

Banche del Tempo

News - 2012

A cura del: Coordinamento Banche del Tempo di Milano e Provincia - Via dei Transiti, 21 – 20127 Milano – c/o Auser
Telefono: 02 2618006 o 339 1453 112 E-mail: bdtmipro@tin.it Sito: www.banchetempo.milano.it
pagina fb coordinamento banche del tempo di milano e provincia
(Martedì dalle 10.30 alle 12.00 e Mercoledì dalle 14,30 alle 17,00 siamo presenti in sede per appuntamenti e risposte telefoniche)



In questo numero:

- 🕒 pag .1 - Anno europeo cittadini
- 🕒 pag. 2 - Must di Vimercate
- 🕒 pag. 3 – Baratto a Valmadrera
- 🕒 pag .4 – Convegno Nazionale BdT
- 🕒 Nasce il coordinamento BdT in provincia di Udine
- 🕒 pag .5 – Nuova banca ad Acqui Terme
- 🕒 pag .6 – Le banche del Tempo volano
- 🕒 pag .8 – Lettera al Parroco di Monastero Bormida
- 🕒 Vuoi la pace? Pedala!
- 🕒 pag. 9 – I primi 15 anni della BdT di Buccinasco
- 🕒 pag. 10 – Rozzano: progetto fiaba
- 🕒 pag .11 – Bio domenica solidale
- 🕒 La gestione positiva dei conflitti

Come Associazione Nazionale Banche del Tempo si è deciso di partecipare alla proposta di un'

ALLEANZA ITALIANA PER L'ANNO EUROPEO DEI CITTADINI 2013

Con la presenza all'Incontro di lancio

Roma, Commissione Europea, Rappresentanza in Italia

Venerdì 14 Settembre 2012, ore 11.00

che si è proposto questi obiettivi: **Decisioni prese/azioni da fare :**

I presenti decidono di organizzarsi in **Comitato Organizzatore italiano per l'Anno Europeo del Cittadino 2013** e danno incarico al gruppo CIME/ALDA/Forum di Terzo settore di costituire un coordinamento dell'Alleanza Italiana.

L'Alleanza italiana rimarrà aperta a nuove adesioni, puntando principalmente a includere strutture di secondo livello.

Vengono decisi i seguenti punti entro la prossima riunione prevista per ottobre/inizi novembre si prevede di proporre i temi dei gruppi di lavoro tematici e raccogliere ulteriori adesioni – tenendo in considerazione quello che è già emerso dal dibattito;

entro la prossima riunione, verrà anche proposto un schema di struttura organizzativa (comitato di pilotaggio e possibili referenti organizzativi) e si inizieranno a raccogliere le prime proposte di calendario di attività previste dalle organizzazioni per iniziare a redigere un programma di massima di eventi (orientamento verso tre principali eventi di promozione comuni più altri indipendenti).

Verrà proposto un logo e una strategia di labellizzazione delle attività promosse.

Per la possibilità di essere "labelizzato", l'iniziativa dovrebbe corrispondere ad alcuni criteri/*guidelines* che verranno presentate entro ottobre. In particolare, la questione sarà come utilizzare nelle nostre attività l'opportunità di dibattito e di azione dell'anno 2013. Verrà rapidamente redatto un documento di base per la discussione, che parta da un adattamento del Manifesto europeo dell'alleanza;

verrà contattato e regolarmente informato delle iniziative italiane il livello europeo del Coordinamento;

verrà proposto un piano di contatto con le strutture istituzionali nazionali per la diffusione del messaggio politico e la verifica di possibilità di finanziamento per favorire i rapporti con possibili partner mediatici (RAI e altri segnalati nel documento);

verrà valutato come poter stabilire una piena forma di collaborazione con il futuro Organismo nazionale di coordinamento del programma per l'Anno europeo dei Cittadini. Presumibilmente grazie l'ufficio Cittadinanza europea del Dipartimento per le Politiche Europee della Presidenza del Consiglio dei Ministri (diretto dalla Dott.ssa Anna Maria Villa) verrà revisionata e diffusa la traduzione in Italiano del Manifesto dell'Alleanza europea (EYCA – European Year of Citizens 2013 Alliance).

