Il Telefono d'Argento – Onlus
Via Panama, 13 – 00198 ROMA
Tel: 06.8557858 – 333.1772038
e-mail: telefonodargento@hotmail.it
sito: www.telefonodargento.it

PILLOLA PER NAVIGARE

NUMERO 152

5 novembre 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 raggiungendo il sito internet: www.telefonodargento.it

---

Tutti abbiamo provato talvolta a osservare un piccolo che gioca o che si fissa su un particolare minimo della natura: la realtà più semplice si trasfigura ai suoi occhi in un microcosmo in cui egli è ospite e signore, immerso nel suo desiderio di scoprire e sviscerare.
Egli trova veramente il tutto in un nulla.
Proprio al contrario della nostra superficialità di adulti che passa in mezzo a un mondo di meraviglie, a presenze luminose, con l'indifferenza di un mercante che calcola solo costi e ricavi, rischi e vantaggi.
Il tutto, col suo mistero immenso, sembra a molti solo un campo di esercitazioni per filosofi o predicatori.

Anche in questo senso ha valore la lezione di Gesù a «diventare piccoli» per saperci stupire e per scoprire la grandezza di ciò che vediamo, incontriamo, sperimentiamo.

Nel terreno della storia potremmo trovare anche noi – come diceva il poeta Mario Luzi – «il bulbo della speranza… in attesa di fiorire alla prima primavera».

Card. Gianfranco Ravasi

"Il Mattutino" - da L'Avvenire

IN QUESTO NUMERO DELLA PILLOLA PER NAVIGARE:

1. Appuntamenti

2. La "Pillola per navigare" – Tour autoguidati con street-view

3. Le nostre ricette – Insalata di finocchi con maionese di pinoli

4. Raccontaci di te – La bellezza

5. Appmania! – Tour autoguidati con street-view android

6. Lo sapevi che….?

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

Tutti i Martedì e i Venerdì dalle ore 17.00 alle 19.00 – Parrocchia S. Maria della Mercede - Via Basento, 100: "Per stare insieme".
Maggiori informazioni al: 06 88 40 353

Il Martedì alle ore 16:00,
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)

Martedì 12 Novembre ore 16,30 - Parrocchia Sacro Cuore di Maria, P.zza Euclide - Continua il programma di lettura dell'inverno "Viaggio in Italia attraverso i libri e i ricordi".
La Sardegna nelle pagine de "PADRE PADRONE" di Gavino Ledda - a cura di Patrizia Lombardi - al termine caffè' e pasticcini

Il mercoledì alle ore 20.45 Parrocchia di San Roberto Bellarmino
In Chiesa, entrando da via Panama 13, il coro effettua la prova dei brani per l'animazione della S. Messa domenicale.
Vieni anche tu? Coraggio. Non occorre nessuna preparazione.
Per informazioni: 333.1772038

Il mercoledì ore 17.30 Parrocchia Santa Croce – Via Guido Reni 2b
CUCINA CRUDISTA CREATTIVA 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 Telefono d'Argento e l'Angolo dell'Amicizia della Parrocchia di S. Maria della Mercede Via Basento 100 propongono per il mese di novembre i seguenti appuntamenti:

- Mercoledì 6 novembre ore 16 "Giulietta e Romeo" il Film (seconda parte)
- Mercoledì 13 novembre ore 16 "Reazioni a catena" giochiamo insieme
- Mercoledì 20 novembre ore 16 "Manzoni …. Quel ramo del Lago di Como che volge a mezzogiorno…"
- Mercoledì 27 novembre ore 16 "Cuciniamo insieme"

Per maggiori informazioni: Tel. 06 88 40 353

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.

2 - LA PILLOLA PER NAVIGARE

Tour auto-guidati intorno al mondo con Street View

Il tipo di viaggio che preferiamo è quello "on the road", guidando la macchina in percorsi panoramici che rendono la guida più che rilassante e per nulla faticosa.
Non potendo stare sempre in vacanza, capita, ogni tanto, di aprire Google Maps e cercare nuove mete, sognando di poterci andare almeno una volta.
Intanto però, grazie a Google Street View, si può già esplorare quasi ogni posto del mondo guardando le foto a 360 gradi delle strade e dei paesaggi più belli.

Vediamo 4 **strumenti** davvero originali ed anche divertenti per mettere il **pilota automatico a Street View** e **lasciarsi guidare in tour intorno al mondo.**
(un quinto strumento utilizzabile su apparecchi android è indicato nella sezione appmania)

1) **Gaiagi Driving Simulator** è un'applicazione web fenomenale, che fa da **simulatore di guida in Street View**.
Aprire il sito, inserire il punto di inizio e di fine del tour in alto a sinistra e saranno visualizzate sotto le indicazioni del viaggio segnato sulla mappa in alto a destra.

