

LA PILLOLA PER NAVIGARE

NUMERO 02

21 dicembre 2010

Il Telefono d'Argento è felice di avere la possibilità di condividere ogni settimana quanto contenuto nella PILLOLA PER NAVIGARE in formato elettronico che viene inviata gratuitamente ed è il frutto e il risultato di un lavoro fatto con amore e dedizione.

Sito internet: www.telefonodargento.it

Signore, quanti sono i miei oppressori!
Molti contro di me insorgono.
Molti di me vanno dicendo:
“Neppure Dio lo salva! ”.

Ma tu, Signore, sei mia difesa,
tu sei mia gloria e sollevi il mio capo.
Al Signore innalzo la mia voce
e mi risponde dal suo monte santo.
Io mi corico e mi addormento,
mi sveglio perché il Signore mi sostiene.
Non temo la moltitudine di genti
che contro di me si accampano.

SOMMARIO

- 1. Saluti e AUGURI DI BUON NATALE DI GESU' (con regalo)**
2. Gli iscritti comunicano
3. La “Pillola per navigare” di questa settimana – Il mouse

4. Tip
 5. Indovina!
 6. Ricetta
 7. Raccontaci di te
 8. Lo sapevi?.....
 9. Appuntamenti
 10. Barze (non è obbligatorio ridere)
-

(1) SALUTI

Il Telefono d'Argento invia l'augurio di Buon Natale di Gesù a te e a tutte le persone a te care.

Per questa santa ricorrenza, come si usa tra fratelli, desideriamo consegnarti un regalo che a sua volta è stato a noi regalato.

Il Papa Giovanni Paolo II, in data 31 maggio 2000, in preparazione della Giornata della Gioventù dell'agosto 2000, ci regalò la BIBBIA in formato elettronico con una bella lettera di accompagnamento.

Per Natale noi vogliamo regalarti questa BIBBIA da installare sul tuo computer.

Basta che tu ce ne faccia richiesta e troveremo il modo per fartela avere.

Invia la tua richiesta a: pillolapernavigare@telefonodargento.it

Affrettati che il Natale è vicino!

Ti ricordiamo che il Telefono d'Argento ha istituito un servizio di aiuto telefonico per le difficoltà riscontrate nell'utilizzo del computer.

In caso di urgente bisogno chiama il numero telefonico:

333.1772038

Inoltre, per casi meno gravi e per richiesta di eventuali chiarimenti, manda una e-mail a:

HELPDESK@TELEFONODARGENTO.IT

Desideriamo infine esprimere un caldo benvenuto ai nuovi iscritti che si sono aggiunti, nella settimana appena passata, 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**.

(2) GLI ISCRITTI COMUNICANO

La risposta alla pillola per navigare della scorsa settimana ha avuto un enorme successo.

Molti hanno inviato suggerimenti su come modificare la struttura della pillola. Ne terremo conto e, se possibile, applicheremo i suggerimenti già dalle prossime pillole.

Collabora anche tu e trasmetti le tue comunicazioni all’indirizzo:

PILLOLAPERNAVIGARE@TELEFONODARGENTO.IT

(3) LA PILLOLA PER NAVIGARE DI QUESTA SETTIMANA

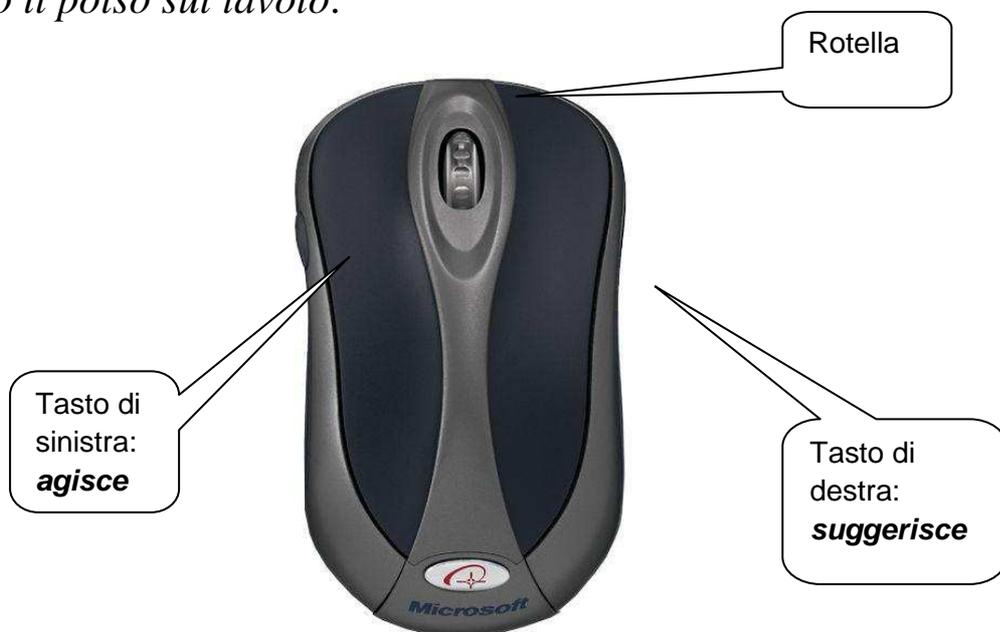
Il topolino (mouse) – due tasti e una rotella

