



PILLOLA PER NAVIGARE

NUMERO 373

30 gennaio 2018

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” – Ingrandire le barre di scorrimento in Windows
3. Giovedì al cinema – Tulipani
4. Raccontaci di te – Il tempo e l'orologio
5. Il pensiero del Cardinale – Il pignolo
6. Condivisione condivisione! – Marmellata crudista

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

I Appuntamenti e notizie

A S. Roberto Bellarmino via Panama 13

Aperta tutti i giorni dalle 10 alle 12 e dalle 17 alle 19.30.

Il lunedì dalle 16 alle 17: Corso di Ginnastica dolce

Il mercoledì dalle 10 alle 11: Incontri Aperta ..Mente

Il mercoledì dalle 11 alle 12: Ginnastica dolce

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

Per informazioni chiamare 06 8557858

A S. Maria della Mercede via Basento 100

Aperta tutti i martedì e venerdì dalle ore 17.00 alle 19.00

Tutti i mercoledì dalle 16 alle 17.30 il Telefono d'Argento e l'Angolo dell'Amicizia organizzano incontri:

- **31 gennaio** ore 16: Incontri Aperta...Mente
- **7 febbraio** ore 16: Le più belle arie di Mozart, a cura di Giulio d'Amore, musicologo
- **14 febbraio** ore 16: Incontri Aperta...Mente
- **21 febbraio** ore 16: Musica....
- **28 febbraio** ore 16: Incontri Aperta...Mente

Per informazioni chiamare 06 88 40 353

A S. Agnese via Nomentana 349

Aperta il martedì e il giovedì dalle 16 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 8607651
E' attivo un servizio di consulenza amministrativa condominiale su appuntamento prenotabile in sede o telefonando ai numeri 06 8607651 (mar./giov. pomeriggio).

Il corso di computer non è al momento attivo. Riprenderà a Marzo

A Santa Croce Via Guido Reni 2b

Aperta tutti i giorni dalle 16.30 alle 19

Il mercoledì ore 16.30 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: 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 chiamare 333.1772038 – 06.3222976

A 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

Per informazioni chiamare 010 7092604

Ai Sacri Cuori Via Poggio Moiano,12

Aperta lunedì, mercoledì e giovedì dalle ore 17 alle 19

Il giovedì dalle 10 alle 11.30: Incontri Aperta...Mente

Domenica 11 febbraio, dopo la messa delle 10.30, “Un caffè insieme“

Per informazioni chiamare 06 86210008

A Via G. Frescobaldi 22

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,

Per informazioni chiamare 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 offrirla e farvi conoscere le diverse possibilità di utilizzo.

