



PILLOLA PER NAVIGARE

NUMERO 169

4 marzo 2014

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

Quando un popolo non ha più un senso vitale del suo passato, si spegne. Si diventa creatori anche noi quando si ha un passato. La giovinezza dei popoli è una ricca vecchiaia.

Cesare Pavese appuntava questa parole nel suo diario, Il mestiere di vivere, il 6 luglio 1939, in un periodo storico in cui il passato era celebrato dal fascismo in modo magniloquente e retorico.

È per questo che l'aggettivo fondamentale è quel «vitale» che egli assegna al ricordo collettivo.

Anni prima - era il 1920 - nel libro Filologia e storia il critico Giorgio Pasquali ammoniva che «chi non ricorda, non vive».

Pavese commenta idealmente quell'asserto attribuendo alla memoria una forza «vitale» e creatrice ed è per questo che giunge fino al paradosso (ma lo è veramente?) finale: il futuro di un popolo non è tanto in una massa di giovani frementi ma scarsamente dotati di valori, di conoscenza, di eredità culturale, bensì in una vecchiaia ricca di quel mirabile patrimonio che essi e i loro padri e antenati hanno prodotto e custodito.

Un pensatore illustre come Montaigne nei suoi Saggi era convinto che la memoria fosse «lo scrigno della scienza», perché non si può cominciare mai da zero, pena la dissoluzione della civiltà.

La memoria è capitale anche per la cultura in genere: noi - per usare la famosa immagine di Bernardo di Chartres - siamo nani sulle spalle di giganti, e solo per questo vediamo più lontano di loro.

La memoria è alla base della fede, tant'è vero che l'appello biblico per eccellenza è: «Ascolta!... Ricorda!», e «memoriale» è chiamata la Pasqua, un evento del passato che opera ancora oggi in noi.

Ed è per questo che Cristo nella cena eucaristica ripete: «Fate questo in memoria di me!».

Il passato è come una sorgente che alimenta il fiume del presente e ci spinge verso il futuro.

Card. Gianfranco Ravasi

"Il Mattutino" - da L'Avvenire

IN QUESTO NUMERO DELLA PILLOLA PER NAVIGARE:

1. Appuntamenti e Notizie
2. La “Pillola per navigare” – La tastiera
3. Le nostre ricette – Pasticcini belli e buoni
4. Raccontaci di te – Burda
5. Appmania! – Whatsapp, Telegram o Line?
6. Mi ricordo....

Ti invitiamo a scriverci al telefonodargento@hotmail.it, a seguirci su [facebook.com/telefonodargento](https://www.facebook.com/telefonodargento) e su twitter.com/TdArgento

1 – APPUNTAMENTI E NOTIZIE

La Parrocchia dei Sacri Cuori a via Magliano Sabina presso piazza Vescovio è la sesta parrocchia in cui è presente il Telefono d'Argento ed è attiva tutti i Lunedì – Martedì e Giovedì dalle 17 alle 19 **tel 06 86210008**

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 ore 17.30 Parrocchia Santa Croce – Via Guido Reni 2b

CUCINA CRUDISTA CREATIVA SULLA SCIA DELLA BIBBIA

Incontro 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

La tastiera

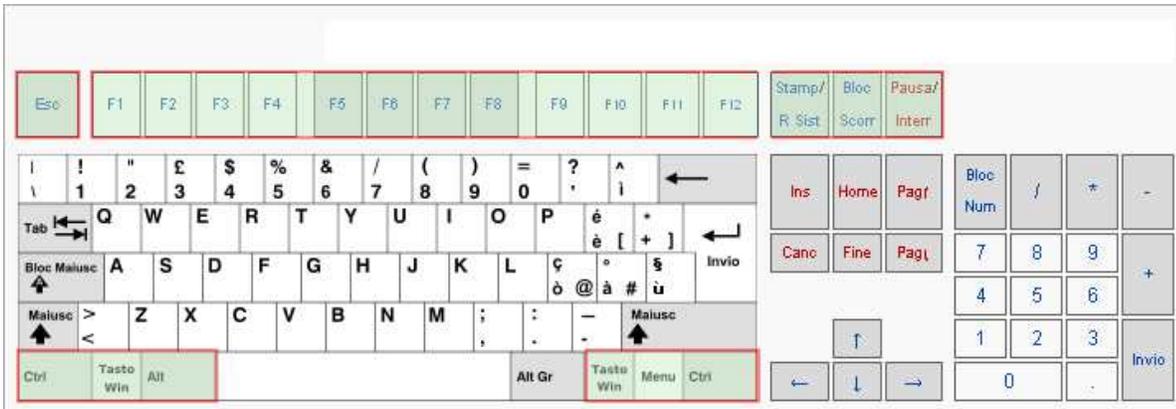
Gli strumenti principali per dare ordini al computer sono due: il mouse e la tastiera. Dominarli significa dominare il computer, quindi è bene imparare i segreti di queste due periferiche prima possibile.

