
LA PILLOLA PER NAVIGARE

NUMERO 51

29 novembre 2011

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

Iniziamo la pillola per navigare con una *piccola* riflessione.

Se non si possono evitare le rughe del volto, è però possibile evitare le rughe dello spirito. Diciamo ai giovani: «Gli uomini, come il vino, migliorano invecchiando». Ma diciamo ai vecchi: «Attenti all'acidità!». «Come d'autunno si levano le foglie / l'una appresso de l'altra, fin che 'l ramo / vede a la terra tutte le sue spoglie...»: molti avranno riconosciuto in questa comparazione, poeticamente fragrante ed echeggiante l'Eneide di Virgilio, la voce di Dante che raffigura in quelle foglie morte autunnali le anime perverse guidate da «Caron dimonio, con occhi di bragia» (Inferno III, 112-114). Noi, invece, scegliamo, una curiosa riflessione del letterato parigino Jean-Baptiste-Alphonse Karr (1808-1890), che abbiamo scoperto in un'antologia. Brioso, talora incline alla satira, finì la sua vita nei pressi di Nizza dedicandosi alla

floricoltura. Ritorniamo, così, alla natura da cui siamo partiti con Dante; ora, però, di scena è l'autunno della vita umana, la vecchiaia che ha come emblema la ragnatela di rughe che si distende sul nostro volto. Tanto temuta dai vanitosi (che non sono solo le donne), essa permette un'applicazione che si addice a tutti. Ci sono, infatti, anche le «rughe dello spirito», come giustamente osservava Karr, ed esse sono equamente distribuite in tutte le età. Ecco, allora, quel duplice consiglio. Ai giovani: non temete il flusso degli anni, perché esso porta con sé esperienza, sapienza, consiglio e, quindi, migliora la persona, come accade al vino. Agli anziani: attenzione, non è così automatico che vecchiaia e maturità siano sinonimi, perché ci può essere anche la degenerazione, proprio come avviene a certi vini inaciditi o abboccati. Ogni età è bella purché l'anima (e non tanto il corpo) abbia poche rughe.

card. Gianfranco Ravasi

"Il Mattutino" - da L'Avvenire

IN QUESTO NUMERO DELLA PILLOLA PER NAVIGARE:

1. Eventi
2. Teniamo vivo il nostro cervello – Esercizio n. 8 – Visita al mercatino Etnico
3. La “Pillola per navigare” – Esplora Roma antica con *google heart*
4. Indovina! – Cenoni
5. Le nostre ricette – Salmone vegano
6. Raccontaci di te – Il primo giorno di scuola

7. Curiosità – Perché si crede che il corno porti fortuna?

8. Buonumore – Orologi

Ricordiamo che il Telefono d'Argento ha istituito un servizio telefonico **gratuito** per aiutarvi a superare le difficoltà nell'uso del computer.

In caso di bisogno chiamate il numero telefonico:

333.1772038

Inoltre, per chiedere chiarimenti, mandate una e-mail a:

PILLOLAPERNAVIGARE@TELEFONODARGENTO.IT

E ora, prima di proseguire con gli altri argomenti della Pillola, desideriamo esprimere un caldo benvenuto ai nuovi iscritti che, nella settimana appena passata, si sono aggiunti ai lettori della "*Pillola per navigare*". **BENVENUTI A BORD**

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

PILLOLAPERNAVIGARE@TELEFONODARGENTO.IT

oppure telefonare al **333.1772038**.

1 – EVENTI

Il Mercoledì alle ore 16 nella parrocchia di S. Croce a via Flaminia – Via Guido Reni 2d – lo scrittore Giorgio MONTEFOSCHI continua la lettura di brani dai **Racconti di Cechov.**

Per partecipare telefonare al *Telefono d'Argento* dalle ore 17 alle ore 19 allo 06.3222976 oppure a tutte le ore al 333.1772038

**Il Venerdì alle ore 17 nell'oratorio della parrocchia di S. Croce a via Flaminia
Via Guido Reni 2d – 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

**Domenica 4 dicembre 2011 – Andiamo insieme a Teatro e al dopoteatro
Teatro Olimpico – Vincenzo Salemme in L'ASTICE AL VELENO –**

Prezzo speciale per il Telefono d'Argento: 24 euro per un posto in balconata.
Sono ancora disponibili 3 posti.

Seguirà, nell'oratorio della parrocchia di Santa Croce a via Flaminia, un momento
di convivialità con la condivisione di quello che ciascuno di noi metterà a
disposizione.

