

LA PILLOLA



codice fiscale

97335470585

sulla dichiarazione dei redditi



DONA IL 5 X MILLE

AL TELEFONO D'ARGENTO



CAMPO ESTIVO???

Già da alcuni anni Gianfranco Proietti, ben noto ai lettori della Pillola per la sua attività di psicoterapeuta e di animatore dei Corsi Aperta Mente, promuove in estate settimane di soggiorno residenziale denominate “Campi Estivi” per il loro carattere comunitario con attività di gioco e di relazione.

La località scelta per l’incontro di quest’anno è:

Centro di spiritualità MARIA MADRE DEL CARMELO a Fiumicino (Roma)

Non possiamo sapere con certezza se il campo potrà essere effettuato, tuttavia noi siamo ottimisti e prevediamo la settimana dal 4 all’11 luglio 2020

Il Telefono d’Argento ha predisposto un “pacchetto” comprendente il trasporto, il soggiorno in pensione completa e l’organizzazione delle attività con la presenza costante, oltre che degli animatori, anche di alcuni volontari.

Per informazioni e prenotazioni: Marisa 06 8557858



fai la differenza

DONA IL 5 X MILLE

AL TELEFONO D'ARGENTO



PENSIERI

AL TEMPO DEL CORONA VIRUS

Eugenia Serafini

Carissimi, questa volta ho scelto di ricordare Ezio Bosso, l'indimenticabile artista della Musica, della Vita, dell'Amore, dell'Energia che vince sul dolore e sulla morte, con un haiku, ispirato alla Leggenda che raccontò tempo fa il Maestro Riccardo Muti.

RACCONTA UNA LEGGENDA NARRATA DAL DIRETTORE D'ORCHESTRA RICCARDO MUTI, CHE GLI ANGELI SCESERO DAL CIELO E LASCIARONO UNA SCALA AGLI UOMINI TRA CIELO E TERRA PERCHE' SCRIVESSERO LE ARMONIE DELLA MUSICA!

Su quella Scala è salito Ezio Bosso e a lui è dedicato il mio Haiku .

Con affetto e stima, vi abbraccio.

**Il nuovo HAIKU ACQUARELLATO di
EUGENIA SERAFINI**

<https://www.artecom-onlus.org/>

suona col vento

la scala degli Angeli

divine note



Eugenia Serafini

Diana Morosetti

In questo periodo di pandemia, dove tutti siamo più tristi e disorientati, vi voglio raccontare una bella storia di solidarietà umana, che nulla ha a che fare con il coronavirus, così anche per distrarci un po'. Un anno fa ci ha lasciato un nostro assistito, novantenne, facente parte della Parrocchia di Santa Maria della Mercede. Lui, professore in pensione, non si era mai sposato ne' aveva avuto figli, un solo parente che non si occupava di lui e delle sue sopraggiunte fragilità. Così Lucia, la nostra responsabile del Telefono d'Argento, venuta a conoscenza di tale situazione, ce ne ha parlato e soprattutto ha coinvolto Claudio, un volontariato del gruppo, per organizzare un progetto di assistenza in favore del nostro nuovo amico. Sono cominciate subito dopo le frequenti visite domiciliari e si è preso atto che il Professore era malamente assistito da una sorta di badante che faceva il minimo indispensabile per lui. È cominciata così una commovente storia di accudimento e di amicizia, in particolare, tra Claudio e il nostro vetusto assistito, il quale

lo chiamava molto spesso al telefono per comunicargli le difficoltà del momento o forse solo perché aveva bisogno di parlare con qualcuno di politica o di attualità. E Claudio correva, come quella volta che, in piena estate, non si trovavano più le chiavi di casa, oppure quando si doveva sostituire un vecchio materasso, recuperare della biancheria pulita o cambiare un televisore mal funzionante con uno più moderno, più grande... e così via. Claudio era coadiuvato da Lucia, Teresa e Antonietta e tutti insieme



provvedevano alle numerose incombenze di carattere domestico, sanitario, amministrativo e sociale. Insomma il nostro Professore ha avuto intorno a se, negli ultimi anni della sua vita, una squadra fraterna e fattiva che non lo ha mai abbandonato fino alla fine e che ha lasciato tutti sinceramente addolorati e smarriti. Ma

