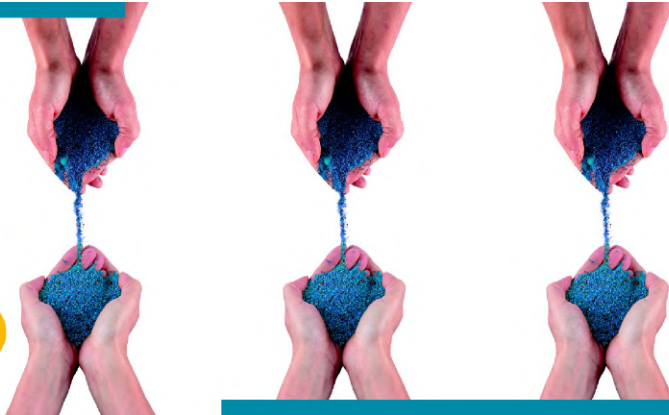


Añada la dirección [comunicacio@saludyfamilia.es](mailto:comunicacio@saludyfamilia.es) a sus contactos para recibir correctamente nuestros boletines

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

# banco del tiempo



Asociación Asociación  
SALUD Y FAMILIA

Boletín núm. 123 mayo 2023

## DIA INTERNACIONAL DE LAS FAMILIAS 2023



Asociación Asociación  
SALUD Y FAMILIA

### DIA INTERNACIONAL DE LAS FAMILIAS

Ponerse en juego significa estar atent@s y dedicar tiempo cada día a nuestr@s hij@s. Detenerse, dejarse llevar y compartir tiempo de calidad con l@s hij@s marca la diferencia. El juego es la ocupación favorita y más intensa de l@s niñ@s, el medio por el que aprenden, expresan emociones, desarrollan habilidades sociales y cultivan la imaginación. Volverse niñ@s jugando es una fuente de sorpresas y de alegría que nos acerca a nuestr@s hij@s y crea relaciones insustituibles.

COMPARTIENDO TIEMPO DE JUEGO CRECEMOS JUNTOS

TALLER DEL BANCO DEL TIEMPO '¿Cómo humanizar la

## revolución digital?

ORGANIZA:

Asociació... Asociación  
**SALUD Y FAMILIA**

Bancs del Temps  
de Sant Cugat

CON EL APOYO DE:

Instituto  
**MUJERES**

INSCRIPCIONES:  
<https://saludyfamilia.es/cal/events/2023-05-04173000-2023-05-041193000>

¿CÓMO HUMANIZAR LA REVOLUCIÓN DIGITAL?



Asociación Salud y Familia  
Jueves, 4 de mayo de 2023  
C/Via Laietana, 40, Entresuelo  
08003 Barcelona

¿Cómo humanizar la revolución digital?; Una charla sobre la relación entre el uso de las tecnologías y su impacto en las relaciones humanas a cargo del sr. Miquel Montoliu, socio del Banco del Tiempo de Sant Cugat. Será el próximo jueves, 4 de mayo a las 17:30 en la sede de la Asociación Salud y Familia, Via Laietana,

40. Dirigida a las secretarías y los socios/socias de los Bancos del Tiempo

Inscripciones: [rmendoza@saludyfamilia.es](mailto:rmendoza@saludyfamilia.es)

## SALIDAS DE LOS BANCOS DEL TIEMPO

### 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 Marguerite Yourcenar El Œuvre au noir, que recrea una Europa que oscila entre la oscuridad de la Edad Media y la luz del Renacimiento. Una salida en colaboración con Apropa Cultura. Plazas limitadas. Será el 20 de mayo a las 19h Incripciones en

[rmendoza@saludyfamilia.es](mailto:rmendoza@saludyfamilia.es)

**TMB Recomana**



Xarxes d'intercanvi de temps a cada barri.

