

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](#)



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

Boletín núm. 158 Abril 2026

## DÍA INTERNACIONAL DE LOS BANCOS DEL TIEMPO



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

Celebramos la buena salud del movimiento internacional de Bancos del Tiempo que fomenta la ayuda mutua, la cooperación vecinal y la solidaridad. Lo hace estableciendo comunidades de ciudadanos abiertas y arraigadas en barrios y pueblos. Se practica la confianza y el reconocimiento entre personas que comparten e intercambian cientos de actividades utilizando la hora de tiempo como moneda. En todos los países, los Bancos del Tiempo son un medio muy efectivo para prevenir la soledad, compartir tiempo sin prisas, resolver necesidades de la vida diaria, aprender juntos y desarrollarnos como ciudadanos activos.

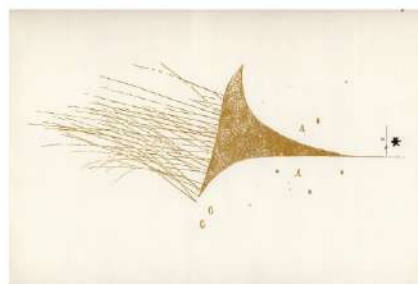
Organiza

Associació, Asociación  
**SALUD Y FAMILIA**

Con el apoyo de



Associació, Asociación  
**SALUD Y FAMILIA**



**CUESTIÓN DE TIEMPO**  
Una investigación sobre la libre  
disposición de las horas

Miércoles, 15 de abril de 2026

Plazas limitadas

Contacto: [jcamacho@saludyfamilia.es](mailto:jcamacho@saludyfamilia.es)

*Esta acción forma parte del proceso de investigación del artista Rosa Llop, en el marco de la Beca de Investigación e Innovación en el ámbito de las Artes Visuales. Oficina de Apoyo a la Innovación Cultural, Generalitat de Catalunya, 2026.*

Via Laietana, 40 Entl. Primera  
08003- Barcelona

Charla-debate "Cuestión de Tiempo. Una investigación sobre la libre disposición de las horas". Impartida por D<sup>a</sup>. Rosa Llop, artista e investigadora que explora el tiempo y los procesos de pensamiento colectivo a través de las artes.

En esta actividad os proponemos entrepensar juntos el tiempo de libre disposición. La propuesta tiene una duración de 2h, y combina el juego con el rigor; mediante prácticas artísticas compartiremos referentes, instantes, palabras, dibujos y texturas para emerger, desde lo sensible, los matices que definen el tiempo cuando nos lo regalamos.

En la sede de la Asociación Salud y Familia  
Plazas limitadas; contacto: [jcamacho@saludyfamilia.es](mailto:jcamacho@saludyfamilia.es)



Exposición 'La invención del tiempo'  
¿Qué es el tiempo? Es una de las dimensiones más importantes de nuestras vidas y también problema científico de primer orden. Tan cercano y, al mismo tiempo, tan misterioso.

Desde nuestros inicios como especie, hemos hecho muchas preguntas sobre el tiempo y su naturaleza. El tiempo nos rodea, no se detiene y marca de forma implacable el transcurso de nuestros días.



Exposició en el Centre Martorell de Exposicions (Parque de la Ciutadella)  
Hasta el 30.09.2027

### SERVICIO DE REGULARIZACIÓN PARA INMIGRANTES

Te orientamos GRATIS para obtener tu permiso de RESIDENCIA Y TRABAJO en España, y también el de tus HIJOS MENORES

Asociación SALUD Y FAMILIA

PUNTO DE INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN PARA INMIGRANTES DURANTE LA REGULARIZACIÓN EXTRAORDINARIA

www.saludyfamilia.es

La Asociación Salud y Familia pone a disposición de la ciudadanía un servicio de orientación en el proceso de regularización extraordinaria. Informamos y orientamos e forma gratuita con honestidad, rigor y afán de ayudar a que se consiga el permiso de residencia y trabajo en España. Con nuestro apoyo, tus hijos menores que conviven también obtendrán su permiso de residencia.

