



PILLOLA PER NAVIGARE

NUMERO 111

22 gennaio 2013

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

Apriamo la Pillola per navigare con questa riflessione

C'è un linguaggio degli occhi che è certamente più sincero e spontaneo. Un linguaggio, certo, da decifrare, ma prezioso per cogliere l'interiorità: non per nulla gli innamorati, esaurite le parole, si guardano negli occhi, e quella diventa la comunicazione più intima e profonda.

E poi c'è la parola che fuoriesce dalla bocca, spesso come un fiume in piena, altre volte quasi al contagocce. È questa la rappresentazione sperimentale di quello che siamo diventati, attraverso le scelte ora squinternate ora sorvegliate della nostra personalità. Non per nulla c'è un bel motto rabbinico che afferma: «Lo stupido dice quel che sa; il saggio sa quel che dice». Sulla parola, come cartina di tornasole della persona, tutte le culture e le spiritualità si sono accanite con molteplici insegnamenti. Ne ricorderemo solo uno, desunto dal

libro dei Proverbi biblici: «Una parola detta al momento opportuno è come un'arancia d'oro su un vassoio d'argento... Che gioia rispondere con sapienza! Come è bella una parola detta al momento opportuno!» (25,11; 15,23). Una lezione da praticare più spesso, vegliando sulla lingua, «mettendo un freno alla bocca» come dice il Salmista (39,2).

Card. Gianfranco Ravasi

"Il Mattutino" - da L'Avvenire

IN QUESTO NUMERO DELLA PILLOLA PER NAVIGARE:

1. Appuntamenti
2. La “Pillola per navigare” – Aumentare il segnale WiFi con una lattina
3. Indovina!
4. Le nostre ricette – Pesto di foglie di sedano
5. Raccontaci di te – Chopin
6. Cammei del Telefono d'Argento 3
7. Curiosità – Roma leggendaria, misteriosa, insolita e fantastica 36
8. Buonumore

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:

telefonodargento@hotmail.it

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

oppure telefonare al **333.1772038**.

1 – APPUNTAMENTI

Sabato 9 febbraio ore 21.00 - Grande concerto di beneficenza a favore del Telefono d'Argento e altre quattro associazioni. La violinista sarda Anna Tifu (26 anni) ed il pianista ucraino naturalizzato italiano Alexander Romanovsky (28 anni) in concerto assieme per la prima volta all'Auditorium Parco della Musica di Roma

I biglietti, il cui costo varia da 20 a 40 euro, sono a disposizione presso la sede del Telefono d'Argento di piazza Ungheria.

Tel. 06.8557858 – 338.2300499

Tutti i Martedì alle ore 16:00, continuano gli incontri APERTA...MENTE ANZIANI a S. Agnese Fuori le Mura, via Nomentana 349.

Per informazioni: 06 86207644 (martedì e giovedì, dalle 17:00 alle 19:00)

Ogni giovedì ore 17 Parrocchia Sacro Cuore di Maria Piazza Euclide

Gioco di burraco - Sono disponibili 2 tavoli.

Per informazioni telefonare il martedì e il giovedì dalle ore 17 alle 19 al numero 06 80 83 541

Giovedì 24 gennaio ore 10 – Presso la struttura di via G. Frescobaldi 22 -

Cineforum

Tel. 331.3248598 – 06.8557858

Tutti i Martedì e i Venerdì dalle ore 17.00 alle 19.00 – Parrocchia S. Maria della Mercede - Via Basento, 100: "**Per stare insieme**"

Per maggiori informazioni: Tel. 06 88 40 353

Tutti i mercoledì ore 17.30 Parrocchia Santa Croce – Via Guido Reni 2b

CUCINA CRUDISTA CREATIVA SULLA SCIA DELLA BIBBIA

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 delle chef del Telefono d'Argento per la realizzazione delle ricette – Fotografie di Gabriella Baldelli.

Per informazioni telefonare a 333.1772038 - 063222976

Il venerdì ore 10,00 Parrocchia Santa Croce – Via Guido Reni 2b

Corso **ApertaMente** per il potenziamento della memoria.

Per partecipare telefonare al **Telefono d'Argento** 06.3222976 - 333.1772038

Il venerdì alle ore 16.30 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

Tutti i venerdì ore 17,30 Parrocchia Santa Croce – Via Guido Reni 2b

In occasione dell'anno della fede e in attesa della nuova enciclica del Papa - Approfondimento delle Sacre Scritture con l'utilizzo dei nuovi strumenti informatici, multimediali e telematici.