Próximo vídeo de la campaña de Transportes Metropolitanos de Barcelona de promoción y difusión de los Bancos del Tiempo del 1 al 15 de mayo

**BANCO DEL TIEMPO**  
INNOVACIÓN SOCIAL  
COMUNITARIA



### **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 editat per Roger Lapuente

BANCO DEL TIEMPO DE GRÀCIA  
(BARCELONA)

# Iniciació a la fotografia

Analógica y digital



Fotografía d' Adolf García

Parlarem sobre consells i conceptes  
básics perquè aprenguis a fer  
unes boniques fotografies

**Dimarts 27 d'Abril** de 19 a 20.30

Lloc

Lluisos de Gràcia Plaça del Nord

Inscripcions Adolf García wtsp 652 81 25 28



## BANCO DEL TIEMPO DE SITGES (BARCELONA)



## BANCO DEL TIEMPO BON PASTOR (BARCELONA)

Festes de Bon Pastor \* Maig del 5 al 15

Banc del Temps 6 de maig

Taula d'Entitats de 10:00 a 14:00 h

Activitat Creixement Personal 11:00 h  
Presentació Llibre Gegant.



TARJETA		COMUNITAT COMARCALES	
BARCELONA	BON DEL TEMPS	PENYA BARCELONA	RADIO BARCELONA
ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	LA COCINA	HYDEA	CEL VILLES
DI MONS	BANC DEL TEMPS	AVV	BARCELONA
ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	INST. ESCOLA TIL·LOR	BARCELONA
ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS
ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS
ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS
ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS
ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS
ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS	ASSOCIACIÓ D'AMIGOS DELS BARRIS

BANCO DEL TIEMPO BADALONA  
(BARCELONA)

Vols formar part del  
Banc de Temps de Badalona?

Escriu a  
[bdtbadalona@gmail.com](mailto:bdtbadalona@gmail.com)



Una altre economia és possible  
Banc de Temps de Badalona

BANCO DEL TIEMPO SANT



## Temps i Emocions

**Xerrada de**  
**Josefina Altés Campa, Vice-Presidenta de**  
**l'Asociación Iberoamericana de Bancos del**  
**Tiempo**

**26 d'abril, 2023**  
**11:00 - 11:45 H.**  
**Àgora d'Entitats**  
**Fira Gran**

**L'espai EMOCIONAL**  
SVS - ACCIÓ EN BLAU



Vols aprendre a reduir l'estrès en només 5 minuts i tres cops al dia?  
T'ho explicarà el nostre soci Joaquim Melich en la xerrada "La  
coherència cardíaca"

Obert a tothom

Dimarts 25 d'abril a les 19 h  
Casal de Mira-sol  
c/ Mallorca, 42 Sant Cugat del Vallès





Banc del temps de Palau

1 d · 🌐



Tot un èxit l'intercanvi d'avui



BANCO DEL TIEMPO DE PIERA  
(BARCELONA)



**Impartido por  
Àngels Junyent**

## **Taller gratuito de empoderamiento**

Aprovecha esta oportunidad única para fortalecer tus áreas vitales de la mano de una facilitadora del Método Holístico de Autoconsciencia.

Participa en este taller gratuito y experimenta mejoras instantáneas para conseguir una vida más plena y feliz. ¡Te estamos esperando!

**16 de abril  
11h - Piera, Barcelona**

Telf: **699 57 20 45**

Plazas limitadas

Organizado por:

**Banc del Temps**



**¡Contáctame!**



**BANCO DEL TIEMPS CARDEDEU  
(GERONA)**



CINQUENA  
CAMINADA  
(22-23)  
PELS VOLTANTS DE  
CARDEDEU

BREU DESCRIPCIÓ DEL RECORREGUT

- ✓ Anirem pel parc dels **Pinetons** i pujarem pel carrer de **Can Montells**.
- ✓ Baixarem cap a **Can Montells**, girarem a l'esquerra i entrarem al bosc.
- ✓ Pujarem per dins del bosc fins arribar a dalt de la carena. Girarem a l'esquerra i baixarem pel camí direcció a **Marata**.
- ✓ Tombarem a la dreta i després de fer un tros de camí, ens enfilarem pel bosc a l'esquerra.
- ✓ Un cop a dalt de tot, tindrem una molt bona vista (caminarem una estona per la **ruta verda de Les Franqueses**).
- ✓ Tombarem a la dreta, passarem per **Can Cassà de la Serra** i continuarem pel camí fins arribar quasi a **Can Jo**.
- ✓ Abans d'arribar-hi, baixarem per un corriol i un cop a baix de **Can Sabater**, continuarem cap a la casa on hi ha les cabretes.
- ✓ Sortirem a dalt de la carena, tombant a l'esquerra i després de passar a prop d'unes vinyes, girarem a la dreta i baixarem de tornada cap a **Can Montells**.



