



**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 317**

**3 gennaio 2017**

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” – GOOGLE
3. Giovedì al cinema
4. Raccontaci di te – CAPITOLO 42 Forse La Fine Della Telenovela!!!
5. Il pensiero del Cardinale
6. Passato remoto – Fare cassette miste
7. OKKIO!

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**

### **PER AIUTARE IL TELEFONO D'ARGENTO TI CHIEDIAMO UN CLIK**

L'Unicredit vuole dare un contributo alle associazioni accreditate (e il Telefono d'Argento è tra queste).

Bisogna che ciascuna associazione abbia almeno 150 voti per ricevere “il dono”!!.  
Cercate di aiutarci diffondendo la notizia e facendo votare.

#### **Ecco Come fare:**

Vai sul sito **ilMioDono.it**

Clicca su “Ricerca Organizzazione”

Scrivi il nome dell'Organizzazione “il Telefono d'Argento”

Provincia “Roma”

Clicca su “Cerca”

La schermata darà i dati del Telefono d'Argento (indirizzo, di cosa si occupa ecc.)

Clicca su “Vota questa organizzazione”

Scegli la modalità di voto : via social o via email

Se voti via mail metti la tua mail, nome, cognome

Clicca su “vota”

Spunta le tre caselle sulla privacy (se vuoi evita la spunta di mezzo perché pubblicità)

Clicca su “non sono un robot”

Apparirà l'immagine da spuntare secondo le indicazioni

Finalmente dovrebbe comparire “grazie del tuo voto”

Sembra lungo ma è più lungo a scriverlo che a farlo

**GRAZIE!!**

**Il mercoledì dalle ore 10.00 alle ore 12.00 sede di S. Roberto Bellarmino,  
piazza Ungheria 3**

## **Corso ApertaMente**

Per info: 06.8557858

---

**Il giovedì mattina ore 10 – 12 a via G Frescobaldi 22**

## **Cineforum**

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 alle ore 16:00: **“Incontri Aperta...Mente”** per stare insieme in modo attivo.
  - Martedì dalle ore 10.00 alle ore 12.00: servizio del medico su appuntamento, prenotabile il martedì o giovedì pomeriggio precedenti al numero 06 86207644 oppure tutti i giorni allo 06 8557858.
  - È attivo un servizio di consulenza amministrativa condominiale su appuntamento prenotabile in sede o telefonando ai numeri 06 86207644 (mar/gio pomeriggio) oppure 06 8557858 (tutti i pomeriggi).
-

**La sede di S. Emerenziana, via Lucrino 53, è aperta**

- il martedì dalle 10 alle ore 12
- venerdì dalle ore 16.30 alle ore 18.30

Info: 06 86218048

---

**Nella Sede di S. Maria della Mercede via Basento 100**

Tutti i Martedì e Venerdì dalle ore 17.00 alle 19: "Per stare insieme".

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

---

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 331.3248598.

## **2 - LA PILLOLA PER NAVIGARE**

### **GOOGLE**

Google è il principale motore di ricerca usato nel mondo, in alcune paesi come in Italia possiamo dire l'unico dato che è usato da oltre il 95% degli utenti che fanno ricerche nel web.



Google è una macchina meravigliosa le cui potenzialità però vengono sfruttate, dall'utente medio, solo in parte. Ecco come poter usare alcune funzioni “meno note” ma che possono essere molto utili per effettuare

una ricerca internet più accurata.

**Conversioni varie:** è possibile procedere alla conversione tra diverse unità di misura (di lunghezza, di peso etc. ma anche monetarie ...) semplicemente scrivendolo nella casella di ricerca; come? Per esempio così:

10 dollari in euro

metri in pollici

**Cercare un determinato tipo di documento:** se si desidera ricercare un certo file PDF è sufficiente scrivere ciò che si vuole ricercare seguito da filetype: PDF così:

pillola per navigare filetype: PDF

**Tempo:** vuoi sapere che ore sono? Chiedilo a Google così:

Che ore sono

**Calcolare:** Google è un'ottima calcolatrice... come si usa? Semplice, basta scrivere il conto che si vuole fare nella casella di ricerca:

2+3

**Cerca all'interno di uno specifico sito web:** se si desidera cercare un certo termine in uno specifico indirizzo è sufficiente scrivere appunto il termine seguito da “site: <url del sito>” per esempio:

gmail site:telefonodargento.it

**Definizioni:** vuoi usare Google per trovare una definizione? Scrivi: definizione <termine>, per esempio:

definizione wikipedia

**Non mi ricordo un pezzo ...** c'è una canzone di Gino Paoli che dice “Quando sei qui con me

Questa stanza non ha più pareti Ma alberi, Alberi infiniti”. Come faccio a dire a Google di ricercare qualcosa di cui non ricordo una parte? E' sufficiente indicare la parte che non ricordo con un asterisco!

