Il Telefono d'Argento – Onlus
Via Panama, 13 – 00198 ROMA
Tel: 06.84407449 – 333.1772038
e-mail: telefononodargento@hotmail.it
sito: www.telefonodargento.it

LA PILLOLA PER NAVIGARE

NUMERO 73

1 maggio 2012

Qui al ***Telefono d'Argento*** siamo tutti molto felici di avere la possibilità di condividere quanto contenuto in questo numero della ***Pillola per navigare;*** inviata gratuitamente, è il frutto e il risultato di un lavoro fatto con amore e dedizione.

Maggiori informazioni sulle attività dell'associazione ***Il Telefono d'Argento*** possono essere reperite nel sito internet: **www.telefonodargento.it**

Iniziamo la pillola per navigare con una riflessione.

Pensare è il compito di ogni persona e comunicare agli altri i propri pensieri è spontaneo e spesso necessario per non isolarsi in una solitudine senza comunicazione.

Ma per vagliare la sostanza, la verità, la novità del proprio pensiero, è indispensabile la liberazione dalle scorie del vaniloquio, delle complicazioni inutili, della pomposa supponenza o della confusione. È solo con la limpidità, con la semplicità, che non sia però banalità, che l'idea si fa comprensibile e rivela la sua forza. Il terrorismo ideologico di chi vuole mostrare sontuosamente la sua superiorità e l'abisso di ignoranza dell'altro non è autentica intelligenza e sapienza (caso mai è erudizione). Quando Gesù terminò il Discorso della Montagna, un testo di straordinaria novità, chiarezza e incisività, le folle rimasero affascinate: «Egli insegnava loro come uno che ha

autorità e non come i loro scribi» (Matteo 7,29). Un'autorità che nasce dalla semplicità, non dall'arroganza intellettuale.

Card. Gianfranco Ravasi

"Il Mattutino" - da L'Avvenire

IN QUESTO NUMERO DELLA PILLOLA PER NAVIGARE:

1. Eventi

2. La "Pillola per navigare" – 3 trucchi di youtube quando non si ha il mouse

3. Indovina! – Animali

4. Le nostre ricette – Ah, la zuppa!!!

5. Raccontaci di te – Numeri

6. Curiosità – Lo sapevi che…?

7. Buonumore – Ragioni

8. Le nostre Email d'argento: Meditazione di don Andrea Celli

Ricordiamo che il Telefono d'Argento ha istituito un servizio telefonico **gratuito** per aiutare a superare le difficoltà nell'uso del computer.

In caso di bisogno chiamare il numero telefonico:

333.1772038

Inoltre, per chiedere chiarimenti, mandare una e-mail a:

PILLOLAPERNAVIGARE@TELEFONODARGENTO.IT

Cerchi un artigiano? Chiama subito il nostro numero 333.1772038

Con una sola telefonata in poco tempo avrai a disposizione **artigiani competenti ed economici** per effettuare piccole riparazioni: impianti elettrici e idraulici, condizionamento, riscaldamento, antifurto, videosorveglianza, pitturazioni, giardinaggio, impermeabilizzazione e tanti altri lavori ancora.

E ora, prima di proseguire con gli altri argomenti della Pillola, desideriamo esprimere un caldo benvenuto ai nuovi iscritti che, nella settimana appena passata, si sono aggiunti ai lettori della *"Pillola per navigare"*. **BENVENUTI A BORDO**

Per coloro che, non ancora iscritti alla *Pillola per navigare*, desiderano iscriversi, inviare una e-mail all'indirizzo:
PILLOLAPERNAVIGARE@TELEFONODARGENTO.IT

oppure telefonare al **333.1772038**.

---

1 – EVENTI

Giovedì 3 maggio ore 10.00 – Continua il progetto del Telefono d'Argento - ANZIANINSIEME con le **Passeggiate Romane**

Visita all'ORTO BOTANICO

Per prenotare e partecipare telefonare 06.84407449

Lunedì 7 maggio ore 17.00 – primo piano della parrocchia di S. Croce a via Flaminia Via Guido Reni 2b presso i locali dell'**Associazione Don Emilio**

In viaggio con il Telefono d'Argento a cura di Roberta Taramanni

Per informazioni: 06.3222976 – 333.1772038

Martedì ore 15.30 – Parrocchia S. Agnese fuori le mura – via Nomentana 349 - CORSO APERTA...MENTE ANZIANI, PER L'ALLENAMENTO DELLA MEMORIA NELLA TERZA ETA'.

