



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 358

17 ottobre 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” – Google Maps
3. Giovedì al cinema – Qualcosa è cambiato
4. Raccontaci di te – Sicilia terra mia!
5. Il pensiero del Cardinale – Il rischio dei rischi
6. Condivisione condivisione! – L'arte di riciclare

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

1 – Appuntamenti e notizie

Inaugurazione Club Alzheimer:

Attività e supporto per pazienti e familiari dal 20 Ottobre

Il Telefono d'Argento ONLUS aggiunge al proprio curriculum un nuovo progetto pronto ad arricchire i sedici anni di iniziative all'attivo dell'associazione romana. I bisogni del territorio cambiano e il direttivo della onlus, dedicata alla terza e quarta età, risponde mettendo a disposizione volontari formati e personale qualificato in un programma capace di coniugare attività mirate, all'ambiente familiare e accogliente dei più noti Cafè Alzheimer. Il progetto, che garantirà accesso gratuito al servizio per utenti affetti da demenza cognitiva di livello lieve-moderato, si svolgerà il sabato mattina presso i locali del centro diurno "Il Girasole", sito in Via Mascagni 156/b.

L'iniziativa non lascia da parte i caregiver spesso costituiti dai familiari dei pazienti, tanto che è lo stesso coordinatore del servizio, lo psicologo-psicoterapeuta dott. Gian Luca Banini, ad affermare che: «sono ben note le condizioni di fragilità che caratterizzano le persone colpite dall'alzheimer e i loro familiari. Spesso le difficoltà vengono vissute come un attacco ai legami oltre che alla persona, con una conseguente sensazione di isolamento. Di fronte a questo la rete, ossia la comunità nella quale la famiglia è inserita, non può tirarsi indietro – ed ancora sottolineando l'importanza della collaborazione con la Cooperativa San Saturnino onlus aggiunge - Proprio per questo motivo, grazie alla disponibilità della Cooperativa San Saturnino che ha messo a disposizione i locali del centro

diurno anziani fragili, è nato il progetto “Club Alzheimer” che intende aiutare le famiglie e le persone affette da Alzheimer, offrendo la propria disponibilità e professionalità, al fine di garantire un ambiente sereno e attento ai bisogni, dove sentirsi accolti e aiutati».

All’inaugurazione del progetto, in calendario per il giorno **venerdì 20 ottobre alle ore 11,00** presso lo stesso centro che ospiterà le attività almeno fino a settembre 2018, prenderanno parte anche rappresentanti delle istituzioni locali, in particolare del Municipio II di Roma Capitale.

Per informazioni:

Responsabile organizzativo:

Chiara Fravili 324.9017633 – fravili.chiara@gmail.com

Sede de Il Telefono d’Argento presso Via Panama 13, 06.8557858 (lun-ven dalle 17.00 alle 19.30)

Nella sede di S. Roberto Bellarmino via Panama 13

Aperta tutti i giorni dalle 10.00 alle 12.00 e dalle 17.00 alle 19.30.

Il lunedì dalle 16.00 alle 17.00 Corso di Ginnastica dolce

Il mercoledì dalle 10.00 alle 11.00 Incontri Aperta ..Mente

Il mercoledì dalle 11.00 alle 12.00 Corso di Ginnastica dolce

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

INFO 06 8557858

Nella sede di S. Agnese via Nomentana 349

Aperta tutti i martedì e giovedì dalle 16.00 alle 18.30

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.

Martedì 17 Ottobre alle ore 16:00, nel Salone Giulio II, Claudio Mastracci parlerà di "Roma sul Reno", reportage di viaggio, fotografico e non, con riferimenti al passato.

Info: 06 86207644.

