

# ATTENZIONE

Tutti coloro che volessero collaborare alla redazione di questo bollettino, con notizie riguardanti la BdT, curiosità, proposte, critiche, saranno i benvenuti. Il materiale deve essere inviato a [guareschi@portogruaro.net](mailto:guareschi@portogruaro.net)

## UTILISSIME NOTIZIE

*Negli scambi tra soci vi è una grande richiesta di **piccole prestazioni domestiche**, molto semplici e poco impegnative, a carattere occasionale e saltuario, pertanto chi avesse del tempo libero per questo tipo di attività, può contattare Valentino Zanon.*

Un nostro associato si offre di **riversare cassette VHS in DVD** al costo di € 1,00 **per ora di durata** (compreso il dischetto). Per contatti: Claudio Olivotto 0421 27 77 28 - 340 34 84 727.

**L'inaugurazione della nuova azienda di una nostra socia, prevista per novembre, è stata**

**rimandata, per motivi organizzativi, alla primavera del 2008.**

*La data precisa sarà comunicata in tempo utile.*

### **Come ci si iscrive a LA CLESSIDRA?**

La **BANCA DEL TEMPO DI PORTOGRUARO** ha sede in **via Liguria, 39** in un locale gentilmente messo a disposizione dalla C.I.S.L.

Sportelli:

lunedì c/o CISL ore 10-12

mercoledì c/o Porto dei Benandanti ore 21-22

sabato c/o Oratorio PIO X ore 17-18

Visitate il nostro sito  
[www.tempopernoi.org](http://www.tempopernoi.org)

Per informazioni :

Giancarlo Vincenti tel. 0421 70 48 88

cell. 340 07 25 136

Valentino Zanon tel. 0421 76 01 50, ore serali

### **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](http://www.tempopernoi.org)  
e-mail: [info@tempopernoi.org](mailto:info@tempopernoi.org)



## **LA CLESSIDRA**

**BANCA DEL TEMPO DI PORTOGRUARO**  
Bollettino informativo – num. speciale Fiera di S. Andrea 2007

## S. Andrea 2007

Quest'anno la ricorrenza dei festeggiamenti di S. Andrea, santo patrono di Portogruaro, assume un particolare significato per la nostra Banca del Tempo, in quanto proprio in occasione della Fiera del novembre 2007, i promotori raccolsero le prime iscrizioni. Quindi sono ormai passati cinque anni dalla sua fondazione e tante cose sono avvenute in questo periodo.

Gli iscritti, proprio in questi giorni, hanno superato il numero di 125, anche se i soci effettivi sono meno di cento, perché nel corso degli anni molti, per motivi diversi, hanno lasciato la BdT, ma ciò è fisiologico in ogni associazione.

Il numero delle ore scambiate, proporzionalmente al numero dei soci, si mantiene stabile, permanendo sempre i problemi della relativa scarsità di richiesta di prestazioni, dovuti secondo me, ad una certa ritrosia, e direi quasi timidezza, da parte di molti, a chiedere quanto potrebbe servirebbe, malgrado negli anni si sia sempre ampliato il numero delle attività disponibili.

Non starò ora a riassumere quanto è stato fatto, ciò risulta dettagliatamente dal nostro sito internet [www.tempopernoi.org](http://www.tempopernoi.org) che ognuno

può consultare; mi preme invece sottolineare alcune cose avvenute di recente che mi fanno ben sperare per il futuro. Il direttivo si è ampliato con l'ingresso di nuovi amici disponibili a collaborare e lavorare per la gestione dell'associazione e già per i primi mesi del prossimo 2008 sono previsti alcuni incontri serali su vari argomenti, di sicuro interesse per tutti sperando che abbiano un positivo riscontro di partecipazione.

Colgo l'occasione per segnalarvi l'incontro ormai rituale a carattere conviviale, che si tiene nel mese di dicembre, quest'anno fissato per domenica 16 alle ore 12.30 presso l'Oratorio Pio X della Parrocchia del Duomo di Portogruaro, con lo stesso tipo di organizzazione degli altri anni; il Direttivo è a disposizione per ogni informazione e comunque sarà gradito un cenno di conferma di adesione.

Vi invito infine a visitare il nostro banchetto espositivo, presente in fiera nei giorni 18, 24 e 25, sarà una buona occasione per fare quattro chiacchiere insieme.

