



Banca del Tempo Inzago

Foglio informativo
a-periodico
per soci e simpatizzanti
della Banca del Tempo
di Inzago

Tempoideanews

Num XII
GIU 2014



Banca del Tempo...perché non approfondirne la conoscenza?

Questo è il pensiero che ha fatto capolino nella mia mente qualche mese fa e che mi ha spinto, un mercoledì dello scorso marzo, a bussare alla porta dell'associazione inzaghese.

Ad accogliermi ho trovato un gruppo variegato di persone, tutte presto disponibili a delineare come un mosaico i contorni di ciò che è la Banca del Tempo, il suo scopo e le modalità di realizzazione delle sue finalità.

Ed è proprio così che mi è apparsa l'associazione, come un puzzle composto da individui ciascuno con le proprie peculiarità, che offrendo il loro contributo partecipano alla realizzazione di un tutto pieno di entusiasmo, collaborazione, sostegno e perché no, utilità.

La spontaneità del gruppo e la positività dell'idea di cui è portatore mi ha convinto a diventare una nuova socia della Banca, la numero 6, e, per chi ancora non mi conoscesse, sono Giusy e metto a disposizione le mie conoscenze legali offrendo consigli circa la modalità con cui gestire una data situazione giuridica e suggerendo gli strumenti di tutela che la legge assicura.

Nei due mesi appena trascorsi, ho avuto modo di partecipare alle serate organizzate dalla Banca per il primo venerdì di ogni mese, dal titolo "Sapori & Saperi", un'ottima opportunità per conoscere meglio i soci e per scoprire le loro capacità ed attitudini. Gli incontri, poi, sono stati resi ancora più piacevoli dalla possibilità, da un lato, di assaggiare del gustoso cibo messo a disposizione da ognuno, dall'altro, di barattare degli oggetti portati da ciascuno, gesolidale e al tempo stesso assolutamente vertente...che dire? Spero di incontrare tutti voi in occasione dei prossimi eventi! Insomma, la "Banca del Tempo" si è rivelato un ottimo "investimento" in termini di crescita, relazioni umane, conoscenza e scambio di esperienze...il "guadagno"?! E' assicurato!

Un caro saluto,

Giusy



sto
di-

as-

Sommario

- Banca del Tempo...perché non approfondire la conoscenza? p. 1
- Esperienze... p. 2
- Saperi & Sapori, aprile 2014, p. 3-4
- Saperi & Sapori, maggio 2014, p. 5-6
- PACIADA, p. 7-8
- Salvarsi con la scrittura, p. 9-10
- Consiglio di lettura..., p. 11
- Rubrica "Buono a sapersi", a cura di Anna, p. 12
- Il cammino del cuore, p. 13
- Camminata al chiaro di luna sui laghi Olginate e Garlate, p. 14
- Aforisma, prossimi eventi, bacheca della redazione, p. 15



Esperienze

La nostra BdT è uscita da Inzago per una trasferta, anzi due. E' successo la sera del 17 e la mattina del 29 Marzo 2014 scorso quando rispettivamente da Trezzano Rosa e da Basiano ci hanno chiesto di andare a parlare di BdT. L'invito era rivolto a noi BdT di Inzago perché in quei comuni si stava parlando di cambiamenti, di nuovi modi di essere e di stare per una città diversa, per persone più solidali.

La nostra esperienza avrebbe dato un contributo all'idea di nuove forme di economia basata sulla relazione tra le persone, idea che ormai, ci siamo accorti, un po' ovunque sta maturando negli amministratori e nella gente comune sensibile e consapevole del deterioramento sociale che sta avanzando.



Nuovi modi di vivere la città, relazioni solidali più significative, condivisione di progetti: sono le opportunità che in questa nostra società potremmo mettere in atto per migliorare il clima sociale così che tutti ci potremo guadagnare.

Anna e io abbiamo raccontato cos'è la BdT, cosa significa esserci dentro. Lo abbiamo fatto parlando un po' della nostra esperienza e ancor prima delle motivazioni, delle idee che ci hanno spinto ad aderire a questa associazione; poi con l'ausilio di slide che avevamo preparato, abbiamo descritto l'associazione BdT, regalando a tutti quanti ciò che noi da 16 anni andiamo affermando. Noi siamo cresciuti in BdT tra belle esperienze e forse qualche errore, dovuto ai limiti umani, ma continuiamo a crederci e a lavorare per poter 'contaminare' più persone possibile. Per portare dei cambiamenti nei modi di stare insieme.