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

INFO 010 7092604

Nella Sede di S. Maria della Mercede via Basento 100

Aperta tutti i martedì e venerdì dalle ore 17 alle ore 19

Da mercoledì 11 ottobre tutti i mercoledì dalle 16 alle 17.30 il Tewlefono d'Argento e l'Angolo dell'amicizia organizzano incontri:

- 18 ottobre ore 16: Incontri Aperta...Mente
- 25 ottobre ore 16: da definire

Per informazioni chiamare 06 88 40 353

Nella Sede di Santa Croce Via Guido Reni 2b

FESTA DEI NONNI a Santa Croce a Via Flaminia

DOMENICA 22 OTTOBRE SI FESTEGGERANNO TUTTI I NONNI

Partecipa anche tu! Ti aspettiamo! Chiamaci per conoscere le iniziative!

Per info: 333.17720138

- *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 lunedì, martedì e giovedì dalle 17.00 alle 19.00

Il giovedì dalle 10.00 alle 11.30 Incontri "Aperta..Mente"

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

Per informazioni chiamare 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

Il **cinforum** riprenderà il 5 ottobre 2017 alle ore 10.30

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

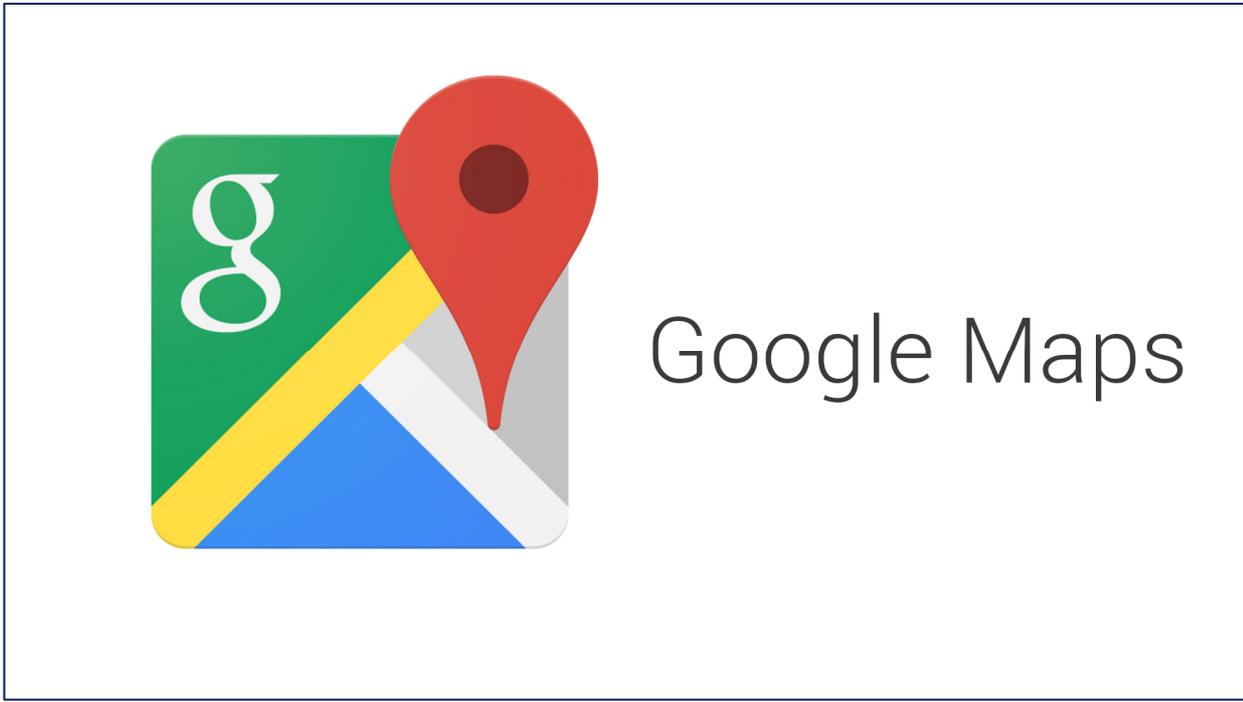
E’ sempre in distribuzione la card che consente di ottenere sconti ed agevolazioni presso alcuni esercenti, studi medici, sanitari, teatri, ecc. .

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

GOOGLE MAPS



Google Maps è il servizio per la ricerca di indirizzi e mappe più potente che si può trovare.

