire il dolore e a ristrutturare la pelle.



PER LA BELLEZZA

Contro le occhiaie.

Preparare un impacco versando in una tazza d'acqua bollente 15 g di malva, 15 g di rosmarino e 15 g di rosa.

Filtra dopo un quarto d'ora, lascia raffreddare metti in frigorifero.

Da usare freddo.

Per far durare più a lungo l'abbronzatura, idrata bene la pelle mattina e sera.

Poi, bevi molto e mangia tanta verdura.

Se fai jogging e ti viene una vescica?

Fermati, toglie le scarpe e sfila la calza dal piede sano, poi infilala sopra all'altra e rimetti le scarpe.

Due calze di spugna sovrapposte evitano lo sfregamento delle scarpe sulla vescica: così puoi camminare fino a casa senza troppo dolore.

Appena arrivi toglie scarpe e calze, sciacqua il piede con acqua poi applica una garza pulita imbevuta di latte molto freddo (per 15 minuti) e stai a piedi nudi più possibile



PICCOLE MANUTENZIONI

Cassetti che non scorrono?

Passa del sapone o una candela sulle parti in contatto con i binari.

Vale anche per le cerniere lampo troppo "dure".

Oggetti arrugginiti?

Strofinare con succo di limone.

Per lucidare l'avorio si mischia succo di limone e latte, lasciare in ammollo e risciacquare.

I tuoi mobili da giardino in legno, sempre esposti alla pioggia e al vento, rischiano di rovinarsi?

Passali con un panno imbevuto nell'olio di lino, che protegge le superfici e le rende completamente impermeabili all'acqua.

Per tenere lontani i parassiti,
interrate vicino al fusto della pianta
alcuni spicchi d'aglio.



Dovete lasciare per un fine settimana il vostro balcone e nessuno bagna le piante? Un rimedio esiste, e anche valido.

Mettere in ogni vaso una bottiglia di vetro da litro riempita d'acqua e infilate il collo nella terra in modo che rilasci lentamente l'acqua necessaria a mantenere umido il terreno.

Per avere peperoni più piccanti annaffiarli soltanto ogni 2 settimane.

Via gli acari dalle foglie delle piante da appartamento passandole delicatamente con un batuffolo di cotone inumidito con dello yogurt.

Una pianta ha le foglie che ingialliscono?

Provate a ridonarle tono inserendo alcuni fiammiferi a testa in giù nella terra del vaso.

PER PROFUMARE E CONTRO CATTIVI ODORI

Per profumare i tuoi capi di biancheria, metti nei cassetti dei sacchetti di tela pieni di sapone di Marsiglia.

Per gli aromi sgradevoli nel frigo si mette un pacchetto di bicarbonato aperto.

Per detergere pettini e spazzole si lasciano a mollo per un'ora in acqua e bicarbonato poi si risciacquano bene.

Per togliere dalle mani gli odori d'aglio, pesce e cipolla si usa una soluzione di acqua e aceto.

Per deodorare il tagliere di legno, passatelo con mezzo limone o con bicarbonato appena inumidito con acqua.

Dopo averlo sciacquato lasciatelo sgocciolare appeso.

Per togliere l'odore di vernice da uno sgabuzzino, lasciatevi per alcune ore una cipolla a fette.



CONSIGLI PER LE PIANTE

Per proteggere le piante dagli insetti si scioglie del sapone di Marsiglia in un litro d'acqua e si versa il liquido nel terriccio.

Dopo un'ora s'innaffiano le piante.

Per mantenere fresche più a lungo le rose recise (o altri fiori dal gambo legnoso) conficcate l'estremità del gambo in una patata cruda, sbucciata.

Quindi immergete nel vaso.

Oppure versare nel vaso un cucchiaino di succo di limone.

E se le rose reclinano il capo

perché nella stanza fa troppo caldo?

Mettetele in un recipiente e copritele completamente con acqua calda, ma non bollente.

Quando l'acqua si raffredderà, le rose si saranno riprese.