Per aderire e per maggiori informazioni:

340 9252361 – 06.86207644

Mercoledì alle ore 10.00 – Parrocchia San Roberto Bellarmino – Piazza Ungheria - CORSO APERTA...MENTE ANZIANI, PER L'ALLENAMENTO DELLA MEMORIA NELLA TERZA ETA'.

Per aderire e per maggiori informazioni:

338.2300499 – 06.84407449

Giovedì ore 10 – Cineforum

Presso la struttura messa a disposizione dall'associazione Casa Liò di via G. Frescobaldi 22.

Questa settimana continua la proiezione di **"Scialla! . . . proviamo a volerci bene?"**

Nel colorito linguaggio dei giovani capitolini, "scialla!" vuol significare "tranquillo!", "rilassati!" insomma, "stai calmo!". Questo termine è stato scelto da Francesco Bruni per dare titolo al film che ha segnato il suo debutto quale regista nel panorama del cinema italiano e che gli è valso il primato nella sezione Controcampo Italiano alla 68^ Mostra di Venezia.

Tel. 331.3248598 – 06.84407449

Mercoledì alle ore 17.30 – piano terra dell'oratorio della parrocchia di S. Croce a via Flaminia Via Guido Reni 2b.

Pane, amore e…. (molta) fantasia.

Corso di cucina naturale crudista – Ricette ispirate dalla lettura della Bibbia.

E Dio disse " Ecco, Io vi do ogni erba che produce seme e che è su tutta la terra e ogni albero in cui è il frutto, che produce seme: saranno il vostro cibo"

Genesi 1,29

Con la collaborazione della dott.ssa Bruna Bouchè per gli aspetti nutrizionali e della chef Daria Nuccetelli per la realizzazione delle ricette – Fotografa Gabriella Baldelli.

Per informazioni telefonare a 333.1772038 - 063222976

Venerdì alle ore 17, nell'oratorio della parrocchia di S. Croce a via Flaminia Via Guido Reni 2b, si gioca a **BURRACO.**

Per partecipare telefonare al ***Telefono d'Argento*** dalle ore 17 alle ore 19 allo 06.3222976 oppure a tutte le ore al 333.1772038

Il ***giovedì mattina (ore 10 – 13) e il venerdì mattina (ore 10 – 13)*** continuano ad essere a disposizione, per consulenze e consultazioni **gratuite,** rispettivamente psicologo e avvocato, presso la struttura messa a disposizione dall'associazione Casa Liò di via G. Frescobaldi 22.

Chiama il Telefono d'Argento al numero 06.84407449 o al cellulare 331.3248598.

Quando ci si sente male, ricorrere alla psicoterapia significa prendersi cura di se stessi. Consapevoli che il malessere può dipendere da un nostro comportamento

sbagliato, da scelte che non ci appartengono, da una mentalità che ci condiziona … ne parliamo con un terapeuta per far emergere, di noi, un lato nuovo, diverso, più affine a ciò che siamo. Ogni malattia infatti, sia che abbia caratteristiche organiche, sia che ne manifesti di psichiche, rappresenta il tentativo di liberarci da un modo di essere superato.

Chiama lo Sportello di consulenza Psicologica al numero 331.3248598

2 - LA PILLOLA PER NAVIGARE

3 trucchi di Youtube che occorre conoscere quando non si ha il mouse

Vogliamo parlare dei tasti scorciatoia che permetteranno di vedere il video di youtube in determinate parti senza usare il mouse. Il lettore video di YouTube supporta un paio di scorciatoie da tastiera che aiuteranno a scegliere quale parte del video vedere.

Per esempio, mentre un video è in riproduzione, è possibile premere il tasto ’0 ‘per riprodurre il video da capo, quindi se un video ci è piaciuto basta premere “il numero zero” per rivederlo.

I tasti freccia sinistra o destra, invece, permetteranno di andare avanti e indietro in un video del 10%. In alternativa, è possibile utilizzare i tasti numerici per passare a sezioni specifiche di un video – il numero ’1 ‘vi porterà al marchio del 10%, ’2′ al marchio del 20% e così via.

Quindi se stiamo vedendo un video di 10 minuti, premendo 1 andreamo al minuto uno del video, premendo 3 allora andremo al terzo minuto del video e cosi via…

Quindi ricapitolando:

1- Usare il tasto zero per vedere il video da capo
2- Usare i tasti freccia per avanzare o andare indietro
3- Usare i numeri 1, 2 , 3.. per una determinata sezione del video.

Se c'è qualcosa che vuoi approfondire, chiedi chiarimenti inviando una e-mail a: pillolapernavigare@gmail.com o telefona al **333.1772038**.

---

3 - INDOVINA!

L'indovinello della scorsa settimana, dal titolo **In laguna** chiedeva: "Cosa ci fa un telecomando a Venezia?"
Soluzione: Cambia i canali.

