

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

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



banco del tiempo

Associació **SALUD** y Asociación **FAMILIA**

Boletín núm. 153 Noviembre 2025



DIA INTERNACIONAL DE LA ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

En este Día Internacional, la Asociación Salud y Familia muestra su rechazo a los agresores machistas y a sus cómplices y su firme compromiso con las víctimas. Nuestras acciones permanentes de atención a las víctimas de violencias machistas y de promoción de la igualdad efectiva entre mujeres y hombres buscan eliminar las violencias físicas, sexuales, psicológicas y económicas que, todavía hoy, socavan la integridad y la autonomía de las mujeres. Cualquiera de las expresiones que adopta la violencia machista afecta a la salud de las mujeres y

de sus hij@s impidiendo su pleno desarrollo cómo personas y su contribución a la sociedad. EL RECHAZO DE LOS HOMBRES HACIA LOS AGRESORES MACHISTAS ES IMPRESCINDIBLE PARA ELIMINAR LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES.

CHARLA-DEBATE 'EL ENVEJECIMIENTO: RETOS Y OPORTUNIDADES PARA LOS BANCOS DEL TIEMPO'

Organizado por:

Asociació - Asociación
SALUD Y FAMILIA

Proyecto subvencionado por:



Inscripciones:
jcamacho@saludfamilia.es

Asociació - Asociación
SALUD Y FAMILIA



CHARLA-DEBATE:
EL ENVEJECIMIENTO: RETOS Y OPORTUNIDADES PARA LOS BANCOS DEL TIEMPO

Viernes, 14 de noviembre 2025

Sala de grupo
Via Layetana, 40 entlo. Primera
Barcelona

En toda Europa y también en nuestro país, la gente mayor es cada vez más numerosa. La esperanza de vida en Cataluña es una de las más largas del mundo, por eso es necesario pensar y facilitar las condiciones para que esta etapa de la vida pueda ser vivida con buena salud y satisfacción. Las relaciones

en igualdad y la reciprocidad que se practica en los Bancos del Tiempo pueden convertir estos retos en oportunidades reales.

Ponente: Josefina Altès

Viernes, 14 de noviembre

18 horas

Asociación Salud y Familia

Inscripciones: jcamacho@saludfamilia.es



SALIDA ESPECIAL PARA EL
BANCO DEL TIEMPO DE SANT
CUGAT

Salida exclusiva por el Banco del
Tiempo de Sant Cugat en el Teatro
Auditorio Emma Vilarasau.

Se interpretará la novena de
Beethoven

Será el viernes, 21 de noviembre a
las 20h

Inscripciones: xaviesuner@santcugat.cat

BANCO DEL TIEMPO DE GRÀCIA (BARCELONA)

BANC DEL TEMPS DE GRÀCIA

Xerrada 'Parlem de les cuidadores familiars'

A càrrec de **Marta Torruella**
sòcia del BdT

Dijous 13 de novembre · 17:00 h
Lluïsos de Gràcia · Plaça del Nord, 7
Activitat oberta a tothom



Lluïsos de Gràcia

BANCO DEL TIEMPO DE SANTS (BARCELONA)


No somos magos pero...
**PODEMOS
HACER
REALIDAD
ALGUNOS DE
TUS SUEÑOS**

INGLÉS, FRANCÉS, ITALIANO, CASTELLANO,
ALEMÁN, GRIEGO, CATALÁN, RUSO...

¿QUÉ IDIOMA TE GUSTARÍA APRENDER O PRACTICAR?


Junts  ho petem més!

BANCO DEL TIEMPO DE MIRA-SOL (SANT CUGAT)



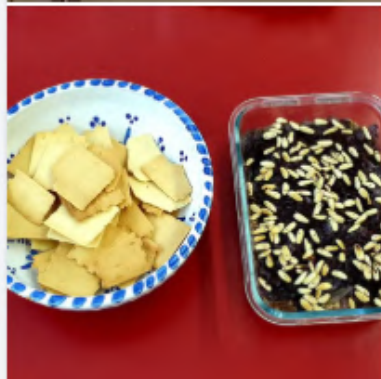
Banc del Temps de Mira-sol

26 de octubre a la 1:15 p. m. · 🌐



En aquest Taller de cuina, la Clara ens ha ensenyat dues receptes molt saludables i mediterrànies, que hem degustat amb molt de gust!

