
LA PILLOLA PER NAVIGARE

NUMERO 60

31 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 peggior peccato verso i nostri simili non è odiarli, ma essere indifferenti”

In capo a un articolo dedicato all'handicap e la sua presenza nella cultura contemporanea, come spina nel fianco della nostra quiete fatta di immagini pubblicitarie perfette, trovo questa citazione dello scrittore inglese George Bernard Shaw (1856-1950). Il pensiero è semplice, fin lapidario e un po' paradossale. Certo, anche l'odio è un peccato grave, ma forse ha ragione questo autore spesso ironico nel ritenere ancor più inquietante e malvagia l'indifferenza. Eppure è proprio questo lo stile di vita e di comportamento a cui ci stiamo assuefacendo. Sappiamo certamente di più sulla miseria del mondo, abbiamo più occasioni di confrontarci con gli altri, differenti da noi, ma il risultato non è quello né della premura né del rigetto, bensì quello dell'insensibilità.

Si è sempre più distaccati, impassibili, apatici di fronte al mondo che bussa alle porte della nostra casa ben protetta e isolata. Un sostantivo un po' volgare ma comune definisce in modo netto questo atteggiamento: il "menefreghismo" è il vessillo del nostro tempo, purtroppo a partire dai giovani, che pure dovrebbero essere i più frementi e fervidi. Un altro grande scrittore, il russo Cechov, non esitava a dire che «l'indifferenza è la paralisi dell'anima, è una morte prematura». È, allora, necessaria una sorta di elettrochoc della coscienza, che dobbiamo più spesso scuotere e interpellare, svegliandola da un letargo che è fatto di noncuranza e grigiore, così che risuoni ancora in noi l'imperativo morale dell'amore e dell'umanità.

card. Gianfranco Ravasi

"Il Mattutino" - da L'Avvenire

IN QUESTO NUMERO DELLA PILLOLA PER NAVIGARE:

1. Eventi
2. Salvaspesa – Quattro
3. La “Pillola per navigare” – Windows 7 calcola il consumo della tua auto
4. Indovina! – Dorme poco
5. Le nostre ricette – Spaghetti crudi
6. Raccontaci di te – Lo strozzo
7. Curiosità – Perché nell'antico Egitto venivano eretti gli obelischi?
8. Buonumore – Biancaneve

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

Sabato 4 febbraio dalle ore 10 alle ore 17.

Una giornata insieme ai volontari del Telefono d'Argento (sono graditi mariti, mogli, fidanzati..almeno a pranzo) per parlare dell'associazione, delle prospettive, per conoscerci e per un momento di meditazione sul nostro essere cristiani nel servizio di volontariato.

L'appuntamento è davanti a piazzale Aldo Moro, ingresso della Sapienza alle 10

Per chi vuol venire insieme in auto ci chiami allo 06 84407449.

Per informazioni tel. 06.84407449

Sabato 18 febbraio ore 16 nella sala del Centro Culturale di S. Roberto Bellarmino Via Panama 13. **"Giovani e anziani insieme in rete"**

Per informazioni tel. 06.84407449

Mercoledì alle 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.

Con la collaborazione della dott.ssa Bruna Bouchè per gli aspetti nutrizionali e della chef Daria Nuccetelli per la realizzazione delle ricette.

Per partecipare iscriversi telefonando al numero 333.1772038 - 063222976

Giovedì alle ore 16.30 nella parrocchia di S. Croce a via Flaminia – Via Guido Reni 2b – lo scrittore **Giorgio MONTEFOSCHI** continua il ciclo di incontri letterari

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

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.

QUATTRO

Segui i consigli di seguito riportati per un corretto e intelligente uso dell'energia elettrica

1. Televisore, videoregistratore, lettore dvd e computer

ricordati di spegnere gli apparecchi con il pulsante e non solo con il telecomando, gli apparecchi in stand-by continuano a consumare energia. Cerca di tenere acceso un solo apparecchio per tutta la famiglia.

2. Lampade ad alta efficienza energetica

Scegli lampade a basso consumo, soprattutto per gli ambienti in cui la luce rimane accesa più a lungo, permettono di ridurre il consumo di energia dell'80% rispetto alle lampade tradizionali ad incandescenza. Ricordati di spegnere la luce quando non serve.

3. Forno elettrico

Non aprire frequentemente il forno durante la cottura, preriscalda il forno solo quando necessario e spegnilo poco prima della fine della cottura per sfruttare il calore residuo

4. Frigorifero

Evita frequenti e inutili aperture dello sportello; posiziona l'apparecchio nel punto più fresco della cucina, lontano da fornelli, termosifoni e lascia almeno 10 cm di distanza dal muro per la ventilazione.