Grazia Pratella



VIMERCATE:

Ospiti le banche per una visita guidata al MUST

Il 22 settembre è una bella giornata di sole e verso le 14 e 30 siamo già di fronte al MUST, il nostro museo del territorio, in attesa dei soci delle banche del tempo che abbiamo invitato a visitare il museo e la nostra città: è uno scambio tra MUST e Banca 25esima ora che, nel corso dell'anno, partecipa con alcuni soci al laboratorio "Il nonno racconta".

Un po' alla spicciolata gli ospiti arrivano e, insieme al direttore Angelo Marchesi, iniziamo il percorso del museo. I soci delle bdt di Milano, Buccinasco e Cernusco, una ventina circa, ascoltano con interesse e partecipazione le spiegazioni di Angelo, che parla a braccio, professionale come sempre, e illustra con passione le varie sale. Ad ogni nuova visita si apprende qualcosa di nuovo, perchè Angelo ci dice che si tiene aggiornato: il primo che non vuole annoiarsi, fatto che succede spesso durante le visite guidate ai musei, è lui stesso, ci confida che si diverte nel raccontare accompagnando i gruppi, e anche noi ci divertiamo! Al termine del percorso, durato poco più di un'ora e mezza, tutti manifestano soddisfazione e contentezza,

qualcuno dice che ritornerà, perchè non è sufficiente una visita per cogliere tutte le curiosità e gli interessi suscitati dal museo: anche noi di Vimercate, che l'abbiamo visto già varie volte, scopriamo sempre qualche nuovo video, qualche cassetto mai aperto, qualche teca con nuovi contenuti.

Proseguiamo poi con la visita alla parte più antica di Vimercate: i Terraggi, il Ponte di s. Rocco, la via Cavour, la chiesa di s. Stefano e la sua cripta.

Al termine del percorso, verso le 18, entriamo nella nostra sede dove altre socie hanno preparato un ricco buffet e sistemato tante sedie per riposarci dopo la camminata.

"Vimercate è una bella città" ci dicono i nostri amici "meriterebbe una visita più lunga". Noi li aspettiamo con piacere.

Rossana

Sabato, 29 settembre, il MUST di Vimercate ha meritato il premio ICOM per il miglior allestimento museale italiano 2012





Giornata del baratto a Valmadrera

Facciamo una prima valutazione di come è andata

Domenica scorsa si è svolto il primo mercato del baratto di Valmadrera. È stata una giornata intensa e appassionante in cui si è svolto il primo mercato che ha visto impegnati dalle ore 7.00 del mattino sino alle 19.00 25-30 volontari di quattro associazioni. Numerosi altri, ma solo della banda, hanno invece allestito gli stand della castagnata (a loro va un grazie per l'ottimo cibo e le castagne che ci hanno preparato). I volontari della BdT che



hanno lavorato durante la giornata vedranno riconosciuto il loro sforzo con un assegno ore ancora da decidere.

Il mercato del baratto ha visto coinvolti oltre 42 espositori di cui 30 erano bambini o famiglie. Ovviamente i bambini non erano soli e le famiglie che hanno partecipato erano, molto spesso, complete portando il numero delle persone attorno ai tavoli vicine al numero di 100. Gli espositore arrivavano principalmente da Valmadrera, Civate e Malgrate, ma abbiamo iscritto anche persone di Lecco, Abbadia, Olginate e Bormio (!!!)

Grande il quantitativo di materiale e la diversità degli oggetti barattati. Abbiamo trovato sui tavoli una macchina del caffè, un calibro, l'isola dei Gormiti, aspirapolvere, quadri, seggiolini per auto, vestiti da adulto e da bambino, libri, DVD, lettini da bambino, gioielli, vasi di coccio e in ottone, candelabri, animali in plastica, un tavolino con panche da bambino e tantissimi altri giochi. Il materiale è stato grandemente barattato e quello rimasto è andato quasi completamente al Centro Farmaceutico e a Caritas. Nulla è andato buttato ciò che è rimasto ha contribuito ad aiutare le famiglie e i singoli che frequentano

queste associazioni. Ancora una volta la nostra azione sostiene, assieme a Caritas e CFM, i bisogni della comunità.

