



LA PILLOLA *news*

Via Panama, 13 – 00198 ROMA – Tel. 06.8557858 – 333.1772038

e-mail: telefononodargento@hotmail.it sito: www.telefonodargento.it



*E' già pallido autunno
Come varia il colore delle stagioni,
così gli umori e i pensieri degli uomini.
Tutto nel mondo è mutevole tempo.
Ed ecco, è già pallido, sepolcrale autunno,
quando pur ieri imperava la rigogliosa quasi eterna estate .*

Vincenzo Cardarelli

IN QUESTO NUMERO DELLA PILLOLA

Appuntamenti e notizie.....p. 2-3

Perchè fare bene fa bene.....p. 4

Notiziep. 6

Curiosando.....p. 6

Bachecap. 7

Info & Contattip. 8

Per coloro che non ricevono la Pillola e desiderano iscriversi, rivolgersi alla sede più vicina.

Ringraziamo la Tipografia CSC Grafica che stampa gratuitamente, ogni mese, il nostro bollettino "La Pillola"



APPUNTAMENTI & NOTIZIE

Chiama il Telefono d'Argento al n. 06 8557858 o al cellulare 331 3248598

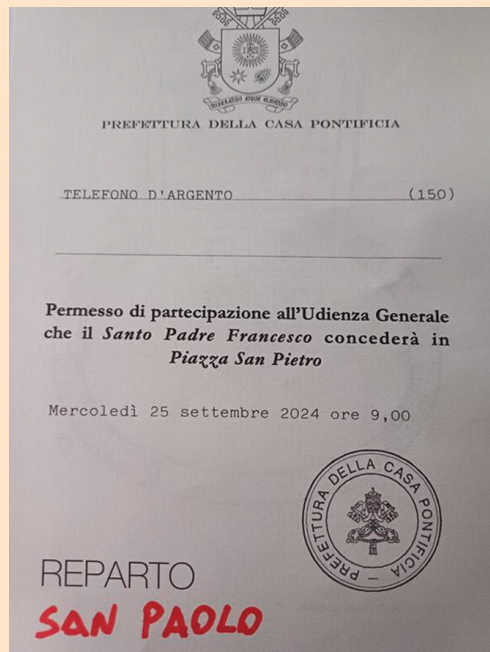
La ripresa delle attività del Telefono d'Argento è coincisa con un importante evento. Infatti grazie all'interessamento del nostro vescovo mons. Daniele Salera abbiamo avuto la fortuna di consentire alle nostre signore di andare in piazza San Pietro all'udienza Generale del Papa del mercoledì mattina.



Silvia Pupino incontro il Papa

Alle nostre signore

romane si è anche aggiunto il gruppo di 10 volontarie della sede di Milano Santa Rita, che vediamo nella foto con il loro parroco.



Don Mauro con le volontarie di San Ponziano





APPUNTAMENTI & NOTIZIE

Chiama il Telefono d'Argento al n. 06 8557858 o al cellulare 331 3248598

Il 29 settembre la sede di San Roberto Bel-larmino ha anticipato la festa dei Nonni.

Abbiamo avuto la partecipazione di 100 partecipanti che hanno gradito molto la presenza del parroco don Antonio e del vescovo mons. Paolo i quali hanno condiviso il pranzo con noi.



La nostra fiorista preferita ha abbellito con la sua bellissima composizione floreale il nostro buffet

Dalla sede di Santa Maria della Mercede

La festa dei nonni



PERCHÉ FARE IL BENE FA BENE

TESTIMONIANZA DI UNA VOLONTARIA

Molte volte noi volontari del Telefono d'Argento, quando organizziamo le attività, siamo presi dalla preoccupazione che tutto riesca bene.

In occasione dell'Udienza Papale del 25 settembre, alla quale hanno partecipato circa 90 anziani, eravamo in ansia per il tempo inclemente (la notte precedente era stata un continuo di fulmini, vento e pioggia incessante). La mattina dell'Udienza poi ci sono stati intoppi sugli ingressi in piazza S. Pietro per cui, invece che sistemarci tutti insieme, tutti dotati di cappellini gialli e di uno striscione colorato, ci siamo seduti caoticamente e casualmente là dove si trovava posto.

