



Banca del Tempo di Sanremo: Palafiori
Via Garibaldi, 1-18038 Sanremo
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 LUGLIO 2025

Cari iscritti, siamo giunti a metà anno e ci apprestiamo, come di consueto, alle vacanze estive dal **18 di luglio al 14 settembre**, ovviamente durante la chiusura sarà sempre possibile effettuare scambi individuali, da comunicare alla Coordinatrice che è sempre disponibile.

Però è anche giunto il momento di valutare la partecipazione, numero di iscritti e tipo di servizi offerti e ricevuti in questo primo semestre anno 2025.

I corsi promossi di lingue straniere sono stati numerosi non solo per imparare ma per consolidare i legami tra i partecipanti.

Specialmente richiesto è stato il corso di smartphone e non meno quello di musica, di lettura libri divulgazione e storia della scienza, ginnastica, consigli nutrizionali, giochi di società, pittura e scrittura creativa, nonché scambi individuali, per un totale di circa 942 ore.

Si ringraziano tutti gli iscritti attivi coinvolti nelle attività per la loro partecipazione e con soddisfazione sono stati accolti, nella nostra Banca del Tempo in questo primo semestre, ben 10 nuovi membri.

Durante la pausa estiva pensate ad un corso che vi piacerebbe seguire e che non è stato proposto, potrebbe nascere da una vostra idea.

Visto che il gran caldo di questi giorni non dà tregua l'incontro previsto di giovedì 17 luglio è stato rimandato in settembre con una grande bella festa.

A tutti buone vacanze e un arrivederci a settembre per continuare i nostri incontri ed avere sempre risultati positivi con nuove idee.

Questo mese la nostra iscritta Pastorelli propone gita a **Carpasio sabato 19 luglio**. Partenza ore 9 con mezzi propri, arrivo alle ore 10.00, possibilità di raccogliere la lavanda a Prati Piani, quindi pranzo presso il ristorante "la Carpasina" menù casalingo ligure, nel pomeriggio visita al museo della lavanda e paese, ritorno verso le 17.00.
Telefonare 3342566524 per concordare numero partecipanti.

Se alcuni iscritti sono interessati a proporre un appuntamento in questo mese, si invita a comunicarlo in segreteria e sarà reso noto tramite whatsapp.

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.

Gli appuntamenti dei corsi settimanali

SOCIO	ATTIVITA'	GIORNO	ORA	TELEFONO	LUOGO
Barbara Gromotka Rosanna Mannu	Tedesco avanzato Tedesco principianti	Ogni Lunedì dal 20/01 in avanti	15-16 16-17	3404178454	Sede
Michelina Calvano	Creazioni con carta pesta	Ogni lunedì	16-18	3290980764	Sede
BdT	Gioco carte scala 40 e burraco	Ogni lunedì	14-18	3404178454	Sede o fuori sede
Rosalba Vinchery	Spagnolo	MOMENTANEAMENTE FERMO		3205585645	Sede
Ludmila Pouzanova	Russo	Ogni lunedì	17-18	3203120909	Sede
Gruppo Pittrici	Pittura su sassi	Ogni martedì	10-12	3398342276	Sede
Armando Revera	Studio Pianoforte Moderno	Ogni martedì	10-12	3338573992	Sede
Claudia Petroni	Risposte alle domande sul funzionamento del Vostro cellulare	Ogni mercoledì	9.30-10.30		Sede
William Isaac	Inglese base	MOMENTANEAMENTE FERMO			Sede
NOSENZO Nella Rosa	Inglese base	Ogni mercoledì	10.30-11.30	3348261821	Sede
Alma Gorini	Corso Italiano base	Ogni mercoledì	11.30-12.30		Sede
Armando Revera	Chitarra	Ogni mercoledì	15-18	3338573992	Sede
Marco Muratore	Biodanza	Ogni mercoledì	16-17.30	3421776346	C.so Inglese di fronte teatro Casinò
Giorgio Badino	Inglese	Ogni giovedì	10.30-11.30	3347434724	Sede
Paola Maria Pavin	Francese	Ogni giovedì	16-17	3355291118	Sede
Humberto De La Cabada	Spagnolo	Ogni giovedì	16-17	3665333216	Sede
Alberto Ferrara	Corso di Informatica di base	Ogni giovedì	15-16	3355735968	Sede
COLLELUORI Matthew	corso di Stretching	Verrà comunicato	10-11	3312770220	Sede
Monica De Andreis	Ginnastica	Ogni giovedì	9.45-10.45	3473810506	Carmelitane o Melograno
Anna Maria Abbate	Circolo dei lettori	Ogni giovedì	10.30-11.30	3384124667	Sede
Francesca Graziosetti	Lezioni di Burraco e partecipazione ai tornei	Ogni giovedì	14.30-15.30	349 064 9497	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
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

Joelle Aline offre lezioni individuali di francese - mettersi d'accordo cell. 3487950677

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 scorso sono stati numerosi 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, picc. lavori falegnameria ecc..

Compleanni

MESE DI LUGLIO

Giorno	Mese	Nome	Giorno	Mese	Nome
2	7	Emma	23	7	Anna Gabriella
5	7	Katalin	24	7	Daniela
6	7	Gemma	26	7	Domy (Domenica)
7	7	Gianni	26	7	Matthew
9	7	Giovanni Battista	27	7	Ada
10	7	Annamaria	27	7	Evelina
14	7	Abel Daniel	29	7	Maria Teresa
15	7	Vincenza	30	7	Giulia
16	7	Yuri	31	7	Fabio
22	7	Gian Piero	31	7	Aldo
23	7	Rosanna			

MESE DI AGOSTO

Giorno	Mese	Nome	Giorno	Mese	Nome
3	8	Edda	15	8	Florelia
4	8	Claudio	18	8	Marta
4	8	Elke	19	8	Giacomo
7	8	Giulia	20	8	Humberto Antonio
8	8	Mara	24	8	Marga
10	8	Assunta	26	8	Paola Maria
13	8	Gabriella	29	8	Graciela
14	8	Mariarosa	29	8	Lea Natascha

MESE DI SETTEMBRE

Giorno	Mese	Nome	Giorno	Mese	Nome
4	9	Joelle Aline	21	9	Barbara
5	9	Giuliana	22	9	Annamaria
7	9	Ernesta	23	9	Sonia
8	9	Marco Maria	24	9	Domenico
9	9	Leonarda (Lea)	26	9	Walter
14	9	Marianna	28	9	Armando
18	9	Tomas	29	9	Angelo
20	9	Sergio	30	9	Marcella
20	9	Fortunata			

Foto eventi del mese giugno



Michelina,Roberta,Piera alle prese con carta pesta e pittura

Per meglio comunicare con tutti Voi, avremmo bisogno dell'indirizzo mail corretto – se non ricevete il giornalino per favore contattateci.

Nota: si ricorda il contributo volontario di Euro 10 per spese relative ad acquisto materiali per la gestione delle attività annuali.

A tutti gli iscritti un abbraccio, ricordando la regola del buon utilizzo della chat Banca del Tempo Sanremo che vorrei, come responsabile, venga rispettato – grazie -, la vostra coordinatrice Barbara e il direttivo Bianca, Chiara, Francesca, Loris e Valter.

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