Non sappiamo se a Trezzano Rosa e a Basiano verrà aperta una BdT ma sappiamo che le idee di cui abbiamo parlato sono condivise, credibili e auspicabili anche per le persone, poche a dire il vero, che erano presenti e che in entrambi i luoghi ci hanno ringraziato per la bella serata che abbiamo loro offerto.



Chicca e Anna



Saperi & Saperi, aprile 2014 Una serata davvero speciale!



Venerdì 4 aprile 2014 ci siamo ritrovati presso la nostra sede BdT per un'indimenticabile serata di "Saperi & Saperi". L'ospite-socio Marco Brioschi, massaggiatore di fama internazionale, ci ha informato, illustrato e dimostrato cos'è, com'è, e il perché del massaggio per il benessere; il suo valore, la sua forza rigeneratrice che attinge alle nostre origini: attinge grazie alla nostra "memoria sensoriale" di quando eravamo ancora nel grembo materno cullati, scaldati, ovattati.

Stuzzicare il sistema nervoso autonomo, quello inconsapevole, che non dipende dal nostro controllo, questo è il compito del massaggio, liberatore di ormoni nel cervello che vengono lanciati nel corpo a beneficio dello star bene e dell'umore. Infatti

anche noi, al termine della serata, eravamo allegri e appagati, anche quelli non massaggiati.

Pino, un caso difficile da "trattare", è il primo che "quasi spontaneamente" si lascia massaggiare: Pino dal fisico atletico, palestrato, ma che fa fatica a "lasciarsi andare", si sottopone con entusiasmo al trattamento anche perché lo sguardo curioso dei soci presenti lo stimolava.

Emozione? Tensione? Cosa prova? Non lo dice; ma si vede che.....uhmmmm, bello, davvero, grazie! E' stato laborioso per Marco, ma è fatta. Gianna, tocca a lei adesso e, per non stare a ripetermi dico solo che alla fine del massaggio, saltando giù dal lettino come una gazzella, pronuncia questa frase: "Sto da Dio"!

Ma torniamo alle cose, ...ehmm, più serie.

Marco, mentre "manipola" ci parla del massaggio, della tecnica usata e ribadisce il concetto che, cosa molto importante, per fare o per ricevere un massaggio bisogna instaurare un sentimento di FIDUCIA (non è uno dei valori che noi viviamo in BdT?) in modo da sciogliere le RIGIDITA' che disturbano il benessere fisico (così come noi in BdT sappiamo che disturbano le relazioni tra le persone).

Marco si è messo in gioco questa sera, è stato bravissimo e siamo orgogliosi che nella nostra banca ci siano soci come lui.

E adesso ... sotto a chi tocca perché Marco è disponibile a fare i massaggi ai soci che lo desiderano. Stasera lo abbiamo testato: funziona davvero!



Abbiamo poi in allegria condiviso la cena (con i manicaretti preparati dai soci presenti) a cui è seguito il baratto. Subito dopo, spontaneamente ha preso vita un interessante, libero scambio di idee che, partendo dalla lettura di un articolo sull'esperienza del quartiere solidale di Via Fondazza a Bologna, si è arricchito del contributo di altre esperienze a cui tutti hanno partecipato attivamente e con interesse....

Soprattutto Sara, un'ospite amica di Giusy, che ci ha parlato di esperienze molto belle e produttive in questo campo.



(La Transizione è un movimento culturale impegnato nel traghettare la nostra società industrializzata dall'attuale modello economico profondamente basato su una vasta disponibilità di petrolio a basso costo e sulla logica di consumo delle risorse a un nuovo modello sostenibile non dipendente dal petrolio e caratterizzato da un alto livello di resilienza. Resilienza non è un termine molto conosciuto, esprime una caratteristica tipica dei sistemi naturali. La resilienza è la capacità di un certo sistema, di una certa specie, di una certa organizzazione di adattarsi ai cambiamenti, anche traumatici, che provengono dall'esterno senza degenerare, una sorta di flessibilità rispetto alle sollecitazioni)

Interessante il dibattito sulle positive ricadute sociali che tale solidarietà potrà avere, e ha già, nella comunità come diminuzione di furti, maggiore solidarietà e aumento degli stimoli al fare, sviluppando e utilizzando le proprie risorse e capacità personali. Serata interessante, istruttiva, coinvolgente....da ripetere. Un vero peccato per chi non c'è stato.

