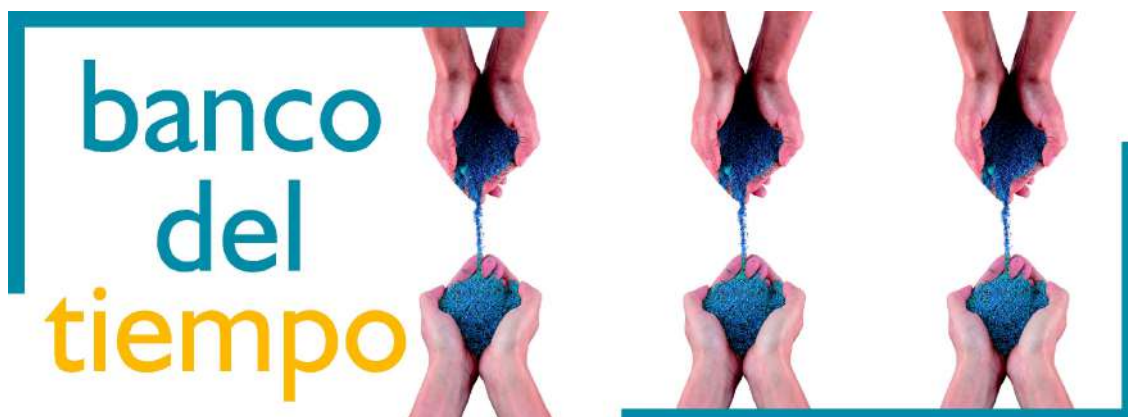


Añada la dirección comunicacio@saludyfamilia.es a sus contactos para recibir correctamente nuestros boletines

[Clique aquí si no visualiza correctamente el boletín](#)



Associació · Asociación
SALUD Y FAMILIA

Boletín núm. 121 febrero 2023

PRÓXIMAS SALIDAS DE LOS BANCOS DEL TIEMPO



SALIDA AL AUDITORIO : BRAHMS 2

Salida de los Bancos del Tiempo en el Auditorio a oír a Brahms; interpretado por Nicolas Altstaedt y Maria Gardolinska. Será el próximo 11 de marzo a las 19h. Salida en colaboración con Apropa Cultura

Plazas limitadas. Inscripciones en saludyfamilia@saludyfamilia.es

SALIDA AL TEATRE NACIONAL DE CATALUNYA



Salida de los Bancos del Tiempo en el Teatre Nacional de Catalunya. La obra es L'alquimista, una adaptación de la novela de Marguerite Yourcenar, L'Œuvre au noir, que recrea una Europa que oscila entre la oscuridad de la Edad Media y la luz del Renacimiento. El próximo

20 de mayo. Plazas limitadas. Una salida en colaboración con Apropa Cultura.

Inscripciones en saludyfamilia@saludyfamilia.es



XX AÑOS DE LOS BANCOS DEL TIEMPO EN PORTUGAL

La Dra. Elvira Méndez Méndez participó como ponente en los actos de conmemoración de los XX años de los Bancos del Tiempo en Portugal. Foto oficial con la Sra. Margarida Santos fundadora de los Bancos del Tiempo en Portugal.



VÍDEO DE LOS BANCOS DEL TIEMPO

La Red de los Bancos de Tiempo de la Asociación Salud y Familia ha editado un vídeo donde se reconoce y visibiliza la labor comunitaria de los Bancos del Tiempo, especialmente en los momentos más difíciles de la pandemia. Con el apoyo de Banco del Tiempo de Sant Cugat de Vallès y la Diputació de Barcelona

[Vídeo con subtítulos en inglés](#)

Vídeo editado por Roger Lapuente

BANCO DEL TIEMPO DE SANT ANDREU
(BARCELONA)

Taller Monogràfic de Calçots

9 Febrer de 17h a 19h
a la Cuina de l'Harmonia



Et sorprendràs dels plats que
podrem fer amb els calçots!

inscripcions al

mail:bancdeltemps.santandreu@gmail.com



BANCO DEL TIEMPO DE SANTS

(BARCELONA)



A screenshot of a Facebook post from the page 'Banc de Temps de Sants'. The post features a colorful, abstract background with overlapping circles in shades of orange, yellow, and pink. The main text is in Spanish, written in a mix of bold serif and cursive fonts. At the bottom left, there is a small circular logo for 'Bot SANTS' and a white rounded rectangle containing a call to action in Spanish.