I laboratori sono stati presi d'assalto da ragazzini e adulti che hanno giocato/suonato assieme. Le trecchine sui capelli hanno colpito molto le bambine e ragazzine che sarebbero andate avanti tutta notte, così come per il riciclo creativo e i giochi musicali proposti da Giulia Perego e i musicisti della Banda. Adulti e bambini hanno poi suonato copiosi le percussioni con i bravi musicisti africani portati da Caritas. E che dire dei bambini e dei ragazzini che correvano tra i tavoli o organizzavano giochi con gli oggetti barattati poco prima?

L'evento è servito anche a farci conoscere ancora di più e ha portato nuovi soci e contatti. Sono arrivate a conoscerci gente di Meda, Erba e diversi comuni della Provincia. Molto rilievo ci è stato dato anche dalla stampa e questo a dimostrazione di come le nostre proposte siano innovative e vicine al sentire della comunità che, anche quando non iscritta al baratto, ha affollato gli stand curiosando, informandosi sulle 4 associazioni e facendo proposte per le future edizioni del mercatino e proponendo nuove iniziative che potrebbero venire realizzate in futuro.

Qui potete trovare alcune fotografie della giornata e rendervi conto di quello che vi siete persi.

Ci sembra che il lavoro di messa in rete della



comunità e delle sue associazioni stia dando i suoi frutti costituendo per noi uno sprone a continuare nella nostra opera. Ci vediamo alla prossima edizione!!!

Flavio Passerini

Convegno Nazionale Banche del Tempo

BdT – Presente e ipotesi per il futuro

27 Ottobre 2012

presso Centro Polifunzionale “+Spazio 4”
Via Saccarelli, 18 - Torino

Programma

ore 9.00 Registrazione partecipanti

ore 9.45 Saluti Istituzionali

Mariagiuseppina Puglisi –

Assessore alle politiche Attive di Cittadinanza Diritti Sociali e Parità - Provincia di Torino

Cristina Spinosa –

Assessore al Decentramento, Politiche Pari Opportunità, Piani dei Tempi e Orari della Città
Funziario rappresentante della Regione Piemonte

ore 10.30 Presentazione dei risultati dei tavoli di lavoro

1° Tavolo - Approfondimento sugli elaborati del 2010

Relatrice: **Cecilia Perno** – Curatrice ricerca nazionale sulle Banche del Tempo (2010)

2° Tavolo - Nuove tipologie della Banca del Tempo

Relatrice: **Mariateresa Serranò** – Animatrice Interculturale, BdT ‘Tempo al Tempo’, Circoscrizione 6

Rosalba Vinci – Presidente Associazione Coordinamento Banche del Tempo della Provincia di Torino

Maria Luisa Petrucci – Presidente Nazionale Banche del Tempo

ore 13.00 Buffet

ore 14.00 Intermezzo musicale

ore 14.15 Workshop

1° Tavolo

Alessandro Prandi - Referente Idea Solidale

2° Tavolo

Line Halvorsen - Regista di “Living without Money”

Ore 16.00 Apertura dibattito

Chiusura lavori prevista per le 17.30

20 Ottobre 2012: nasce il coordinamento delle banche del tempo della provincia di Udine,

e dopo la splendida visita ad Aquileia alcuni soci della banca del tempo Progetto tempo e ospiti di altre città che hanno avuto il piacere della “lezione di Storia” del Prof. Alberto, un momento di pausa.

Grazia Pratella



Una Banca del Tempo d Acqui Terme

Da circa due anni, ogni martedì mattina si danno appuntamento ad Acqui Terme, in via S. Martino n. 6 presso l'Associazione Sastoon, alcuni pazienti e qualche operatore Ohashiatsu® per un'ora di attività motoria gratuita, mirata ad integrare la terapia farmacologica prescritta da un neurologo, per le persone con il parkinson ed altre disfunzioni cerebrali.