Quando si avvia la modalità di guida, viene visualizzato il movimento nel GPS satellitare nella cartina in alto, e si può godere del paesaggio in modalità Street View in basso a sinistra.
Il tour può essere fermato e ripreso in qualsiasi momento.
In alto a sinistra c'è il tasto per le impostazioni.
L'unico difetto di Gaiagi Driving Simulator è che consuma molte risorse del computer e quindi lo rallenta.

2) **Google Maps Streetview Player** è un'applicazione web molto divertente che trasforma un percorso stradale in un'immagine GIF che si può scaricare sul computer e conservare.
Nella parte superiore della pagina bisogna inserire la posizione di inizio e fine del tour e poi, dopo aver cliccato sul tasto *Play*, bisogna solo attendere che venga creata l'animazione del percorso.
Se ci sono percorsi alternativi, li si può cambiare.
È possibile controllare la velocità del movimento e scaricare l'immagine GIF che diventa visibile con un qualsiasi programma per vedere immagini e foto.

3) **Hyperlapse** è simile, ma si spinge oltre ed è capace di creare un video con la tecnica del Time Lapse, bellissimo.

4) **Indicazioni stradali**
Questo strumento permette di vedere le indicazioni stradali precise in Google Maps e, in un box alto, anche la strada fotografata da Google Street View.
La cosa carina è che, dopo aver creato le indicazioni da un punto ad un altro, si

può usare la modalità guida e simulare quel viaggio o quel percorso come se lo si facesse in macchina realmente.
Purtroppo attualmente, lo strumento supporta solo Street View negli Stati Uniti ed è anche un po' lento.

Grazie a internet si può guardare il mondo senza spendere un soldo e davvero scoprire posti nuovi.

Se c'è qualcosa che vuoi approfondire, chiedi chiarimenti inviando una e-mail a:

telefonodargento@hotmail.it o telefona al **333.1772038**.

3 – LE NOSTRE RICETTE

Ecco letture e ricetta presentati mercoledì scorso all'incontro di

CUCINA CRUDISTA CREATIVA SULLA SCIA DELLA BIBBIA

In maniera allegorica, rifacendoci a quelli che sono i consigli della medicina per una corretta alimentazione, ci soffermeremo a considerare, dal punto di vista biblico, seguendo i consigli dello "specialista per eccellenza", che è il Signore, quali sono i principi nutritivi giusti per salvaguardare la nostra vita spirituale.

I MACRONUTRIENTI:

I CARBOIDRATI continua…..

La digestione dei carboidrati inizia già durante la masticazione, grazie alle amilasi presenti nella saliva (le amilasi sono enzimi che permettono di ottenere dei

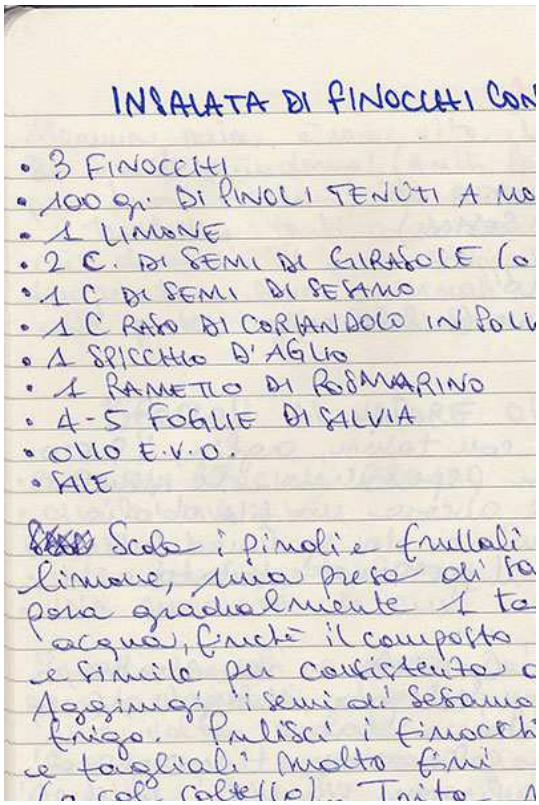
composti più semplici). Il cibo entra nella nostra bocca e ne sentiamo il gusto, lo mastichiamo più o meno a lungo, lo ingoiamo. Sentiamo il nostro cibo nello stomaco, ci dà sensazione di pienezza, di soddisfazione. Il cibo diventa parte vitale di noi stessi, entra in circolo, ci dà sostanze utili alla vita.