Servicio gratuito. Hay que pedir cita en los teléfonos: 93.268.36.00 y 93.268.24.53

## BANCO DEL TIEMPO DE GRÀCIA (BARCELONA)



## BANCO DEL TIEMPO DE SANTS (BARCELONA)



bdtsants • 1d



*¿Cómo puedes apuntarte al Banco del Tiempo?  
¡Entra a nuestra web y verás qué fácil!*



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



Banc Del Temps De Sant Cugat

2 de marzo a las 12:10 p. m. · 🌐



🎉 21 anys fent xarxa, comunitat i temps compartit! 🎉

Aquest dissabte vam celebrar el 21è aniversari del Banc del Temps de Sant Cugat, enguany al Casal de Santa Rosa. Una celebració molt especial que, un any més, ens va permetre compartir una estona plena de complicitat amb socis, sòcies, amitats i totes les persones que fan possible aquest projecte tan viu.

Ens van acompanyar la regidora de Salut, Voluntariat i Política Llúgüística Núria Fernández, la directora de Salut i Família Elvira Méndez, el president de Wise People i part de la seva junta directiva, la Junta del Casal, responsables de la Residència, la Junta de Parkinson Sant Cugat i, per descomptat, tota la colla del Banc del Temps.

La festa va estar amenitzada pel gran mag Jordi Pota amb el seu espectacle "No hi ha demà!", que ens va fer riure i sorprendre a parts iguals. I, com no podia faltar, vam cantar l'himne del Banc del Temps amb el nostre speaker favorit, Amadeu Guasch.

Vam tancar la celebració amb un sorteig d'un quadre del nostre artista favorit, Jaume Ibars i un pica-pica de germanor, compartint converses, records i il·lusions de futur.

Gràcies a tothom qui en formeu part. Seguim sumant temps, sumant vida i sumant comunitat!



BANCO DEL TIEMPO DE SANT JOAN DESPÍ  
(BARCELONA)



Banc del Temps i Voluntariat de Sant Joan Despi

17 h · 🌐



En el nostre taller de punt i ganxet, alhora de passar bones estones, es fan excel.lents labors que us volem ensenyar.



BANCO DEL TIEMPO DE SANT SADURNÍ D' ANOIA  
(BARCELONA)



**Banc de Temps de Sant Sadurn d'Anoia**

Ayer a las 9:13 a. m. · 🌐



Caminada del Banc de Temps pels voltants del nostre municipi organitzada per una sòcia per observar una floració molt especial: la de les orquídiades silvestres. Una sor... [Ver más](#)



## BANCO DEL TIEMPO DE PIERA (BARCELONA)



**Dinar de germanor**

**Taller de sabó**  
material:

• 1 L oli d'oliva net o ben filtrat  
*A càrrec de Michelle*

**Diumenge 31 de maig d'11:00 a 16:30**

**local social de can Bonastre**

Activitat oberta a tothom.  
Per participar al taller, o apuntar-te al Banc,  
envia un email a [bandeltempspiera@gmail.com](mailto:bandeltempspiera@gmail.com)



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



**Aquí teniu un tastet dels tallers d'aquest gener: costura creativa, macramé, tarda de jocs i com ens vam fer éssers humans!**

Vols gaudir de totes aquestes activitats?  
Uneix-te la comunitat del Banc del Temps de Piera  
enviant un email a [bandeltempspiera@gmail.com](mailto:bandeltempspiera@gmail.com)

## BANCO DEL TIEMPO DE VIC (BARCELONA)

# Caminades fàcils

Caminades curtes i planeres  
per llocs de natura de Vic



Punt de trobada

Centre Cívic  
Santa Anna  
Vic



Divendres



10h a 12h



Centre Cívic  
Santa Anna



938814341  
Montse



BANCO DEL TIEMPO PALAU (BARCELONA)

# 26è INTERCANVI de ROBA

## BANC del TEMPS



**DISSABTE 18 D'ABRIL, A LES 18 H.**  
**A L'ENVELAT.**

**La recollida el mateix dia a l'envelat d'10h. a 13h.**  
**I divendres 17 d'abril a a l'envelat d'17h. a 19h.**

 Organitza Bdt Palau


Amb la col·laboració de



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

Podcast sobre el Banco del Tiempo

El episodio explora el funcionamiento del Banco del Tiempo del Puente del Demonio en Girona, una entidad que fomenta la ayuda mutua y la cohesión social fuera del sistema monetario. A través de la conversación con Pablo y Justín, se revela cómo el proyecto utiliza el tiempo como moneda de intercambio para ofrecer servicios, acompañamiento a recién llegados y una variedad de talleres comunitarios.