la cosa più bella da ricordare è l'amicizia solidale e disinteressata di Claudio per il vecchio Professore. Era sempre lui che si preoccupava persino dei regalini di Natale, Pasqua e delle torte di Compleanno e glieli portava a casa, tutti incartati e infiocchettati, rimaneva a fargli compagnia e gli scattava anche qualche foto, come si fa di solito quando è festa; non voleva lasciarlo da solo nelle giornate importanti. Il nostro professore ha così assaporato qualche momento di gioia vera, conosciuto un amico sincero e si è sentito sicuramente meno solo sul finire della sua vita terrena. Qualche giorno fa, è stato proprio Claudio a ricordarci, nella chat di gruppo, del primo anniversario della sua morte invitandoci a fare una preghiera e a donargli idealmente un fiore così, come solo un amico sa fare.

Ho raccontato questa lodevole storia di solidarietà e di amicizia perché nessuno dei quattro protagonisti lo avrebbe mai fatto! Ma le belle storie vanno raccontate perché ci fanno bene.

Diana

Morosetti





Sabato 16 Maggio si è finalmente concluso il lockdown di Bacco, un cucciolone di 7 mesi, finalmente recuperato da un canile ad Artena. È un esemplare unico, frutto di una raffinata selezione di razze, simpatico, giocherellone e - ahimé - amante delle rose e di tutto ciò che può sembrare commestibile. Lo nominiamo mascotte di Telefono d'Argento di S.Agnese? (Chissà perché... 😊)

BACCO MASCOTTE DEL TELEFONO D'ARGENTO



MARIA SCIPIONI

Carissima Rossella,

prima di tutto ancora grazie per il tuo graditissimo interessamento alla mia salute. Credi l'ho davvero apprezzato. E' così importante poter dividere le mie preoccupazioni con qualcuno che ti capisce.

Successivamente mi scuso per il ritardo nell'inviarti il mio "pensierino" su quanto è accaduto nel mondo in questo particolare periodo e soprattutto come ha reagito la nostra Italia nel fronteggiare questo gravissimo pericolo mortale e catastrofico del Coronavirus.

Devi sapere che tempo addietro, quando cercavo alla televisione qualche film per distrarmi, ho scartato un film americano di fantascienza avveniristico dove si proponevano paesaggi quasi simili alle nostre città, alle nostre strade deserte. In questo film i sopravvissuti si aggiravano sperduti in cerca di aiuti, di altri simili e più precisamente di chi poteva curarli e sfamarli. L'ho scartato perché pensavo che queste erano cose irreali ed assolutamente poco probabili.

Naturalmente questo film non è del tutto simile allo scenario dei nostri giorni. Tuttavia, le cifre dei morti a causa

di questo virus sono veramente impressionanti ed hanno una realtà concreta che non credevo potesse mai accadere.

