

# Banche del Tempo

## News - 2015

A cura del: **Coordinamento Banche del Tempo di Milano e Provincia** -Via dei Transiti, 2 – 20127 Milano – c/o Auser  
Telefono: 02 26113524 o 339 1453 112 E-mail: [bdtmipro@tin.it](mailto:bdtmipro@tin.it) Sito: [www.banchetempo.milano.it](http://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 in Via Dei Transiti, 21 o in Via Miramare, 9 per appuntamenti e risposte telefoniche)



### Santa Giustina di Rimini ha festeggiato i suoi primi 20 anni sabato 2 Ottobre 2015 in occasione della Settimana Nazionale delle banche del tempo italiane.

- Pag. 1  
- Santa Giustina di Rimini
- Pag. 2  
- Ti ospito a casa mia – BdT Cassina de Pecchi
- Pag. 3  
- Cassina de Pecchi
- Pag. 4  
- BdT di Vimercate a Varallo Sesia
- Pag. 5  
- Solo Tempo Bresso
- Pag. 6  
- Seminario sulla decrescita
- Pag. 7  
- Camminata campestre a Cusago
- Pag. 8  
- Corso di formazione per il volontariato
- Pag. 9  
- Il tempo scambiato a Buccinasco
- Pag. 10  
BdT Vercell
- Pag. 11  
La biennale di prossimità
- Pag. 12  
BdT Saronno
- Pag. 13 - 14  
Il ballo del tesseramento a Zibido San Giacomo
- Pag. 15  
BdT Rozzano

Il direttivo dell'ANBDT capeggiato dalla presidente nazionale Maria Luisa Petrucci era presente in gran numero e si è potuto quindi fare anche un incontro collegiale in cui si è discusso del futuro dell'associazione che nel 2016 dovrà rinnovarsi. Al Tavolo del convegno, oltre alla nostra Leonina Grossi e a Marialuisa Petrucci, una vasta partecipazione di personalità della cultura e della politica.

Fra la platea un bel numero di banche del tempo provenienti da tutta Italia

Marta Russo che presenta il suo progetto di Banca del tempo nella scuola: "Nascono i Fiori"



Fiora Cappa che presenta il progetto "L'aiuto vien donando"



La rappresentante delle banche del tempo spagnole e la rappresentante delle banche del tempo portoghesi che illustrano le esperienze delle Banche del tempo dei loro paesi



Un momento del convegno



Intervento di Marialuisa Petrucci



## “Ti ospito a casa mia”

La Banca del Tempo di Cassina de' Pecchi ha attivamente partecipato con le proprie attività (offerta libri, giochi bambini, tombola e attività dei soci) a 2 importanti eventi nel suo comune: "Te Encuentro" e "Festa d'Autunno" tenutesi nel mese di settembre e ottobre. Lo scopo è stato di contribuire a realizzare un progetto chiamato "Ti Ospito a Casa Mia" di cui diamo di seguito una sommaria descrizione e che nasce da un bisogno concreto e una proposta che vede capofila una cooperativa sociale del territorio. Tale partecipazione ci ha consentito di dare un significativo contributo economico alla realizzazione del progetto, ancora molto c'è da fare ma in una rete di associazioni nella quale siamo ci consente di guardare il futuro con ottimismo.

Ti ospito a casa mia: pensare il futuro con e per l'abitare costituisce il nucleo centrale del progetto di vita adulta di ogni persona, dunque anche di quelle che si trovano a vivere particolari situazioni di fragilità. A partire da questo fondamentale presupposto, il progetto "Ti ospito a casa mia", intende promuovere nuove soluzioni abitative per persone che presentano limitazioni nella propria autonomia fisica e/o decisionale, attraverso la costruzione di percorsi innovativi e vita il più possibile vicina ai confini della normalità.

### **Dove nasce il progetto**

Il progetto prende il via dall'incontro con la storia di vita di una donna disabile, portatrice di diversi bisogni e difficoltà, ma anche e soprattutto portavoce di un grande desiderio: quello di poter scegliere il luogo del proprio abitare, sperimentando la propria autonomia di donna adulta e libera di decidere "dove" e "come" trascorrere il proprio tempo, nonostante la presenza di una fragilità certificata.

Ad un certo punto del suo percorso di vita, infatti, una volta giunto l'inevitabile distacco dalla propria famiglia d'origine, si è trovata sola ad affrontare la gestione della propria situazione problematica, manifestando tutta una serie di fatiche e bisogni che rendevano difficoltosa la sua permanenza presso la casa dove è sempre vissuta, luogo di ricordi e legami significativi. La preoccupazione che è progressivamente affiorata all'animo di chi, a vario titolo, si è attivato nel fronteggiamento della situazione (operatori, amici, volontari, ecc.) è stata dunque quella di individuare una risposta duratura e concreta alla sua condizione, dando compimento al diritto di questa donna di continuare a condurre una vita all'interno della propria abitazione ed

evitando, di conseguenza, il suo inserimento all'interno di una struttura residenziale, come di norma avviene in casi simili.

Nel corso del tempo è stato così messo in atto un intervento d'aiuto sinergico e partecipato che, grazie all'azione dei servizi territoriali e di numerosi cittadini che hanno offerto il proprio contributo solidale, ha consentito di rispondere ai numerosi bisogni connessi principalmente alla gestione della vita quotidiana (ad esempio il bisogno di accudimento dell'ambiente domestico, di cura dell'igiene personale, di tutela e amministrazione della situazione patrimoniale, ecc.).

Tuttavia, nonostante gli importanti risultati raggiunti, non tutte le necessità presenti hanno trovato una soddisfacente risposta; in particolar modo è sempre più emersa la difficoltà a fronteggiare quei bisogni maggiormente relativi alla sfera relazionale e affettiva, quali ad esempio la necessità di intrattenere relazioni sociali e amicali, di colmare il molto tempo trascorso in solitudine piuttosto che di avere qualcuno con cui condividere importanti momenti di vita quotidiana.