DIA

30 d' Abril 2023

PUNT DE  
TROBADA

Plaça Sant Joan  
(Ajuntament)

HORA

10 :00h

DISTÀNCIA

10 km (aprox.)

TEMPS

2 :30h (aprox.)

DESNIVELL

160m (aprox.)

BANCO DEL TIEMPO DE LLORET DE MAR  
(GERONA)



**BdT**  
Lloret de Mar

dimarts/dimecres de 18 a 19h  
divendres d'11 a 12h

**Banc del Temps**  
Lloret de Mar

Secretaria al primer pis de la Biblioteca

marts y miércoles de 18 a 19h  
viernes de 11 a 12h

**Banc del Temps**  
Lloret de Mar

Secretaria en el primer piso de la Biblioteca

## BANCO DEL TIEMPO DE CAMBRILS (TARRAGONA)



# CAMBRILS PENSA

**GENER-JUNY 2023**  
5è CICLE DE XERRADES PER ENTENDRE EL MON

Sala d'actes del CENTRE CULTURAL DE CAMBRILS C/ Sant Plàcid, 18

<p><b>SENSE ENERGIA</b> Per què està passant el que està passant? <b>ANTONIO TURIEL</b> Doctor en Física Teòrica. Investigador del CSIC 23 de gener a les 19h</p>	<p><b>PER UNA CULTURA DE LA PAU</b> Es possible evitar les guerres? <b>JORDI ARMADANS</b> Periodista i Politòleg 6 de febrer a les 19h.</p>
<p><b>HOMENATGE A CATALUNYA</b> La guerra civil espanyola segons el testimoni de <b>GEORGE ORWELL</b> <b>MIQUEL BERGA</b> Professor Honorari de Literatura Anglesa de la Universitat Pompeu Fabra 6 de març a les 19h</p>	<p><b>ELS MAQUIS A CATALUNYA</b> Una història oblidada <b>RAÚL VALLS</b> Filosof, President AMICAL, antics guerrillers de Catalunya 17 d'abril a les 19h</p>
<p><b>PODEM SEGUIR VIVINT AMB AQUEST MODEL TURÍSTIC?</b> Podem deixar de fer-ho? <b>ERNEST CAÑADA</b> Investigador postdoctoral a la Universitat de les Illes Balears i membre d'Alba Sud 8 de maig a les 19h</p>	<p><b>LA REVOLTA EDUCATIVA A LES ESCOLES DE LA REPÚBLICA</b> El paper de les docents, pedagogia i ciutadania <b>CARMEN AGULLÓ</b> Doctora en Pedagogia a la Universitat de València 5 de juny a les 19h</p>

## BANCO DEL TIEMPO VALLE DE EGÜES (NAVARRA)

# Taller de integración emocional Integrazio emozionaleko tailerra

Taller introspectivo y vivencial / Bizipen eta barne tailerra

Prioridad para personas socias del  
Banco del Tiempo/  
Denboraren Bankuko  
bazkideentzako lehentasuna



Jueves 20 de abril, 17:00 -18:30/  
Apirilak 20, osteguna, 17:00-18:30.

INSCRIPCIÓN: hasta el 19 de abril,  
679096147 o [btiempcaf@egues.es](mailto:btiempcaf@egues.es)



IZEN-EMATEA: apirilak 19 arte,  
679096147 o [btiempcaf@egues.es](mailto:btiempcaf@egues.es)

El taller se realizará en el CAF (C/Urbasa 129, Sarriguren) /  
Tailerra Sarrigurengo FAZeñ egingo da (Urbasa kalea 129, Sarriguren)



AYUNTAMIENTO  
del VALLE de EGÜÉS  
EGUESIBARKO  
UDALA

BANCO DEL TIEMPO DE SEVILLA



ADBdT @ADBdT · 13 h



El [#BancodeTiempodeSevilla](#) de la Asociación Deayre, promovido por el [@Ayto\\_Sevilla](#) publicó un libro con 14 relatos, escritos por participantes de su [#BancodeTiempo](#).

