
Banche del Tempo MI - Bollettino Mail degli scambi 067
Coordinamento BDT Milano e Provincia
Progetto Rete - 17 settembre 2006
Via dei Transiti, 21 - 02 2618 006
20127 Milano - 339 1453 112 - 349 4634 760
mail di Redazione: spo_npd@fastwebnet.it
www.banchetempo.milano.it

(Si ricorda che per attivare gli scambi occorre iscriversi presso una Banca del tempo)

- 01 ORTI DEL GHIGLIO IN FESTA, Milano Baggio
- 02 Milano, nuova socia richiede con urgenza un contatto :
- 03 Scantinando a Niguarda MI
- 04 BDT anche a Viterbo e Prato
- 05 Milano Centro Storico, Simonetta e il grande freddo
- 06 Un agriturismo amico
- 07 Bolle, bolle il pentolone..
- 08 BDT Milano isola Arci Metissage: ogni 15 giorni la BDT
- 09 Gatto di Milano cerca casa
- 10 Corsi a Bettola e Linate, frazioni di Peschiera Borromeo MI
- 11 Milano, Jacopo non rompe le custodie
- 12 Milano centro storico: mercoledì a tutto computer.
- 13 Francesca si batte ai punti
- 14 Spagnolo, yoga e francese a Cernusco sul Naviglio MI.
- 15 Luigi, da Milano, fa il filo
- 16 Come si mangia in Somalia
- 17 Milano, nuova socia richiede con urgenza un contatto
- 18 Amici per e dalla Spagna.
- 19 Caccia al tesoro a Chiaravalle MilanoSud.
- 20 Miao miao da Bucci(nasco) MI
- 21 Olodanza: tre appuntamenti con Emma.
- 22 Sopra la panca...
- 23 BICICLETTATE TRANQUILLE a Buccinasco MI
- 24 Corsi e seminari di bioenergetica a Milano
- 25 Orlo ai pantaloni del pesce, per Chiara Sal.
- 26 Zilgrei: corsi e seminari di bioenergetica a Milano Uruguay

*** 067-01 * ORTI DEL GHIGLIO IN FESTA, Milano Baggio
Domenica 17 settembre 2006, gli Ortisti del Giglio, Italia Nostra e BDT
ORA x ORA MILANO BAGGIO - Piazza Stovani 5 organizzano:
GRANDE GRIGLIATA- MUSICA DAL VIVO - DANZE POPOLARI al Parco delle Cave,
all'interno degli orti, zona della Cava Cabassi. "Grigliata di pesce e
carne"ore 13,00. Ognuno di noi porterà una propria specialità (chiediamo
un contributo di euro 5,00 per la grigliata);
Danze Popolari" ore 16,00 a cura di alcuni soci della Banca del Tempo,
Attilio ci delizierà con la fisarmonica
Adesioni presso la BDT, 02 4891 6076 oppure Paolo 02 4562 829 - Luigi V.
02 4799 6634 - Giovanni C. 02 4891 1677

*** 067-02 * Milano, nuova socia richiede con urgenza un contatto :
Anna, di BDT Milano centro Storico chiede lezione di dattilografia per
videoscrittura con 10 dita; ha sentito la trasmissione domenica su
radio24ore ed è diventata socia. Riferimento Anna-144 -
centrostoricomi@yahoo.it;

*** 067-03 * Scantinando a Niguarda MI
Luciana B. della BDT Milano Niguarda, cerca aiuto per liberare una
cantina e portare alla discarica quello che non viene ritirato.

*** 067-04 * BDT anche Viterbo e Prato
Mille attività BDT anche a Viterbo Prato. Trovate tutto.
- Prato via Filicaia dal lunedì al venerdì dalle 10 alle 13. Tel. e fax:
0574/26602. e-mail laboratoriodeltempo@comune.prato.it - web:
www.comune.prato.it/sport/labtempo.
- ageviterbo@fastwebnet.it;
Associazione Genitori - Sede A.Ge. via Zara, 1 - Mercoledì ore 9:00 -
13:00 - Martedì e giovedì ore 15:00 - 18:00 tel
0761 347 645 - 330 6297 88 - www.tusciaweb.it

*** 067-05 * Milano Centro Storico, Simonetta e il grande freddo ***
Ciao sono Simonetta e avrei una richiesta, anche con un rimborso delle
spese. Devo traslocare un frigorifero-congelatore 60x70 h.190, da Pieve
Emanuele in Milano zona Bande Nere. A Pieve entra in ascensore, mentre a
Milano abito al 7° piano e in ascensore non entra. Sarebbe necessario,
forse, un carrello con ruote di gomma grosse, o magari poter visionare
prima la scala.
E' nuovo, ancora in garanzia, e quello che ho a Milano sta dichiarando
forfait. Simonetta ssimion@fastwebnet.it - 338 2319706