Banc de Temps de Sants
4 d · 🌐

¿Tu que necessites per a ser feliç?
Si es conèixer gent, aprendre coses noves, compartir, fer activitats, passar-ho be, el #bancdetemps es el teu espai.

**En este momento
de mi vida solo hago
Cosas que me hacen
feliz.**

**¡Ojalá que apuntarte a el Banc de Temps,
sea una de las cosas que te haga feliz!**

BANCO DEL TIEMPO BON PASTOR (BARCELONA)



Banc Del Temps Bon Pastor

1 h · 🌐



Aquest any les i els nostres sardanistes actuaran i participaran de diversos esdeveniments dins de Barcelona i perifèries, (apunta't).



**BANCO DEL TIEMPO SANT CUGAT
(BARCELONA)**



BANCO DEL TIEMPO MIRA-SOL (BARCELONA)



BANCO DEL TIEMPO SANT JOAN DESPÍ (BARCELONA)



Banc del Temps i Voluntariat de Sant Joan Despi

19 de enero a las 20:39 · 🌐



Als tallers de costura creativa, continuem creant boniques labors a més de passar una bona estona amb companyia.



BANCO DEL TIEMPO PIERA (BARCELONA)

Trobades de Jocs de Taula
Al Casal d'avis de Piera

Si tens ganes de jugar,
passar una bona estona, ensenyar-
nos el teu joc preferit i aprendre
nous jocs de taula,
vine al casal !!!

Informat al 660.28.8853 (Josepa)
i 678.56.66.70 (Yolanda)

El Karma i la Llibertat
Conferència de Marta Povo el 12 de febrer'23

*Entendre la llei de causa-efecte,
la nostra llibertat d'escollir
i saber crear karma positiu o dharma.*

Diumenge, 12 de febrer
Hora: 12 h
Casal de Joves i Grans
Plaça Mar i Cel, 1
08784 PIERA

Xerrada facilitada per Marta Povo,
acupuntora, terapeuta psico-energètica,
assessora de l'habitat i directora de
l'Escola Geocrom de Barcelona i Piera

www.institutogeocrom.net
www.martapovoonline.com
geocrom.martapovo@gmail.com

Organitza:

Col·labora:

BANCO DEL TIEMPO SANT CELONI (BARCELONA)



BANCO DEL TIEMPO CAMBRILS (TARRAGONA)

CAMBRILS PENSA

GENER-JUNY 2023

5^è CICLE DE XERRADES PER ENTENDRE EL MON

Sala d'actes del
CENTRE CULTURAL DE CAMBRILS

C/ Sant Plàcid, 18

SENSE ENERGIA

Per què està passant el que està passant?

ANTONIO TURIEL

Doctor en Física Teòrica.
Investigador del CSIC

23 de gener a les 19h

PER UNA CULTURA DE LA PAU

És possible evitar les guerres?

JORDI ARMADANS

Periodista i Politòleg

6 de febrer a les 19h.

HOMENATGE A CATALUNYA

La guerra civil espanyola segons
el testimoni de GEORGE ORWELL

MIQUEL BERGA

Professor Honorari de Literatura
Anglesa de la Universitat Pompeu
Fabra

6 de març a les 19h

ELS MAQUIS A CATALUNYA

Una història oblidada

RAÛL VALLS

Filosof. President AMICAL, antics
guerrillers de Catalunya

17 d'abril a les 19h

PODEM SEGUIR VIVINT AMB AQUEST MODEL TURÍSTIC?

Podem deixar de fer-ho?