Per informazioni ed adesioni telefonare 333.1772038 – 06.3222976

Il *giovedì mattina (ore 10 – 13)* e il *venerdì mattina (ore 10 – 13)* sono a disposizione, per consulenze e consultazioni **gratuite**, psicologo e avvocato, presso la struttura di via G. Frescobaldi 22.

Chiama il Telefono d'Argento al numero 06.8557858 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.

Chiama lo Sportello di consulenza Psicologica al numero 331.3248598

2 - LA PILLOLA PER NAVIGARE

Aumentare il segnale WiFi con una lattina di alluminio



Abbiamo trovato un nuovo trucchetto che ancora non conosciamo e questa volta abbiamo subito cercato di mettere in pratica con un risultato finale veramente soddisfacente.

Utilizzando una semplice lattina di birra si può aumentare il segnale Wi-Fi di 2-4 bar senza bisogno di conoscenza particolari, in pochi minuti e semplicemente, vediamo come procedere:



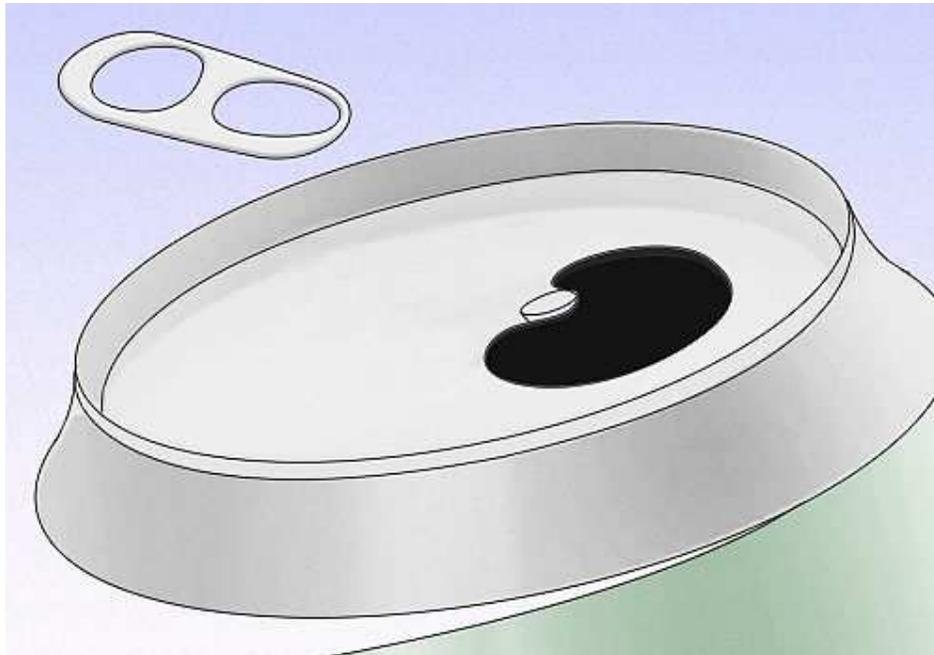
1. Raccogliete i materiali e gli strumenti necessari.

Una lattina di alluminio, un taglierino, una forbice e un nastro biadesivo (o altro materiale adesivo, no colla).

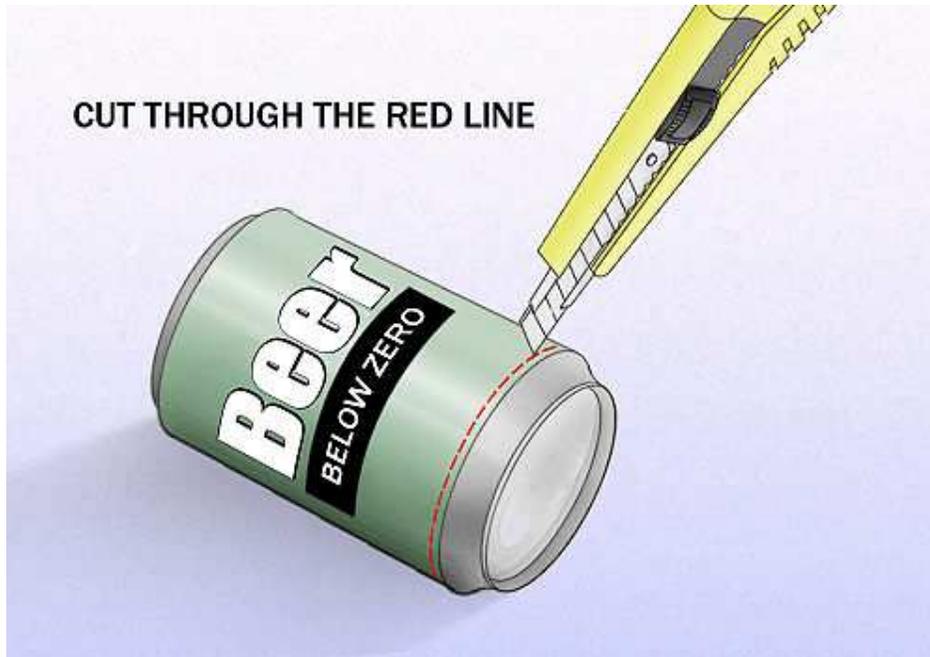
2. Lavate bene sotto acqua corrente la lattina, assicuratevi che non ci siano residui.



