

9 tecniche per risparmiare in famiglia

di Luisa Perego



23 Maggio 2018

Organizzare swap party, imparare le lingue in tandem, scambiarsi vestiti, ma non solo, anche libri o cose che non servono più. Si può fare tanto per risparmiare in famiglia. I consigli dal libro "700 euro in sette giorni" di Lucia Cuffaro.

Arrivare a risparmiare 700 euro in sette giorni? È possibile. Ne è convinta Lucia Cuffaro, autrice del libro "700 euro in sette giorni".

Basta dare un taglio alle bollette, fare attenzione al riscaldamento domestico, a fare spese intelligenti, magari privilegiando i regali fatti in casa e riducendo alcuni acquisti. Ma anche prestando attenzione alla cura dei bimbi.

Come fare? Ecco alcuni consigli per dare il giusto taglio ad alcune spese, dal neonato all'adolescente.

1 - Latte materno

È a costo zero ed è il miglior nutrimento per il proprio bimbo. Senza pensare che quello artificiale rappresenta una spesa non indifferente.

Con questo Lucia Cuffaro non vuole puntare il dito contro chi non ha la possibilità di allattare i propri bimbi in modo naturale.

Offre solo alcuni consigli da prendere in considerazione. In particolare la [Leche League, la Lega per l'allattamento al materno](#), un'organizzazione internazionale di volontariato, con consulenti che gratuitamente supportano e aiutano le neomamme nell'allattamento. Spesso infatti è la mancanza di un supporto adeguato a creare complicazioni e stress che inficiano il procedere naturale dell'attaccamento al seno.

Ma il latte si può anche condividere. Se ne produciamo più delle reali necessità del bimbo, potremmo decidere di donarlo e di aiutare altre donne e bambini. Per fare questo in Italia esistono le [Banche del latte umano donato](#).

2 - Svezzamento? Sì grazie

In questo caso il consiglio è di preparare tutto in casa, in accordo con il pediatra. Sia per risparmiare, sia per ridurre l'impatto ambientale. Facendo un rapido calcolo, ogni anno vengono consumate circa 730 pappine con relativi rifiuti. Un modo per lasciare a nostro figlio un mondo con meno pattumiera. Inoltre il cibo che prepariamo noi sarà di massima qualità, dato che avremo scelto noi le materie prime, sicure e di stagione.

3 - Proviamo i pannolini ecologici?

Per questo capitolo Lucia ha chiesto aiuto a Elena Tioli, blogger ecologica di [vivicomemangi.it](#). Risparmiare fino a 1500 in questo caso si può. La verità è che i classici pannolini usa e getta sono comodi e pratici. Però sono dannosi per l'ambiente e di difficile smaltimento.

Che cosa fare? Ecco qualche alternativa:

- i pannolini usa e getta ecologici: per chi non vuole rinunciare al monouso ma vuole trovare un buon compromesso. Si smaltiscono nei rifiuti organici ma... il costo è più alto rispetto ai pannolini tradizionali
- pannolini lavabili: dal punto di vista economico il risparmio è assicurato. A fronte di una spesa iniziale intorno ai 350 euro, si può arrivare a risparmiare fino a 1500 euro. Attenzione però al lavaggio: meglio medie temperature e asciugatura al sole. Il problema? Il tempo. Per lavarli e lasciarli asciugare.
- pannolini lavabili usati: in questo caso vengono rivenduti a circa 10 euro e vanno igienizzati a un primo lavaggio

•senza pannolino: è un approccio naturale che si chiama [Elimination Communication e Infant Potty Training](#). In pratica si osservano i segnali del bambino negli orari in cui compaiono gli stimoli. Riconoscendo per esempio smorfie e rossori si può portare il bimbo in bagno o associare lo stimolo a un fischio o un mormorio. I bimbi imparano che posizione + stimolo sonoro=pipì o popò.

Leggi anche: [si può crescere un bambino senza pannolino?](#)

4 -Tagesmutter o... babysitter di vicinato

Il bimbo cresce, tu hai bisogno di tornare al lavoro, nell'asilo non c'è posto e i nonni sono lontani. Che fare? Una soluzione è la [tagesmutter](#), "una mamma che mette a disposizione la proprio abitazione" specifica Lucia Cuffaro. "Un vero e proprio nido di famiglia in regola con le normative".

Un'altra idea sempre per risparmiare è scambiarsi favori tra vicini. Organizzandosi facendo turni tra vicini o condomini.

5 - Per risparmiare a scuola dalla primaria alla superiore

Mano mano che il bimbo cresce e cambia classe si possono sensibilizzare insegnanti e rappresentanti d'istituto per essere mediatori per lo scambio di zaini, astucci, quaderni, libri, ma anche grembiuli da regalare agli studenti della classe dopo.

E i testi? Si può provare a cercarli usati.

[20 dritte GREEN per pulire casa senza inquinare](#)[Vai alla gallery](#)

6 - Swap party!

Come sostiene Lucia: "Non vergogniamoci e siamo fieri! Se vestiamo i nostri amati bambini con prodotti prestati, regalati o di seconda mano, non siamo dei poveracci, ma al contrario siamo speciali, perché intelligenti!"

Come organizzarsi quindi?

Si può organizzare per esempio uno swap party con amici e parenti. Una festa in cui si baratta tutto quello che non serve. Oppure cercare quello che serve in un mercatino del riuso.

7 - Organizzare una eco-festa di compleanno

Animatori, ludoteche, buffet con catering: non è detto che il compleanno debba essere per forza qualcosa di costoso. Del resto al bimbo basta divertirsi e giocare con i suoi amici. E per fare questo, occorre davvero poco: un salone, un giardino o un parco e del buon cibo fatto in casa!

Ecco una eco-festa servita. I giochi in questa festa sono autoprodotti o laboratori fatti in casa che poi si possono regalare ai festeggiati. Oppure viceversa. Perché per svagarsi non è per forza necessario acquistare, ma si può anche far volare la fantasia!

8 - Sport? Non deve essere per forza costoso

Fare attività fisica è importantissimo ed è fondamentale per la crescita. A volte però rischia di essere una spesa insostenibile. Esistono per fortuna dei siti di consumo collaborativo proprio per "facilitare la ricerca di giovani giocatori sconosciuti da far scendere in campo in occasione di partite di

calcetto (Sportilia, GoKlick e Furbles) o di tennis (SuperTennisClub)". Ce ne sono anche altri per scoprire compagni di sport. Oppure basta guardare la bacheca della scuola per trovare organizzazioni sportive a cui ci si può associare con prezzi abbordabili.

In tutta Italia poi ci sono i percorsi vita da sfruttare, magari per un gita salutare in famiglia!

9 - Studiare le lingue in... tandem!

Questo modo è davvero divertente per le giovani menti. Si chiama tandem. "Università e licei stranieri sono soliti far incontrare i loro studenti con i residenti madrelingua per facilitare le conversazioni in doppia lingua e lo scambio di competenze". Vale la pena informarsi se ci sono realtà del genere anche vicino a noi. Un modo per allargare le amicizie e imparare la lingua da un madrelingua!