
LA PILLOLA PER NAVIGARE

NUMERO 58

17 gennaio 2012

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 riflessione.

“Il viaggio è una specie di porta attraverso la quale si esce dalla realtà quasi per penetrare in un orizzonte inesplorato che sembra un sogno”. Così nell'Ottocento lo scrittore francese Guy de Maupassant definiva l'esperienza universale del viaggio, vista come un ingresso nel mistero, nell'ignoto, nel "diverso". Noi oggi abbiamo, invece, rimandato a un'osservazione ancor più simbolica del grande pensatore cinquecentesco francese, Michel de Montaigne. Essa ben s'adatta al frenetico muoversi dell'uomo contemporaneo che ha a disposizione auto, treni e aerei per i suoi viaggi, i quali alla fine diventano una parabola della sua situazione esistenziale.

Egli, infatti, è insoddisfatto della sua vita normale, spesso noiosa e priva di significato, e si affida al movimento, al mutamento di ambiente, alla varietà, alla novità. In realtà il suo non è un itinerario verso una meta, non è un pellegrinaggio verso un luogo santo, è solo un cambiare, un fuggire da dove si è collocati. Non si ha un approdo sicuro; e questa è la vicenda di una ricerca che non trova risposta: "so bene quel che fuggo, ma non quel che cerco", come diceva Montaigne. Anche perchè viaggiando non si è disponibili a imparare, a interrogarsi, a mettersi in causa. Il nostro Guido Piovene, scrittore morto nel 1974, ricordava infatti che "viaggiare dovrebbe essere sempre un atto di umiltà".

card. Gianfranco Ravasi

"Il Mattutino" - da L'Avvenire

IN QUESTO NUMERO DELLA PILLOLA PER NAVIGARE:

1. Eventi
2. Salvaspesa – Due - GAS
3. La “Pillola per navigare” – Libri a portata di mano in libreria
4. Indovina! – Pioggia
5. Le nostre ricette – Semplicemente Buono
6. Raccontaci di te – Una gitacon..... imprevisti
7. Curiosità – Perché quando ci si innamora si perde la testa?
8. Buonumore – Miracoli

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

In caso di bisogno chiamare il numero telefonico:

333.1772038

Inoltre, per chiedere chiarimenti, mandare 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

Mercoledì 18 gennaio 2012 ore 17.30 – piano terra dell’oratorio della parrocchia di S. Croce a via Flaminia Via Guido Reni 2b.

Pane, amore e.... (molta) fantasia.

Corso di cucina naturale crudista – Ricette ispirate dalla Bibbia.

Per partecipare iscriversi telefonando al numero 333.1772038 - 063222976

Lunedì 30 gennaio 2012 ore **17.30** – piano terra dell’oratorio della parrocchia di S. Croce a via Flaminia Via Guido Reni 2/b

Assemblea volontari della sede di Santa Croce

Venerdì alle ore 17, nell'oratorio della parrocchia di S. Croce a via Flaminia Via Guido Reni 2b, 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

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 – SALVASPESA

«Come salvaguardare il bilancio familiare in tempo di crisi»

La crisi che stiamo vivendo morde i bilanci delle famiglie. Non resta che cercare di quadrare i conti a fine mese, magari rivisitando le proprie spese e ingegnandosi per risparmiare. Uno stile di vita diverso può arrivare a notevoli abbassamenti dei costi. Il mondo della Rete sta diventando un enorme supermercato digitale dove è possibile acquistare beni e servizi con sconti notevoli. La nuova frontiera della spesa è dunque digitale.

Ma non mancano i cari vecchi suggerimenti di sempre per chi esercita il mestiere della spesa.

DUE

Si chiamano G.a.s., Gruppi di acquisto solidale. Sono presenti in tutt'Italia.

Permettono di acquistare soprattutto generi alimentari, ma anche prodotti di altro tipo (per la casa, l'igiene personale, beni di uso comune). Hanno grande attenzione alla qualità e alla sostenibilità di ciò che acquistano e ricercano un rapporto diretto, stabile, privilegiato e di vicinanza (a "chilometri zero" o quasi) con i produttori, disintermediando le lunghe e di conseguenza costose catene di distribuzione. E offrono importanti possibilità di risparmiare rispetto agli acquisti che si fanno al supermercato o al negozio sotto casa, un elemento da non trascurare soprattutto in tempi di crisi.

