**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 252

## 6 ottobre 2015

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

**IN QUESTO NUMERO DELLA PILLOLA PER NAVIGARE:**

1. Appuntamenti e Notizie
2. La "Pillola per navigare" - Salvare una ricerca
3. Le nostre ricette – Spaghetti
4. Raccontaci di te – Ex
5. Appmania! – Impostare una suoneria personalizzata per contatto della rubrica
6. Giovedì al cinema – Marrakech Express
7. Convenzioni

Ti invitiamo a scriverci al telefonodargento@hotmail.it, a seguirci su **facebook.com/telefonodargento** e su **twitter.com/TdArgento**

# 1 – APPUNTAMENTI E NOTIZIE

**“Tu sarai un uomo migliore, se porterai i nonni nel cuore…perchè lo sai quegli occhi sinceri, sono i bambini di ieri”**

*Walter Bassani*

È stata la festa dei nonni…! O, se preferite, degli angeli custodi.

Sì, abbiamo festeggiato entrambi.

Guarda qui che festa: http://www.blog.telefonodargento.it/

**Martedì 27 ottobre 2015**

**Gita a Collevalenza – L’acqua del Santuario dell’Amore Misericordioso.**

Ci accompagnerà padre Vincenzo, il sacerdote appena arrivato alla Basilica di santa Croce a via Flaminia. Benvenuto Padre Vincenzo

Per partecipare è necessario iscriversi nelle sedi del Telefono d’Argento

oppure contattando**: 06.8557858 - 06.3222976 - 333.1772038**

oppure scrivendo a: **telefonodargento@hotmail.it**

**Nella sede di S.Agnese, via Nomentana 349:**

• Da martedì 6 ottobre, il martedì mattina dalle 10 alle 12, sarà presente un medico per orientamento e supporto sanitario. Tel: 06 86207644;

• Martedi 6 ottobre, ore 16:00, nel salone Giulio II, Claudio Mastracci illustrerà un suo reportage di viaggio dal titolo "Illiria".

**Maggiori informazioni al: 06 88 40 353**

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

**Il mercoledì ore 17.30** Parrocchia Santa Croce – Via Guido Reni 2b
**CUCINA CRUDISTA CREATTIVA SULLA SCIA DELLA BIBBIA**
Incontro di cucina naturale crudista – Ricette ispirate dalla lettura della Bibbia.
Per informazioni telefonare a 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.**

## 2 - LA PILLOLA PER NAVIGARE

# **Salvare una ricerca** (Vale per Windows 7)

Se si cerca regolarmente un determinato gruppo di file, potrebbe essere utile salvare la ricerca. Dopo aver salvato una ricerca, al momento del successivo utilizzo non è necessario ottimizzare le impostazioni. È sufficiente aprire la ricerca salvata per visualizzare i file più aggiornati corrispondenti alla ricerca originale.

**Per salvare una ricerca**

1. Per aprire la casella di ricerca, premere il tasto logo Windows +F.
2. Eseguire una ricerca. (per esempio trovare un file o una cartella)

3. Al termine della ricerca, fare clic su Salva ricerca sulla barra degli strumenti.
4. Nella casella Nome file digitare il nome da assegnare alla ricerca e quindi fare clic su Salva.

   Un collegamento alla ricerca salvata verrà aggiunto alla sezione Preferiti del riquadro di spostamento. La ricerca stessa verrà salvata nella cartella Ricerche, che si trova nella cartella personale in Computer.

Per maggiori informazioni o supporto invia i tuoi commenti al seguente indirizzo di posta elettronica:
telefonodargento@hotmail.it

# 3 – LE NOSTRE RICETTE

Giovedì scorso l'incontro di
**CUCINA CRUDISTA CREATTIVA SULLA SCIA DELLA BIBBIA**
non ha avuto luogo a causa delle attività di preparazione della grande festa dei nonni. Proprio nell'occasione della festa il nostro amico Carlo ha voluto donare *una pillola di antica sapienza* riguardante la cottura del piatto più famoso del mondo: la cottura della pasta in modo alternativo.
Lo sapevate che….
la pasta deve cuocere solo due minuti – a partire dal bollore, ovvero dopo che l'acqua ha ripreso a bollire in seguito al versamento della pasta – sul fuoco acceso. Poi dobbiamo spegnere il fornello e coprire la pentola con il coperchio: in questo modo la pasta continua la cottura passivamente fino al termine dei minuti previsti.

Esempio, se delle linguine devono cuocere 11 minuti, vorrà dire che cuoceranno 2 minuti a fuoco acceso e i restanti 9 minuti a fuoco spento e coperte.

L’acqua della pasta non si butta. Il sugo potrebbe risultare troppo asciutto, per allungarlo l’acqua della pasta torna utile. Perché è ricca di sapori che impreziosiscono il sugo.

Grazie Carlo.

L’incontro di cucina crudista creattiva sulla scia della Bibbia riprenderà mercoledì 7 ottobre 2015 ore 17.30.