I benefici sin qui dichiarati dai pazienti sono interessanti e manifesti anche ad una osservazione esterna. Si segnalano in particolare un miglioramento della postura e dell'equilibrio come viene confermato dalle singole testimonianze di alcuni pazienti.

Proseguendo gli incontri si sono instaurati relazioni interpersonali di condivisione ed amicizia che agiscono sulla parte emozionale di ciascuno e creano una condizione di benessere e fiducia nella terapia che aumenta l'efficacia dei trattamenti, tipica dei cosiddetti gruppi di sostegno.

Queste relazioni possono estendersi anche al di fuori dell'ora di terapia in comune e così abbiamo deciso di costituirci in Banca del Tempo per aumentare e valorizzare la terapia stessa, instaurando un rapporto di reciprocità che stimola la volontà di ciascuno

a reagire psicologicamente in contrasto con la malattia.

Una banca del tempo nasce proprio per mettere in contatto persone disponibili a scambiarsi dei servizi, promuovendo relazioni amicali. Il principio su cui si basa è l'azione quotidiana dello scambio. C'è chi ha tempo, salute, possibilità di muoversi; e c'è chi ha bisogno di un favore specifico secondo la necessità. Scambiarsi aiuti e favori e partecipare ad attività nuove che diventano occasioni anche per conoscere meglio altre persone, con la possibilità di contabilizzare il tempo degli scambi.

E' evidente che una formula di questo tipo permette a chiunque di mettere a disposizione le proprie competenze e capacità, creando un rapporto dove tutti si sentono alla pari e acquisiscono autostima, esprimendo una volontà che corrobora positivamente la propria resistenza fisica agli effetti di una malattia, in particolare se insediata nel cervello.

Per gli scambi qualcosa stiamo già facendo. E allora, Antonio promuove lo scambio dei saperi fornendoci informazioni scientifiche sulle ultime scoperte che possono interessarci, traducendo da una quotata rivista americana. Ci siamo scambiati

qualche passaggio in auto e qualche visita a casa. Altri potrebbero fare insieme shopping passando le belle vetrine di Acqui.

Abbiamo anche trascorso una bella serata conviviale in pizzeria insieme ai nostri amici operatori shiatsu e alcuni familiari, coniugi e nipoti. La Banca del tempo può essere aperta pertanto a familiari, terapisti ed amici.

Si evita oltretutto la sensazione dell'abbandono dei pazienti e delle loro stesse famiglie, migliorando la sicurezza interiore.

Pur in presenza di una malattia difficile, nel mettere a disposizione degli altri la propria esperienza, le proprie informazioni e il proprio stile di vita può anche essere ritrovato un nuovo senso della propria esistenza.

Su proposta di Antonio ci siamo denominati "Banca del Tempo Seneca". Seneca è stato un illustre filosofo latino che scrisse al suo amico Lucillo: "omnia, Lucili, aliena sunt, tempus tantum nostrum est (Le cose, Lucillo, non ci appartengono, il tempo soltanto è nostro)".

Vale anche come insegnamento per il tempo che stiamo attraversando.

Marilina, Antonio, Paolo

Le Banche del tempo volano lontano

Nella primavera scorsa ricevo una telefonata di Grazia Pratella del Coordinamento di Milano.

Vuole chiedermi se io sia disponibile a tenere un seminario sulle BDT nell'ambito di un progetto internazionale Formaper della Camera di Commercio di Milano.

Condizioni: ottima conoscenza dell'inglese, disponibilità a viaggiare (da sola) in terre lontane.

Destinazione: Africa, in paese non precisato

Date: non precisate

Contenuti: da definire

Francamente tutto appare un po' nebuloso, ma rispondo di sì, senza pensarci troppo, dicendomi anche che queste cose hanno tempi lunghi e non sempre vanno in porto.

All'inizio di maggio Grazia mi richiama per dirmi che il paese destinatario del progetto è stato definito: Seychelles.

Date: partenza il 10 e rientro il 17 giugno, per tre giorni di corso full time.

In un attimo mi ritrovo a lavorare al progetto, che nel frattempo ha assunto contorni più precisi.

