



DIES (giorni) – lettere e ricordi di Mauro Bertocchini

email: bertocchini.mauro@tiscali.it

Cagliari, 19 febbraio 2012

OGGETTO: 128^ lettera dalla Sardegna

Eccoci arrivati all'ultima lettera dedicata al "Risparmio Intelligente": oggi parleremo di diversi argomenti, inseriti alla spicciolata, veloci da dire, ma sostanziosi da fare.

31) L'IMPORTANZA DELLE BIBLIOTECHE

Quando due domeniche fa accennavo ai film da vedere gratis alla tivù, **lungi da me scaricare roba da internet**: mi stavo riferendo ad un **servizio gratuito che i vari Comuni forniscono** ai loro residenti e non solo. Ad usufruirne per prime, le nostre figlie, che hanno portato in casa alcuni DVD veramente interessanti: alla tivù non danno più niente di buono, una soluzione "legale" è allora farsi **una bella tessera alla biblioteca comunale sotto casa**. Ma qua in Sardegna esiste anche una **"rete" di Comuni, collegati tra loro, che interagiscono**, per cui se quel libro o quel film o quel periodico non ce l'ha la biblioteca sotto casa, **in pochi giorni ti viene fornito da un altro Comune associato** e tu vai a ritirarlo alla tua biblioteca, gratuitamente o con una modica cifra per le spese di spedizione. In tutta Italia, i cataloghi possono essere consultabili cercando l'OPAC territoriale: <http://www.sbn.it/opacsbn/opac/iccu/free.jsp> Per la Sardegna, c'è un link della Regione Sardegna: <http://opac.regione.sardegna.it/SebinaOpac/Opac> Per Selargius, Su Planu, Quartu e Quartucciu, c'è il sistema LADIRIS, facilissimo da consultare: <http://www.ladiris.it/> Infine, per il nostro quartiere, il catalogo si raggiunge da qua: <http://www.biblioselargius.it/sezione.php?sez=26> Ovvio che i DVD, i libri e quant'altro, possono essere scelti anche direttamente in biblioteca e vanno restituiti entro qualche giorno, ma il **personale è gentilissimo** e si può anche concordare. La scoperta dell' "Uovo di Colombo", cioè i **servizi pubblici gratuiti**: lo sapevamo, ma ce lo eravamo dimenticato.

32) L'ACQUA DEL RUBINETTO

Via le bottiglie di plastica dalle nostre case: è un problema comprarle, usarle e perfino buttarle via. Da oggi, **solo acqua del rubinetto**, che qua a Cagliari, ma anche in altre città d'Italia, è **buonissima**. C'è anche il sistema delle "caraffe col filtro" o dei "filtri" da installare sotto il lavabo, ma a Cagliari tutto ciò non serve. Ai nostri figli, per la scuola, **bottigliette con capsule facilmente lavabili in lavastoviglie**: ottima la "Libera" della "San Benedetto". Si compra ogni tanto la confezione da 6 bottigliette, che provvederemo a **riempire e lavare ogni volta**, inserendole nello zaino scolastico. Un'idea furba e pure ecologica: altro che **far viaggiare l'acqua su e giù per l'Italia!**

33) LE FARFALLINE DELLA PASTA

Per fare andar via quegli **animaletti** che **"visitano"** le **confezioni di pasta**, fino a tempo fa, utilizzavamo prodotti adesivi, su cui andavano ad appiccicarsi le farfalle di cui sopra. Prodotti costosi, 6 euro il pacco da due nastri, mentre l'idea più economica me l'ha rivelata mia suocera: inserire **un bicchiere di plastica - con dentro chiodi di garofano** - nella credenza dove sta la pasta. Le farfalline spariranno, completamente.

34) LA TESSERA CRAL

Di tessere "Cral" per risparmiare ce se sono fin troppe: alcuni sconti sono effimeri, ma **altri possono essere consistenti**, basta solo essere svegli ed informati sui prezzi. Da portare sempre con sé, **chiedendo, prima di pagare**, se il negozio vi aderisce: **può capitare che lo sconto arrivi anche se la ditta non è associata**.