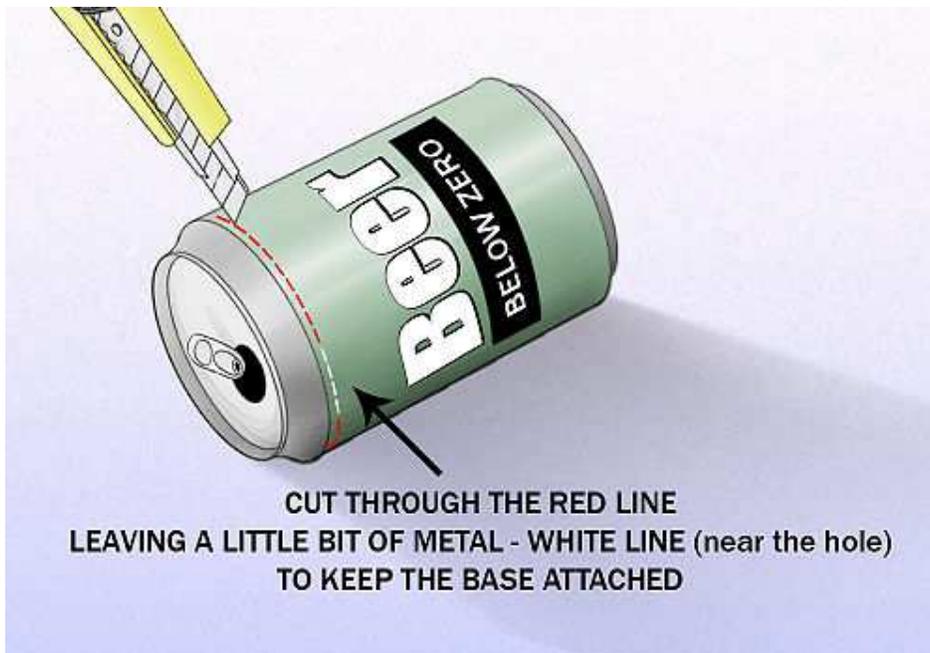
3. Togliete la linguetta dalla lattina.



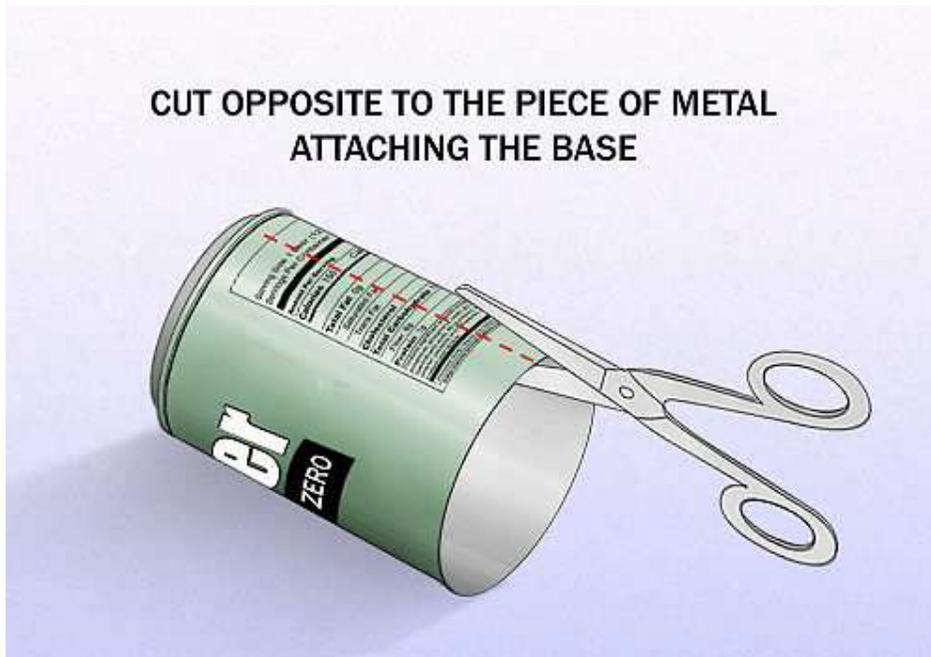
4. Tagliate la parte bassa della lattina, quella senza apertura e buttatela.