Il tema Banche del Tempo è stato inserito in un corso di formazione su imprenditorialità, economie alternative, servizi alla persona, finalizzato a promuovere iniziative a favore delle donne in condizioni di svantaggio socio/economico.

I partecipanti al corso saranno una ventina, uomini e donne, interessati a considerare nuove modalità di sviluppo dei servizi sociali e di sostegno, con particolare riferimento a un sistema di scambio ore.

Mi metto al lavoro, ma presto mi scoraggio.

Troppe sono le domande e le incognite che mi si presentano.

Chi sono i partecipanti? Di che livello culturale? Che tipo di formazione di base hanno? Che interesse per le BDT? Ci capiremo? Che inglese parleranno?

Alla fine di un lavoro faticoso, ma devo dire molto interessante, sottopongo le mie proposte alla responsabile italiana del progetto e a Grazia del Coordinamento. Va tutto bene.

Ci troviamo d'accordo nel dire che sarà opportuno dare molto spazio alla discussione, al confronto, ad attività creative, evitando un approccio troppo teorico.

Volo Emirates via Dubai, 15 ore, e arrivo a Victoria, capitale delle Seychelles, alle 6 di un lunedì mattina.

Vengo accolta all'aeroporto da Madame Elisabeth, responsabile locale del progetto e, dopo un breve viaggio in macchina (ben più preoccupante delle lunghe ore di aereo) e qualche informazione sommaria sulle modalità di svolgimento del corso, lasciata finalmente in albergo a riposarmi.

Appuntamento in hotel martedì alle ore 8, passerà qualcuno a prendermi (?).

Ovviamente, nonostante la stanchezza, ne approfitto per guardarmi attorno e fare un salto in spiaggia. Tutto molto bello, come previsto. Temperatura 32 gradi, ma è inverno.

Me ne rendo conto nel pomeriggio, quando verso le 18 da un minuto all'altro cala il sole.

I turisti, sdraiati in spiaggia, vengono sorpresi dal buio. Che strana sensazione!

Puntuale, la mattina successiva, si presenta Abel e mi dice che da quel momento sarà il mio autista/guida.

Arrivo nella sede del corso, ma non c'è nessuno. Aspetto. Infine vedo Elisabeth che però ha fretta e se ne va.

Qualcuno arriva, alla spicciolata. Intanto scopro che tutto il materiale che ho faticosamente preparato e inviato con il dovuto anticipo non è stato caricato sul computer, le fotocopie non sono state fatte, il proiettore non è collegato e non c'è possibilità di amplificazione audio. Tutto il mio bel progetto, articolato nei minimi dettagli, salta per aria e ... devo improvvisare!

Non faccio in tempo a preoccuparmi, perché nel frattempo l'aula si è riempita e sono tutti impazienti di cominciare.

Mi è difficile riassumere queste tre giornate. Il secondo giorno si risolvono anche i problemi tecnici e finalmente riesco a proporre le immagini, i filmati, i documenti che ho preparato.

Tutto scivola via, i miei "alunni" sono entusiasti e molto motivati, pieni di domande e di curiosità.

Ci lasciamo il terzo giorno con una festiciola, Victoria avrà la sua Banca del Tempo!

Resteremo in contatto via internet, mi terranno aggiornata sugli sviluppi del progetto.

Sono colpita dalla riconoscenza che mi esprimono, ho aperto loro nuove prospettive.

Il venerdì Abel mi porta a scoprire l'isola, una vera

meraviglia, e a conoscere la sua famiglia. Sabato mattina, prima di ripartire, mi chiamano dalla reception dell'albergo per annunciarmi visite. Sono due dei partecipanti al corso che vogliono salutarmi. Mi sommergono di domande, di riflessioni, di regalini. Il tempo passa, pranziamo insieme. Se ne vanno, a

malincuore, quando devo prepararmi a partire per l'aeroporto. In agosto ricevo una mail da Elisabeth, dice che il progetto avanza e che entro Natale contano di poter avere una TIME BANK SEYCHELLES. Mi chiede anche se accetto di diventarne membro onorario. Sono commossa, e non è un modo di dire. **Margherita Bianchi**

Ma anche in Kirgizstan si parla di banche del tempo e network come modalità di aiuto alle donne contro la povertà e a favore della coesione sociale e dello scambio di tempo.