Dalla riflessione congiunta dei diversi attori coinvolti è nata così l'idea progettuale, che essenzialmente consiste nel tentativo di predisporre, all'interno dell'appartamento di questa donna, un luogo accogliente ed idoneo a garantire la convivenza di due/tre persone che presentano bisogni di vita analoghi, promuovendo un miglioramento della loro qualità di vita e favorendo un benessere abitativo reso possibile: - dalla presenza a domicilio di un'assistente familiare qualificata; - dalla predisposizione di un ambiente domestico rinnovato, ospitale e confortevole; - dalla promozione di una rete solidale, disposta a offrire il proprio sostegno e contributo.

### **Scopo del progetto**

Un progetto, dunque, che partendo dall'incontro con una singola storia di vita, intende ampliare i propri orizzonti per aprirsi all'esperienza di vita di molte altre persone che vivono situazioni analoghe, per giungere infine a sollecitare la nascita di spontanei processi di scambio, integrazione e prossimità all'interno del più ampio contesto comunitario, affinché si faccia sempre più accogliente e inclusivo dei suoi membri più fragili.

*Mario Pozzoni  
Banca del Tempo di Cassina De Pecchi*

**M. Cominardi**  
 INDOSSIO ALTOSSO GRABO TURISMO  
 NAZIONALE ED INTERNAZIONALE  
 AUTOLINEE & FERRAGIONI

Via Cassale, 2  
 20050 Cassina de' Pecchi (PV)

Tel. 02-950281  
 Fax 02-9503427  
 Tel. 02-9503441

**Alcanta Sport**  
 Casa Inca

Maggiori info

**Santepicchi**

Assicurazione  
 Via Cassale, 2  
 20050 Cassina de' Pecchi (PV)

**Galleria del tempo**  
 Via Marconi, 7 - 20050 Cassina de' Pecchi (PV)

TEL 02-9504414  
 Fax 02-9503136

Agendazione e  
 prenotazioni  
 www.cassa02.it

**Il Macellaio s.n.c.**  
 di Maffei S. C.

Via Marconi, 5  
 20050 Cassina de' Pecchi (PV)

Fax 02-9503029

**SERRA CORTESIA**  
 CERAZOLINI FUNDAI PERSONALIZZATE  
 PAVI E' FOR

Via Don Meloni, 219  
 20050 Cassina de' Pecchi (PV)

**dal 1949**

Cooperativa Sociale  
 "La Spina" Cassina de' Pecchi

**L'Officina del Vapore**

LANZIGHERA - SACCHETTI - OLIVARI - GAZZONI - SINDONA -  
 Via Cavotti, 7 - Cassina de' Pecchi  
 20050

**Il Gioglio**

**50 ANNI**  
 50° anniversario AVIS  
 80 anni di Solidarietà

**TERMOIDRAULICA RIGAMONDI**

Impianti Termici sanitari  
 climatizzazione e gas

VIA GIUSEPPE GARIBOLDI 6  
 20050 CASSINA DE' PECCHI (PV)

TEL. 02.9528585

**coop**  
 Lombardia  
 Comitato soci di Zona Vignate

EUROPEAN MOBILITY WEEK AND GO THE RIGHT WAY  
 2015-2016 18-19 settembre - 20 ottobre 2015

**Punto simply**  
 CASSINA DE' PECCHI

*\*Iniziativa inserite  
 nel programma della  
 Settimana Europea  
 della Mobilità  
 Sostenibile*

**17 - 20 SETTEMBRE 2015**

**via Trieste - C.na Casale  
 Cassina de' Pecchi**



Evento promosso dal  
 COMUNE  
 di  
 CASSINA DE' PECCHI

CON  
 ASSOCIAZIONI  
 e  
 COOPERATIVE SOCIALI

**Eventi di promozione  
 &  
 Raccolta fondi**

**25-28 settembre 2015**  
 Viaggio a Elancourt con il Gemellaggio per la  
 presentazione del progetto "Ti ospito a casa  
 mia" e condivisione delle buone pratiche su  
 progetti di Community Care

**sabato 10 ottobre 2015 h 21.00**  
 "COFFEE AND CIGARETTES"  
 Spettacolo teatrale della Compagnia  
 "PaT Passi Teatrali" \*

**DOMENICA 18 OTTOBRE 2015**  
 In occasione della Festa d'Autunno presso  
 lo stand de "Il Germoglio"

**sabato 24 ottobre 2015 h 21.00**  
 "FOOD EXPERIENCE"  
 Spettacolo Teatrale dell'Associazione Culturale  
 "La Scatola dei Pensieri" \*  
 in collaborazione con il "Tavolo del Terzo Settore"

**sabato 14 novembre 2015**  
 ore 20.30 Presentazione progetto  
 ore 21.00 "RUMORS - PETTEGOLEZZI"  
 Spettacolo teatrale della Compagnia Fila-  
 drammatica Orenese - sezione giovani \*  
 in collaborazione con il "Tavolo del Terzo Settore"

*\*Tutti gli spettacoli teatrali si svolgeranno presso  
 "Il Piccolo Teatro della Martesana" - via Trieste  
 Cassina de' Pecchi - inizio spettacoli ore 21.00*

**Info**

Cooperativa Sociale "Il Germoglio"  
 Tel: 02-95305165  
 dal Lunedì al Venerdì  
 dalle h. 9,00 alle h. 16,00  
 amministrazione.germoglio@gmail.com

Comune di Cassina de' Pecchi  
 Politiche Sociali e del Terzo Settore  
 Tel: 02/95440217  
 p.sociali@cassinadepocchi.gov.it

**Ti ospito a casa mia**



*pensare il futuro "con" e "per"*

**per Donazioni**

c/c intestato a:

"Il Germoglio" Cooperativa Sociale  
 presso Banca Popolare Etica

IBAN:

IT67N0359901899050188530976



*In collaborazione con il Tavolo del Terzo Settore*

## **Domenica 20 Settembre ... si parte!!!**

Datemi un cuscino e in men che non si dica piombo nel sonno più profondo ...Ebbene, nonostante ciò, la notte trascorsa non è stata delle migliori, perché con la paura di non sentire la sveglia. Ogni ora sbirciavo le lancette, tuttavia eccomi puntuale all'incontro al buio con il cielo stellato in piazza del comune: sono le 06:20! Con altre venti socie ed un solo socio ci avviamo a trascorrere insieme una domenica-fuori porta. Dalla stazione centrale di Milano è bastato un treno anni '20 a riportarci indietro nel tempo ad immaginare dame e cavalieri accomodarsi sulle panche di legno. Giovani ed anche non più giovani, ragazzi/e volontari (ci tengo a sottolineare non stipendiati), vestiti con abiti della tradizione valesiana impreziositi di pizzopuncetto, ci hanno accolto ed accompagnato con bravura e simpatia sia durante il viaggio sia per tutta la visita artistico-culturale del paese. Elena, la nostra guida, ci ha fatto conoscere Varallo Sesia, in provincia di Vercelli. Percorriamo le vie del centro storico, ammiriamo i cortili, le strette contrade con affreschi, i balconi fioriti, il ponte sul torrente Mastallone e poi su con la funivia al Sacro Monte. Una pausa al ristorante per un'ottima pasta ai funghi e una non meno buona polenta con il brasato, dolce e caffè e la visita prosegue per le tante ( ben 45 !!! ) cappelle che ripercorrono la vita di Gesù . La nostra guida ci ha mostrato le principali,

quelle più importanti per il loro significato invitandoci a tornare per ammirare anche le altre. Ogni cappella era protetta da grate che non ho saputo apprezzare, perché mi costringevano a strane torsioni del collo per poter sbirciare all'interno le statue e gli affreschi . Sicuramente tanti particolari mi saranno sfuggiti, la tanta gente e di conseguenza il poco tempo



dedicato mi hanno lasciato quella voglia di tornare per assaporare meglio questo grande valore artistico. Non dimentichiamo che Varallo vanta il Sacro Monte più antico d'Italia. La bellezza del Santuario, la strategica posizione e le sue vedute sono state rese ancor più belle dalla giornata, dal momento che non una sola nuvola ha pennellato l'azzurro intenso del cielo.

Nel pomeriggio visita alla chiesa



Santa Maria delle Grazie, dove abbiamo ammirato uno splendido dipinto di Gaudenzio Ferrari. Il successivo tempo libero è stato dedicato al gelato, alla passeggiata, all'acquisto di piccoli souvenir. Ringrazio Laura per avermi fatto conoscere le miacce , che possiamo paragonare alle piadine romagnole, ottime con il salato o con il dolce. Purtroppo non sono riuscita a vedere la Collegiata di S. Gaudenzio anch'essa, a detta di chi l'ha vista molto bella.

Come una batteria scarica ho affrontato il viaggio del ritorno, le palpebre sempre più pesanti ... un cuscino e sprofondo nel sonno più profondo. Ringrazio l' expo per questa opportunità, ringrazio le socie che si sono adoperate affinché la banca del tempo potesse partecipare, ringrazio Giovanna nativa di Varallo che ha dato un tocco di simpatia e personalità alla giornata, le partecipanti per la compagnia, l'allegria e l'affetto dimostrato, ringrazio la divertita curiosità delle persone che si fermavano per fotografare il nostro treno d'epoca, molto scenografico con il classico fumo nero, molti ci salutavano stupiti e divertiti.

Ringrazio per il passaggio in auto alla stazione di Monza, chi ha provveduto all'acquisto dei biglietti del treno... insomma a tutti il mio più sincero grazie e... alla prossima!

**Celeste**  
**Banca del Tempo 25° ora**  
**Vimercate**

## Cosa facciamo come bdt Solotempo Bresso

Ovviamente diamo e chiediamo tempo, registriamo i nostri scambi e ogni anno presentiamo al nostro Comune una relazione sulle attività scambiate usando il monitoraggio che viene scaricato con estrema facilità grazie al programma delle ore dell'Associazione Nazionale.

In generale le nostre attività di scambio si riferiscono soprattutto a piccole pratiche e servizi per i soci, passaggi in macchina, organizzazione di attività, compagna.

Cerchiamo sempre di intercettare i bisogni e l'apertura di tre giorni a settimana della sede ci permette di ricevere continue richieste e sollecitazioni in una zona che per anni ha rappresentato un enorme quartiere dormitorio (circa 35.000 persone – la più alta densità

abitativa d'Italia - ora diminuite a 25.000 per trasferimenti e ritorni ai luoghi di origine da parte di chi andava in pensione).

In collaborazione con Asl, l'Amministrazione Comunale e l'Università della terza età abbiamo promosso l'anno scorso i gruppi di Cammino che hanno avuto un bel successo e continuano anche quest'anno, salvo l'interruzione per le vacanze.

Peraltro abbiamo la fortuna di abitare nei pressi di un bel Parco, ormai sempre più densamente popolato da alberi ventennali, cespugli di rose selvatiche, e altre piante che colorano la natura in modo diverso a seconda delle stagioni.

Abbiamo visitato Expo utilizzando i biglietti che Auser Milano ci ha

fornito a un prezzo molto vantaggioso, abbiamo attivato "Aperitivo con Alzheimer" con la collaborazione di una nostra esperta sull'onda delle proposte ricevute dall'Associazione Piccolo Principe nel 2014.

