



PILLOLA PER NAVIGARE

NUMERO 351

29 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” – Chiamare il taxi con google maps
3. Giovedì al cinema – Chiuso per ferie
4. Raccontaci di te – Aspettando internet e la chat
5. Il pensiero del Cardinale – Pagliuzze e perle
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

Durante il periodo estivo le attività sono sospese:

- *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.

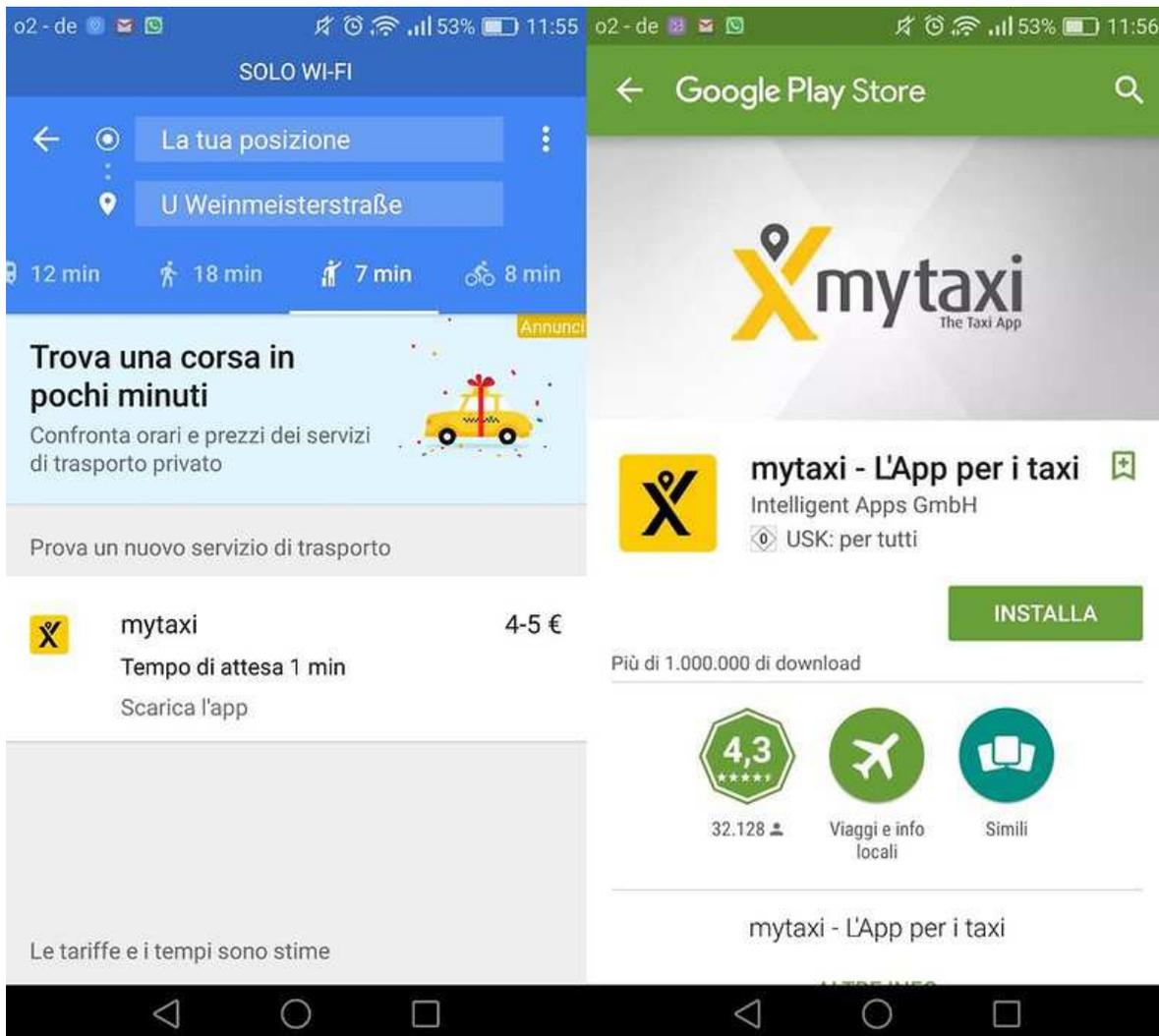
Se avete bisogno di informazioni e delucidazioni contattateci al n. 06 88 40 353 il martedì e venerdì dalle 17 alle 19.

2 – La pillola per navigare

Chiamare il taxi con google maps

Dopo una lunga giornata in giro per musei e attrazioni varie in centro città, l'unica cosa che volete fare è tornare a casa? Un modo rapido potrebbe essere quello di chiamare un taxi e, per farlo, potrete contare su Google Maps.

Inserite la vostra posizione ed il luogo di destinazione e cliccate sull'icona dell'omino con il braccio sollevato. Con l'app myTaxi installata sul vostro dispositivo vedrete subito visualizzati i minuti necessari per raggiungere casa ed il costo approssimativo. Come avere due app in una!



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.

Aspettando internet e la chat

Conobbi Marina al telefono. E la nostra fu una storia strana, fin dall'inizio.

Era stata Caterina, una mia amica, a dare a Marina il mio numero di telefono, e le aveva detto:

- Ettore è un ragazzo simpatico e molto gentile, so che l'anno scorso ha sofferto terribilmente di mal di schiena, ma ha risolto i suoi problemi grazie a un bravo fisioterapista. Perché non lo chiami e magari ti fai dare il numero?

E così lei mi aveva telefonato.