Grazia Pratella

www.banchetempo.milano.it
vola in Kirgizstan



Costruiamo una rete di amicizie e solidarietà



BANCA DEL TEMPO 5 TORRI
Monastero Bormida



A DON CLAUDIO BARLETTA
Nuovo Parroco di Monastero Bormida

Monastero Bormida 14 ottobre 2012

La nostra Associazione le porge il miglior benvenuto, esprimendo piena adesione ai valori di fratellanza propri della sua opera pastorale, propri anche delle nostre iniziative di solidarietà.

Attuando la finalità principale della Banca del Tempo, caratterizzata dalla reciprocità dal mutuo aiuto e dall'inclusione sociale, le offriamo inoltre **qualche ora del nostro tempo** per eventuali collaborazioni, in cambio dell'impegno che lei dedicherà alla nostra comunità in particolare per le azioni condivise a sostegno dei soggetti più deboli quali bambini, anziani, donne, ammalati, immigrati.

Lo facciamo a nome di tutti gli iscritti alla nostra Associazione prescindendo dalla loro appartenenza o meno al suo credo religioso, ma nel rispetto che merita chi spende la sua esistenza per insegnare agli altri ad aiutarsi, secondo lo spirito laico presente nella parola dello stesso appena scomparso Cardinal Martini.

Appena avrà il tempo di farlo, ci farà piacere di ricevere una sua visita nella nostra sede.

Porgendo la mano per una stretta le inviamo i migliori auguri di buona permanenza a Monastero Bormida.

La coordinatrice bdt 5 torri
Paola Ceretti

VUOI LA PACE? PEDALA!



Domenica 14 ottobre si è svolta la 5° edizione. Sette serpentoni colorati e festosi provenienti da tutto l'hinterland di Milano si sono dati

appuntamento in piazza Duomo. Un percorso tra i comuni della pace, contro la povertà, per gli stili di vita, la mobilità sostenibile, la coesione sociale. La scelta della bicicletta come mezzo di trasporto è dovuta al fatto che vogliamo scegliere la mobilità sostenibile in una città che desideriamo veder crescere attrezzandosi per essere sempre più a impatto zero. Ha pedalato con noi anche il sindaco di Milano, Pisapia.



BANCA DEL TEMPO DI BUCCINASCO: I SUOI 15 ANNI

Domenica 7 ottobre '12 in Cascina Robbiolo a Buccinasco, con il Patrocinio del Comune, si è svolta la nostra **festa dei 15 anni**.

Tra parole, balli e canti siamo giunti sino a sera.

E' stata un'ulteriore occasione per guardarsi tutti negli occhi e capire veramente cosa rappresenta la **banca del tempo** per noi; proprio per questo non parlerò di numeri, non dirò quanti gli iscritti, quante le ore scambiate, quante le gite organizzate.

Metterò in luce, invece, la bellissima esperienza umana dei numerosi soci (erano veramente tanti!) che hanno contribuito alla magnifica festa, non solo partecipando con le loro esperienze di vita e la loro allegria ma anche impegnandosi nella preparazione di un gustosissimo buffet.

Ringrazio in particolar modo tutti, le istituzioni con i loro

rappresentanti e le numerose altre associazioni di Buccinasco, il Coordinamento di Milano rappresentato da Donatella Laviola.

Hanno partecipato da quasi tutta la Lombardia: da Inzago, Cisliano, Melegnano, Passatempo (Milano), Vimercate, Trezzano, Cesano Boscone, Saronno e non me ne vogliano se dimentico qualcuno.

E' stato veramente bello averle con noi, ci hanno parlato delle loro esperienze con simpatia e gioia.

I quindici anni, per un essere umano, rappresentano il periodo dell'adolescenza.

Vengono considerati come la stagione più bella della vita, un momento dove riflessioni, ambizioni e prospettive si manifestano nella vita dei giovani.