Ma siamo attivi anche con adesione a progetti contro la Violenza alle Donne, promossi da Asl e Amministrazione Comunale, abbiamo aderito alla Consulta dei Migranti, neonata anche in seguito ai problemi che sta vivendo la comunità ospitata presso il Centro Della Croce Rossa al Parco Nord ed è stato chiesto di visitare il campo per fare una valutazione, per quanto di nostra competenza, sulla situazione.

Inoltre siamo parte attiva della Consulta che si occupa della Residenza Sanitaria Disabili che ospita persone provenienti oltre che dal nostro territorio anche dai paesi circostanti.

Grazie alla nostra azione costante e puntuale, la commissione da ormai 3 anni lavora per migliorare le condizioni di vita degli ospiti nel rispetto della convenzione stipulata dal Comune di Bresso.

Purtroppo il lavoro da fare è ancora molto e le criticità rilevate nel corso del tempo sono state parecchie, quindi non possiamo assolutamente abbassare la guardia.



**Grazia Pratella**



## RIGENERARE IL FUTURO OLTRE LA CRESCITA OLTRE IL PATRIARCATO

Seminario di studi sui movimenti sociali per la decrescita, l'ecologia, il femminismo

Parma 5-6 novembre 2015  
Aula F, Strada Pietro del Prato, 3, Parma

Con la partecipazione di:

Antonella Bachioni, Tiziana Banini, Mauro Bonaiuti, Roberto Cagnelli, Alberto Castagnola, Stefano Ciccone, Giacomo D'Alisa, Daniela Danna, Federico Demaria, Marco Denu, Antonia De Vita, Alessia Di Dio, Diego Ferraris, Roberta Gandolfi, Anna Kauber, Gianfranco Laccone, Serge Latouche, Alberto Leiss, Sergio Manghi, Paola Melchioni, Alfonso Navarra, Rita Palidda, Vincenza Pellegrino, Eleonora Gea Piccardi, Antonella Picchio, Grazia Pratella, Alessandra Puglisi, Annamaria Rivera, Franco Romanò, Marco Sacco, Elena Skoko, Gianni Tamino, Pierre Tosi, Chiara Zamboni, e rappresentanti di Kuminda - Cibo per tutti.

L'ingresso è libero fino ad esaurimento dei posti.

Richieste di iscrizione via mail a: [rigenerareilfuturo@gmail.com](mailto:rigenerareilfuturo@gmail.com)

Programma completo: <http://decrescita.it/rigenerareilfuturo/>



L'ingresso è libero fino ad esaurimento dei posti. Per l'iscrizione mandare una mail con nome, cognome, contatti mail e telefonici (oggetto: Iscrizione convegno) entro lunedì 2 novembre a:

[rigenerareilfuturo@gmail.com](mailto:rigenerareilfuturo@gmail.com)

Web: <http://decrescita.it/rigenerareilfuturo/>

Segreteria organizzativa:

Marco Denu, Università di Parma  
Chiara Marchetti, Università di Milano

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PARMA  
Corso di laurea magistrale  
in Giornalismo e cultura editoriale

cir centro indipendente  
di ricerca

decrescita  
associazione per la

In collaborazione con

MASCHE  
PLURALE

ASSOCIAZIONE  
CIBO PER TUTTI  
KUMINDA  
IL CIBO PER TUTTI

Con il contributo dell'Istituto francese Italia,  
nell'ambito del suo ciclo di saggiato  
"Prospective critique"

INSTITUT  
FRANÇAIS  
ITALIA

## RIGENERARE IL FUTURO OLTRE LA CRESCITA OLTRE IL PATRIARCATO

Seminario di studi  
sui movimenti sociali  
per la decrescita,  
l'ecologia, il femminismo

Parma 5-6 novembre 2015

*Dalla sua nascita (2013) la banca del tempo di Cusago con la sua presidente Mariangeles Exposito è impegnata per la valorizzazione del territorio coinvolgendo cittadini e scuole, ci sarebbe molto da raccontare, lasciamo all'immagine e al comunicato stampa la presentazione dell'attività.*



## COMUNICATO STAMPA



Ottobre 2015

### **25 ottobre: Camminata campestre dal Castello alla Cavetta di Cusago e presentazione del progetto Natura fuori classe**

*Al termine della Camminata attraverso la campagna cusaghese, presentazione del laboratorio e visita all'area naturalistica oggetto di lavori di valorizzazione*

Domenica **25 ottobre**, in occasione della **Festa dell'agricoltura**, si svolgerà la **Camminata Campestre** attraverso la campagna cusaghese con partenza alle ore 15 da piazza del Castello e arrivo alla Cavetta nei pressi della cascina Naviglietto. Al termine della camminata, alle **ore 17**, dopo una merenda ristoratrice, **si presenterà il progetto Natura fuori classe** - laboratorio per la cura del verde naturalistico, con **breve visita all'area** oggetto dei lavori di valorizzazione.

L'idea alla base del progetto, avviato all'inizio del 2015 e promosso da **Banca del Tempo di Cusago** e **Associazione Italia Nostra Onlus - Sezione Milano Nord** con il **Centro di riforestazione urbana - Boscoincittà** e con il **sostegno del Comune di Cusago**, è quella di **formare un gruppo stabile di volontari che con il tempo possa seguire** in modo autonomo **la manutenzione di questa splendida area verde** nei pressi della Cascina Naviglietto, proprio nella parte finale di quel Naviglio fatto realizzare nel XV secolo da Filippo Maria Visconti e

che, collegando Cusago al Naviglio Grande all'altezza di Gaggiano, permetteva di raggiungere da Milano il Castello cusaghese. Il laboratorio prevede degli incontri settimanali condotti dai giardinieri del Boscoincittà di Milano, **ogni martedì dalle ore 9 alle ore 11**, gratuiti e aperti a tutti gli amanti della natura, che possono unirsi stabilmente o in forma occasionale al gruppo di volontari che sta prendendo forma.

