

Le attività disponibili de **LA CLESSIDRA**

<ul style="list-style-type: none"> ◆ ACCOMPAGNAMENTO ANZIANI ◆ AIUTO ALLA BANCA DEL TEMPO ◆ ANNAFFIATURA ORTI, GIARDINI ◆ ASSISTENZA ANZIANI ◆ BABY SITTER ◆ BALLO LISCIO, INSEGNAMENTO ◆ CONSULENZE GIURIDICHE ◆ CONSULENZE PER ASSOCIAZIONI ◆ CONSULENZE INFORMATICHE ◆ CUCINA, CONSIGLI RICETTE E MENU ◆ CUCINA, COTTURA ALIMENTI ◆ CONSULENZE AMMINISTRATIVE FAMILIARI ◆ CAMMINARE PER STARE BENE ◆ DISBRIGO PRATICHE ◆ FACCHINAGGIO ◆ FOTOGRAFIA, CONSULENZA ◆ GIOCO SCACCHI, INSEGNAMENTO ◆ MODELLISMO FERROVIARIO 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ MANUTENZIONI DOMESTICHE ◆ BRICOLAGE ◆ MARCIA, CONSIGLI ◆ ORGANIZZAZIONE INIZIATIVE SOCIO-CULTURALI ◆ PULIZIA CASE, ORTI, GIARDINI ◆ LAVAGGIO AUTO ◆ PESCA SPORTIVA, CONSIGLI ◆ RICETTE PER CENE IMPORTANTI ◆ TRASLOCHI, AIUTO ◆ RIORDINO, PULIZIA GARAGE ◆ CAMERIERI, AIUTO PER FESTE ◆ CAT E DOG SITTER ◆ PICCOLI LAVORI DI CUCITO ◆ SITEMAZIONE ARMADI ◆ INSEGNAMENTO PATCHWORK ◆ USO ELEMENTARE DEL COMPUTER ◆ TRADUZIONI E CONVERSAZIONE IN LINGUA FRANCESE ◆ CORREZIONE BOZZE 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ LEZIONI STORIA DELL'ARTE ◆ PROGRAMMAZIONE VIAGGI ◆ TEDESCO ELEMENTARE ◆ LEZIONI PIANOFORTE ◆ COMPAGNIA PER CONCERTI E STORIA DELL'ARTE ◆ DICHIARAZIONE REDDITI, IRPEF, ICI ◆ CONSIGLI SANITARI ◆ CONSULENZA INFORMATICA ◆ INGLESE ELEMENTARE ◆ AGRICOLTURA BIOLOGICA ◆ SOLUZIONI ECOLOGICHE ◆ LAVORI DI FALEGNAMERIA ◆ CONSIGLI E VALUTAZIONI SU MEDICINE E LORO USO ◆ LINGUA SPAGNOLA ELEMENTARE ◆ PARRUCCHIERA ◆ PEDICURE
--	---	--

AGGIORNAMENTO AL 31 OTTOBRE 2005

(Continua da pagina 1)

parte – elencando i prodotti attualmente disponibili.

Il presidente Giancarlo Vincenti ha poi presentato all'assemblea un importante progetto – elaborato in collaborazione con la socia Lucia Tomasella e con la psicologa Marta Roncaglia – denominato “Alzheimer e dintorni”. Tale progetto consiste in un convegno per sensibilizzare il pubblico su quella patologia che, oltre ad arrecare gravissime menomazioni intellettive alle persone colpite, comporta notevoli disagi per i familiari, disagi che si aggravano sempre di più con l'evolversi del male. Il convegno avrà luogo il giorno 28 gennaio 2006 nella Sala Consiliare del Municipio di Portogruaro, con l'intervento di autorità e specialisti in materia; seguiranno incontri di approfondimento (probabilmente otto) che si svolgeranno nei mesi di febbraio e marzo, e che saranno rivolti ai familiari, agli operatori

nel volontariato o a semplici interessati all'argomento, con lo scopo di dare una serie di strumenti conoscitivi e pratici per creare intorno al malato l'ambiente migliore possibile e per gestire al meglio il pesante evolversi della patologia.