2 La pillola per navigare

Ingrandire le barre di scorrimento delle finestre in Windows

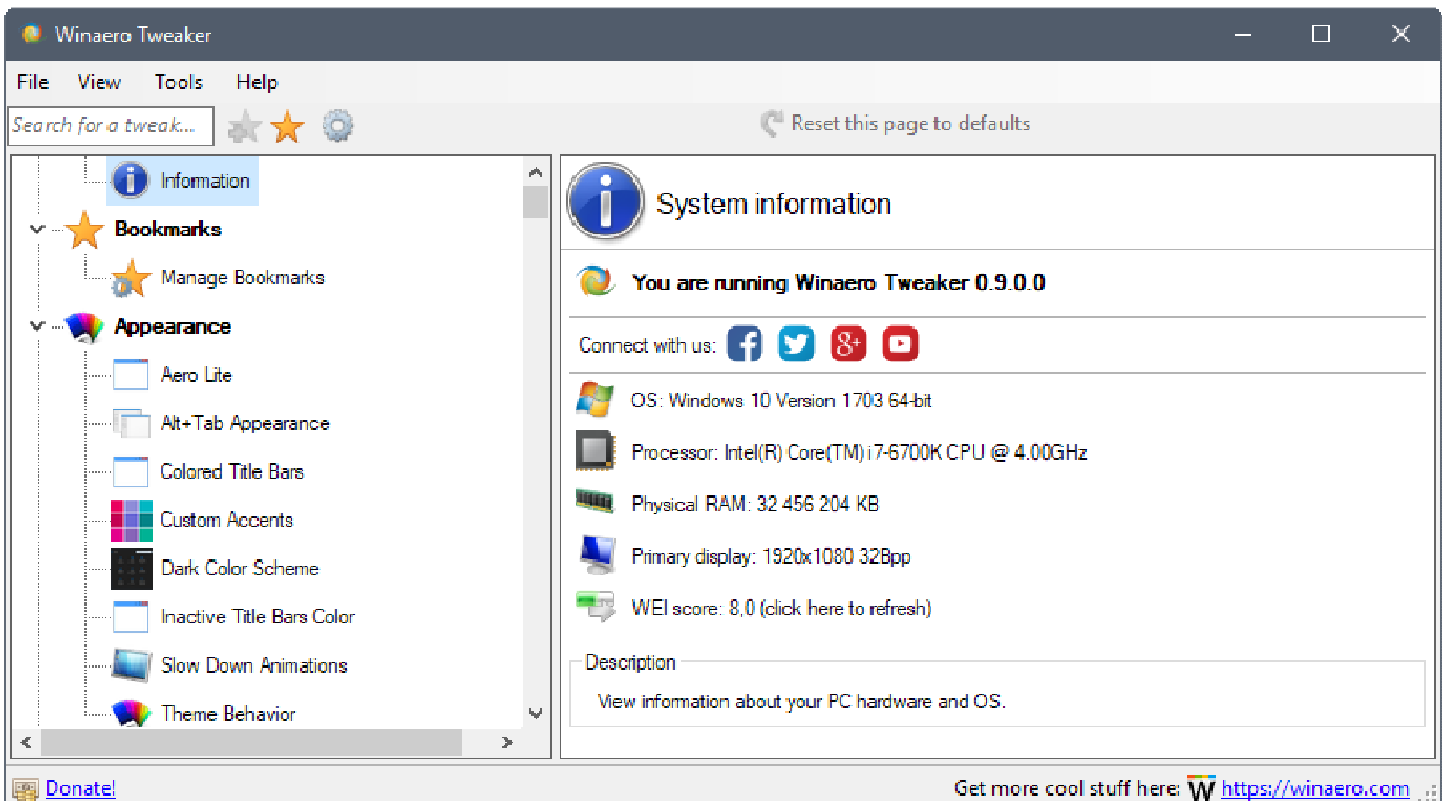
Le barre di scorrimento sono quelle che compaiono alla destra di ogni finestra, che servono a scorrere verso l'alto o verso il basso il contenuto.

Si può vedere questa barra in ogni documento word più lungo di una pagina, nelle pagine web di blog e giornali, in Facebook, nei risultati di ricerca Google, nelle finestre di Windows ed in quasi ogni programma per PC.

La dimensione della barra di scorrimento delle finestre Windows è governata da una chiave di registro, ma può essere modificata facilmente tramite un semplice programma.

La chiave di registro, si trova alla posizione HKEY_CURRENT_USER\Control Panel\Desktop\WindowMetrics e si chiama ScrollWidth.

Il programma da usare per modificare la dimensione della barra di scorrimento in ogni finestra e programma in Windows 7, Windows 8 e Windows 10 è WinAero Tweaker, già segnalato tra i migliori programmi di Tweaking per modificare ogni cosa di Windows 10.



Scaricare quindi Winaero Tweaker dal link di download, poi installarlo ed eseguirlo per aprire l'interfaccia con le opzioni da modificare.

Quella che controlla la larghezza delle barre di scorrimento delle finestre si trova cercando a sinistra la sezione Advanced Appearance Settings, sotto Scrollbars. Sulla destra si potranno quindi modificare la larghezza della barra scrollbar e quella dei pulsanti.