E per finire la serata, da spettatori ad attori: **GARA DI BARZELLETTTE.**

Tel 06.84407449 – 06.3222976 – 333.1772038

**Martedì 15 dicembre 2011 – ore 18.45 – Parrocchia di Santa Agnese fuori le
mura - Via Nomentana 349 - Formazione volontari del Telefono d'Argento
Tel. 331.3248598**

**Sabato 17 Dicembre 2011 alle ore 15:30 - VISITA GUIDATA alla BASILICA
DI SANTA AGNESE FUORI LE MURA e SANTA COSTANZA**

Appuntamento alle ore 15:15 nel cortile davanti alla sede del Telefono d'Argento
(prima porta a destra) con ingresso da via Nomentana n. 349

Costo: 3 euro a persona per la guida.

Seguirà scambio degli auguri di Natale con merenda nella nostra sede di Santa
Agnese

Prenotarsi ai telefoni:

06.86207644 – 06.84407449 – 338.2300499

Il giorno del Santo Natale – **25 dicembre 2011** – **ore 13** - il Telefono d'Argento organizza il ***PRANZO DI NATALE*** presso la struttura messa gentilmente a disposizione dall'associazione Casa Liò di via G. Frescobaldi 22.

Chi desidera partecipare gratuitamente come invitato o come volontario, chiami con cortese urgenza i seguenti numeri telefonici:

06.84407449 - 06.3222976 - 333.1772038 – 338.2300499

L'ultimo dell'anno – **31 dicembre 2011** – **ore 20** - il Telefono d'Argento organizza il ***CENONE DI FINE ANNO*** presso la struttura messa gentilmente a disposizione dall'associazione Casa Liò di via G. Frescobaldi 22.

Dopo la partecipazione al **TE DEUM** nella parrocchia di S. Roberto Bellarmino a piazza Ungheria, per ringraziare il Signore dell'anno trascorso, ci ritroveremo alle ore 20 in Via G. Frescobaldi 22 per condividere il *Grande Cenone di Fine Anno*.

Chi desidera partecipare gratuitamente come invitato o come volontario, chiami con cortese urgenza i seguenti numeri telefonici:

06.84407449 - 06.3222976 - 333.1772038 – 338.2300499

Il *giovedì mattina (ore 10 – 13)* e il *venerdì mattina (ore 10 – 13)* continuano ad essere a disposizione, per consulenze e consultazioni **gratuite**, rispettivamente psicologo e avvocato, presso la struttura messa a disposizione dall'associazione Casa Liò di via G. Frescobaldi 22.

Chiama il Telefono d'Argento al numero 06.84407449 o al cellulare 331.3248598.

2 – TENIAMO VIVO IL NOSTRO CERVELLO.

«Esercizio n. 8»

Visita al mercatino etnico

I mercatini di prodotti giapponesi, cinesi o messicani offrono una vasta gamma di verdure e condimenti completamente sconosciuti, confezionati anche in modo del tutto insolito.

Recatevi presso un mercatino a voi vicino e scegliete prodotti non familiari. Chiedete ai negozianti come preparare e cucinare gli alimenti che vi sono assolutamente sconosciuti.

Passate un po' di tempo nella sezione spezie. Culture diverse dalla nostra, utilizzano condimenti radicalmente diversi, ed è probabile sentire odori e sapori mai sperimentati.

Il mercatino avrà contenitori di cereali, fagioli e spezie che possono essere presi e pesati da soli. Acquistate dei sacchetti di qualcosa che colpisce la vostra fantasia che userete in seguito come stimolo per il tatto, per il gusto o per l'olfatto.

Il sistema olfattivo è in grado di distinguere milioni di odori, attivando combinazioni uniche dei recettori del naso (ogni recettore è un po' come una singola nota su uno spartito musicale, mentre la percezione di un odore è come trovare un accordo.) Sniffare nuovi odori aggiunge nuovi accordi sinfonici all'attività cerebrale. E poiché il sistema olfattivo è collegato direttamente al centro emotivo del cervello, i nuovi odori possono creare imprevedute emozioni e associazioni.

3 - LA PILLOLA PER NAVIGARE

Esplora Roma antica con google heart

Molti ancora non lo sanno ma con il software Google Earth è possibile “visitare” Roma Antica in tre dimensioni. Tutto ciò che si deve fare, una volta installato il programma, è selezionare Roma Antica in 3D nel livello Galleria.

Clicca qui sotto per scaricare GOOGLE HEART:

<http://www.google.com/intl/it/earth/download/ge/agree.html>

Di seguito un video esplicativo di come vedere Roma antica:

http://www.youtube.com/watch?v=ZrgJWpd4OFs&feature=player_embedded

Cosa ne pensi? Ti è tutto chiaro? Mandaci un tuo pensiero.

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

pillolapernavigare@gmail.com o telefona al **333.1772038**.

4 - INDOVINA!