I **risultati della prima fase del lavoro** sono già visibili: nelle complessive **308 ore dedicate** al progetto **tra i mesi di febbraio e giugno**, le attività degli **oltre 40 volontari coinvolti**, che si sono alternati nel corso degli incontri periodici, si sono concentrate intorno al lago a sud dell'area, su una superficie circa di 5.000 m2. Sono state rimosse le gabbie non adatte al luogo, è stata fatta una attenta pulizia per facilitare e rendere accessibile il passaggio, è stato ricostruito e riaperto il sentiero perimetrale dell'area umida, è stato realizzato un ponticello in legno sopra la sorgente



*Per la stampa:*

Idee e Parole – Giulia Leone

Tel: 02 90390871

Fax: 02 90394621

E-mail: [giulia.leone@idee-parole.it](mailto:giulia.leone@idee-parole.it)

*Per il pubblico:*

Banca del Tempo di Cusago

Tel: 380 4333163

E-mail: [bdtcusago@gmx.com](mailto:bdtcusago@gmx.com)

## IL TERRITORIO PER IL VOLONTARIATO - VOLONTARI PER IL TERRITORIO

Il giorno **11 Novembre 2015** dalle **18,30** alle **21,30** presso il **Museo Salterio (MUSA)** in via Alzaia Naviglio Pavese, 5 Zibido San Giacomo, fraz. Moirago avrà avvio il corso di formazione "IL TERRITORIO PER IL VOLONTARIATO - VOLONTARI PER IL TERRITORIO" inserito nel progetto MI\_Land.

Il corso si rivolge a volontari delle varie associazioni e comunque alle persone interessate con lo scopo di acquisire competenze tecniche e strumenti essenziali per la valorizzazione dell'operato della propria associazione e la valorizzazione del patrimonio culturale sul territorio.

L'offerta formativa prevede 70 ore complessive di didattica: 35 ore di lezioni frontali in aula e 35 ore di esercitazioni pratiche. I moduli didattici sono strutturati in modo tale da fornire ai corsisti le basi di carattere teorico-metodologico, dando ampio spazio alla parte pratico-applicativa per fissare contenuti e fare un'esperienza in prima persona. La partecipazione attiva dei corsisti è necessaria in ogni fase del percorso formativo.

AFOL Sud Milano

Via Leonardo da Vinci, 5—20094 Corsico (MI)

tel. 02/45103082—fax 02/45107445

[corsico@afolsudmilano.it](mailto:corsico@afolsudmilano.it)



**MUSA**  
Officina del Gusto  
e del Paesaggio

Via Alzaia Naviglio Pavese, 5  
20080 Zibido San Giacomo, fraz. Moirago  
tel. 02/90094089 – fax 02/90020238  
[www.museosalterio.it](http://www.museosalterio.it)  
[info@museosalterio.it](mailto:info@museosalterio.it)

**ORARIO DI APERTURA**  
Sabato e domenica  
dalle 10.00 alle 18.00

Ingresso gratuito

**Progetto MI\_LAND**  
Agro-cultura integrata nel sud-ovest milanese

con il contributo di:  **fondazione cariplo**

**MUSA**  
Officina del Gusto  
e del Paesaggio

agente  
formazione  
socio-territoriale  
laborio  
1991 milanese

**IL TERRITORIO  
PER IL VOLONTARIATO  
VOLONTARI  
PER IL TERRITORIO**

**Corso di formazione**

**Sviluppo e potenziamento  
delle competenze del VOLONTARIO**

**Novembre 2015—Febbraio 2016**

# Il tempo scambiato.

Per creare una rete di relazioni interpersonali per sostenersi ed aiutarsi reciprocamente la Banca del Tempo e dei Saperi di Buccinasco

Non è una Associazione di Volontariato e neppure una Cooperativa Sociale ma continuamente tesse una rete di aiuto e di solidarietà attraverso lo scambio di ore, lo scambio di tempo. Ogni ora scambiata è uguale per tutti dal professionista, al professore, alla casalinga: **“la mia ora è uguale alla tua!”**

La Banca del Tempo e dei Saperi, nata a Buccinasco nel 1997 è tra le associazioni più attive e propositive del territorio, proprio grazie ai suoi numerosi soci che – “donando” il proprio tempo mettono a disposizione della collettività le proprie competenze e le proprie esperienze.

All'interno dell'Associazione il gruppo del Direttivo coadiuvato da numerosi soci è molto attivo, come si legge nel suo sito:

[www.bancadelttempobuccinasco.it](http://www.bancadelttempobuccinasco.it), nel proporre eventi, attuare corsi, oltre alla collaudata gestione della segreteria le cui socie formate da anni di esperienza sono in grado di risolvere problemi di ordine materiale e personale, creando le condizioni per avviare e consolidare relazioni di amicizia, per combattere l'esclusione sociale e la solitudine e promuovere una cultura della solidarietà e rendere più aperta e vivibile la nostra città.

Dal mese di settembre l'associazione cura molte attività: corsi di inglese e spagnolo, ceramica e pittura a olio, balli di gruppo e danze popolari dal

mondo, laboratori per allenare la memoria e interpretare i sogni, laboratori creativi, ma anche incontri e seminari. I prossimi incontri: “Essere nonni: la gioia più grande tra difficoltà generazionali” (il 18/10 ore 15:00 Centro culturale Bramante), “Donna e mamma: cosa cambia con l'arrivo del bebè” (il 25/10 alla ore 15:00 sempre al Centro culturale Bramante a cura della Dott.ssa Ylenia Mazza), “Apericena e chiacchiere: Simboli e corrispondenza dei mesi” a cura della Dott.ssa Gabriella Artioli e Prof. Alessandro Cirillo (3 incontri a partire dal 29/10, Centro culturale Bramante, ore 18.45), con aperitivo offerto dai soci. E, ancora due argomenti che toccano da vicino la nostra sensibilità: “La forza del destino” lavoro e tematiche di Marco Ferrini - relatrice Laura Tenerelli (il 6/02/16 ore 15:00 Centro Culturale Bramante) e “La ricerca di armonia nelle relazioni” relatrice Laura Tenerelli (il 13/02/16 ore 15:00 Centro Culturale Bramante)

Per i soci, inoltre, sono previste visite alle mostre, gite, gruppi di cammino, incontri letterari, chiacchierate in inglese...

