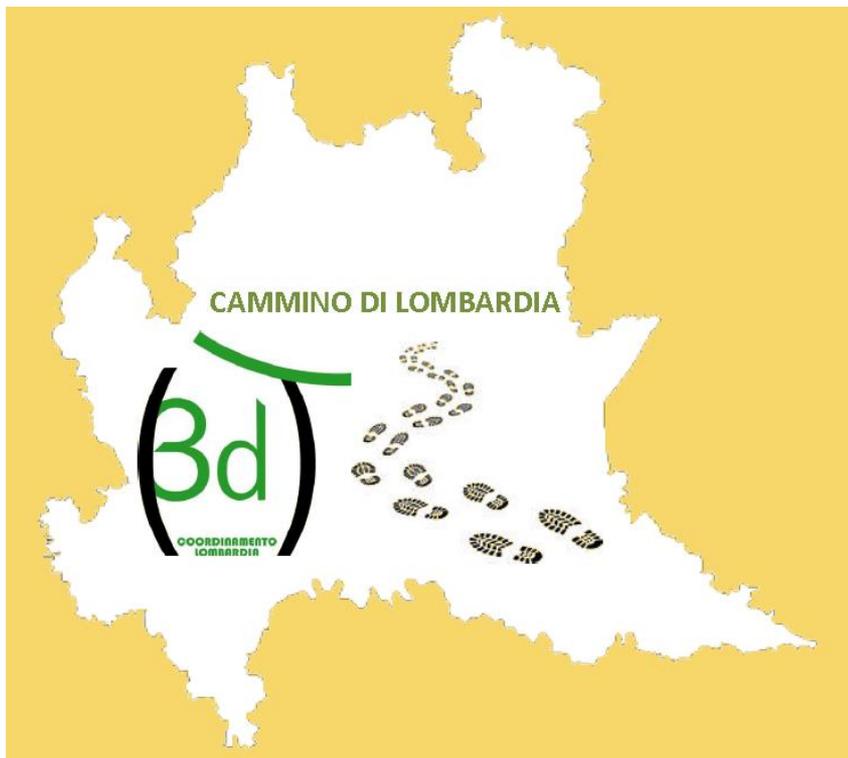


# Una rete per condividere e contaminare



La Banca del Tempo di Inzago compie

**18 ANNI**

La festa a Inzago  
**22 ottobre 2016**  
Villa FACHERIS  
Centro de André

a partire dalle ore 15.00

**Ingresso libero**  
Tutta la cittadinanza è invitata

Presso gli spazi della BCC di Villa Facheris

A partire dalle ore 15:00 i soci della BdT si riuniranno:

- ⇒ Spazio bambini: giocando si impara (ore 15:00-16:00)
- ⇒ Bricolage (ore 16:00-17:00)
- ⇒ A scuola di tagliare il (ore 15:00-16:00)
- ⇒ Teatro e musica: Inno a tutti ma non a nessuno (ore 16:00-17:00)
- ⇒ arrivo del cammino delle BdTL, incontro con la Bicuzza di, associazione e cittadini. Intervento di ANNA RASTELLI: scrittrice che cammina e racconta i suoi cammini per cambiare la società a piccoli passi.

Col patrocinio del Comune di Inzago

Città metropolitana di Milano

Il suo indirizzo è presente nella Guida Municipale

Presso il centro de André

IL RUOLO DELLE BdT NEL CONTESTO SOCIALE

**ORE 18.00**

- ⇒ Saluto del presidente della BdT di Inzago
- ⇒ Video: che cosa è la BdT?
- ⇒ Jingles e parole in "cammino": i nostri 18 anni.
- "L'alzate vien denarante": una esperienza program di vita nel comune di Carnate. Rel. Dott. Maurizio Riva del comitato direttivo della BdT di Carnate.
- "Una rete per condividere e contaminare". Rel. Flavio Passerini presidente del coordinamento delle BdT lombarde.
- ⇒ La parola agli am ministri
- ⇒ Conclusione del presidente

