



**Il Telefono d'Argento – Onlus**  
Via Panama, 13 – 00198 ROMA  
Tel: 06.8557858 – 333.1772038

# LA PILLOLA

n. 390 del 29 maggio 2018

Condivisione di informazioni ed iniziative degli utenti del  
**Telefono d'Argento**

Il dettaglio di tutte le attività dell'associazione Il Telefono d'Argento può essere consultato al seguente indirizzo: <https://goo.gl/2YBy5K>

Se desideri ricevere **La Pillola** su:



**Whatsapp** invia un messaggio al numero 333.1772038



**Telegram** iscriviti al canale **Lapillola**

## Vieni a chattare con noi!

### Contenuto della Pillola 390

- |                                |                             |
|--------------------------------|-----------------------------|
| 1. Limitare dati in background | 5. Condivisione             |
| 2. Cinema Pasticceria          | 6. Accadde oggi             |
| 3. Raccontaci di te            | 7. Lo sapevi che...?        |
| 4. Il pensiero del Cardinale   | 8. La Costituzione Italiana |

Scrivici al [telefonodargento@gmail.com](mailto:telefonodargento@gmail.com)

e

seguici su [Facebook.com/telefonodargento](https://www.facebook.com/telefonodargento)

## 1 – Limitare alle applicazioni di utilizzare i dati in background



Utilizzare internet e regolarsi fino alla fine del mese senza andare oltre il limite può essere una lotta, soprattutto quando le applicazioni sono ad alto consumo di dati in background. Android ha una funzione in grado di tagliare i dati quando si raggiunge un certo punto, ma una nuova funzione permette di regolare i dati per applicazioni specifiche. E' uno strumento molto importante.

- Apri le impostazioni.
- Vai a Data usage > Data saver.
- Fai switch ON.
- Seleziona Accesso ai dati illimitato.
- Seleziona l'app che vuoi limitare.
- Fatto!

## 2 – Cinema Pasticceria

### Il Crimine non va in pensione



Giovedì scorso ci siamo imposti di vedere la seconda parte di *Il crimine non va in pensione*, film che ci era piaciuto molto poco. Il giudizio complessivamente negativo è rimasto: film molto esile e quasi patetico anche nelle prove dei pur bravi attori che impersonavano loro coetanei alle prese con un crimine escogitato a fin di bene. Crimine che non riescono a compiere, anche se alla fine la vendetta si abatterà comunque sul truffatore degli ingenui frequentatori della sala Bingo e, in qualche modo, la "giustizia" trionferà....

Il principale difetto di *Il crimine non va in pensione* è la disomogeneità: il regista mescola infatti inquadrature da sitcom televisiva (stile Villa Arzilla) a sequenze alla Ocean's Eleven e sperimenta con svariati modelli registici senza riuscire a trovare un'unità e un'originalità di stile. Anche il ritmo è asincrono: alle scene d'azione, girate e montate velocemente, si alternano dialoghi esplicativi che si trascinano senza aggiungere molto a ciò che già abbiamo visto e capito. Il debito alla commedia classica all'italiana viene pagato in pieno solo da un interprete: Maurizio Mattioli, che giganteggia nel ruolo di Barabba con tempi comici perfetti, improvvisazioni spassose, e un fondo di credibilità (pur nell'esagerazione comica) che manca a molti degli altri personaggi.

Prossimo giovedì, ultimo giorno del mese di Maggio, come sempre, ci ritroveremo alle 10:30 a Via Frescobaldi 22 per un film, un caffè e qualche dolce. Vi aspettiamo!



## 3 - 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.

## Esperienze di vita

Da diversi mesi il nostro psicologo, Dr. Gianfranco ( a seguire solo Gianfranco) nelle nostre sedute di Telefono d'Argento - Sezione S. Agnese - ritornava sulla tematica della vita in comune.