E ora il nuovo indovinello dal titolo: **Animali**
"Cosa ci fa una lumaca sopra una tartaruga?"

Inviare la risposta all'indirizzo: telefonodargento@hotmail.it

---

4 – LE NOSTRE RICETTE

La nostra scelta di condivisione è sempre rivolta a ricette semplici semplici che prevedano l'utilizzo di ingredienti il più possibile vicino al loro stato naturale.

Ah, la zuppa!!!

E poi… chi lo dice che i crudisti mangiano solo insalata?! Giammai!!! Tra zuppe, hummus crudista (ne esistono millemila versioni!), pinzimoni, salsine e quanto altro c'è davvero di che sbizzarrirsi. Questo è solo uno dei tanti modi con cui poter inaugurare al meglio un pasto.

Ingredienti:

3 pomodori a grappolo

1 costa di sedano

1/2 peperone

2 cipolline fresche

olio evo qb

fettine di champignon crudo per decorare

Procedimento:

Semplice, rapido, efficace. Frullate prima i pomodori, magari aggiungendo 1 cucchiaio di acqua in modo da creare una base liquida. Aggiungete mano a mano il resto delle verdure e continuate a frullare, ottenendo una zuppa corposa. Impiattate, decorate con qualche fettina di champignon (crudo è delizioso!!!) ed 1 giro di olio evo.

Il punto:

La cipollina, qui, conferisce alla zuppa un retrogusto abbastanza forte. Pungente. Se non piace si può tranquillamente omettere e ne uscirà un composto decisamente più delicato ma sicuramente ottimo. Non abbiamo utilizzato erbe aromatiche perché vogliamo gustarla in purezza, ma qualche foglia di basilico non avrebbe certo stonato!!!

Cosa ne pensate?

Inviate la vostra ricetta a questo indirizzo:

pillolapernavigare@telefonodargento.it

---

5 - RACCONTACI DI TE

Numeri

11 Agosto 1997, ricevo una telefonata da mio cognato, che mia sorella aveva avuto sulla pontina un terribile incidente, era in pericolo di vita. Dopo tanti giorni di sofferenza, viene il giorno 15 Settembre 1997 in cui l'ospedale decide che si può portarla a casa, tutta ingessata. Poiché non avrebbe avuto nessuna assistenza in casa sua, decidiamo con la mia famiglia di portarla in casa nostra. Nonostante i grandi dolori, poiché con questa sorella, per vari dissapori ci eravamo persi di vista da diversi anni, nel dolore ci eravamo tutti ritrovati, ricordiamo tutti con grande allegria, quei giorni di grande sofferenza.

Vengo a conoscenza anche della situazione economica, veramente disastrata. Con mio marito decidiamo di accollarci tutte le spese di cui mia sorella avrebbe avuto bisogno, ambulanze private, visite dai migliori ortopedici, infermieri ecc. ecc.

Si va avanti, finchè un giorno mi telefona l'amministratore del condominio di mia sorella, dicendomi che c'era un debito che se non veniva saldato, avrebbe fatto il decreto ingiuntivo. Io non avevo il coraggio di chiedere altro a mio marito. Dopo qualche giorno mi reco a casa di mia madre, deceduta già da qualche anno, per iniziare lo sgombero dell'immobile, per metterlo in vendita. Incomincio dalla sua macchina per cucire, e in un cassetto, ritrovo una lettera scritta da nostro padre, (in

un periodo di piena guerra), in cui diceva che inviava una piccola somma a mia madre (la quale si era rifugiata in Abruzzo, dai genitori), e di far dire delle messe alla Madonna del Rosario, terminava dicendo " Pensa a Pupetta", io non ero ancora nata. Tutte queste cose si abbinavano ad alcuni numeri.

Torno a casa, e quei numeri mi giravano in testa, l'indomani, era il 18 febbraio 1998, siccome in quei giorni il tabaccaio aveva messo il gioco del lotto, e mio marito ed io avevamo un esercizio commerciale, passò una signora che disse di giocare dei numeri, io presi dal cassetto Lire 13.000 e andai, c'era una grande fila, non sapevo neppure come si giocasse! Però dissi i miei 3 numeri puntando lire 10.000 per tutte le ruote, lire 3000 per i numeri di quella Signora.

La sera guardai televideo, erano usciti tutti e tre i miei numeri, quindi avevo fatto il terno!

Quando andai a riscuotere, mi fu dato Lire 4.162.500.=

Telefonai all'Amministratore di mia sorella e chiesi di inviarmi un fax al negozio sotto casa, che aveva questo servizio, con l'importo esatto del debito.