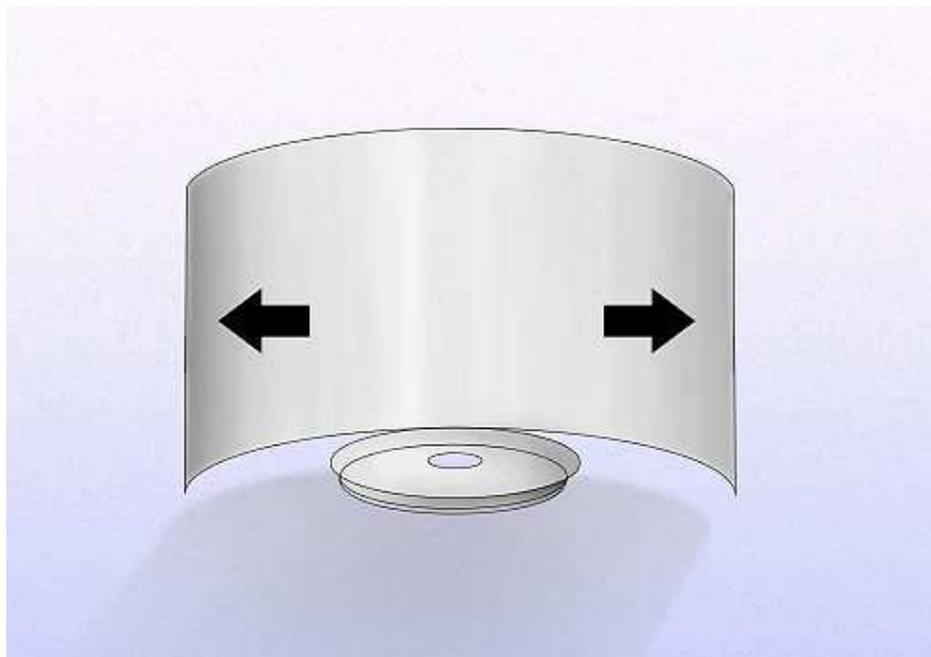
5. Tagliate la parte superiore della lattina, dove c'è l'apertura, non tagliatela completamente, mantenetela attaccata alla base dal lato vicino all'apertura (guarda la linea tratteggiata bianca nell'immagine qui sotto).



6. Tagliate in linea retta la lattina come nella figura in basso, dovete ottenere due lati di uguali dimensioni.



7. Facendo attenzione aprite le due ali della lattina fino ad ottenere una forma simile ad un radar.



8. Posizionare l'antenna appena creata sul router tramite il nastro biadesivo (guardate la figura sotto) in modo che l'antenna sia aperta verso il fronte del router, l'antenna originale del router deve essere infilata nell'apertura della lattina.



9. Testate l'aumento di segnale ottenuto.

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

3 - INDOVINA!

L'indovinello della scorsa settimana chiedeva:

Cos'è che è grande come un gatto, peloso come un gatto, ha la coda come un gatto, le zampe come un gatto, i baffi come un gatto, caccia i topi come un gatto ma non è un gatto?

Soluzione: Una gatta

E ora ecco il nuovo indovinello: La fa il cuoco con il fuoco.