***“Un cammino per soddisfare le  
necessità delle comunità locali.  
Reciprocità e sussidiarietà per i  
nostri bisogni”.***







# riccardo carnovalini anna rastello

PASPARTU

A piedi senza meta nell'Italia che si fida



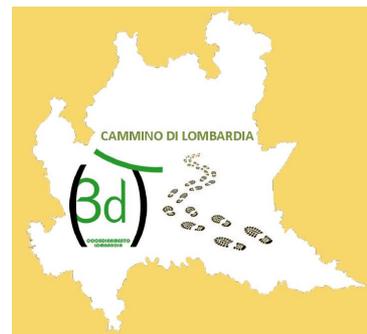
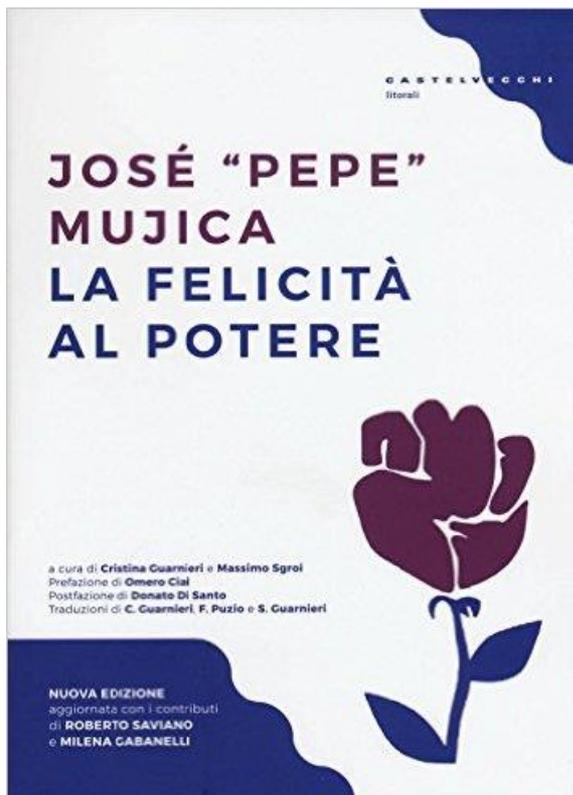
14-22 ottobre 2016

Cammino di Lombardia delle Banche del  
Tempo – Flavio Passerini

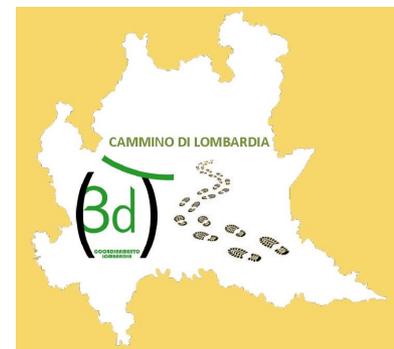


## Per una vita di qualità bisogna avere:

- *“Tempo per adorare e onorare le quattro o cinque cose fondamentali dell’esistenza dell’uomo, creatura soggettiva bisognosa di sentimenti: tempo per l’amore, tempo per le relazioni con gli altri, tempo per il gruppo di amici... cose piccole per il mondo, ma grandi per l’uomo. Tempo per una passione folle, tempo per l’hobby personale che emoziona ciascuno di noi e ci spinge verso qualcosa che ci gratifica, chi in una forma, chi in un’altra. Tutto questo è molto semplice, terribilmente semplice e, proprio per questo, altrettanto terribilmente dimenticato.*
- *È molto più facile cambiare la realtà materiale che quella culturale. C’è una lunga battaglia da condurre nel campo delle idee e in quello dei valori. E non sono sufficienti, per affrontarla, le parole. Bisogna sollevare la bandiera dell’impegno reale e perentorio, tagliente e incisivo.*
- *Io non credo nell’avventura individuale, se non si ha la pazienza della costruzione collettiva.”*