5. Lavastoviglie

Fai funzionare l'apparecchio a pieno carico, usa il meno possibile il ciclo intensivo, piuttosto rimuovi dalle stoviglie i residui più grossi che potrebbero intasare il filtro e diminuire l'efficienza del lavaggio.

6. Asciugacapelli

Utilizza l'apparecchio a temperature medie, le alte temperature fanno aumentare i consumi e non fanno bene ai capelli.

7. Lavatrice

Utilizza l'apparecchio sempre a pieno carico e a temperature non troppo alte (30-60°C). Se si dispone di un modello con asciugatura automatica, cercare di usarlo solo quando non è possibile stendere il bucato.

8. Scaldabagno

non tenere acceso lo scaldabagno quando non ne hai bisogno, puoi installare un timer per metterlo in funzione tre ore prima dell'utilizzo.

3 - LA PILLOLA PER NAVIGARE

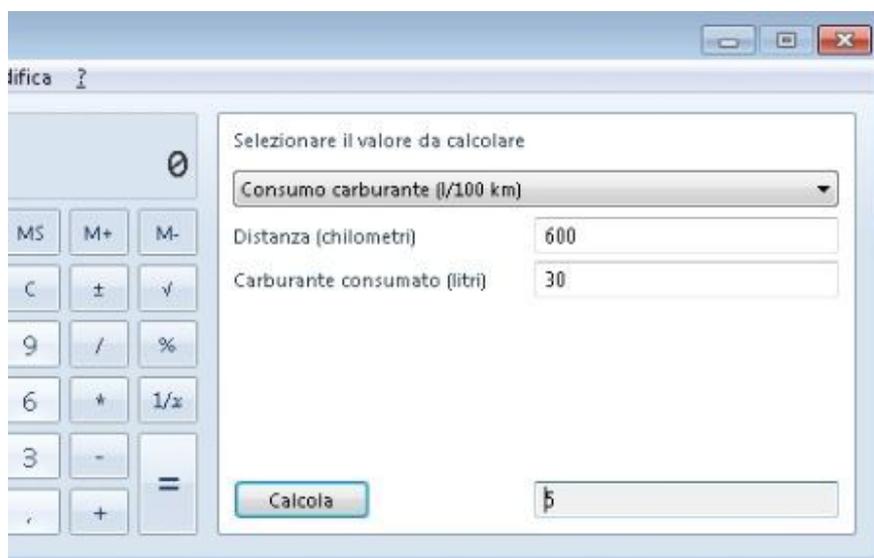
Windows 7 calcola il consumo della tua auto

Utilizzando la calcolatrice di **Windows 7**, puoi calcolare il consumo di carburante della tua auto.

Per farlo, avvia la calcolatrice andando in "*Start/Tutti i programmi/ Accessori/ Calcolatrice*". Ora, clicca su "*Visualizza*", poi scegli "*Fogli di lavoro*" e seleziona "*Consumo di carburante (l/100 Km)*".

Nella nuova pagina, in "*Distanza (chilometri)*" inserisci il numero di Km percorsi. In "*Carburante consumato (litri)*", invece, inserisci i litri di carburante che hai utilizzato per percorrere quel tragitto.

Infine, premi "*Calcola*" e vedrai apparire il consumo effettivo della tua auto.



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 **Tiranno**, chiedeva:
“Meglio non discuterci, tanto ha sempre l'ultima parola! Chi è?”
Tantissimi lettori hanno inviato la risposta corretta che è: **L'Eco**.

Ecco ora il nuovo indovinello dal titolo “**Dorme poco**”

E' sempre pallida, perché fa le nottate. Chi è?

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. Presentiamo di seguito la ricetta che è stata realizzata al corso di cucina crudista e che ha riscosso tanto successo (mercoledì prossimo prepareremo TIRAMISU' senza buttare giù nessuno).

Spaghetti Crudi



Si chiama Spiralix e permette di tagliare in modo insolito le verdure crude e proporle a fili, spirali o spaghetti di diversa dimensione. La consistenza ma anche la forma di un alimento è importantissima per stimolare il gusto, come per ogni cosa siamo condizionati dall'aspetto e vedere un piatto di spaghetti sapendo che in realtà sono solo zucchine incuriosisce chiunque. Le zucchine così tagliate, leggermente marinate con aromi e con pomodori, sono un vero piacere da vedere e gustare!



Spaghetti 3 persone:

- 3 o 4 zucchine medie
- sale aromatico per verdure (sale marino + aromi a piacere)
- olio extra per condire
- succo di limone qb

Sugo:

- 3 pomodori
- 1/2 cipolla rossa
- 2 cucchiaini di olio extra
- 1/2 limone spremuto
- 8 anacardi o noci (meglio se ammollati)
- 1/2 cucchiaino di sale
- 5 capperi dissalati o olive nere in salamoia
- 5 foglioline di basilico

Pelare le zucchine (per avere gli spaghetti bianchi, ma va benissimo anche con la parte verde) tagliarle a metà e “spiralizzarle” con lo Spiralix. Ricoprirle con poco sale e il succo di limone e farle macerare per 15 min. A parte preparare il sugo frullando i pomodori maturi con il resto degli ingredienti e omogeneizzare bene. Servire con qualche foglia di basilico e un filo d’olio.