-Salve, sono Marina – si presentò, - Caterina mi ha dato il suo numero, mi ha detto che avrei potuto disturbarla... sa, in questo periodo soffro di mal di schiena e...

-Si, mi dica pure, - la incoraggiai.

Marina aveva una voce che mi piaceva, allegra e cordiale. Quel giorno parlammo soprattutto di medici, cure alternative, fisioterapia. Ma riuscii a sapere che lavorava come grafica in un'agenzia pubblicitaria ed era molto preoccupata per i suoi dolori alla schiena che la bloccavano a letto anche per dei giorni. Era sempre stata una sportiva, le piaceva nuotare, giocare a tennis, ma da qualche mese si era rassegnata alla forzata immobilità.

Quel giorno, comunque, le diedi molti consigli, il primo dei quali fu quello di rivolgersi al mio fisioterapista. Marina mi assicurò che ci sarebbe andata e anche che mi avrebbe ritelefonato.

Infatti lo fece, dopo due settimane. Riconobbi immediatamente la sua bella voce e quella volta chiacchierammo un po' di tutto.

Ci telefonammo ancora, e fui io a richiamarla. Ero curioso di sapere come stava andando dal fisioterapista. Ma forse quella era solo una scusa, la verità è che volevo sentire di nuovo la sua voce.

-Si, ora va molto meglio – mi disse Marina. – Ho fatto bene a seguire il tuo consiglio, mi sembra di essere rinata.

-Sono molto contento di esserti stato utile. Ma che stai facendo ora?

-Sono al telefono con te.

-Dai, non scherzare.

Senza accorgercene eravamo passati al tu, tra noi c'era un'istintiva simpatia, era inutile negarlo.

Non ci fermammo alla terza telefonata. Direi piuttosto che da quella volta ci sentimmo con una certa assiduità. Se non una volta al giorno, quasi.

Marina era una ragazza molto estroversa, cominciò a raccontarmi della sua vita, della sua infanzia, persino dei suoi sogni.

Eravamo sempre più in sintonia e un giorno le confessai che trovavo il nostro rapporto molto singolare.

-A me piace molto.

-Che cosa ti piace molto? – le chiesi.

-Parlare con te.

Ci scambiammo altre confidenze e un giorno mi resi conto che Marina era la persona che mi conosceva meglio di chiunque altro.

Ormai sapeva tutto di me, i miei gusti, i miei hobbies, i miei difetti. E tra noi c'erano affinità incredibili.

Se non avevamo pensato di incontrarci? Certo, ma non facevamo che rimandare.

Entrambi temevamo di rimanere delusi. Tra i due comunque ero io il più curioso.

-Ma dimmi, Marina, quando ci possiamo incontrare? Io non vedo l'ora.

-Ci sarà, ci sarà questo incontro, intanto continuiamo a giocare con i nostri sogni e le nostre sensazioni, - prese tempo lei.

Quel periodo fu meraviglioso, magico. Il rapporto con Marina si faceva sempre più coinvolgente.

E finalmente arrivò il grande giorno. Le dissi che l'avrei aspettata nel bar sotto casa sua. Come riconoscerci? C'eravamo messi d'accordo, dovevamo avere sottobraccio la stessa rivista.

Quando la vidi provai un'emozione incredibile. Non era bella, era bellissima. E a quel punto per un attimo le mie sicurezze vacillarono. Avevo dato quasi per scontato il fatto che le sarei piaciuto. Ma... se a Marina non fossi piaciuto? Per fortuna il suo sorriso spazzò via tutti i miei dubbi.

Iniziò in questo modo la nostra storia d'amore e ora, a tanti anni di distanza, ormai solo e vecchio, ricordo che quando ero lontano per lavoro, mi piaceva telefonarle e far finta di essere ancora in quel magico periodo in cui eravamo solo due voci.

Ettore

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.

Gli errori, come pagliuzze, galleggiano sulla superficie; chi cerca perle deve tuffarsi nel profondo.

Talvolta i lettori mi stupiscono coi loro scritti e suggerimenti: io avevo solo una vaga idea dell'esistenza di un poeta inglese di nome John Dryden (1631-1700), ma un lettore di Siracusa mi invia ben tre citazioni di questo scrittore. Ne scelgo una, tratta dal dramma Tutto per amore (1678). Essa, forse, è rappresentata simbolicamente davanti agli occhi da chi si gode oggi l'ultima domenica di vacanza, attraverso l'immagine dei pescatori subacquei. L'idea è chiara e non merita tante annotazioni. Purtroppo, però, è ben più facile raccogliere pagliuzze che perle e la biografia di ciascuno è la conferma di questa considerazione ovvia.

Vorrei, invece, fissare l'attenzione proprio sulla perla che si conquista a fatica. Ciò che ai nostri giorni viene sempre meno è appunto l'impegno arduo e costante per evitare gli sbagli. Ci si lascia andare un po' inconsciamente alla deriva, convinti che gli errori non sono poi tanto importanti. Così, alla fine, le pagliuzze oscurano la dignità della persona. L'onestà, invece, è faticosa, è conquista ottenuta con esercizio, andando contro le leggi dell'abitudine e del "così fan tutti", proprio come il pescatore di perle deve andar contro le leggi della gravità per ottenere il suo tesoro. Il primo livello di questa educazione della coscienza lo ricordava Gandhi: «È bene confessare i propri errori perché ci si ritrova più forti». Ma, poi, c'è un lungo esercizio di conquista della virtù, di dominio di sé, di formazione dell'anima. Solo così, alla fine, si scopre la gioia della giustizia e della verità.

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**