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

4 – LE NOSTRE RICETTE

Presentiamo di seguito le letture e la ricetta di mercoledì scorso al corso di
CUCINA CRUDISTA CREATIVA SULLA SCIA DELLA BIBBIA

La bontà del creato, ripetuta, in Genesi sette volte, è la prima lode del Creatore. Due sono i racconti biblici della creazione: il primo presenta il sorgere del mondo dalle acque e dalle tenebre, simbolo del caos e del nulla, in virtù dello Spirito e della parola di Dio; il secondo, più antico, fa fiorire il mondo, dal deserto del nulla, come un'oasi irrigata di fiumi e rigogliosa di vita. Preminente, in ambedue i racconti, è la totale dipendenza da Dio e la fondamentale bontà di tutte le creature. «Ciò che emerge con evidenza dalle prime pagine della Genesi è innanzitutto la co-creaturalità tra uomo, animali, piante e cose».

L'atto della creazione, prima delle mirabili opere di Dio, è anche la sua attività continua, il fondamento perenne di ogni cosa in ogni tempo. Essa non è un gesto compiuto da Dio in un tempo remoto, ma dono di ogni giorno: «In lui viviamo, ci muoviamo ed esistiamo». Il fatto che una creatura esista è segno che è amata da Dio: «Tu ami tutte le cose esistenti e nulla disprezzi di quanto hai creato; se avessi odiato qualcosa, non l'avresti neppure creata». L'universo, le creature spirituali e materiali, dipendono da Lui in tutto il loro essere, sia per iniziare che per continuare ad esistere e a svilupparsi. Il soffio dello Spirito avvolge e penetra tutte le creature, le sostiene e le fa germogliare: «Tutti da te aspettano che tu dia loro il

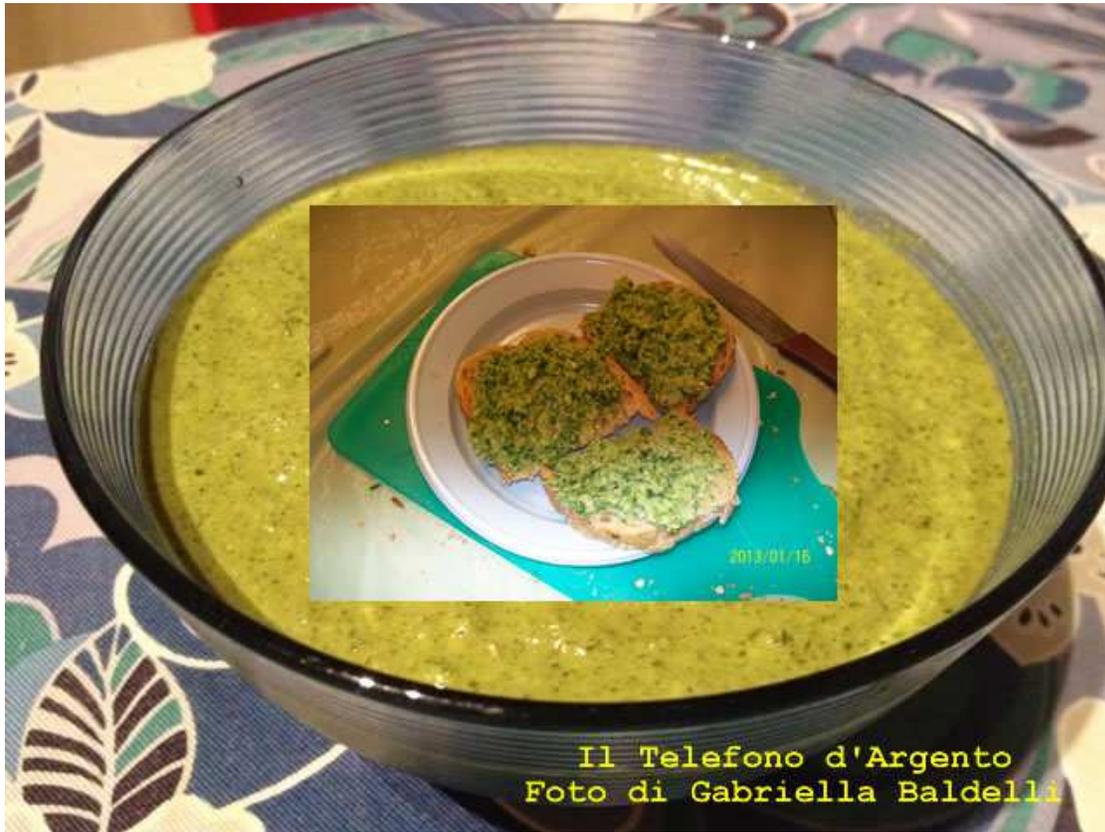
cibo in tempo opportuno. Tu lo provvedi, essi lo raccolgono, tu apri la mano, si saziano di beni. Se nascondi il tuo volto, vengono meno, toglì loro il respiro, muoiono e ritornano nella polvere. Mandi il tuo Spirito, sono creati, e rinnovi la faccia della terra». Dio fa sì che tutte le creature nascano, interagiscano tra loro e cooperino con lui: il mondo creato è buono e bello nelle singole creature e nella loro interdipendenza.

