

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



Tempoideanews

Num III
Aprile 2012

Sommario

- Anche la nostra BdT ha celebrato la VI Giornata mondiale della Lentezza, p. 1
- Il cammino di Marcel-la, p. 2
- Tema: E' arrivata la primavera, p. 3
- Benvenuto Thomas!, p. 4
- Le novità vaccine di ATUTTOGAS, p. 5
- Rubrica "Questione di buone maniere", p. 6
- Auguri di primavera, p. 7

Anche la nostra BdT ha celebrato la VI Giornata Mondiale della Lentezza



Lo scorso **26 Marzo** anche noi abbiamo aderito alla VI Giornata Mondiale della Lentezza.

"**Vivere con lentezza**" è un movimento nato nel 2006 da un'idea di Bruno Cortigiani che, osservando questo mondo correre sempre più, ha pensato che per rilassarsi e riappropriarci del nostro tempo non è necessario fare cose pazze o impossibili, basta rallentare un po', partendo dai piccoli gesti quotidiani, magari proprio dal lunedì: giorno in cui si celebra ogni anno la **Giornata dalla Lentezza**. Perché il lunedì? Perché è il giorno più antipatico della settimana, quello in cui tutti siamo sulla linea di partenza, in attesa che la bandierina si abbassi per incitarci a correre...ammesso che nel fine settimana qualcuno sia riuscito a rallentare!

Così, lunedì 26 marzo alcuni di noi, in collaborazione con la Fondazione Ospedale Marchesi, la Biblioteca Civica e con il Patrocinio del Comune, hanno provato a rallentare. Prova, direi, superata alla grande, a cominciare dal mattino, quando - **L E N T A M E N T E** - abbiamo assaporato gli esercizi della socia Loredana Fazzi che ci hanno riattivato l'energia.

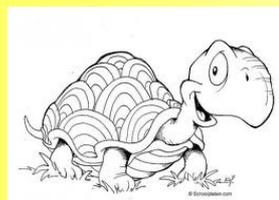
Dopo una rilassante e gustosa pausa pranzo, ci siamo ritrovati al Centro Diurno dove, con i Nonni inzaghesei, siamo state felici di ascoltare Giuseppe Sala, della compagnia dei Batacc d'Insac, che intonava canzoni in dialetto milanese.

Il pomeriggio lento, ma ricco, ci ha viste in Biblioteca ammaliate dal libro di Margaret Mazzantini "Zorro" letto per noi da Paolo Zambon, una lettura veramente straordinaria e commovente.

La nostra giornata si è conclusa con gioia, armonia e pace, grazie alle bellissime danze della socia Regina Riva.

Nel darvi appuntamento al VII lunedì mondiale della lentezza ringrazio di cuore le persone che hanno voluto condividere con me questa rilassante e bellissima giornata e ricordate: chi va piano, va sano e va lontano!

Anna Finelli



Il cammino di Marcella



Una serata in cammino con Marcella: la storia toccante di una mamma forte, determinata, generosa,

Venerdì 2 marzo 2012, Annamaria Rastello racconta documentando il viaggio a piedi condiviso per una buona parte con l'amica Enrica Cremonesi (socia della BdT di Inzago).

L'idea di questo cammino nasce nella notte tra il 12 e il 13 aprile 1997, quando, a seguito di un incidente stradale, la figlia di Annamaria—Marcella— di 8 anni, fu sbalzata dall'auto sulla quale viaggiava cadendo dal viadotto Piani, lungo l'autostrada A26. Marcella volò dall'auto per circa 28 metri e primi soccorritori, anche a causa dell'oscurità, non la trovarono immediatamente. In quei terribili attimi la madre promise che, se sua figlia fosse stata ritrovata viva, sarebbe andata a piedi a Lourdes.

Nel momento in cui formulava la promessa un medico trovò la bambina e iniziò a sottoporla immediatamente alle prime cure limitando i danni di quella disabilità fisica che, purtroppo, l'accompagnerà per tutta la vita. Inizia così il cammino dell'accettazione di questa nuova condizione sia da parte della bambina sia da parte dei suoi familiari.

Annamaria, a distanza di anni, decide di intraprendere finalmente quel cammino, che inizia l'8 marzo 2011 da Sarzana(Ge) e termina a Lourdes il 4 maggio 2011, dopo aver percorso circa 1300 km, rigorosamente a piedi e con lo zaino in spalla.

Prima della partenza sono stati organizzati eventi pubblici in città italiane e francesi per presentare il progetto e coinvolgere così il maggior numero di associazioni, enti e persone.

