



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 277

29 marzo 2016

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” – Liberare spazio sulla memoria e sulla scheda SD
3. Giovedì al cinema – Il Vangelo secondo Matteo di Pierpaolo Pasolini
4. Raccontaci di te – Il primo giorno di scuola
5. Indovina la foto
6. Il pensiero del Cardinale
7. Convenzioni

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

Mercoledì 13 aprile 2016 alle ore 17.00 presso la parrocchia di San Roberto Bellarmino, si celebrerà una Santa Messa per festeggiare il 15ennale del Telefono d'Argento.

Presiederà S.E.R. Mons. Guerino Di Tora e concelebreranno i parroci delle sedi del Telefono d'Argento.

Seguirà un momento di festa e condivisione.

Info: 06.8557858 – 338.2300499

Il giovedì mattina (ore 10 – 12) Cineforum a via G Frescobaldi 22

Chiama il Telefono d'Argento al numero 06.8557858 o al cellulare 331.3248598.

Sede di S.Agnese, via Nomentana 349, tel. 06 86207644:

- è aperta Martedì e Giovedì dalle 17:00 alle 19:00.
- tutti i Martedì dalle 10:00 alle 12:00 è presente un medico, consultabile, nello stesso orario, anche telefonicamente al numero 06 86207644;
- tutti i Martedì alle ore 16:00 "Incontri Aperta...Mente", per stare insieme in modo attivo.

Giovedì 31 Marzo, alle ore 16:00, nella sede di S.Agnese in via Nomentana 349 tornerà il Prof. Luigi Goglia per continuare la chiacchierata su "Nascita del fondamentalismo islamico contemporaneo".

La sede di S. Emerenziana, via Lucrino 53, è aperta il martedì dalle 10 alle ore 12 e il venerdì dalle ore 16.30 alle ore 18.30.

Info: 06 86218048

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

Mercoledì ore 16.00 Incontri di consapevolezza del *Telefono d'Argento* sulle tematiche proprie dell'anzianità. Si tratta di riscoprire gli aspetti che nel complesso hanno dato e danno senso alla nostra vita: Ricordi, nostalgie, rammarichi, silenzi, pensieri, nel controtuce delle correnti difficoltà, solitudine compresa, degli anziani.

Una rielaborazione, alla luce della nostra età, dei tanti vissuti con lo scopo di ridare lettura ai valori che hanno costellato la vita di ciascuno.

Ci si metterà in gioco divertendoci con i colori, la scrittura, il movimento, la creta, la musica e con tutto ciò che possa dare visibilità alle nostre emozioni.

Contattateci per avere informazioni Tel. 06 88 40 353 il martedì e venerdì dalle 17 alle 19.

Nella Sede di S. Roberto Bellarmino via Panama 13:

Ogni Lunedì ore 10 – 12 Corso di computer

Ogni Mercoledì ore 10 – 11,30 Corso Aperta-Mente

ore 11,30-12,30 Ginnastica dolce per imparare ad invecchiare bene nella mente e nel corpo.

Per informazioni chiamare lo 06 8557858

Il mercoledì ore 16.30 Parrocchia Santa Croce – Via Guido Reni 2b

LA CUCINA (delle idee)

Propone un programma di attività – club del lettore, corsi di informatica, laboratori di lettura ad alta voce, laboratori artistici, conferenze sull'arte, speakers' corner, serate a tema.

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

Liberare spazio sulla memoria e sulla scheda SD

Poiché uno smartphone è un computer e segue le stesse regole di manutenzione, occorre, ogni tanto, ripulire la memoria per guadagnare spazio.

Se in un computer, generalmente, è montato un hard disk anche con centinaia di GB (e quindi con tanto spazio), il problema principale di un cellulare smartphone in cui si installano applicazioni, con cui si scattano foto e che viene anche usato per ascoltare musica, è il limite, spesso davvero basso, di memoria disponibile.

Un cellulare o tablet Android, a seconda del modello, ha una memoria interna più o meno ampia che difficilmente supera gli 8GB.

Può quindi sorgere il problema di esaurire lo spazio disponibile e privarsi della possibilità di scattare nuove foto o installare nuove applicazioni.

Cerchiamo ora di vedere come gestire la memoria interna di un cellulare Android.

1) Spostare le applicazioni dalla memoria interna alla scheda SD

Per impostazione predefinita, le applicazioni acquistate o scaricate dal Market Google Play di Android sono memorizzate nella memoria interna.