Gesù, servendosi della natura per parlare del Padre provvidente, mostra che tutti gli esseri viventi sono rispondenti al disegno di Dio, sono opere riuscite. Invitando ad ammirare la verità nelle creature e la loro bellezza, egli ricorda che il Dio Padre, unico Padre di tutti, porta nel cuore ogni creatura: «Nemmeno uno di questi passerì è dimenticato davanti a Dio»; «Guardate gli uccelli del cielo: non seminano, non mietono, non raccolgono in granai, e il Padre vostro celeste li nutre».

Nel disegno di Dio, che ha chiamato all'essere ogni cosa perché da lui voluta, ogni creatura è unica, ha un proprio posto e una propria importanza, ogni essere è da lui abbracciato e riscattato. «Buono è il Signore verso tutti, verso tutte le sue opere è la sua tenerezza».

Pesto di foglie di sedano

Questa salsina buonissima l'abbiamo preparata e servita alla cena di un compleanno, come accompagnamento per dei crostini caldi e verdura fresca. Ha avuto un successone! E siamo sicuri che anche come condimento per la pasta sarebbe perfetto. Ecco come prepararla, è semplicissima.



Ingredienti:

1 bel mazzo di sedano

10 noci

olio evo qb

sale, pepe

succo di 1/2 limone

Procedimento:

E' ovviamente semplicissimo. Lavate le foglie di sedano, mettetele nel frullatore insieme alle noci, 1 filo d'olio, il succo di limone, 1 pizzico di sale e pepe. Frullate tutto e voilà. Più semplice di così. Ha un sapore fresco e leggermente amarognolo. Buonissimo!

Cosa ne pensi? Invia i tuoi commenti al seguente indirizzo di posta elettronica:

telefonodargento@hotmail.it

5 - RACCONTACI DI TE

Chopin

Il gatto che girava per il salotto elegante della mia professoressa d'italiano delle superiori, sembrava essere stato scelto in base all'arredamento: il suo mantello, ben curato e morbido già solo allo sguardo, era bianco con sfumature argentee, adattissimo al divano chiaro che padroneggiava nella sala ed ai mobili neri e lucenti stile, ma anche i suoi occhi, vispi e vitali, non sfiguravano nel bagliore sfolgorante di un salone chiaro illuminato da un lampadario gigantesco posto al centro del soffitto e degno dei più bei palazzi cinquecenteschi. Perfino i suoi movimenti, veloci, ma soffici ed eleganti, rientravano nella sensazione di morbidezza che poltrone, divano e cuscini sparsi un po' ovunque, davano dell'ambiente.

Il gatto, in questo contesto, mi appariva come bello ma freddo: forse perché mi sembrava una parte dell'arredamento.

Un giorno, passando per caso davanti alla casa della mia insegnante, così, tanto per rompere il ghiaccio, e non sapendo trovare altro argomento, dissi qualcosa sul gatto, una frase credo originale, intelligente e veramente arguta: "Bello il vostro gatto!". Frase che si commenta da sola!! A cui ne feci seguire un'altra altrettanto originale, da chiedere i diritti d'autore: "Da quanto tempo c'è l'ha?" La professoressa, con la sua consueta austerità, mi disse con precisione la data di nascita, quella della prima vaccinazione, e tutta una sequenza di date che mi fecero