E' stato così che Anna ha conosciuto "la nostra" Enrica che, anche se costretta ad abbandonare il percorso a metà strada a causa di forti dolori alle gambe, non si è data per vinta e ha voluto dare a tutti un messaggio importante: accettare la disabilità di ciascuno senza barriere mentali, psicologiche, fisiche e architettoniche significa evitare al portatore di disabilità una più grave condizione di handicap.

Marcella ora ha 22 anni e vive su di una sedia a rotelle a causa di una tetraparesi spastica causata dall'incidente ma, non si è mai data per vinta, infatti si sta preparando con successo alla laurea ormai prossima.

Ringrazio di cuore Anna, Enrica e Riccardo (organizzatore, socia "co-protagonista" e fotografo ormai da tempo esperto di percorsi), perchè mi hanno dato la possibilità di conoscere questa bellissima storia che mi lasciato un ricordo bellissimo. . . posso dire che è stata una serata indimenticabile.

Rosanella Sali



Tema: L'arrivata la primavera.



Svolgimento.

Finalmente dopo il lungo inverno è arrivata la primavera! Gli uccellini salutano il sole cinguettando sugli alberi in fiore, su cui ronzano le api. Le rondini volano nel cielo azzurro. Ogni tanto qualche nuvoletta ci regala qualche goccia di pioggia; la maestra ci ha letto una bella poesia "Che dice la pioggerellina di marzo?" dalla quale abbiamo imparato nuove parole: tegosi, bruscolli, uggiosa. Oggi ho portato un mazzo di fiori di campo alla mia mamma che ha spalancato le finestre per fare le grandi pulizie. . .

E così via. Questo lo si scriveva con penna e inchiostro alle scuole elementari, per me negli anni '50, quando la primavera era una vera stagione, precisa, riconoscibile.

E oggi? Provo a svolgere lo stesso tema. Usando il PC, siamo moderni. Quanto segue, essendo stato scritto a metà aprile, potrebbe non valere più quando lo leggerete. Ma ne dubito, almeno per talune situazioni.

Dovrebbe essere arrivata la primavera. O almeno così dice il calendario. Guardo fuori dalla finestra: piove, piove e negli intervalli piove. Tutto ciò fa bene alla campagna dicono. Un po' meno alle montagne, che tendono a scivolare a valle, e al nostro umore ed ai reumatismi, per chi se li può permettere, dati i costi delle cure mediche. E fa anche freddo, il che non aiuta.

Rondini non se ne trovano in giro, le api chi le ha viste?

Fioriscono le tasse. Su tutto, benzina, casa. Più che mazzi di fiori, mazzette di soldi. I partiti fanno finta di fare pulizia in casa loro, ma in realtà cercano di nascondere la spazzatura sotto ricchi tappeti comprati coi soldi nostri. Si spalancano voragini di debiti nei conti pubblici.

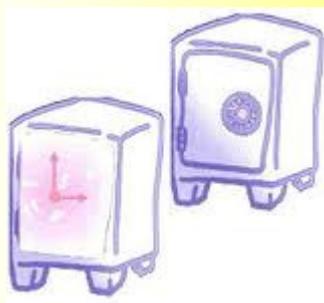
Abbiamo imparato parole nuove, che negli anni '50 erano sconosciute: esodati, accise, dossieraggio. Abbiamo anche un'infarinatura di inglese: internet, web, escort, spread.

Smetto se no mi /vi intristisco più di quanto già lo siamo.

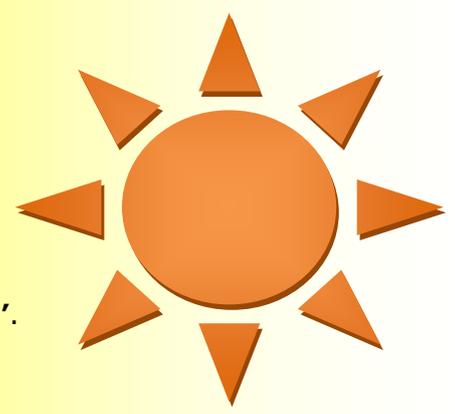
E' proprio vero, come si sente dire in giro, non ci sono più le stagioni di una volta.

PS. Piove ancora. Se mi/vi può consolare, ricordo che Bertoldo era triste quando c'era il sole, perché poi sarebbe arrivata la pioggia e felice quando pioveva, perché prima o poi sarebbe uscito il sole. **Sperem in ben, come si dice dalle nostre parti.**

Mario Verga



Benvenuto Thomas!



Incontri amici che per strada ti salutano chiamandoti **'nonna bis'**.

