






20 IDEE PER VIVERE MEGLIO CONSUMANDO DI MENO

INVECE DI...	RISPARMIO FAMILIARE*	QUALITÀ DELLA VITA
 ... bere acqua di bottiglia, bevo acqua di rubinetto (17 litri al mese) ... comperare il pane, autoproduco pane biologico (4 kg al mese) ... mangiare ogni giorno carne, preparo un pasto a base di legumi alla settimana ... comperare insalata confezionata, compero insalata sfusa (3 volte a settimana) ... comperare pizza surgelata, faccio la pizza in casa (1 volta a settimana) ... comperare latte fresco confezionato, compero il latte alla spina (1 litro a settimana) ... far colazione al bar, faccio colazione a casa (5 volte a settimana)	3,4 € 4,96 € 6,44 € 9,24 € 2,8 € 0,80 € 50 €	Alleggerisco spesa e sacco dei rifiuti, sulla tavola ho una bella brocca di vetro. Mangio sano e godo della soddisfazione dell'autoproduzione. Scopro il gusto di sapori inusuali e provo ricette nuove. So che cosa ho nel piatto. Non ho dubbi sugli ingredienti e posso cucinare in famiglia con i bambini. Bevo un latte più gustoso. Assaporo la calma, ritrovo un'occasione per parlare in famiglia.
 ... usare sempre l'automobile, uso i mezzi pubblici negli spostamenti urbani (8 km al giorno) ... correre in auto senza risparmio, uso l'auto senza superare i 2500 giri (su una spesa mensile di 100 €) ... muovermi in auto, mi reco al lavoro in bicicletta (10 km, per 1 giorno a settimana)	48 € 15 € 4 €	Sono meno stressato, ho più contatti sociali. Sono più rilassato alla guida. Ne guadagno in salute e riscopro la bellezza di guardarmi intorno.
 ... usare tovaglioli o fazzoletti di carta, uso tovaglioli e fazzoletti di stoffa ... usare piatti usa e getta, uso piatti in ceramica ... comperare vestiti nuovi, acquisto e scambio vestiti usati (1 capo nuovo a famiglia al mese) ... sprecare, utilizzo l'energia in modo oculato (spengo gli stand by, evito l'uso di elettrodomestici inutili...) ... tenere la temperatura in casa a 20° C, l'abbasso di un grado (su una spesa annua di 1200 euro) ... utilizzare la dose di detersivo proposta dalla confezione, ne uso metà dose (4 lavaggi a settimana)	0,6 € 0,3 € 30 € 21,6 € 7 € 0,23 €	La tavola acquista un maggiore senso di «casa». La tavola acquista un maggiore senso di «casa». Costruisco una rete di relazioni, bado di più alla sostanza. So di aver fatto la mia parte per conservare le risorse della terra. So di aver fatto la mia parte per conservare le risorse della terra. So di aver fatto la mia parte per salvaguardare la qualità dell'acqua.
 ... andare in alberghi, uso lo scambio di ospitalità (in albergo 50 € per persona a notte) ... comperare i regali, li autoproduco: dipingo, scrivo, modello, cucino, creo (10 € per un regalo al mese) ... comperare i libri e i dvd, li prendo a prestito in biblioteca o li scambio con amici (1 libro/dvd al mese)	50 € 8 € 20 €	Rafforzo conoscenze, amicizie e allargo la mia rete sociale. Mi scopro capace di creatività, ritrovo il gusto di farlo in famiglia. Riscopro e valorizzo le risorse (a volte nascoste) del mio territorio.
 ... spendere senza controllo, provo a tener conto per un mese di come spendo i miei soldi	Coinvolgendo tutta la famiglia, il mese successivo scoprirò di aver speso di meno.	Riprendo consapevolezza delle mie finanze e decido con facilità quali sono le spese importanti.

* al mese.