Próximamente compartiremos esos relatos que narran la esencia del proyecto y cómo lo vive cada persona.



BANCO DEL TIEMPO DE RIVAS (MADRID)



## *Secretaría Presencial*

*Despacho 0 de la Casa de las Asociaciones de Barrio Oeste*

*Lunes alternos de 12 a 13 horas*

*Miércoles alternos de 18 a 19 horas*

*Adjuntamos el calendario de días de apertura (en naranja)*

*mismo, permanece abierta la Secretaría Virtual a través del correo*

*electrónico: [intertempoderivas@gmail.com](mailto:intertempoderivas@gmail.com)*

*También tienes a tu disposición la web y los grupos de whatsapp.*

**INTERNACIONAL**

**ASOCIACIÓN IBEROMERICANA DE BANCOS  
DEL TIEMPO  
FUNDACIÓN ESQUEL**

**Horarios:**

**España, 22:30 horas**

**Argentina: 17:30 horas**

**Ecuador: 16:30 horas**

**México: 14:30 horas**



**En 2 (h)orillas,  
radio**

**Miércoles 12 de abril 2023:**

**TODAS LAS PERSONAS VALEMOS LO MISMO:  
CAPABILITY TB, UN BANCO DE TIEMPO PARA  
PERSONAS CON DISCAPACIDAD**

**Radio en directo desde los estudios de Radio Enlace  
[www.radioenlace.org](http://www.radioenlace.org)**

**BANCO DEL TIEMPO FEIRA  
(PORTUGAL)**



Banco De Tempo Feira

1 d · 🌐



Uma tarde muito agradável, com boa música, poesia e histórias contadas na 1ª pessoa. Poemas inéditos e histórias nunca contadas antes. E a conversa prolongar-se-ia por muito mais tempo, porque as histórias eram muitas, não fora o adiantado da hora e o belíssimo lanche que nos esperava.

[Ver tradução](#)



BANCO DE TEMPO LUMIAR (PORTUGAL)





**20 abril**  
**17h00**

**Ponto de encontro:**  
Lago do Jardim da  
Quinta das Conchas

**hora vamos lá**  
troca de tempo em grupo  
**caminhada**  
**peelo Lumiar**

**com Lucília Brito**

BANCA DEL TEMPO CATANIA (ITALIA)



## BANCA DEL TEMPO

Sede leg. Catania- Sportello Sant'Agata Li Battiati: Piazza Giovanni Paolo II

### ATTIVITA' OFFERTE DAI SOCI

Anno 2023



#### ARTE - LETTERATURA

CORSI TEATRO (FIAMMETTA, TITTI)  
LEZIONI DI DIZIONE (FIAMMETTA)  
BIBLIOTECA E INCONTRI LETTURA (DORA, TERESA)  
LEZIONI PITTURA (SABRINA)  
LEZIONI DISEGNO TECNICO (BRUNO)

#### ARTIGIANATO PER HOBBY

TINTEGGIATURA (ANTONIO)  
MURATURA (IANO)  
RIPAR. PICCOLI ELETTRODOMESTICI (BRUNO, ORAZIO)  
ELETTRICITA', FERRO, IDRAULICA, (CESARE)

#### ARTITERAPIE E BENESSERE

CORSI PSICODRAMMA, MITODRAMMA (MARCELLA)  
WEEK END CINEMATERAPIA (MARCELLA, MARIO)  
YOGA DELLA RISATA (ANGELA)  
GINNASTICA (ROSAMARIA, ANGELA)  
BALLI DI GRUPPO (LUCIA)

#### ASSISTENZA- ACCOMPAGNAMENTO

ASSISTENZA DOMICILIARE, COMPAGNIA  
(AGATA, PIERA, CETTINA R., DORA, ANTONELLA F.)  
ACCOMPAGNAMENTO CON AUTO (BARBARA, ANTONIO, DORA,  
NADIA, PINA C., MARIA, ALESSIA, LINDA)  
BABY SITTING (AGATA, LINDA)  
LETTURA PER ANZIANI (ALESSIA)