Il mouse si chiama così perché assomiglia ad un topolino (il cavetto è la coda: solo che ora esistono anche mouse *wireless*, senza “coda”).

Il mouse è un dispositivo che permette di spostare sullo schermo una freccetta detta “puntatore” (o dito).

Il puntatore (per la precisione, la *punta* della freccia) individua una ben determinata posizione dello schermo.

Il puntatore si muove sullo schermo seguendo i movimenti del mouse: è importante esercitarsi a muovere il mouse in modo da spostare il puntatore dove vogliamo noi, non dove vuole andare lui! Per ottenere una buona precisione, *conviene eseguire i movimenti del mouse tenendo bene appoggiato il polso sul tavolo.*



Il tasto di sinistra permette di selezionare un oggetto sullo schermo (quello sul quale è il puntatore), premendolo brevemente (clic).

Se si preme due volte velocemente il tasto (doppio clic), l'oggetto selezionato viene attivato (per esempio, se si tratta di una cartella, viene aperta).

La rotella permette di scorrere in modo molto comodo il contenuto di una finestra, quando questo non può essere visualizzato interamente nella finestra

Clic e doppio clic, trascinamento

Come per imparare a guidare occorre riuscire a controllare in particolare i movimenti del piede sulla frizione, così per utilizzare bene un personal computer è importante riuscire ad usare bene il mouse.

Questi i consigli:

- Muovetelo lentamente osservando come si sposta il puntatore sullo schermo;
- Tenete il polso appoggiato sul piano del tavolo quando spostate il mouse;
- Fate un clic deciso, tenete *bene premuto* il pulsante per qualche istante, non siate troppo veloci: comportatevi come se doveste suonare un campanello, se fate troppo in fretta non suona!
- Non spostate il mouse quando premete il tasto: tenete ben appoggiato il polso, soprattutto quando cliccate;
- Esercitatevi con il doppio clic (il programma di gestione del mouse permette di farlo).
- Se vi sembra che il puntatore si sposti troppo velocemente, fate calibrare il movimento del puntatore mediante il programma di gestione del mouse
- Se, nonostante tutto, quando fate un clic o un doppio clic non succede nulla, oppure una parte di schermo diventa azzurra, *non vi scoraggiate*: spostate il mouse lontano dalla parte che è diventata azzurra e cliccate. Poi ripetete quello che stavate facendo.

E' molto importante *non spostare il mouse quando si clicca*: se lo fate, il computer pensa che vogliate trascinare un oggetto sullo schermo, o selezionare un testo, e lo evidenzia in azzurro. Se vi succede, cliccate lontano e ricominciate.

Al contrario, se volete fare un trascinamento, tenete ben premuto il tasto quando muovete il mouse, e rilasciatelo solo alla fine del trascinamento.

Se vi compare un menu (elenco) che non volevate richiedere, cliccate fuori dal menu (con il sinistro).

Ricordate sempre che *il tasto destro è il vostro amico*, il suggeritore: imparate a richiedere il suo aiuto.

Non eseguirà alcuna azione, ma vi dirà sempre che cosa potete richiedere, in relazione al punto in cui siete posizionati sullo schermo.

(4) TIP

Ti sei chiesto come fare per inviare una e-mail ad uno degli indirizzi riportati nella Pillola per navigare? (per intenderci le righe blu sottolineate e con al centro la chiocciola @).

FORSE NEL TUO PC FUNZIONA!!!