Chissà a quante persone è già accaduto!

Eppure, questa frase per me non è scontata perché mi ha emozionato come quando mi sono sentita chiamare NONNA per la prima nipotina Irene.

Infatti, il cuore e le braccia si allargano per accogliere un 'piccolo uomo' oggi fragile, delicato, meraviglioso ma che racchiude in sé la vita e le potenzialità della PERSONA che diventerà.

Sogno che Thomas sia forte, onesto ed equilibrato e che possa incontrare, come è successo a me, tante belle PERSONE che camminando al suo fianco lo aiutino a gustare la vita.

A proposito di 'BELLE persone', ricordo con entusiasmo, poco più di due anni fa, i diversi soci della Banca del Tempo che mi hanno aiutato nella preparazione della festa in occasione del Battesimo di Irene.

C'è stato chi mi ha aiutato nell'addobbo floreale con fiori di campo disposti con fantasia e gusto sui tavoli nel giardino. Hanno dato un tocco elegante e 'caldo' a tutto il contesto. Altri hanno preparato squisiti salatini, cremine per tramezzini, torte salate e altri stuzzichini: cibi veramente squisiti!!!!

Ma la cosa che ricordo maggiormente è stata la disponibilità e l'entusiasmo con il quale i soci della BdT hanno risposto alla mia richiesta di aiuto nella preparazione e vi assicuro che il tutto ha ottenuto un ottimo risultato!!

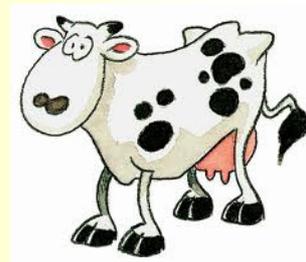
Sono state ore ricevute con gratitudine e pagate con gioia.
Gianna – una nonna molto felice



***Ed ecco sul tronco
si rompono le gemme:
un verde più nuovo dell'erba
che il cuore riposa.***

Salvatore Quasimodo





Le novità vaccine di ATUTTOGAS

Dal produttore di formaggi biologici, Tomasoni

Per la gioia di tutti i vegetariani, è terminata la sperimentazione che vi avevamo annunciato nella lettera di inizio anno relativa all'introduzione del caglio vegetale. Già dai primi di marzo vi stiamo consegnando crescenza, robiola, mozzarella e tutti i tipi di caciotta senza caglio animale. Il caglio animale non è più utilizzato nella produzione di questi formaggi essendo stato definitivamente sostituito dalla chimosina, un caglio di origine microbica.

La **chimosina** è una sostanza ottenuta per fermentazione di un substrato vegetale, è certificata OGM FREE ed è approvata dall'associazione dei vegetariani. Da settembre sarà disponibile anche il fontal senza caglio animale.

Sono già disponibili anche i nuovi vasetti in vetro per lo yogurt da 150 gr. Oltre alla nuova confezione, abbiamo modificato la ricetta dello yogurt aumentando il numero dei fermenti lattici vivi in modo da avere un prodotto più denso e cremoso, visto che molti ci segnalavano che era troppo liquido e quindi poco appetibile. Per dargli maggiore consistenza abbiamo scelto di escludere l'aggiunta di addensanti naturali (ammessi nel bio) o di crema di latte (panna) per mantenere più leggero il prodotto. L'ingrediente quindi rimane uno solo: il latte intero con l'aggiunta dei fermenti lattici. Il risultato secondo noi è un prodotto più denso del precedente, chi non l'ha ancora provato se ne accorgerà.

E' già disponibile un nuovo formaggio bio che rivendiamo e che è prodotto dalla ditta Arrigoni. Si tratta del **Roccolo "divino"** che è il fratello minore del roccolo classico che già conoscete. Questo formaggio è uguale per forma e dimensioni al roccolo classico ma ha una particolarità che lo rende unico nel suo genere: viene affinato in vinacce di vino raboso passito e stagionato 6 mesi. Il risultato è un formaggio a pasta molle che acquista un colore violaceo sulla crosta e sapori intensi e fruttati al suo interno.

Buon appetito!!!