*** 067-06 * Un agriturismo amico
Porte Aperte al Bio Agriturismo Tenuta Antica di Cessole: sabato 23
Settembre, dalle 11 alle 20, sarà possibile visitare l'agriturismo,
assaggiare piatti della nostra cucina casalinga e degustare i prodotti
dell'azienda agricola biologica, 7 ettari tra vigneto, orto, frutta,
nocciole e bosco. 6 camere, tutte con comodo bagno privato, delle quali 1
attrezzata per ospitare disabili e 2 ampie suite adatte a gruppi o
famiglie. <http://www.tenuta-antica.com>

*** 067-07 * Bolle, bolle il pentolone...
Silver, della BDT Milano Niguarda, cerca pentoloni grandi e grandissimi
(anche di alluminio) per un gruppo scout, anche usati e un po'
ammaccatelli. Li ritiriamo in Lombardia e nelle province di PR, SP, MS e
LU.

*** 067-08 * BDT Milano isola Arci Metissage: ogni 15 giorni la BDT *
A Milano, in via Borsieri 2 (entrata da via de Castilla) - Quartiere
Isola, si riparte alla grande.

- Apertura serale

Circolo ARCI aperto tutti i venerdì e sabato dalle 20:00 in poi, per bere
(e magari sgranocchiare) qualcosa, fare quattro chiacchiere, giocare a
carte, ascoltare musica, leggere un libro e stare insieme. Appena ci
riprenderemo dalle rimpianti vacanze, staremo aperti di più!

- Corso di Spagnolo - base (martedì 19:00-20:30)

Alfabetizzazione delle due lingue e comunicazione di base, e se c'è chi
mastica già qualche parola, tanto meglio!

Regole grammaticali, chiacchierate in lingua, cineforum in versione
originale tra una birretta e un ronito equosolidale del nostro bar. Fino
ad affrontare grandi performance linguistiche!

- Corso di Storia e critica del Cinema (mercoledì 18:00-19:30)

Per gettare uno sguardo sulle fasi di lavorazione di un film. Un percorso
attraverso i grandi registi.

- La Filosofia come stile di vita (mercoledì 19:30-21:00)

Le principali scuole di pensiero dell'età antica, le teorie dei maggiori
filosofi contemporanei con uno sguardo alla nostra vita quotidiana alla
ricerca di una maggiore consapevolezza sull'Etica dei nostri giorni.

- Laboratorio di scrittura creativa (giovedì 18:00-19:30) Impariamo a
scrivere per noi stessi prima di tutto e poi per comunicare con gli
altri. Un corso per mettere a frutto le nostre capacità creative. Un
confronto con alcuni grandi autori, l'analisi dei testi, confronto
dinamico in un laboratorio dove si impara con la pratica.

- Corso base di GNU/Linux (giovedì 19:30-21:00)

Per promuovere una maggiore diffusione dei saperi e degli strumenti che
ne consentano la produzione e la condivisione. Come potete installarvi e
configurarvi una macchina in tutte le principali operazioni.

BANCA DEL TEMPO

Riprende, infine, da ottobre anche la BDT, sempre a Milano, Via Borsieri
2 (ingresso da via De Castilla). Per chi è già iscritto, largo agli
scambi!!! Per chi, invece, ancora non ha capito bene come funziona, ha
dubbi-perplessità-incertezze, vi aspettiamo ogni 1° e 3° lunedì del mese,
dalle 18 alle 21, per l'accoglienza!

Il primo incontro, il 2 ottobre, sarà anche occasione per una festiciola
mangereccia, con il contributo culinario dei partecipanti (sul finire
dell'orario di accoglienza). info@arcimetissage.org -

www.arcimetissage.org

*** 067-09 * Gatto di Milano cerca casa

Lanfranco è un gatto sui 4 anni affettuoso e domestico, ma non possiamo
tenerlo nella colonia dei gatti che gestiamo perché scappa e non mangia
con gli altri. Ha bisogno di una casa e di padroni affettuosi. Sa dare
molto e può essere un'ottima compagnia per chiunque avesse piacere di
avere un'animale intorno a sé. Grazie. Marina 320 1932 705.