1. Il rapporto con Gesù non può e non deve essere un rapporto sbrigativo (At. 24:25; Mt. 19:21) Non può essere un pensiero fugace, un bit dei nostri neuroni, una questione virtuale come quella dei nostri computer. Il rapporto con *Gesù è un rapporto che ci deve prendere, coinvolgere, assorbire,come il nostro rapporto col cibo. Si tratta di gustare Gesù (Sal.34:8; Gv. 7:46; Is. 1:18; Ap. 3:20)*

2. Non c'è possibilità di assaporare e gustare la Parola senza lo Spirito Santo (Gv. 14:26; 16:13; 1 Cor. 12: 13-16).

…..segue

Insalata di finocchi con maionese di pinoli



INSALATA DI FINOCCHI CON

- 3 FINOCCHI
- 100 gr. DI PINOLI TENUTI A MO
- 1 LIMONE
- 2 C. DI SEMI DI GIRASOLE (o
- 1 C DI SEMI DI SESAMO
- 1 C RASO DI CORIANDOLO IN POLV
- 1 SPICCHIO D'AGLIO
- 1 RAMETTO DI ROSMARINO
- 4-5 FOGLIE DI SALVIA
- OLIO E.V.O.
- SALE

Scola i pinoli e frullali
limone, una presa di fa
pora gradualmente 1 ta
acqua, finché il composto
e simile per consistenza c
Aggiungi i semi di sesamo
frigo. Pulisci i finocchi
e tagliali molto fini
(a col coltello). Trita

Ingredienti

- 3 finocchi
- 100 grammi di pinoli tenuti a mollo 12 ore
- 2 cucchiai di semi di zucca o di girasole
- 1 cucchiaio raso di semi di sesamo
- 1 cucchiaio raso di coriandolo in polvere (se vi piace)
- 1 limone
- 1 spicchio d'aglio
- 1 rametto di rosmarino
- 5-6 foglie di salvia
- olio extra-vergine d'oliva
- sale quanto basta

Scolate i pinoli e frullateli in un robot da cucina piccolo con il succo del limone, sale a sufficienza e 2 cucchiai d'olio. Mentre il robottino va, incorporate gradualmente una tazzina d'acqua circa, fino a ottenere una consistenza simile alla maionese (sarà molto più granulosa). Aggiungete i semi di sesamo, mescolate e lasciate riposare.

Pulite i finocchi, divideteli in spicchi e affettateli molto sottili (l'ideale sarebbe una mandolina, ma anche un coltello ben affilato). Tritate il rosmarino e la salvia, schiacciate lo spicchio d'aglio e mescolateli insieme a 4 cucchiai d'olio, una presa di sale e il coriandolo. Con questa miscela condite i finocchi e lasciateli marinare.

Passato il tempo di marinatura, RICORDATEVI DI TOGLIERE L'AGLIO. Unite ai finocchi la maionese di pinoli, mescolate e guarnite con i semi di zucca o di girasole o anche entrambi. Se volete un effetto un po' più scenico usate il sesamo nero nella maionese.

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

telefonodargento@hotmail.it

4 - RACCONTACI DI TE

La bellezza

La bellezza, secondo me, è importante, perchè è talmente immediata che cattura subito al primo sguardo, mentre le qualità interiori possono essere scoperte solo a poco a poco.

Purtroppo io non sono mai stata bellissima, anche se non mi ritengo brutta. Non me ne sono fatta un problema, perché ho vissuto la mia vita sentimentale con pienezza. Da studentessa ho avuto alcuni fidanzati, “bruciati” in fretta, ma che mi hanno regalato una certa sicurezza in me stessa.

In seguito ho avuto un amore importante, anche se non così intenso da spingermi a sposarmi. Intanto avevo cominciato a lavorare nella farmacia di famiglia, sostituendo mio padre.

Un giorno entrò in negozio un uomo bellissimo. Alto, con un corpo atletico, bruno, occhi nerissimi, abbronzato, capelli folti, sorriso irresistibile, insomma … un uomo perfetto.

Io e Maria, la mia collega, restammo di sale a contemplarlo per un lungo istante. Lui, intanto, aveva cominciato a parlare, chiedendo un analgesico per un atroce mal di testa.