Moltes gràcies a totes pel vostre temps compartit i la vostra companyia! Hi tornem en un mes! 🍴



BANCO DEL TIEMPO DE PIERA (BARCELONA)



**La comunitat del
Banc del Temps de Piera en acció!**



Quan compartim temps, floreix la comunitat ✨

Això és el que fem, dia rere dia, al BdT de Piera 🕒

Petits gestos que es converteixen en grans ajudes ❤️



**Taller de
Reflexologia
Podal**

A càrrec de Brenda



Dimarts 28 d'octubre de 18h a 20h



Biblioteca de Piera

Només per a usuàries del Banc del Temps.
Per participar en el taller, o apuntar-te al Banc,
envia un email a bancdeltempspiera@gmail.com
o bé un **WhatsApp** al **623 19 05 22**.

Què és el BdT? →

Agraïments



**BANCO DEL TIEMPO DE SANT JOAN DESPÍ
(BARCELONA)**



Banc del Temps i Voluntariat de Sant Joan Despí

25 de octubre a las 12:58 p. m. · 🌐



Ahir vàrem fer una visita guiada a la torre Bellesguard, una de les joies modernistes d'en Gaudí. Una elecció fantàstica, ja que vam poder gaudir de tota la màgia que envoltava a l'arquitecte.... Ver más



BANCO DEL TIEMPO CAMBRILS
(TARRAGONA)

CAMBRILS PENSA

28 OCTUBRE A LES 19H

7è CICLE DE XERRADES PER ENTENDRE EL MON

2025

Ateneu Juvenil

Av.Horta de Santa Maria ,14 CAMBRILS

LA INFÀMIA

ELS ESCLAVISTES CATALANS



MARTIN RODRIGO ALHARILLA

Doctor en Economia

Professor de Història Contemporània de la Univ. Pompeu Fabra

Pensar: i i v. intr. (FS) (LC) Exercir la facultat de concebre, de jutjar, d'inferir.

ACTE

BANC DEL TEMPS
CAMBRILS

AJUNTAMENT
DE CAMBRILS

JOSEPIF
CAMBRILS

BANCO DEL TIEMPO LLORET DE MAR (GIRONA)

TEMPS DE TALLERS

DIMARTS
16:00 English
 (Sala reunions 1r pis)
 Inici 23 setembre

DIVENDRES
12:30 Français
 (Sala infantil)
 Inici 3 Octubre

16:00 Castellano
 (Sala reunions 1r pis)
 Inici 3 Octubre

DIMECRES
11:00 Xerrades i Punts
 (Sala infantil)
 Inici 8 octubre

16:30 Català
 (Sala reunions 1r pis)
 Inici 8 octubre

 Biblioteca

Tallers gratuïts
 Informació i inscripcions: bancdeltempssloret@gmail.com

TEMPS PER CUINAR
CUINES DEL MÓN

Aviat començarem una nova edició
Reserveu aquestes dates

29 de novembre de 2025
31 de gener de 2026
21 de març de 2026
25 d'abril de 2026
30 de maig de 2026

 Banc del Temps
 Lloret de Mar



 Espai El Kaliu

 11h - 13h

 bancdeltempssloret@gmail.com





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



Banc del Temps Pont del Dimoni
Santa Eugènia - Sant Narcís - Can Gibert



Una pinzellada pel cacau i la xocolata

Xerrada Cacau

Centre Cívic Santa Eugènia

**Divendres
14 novembre
18 a 20 h**

D'on ve el cacau ?

On es cultiva ?

El viatge del cacau.

Propietats del cacau.

Del cacau a la xocolata.



Veurem una beina natural de cacau, la pasta de cacau, les llavors, la mantega de cacau, el cacau en pols i la xocolata.

I tastarem pasta de cacau i xocolata per veure'n la diferència.



Dirigit per **Josep Sabater** (former, xocolater, pastisser)

Obert a tothom! Cal inscripció prèvia

Informació i inscripcions: bdtpontdeldimoni@gmail.com WhatsApp 644 611 415

Col·laboren:



CONGRESO INTERNACIONAL BANCOS DEL TIEMPO (VALENCIA)



I CONGRESO INTERNACIONAL DE REDES SOCIALES DE VALOR-TIEMPO

**VALENCIA –
29 Y 30 DE ENERO 2026**

Este congreso internacional reunirá a investigadoras, profesionales y personas activas en proyectos de valor-tiempo para compartir saberes, experiencias y perspectivas de futuro.