Chicca e Giulia



Saperi & Saperi MAGGIO 2014:

Facciamo le tagliatelle

E alla fine ce le siamo mangiate tutte, buone appena fatte e tutti abbiamo avuto la possibilità di portarne a casa un vassoietto che ciascuno avrà sicuramente condito in modo diverso.

Gianna in un ora di tempo nella serata di "Saperi e Saperi" ha mostrato come realizzare delle gustose tagliatelle all'uovo.

Sembrava di essere in un pastificio, farina, acqua NIENTE SALE "mi raccomando", uova fresche di fattoria e ...mani in pasta!

La curiosità aumentava mentre le mani di Gianna in un attimo hanno formato una palla morbida, soffice e elastica che, dopo 1 ora circa di riposo è finita tra i rulli delle due macchine (l'unico mezzo meccanico di cui Gianna si è servito) che in poco tempo hanno riempito dieci vassoi di tagliatelle.

Fare tagliatelle è semplice ma è un'arte! Gli ingredienti sono pochi e semplici ma con tanta voglia e passione si può portare in tavola un piatto genuino e gustoso da leccarsi i baffi! Un grazie di cuore a Gianna per il tempo che ci ha dedicato.

Anna e Chicca





...e ancora a proposito della serata di maggio

In ogni situazione l'uomo e la natura possono trarre beneficio, a volte le condizioni si creano da sole, a volte serve crearle. Così è stato per la serata di maggio, in prima battuta era per le tagliatelle preparate da Gianna con la collaborazione di Chicca e Anna, come preparare la pasta fatta in casa, da buon cibo, arte, etica e cultura, sono stati gli argomenti della serata. Quello che ha fatto presa e stato l'argomento introdotto da Gabriella sul personaggio che ha dato l'opportunità attraverso il lascito di avere un posto dove la sofferenza possa trovare sollievo.



Parlo della Fondazione Marchesi, (*oggi casa di riposo per anziani*

non autosufficienti, istituzione nata per disposizione testamentaria del soprano Luigi Marchesi morto nel 1829. n.d.r) non sapendo nulla di questo personaggio tutto è stato un sorpresa. Gabriella e Mario ci hanno anticipato alcune informazioni, le prospettive eccellenti, anche



l'esito sono convinta sarà altrettanto eccellente, viste le ricerche che degli studiosi appassionati si stanno prodigando per rimettere insieme il progetto prima di darlo al pubblico.

Ho notato anche l'interesse di chi, questo artista lo conosceva (solo parzialmente, visto che ci sono ancora opinioni diverse tra studiosi, o scoperte recenti tratte dagli archivi) Ma la cosa importante è stato l'incontro e lo scambio di saperi fra persone, in un luogo, certo non ancora adeguato (meritevole) per una BdT che si rispetti (In attesa, ci dobbiamo accontentare). Dal programma, ci saranno altri incontri, altre occasioni per ritrovarci, anche se alla serata eravamo in tanti, ho visto solo pochi visi nuovi, desidererei attraverso questo scritto invitare chi ha aderito alla BdT ad esserci.... Se lo stimolo dell'adesione c'è stato; significa che c'è disponibilità anche allo scambio (penso non ci sia stata nessuna spinta estranea). Allora troviamoci, scambiamo.



Vi voglio salutare con un mio pensiero: "se la natura avesse voluto, non faceva in modo che, per dare la vita ad un individuo servisse l'unione di due esseri, se così è, significa che non possiamo vivere da soli, ognuno di noi ha bisogno dell'altro per qualsiasi cosa gli occorra" Non rimaniamo soli e soprattutto non lasciamo soli gli altri, soli si muore dentro.

A presto.

LUISA





Passeggiata turistico gastronomica alla scoperta di luoghi e sapori. Camminando... gustando... tra le memorie del lavoro, i luoghi d'arte e l'ecosistema fluviale.