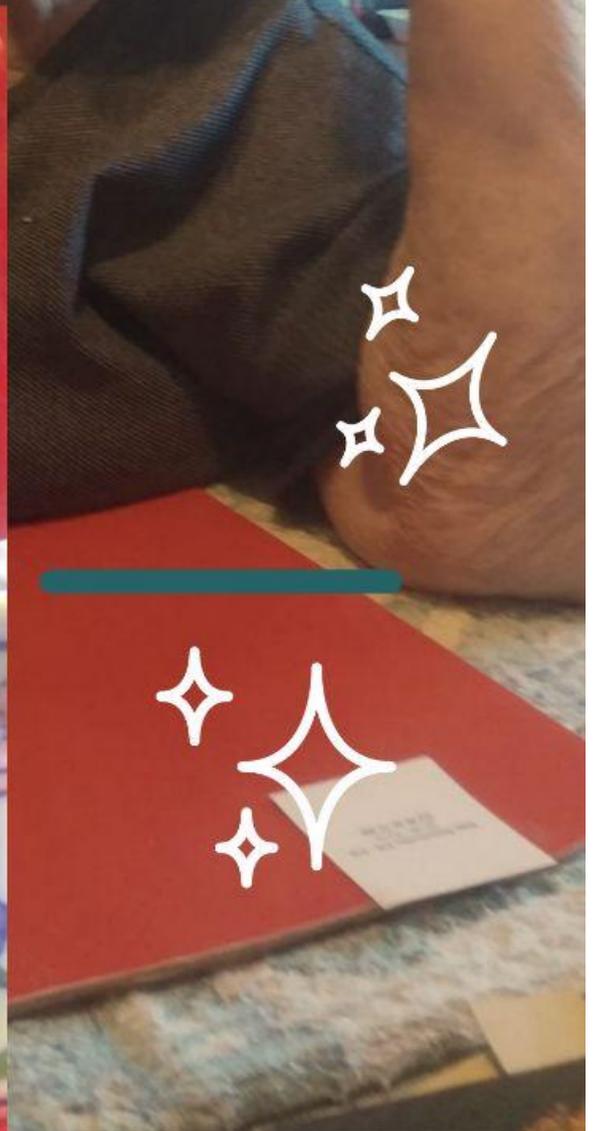
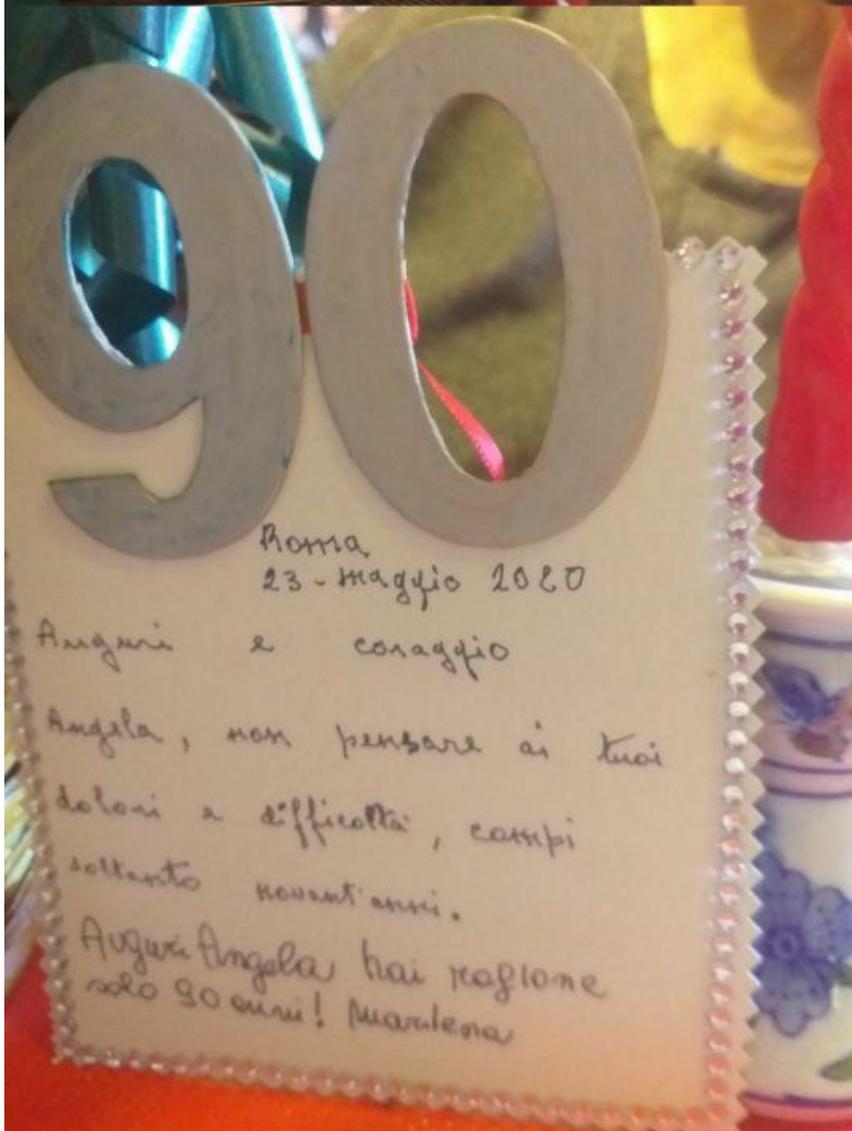
Eppure, un miracolo di solidarietà, questa volontà di una concreta alleanza per sconfiggere questo male è anche certezza dei nostri giorni. E' vero che la paura della morte ci accumuna tutti quanti, ed è vero che solo San Francesco l'ha chiamata "Sorella Morte".