“Possibile?” chiesi istintivamente. Era così perfetto che pareva finto. Gli porsi un calmante e un bicchiere d’acqua: mi ringraziò calorosamente. Poi disse: “Ma io l’ho già vista. Abita per caso in quel condominio in fondo alla strada?”.
Incredibile, abitava proprio nel palazzo vicino al mio.
Mi innamorai follemente di Emilio e promisi a me stessa che lo avrei conquistato ad ogni costo, diventando per lui bella e desiderabile. Cambiai look, schiarii i capelli, persi qualche chilo. Emilio, però, sembrava non accorgersene. Mi salutava gentilmente quando lo incontravo, ma niente di più. Speravo che gli venisse qualche acciacco, così sarebbe tornato in farmacia. Finalmente, una sera, rientrando carica di borse della spesa, lo incontrai sotto il portone. Lui, gentilmente, si offrì di portarmi le borse sino al mio appartamento e io colsi l’occasione al volo.
“Grazie. Il minimo che possa fare, per ringraziarti, è invitarti a cena. Una spaghettata e un bicchiere di vino, ti va?” chiesi sfoderando il mio sorriso più aperto.
Accettò. Al settimo cielo, cominciai a cucinare chiacchierando continuamente. Non potevo stregarlo con la mia bellezza, ma almeno potevo mostrarmi spiritosa. Apparecchiammo insieme, mangiammo, chiacchierammo. Fu una bellissima serata e mi convinsi che Emilio, con me, si trovava perfettamente a suo agio. Ridevamo alle battute reciproche e la conversazione filava perfettamente.
Eppure, quando lui se ne andò mi sentii un po’ delusa. Sentivo che qualcosa non aveva funzionato. Che cosa c’era che non andava?
Riflettendo, dovetti riconoscere che Emilio, durante la cena, non aveva parlato molto. Era perché avevo parlato troppo io o perché non aveva avuto nulla da dire?

Smisi di chiedermelo quando lui, due sere dopo, mi invitò a casa sua per ricambiare la cenetta.

Fu un'altra splendida serata e, stavolta, qualcosa accadde: eravamo seduti sul divano quando lui mi si avvicinò e mi baciò. Avevo aspettato tanto quel momento che non mi sembrava vero.

Era stato bello, ma perché non mi sentivo felice? Sentivo che mi mancava qualcosa, proprio come era accaduto dopo la prima sera. Emilio era bellissimo e molto tenero, ma come dire? Troppo bello, troppo perfetto per essere vero. Ecco, mi dava la sensazione che fosse "finto".

Che cosa sapevo di lui, a parte che aveva un bell'aspetto? Praticamente nulla, perché lui sembrava non avere opinioni su nulla.

Uscimmo insieme per qualche settimana. Poi, incredibile ma vero, fui io a lasciarlo. La verità era che Emilio era terribilmente noioso, con i suoi muscoli levigati e i suoi capelli sempre in ordine. Non capiva nulla, non sapeva nulla, non si interessava di nulla al di fuori di se stesso e della sua forma fisica. Lo lasciai senza rimpianti.

Una sera, qualche mese dopo, lo vidi entrare nel portone di casa sua con una splendida ragazza: lei sì era la sua partner ideale. Li ho salutati con entusiasmo, tutti e due.

Poi mi sono avviata al mio appuntamento con un uomo né bello né brutto, ma sensibile, intelligente e spiritoso. Perfetto per me: mio marito Giovanni.

ADRIANA

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.

5 – APPMANIA

Tour auto-guidati intorno al mondo con Street View per ANDROID

StreetView Traveler è un'**app per smartphone e tablet Android** per viaggiare il mondo gratuitamente con Google Street View.

Dal Menu si può scegliere quale luogo visitare selezionandolo da varie categorie, bellezze naturali, strade europee o strade rilassanti.

Se ci si annoia, si può sempre chiedere di vedere un posto a caso e guardare sullo schermo del telefonino la strada come se si fosse li, grazie al magico Street View.

Questa è una grande applicazione per fare visite turistiche online e scoprire nuovi luoghi su Android.

Purtroppo, funziona solo per località famose predefinite.

6 – Lo sapevi che….?

Le bionde hanno più capelli

Le bionde e i biondi hanno più capelli. Il numero medio di follicoli piliferi sulla testa degli esseri umani è 110mila, ma chi ha i capelli biondi arriva a 146mila.

N.B.: La sezione **«Lo sapevi che...?»** è pensata per presentare alcune voci che possano suscitare nel lettore una particolare curiosità che lo invogli a proseguire la lettura e la consultazione di internet.

IL TELEFONO D'ARGENTO HA BISOGNO DEL TUO 5 PER MILLE

***Il Cinque per Mille non costa nulla;**
*Controlla che il tuo Commercialista versi il Cinque per Mille al Telefono d'Argento;
*Chiedi a parenti e amici di sostenere il Telefono d'Argento con il loro 5 per Mille;

*Basta indicare solo il numero del Codice Fiscale del Telefono d'Argento
C.F. 97335470585

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.

BUONA SETTIMANA dal Telefono d'Argento