Per moltissime app (non per tutte), dalla versione Android 2.2, esiste però la possibilità di spostarle sulla scheda SD liberando spazio sulla memoria del cellulare per installare ulteriori applicazioni.

La maggior parte delle applicazioni funzionano normalmente quando sono trasferite nella scheda SD anche se ci sono tre appunti da tenere presenti:

- Non tutte le applicazioni possono essere spostate;
- I widget, ossia i riquadri interattivi da mettere sullo schermata iniziale, i launcher, gli sfondi e le app che devono rimanere in memoria non possono essere spostati.
- la scheda di memoria SD viene smontata dal telefono se questo viene collegato al computer.

Per spostare le applicazioni sulla scheda SD, aprire la schermata delle applicazioni dal menu Impostazioni.

Toccare su Gestisci applicazioni per visualizzare le app installate e toccare il tasto del menu per ordinarle in base alla dimensione.

Le app che occupano più spazio sono in cima alla lista quindi, toccarle una per una e spostarle nella scheda SD usando il tasto corrispondente.

Se questo tasto non fosse abilitato, significa che non si può muovere.

2) Cancellare la Cache oppure i dati per ogni app Android

Anche su Android, come in qualsiasi pc, le app memorizzano dati temporanei in una cache.

Per liberare spazio sulla memoria è possibile, dallo stesso menu di gestione, cancellare questi file di cache per ogni app.

Si potrebbero cancellare anche i dati delle applicazioni ma, in questo caso, si andrebbe a resettare l'app perdendo ogni salvataggio, ogni personalizzazione o configurazione.

3) Disinstallare Applicazioni che non si usano

Può essere ovvio, ma disinstallare le applicazioni è uno dei modi migliori per liberare spazio su Android.

Anche le app acquistate pagando possono essere disinstallate perchè potranno poi essere riscaldate, gratuitamente, da Google Play

4) Spostare le foto online

Gli storage online, utili da usare su un computer diventano fondamentali quando si usa un cellulare.

Ogni foto scattata infatti può essere caricata su internet direttamente dall'applicazione della Galleria, nel proprio spazio online privato o condiviso.

A questo proposito, il miglior modo per caricare le foto online è rappresentato da due servizi:

- google foto

- *Google foto* fornisce un sistema automatico per caricare ogni foto scattata, su internet, senza bisogno di interventi manuali.

si può quindi scegliere di creare un album delle foto privato e non visibile ad altri, così da poterlo rivedere poi dal computer, sul proprio account google+.

- dropbox la celebre applicazione di cloud storage, ha aggiunto la possibilità di sincronizzare le foto salvate nel telefonino in una cartella online del proprio account.

Per configurare la sincronizzazione di foto in Dropbox bisogna andare nel menu Impostazioni -> Sincronizzazione Account.

Per maggiori informazioni o supporto invia i tuoi commenti al seguente indirizzo di posta elettronica:

telefonodargento@hotmail.it

3 – GIOVEDÌ AL CINEMA

Cinema a via Frescobaldi.

Giovedì scorso, Giovedì Santo, abbiamo pensato di farci gli auguri e prepararci alla Santa Pasqua proiettando il film "**Il Vangelo secondo Matteo**" di Pierpaolo Pasolini.

Naturalmente è superfluo raccontare la storia, che tutti conosciamo. Siamo rimasti colpiti dalla aderenza del film al testo evangelico e la spontaneità degli attori, presi dalla strada, ha contribuito a rendere ancora più veritiere le scene. La presenza della madre di Pasolini, Maria anziana e sofferente davanti alla croce, ci ha commosso, pensando anche a quel suo figlio un po' complicato la cui vita, anni

dopo, sarebbe stata miseramente e tragicamente spezzata. Bellissima l'ambientazione tra i Sassi di Matera. Un film sicuramente di alto livello.



Giovedì 31 Marzo non ci saremo.

Arrivederci, quindi, a giovedì 7 Aprile con un film/sorpresa post pasquale!

(Sempre alle 10:30 a Via Frescobaldi 22)

Barbara

4 - 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-detenuto 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-detenuiti 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: telefonodargento@hotmail.it

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

5 – INDOVINA LA FOTO

La nuova foto che vedi raggiungendo questo collegamento

<http://www.blog.telefonodargento.it/>

è stata scattata a Roma.

DIFFICILISSIMO!!!

Indovina dove?

6 – II PENSIERO DEL CARDINALE

L'Archivio del giornale L'AVVENIRE rappresenta un inestimabile fonte degli articoli scritti dal **Cardinal Gianfranco Ravasi** sulla rubrica “*Il mattutino*”.

