



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 280

19 aprile 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” – Servizi del vostro dispositivo Android
3. Giovedì al cinema - TRASH
4. Raccontaci di te – Email
5. Il pensiero del Cardinale
6. 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

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.

MARTEDÌ 26 Aprile, alle ore 16, nel salone Giulio II, via Nomentana 349, il Prof. Massimo Palleschi parlerà de " La gestione della salute nell'anziano".

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 controllo 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

Servizi del vostro dispositivo Android

Queste cinque scorciatoie possono cambiarvi le modalità di utilizzo del vostro dispositivo.

Bypassare il blocco del vostro telefono

Questa funzionalità presente nel menù Blocco Schermo e Sicurezza renderà il vostro dispositivo sicuro da mani estranee. Ma semmai vi trovaste in un posto in cui vi sentite particolarmente al sicuro, potete skippare l'inserimento del PIN, del pattern o della password in qualsiasi momento. Basterà selezionare la casella "Smart Lock" seguito da "luoghi di Fiducia" .

Rifiutare una chiamata con un messaggio

Ecco come far funzionare il vostro telefono come se fosse una segretaria personale, facendo sapere a chi vi chiama che non potete rispondere e perché. Su molti telefoni questa opzione è disponibile nelle impostazioni, ed è chiamata Blocco chiamate, Risposta rapida o qualcosa di simile, a seconda del dispositivo. Vedrete all'interno un messaggio pre-impostato che può essere modificato.

Aprire rapidamente la fotocamera

Aprire la fotocamera all'ultimo momento può voler dire non perdere l'opportunità di fotografare qualsiasi cosa accada attorno a voi. La scorciatoia, però, varia di modello in modello:

- Nexus 5X o Nexus 6P: doppio tap sul pulsante di accensione
- Dispositivi Samsung dal 2015 al 2016: doppio tap sul pulsante Home
- LG V10: doppio tap sul volume -

- Motorola G 2015: girare il polso con il dispositivo in mano

Aggiungere il widget di un contatto

Volete raggiungere un contatto preferito con un semplice tap? Tenete premuto il tasto Home sullo schermo, scegliere l'opzione Widget e cercare il contatto da associare. Questa scorciatoia vi permetterà di risparmiare tempo nella ricerca del contatto sia che vogliate chiamarlo, che inviare sms o email.

Abilitare OK, Google ovunque

La risposta a tutte le vostre domande, ovunque, con Ok, Google. Per attivare questa opzione è necessario aprire l'app di Google Search ed entrare nelle impostazioni > Voce > Rilevamento OK Google > attivare l'opzione Da qualsiasi schermo. Vi basterà ripetere per tre volte la "parolina magica" e sarete settati.

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 abbiamo finito di vedere TRASH e ci siamo risollepati un po' il morale per il "lieto" fine: il bene trionfa e i cattivi vengono puniti. I ragazzi della favela, dopo molte peripezie, riescono a smascherare i corrotti e dimostrano anche di possedere grandi valori, nonostante le condizioni di disagio totale in cui vivono. Naturalmente la divisione tra buoni e cattivi è stata giudicata un po' troppo schematica, tutti i buoni tra i poveri disperati e i cattivi corrotti tra i ricchi politici e i poliziotti.

Come ha fatto notare una signora che ha vissuto in Brasile, la situazione era realistica e credibile, ma la maggioranza di noi ha considerato il film una favola, forzatamente ottimista. Nel complesso, però, il film è piaciuto, anche se non all'altezza degli altri, "Billy Elliot" e "The reader", diretti dallo stesso regista e da noi visti in passato.

Giovedì prossimo 21 aprile, tutti a via Frescobaldi 22 per un nuovo appuntamento cinematografico!

Barbara

4 - RACCONTACI DI TE

Email

Quella che segue è la trascrizione di una email inviata da Tina a Stefano a distanza di circa cinquant'anni dall'ultima volta che si sono visti dopo essersi entrambi brillantemente laureati.

Non è il solito racconto, ma ne sottintende uno ricco e passionale.

Tina e Stefano non si sono sposati ed hanno percorso, ognuno per proprio conto, strade diverse, allontanandosi l'una dall'altro e raggiungendo risultati economici e professionali veramente ragguardevoli.

Stefano si è gravemente ammalato e in tale contesto Tina ha inviato l'email che segue per testimoniare quello che la loro vita avrebbe potuto essere e che, per libera scelta, non è stata.

“Siamo su un ponte a Roma. E’ l’estate del 1962. E’ il tramonto e siamo appoggiati alla balaustra, a guardare l’acqua verde che scorre sotto. Il tuo mondo si è spaccato, poi si è fermato, aspettando di riorganizzarsi intorno a ciò che avresti scelto per il futuro. Io volevo allontanarmi da quello che era stato prima. Ho cercato di convincerti a cominciare una nuova vita con me a Roma, a liberarci delle nostre personalità del passato e a lasciare che qualcosa di nuovo ci attraversasse. Volevo entrare strisciando nella nera faglia del tuo mondo finito per emergere, anonima e nuova, in una vita semplice nella quale cucinarti pasti semplici e poter essere insieme tutti i giorni, come bambini che giocano un gioco che non ha scopo se non lo stesso giocare. Mi piace pensare che tu l’abbia preso in considerazione, prima di ridere e dirmi: “Che cosa potrei fare?” Mi piace pensare che in quegli istanti di esitazione, prima che il nostro intenso futuro ci reclamasse, noi abbiamo vissuto quella vita semplice, insieme, fino a una pacifica vecchiaia, con frotte di nipoti, in una fattoria del sud d’Italia, facendo trascorrere quietamente le nostre giornate, caldi e integri come pagnotte appena sfornate, in un mondo pieno dell’aroma della pazienza e della familiarità”.

Tina

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 – 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.

La verità talora è dolce, talora è amara. Quand'è dolce, perdona; quando è amara, guarisce.

Così sant'Agostino. Questi due volti della verità sono sempre percepibili. Da un lato, c'è il momento in cui essa ha il tono della consolazione, della gioia e della pace. D'altro lato, c'è l'occasione in cui è come «il cauterio del chirurgo: brucia, ma risana», secondo quanto scriveva Riccardo Bacchelli nel Mulino del Po (1938-40). Questa duplice funzione crea, però, reazioni diverse. La verità dolce è accolta con passione: intendiamoci bene, è giusto sentirsi riconosciuti in modo genuino e non ipocrita; è importante avere un avallo al proprio agire perché si è spronati a far meglio. Per questo è giusto dichiarare il valore di una persona o celebrare un atto o un'idea che abbiano in sé una bontà, una giustizia, una capacità.

Anzi, Agostino dice di più: la verità dolce sa perdonare, permettendo all'altro di riconoscere il suo errore senza essere umiliato. La verità fredda e altezzosa, gelida come una spada di cristallo, genera solo infelicità e scoraggiamento. C'è, però, anche un altro profilo necessario della verità ed è quello capace di svelare il male ove si annida. È appunto la funzione del «cauterio», ossia del bisturi, come diceva Bacchelli. Abbiamo già avuto l'occasione in passato di evocare un detto del tedesco Georg Lichtenberg: «È impossibile reggere la fiaccola della verità in

mezzo alla folla senza bruciare qua e là una barba o una parrucca». La verità non deve offendere, attaccare, urlare ma deve essere rigorosa, sincera nel giudicare ciò che è bene e ciò che è male, senza adulare o ingannare. Ed è solo così, con questa fermezza delicata, che guarisce l'anima malata.

Cardinale Gianfranco Ravasi - Dalla rubrica Il Mattutino – Avvenire

6 – 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