Sia che si utilizzi Google Maps dal computer, sia come app sul cellulare, ci sono tante funzioni utili e importanti da conoscere.

Vediamo queste due.

1) Con Google Maps è possibile avere sempre una panoramica della situazione del traffico in tempo reale.

Per visualizzare il traffico in tempo reale, posizionare il mouse sopra il simbolo del satellite nell'angolo in alto a destra e cliccare su Traffico.

Da notare che le applicazioni Google Navigatore daranno indicazioni stradali che cambieranno anche in base al traffico del momento.

2) Modifica di un percorso

Dal sito web di Google Maps, se non piacesse il percorso suggerito per arrivare in un posto, è possibile cliccare su un punto della mappa e trascinarlo per spostarlo e cambiare strada.

Questo permette di segnare un punto in cui bisogna passare e di disegnare la strada preferita per evitare di passare, ad esempio, per un'autostrada o per fare un percorso panoramico e turistico.

3) Su Google Maps è possibile pianificare un itinerario con più tappe e destinazioni e fissare delle soste lungo il percorso suggerito.

Aggiungere nuove destinazioni alla lista per passare in più punti e poi trascinare e rilasciare le lettere a fianco di ogni tappa per ordinare le tappe.

Per farlo, aggiungere la prima tappa, poi toccare l'icona dell'auto per creare un percorso, ma prima di entrare nella modalità di navigazione, toccare sul menu nell'angolo in alto a destra (tre punti verticali) per poter selezionare l'opzione "Aggiungi tappa" dal menu.

Toccare quindi la seconda destinazione e selezionare la posizione.

Si possono aggiungere più tappe ed ogni luogo può essere toccato e trascinato su o giù a seconda di quale destinazione si vuol raggiungere per prima.

Google sceglierà il percorso migliore in base alla distanza ed alla velocità per passare in ogni luogo indicato, nell'ordine specificato.

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

3 – Giovedì al cinema

Qualcosa è cambiato



La volta scorsa avevamo lasciato Melvin e Simon quasi amici grazie all' "affido condiviso" del cagnolino e Carol grata a Melvin per il medico che le aveva mandato per curare il figlio.

Simon, a corto di denaro e ispirazione, è convinto dall'amico gallerista Frank ad andare dai suoi genitori a Baltimora, per chiedere loro il denaro che gli occorre e si ritrova ad avere per compagni di viaggio Melvin e Carol.

Melvin si prepara meticolosamente ad affascinare Carol approfittando del viaggio, ma non riesce a vincere la sua radicata ritrosia a lasciarsi andare, diventando perfino geloso dell'amicizia tra Carol e Simon.

Al rientro a New York, Carol dice chiaro e tondo che non vuole più dover sopportare Melvin. Ma Simon, che è riuscito a ritrovare l'ispirazione proprio

grazie a Carol, sprona l'amico a reagire. Melvin si rende conto di come la presenza di Carol lo stia aiutando a vincere le sue ossessioni e riesce finalmente a confessare a Carol il suo amore per lei e quindi...film con finale stile "...e vissero tutti felici e contenti!"

Sicuramente tutti entusiasti per questo film di apertura della nostra stagione: bravissimi gli attori (compreso il cagnolino!) e bella la storia, che ha toccato tematiche profonde riuscendo anche a farci divertire.

Secondo la maggior parte delle nostre spettatrici il tema del RITORNO è stato toccato (ritorno ai sentimenti veri, a una vita normale, all'ispirazione artistica, ritornare, nel senso di ricredersi, sulle proprie posizioni...), mentre due amiche non sono riuscite a trovare nel film questo aspetto.

Lo troveremo nel prossimo film che vedremo giovedì prossimo, sempre alle 10:30 a via Frescobaldi 22? Venite e lo scopriremo insieme!

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.

Sicilia terra mia!

Nonna, ma perché non andiamo mai in Sicilia? La domanda di mia nipote Beatrice è la stessa che mi sono fatta io tante volte nella cabina della nave che ci portava in

vacanza. Meta, la Sardegna, il posto dove venivamo a rifugiarci dopo un anno di fatiche, l'isola che avevo eletto mia seconda patria.