Gli associati, che oggi contano circa 35/40 persone, si incontrano settimanalmente, di martedì, dalle 16 alle 18 ogni 15 giorni hanno presente Gianfranco. Il suo compito, oltre a quello di mantenerci svegli, è quello di stimolare la memoria nelle persone avanti con l'età attraverso vari temi che suscitano il ricordo della memoria di quanto già vissuto..

Allo scopo che i presenti potessero più socializzare tra loro proponeva di formare piccoli gruppi - 6/7 persone - per fare l'esperienza di vita in comune - tipo famiglia - nella quale ognuno assumeva un ruolo ben preciso tipo cucina - pulizia - approvvigionamenti - cassa comune - scelta di nuove località. A mio avviso sarebbe stata una bella esperienza ma chi di noi aveva il tempo per la sua realizzazione in quanto le nostre giornate sono già piene di impegni, anche se da cose sempre ripetitive.

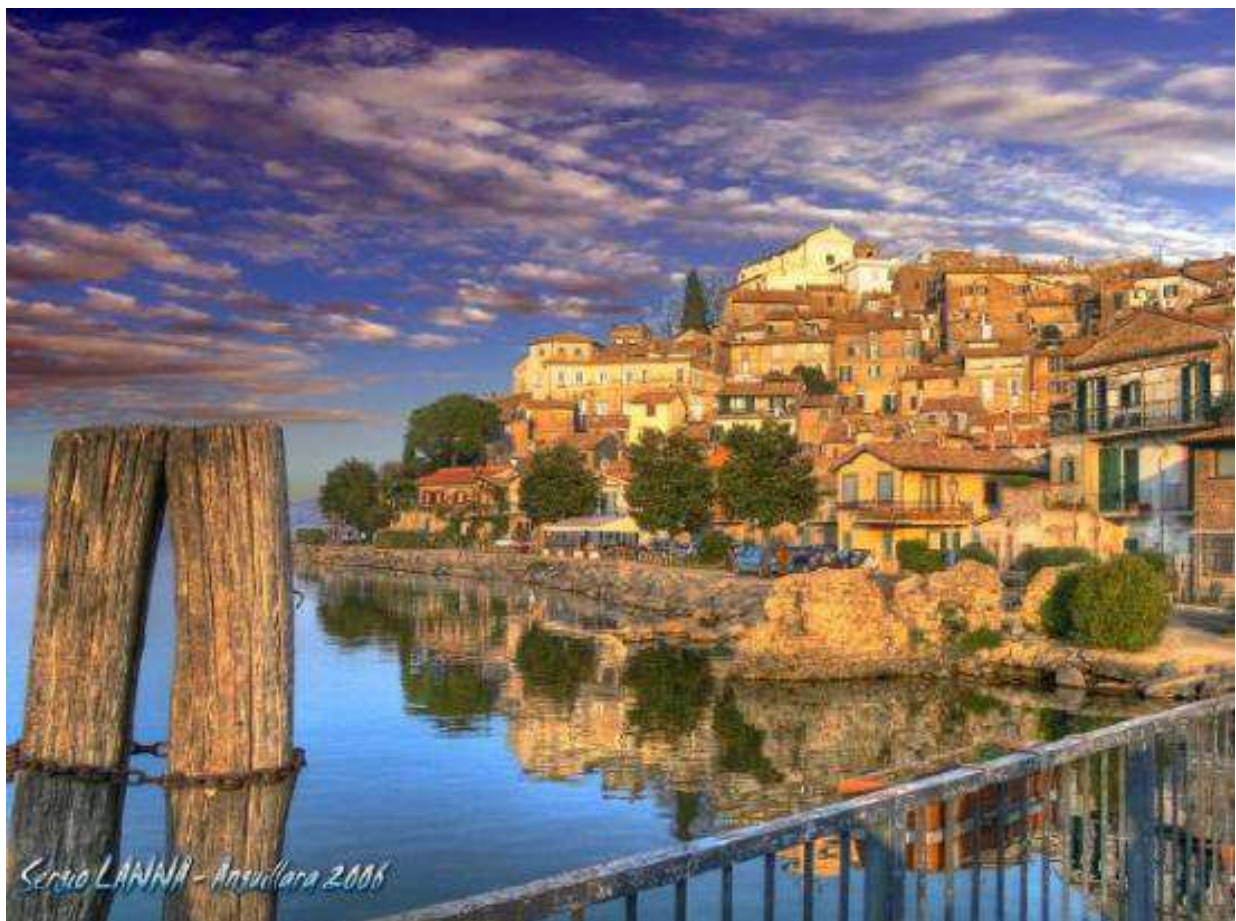
Elsa è una delle antiche associate al pari di me. Una donna avanti nell'età ma piena di vitalità, bramosa di nuove esperienze con tanta - tanta - voglia di vivere. Nel suo gruppetto riuscì a convincere la dolce Paola, il forte Henry (suo prediletto e così chiamato per distinguerlo dall'Enrico Romano) e Ruggiero (scrivano ed autista).