Cominciamo con la tastiera

La tastiera: 105 tasti per fare (quasi) tutto

Ce ne sono di ogni forma, dimensione e prezzo, ma le tastiere, alla fine, sono tutte molto simili tra loro. La tastiera italiana standard che usi con i PC desktop (ti ricordi cosa vuol dire, vero?) è composta da 105 tasti.

Tasti con funzioni speciali



Sono quelli evidenziati qui sopra in verde. La loro funzione può cambiare da un programma all'altro, ma in generale:

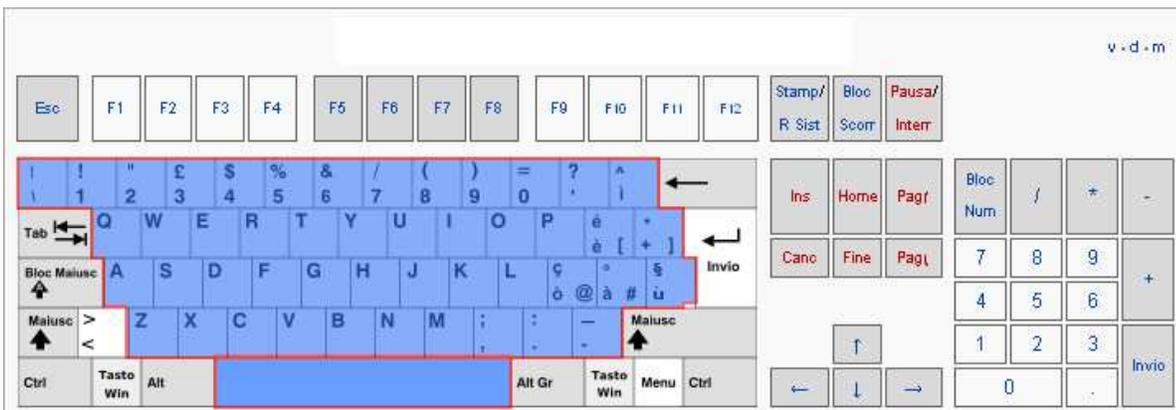
Windows (logo di Windows): apre il menu Start.

Esc: sta per Escape (Uscita, in inglese), e normalmente chiude l'applicazione o la finestra in cui ti trovi, o ti fa uscire dalla modalità a schermo intero di un programma.

Menu: è il penultimo tasto in basso a destra del blocco principale della tastiera. Equivale al tasto destro del mouse (argomento che approfondiremo tra poco), quindi apre il menu contestuale.

F1: apre il menu Aiuto.

Tasti di scrittura



Sono quelli che contengono tutte le lettere, i numeri, le lettere accentate, i simboli più usati quando si scrive (per esempio i segni di punteggiatura, l'asterisco e

Canc: fa l'opposto del tasto precedente: cancella il carattere che si trova immediatamente a destra del cursore.

Invio: è il tasto più grande di tutta la tastiera dopo la barra spaziatrice, e serve per andare a capo quando scrivi e per confermare i comandi che dai al computer.

