



UN ANNO E NON SOLO DI ATTIVITA' SOCIALE

In questo numero :

Pag. 1
Un anno e non solo.....

Pag. 2
Iniziative 2002
Scambi estivi

Pag. 3
Feste di compleanno
Lo sport della mente....
Attività culturali

Pag. 4
Ben arrivata tra noi
Corso di cucina
Da idea a progetto

Pg. 5
L'acqua

Pag. 6
Proposte 2003

Sono ormai vari anni che operiamo nel Comune di Buccinasco ed il mese di dicembre si presta per fare un consuntivo sulle nostre attività riferite non solo al 2002.

La nostra Associazione ha creato e costruito in questi anni una sua identità territoriale e selezionato un gruppo di persone che, con la loro attività quotidiana, ne hanno caratterizzato l'intervento.

Non è stato solo un luogo di proposte ma una trama di relazioni ed amicizie, abbiamo conosciuto tante persone ed a tutte abbiamo chiesto di mettersi a disposizione, di scoprire proprie abilità, insomma di dare.

E' stato questo, un invito accolto da molti, la Banca del Tempo e dei Saperi è stata tante volte una scusa per trovarci insieme, per aiutare ed aiutarci in un territorio che deve ancora costruire molti suoi legami.

Il buon lavoro fatto ci viene ormai riconosciuto da tutti, siamo diventati una delle Associazioni più attive e la sede che il Comune ci ha assegnato è un riconoscimento di questo.

Siamo vicini ad uno dei due Centri Anziani e forse non è casuale. E' questa una età nella quale si ha più tempo per pensare e si dedica più attenzione alla relazione nel paese in cui si vive.

E' una età nella quale si recuperano e si assecurano i propri interessi. E' una età liberata dalla frenesia del quotidiano. E' una età nella quale ci si sente più naturali e quindi più bisognosi dell'altro. E' un'età nella quale si è più disponibili a raccontare ed a trasmettere i propri saperi.

La Banca del Tempo ha ormai, con una serie di proposte, indirizzato prioritariamente la sua attività verso le persone anziane, ma anche verso i giovani, permettendo così lo scambio tra diverse età e diversi bisogni.

Nello specifico i progetti con i ragazzi ci vedono impegnati nel loro sostegno scolastico e nell'aiuto rispetto alle scelte.

Per concludere rivolgiamo un ringraziamento a tutti i soci ed un augurio di



Il gruppo dei coordinatori

Iniziative 2002

Il 2002 ha visto la nostra Associazione presente a numerose iniziative promosse sul territorio.

16 giugno 2002, Festa delle Associazioni,

Sotto il sole tropicale, allo Stand della BdTds, alcuni soci hanno dato dimostrazione di come possono avvenire alcuni scambi. Alba, infatti, ha praticato la riflessologia a numerose di socie.



Silvana e Roberto hanno effettuato ad alcuni presenti lo shiatsu. **Shiatsu** è una parola giapponese che significa "pressione con le dita". E' un nuovo nome per la più antica forma di medicina: guarire con le mani.

La tecnica **Shiatsu** trae le sue origini dal più antico gesto che l'uomo abbia mai compiuto alla comparsa della sofferenza... posare la mano sulla zona fisica dove il dolore si focalizza.

Da questo gesto istintivo molta strada è stata fatta.

E' un metodo completo e naturale, infatti gli strumenti usati dal terapeuta sono il palmo delle mani, i pollici e i gomiti.



22 settembre 2002, festa di Robarello

Siamo intervenuti con un nostro banchetto, materiale illustrativo e gadget, per spiegare le finalità e le iniziative della Banca del Tempo e dei Saperi.



29 settembre 2002, "Puliamo il mondo"

Alcuni nostri soci hanno partecipato all'iniziativa "Puliamo il Mondo" dando il loro contributo alla pulizia di parchi di Buccinasco.



6 ottobre 2002, "Camminando sull'acqua"

Biciclettata promossa dai Comuni di Buccinasco, Basiglio, Zibido San Giacomo, Lacchiarella, Gaggiano, intesa a promuovere il progetto, che unirà con una ciclabile, i laghi, del Parco Sud di questi paesi.

