



**Banca del Tempo di Sanremo: Palafiori
Via Garibaldi, 1-18038Sanremo
tel.0184580505**

**Apertura da lunedì a venerdì,
preferibilmente con appuntamento
dalle 10.00 alle 12.00**

www.bdtsanremo.it

e-mail:sanremobdt@gmail.com

GIORNALINO GIUGNO 2024

Cari iscritti, siamo già in giugno, alla metà dell'anno! Certamente non abbiamo perso tempo in questi mesi e tante altre iniziative ci aspettano, questo mese!

Vi aspettiamo in tanti.

Di seguito vi segnaliamo gli appuntamenti per il mese di giugno 2024

Venerdì 7 giugno alle ore 10.30 - la nostra Mirella Tagini ci propone il terzo ed ultimo incontro prima delle ferie estive: "cosa stiamo mangiando?", in sede

Giovedì 13 giugno ore 16.00 - presentiamo una bella novità: un pomeriggio al KARAOKE! Il nostro iscritto Marco Griseri ci offre questa bella opportunità di stare insieme in allegria. Chi desidera partecipare come cantante, lo comunichi per piacere in segreteria, indicando anche cosa desidera cantare.

Giovedì 20 giugno, ore 10:00 - Assemblea generale degli iscritti (seguirà convocazione ufficiale e formale)

Giovedì 20 giugno, ore 16:00 – Giusy offre, presso OVER Senior Residence Sanremo una lezione per la preparazione di verdure ripiene

Sabato 22 giugno ore 16:30 Maria Pia ci fa vedere il filmato "Fuerteventura", sempre presso OVER Senior Residence Sanremo

Martedì 25 giugno: torneo di Burraco presso OVER Senior Residence Sanremo, **ore 16:00**

Giovedì 27 giugno ore 16:00 - Niki offre il secondo incontro di Scrittura Creativa

Se volete partecipare alle varie proposte, vi preghiamo di prenotare in segreteria 0184 580505.

"I consigli di lettura di Bianca" questo mese vi propone:

1) LA SCELTA DI SOPHIE di William Styron. Un libro profondamente tragico e allo stesso tempo estremamente vivace e colorato, straripante di ironia, che esplora le mille contraddizioni dell'animo umano.

2)ARCODAMORE, di Andrea De Carlo. Conosciamo un uomo che, a causa di delusioni che lo hanno profondamente ferito, cerca di evitare ogni coinvolgimento emotivo, finchè....

3)LA CADUTA DEI GIGANTI di Ken Follett. I destini di cinque famiglie si intrecciano inesorabilmente attraverso due continenti sullo sfondo drammatico della Prima guerra mondiale e della Rivoluzione Russa.

Buona lettura a tutti!

Ogni giovedì, dalle 16:00 alle 18:00 saremo felici di offrirvi un piacevole intrattenimento con il tè e nell'occasione potremmo scambiarci consigli vari su argomenti diversi quali lavori manuali, ricette di cucina, giardinaggio, o semplicemente sarà una bella occasione per poter conversare in un ambiente rilassato e piacevole.

Se trovate su appuntamenti altri avvenimenti, si capisce che non si farà questo incontro.

Ricordiamo che tutti i corsi devono essere prenotati in Segreteria; per quanto riguarda il materiale eventualmente necessario per i vari corsi potete chiedere informazioni alla Segreteria al momento dell'iscrizione al corso. Inoltre verrà pubblicato sul gruppo WhatsApp un avviso il giorno prima dell'evento. I costi vengono divisi tra i partecipanti.