Porta la freccia del mouse sopra la riga blu, tieni premuto il tasto CTRL (tasto che è sinistra della barra spaziatrice) e clicca.

Si apre automaticamente la finestra della posta con l'indirizzo **A: già scritto; non rimane che scrivere l'oggetto e il testo della e-mail e cliccare alla fine su INVIA**

(5) INDOVINA!

In tanti hanno risposto all'indovinello facile facile riportato nella Pillola della scorsa settimana: nessuno ha indovinato.

La soluzione era: IL LIBRO

e questo era il testo dell'indovinello:

Dentro di me gli avventurosi troveranno
Sfide e tesori d'ogni sorta
Maghi, streghe, orchi ed altro ancora attendono
Dentro le mie chiuse mura
Tutti coloro che desiderano visitarmi.
Le tue mani sono la chiave
Per i segreti mai pronunciati
E la tua mente aprirà la porta.

Ed ora ecco l'indovinello di questa settimana!

Cosa può esserci nel forno che non può essere cotto?
Cosa cresce nel calore eppure evita la luce del giorno?
Cosa si scioglie nell'acqua ma cresce con l'aria?
Cosa somiglia alla pelle, ma è bello come i capelli?

Invia la tua risposta all'indirizzo:

pillolapernavigare@telefonodargento.it

(6) RICETTA

Abbiamo ricevuto un gran numero di ricette che a farle tutte ingrassiamo come porcelli.

Poiché la nostra scelta di pubblicazione ricade su ricette semplici e che prevedano l'utilizzo di ingredienti il più possibile vicino al loro stato naturale, questa settimana abbiamo scelto la ricetta inviata da Bianca.

“Raffaello” crudisti



Ingredienti:

1 banana bella matura

1 pugno di mandorle

1 pugno di noci

Cocco essiccato in scaglie

Cacao amaro (per chi lo preferisce sostituire il cacao con polvere di carrube)

Procedimento:

Mixare bene banana, mandorle e noci e fare un bell'impasto.

Versate il cocco in un piatto, prelevare un cucchiaino di impasto alla volta e rotolarlo nel cocco, dandogli la forma di una bella pallina tonda.

Continuare fino alla fine dell'impasto.

Spolverizzare il cacao sul piatto di portata e disporvi le palline.

(Volendo, potete preparare anche dei veri e propri tartufini, facendo ulteriormente aderire bene del cacao alla “panatura” di cocco.)

Servire subito o dopo un breve riposo in frigorifero.

Occhio, che uno tira l'altro !!!

Se hai una ricetta che può essere utilizzata da altri lettori, spediscila e la metteremo in condivisione nelle future “Pillole per navigare”; invia la tua ricetta a questo indirizzo:

pillolapernavigare@telefonodargento.it

(7) RACCONTACI DI TE

Ecco la storia che ci ha appena inviato Marisa

Licenza liceale!

Un'epoca che si chiude, un'altra promettente che si apre. Sogni, speranze e tante illusioni!

Ma le illusioni ben presto svaniscono: siamo in guerra. Roma anche se dichiarata “città aperta”, il 19 luglio viene violentemente bombardata! Si corre nei rifugi (che rifugi non erano, ma cantine in cui rischiavamo di fare la morte del topo), nel silenzio della notte si sentivano sibili di sirene, sfrecciare di aeroplani che sganciavano bombe e pensavano: toccherà a noi questa volta?

Poi ritorna il silenzio, l'incubo è finito. Solo l'indomani c'è il confronto colla triste realtà.

Sono stati colpiti e in parte distrutti il popolare e popoloso quartiere di S. Lorenzo, il policlinico, l'università, il cimitero, l'antica chiesa di S. Lorenzo: famiglie senza tetto, morti, feriti: è il primo, vero impatto dei civili colla guerra!

Il 13 agosto nuovo bombardamento, anche se meno cruento.

Poi, a settembre, l'armistizio, ma la città è alla fame e per di più sotto l'occupazione tedesca.

Incominciano le perquisizioni nelle case degli antifascisti, le torture nella famigerata via Tasso, la caccia agli ebrei, le deportazioni! Era il 15 settembre: arrivarono a casa nostra all'improvviso per una minuziosissima perquisizione (mio padre era antifascista di antica data e perciò sorvegliato speciale). Per fortuna si trattava della polizia italiana, la P.A.I. e non delle feroci SS naziste. 5 ore di perquisizione: gli armadi e i cassetti svuotati, i materassi o i cuscini aperti, tutti i libri, i vestiti, i ricordi più cari frugati o gettati in terra: cinque ore di terrore!