Cos'è e come funziona un gruppo di acquisto solidale

I Gas sono gruppi di persone, dette "gasisti", che decidono spontaneamente, senza che sia necessario un atto formale di costituzione, di compiere acquisti di gruppo, anziché singolarmente, rivolgendosi direttamente ai produttori dei beni che intendono acquistare. In gruppo, quindi, vengono effettuati sia la selezione dei produttori, sia gli ordini di acquisto.

La prima definizione ufficiale dei Gas è stata data in Italia dalla Legge Finanziaria per il 2008, che li indicava (art. 5, comma 47) come "soggetti associativi senza scopo di lucro costituiti al fine di svolgere attività di acquisto collettivo di beni e distribuzione dei medesimi, senza applicazione di alcun ricarico, esclusivamente agli aderenti, con finalità etiche, di solidarietà sociale e di sostenibilità ambientale,

in diretta attuazione degli scopi istituzionali e con esclusione di attività di somministrazione e di vendita”.

Si chiamano solidali perché il loro funzionamento si fonda sulla solidarietà. C'è solidarietà con i produttori, innanzitutto, con i quali vengono stabiliti rapporti commerciali, e di fiducia, generalmente di lungo periodo e che vengono scelti anche in base alle caratteristiche socialmente responsabili del loro modo di produrre (prodotti che rispettano l'ambiente, biologici, ottenuti con metodi di produzione naturali, pagando ai lavoratori salari equi e dignitosi).

C'è anche solidarietà fra i membri del Gas, che per far funzionare il meccanismo sono chiamati a metterci qualcosa in più, in termini di impegno personale, rispetto a quanto richiesto dal fare la spesa al supermercato: è necessario ad esempio pianificare gli acquisti, richiedendo a ogni socio le quantità e la tempistica con cui intende avere a disposizione la merce, poi mantenere il rapporto coi produttori, organizzare trasporto e consegne, individuare i locali o gli spazi dove far arrivare la merce da distribuire ai soci.

Proprio in virtù di questa solidarietà, è frequente che i Gas organizzino per i loro membri momenti di ritrovo come cene, feste, gite, visite ai produttori per testarne i prodotti. La filosofia solidale dei gasisti è emersa in modo evidente nel caso di un celebre salvataggio aziendale, di un caseificio bresciano, realizzato da una novantina di Gas: un esperimento di finanza cosiddetta “dal basso” che costituisce ormai un caso di studio. I Gas rappresentano, insomma, un altro modo possibile di fare la spesa.

Breve storia e definizione “ufficiale” dei gruppi di acquisto solidale

I Gas sono un fenomeno abbastanza recente ma già ben distribuito su tutto il territorio nazionale. Il primo Gas italiano è stato costituito a Fidenza (Parma) nel 1994. Tre anni più tardi, nel 1997, è stata invece fondata la Rete nazionale dei Gas, il cui sito ufficiale ne censisce oltre 600.

Alcuni Gas si riuniscono in reti, generalmente su base territoriale (ne sono un esempio le reti Al Naturale e Intergas di Milano e dintorni, o la Rete Gas Lazio), per aumentare la loro capacità d’acquisto nei confronti dei produttori, ma anche per effettuare insieme attività d’interesse comune (ordini, trasporto dai produttori ai soci consumatori, stoccaggio dei prodotti).

Diversi enti locali hanno provveduto nel tempo a sostenere i Gas in vari modi, anche perché essi sono legati al tema della cosiddetta “filiera corta” a favore dei produttori locali. Uno dei casi più recenti in questo senso è quello della Regione Piemonte.

Cosa si acquista e quanto si risparmia coi gruppi di acquisto solidale

I Gas acquistano soprattutto alimentari: verdura e frutta fresca e lavorata, latte e formaggi, pasta e farine, carni, vini. Ma spesso anche prodotti per la casa (detersivi) o prodotti per l’igiene personale (creme, cosmetici, pannolini, carta igienica). Alcuni Gas si sono riuniti nell’Associazione GasEnergia con l’obiettivo

di promuovere risparmio ed efficienza energetica (ad esempio acquistando energia prodotta da fonti rinnovabili o promuovendo l'auto-produzione dei singoli soci).

Il risparmio è senz'altro una dimensione importante nell'attività dei Gas, anche se non è detto che prevalga rispetto alla ricerca di prodotti di qualità e naturali. Difficile dire quanto si risparmi mediamente rispetto ai prezzi praticati dalla grande distribuzione o dal piccolo dettaglio, poiché molte sono le variabili in gioco, ma le grandi quantità, la disintermediazione delle filiere di distribuzione tradizionali e il rapporto stabile e duraturo coi produttori può portare a volte a risparmi anche molto consistenti, che possono arrivare fino al 50%.