Appena la grande confusione è cessata, lentamente la meravigliosa piazza si è fatta silenziosa e il cielo è diventato di un azzurro intenso .

Mentre ascoltavo le parole del Papa, ho sentito un forte senso di commozione e di gratitudine di fronte a tanta bellezza e un senso di pace nel vedere la partecipazione attenta dei nostri amici.

Dalla sede di Genova Torrazza

Pranzo di finanziamento

Domenica 6 Ottobre h12,30
presso la Biblioteca di
Torrazza
partecipando al nostro
pranzo contribuirai a
finanziare la pubblicazione
del biblioquaderno
"Settant'anni di memorie"

Menu:

- Lasagne al forno
- Polenta cioncia
- Arrosto e purè
- 2 dolci
- Acqua, vino e caffè

..E alle h 16 giocheremo a

Tombola!

Prenotazione obbligatoria al
numero : 338 5426728 (Teresa)
max 40 persone euro 28



Le volontarie della sede di Genova Torrazza da tre anni stanno raccogliendo racconti, foto e disegni relativi a Torrazza. Hanno intervistato i grandi vecchi e raccolto molto materiale.

Con il materiale fotografico e non solo hanno organizzato delle mostre fotografiche. Ed il risultato di tutto questo lavoro si conclude con la stampa e pubblicazione di un libro: "Settant'anni di memorie"



La sede di Genova ha organizzato un pranzo con tombola i cui proventi serviranno per finanziare la stampa del libro dei ricordi che faranno stampare entro dicembre.





CALENDARIO DELLE ATTIVITÀ DI OTTOBRE 2024

San Roberto Bellarmino

Tutti i venerdì pomeriggio ci incontriamo a San Roberto Bellarmino

- 4 Ottobre ore 17 (s. Francesco) adorazione eucaristica;
- 11 Ottobre ore 16.30 Il prof. Capuzza terrà una lezione su pirandello: introduzione a "sei personaggi in cerca d'autore";
- 18 Ottobre ore 16.30 Don Antonio legge S. Agostino "La memoria del cuore";
- 25 Ottobre ore 16.30 Dolcetto e burraco.

Per ulteriori informazioni Chiamate lo **06 8557858**

Santa Maria della Mercede

La Sede è aperta il martedì e venerdì dalle ore 17 alle 19.

Mercoledì tutti dalle 16 alle 17.30 il Telefono d'Argento e l'Angolo dell'Amicizia.

Avremo, da novembre, "Incontro Aperta...mente", da definire e il II° e IV° Venerdì "Incontro con la psicologa".



Inoltre, dal mese di Ottobre 2024, saranno attivati incontri di "Disegno e Pittura" a cura dell'Arch. MariaPescosolido. Negli incontri verranno descritte le tecniche del Disegno ornato, dell'Acquerello e della Pittura ad olio ed ognuno potrà sperimentare la tecnica più espressiva per la propria creatività. Gli incontri si terranno ogni Martedì dalle ore 16 alle 17 presso la sede di via Basento, 100. Tutte le persone desiderose di mettersi in gioco sono invitate a partecipare.





NOTIZIE

Chiama il Telefono d'Argento al n. 06 8557858 o al cellulare 331 3248598

Il 15 novembre è dal 2018 la “Giornata nazionale contro la solitudine dell’anziano”

Come possiamo favorire la socializzazione degli anziani?

Isolamento sociale è un fenomeno in continua crescita nella società occidentale capace di provocare, fra i più fragili, come gli anziani., conseguenze pesanti. sulla salute. psichica e sull’autonomia personale. Purtroppo del problema. se ne parla poco o per niente., l’attenzione e il benessere dei nostri anziani. invece deve rimanere sempre al centro degli interessi della società. con l’intento di rendere più felice la loro vita. Quindi, quali attività in relazioni sono da intraprendere per mantenere e stimolare le competenze cognitive?

- **Attività sociali:** Incontri. condivisione di ricordi e parlare insieme.
- **Attività creative:** Attivare le capacità manuali, anche per piccoli oggetti. dando loro. sfogo alla fantasia, stimolando la mente.
- **Attività che stimolano il movimento:** Di assoluta importanza è l’esercizio fisico., sostiene il corpo e la mente.: La semplice camminata con il branco in un parco cittadino. è un ottimo strumento per vincere senza medicinali. la solitudine e la depressione, oltre che migliorare. Il buon umore.
- **Attività per migliorare le facoltà cognitive.** Dedicare del tempo ad ascoltare i vecchi brani musicali. stimola piacevolmente a non perdere la memoria. per mantenere vivace e in esercizio la mente. Oppure dedicarsi al disegno e alla pittura.