Noi BdT di Buccinasco siamo come un giovane che inizia

l'età della trasformazione, dobbiamo ri-cominciare a guardarci, volgendo gli occhi al passato senza rinnegare nulla, con il corpo e la mente tesi al presente ed al futuro.

Dobbiamo aprirci alle nuove sfide che la società ci pone davanti, guardando alle mete da raggiungere come piccoli tanti obbiettivi che ci regaleranno, ne sono sicura, periodi dalle molte soddisfazioni, ricchi di nuovi amici e molto **tempo da donare**.

Termino regalando a tutti noi una frase celebre che considero d'augurio per i giorni a venire.

"Il miglior modo di solidificare il tempo, di vederlo e di toccarlo con mano è quello di fare molte cose buone".

(P. Mantegazza)

Rosaria Lomuscio

Il pubblico e il presidente Gabriele Crepaldi con le rappresentanti delle Banche del Tempo intervenute



Donatella La Viola - Coordinamento



E. Servida Passatempo - Milano



Irene Mezzadri - BdT Zibido



Pinuccia Milani - BdT Melegnano



Paola Dellacorna - BdT Cisliano



PROGETTO FIABA

“La fiaba come risorsa per avviare la narrazione del sapere biografico”

Premessa

“Ogni dolore può essere sopportabile se lo si narra
o se ne fa una storia..”
Karen Blixenn

“...perché la storia rivela il significato di ciò che
altrimenti rimarrebbe una sequenza
intollerabile di eventi”
H. Arendt

La Fiaba non è per bambini, è piuttosto uno strumento che aiuta a raccontarsi, a esplorare la propria esperienza, dando voce alle emozioni, ai sentimenti e ai pensieri da essa sollecitati, in rapporto ai personaggi, alle situazioni e ai diversi momenti che lì si snodano. Permette, attraverso l'identificazione, di raccontarsi di cogliere un senso nella propria storia e comprenderne aspetti non ancora consapevolizzati.

Il gruppo è la grande risorsa; luogo di accoglienza non giudicante, luogo simbolico di una comune ricerca di cambiamento, luogo di conforto e di sostegno. L'ascolto dell'altro fa compiere un cammino di introspezione dentro di sé.

Struttura del percorso

Il percorso si snoda in 5 incontri di 2 ore ciascuno, suddiviso in 3 momenti:

- 1) ascolto di sé,
- 2) lettura di una fiaba
- 3) condivisione delle risonanze.

Il percorso è aperto a tutti i soci della Banca del tempo e si terrà a partire da un minimo di 5 persone a un massimo di 10. Il luogo degli incontri è presso la sede dell'Associazione e si terrà con cadenza settimanale dalle 21,00 alle 23,00.

**BIO DOMENICA
SOLIDALE**
al GIARDINO della MADIA

28 ottobre 2012 - via Pimentel 5

ore 16.00

Mercatino agricolo e artigianale
per una spesa consapevole

ore 16.00-18.00

“Processo all’umanità”
spettacolo teatrale
per famiglie e bambini
Compagnia Gli Squinternati
(ingresso a offerta libera)

ore 18.00-19.00

Video presentazione su
“Banca del Tempo” e “Gas del sole”
(Gruppo di acquisto solidale)

ore 19.00

Gran aperitivo biologico
sottoiscrizione 1 euro



biblioteca comunale



BIBLIOTECHE
IN RETE



Banca del tempo di
Cornaredo

**Giovedì 18 ottobre ore 20.45
e giovedì 15 novembre ore 20.45**

**due incontri-laboratorio con
MERCEDES MAS**

della

Banca del Tempo di Trezzano sul Naviglio

**LA GESTIONE POSITIVA
DEI CONFLITTI
INTERPERSONALI**

**Come si fa a riconoscere i contrasti?
Come superarli senza farsi travolgere dall’ansia?**

**Gli incontri riprendono e approfondiscono il tema
proposto la primavera scorsa**

Un appuntamento aperto anche a non iscritti

**sala esposizioni - Palazzo Filanda
piazza Libertà
Cornaredo**

facebook

Siamo anche su
Banca del Tempo Cornaredo



con il contributo di