# Partiamo dalla realtà materiale,



# Ma con uno sguardo verso il cambiamento culturale profondo



# Chi siamo

## BERGAMO E PROVINCIA

- BERGAMO CENTRO
- LONGUELO
- SCAMBIATEMPOREDONA
- ARCENE
- BAGNATICA
- CASAZZA
- COLOGNO AL SERIO
- PEDRENGO
- PONTE S. PIETRO
- STEZZANO
- TORRE BOLDONE
- VALGANDINO
- VILLA D'ADDA
- ZANICA

## BRESCIA E PROVINCIA

- VILLAGGIO PREALPINO (Brescia città)
- BEDIZZOLE
- GHEDI
- PALAZZOLO S/OGLIO

## COMO E PROVINCIA

- COMO

## CREMONA E PROVINCIA

- CREMONA

## LECCO E PROVINCIA

- OLGiate MOLGORA
- VALMADRERA

## LODI E PROVINCIA

- LODI

## MILANO E PROVINCIA

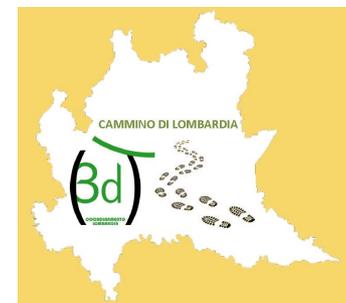
- MILANO COMIN
- MILANO CENTRO STORICO
- INZAGO
- ROZZANO
- CERNUSCO S/N
- TREZZO SULL'ADDA

## MONZA BRIANZA

- CARNATE
- LESMO, CORREZZANA E CAMPARADA
- MACHERIO
- RONCELLO

## PAVIA E PROVINCIA

- PAVIA



# Cremona



14-22 ottobre 2016

Cammino di Lombardia delle Banche del  
Tempo – Flavio Passerini

# Ghedi (Bs)



Moka

Banca del Tempo Ghedi



CITTA' DI GHEDI

Assessorati alle Pari Opportunità - alla PI e ai Servizi Sociali

**La scuola chiude? APRE LA BANCA DEL TEMPO!**

**Vacanze ESTIVE 2016**

Il Comune di Ghedi e l'associazione "MOKA - Banca del Tempo Ghedi", in collaborazione con l'Istituto Comprensivo di Ghedi, ripropongono un'iniziativa che permette al tuo bambino di trascorrere i giorni di vacanza insieme ai suoi coetanei in un ambiente allegro e costruttivo.

*Si prefiggono in tal modo di riuscire a dar vita ad una gestione dei tempi quotidiani più vicina alla dimensione umana del vivere, attenta alla cura di sé e dell'altro, per ritrovare lo spirito di una comunità solidale ed aperta, radicata nel territorio*

L'iscrizione è rivolta a tutti gli alunni della scuola dell'infanzia, primaria e secondaria di primo grado.

*A tutti è rivolto l'invito a prestare la propria disponibilità a collaborare, ciascuno in base alle proprie disponibilità e possibilità, in un clima di vicendevole scambio.*

La BANCA DEL TEMPO aprirà le sue porte  
**dal 22 agosto al 02 settembre per la Scuola dell'Infanzia**  
**e da 22 agosto al 09 settembre per la scuola primaria e secondaria di primo grado**  
nella sede del C.A.G. in Via Dante

Per la partecipazione ai costi, è richiesta è un contributo di € 1,00 l'ora

*(su richiesta, possibilità di tempo anticipato dalle ore 7,30 e di posticipo fino alle 16,30)*

I moduli di Iscrizioni sono disponibili sul sito del Comune e sul profilo Facebook della Banca del Tempo MOKA

**LE ISCRIZIONI SI ACCETTANO**

**Fino al 30 giugno 2016** presso la sede della Biblioteca Comunale (Via Filzi, 10 - Ghedi) nell'apposita cassetta oppure via mail [banca deltempomoka@yahoo.it](mailto:banca deltempomoka@yahoo.it)