*Giancarlo Vincenti*



**AGENZIA MENE GHINI**  
del dr. Onofri Lelio & C. sas

Sportello telematico  
Pratiche automobilistiche e amministrative  
Riscossione tasse automobilistiche  
Risoluzione contenzioso bolli

30026 Portogruaro VE - viale Trieste, 194  
tel. 0421 27 60 43 - 0421 27 41 98 - fax 0421 39 46 13  
P. IVA 02 09 35 40 272

## Le attività disponibili de **LA CLESSIDRA**

◆ ACCOMPAGNAMENTO ANZIANI	◆ GIOCO SCACCHI, INSEGNAMENTO	◆ USO ELEMENTARE DEL COMPUTER
◆ AIUTO ALLA BANCA DEL TEMPO	◆ MODELLISMO FERROVIARIO	◆ CORREZIONE BOZZE
◆ ANNAFFIATURA ORTI, GIARDINI	◆ MANUTENZIONI DOMESTICHE	◆ LEZIONI PIANOFORTE
◆ ASSISTENZA ANZIANI	◆ BRICOLAGE	◆ LEZIONI DI LINGUA INGLESE
◆ BABY SITTER	◆ ORGANIZZAZIONE INIZIATIVE	◆ DICHIARAZIONE REDDITI, IRPEF, ICI
◆ CONSULENZE GIURIDICHE	◆ SOCIO-CULTURALI	◆ AGRICOLTURA BIOLOGICA
◆ CONSULENZE PER ASSOCIAZIONI	◆ PULIZIA CASE, ORTI, GIARDINI	◆ SOLUZIONI ECOLOGICHE
◆ CONSULENZE INFORMATICHE	◆ LAVAGGIO AUTO	◆ LAVORI DI FALEGNAMERIA
◆ CUCINA, CONSIGLI RICETTE E MENU	◆ PESCA SPORTIVA, CONSIGLI	◆ CONSIGLI E VALUTAZIONI SU MEDICINE E LORO USO
◆ CONSULENZE AMMINISTRATIVE FAMILIARI	◆ TRASLOCHI, AIUTO	◆ PARRUCCHIERA
◆ CAMMINARE PER STARE BENE	◆ RIORDINO, PULIZIA GARAGE	◆ PEDICURE
◆ DISBRIGO PRATICHE	◆ CAMERIERI, AIUTO PER FESTE	
◆ FACCHINAGGIO	◆ CAT E DOG SITTER	
◆ FOTOGRAFIA, CONSULENZA	◆ PICCOLI LAVORI DI CUCITO	
	◆ SITEMAZIONE ARMADI	
	◆ INSEGNAMENTO PATCHWORK	

AGGIORNAMENTO AL  
31 OTTOBRE 2007

## FAUNA DEL LEMENE



CIGNI



ANATRA MANDARINA



GALLINELLA D'ACQUA



TUFFETTO

## 8 idee per vivere meglio

### Dove ci portano i piccoli pensieri?

Star bene con noi stessi e con le persone che ci sono vicine è la migliore ricetta per vivere bene, per promuovere la nostra salute mentale e quella delle persone che vivono accanto a noi.

### Un complimento ed un sorriso

Facciamo un regalo a noi stessi e agli altri: non perdiamo l'occasione di fare un complimento sincero e di ringraziare con un sorriso.

### Critica sì, ma...

Se proprio siamo convinti che qualcuno ha fatto qualcosa che ci ha dato fastidio, criticiamo il comportamento e non la persona.

### Chi è la più bella del reame?

Accettiamoci per come siamo. Impariamo dagli errori che abbiamo fatto, ma non pensiamo troppo alle cose spiacevoli del passato. Guardiamo al futuro, a ciò a cui crediamo e vogliamo realizzare.

### Se abbiamo un problema...

Se abbiamo un problema, bere, prendere uno psico-

farmaco, mettere la testa sotto la sabbia non ce lo risolve.

Meglio affrontarlo, magari chiedendo consiglio a qualche esperto.

### Abbasso la perfezione!

Non inseguiamo la perfezione, tanto non la prenderemo!

E' meglio "fare" piuttosto che passare il tempo a "preparare a fare"!

### Insieme è meglio

Cerchiamo la compagnia di altre persone; potremo dare e ricevere. Prendiamo in considerazione la possibilità di prendere parte ad un'associazione di volontariato o ad un gruppo di mutuo aiuto.

### La concretezza fa bene al cuore

Poniamoci degli obiettivi realistici ma stimolanti, da raggiungere entro sei mesi, un anno. Impariamo a fare qualcosa di nuovo, a ballare, a cucinare, a riconoscere i funghi, a lavorare a maglia, a suonare uno strumento...

Tratto da "RETI VIRTUOSE"