Fonte: www.bilancidigiustizia.it

Buone pratiche a partire dalla spesa di ogni giorno

Carlo prepara in casa pane, marmellate e persino una gustosa formaggella facile da fare, partendo dallo yogurt, aggiungendo il sale, e filtrando il tutto con un canovaccio. Francesca e Luca investono in fondi etici. Checco fa parte di un gruppo di acquisto solidale, Stefano va ogni giorno al lavoro in bicicletta e Mirco organizza la «settimana del non acquisto», con tanto di cena finale con gli amici, alla scoperta dei rimasugli nella dispensa. Tutti hanno in comune un semplice bilancio mensile, capace, però, di rivoluzionare il loro stile di vita quotidiano e di tagliare le spese inutili. Compilano una scheda su cui indicano i soldi che entrano e che se ne vanno, mettendo in luce quelli dirottati verso alternative migliori: per la salute, per l'ambiente, per i lavoratori e per le nostre tasche. Piccoli passi concreti, capaci, però, di promuovere una vera azione politica, possono cominciare davvero dalla spesa di ogni giorno.

L'idea di monitorare le spese domestiche per cambiare l'economia partendo dalle piccole cose ha dato vita, ormai 18 anni fa, all'avventura di «Bilanci di giustizia». La campagna, lanciata dall'associazione «Beati i costruttori di pace», conta oggi 1200 famiglie aderenti in tutta Italia, una decina a Udine, che si incontrano regolarmente per confrontare le rispettive esperienze (per informazioni tel. 0432/575572).

«la Vita Cattolica» ha intervistato il referente nazionale del progetto, don Gianni Fazzini (nella foto), responsabile della Pastorale per gli stili di vita della Diocesi di Venezia, intervenuto martedì 21 febbraio a Udine all'incontro organizzato dal Movimento ecclesiale di impegno culturale (Meic) sul tema «Come uscire dalla costrizione a consumare».

Don Fazzini, chi o cosa ci «costringe» a spendere e ad acquistare?

«Innanzitutto la pubblicità. Ogni giorno si fanno investimenti enormi per incanalare i nostri desideri. Ci viene detto: "Se vuoi essere felice, compra. E compra quello che ti dico". La globalizzazione, d'altro canto, preme: ci offre a bassi prezzi tanta merce. E questo invoglia ad acquistare».

Si dice che i consumi fanno girare l'economia...

«Niente di più falso. Non è affatto sicuro che chi lucra dal mio acquisto necessariamente investirà nell'economia, tanto più nell'economia del mio paese. È evidente che c'è bisogno di più lavoro, ma chiediamoci perché devono essere altri (pochi) a decidere per noi quali lavori fare e cosa produrre. E a prendere queste decisioni in base ai profitti che ottengono, anziché in relazione al benessere che creano».

Lo slogan di «Bilanci di giustizia» è «consumare meno per consumare meglio». Come lo si può mettere in pratica concretamente?

«I consumatori hanno un potere grandissimo. Quando acquistiamo, in un certo senso, diamo un'indicazione anche politica. E allora, va bene fare girare l'economia, ma decidiamo noi quale economia far girare. Scegliamo se dare i nostri soldi a chi produce benessere, salvaguarda l'ambiente, fa lavorare in modo corretto, o a chi non lo fa».

Da dove cominciare?

«Dalle piccole cose: il frigorifero da riempire, i pasti da preparare, le macchine da far funzionare. Bisogna partire dal rivitalizzare la nostra famiglia, che deve diventare una "squadra", con un progetto anche sul piano economico. Un soggetto vivo, propositivo. «Bilanci di giustizia» suggerisce di sedersi a tavolino e chiedersi che fine fanno le nostre spese, progettando cambiamenti nelle abitudini da decidere insieme: ogni mese abbiamo a disposizione una determinata cifra, siamo contenti di come la spendiamo? Lo facciamo nel modo migliore? Ci si può chiedere, ad esempio, cosa mangiamo: sappiamo come vengo-

no prodotti gli alimenti che acquistiamo? Possiamo produrre meno rifiuti? Siamo in grado di lavarci da soli l'insalata o dobbiamo per forza acquistarla già confezionata? Quanto possiamo risparmiare - e guadagnarci in qualità della vita - utilizzando di più la bicicletta? Uno strumento utile per aiutare le famiglie in questa analisi è l'Altracard. La si può trovare sul sito di «Bilanci di giustizia» (www.bilancidigiustizia.it)».

Cos'è l'Altracard?