Durante la sosta, le nostre socie hanno offerto ai partecipanti, deliziose torte ed un ottimo caffè.



23 novembre 2002, prima serata delle Associazioni, Auditorium Fagnana

In questa serata, promossa dall'Amministrazione, intesa a far conoscere le Associazioni presenti sul territorio, Anna, ha illustrato come e perchè è nata la nostra associazione. In questa occasione, che ci ha visto insieme agli "Amici Missione Indiane" e a "Il Sicomoro", abbiamo ascoltato una splendida Hopeless Jazz Band



SCAMBI ESTIVI

La BdT di Buccinasco, questa estate non ha fatto ferie. A turno, i soci rimasti hanno aiutato quelli andati in vacanza, bagnando loro le piante, accudendo i loro animali, assistendo i familiari, sbrigando commissioni.

E' stato anche un modo per far sentire utili e uniti i soci in città che la sera, essendosi comunicata la loro presenza, si sono cercati e si sono incontrati per partecipare alle iniziative proposte dai servizi sociali locali e del circondario, aderendo all'esigenza di ritrovarsi e sentirsi presenti come persone e come gruppo di appartenenza.

Io ed Elena ci siamo recate al "Centro Marazzi" di Cesano Boscone per assistere a spettacoli teatrali, con Silvana mi sono incontrata all'intrattenimento danzante presso il Bingo di Buccinasco, con Rosa mi sono data appuntamento, per godermi le diverse serate musicali, al parco di via Verdi a Corsico.

E a Ferragosto, insieme a Carla, Mara, Angela, Gabriela e famiglie, ho trascorso una giornata particolare interamente organizzata e gestita da noi con lo stesso spirito che di solito anima i nostri incontri tra "bancari".

Santina

FESTE DI COMPLEANNO

Venendo a contatto con le diverse realtà delle Banche del Tempo, se ne possono apprezzare le idee e conoscerne le iniziative, partecipare a corsi esterni a noi e inserirsi tra gente nuova.

Ora ci si può anche servire, attraverso uno scambio interbancario, di disponibilità non presenti nella nostra banca.

Personalmente ho trovato arricchente e stimolante entrare in altri contesti, andare a teatro con nuovi gruppi, ballare con sconosciuti le danze popolari, aderire a feste, anche in maschera gestite da persone diverse da quelle note.

E a proposito di feste, dopo aver partecipato ad una di esse, mi sono attivata per organizzare anche nella nostra Banca, la "Prima festa dei Compleanni".

Così le "Acquarie" e le "Pesci" (per l'occasione tutte donne), ci siamo ritrovate fra festoni e cartelli, tra

torte e pasticcini, rigorosamente preparati da socie, in uno spazio predisposto da altri soci e siamo state festeggiate tra musiche e regali, con un ben riuscito intrattenimento.

Santina

LO SPORT DELLA MENTE: IL GIOCO



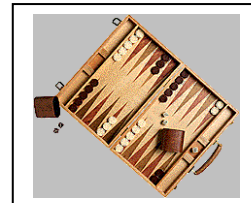
...e non solo. Il gioco è un ottimo collante per il raggiungimento di quell'aggregazione sociale che rimane l'obiettivo fondamentale della nostra Associazione.

Gabriella, di origine americana, ci ha insegnato il gioco del Backgammon. Armida, alla sua invidiabile età, realizza ancora

ottime performance al gioco del Bridge.

E che dire del gioco del Burraco. Dicono che provenga dall'Uruguay, dov'era in voga negli anni '40, ma è nel Sud dell'Italia, e precisamente in Puglia che ai principi degli anni '80 è scoppiato il fenomeno Burraco. Ed è per questo che io, pugliese purosangue, l'ho mostrato alle altre associate.

Colora le tue serate, vieni a



giocare con noi.

