NoStressCall

Guida all'impostazione: dieci minuti oggi, niente call center domani.

- 1 · Attivare la barriera
- 2 · Le impostazioni consigliate della scheda Scudo
- 3 · Il portinaio: la segreteria che filtra per te
- 4 · Pulire il registro chiamate e le tue regole
- 5 · Esteri, cambi di gestore e Registro delle Opposizioni
- 6 · Ogni giorno: segnalare, consentire, aspettare una chiamata
- 7 · Difenditi per legge: Registro delle Opposizioni, AGCOM, Garante privacy
- 8 · Problemi frequenti e lista di controllo finale

1 · Attiva la barriera

1. Apri NoStressCall. In alto, nella scheda **Scudo**, se leggi **«Barriera spenta»** premi **Attiva la protezione**.
2. Android ti chiede quale app deve filtrare le chiamate: scegli **NoStressCall** e conferma. Il riquadro diventa verde: **«Barriera attiva»**.

> **Da sapere.** Android permette **una sola** app di filtro chiamate alla volta. Quando attivi NoStressCall, il filtro spam dell'app Telefono di Google smette di lavorare. Per questo il passo 2 di questa guida, «Silenzia i numeri sconosciuti», non è facoltativo: è lui che prende il posto del filtro di Google, e fa di più.

Funziona su Android 10 e successivi. Su iPhone non è possibile: Apple non lascia decidere alle app sulle chiamate in arrivo.

2 · Scheda Scudo: le impostazioni consigliate



Modalità: Protettiva

Trasparente lascia squillare e mostra solo un avviso. **Protettiva** silenzia i numeri sospetti. **Aggressiva** li blocca del tutto, con qualche rischio di fermare una chiamata buona. Parti da **Protettiva**; se dopo una settimana ti disturbano ancora, passa ad Aggressiva.

Silenzia i numeri sconosciuti ACCESO

È la difesa più forte. I call center cambiano numero ogni giorno e nessuna lista li insegue: così squillano solo i numeri in rubrica, quelli che hai consentito, chi hai chiamato tu e chi richiama subito. Tutti gli altri li ritrovi nella scheda Attività.

Non mostrarmi le silenziate ACCESO

«Silenziata» vuol dire senza suoneria, ma lo schermo si accende lo stesso e ti interrompe mentre usi il telefono. Accendendo questa opzione la chiamata viene rifiutata in silenzio e va in segreteria: non vedi nulla.

Chi chiami tu può richiamarti ACCESO

Per 14 giorni squilla chi hai chiamato tu, anche se non è in rubrica: il medico, il tecnico, l'ufficio a cui hai telefonato.

Il corriere passa sempre ACCESO

Se nell'ultima ora hai aperto un'app di consegne, spesa o taxi (Amazon, Glovo, Vinted, FreeNow…), lo sconosciuto squilla: probabilmente è il fattorino. La prima volta Android ti chiede l'**accesso ai dati di utilizzo**: nell'elenco che si apre cerca NoStressCall e attiva l'interruttore. Il dato resta sul telefono.

Sera, domenica e festivi FACOLTATIVO

Silenzia gli sconosciuti fuori dagli orari in cui il telemarketing è ammesso. Se hai già acceso «Silenzia i numeri sconosciuti» non serve: lo fa già sempre.

Numeri nascosti

Android non li mostra alle app di filtro, quindi NoStressCall non li vede. Premi **Apri i numeri bloccati del Telefono** e attiva il blocco di «Sconosciuti» o «Privati». Attenzione: a volte li usano ospedali e forze dell'ordine.

3 · Il portinaio: la segreteria che filtra per te

Con gli sconosciuti silenziati, una persona vera che ti cerca finisce in segreteria. Il portinaio le spiega come raggiungerti: le persone richiamano, i centralini automatici no. È l'alternativa gratuita a Google Call Screen.

1. **Registra il saluto.** Nella scheda Scudo, sezione **Il portinaio**, premi **Copia il testo**, poi **Apri il Telefono**, tieni premuto **1** per entrare in segreteria e cerca «messaggio di benvenuto» o «saluto personale». Leggilo con la tua voce:

   > *«Ciao, hai chiamato [il tuo nome]. Per difendermi dal telemarketing, il mio telefono non squilla per i numeri che non conosco. Se mi conosci o è importante, richiamami subito: la seconda chiamata entro cinque minuti squilla. Altrimenti lascia nome e motivo dopo il segnale.»*

2. **Controlla la deviazione.** Premi **Controlla la deviazione** (oppure componi `*#61#` e premi chiama): ti dice se le chiamate senza risposta vanno in segreteria. Se usi «Non mostrarmi le silenziate», controlla anche `*#67#`, la deviazione su occupato: le chiamate rifiutate passano da lì. Se una delle due è spenta, attiva la segreteria dal tuo operatore; di solito è inclusa nell'offerta.

