



PILLOLA PER NAVIGARE

NUMERO 159

24 dicembre 2013

BUON NATALE

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

«O Signore, non ho, come i Magi che sono dipinti sulle immagini, dell'oro da offrirti».

«Dammi la tua povertà!».

«Non ho neppure, o Signore, la mirra dal buon profumo né l'incenso in tuo onore».

«Figlio mio, dammi il tuo cuore».

Per il mio augurio natalizio sono ricorso a una lirica molto semplice, quasi didascalica di un tenero poeta francese, Francis Jammes (1868-1938), amante della natura, dei sentimenti delicati e dei valori cristiani. Egli si definiva «il portavoce delle piccole anime», quelle che di solito sono ignorate e persino calpestate dai potenti e dai sapienti del mondo. Davanti al Bambino il poeta è

lì, senza doni d'oro e senza aromi preziosi, come avevano potuto offrire i Magi. Gesù guarda quelle mani vuote ma non ha nessuna esitazione nel chiedere i due doni in assoluto a lui più cari, la povertà e il cuore.

La povertà biblica è, certo, anche il distacco dal possesso e dall'accumulo, ma è soprattutto l'apertura dello spirito a Dio, ai fratelli, al mistero. Il cuore non è solo il sentimento, ma è soprattutto la coscienza. Ecco, allora, la vera offerta del Natale, gradita a Cristo: dare a lui e all'impegno per il Vangelo tutto se stessi, nella passione, nella disponibilità, nella generosità dell'amore. È la riscoperta di una religiosità radicale che non si accontenta di qualche devozione o di qualche beneficenza, ma che si irradia nell'esistenza trasfigurando giorni e opere, riso e lacrime, atti grandi e azioni semplici. È, allora, l'augurio di ritrovare una fede autentica che alimenti la vita e che colmi il corpo e l'anima, donando forza nella prova e serenità nella quotidianità.

Card. Gianfranco Ravasi

"Il Mattutino" - da L'Avvenire

IN QUESTO NUMERO DELLA PILLOLA PER NAVIGARE:

1. Appuntamenti e Notizie
2. La “Pillola per navigare” – Ingrandire e rimpiccolire i contenuti di pagine WEB
3. Le nostre ricette – Pinini di Natale
4. Raccontaci di te – Il Natale di quando ero bambina
5. Appmania! – Come chiudere le applicazioni 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**.

Seguici su Facebook: <http://www.facebook.com/telefonodargento>

Seguici su Twitter: <http://twitter.com/TdArgento>

1 – APPUNTAMENTI E NOTIZIE

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)

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

Tutti i Mercoledì ore 10 - 12 a S. Roberto Bellarmino ingresso via Panama13.

APERTA...MENTE ANZIANI

Per informazioni: 06.8557858

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. Anche tu sei invitato.

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.

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 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

Ingrandire e rimpicciolire i contenuti delle pagine web

La pillola di oggi è davvero velocissima! Come ingrandire e rimpicciolire i contenuti delle pagine web, ovvero come eseguire zoom-in e zoom-out nel browser. Si tratta di utilizzare una semplice ed intuitiva combinazione di tasti, che

funziona praticamente su tutti i browser, o quantomeno sui 5 più utilizzati:
Internet Explorer, Firefox, Safari, Opera...

Ecco la nostra pagina a dimensione normale.



Il Telefono d'Argento
Via Panama, 13 - 00197 - ROMA - Tel. 06.8557858 e.mail: telefonodargento@hotmail.it

HOME NOTIZIE AIUTACI SPORTELLI IMMAGINI PILLOLE SPORCARSILEMANI

 **Il Telefono d'Argento**
e.mail: telefonodargento@hotmail.it

La sede di piazza Ungheria è aperta tutti i giorni dalle ore 17.00 alle ore 19.30
Tel. 06.8557858

La sede di Via Guido Reni 2d, è aperta tutti i giorni dalle ore 17.00 alle ore 19.00
Tel. 06.3222976

Sede di Via Basento 100
Tel. 06.8840353

Sede di Piazza Euclide
Tel. 06.8083541

Sede di S. Agnese
Tel. 06.86207644

Sede dei Sacri Cuori di Gesù e Maria
Tel. 06.86210008

Per eseguire **zoom-in** premi **Ctrl + "+"**

Il Telefono d'Argento

Via Panama, 13 - 00197 - ROMA - Tel. 06.8557858 e.mail: telefonodargento@hotmail.it

