

I consigli anti-sprechi dell'inviata di "Striscia" Cristina Gabetti

## Sì ai prodotti locali, no all'usa e getta

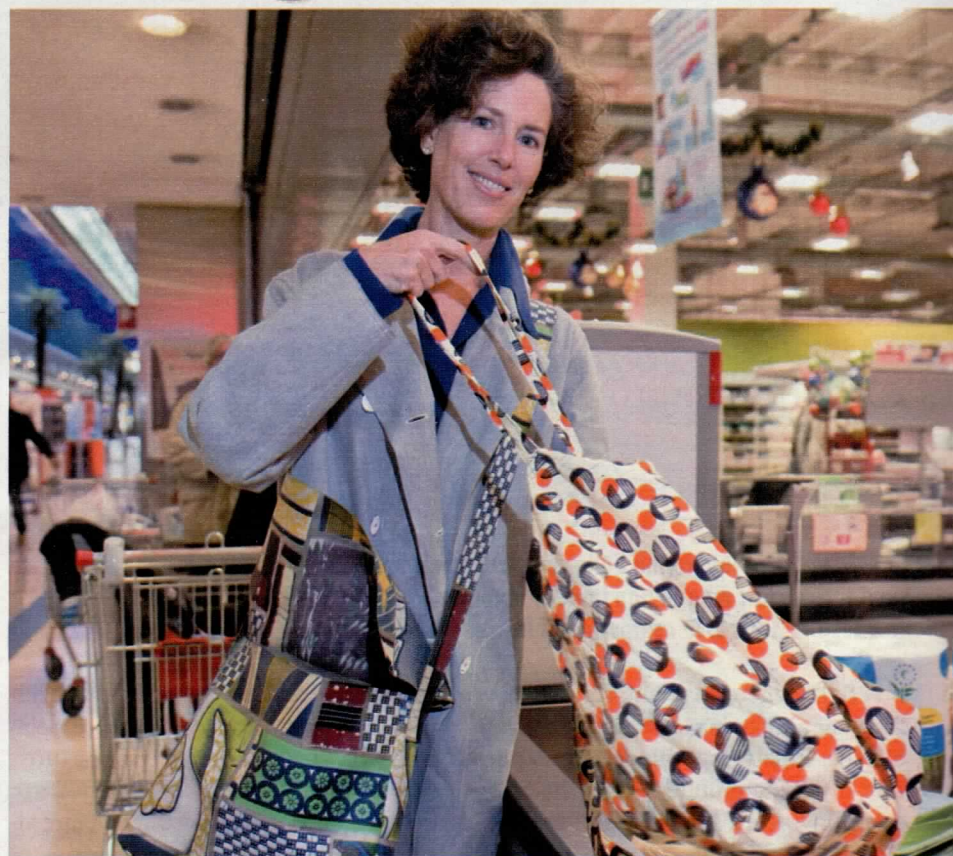
«Acquistare cibo di qualità, tenendo d'occhio la quantità, educa i ragazzi a non buttare il cibo e gli adulti al risparmio». Dal libro dell'esperta di consumi del tg satirico, nuove strategie per una spesa più conveniente e per consumi energetici ridotti all'osso

di Rossana Linguini

**U**na strada per uscire dalla crisi, chi non la cerca? Quella di Cristina Gabetti, inviata di *Striscia la notizia*, conduttrice della rubrica *Occhio allo spreco* e autrice del libro che porta lo stesso titolo (sottotitolo *Consumare meno e vivere meglio*; Rizzoli, 16 euro), è lastricata di buon senso e di piccoli gesti alla portata di tutti. «Questa crisi è una grande opportunità per rivedere i nostri modelli di consumo», spiega la Gabetti, «per dare un valore allargato alla parola risparmio: spendere meno, sì, ma anche sprecare meno e inquinare meno».

Accorgimenti semplici, al limite del banale, ma non sempre automatici: eppure, se tutti ci ricordassimo di metterli in pratica daremmo una mano a portafoglio e ambiente. «Non dovrebbero essere una fatica, anche se all'inizio è così: ma è come andare in palestra, basta iniziare...», assicura la Gabetti. E magari anche farsi un'idea di come mettere d'accordo

**«Usate buste di tela: sono meno inquinanti e riutilizzabili»**




ambiente e tasche, visto che, si legge sul libro, preservare l'ambiente per gli italiani è una priorità, a patto che non costi troppo e non incida sulle abitudini quotidiane. Da dove iniziare allora? «Non c'è una regola che vale per tutti», assicura l'autrice, «ma tanti spunti che ciascuno può usare come meglio crede». Prendiamo la spesa: tenere d'occhio i cartellini non sempre basta, anzi. «Acquistare prodotti di qualità, spendendo anche un po' di più ma facendo attenzione alle quantità, potrebbe servire allo ▶