35) BARATTO E PRESTITO

Al paese di mio suocero lo fanno anche per i prodotti alimentari: io contadino ti regalo tre meloni che ho in abbondanza e si rovinerebbero, tu pescatore mi porti qualche pesce pescato in più, quando ti capiterà. **Ma anche il prestito è anche un'ottima idea**, per **non riempire troppo la cantina**: oggetti che forse serviranno ma non subito, si possono dare in giro, annotando da qualche parte l'uscita, la data e la persona a cui abbiamo fatto il prestito. Ritorneranno, come boomerang, al momento del bisogno.

36) ADDIO DENTISTA

Andare dal dentista è cosa antipatica - per il costo e per il dolore - ma i **semplici spazzolini non bastano a tenere puliti i denti**. Ottimi, invece, **gli spazzolini elettrici, ricaricabili**; pessimi quelli che funzionano a pile. Ma anche **le setole devono essere buone, altrimenti rovinano i denti**, anziché pulirli. La marca migliore è "Oral B" e gli "attrezzi" vanno da 20 a 200 euro: c'è anche **la postazione "famiglie numerose" con spazzolini personalizzabili da fascette colorate**. All'inizio, provate con una **postazione singola che costa pochissimo nei negozi "Acqua e Sapone"**: poco più di 20 euro, **10 euro in meno** degli altri supermercati. E non vi dimenticate anche il **"filo interdentale"**, sempre di marca "Oral B". Diffidate dei **colluttori: non servono a niente**. Così come **non servono a niente gli spazzolini di media o bassa marca**. Ogni tanto, un controllo dal dentista, ma - vedrete - ci andrete sempre meno...

37) L'IMPORTANZA DEL TEA TREE OIL

Ha un nome strano, viene dall'Australia e **si trova nelle erboristerie**. Il nome specifico del prodotto è **"Melaleuca Alternifolia"** e **serve ad un sacco di cose**, eccovi il link: http://it.wikipedia.org/wiki/Melaleuca_alternifolia In casa nostra, da tempo si fa **aerosol con due gocce (non di più, mi raccomando) di Tea Tree Oil, aggiunte ad**

una buona dose di Soluzione Fisiologica, da diffondere con boccaglio nasale o maschera. Lo stesso "TTO" noi lo usiamo per **combattere forfora, applicato in minima dose sui capelli**, prima di lavarli, o **per l'igiene intima**, inserendo **pochissime gocce** nel sapone liquido. Attenzione, però: per le dosi e le diluizioni, consultare l'erboristeria o la parafarmacia che vi vende il prodotto. **Non ingerirlo, non tenerlo a portata dei figli piccoli e non sbagliarne le diluizioni: può essere davvero pericoloso**. Con una boccetta di "TTO", costo 7 euro, si va avanti mesi e si risparmia su creme e lozioni, che costano tantissimo e lo contengono comunque, diluito.

38) LA RANA CON LA BOCCA LARGA

E, visto che si parla di igiene, perché non parlare di **bagnoschiama**? Ce ne sono tantissimi, anche di buona marca, ma **non tutti risultano economici, perché "hanno la bocca larga"**. Grazie al numero dei miei figli, ho potuto constatare **quanto sia influente l'apertura della bottiglia di plastica**: averla larga porta giovani e meno giovani a spreca il contenuto, senza neanche accorgersene. Ecco, allora, che comperare il **bagnoschiama "Dove"** - ne cito uno fra tanti - **può risultare caro, rispetto ad altre marche, ma alla fine se consuma meno**, grazie proprio alla sua confezione strategica, fra l'altro facilmente impugnabile. Ma può essere **scomoda anche la situazione opposta, perché la "bocca troppo stretta" fa essiccare il sapone**, impedendone la fuoriuscita per i lavaggi successivi. Insomma, può sembrar strano, ma **le confezioni sono importanti più di quel che sembra**: ricordiamoci che i **saponi liquidi costano comunque molto, rispetto ai saponi solidi**. Fosse per me, io in bagno metterei **alcuni diffusori a pressione manuale**: uno col bagnoschiama, uno col liquido intimo, uno con dentro lo shampoo, uno per le lozioni e così via. Così facendo, in famiglie numerose come la nostra, si rischia di **risparmiare cifre a 2 zeri ogni anno**.

39) QUANTA DOCCIA FATE?