*** 067-10 * Corsi a Bettola e Linate, frazioni di Peschiera Borromeo
(Milano).

- CROMOTERAPIA: vivere in armonia con i colori, PSICOLOGIA

DELL'ESPERIENZA, SALUTE ovvero ASSOCIARE CORRETTAMENTE GLI ALIMENTI".
Da ottobre. Info e condizioni di partecipazione: Mauro Guerini - 02 5962
7666 - 335 7248 732 - mauro_guerini@it.ibm.com.

*** 067-11 * Milano, Jacopo non rompe le scatole
Jacopo di Milano Niguarda cerca scatole vuote dei DVD. Le ritira a Milano
e dintorni. Grazie.

*** 067-12 * Milano centro storico: mercoledì a tutto computer.
25-settembre-2006 mercoledì - lezione di registrazione suono con Audacity
+ CDex
4- ottobre -2006 mercoledì- lezione di sistemazioni di foto con Picasa2
11- ottobre -2006 mercoledì - 1^ lezione di PowerPoint effetti grafici
18- ottobre -2006 mercoledì - 2^ lezione di PowerPoint effetti sonori
25- ottobre -2006 mercoledì - 2^ lezione di PowerPoint effetti filmati e
globali
Prenotazione obbligatoria (per la limitata capienza della sala- max 10
persone)- CentroStoricoMi@yahoo.it - SMS al 338 37 34 33 0 - con Cognome
e Banca di appartenenza. Cordiali saluti - Giancarlo Centro Storico
CentroStoricoMi@yahoo.it

*** 067-13 * Francesca si batte ai punti
Francesca P. di Milano Centro Storico cerca sempre punti del latte della
Centrale di Milano o della Granarolo. In cambio offre consulenze e
lezioni di informatica. Grazie

*** 067-14 * Spagnolo, yoga e francese a Cernusco sul Naviglio MI.
La BDT organizza:
1.- Corso di spagnolo a partire da giovedì 28 Settembre 2006, presso la
Biblioteca di Cernusco - Via Cavour
2,- "Incontri con lo Yoga" in 6 sedute dal 21 Settembre.
3.- Francese da mercoledì 27 Settembre, Biblioteca Via Cavour
info: BDT 02 9278 307 (ore 16,30-18,30, ogni martedì - 338 1126 678-
Bruna B - www.comune.cernuscosulnaviglio.mi.it/

*** 067-15 * Luigi, da Milano, fa il filo
Avete cavi elettrici, prolunghe, spine, prese, e altro materiale
elettrico che non vi serve? Luigi Tomasso ritira questo materiale per
usarlo nelle BDT o negli scout. In cambio offre...questo Bollettino!

*** 067-16 * Come si mangia in Somalia
Corso di cucina multietnica della BDT Milano Sud e Arci Chiaravalle MI.
Sede ARCI PESSINA via S.Bernardo 17 nei giorni dom.24-sett; 22-ott; 26-
nov., ore 16-20. Prime tre lezioni di cucina etnica (somala, giapponese,
marocchina) e a cena si mangerà quanto preparato durante il corso. Musica
e da informazioni etno-antro-politiche. L'iscrizione, entro il 20
settembre, è per sole 7-10 persone mentre per la cena possiamo ospitare
fino a 40 persone. Quota: per gli iscritti BDT, corso e cena 3 euro +2

ore. Chi non è iscritto alla BDT, 6 euro. Chi partecipa solo alla cena pagherà 8 euro. Seguiranno altre serate: cucina eritrea, thailandese, peruviana, columbiana, filippina, indiana.., bdtmilanosud@hotmail.it - 02 5691 176.

*** 067-17 * Milano, nuova socia richiede con urgenza un contatto : Anna, di BDT Milano centro Storico chiede lezione di dattilografia per videoscrittura con 10 dita; ha sentito la trasmissione domenica su radio24ore ed è diventata socia. Riferimento Anna-144 - centrostoricomi@yahoo.it;

*** 067-18 - Amici per e dalla Spagna.
Ci sono già alcuni interessati ad eventuali scambi di ospitalità e altro con le BDT della Spagna:

Luigi----- Milano Niguarda
Irene C.----- Gallaratese
Antonietta e Stefano ---- Milano centro Storico
Emanuele Auri.----- Milano centro Storico
Barbara ----- Milano Isola Metissage,
Franca Sp.----- Conoisce lo spagnolo
Sergio ----- E' italiano, socio BDT, e vive a Valencia
Ci sono altri interessati?