ERNEST CAÑADA

Investigador postdoctoral a la Univesitat
de les Illes Balears i membre d'Alba Sud

8 de maig a les 19h

LA REVOLTA EDUCATIVA A LES ESCOLES DE LA REPÚBLICA

El paper de les docents, pedagogia
i ciutadania

CARMEN AGULLÓ

Doctora en Pedagogia a la Universitat de
València

5 de juny a les 19h



BANCO DEL TIEMPO LLORET DE MAR
(GERONA)



BdT LLORET DE MAR
TEMPS DE CONVERSA

ANGLÈS

Dilluns de 19:00 a 20:00

Bar de la biblioteca



CASTELLANO

Divendres de 15:15 a 16:15

Bar de la biblioteca

FRANCÈS

Divendres de 17:15 a 18:15

1r pis biblioteca

**BANCO DEL TIEMPO PONT DEL DIMONI
(GERONA)**

| | |
|--|-----------------------------|
| Dijous, 16 19 a 20.30h Centre Cívic Santa Eugènia | Taller de Fotografia |
| Dijous, 16 20 a 22h Centre Cívic Santa Eugènia | Taller de Cuina |
| Dimarts, 21 18 a 19h Espai Marfà Centre Cívic Santa Eugènia | Conversa en anglès |
| Dimecres, 22 19.30 a 21h Centre Cívic Santa Eugènia | Taller d'impressió 3D fàcil |
| Dijous, 23 19 a 20.30h Centre Cívic Santa Eugènia | Taller de Fotografia |
| Dijous, 23 20 a 22h Centre Cívic Santa Eugènia | Taller de Cuina |
| Dimarts, 28 18 a 19h Espai Marfà Centre Cívic Santa Eugènia | Conversa en anglès |

Activitats obertes a tothom. Cal inscripció prèvia.
Per participar en alguna activitat o informació, contactar:
bdtpontdeldimoni@gmail.com WhatsApp 644 611 415
www.bdtpontdeldimoni.com (Contacta)



BANCO DEL TIEMPO SAN JAVIER (MURCIA)

LUNES

| | | | |
|---|--|---|--|
| SESIÓN DE REIKI | PINTURA EN TELA | APRENDE A VIAJAR | |
| HORA: 10:00 A 12:00 | HORA: 10:00 A 12:00 | HORA: 12:00 A 13:00 | |
| LUGAR: SÓTANO CENTRO CIVICO PRINCIPE ASTURIAS. | AULA: USOS MÚLTIPLES /CENTRO SERVICIOS SOCIALES | AULA: HOTEL ASOCIACIONES CENTRO SERVICIOS SOCIALES | |
| DANZA Y MOVIMIENTO | SCRAPBOOKING | JUEGOS DE MESA | TEATRO |
| HORA: 17:00 A 17:30 | HORA: 17:00 A 19:00 | HORA: 17:30 A 19:00 | HORA: 18:00 A 19:00 |
| AULA: MISCELANEA/ CENTRO SERVI SOCIALES | AULA: USOS MÚLTIP CENTRO SERVIC.SOC | AULA: CENTRO PERSO MAYORES LA RIBERA | AULA: SALÓN ACTOS PRINCIPE ASTURIAS |

MARTES

| | | | |
|--|--|---|---|
| LUJONG I Y II | JUDO Y DEFENSA PERSONAL | APRENDE A USAR TU MÓVIL | PINTURA AL OLEO |
| - 9:00 EL 1º GRUPO - 10:30 EL 2º GRUPO | HORA: 9:15 A 10:30 | HORA: 11:00 A 12:00 | HORA: 10:00 A 13:00 |
| AULA: MISCELANEA CENT. SERV. SOCIALES. | LUGAR: POLIDEPOR-TIVO DE SAN JAVIER | AULA: CENTR. PERSON MAYORES LA RIBERA | AULA: USOS MÚLTIP. CENTRO SERV.SOCALÉ. |
| ITALIANO | PATRONAJE Y COSTURA | CANTO UCRANIANO Y RUSO | |
| HORA: 12:00 A 13:00 | HORA: 15:30 A 17:30 | HORA: 16:30 A 18:30 | |
| AULA: HOTEL ASOCIACIONES /CENTRO SERVICIOS SOCIALES | AULA: USOS MÚLTIPLES CENTRO SERVICIOS SOCIALES | AULA: SALÓN ACTOS/ CENTRO CÍVICO PRIN.ASTURI | |
| BAILE EN LINEA | LABORES (ganchillo, punto...) | YOGA | |
| HORA: 17:00 A 18:00 | HORA: 17:30 A 19:30 | HORA: 18:00 A 19:00 | |
| AULA: MISCELANEA/ CENTRO SERVICIOS SOCIALES. | AULA: USOS MULTIPLES/ CENTRO SERVICIOS SOCIALES | AULA: MISCELANEA/ CENTRO SERVICI. SOCIALES. | |