Ricevuto il fax, andai a ritirarlo, l'importo del dovuto era di Lire 4.162.500 :)!

P.S. Per curiosità, quei numeri non sono più usciti insieme!

Fortuna

Invia anche tu la tua storia a questo indirizzo:

pillolapernavigare@telefonodargento.it

Se invece preferisci raccontare la tua storia, noi la scriveremo per te; chiama il numero 333.1772038.

6 – CURIOSITA' ……..

La vita è spesso fin troppo complicata e crediamo sia giusto approfittare di ogni occasione per semplificarla ed addolcirla!
Un po' di evasione dal monotono tran tran di tutti i giorni non può farci che bene!

Lo sapevi che….? Nei conventi, durante la lettura delle Sacre Scritture, quando ci si riferiva a San Giuseppe si diceva "Pater Putatibus", abbreviato in P.P.. Ecco perché il più comune diminutivo di Giuseppe è Peppe o Peppino.

Cosa ne pensate? Inviate un commento a: pillolapernavigare@telefonodargento.it

7 - BUONUMORE

Ragioni

Lo staff della Croce Rossa di Genova si è accorto che uno dei più famosi (e ricchi) avvocati della città non ha mai fatto una donazione che sia una. Un incaricato allora lo chiama per convincerlo a versare un contributo in beneficenza.
- Ci risulta che lei, così importante e famoso non ha mai fatto una donazione. E' un peccato, pensi quanta gente potrebbe far felice con un piccolo gesto. E poi ne guadagnerebbe anche la sua immagine agli occhi di tutta la città...
L'avvocato rimane silenzioso un attimo e poi risponde:

- Carissimo, risulta a voi della Croce Rossa che mia madre stia morendo per una lunga ed incurabile malattia e che le spese mediche sono piu' alte di quanto lei possa guadagnare in un anno?

Imbarazzato l'incaricato borbotta: - Uhm.. no...

- E senta, caro, vi risulta mica che mio fratello, invalido civile, e' cieco e costretto su una sedia a rotelle?

L'incaricato, sempre più imbarazzato comincia a scusarsi, ma l'avvocato lo interrompe:

- E senta ancora, figliolo, siete mica a conoscenza del fatto che il marito di mia sorella e' morto in un incidente lasciandola sola, senza una lira e con tre bambini a carico?

L'incaricato, ormai distrutto, mormora:

- No... sono mortificato, non ne avevo idea...

- E allora - riprende l'avvocato in tono secco - se non ho mai dato una lira a loro, mi dice per quale ragione dovrei darne a voi?!

Scrivi a: pillolapernavigare@telefonodargento.it e invia la tua barzelletta.

8 – Le nostre Email d'argento

"Cosa significa il servizio per noi cristiani" Meditazione di *don Andrea Celli* in occasione dell'assemblea dei volontari del Telefono d'Argento nella parrocchia di S. Tommaso Moro.

L'unica scienza che ha inventato Cristo è la pastorale, l'evangelizzazione; la Carità espressa nel comandamento: "come io vi ho amati", cioè come Dio in Cristo ha amato l'umanità.

"È il cuore che rende eloquenti", così S. Francesco di Sales risponde ad un giovane che gli chiede: "parlami del Vangelo", si tratta di avere un cuore che parla e questo è il Servizio.

Bisogna stare attenti ad alcuni pericoli in ordine a questo argomento:

1. il sentimentalismo e l'emotività.

A riguardo S. E. Mons. Tonino Bello scrive: "Non basta il buon cuore: occorre il buon cervello. Ciò significa che bisogna ricercare una simpatia nuova per l'analisi lucida, scientifica, articolata. Conoscere i meccanismi perversi che generano le sofferenze è il primo atto di solidarietà con gli ultimi. Le improvvisazioni sentimentali non bastano, il volontarismo emotivo non è sufficiente: occorrono competenza e studio".

2. il presentismo: vivere l'oggi ma non avere progettualità per il domani.
3. le motivazioni vaghe: seguire il sentimento del momento o la moda (New Age), senz'alcuna responsabilità.
4. consuetudine: si è sempre vissuta la Carità così!

Contro questi pericoli, è necessario affermare la natura specifica del credente che è primariamente testimone e missionario, il Servizio infatti passa per la persona e non si improvvisa.