La mia domanda, seppur provocatoria, **non vi chiede quante docce fate, ma quanto state in doccia e, soprattutto, quanto tenete l'acqua aperta**. In un lavaggio di circa 20 minuti, **interrompere il flusso dell'acqua calda può far risparmiare non solo acqua, ma anche gasolio o GPL**. E qua in Sardegna, il GPL è ancora venduto in bombole - **35 euro per 15 chili** - per cui **5 minuti in meno** (per ogni doccia, fra un'insaponatura e l'altra) può corrispondere a **30 euro annuali con cui io aiuto l'ambiente** e mi abbono pure alla mia rivista preferita.

39) TIVU' DA VEDERE O DA ASCOLTARE?

Alcune persone, **più che vedere la tivù, la ascoltano e la tengono accesa per compagnia**: parlo delle casalinghe, delle persone anziane e degli artigiani che lavorano con un "sottofondo televisivo". Con i **televisori di nuova generazione - LCD e simili** - si rischia di pagare grosse cifre, **se restano accesi tutto il giorno**. Eppure, questi stessi televisori danno la possibilità di **ridurne il consumo, agendo sulla brillantezza**

delle immagini. Cercate questa funzione fra le istruzioni o diminuite manualmente colore e luminosità: si risparmia corrente elettrica per più di 40 euro all'anno.

40) RIMEDI NATURALI CONTRO I RAFFREDDORI

I vecchi rimedi, **quelli della nonna**, aiutavano ad un sacco di cose: per **combattere i raffreddori e per digerire**. Andiamole a scoprire, perché **sono a costo zero**, o giù di lì. Per il raffreddore, prendetevi una buona tazza di "vin brulé" (vino cotto) cliccate sul link per la ricetta: <http://ricette.giallozafferano.it/Vin-brule-Mulled-wine.html> Bevetelo la sera, prima di andare a letto: **non è alcolico, perché l'alcol se ne va bruciando**; la mattina, starete benissimo. Per digerire, un bel bicchiere di acqua, limone e zucchero: funziona.

41) LA POTENZA DEL BIMBY

Non potevo concludere questi miei consigli con ciò che ha veramente **rivoluzionato il nostro modo di cucinare e mangiare: il Bimby**. Ci siamo avvicinati a questo robot **per motivi di salute**, soffrendo in famiglia di **allergie ed intolleranze alimentari**: lo abbiamo acquistato urgentemente, iniziando a pagare 6 mesi dopo, in comode rate mensili. A distanza di un anno, **ci siamo resi conto del notevole risparmio ottenuto**, non avendo acquistato più salse pronte, merendine, biscotti, maionese, ketchup, marmellate, creme spalmabili e quant'altro. E che dire dei dolcetti e delle briosce e delle pizzette, il cui impasto è stato cucinato col Bimby: **una volta cotte, le abbiamo surgelate e tenute pronte, da inserire di volta in volta negli zaini**. Che dire, ancora, delle zeppole, dei risotti cotti e serviti, dei budini, della pizza grande per la cena e **delle torte dei compleanni**, dei purè di patate buonissimi. Vedetevi il sito di "Vorwerk" <http://www.vorwerk.com/it/html/> ed il sito delle ricette: <http://www.ricettario-bimby.it/> Per il comprensorio di Cagliari, rivolgetevi a **Stefano Murgia**, 070-8607580 oppure 335-1006479 Attenzione: acquistatelo solo **se pensate di poterlo utilizzare**: può essere utile chiedere a Stefano **una dimostrazione, a casa vostra, per conoscerlo meglio**.

42) LAMPADE A "LED"

Saranno **l'illuminazione dei prossimi anni**: andranno a sostituire le lampade a basso consumo - fluorescenti - che abbiamo già. Man mano che le fluorescenti si guastano, vediamo se possiamo sostituirle con le **"led"**, **che consumano ancora meno**. Vedete il sito: <http://www.lampade-a-led.it/> e pure "Caterpillar", nota trasmissione radiofonica, **"M'illumino di meno"** salvatelo fra i preferiti: <http://caterpillar.blog.rai.it/milluminodimeno/>

43) LEVAPELUCCHI

Per terminare queste lettere del "Risparmio Intelligente", un'ultima dritta: **perché buttar via i nostri maglioni?** Usiamo i "leva-pelucchi" a pila, o ricaricabili: ci aiuteranno a **salvare i nostri vestiti**, specie quelli a cui siamo ancora affezionati.

Abbracci.

Mauro