Per info BdT Moka tel. 340 8642097

**Il servizio verrà attivato con un numero minimo di 10 iscritti per ordine scolastico.**

# Bergamo



OFFICINA DEL TEMPO

COORDINAMENTO DELLE BANCHE DEL TEMPO DI BERGAMO E PROVINCIA





# Valmadrera (Lc)



**A.A.A. CERCASI  
ACCOMPAGNATORI**



**PIEDIBUS**

Il periodo per iscriversi ai piedi bus è terminato. Al momento sono giunte al Comune di Valmadrera le seguenti iscrizioni:

**ALUNNI ISCRITTI**

Linea Verde (19), Linea Rossa (17), Linea Azzurra (19)

**MANCANO GLI ACCOMPAGNATORI!**

Parteggio per quanto riguarda le iscrizioni degli "accompagnatori": i dati sono meno positivi. Al momento l'unica linea che potrebbe essere attivata è quella Azzurra.

Per l'attivazione della Linea Verde e della Linea Rossa è necessario trovare almeno altri 2/3 volontari per ciascuna linea. E' intenzione infatti di far partire insieme TUTTO il piedibus.

Invitiamo quindi a presentare la propria disponibilità a fare da accompagnatori del servizio, anche per pochi "viaggi", così da poterlo attivare. E' davvero importante per i vostri bambini e anche per voi!

### OFFRI TEMPO e AVRAI SERVIZI

Fare il volontariato del piedibus ti può permettere di entrare nel "circuitino" di Banca del Tempo (BdT) dove il tuo tempo vale ore di servizi per te da parte di altri volontari. Coloro che donano tempo per il piedibus, una volta in rete con l'associazione, potranno scambiare tempo e saperi con gli altri componenti della associazione. I servizi disponibili, a titolo di esempio possono essere:

#### **ACCOMPAGNAMENTO ASSISTENZA SPORADICA:**

accompagnamento bambini per attività varie; accompagnamento anziani; accompagnamento presso ambulatori medici o ospedali; accompagnamento in aeroporto; ritiro esami; assistenza sporadica ad anziani e bambini.

#### **AUTO PER QUESTIONI DOMESTICHE**

aiuto per trasloco; bricolage; piccole riparazioni (elettricista); piccole commissioni;



# Como

## **CORSO DI FOTOGRAFIA CON SMARTPHONE**

**sabato 9 luglio alle 14.30,  
presso la parrocchia di  
Sant'Orsola**

è gentilmente richiesta  
una conferma di  
partecipazione  
: [bancadeltempodicomo@  
gmail.com](mailto:bancadeltempodicomo@gmail.com)

**PROGRAMMA DEL CORSO**  
Lo smartphone e le  
fotocamere

La composizione: regola  
dei terzi L'uso dello zoom  
L'importanza della luce  
L'uso del flash

Il selfy

Fotografare con il tablet  
La condivisione della foto  
su facebook

L'uso degli  
#bancadeltempocomo



# Carnate (Mb)



## DATI DI RIEPILOGO DEL PROGETTO

### 1) OBIETTIVI DEL PROGETTO

Il nuovo Centro, gestito dalla Caritas con la collaborazione dell'Associazione Banca del Tempo di Carnate, vuole dare una risposta di tipo innovativo e moderno alle esigenze di supporto alimentare e non, dato alle fasce sociali più bisognose, che già da tempo trovano nella Caritas locale il loro interlocutore per questo tipo di esigenze.

Il contesto progettuale è quello del "quartiere Stazione" di Carnate; contesto a forte carattere multiculturale dato il numero di famiglie straniere stabilmente insediate nella zona. Le nazionalità prevalenti sono quella ucraina, marocchina, rumena e indiana. Molte famiglie straniere sono già seguite dalla Caritas locale.

### 2) STRATEGIA

Dopo la descrizione dei modelli di ispirazione del progetto, l'intervento troverà attuazione negli spazi di seguito descritti, di proprietà della Parrocchia Ss. Cornelio e Cipriano di Carnate. Tale scelta strategica è sembrata più che opportuna perché la porzione di edificio, oggetto di ristrutturazione, che ospiterà l'Emporio della Solidarietà, si trova al "centro" di un complesso edilizio/urbanistico più ampio, in fase di approvazione comunale. Tale complesso ospiterà:

- un Centro Diurno per Anziani autosufficienti, con n. 20 alloggi protetti
- un centro medico polispedialistico convenzionato
- alloggi e residenze private
- negozi e magazzini

Il tutto all'interno di una piazza pedonale ad uso pubblico, sulla quale si affaccerà anche l'Emporio stesso.