Si è poi fatto il punto sulla situazione degli scambi di attività nel corso del 2004 (circa 900 ore) e del 2005, che non si discosta fino ad ora dal precedente, rilevando che il numero complessivo non è completamente soddisfacente, soprattutto considerando il numero degli iscritti (a marzo 2005) e le oltre 50 attività disponibili offerte dai soci. La maggioranza delle richieste si concentra in una dozzina di servizi. Pertanto si è rivolto un caldo invito ai presenti a dare una maggiore partecipazione, aumentando soprattutto le richieste: per restituire le ore c'è sempre tempo!

Si è deciso infine di organizzare – come già fatto in precedenza – un incontro conviviale con i soci, aperto anche a familiari e simpatizzanti, per il quale il direttivo ha già fissato il luogo e la data:

**Portogruaro, Oratorio Pio X
ore 19,30
di sabato 3 dicembre 2005**

Solite modalità: ognuno porterà qualcosa – o offrirà un piccolo contributo volontario alla BdT – e tutti verseranno una modesta quota per le spese di organizzazione. Contiamo su una folta partecipazione.



LA CLESSIDRA

BANCA DEL TEMPO DI PORTOGRUARO

Bollettino informativo – Anno II – n. 7 – novembre 2005

Facciamo un po' di conti

IL 27 settembre scorso si è tenuta la seconda Assemblea Generale degli iscritti a “La Clessidra”, la Banca del Tempo di Portogruaro, nella quale, tra presenti e deleganti si è raggiunto il numero di 48 soci, ossia oltre il 50% degli iscritti, il che si può considerare un buon risultato.

La nuova sede di convocazione – l'ex casello ferroviario di via della Stazione – ha trovato il gradimento dei soci.

Essendo stato raggiunto ampiamente il numero legale, si è proceduto agli adempimenti istituzionali, approvando il bilancio consuntivo dell'anno 2004 e rinnovando le cariche sociali, con la conferma del direttivo uscente composto dai soci Giancarlo Vincenti, confermato anche come presidente, Valentino Zanon, segretario, Claudio Olivotto e Pasquale Pizzichetti; è stato inoltre eletto Luciano Suzza con l'incarico di tesoriere, al quale facciamo i migliori auguri di buon lavoro.

Il presidente ha fatto quindi il rendiconto delle attività e dei principali eventi che hanno impegnato la nostra Banca del Tempo.

◆ Nel mese di aprile dell'anno in esame, il 2004, c'è stata la presentazione ufficiale della nostra associazione al pubblico, nella Sala Consiliare del Municipio, alla presenza del Sindaco, e con una considerevole partecipazione di persone interessate, alcune delle quali si sono anche iscritte.

◆ In ottobre, nella sede del Porto dei Benandanti si è tenuta una mostra di lavori eseguiti con la tecnica del patchwork – mostra curata ottimamente dalla socia Franca Vincenti – che ha interessato un buon numero di visitatori; anche in questa occasione si sono raccolte alcune iscrizioni e sono anche state presentate varie iniziative che hanno preso vita nel corrente anno 2005 e che sono tuttora in corso.

Il segretario Valentino Zanon ha quindi spiegato cosa sono i GAS (Gruppi di Acquisti Solidale) e in particolare ha descritto quello sorto di recente a Portogruaro – IL CAN-NETO, del quale anche la nostra BdT fa

(Continua a pagina 4)

LA CLESSIDRA

bollettino informativo
della Banca del Tempo di Portogruaro
Direttore Responsabile Giancarlo Vincenti
via Liguria, 39 – Portogruaro VE
tel. 0421 27 85 11

www.tempopernoi.org
e-mail: info@tempopernoi.org

FIERA DI SANT'ANDREA

Confermiamo la partecipazione de **LA CLESSIDRA**

con banchetto espositivo alla Fiera di S. Andrea

nei giorni 20/26/27 novembre

invitando caldamente i soci a regalare qualche ora di presenza

Cosa c'è da ridere?

Sempre in ritardo...