Tutto ha inizio dal cammino dei Discepoli alla sequela di Cristo che comporta un discernimento, un agire intelligente, la scelta di priorità nella vita. Cosa significa: "Venite dietro a me" o "convertitevi e credete al Vangelo"? Non significa seguire un ideale ma stabilire un rapporto (esperienza personale) con Dio. Si tratta di un

incontro (con Dio) e di un racconto (di detto incontro) che rappresentano le due facce di un'unica esperienza, quella del Servizio con indosso il "grembiule" della Carità. Non c'è un modo, non c'è un programma, si riformula la propria idea di Dio (Mt 5), del mondo, della vita, nel lasciarsi coinvolgere sempre più da Cristo, tanto da riascoltare nella propria interiorità la Sua Parola: "il calice che io bevo anche voi lo berrete".

In quest'ottica, il pensiero cristiano sottolinea la differenza tra il volontariato ed il servizio cristiano.
Il primo è diretto a migliorare la società civile; il secondo ad incontrare e raccontare il Cristo Risorto, che è un altro modo per dire la necessità di intervenire sul bisogno di coloro che portano sul proprio fisico e sulla propria psiche scolpiti il limite, il dolore, l'imperfezione. È il modo di riconoscere nella malattia il progetto salvifico di Cristo e condividerne la sofferenza.
Così il Servizio, a differenza del volontariato, abita gli altri, non soddisfa solo un bisogno, non è protagonismo personale, ma raggiunge la persona: è espressione di una vita che sa di non appartenersi, che non si preoccupa di sé, che non ha nulla di proprio da difendere.
Lo dice Gesù in modo inequivocabile ai Dodici. La Chiesa è fondata sul Servizio, "amatevi gli uni gli altri" e non sulle gerarchie umane, sui ruoli, sul potere.
L'Amore è la regola comunitaria, l'ordine nuovo tra i Discepoli ("fra di voi").
Inoltre, "il Figlio dell'uomo è venuto per servire e dare la propria vita", come scelta radicale, dono totale della propria vita, non un aspetto residuale ma costitutivo della propria esistenza. Da questo tutti vedranno che l'Amore cristiano è vivere il Vangelo, rispondere al progetto di Dio, tanto che "nessuno ha un amore

più grande di chi dà la vita per i propri amici"; e Gesù ci dice "Io vi ho chiamato amici".
Colpisce cosa scrive una ragazza, di nome Cecilia, a proposito del suo Servizio che svolge con i disabili:" Il servizio è un modo che ho per ricordarmi sempre che le croci che portiamo che appesantiscono il nostro cuore e i nostri pensieri sono minime rispetto a tutto quello che abbiamo…. In quelle stanze percorriamo l'uomo per trovare Dio, è nello spezzarci per gli altri che incontriamo il Signore…, è nella sconfitta, nell'appuntamento che non va come ci aspettavamo, nelle parole che non riusciamo a dire, nell'organizzazione di attività che poi capiamo non piacere ai ragazzi che conosciamo il fallimento ed inconsapevolmente diventiamo strumento piccolo ma capace di tanto…".
Con lo sguardo rivolto a Maria, facciamo nostre le parole di Mons. Bello: "La Vergine dell'abbondanza conceda a tutti noi una porzione di questa Sua ricchezza di servizio e ci faccia mettere il grembiule; "Gesù, allora si alzò da tavola, depose le vesti e si cinse un grembiule". E la Vergine Santa, un pezzo del Suo grembiule lo ritagli pure per noi".

Don Andrea Celli

Manda il tuo commento a: telefonodargento@hotmail.it

Sostieni la nostra Associazione - Il Telefono d'Argento - Onlus

con il tuo 5 x 1000

A te non costa nulla, per noi è un dono prezioso!

Come fare? È semplice!

Nel prossimo modello della dichiarazione dei redditi (CUD, 730, Modello Unico) basterà firmare nell'apposito riquadro "Sostegno delle organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale..."- indicare nello spazio sottostante il codice fiscale del Telefono d'Argento

97335470585

Donare il 5x1000 non costa nulla!

In attesa della **"Pillola per navigare"** della prossima settimana, il **Telefono d'Argento** invia gli auguri di una settimana felice e in armonia.

Il Telefono d'Argento – Onlus.

Via Panama, 13 – 0198 ROMA

Tel. 06.84407449 – 338.2300499

Indirizzo e-mail: telefonodargento@hotmail.it

Sito Internet: www.telefonodargento.it

SE DESIDERI NON RICEVERE PIU' QUESTO MESSAGGIO dal titolo "PILLOLA PER NAVIGARE", trasmesso dall'Associazione Il Telefono d'Argento – Onlus", INVIA, PER FAVORE, UNA E-MAIL AL SEGUENTE INDIRIZZO ELETTRONICO:

pillolapernavigare@telefonodargento.it

oppure chiama il 333.1772038.

BUONA SETTIMANA dal Telefono d'Argento