## 4 - RACCONTACI DI TE

# Ex

E’ un freddo mattino d’inverno del 1966, avvolti dalla nebbia della campagna reatina camminano un bambino di sei anni e suo padre. L’uomo si muove sicuro di sé tra i rami e i rovi, maneggiando con disinvoltura il suo sovrapposto Franchi Alcione calibro 12.

Il bimbo stringe i denti, le piccole mani e i piedini non sono fatti per affrontare il gelo che morde le dita, ma negli occhi ha solo la figura imponente di suo padre e nella testa la voglia di imitarlo. Non era stato forzato in alcun modo, aveva insistito per poterlo seguire.

Cominciò tutto così, da allora diventai cacciatore, in un’età in cui il senso critico, il ragionamento e il cuore non sono abbastanza forti per indirizzare i propri istinti.

Tutti i cacciatori che ho conosciuto hanno cominciato così, seguendo il padre fin da bambini.

Basterebbe impedire questo per far sì che nel giro di poco tempo la caccia e la pesca “sportiva” finiscano.

Di lì a poco arrivò anche la pesca, sui moli di Fiumicino sempre dietro al papà.

Poi lungo fiumi e torrenti con gli amici, la pesca subacquea, e ancora via di seguito tutta una vita a cercare di far crescere quella personalità da cacciatore del Paleolitico, rabbiosa e insensata reazione della mia adolescenza a un mondo ai miei occhi troppo complicato e troppo infido.

Come se non bastasse ci si metteva anche la competizione con mio padre; volevo diventare più abile di lui.

Con la maturazione i miei dubbi crescevano e ad essi rispondevo che gli animali selvatici muoiono comunque quasi sempre per morte violenta, e non mi aiutava l'atteggiamento insensibile acquisito in campagna per il quale verdura, frutta, selvaggina e pesci sono frutti della natura, da cogliere.

Venivo criticato da parenti e amici per il fatto di andare a caccia, ma per la pesca quasi nessun commento. Non vedo differenze tra l'una e l'altra sotto l’aspetto della sofferenza delle prede: il pesce viene “bucato” dall’amo, lotta con tutte le forze contro un nemico che non riesce ad identificare: quel filo tanto sottile, ma inspiegabilmente forte, lo porta inesorabilmente in superficie e quando la sua testa è fuori dall’acqua non riesce più a svuotare le sacche natatorie piene d’aria, non riesce più a scendere sul fondo e, infine, stremato si arrende. I più fortunati muoiono subito,"giustiziati" dal pescatore o per soffocamento, dopo qualche minuto di agonia (per pesci come tinche, anguille e pesci gatto molto di più). Gli altri finiscono in un retino immerso nell’acqua, a vivere nel terrore le ultime ore della loro vita, mentre il loro carceriere continua a "divertirsi". Prova ne è che predatore e preda dentro a un retino quasi sempre si ignorano, sconvolti dal panico.

Sento parlare di pescatori “ecologisti” che liberano i pesci catturati e anche se fosse, in che condizioni vengono rilasciati i pesci dopo uno shock del genere? Stremati, feriti, storditi dallo stress, con la pelle rovinata dall'acidità delle mani di chi li ha afferrati, sono pronti per finire in bocca al primo predatore di passaggio.

Di anno in anno i miei dubbi crescevano, mi chiedevo se non era il caso di dare tregua alla natura, che dicevo di amare ma di fatto perseguitavo. Negli ultimi anni andavo a caccia soprattutto per la felicità del mio amato Spinone Italiano, un cagnone dolcissimo di nome Ras, che però diventava matto tutte le volte che prendevo in mano il fucile o anche solo uno stivale.

Non raccontiamoci storie, a parte pochi soggetti che vengono ritenuti non idonei e spesso abbandonati dai cacciatori, al cane da caccia piace cacciare. Questo perché la selezione operata dagli uomini ha generato determinate razze con un fortissimo istinto di caccia. A questi cani non si può chiedere di essere diversi da quello che sono, né attribuirgli colpe che non hanno.

Noi esseri umani, però, abbiamo la possibilità di cambiare e, quando il mio cane mi ha lasciato per un’ischemia al cervello, da quel grande dolore è nata in me una consapevolezza: tutti gli esseri viventi hanno un’anima, sperano, soffrono, imparano, amano, gioiscono, sognano come faceva il mio Ras. Meglio tardi che mai!

Da allora ho messo via l’attrezzatura da pesca e ho restituito il Franchi Alcione calibro 12 a mio padre; dopo poco ha smesso anche lui.

Ai non cacciatori rimproveravo il fatto che non potevano criticarmi se poi mangiavano la carne prodotta negli allevamenti lager. Da tre anni perciò sono vegetariano e da uno vegano.

Adesso come allora quando ne ho la possibilità passo il mio tempo in mezzo alla natura. Vado ancora a caccia, ma di minerali e cristalli che sono ben felici di farsi trovare da me e di mettersi quindi in mostra in tutto il loro splendore. Gli animali selvatici ci sono sempre nella mia vita, ma quando li vedo provo solo gioia e un gran senso di pace.