Inviare la vostra ricetta a questo indirizzo:

pillolapernavigare@telefonodargento.it

6 - RACCONTACI DI TE

Lo strozzo

Era l'inizio degli anni novanta, in quell'epoca ero l'addetto al settore fidi personali dell'agenzia dell'Istituto, dove lavoravo. Il mio compito era ascoltare le richieste dei clienti che avevano bisogno di un prestito, esaminare attentamente la domanda, parlarne con il direttore di agenzia e quindi procedere all'istruttoria della pratica per la delibera.

I primi contatti con il richiedente erano fondamentali, già dalle prime domande: motivi della richiesta, redditualità, stato di famiglia ed altro, dovevo capire se chi mi stava davanti era sincero ed aveva realmente la capacità esdebitativa per far fronte al regolare pagamento delle rate. Confesso che i primi tempi di questo mio incarico non erano stati facili, ma con gli anni successivi iniziai ad avere una certa dimestichezza nella conoscenza del cliente e verificarne quindi la possibile affidabilità.

Un giorno si presentò alla mia scrivania una giovane signora, già cliente del nostro Istituto come correntista, , dopo i primi convenevoli che spesso si usano tra impiegato e cliente, mi formulò la sua richiesta:

- Avrei bisogno di un prestito di £ 5.000.000 – mi disse.
- Bene! – risposi – per cosa le servono?
- Dovrei comprare un'auto... usata, da una persona
- Bene! per prima cosa mi dovrebbe portare una copia della sua busta paga, poi una copia del libretto di circolazione dell'auto che sta comprando (lo chiedevamo sempre in assenza di preventivo d'acquisto di qualche concessionario)

A queste mie prime richieste la giovane donna cominciò ad essere un po' esitante e perplessa e dopo qualche istante di silenzio rispose:

- Ma... io guadagno abbastanza bene posso pagarle le rate del prestito, vede io faccio le pulizie e sono pagata a ore, può controllare dal conto corrente i miei versamenti.

Senza esitazione mi accinsi a fare un controllo immediato dei movimenti del suo conto corrente ed in effetti verificai che nel suo conto i versamenti erano sufficienti per un fido dell'importo richiesto. Purtroppo, però, sapevo che senza una documentazione valida comprovante l'autenticità dei suoi guadagni, non avrei potuto procedere con la pratica e glielo feci presente.

Nel volto della giovane donna, allora, apparve un velo di tristezza sempre più profondo, i lineamenti del suo volto si incupirono ed iniziò silenziosamente a piangere.

- Signora – le dissi – forse quella persona che le vende la macchina può accettare che gliela paghi a rate e così può risolvere il suo problema senza il nostro aiuto, ha provato a chiederglielo?

- No, guardi non è così – rispose – il motivo della richiesta è un altro, ma non avevo il coraggio di dirglielo, quei soldi sono per mio fratello che per iniziare la sua attività da parrucchiere ha dovuto chiedere denaro in prestito a una persona, sa..., le banche non gli concedevano nessun fido senza garanzie. Ora quella persona gli chiede L.500.000 al mese fino a quando non restituirà in un'unica soluzione l'importo di L. 5.000.000 che gli ha prestato, ma in questo modo lui non ce la farà mai!. Veda un po' se mi può aiutare!

Rimasi ammutolito per qualche istante, poi facendomi coraggio le risposi:

- Signora! Non voglio darle grandi speranze, ma vedrò di fare tutto quello che posso

Ci congedammo con la promessa che nel giro di qualche giorno le avrei dato una risposta, ma senza essere troppo ottimista per l'esito positivo della pratica.

Il giorno stesso ne parlai con il direttore di agenzia il quale alla mia proposta fece quasi un salto sulla sedia:

- ma tu sei matto! – mi disse – dare via dei soldi così senza neanche un pezzo di carta in mano

- veramente – replicai – mi ha promesso che mi porterà una dichiarazione dei suoi datori di lavoro presso cui fa le pulizie, che tra l'altro sono anche nostri clienti ed inoltre possiamo chiedere alla signora di portarci copia del cambialone di 1. 5.000.000 restituito dal suo strozzino una volta erogate il prestito –

Quest'ultima frase ammorbidì un poco l'eccessiva enfasi del mio direttore che quasi perentorio disse:

- ne parlerò con il direttore di Filiale

Il giorno seguente il direttore mi chiamò nel suo ufficio, era al telefono, si staccò la cornetta dall'orecchio e passandomela mi disse:

– Tieni, spiegalo tu al direttore di Filiale il tuo prestito!