Superare i propri confini, almeno ogni tanto, penso sia uno degli obiettivi che bisognerebbe prefiggersi, anche nella vita quotidiana, magari vincendo qualche resistenza. Arrivare al limite di un'altra provincia, non è poi un'impresa più grande che solcare mari e oceani. Aggirarsi sempre e solo nei propri dintorni non dà il gusto della scoperta di vedersi soddisfatte esigenze di salutare divertimento e di nuove curiosità, anche poco lontano.

E' quanto si può ottenere partecipando alla PaciAda, evento organizzato, da un po' di anni, dalla comunità di Cassano d'Adda, un luogo che, come gli altri che lo circondano, porta la propria storia scritta nel paesaggio che, basta guardarlo mentre si visita, da poco insolito, diventa gradevolmente mutevole, e poi inaspettatamente grandioso, mostrando un interessante museo a cielo aperto.

Costa poco esserci, rispettare lo sforzo di quelle persone che, organizzando e accompagnando, offrono molto di più di quanto richiedono, gradire il piacere procurato dall'efficacia sia dello spettacolo naturale che di quello studiato e gestito con passione e competenza. L'effetto supera le aspettative, la qualità non sfigura davanti a quella di più sponsorizzati eventi.

Provate anche PaciAda, avventurosi marciatori, non ve ne pentirete, lo assicura una camminatrice poco avveza e non di parte.

Grazie, Banca del Tempo di Inzago, grazie, Anna!

Santina Marzo



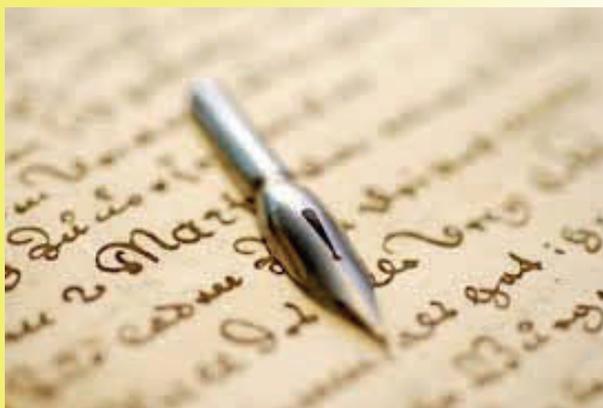
Noi c'eravamo.....



SALVARSI CON LA SCRITTURA

SABATO 24 MAGGIO, ORE 21 Castello Dragonara Camogli

Ho avuto l'onore di portare a Camogli, in collaborazione con La Banca del Tempo locale e L'Associazione l'Ochin la mia esperienza di "Salvarsi con la Scrittura", attraverso il commento e la lettura di brani tratti dalla mia Raccolta "Cartoline dall'Inferno" . Ricordi d'Infanzia. Hanno presenziato anche Anna, Luisa, Chicca, Natalina della nostra Banca del Tempo e Rosaria della Banca del Tempo di Buccinasco, questo a sottolineare lo spirito di scambio e di collaborazione che ci unisce. Un grazie particolare vanno a Lorenza, Celestina, Antonio, Claudio e le due Anne di Camogli.



Apro la serata commentando una frase di Alda Merini : " La bellezza non è che il di svelamento di una tenebra caduta e della LUCE che ne è venuta fuori.".....

Sì, perché abbiamo continuamente bisogno di nutrirci di bellezza, anche tra le cose più buie e più oscure la bellezza c'è sempre... Possiamo forse negare che esista il sole soltanto perché un giorno è nascosto dietro le nubi ? Ecco, da piccola, nonostante la misera condizione che ho vissuto di fame, maltrattamento e abuso mi sono sempre dissociata dal riconoscermi parte di quella triste situazione! Ho sempre messo carezze dove non c'erano, baci mai arrivati, lavavo, stiravo, cucinavo e cucivo al posto di mia madre e sapevo che non facevo parte della quella vita in degrado.... Sapevo che la vita era qualcos'altro, che andare a scuola erano un diritto ed un piacere, che imparare mi avrebbe riempito un vuoto.... Nonostante dovessi scappare da casa per andarci ed il mio patriigno mi stracciava i quaderni o li rovinano con macchie di vino.

