

## LE NOSTRE DISPONIBILITÀ

### PICCOLI AIUTI

Nozioni e apprendimento lavori di cucito, stiro, lavori a maglia, uncinetto

Piccole riparazioni in casa: elettriche, tapparelle, idrauliche

### SERVIZI VARI

Aiuto per pagamento bollette

Spesa e ricette mediche, ecc.

Passaggi in auto - Cura delle piante

### CONSIGLI DIVERSI

Bancari / assicurativi / investimenti finanziari

Lavaggio a secco e acqua, stiro - Consigli estetici

### CUCINA

Aiuto e consigli in cucina - Pasta lavorata a mano

Scambio di ricette dolci e salate

### PER LA PERSONA

Cura dei capelli - Estetica mani e viso

### ISTRUZIONE

Lezioni di matematica

Lingue straniere (inglese, francese)

Informatica e internet - Computer di base

### BIMBI

Baby - sitter - Assistenza compiti bimbi

### FOTOGRAFIA

Foto / riprese video / riversamento su DVD

### TEMPO LIBERO E LAVORI CREATIVI

Corsi di ballo - Ginnastica, footing, passeggiate

Cinema, teatro, visite in città, shopping o...

... prendere anche solo un caffè

Pittura, decoupage, ricamo, fiori di carta

## PROSSIME INIZIATIVE 2011

### GENNAIO

**Corso di informatica e internet.  
Il mercoledì pomeriggio  
Lavori di gruppo  
Venerdì Ginnastica  
Ricetta piemontese .....**

### FEBBRAIO

**Continua il corso di  
informatica e internet.  
Il mercoledì pomeriggio  
lavori di gruppo.  
Ricetta regionale ....**

### MARZO

**Il mercoledì pomeriggio  
"Mani in pasta"  
Ricetta regionale .....**  
Carnevale  
Con costumi creati dalle socie.

## LE NOSTRE CONVENZIONI

Comune - Biblioteca Arpino:

- progetto Book in Time

- consegna libri a domicilio.



Comune - Pari Opportunità:

- Sportello Pari e Dispari



C.I.S.A.

- Scambio di tempo  
con gli anziani



COOP

Scambio di tempo e prodotti



# Banca del Tempo

Associazione di Promozione Sociale



[www.tempointbanca.it](http://www.tempointbanca.it)

[bancadeltempo.nic@libero.it](mailto:bancadeltempo.nic@libero.it)

cell. 338 488 26 48 - Tel. 011 081 25 86

## Bollettino del Tempo

Periodico di informazione della BdT di Nichelino

**Il guaio del nostro Tempo  
è che il futuro  
non è più quello di una volta.**

**Vieni a trovarci  
e portaci il tuo sapere**



**Città di Nichelino**  
Provincia di Torino

4 numero  
2010

# LE NOSTRE INIZIATIVE

O  
T  
T  
O  
B  
R  
E

## GIORNATA NAZIONALE BdT

Il potere dell' integrazione.



## CONVEGNO NAZIONALE

... che Tempo fa in Banca?



## RICETTA INTERNAZIONALE:



Brasile  
"Baline de aroz"

N  
O  
V  
E  
M  
B  
R  
E

## USCIAMO DAL SILENZIO

Visione del film "Agorà"



## "RECIPROCA SOLIDARIETÀ E LAVORO ACCESSORIO"

Grazie ai progetti della Compagnia San Paolo, abbiamo rinnovato il locali delle associazioni Via Damiano Chiesa, 12.



## RICETTA INTERNAZIONALE:



Marocco  
"Cùs Cùs"

D  
I  
C  
E  
M  
B  
R  
E

## IL COORDINAMENTO PROVINCIALE SALUTA IL SUO COLLABORATORE



## CENA DI FINE ANNO

Il ricavato della sottoscrizione sarà destinato alla Scuola Media Statale "F. Giacobbe" di Scaletta Zanclea (Me), distrutta dalla frana del 1 ottobre 2009.