### Consigli pratici

## Invece dei detersivi, i rimedi della nonna

**U**na patata lessa al posto del detersivo della lavatrice, foglie di pomodoro o fondi di caffè per tenere alla larga le formiche, fogli di giornale, farina gialla da polenta e olio di gomito per avere



IL GABIBBO E LA "GABIBBETTI"  
Segrate (Milano). Cristina  
Gabetti, scherzosamente  
battezzata "Gabibbetti" da  
Antonio Ricci, posa con il  
Gabibbo. A sinistra, mentre fa la  
spesa: niente buste di plastica,  
ma un sacchetto di tela. (Gian  
Mattia D'Alberto/Lapresse).

pentole linde e luccicanti come fossero nuove. Ecco alcuni dei "rimedi casalinghi" suggeriti da Cristina Gabetti nel suo libro *Occhio allo spreco. Consumare meno e vivere meglio* (qui a sinistra).



## «Sì ai prodotti locali, no all'usa e getta»

scopo: lo confermano le 4mila tonnellate di cibo buttate dagli italiani nella pattumiera ogni giorno». Meno e meglio, quindi: e quando è possibile mettendoci del nostro, metodo infallibile per garantire un'ulteriore riduzione degli sprechi. «Se i bambini vedono crescere l'insalata nell'orto, non ne sprecheranno neppure una foglia». L'esempio da seguire è quello degli orti urbani: 2mila solo a Bologna, con molte città che stanno andando in quella direzione, portando il verde nelle scuole, nelle carceri, negli ospedali.

Basta coltivare un vaso di pomodori sul terrazzo per capire che cosa è la stagionalità. «Consumare i prodotti locali ha un senso sia dal punto di vista dei principi nutritivi sia del trasporto: una rapa d'inverno serve di più al nostro organismo e inquina meno l'ambiente di una fragola che arriva da lontano. Il che vale anche per i pesci, per esempio, an-

che se non tutti lo sanno». Ovvio che le buone pratiche per essere seguite non devono complicare troppo la vita alle persone: «Ecco perché i Gas, gruppi solidali d'acquisto, si moltiplicano così velocemente» (l'elenco aggiornato dei gruppi di persone che si mettono assieme per fare acquisti da piccoli produttori locali o aziende biologiche è su [www.retegas.org](http://www.retegas.org)).

E poi? «Poi bisogna uscire dalla mentalità dell'usa e getta, iniziare a scegliere i prodotti non solo per il contenuto, ma anche per il contenitore, che costa e inquina: se ognuno di noi si ricordasse di uscire di casa con una busta di tela in borsa si eviterebbero i sacchetti di plastica al supermercato come le buste di carta nei negozi di abbigliamento». Di certo c'è tanto da fare tra le mura di casa, visto che il 57 per cento dell'energia che consumiamo per riscal-

dare e illuminare gli ambienti in cui viviamo è sprecata: colpa della scarsa coibentazione delle abitazioni, delle cattive abitudini, dei termosifoni accesi anche quando non servirebbero. «Non ci si deve arrendere, bisogna farlo presente nelle riunioni di condominio, vigilare perché la manutenzione sia corretta e l'uso delle caldaie adeguato alle esigenze, spingere perché il costo venga ripartito non in base ai millesimi, ma ai consumi effettivi».

Ancora, i trasporti: «Se io vado a meno di 130 all'ora in autostrada, oltre a salvare i punti della patente risparmio benzina. Se poi controllo la pressione delle gomme il risparmio è ancora più consistente». E lo sarebbe ancora di più se io decidessi di lasciare la macchina a casa e spostarmi a piedi o con i mezzi pubblici...

**Rossana Linguini**

**«Vigilare sulla  
corretta  
manutenzione  
delle caldaie»**

Offerta famiglie

**Prenoti subito: Due bambini sotto i 12 anni sono gratis in camera con i genitori**

Cinque pernottamenti in albergo, colazione inclusa, skipass e l'utilizzo dei mezzi di trasporto pubblici a Engadin St. Moritz. 2 adulti e 2 bambini da EUR 755,- o 1 adulto e 1 bambino da EUR 390,- o 1 adulto e 2 bambini da EUR 533,- o 2 adulti e 1 bambino da EUR 728,-, [www.engadin.stmoritz.ch](http://www.engadin.stmoritz.ch), Tel. +41 81 830 00 01

graubünden

Che montagne. Che orizzonti. Che luce!

ENGADIN  
St. Moritz