Elena

Attività culturali della Banca del Tempo

Tra i molti aspetti umani e culturali che caratterizzano la nostra Banca del Tempo di Buccinasco meritano di essere ricordate le numerose visite a mostre e musei. Fortunatamente in questi ultimi anni l'offerta è notevolmente aumentata e in ogni periodo dell'anno, sia in Milano, che nelle città vicine, è possibile trovare manifestazioni di alto profilo in tutti i settori dell'arte.

Spesso però queste mostre sembrano pensate solo per gli esperti e gli addetti ai lavori, più che ai comuni mortali: è vero che esistono pannelli esplicativi, cataloghi, audio guide e visite guidate, ma richiedono tempo, denaro o non soddisfano pienamente le nostre aspettative. Per questo motivo la Banca del Tempo offre, da anni, una guida personalizzata, con cui molti soci hanno instaurato un dialogo sempre più ampio e approfondito, che spazia dall'archeologia alle avanguardie del Novecento. Due sono le direttrici che hanno guidato le uscite di questi anni: da una parte la scoperta (o la riscoperta) di Milano attraverso i suoi tesori, dalla Pinacoteca Ambrosiana a Brera, dal Cenacolo Vinciano al Civico Museo d'Arte Moderna e prossimamente il Museo del Duomo e gli splendidi affreschi nella chiesa di San Maurizio al Monastero Maggiore. La seconda serie di uscite ha seguito la grandi mostre, da Monet a Treviso ai Gonzaga di Mantova, da Modigliani a Lugano alle grandi rassegne di Palazzo Reale di Milano, in attesa di ammirare Van Gogh a Treviso e gli antichi reperti egizi a Venezia. Al di là del valore culturale l'aspetto più importante è stata la possibilità di trascorrere alcune ore o un'intera giornata insieme agli altri soci: è stata e spero lo sarà sempre, un'ottima opportunità di nuove o più profonde amicizie, un motivo di incontro e di dialogo con chi, magari, si vede solo di sfuggita all'uscita dalla chiesa o in attesa dell'ascensore del proprio condominio, un modo simpatico e poco impegnativo per rendere la nostra cittadina e la nostra comunità ancor più unita e viva.

Gabriele

BEN ARRIVATA TRA NOI

Sono l'ultima (per ora!) iscritta alla Banca del Tempo di Buccinasco.

L'altra sera, partecipando alla mia prima riunione, mi è stato chiesto il perché di questa scelta e come avessi saputo dell'esistenza di questa B.d.T.

I (non il) perché sono molto semplici. In primo luogo mi piace l'idea fondante delle B.d.T.: il valore del lavoro calcolato in termini di tempo e non di altro. Poi, finalmente, ho del tempo da riorganizzare, essendo andata in pensione da poco, dopo un lavoro che mi piaceva ma che mi riempiva troppo la vita. Infine, voglio conoscere meglio la vita associativa di questo luogo in cui abito ormai da 20 anni e che conosco forse meno di Corsico, in cui ho lavorato.

Come ho saputo dell'esistenza di questa B.d.T.? Ho fatto fatica a ricordare. Deve essere stato un paio di anni fa, o un elenco della Provincia o una trasmissione di Radio Popolare, non so più. Anche in quella occasione avevo valutato quanto una parte della vita associata di Buccinasco mi fosse estranea, visto che dietro casa mia era nata un'associazione per me interessante e non ne avevo sentito parlare!

Adesso ci sono. Mi aspetto ... niente di speciale. Mi aspetto di essere utile e di conoscere un pezzetto in più della vita vicina a me.

Buon lavoro a tutte e tutti noi!