**XIII Jornada**  **BANC del TEMPS**  
Pont del Dimoni





**PORTES OBERTES!**

"Temps d'abraçar, temps per compartir"

XIII Jornada Banc del Temps  
DISSABTE 21 de MARÇ  
10:00 - 17:00 h

**VINE I GAUDEIX!**

DISSABTE 21 de MARÇ  
Centre Cívic Santa Eugènia  
10:00 - 17:00 h

Col·laboren:    

Més informació: [www.bdtpontdeldimoni.com](http://www.bdtpontdeldimoni.com)

SANT JORDI AMB EL BANC DEL TEMPS | PONT DEL DIMONI  
**INTERCANVI DE LLIBRES I TEMPS**

DIADA DEL LLIBRE I LA ROSA

MODALITATS D'INTERCANVI

<b>TEMPS X LLIBRES</b>	<b>LLIBRES X LLIBRES</b>	<b>LLIBRES X TEMPS</b>
		
APORTA LA TEVA MITJA HORA I REP UN LLIBRE.	PORTA LLIBRES QUE JA NO LLEGEIXIS I EMPORTA-TE'N DE NOUS.	DONA LLIBRES PER AL BANC I GUANYA CRÈDITS DE TEMPS.

**VALOR: 1 LLIBRE = ½ HORA (30 MINUTS)**

**DATA:** 23 D'ABRIL **HORARI:** 16h A 20h **LLOC:** PLAÇA ASSUMPCIO, GIRONA

**UNEIX-TE AL BANC DEL TEMPS!**  
[www.bdtpontdeldimoni.com](http://www.bdtpontdeldimoni.com)

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

**GRUP DE CONVERSA EN FRANCÈS**

Si vols millorar el teu francès,  
participa en el grup de conversa del Banc del Temps!  
Tots els dimarts de 19.30 a 20.30h  
Centre Cívic Sant Narcís





Obert a tothom. Cal inscripció prèvia.

Si esteu interessats/des us podeu posar en contacte amb nosaltres:  
**Cost per sessió** Sòcic/es: 15 minuts Temps/BdT  
No sòcic/es: 4kg d'aliments pel Banc dels Aliments

**bdtpontdeldimoni@gmail.com**  
**WhatsApp 644611415**

Col·laboren:    

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

**Sessions de Biodansa**

**Centre Cívic Santa Eugènia Espai Marfà** **Els dimecres De 17.45 a 19.15h**



Dirigit per Sonia J. Cook

**Biodansa 'una altra mirada'**  
Música, grup i moviment per millorar la vitalitat, enfortir l'afectivitat i connectar amb l'alegria de viure.

Obert a tothom! Cal inscripció prèvia

**Informació i inscripcions:** [bdtpontdeldimoni@gmail.com](mailto:bdtpontdeldimoni@gmail.com) **WhatsApp 644611415**

Col·laboren:    