Tra le tante attività illustrate, non va dimenticato. anche se lasciato per ultimo. ma sicuramente in cima: **il fare i Nonni;** stare a contatto con i nipoti insegna soprattutto. ad accettare il tempo che passa., che la vecchiaia non è poi così brutta. ma è parte della vita.

Per moltissimi anziani un grandissimo aiuto e sostegno, senza dubbio è arrivato dall’utilizzo degli strumenti tecnologici. che rappresentano un valido contributo per ridurre la sensazione di solitudine e isolamento sociale. Strumenti positivi che permettono di mantenere i legami, seppur virtuali, alleviando il peso dell’emarginazione.

CURIOSANDO

L'ANTICA LEGGENDA DEI SEMI DEI CACHI



I cachi sono tra i frutti protagonisti della tavola nel periodo autunnale, ed è uno degli alberi da frutto più coltivati nei frutteti familiari.

Il caco, oltre ad essere un gustoso frutto dalle grandi proprietà, energetiche e purificanti, nasconde al suo interno una storia tra leggenda e realtà. Nello specifico all’interno del suo seme, un piccolo chicco di pochi centimetri di lunghezza, custodisce un’antichissima leggenda contadina conosciuta in tutt’Italia. I semi, dove presenti, si trovano al centro del frutto, hanno forma allungata e colore marroncino all’esterno, bianchi dentro. Tagliandoli in due e in senso longitudinale possiamo vedere le famose “posate”, che si presentano con una di queste tre sagome: un coltello, una forchetta o un cucchiaino.

Secondo la leggenda, i contadini di un tempo, prevedevano a che tipo d’inverno si potesse andare incontro, leggendo ed interpretando le tre figure all’intento dei semi dei cachi.

Il significato delle tre figure è il seguente: *cucchiaino* inverno caratterizzato da precipitazioni nevose; *forchetta* inverno particolarmente mite; *coltello* inverno molto freddo con scarse precipitazioni, quindi secco.

Queste figure, che effettivamente ricordano un cucchiaino, una forchetta o un coltello, altro non sono che i germogli primordiali della pianta. La forma varia a seconda dello stadio di maturazione e se il giovane germoglio è già predisposto a emettere le prime foglie, ovvero i cotiledoni. L’immagine della posata è chiaramente visibile, poiché di un bel bianco, che spicca rispetto al tegumento chiaro e trasparente che l’avvolge. Ovviamente tengo a precisare, che tutto ciò non ha nessuna fondamento scientifica, ma è solo un detto che fa parte di un’antica tradizione del nostro paese. Non resta che provare questo giochino in autunno, facendo divertire anche i più piccoli nel cercare le tre figure, per poi aspettare l’inverno che verrà!





Dona il tuo
5x mille

A te non costa nulla, per noi è un dono prezioso!

**RICORDA:
IL TELEFONO D'ARGENTO
HA BISOGNO ANCHE
DI TE!**

**Solo col contributo
del vostro 5 X 1000
potremo rafforzare
la nostra associazione
e realizzare progetti
in vostro favore.
Convincete parenti
e amici a sostenerci!!**

Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale e delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art 10, c.1, lett.a) del D.lgs. n. 450 del 1997

FIRMA.....

Codice fiscale del beneficiario (eventuale)

9 7 3 3 5 4 7 0 5 8 5

Qui metti la tua firma

Qui inserisci il nostro
codice fiscale

Il Telefono d'Argento nell'ottica che persegue da anni nel colmare la solitudine delle persone anziane specialmente nei periodi in cui starebbero sole, ha aderito all'iniziativa di Roma Capitale invitando le nostre signore al pranzo organizzato dal nostro municipio.

PRANZO di FERRAGOSTO
PASSA IL 15 AGOSTO IN COMPAGNIA

Roma Capitale organizza il pranzo di ferragosto con chi è rimasto in città. Una festa da vivere insieme in ogni Municipio per un totale di 3.000 pasti.

