



Banca del Tempo di Sanremo:
Palafiori Via Garibaldi 1 – 18038
Sanremo
tel. 0184 580505

**Ricevimento lunedì, mercoledì e venerdì ma
soltanto con appuntamento
dalle 10.00 alle 12.00**

www.bdtsanremo.it

e-mail: sanremobdt@gmail.com

GIORNALINO FEBBRAIO 2022

Cari iscritti,

**Eccoci arrivati a Febbraio, il mese più corto dell'anno ma che inizia con tanta voglia di
musica a Sanremo.... Il 72esimo Festival di Sanremo sta per avere inizio!!!!**

Lunedì 14 Febbraio ore 16:00 San Valentino Aperitivo nel Fojer del Palafiori (entrata della
sede della BdT) su prenotazione entro mercoledì 9 Febbraio in Segreteria

Giovedì 24 Febbraio ore 15-16 Guarire con le Erbe a cura di Roberta Costamagna

Giovedì 24 Febbraio ore 16-18 corso di pittura sui sassi a cura di Chiara Di Giacomo, gli
interessati si possono rivolgere alla Segreteria.

Uno dei nostri membri, mette a disposizione tre fasce di terreno, già ripulite e pronte per
essere coltivate da subito, in via Dante. In cambio chiede di poter avere una parte del
raccolto.

Chi fosse interessato può contattare direttamente Ada Bruno per i dettagli 3471289577.

Gennaio 2022, che cosa abbiamo fatto?

Nel mese di Gennaio abbiamo ricominciato alla grande, e tra le varie attività abbiamo
brindato al nuovo anno con un aperitivo mattutino a cui avete partecipato con calore...
ma vi aspettiamo sempre più numerosi!



**Il corso di candele fatte a mano ha dato i suoi frutti.... Alla seconda lezione abbiamo
realizzato le nostre piccole opere d'arte, fatte con tanto impegno e con ancor più amore!**

Grazie e a Dada per il supporto.



Un interessante spunto per trascorrere insieme qualche ora è venuto dall'incontro guidato da Roberta Costamagna che ci ha presentato delle ottime idee per bibite analcoliche, dissetanti e facili da preparare... eccoci pronte per l'estate!!!!



E il Venerdì continua come sempre Yoga.... Un'ora di relax, mare e sole in ottima compagnia alla Baia Greca! In caso di maltempo faremo insieme una bella e salutare passeggiata- Siamo intensionati a fare una volta Yoga a Riva Ligure. Aspettiamo ulteriori informazioni dal nostro membro Lalla Funaro da Riva Ligure.



E la prima gita dell'anno, sabato 22 Gennaio Maria Pia ci ha portati a Montalto, nel nostro meraviglioso entroterra dove tra arte, tradizione e cucina abbiamo trascorso una giornata molto piacevole.



Milly Miola propone un corso di pittura acrilico, presso la nostra sede. Chi è interessato può contattare la Segreteria.

Giampiero Pisati (cell. 3669775428) e Loris Pizzolla (cell. 3892820655) offrono consigli legali – per fissare un appuntamento

TABELLA CORSI

SOCIO	ATTIVITA'	GIORNO	ORA	TELEFONO	LUOGO
Barbara Gromotka	Tedesco avanzato Tedesco principianti	tutti i lunedì	15-16 16-17	3404178454	Sede
Paola Maria Pavin	Francese	tutti i mercoledì	15-16	335529118	Sede saletta URP
Enrico Tasca	Inglese	tutti i lunedì	16-17	3483994213	Sede
Rosalba Vinchery	Spagnolo	tutti i lunedì	17-18	3205585645	Sede
Ludmila Pouzanova	Russo	tutti i lunedì	17-18	3203120909	Sede
BdT	Gioco carte scala 40 e burraco	tutti i martedì	15.30-18	3404178454	Alla Baia Greca o in sede
Armando Revera	Chitarra	tutti i mercoledì	15-18	3338573992	Sede
Rino Alesi	Fisioterapia Postura e riabilitazione	tutti i mercoledì	15.15 - 16.45	3405750770	Sede
Alma Gorini	Letteratura 900 + 2000	tutti i mercoledì	15-16	3498440873	Saletta URP
Monica De Andreis	Ginnastica	tutti i giovedì	9:45- 10:45	3473810506	Carmelitane
BdT	Socializzazione	tutti giovedì	16-18		Fuori Sede
Dada Chesta	Lavori manuali	tutti giovedì	16-18	3487402100	Sede
Humberto De La Cabada	Spagnolo	tutti i mercoledì	15-16	3665333216	Sede
Katalin Cassis	Yoga	tutti venerdì	10-11	3485998700	Baia Greca o lungomare
Marisa D'Aloisio	Prove Sketch	tutti venerdì	16-18	3286735262	Sede

Frasese di Febbraio

**Ogni anno, mentre scopro che Febbraio
 È sensitivo e, per pudore, torbido,
 Con minuto fiorire, gialla irrompe
 La mimosa.
 (Giuseppe Ungaretti)**

La segreteria provvede regolarmente all'aggiornamento degli scambi e a tal proposito comunica che anche in Gennaio ci sono stati numerosi scambi come: Chitarra, Burraco, Giardinaggio, Piccoli lavori di casa, incontri fuori sede per gustare un buon caffè e altro, Baratto, passaggi macchina, commissioni, PC, cucito, consigli alimentari, gita a Montalto ecc.

Voglio ricordare che ci farebbe piacere che ci comunicate scambiamenti dei vostri dati personali. Ci capita che ritornano mail's e posta col indicazione mail non conosciuta o mail scarica o indirizzo non conosciuto – grazie.

Auguriamoci un bellissimo mese di febbraio e tanti scambi e soprattutto salute – un abbraccio, la vostra coordinatrice Barbara e il direttivo Chiara, Loris, Marisa e Yuri

Si ricorda che collegandosi al nostro sito internet [BANCA DEL TEMPO DI SANREMO](#) è possibile tramite l'[AREA RISERVATA 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