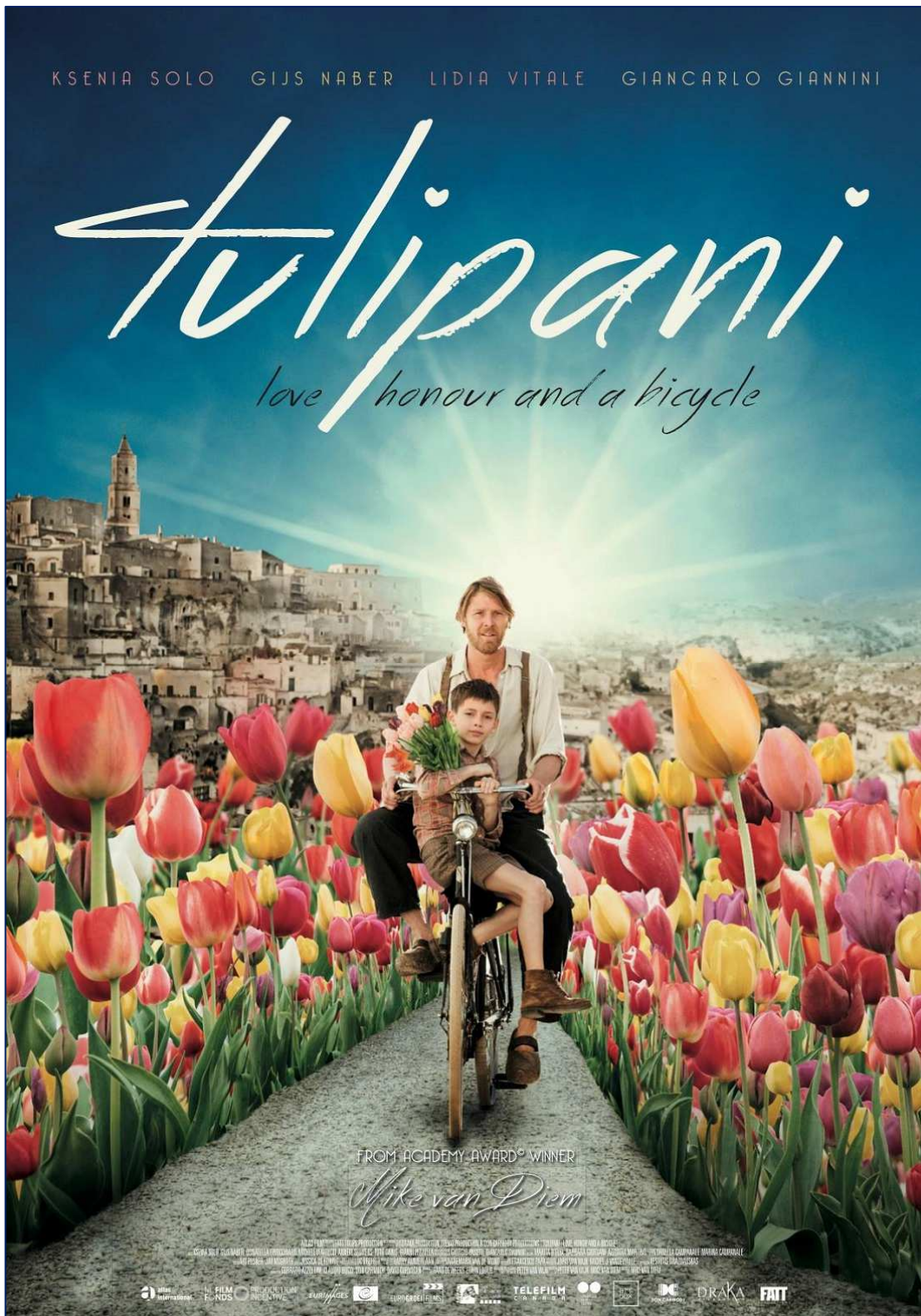
Una volta ingranditi, premere Apply e poi disconnettersi o riavviare il PC per vedere la modifica.

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

3 Giovedì al cinema

Govedì scorso abbiamo iniziato la visione del bel film TULIPANI.

Per fare un buon film ci vuole.... un cervello. Tulipani sembra scritto per dimostrare questa tesi. La storia è un po' folle in sé e viene raccontata da un trio improbabile a un improbabile ispettore impersonato da un divertito Giancarlo Giannini. Gli eventi messi in modo dall'arrivo di un giovane olandese in un paesino pugliese sono improbabili, sconclusionati, folli, ma vengono raccontati con leggerezza, agilità, umorismo e il film scivola via piacevolissimamente. Una piccola perla.



E ora appuntamento a giovedì prossimo alle 10:30 per vedere la seconda parte del film e scoprire come va a finire.

Vi aspettiamo a via Frescobaldi con un caffè bollente e uno spicchio di torta.

4 Raccontaci di te

Come sempre, ricordiamo che questo spazio è aperto al contributo di tutti. 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.

Il tempo e..... l'orologio

In uno dei miei ultimi viaggi in Africa come Superiore generale della Congregazione dei Padri Stigmatini, mi trovavo a conversare con alcuni confratelli sacerdoti sudafricani sulla opportunità o necessità di una programmazione precisa della vira pastorale delle zone missionarie.