ricordare, con un bel crampo allo stomaco, che lei era anche la mia insegnante di storia. Quando ormai il mio sguardo si era perso nel nulla, ipnotizzato da quella sequenza cronologica, sentì improvvisamente una musica di pianoforte: non era certo fluida né ben eseguita, tutt' altro, ma distinsi bene l'armonia dell' "Inno alla gioia" di Beethoven. Così, colsi l'occasione per interrompere la padrona di casa e chiederle: "E' sua figlia che suona il piano?" "No è Chopin" mi rispose secca. La risposta, soprattutto detta da lei, simbolo di serietà, mi colse di sorpresa e lì per lì non riuscivo a capire se fosse impazzita oppure dicesse sul serio, ed in questo caso chi diavolo fosse Chopin? Non certo il fantasma del famoso compositore. Poi intravidi un leggero sorriso affiorare fra le sue labbra, e con gli occhi indicare dietro di me, mi girai e vidi il gatto, quel suo meraviglioso gatto, disteso sopra il pianoforte con il muso a guardare la tastiera, tutto concentrato a muovere le sue zampine sui tasti, il bello è che lo faceva seguendo l'armonia della nota composizione e non a caso! Mi voltai di nuovo, questa volta nella direzione della mia ex professoressa, e non so dirvi che faccia avessi, ma lo stupore doveva aver disegnato un'espressione sul mio viso davvero divertente tanto che fece scoppiare a ridere la mia ex insegnante. Questa, una volta ripresasi dalla ricca risata, mi indicò il suo micio dicendomi: "Ecco Chopin". A quel punto la risata divenne corale, ed il ghiaccio venne definitivamente rotto permettendomi di scoprire, tolti definitivamente i panni dell'austera prof., una donna deliziosamente simpatica, amante, non solo della cultura, ma anche della buona tavola, della buona compagnia e dei gatti.

Maria Teresa

Invia anche tu la tua storia a questo indirizzo:

telefonodargento@hotmail.it

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

6 – CAMMEI DEL TELEFONO D'ARGENTO

Storie di normale solitudine 3

L.M.

Quando la chiamai, la prima volta, mi disse “è il Signore che l’ha mandata, ero qui sola in casa e chiedevo a Dio che mi desse un segno per vincere la mia grande solitudine... ed è arrivata lei! ”. Devo dire che a sentire queste parole sono rimasta molto turbata: non è frequente che un’ anziana usi parole così “calde” perché in genere sono sospettose e sbrigative ; dopo averla conosciuta, però, ho capito che il suo atteggiamento è autentico. Ha un carattere enfatico ma pieno di calore umano; tutti i suoi racconti sono tristi – la morte del marito, l’impossibilità di avere figli, una sorella più giovane molto malata - ma allo stesso tempo pieni di gratitudine a Dio per la forza che le da per sopportare. Nel suo piccolo e dignitoso appartamento ospita due rumeni che praticamente si sentono i padroni di casa.. E’ fisicamente gradevole e curata e non dimostra i suoi novant’anni (porta sempre un rossetto rosa fragola) e il suo tratto umano, sempre positivo e gentile, fa sì che la si aiuti molto più facilmente di tante altre. E’ iniziato tra noi un rapporto di affetto e fiducia fatto di continui ringraziamenti e preghiere ed elogi per il nostro servizio . A tanta dimostrazione di gratitudine però fanno seguito continue richieste di accompagnamento in chiesa, dalle sue amiche o in banca, o dal dentista... Non si stanca mai di ringraziare e di chiedere!! L. è la dimostrazione che con l’insistenza e il sorriso si può ottenere tanto!!!

RdA

7 – CURIOSITA'

Roma leggendaria, misteriosa, insolita e fantastica – 36

Questa settimana Daria ci porta a:

S. Maria dell'Orto



1 Lapide dell'Università de Pizzicaroli del 1756



S.Maria dell'Orto, situata in via Anicia, deve il suo nome all'immagine della Vergine che vi si venera e che anticamente si trovava sul portale di un orto situato nelle vicinanze. La leggenda narra che intorno al 1488 un uomo affetto da un male incurabile avesse fatto voto ad un'immagine della *Madonna con Bambino* dipinta su un muro che se fosse guarito avrebbe tenuto una lampada sempre accesa dinanzi alla Madonna. L'uomo guarì e, oltre a mantenere la promessa fatta, fece erigere anche una piccola cappella grazie all'aiuto economico di una Confraternita di corporazioni da lui stesso fondata. La chiesa venne edificata all'inizio del XVI secolo, sotto il pontificato di Alessandro VI, proprio grazie ai fondi che la Confraternita continuò ad elargire. Inizialmente disegnata da Michelangelo, la chiesa fu costruita a più riprese, visto che vi parteciparono anche Giulio Romano, Guido Guidetti ed il Vignola, che progettò anche la facciata portata a termine poi da Francesco da Volterra e da Martino Longhi il Giovane. La facciata, a due ordini spartiti da paraste e con portale ad arco fra due colonne, è ornata da una fila di piccoli obelischi con la croce e da un orologio settecentesco. L'iscrizione, che corre lungo la trabeazione, così recita: *AEDICULAM DIRUPT VIRG DEIPAR HORTENSISQUE IN HANC AEDEM MUTARUNT SOCII DEDICAR HOSPITIO AUXER AD EGENOS ALEN SUO SUMPTU ET RELIG*, ossia "*La cappella rovinata della Vergine madre di Dio e dell'Orto i confratelli trasformarono in questa chiesa, la dedicarono, vi aggiunsero un ospizio per nutrire i poveri a proprie spese e con devozione*". L'Arciconfraternita, aperta anche alle donne, riuniva ben 13 "Università" (le associazioni di mestiere che erano l'equivalente delle corporazioni), un termine derivante dal latino *universitas*, che significava *unione, associazione*, ma qui inteso proprio nel senso di "aggregazione di tutti coloro che praticano la stessa attività". La chiesa serviva da cappella all'ospedale