MIÉRCOLES

| | | | | |
|--|--|---|---|--|
| SOBRE RUEDAS | PING PONG | REPUJADO DE ESTAÑO | PINTURA EN DIAMANTE | |
| HORA: 9:30 A 10:30 | HORA: 11:30 A 12:30 | HORA: 17:00 A 19:00 | HORA: 17:00 A 18:30 | |
| LUGAR: ESCULTURA DEL PEREGRINO | LUGAR: POLIDEPOR-TIVO DE SAN JAVIER | AULA: HOTEL ASOCIA-CIONES/CENT.SERV.SO | AULA: USOS MÚLTIP. CENTRO SER.SOCIALE | |
| MANUALIDADES | PILATES | SEVILLANAS BÁSICAS | SEVILLANAS AVANZADAS | BAILES DE SALÓN |
| HORA: 18:30-20:00 | HORA: 18:00- 19:00 | HORA: 17:00-18:00 | HORA: 18:00-19:00 | HORA: 19:15-20:30 |
| AULA: USOS MÚLTIP/CENTRO SERVICIOS SOCIA. | AULA: GIMNASIO PRINCIPE DE ASTURIAS | AULA: MISCELAN CENTRO SERVIC. SOCIALS | AULA: MISCELAN. CENTRO SERVICIO SOCIALES | AULA: MISCELAN. CENTRO SERVICIOS SOCIALES |

BANCO DEL TIEMPO CHURRIANA (MÁLAGA)



BANCO del TIEMPO CHURRIANA

13 h · 🌐

Os convocamos a la 1 reunión para conocernos y programar algunas actividades conjuntas ,si tenéis ideas....Tomaremos un café o infusión para que sea más distendida , nos vemos el miércoles a las 17,30 horas en la sede y si podéis id confirmando porfa.Y si estas interesado vente sin problemas.

Bt

BANCO DEL TIEMPO

MÁLAGA
CHURRIANA

Ejemplos de intercambios

Necesito que acompañen a mi madre al médico...
A cambio puedo enseñar a colgar un cuadro...

¡Yo te puedo ayudar!
Necesito que alguien pasee al fin de semana a mi perro...

Necesitamos de tus habilidades que puedas brindar, de la misma forma que puedas cubrir algunas de tus necesidades.

¡Yo te puedo ayudar!
A cambio necesito que me ayudes a preparar un cena...

¿Cómo me inscribo?

Busca tu banco más cercano en la lista de contactos de la parte de atrás y háblanos. Te daremos más información sobre los bancos del tiempo y cómo participar.

👍 2

8 veces compartido

**BANCO DEL TIEMPO CIUDAD JARDÍN
(MÁLAGA)**



Banco Del Tiempo Ciudad Jardín

22 h · 🌐



Nuestras usuarias del BDT realizan con la [Asociación Cultural de Mujeres Jazmín](#) un taller saludable donde han podido combinar la diversión con el deporte, recibiendo a cambio vivencias y anécdotas para recordar siempre.

