



**Il Telefono d'Argento – Onlus**  
Via Panama, 13 – 00198 ROMA  
Tel: 06.8557858 – 333.1772038  
e-mail: [telefonodargento@hotmail.it](mailto:telefonodargento@hotmail.it)  
sito: [www.telefonodargento.it](http://www.telefonodargento.it)

---

## **PILLOLA PER NAVIGARE**

### **NUMERO 301**

**13 settembre 2016**

Maggiori informazioni sulle attività dell'associazione *Il Telefono d'Argento* possono essere reperite raggiungendo il sito internet: [www.telefonodargento.it](http://www.telefonodargento.it)

---

### **IN QUESTO NUMERO DELLA PILLOLA PER NAVIGARE:**

1. Appuntamenti e Notizie
2. La “Pillola per navigare” – Applicare la pellicola protettiva sullo smartphone
3. Giovedì al cinema – Un'estate in Provenza
4. Raccontaci di te – I casi della vita
5. Il pensiero del Cardinale

Ti invitiamo a scriverci al [telefonodargento@hotmail.it](mailto:telefonodargento@hotmail.it), a seguirci su [facebook.com/telefonodargento](https://www.facebook.com/telefonodargento) e su [twitter.com/TdArgento](https://twitter.com/TdArgento)

## **1 – APPUNTAMENTI E NOTIZIE**

**Il mercoledì ore 17,30 sede di S. Roberto Bellarmino, piazza Ungheria 3,**

### **TUTTI IN TERRAZZA**

Il pomeriggio sarà allietato dalla degustazione di gelati e dolcetti oltre che dalla compagnia di amici.

Per info: 06.8557858

**Venerdì 16 settembre 2016 ore 16.00 - Basilica di Santa Croce a via Flaminia**

### **GRANDE TOMBOLATA**

Con ricchi, ricchissimi premi...

Per info: 333.1772038 – 06.3222976

**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 16:00 alle 18:30.

- Martedì 13 settembre alle ore 16:00 ripartono le attività: ricominciano gli"

Incontri Aperta....Mente" per stare insieme in modo attivo.

-dal mese di ottobre riprenderà il servizio del medico (Martedì dalle 10:00 alle 12:00) consultabile, nello stesso orario, anche telefonicamente al numero 06.86207644.

**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

### **Sede di S. M. della Mercede**

Tutti i Martedì e Venerdì dalle ore 17 alle ore 19 - Via Basento, 100 "Per stare insieme"

Per qualsiasi informazione rivolgersi alla Sede di S. Roberto Bellarmino

Tel. 06 855 78 58 che rimarrà aperta.

Il mercoledì ore 17.00 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**

### **Applicare la pellicola protettiva sullo smartphone**

Le pellicole protettive risultano sicuramente tra gli acquisti ritenuti obbligatori per uno smartphone nuovo, grazie alla loro capacità di proteggere lo schermo nel modo meno invasivo possibile.

Capita spesso di ritrovare fastidiose bolle, causate da un'installazione scorretta, o di non riuscire ad eliminare la polvere che in modo inspiegabile riesce sempre a materializzarsi nonostante le pulizie più approfondite.

#### **Occorrente:**

Pellicola protettiva

Smartphone senza cover

Panno in microfibra

Carta di credito / cartoncino di plastica

Nastro adesivo

#### **Operazioni preliminari**

Una precauzione fondamentale è quella di eseguire l'operazione in un luogo senza polvere. Pulire lo schermo non basterà se dopo pochi attimi qualche piccola particella di polvere si depositerà nuovamente sul vostro display.

Potrete utilizzare un semplice trucchetto che non prevede un ricircolo forzato di aria super-filtrata in una stanza sigillata: fatelo nel vostro bagno, dopo aver lasciato scorrere acqua calda per qualche minuto (meglio fino all'appannamento dello specchio). L'umidità così formata intrappolerà la polvere, impedendone o comunque limitandone parecchio il deposito.

### **Applicazione della pellicola**

Posizionate la pellicola protettiva sullo schermo del vostro display senza rimuovere alcun adesivo.

Quando è perfettamente centrata, fissate un lato della pellicola con due o tre scotchate.

Sollevate la pellicola a mo' di sportello e pulite lo schermo con il panno in microfibra.

Rimuovete l'adesivo inferiore della pellicola protettiva e fatela combaciare gradualmente con lo schermo, partendo dal lato in cui l'avete scotchata fino ad abbassarla del tutto.

Accompagnate l'operazione usando la carta di credito o il cartoncino di plastica in modo da favorire l'adesione e l'eliminazione di eventuali bolle.