Gli eroi ed i santi ci sono sempre stati nella nostra Italia. Anche ora ci sono stati quelli che hanno rischiato la loro vita per salvare quella degli altri. Ci sono quelli che hanno lavorato e lavorano per aiutare gli altri. Poi... c'è la meraviglia del risveglio delle coscienze e dei valori umani.

La fede per chi crede e chi spera è l'ottimismo per sopravvivere ed augurarsi un avvenire migliore dove virus e catastrofi siano sconfitti nella vita degli uomini.

P.S. I miei saluti e ringraziamenti anche alle amiche del **Telefono d'Argento** che mi hanno chiamato e fatto gli auguri.





FRANCA MANCINI



Le riflessioni sincere e profonde di Laura Ripandelli e la sua reazione di rabbia impotente nei confronti del coronavirus, che condivido, mi hanno fatto pensare. Che cosa scriverei al “morbo” se fosse una persona?

“Sei un vile bastardo, incarnazione del Male, il cigno nero. Proprio come un ladro ti sei introdotto nelle case, soprattutto quelle di riposo, e hai rubato a troppi anziani la vita, con le ultime dolcezze, gli affetti familiari, i ricordi più cari, privandoli persino dell’estremo saluto. A tanti hai rubato giorno preziosi, contati, la gioia di una carezza, di condividere, di sentirsi ancora capaci, utili, attivi. Sì sei piombato all’improvviso, come un terrorista, seminando solitudine, disperazione e morte. Posso dirti, però, che, con l’aiuto di Dio non mi sono arresa, non te l’ho data vinta. In questo periodo ho scoperto la premura, l’attenzione di tante persone che si sono interessate a me, l’amicizia e la solidarietà, il prezioso aiuto delle telefonate e delle chat, che mi hanno fatto

sentire meno sola e isolata. Ho rivisto vecchie foto e riletto tante letture. Mi è venuta incontro una Franca dimenticata, giovane, fresca, con le sue speranze, i suoi sogni. La casa si è popolata di volti, voci, sorrisi, festose tavolate, pianti condivisi, addii, ritorni. Sono riapparsi i personaggi della mia storia e finalmente la giovane Franca e quella attuale si sono ricongiunte, riconosciute e riconciliate. Dandosi la mano, hanno rivisitato il cammino percorso insieme, facendo ancora progetti per il futuro. In fondo non è andata poi così male”.



GIAN PIERO BANNI

Oggi, 23 maggio, sono trascorsi tre mesi esatti dal primo decreto del governo che stabiliva la chiusura di quei comuni in cui si erano registrati i primi focolai del coronavirus.

Da quel momento in avanti c'è stato un susseguirsi impressionante di avvenimenti che sembrano lunghi un anno intero.

La notizia di due cinesi in un albergo di Roma col coronavirus scatena il finimondo: è il 20 gennaio 2020.

Poi scoppia, letteralmente, il focolaio in Lombardia, poi scoppiano le rivolte e le evasioni dalle carceri.

L'intero paese viene chiuso, tutto si ferma.

Il 20 marzo l'inno di Mameli sui balconi come timida reazione alla quarantena. Resiste poco a confronto con le immagini delle colonne dei mezzi militari che a Bergamo trasportano centinaia di morti da coronavirus verso i forni crematori.

"Siamo costretti a scegliere a chi dare l'ossigeno per mancanza di bombole" dichiara il dottor Maffeis responsabile di alcune ras bergamasche.

Poi papa Francesco in piazza San Pietro deserta e bagnata di lacrime, e Sergio Mattarella solo, davanti all'altare della Patria.

25 aprile 2020



27 marzo 2020



Fino al 27 aprile annuncio dell'avvio della fase 2.

Ora sembra che vada un po' meglio, è così già da un paio di giorni. Menomale!

È la fase di convivenza con il virus non di liberazione dal virus.

Ma che giornate che ho passato; interminabili, le prime piene di paura e con il solo pensiero in testa di dove poter fuggire per mettermi in salvo e scoprire con angoscia che non ve ne erano.

Depressione, ansia, stress, cambiamenti nel ritmo sonno/veglia. Difficoltà nel tenere traccia del tempo.

Riduzione dell'attività fisica e scarsa esposizione alla luce solare con la villa Ada e i suoi paesaggi e i suoi animali a 50 metri di distanza che bastava tendere l'orecchio per sentirne i suoni.