L'indovinello della scorsa settimana, dal titolo “**L'auto misteriosa**” chiedeva:

“Che cosa fa parte di un'automobile e va sempre con essa, non serve a nulla eppure senza di esso l'auto non si muoverebbe?”

SOLUZIONE: Il rumore

E ora il nuovo indovinello: **Cenoni**

Quali sono le due cose che non si possono assolutamente avere per cena?

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

5 – LE NOSTRE RICETTE

La nostra scelta di condivisione è sempre rivolta verso ricette semplici semplici che prevedono l'utilizzo di ingredienti il più possibile vicino al loro stato naturale.

Salmone vegano

La redazione della *Pillola per navigare* del Telefono d'Argento si augura che questa ricetta vi piaccia; comunque vada, il nostro salmone continua a navigare nel mare, felice e contento.



Ingredienti:

140g di mandorle

mezza cipolla

1 carota

1 foglio di alga Nori

acqua

sale

Procedimento:

Mettete tutti gli ingredienti, tranne l'acqua, nel frullatore. L'acqua va aggiunta piano piano e lentamente finché tutto diventa una crema. Et voilà, è pronto.

Di seguito vediamo il nostro salmone in una bella fetta di pane di segale.



Inviare la vostra ricetta a questo indirizzo:

pillolapernavigare@telefonodargento.it

6 - RACCONTACI DI TE

IL PRIMO GIORNO DI SCUOLA

Era una luminosa giornata di ottobre quando entrai per la prima volta nel carcere di Rebibbia come insegnante di diritto in un corso scolastico per detenuti.

Il sole, sebbene fosse appena mattina, sembrava irradiare un calore ed una luce che ricordavano, con un po' di immaginazione, ancora l'estate. Ed il carcere mi sembrò, in quella luce e calore, meno sinistro.

Appena fui all'interno dell'edificio ed il pesante portone di ferro si chiuse alle mie spalle, il riverbero della luce del sole nel buio dell'interno mi accecò quasi .

E le figure che si trascinarono lentamente lungo i corridoi, solitarie o a piccoli gruppi, o che sostavano appoggiate ai muri, agli stipiti delle porte, alle finestrelle chiuse da sbarre, mi apparvero come ombre leggere, fantasmi fluttuanti in quell'atmosfera rarefatta e surreale; il cuore mi si strinse e l'impulso fu quello di girar sui tacchi.

Ma, quando raggiunsi le classi, ripreso il controllo fisico e la giusta misura psichica, trovai che l'atmosfera era diversa. Gli occhi degli alunni-detenuti mi fissarono curiosi, penetranti ed ironici, mentre io cercavo istintivamente in quegli sguardi di capire, di immaginare le loro personalità, il loro passato. Un alunno si fece avanti con aria sorpresa o finta tale e mi chiese leggermente provocatorio: "A professorè ma lei nun c'ha paura de stà connoi?!" Io mi limitai a sorridere e sgranare gli occhioni..... "Avrei dovuto?!" pensai.

I volti degli alunni-detenuti erano quelli della gente comune, quelli che si incontrano nelle affollate strade cittadine, in quelle desolate ed anonime della periferia, nei vicoli dei paesi, negli autobus e nelle metropolitane, nelle chiese durante le cerimonie domenicali: volti sereni o rassegnati, volti disperati, segnati dal dolore, volti privi di illusioni o pieni di speranza, volti dell'umanità tutta, chiusa in piccole stanze.

Le lezioni si svolsero in un clima simpatico e collaborativo come capita in quasi tutte le scuole quando gli alunni sono loquaci ed interessati; gli argomenti trattati furono molti e molti gli spunti per animate discussioni. Alcuni temi accesero gli

animi ed allora i toni si fecero alti. Si rise spesso ed il tempo insieme a quella variegata umanità passò in fretta.

Sconosciuti, come profughi approdati da chissà quali lidi, forse senza comprenderci, ci lasciammo però quella mattina d'autunno con la sensazione che ci eravamo accettati e capii che da quella esperienza scolastica avrei imparato qualcosa di più sulla vita e sull'uomo.

G. è un alunno-detenido molto simpatico e ciò che piace in lui è la sua ironia e la capacità di rivolgerla spiritosamente su sé stesso.

Si definisce “bandito doc” e, sebbene non sia chiaro cosa intenda dire esattamente con questo, estrapolando anche da un'altra sua auto-definizione “bandito all'antica”, si può desumere con una certa approssimazione, che voglia dare a questi termini una accezione positiva. Ma tant'è. A parte i dubbi e la logica interpretativa sul significato letterale delle parole, il concetto fondamentale, terra terra, del discorso è questo: G. non rivolge i suoi interessi a inermi privati, seppur ricchi, ma solamente a solide istituzioni.