Già, perché non andiamo in Sicilia? Io sono nata a Catania e laggiù ho trascorso la mia infanzia, ho studiato, mi sono sposata e sono diventata mamma. Ma fin dalla mia nascita, un giorno di febbraio di tanti anni fa, mi sono sentita rifiutata da quella terra. Sarà perché i miei genitori desideravano tanto un maschietto, un bel bimbo sano che riempisse il vuoto lasciato da Vincenzo, il figlio perduto quando aveva appena sei mesi d'età. Ero ancora una bambina quando mio zio mi ha raccontato, senza una punta di umorismo, che mio padre è svenuto alla notizia della mia nascita.

Una femmina, che disgrazia. E' dura convivere con l'idea di non esser stata desiderata dai miei genitori: da loro mi sentivo piuttosto tollerata, accettata contro voglia. E lo stesso provavo di fronte allo zio Francesco, onnipotente e onnipotente. Era il fratello di mia madre, celibe, e ha sempre vissuto con noi, dettando legge e formando un'alleanza di ferro con la sorella. Insieme amministravano i loro immobili, con uno stile che ricordava quello dei feudatari siciliani di una volta. Non c'è da stupirsi, quindi, del fatto che la mia bisnonna, quando decise di aver bisogno di un aiuto in casa, andasse a procurarsi la cameriera all'orfanotrofio. Scelse una bimba di otto anni, Angela, che poi andò in dote a mia madre quando si sposò con papà. Ed è stata Angela a cullarmi, ad ascoltarmi, a seguirmi come mia mamma non ha mai fatto. Le coccole che ho avuto me le ha fatte lei perché per mia madre ogni sentimento, ogni emozione erano dimostrazioni di debolezza. Persino l'amore coniugale era un dovere, persino i normali rapporti d'affetto con la famiglia. Granitica, dura, senza mai un dubbio: questa è stata mia madre.

Così sono cresciuta in una gabbia di divieti e di doveri, in cui il mio futuro era già segnato, deciso da zio Francesco e da mamma: avrei studiato quel tanto che basta a una donna e avrei fatto un buon matrimonio, e per buono intendevano ricco, prestigioso.

Ma io, già a dieci anni, sognavo di diventare medico. In parrocchia vedevo i manifesti che mostravano i bimbi denutriti dell'Eritrea e sognavo di prestare la mia opera ad Asmara. Un dottore in famiglia c'era già, zio Gaetano, che con zio Francesco era l'unica autorità cui mia madre si sottometteva. Ma io no, io avrei dovuto fare l'insegnante, un mestiere che si addiceva ad una donna: così la pensavano tutti, tranne papà che, però, non interveniva quasi mai. Sotto sotto, mi pareva d'accordo con la mamma. Lui era diverso, amava il suo "giardino" (così si chiamano gli agrumeti in Sicilia) e lì, nelle sue terre, abbiamo trascorso tante domeniche. Era dolce, tranquillo e, nonostante quello svenimento alla mia nascita, mi voleva bene e mi incoraggiava. Ma non ha mai detto una parola contro la mamma, innamorato di lei dal primo giorno all'ultimo. Ricordo che quando mia madre era ormai immobilizzata nel letto dall'artrite reumatoide, lui passava le notti in bianco, tenendole la mano.

Gelosa di mia madre? Sì, anche perchè ho sempre vissuto con il sospetto di non essere stata desiderata. Ogni tanto pensavo a Vincenzo, a quel bimbo perfetto che per così breve tempo era stato la gioia dei miei genitori. Avrei potuto detestarlo, invece ho sempre provato per lui un grande affetto.

Da quella terra ho portato via anche i miei genitori e non ci sono più tornata.

Nina

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.

La speranza è una determinazione eroica dell'anima. La più alta forma della speranza è la disperazione vinta... La speranza è il rischio da correre. È addirittura il rischio dei rischi.