Teresa

Corso di cucina

Continua il nostro corso di cucina con le ricette delle tradizioni dei luoghi di provenienza delle nostre socie. Le prossime lezioni saranno: grocco fritto (ricetta emiliana), melanzane ripiene (ricetta pugliese), torta di zucca (ricetta americana). Ci sarà anche una socia che c'insegnerà i modi più diversi per decorare le torte. Ci si trova in casa di chi propone la ricetta, in un ambiente accogliente e conviviale, raccontandoci tradizioni popolari oltre che culinarie. L'ultima lezione è stata "APPLE PIE", ricetta americana, la famosa torta di Nonna Paperera. L'insegnante, Gabriela, ricordiamo la ricetta e buon appetito. APPLE PIE

Impasto: gr. 325 di farina speciale

gr. 123 burro danese

2 cucchiaini di zucchero

$\frac{1}{2}$ bustina di lievito vanigliato

1 uovo

1 pizzico di sale

Impastare bene il composto per la crosta e dividetelo in due parti, una leggermente più grande dell'altra. Stendetele con il matterello. Appoggiate quella più larga su una teglia grande per la crostata coprendo la parete e il bordo. Mettete la teglia in forno leggermente caldo per cinque minuti.

Ripieno: 6 mele golden delicious (medie-grandi)

1 tazzina di zucchero

$\frac{1}{2}$ cucchiaino di cannella

$\frac{1}{4}$ di noce moscata

1 cucchiaino d'acqua

Sbucciare le mele e tagliarle a spicchi non sottili.

Metterle in una pentola, aggiungere tutti gli ingredienti. Saltare per due o tre minuti. Versate il contenuto dentro la teglia che avevate posto in forno. Coprite la torta con la seconda metà dell'impasto chiudendo a pizzicotti sul bordo. Per ultimo con una forchetta forare l'impasto in quattro o cinque punti. Cuocete per 55 minuti a 180°.



La nostra associazione, Banca del Tempo e dei Saperi, è iscritta nel registro regionale delle Associazioni di solidarietà familiare con decreto n° 18259 del 27/7/01, questa iscrizione ci dà la possibilità di presentare ogni anno dei progetti che, se approvati, ottengono un finanziamento regionale. Quest'anno la nostra Associazione ne ha presentati due, entrambi approvati e finanziati.

Il primo "Diffusione della Banca del Tempo nel territorio rivolta agli anziani".

Il secondo "Accompagnare al proprio progetto personale" (per i ragazzi di scuola media)

DA UN'IDEA A UN PROGETTO

Spesso, buone idee di progetti, restano solo nella testa di chi le ha pensate perché, difficoltà o mancanza di esperienza, ne bloccano il decollo o il completamento. A volte non si sa da dove cominciare oppure si procede per tentativi sconsiderati con inutile dispendio di energie e scarsi risultati. Una persona singola o un ristretto gruppo di persone a volte hanno un'idea di fare "qualcosa" per se o per gli altri, e allora, per raggiungere l'obiettivo, vale la pena di considerare il modo di agire con il metodo del progetto al fine di procedere per passi successivi ma tutti convergenti verso il risultato finale atteso.

APPARTENERE VUOL DIRE PRENDERE PARTE

Appartenere alla nostra associazione vuol dire prendere parte alle iniziative, alle idee, ai progetti.

Così con queste poche righe ti proponiamo di aiutarci a impostare, sviluppare e realizzare da una tua idea un reale progetto. Se hai una idea, sviluppiamola insieme, se vuoi parlarne vieni a trovarci la domenica mattina dalle 10,30 alle 12,00 in Via Marzabotto, 9 c/o la Parrocchia oppure il Giovedì pomeriggio dalle 15,30 alle 17,00 Via V. Emanuele 13, primo piano.

Alcune associazioni di Buccinasco, Liberamente, Circolo Acli "il sogno" e Amici di Buccinasco, hanno promosso una serie di conferenze sul tema: **"L'acqua un bene comune e uno storico patrimonio del nostro territorio"**

Chi ha partecipato ha ritenuto molto interessante ed attuale l'argomento trattato, per questo è sembrato utile proporvi una breve sintesi.



Lo Storzellina, che si trova nel gruppo del Cevedale, è ormai prossimo all'estinzione.

L'ACQUA E' UN DIRITTO PRIMARIO PER L'UMANITA'?

