



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 347

1 agosto 2017

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” – WhatsApp - Disabilitare il Download Automatico
3. Giovedì al cinema – Chiuso per ferie
4. Raccontaci di te – Arrivano i Beatles
5. Il pensiero del Cardinale – I sentieri dell'anima
6. Condivisione condivisione! – Lo sportello terza età non va in vacanza

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

Nella sede di S. Roberto Bellarmino via Panama 13

Aperta tutti i giorni dalle 17.00 alle 19.30.

Tutti i giovedì dalle 17 alle 20 *Tutti in terrazza* per una bibita, una chiacchiera, un gelato e tanto altro.

La prima domenica del mese dopo la Messa delle 10.30: “Un caffè insieme”

Sono sospesi fino a settembre i corsi

- Il lunedì dalle 16.00 alle 17.00 Corso di Ginnastica dolce
- Il mercoledì dalle 10.00 alle 11.00 Incontri Aperta ..Mente

INFO 06 8557858

Nella sede di S. Agnese via Nomentana 349

Aperta il martedì e il giovedì dalle 16 alle 18.30

Sono sospesi fino a settembre

- Il martedì alle ore 16:00 :Incontri Aperta..Mente
- 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
- E' attivo un servizio di consulenza amministrativa condominiale su appuntamento prenotabile in sede o telefonando ai numeri 06 86207644 (mar./giov. pomeriggio) oppure 06 8557858.

Nella sede di Genova TORRAZZA SANT'OLCESE v. Leonardo da Vinci 8/2

-trasporto per gli anziani a fare la spesa, commissioni presso la posta, la banca ecc. e ambulatori medici

-animazione presso la sede: un giorno alla settimana si gioca a carte o a tombola - un giorno si cuce, si fa la maglia ecc. con finalità benefiche - un giorno si partecipa al corso di computer
tel. 010.7092604

Nella Sede di S. Maria della Mercede via Basento 100

Gli incontri del mercoledì vanno in vacanza, la nuova programmazione comincerà dal mese di ottobre

Nella Sede di Santa Croce Via Guido Reni 2b

Sono sospesi per il periodo estivo:

- *Il mercoledì ore 17.00 LA CUCINA DELLE IDEE:* propone un programma di attività – club del lettore, seminari di informatica, laboratori di lettura ad alta voce, laboratori artistici, conferenze sull'arte, speakers' corner, serate a tema.
- *Il martedì e il giovedì dalle ore 17 alle ore 18.30 e il mercoledì dalle ore 11 alle ore 12.30:* Impariamo ad utilizzare Pc e apparecchi mobili
- *Il Martedì e il giovedì dalle ore 16.30 alle ore 18.30* Corsi di ginnastica dolce

Per informazioni telefonare a 333.1772038 – 06.3222976

Nella Sede dei Sacri Cuori Via Poggio Moiano,12:

Aperta dal lunedì al giovedì dalle 17.00 alle 19.00

La seconda domenica del mese, dopo la messa delle 10.30, “Un caffè insieme”

E' sospeso fino a settembre l'incontro del giovedì dalle 10.00 alle 11.30: Incontri Aperta...Mente

INFO 06 86 21 00 08

Nella sede di S. Emerenziana Via Lucrino 53

Aperta il martedì dalle 10.00 alle 12.00 e il venerdì dalle 16.30 alle 18.30

INFO 06 862 18 048

A Via G. Frescobaldi 22

Sono sospesi per il periodo estivo:

- Il giovedì mattina (ore 10,30 – 12) Cineforum.
- Il giovedì mattina (ore 10 – 13) e il venerdì mattina (ore 10 – 13) sono a disposizione, per consulenze e consultazioni gratuite, psicologo e avvocato,

Chiama il Telefono d'Argento al n. 06 8557858 o al cellulare 331 3248598.

Card Telefono d'Argento

E' sempre in distribuzione la card che consente di ottenere sconti ed agevolazioni presso alcuni esercenti, studi medici, sanitari, teatri, ecc. .

La card è personalizzata, quindi vi aspettiamo per offrirvela e farvi conoscere le diverse possibilità di utilizzo.

Se avete bisogno di informazioni e delucidazioni contattateci al n. 06 88 40 353 il martedì e venerdì dalle 17 alle 19.

2 – La pillola per navigare

WhatsApp - Disabilitare il Download Automatico

WhatsApp Scarica automaticamente immagini, video e file audio nella tua galleria, il che crea una grande confusione e rende la tua galleria affollata. È possibile interrompere questo download automatico usando questo accorgimento utile ad esempio se si disattiva il download automatico.