HOME

NOTIZIE

AIUTACI

SPORTELLI

IMMAGINI

PILLOLE

SPORCARSILEMANI



Il Telefono d'Argento

e.mail: telefonodargento@hotmail.it

La sede di piazza Ungheria è aperta tutti i giorni dalle ore 17.00 alle ore 19.30

Tel. 06.8557858

La sede di Via Guido Reni 2d, è aperta tutti i giorni dalle ore 17.00 alle ore 19.00

Tel. 06.3222976

Sede di Via Resento 100

Per lo **zoom-out** invece, ovviamente **Ctrl + "-"**

Il Telefono d'Argento
Via Pozzanna, 12 - 00197 - ROMA - Tel. 06.8557858 e-mail: telefonodargento@hotmail.it

HOME NOTIZIE AIUTACI SPORTELLI IMMAGINI PILLELE SPORCARSILEVANI

Il Telefono d'Argento
e.mail: telefonodargento@hotmail.it

La sede di piazza Ungheria è aperta tutti i giorni dalle ore 17.00 alle ore 19.30
Tel. 06.8557858

La sede di Via Guido Reni 2d, è aperta tutti i giorni dalle ore 17.00 alle ore 19.00
Tel. 06.3222976

Sede di Via Basento 100
Tel. 06.8840353

Sede di Piazza Euclide
Tel. 06.8083541

Sede di S. Agnese
Tel. 06.86207644

Sede dei Sacri Cuori di Gesù e Maria
Tel. 06.86210008

Vai alla pagina

- Home
- Notizie
- Aiutaci
- Sportelli
- Contatti
- Pillola

Siti amici

- Parrocchia di S. Roberto Sallustiana
- Parrocchia di S. Agnese fuori le Mura

Il Telefono d'Argento - Onlus

IL TELEFONO D'ARGENTO - ONLUS, nasce nel 2001, su

E per tornare alla dimensione giusta? "+" e "-" li abbiamo usati, quindi in questo caso dovremo usare "=")

Ctrl + "=" Esatto!

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 lettura presentata 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:

2. GRASSI O LIPIDI

I TRIGLICERIDI

Il test dei trigliceridi è una condizione necessaria, perché è ormai da tempo universalmente riconosciuto che alti valori di trigliceridi nel sangue aumentano il rischio di malattie coronariche (come l'infarto di cuore) e dell'aterosclerosi. Ai trigliceridi alti, c'è spesso una tendenza al sovrappeso ed alla malattia diabetica oltre che valori elevati della pressione arteriosa.

Anche la Parola di Dio ci consiglia di esaminare la nostra opera (Gal. 6:4; 1 Cor. 9:27; Lc. 14:31), ossia le nostre azioni o il nostro comportamento, per vedere se le nostre azioni siano conformi ad essa e ricevere l'approvazione di Dio. Invece di censurare gli altri, faremmo bene a esaminare i nostri modi di fare (Rom. 14:4).

Pinini di Natale



Ricetta di aFedericaGif da <http://www.mipiagemifabene.com/>

Ingredienti:

- 1/2 cup di pasta madre (200 g circa)
- 1 cup di acqua tiepida (200 g circa)
- 2 cups e 1/2 di farina integrale (400 g circa)
- 1 cucchiaino raso di sale marino

2 cucchiaini di olio evo

rosmarino

farina qb per impastare e decorare

Procedimento:

Sciogli bene la pasta madre in acqua tiepida e unisci la farina, il sale, l'olio e impasta bene. Aggiungi altra farina per ottenere una consistenza elastica e morbida che non si attacchi alle mani. Metti il rosmarino spezzettato e continua ad impastare. Ungi la superficie con 1 goccio di olio, copri con la pellicola e metti a riposare per 3 ore. Controlla l'impasto e quando sarà morbido e ben lievitato impastalo nuovamente con molta delicatezza. Trasferiscilo su una spianatoia con una spolverata di farina e forma un cilindro di pasta. Modella delle palline della grandezza di una piccola arancia e riponile su una teglia precedentemente foderata con carta da forno. Accendi il forno a 180-200° e fai cuocere i "Pinini" per 15-20 minuti. Lasciali intiepidire, trasferiscili su un piatto da portata e con un passino a trama fitta aggiungi un po' di farina. Pianta gli alberini di rosmarino al centro di ogni panino e fai cadere altra "neve"... Questi panini oltre ad essere buonissimi sono incantevoli e impreziosiranno la vostra tavola nei giorni di festa.