E come è cambiato il rapporto tra preti e fedeli al tempo della pandemia proprio nei giorni più santi per i cristiani.

Vita sospesa che ha bloccato e cambiato radicalmente persino le pratiche di pietà.

E sono aumentate le messe e le preghiere in tv: ore 7.00 papa Francesco nella cappella di Santa Marta, ore 19.00

Santuario del Divino Amore, rosario di Maria che scioglie i nodi alle 20.

Che grande opportunità per me poter ascoltare le omelie, tutte diverse; capire quanto sia importante che la parola di Dio sia ben spiegata affinché possa essere sedimentata nel proprio animo.

Ho capito che questa è una cosa che può cambiare la propria vita.

Non sono nuovo a questa riflessione, già una trentina di anni fa sono arrivato a questa conclusione grazie all'aiuto della persona a me più cara e vicina.

E cambiammo parrocchia.

Ed è cambiata la mia vita.





Atelier



ANNA MARIA PALMIERI



MATTINO DI PASQUA

Chat Martedì



Sto seduta fuori sul balcone sotto un sole tiepido, bellissimo. Ascolto una playlist fatta da me con le musiche che mi piacciono di più, una vera consolazione. Proprio di fronte a me c'è un albero che sta mettendo le prime foglioline verdi è bellissimo, in altri tempi non lo avrei notato, sono i piccoli miracoli della quarantena, ci si accorge di cose a cui prima non si faceva caso. Scusate lo sproloquio ma oggi va così (Cristina R.)

Ci sono tanti modi di « stare alla finestra » e nessuno è mai del tutto passivo, nonostante l' apparente staticità, nostra e del mondo di fuori. Anche nelle strade vuote di persone e automobili ci sono movimenti e suoni: i merli adesso cantano in un' altra tonalità e si affaccendano tra i rami di nuovo verdi portando pagliuzze per i nidi: la vita continua anche al tempo del covid-19.

(BC)

Chat Martedì



Oggi ho sbrigato parecchie commissioni, mi sono avventurata fino al vivaio di piazza Fiume per un vaso grande per una pianta grassa cresciuta tanto. Ho preso l' autobus due volte: nessuno mi ha fermato né chiesto nulla. Ci sono quasi rimasta male, forse sono invisibile.....

(Clara R.)

Stasera sono uscito un momento a buttare la mondezza al cassonetto. Ma durante questa operazione banale e non tanto profumata ho visto un tramonto bellissimo con tanti colori ed è con questa visione che mi è rimasta in mente che auguro a voi miei amici una buona serena notte.

(Gianluigi D.)

Chat Martedì



Intanto teniamoci stretti questi scritti della chat, ci fanno compagnia. A me hanno mostrato le persone che credevo di conoscere sotto una nuova veste che mi fa piacere e dà conforto. Intanto «inventiamoci qualcosa», per esempio - come ha suggerito Antonella - prendere un quaderno e tutti i giorni scriverci un pensiero, lungo o corto che sia poco importa! Così quando potremo rivederci sapremo come siamo riusciti a passare questa quarantena. (Elsa C.)

Pasta e Piselli con crema di fave

Un piatto che si distingue per il colore verde acceso, gioioso e invitante



Procedimento:

Ricetta molto semplice, si realizza mentre la pasta cuoce. Dunque mettete a bollire l'acqua e poi salatela. Pulite le fave eliminando

la pellicola esterna di ogni fava e raccoglietele tutte in una ciotola, scaldate l'olio di oliva in una pentola capiente e mettete a soffriggere il porro affettato sottilmente. Fate appassire aggiungendo un po' di acqua di cottura per circa 10 minuti poi aggiungete le fave, salate e lasciate cuocere.

Fate la stessa cosa con i piselli, quindi avrete due pentole a soffriggere una con le fave e l'altra con i piselli ma quest'ultima senza l'aggiunta di acqua di cottura.

A cottura ultimata, passate le fave nel mixer fino ad ottenere una crema morbida e consistente, nel caso aggiungete acqua di cottura.

Scolate la pasta e fatela mantecare nella pentola coi piselli, aggiungete la crema di fave, il timo e una spruzzata di pepe.