**BANCO DEL TIEMPO LLORET DE MAR (GERONA)**

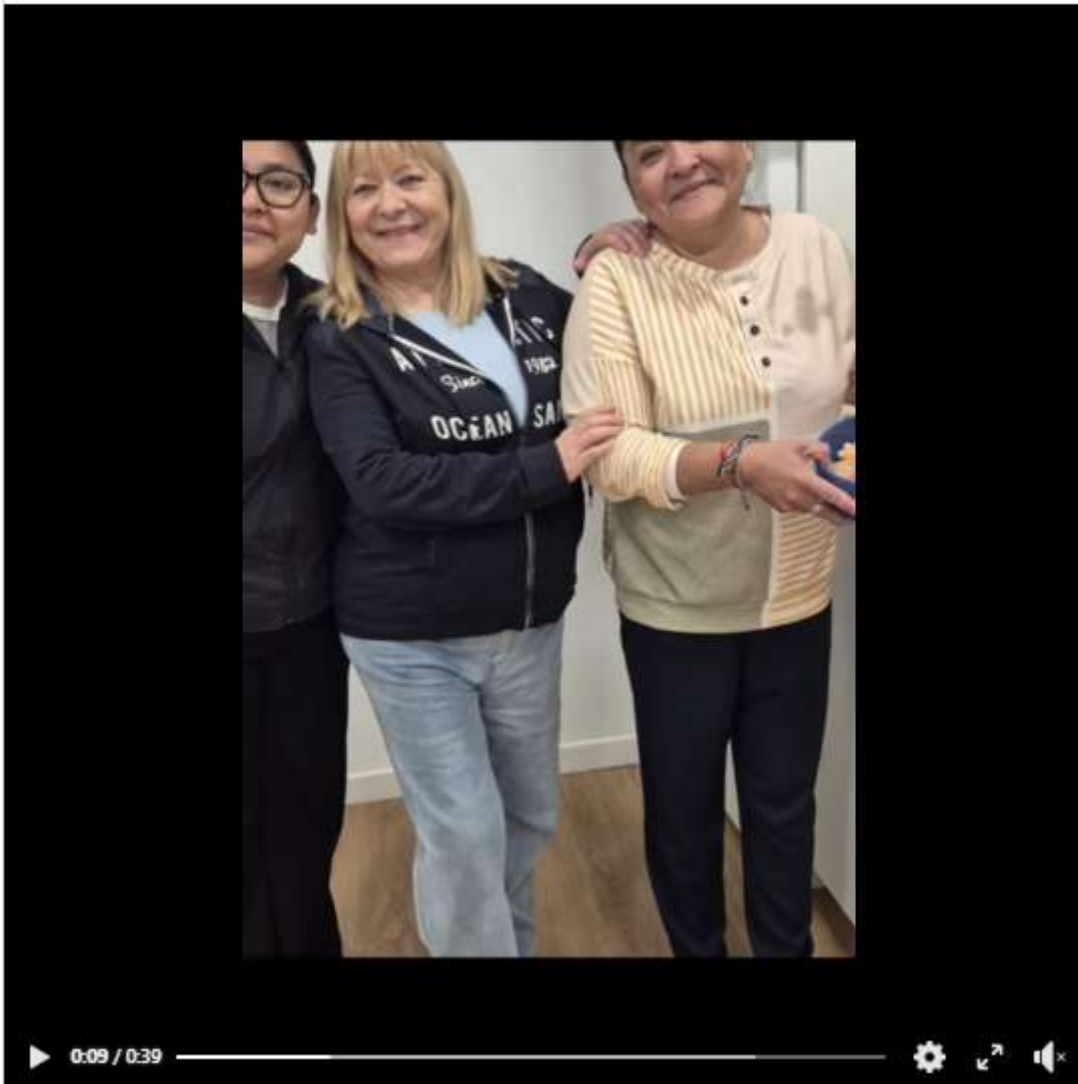


Banc del Temps Lloret de Mar

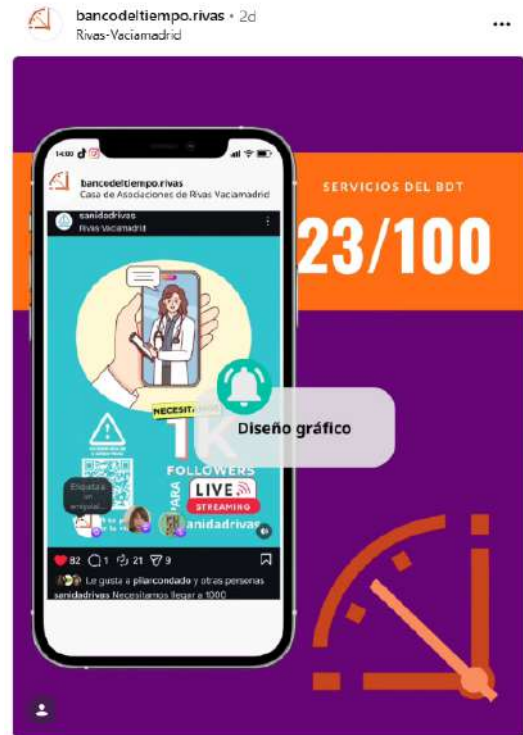
21 de marzo a las 3:32 p. m. · Mi Perú · Punto y coma ·



Aquest matí, a CUINES DEL MÓN, la Patricia i la Isabel ens han ensenyat a cuinar plats del seu país, el Perú. Hem compartit una bona estona i hem pogut tastar una cuina exquisida.



BANCO DEL TIEMPO RIVAS (MADRID)



## BANCO DEL TIEMPO CHURRIANA (MÁLAGA)

**TALLERES**

ARCUSVES CHURRIANA

**Lunes**  
Patchwork 12,00 horas

**Miércoles**  
Crochet 10,30 horas  
Taller Nutrición 11,30 hora (cada 15 días)

**Jueves**  
Taller de costura 11,00 horas  
Taller crochet y de Maoromé 17,00 a 19,00 horas

**Información**  
692315846

Teléfono 11 Píndalo  
plazo del mercado

### Excursion a Armilla Create

Salida Churriana a las 8.00h y regreso desde Armilla a las 18.30h

**17 11 de abril de 2026**

¡NOS VAMOS A ARMILLA Create 2026!  
¿Te apasiona el patchwork, labores, manualidades, scrap, artesanías, compartir risas con gente como tú?  
Entonces no puedes perderte nuestra excursión

**Precio:**  
socios 18 €/no socios 21€

LA ENTRADA AL FESTIVAL NO ESTA INCLUIDA  
OPCIONES: Comprar por tu cuenta o ARCUSVES gestiona la entrada hasta el día 24 de marzo. Llevar comprobante de entrada.