Cosa aspettate ad iscrivervi?

La sede della Banca del Tempo e dei Saperi di Buccinasco si trova in via Vittorio Emanuele 13/a al primo piano:

la segreteria è aperta il lunedì mattina dalle 9,30 alle 11,00 e il martedì, mercoledì e il giovedì dalle 16:00 alle 18:00; telefono 02.45715758, e-mail [bdtbuccinasco@gmail.com](mailto:bdtbuccinasco@gmail.com).

**Maria Rosaria Lomuscio**

Momento conviviale, pomeriggi letterari



Momento solidale- vendita mele per conto Associazione Italiana Sclerosi Multipla





# Banca del Tempo Vercelli

gruppo A.M.A. "vita Activa"

## convegno **"Le Banche del Tempo e la condizione umana nell'era digitale : partecipazione e cittadinanza attiva"**

### Programma:

Ore 9,00 *Registrazione al convegno*

Ore 9,30 *Felice Paiola, Presidente Banca Tempo Vercelli - Saluti  
Mimmo Vetrò - La Banca del Tempo a Vercelli*

Ore 9,45 *Maura Forte Sindaco Carlo Riva Vercellotti Presidente Provincia -  
Mons. Marco Arnolfo Arcivescovo Antonio Catania Provveditore agli studi - Saluti*

Ore 10,15 *On. Luigi Bobba - La riforma di legge nel Terzo settore*

Ore 10,45 *Leonina Grossi, i 20 anni della B.T. Banca Tempo Rimini*

Ore 11,10 *pausa caffè*

Ore 11,30 *Prof. Gian Luigi Bulsei, Univ. Piemonte Orient. - Deleg. di Ateneo per il nonprofit e l'economia civile  
Scambio, fiducia, solidarietà: il tempo come valore umano e dimensione sociale*

Ore 12,00 *Erminia Ruggeri - Rosalba Vinci - Le Banche del Tempo in Piemonte*

Ore 12,40 *Maria Luisa Petrucci, Presidente Naz. Banche Tempo  
Storia, principi e valori delle Banche del Tempo*

Ore 13,10 *pausa pranzo*

Ore 14,40 *Marta Russo - Il tempo sbanca, Le Banche del Tempo a scuola*

Ore 15,20 *Caterina Bobba, I gruppi di Auto Mutuo Aiuto, dinamiche ed esperienze*

ore 15,45 *conclusioni*

**Sabato 14 novembre 2015**

**dalle ore 9,00 alle ore 16,00**

**Teatro Barbieri**

**Via Giuseppe Parini, 3 Vercelli**

il tempo regalato è il dono più prezioso



Comune di Vercelli




Banche del Tempo



Centro Famiglie Villa Cingoli

**Banca del Tempo Vercelli**  
gruppo A.N.A. "vita Activa"

**convegno "Le Banche del Tempo  
e la condizione umana nell'era digitale :  
partecipazione e cittadinanza attiva"**

**Sabato 14 novembre 2015 dalle ore 9,00 alle ore 16,00**

**Teatro Barbieri Via Giuseppe Parini, 3 VERCELLI**

*bancatempovc@libero.it cell. 3347582212 in collaborazione con la Parrocchia San Salvatore*

**invito**  
il tempo regalato è il dono più prezioso

## LA BIENNALE DI PROSSIMITA' - L'IDEA DI UNA RETE DI ASSOCIAZIONI CHE COINVOLGE ANCHE LE BANCHE DEL TEMPO

Recentemente come Coordinamento abbiamo partecipato a un incontro organizzato dai promotori della prima biennale di prossimità tenutasi a Genova il giugno scorso.

Un po' in sordina a questo incontro hanno partecipato alcune nostre BdT oltre che l'associazione nazionale, ma la realtà è stata più positiva e interessante di quanto ci aspettavamo.

La biennale voleva essere un appuntamento nazionale unico nel suo genere, dedicato alle comunità locali, alle associazioni, alle imprese sociali, ai gruppi di persone che guardano e agiscono in un'ottica di prossimità. Il che vuol dire sentirsi collegato, connesso con altre persone, vedere le altre persone a noi vicine che hanno bisogni simili ai nostri, e collegarsi per risolverli insieme. I promotori hanno voluto creare un luogo, una casa in un certo senso, dove le realtà nate in questi anni in tutta Italia che hanno sviluppato esperienze di vicinanza potessero incontrarsi, farsi conoscere e mettersi in relazione tra di loro.

Il centro storico di Genova è stato teatro per due giorni di numerosi incontri gestiti dalle 120 realtà che hanno partecipato.

L'incontro di questo ottobre è stato organizzato a Milano per incominciare a pensare al prossimo appuntamento della Biennale fissato nel 2017. Lo scopo è allargare il numero dei promotori e individuare la città che può accogliere la manifestazione tra due anni, una città ricca di queste realtà di prossimità, eterogenee ma con questo valore in comune.

Come Coordinamento abbiamo pensato di non caricarci di compiti organizzativi ma di guardare con interesse a questa rete che dal basso si sta organizzando e certamente parteciperemo con più consapevolezza e preparazione.

E magari essa si terrà, perché no, a Milano una città ricca di tante esperienze e dove le BdT sono luoghi in cui l'altro diventa e viene sentito come il vicino non più un estraneo da temere.