Avevo un OTTIMISMO esagerato; forse quando si è bambini tutto sembra sempre bello e meraviglioso.....Si è convinti che niente e nessuno ci possano toccare... Il MIO DIRITTO A VIVERE era più forte del disagio, allora ho parlato: ho raccontato tutto alla mia insegnante di Lettere... Le ho detto cosa accadeva a casa.... Io me ne sono andata da casa ad undici anni ... Ho conosciuto la realtà dell'Orfanotrofio e della solitudine ed è qui che mi confronto con l'esperienza vissuta dallo scrittore Pino Roveredo, (il quale sarebbe dovuto essere presente all'evento) e proprio in questa serata abbiamo letto alcuni passaggi del suo libro "Capriole in Salita", e "Ballando con CECILIA", Bompiani Editore.

Il mio narrare , il mio raccontarmi è diventato POESIA, è lei che mi ha salvato e mi salva in continuazione la vita, trasforma il dolore, ricuce, lava, medica.....

La prima poesia l'ho scritta a quindici anni, mentre osservavo dietro la grande finestra della mia stanza, guardando una fontana che ora non c'è più..



AUTUNNO

C'è un sole pallido
questa mattina,
sui rami foglie
multicolore
l'autunno avanza,
l'estate muore!
Là nel giardino,
ora per ora
quella fontana
chiacchiera ancora.
Sopra la statua
di San Giuseppe
un piccolo passero
cinguetta piano,
pare che chieda ,
per cortesia,
ancora un poco
dell'allegria
che la dolce estate
aveva portato.
Laggiù nell'orto
un contadino,
raccoglie l'uva
per il buon vino.
Pochi ormai i fiori,
oh dolce Estate,
e tutto riposa e tutto tace.
Nel gran silenzio
dell'autunno che avanza,
io , alla finestra
di questa stanza,
lascio al gran caldo
un po' del mio cuore
e piango anch'io
con l'estate che muore..



Ornella Mereghetti Baccolo

Consigli di lettura: E le stelle non stanno a guardare

"Consiglio un libro che mi è piaciuto molto. Si chiama E LE STELLE NON STANNO A GUARDARE di Loredana Limone.

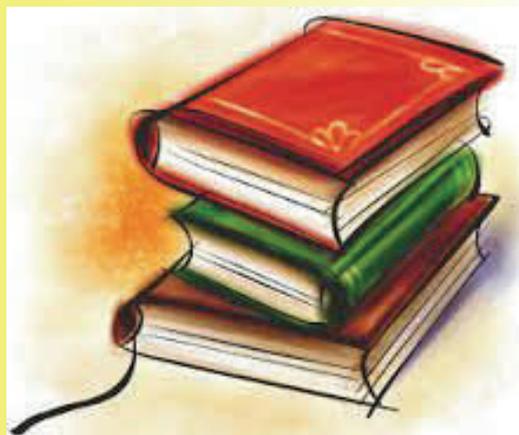
E' un libro piacevolissimo, leggero, quasi una fiaba che ti lascia un bellissimo ricordo e la voglia di leggere anche il libro che l'ha preceduto."

Anna O.

Le storie di Borgo Propizio

Tanti sono gli avvenimenti che scombussolano le giornate di Borgo Propizio e dei suoi numerosi abitanti, come la sempreverde zia Letizia, indaffarata a gestire la latteria insieme a Belinda, nipote acidina; le due sorelle Mariolina e Marietta, con il loro teatrino di litigi e riappacificazioni; l'amabile Ruggero, rozzo-che-piace; Dora, più pettegola che giornalista; il maresciallo capo Bartolomeo Saltalamacchia... Con a capo il sindaco Rondinella, il paese sfoggia una nuova zelante giunta, il cui assessore alla Cultura, il nevrotico professor Tranquillo Conforti, incarica Ornella di organizzare un evento per l'inaugurazione della biblioteca. Sì, perché il paese ora vuole la sua biblioteca civica. E dovrà essere un evento speciale, o meglio spaziale, addirittura un festival letterario, sotto le luccicanti e propizie stelle del borgo. Be', non sempre propizie.

Le chiacchiere ricominciano il giorno in cui giunge Antonia, una forestiera dai boccoli ramati, che porta un misterioso bagaglio interiore. Scappando da se stessa, è alla ricerca di un luogo dove curare l'anima, tanto da decidere che lì organizzerà la propria vendetta d'amore. Una vendetta contro chi? E perché? Quale che sia il motivo, è un piatto che andrà servito freddo. Ma Antonia non sa che Borgo Propizio ha il dono di cambiare la vita di coloro che varcano la sue mura merlate.....