Rispettando i parametri forniti da Gianfranco si convenne che:

il periodo doveva essere dall'11 al 13 maggio;

la località Anguillara (che a detta di Elsa conosceva bene in quanto vi abitava uno dei suoi figli);

alloggio presso l'agriturismo Zugarelli che disponeva di una piccola dependance adatta al nostro obiettivo.



Alle 9,30 dell'11 maggio, dopo aver raccolto per le strade romane gli altri tre, iniziava la nostra esperienza.

Alle 11,00 circa si arriva ad Anguillara e inizia anche una piccola via crucis, Elsa che comanda e Ruggiero che guida: gira a destra - gira a sinistra - lì abita mio figlio -hai sbagliato strada - torna indietro - vai piano e ci trovavamo in aperta campagna. Alla fine mi decisi a chiedere indicazioni ai rari passanti che incontravo, arrivando finalmente a destinazione.

L'impatto, diciamo, fu abbastanza positivo. La dependance assegnataci era sufficientemente accogliente per due pertanto, le due donne, presero alloggio in camere della struttura centrale. Mi guardavo intorno e vedevo tanto verde, tanti alberi, tanti campi e tanto silenzio, tanta pace.

Tornavo indietro negli anni, un salto di 40 anni, quando dimoravo nella Valtellina con la mia famiglia. Le mie passeggiate sui monti a confine con la svizzera, la ricerca di funghi ed un panorama che a dire stupendo è riduttivo: era divino. Scalavi un promontorio e ti appariva una vallata verdeggiante, mucche pascolanti, silenzio assoluto solo il cinguettio degli uccelli. Altro promontorio ed altra vallata, una diversa dall'altra. Pace agli uomini di buona volontà che vi si avventura no.

Scaricati i bagagli si risale in macchina per la spesa alimentare in un supermarket. Mi stupivo a vedere i tre: Paola, Henry ed Elsa, con quanta intesa sceglievano i singoli prodotti, i loro visi erano

illuminati dalla conoscenza dei singoli prodotti. Io, dal mio canto, presi una scatola di korn flex ed una confezione di biscotti per la colazione. Il pranzo fu a base di pizza, panini, salame e formaggi

Dopo il pranzo si decise di andare, costeggiando il lago, a Trevignano, una località distante dieci minuti da dove eravamo. Trevignano è una località bella, pulita, ariosa e non potetti fare a meno di confrontarla con Roma: sporco con pulito - aria inquinata con aria salubre - sole con pioggia - perché al ritorno ad Anguillara ci accorgemmo che aveva abbondantemente piovuto.

Alla cena la dolce Paola preparò una succulenta pasta al sugo di tonno che fu divorata. A seguire una partita a carte: io/Elsa contro Paola/Henry - chi poteva vincere? Io/Elsa!