**RESERVAS**  
692315846

ARCUSVES CHURRIANA

## BANCO DEL TIEMPO GUAYDIL (TENERIFE)

PUEDES COMPARTIR TUS  
SABERES, EXPERIENCIAS Y  
HABILIDADES

# BANCO DE TIEMPO

SOMOS UN  
SISTEMA DE  
TRABAJO POR  
TIEMPO,  
ALTERNATIVA  
ECONÓMICA QUE  
NOS HACE ESTAR  
EN EL MISMO  
NIVEL

**¿CUÁNDO?**  
**11 de marzo**  
**17 a 18:30 h**

VEN A CONOCERNOS

PARA CONFIRMAR ASISTENCIA ESCRIBIR A  
ESTHER 661 181 235 -BANCODELTIEMPOCTF@GMAIL.COM



C. Henry Dunant, s/n,  
38203 La Laguna.



Banco de Tiempo  
TENERIFE GUADIL

ASOCIACIÓN IBEROAMERICANA DE BANCOS  
DEL TIEMPO



# International Contest of Best Practices in Timebanks 2026



# Sustainable Development



(사)타임뱅크코리아  
TimebanksKorea  
우리는 서로 필요합니다.  
We are all interdependent.



TimeBanks.Org  
BUILDING THE MOVEMENT



Timebanking UK



Youth  
ARE  
Assets Resources Energy

INTERNACIONAL

BANCA DEL TEMPO FEIRA (PORTUGAL)



**Banco De Tempo Feira**

14 de marzo a las 10:49 p. m. · 🌐



Mais de 70 pessoas vieram festejar connosco o 12º aniversário do Banco de Tempo da Feira. Foi uma tarde de chuva e fria lá fora que contrastou com o ambiente caloroso ... [Ver más](#)

[Ver traducción](#)



BANCA DEL TEMPO RENO-BORGO (ITALIA)



BANCA DEL TEMPO CITTA DI BESNATE (ITÀLIA)



Banca del tempo di Besnate está con Il Millepiedi Onlus Coop. Soc. y ...

21 de marzo a las 9:10 a. m. · 🌐



Questa settimana abbiamo fatto il "pieno" con **Il Millepiedi Onlus Coop. Soc.** !!!! I ragazzi sono venuti a prendere i tappi come ogni mese e il quantitativo è sempre imp... Ver más

Ver traducción



BANCA DEL TEMPO CATANIA (ITÀLIA)



## BANCA DEL TEMPO

Catania - Sportello di S.A.Li Battiati - Sportello di Gravina

Presidente Giuseppe Gentile - tel. 333.7849522

[www.bancadeltempo-iltempochevuoi.it](http://www.bancadeltempo-iltempochevuoi.it) - F.B. Banca del tempo. Catania

mail: [bdtiltempochevuoi@gmail.com](mailto:bdtiltempochevuoi@gmail.com)

### PROGRAMMA DI APRILE 2026

#### SPORTELLO DI BATTIATI

##### TAI CHI

lunedì ore 9-10

Condotto da Sergio D'Agostino

##### INFORMATICA

giovedì ore 11 -12

Tenuto da Salvo Vazzana

##### MANI ABILI

lunedì, ore 17-19

Tenuto da Matilde Magri, Rosaria

Antonazzo; Paola Martellone

##### PSICODRAMMA

lunedì, ore 18-20

Condotto da Marcella Franchino

##### TEATRO

mercoledì, ore 16-19

Tenuto da Fiammetta Filaci

e Titti Mancuso

##### PITTURA

mercoledì, ore 10,30-12,30

Tenuto da Orsola Bonaccorsi

#### SPORTELLO DI GRAVINA

(in collaborazione con Gravina arte)

##### CANTI E DANZE SICILANE

mercoledì, ore 18 - 19

Tenuto da Marcella Messina

##### GRUPPO FOLK

mercoledì, ore 17,15 - 18,15

Tenuto da Marcella Messina

Danza moderna per bambini

martedì ore 16,30-18

Tenuto da Ester Arcidiacono

12 aprile, ore 9,30 -13,30  
Polo culturale, via delle Stadio,19  
S.A.Li Battiati