La sera stessa lasciammo casa: mio padre era nella lista di quelli che dovevano essere deportati in Germania. Bisognava nasconderci e separarci. Furono mesi di peregrinazioni da un rifugio all'altro; gli amici, i conoscenti mi evitavano ed avevo solo 17 anni.

In tutti quei mesi rividi mio padre solo una volta, furtivamente in una chiesa, senza neppure rivolgerci la parola!

Mi capitò di assistere anche ad una retata di ebrei. A via Catone, le SS circondarono l'isolato in cui ero nascosta e trascinarono a viva forza sui camion, già mezzi pieni, un vecchio, una giovane donna con un bambino in braccio e due uomini: a distanza di tanti anni ho ancora negli occhi la loro espressione smarrita e nelle orecchie le loro grida disperate.

In una delle mie rare uscite andai alla Pilotta, all'università Gregoriana a sentire una conferenza. Purtroppo era il 24 marzo, l'ora dell'attentato a via Rasella. All'uscita mi trovai al centro di spari e sbarramenti. Terrorizzata corsi, come solo in certi casi si può correre, verso via Nazionale: era la salvezza. Se fossi entrata dalla parte opposta sarei forse finita alle Fosse Ardeatine!

E intanto la fame cresceva. Si stava in fila per ore per racimolare qualche cardo o un po' di borragine e spesso, quando arrivava il nostro turno, era tutto finito e si tornava a casa a mani vuote. Neppure durante i mitragliamenti si abbandonava il proprio posto in fila: era la lotta per la sopravvivenza.

E gli americani che pure a gennaio erano sbarcati ad Anzio, illuminando la nostra vita di speranza, non arrivavano mai.

Finalmente ai primi di giugno qualcosa cambiò. Le mitragliatrici sparavano senza tregua, c'era un gran movimento di mezzi e di uomini non più baldanzosi per viale Parioli: iniziava la ritirata.

Quale sarebbe stata la sorte di Roma? Quali edifici i tedeschi prima di abbandonare la città avrebbero fatto saltare in aria?

Solo il 4 giugno l'incubo finì: i carri armati delle forze alleate entrarono a Roma, tra la folla festante che riteneva le sofferenze finite e lanciava fiori e baci ai "liberatori".

Ma l'euforia fu breve: mancavano la luce, l'acqua, il gas, non funzionavano i telefoni e i mezzi pubblici e c'era tanta, tanta fame.

Marisa L.

Raccontaci anche tu la tua storia e la condivideremo in rete.

Invia la tua storia a questo indirizzo:

pillolapernavigare@telefonodargento.it

(8) LO SAPEVI?

Ci salveranno i buoni.

Niente è fuori moda quanto i buoni sentimenti. E nulla è difficile da rendere appetibile quanto la bontà.

Molta gente cerca di vivere gentilmente e generosamente, di scegliere amici e persone, incantata anche dallo sguardo limpido di due occhi buoni.

Ma se lo dicesse forte finirebbe relegata nel settore poco ambito degli “antichi”.

Tra le bellezze semi-sconosciute è impossibile trovarne una che non indossi, per il fotografo o per l’operatore almeno un velo di malizia o trasgressione a comando. Se assistiamo ad un dibattito, il più maleducato ci pare forte e il più gentile un po’ debole, quando qualsiasi psicologo direbbe che certe arroganze sono manifestazioni inequivocabili di insicurezza.

A volte viene voglia di auspicare una rivolta dei buoni. Se scendessero in piazza con la faccia arrabbiata, se gridassero a muso duro: “Piantatela di trattarci da perdenti solo perché non mordiamo”, se proclamassero uno sciopero della bontà, allora in ogni strada e in ogni vita si spegnerebbe una luce indispensabile.

Non facciamoci illusioni: anche i buoni hanno i loro lati d’ombra, aggressività e meschinità. Così come chi si esprime in prevalenza con la delicatezza di un caterpillar ha generosità e sensibilità. Tuttavia, perché incoraggiare un mondo già aggressivo a diventarlo ancora di più? Perché considerare carattere solo il cattivo carattere?