Eliminate le eventuali bolle spingendole verso i bordi del display. Se notate che un granello di polvere è rimasto intrappolato sotto la pellicola, attaccate un pezzo di nastro adesivo sul lato più vicino e sollevatela tirandolo: adesso "tamponate" con un altro pezzo di scotch la posizione in cui vi era polvere, in modo da rimuoverla

completamente. Infine riabbassate la pellicola, accompagnando con la carta di credito.

Per maggiori informazioni o supporto invia i tuoi commenti al seguente indirizzo di posta elettronica: [telefonodargento@hotmail.it](mailto:telefonodargento@hotmail.it)

## 3 – GIOVEDÌ AL CINEMA

### Cinema a via Frescobaldi.

Giovedì 8 settembre grande riapertura delle nostre mattinate al cinema con la proiezione del film **Un'estate in Provenza**

Il tema di questa nuova stagione è: "*Le relazioni interpersonali*", che vogliamo esplorare in tutte le loro declinazioni, come la passata



E per ben iniziare abbiamo visto la prima parte di " Un'estate in Provenza", insinuandoci nelle complicate relazioni di una famiglia di cui noi abbiamo conosciuto nonni e nipoti e via skype la figlia/madre. Sullo sfondo della Provenza, tra nonno e tre nipoti mai incontrati prima scatterà un sentimento che nessuno di loro avrebbe mai potuto immaginare.

Léa, Adrien e il fratellino Théo, parigini, vengono condotti in vacanza per due mesi nella campagna provenzale dalla nonna Irène. Lì vive anche Paul, il nonno olivicoltore, che non hanno mai conosciuto, per via di una vecchia rottura familiare. Una casa in mezzo al nulla, senza illuminazione notturna, dove si cucina a base di aglio e non si guarda la televisione ma "è lei che guarda noi" - come sentenzia il burbero Paul - non è esattamente quello che Léa e Adrien sognavano per l'estate, ma il luogo, e i suoi abitanti, sapranno sorprenderli. Così come li sorprenderà il passato hippy dei nonni, che dà luogo a una splendida colonna sonora degli anni '60.

Come evolveranno le relazioni familiari e non? Vi aspettiamo giovedì prossimo 15 settembre alle 10:30 a via Frescobaldi 22!

**Per info: 06.8557858**

## **4 - RACCONTACI DI TE**

### **I casi della vita**

La cosa più bella della vita, secondo me, è la sua capacità di sorprendere. Basta pensare alla mia storia...

Figlia unica, nacqui quando i miei genitori non erano più giovani e non si aspettavano più di avere figli. Poi, prima che compissi vent'anni, mia madre morì. Per mio padre fu un colpo tremendo e io cercai di stargli vicina in tutti i modi possibili, anche perché lui soffriva di cuore e l'idea di perderlo mi terrorizzava.

Così, lo coccolai per anni, quasi senza rendermi conto che, intanto, il tempo passava anche per me. Finché, invecchiando, lui divenne sempre più simile ad una specie di bimbo da accudire, e io la sua figlia-madre.

Inutile dire che non mi sposai. Uscivo di rado, facevo qualche passeggiata con papà, ma più spesso mi dedicavo al mio grande amore: la lettura.

Sì, ero una divoratrice di libri, forse proprio perché la mia vita era tanto limitata. E allora, viaggiavo attraverso la lettura: mi appassionavano le storie d'amore, le avventure, i gialli, ma anche i saggi e le poesie. Insomma, leggevo di tutto, con la voracità di chi trova nella fantasia ciò che non ha dalla vita.

Da ragazza mi sarebbe piaciuto insegnare, e avevo cominciato a frequentare la facoltà di Lettere. A un certo punto, però, avevo interrotto gli studi, con il proposito di riprenderli più avanti. Poi... per pigrizia o per altri problemi, finii per rinunciare a quel progetto.

Avevo quarantanove anni quando un infarto, l'ennesimo, si portò via mio padre. Fu allora che, per la prima volta nella vita, mi sentii sola, persa in un vuoto di cui non vedevo la fine. Può sembrare strano ma, fino a quel momento, non mi ero mai resa conto di quanto la mia vita fosse povera di affetti. Ero sola, in quella casa troppo grande, senza un amico a cui rivolgermi né un'attività che mi aiutasse a superare quel momento di crisi.

Capii che dovevo trovarmi un lavoro, uno qualsiasi, purché mi portasse fuori da quella casa e da quel silenzio.

Lo ammetto: fui molto fortunata.