**“FESTIVAL”**  
**Relazioni di benessere**  
**“DAL CAOS ALLA MERAVIGLIA”**

Banca del tempo “il tempo che vuoi”  
in collaborazione con  
Ass. Gravina arte; I.C. G.Paolo II-Gravina

18 e 19 aprile

Masseria fortificata “Lo Zafferaneto”

Buccheri (Sr)

#### WEEK END PSICOCORPOREO

“ritornare a sé  
attraverso il corpo e la natura”

Condotto da Mafalda, Marcella Franchino

(psicologa-psicoterapeuta)

ATTIVITA' DI SCAMBIO INDIVIDUALE - accompagnamento; consulenza informatica, legale, medica, psicologica; commissioni, lavori manuali, piccole riparazioni; lez. d'arte, lez. studio, pietanze, dolci, ecc.

SPORTELLO S. A. LI BATTIATI - OGNI VENERDI', ORE 17-19; PIAZZA GIOVANNI PAOLO II

Presidente onoraria: Marcella Franchino 338.6333552;

SPORTELLO GRAVINA DI CATANIA - VIA Giotto, 6 - Coordinatrice: Marcella Messina 338. 8484674

BANCA DEL TEMPO IL TEMPO CHE VUOI (ITÀLIA)



**Banca del Tempo "Il tempo che vuoi"**  
in collaborazione con Associazione Gravina Arte

*Festival  
Relazioni di Benessere*

**"Dal caos alla meraviglia"**



**Domenica 12 aprile  
Dalle 9.30 alle 13.30**

Polo Culturale, via dello Stadio 19  
S. Agata Li Battiati - Ingresso libero





**Banca del Tempo "Il tempo che vuoi"**  
in collaborazione con Associazione Gravina Arte

*Festival Relazioni di Benessere*

**"Dal caos alla meraviglia"**

DANZA (a cura di Ester Arcidiacono) - CANTO (a cura di Ludovica Bruno) - RECITAZIONE (a cura di Simona Scuderi) - RECITAL (a cura di Fiammetta Filaci e Titti Mancuso e BDT) - CORO SCOLASTICO G. PAOLO II (a cura di Ivana Marchese e Marcella Messina) - MOSTRA e BUFFET (a cura del gruppo organizzativo BDT)  
presenta: SARA CONDORELLI

**H 9.30 Saluti del Presidente Bdt Giuseppe Gentile**  
**PRESENTAZIONE EVENTO a cura di Marcella Franchino e Marcella Messina**

- "PACE" CORO G. Paolo II; DANZA Gravina Arte; canta: TERESA CONIGLIONE	- SFILATA VINTAGE BDT a cura di PAOLA MARTELLONE
- "C'È TEMPO" recita: GIORDANA MARAVIGNA	- "THE SHOW MUST GO ON" canta: CHIARA RUSSO
- "LUCE" DANZA Gravina Arte; canta: ELEONORA TOSTO	- "NASCI" recita: SIMONA SCUDERI
- PROGETTO ALESSANDRIA GRASSI con gli allievi della 3B dell'istituto Giovanni Paolo II; recita: Simona Scuderi	- "NINNA NANNIA DI BRAHMS" canta: ELENA LA CALAMITA
- "MERAVIGLIOSO" DANZA Gravina Arte; canta: ALICE PATELLA	- "LA CALININNA" canta: TINO RAMETTA
- RECITAL BDT a cura di FIAMMETTA FILACI e TITTI MANCUSO	- "MALLIA" canta: MARIO SAPIENZA
<b>h 11.00: PAUSA BUFFET</b>	- "E ADESSO" DANZA Gravina Arte; recita: SARA CONDORELLI
	- "FARFALLE" DANZA Gravina Arte
	- CORO G. PAOLO II: "IL DOMANI", "ESSERI UMANI", "BONSE ABA" SALUTI FINALI!

**Domenica 12 aprile  
Dalle 9.30 alle 13.30**

Polo Culturale, via dello Stadio 19  
S. Agata Li Battiati - Ingresso libero





**Il Presidente  
Il Consiglio Direttivo  
I Soci**

**AUGURANO  
BUONA PASQUA 2026**



## BANCA DEL TEMPO GRAAL (PORTUGAL)



### 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|\**