Nel caso del Gas di Mantova a cui la trasmissione Rai Report ha dedicato pochi mesi fa un servizio, ad esempio, le scarpe vengono vendute a circa un quarto del prezzo al dettaglio. Sul sito della Rete nazionale dei Gas, inoltre, sono disponibili alcune tabelle di confronto riferite ai rincari subiti da determinati prodotti acquistati dai Gas, confrontati a quelli subiti dai prodotti acquistabili nei canali tradizionali, e ai consumi di una famiglia di gasisti.

3 - LA PILLOLA PER NAVIGARE

Libri a portata di mano in libreria



Vorreste leggere dei libri che avete sempre cercato? Non riuscite a trovarli da nessuna parte? Allora vi consigliamo di provare Immensola! Un servizio online completamente gratuito che vi permetterà di trovare online tantissimi libri per scaricarli e leggerli!

<http://www.immensola.it/>

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 **FELICE**, chiedeva:

“Felice sta pulendo all'esterno le finestre di un grattacielo, su una scala alta 30m. Non ha alcun sistema di sicurezza. Improvvisamente perde l'equilibrio e cade sul

marciapiede di cemento. Nulla attutisce la caduta, eppure Felice non si fa alcun male. Come mai?”

SOLUZIONE: Felice stava a 20cm dal suolo, sul primo gradino della scala; puliva le finestre del pianterreno.

Ecco ora il nuovo indovinello: **PIOGGIA**.

Qual è l'animale che restò fuori dall'arca di Noè?

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

5 – LE NOSTRE RICETTE

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

Semplicemente buono!

E sì, perchè siamo stufi di sentire chef che sminuiscono le loro fantastiche ricette solo perchè non sono elaborate o non richiedono lunghe preparazioni! Qualsiasi piatto, se cucinato con amore, merita di essere considerato un grande piatto.

Questo “semplice” riso integrale con il cavolfiore ne è la dimostrazione. Pochi ingredienti, tempo di esecuzione relativamente breve e difficoltà che anche un bambino di tre anni lo potrebbe fare. Per questo merita meno rispetto o meno interesse? Non crediamo proprio!!! Quindi nostri carissimi amici virtuali ricordate

che ogni volta che mettete amore in ciò che fate, il risultato non potrà che essere grandioso!



Ingredienti:

- 1 piccolo cavolfiore lessato
- 2 bicchieri di riso semintegrale rosso thai
- olio evo buono
- tamari

Procedimento:

Lessare il riso per circa 30 minuti, scolarlo e aggiungere il cavolfiore a tocchetti. Condire con dell'ottimo olio extra vergine di oliva spremuto rigorosamente a freddo e con la salsa tamari. Più semplice di così?

Inviare la vostra ricetta a questo indirizzo:

pillolapernavigare@telefonodargento.it

6 - RACCONTACI DI TE

Una gita con... gli imprevisti.

Con la mia famiglia vivevamo a Livorno; era uno degli ultimi giorni di scuola, mancavano solo un paio di settimane all'esame di maturità, i miei voti per l'ammissione erano buoni e mi sarebbe spiaciuto finire con qualche interrogazione negativa che avrebbe potuto rovinarmi la media.

Solitamente mi recavo a scuola con la mia moto, una Ducati 175 comprata usata alla fine dell'estate precedente con i soldi che mi ero guadagnato lavorando durante le vacanze scolastiche nella segreteria della fabbrica di legnami di mio nonno.

Quel mattino però sentivo che era diverso dagli altri: stavo per fare qualcosa fuori della norma, dal solito tran-tran quotidiano: - disertare un giorno scolastico-.

Il tempo si annunciava bello e il sole era già alto, dalla terrazza sul mare di viale Italia arrivava una fresca brezza marina di primo mattino.

La mia decisione fu rapidissima, avevo deciso di andare a Pisa.

All'altezza di due isolati prima della mia scuola, il manubrio della mia moto girò quasi d'istinto per una via laterale e il mio mezzo si diresse verso l'Aurelia, nella

direzione stabilita. Il timore di incontrare qualcuno che mi riconoscesse era remoto, anche se il luogo dove mio padre prestava servizio come ufficiale della Marina Militare presso l'Accademia Navale era nella direzione opposta e ciò mi dava una certa tranquillità.

Uscire dalla città di Livorno era una cosa rapida e semplice: in un attimo mi ritrovai in periferia. Avevo la scelta di due strade per la mia meta: la litoranea, che attraversava per intero Calambrone e Tirrenia spesso battuta dal vento, o l'Aurelia più nell'entroterra che a tratti costeggia la ferrovia, carreggiata più larga e più veloce ma con maggior traffico nelle ore di punta.