### 3) TEMPI E IMPATTO SULLA POPOLAZIONE LOCALE

La realizzazione dell'Emporio prevede i seguenti tempi:

- mesi 2 per il ritiro del Permesso di Costruire comunale, già presentato
- mesi 6 per i lavori di ristrutturazione
- mesi 2 per l'arredo del centro e la messa a punto del sistema gestionale

Totale mesi 10 per la messa in funzione dell'Emporio

Dato il tipo di iniziativa, la sua collocazione e accessibilità, Caritas prevede un impatto sulla popolazione tale da moltiplicare il numero di utenti che già usufruiscono dei servizi.

Attualmente la Caritas locale da ascolto alle esigenze di circa 70 famiglie. Si prevede che tale numero possa triplicare a centro in funzione.

Attraverso il nuovo meccanismo di distribuzione dei beni e prodotti, sarà possibile monitorare periodicamente l'affluenza al centro, la quantità di merci distribuite, il periodo medio di utilizzo dei servizi offerti, oltre alle necessità specifiche di chi utilizzerà il Centro, ecc.

Con la collaborazione della BUI, sarà possibile verificare l'interscambio di servizi offerti, il loro ritorno in termini di prestazioni offerte alla banca del Tempo, ecc.

### 4) IL CONTESTO

A descrizione del contesto di quartiere la cui sarà sede l'Emporio, si lega l'immagine riportata, che ha durata licenza e di Ed. ed. e ne mostra l'intero dei quali si collocerà il nuovo Centro.



# Pavia



## Banca del Tempo dei borghi e delle valli pavesi

### NUOVI SOCI

**Benvenuti ai nuovi iscritti del 2016**

#### **Cinzia**

che offre aiuto compiti , ripetizioni e servizi per anziani e chiede un corso di cucito

#### **Federica**

che offre accompagnamento anziani, accompagnamento con auto, cura animali, consulenza fiscale (730, unico), massaggio e vorrebbe conversazione in inglese (livello intermedio), un aiuto per riparazione bicicletta, elettricista, stiratura lenzuola

#### **Antonio**

che speriamo di conoscere presto!

### ATTIVITA'

Abbiamo appena concluso il **corso di Furoshiki**, offerto da Nelly : imparare a confezionare borse e pacchetti regalo con un quadrato di stoffa non è solo divertente ma anche di sicuro effetto! Ringraziamo Nelly e Elena per l'ospitalità e la simpatia con cui hanno accolto Mimmo, Virginia, Annamaria, Cristina e Milli.

Molto interessante anche la **visita al Museo della Tecnica Elettrica**: se all' esterno appare come un edificio un po' anonimo, l' interno è curatissimo in ogni dettaglio.

Consigliamo la visita guidata! Il Dottor Francesco Pietra ,che ci ha accompagnati , con la sua straordinaria competenza ha reso il percorso ancora più affascinante.

Potete vedere le foto di entrambi gli eventi sul sito : [www.bancadeltempopavia.it](http://www.bancadeltempopavia.it)

### GRUPPO DI LETTURA

Il libro scelto per il prossimo incontro è La fattoria degli animali di George Orwell

Probabilmente l' avete già letto, ma la rilettura di un classico può essere sempre interessante!

Su richiesta è disponibile copia del libro.

Il prossimo appuntamento è per l' 8 giugno, ore 18,30 circa ! SEGNATELO IN AGENDA!

### APPUNTAMENTI DI MAGGIO

In questo periodo la Banca del Tempo sta partecipando a **BambinFestival scuole**, con il progetto " Facciamo la banca del tempo a scuola". Un' esperienza emozionante e tanto entusiasmo contagioso da parte dei bambini : vi racconteremo tutto in una news dedicata a questa esperienza.