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

Di seguito la lettura e la ricetta dell'incontro

CUCINA CRUDISTA CREATIVA SULLA SCIA DELLA BIBBIA

Non stupisce che all'interno della tradizione cristiana, nei testi ufficiali come nelle tradizioni popolari, si trovino importanti riflessioni circa il rapporto bidirezionale uomo/animale. Si pensi agli animali che hanno accompagnato la vita di Gesù: passeri, asini e muli; gli animali presenti nelle vite dei santi, fossero essi i mostri da combattere o quelli che portavano da mangiare e accompagnavano le giornate dei santi; o tutti gli animali che vivano all'interno o a ridosso dei monasteri che con le loro funzioni aiutavano i monaci a svolgere le loro mansioni e ispiravano le loro riflessioni e preghiere. Gli stessi animali che accompagnavano le giornate dei fedeli di ogni tempo, animali compagni di lavoro che dividevano le fatiche quotidiane dei contadini, spartendo miserie e povertà.

Metodologicamente, un'indagine del Cristianesimo, che voglia essere esaustiva tanto sul piano teologico quanto su quello sociale e culturale, deve quindi prendere in considerazione il rapporto che tale tradizione intrattiene con gli animali. Così

facendo è possibile restituirgli quel connotati troppo spesso sottovalutati, ovvero la sua dimensione cosmica e il suo indubitabile teocentrismo. Infatti, sebbene il Cristianesimo sia indiscutibilmente centrato sugli esseri umani, la presenza degli animali è pervasiva, anche nei primi testi cristiani; come afferma Enzo Bianchi, chi legge la Bibbia non impara soltanto che gli animali sono cocreature con gli uomini, ma scopre anche che essi, creature volute e benedette da Dio, sono in relazione con Dio. E questo non solamente perché Dio pensa a loro fornendo cibo con sollecitudine (cf. Sal 104, 21-28; 136,25; 147,9) o perché Dio dà loro un soffio e poi glielo toglie (cf. Sal 104, 29-30), ma perché essi comunicano con Dio servendosi di linguaggi impenetrabili e impensabili per l'uomo [...] Sta scritto che Dio con un asino ha ammonito un profeta (cf. Nm 22,21-25), con un grosso pesce ha fatto capire a Giona la direzione da prendere in obbedienza a Dio (cf. Gn 2), con un corvo ha nutrito Elia in una grotta (cf. 1Re, 17,1-6), con una colomba ha significato la discesa dello Spirito Santo su Gesù di Nazaret (cf. Mc 1,10 e par.; Gv 1,32), con un gallo ha destato Pietro alla coscienza del suo peccato (cf. Mc 14,72), con un agnello ha designato l'uomo per eccellenza, il servo di JHWH (cf. Gv 1,29.36).

La reciproca interazione tra Dio-uomo-animale è espressa in modo esemplare nel libro di Giobbe:

Ma interroga pure le bestie, perché ti ammaestrino,
gli uccelli del cielo, perché ti informino,
o i rettili della terra, perché ti istruiscano
o i pesci del mare perché te lo faccian sapere.
Chi non sa, fra tutti questi esseri,

che la mano del Signore ha fatto questo? (Gb 12,7-9)

PASTICCINI BELLI E BUONI



banana matura tagliata a pezzi cospargerla con:
vaniglia burbon in polvere, farina di cocco, una
nocciola per ogni pezzo, un filo di succo d'agave

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

telefonodargento@hotmail.it

4 - RACCONTACI DI TE

BUNDA

Non ho mai avuto un gatto tutto mio...

C'erano i gatti di casa, ma la casa allora era grande e i gatti erano della famiglia, cioè di tutti.

Ora ho una gatta, anche questa in “*comproprietà*” con la mia giovane vicina di casa con la quale ho il terrazzo dell'attico comunicante.

Ne è la padrona, e dal terrazzo la gatta è arrivata scegliendosi una seconda casa dove non dorme, non mangia, ma viene a far salotto. Non ama star da sola.

Quando la sua padrona va a lavorare, passa quindi buona parte della giornata da me.

Ho avuto dei cani... e ora ne faccio il confronto. Il cane dorme dove uno gli sceglie la cuccia. Ne prendo possesso con ubbidienza. Il gatto no. Ho provato con un cesto pieno di cuscini.

