



“ Passano soprattutto dalla cucina le strategie per arginare la recessione: pane fatto in casa, lo yogurt nel thermos, le ricette della Depressione e la spesa a chilometro zero

ACQUISTI SOLIDALI

A Si chiamano Gas, Gruppi di Acquisto Solidale. Sono gruppi di persone che acquistano insieme all'ingrosso prodotti alimentari o di uso comune da ridistribuire tra loro. Si compra direttamente dal produttore locale, scegliendo prodotti biologici ed ecologici che siano stati prodotti nel rispetto delle condizioni di lavoro. Si riducono così l'inquinamento per il trasporto delle merci, i costi della distribuzione e insieme si verificano le singole scelte al consumo. I Gas stanno crescendo a dismisura, al punto che per riuscire a farne parte in più posti si è arrivati ormai a stilare liste d'attesa per i consumatori. Ci si coalizza tra amici, parenti, interi condomini o in ufficio. E per giunta si socializza.

BICICLETTA

B Non inquina e mantiene in forma. È lo stile dei bikers, quelli che all'auto preferiscono la bicicletta. Lo stile diventa un must quando il costo della benzina non scende e lo smog annebbia la città. Si può andare con la propria bici o affittarla con il Bikeshearing. In questo caso se si ha la fortuna di abitare in una città in cui è attivo il servizio, girare su due ruote è ancora più semplice. Si può prendere la bici in un punto di bikeshearing e lasciarla in un altro, risparmiandosi così di doversela portare dietro necessariamente. Basta una tessera magnetica e la giusta elasticità mentale e motoria e la vita nel traffico è può essere meno spiacevole. Del resto che sia con la propria o con una affittata, pedalare non inquina e non crea problemi di parcheggio. In più «è più conveniente in termini di velocità di spostamento, impatto ambientale, energia globalmente spesa».



CUCINA

C In voga la cucina semplice ma buona. Dalla pasta con le patate alle ricette gustose e sane per i bambini. Per imparare a cucinare tornano utili le ricette della nonna, ad esempio di nonna Clara, l'anziana italo-americana che su YouTube offre dimostrazioni della cucina della Grande Depressione. Soprattutto pasta, in tutte le salse, per esempio con patate, piselli e uova. È inglese, invece, il ricettario semplice per mamme senza soldi e senza tempo diventato un best seller. Insomma, anche la cucina è low cost, non solo negli Usa e nel Regno Unito. Si mangia sano, si eliminano spese superflue, e il piatto non piange.

DETERSIVI

D Abracadabra. È solo un esempio, ma anche il più riuscito. Risponde all'indirizzo biodetersivi.altervista.org ed è una vera scuola di pozioni dove imparare a fare i detersivi in casa. Non soltanto quelli per piatti e stoviglie, ma anche quello da mettere nello

spruzzino per i vetri, lo sturalavandini, i deodoranti per ambienti, l'anticalcare e addirittura gli stessi dosatori di detersivi. Basta una regola base: non mescolare mai prodotti acidi con prodotti basici e si possono inventare anche nuove ricette. È la strada della bio-allegria.

WI-FI DA CONDIVIDERE

Si chiama Fon (www.fon.com), un modo per condividere la Rete e metterla a disposizione degli altri "foneri". Una comunità gigantesca, che aggiorna di ora in ora gli spot più vicini a casa vostra o nella località dove andrete in vacanza.

ENERGIA

E Un manuale per risparmiare la Terra. A volte basta poco per non sprecare energia. In Rete si trovano manuali di ogni genere a riguardo. Scaricabile quello degli «Amici della Terra Onlus», (www.amicidellaterra.org) che consiglia: lampadine a fluorescenza compatta, spegnere sempre gli apparecchi elettrici, non tenere aperti i rubinetti o montare il frangiflusso per avere la sensazione di toccare più acqua di quella che si lascia scorrere. Anche sulla carta si può risparmiare scrivendo su entrambi i lati di uno stesso foglio. Ogni altro accorgimento è utile se lo spreco non è necessario.