Ecco come fare:

- a) Andare su "Impostazioni" e cliccare su "Impostazioni Chat".
- b) Dopo questo, andare a "Download Automatico Media".
- c) Qui troverai tre opzioni: quando si utilizzano dati mobili; quando si utilizza una connessione Wi-Fi; o quando segui.
- d) Scegline una qualsiasi, secondo la tua preferenza.

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

3 – Giovedì al cinema

Fa caldo e per il periodo estivo il cineforum va in vacanza!

L'appuntamento è ai primi freschi d'autunno.

Per coloro che amano davvero il cinema, ci permettiamo di segnalare che per tutta l'estate è in funzione l'arena all'aperto del **Cinema Tiziano** alla quale si può accedere pagando qualche euro.

Questo è il link Facebook da consultare per la programmazione giornaliera:

<https://www.facebook.com/Cinema-Tiziano-sito-ufficiale-159721814065333/>

Buone vacanze a tutti

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.

Arrivano i Beatles

Gli anni sessanta furono veramente anni straordinari per il mondo giovanile perché segnarono definitivamente la fine di una società che ancora risentiva in modo significativo di superati orpelli settecenteschi.

Non furono solo i Beatles a influenzare sia il nostro comportamento esteriore sia a farci modificare atteggiamento verso la società dei grandi e tutte le sue sovrastrutture perché in quel periodo nacquero movimenti, idee, indirizzi politici e religiosi che determinarono il naturale tramonto di quelle certezze, col senno del poi giuste o sbagliate, su cui, sino ad allora, si erano rette le borghesie occidentali. Valori che ieri erano considerati pilastri eterni ed apodittici, cominciarono a vacillare, ed essere messi in discussione e dunque i sacri valori della famiglia,

della patria, della fede, l'amore eterno, la guerra giusta, la verginità del corpo, perché quella dell'anima meno importante e tanti altri valori si stavano sgretolando, spinti da movimenti di avanguardia nati spontaneamente oltreoceano. Forse non saranno stati tutti spontanei, forse dei poteri economici o politici in qualche caso avevano interesse a far cambiare i termini per definire una società giusta, tuttavia non posso disconoscere che furono belli, interessanti, creativi, finalmente liberatori dove anche tu, se volevi, potevi essere protagonista e non più subordinato ai voleri di una gerarchia tronfia e superata.

Le cose, dunque, cominciarono a cambiare e a noi, che non eravamo particolarmente politicizzati né strettamente confessionali, la cosa che ci fece in definitiva più piacere fu il cambiamento repentino delle ragazze verso il tabù del sesso, ora erano finalmente più libere e disponibili.

Allora come non ricordare le gite al Terminillo, dove la sveglia si programmava con comodo verso le 3.30, 4.00 del mattino, l'abbigliamento raccogliaccio e inadeguato, goffi tentativi di scivolare su attrezzi che affittavamo per la prima volta e ne ignoravamo il giusto uso, la risalita sugli impianti una vera impresa, e la possibilità di arrivare integri all'arrivo scarsissimi, cadendo ti dovevi fare il resto della risalita a piedi con gli sci sulle spalle, insomma, passavi una giornata faticosissima e affatto divertente.

Perché lo facevamo?

Lo facevamo perché, a onor del vero, della gita al Terminillo non ce ne fregava niente, ma al ritorno era consuetudine spegnere la luci del torpedone, e da allora vuoi la stanchezza, vuoi l'atmosfera, qualche cosa si rimediava sempre; insomma lo scopo della gita era stato raggiunto perché il vero piacere stava nel rientro a compensare le inutili fatiche di questi improvvisati montanari della Domenica.

Dunque per quel che mi riguarda, io non percepì in pieno il grande cambiamento che stava avvenendo nel campo politico, sociale e religioso, ma ne avvertì solo i riflessi più marginali e più materiali, anche se le notizie sulla guerra in Vietnam, il Maoismo, il golpe Borghese, il bombarolo Klotz, i neofascisti, lo statuto dei lavoratori, la Dolce Vita, il Papa Buono, la sconfitta con la Corea del Nord, Benvenuti campioni del mondo, il vaccino Sebin, la cassa mutua per tutti, Andreotti dappertutto, le convergenze parallele, Leone e i suoi pargoletti, il centro-sinistra, lo sbarco sulla Luna, la guerra fredda, il suicidio della Monroe, la morte dei Kennedy, quella poco misteriosa di Mattei, era più buono il panettone Motta o Alemagna?, la morte di Togliatti, l'alluvione di Firenze, la Primavera di Praga.... li appresi con particolare indifferenza, fino al punto di non commuovermi affatto.