*** 067-19 * Caccia al tesoro a Chiaravalle MilanoSud.
SCHIACCIA IL TESORO - Caccia al tesoro nel Borgo di Chiaravalle, domenica 1° ottobre ore 14-18. Se hai dai 13 ai 99 anni ISCRIVITI - inviando un'email a schiacciailtero@chiaravalle-milano.it, oppure 339 5324 006 - presso ARCI, via San Bernardo 17
Contributo: 10 euro a squadra, (squadre da 3 a 5 persone al massimo, incluso almeno 1 maggiorenne. Si accettano anche iscrizioni individuali.
Regolamento su www.chiaravalle-milano.it

*** 067-20 - Miao miao da Bucci(nasco) MI
Ho una bellissima gattina di 3 mesi da collocare. Per cortesia puoi girare la mail. Grazie Carla BdT Buccinasco - 02 45715758 - Banca del Tempo e dei Saperi Buccinasco MI - 02 4571 5758 - www.bancadeltempobuccinasco.org

*** 067-21 * Olodanza: tre appuntamenti con Emma.
L'Olodanza® è un sistema di danzaterapia che favorisce il benessere e il piacere di vivere attraverso una serie di esercizi costruiti in modo da liberare il respiro, la vitalità, la creatività, l'apertura verso gli altri, il contatto.
MILANO - Lunedì 25 settembre 2006 alle ore 21,00 presso Nonsolodanza in via Cola Montano ang. Via Pastrengo (costo partecipazione 5 euro)
Abbigliamento comodo e calzini!!!

*** 067-22 * Sopra la panca...

Associazione cerca a scambio ore panche pieghevoli (o anche fisse). Le ritira (con piacere e gratitudine) a Milano e dintorni. Rispondere direttamente a questo Bollettino.

*** 067-23 * BICICLETTATE TRANQUILLE a Buccinasco MI

Buccinbici e Banca del Tempo e dei Saperi di Buccinasco organizzano per mercoledì 20 e mercoledì 27 settembre, ore 17,45, Ritrovo davanti al "PUNTO BUCCINBICI" - Ore 18,00 ritrovo al CIMITERO

A tutti i soci, i simpatizzanti, gli amici, tutti i mercoledì ci incontriamo al "Punto bici" di Via Emilia, all'altezza della piazza del mercato (l'ex gabbiotto della polizia municipale).

Poi una bella pedalata tranquilla, nei dintorni di Buccinasco.

Assaporeremo, senza accaldarci troppo dopo una giornata di lavoro, la serenità dei nostri luoghi e la brezza fresca che ci si gode solo andando in bici...www.buccinbici.it - www.bancadelttempobuccinasco.org

*** 067-24 * Corsi e seminari di bioenergetica a Milano

La socia Alessandra Callegari Locatelli conduce professionalmente corsi e seminari di bioenergetica. www.alessandracallegari.it - 339 5324 006

Primo incontro di prova gratuita martedì 26 settembre 2006

Circolo ARCI Pessina, via San Bernardo 17, Chiaravalle-Milano (MM3 Rogoredo, bus 77) tel. 02/5398546

*** 067-25 * Orlo ai pantaloni del pesce, per Chiara Sal.

Da Milano centro Storico: qualcuno mi può accorciare e fare l'orlo a un paio di pantaloni nuovi di mio marito? Vorrei anche sapere se qualcuno conosce la ricetta tradizionale (qualità dei pesci, quantità e preparazione) della zuppa di pesce. Grazie da Chiara Sal.

*** 067-26 * Zilgrei corsi e seminari di bioenergetica a Milano Uruguay

Il metodo Zilgrei, cioè una pratica di autoterapia, basato su respirazione e movimento, vi sarà illustrato dalla BDT di Milano Via Uruguay, 11/2, giovedì 21 settembre ore 16, c/o la sede del C.I.S. Citofono 157, fermata M.M. Uruguay. Cari saluti da Rosanna.

Note

A - specificare sempre la BDT di appartenenza e i propri servizi offerti: nuovi amici in tutt'Italia vogliono conoscervi.

B - scrivere il CAP, il Comune e il Quartiere di residenza.

C - scrivete come volete essere contattati: tel ab/uff, cell, mail (personale o della BDT, a vostra scelta).

D - scrivere sempre: autorizzo la diffusione di questa richiesta.

E - quando lo scambio va in porto, mandateci una mail.

F - tutti gli indirizzi di questa mail sono protetti

G - per cancellazioni e rettifiche, [mailto: spo_npd@fastwebnet.it](mailto:spo_npd@fastwebnet.it)

H - se avete amici interessati, mandateci una mail
I - collaborate al Sito del Coordinamento. Inviare se possibile i testi
in word o txt. www.banchetempo.milano.it - 02 2618 006 - 349 4634 760