«Un semplice calcolatore interattivo che, tramite una raccolta di suggerimenti (nella tabella qui sopra ne riportiamo una sintesi), illustra come sia possibile risparmiare da 120 a 500 euro al mese a famiglia. Uno strumento utile anche a creare una "rete sociale": sul sito, infatti, si possono trovare i contatti per i referenti locali di «Bilanci di giustizia» ed è possibile lasciare il proprio indirizzo e-mail per scambiarsi informazioni, creando così un flusso di esperienze vivo. «Bilanci di giustizia» ha inoltre da poco pubblicato un volume, «Prove quotidiane di felicità» (ed. Terre di Mezzo), che raccoglie proprio le esperienze delle famiglie aderenti e che può essere acquistato anche on line».

Le possibilità concrete per realizzare «buone pratiche» non mancano. Qualcuno replicherebbe che ciò che manca è il tempo.

«Eppure ci affanniamo per fare gli straordinari, per poi correre a spendere ciò che guadagniamo nei centri commerciali...».

Lei ci va nei centri commerciali?

«Molto raramente. A tal proposito, un errore comune a molte famiglie è quello di andare al centro commerciale o al supermercato senza aver preparato una lista della spesa, con l'idea di vedere là che cosa ci serve. Un atteggiamento "suicida", perché qualcun altro ha già stabilito per noi cosa ci porteremo a casa. E non è ciò di cui abbiamo bisogno, ma ciò che ci alletterà con le offerte più seducenti... Svuotandoci i portafogli e riempiendoci la casa di oggetti inutili di cui dovremmo imparare a liberarci».

Da che cosa possiamo liberarci?

«Senza altro dall'idea che ciò che fanno tutti è bene. Ad esempio, è comodo dare ai nostri figli delle merendine confezionate. Ma proviamo a preparare insieme a loro dei dolci più sani. Quando arriveranno a scuola saranno orgogliosi di dire ai loro compagni: "Questo l'ho fatto io, con la mia mamma e il mio papà". Insegniamo loro l'orgoglio di essere diversi. Per farlo, innanzitutto, dobbiamo lavorare su noi stessi, chiedendoci "Cos'è che voglio? Cosa mi può davvero riempire la vita?" Le buone pratiche partono da sé, poi vengono condivise in famiglia e tra famiglie...».

Per arrivare fino a dove?

«Fino a diventare un bene per gli altri. Le nostre azioni possono avere riflessi sui nostri amici, sulla città, sull'economia. Scegliendo consapevolmente diventiamo liberi. E protagonisti di un cambiamento».

Bcc: tutti gli investimenti restano sul territorio

CHI DEPOSITA I SUOI RISPARMI NELLE banche di credito cooperativo investe in una banca che, attraverso interventi mirati verso famiglie e realtà economiche del territorio, opera nel contesto dell'economia reale. Lo dice chiaramente **Giuseppe Graffi Brunoro**, presidente della Federazione delle Banche di credito cooperativo del Friuli-Venezia Giulia, che in regione, al 31 dicembre 2011, contava 55 mila soci. «Tutti i nostri impieghi - spiega - sono destinati a sostenere il credito a imprese e famiglie della regione. Questa è la nostra principale virtù. Non portiamo fuori dal Friuli-Venezia Giulia neppure un centesimo di quelli che ci affidano i nostri soci e clienti».

Investire nell'economia reale «è la nostra essenza di vita - sottolinea Graffi Brunoro -. Non ci avventuriamo in iniziative speculative. Dunque, le remunerazioni essendo molto meno rischiose, sono anche meno premianti. Ogni volta che qualcuno ti offre un rendimento molto elevato rispetto alla media di mercato - mette in guardia Graffi Brunoro -, significa che ti sta facendo assumere anche grandi rischi».

L'utile non rappresenta, dunque, un fine, ma lo strumento per lo sviluppo e la promozione del territorio sul quale le Bcc operano. «Il credito cooperativo è stato vicino alle imprese anche in questo triennio di crisi e qualche conseguenza la paga. Ma sappiamo bene che non possiamo far venire meno il sostegno alle famiglie e alle imprese». Lo dicono i numeri. Nel 2011, infatti, sugli impieghi il credito cooperativo regionale cresce del 3% e la raccolta tiene. E, non si dimentichi, «le Bcc non hanno mai chiesto quattrini allo Stato, non gravano sul contribuente - dice, con orgoglio, Graffi Brunoro -. Anche le Banche di credito cooperativo italiane che hanno vissuto qualche momento di difficoltà, l'hanno superato attraverso la solidarietà di categoria».

SERVIZI DI **ERIKA ADAMI**,
ROBERTO PENZA
E **VALENTINA ZANELLA**