**Laura Disilvestro**

## INCONTRO MENSILE DEI SOCI DELLA BANCA DEL TEMPO DI SARONNO

**Venerdì 30 ottobre 2015**

**Premessa** : gli incontri mensili sono stati “inventati” già nel 1999 allo scopo di facilitare la reciproca conoscenza dei soci, giacché si era visto nel primo anno di vita della Banca del Tempo che persone che non si conoscono almeno un po' a fondo difficilmente scambiano prestazioni. L' iniziativa ha avuto successo, e da allora ci si ritrova per chiacchierare, per fare il punto su quanto si sta facendo e per programmare nuove azioni che interessino almeno una parte dei soci.

### IL TUTTO IN MANIERA DEL TUTTO INFORMALE, SENZA BISOGNO DI ORDINI DEL GIORNO O DI VERBALI

Eventuali “problemi” relativi alla gestione dell' Associazione, agli scambi di prestazioni o a rapporti interpersonali possono essere portati al Consiglio Direttivo, che si riunisce anch' esso una volta al mese e che sarà ben contento di trovare le migliori soluzioni assieme a chi avrà posto il problema.

### Argomenti di cui si parlerà oggi

Iniziativa riprese o portate a termine dopo l' ultimo incontro del 25 settembre ( e riassunto della prima parte dell' anno ) :

Prosegue regolarmente il nostro impegno di solidarietà presso la Casa di Riposo FOCRIS, che alla fine di settembre ha raggiunto per il 2015 176 ore.

Prosegue regolarmente il nostro impegno nel Progetto Rete Rosa, che alla fine di settembre ha raggiunto le 111 ore.

Prosegue regolarmente il nostro impegno presso la Biblioteca Comunale, che ha raggiunto alle fine di settembre 90 ore.

Prosegue anche l' impegno di Maria Luisa Sala presso la Società Storica Saronnese, che alla fine di settembre ha raggiunto le 72 ore.

La partecipazione a manifestazioni e

incontri, soprattutto questi ultimi con altre Banche del Tempo vicine, sta sempre più aumentando e alla fine di settembre era arrivata a 211 ore per il 2015.

Sono riprese le lezioni di nuoto sotto la guida di Gabriele, che nella prima parte dell' anno avevano totalizzato 175 ore.

Sono riprese anche le lezioni di yoga, sotto la guida di Claudia, che nella prima parte dell' anno erano arrivate a 123 ore.

Infine gli scambi di prestazioni tra soci alla fine di settembre erano arrivati a 140 ore.

La mattina del 25 settembre eravamo stati intervistati dal settimanale “Il Notiziario” a proposito dell' attività di Edda e Luigi B. presso la Biblioteca Comunale. Però a tutt'oggi l' articolo non è ancora uscito.

Mercoledì 30 settembre siamo tornati sulla Green Way al lago di Como, facendo per la prima volta il tratto Lenno – Tremezzo. Abbiamo scoperto per puro caso lungo il percorso nei paesini tre fantastici presepi costruiti nelle cantine di una vecchia casa.

Venerdì 9 ottobre c'è stato in sede il terzo incontro letterario, per commentare il romanzo thriller psicologico di successo “La ragazza del treno”.

Domenica 11 ottobre siamo tornati in 14 a Caronno P. per l' happy hour al ristorante Nici.

Martedì 13 ottobre Elsa ha presentato alcune sue poesie a un pubblico di autori saronnesi, riscuotendo un caldo successo sia come poetessa che come personalità.

Giovedì 22 ottobre Gabriele e Giancarlo hanno ancora una volta parlato di Banche del Tempo, e in particolare naturalmente della nostra, dalle 10.30 alle 11.30 presso l' emittente locale Radiorizzonti. Abbiamo saputo che è aumentata la potenza dell' emissione, e quindi ci hanno sentito anche più lontano del

solito.

Giovedì 29 ci siamo incontrati a Gallarate con la locale Banca del Tempo, assieme alla Bdt di Tradate, come sempre per informarci sulle nostre rispettive attività e per trovare spunti per eventuali azioni comuni.

Siamo già tornati due volte a teatro, a Ceriano Laghetto e a Rovello Porro. Proseguiremo, sempre organizzati da Dina C.. Di Turate non si sa ancora nulla.....

### Nuove iniziative prossime e meno prossime :

Aiuto a Sandie prima in ospedale e poi a casa

Venerdì 13 novembre alle ore 16 ci sarà il quarto incontro letterario in sede, dove si commenterà il romanzo “Morte di un uomo felice” scritto dall' autore saronnese Giorgio Fontana.

Siamo già in parola con il Telefono Azzurro per la “vendita” di nuove cassette nel weekend 21-22 novembre.

Cominciamo a parlare dell' incontro natalizio : potrebbe andare bene come data venerdì 18 dicembre?

La Casa di Riposo FOCRIS ci invita ufficialmente (per la prima volta) al loro Open Day del 20-21 febbraio 2016. Sarà molto gradita la nostra presenza, che utilizzeremo naturalmente per farci tutta la réclame possibile presso il pubblico dei familiari e delle autorità. Sarà anche molto gradito un nostro intervento sulla nostra attività da loro la mattina del primo giorno durante un piccolo convegno da loro organizzato. Chi si offre?

Proposte per occasioni da organizzare:

\* Pranzo al Circolo Sardo per gustare ancora il loro porcellino allo spiedo.

\* Pranzo nel ristorante vicino a Castellanza (?) proposto da Lella.

\* Visita all'Hangar Bicocca a Milano.

\* Partecipazione alle Serate della Scienza a Gerenzano.

\* Visita al nuovo Museo Egizio a Torino.



Un caso di compagnia agli anziani alla casa di riposo



Letture delle poesie della nostra poetessa



Scampagnata alla Green Way sul lago di Como



## BALLO DEL TESSERAMENTO E NUOVE INIZIATIVE A ZIBIDO SAN GIACOMO

Dopo l'unificazione la Banca del tempo con il Comitato Donne, scelta obbligata dovuta alla scarsa partecipazione ed interesse che ormai continua da qualche anno, ritenendo comunque di continuare a proporre iniziative per creare partecipazione ed interesse, il 13 ottobre abbiamo organizzato il "Ballo del Tesseramento" - Aperitivo danzante per raccogliere nuovi e vecchi soci amici.