Scelsi quest'ultima, lontana dal mare e meno battuta dal vento.

L'aria era frizzante, erano le prime ore della mattinata fuori dal percorso cittadino, riparato da una giacca a vento leggera e da un casco con occhiali da motociclista, resistevo bene; sapevo che nel giro di qualche ora la temperatura sarebbe salita.

Il rumore del motore che mi portava lontano dalla città e da tutte le mie preoccupazioni scolastiche, mi dava un senso di sicurezza e tranquillità, con questa fuga temporanea stavo scoprendo la gioia dell'evasione dai consueti ritmi quotidiani.

Un filare interminabile di pini marittimi si snodava ai lati della strada ed il loro profumo primaverile riempiva le mie narici. Poco lontano nelle campagne scorgevo con la coda dell'occhio un trattore con l'aratro al traino e delle grosse balle di fieno rotonde lasciate qua e là sui campi, pronte per il foraggio.

Sul sellino della mia moto avevo messo un plaid verde ripiegato per rendere più confortevole il mio viaggio.

I venti chilometri circa di rettilineo che separano le due città, quando c'è poco traffico, sembravano più lunghi e monotoni di una qualunque altra strada provinciale che si snoda all'interno delle campagne del Livornese, tuttavia nel giro

di una mezz'ora mi ritrovai a Pisa nella piazza dei Miracoli, dove in mezzo ad un'ampia distesa di verde troneggiavano: il Duomo, il Battistero e la Torre più famosa del mondo.

Il panorama che avevo davanti, pur avendo visitato la città altre volte, lo trovavo stupefacente come sempre. Rimasi in contemplazione di questo spettacolo di stili architettonici adagiati su questo tappeto erboso, quasi incontaminato, per un buon lasso di tempo prima di proseguire la mia passeggiata per il centro-città.

Passai dall'Azienda Autonoma di Soggiorno per prendere qualche opuscolo informativo sui monumenti riproponendomi di stare alla larga dalla zona universitaria poiché frequentata spesso da professori della mia scuola ed evitare così "incontri imbarazzanti".

Malgrado questa precauzione, da lontano vidi camminare con passo deciso verso l'Ateneo, la mia professoressa di filosofia che fortunatamente non mi riconobbe grazie al casco ed agli occhiali scuri da moto.

Con la lettura degli opuscoli e le visite ai vari monumenti, la mattinata trascorse abbastanza in fretta: era il momento del ritorno.

Stavo uscendo dal centro città, quando mi accorsi improvvisamente che il cielo era diventato improvvisamente nuvoloso.

Quelle rade nubi che al mattino avevo scorto lontano dal mare e a cui non avevo dato alcun peso, ora sembravano minacciare inaspettatamente il mio rientro.

Non c'era tempo da perdere, dovevo rapidamente riprendere la strada del ritorno.

Speravo, nella peggiore delle ipotesi, che il filare degli alberi lungo la strada avrebbe attenuato un'eventuale pioggia. Ma non fu così.

Avevo percorso pochi chilometri, quando i primi goccioloni si fecero sentire e per maggior disdetta avevo persino il vento contro vanificando così qualsiasi riparo degli alberi da un'eventuale pioggia laterale. Il plaid sul mio sedile si stava

rapidamente bagnando e stava diventando una spugna intrisa d'acqua con conseguenze facilmente immaginabili, il mio casco non aveva visiera, ma per fortuna i miei occhiali da motociclista avevano una buona tenuta contro l'acqua e mi permettevano di vedere discretamente la strada.

Gli inconvenienti però non erano affatto terminati, improvvisamente il motore smise di girare allegramente come aveva fatto fino a quel momento, rimanendo al minimo dei giri, mentre la manopola dell'acceleratore girava a vuoto.

Si era rotto il filo dell'acceleratore !

Mi accostai al lato della carreggiata cercando di ripararmi sotto un albero per controllare la situazione. Non c'era niente da fare, il cavetto era irrimediabilmente rotto, avevo bisogno di un meccanico e mi trovavo in aperta campagna con l'impellente necessità di trovarmi a casa per l'ora di pranzo. Non gliel'avrei mai fatta!

Fui preso dallo sconforto, cosa avrei raccontato ai miei genitori, come avrei fatto ad avvisarli e con che coraggio gli avrei detto dove mi trovavo?