Frequentavo spesso la libreria del quartiere e, un giorno, notai un cartello:

“Cercasi commessa, part time”.

Incredibile ma vero! Mi presentai subito al proprietario, che mi conosceva di vista, e in men che non si dica ottenni il lavoro. Ero pagata poco, ma non importava: la sola idea di stare tra i libri, disporli in vista, “annusare” le novità, discutere con i clienti mi esaltava!

Ma chi avrebbe immaginato mai che...

Un pomeriggio, entrò in libreria un bell'uomo, distinto ed elegante, sui sessant'anni. Mai visto prima.

Abitava da pochi giorni nel quartiere e stava cercando un libro per il nipotino. “Le faccio vedere il reparto bambini...” dissi, accantonando rapidamente il libro che avevo in mano. Lui lanciò un'occhiata al volume, e subito dopo sorrise. “Stai leggendo questo romanzo?” chiese. “Io l'ho appena finito. Che cosa ne dice?”.

Era un romanzo scritto da un'autrice contemporanea, che io trovavo formidabile. “Be, io lo trovo bellissimo!” risposi, francamente. “La trama, i personaggi, i dialoghi... è un libro che rapisce, che...” esitai, intimidita. Forse stavo esagerando con l'entusiasmo.

“Ha ragione!” esclamò invece lo sconosciuto. “Significa che abbiamo gusti simili. Magari può consigliarmi un libro anche per me?”.

Lo consigliai, eccome! E così bene che lui tornò molto spesso in libreria.

Avevamo davvero gusti simili e prendemmo l'abitudine di scambiarci pareri e consigli, facendo chiacchierate sempre più lunghe. Perciò quando Alberto mi invitò a cena la prima volta, gli dissi subito di sì. Stavo bene con lui e, anche se era evidente che gli piacevo e non avevo mai avuto una vera storia d'amore. Non mi sentivo intimidita da quella situazione.

Al primo invito a cena, ne seguì un secondo; poi fui io ad invitare lui a casa mia, per il mio cinquantesimo compleanno. “Solo tu ed io. Ti va l’idea?”

Gli andava, eccome. Non a caso, proprio quella sera Alberto mi chiese di sposarlo. Naturalmente. Gli dissi di sì. E il mio cinquantesimo compleanno fu il più felice della mia vita.

***Maria Pia***

Invia anche tu la tua storia a questo indirizzo: [telefonodargento@hotmail.it](mailto: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 AVVENIRE rappresenta un inestimabile fonte degli articoli scritti dal **Cardinal Gianfranco Ravasi** sulla rubrica “*Il mattutino*”. Di seguito ne condividiamo uno particolarmente significativo.

**Il vero e perfetto coraggio è fare senza testimoni ciò che si sarebbe capaci di fare davanti a tutti.**

**Il coraggio senza testimoni è il coraggio più difficile che ci sia.**

C’è stata un’indubbia retorica del coraggio, a partire dal famoso motto latino *Memento audere sempre*, divenuto un emblema enfatico in ambiti marziali, col

suo appello a «osare sempre». Ed effettivamente questo tipo di coraggio ha bisogno della ribalta e di una folla plaudente per riuscire a manifestarsi. Ben diverso è il vero coraggio che si distende nella quotidianità, compiendo gesti nascosti ma faticosi. Un solo esempio: pensiamo a chi accudisce ogni giorno una persona anziana in gravi condizioni o un figlio disabile. A costui non andrà mai l'applauso, il riconoscimento dell'eccezionalità del gesto, la memoria ufficiale con la relativa medaglia.

È per questo che oggi ho messo insieme due frasi convergenti tra loro, pur provenendo da autori diversi: la prima è dello scrittore moralista secentesco La Rochefoucauld, mentre la seconda è del celebre russo Anton Cechov. In entrambi i passi l'elemento fondamentale, vera e propria cartina di tornasole dell'autentico coraggio, è l'essere «senza testimoni». Nel mondo c'è una folla di simili persone coraggiose che, senza avere mai un flash o una notizia di giornale, sacrificano con serenità e forza le loro energie per gli altri o per un ideale, pronte a dimenticare se stesse, i rigurgiti dell'egoismo, la stanchezza del corpo. È necessario un coraggio ben più impegnativo per servire i poveri ogni giorno adempiendo a un appello umano e religioso che farsi saltare in aria in un atto clamoroso che ti illude assurdamente di essere un martire. Ritroviamo, allora, il «vero e perfetto coraggio senza testimoni».

***Cardinale Gianfranco Ravasi - Dalla rubrica Il Mattutino – Avvenire***

## **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