Il giorno dopo una breve passeggiata sul lungolago di Anguillara ove avevano allestito un piccolo mercatino. Rientro nel nostro eremo, un pasto molto frugale nell'attesa dell'arrivo degli ospiti: Gianfranco e Claudio. Gianfranco doveva cucinare una zuppa di pesce.

Al loro arrivo, sempre con la onnipresente Elsa li condussi al paese per l'acquisto del pesce. Fu preso: cozze, vongole, pesce spada, gamberetti, rana pescatrice, calamari e scorfano.

Rientrati, iniziò l'attività di Gianfranco coadiuvato da Henry e con un piccola aiuto della dolce Paola.

Elsa sempre presente e nullafacente. Spettatori io e Claudio.

Mi dissero di affettare dodici fette di pane che, poi, Gianfranco avrebbe tostato in forno. Ne affettai diciotto e furono poche. Fu



una zuppa meravigliosa, gustosa, saporita da leccarsi le dita sporche del sugo di pesce.



Dopo la squisita cena e la partenza dei nostri ospiti, spazio alla partita di carte: chi poteva vincere? Io/Elsa!

L'ultimo giorno, domenica, con l'onnipresente Elsa mentre Paola ed Henry raccoglievano cicoria di campo, si andò alla chiesa di S. Francesco per la Santa Messa. Rientro nei nostri alloggi ed un pasto frugale preparato dalla dolce Paola: spaghetti con il sugo della zuppa rimasto.

Piccolo riposino e ripartenza per Roma dove ognuno di noi tornava nel proprio isolamento.

Cosa ne penso?

Esperienza meritevole.

Siamo stati benissimo assieme, uno era il sostegno dell'altro, uno raccontava e gli altri ascoltavano, uno decideva incontrando sempre il favore degli altri. Non vi sono stati attriti di alcun genere. Si rispettava il desiderio del riposo dell'uno con quello della passeggiata dell'altro.

E' da ripetersi?

Con le persone giuste SI!

### Ruggiero

Condividi anche tu la tua storia a questo indirizzo:

[telefonodargento@gmail.com](mailto:telefonodargento@gmail.com)

**Se invece preferisci raccontare la tua storia, noi la scriveremo per te; chiama il numero **333.1772038**.**

### 4 - Il Pensiero del Cardinale

L'Archivio del giornale AVVENIRE rappresenta un inestimabile fonte degli articoli scritti dal **Cardinal Gianfranco Ravasi** nella rubrica “*Il mattutino*”.



Di seguito ne condividiamo uno particolarmente significativo.

*È molto più importante accendere una piccola candela che maledire l'oscurità.*

Forse qualche volta anche noi in questo spazio di riflessione ci siamo lasciati un po' abbandonare alla tentazione della lamentela pura e semplice. È, questo, un atteggiamento facile da adottare ed è per questo che è così comune: la politica è corrotta, la società è alla deriva, la religione è in crisi, i delitti si moltiplicano, la stupidità dilaga e così via in una lunga e inarrestabile litania di querimonie. Ebbene, pur non peccando di ingenuità o di indifferenza, si dovrebbe invece scegliere un diverso comportamento. È ciò che proponeva già cinque secoli prima di Cristo nei suoi Dialoghi il celebre maestro

cinese Confucio con questo suo aforisma: se sei immerso nel buio, vale di più una candelina invece di mille fiammeggianti proteste contro l'oscurità.

La lamentazione sterile è di solito l'alibi dei pigri i quali pretendono di essere liberati dai loro mali ma non muovono un dito per cominciare loro stessi a reagire. Le rimostranze infinite, il dissenso verboso, la lagnanza permanente nascondono un'inerzia e una debolezza di spirito e non sono certo indizio di sdegno nobile ma di codarda acquiescenza. Ecco, allora, la necessità di accendere anche solo una scintilla di luce e di deporre un seme nel terreno della storia. Il mare è fatto di un numero immenso di gocce ed è solo così che rivela la sua grandezza. L'immagine vale anche per il bene (e paradossalmente pure per il male): a furia di sottrarre gocce si dissecca l'alveo della giustizia, dell'onestà, dell'amore. Non fermiamoci a disapprovare soltanto, muoviamoci per trasformare e illuminare il mondo.