«Essere sempre pronti a rispondere a chiunque vi domandi ragione della speranza che è in voi»: questo famoso programma, espresso dalla Prima Lettera di s. Pietro (3,15), è il motto ideale del convegno ecclesiale di Verona di questi giorni (17.10.2006).

Al centro, dunque, c'è questa virtù teologale che, in quanto tale, è dono divino, ma che è pure impegno operoso del credente. È ciò che ci ricordano le parole sopra citate di quel grande scrittore cattolico francese che è stato Georges Bernanos (1888-1948) in un suo saggio (*La libertà perché?*). Un altro scrittore francese, anch'egli cattolico, Charles Péguy, non molti anni prima aveva composto un intero poemetto su questa virtù, *Il portico del mistero della seconda virtù* (1911).

Egli aveva ricordato che impresa difficile è sperare, mentre disperare è la scelta più facile, lasciandosi quasi andare alla deriva. È ciò che ribadisce anche Bernanos: sperare è, certo, un rischio, esige coraggio, reazione, impegno. Ma è solo per questa via che si ritrova il senso smarrito della vita e si fa tacere l'urlo della disperazione che è segno di morte. Certo, questo cammino di ripresa è spesso arduo. Karol Wojtyła, prima ancora di diventare Papa, in un suo dramma, *La bottega dell'orefice*, dichiarava: «Non c'è speranza senza paura, come non c'è paura senza speranza». È per questo che bisogna affrontare con realismo e determinazione il rischio della speranza, facendone quasi l'emblema del cristiano che la testimonia in un mondo spesso intristito e sottilmente disperato, pur sotto il manto esteriore del godimento.

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).

L'arte di riciclare

Da alcuni anni il Telefono d'Argento - ONLUS si occupa di aiuti alla quarta età. Tra le sue numerose iniziative, è andata lentamente crescendo quella di favorire il riutilizzo di "cose", di cui un anziano fragile si trova all'improvviso ad avere un urgente bisogno, ma che spesso gli sono precluse a causa delle lentezze burocratiche.

Parliamo di sedie a rotelle, deambulatori, stampelle, pannoloni traverse, presidi che sono divenuti inutili ed ingombranti ad alcuni (perché, ahimè, non servono più!), ma che sono utilissimi ad altri anziani che scoprono di averne bisogno.

La signora Elvira, ad esempio, una nostra amica molto anziana e piena di acciacchi che vive da sola (non ha mai voluto sposarsi) si è rivolta alla nostra Associazione, perché, fatta domanda alla ASL per una dotazione mensile di pannoloni, dopo che erano passati ben quattro mesi, non le era ancora arrivato nulla. Dopo qualche giorno dalla richiesta di aiuto è arrivata nella nostra sede una signora, che ci porta due scatoloni di pannoloni (ogni scatolone del valore di 150 € circa!!), richiesti e ottenuti a suo tempo per la mamma deceduta da poco, e di cui voleva disfarsi, dato che ormai le ingombravano casa. Che soddisfazione aver potuto immediatamente accontentare Elvira consegnandole a domicilio i due scatoloni!!.

Il nostro call center riceve sempre più spesso richieste analoghe ed i nostri autisti volontari, oltre a svolgere le mansioni standard di accompagnamento di anziani con mobilità limitata o assente, sono ormai impegnati anche per la redistribuzione

di materiali, che altrimenti correrebbero il rischio di essere gettati via e di venire confinati e chiusi nelle cantine. Materiali che sono a volte ben più preziosi dei pannoloni, come nel caso delle sedie a rotelle.

Le attività di recupero e redistribuzione si sono nell'ultimo anno intensificate ed allargate anche al settore alimentare (cibi preconfezionati in scatola) e gastronomico (cibi "cucinati"). Abbiamo stipulato accordi con diverse mense aziendali, cui quotidianamente avanzano pasti non consumati, così, a fine giornata, vengono messi in specifici abbattitori di temperatura e confezionati in modo che i nostri volontari possano immediatamente raccoglierci, e distribuirli a famiglie disagiate del quartiere.

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**