Mentre questi oscuri pensieri attraversavano la mia mente, ebbi un lampo di genio: la mia moto aveva il carburatore "a tromba" senza il filtro dell'aria e dall'esterno si poteva azionare la valvola di alimentazione anche con un dito. Mi ricordai che l'avevo visto fare da un meccanico. Feci immediatamente la prova e mi accorsi che il motore riprendeva giri.

Era fatta!

Risalii in sella, sentii un ciac sotto il mio fondo schiena, il plaid che ricopriva il sellino oramai era zuppo fradicio, ma ben contento di questa mia soluzione ottimale, ripresi il cammino.

Ora guidavo con una mano sola, la destra; la sinistra era impegnata a sollevare ed abbassare la valvola del carburatore per regolare la potenza del motore. Quando

dovevo frenare o cambiare marcia toglievo il dito con rapidità dalla valvola e riposizionavo la mano sul manubrio per azionare i comandi. L'operazione era un tantino rischiosa, ma efficace. Avevo finalmente ripreso il cammino, la pioggia era incessante, il dito medio (poiché più lungo ed adatto allo scopo) con il passare del tempo cominciava ad essere indolenzito. I minuti che passavano mi sembravano interminabili ed oltretutto la posizione china e leggermente piegata sulla sinistra, dove era posizionato il carburatore, cominciava a procurarmi delle fitte alla schiena. Finalmente cominciai a vedere le prime case della periferia di Livorno, non mi sembrava vero, ma l'ultimo pezzo di strada prima di arrivare a casa si dimostrò alquanto problematico. I continui arresti ai semafori e le conseguenti ripartenze ora si manifestavano alquanto laboriose; dovevo ogni volta cambiare rapidamente posizione per passare dalla frizione al carburatore. Il mio dito non aveva più sensibilità e la partenza ad ogni incrocio, causava alla moto un balzo in avanti con il rischio di tamponare il veicolo che mi precedeva. I conducenti delle auto intorno, mi guardavano con un misto tra curiosità e stupore.

Quella era stata la parte più massacrante del viaggio.

Arrivai finalmente a casa zuppo fradicio e con il dito medio della mano sinistra gonfio, quasi blu e completamente insensibile, mi ci vollero 48 ore prima che ritornasse a posto.

Mia madre mi aprì la porta e guardandomi mi disse: - Come hai fatto a infradiciarti così dalla scuola a casa? Non mi era parso che piovesse tanto! -.
- Sono entrato in una pozzanghera – Le dissi.

Marcello G.

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 quando ci si innamora si perde la testa?

La freccia di Cupido è una molecola: la feniletilamina, o Pea, che causa il rilascio di dopamina, un neurotrasmettitore legato al piacere e al desiderio sessuale. In elevate concentrazioni i suoi effetti sono simili a quelli delle anfetamine (euforia, insonnia, inappetenza). Anche il comportamento ossessivo dell'innamorato - rasentante la psicosi - dipende dalla dopamina, benché il fisiologico "elisir d'amore" comprenda pure serotonina e noradrenalina.

La dopamina, negli innamorati come in chi fa uso di droghe, dà però dipendenza. Per questo l'improvvisa assenza dello stimolo che fa produrre più feniletilamina e quindi dopamina (l'amata/o), provoca una vera crisi di astinenza. D'altro canto gli effetti indotti da questo cocktail di molecole durano, secondo gli studiosi, dai 18 mesi ai 3-4 anni, dopo i quali i sintomi scompaiono progressivamente, per assuefazione.

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

8 - BUONUMORE

Miracoli!

La maestra cerca di spiegare alla classe che cos'è un miracolo.

- "Vi faccio un esempio. Un turista a New York va a visitare Empire State Building. Sapete, è uno dei più alti grattacieli del mondo, oltre 300 metri in altezza. E mentre il turista ammira il panorama di New York, scivola e cade giù. Immaginatevi, 300 metri di altezza. E non gli succede niente. Nessuna ferita, nemmeno un graffio. Che cos'è? Dai Pierino, rispondi tu."

- "E' la fortuna."

- "Aspetta un attimo Pierino. Lo stesso turista sale ancora sull'ultimo piano, scivola e cade giù di nuovo senza farsi nemmeno un graffio. Pensaci bene Pierino, 300 metri di altezza."

- "E' una fortuna pazzesca."

- "Ah, Pierino, Pierino. Ascoltami bene. Lo stesso turista, ripeto, lo stesso, sale ancora sull'ultimo piano, scivola e cade giù, terza volta Pierino, senza farsi nemmeno un graffio. Pensaci bene Pierino, 300 metri di altezza, è caduto tre volte e nemmeno un graffio. Questo è un ..."

- "E' un'abitudine, signora maestra!"

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