I CORSI

SOCIO	ATTIVITA'	GIORNO	ORA	TELEFONO	LUOGO
Barbara Gromotka Rosanna Mannu	Tedesco avanzato Tedesco principianti	Ogni lunedì	15-16 16-17	3404178454	Sede
Michelina Calvano	Creazioni con carta pesta	Ogni lunedì	16-18	3290980764	Sede
Rosalba Vinchery	Spagnolo	Ogni lunedì	17-18	3205585645	Sede
Ludmila Pouzanova	Russo	Ogni lunedì	17-18	3203120909	Sede
Giorgio Badino	Inglese base	Ogni martedì	10-11	3347434724	Sede
Gruppo Pittrici	Pittura su sassi	Ogni martedì	10-12	3398342276	Sede
Armando Revera	Studio Pianoforte Moderno	Ogni martedì	10-12	3338573992	Sede
BdT	Gioco carte scala 40 e burraco	Ogni martedì	15.30-18	3404178454	Sede
Claudia Petroni	Risposte alle domande sul funzionamento del Vostro cellulare	Ogni mercoledì	9.30-10.30		Sede
William Isaac	Inglese base	Ogni mercoledì	10.30-11.30		Sede
Alma Gorini	Corso Italiano base	Ogni mercoledì	11.30-12.30		Sede
Armando Revera	Chitarra	Ogni mercoledì	15-18	3338573992	Sede
Paola Maria Pavin Fanny Wazana	Francese	Ogni giovedì	15-16	335529118 3888866112	Sede
Humberto De La Cabada	Spagnolo	Ogni giovedì	16-17	3665333216	Sede
Monica De Andreis	Ginnastica	Ogni giovedì	9:45-10:45	3473810506	Carmelitane o Melograno
Annamaria Viscardi	Circolo dei lettori	Ogni giovedì	10:30-11:30	3384124667	Sede
Socializzazione	Chiara Di Giacomo: piccole riparazioni macchina da cucire Roberta Costamagna: carte da gioco Francesca Graziosetti: fasce capelli Giusy Spidalieri: composizioni floreali e pittura sassi Anna Tosarello Sartoria e riparazioni	Ogni giovedì	16-18		Sede
Giulia Tavanti	Consulenza utenza elettrica	A richiesta	10-11	3383669777	Sede
Lalla Cameroni	Passeggiata	A richiesta	10.00	3492971878	Incontro al porto vecchio
Katalin Cassis	Yoga	Ogni venerdì	10-11	348599870	Baia Greca, spiaggia libera

OFFERTE SU APPUNTAMENTO

Loris Pizzolla (cell.3892820655) offre consigli legali – contattare per appuntamento

Rosalba Vinchery offre lezioni individuali di spagnolo - mettersi d'accordo cell. 3205585645

Il nostro Fisioterapista Rino Alesi riceve su appuntamento in sede, non esitate a contattarlo per tutti quelli che hanno dolore al collo, esercizi correttivi per la colonna vertebrale (Scoliosi), le riabilitazioni Post Trauma ecc. Le attività vengono svolte singolarmente.

Per informazioni e per fissare un appuntamento chiamate o inviate un messaggio al 3405750770

Giulia Tavanti (cell. 3383669777) su appuntamento la mattina offre consulenza per le utenze elettriche

Valter Restaneo offre aiuto sull' utilizzo basilare del computer (previo avviso di adesione da comunicare in segreteria)

Adriano Astegiano offre piccoli lavori di falegnameria

Tutti gli appuntamenti e scambi fatti sono esclusivamente da comunicare in segreteria dal lunedì a venerdì dalle 10.00 alle 12.00.

La segreteria provvede regolarmente all'aggiornamento degli scambi e a tal proposito comunico che anche durante il mese di maggio ci sono stati numerosi scambi come:

Chitarra, ginnastica dolce, burraco, giardinaggio, corsi di lingue diverse, piccoli lavori di casa, cucito ricamo e riparazioni a macchina, incontri fuori sede (per gustare un buon piatto o solamente un caffè), baratto, passaggi macchina, commissioni, PC ecc.

Compleanni mese di giugno

Giorno	Mese	Nome
2	6	Samantha
8	6	Zilena
11	6	Marco
15	6	Concetta (Ketti)
16	6	Tiziana
17	6	Angela
17	6	Odetta (Odette)
17	6	Maria detta Mari
18	6	Monica
19	6	Giulietta
19	6	Leslie Lucy
24	6	Stella Yvette
27	6	Silvana
27	6	Rita

Foto eventi del mese di maggio



Corso scrittura creativa

Festa della Mamma con musica



Incontro presso Over Senior Residence
filmato "I Paesi Baschi comunità autonoma della Spagna"

Teatro "commedia presso il teatro Casino"
AUSER Sanremo - Banca del Tempo "

Vi ricordo che, per meglio comunicare con tutti voi, avremmo bisogno della vostra mail corretta – se non ricevete il giornalino via mail per favore contattateci – grazie.

Nota: per chi non lo ha fatto il contributo volontario di Euro 10 per spese relative alla gestione delle attività, feste, ricorrenze ed eventi durante l'anno 2024

Auguriamoci un bellissimo mese, auguri a tutti e tanti scambi – un abbraccio, la vostra coordinatrice Barbara e il direttivo Bianca, Chiara, Francesca, Loris e Valter

Si ricorda che collegandosi al nostro sito internet **BANCA DEL TEMPO DI SANREMO** è possibile tramite l'**[AREARISERVATA AGLI ISCRITTI](#)** visualizzare il conteggio e saldo delle ore fatte.

Per eventuali segnalazioni, da apportare nelle prossime news, si prega di contattare il responsabile giornalino Barbara Gromotka Whatsapp 3404178454 e-mail: sanremobdt@gmail.com oppure barbaragrom1@alice.it