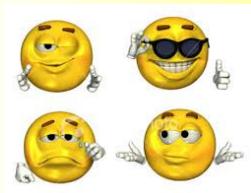


Prossimi eventi

- 23 Aprile 2012 ore 21 presso la Biblioteca Comunale di Inzago la scrittrice Elena Mariani presenta il suo libro "Il Mondo di Orfeo"
- 26 aprile 2012 ore 19 a Palazzo Reale visita guidata del "Tiziano" con la BdT di Buccinasco
- 7 maggio 2012 ore 21 Biblioteca Comunale Inzago la scrittrice Valeria Palumbo presenta il suo libro "Veronica Franco cortigiana e poetessa"
- 14 maggio 2012 ore 21 presso la Biblioteca Comunale di Inzago la scrittrice Maria Emanuele presenta il suo libro "Sconfitta di una malattia irreversibile"
- Visita guidata a Palazzo Marino (data da stabilire)



6 Questione di buone maniere...di Giulia:



La "Buona Educazione in rete" o "Netiquette"(parte seconda)

Come già anticipatovi nello scorso numero, eccovi una breve lista degli emoticons e degli acronimi più usati con il loro significato.

Emoticon

:-)	Faccina sorridente; indica umorismo o sarcasmo
:(Faccina triste; indica tristezza, delusione, rabbia
;-)	Faccina sorridente che fa l'occhiolino; spesso indica sarcasmo
:-/	Indica che non si è perfettamente d'accordo su qualcosa
:-D	Risata
:-o	Esclamazione (ooooh!)
8-O	Oddio!!
O:-)	Senza colpe; scusa
:'-(Molto triste



Acronimi

10x o **10q** omofono del termine inglese *thanks* (10=ten, x=Ks -- grazie) o *thank you* (q=Kyou)

2 omofono del termine inglese *too* (*anche, pure, troppo*)

4 omofono della proposiz. inglese *for* (*per*) - es. *4ever* = per sempre

B4 contrazione del termine inglese *before* (*bi-four*) = *prima*

4u (*for you*) = per te *4life* (*for life*) = per la vita

ASAP acronimo di *As Soon As Possible* = *il più presto possibile*

BB o **CC** acronimo di *Bye Bye* (*arrivederci*) o *Ciao Ciao*

CUL omofono di *see you later* = *ci vediamo dopo* **CU** = *see you* = *ci vediamo*

GL acronimo di *Good Luck* = *Buona Fortuna*

ILY acronimo di *I Love You* = *Ti amo*

JAM acronimo di *Just A Minute* = *Solo un minuto*

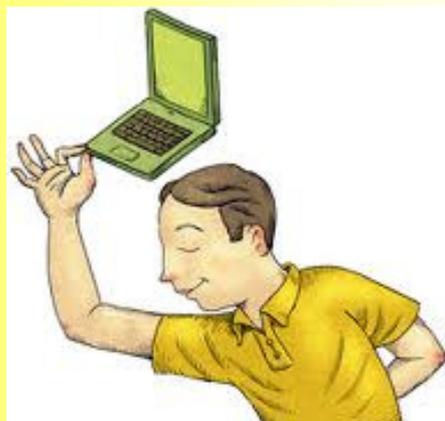
KIT acronimo di *Keep In Touch* = *Restiamo in contatto*

MSG *message* = *messaggio*

N2MU acronimo di *Nice To Meet You* = *Piacere di conoscerti*

RUOK contrazione di *Are You OK* = *Stai bene?*

W8 omofono del termine inglese *wait* = *aspetta*



Auguri di Primavera della BdT

Primavera è rinascita: buona primavera per rinascere avendo più tempo per sé e per gli altri.

Primavera è madre, generatrice di nuova vita: auguri alle mamme e ai papà, alle nuove vite, che costruiscano un mondo pieno di fiori colorati e frutti sani da godere!

Giulia e l'albicocco

L'albicocco sta già perdendo i suoi bellissimi fiori, tra poco sarà solo foglie, poi, arriveranno i frutti.

L'albicocco è come te, Giulia
da piccola eri solo fiore,
poi li hai lasciati cadere
per diventare foglia.

Ed io, come madre, continuavo ad avere nostalgia dei tuoi fiori: mi abbagliavano !

Stai diventando frutto, Giulia,
qualcuno ti coglierà, qualcuno
ti getterà lontano.

Ma io, come madre, continuerò a sentire
il tuo dolce profumo, continuerò a pensare
ai fiori, alle foglie, ai frutti.

Sino a quando, come me
sarai solo legna da ardere!

Ornella Mereghetti Baccolo



AFORISMI/FRASI CELEBRI

"Non importa, se stai procedendo molto lentamente;

ciò che importa è che tu non ti sia fermato"

Confucio



Hanno collaborato a questo numero i soci:
Giulia Brambullo
Anna Finelli
Ornella Mereghetti Baccolo
Rosanella Sali
Mario Verga

Impaginazione e redazione:
Silvia Giugno

[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 inzaghesse](#)