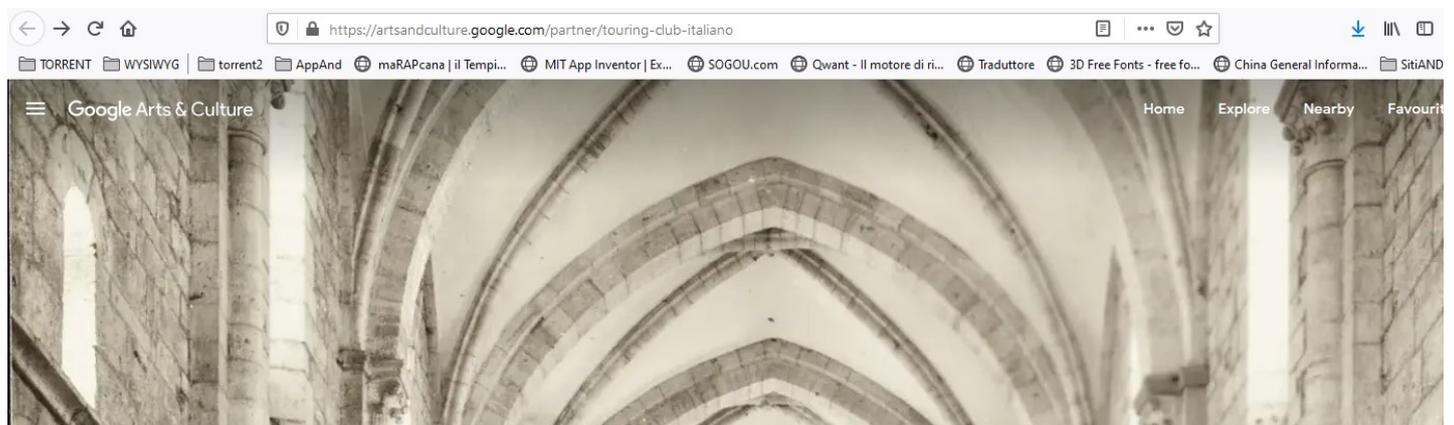
INGREDIENTI

- 300 g Pasta mista
- 250 g di fave
- 150 g di piselli già sgusciati
- Un porro
- Sale fino q.b.
- Pepe nero q.b.
- 1 rametto di timo
- Olio extravergine d'oliva

GOOGLE ARTS & CULTURE

Nella Pillola precedente abbiamo conosciuto il fantastico sito Google Arts & Culture: <https://artsandculture.google.com/project>
Ora una bella notizia. Qualche giorno fa Touring Club Italiano è entrato a far parte di Google Arts & Culture, la piattaforma tecnologica sviluppata da Google per promuovere e preservare la cultura online, con una Collezione digitale di oltre 5000 opere.

La prima fase dei lavori ha portato alla digitalizzazione di 5.000 cartoline dalla collezione storica del Touring Club Italiano, comprendente 30.000 esemplari in totale



Touring Club Italiano

Touring Club Italiano

Milano MI, Italy

Questo l'indirizzo:

<https://artsandculture.google.com/partner/touring-club-italiano>

Era Oggi

domenica 28 maggio 1961 (59 anni fa)

Nasce Amnesty International

**AMNESTY
INTERNATIONAL**



«Tutti gli esseri umani nascono liberi ed eguali in dignità e diritti» recita il primo articolo della Dichiarazione universale dei diritti umani. Un assunto che da mezzo secolo anima le battaglie di Amnesty International, una "luce" perennemente accesa in difesa della vita, della libertà e della dignità di ogni individuo.

Evitare che i file multimediali di WhatsApp vengano salvati nella galleria del telefono

Quando scarichi un file multimediale, questo verrà salvato automaticamente nella galleria del telefono. Con il rischio di riempire velocemente la memoria dell'apparecchio.

Per evitare che i file multimediali delle chat individuali e di gruppo vengano salvati

1. Apri WhatsApp.

2. Tocca Altre opzioni  > Impostazioni > Chat .

3. Tocca **Visibilità dei media**.

Per evitare che i file multimediali di una chat individuale o di gruppo vengano salvati

1. Apri una chat individuale o di gruppo.

2. Tocca Altre opzioni  > Mostra contatto o Info gruppo.

- In alternativa, tocca il nome del contatto o l'oggetto del gruppo.