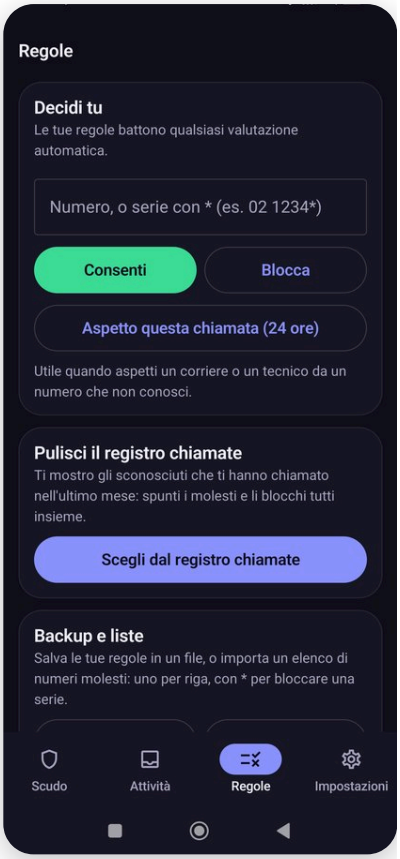
Attivare la segreteria con i codici. Sono codici standard: si digitano nel Telefono come un numero e si preme **chiama**. Al posto di *NUMERO* va il numero della tua segreteria.

CODICE	A COSA SERVE
`*#61#`	**Prima di tutto:** controlla dove vanno le chiamate senza risposta. Se compare un numero, quello è già la tua segreteria: **annotalo**, ti serve per i codici sotto.
`**61*NUMERO#`	Senza risposta → segreteria. Con `**61*NUMERO**20#` scegli anche dopo quanti secondi (da 5 a 30).
`**67*NUMERO#`	Occupato o rifiutata → segreteria. **Indispensabile** se usi «Non mostrarmi le silenziate».
`**62*NUMERO#`	Telefono spento o senza campo → segreteria.
`**004*NUMERO#`	Le tre insieme in un colpo solo.
`*#67#` · `*#62#`	Controllano le altre due deviazioni.
`##004#`	Spegne tutte le deviazioni condizionate, se vuoi tornare indietro.

Non conosci il numero della segreteria? Lo trovi così: il risultato di `*#61#`; l'app o l'area clienti del tuo operatore (sezione segreteria telefonica); il servizio clienti. Se la segreteria non è mai stata attivata, chiedi all'operatore di attivarla: di solito è inclusa nell'offerta. In alternativa, dal Telefono: **Impostazioni › Chiamate › Inoltro chiamate** (il nome cambia un po' da marca a marca) e imposti lì «Se occupato» e «Se non rispondi».

3 **La parola d'ordine.** Lascia **acceso** «Chi richiama entro 5 minuti squilla». Quando succede, l'app ti avvisa mentre squilla: «Ti sta richiamando, probabilmente una persona».

4 · Scheda Regole: fai pulizia



Pulisci il registro chiamate

Premi **Scegli dal registro chiamate** e concedi il permesso: vedi gli sconosciuti che ti hanno chiamato nell'ultimo mese. Spunta quelli molesti e premi **Blocca**. Se l'app trova più numeri della stessa serie (stesse cifre iniziali, ultime diverse), ti propone anche di **chiudere l'intera serie**: è il modo migliore contro i call center che ruotano i numeri. Il registro viene letto solo sul telefono.

Decidi tu

Scrivi un numero e premi **Consenti** o **Blocca**. Per una serie intera metti un asterisco alla fine, ad esempio `02 1234*`. Le tue regole valgono più di qualsiasi valutazione automatica.

Backup e liste

Salva crea un file con tutte le tue regole: conservalo, ti serve se cambi telefono. **Importa** carica un elenco di numeri molesti, uno per riga; con `*` alla fine blocchi la serie.

5 · Scheda Impostazioni



Barriera estero

Passano solo i prefissi in elenco; di partenza c'è solo **+39**. Hai parenti o amici all'estero? Scrivi il loro prefisso (ad esempio `+41` per la Svizzera) e premi **Aggiungi**. **Blocca gli esteri**: spento, le chiamate estere vengono solo silenziate; acceso, vengono bloccate. Accendilo se ricevi chiamate da prefissi strani.

Protezione Voltura

Hai appena cambiato gestore di luce, gas o telefono, o hai traslocato? In quei giorni arrivano raffiche di offerte. Scegli **7, 14 o 30 giorni** e le categorie (Luce e gas, Fibra e telefono, Assicurazioni…): lo scudo si alza solo su quelle.

Rete NoStressCall

Un numero entra nell'archivio comune solo quando lo segnalano **almeno 3 persone diverse**. Le segnalazioni sono anonime e partono da sole quando c'è connessione; **Sincronizza ora** le manda subito.

Registro delle Opposizioni

Iscrivi il tuo numero al registro pubblico con **Apri il sito ufficiale**: le aziende che rispettano la legge smettono di chiamarti. È gratuito. Il resto lo ferma l'app.