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

## 5 - 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 quello che desideriamo (foto, poesie, articoli, segnalazioni, ricette, offerte ecc).



**ABBIAMO BISOGNO ANCHE DI TE**  
Non è mai troppo tardi per  
dare il tuo contributo alla  
**FESTA DELLE CILIEGIE**

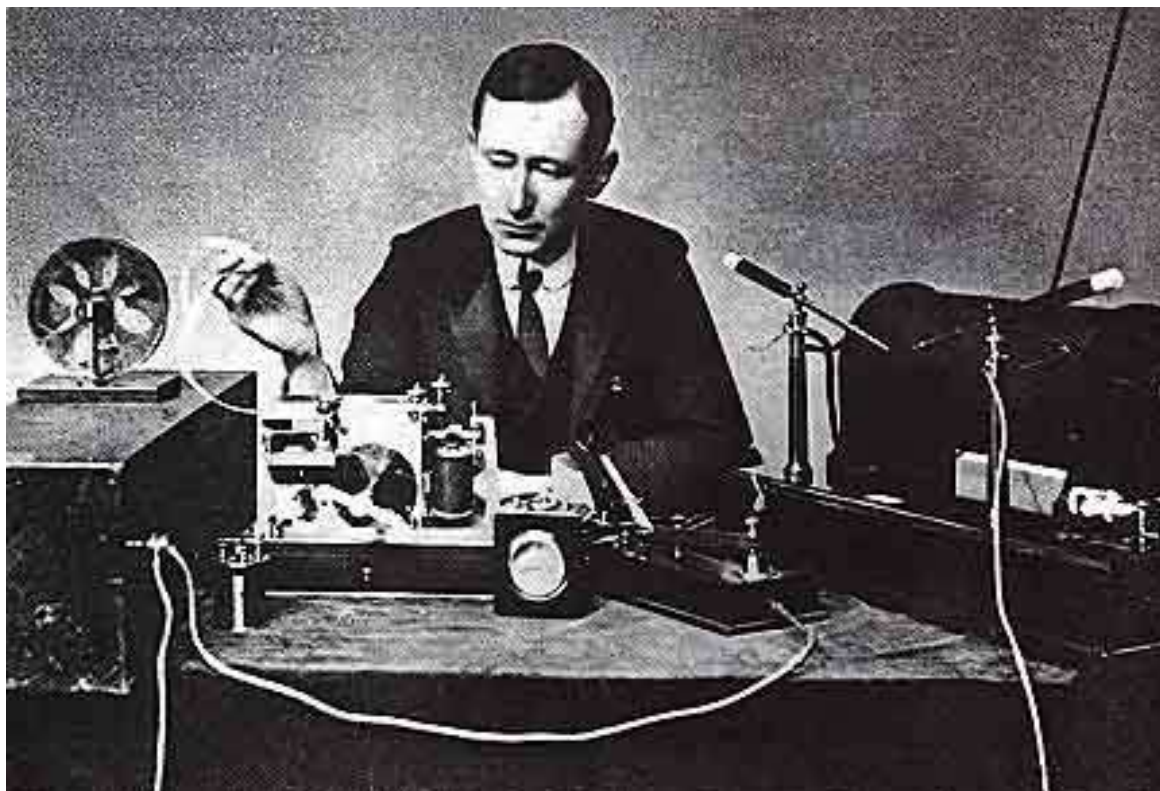


**SABATO 9 GIUGNO ORE 17**  
Oratorio San Roberto Bellarmino  
06.8557858 - [telefonodargento@hotmail.it](mailto:telefonodargento@hotmail.it)