3. Tocca **Visibilità dei media** > No > OK.

Per maggiori informazioni chiama 331 6682579

AIDA

FIRMATA DA FRANCO ZEFFIRELLI

Mercoledì 27 maggio alle 21.15 su Rai5 (canale 23)

A fine Ottocento, mentre sulle scene italiane si affermava il modello del grand-opéra parigino, Verdi con quattro opere, "Aida", "Don Carlo", "Otello" e "Falstaff", rinnova la concezione drammaturgica e getta le basi per un nuovo linguaggio musicale riconoscibilmente italiano. "Aida" viene proposta nell'allestimento che ha inaugurato la stagione scaligera nel dicembre 2006, messo in scena da Franco Zeffirelli e diretto dal maestro Riccardo Chailly. Tra gli interpreti, Violeta Urmana è Aida, Roberto Alagna è Radames. Ballerini Luciana Savignano, Roberto Bolle, Myrna Kamara. Le coreografie dei momenti di danza sono affidate a Vladimir Vasiliev. Regia televisiva di Patrizia Carmine. L'opera contiene la performance del tenore Roberto Alagna, prima del clamoroso abbandono nella replica successiva.



SENZA ANZIANI NON C'È FUTURO

Appello per ri-umanizzare le nostre società. No a una sanità selettiva

Nella pandemia del Covid-19 gli anziani sono in pericolo in molti paesi europei come altrove. Le drammatiche cifre delle morti in istituto fanno rabbrivire.

Molto ci sarà da rivedere nei sistemi della sanità pubblica e nelle buone pratiche necessarie per raggiungere e curare con efficacia tutti, per superare l'istituzionalizzazione. Siamo preoccupati dalle tristi storie delle stragi di anziani in istituto. Sta prendendo piede l'idea che sia possibile sacrificare le loro vite in favore di altre. Papa Francesco ne parla come "cultura dello scarto": toglie agli anziani il diritto ad essere considerati persone, ma solo un numero e in certi casi nemmeno quello.

In numerosi Paesi di fronte all'esigenza della cura, sta emergendo un modello pericoloso che privilegia una "sanità selettiva", che considera residuale la vita degli anziani. La loro maggiore vulnerabilità, l'avanzare degli anni, le possibili altre patologie di cui sono

portatori, giustificerebbe una forma di "scelta" in favore dei più giovani e dei più sani.

Rassegnarsi a tale esito è umanamente e giuridicamente inaccettabile. Lo è anche in una visione religiosa della vita, ma pure nella logica dei diritti dell'uomo e nella deontologia medica. Non può essere avallato alcuno "stato di necessità" che legittimi o codifichi deroghe a tali principi. La tesi che una più breve speranza di vita comporti una diminuzione "legale" del suo valore è, da un punto di vista giuridico, una barbarie. Che ciò avvenga mediante un'imposizione (dello Stato o delle autorità sanitarie) esterna alla volontà della persona, rappresenta un'ulteriore intollerabile espropriazione dei diritti dell'individuo.

L'apporto degli anziani continua ad essere oggetto di importanti riflessioni in tutte le civiltà. Ed è fondamentale nella trama

sociale della solidarietà tra generazioni. Non si può lasciar morire la generazione che ha lottato contro le dittature, faticato per la ricostruzione dopo la guerra e edificato l'Europa.

Crediamo che sia necessario ribadire con forza i principi della parità di trattamento e del diritto universale alle cure, conquistati nel corso dei secoli. È ora di dedicare tutte le necessarie risorse alla salvaguardia del più gran numero di vite e umanizzare l'accesso alle cure per tutti. Il valore della vita rimanga uguale per tutti. Chi deprezza quella fragile e debole dei più anziani, si prepara a svalutarle tutte.

Con questo appello esprimiamo il dolore e la preoccupazione per le troppe morti di anziani di questi mesi e auspichiamo una rivolta morale perché si cambi direzione nella cura degli anziani, perché soprattutto i più vulnerabili non siano mai considerati un peso o, peggio, inutili.

— per aderire www.santegidio.org o eventi@santegidio.org —

E per finire



MI TOCCHERÀ ORDINARE TRE
CUCCUME DI ACQUA CALDA COL
LIMONE !!! 😏 😊 Pazienza,
mi sacrificherò 😂 😂 Buona
giornata 😍 Leslie 😘

10:20

Ecco, la pillola finisce qui....

BUONA
SETTIMANA

da



e... alla prossima settimana!