Proyecto "Banco del Tiempo 2023" subvencionado por el Área de Participación Ciudadana del [Ayuntamiento de Málaga](#)



2 users commented

INTERNACIONAL

BANCA DEL TEMPO CATANIA (ITALIA)



BANCA DEL TEMPO

Sede legale di Catania - Sportello operativo di Battiati
www.bancadeltempo-itempochevoni.it F.B. banca del tempo. catania

PROGRAMMA GENNAIO 2023

Weekend residenziale di CINEMATERAPIA
Marcella Franchino - Miro Cavalaro
Sabato 28 e domenica 29

PSIGODRAMMA E GIOCHI DI RUOLO
Marcella Franchino
Ogni Lunedì
Ore 18 -20

TEATRO
Fiammetta Filaci
Titti Mancuso
Ogni Mercoledì
Ore 17-19

BALLO
Lucia Nicotra
Ogni Mercoledì
ore 16-17

CUCITO COSTUMISTICA SCENOGRAFIA
Rosaria Antonazzo, Matilde Magni
Francesca Giannellaro
Ogni Lunedì
Ore 17-19

FESTA DELLA BEFANA
Tombolata e cena conviviale
Venerdì 6, ore 18-20

CUCINA IN CASA
"la magia della trasparenza in vasocottura"
Paola Martellone
Sabato 14 ore 9,30 - 14

LETTURE CONDIVISE
Dora Caponetto
venerdì 27, ore 17-18

Proiezione cortometraggio "BIMBA"
di Federica Pace
Venerdì 20 - ore 18

ATTIVITA' DI SCAMBIO FRA SOCI
accompagnamento, ass. informatica, cons. mediche, cons. psicologiche, disbrigo commissioni, estetica, lavori manuali, lez. d'arte, lez. di studio, mesoterapia, piccole riparazioni, preparazione pietanze e dolci.

SERVIZI GRATUITI PER LA CITTADINANZA DI BATTIATI
PARTECIPAZIONE LABORATORI- un terzo dei posti stabiliti per ciascun lab. è riservato gratuitamente a residenti; ref. M. Franchino (338.6333552)
RECUPERO SCOLASTICO- 8/10 lezioni individuali gratuite per alunni scuola primaria e secondaria (inf. e sup.); ref. Carmelo Di Mauro (349.1370247)
FREE LIBRARY - "prendi un libro-lascia un libro"; dopo aver donato un libro, ogni residente ha accesso gratuito alla libreria BdT; ogni venerdì dalle 17 alle 18 - referenti: Dora Caponetto (328.8636785) e Teresa Chinnici (338.5635705)
SPORTELLO BdT - Piazza Giovanni Paolo II (zona due Obelischi) Battiati - ogni venerdì dalle 17 alle 19 (dalle 17 alle 18 colloqui informativi su appuntamento - dalle 18 alle 19 riunione per i soci)
Presidente: Giuseppe Gentile (tel. 333.7849522);
Presid. onoraria: Marcella Franchino (tel. 338.6333552); Segretaria: Paola Martellone (tel.3490736287)


Comune di Sant'Agata Li Battiati

BANCA DEL TEMPO ROMA PIGNETO (ITALIA)



BancadelTempo Roma Pigneto

17 de enero a las 15:30 · 🌐



CORSO BASE DI TANGO

Il lunedì a partire dal 23 gennaio 2023

dalle ore 20 alle 21

I posti sono limitati, le persone interessate sono pregate di prenotare.

[Ver traducción](#)



BANCA DEL TEMPO VALDAMERA (ITALIA)

La serata della Banca del Tempo Riparte l'attività di soci e volontari

Valmadrera

Grande successo
per la tombolata
Dall'11 febbraio
si apre il calendario 2023

La Banca del tempo di Valmadrera riparte con le attività del 2023 dall'11 febbraio, con le nuove iniziative a cominciare dal ciclo di incontri su "Salute e stili di vita" che si terrà nel corso della giornata nella sede di Villa Ciceri.

Intanto ha avuto grande successo l'originale tombolata dell'altra sera per mettere in palio ore di abilità e servizi. È stato un singolare modo per promuovere l'associazione stessa, sempre più presente nella vita della città e che consiste appunto nello scambio non di soldi, bensì di tempo. L'evento ha coinvolto anche i giovani studenti del ramo aiuto cuoco del centro di formazione professionale "Aldo Moro" per la preparazione del momento conviviale.