Con una vampata di calore al viso presi il telefono e dall'altra parte una voce calda e bonaria con una punta di ironia mi disse: – Pronto G. vedo che vuoi fare un po' di beneficenza con i soldi dell'Istituto! Ma sei proprio sicuro di questa persona? La conosci bene? - - No signor Direttore – risposi – non la conosco affatto e forse è meglio così, a volte le persone che non si conoscono sono le più affidabili – e poi considerando la partita quasi persa aggiunsi: – e poi, pensi a tutto il denaro erogato dalla nostra Fondazione, chissà se anche quelli finiscono nelle tasche giuste - - Beh! – rispose, dopo un attimo di silenzio: – ti vedo convinto e deciso, allora dateglieli pure, ma se ci sarà del contenzioso voglio vedervi tutti e due tu ed il tuo direttore qui nel mio ufficio, così ve la do io una

bella pettinata altro che il vostro barbiere! - detto questo con un'ulteriore bonaria risatina riattaccò.

Informai il mio direttore dell'assenso del dirigente di Filiale senza comunicargli le sue ultime parole.

Avevo come la sensazione di aver innescato una bomba sotto la mia scrivania ed una anche sotto quella dell'ignaro direttore di agenzia.

La giovane signora venne subito avvisata dell'esito positivo della pratica e grande fu la sua gioia, mi portò subito tutta la documentazione richiesta e all'erogazione del prestito si presentò il giorno dopo con il cambialone di l. 5.000.000 di cui mi affrettai a fare una fotocopia per archivarla nella pratica.

Aveva detto la verità!

Il prestito fu regolarmente pagato nel giro di un anno e la giovane signora fu fuori da ogni debito con grande soddisfazione di noi tutti, avevamo aggirato "LO STROZZO". Il direttore di Filiale fu il primo ad essere messo al corrente e venne a congratularsi personalmente, sapeva che avevamo fatto una buona azione pur scavalcando qualche normativa nell'iter procedurale.

Marcello G.

N.B. Oggi purtroppo un'operazione del genere non potrebbe più essere fatta, tutto il sistema prestiti e fidi è gestito elettronicamente da un'unità Centrale con parametri automatici di valutazione che non lasciano più spazio di autonomia decisionale alle agenzie degli Istituti di Credito.

Invia anche tu la tua storia a questo indirizzo:

[**pillolapernavigare@telefonodargento.it**](mailto:pillolapernavigare@telefonodargento.it)

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

7 – CURIOSITA'

Perché nell'antico Egitto venivano eretti gli obelischi?

Gli obelischi erano consacrati al dio del sole Ra o alle divinità solari a esso collegate, tanto che simboleggiavano raggi di sole pietrificati: la loro punta, per fendere il cielo e le nubi, a volte era dorata o ramata, proprio per rifletter meglio i raggi del solari. Erano eretti in occasione del giubileo del faraone, come simbolo del rinnovamento del potere regale al raggiungimento del 30° anno di regno: una sorta di simbolo del legame tra divinità solare e potere terreno del faraone stesso (il cui titolo onorifico era, non a casi “Figlio di Ra”), elemento di raccordo tra terra e cielo. Tuttavia potevano essere innalzati anche come generica richiesta di protezione alla divinità all'ingresso dei templi, o come celebrazione per una vittoria importante. Dodici dei 29 obelischi egizi si trovano in Italia.

Guarda dove sono: [Obelischi in Italia](#)

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

8 - BUONUMORE

Biancaneve

Durante una passeggiata nel bosco Biancaneve incontra sul suo percorso un rospo che gli chiede aiuto. "Biancaneve aiutami una strega cattiva mi ha fatto diventare un rospo con un incantesimo, ma io sono un re, se mi dai un bacio ritorno come prima". Infatti Biancaneve lo raccoglie gli dà un bacio ed il rospo ritorna veramente un re. Salta sul suo cavallo e se ne va ringraziando la principessa.

Più avanti sul sentiero incontra un altro rospo che anch'egli gli chiede aiuto "Biancaneve sono un principe liberami da questo incantesimo della strega, con un tuo bacio". Infatti Biancaneve lo bacia e il rospo si trasforma in un principe salta sul suo cavallo bianco, ringrazia e se ne va.

Continuando il suo cammino Biancaneve incontra un'altro rospo, quasi infastidita gli chiede "sei un principe anche tu e sei stato ridotto così dalla strega vero?" Ma quale principe, gli dice il rospo, sono solo un operaio metalmeccanico! "E perché sei ridotto così? Gli chiede Biancaneve." Ma ché ne so io, hanno fatto tutto i sindacati! "

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