**Buono a sapersi ...
a cura di Anna**



LA FRUTTA VA MANGIATA IN MODO CORRETTO!

Tutti pensiamo che mangiare frutta significhi comprarla, sbucciarla, affettarla e portarla alla bocca. Ma non è così semplice e banale. È importante sapere come e quando mangiarla. Qual è dunque il modo corretto di consumare la frutta? La prima regola è di non mangiarla mai a fine pasto, ma sempre a stomaco vuoto. Se voi imparerete a mangiare tanta frutta, e a farlo nel modo corretto, essa giocherà un ruolo basilare nella detossificazione del vostro sistema corporale, e metterà a vostra disposizione una enorme quantità di energia utile a farvi perdere eventuale sovrappeso e a condurre al meglio tutte le altre migliorie corporali.

IL PIÙ IMPORTANTE CIBO UMANO

Se mangi due fette di pane e poi una porzione di frutta, rovini un meccanismo perfetto. La porzione di frutta è pronta per andare direttamente nell'intestino tenue, nel duodeno, ma viene impedita di fare quel percorso e viene trattenuta nello stomaco da quelle fette di pane, per cui l'intero pasto, sia il pane che la frutta, si trasforma in un bolo acido carico di fermentazione, per cui tutto è da considerarsi compromesso e rovinato. Si deve assolutamente mangiare la frutta separatamente o comunque prima dei pasti e non alla fine.



LA GENTE SBAGLIA E POI DÀ PURE COLPA ALLA FRUTTA

Ovvio che poi si ascoltano lamentele in serie, tipo "Ogni volta che mangio l'anguria mi viene da ruttare", "Se mangio il durian il mio stomaco si gonfia", "Se consumo una banana mi viene da correre in bagno", e altre amenità del genere, che mai succederebbero se ci fossero da parte vostra migliori attenzioni. Occorre evitare che la frutta trovi sul suo cammino cibo indigerito e residui putrefattivi di pasti precedenti e di digestioni prolungate oltremisura, mandando se stessa e il resto in putrefazione, e creando gas e rigonfiamenti intestinali.



NON ESISTONO FRUTTI ACIDIFICANTI

Capelli bianchi, perdita di capelli, crisi di nervosismo, cerchi scuri sotto gli occhi, e altre cose del genere non succederebbero se imparassimo a consumare il nostro cibo elettivo nelle giuste modalità, cioè a stomaco libero. Non esiste al mondo alcun frutto capace di acidificare il corpo umano, tantomeno limoni e arance, che al contrario rappresentano quanto di meglio esiste per alcalinizzare il nostro sistema ed evitare il ricorso ai tamponi antiacidi, assai costosi in termini di enzimi e di energia interna

IL SEGRETO DELLA BELLEZZA E DELLA SALUTE

Secondo il maggiore studioso mondiale di alimentazione di tutti i tempi, che rimane senza dubbio il dr Herbert Shelton, se imparate il corretto modo di alimentarvi con la frutta, avrete automaticamente a vostra disposizione il segreto della bellezza, della longevità, della salute, dell'energia, della felicità e del peso-forma costante e senza sbalzi.

CONFEZIONI, BOTTIGLIE E LATTINE

Se vi sentite di bere un succo di frutta, non avvenga mai da lattine, da confezioni varie e da bottiglie di succhi pastorizzati, dal sapore simile o anche identico a quello dei frutti, ma totalmente privi dei nutrienti originari, visto che il calore fa una autentica strage di vitamine e micronutrienti, e che eventuali aggiunte di vitamine sintetiche rendono ancor più velenoso il tutto. In ogni caso consumare il frutto come sta è la migliore soluzione, visto che anche nella centrifugazione si perdono delle qualità, soprattutto se non si provvede al consumo immediato. In ogni caso il succo spremuto o centrifugato va bevuto lentamente e a piccoli sorsi, puntando a una muscolazione con la saliva. Masticare il succo più che inghiottirlo.