**Autore di libri:** vuoi conoscere tutti i libri scritti da un certo autore?

Così:

libri scritti da Gianni Rodari

**La distanza tra due luoghi:** appoggiandosi al potente Google Maps, la ricerca classica di Google può risponderti anche su questo. Ecco come utilizzare questa opzione:

Distanza tra Roma e Viterbo

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**

Il Cineforum è in vacanza e ripartirà giovedì **12 gennaio 2017** alle ore 10.30 con un nuovo ed entusiasmante film da gustare assieme.

Vi aspettiamo con una tazzina di caldo caffè!

**Info: 06.8557858**

### **4 - RACCONTACI DI TE**

Come sempre, ricordiamo che questo spazio è aperto al contributo di tutti voi. Se avete una storia che ha lasciato un ricordo non esitate ad inviarcene una copia: i contributi di tutti faranno crescere la qualità della pillola.

## **CAPITOLO 42 Forse La Fine Della Telenovela!!!**

Domani il 24 Dicembre 2016 compio 83 anni. Finalmente avrò un compleanno sereno. Circondata da persone uniche, buone e generose che mi stimano e mi rispettano e che mi amano. Da quando ne ho compiuto 80 sono stati compleanni dolorosi,forzati e poco rilassanti per Nicolas e per me. In questi tre anni ho potuto constatare purtroppo quello che è la miseria d'anima, mancanza di misericordia, egoismo, rancori, odio, meschinità e risentimenti. Ci vorrebbe una enciclopedia per potere descrivere quello che ho provato. Oggi posso dire che sono serena e tranquilla e sono stata molto fortunata. E' molto vero che uno non è responsabile per ciò che è, ma è responsabile per ciò che fa. Può darsi che uno non sappia di essere responsabile per la situazione nella quale si trovi,ma una volta che ne diviene consapevole lo diventa se non fa nulla per cambiarla. Ho conosciuto pochissime persone che vedendo i propri errori ne sapessero dare la colpa a se stessi! Le difficoltà diventano occasioni di apprendimento e si traggono utili risorse per il futuro. La porta del nostro cuore dovrebbe rimanere aperta per accogliere coloro che la misericordia ci consegna. Le nostre ferite hanno bisogno di essere lenite con l'olio della consolazione, curate con la solidarietà e l'attenzione dovuta. L'indifferenza verso il prossimo umilia e l'egoismo rende cinici. La solidarietà nasce dalla povertà, non certo dalla ricchezza. Meno si ha e più si è disposti a condividere. Il "poco" è meglio di niente ma è anche tanto. Aiutare il prossimo è chi si sente in credito con la vita. Essere utile a qualcuno per restituire conforto e anche un sorriso. Voglio solo ringraziare Dio, l'Universo per aver ascoltato le mie preghiere e per avermi mandato il mio piccolo Angelo

peloso. Vorrei che tutti potessero sentire quella sensazione meravigliosa di amore, calore, affetto e riconoscenza per chi mi ha teso una mano nel momento del bisogno. Una sana fiducia in se stessi è un fattore essenziale al raggiungimento dei propri obiettivi se abbiamo scarsa fiducia in noi stessi, ne soffrirà la nostra capacità di progredire e affrontare le sfide che la vita ci presenta. L'eccessiva sicurezza può essere altrettanto insidiosa. Chi presume molto di se e si vanta dei propri successi, è soggetto a delusioni, frustrazioni e rabbia, ogni volta che la realtà lo smentisce, soprattutto quando non riesce ad essere all'altezza dell'immagine che si è creata di se stesso.

Ho passato un compleanno sereno. con persone semplici ma pieni di gentilezza e di animo nobile. Ho solo aperto il regalo di una carissima amica, due fodere di cuscini di cani, deliziosi. Michela mi ha regalato delle meravigliose pantofole calde per i miei geloni, una torta splendida e anche superlativa, io non amo particolarmente i dolci anche se so farne di buonissimi, lo champagne e una composizione bellissima che mi ha regalato la sua futura nuora Jessica, ragazza deliziosa che sposerà Valentino il prossimo estate. Valentino è un tesoro di ragazzo, il figlio di Michela che spesso mi fa tanti lavori preziosi in casa. Ho buttato via con infinita gioia le candeline che avevo conservato degli 81 e 82 anni. Ora ci sono solo quelle di ieri. Oggi ho passato il Natale da Gisella, la sorella di Michel. Purtroppo è morto recentemente Pietro il marito di Emma figlia di Gisella e certamente non erano proprio allegri poverelli. I loro figli sono ragazzi deliziosi. Ho avuto la consueta visita di Don Luis, persona fantastica che ogni domenica viene a trovarmi e mi porta la comunione. Non mi sono sentita molto