All'assemblea de La Clessidra, Banca del tempo di Portogruaro, si stanno annoiando a morte. Così il presidente Giancarlo Vincenti decide di fare una gara di barzellette. Per evitare i soliti noiosi principianti, il presidente inserisce una clausola terribile: giudice unico sarà lui stesso e se il concorrente non riuscirà a farlo ridere, verrà evirato sul posto.

Valentino Zanon è il primo coraggioso e racconta una divertente storiella sulle suore: tutti ridono, presidente escluso. Così al povero Valentino vengono recisi gli zebedei.

Ora tocca a Pasquale, che riporta una barzelletta sui polentoni del nord e tutti si scompisciano dal ridere. Tutti, fuorché il presidente, che rimane serio come una sfinge. E anche Pasquale viene sistemato per le feste. È il turno di Stefano, che racconta una storia sui cavalli. Non è arrivato neanche a metà, che il presidente scoppiava in una risata fragorosa e fra un singulto e l'altro dice: "Ragazzi, quella sulle suore era bellissima!".

"IL CANNETO" Gruppo di Acquisto Solidale.

Dopo le prime difficoltà iniziali abbiamo ingranato la marcia giusta, lo scambio di esperienze, di idee, di valutazioni e visite, ha portato a definire una prima lista di fornitori certificati, che ci propongono: frutta, verdura, carni, formaggi, farine, patate, agrumi, olio: tutto di origine biologica o di lotta integrata.

Stiamo valutando altri prodotti, alcuni di primaria importanza per il loro impatto ambientale come i detersivi e altri che entrano giornalmente nella nostra alimentazione giornaliera come pasta e riso.

Il criterio fondamentale è sempre di scegliere piccoli produttori, ove possibile locali, rispettosi dell'ambiente e dei lavoratori.

Una mobilità eco-sostenibile:

trasformazione di una bicicletta in un veicolo a trazione elettrica

di Pasquale Pizzichetti - Portogruaro (VE) - email: linopiz@iol.it

(Continua dal numero precedente)

Caratteristica interessante di questo corredo è che una voltato montato, esso è ancorato al telaio della bicicletta per mezzo di ingegnosi lucchetti: uno per il gruppo motori e un altro per il pacco batteria. In effetti è possibile staccarli in pochi secondi e portarli lontano, magari per quando si va in ufficio, così da non lasciarli in strada alla mercé dei curiosi. Il pacco batterie permette la ricarica anche quando è staccato. Il fatto che ci sia il cambio velocità sulla bicicletta ospite è importante in quanto si può così decidere quanto il motore deve contribuire alla pedalata. La mia bicicletta ha un vecchio cambio con cinque rocchetti sulla ruota posteriore.

Ovviamente più aiuto si chiede al sistema elettrico e più si riduce l'autonomia delle batterie. Tuttavia ritengo che quest'ultima sia abbondantemente sopra la media dei percorsi ordinari.

Documentazione.

Il manuale è in italiano ed è scaricabile dal sito del fornitore in formato elettronico (da stampare in proprio). Il che è molto utile per una valutazione preliminare all'acquisto: dovrebbe metterla a disposizione così tutti i fornitori. Il manuale è ben realiz-

zato ed esauriente, sia per la parte del montaggio, sia per la parte di utilizzo. Unica imprecisione rilevata è quella della prova da fare da fermo quando si monta il sensore di cadenza: in effetti come suggerito non funziona la prova, bisognerà provare la bicicletta in marcia quando è completamente montato il corredo elettrico.

Difficoltà incontrate.

Elemento sensibile è il tipo di copertura anteriore. Se si vuole trasformare una bici tipo Mountain Bike probabilmente si dovrà sostituire il copertone con uno senza tacchetti laterali. Infatti ciò impedirebbe il corretto trascinarsi da parte dei motori. Inoltre, la larghezza di questa è critica: non dovrebbe scendere sotto i 35 mm.

Unica difficoltà incontrata nel montaggio è quella relativa al gruppo motori quando si è in presenza di biciclette con forcelle ammortizzate. Infatti ho tentato di montare il corredo prima sulla bici di mia moglie, che è più recente e poi ho ripiegato sulla mia più vecchia. La difficoltà sta nel fatto che il grosso freno anteriore a ganascia, come si usano ora, ostacola il corretto posizionamento dei motori sulla ruota.