Tornando ai Beatles, è indiscutibile il fatto che tutti noi ragazzi li imitassimo, calzando stivaletti, giacche senza petto e, per chi li aveva lisci, con i capelli a caschetto, mentre gli ostinati imitatori dal capello riccio/cresco finivano per fare la indecorosa fine de "I Cugini di Campagna".

Per un brevissimo periodo, sulla scia del film narrante "La sciagurata vita di Bonnie e Clyde", molti giovani cominciarono ad indossare il doppio petto che allora faceva fichissimo, se sotto ci mettevi un maglione a girocollo bianco; per carità, è una giacca bellissima, ma per indossarla con sobria eleganza bisogna avere, come minimo, il signorile portamento di un nobile inglese e noi che purtroppo non arrivavamo a tale spessore di decadente snobismo, facevamo la figura di pinguini imbalsamati come quelle persone che, non abituata a portare giacca e cravatta, rovinano il magico mosaico di tutti quei matrimonio dove inspiegabilmente vengono inviatati.

Il doppio petto fu solo una breve parentesi, perché la moda che andava per la maggiore era quella che veniva da Albione e l'arrapantissima novità fu che le ragazze scoprivano le gambe mentre le gonne si accorciavano e di conseguenza dovettero accorciare pure i peli ora che erano sotto gli occhi indiscreti di noi ragazzi che potevamo liberamente guardare senza essere considerati guardoni. Di concerto, anche noi ci aggiornammo anche se per noi ragazzini di 16/17 anni seguire la moda non era poi così importante e le novità maggiori furono, appunto, gli stivaletti o i mocassini che in questo caso dovevano evidenziare il calzino bianco, pantaloni a vita bassa a zampa di elefante con cintino a sostegno, giacca attillata con un solo spacco ed il cravattino dal nodo piccolissimo. Le giacche risentivano dell'influenza del movimento dei "figli dei fiori", un movimento la cui genuina sincera utopia aspirava ad una fraternità universale che, ovviamente, è contraria alla natura umana e dunque bene presto destinata a scomparire. Essa aveva, al suo interno, un proprio gusto estetico nel vestire, fatto di elementi floreali e tu, se volevi seguire le loro arabesche trame, invece di comprare la stoffa dal sarto, dovevi andare dal tappezziere.

Ma più importante del vestiario, che non tutti per motivi economici potevano seguire, c'era una tendenza che caratterizzò fortemente gli anni sessanta e questa fu l'uso di portare i capelli lunghi.

I Beatles, che allora facevano tendenza, furono dotati, per un caso della natura, tutti e quattro di capelli lisci ed allora tutti tentammo di imitarli, tagliandoceli in quel modo anche se non tutti ci riuscimmo.

In contemporanea, i barbieri, che generalmente si chiamavano Pasquale, Vitale, Carmine, Cataldo, Cosimo cominciarono a nascondere le loro chiare origini dalla Terra di Lavoro ed iniziarono a sostituire le loro insegne con appellativi di forzata

origine anglofona o francofona, proprio loro che in italiano avevano una percentuale di congiuntivi azzeccati assai al di sotto della comune decenza. Loro che lavoravano con la testa degli altri, avevano perso la loro, non si accontentavano più di fare il semplice cerusico, ora erano diventati più ricercati dei professoroni, e chi si era creato una fama di eccelso tosatore, dava gli appuntamenti con la stessa stitica alterigia dei luminari della medicina e sulle loro poltrone non si discuteva più animosamente del nulla ma si stava in religioso silenzio nell'attesa di un suo cenno per accomodarsi.

Il paradosso fu che, a causa della moda dei capelli lunghi, in realtà i barbieri non li tagliavano quasi mai e tanto meno la barba che ci lasciavamo crescere per cui lui ora li acconciava, forse li spuntava, ma principalmente li stirava creando il novello Canova dei capoccioni i quali, pur di non spettinarsi, cominciarono a dormire alla maniera di Napoleone, ovvero sulla poltrona.