C'è stato una volta, per rara compiacenza, per poi spostarsi in posti diversi: sopra una sedia, sopra un armadio, o dentro un cassetto lasciato aperto.

Decisioni momentanee e autonome.

I sensi di colpa che ti trasmette il cane sono facoltativi, secondo lo sguardo, sempre perdonante. Il gatto te li impone con lo sguardo a fessura che non lascia scampo, come quando guarda fisso nel vuoto, che è vuoto per me ma non per lui, che modula la visione a obiettivo pensante come solo Socrate poteva avere.

Il cane l'affetto te lo dà sempre e ti convince che lo avrai sempre. Il gatto lo vuole e il suo lo sa ben dosare. Si sa vendere. Quando salta sulle ginocchia e si lascia attraversare con un ronzio di gradimento, sa perfettamente che questa concessione, per te, vale due *Tavor*. Il cane, con la coda, comunica la sua emozione e il suo umore, con le varie velocità della medesima, tranne quando la nasconde tra le zampe... perché vorrebbe che con lei sparissero tutte le emozioni negative del momento. Il gatto la agita a mò di frusta se è nervoso, la acciambella quando è

solo e la tiene dritta e imperativa quando si lascia accarezzare come per porre un limite e dirti che è inutile andare oltre... perché dopo lui non c'è più.

Fra un mese la mia vicina cambierà casa e se ne andrà portando via la gatta, che si chiama Bunda. So già fin d'ora che la mia parte "oblatrice" subirà una grossa carenza "collocativa".

Ne sentirò un gran vuoto.

Che posso fare?

L'andrò a trovare.

Mi comprerò una moto...

Oggi Bunda se ne è andata... La sua giovane padrona l'ha portata nella sua nuova casa. Non avrei mai immaginato che una cosa così "piccola piccola" lasciasse un vuoto così "grande grande".

Mi sono rimaste le sue palline di gomma, che mi portava al mattino quando arrivava, sottolineate da un sussurrato miagolio per farmi notare il dono, e un cuscino rosso da lei preferito, pieni di peli.

Non so quando lo spazzolerò. Forse mai.

Liliana Pellegrino

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

Whatsapp, Telegram o Line? Ecco cosa e come scegliere



La concorrenza tra le applicazioni di instant messaging sembra essere entrata in una fase critica e ognuna di esse garantisce aspetti e particolarità che puntano a conquistare una maggior fetta del mercato degli utenti. Ci sono molte ragioni per scegliere un'app piuttosto che un'altra a seconda dei criteri delle persone, dei loro bisogni o anche delle loro paure. Esaminando i principali vantaggi di alcune fra le più popolari applicazioni di messaggistica vengono però fuori vantaggi e problemi che li rendono unici e possono fungere da chiave per scegliere uno o l'altro come preferito.



Whatsapp. Questa app è molto probabilmente la più popolare nel suo genere ed è tutt'ora la scelta principe tra gli utenti mobile. L'essere di moda è proprio il suo punto di forza. La semplicità e l'essere stata una fra le prime, l'ha resa il leader nella messaggistica. Proprio per questo è stata scelta fin da subito da tutti gli utenti

e da tutte le piattaforme mobili. Nell'ultimo periodo anche le aziende lo usano come mezzo di contatto. Nonostante i timori dell'affidabilità, proprio la settimana scorsa Whatsapp è stato protagonista di un crash di 210 minuti, rimane comunque lo strumento con più utenti.



Telegram. E' l'app di instant messaging più recente, ma nonostante questo particolare, sta conquistando una gran parte dei consensi dal pubblico mobile. Di origine russa, Telegram è stato creato quasi per un capriccio di un miliardario che desidera alienare i contenuti

privati degli utenti, siano essi hacker o governi. Ecco perché è stato presentato al mondo come la scelta più sicura. La privacy è un argomento scottante e diversi utenti la mettono al primo posto nella scelta di un'app del genere. Ecco perché una solida base garantita da messaggi a tempo, o da conversazioni criptate con un codice noto solo agli utenti, risulta una formula vincente. Il tutto passa poi attraverso un servizio che imita WhatsApp semplice, lineare confortevole ma soprattutto sicuro.