FAI DA TE

F Il risparmio è più casalingo che mai con il «Fai da te», un vero e proprio ritorno ai preparati in casa. Si riscopre in tutto il mondo, occidente in particolare, che se i contenitori hanno un prezzo, anche per l'ambiente, e gli alimentari costano troppo, meglio provare a fare da sé. In casa si possono fare yogurt, pane, burro, birra, cioccolato, biscotti, gelato, vino e anche i liquori. Come? La blogosfera si mobilita, su www.risparmiare-risparmiando, ad esempio, si trovano consigli, istruzioni e procedimenti per ogni tipo di bricolage, anche quello culinario.

GRATIS

G Vivere del tutto gratis è difficile, ma qualcosa si può fare anche non pagando. E il web aiuta anche in questo. In Rete si trova un po' di tutto. C'è la comunità che regala oggetti che non servono: www.freecycle.it. La directory mondiale dei punti wi-fi dove è possibile navigare in Internet gratuitamente <http://anchorefree.com>. Siti di scambi di ospitalità gratuita come www.servas.it o www.hospitalityclub.org. o il blog del baratto per antonomasia <http://oneredpaperclip.blogspot.com>. Fuori dalla Rete torna utile l'ultima pagina dei giornali di annunci, quella in cui si offrono oggetti gratuitamente. E per viverci la città a volta basta dare un'occhiata alla voce "gratis" delle guide alla programmazione del week end. Al museo ci si può andare la domenica al mese in cui è gratis e un buon libro si può leggere anche nelle biblio-

teche comunali. Esistono ancora.

HOUSE

H L'isolamento è in controtendenza. Per risparmiare sui servizi casalinghi e condividere l'abitazione arriva anche in Italia il Cohousing. È la filosofia del «vicinato elettivo», un piccolo villaggio, per lo più in centri metropolitani, in cui l'idea della casa singola si unisce a quella della «comune». Gli inquilini condividono beni, come giardino o orto, e si dividono spese per servizi, come lavanderia e asili nido. A Milano come negli Usa i coinquilini si incontrano su Internet e si scelgono tra loro.

E anche se ogni progetto di cohousing ha una storia diversa e caratteristiche proprie – esistono comunità per anziani, quelle per single, quelle formate da giovani coppie con figli piccoli, quelle in via di formazione per persone con problematiche specifiche – la filosofia che sta alla base dei progetti di coresidenza fa sì che tra loro abbiano dei tratti comuni. La filosofia della condivisione, infatti, viene applicata fin dalle fondamenta del progetto di cohousing. Ogni futuro cohouser partecipa alla progettazione del «villaggio» in cui vivrà. Elege attraverso una community virtuale il vicinato e via via che il progetto prende forma consolida la conoscenza. Per diventare cohouser e farsi promotori del progetto nella propria città iniziate a visitare il sito www.cohousing.it.

INTERNET

I L'era del risparmio e del nuovo stile di vita più morigerato parla soprattutto attraverso Internet. Dai blog come l'italiano www.ecoblog.ilcannocchiale.it, che offre uno sguardo su ecologia, ambiente, energie rinnovabili e cucina vegetariana, alle radio online come www.lifegate.it, che sostengono l'ambiente attraverso musica e informazione ecosostenibile.

Ma la Rete è verde e partecipativa ormai quasi per definizione con il Web 2.0. Online si può consultare e compilare un'enciclopedia con www.wikipedia.org.

scaricare programmi gratis con www.gratisdownload.it, seguire lo sport su <http://livetv.ru/it/>, o pubblicarsi da sé anche un libro, un cd o un video senza costi iniziali mantenendo il diritto d'autore. Ancora di musica si parla con la piattaforma www.jamendo.com, che offre la possibilità di scaricare e ascoltare legalmente più di 15000 album completi e singoli brani, oppure pubblicare musica sotto licenza libera, cosiddetta «Copyleft», e lasciarla circolare liberamente in Rete.