(non più esistente) che le Confraternite dei pizzicaroli, vignaroli, fruttaroli, vaccari e pollaroli avevano eretto per i propri iscritti: nella foto 1 la lapide di intitolazione dell'*Università de Pizzicaroli*. L'interno a tre navate con cappelle laterali custodisce un pavimento policromo settecentesco, l'altare maggiore di Giacomo Della Porta e varie opere d'arte come l'*Assunzione di Maria* del Calandrucci, il *Battesimo di Gesù* di Corrado Giacquinto e l'*Annunciazione* di Taddeo Zuccari. L'attiguo oratorio della chiesa sorge sul luogo dove si trovava l'ospedale, interessante non solo per il soffitto cinquecentesco in legno ma anche per gli emblemi e stendardi delle varie Università che custodisce in un piccolo museo. Non si può non rammentare che S.Maria dell'Orto fu prescelta ed utilizzata per tutte le scene girate all'interno della chiesa nel celebre film di Roberto Rossellini, *Roma Città Aperta*, del 1945, con le grandi partecipazioni di [Aldo Fabrizi](#) nei panni di don Pietro e di [Anna Magnani](#) nella parte di Pina. Santa Maria dell'orto è qui

http://maps.google.it/maps?hl=it&biw=1232&bih=770&q=Chiesa+santa+maria+dell%27orto&bav=on.2,or.r_gc.r_pw.r_qf.&bvm=bv.41248874,d.d2k&um=1&ie=UTF-8&sa=X&ei=GMj6UKWLoPJ0AWBloH4DA&ved=0CAgQ_AUoAA

Cosa ne pensate? Inviare un commento a: telefonodargento@hotmail.it

8 – BUONUMORE

Un tale si reca ad un safari e si porta dietro il cane, un pregiato e furbo cane da caccia. Il cane però dopo un po' si perde e inizia a vagare preoccupato per la foresta. Ad un tratto vede che una pantera si sta avvicinando minacciosa.

"Cavolo, adesso sono nei guai.. devo pensare qualcosa" Nota lì vicino alcune ossa di un animale morto, si mette a mordicchiarle e quando la pantera è vicina

dice ad alta voce: "Ah, che buona pantera che mi sono divorato!" La pantera frena bruscamente e si dà a gambe levate, pensando: "Che cane indemoniato! Per poco non divora anche me!" Una scimmia, che aveva osservato per caso il fatto da un albero, scende, rincorre la pantera e una volta raggiunta le racconta l'accaduto. Allora la pantera arrabbiatissima dice: "Cane! Adesso me la paghi! Ora vedrai chi spaventa chi!"

Poi si rivolge alla scimmia e le dice: "Seguimi, che adesso andiamo a fargli vedere chi comanda qui" e partono in quarta in direzione del cane. Questo si accorge che la pantera si riavvicina accompagnata dalla scimmia e pensa: "Maledetta scimmia! E adesso che faccio? Accidenti, devo pensare rapidamente qualcosa" Invece di scappare, il cane si siede dando le spalle alla pantera come se non l'avesse vista e quando questa è sufficientemente vicina e pronta ad attaccarlo, dice ad alta voce: "Brutta scimmiaccia! E' più di mezz'ora che l'ho mandata a cercarmi un'altra pantera e ancora non arriva!!"

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. 06.8557858 – 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:

telefonodargento@hotmail.it

oppure chiama il [333.1772038](tel:333.1772038).

BUONA SETTIMANA dal Telefono d’Argento