A proposito di **BAMBINFESTIVAL** vi segnaliamo due iniziative gratuite organizzate dalla socia Simona Signorelli presso il suo Centro Cinquelementi

Sabato 24 maggio ore 15 , per bambini dai 5 agli 11 anni:

"Immagina una storia : fiabe per la meditazione dei bambini"

Alle ore 16 per bambini e adulti - " Un modo nuovo di crescere bambini"- Seguirà merenda biologica

#### **FESTA VEGANA**

Come sapete abbiamo alcune socie e soci vegani e quindi Monica ci segnala la FESTA VEGANA, a

### APPUNTAMENTO DI SABATO 28 MAGGIO

Il pranzo che seguirà, alle 13, è riservato agli iscritti alla Bdt Pavia o altra Banca del Tempo e si svolgerà presso il BAR DELL' UNIVERSITA', che organizzerà un buffet con antipasti, un primo, dolce, caffè. IL CONTRIBUTO che chiediamo è di euro 6,50. Chi non l' avesse ancora fatto è pregato di prenotare! [info@bancadeltempopavia.it](mailto:info@bancadeltempopavia.it)

#### **Se volete dare una mano**

Organizzazione : ci sono già alcuni volontari che hanno dato disponibilità per accogliere chi arriva, ma un aiuto in più è sempre benvenuto!

Pausa delle 11: se volete portare qualcosa (biscotti, un dolce fatto in casa...) sarà gradito!

Pranzo: la Bdt comprerà le bevande per tutti i partecipanti al pranzo (vino, acqua, bibite) se volete contribuire vi ringraziamo fin da ora (meglio se avvisate Mirella)