Di seguito ne condividiamo uno particolarmente significativo.

È entrato un ladro. Era giorno. Ha forzato una finestra dopo avere distorta la serratura. E poi non ha rubato niente. Neppure uno spillo. E non conforta questa notizia insolita. Ha vagato nelle stanze deserte e ha fatto scorta fraudolenta d'immagini e ha lasciato

***l'impronta della mano su ogni porta/ è dappertutto nell'aria il suo fiato
come un marchio...***

La scena che questi versi dipingono è stata forse vissuta da più di un lettore. A rappresentarla è un poeta, Luciano Luisi, che è stato figura di rilievo nella televisione del passato quando essa non temeva di interessarsi seriamente di cultura e di essere un vero "servizio pubblico". Ma le parole del suo sonetto, presente nel volume *Nonostante* (Passigli), vanno avanti e colgono il cuore profondo di quella violazione: «L'offesa è d'avere la nostra intimità/ spiata. Questo: è questo che ha rubato».

Ai nostri giorni si fanno proclami roboanti sulla tutela della privacy; eppure mai come oggi si è perso il rispetto per l'intimità e non solo perché siamo "spati" in mille forme sofisticate e inattingibili ma soprattutto perché si è dimenticato il pudore, nel senso alto del termine. Basti solo seguire i vari programmi televisivi che recano il nome emblematico di reality show: non esiste alcun rispetto di sé, si vomitano le realtà più intime e sconcertanti senza rossore, imbarazzo e confusione. È, questa, una vera auto-depredazione, ben più grave di quella del ladro occulto. Con l'Amleto di Shakespeare ci domandiamo: «O vergogna, dov'è il tuo rossore?». È necessario ritrovare questa qualità dell'uomo autentico: vergognarsi e custodire la propria intimità, i segreti interiori, la dignità e la delicatezza dei sentimenti.

Cardinale Gianfranco Ravasi - Dalla rubrica Il Mattutino – Avvenire

7 – CONVENZIONI

Enti Convenzionati con Il Telefono d'Argento:

Bios S.p.A. – 00197 Roma Via Domenico Chelini, 39 Tel. 06 809641

Bios S.p.A rappresenta un ampio e diversificato centro di servizi sanitari polispecialistici, che ha acquisito una rilevanza di primo piano a livello regionale. La struttura è in grado di offrire l'intera gamma delle analisi cliniche di laboratorio (oltre un milione di analisi ogni anno) eseguite anche in emergenza (servizio DEAL) e della diagnostica strumentale.

I possessori della tessera Telefono d'Argento possono chiedere uno sconto del 25%.

Centro Fisioterapico V.le Rossini,24 Tel. 06 4740939

Centro Odontoiatrico 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

Consulenze Immobiliari Gratuite

Calcolo gratuito per le tasse sulla casa - Attestato di prestazione energetica (APE) a 80 € Consigli utili per vendere e comperare casa- Pratiche catastali a prezzi ridotti!

Carmine Ippolito - Cell. 3331598191

Gelarte. Viale Eritrea: i possessori della tessera Telefono d'Argento possono

acquistare nei giorni di martedì e giovedì il gelato da asporto con lo sconto del 20% circa, cioè 15,00€ invece di 18,50€.

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

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)

Ottica Caputi – V.le Regina Margherita, 48 Tel. 06 855 3773: sconto del 20% su tutti i prodotti

Studio Dentistico Munalli – Via Salaria, 213 (ang. V.le Liegi) Tel. 06 8546043

Studio Odontoiatrico Bolognini Cianfanelli Muzzi - via Spalato n. 11 tel. 06.97605893

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 h 21.00 – 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

Teatro Tirso de Molina Via Tirso, 89

Spettacoli in abbonamento

Mercoledì - Giovedì ore 21 e Sabato ore 17.30 Euro 13 anziché 21

Venerdì - Sabato ore 21 e Domenica ore 17.30 Euro 15 anziché 23

Spettacoli fuori abbonamento

Dal Mercoledì al Sabato ore 21 e Domenica ore 17.30 Euro 12 anziché 18

La prenotazione è obbligatoria. Chiamare il n. 06 8411827 Federica Pinto – Gruppi e Cral. Orari botteghino dal Lunedì al Sabato ore 14-19

Vartè Gioielli - Via dell'Isola Farnese 4 C/D - Cell: 329 646 1803

Vignola Centro Medico di Damaluma S.r.l. - Via del Vignola n. 70 tel. 06.3225889

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