bene, forse ho mangiato troppo, ormai mangio poco, ma tutto era buonissimo. Ieri ho chiuso un capitolo della mia vita. Sarò molto tirchia nel regalare il mio affetto e anche solo la minima attenzione a chi non lo merita. Ho semplicemente deciso di usare un cancellino efficace perché i gesti più preziosi arrivano da chi non ti aspetti. Da Michela ho imparato una grande cosa: meno chiacchiere e solo fatti. Ed è questo il mio nuovo motto. L'avessi imparato molti anni fa!! Non vale proprio la pena di sacrificarsi ed amare chi non lo merita e uno semplicemente lo elimina completamente dai propri pensieri. Non è poi così difficile ci si fa l'abitudine. A tutto ci si abitua. Ho sempre fatto grandi sogni, e tante preghiere con tanta speranza e ho inutilmente sprecato sentimenti molto preziosi. Avevo molta paura di queste giornate festive e invece sono molto felice e fortunata. Un'altra virtù che detesto e la mancanza di riconoscenza, cosa assolutamente normale in quasi tutte le persone che mi circondano. Persone aride, vuote, concentrate solo su se stessi, sui loro problemi, e quando fanno qualcosa per te si sentono e si credono come mi disse una volta Michela al Canile, di essere l'ombelico del mondo. Poveretti, che miseria, che squallore. Ti fanno sentire una specie di "superman" nei loro confronti.

E oggi purtroppo con una grandiosa falsa modestia mi sento molto spesso proprio una "superwoman"!

***Grace Baistrocchi***

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.

*Lascia che la vita che ti gira intorno abbia ad attraversarti l'anima*

Da un balcone che s'affaccia su piazza Duomo a Milano mi colpisce casualmente un uomo che sta tutto solo e immobile in un punto di questa vasta piazza, soltanto lambito ma non coinvolto dal vortice di persone che, soprattutto nei giorni festivi, si muove incessantemente in un turbinio senza meta. Forse aspetta qualcuno in un punto prefissato oppure è una delle non poche figure stravaganti che occhieggiano qua e là in quella folla. Poi m'accorgo dall'abbigliamento che è un mimo, immobile, pronto solo a sollecitare l'attenzione dei bambini. È così che mi viene in mente l'antico aforisma indiano che ho voluto oggi proporre. Un detto a mio avviso ambiguo, dalle due facce antitetiche.

Da un lato, infatti, ha ragione il sapiente orientale a ricordarci che non ci si deve rinchiudere in un bozzolo, col rischio di rinsecchirci. Un proverbio tedesco dice che isolarsi è impoverirsi. Nella società contemporanea l'autismo non è solo una

drammatica sindrome psicologica, è spesso anche una scelta - più o meno voluta - di vita. L'anima non è attraversata né dalla presenza degli altri né da quella di Dio: si alzano paratie di difesa, si cala la visiera, oppure si è dimenticati e ignorati da tutti. D'altro lato, però, c'è un rischio opposto al precedente, ed è quello di lasciarci invadere dalla vita esteriore col suo fracasso, con le sue distrazioni, con la sua frenesia. L'anima diventa appunto una piazza in cui (come fanno molti in televisione) si esibisce tutto, anche l'intimità, e si lascia irrompere tutto fino all'alienazione e alla frivolezza.

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

## **6 – PASSATO REMOTO**

Con l'avvento della tecnologia, ci sono gesti che non compiamo più. Oggi la tecnologia si muove così velocemente che a volte pochi anni sembrano un'eternità. Facciamo un passo indietro e guardiamo, forse nostalgicamente, a cosa probabilmente non ci troveremo mai più a fare di nuovo.

### **14. Fare cassette miste**

Registrare cassette miste era un hobby di molte persone che hanno via via smesso di farlo. Raramente vediamo una persona registrare cd o cassette da regalare agli amici o da ascoltare durante i picnic.

E tu ricordi qualche gesto che non compiamo più?

Invia la tua esperienza all'indirizzo: [telefonodargento@hotmail.it](mailto:telefonodargento@hotmail.it)

oppure chiama il 333.1772038

## **7 – OKKIO!**

Occhio alle nostre proposte!

- Freezer Elettrolux nuovo 4 cassetti € 280,00 per informazioni contattare Grace al numero 328/3921409
- Set di 3 valigie con ruote Samsonite nuove € 150,00 per informazioni contattare Grace al numero 328/3921409
- Servizio di posate d'argento – tel: 340.5027388
- 3 lenzuola matrimoniali di lino purissimo mai usate – tel: 333.2562996
- 2 tappeti persiani Royal Bokara: il primo 1,90 x 2,80 e l'altro 1,60 x 2,60 – tel: 340.5027388
- Macchina da scrivere Olivetti LINEA98 carrello doppio perfettamente funzionante – tel: 338.3006150

## **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