Possiamo fare anche piccoli esperimenti per capire il sollievo che ci arriva da una boccata di bontà. A una donna che si trova in un momento trafelato, la figlia perfetta della società dirà: “Ma sei sconvolta! Mi sembra che tu abbia qualcosa che non va”. Mentre la buona le sorriderà commentando: “Ma come stai bene! Sei vivace, in forma”. Bisognerebbe scegliere più spesso un buono che ci faccia da specchio. Non perché sia più menzognero come quello della strega di Biancaneve, ma per l’esatto contrario: siccome la sua anima è un lago tranquillo, ci riflette in modo sereno e rasserenante.

Perciò quando la società e le persone ci deludono, potremmo ripeterci: “**ci salveranno i buoni**”.

Invia un tuo commento a: pillolapernavigare@telefonodargento.it

(9) APPUNTAMENTI

Le celebrazioni della S. Messa di Natale nella parrocchia di San Roberto Bellarmino avranno inizio alle ore 23.45 di venerdì 24 dicembre 2010. Alla fine della S. Messa auguri, panettone e cioccolata calda per tutti.

Il Telefono d'Argento organizza due *tombolate (con tombolino)* nel salone del Centro Culturale della Parrocchia di San Roberto Bellarmino ingresso da Via Panama 13 nei giorni:

Lunedì 27 dicembre 2010 ore 16

Lunedì 3 gennaio 2011 ore 16

Vieni a giocare! Si vince sempre qualcosa!

La sera del **31 dicembre 2010 a partire dalle ore 17** il Telefono d'Argento organizza per i propri amici anziani la serata di fine anno nei locali del Centro Socializzazione “DURANTE NOI” messi a disposizione dall'Associazione Casa Liò in via Frescobaldi 22 (vicino allo zoo).

Saranno con noi anche alcuni ragazzi del Centro.

Lenticchie e salsicce.

Vieni, dai una mano e porta qualcosa da condividere.

Per iscriverti e partecipare chiama il Telefono d'Argento al numero **06.84407449**.

(10) BARZE..... (non è obbligatorio ridere)

Un signore va dal medico e appare disperato:

- Dottore, lei mi deve aiutare. Deve sapere che io sono sposato da trent'anni e ho sempre vissuto felice con mia moglie. Senonché, alcuni giorni fa, non sentendomi bene, sono tornato prima del solito a casa e ho trovato mia moglie in compagnia di un uomo. A questo punto mi sono lanciato verso il cassetto per prendere la pistola ma mia moglie si è buttata ai piedi e mi fa: "Gennaro, ti prego, vai al bar, prendi un caffè, vedrai che ti passerà!". Ed io ho seguito il suo consiglio.

Il medico guarda il paziente e sta per intervenire quando lui prosegue:

- Abbia un po' di pazienza perché la storia non è finita. Insospettito, qualche giorno dopo, sono uscito volontariamente prima dall'ufficio e, tornato a casa, trovo mia moglie in compagnia di un altro uomo. Infuriato ho aperto il cassetto ma mia moglie si è nuovamente gettata ai miei piedi dicendo: "Gennaro, non lo fare. Hai due figli. Vai al bar. prendi un caffè e vedrai che ti passerà!". Io ho seguito nuovamente il suo consiglio ma il giorno dopo non sono andato in ufficio. Mi sono appostato e ad una certa ora ho visto entrare un uomo a casa mia. Ho aspettato qualche minuto e poi sono rientrato. Allora non ci ho più visto. Mi sono avvicinato al cassetto, ho fatto per prendere la pistola ma mia moglie si è buttata piangente ai miei piedi dicendomi: "Non lo fare, Gennaro, abbiamo due figli. Vai al bar, prendi un caffè, vedrai che ti passerà!".

A questo punto il dottore, seccato, interrompe il cliente per dirgli:

- Guardi signore... da me può avere tutta la solidarietà come uomo e come

marito ma, mi dica, in veste di medico, da me cosa vuole?

E l'uomo:

- Vorrei sapere... non è che tutti questi caffè mi faranno male?

In attesa della **“Pillola per navigare”** della prossima settimana, ci piace inviare gli auguri di una settimana felice e in armonia.

Il Telefono d'Argento – Onlus.

Via Panama, 13 – 0198 ROMA

Tel. 06.84407449 – 338.2300499

E-mail: telefonodargento@gmail.com

Sito internet: www.telefonodargento.it

La presente Pillola per Navigare è stata inviata a 185 indirizzi di posta elettronica.

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](tel:333.1772038).

Ciao