Grazie alla collaborazione della Banca del Tempo di Buccinasco e alla presenza dei soci affezionati, la serata è passata piacevolmente, gustando deliziosi stuzzichini, torte salate, dolci e tortelli e ballando poco ma intensamente dal walzer al tango, dalle danze celtiche a quelle popolari internazionali.

Certo le aspettative erano diverse, ci aspettavamo nuovi iscritti e più partecipazione, ma questo non ci scoraggia certamente e abbiamo già programmato alcune prossime iniziative.

La prima sarà la consueta FESTA DELLE ASSOCIAZIONI che si terrà il 29 novembre a San Pietro Cusico, giornata dedicata alla presentazione e promozione delle Associazioni presenti sul nostro territorio, che quest'anno vedrà devolvere il ricavato della cena conclusiva della giornata (come sempre) a contributo per l'acquisto di un defibrillatore a disposizione delle associazioni durante le loro iniziative pubbliche.

L'anno prossimo cominceremo con la raccolta dei quadrati in lana o tessuto per formare la coperta da consegnare

al primo nato nel comune in occasione dell'8 marzo, poi seguiranno Happy English (aperitivo in inglese), la bicicletta di Primavera, la vendita dei fiori a favore dell'Ospedale di Pavia (associazione genitori bambini leucemici), serata di lettura in biblioteca "leggendo sotto le stelle", festa del baratto con gli amici della Banca di Rozzano, serata a tema e altro ancora.

Ci auguriamo di poter raccogliere prima o poi i frutti dei nostri sforzi e delle nostre idee nelle quali crediamo.

*Irene Mezzadri - presidente BDT  
Comitato Donne/Banca del Tempo di  
Zibido San Giacomo*

Con il Patrocinio del





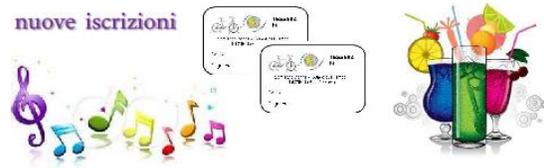
Il Comitato Donne e la Banca del Tempo di Zibido San Giacomo

**VENERDI' 23 OTTOBRE 2015**  
**Dalle ore 19,00**

**BALLO DEL TESSERAMENTO**  
 Presso Cascina Corte San Pietro  
 San Pietro Cusico - Zibido San Giacomo

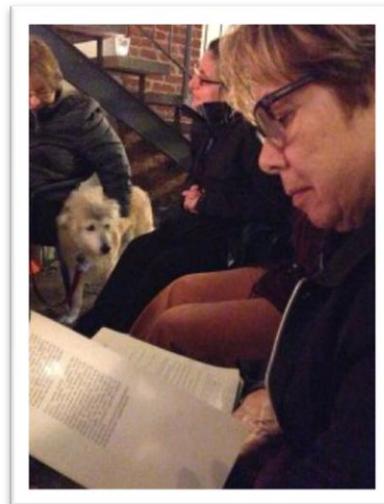


Aperitivo danzante per ritrovarci e raccogliere nuove iscrizioni




## Banca del tempo e... Rozzano

Ci siamo lasciati a fine giugno, dopo la serata della lettura sotto le stelle, al lume di candele, con aiuto di piccole torce, ( forse è meglio chiamarla "lettura sotto acqua a catenelle"), è stata una bellissima serata, fredda ma rallegrata da buon umore in compagnia di bellissime letture e dolcetti presenti anche alcuni soci della Banca del Tempo di Zibido .  
Evento che ci piacerebbe riproporre a tema per il mese di marzo



\*Abbiamo ripreso a settembre con l'apertura della sede , oltre che nella giornata di giovedì anche il lunedì sera libero (musica – Art\*therapy anti stress – manualità), il martedì sera " rapporti di buon vicinato", discussione dell'argomento del giorno sul territorio e gioco delle carte.

\*All'ultimo mercoledì del mese continua l'incontro del gruppo di lettura presso la nostra sede, in collaborazione con la Biblioteca. Stiamo aumentando di numero tra cui anche uomini e questo ci fa piacere , è curioso ma soprattutto è interessante le varie interpretazione/emozioni che ognuno di noi raccoglie nella lettura di un libro.

\*Domenica 22 novembre , presso la Cascina Grande di Rozzano il pranzo annuale "OGNUNO PORTA QUALCOSA" seguito da una ricca tombolata.

Possono partecipare non solo i soci ma anche parenti, amici e conoscenti.

Siamo certi che come per gli anni scorsi sarà fantastica.

Questa è anche una occasione per farci conoscere e passare una piacevole giornata.

**Graziella - Presidente BdT Rozzano**

La Banca del Tempo E... anche quest'anno ti aspetta  
per pranzare insieme.  
Porta anche i tuoi famigliari  
ed amici.

**NON PRENDETE IMPEGNI!!!**

Comune di Rozzano

Sarà un'ottima occasione per rivederci, stare tutti  
insieme e magari conoscere nuovi soci, passando una  
piacevole giornata.

**Regala un pochino del tuo Tempo per  
preparare qualche cosa di buono da  
condividere con gli altri**

BANCA DEL TEMPO E...  
PRANZIAMO INSIEME

"OGNUNO PORTA QUALCOSA"  
SEGUITO DA TOMBOLATA

**22 novembre 2015**  
alle 12,30  
Cascina Grande  
Rozzano

Banca del Tempo E...  
Rozzano  
Via Garofani 4 - Rozzano  
Tel. 331 359 7512 - email  
bdtrozzano@gmail.com