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

telefonodargento@hotmail.it

4 - RACCONTACI DI TE

IL NATALE DI QUANDO ERO BAMBINA

Tanti anni fa il Natale era una festività molto sentita nelle famiglie specialmente per quanto riguarda il mangiare perché era quasi l'unico giorno in cui si mangiava in gran quantità.

Oggi non si avverte più tanto proprio perché si mangia sempre più di quanto necessario. La Vigilia di Natale la mamma non preparava il pranzo, ma ci faceva mangiare la pizza bianca con la alici. La sera però si incominciava a cenare presto ed abbondantemente insieme ai nonni, gli zii e gli amici anche se la mia era una famiglia già numerosa: otto figli più uno che era figlio di mia zia (stava sempre con noi come se fosse un altro fratello).

La cena era composta abitualmente dalla pasta con il tonno, la verdura con i fagioli, il baccalà al sugo, il baccalà fritto con la pastella, il capitone, le castagne lesse ed infine crespelle e calcioni fritti ripieni di marmellata d'uva.

Dopo cena si giocava a tombola fino alle 23 ora in cui si andava tutti in Chiesa. Al ritorno si metteva la calza appesa al camino e l'indomani si trovava piena di mandarini, fichi secchi e qualche caramella.

Un anno mio padre, siccome era falegname, riportò la segatura e scherzosamente la mise nella calza di mia sorella. L'indomani mia sorella trovò la segatura nella calza, accettò lo scherzo, ma ci rimase male perché non le toccarono mandarini e fichi.

Per il giorno di Natale si uccideva il tacchino che, per pulirlo non si bagnava all'acqua bollente come si usa oggi, ma si legava il collo, si gonfiava con una cannuccia e si spiumava a freddo.

Il pranzo di Natale era abbondante, si cominciava con l'antipasto tradizionale e si proseguiva con il brodo con il cardone, il lessò di tacchino, pasta alla chitarra con il ragù, il tacchino al forno e le costine di agnello impanate e fritte. Infine la frutta,

le crespelle ed i calcioni. Alla fine del pranzo noi figli dovevamo ripetere la poesia natalizia in piedi sulla sedia con un premio di 50 lire.

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

Come chiudere le applicazioni Android

Diversamente da molti altri sistemi operativi, Android non possiede per default un pulsante specifico per chiudere le applicazioni manualmente. Infatti Android è stato progettato per gestire le applicazioni in esecuzione e chiuderle quando necessario.

Android è progettato per gestire la memoria ed il tempo assegnato alle applicazioni. In tal modo si evita che le applicazioni che vengono lasciate aperte possano causare un rallentamento dello smartphone o l'esaurimento della memoria.

In casi eccezionali, si potrebbe avere bisogno di forzare la chiusura di un'applicazione, per esempio quando un programma si blocca. Utilizzare la seguente procedura per forzare la chiusura di un'applicazione:

1. Aprire la scheda **Applicazioni** e toccare **Impostazioni**, e quindi toccare **Applicazioni**.
2. Toccare **Gestisci Applicazioni**. Nella lista delle applicazioni in esecuzione, selezionare l'applicazione che si desidera chiudere e toccare **Termina**.

In alternativa, nel Market di Android sono disponibili dei software che consentono di terminare programmi e di chiudere applicazioni.

6 – Lo sapevi che....?

Lo sapevate che fare un sonnellino durante la giornata rende più intelligenti? Al contrario di quanto si pensa, cioè che il sonnellino pomeridiano ci “rimbambisca”, uno studio californiano è riuscito a dimostrare, mettendo a confronto due gruppi di soggetti in compiti cognitivi, che coloro che effettuavano un pisolino di circa 90 minuti, alla ripresa delle attività mostravano un miglioramento, rispetto a chi non aveva dormito, del 10%.

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](tel:333.1772038).

BUONA SETTIMANA dal Telefono d'Argento