#### CASA - VERDE

STIRATURA (ANTONELLA)  
VERDE BDT (IANO, PIERPAOLO)  
GIARDINAGGIO (ANTONIO, IANO)  
POTATURA ALBERI (PIPPPO)

#### CONSULENZA SPECIALISTICA

CONSULENZA LEGALE (ASSUNTA)  
CONSULENZA MEDICA - MESOTERAPIA (GINA)  
CONSULENZA PSICOLOGICA (MARCELLA, MARIO, VALENTINA)  
CONS. PROGETTI EDILI (BRUNO)  
CONS. ASSICURATIVA (LUCIA)

#### CUCINA

DOLCI (GINA, PAOLA, PINA C., GIORGIA, ROSAMARIA, IVANA,  
CETTINA, MATILDE, NADIA)  
MARMELLATE (PAOLA, ELEONORA)  
LIQUORI CASALINGHI (ELEONORA)  
PIETANZE (BARBARA, NADIA, AGATA, PAOLA, GRAZIA, PIERA,  
PINA C., LINDA, ANGELA)

#### DISBRIGO COMMISSIONI

DISBRIGO COMMISSIONI (ASSUNTA, ANTONELLA D., IVANA,  
FRANCESCA)

#### ESCURSIONI E GITE

(CARMELO, BRUNO, TERESA, ELEONORA, ROSAMARIA)

#### EVENTI

ORGANIZZAZIONE EVENTI  
(GIUSEPPE, MARCELLA, PAOLA, GINA, GRAZIA)  
COLLABORAZIONE EVENTI (ARMANDO, GIULIA, FIAMMETTA,  
TITTI, ROSARIA, MATILDE, FRANCESCA)  
FESTE A TEMA (ASSUNTA, ANTONELLA D., LUCIA)

#### INFORMATICA

ASSISTENZA PROGRAMMI (GIUSEPPE, SALVO V., ALESSIA)  
AUDIOVISIVI (ENZO, ALESSIA)  
LOCANDINE (ENZO, GIUSEPPE, MARCELLA)

#### LAVORI CREATIVI E MANUALI

CUCITO, COSTUMISTICA (MATILDE, ROSARIA, NADIA, GIORGIA,  
LUCIA, PINA Z. NUCCIA)  
DECOUPAGE (LINDA)  
PITTURA SU STOFFA (AGATA)  
MAGLIA, UNCINETTO, RICAMO (PAOLA, PINA Z., GIORGIA,  
ROSARIA, TITTI, LINDA)  
CARTAPESTA, SCENOGRAFIE (FRANCESCA)  
PANNOLENCIO (LUCIA)  
COLORE E PIEGA CAPELLI (BARBARA)

#### LEZIONI DI STUDIO

SCUOLA ELEMENTARE (MARISA)  
LETTERE SCUOLA MEDIA (CETTINA R., ROSARIA, IVANA, MARIA)  
MATEMATICA SCUOLA MEDIA (GIORGIA, TERESA, NUCCIA)  
BIOLOGIA SC. SUP. (CARMELO)  
CHIMICA SC. SUP. (CARMELO, GIANFRANCO)  
ELETTRONICA, FISICA SC. SUP. (ENZO)  
INGLESE CONVERSAZIONI- (GIANFRANCO)  
MATEMATICA BIENNIO SUP. (CARMELO, TERESA, NUCCIA)  
LATINO, FILOSOFIA (FIAMMETTA)

#### SERVIZI ALLA CITTADINANZA DI BATTIATI

CONSULENZA LEGALE (resp. ASSUNTA)  
RECUPERO SCOLASTICO (ref. CARMELO)  
CORSI E LABORATORI (ref. MARCELLA)  
ORTI SOCIALI (ref. GIUSEPPE)  
BIBLIOTECA (ref. DORA, TERESA)

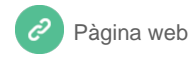
#### CONSIGLIO DIRETTIVO

C.D. PRESIDENTE (GIUSEPPE)  
C.D. VICEPRESIDENTE (GINA)  
C.D. SEGRETARIA (PAOLA)  
C.D. TESORIERA (GRAZIA)  
C.D. PRES. ONORARIA (MARCELLA)

PROYECTO SUBVENCIONADO POR:



Més informació a la pàgina de facebook



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|\**

---