Ogni tanto mi tornano in mente dei flash dal passato: il sangue, il terrore che leggevo in quegli occhi, scene abituali vissute con l'indifferenza di chi non si rende conto realmente di quello che sta facendo o, peggio, non vuole rendersene conto.

Le rivedo come in un incubo, domandandomi come possa avere fatto ad arrivare a tanto, e mi viene da chiedere perdono a tutti quegli animali, al loro Creatore, che di sicuro li ama e che mi avrà detestato per questo e anche a me stesso, per aver reso la mia anima così pesante.

A chi mi criticava dicevo: «tu non accetti il fatto che in natura la morte fa parte della vita, tu in realtà non accetti tutto questo e hai solo paura di morire».

Sbagliato, ero io che non amavo abbastanza la vita. Ora lo so.

***Giorgio Galletta***

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

## Impostare una suoneria personalizzata per contatto o gruppo della rubrica

Se avete una rubrica molto folta forse può esservi utile sapere che **con Android** è anche possibile **personalizzare le suonerie a livello di singolo contatto o gruppo**, in modo da riconoscere subito se chi vi sta chiamando è un amico, un familiare o solamente uno scocciatore.

Di seguito come fare

1. Accedere alla **Rubrica predefinita** del telefono.
2. Per modificare solamente una **suoneria di un singolo contatto** cliccare sul nome desiderato ed entrare poi nella modalità modifica poi, a seconda del modello dell'apparecchio, toccare o suoneria predefinita oppure imposta suoneria
3. Se volete modificare la suoneria per un **intero gruppo di contatti** accedere invece alla scheda ***Gruppi*** ed entrare poi nella modalità modifica del gruppo

4. Da qui potrete scegliere di **personalizzare la suoneria**, la **notifica** o addirittura il **tipo di vibrazione** (se non sono presenti troverete queste voci nell'elenco dei campi da aggiungere).

**Per ogni problema contatta 333.1772038 o scrivi a:**

**telefonodargento@hotmail.it**

# 6 – GIOVEDI' AL CINEMA

Al cineforum di via G. Frescobaldi è iniziato il ciclo dei film con tema ***"Il viaggio"***, in tutte le sue accezioni. Film previsti " Il cammino di Santiago, Rain Man, Marrakech Express, Il treno per il Darjeelling, ecc...."

Giovedì scorso sfidando la pioggia e il primo freddo autunnale ci siamo ritrovati a via Frescobaldi per vedere la prima parte di **Marrakech Express**. Un gruppo di amici si ritrovano dopo molti anni di silenzio per aiutare un vecchio compagno di scorribande giovanili imprigionato in Marocco. Il viaggio da Milano è costellato di avventure ed imprevisti. Il regista, Gabriele Salvatores, delinea le malinconie postsessantottine dei protagonisti. Un viaggio nel viaggio.

Appuntamento quindi a giovedì prossimo con la seconda parte del film.

***Barbara***

Per informazioni 06.8557858

# 7 – CONVENZIONI

**Enti Convenzionati Con Il Telefono d'Argento:**

GRUPPO FISIONET – riabilitazione a trecentosessantagradi
Via Donatello, 27, 00196 Roma - tel:06 3600 2340
**Sconto del 20%** su servizi di: Radiologia, Diagnostica per immagini, Odontoiatria, Medicina estetica, Visite specialistiche, Ortottica
**Sconto del 30%** su servizi di: Fisioterapia, Riabilitazione vascolare, Riabilitazione Vestibolare

STUDIO ODONTOIATRICO ASSOCIATO Bolognini Cianfanelli Muzzi
sito in via Spalato n. 11 tel. 06.97605893
Per i dettagli della convezione clicca qui:
www.telefonodargento.it/ConvenzioneStudioBCM.jpg

VIGNOLA CENTRO MEDICO di Damaluma S.r.l.
sito in Via del Vignola n. 70 tel. 06.3225889
Per i dettagli dei costi clicca qui:
www.telefonodargento.it/VignolaCentroMedico.jpg

Il Centro Odontoiatrico della Dott.ssa Daniela Durante propone all' Associazione una convenzione che darà la possibilità, agli utenti, di accedere a cure odontoiatriche a costi agevolati
Via Arno 96, 00198 Roma Tel 06. 83768983 - segreteria@danieladurante.it
www.danieladurante.it

TEATRO PARIOLI Via Giosuè Borsi 20 tel. 06.96045644
Prezzi ridotti riservati a tutti i soci del Telefono d'Argento per la stagione 2015, fino ad esaurimento posti.
Biglietti Giovedì, venerdì e sabato h21.00 – sabato e domenica ore 17.00
PLATEA euro 19 anziché 25 – GALLERIA euro 16 anziché 20
Responsabili: Anna Maria Emanuele, Filippa Pizza e Daniele Biagiotti

LIBRERIA "Pagina 272" Via Salaria 272 Tel. 06.8553516
Sconto del 10% a tutti i soci del Telefono d'Argento
(sono esclusi i prodotti con IVA e gli articoli già in promozione)

# 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