Banca del Tempo
Inzago



Comune di
Inzago



Fondazione Marchesi
di Inzago

IL CAMMINO DEL CUORE



**Gruppo di cammino
a cura della Banca del Tempo di Inzago**

orario estivo da Giugno/Agosto
martedì alle ore 8.00
giovedì alle ore 17:00

orario invernale da Settembre/Maggio
martedì alle ore 9.00
giovedì alle ore 15:00

il secondo martedì del mese misurazione pressione a cura della Fondazione Marchesi

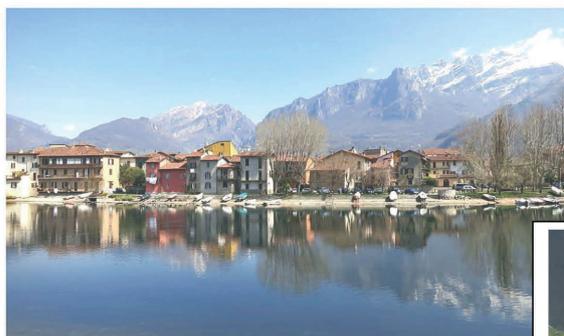
*con partenza dall'ingresso della
Fondazione Marchesi – Via Balconi - Inzago
la partecipazione è gratuita e aperta a tutti*

per info:
e.mail: tempo.idea@libero.it – cell. 347 6477 357
sito: www.bancadelttempoinzago.it

www.fondazionemarchesi.it



LA Banca del Tempo di INZAGO
Propone:
'Camminata al chiaro di luna'
sui laghi di Olginate e Garlate



Venerdì 13 Giugno 2014
Notte di luna piena



Programma

Ore 21:00 – ritrovo e partenza dalla Piazza Maggiore di Inzago con auto proprie

Ore 22:00 – arrivo al Monastero del Lavello (Calolziocorte- Lecco) e inizio camminata

* Il percorso è molto suggestivo e misura 18 km. Si farà in 5 ore circa comprese le eventuali soste con ritorno al Monastero del Lavello per le ore 03:00 del 14 Giugno



Attrezzatura consigliata:

- scarpe da camminata
- pila frontale o portatile
- giubbotto riflettente
- acqua/ thermos con bevanda calda
- spuntino energetico

Contatti:

BdT Inzago: 347 6477 357
Email: tempo.idea@libero.it
www.bancadeltempoinzago.it

In caso di maltempo la camminata sarà rinviata alla sera successiva (sabato 14 Giugno 2014).
Si declina ogni responsabilità per incidenti e/o infortuni che dovessero verificarsi durante l'evento.
Il percorso è visualizzabile all'indirizzo: www.bellitaliainbici.it/laghi_olginate_garlate.htm
L'iniziativa è gratuita e aperta a tutti.

Prossimi eventi



COLLABORAZIONE DEI SOCI ALLA STESURA DEL GIORNALINO

Gli articoli pubblicati su 'Tempoideanews' oltre ad articoli redazionali, pubblica anche scritti che ci pervengono dai nostri soci che esprimono in modo libero e autonomo il loro pensiero rispetto alle esperienze vissute nella nostra BdT.

Il valore di questi scritti sta nel senso di appartenenza del socio alla vita dell'associazione e alle esperienze in essa vissute.

Invitiamo come sempre i soci a scrivere di queste loro conoscenze ed esperienze per rendere sempre più viva e partecipata l'attività della nostra BdT



Saremo presenti con quattro eventi



**maggiori dettagli sul ns.sito:
www.bancadeltempoinzago.it**

AFORISMI/FRASI CELEBRI

Essere felici non significa che tutto è perfetto. Vuol dire che hai deciso di guardare oltre le imperfezioni



Hanno collaborato a questo numero i soci:

Anna Finelli
Anna Olivari
Chicca Cremonesi
Giusy Loddo
Luisa Cereda
Ornella Mereghetti Baccolo
Santina Marzo



Impaginazione e redazione:
Silvia Giugno
Stefano Monari

[Per informazioni sulla Banca del Tempo ci trovi tutti i mercoledì dalle 21 alle 22.30 in via Besana, 11/a](#)

[Cell. 347 6477357](tel:3476477357) — [email: tempo.idea@libero.it](mailto:tempo.idea@libero.it)

[facebook: banca del tempo inzaghesi](#)

www.bancadeltempoinzago.it