La risposta sembrerebbe ovvia. Senza l'acqua non ci sarebbe la vita per gli esseri viventi. Ma le leggi ferree del mercato si insinuano ferocemente anche in questo discorso. La privatizzazione delle acque sta passando sopra le nostre teste e noi non ce ne accorgiamo nemmeno! Un articolo della precedente legge finanziaria prevede che i Comuni, costituiscano Società per azioni per la gestione dell'acqua. Oggi circa un miliardo e mezzo di persone non hanno accesso all'acqua potabile perché vivono in zone aride e perché è più vantaggioso costruire oleodotti per il petrolio che tubazioni per l'acqua. Come porre rimedio a tutto ciò? Intanto sensibilizzando i cittadini su questo importante tema. E questo è stato fatto qui nel nostro Comune. Infatti, è cominciata giovedì 28 novembre alla Cascina Robbiolo la prima serata di un ciclo di conferenze sul tema:



"L'acqua un bene comune e uno storico patrimonio del nostro territorio"

curato dalle associazioni Liberamente, ACLI circolo "Il sogno" e Amici di Buccinasco. La relatrice della prima serata è stata la docente universitaria Dott.ssa Teresa Isenburg dell'Associazione culturale Punto Rosso la quale ci ha introdotto nel discorso facendoci notare quanto minima sia la percentuale di acqua potabile rispetto alla totalità dell'acqua presente sul nostro pianeta e si sa che quando un bene è in quantità limitate diventa prezioso. Secondo la Isenburg le prossime guerre non saranno più per "l'oro nero" ma per "l'oro blu". Ed è facile intuirne la portata. Un esempio ci viene dalla Turchia che con la costruzione della grande diga Ataturk può regolare il flusso delle acque danneggiando Siria e Iraq.



Va fatta anche una riflessione sulla reale necessità dei grandi invasi che stravolgono il territorio e che a volte cambiano radicalmente la vita delle popolazioni interessate, come ad esempio in Cina la grande diga sullo Yang Tze. Gli interessi economici legati all'acqua sono molteplici: vi sono grandi imprese che costruiscono le dighe, imprese che gestiscono gli acquedotti e che essendo a scopo di lucro e quotate in borsa possono anche fallire (un esempio recente è la Vivendi francese), imprese che gestiscono le acque minerali. Su questo ultimo punto va fatta una seria riflessione: l'acqua potabile dell'acquedotto pubblico è molto controllata e quindi si potrebbe bere tranquillamente. Nonostante ciò noi italiani siamo i più grandi consumatori di acqua in bottiglia con conseguente inquinamento dovuto agli scarichi dei camion che la trasportano e alle enormi quantità di plastica da smaltire. Ma se l'acqua è una necessità primaria per gli esseri viventi, e su questo penso che siamo tutti d'accordo, come si può

accettare che venga considerata come una merce qualsiasi da gettare in pasto al mercato? Dobbiamo prendere coscienza di questo problema se non vogliamo ritrovarci in un futuro prossimo a dover fare i conti con la guerra per l'oro blu. Alcuni studiosi si sono mobilitati e hanno redatto già dal 1998 "Il manifesto italiano per il contratto mondiale sull'acqua" su iniziativa del Prof. Riccardo Petrella dell'Università di Lovanio. Il manifesto si propone di:



mettere la politica dell'acqua ai primi posti dell'agenda politica italiana promuovere la conoscenza sui problemi dell'acqua con una partecipazione dei cittadini alla gestione democratica dell'acqua assicurare a tutti i cittadini almeno 40 litri di acqua al giorno, ponendo i relativi costi a carico della collettività.

Ulteriori approfondimenti sul tema si terranno giovedì 9 gennaio 2003 presso l'aula consiliare.

Invito tutti in quelle serate a vincere la stanchezza, il freddo e la pigrizia. Ne vale proprio la pena!

Franca Venesia

Solo dopo che l'ultimo albero sarà abbattuto
Solo dopo che l'ultimo fiume sarà stato avvelenato
Solo dopo che l'ultimo pesce sarà stato catturato.
Soltanto allora scoprirai che il denaro non si mangia.

Profezia degli indiani Cree