Il primo motivo è di ordine, potremmo dire, socio-economico. Rivolgendosi a questi organismi G. attua, in pratica, audaci ma salutari ed efficaci (quando riescono) interventi di politica economica e riesce, dove non riesce il potere politico, a ridistribuire più equamente il reddito e con ciò contribuisce ad eliminare il divario tra ricchi e poveri.

Il secondo motivo è più personale ed è di ordine etico morale e, perché no, di ordine professionale: G. vuole evitare i ricettatori.

I ricettatori: brutta gente, gentaglia, losche figure di truffatori, autentici mascalzoni, approfittatori e sfruttatori, veri ladri....

Mi piace l'assioma di G.: i ladri dei ladri sono più ladri dei ladri stessi. G. da vero bandito doc, e da bandito all'antica con questa gente non vuole averci a che fare.....!

C'è aria di interrogazione in classe questa mattina e gli alunni-detenuti sfogliano nervosamente gli ultimi appunti. L'atmosfera è tesa.

P. invece, da vero attore consumato, sfodera con sicurezza un sorriso di superiorità e quasi con sfida: "A professorè" dice "io di diritto so tutto, so tutto... Che t'ho da dì, che devo da dì?"

"Bene P." dico io con tono molto professionale come si conviene ad una professoressa, "dimmi la differenza tra repubblica presidenziale e repubblica parlamentare".

P. sembra riflettere, un po' perplesso. La mano nervosa accarezza il mento; aggrotta la fronte con aria pensierosa e disperatamente cerca tra i più reconditi meandri del suo cervello un appiglio, uno qualunque.

Poi finalmente il suo volto si illumina ed egli esplode come colpito da una folgorazione. "A professorè, so tutto so tutto" dice come a rassicurarmi, "so tutto. La repubblica presidenziale è quella che c'è in America. Er presidente fa quello che gli pare. Perciò la funziona tutto e Subbito! La repubblica parlamentare è quella che c'è in Italia ndove nessuno fa niente senza nessuno e qua perciò non funziona un ca....!!"

Lo interrompo rapida sull'ultima sillaba, con voce e gesto imperioso consapevole che, con quell'eufemismo, P. non intendeva alludere al simpatico ortaggio. "Basta così, P. hai espresso sufficientemente il concetto".

P. con una audace interpretazione ha arditamente sintetizzato in poche ma dense parole teorie su cui discutono da sempre i luminari del diritto e della politica.

In pratica, con linguaggio povero ma incisivo, P., a parte l'uso improprio dell'arrischiato accostamento di natura fisiologica, ha astratto da una secolare filosofia popolare il detto: in un pollaio quando ce stanno tanti galli a cantà nun se fa mai giorno.....!

Gabriella

Invia anche tu la tua storia a questo indirizzo:

pillolapernavigare@telefonodargento.it

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

7 – CURIOSITA'

Perché si crede che il corno porti fortuna?

E' la sua forma che ne ha fatto, già nel corso dell'epoca neolitica, un simbolo di virilità, di fertilità e, dal momento che per gli animali che posseggono corna queste sono un'arma, anche di forza. Significati, questi, ancora più evidenti nella cornucopia, il corno colmo dei doni della terra. Evidente, quindi, come il portare con sé un corno rappresenti un modo per propiziarsi quelle virtù e quei beni. La simbologia del corno è diffusa in tutte le civiltà e culture, da quella ebraica e cristiana a quella sumera, da quella indù e cinese a quella degli sciamani (stregoni) siberiani. Il significato può essere non soltanto materiale, ma anche spirituale: quando Mosé scese dal monte Sinai aveva sulla fronte due corna, in realtà raggi di

luce, che rappresentano la potenza spirituale da lui acquisita per il suo rapporto privilegiato con Dio.

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

8 - BUONUMORE

Orologi

Un giorno un contadino non avendo mai avuto un orologio decide di comprarne uno.

L'orologio doveva essere il piu' bello e il piu' costoso. Va in città ed entra in un negozio di oreficeria.

"Buongiorno, mi può dare un orologio che sa fare tutto...."

"Ecco" disse il negoziante, "questo praticamente fa tutto, dice anche a che ora si sveglierà il suo gallo....."

Tutto soddisfatto il contadino ritorna a casa, guardando e rimirando il suo bel acquisto.

Dopo qualche tempo l'orologio non funziona più...

Non avendo voglia di ritornare in città prende un cacciavite e comincia a smontarlo.

Vite dopo vite, bulloncino dopo bulloncino il contadino si accorge di un moscerino morto all'interno ed esclama:

"Ecco perchè non funziona più e' morto u' machinista".

Scrivi a: pillolapernavigare@telefonodargento.it e invia la tua barzelletta.

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. 06.84407449 – 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:

pillolapernavigare@telefonodargento.it

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

BUONA SETTIMANA dal Telefono d'Argento