# Inzago (Mi)

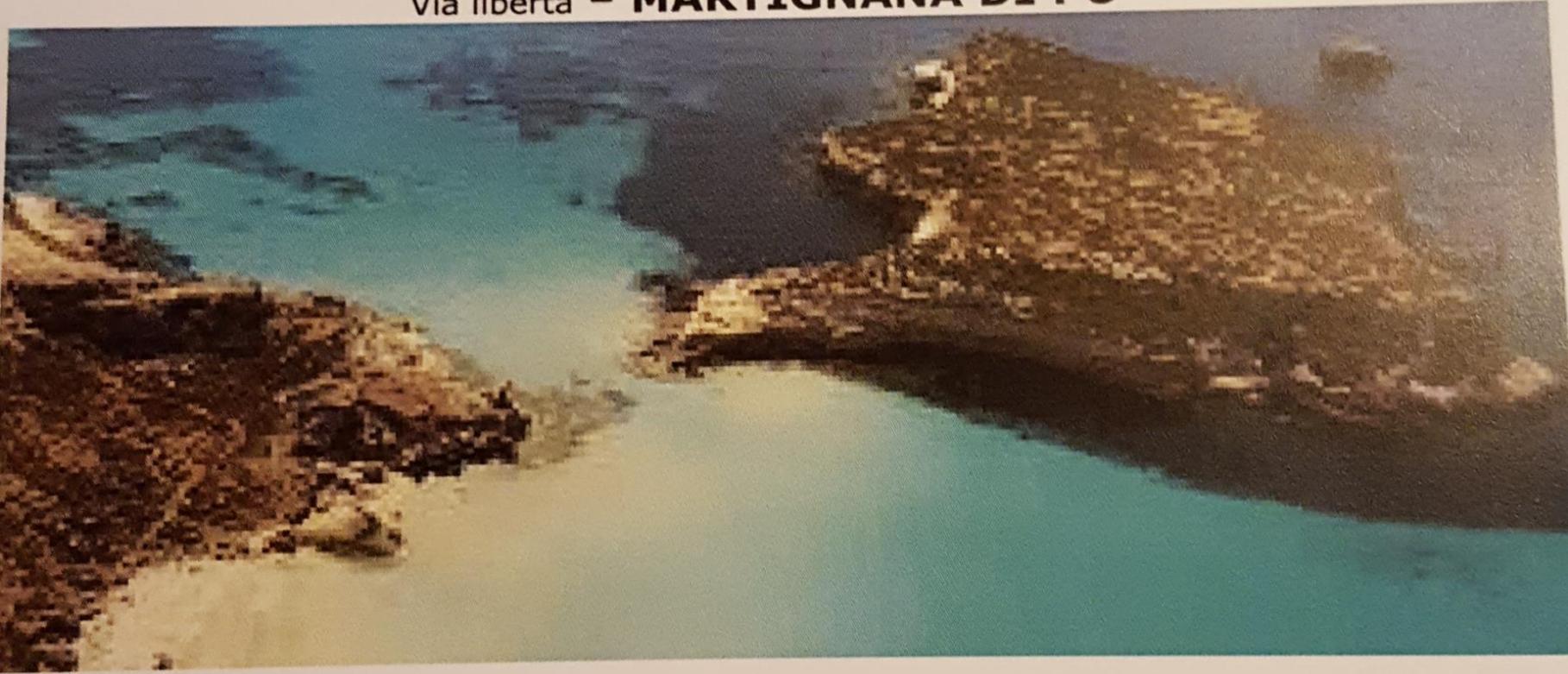
- **2 settembre 2016, Sapori&Saperi "Musica maestro !"**  
*E' stata una bella serata spensierata tra amici, ricca di emozioni, canzoni e risate: la voglia di cantare e ballare tutti insieme sono stati gli ingredienti che l'hanno resa speciale. Un sentito grazie al cantante Paride Sommo del gruppo musicale "Le case su Marte" che l'ha resa possibile e a tutti i soci e simpatizzanti che hanno partecipato.*
- 
- **1 luglio 2016, Sapori&Saperi "18: debuttiamo!" diventare maggiorenni: traguardo o parterenza?**  
*"Serata calda quella di Sapori&Saperi del primo luglio: ovvio è il primo luglio, appunto - qualche assenza si è notata, ovvio è tempo di vacanze - serata attesa, ovvio è il piacere di ri-trovarsi come ogni mese; e così si parte con un leggero ritardo a causa di qualche sigaretta troppo lenta a finire. Eravamo in 13 ad ascoltare racconti, parole e fatti che hanno a che fare con il numero 18 e a condividere poi, come ogni mese, le delizie preparate dai soci per la cena in sede.*  
**Perché il 18?** Lo sanno ormai tutti: il prossimo ottobre la nostra BdT compie 18 anni, e la serata si può considerare l'apertura ufficiale dell'evento che accadrà. Ma non solo..... a pag 3 del nostro prossimo periodico in uscita a fine mese troverete tutto sull'interessante serata! "
- 
- **3 giugno 2016, Sapori&Saperi " il riso fa buon sangue " Letture divertenti di Rita e Saverio**  
*"Lo sapevamo che Saverio è così: allegro, creativo, sempre di buon umore avendo fatto del sorridere lo sfondo costante della sua attività di scrittore. Così è stato per noi la sera del 3 giugno al nostro appuntamento mensile di 'Sapori&Saperi' in cui con Rita, interprete straordinaria dei suoi brani, ci ha regalato tra parole, risate e sorprese letterarie, una serata piacevole forse indimenticabile. Al punto che la socia Isabella si è lasciata trascinare e ...leggi sul sito [www.bancadeltempoinzago.it](http://www.bancadeltempoinzago.it) alla pagina di Sapori&Saperi del nostro Tempoideanews di Giugno".*
- 
- **6 maggio 2016, Sapori&Saperi "Esploratori al microscopio"**  
*"SAPORI&SAPERI una serata dove il microscopio ha aperto un mondo!  
Una ventina di soci lo scorso 6 Maggio si sono trovati presso la nostra sede ad ascoltare Irene che con la sua passione per il microscopio ci ha stuzzicato e incuriosito.  
Parole come fissazione –disidratazione –inclusione e altre ci sono familiari ma "affettare – linea stomatica –cloroplasti – catafillo" lo sono un po' meno. Eppure Irene ce le ha spiegate bene con chiarezza e semplicità mostrandoci in diapositive dei particolari incredibili.  
E il finale? Da strepito: DIATOMEE che combinate da Klaus Kemp biologo 'artista' inglese diventano 'quadri d'autore'.  
E sono così piccole che non si vedono a occhio nudo ma solo con il microscopio! Micromondo: che meraviglia! "*
- 
- **1 aprile 2016, Sapori&Saperi "... a fior di pelle!"**  
*C'erano una ventina di soci e simpatizzanti la sera del primo Aprile all 'incontro mensile di 'Sapori&Saperi' dove la nostra socia Lucia ci ha 'intrattenuto' parlandoci di 'pelle' quell 'involucro che ci avvolge tutti e ci protegge ma che ha bisogno di cure per restare in forma. Lucia è stata davvero brava.  
Informando con parole, stuzzicando con curiosità, proponendo soluzioni, ci ha fatto riflettere sul valore della nostra pelle, sulla cura che ne dobbiamo avere per la salute oltre che per la 'bellezza'.  
La parola bellezza è stata peraltro poco utilizzata da Lucia durante la serata in quanto la 'bellezza' ci ha ricordato lei, sta nella salute della nostra pelle!  
E poi la passione di Lucia per quella che è stata per anni la sua professione ci ha coinvolti.  
Forse qualcuno di noi adesso avrà il desiderio di contattarla per rubare ancora qualche consiglio utile per il benessere e la salute.  
grazie Lucia.*
- 
- **4 dicembre 2015, Sapori&Saperi "Natale, tempo di luce !"**
- 
- **5 luglio 2015, Sapori&Saperi "Smacchiamo il sole?"**  
con Umberto e il suo telescopio per scoprire le protuberanze del sole e le sue macchie