LINE. Ha fatto la sua comparsa in Italia a dicembre 2012 come alternativa a WhatsApp.

Ed è così che sembra continuare per la sua strada. Anche se ha un numero crescente di utenti registrati, sembra essere rimasto un valido secondo percorso di comunicazione utile e amichevole. Nonostante sembri una copia del diretto concorrente, l'app è riuscita a prendere piede nei terminali milioni di grazie alle sue offerte speciali che la portano al di là di messaggistica, ovvero: chiamate gratuite via Internet, adesivi colorati da inserire nelle conversazioni e una vasta collezione di strumenti e giochi divertenti da fare con gli amici. La forza LINE in parole povere è la completezza del servizio che viaggia di pari passo con un buon livello di sicurezza.

6 – Mi ricordo...

Mi ricordo quando sugli autobus e sui tram c'era il bigliettaio: il costo della corsa era di 25 lire.

Ricordaci anche tu qualcosa che abbiamo dimenticato; puoi scrivere al telefonodargento@hotmail.it oppure telefonare al 333.1772038 o usare anche [facebook.com/telefonodargento](https://www.facebook.com/telefonodargento)

IL TELEFONO D'ARGENTO onlus

Dati dell'Associazione

Il Telefono d'Argento - Onlus

Via Panama 13 – 00198 Roma (sede centrale)

tel. 06 8557858

Sedi locali:

**Sacro Cuore di Maria a piazza Euclide - tel. 06 8083541*

**S. Agnese a via Nomentana – tel.06 86207644*

**S. Croce a via Guido Reni - tel. 06 3222976*

**S. Maria della Mercede via Basento 100 - tel.06 8840353*

**Sacri Cuori via Poggio Moiano – tel. 06 86210008*

Codice fiscale : 97335470585

*Associazione iscritta nel Registro delle Associazioni di Volontariato della **Regione***

Lazio

Coordinate Bancarie: CIN Q - ABI 3336 - CAB 3205 - c/c 000000017659 –

Credito Bergamasco

Presidente dell'Associazione: Rosabrina D'Ettorre D'Agostino

Tel. 338 2300499 - 06 8557858

e-mail : telefonodargento@hotmail.it

Sito web: www.telefonodargento.it

Notizie

L'Associazione Il Telefono d'Argento onlus è nata nel marzo del 2001 come luogo di ascolto telefonico rivolto prioritariamente agli anziani in condizioni di emarginazione e solitudine e si è successivamente consolidata come centro di iniziative e servizi a sostegno di anziani in stato di necessità. I volontari sono attualmente oltre 70 di cui circa venti impegnati quotidianamente al call center e gli altri impegnati chi in visite domiciliari, chi nell'aiuto al disbrigo di pratiche amministrativo burocratiche, chi al trasporto per visite mediche.

Opera nel settore nord di Roma, in particolare nel territorio del II Municipio, e collabora con il Comune di Roma, Assessorato alle Politiche Sociali e per la Salute attraverso il “Pony della Solidarietà” (iniziativa cittadina di sostegno agli anziani).

Il tipo di servizio erogato dall'Associazione è scaturito da un attento studio della situazione socio-economica della popolazione anziana presente nel territorio e del tipo di criticità che merita l'intervento di un volontariato attento. E' da ricordare che nel territorio del II Municipio vive il maggior numero di anziani rispetto all'intera città di Roma.

Dall'indagine sugli anziani del Telefono d'Argento si evincono dati critici totalmente nuovi rispetto al passato e che sono il frutto della solitudine tipica dei quartieri borghesi delle grandi città:

Le cosiddette “povertà dignitose” cioè situazioni in cui anziani della media borghesia, molti dei quali con appartamenti in nuda proprietà, vivono da soli in situazioni di povertà e di disagio sociale senza gli strumenti per chiedere aiuto alle istituzioni .

Il fenomeno “del barbonismo in casa”: chiusi in appartamenti di loro proprietà e senza la presenza di alcun parente, anziani soli vivono in mezzo ai loro rifiuti, in condizioni di degrado fisico e mentale.