Anche il Telefono d'Argento ha aderito all'iniziativa del Comune di Roma, quella cioè di offrire un pranzo completo a chi fosse rimasto in città. I volontari dell'associazione hanno...

AVVISI IN BACHECA

TAXI SPECIALE

È disponibile un servizio di "TAXI SPECIALE" su appuntamento.

**Per le prenotazioni:
tel. 06 855 78 58
dalle 17 alle 19**



SEDIE A ROTELLE

Abbiamo a disposizione alcune sedie a rotelle e altri presidi sanitari.



**POTETE RICHIEDERLE
al n. 06 855 78 58**



INFO & CONTATTI

Chiama il Telefono d'Argento al n. 06 8557858 o al cellulare 331 3248598

■ S. ROBERTO BELLARMINO – Via Panama 13

La Sede è aperta tutti i pomeriggi dalle 17 alle 19,30 e il giovedì dalle 10 alle 12.

- **Lunedì** dalle 10 alle 12
“CLUB A” (Alzheimer) in Via Frescobaldi 22
- **Mercoledì** alle 10,30 a settimane alterne
“Aperta-Mente” e Presentazione di un libro
- **Venerdì** dalle 16 alle 18
Attività ricreative

INFO 06 8557858

■ S. AGNESE FUORI LE MURA

Via Nomentana 349

La Sede è aperta martedì e giovedì dalle 10 alle 12.

- **Martedì** pomeriggio dalle 16 alle 18
corsi di “Aperta-Mente” ed altri incontri di socializzazione.
- **Giovedì** pomeriggio ogni 15 giorni dalle 16 alle 18
Laboratorio teatrale
- **Sabato** pomeriggio
incontri animati dai giovani volontari

INFO 06 86205456

■ GRAN MADRE DI DIO – Via Orti della Farnesina

La Sede è aperta tutti i giovedì dalle 17 alle 19.

INFO 06 3339340

MAIL telefonodargentogranmadredidio@gmail.com

■ SANTA CROCE – Via Flaminia 20/21

La Sede è aperta il martedì e il giovedì dalle 16,30 alle 18,30.

- **Martedì e Giovedì** dalle 16,30 alle 18,30
Per le telefonate. Inoltre visite domiciliari e accompagni per visite mediche, se occorre.
- **Ogni due giovedì del mese:**
Incontro con lo psicologo;
Presentazione di un libro;
Incontri d'arte e letteratura

INFO 338 6865905

■ SAN GIOVANNI DELLA CROCE (Colle Salario)

La Sede è aperta il lunedì dalle 16,00 alle 18,00.

INFO 06 8803572

■ SACRI CUORI – Via Poggio Moiano, 12

La Sede è aperta il lunedì dalle 17 alle 19.

- Il **mercoledì** dalle 10,30 alle 12 “Aperta-Mente”.
- **Tutte le seconde domeniche del mese**
dopo la messa delle 10,30 “Caffè insieme”
- Il **martedì** dalle 17 alle 19
per giocare a Burraco

INFO 06 86324850

■ S. MARIA DELLA MERCEDE – Via Basento 100

La Sede è aperta il martedì e il venerdì dalle ore 17 alle 19

- **Mercoledì** dalle 16 alle 17,30
“L'Angolo dell'amicizia”

INFO 06 88 40 353

■ SAN PONZIANO - Via Nicola Festa, 50

La Sede è aperta il lunedì, il mercoledì e il venerdì dalle 17 alle 19.

Gli incontri si terranno nell'ufficio del Vice-Parroco.

INFO 06 87138687

■ S. RITA DA CASCIA

E IL SUO SANTUARIO DI MILANO

- Le **attività** svolte dai volontari prevedono telefonate, accompagni per visite mediche, per pratiche di ufficio, messa ed incontri per un caffè o una cena insieme. Le telefonate vengono effettuate dal domicilio del volontario e le richieste in genere vengono lasciate presso la sacrestia del Santuario.
- A **sabati alterni** organizziamo
“I sabati del TdA”
pomeriggi ludico-culturali presso le sale parrocchiali.

■ A GENOVA TORRAZZA SANT'OLCESE

Via Leonardo da Vinci 8/2

La Sede è aperta il lunedì dalle 15 alle 18 e il mercoledì dalle 15 alle 19.

INFO 010 7092604