**SABATO 29 OTTOBRE 2016 ORE 21**

Sala parrocchiale Giovanni Paolo II

Via libertà – **MARTIGNANA DI PO**



“E' possibile viaggiare da soli. Ma un buon camminatore sa che il grande viaggio è quello della vita ed esso esige di compagni. Beato chi si sente eternamente in viaggio ed in ogni prossimo vede un compagno desiderato. Un buon camminatore si preoccupa dei compagni scoraggiati e stanchi, intuisce il momento in cui cominciano a disperare. Prende dove li trova. Li ascolta. Con intelligenza e delicatezza, soprattutto con amore, ridà coraggio e gusto per camminare. Andare avanti solo per andare avanti, non è vero camminare. Camminare è andare verso qualcosa, prevedere l'arrivo, lo sbarco. Partire è mettersi in marcia e aiutare gli altri a cominciare la stessa marcia per costruire un mondo più giusto e più umano” (Helder Pessoa Camara)

FAM. ROSA IP.

# Cittadinanza attiva

(fonte ENAIP, ente di formazione

professionale promosso dalle ACLI (Associazioni Cristiane Lavoratori Italiani) nel 1951.

... si riferisce inoltre alla misura in cui gli individui e i gruppi provano un senso di attaccamento alle società e alle comunità a cui in teoria appartengono, ed è pertanto strettamente collegato alla promozione dell'inclusione sociale e della coesione, così come alla questione dell'identità e dei valori. Sono queste le dimensioni emotive della cittadinanza attiva. Allo stesso tempo, le persone hanno bisogno anche di una base comune di informazioni e conoscenze condivise sulla base delle quali possono

**muoversi con fiducia;**

questa è la dimensione cognitiva della cittadinanza attiva.





# riccardo carnovalini anna rastello

PASPARTU

A piedi senza meta nell'Italia che si fida





**“Un cammino per soddisfare le necessità delle comunità locali.  
Reciprocità e sussidiarietà per i nostri bisogni”.**

Amici di Parè



**Città di Valmadrera  
Biblioteca comunale**



Comunità di via Gaggio



Comune di Lecco