Credo che avrei potuto risolvere il problema sostituendo il freno anteriore con uno, sempre a ganascia, ma per mountain bike vecchi modelli. Tale sistema lascia abbastanza scoperto il pneumatico per consentire l'operazione normale dei rulli motore.

Impressioni di guida

Il sistema elettrico entra in funzione se la leva del gruppo motori è abbassata, quindi se i rulli dei motori poggiano sul pneumatico anteriore e se si sta pedalando, diciamo dopo aver superato la velocità di 5 km/ora.

Subito dopo si sente una lieve spinta che incoraggia l'andatura. Se si aumenta il ritmo di pedalata aumenta anche l'aiuto dei motori. Il tipo di sensore (di cadenza) non rileva lo sforzo sui pedali, per esempio in relazione ad una salita. Perciò conta solo se si pedala oppure no.

I motori sono molto silenziosi, praticamente non si sente nulla. Inoltre trovo che il sistema sia molto docile nell'erogazione della potenza. Le prime volte non riuscirete a capire subito se l'aiuto ci sia o meno. In effetti basta tenere un'andatura lenta per cogliere la spinta dei motori.

L'uso del pulsante turbo è utile per l'attraversamento di incroci oppure nei momenti in cui serve una decisa spinta, anche in salita.

Se la strada lo permette, dunque su rettilinei senza incroci e con il fondo stradale buono, è possibile viaggiare ad andatura sostenuta. Posso mantenere senza troppa fatica velocità oltre i 25 Km/h. L'importante è

continuare a pedalare.

Mi ha colpito il fatto che non rilevo surriscaldamenti né del motore né delle batterie. Vuol dire che il sistema funziona bene e non ci sono sforzi particolari nonostante il caldo estivo (32°).

Il sistema prevede comunque un limite di sicurezza di 25 K/h oltre il quale esso smette di spingere.

Se per caso uno dei tre cavi elettrici risulta staccato dalla scatola viene segnalato con un lampeggio della spia sulla scatola. Se non utilizzato, il sistema elettrico si disattiva da solo dopo pochi secondi. Trovo che la posizione baricentrica della scatola con le batterie e l'elettronica sia ottimale per l'equilibrio del ciclo in marcia. Anche il gruppo motori è ben piantato sullo sterzo e durante la guida non ci sono problemi di stabilità.

Per quanto riguarda l'autonomia delle batterie, direi che è notevole. Ho percorso strada ben oltre i 33 circa km dichiarati sul manuale. Ho visto accendere la spia rossa della carica dopo i 40 km che sono stati percorsi in tre giorni. Ho terminato la carica dopo altri 4 chilometri.

A questo proposito ho notato una discrepanza tra quanto affermato dal costruttore sul manuale e quanto rilevato. Nel manuale si parla di un 50% di carica rimanente con led rosso fisso; a spia intermittente rimarrebbe 25 % di carica. Mentre ho rilevato di persona che quando sia accende la spia rossa significa che la carica durerà ancora qualche chilometro.

(Continua al prossimo numero)

E la Casa di Paglia?

Domenica 30 ottobre, verso le nove e mezza, ci siamo dati appuntamento da Stefano Soldati a Belfiore, alla Casa di Paglia, in località La Boa, sulle rive del Loncon.

Programma della giornata: intonacare alcune pareti interne alla solita maniera, cioè con il "MASSAGGIO" (domani questa abitazione risulterà più calda anche per tutte le carezze che ha ricevuto da tante persone affettuose...).

Ci siamo trovati, oltre al padrone di casa, in tre portogruaresi, una sanstinese con le sue figlie, due veneziani, un magnaradicio di Treviso, una coppia slovena, un francomilanconcordiese e una ragazza svedese.

Insomma, un bel misto che ha lavorato in allegria scambiandosi esperienze ed idee e che nell'intervallo ha mangiato e bevuto dell'ottimo vino.

Abbiamo in mente di riproporre una domenica così prima delle festività.

CI STATE?