Dice il presidente di Banca del tempo, **Flavio Passerini**: «L'altra sera è stata l'occasione per riprendere a vederci e

rinsaldare la nostra rete di relazioni». Hanno partecipato e portato i loro saluti anche l'assessore comunale alla Cultura, **Marcello Butti** e il parroco don **Isidoro Crepaldi**. È stata inoltre presente l'associazione valmadrerese "Semplicemente Noi", con cui la Banca del tempo sta impostando future collaborazioni e scambi. Durante l'evento sono state proiettate le immagini delle principali iniziative che la Bdt è riuscita a realizzare dalla fine del 2019, fino all'inizio della pandemia.

I soci hanno partecipato altresì al sondaggio che l'associazione ha lanciato poco prima di Natale e che si chiuderà con gennaio, su proposte per il futuro. Grande partecipazione e divertimento ha infine suscitato la "Lotteria delle disponibilità", con in premio ore o prodotti e servizi offerti dai soci: lavori a maglia, ore di sostegno a chi è in difficoltà con l'uso delle nuove tecnologie come il cellulare, buoni per lezioni di italiano, per imparare a fare torte.

Dice Passerini: «**Veronica Tentori** e **Fiorella Casar-**



I giovani studenti dell'Aldo Moro, durante la serata di ripresa

telli hanno distribuito premi e divertimento a piene mani. Siamo convinti che la serata sia servita davvero a ricreare quelle relazioni tra i partecipanti che negli ultimi tre anni si stavano sfilacciando a causa delle restrizioni della pandemia, che si è protratta per una parte anche del 2022. Né ciò, né il cambio di sede, avvenuto nel 2022 in Villa Ciceri, con la necessaria riorganizzazione, sono stati un freno alle nostre attività che hanno superato le 1600 ore scambiate. Vale a dire: quasi 35 ore a settimana, per 46

settimane di apertura da gennaio a dicembre».

La "Banca del Tempo" è un'associazione di volontariato in cui chi presta la propria opera vede riconosciute le ore, da riscuotere attraverso altri soci: così, chi mantiene aperto lo sportello può ricevere in cambio compagnia, giardinaggio, lezioni di lingua o cucina e chi più ne ha, ne metta; allo stesso modo, chi per esempio si intende di computer può scambiare le proprie competenze con ricami, torte e molto altro. **P.Zuc.**

BANCO DE TEMPO STA. MARIA DA FEIRA (PORTUGAL)



ENCONTRO DE MEMBROS do BANCO DE TEMPO de Sta. Maria da Feira

9.º ANIVERSÁRIO
do Banco de Tempo de Santa Maria da Feira

PROGRAMA:

Balanço da Atividade do ano 2022
Testemunhos de Membros do
Banco de Tempo
Música e dança
Lanche partilhado

**LOCAL DE
ENCONTRO:**

ORFEÃO da Feira
Salão do 1.º Andar
14h30

SÁBADO - 28 de JANEIRO

Para Membros do BdT e Amigos



bancodetempobetim 19h



Quando falamos da possibilidade de praticarmos economia não monetária, ou de nos organizar para trocar serviços valendo "tempo", ouvimos com frequência a frase **"tá, mas o que eu ganho com isso?"**

@bancodetempobetim



@bancodetempobetim

Vem ler o post!

PROYECTO SUBVENCIONADO POR:



Más información en la página de facebook



Facebook



Twitter



Banc del Temps Escolar



Página web

Copyright © **|CURRENT_YEAR|* *|LIST:COMPANY|**, All rights reserved.
|IFNOT:ARCHIVE_PAGE|* *|LIST:DESCRIPTION|

Our mailing address is:

|HTML:LIST_ADDRESS_HTML|* *|END:IF|

[cancel·la la subscripció](#) [modifica la subscripció](#)

|IF:REWARDS|* *|HTML:REWARDS|* *|END:IF|