6 · Ogni giorno

Scheda Attività. Ogni chiamata filtrata compare qui con il motivo. Su un numero molesto premi **Segnala**: scegli la categoria e il numero viene bloccato e segnalato alla rete. Su una persona che conosci premi **Consenti**: da quel momento squilla sempre. Dal menu ⋮ puoi anche richiamare, cercare il numero sul web o bloccare tutta la serie.

Aspetto una chiamata. Aspetti il tecnico o il medico da un numero che non conosci? Nella scheda Scudo apri il filtro per **1, 3 o 8 ore**: gli sconosciuti italiani squillano, spam e numeri bloccati restano fuori. Se conosci già il numero, in Regole scrivilo e premi **Aspetto questa chiamata (24 ore)**.

Dossier. In Attività, **Esporta dossier** crea l'elenco di data, numero e motivo di ogni chiamata filtrata: è la prova da allegare a un reclamo.

7 · Difenditi per legge

NoStressCall ferma le chiamate; questi strumenti ufficiali e gratuiti fermano chi le fa. Li trovi anche nell'app, in fondo alla scheda **Attività** (sezione «Denuncia chi ti tormenta»).

Registro Pubblico delle Opposizioni

Iscrivi il tuo numero, fisso o cellulare: le aziende non possono più chiamarti per telemarketing, e l'iscrizione cancella i consensi che avevi dato in passato. È gratis.

1. Vai su **registrodelleopposizioni.it** (oppure, nell'app, Impostazioni › **Apri il sito ufficiale**), scegli l'iscrizione e inserisci il numero da proteggere. In alternativa chiama il numero verde **800 957 766** dal numero che vuoi iscrivere.
2. Conferma con il codice che ricevi. Se in futuro dai di nuovo il consenso a qualcuno (un concorso, una carta fedeltà…), ripeti l'iscrizione per cancellarlo.

I call center che ignorano la legge continuano: per quelli c'è l'app, e ci sono i reclami qui sotto.

Il dossier: la prova

Nella scheda Attività premi **Esporta dossier**: ottieni data, ora, numero e motivo di ogni chiamata filtrata. Allegalo a ogni segnalazione.

Scrivi all'azienda

Se il call center ti dice per chi chiama, in Attività premi **Prepara la lettera**: l'app scrive per te l'opposizione al trattamento (art. 21 GDPR) e la domanda su dove ha preso il tuo numero (art. 15). Mandala all'indirizzo privacy dell'azienda (lo trovi nell'informativa privacy del suo sito). Deve risponderti entro un mese.

Segnala agli enti

DOVE	QUANDO USARLO	INDIRIZZO
AGCOM · portale segnalazioni	Chiamate di operatori telefonici e call center. Serve SPID o CIE.	segnalazioni.agcom.it
Garante privacy · chiamate indesiderate	Il servizio online dedicato: segnali chi ti chiama senza consenso. Il più rapido.	servizi.gpdp.it › Telefonate indesiderate
Garante privacy · reclamo formale	La via completa (art. 77 GDPR), con modello da inviare via PEC o raccomandata: quando l'azienda non risponde alla lettera o continua.	garanteprivacy.it › Diritti › Reclamo

Sono gli enti che multano i call center: più segnalazioni arrivano con prove precise, più le sanzioni scattano.

8 · Problemi frequenti

SUCCEDE CHE…	COSA FARE
L'app non filtra nulla	Nella scheda Scudo deve esserci «Barriera attiva». Se leggi «Barriera spenta», premi Attiva la protezione e scegli NoStressCall.
Le chiamate silenziate compaiono comunque a schermo	Accendi «Non mostrarmi le silenziate».
Una persona vera è stata silenziata	Chi richiama entro 5 minuti squilla comunque. Poi trovala in Attività e premi Consenti.
Il corriere non riesce a chiamarmi	Controlla che «Il corriere passa sempre» sia acceso e che l'accesso ai dati di utilizzo sia concesso. Se sai già il numero, usa «Aspetto una chiamata».
Chi rifiuto non arriva in segreteria	Componi `*#67#` e `*#61#`: se le deviazioni sono spente, attiva la segreteria dal tuo operatore.
I numeri nascosti passano	Bloccali dal Telefono: Numeri bloccati › Sconosciuti o Privati.
Cambio telefono	In Regole premi Salva prima del cambio; sul nuovo telefono usa Importa.

Lista di controllo

☐ Barriera attiva	☐ Modalità Protettiva
☐ Silenzia i numeri sconosciuti	☐ Non mostrarmi le silenziate
☐ Chi chiami tu può richiamarti	☐ Il corriere passa sempre (+ accesso ai dati di utilizzo)
☐ Saluto del portinaio registrato	☐ `*#61#` e `*#67#` verso la segreteria
☐ Chi richiama entro 5 minuti squilla	☐ Numeri nascosti bloccati dal Telefono
☐ Registro chiamate ripulito	☐ Backup delle regole salvato
☐ Prefissi di parenti all'estero aggiunti	☐ Iscrizione al Registro delle Opposizioni
☐ Numero della segreteria annotato	☐ Dossier esportato prima di ogni reclamo