Obiettivo dell’Associazione, è quello prioritario di segnalare i casi di anziani in condizioni di estrema criticità alle Istituzioni preposte e di intervenire poi sui casi più urgenti ad integrazione dei servizi esistenti .

**Nel 2004 si è costituita come onlus*

**Dal 2006 collabora con il Comune di Roma al “Pony della Solidarietà”*

Nel 2006 il Telefono d’Argento ha ricevuto il **premio di operosità “Formica d’oro” dalla Regione Lazio.*

**Dal 2007 il Telefono d’Argento opera, in diretto collegamento con i Centri di Igiene Mentale del II Municipio, con l’Assessorato ai Servizi Sociali del II Municipio e del Comune, con le Cooperative di servizio operanti nel territorio e con le altre Associazioni che, all’interno del III settore svolgono attività di sostegno agli anziani .*

**Dal 2008 l’Associazione ha ampliato la sua rete di volontari e di sedi distribuite nel territorio di Roma nord arrivando, nel 2013 ad avere 6 sedi operative con volontari locali. I responsabili volontari delle sedi locali (con linee telefoniche autonome) operano in stretto contatto con la sede centrale per garantire un servizio capillare e coordinato.*

**Nel marzo 2011, per il decennale dell’Associazione, il Comune di Roma ha messo a disposizione del Telefono d’Argento la sala della Protomoteca in Campidoglio per il Convegno “Un futuro d’Argento” organizzato dall’Associazione a cui hanno partecipato oltre duecento persone impegnate nel campo dell’associazionismo e del volontariato e durante il quale sono intervenuti,*

come relatori, un geriatra di livello nazionale che ha parlato di invecchiamento attivo (prof Marco Trabucchi), un politico che ha messo in luce le politiche per la terza età (on. Paola Binetti) ed uno scrittore che ha narrato dei rapporti tra le generazioni ed in particolare tra nonni e nipoti (Giorgio Montefoschi). Il Convegno ha avuto anche una relazione scritta ed un encomio da parte del Cardinal Vicario S. E. Agostino Vallini che conosce ed apprezza il servizio svolto dal Telefono d'Argento. Nello stesso mese di marzo i festeggiamenti del decennale si sono svolti nelle diverse sedi per fare festa con gli anziani.

Un'altra peculiarità del Telefono d'Argento è la continuità della presenza: il servizio di ascolto telefonico e di incontri personali è infatti attivo anche in luglio e agosto e nei giorni festivi garantendo negli anziani la sicurezza dell'aiuto e tranquillità di non essere lasciati soli.

Le Attività del Telefono d'Argento

**Corsi di Computer e Tablet per ultrasessantacinquenni. I corsi settimanali, della durata di due mesi, si ripetono ciclicamente per tutto l'anno;*

**Incontri di allenamento della memoria . Gli incontri settimanali hanno anche carattere di socializzazione e durano circa tre mesi;*

**Incontri settimanali di presentazione di libri con lettura dei brani più interessanti (Quest'anno 2013-2014 presentazione di uno scrittore per ogni regione d'Italia);*

**Corsi di cucina con degustazione. Gli incontri settimanali durano circa quattro mesi;*

**Nei periodi aprile-giugno e settembre-novembre visite guidate con pullmino ai luoghi artistici di Roma e dintorni;*

**Inoltre l'associazione organizza eventi speciali (La Festa dei Nonni ad ottobre, festa a Capodanno e Pasqua, Festa di anniversario dell'Associazione in primavera, Festa delle Ciliegie in estate).*

I Servizi del Telefono d'Argento

L'Associazione offre settimanalmente due servizi specifici per l'anziano: uno Sportello Psicologico (tutti i giovedì ore 9-13) ed uno Sportello Legale (tutti i venerdì ore 9-13).

L'Associazione mette a disposizione un servizio giornaliero di accompagnamento in auto degli anziani per le visite medico-ospedaliere.

Tutte le iniziative, totalmente gratuite, sono rivolte anche ad anziani non deambulanti o parzialmente deambulanti.

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