Di qui la necessità dei Ray-Ban perché, avevano sì un bel capoccione, ma non dormiva più nessuno, e fu anche uno dei motivi per cui con tutti quegli asciugacapelli in simultanea funzione, ci furono le domeniche a piedi per la crisi energetica e i locali dei barbieri non profumarono più di mediocre lavanda ma di capelli bruciacchiati e noi giovani, ignari di tutto, stavamo bruciando i nostri migliori giorni. I migliori anni della nostra vita.

Giuseppe Lombardi

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 – Il 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.

“Nell'anima ci sono sentieri in cui l'uomo cammina da solo, strade che non portano alla società, un mondo privato che si sottrae allo sguardo pubblico. La vita non è fatta solo di terra da arare o produttiva, ma anche di montagne di sogni e di sotterranei di dolore”.

Così scriveva quell'intenso pensatore ebreo mistico che è stato Abraham J. Heschel (1907-1972) nel libro *Crescere in saggezza* (Gribaudi 2001). È da venerdì scorso che sono cominciati i flussi migratori delle vacanze e forse è necessario ripetere che non esistono solo le autostrade, le città rumorose, i divertimenti più svariati, i tempi di lavoro, i terreni da coltivare e da edificare. Ci sono anche i sentieri dell'anima, ove in silenzio si può procedere lentamente, meditando, interrogando se stessi e, perché no?, pregando. Ci sono anche le «montagne dei sogni», ove si ascende non per respirare aria meno inquinata, ma per avere un orizzonte più libero e largo sulla storia e sul mondo, impedendo all'interesse, al realismo più bieco, al calcolo di restringere al minimo atti e pensieri.

E ci sono pure i «sotterranei del dolore», quelle piaghe interiori che si cerca di ignorare o di anestetizzare durante il resto dell'anno, ma che sottilmente ci torturano e che devono essere esaminate e curate con coraggio. Il programma di una vacanza non si misura solo sul benessere fisico e sui progetti di riposo e di

viaggio, ma anche sull'avventura dello spirito, sulla cura dell'anima, sulla rinascita della coscienza, sull'allargarsi della mente e del cuore. Noi siamo fatti non per il modesto cabotaggio ma per navigare negli spazi dell'infinito, del mistero, dell'amore.

Cardinale Gianfranco Ravasi - Dalla rubrica Il Mattutino – Avvenire

6 – Condivisione condivisione!

L'uso collettivo dei beni può cambiarci la vita; di fronte a questa possibilità , quello che forse dobbiamo imparare è il modo di «condividere bene». Internet, i Big Data e l'era dei cellulari rappresentano l'inizio di un nuovo romanzo di cui non c'è traccia nella storia passata.

Continuiamo insieme a scrivere questo libro e condividiamo con tutti noi della “Pillola per navigare” quello che desideriamo (foto, poesie, articoli, segnalazioni, ricette, offerte ecc ecc).

Condividiamo questa utile informazione:

Lo sportello terza età non va in vacanza: aperti a luglio e agosto

L'invecchiamento nello sviluppo di una persona è una tappa della vita che richiede l'accettazione di vari cambiamenti ed eventi che si possono verificare. Purtroppo, spesso, l'insorgenza di una patologia può trasformare le abitudini e lo stile di vita anche del nucleo familiare che, in questi casi, costituisce il punto di forza e quindi di riferimento a livello assistenziale per alcune malattie quali ad esempio la demenza.

La Demenza, e l'Alzheimer in particolare, è una malattia neurodegenerativa che colpisce il cervello, i cui fattori di rischio sono dovuti ad una serie di combinazioni quali: l'età, la genetica, lo stile di vita ed i fattori ambientali.

Il paziente malato di Alzheimer nel corso degli anni, va incontro a diverse difficoltà quotidiane, fino ad aver bisogno di una assistenza continua, in quanto entrano in gioco fattori psicologici di difficile gestione e comprensione per chi non è uno specialista.

SPORTELLLO TERZA ETA' aperto anche ad agosto

Proprio per queste difficoltà è attivo lo sportello rivolto alla terza età gestito da una equipe esperta in Neuropsicologia, Psicologia dell'invecchiamento e Nutrizione rivolto a tutti i familiari dei pazienti anziani fragili, con l'obiettivo di fornire un supporto socio-informativo e psicologico.

COME?

- telefono 333.1772038 – 333.4589893
- telefonodargento@gmail.com

E ora aspettiamo la tua condivisione che puoi inviare all'indirizzo:

telefonodargento@hotmail.it

oppure chiamando il 333.1772038

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**