**BANCOS DE
TIEMPO**

El Comité Organizador del Congreso invita a presentar propuestas en cinco secciones temáticas:

- ✓ Integración social icirsvt.integracionsocial@gmail.com
- ✓ Economía e Historia icirsvt.economiaehistoria@gmail.com
- ✓ Salud y bienestar icirsvt.saludybienestar@gmail.com
- ✓ Educación y formación icirsvt.educacionyformacion@gmail.com
- ✓ Servicios comunitarios y voluntariado icirsvt.scomunitariosyvol@gmail.com

 Fecha límite para propuestas: 1 de noviembre de 2025

BANCO DEL TIEMPO CHURRIANA (MÁLAGA)



BANCO del TIEMPO CHURRIANA · Siguiendo

1 de octubre a la 1:12 a. m. · 🌐



Comenzamos de nuevo , compartiendo vida



BANCO DEL TIEMPO ALMERÍA



Banco del Tiempo Ayto Almería · Seguir

24 de octubre a las 10:06 a. m. · 🌐

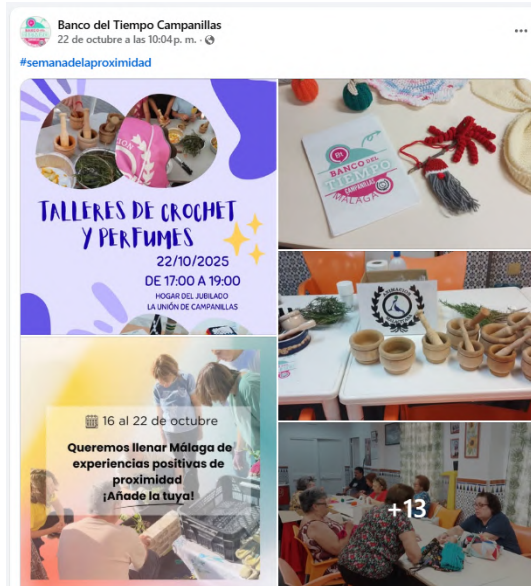


Charla desarrollada en la Universidad de Almería con el alumnado de Grado de Educación Social de segundo año, en el marco del Proyecto Tiempo Intergeneracional, un Proyecto de Intercambio de Experiencias Profesionales, coordinado por la profesora Dra. Rosario Isabel Herrada Valverde y en la que participa Chelo García Coordinadora del Banco del Tiempo del Ayto. de Almería y miembro de la Asociación Iberoamericana para la promoción de los Bancos de Tiempo.

[Asociación Iberoamericana de Bancos de Tiempo Ayuntamiento De Almería](#)



BANCO DEL TIEMPO CAMPANILLAS (MÁLAGA)



INTERNACIONAL

BANCA DEL TEMPO GRAAL (PORTUGAL)



BANCA DEL TEMPO DA FEIRA



Encontro de Membros do Banco de Tempo da Feira

Caminhada à Remolha



Capela Santo André (Feira)

Local de encontro:

Capela de Sto. André (junto ao supermercado Mercadona)

Data: 18 de outubro de 2025

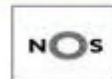
Hora: 14h30

Programa:

- Caminhada de Sto André à Remolha, e regresso a Sto André.
- Lanche partilhado



Para Membros do Banco de Tempo, Amigos e Familiares



BANCA DEL TEMPO REGIONE SICILIA (ITÀLIA)



GIORNATA NAZIONALE DELLE BANCHE DEL TEMPO

LA GENTILEZZA *ed i suoi* **LINGUAGGI**

La Banca del Tempo di Catania ti invita a celebrare la gentilezza, quel dolce linguaggio che apre cuori e costruisce ponti.

12 OTTOBRE DALLE 9.30

Piazza Giovanni Paolo II, Sant'Agata li Battiati CT

Gara di filastrocche con premi, asta del baratto, tennis da tavolo, cucina multiregionale



COORDINAMENTO
REGIONE
SICILIA
BANCHE DEL TEMPO

PROYECTO SUBVENCIONADO POR:



Más información en la página de facebook



Facebook



Twitter



Banc del Temps Escolar



Pàgina 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/