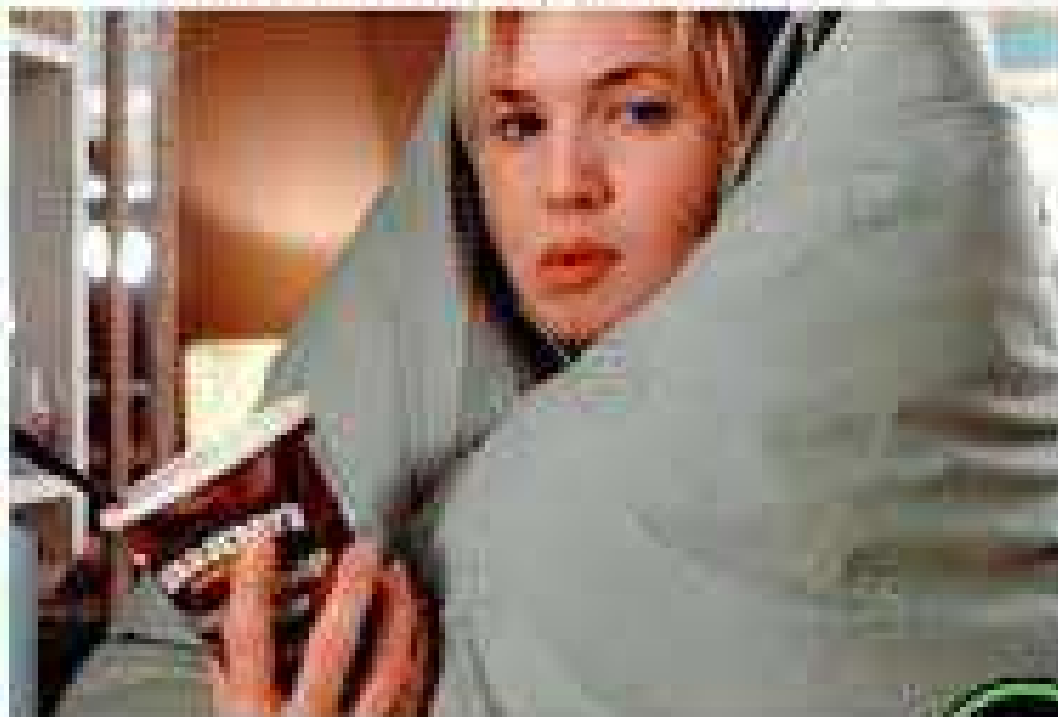
L'impresa fu possibile grazie a un sistema telegrafico elettrico, tramite fili, brevettato dall'inventore americano nel 1840. Realizzata la prima linea di comunicazione telegrafica tra Washington e Baltimora, il passo successivo era stato la definizione di un codice di punti, linee e pause, che in seguito prese il nome di Codice Morse. In realtà venne messo a punto dal suo collaboratore Alfred Vail.

La riuscita del test del 1844 favorì la diffusione del telegrafo elettrico e del Codice Morse in tutti i continenti, creando di fatto una fitta rete di comunicazione. All'incirca mezzo secolo più tardi, arrivò la rivoluzionaria invenzione del telegrafo senza fili di Guglielmo Marconi, che consentì di trasmettere a grandi distanze.



7 – Lo sapevi che....?

**SE MANGI QUALCOSA  
E NESSUNO TI VEDE**



**NON HA CALORIE!**



www.bdi.it



---

## **8 – La Costituzione italiana**

E' rimasto ben poco di cui andare orgogliosi, ma abbiamo sempre avuto un documento inattaccabile, a tratti divino, sicuramente dogmatico: la Costituzione della Repubblica Italiana.



### **DIRITTI E DOVERI DEI CITTADINI**

#### **Art. 19**

Tutti hanno diritto di professare liberamente la propria fede religiosa in qualsiasi forma, individuale o associata, di farne propaganda e di esercitarne in privato o in pubblico il culto, purché non si tratti di riti contrari al buon costume.

---

**BUONA SETTIMANA DAL TELEFONO D'ARGENTO**