Notavo in loro una certa ponderatezza, nel prevedere e nel costruire i diversi momenti durante l'anno nelle loro parrocchie della savana.

Alle mie osservazioni uno di essi mi disse: “Carissimo Padre, voi europei avete “l'orologio”, noi africani abbiamo il “tempo”.

In seguito ho ripensato mille volte a quella frase. E l'ho scoperta, nonostante tutto, completamente azzeccata e piena di saggezza. La vita dei nostri paesi occidentali e delle nostre città è tutta frenesia: un correre qua e là, assillati e dominati dal tic-tac inesorabile dei nostri orologi.

Finiamo stressati e sempre stanchi, con il tempo che ci sfugge dalle mani. Forse riusciamo a concludere qualche cosa, ma è sempre meno rispetto alla fatica che ci è costata.

Il mondo africano con quella espressione mi richiamava al valore del tempo. Esso va vissuto gustato, compreso, assaporato, in ogni istante. Noi ci lasciamo fuggire il presente pensando sempre al domani, e al domani di domani.

Mi sono venuti alla mente alcuni pensieri della Bibbia: “Tutto ha il suo momento, e ogni evento ha il suo tempo sotto il cielo” e altrove il Vangelo “Che serve all’uomo guadagnare tanto se poi perde i veri valori spirituali della sua vita?”.

Scambiamocelo questo augurio all’inizio del nuovo anno 2014: un augurio che si può trasformare in un impegno. Prendiamo in mano il nostro tempo, il tempo che Dio ci concede, senza sprecarlo, senza buttarlo all’aria, senza viverlo con frenesia e superficialità assaporando istante per istante.

Quindi meno “sguardi” all’orologio e più attenzione ai momenti che viviamo.

Don Andrea

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.

Era uno di quei pignoli che, vedendo fuori della finestra un temporale, dicono: «Pare che piova», nell'eventualità che invece qualcuno stia buttando giù acqua dal tetto.

Chi ama i gialli classici conosce certamente Dashiell Hammett (1894-1961), l'inventore del "duro" Sam Spade, l'autore del Falcone maltese, divenuto anche un famoso film di John Houston con Humphrey Bogart. Sto ora leggendo un suo romanzo, *La grande rapina*, e trovo questo ritratto del pignolo. Penso che tutti nella vita abbiano incontrato uno di questi personaggi, implacabili nella precisione, insopportabili nella puntualizzazione, noiosi fino allo svenimento. Eppure il pignolo ha una sua lezione da insegnarci (fermo restando che la pedanteria, soprattutto burocratica, è un vizio che colpisce gli altri senza pietà).

Infatti, ai nostri giorni la faciloneria, la superficialità, il pressappochismo sono diventati un'insegna inalberata in quasi tutta la comunicazione. Quante volte leggendo un articolo di tema religioso su un giornale mi stupisco per la serena ignoranza o per l'approssimazione senza respicenze dell'autore di quel testo. E mi viene il sospetto che anche altri articoli su argomenti che ignoro siano da prendere con le molle. A me per primo, perciò, e a tutti consiglio il ritorno alla ricerca meticolosa e minuziosa, allo scrupolo per la verità, al puntiglio nella verifica, prima di correre il rischio di parlare a vanvera. Certo, non si deve essere così gretti e rigoristi come il personaggio di Hammett, ma un fondo di rigore e di accuratezza non deve mai venire meno, come necessario antidoto alla dominante sciattezza e negligenza mentale.

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).

Marmellata crudista

Una cosa da provare! Non importa se sei crudista vegan o se mangi in modo tradizionale.

Cerchiamo di capire cosa è la marmellata. Ci piace tanto spalmata su una fetta biscottata a colazione o come ingrediente di tantissime gustose ricette.



Ingredienti:

fichi secchi senza conservanti (o qualsiasi altra frutta disidratata)

acqua tiepida

Procedimento:

Semplice, come tutte le ricette più naturali e salutari.

Mettere i fichi secchi in ammollo la sera con pari quantità di acqua.

La mattina, frullateli insieme alla loro acqua piena di minerali e vitamine, e spalmatela su... una fetta di banana!

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

telefonodargento@hotmail.it

oppure chiamare 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**