



## L'importanza dell'economia domestica

...



**Roberto A. Foglietta**

GNU/Linux Expert and Innovation Supporter

Published Nov 14, 2022

+ Follow

### Date da mangiare agli affamati

oppure insegnare loro economia domestica?

Su Twitter ci si chiedeva se fosse possibile mangiare per una settimana con €10 ovvero il prezzo di 2 menu da McDonalds [1].

Secondo me si tratta di un esercizio di economia domestica che dovrebbe essere studiata a scuola, per dare un valore concreto ai soldi che non sono solo numeri, per la gente comune.

### La lista della spesa

Conserva di pomodoro €1.39/Kg, riso €1.55/Kg e fagioli €1.10/kg. Mettiamoci €3 di riso, €3 di fagioli e €3 di sugo, abbiamo 14 porzioni da 138gr di riso, 195gr di fagioli, 154gr di sugo. Avanza pure €1 per 70gr di spezie locali tipo peperoncino pari a 5gr a porzione.

*Ho capito, però poi ti compri due banane e te ne vai in default*

Se vuoi vivere una vita dignitosa e felice devi optare per prodotti locali e di stagione come le arance, per esempio, di cui la 2a categoria venduta a casse viene prezzata da €0.40 a €0.60 al chilo nei mercati ortofrutticoli generali. Invece di 5gr di peperoncino, 150gr di arancia oppure 1gr di peperoncino e 120gr di arancia.

### **Una ricetta gustosa**

Come portare in tavola un primo nutriente ed economico:

- **riso e fagioli: una prelibatezza della dieta mediterranea**

Una ricetta di Giallo Zafferano.

### **Varietà del menù**

Al posto del riso si può usare la pasta ma in quanto prodotto lavorato si parte da €1.98/kg mentre il riso semi-lavorato (migliore e più completo in termini nutritivi perchè integrale) costa €9 il sacco da 25Kg. Però si deve anticipare il budget di 3 settimane per il riso al fine di attivare l'economia di scala [2].

Combinando riso semilavorato al sacco con pasta si ottiene €1.17/kg di media. Invece dei fagioli si possono usare le lenticchie secche a €1.49/kg, comunque sempre legumi non carne. In alternativa alle arance, le mele a €0.70/kg. Fonti proteiche: fagioli o lenticchie secche o uova per €1.57/kg. Insomma, nemmeno la varietà é un problema.

### **Importazione vs km0**

Ad esempio, importare banane costa caro perché in peso sono quasi tutta acqua ma con il caffè si può fare. In Germania, ho comperato una macchina Senseo della Philips per il caffè, incluse 180 pads - caffè dosato dentro a filtri di stoffa quindi più economiche ed ecologiche delle cialde in plastica e alluminio - e trasporto per €49.94 [3]. Usare internet ha i suoi vantaggi.

Nel costo di €0.12 a tazza - pari a €0.06 per pasto, 2 pasti al giorno - il costo della macchina del caffè di €35 è stato ammortizzato su 1.000 tazze che con un consumo di una tazza al giorno é pari alla garanzia europea di 2 anni + il 30% di margine.

Quindi bere una tazza al giorno di caffè richiede un aggiustamento di €0.06 per ogni pasto pari a una riduzione di circa 50gr idratati ovvero negoziare un -7% di cibo per concedersi un lusso. In effetti il caffè é stato introdotto in Europa circa nel 1600 e nel 1645 apre a Venezia la prima bottega del caffè dove i ricchi dell'epoca potevano gustare questa bevanda.

### **Trasporti leggeri**

Ai bambini piace l'aranciata ma la Fanta a bottiglie da 1.5lt costa €0.70/lt. Le vitamine in tablet tubetto da 20x costano €1.20 in Italia dal LIDL o €0.60 in Germania ovunque.

Una tablet in bicchiere grande da 0.3lt x 20 = 6lt questo ci porta a stimare il costo in €0.20/lt in Italia o €0.10/lt in Germania. Con un solo tubetto si possono ottenere

l'equivalente di 4 bottiglie grandi ovvero 80gr da trasportare contro sei chili.

Come nell'importazione, anche nel fare la spesa, il peso ha la sua importanza. Se bisogna andare a piedi al discount per risparmiare anche sul biglietto del bus allora il tubetto di vitamine è solo un grande sollievo perché pesano niente e se ne possono portare a iosa.

### **Sostenibilità della povertà**

Gli italiani sotto la soglia della povertà assoluta sono 5.6 milioni, quasi il 10% della popolazione residente. Per loro questo non è un esercizio ma la quotidianità.

Quando s'impara a mangiare con due euro al giorno per persona, poi si può fare anche con budget più ragionevoli: €2, €4, €8, etc.

Ma soprattutto, lo stesso principio di economia si può estendere ad una comunità.

A Leopoli (UA) il costo di un buon ostello è di €7/notte quindi €210/mese mentre il top costa €12/notte. Se questo è il prezzo laggiù allora un ostello a conduzione sociale può costare la stessa cifra in Italia.

Significa che con €250/mese è possibile offrire vitto, alloggio, doccie calde, internet veloce in wi-fi e spazi aperti di smart working. Possibile che una persona studiata in queste condizioni non riesca ad alzare €250/mese? Nel caso si aggiungano all'ostello officine e laboratori artigianali.

In pratica, invece di outlet come quello di Arquata Scrivia, si potrebbero costruire piccole comunità autosufficienti. Non parlo di progresso ma di dignitosa e felice sussistenza per la parte povera della società. A Genova nel centro storico non ci sarebbe nemmeno da costruire ma solo da riqualificare.

### **Economia di guerra?**

Non direi che sia economia di guerra esercitarsi a mangiare con due euro al giorno per persona. Per assurdo, se si facesse l'esercizio con €100 per persona al giorno sarebbero tutti bravi, ci si vive in hotel con quella cifra. Tranne in guerra, appunto. In una guerra vera non ci sarebbe così tanta abbondanza da avere una 2a scelta di prodotti così conveniente. Ci sarebbe solo l'ultima scelta al costo di un molare d'oro.

### **Ricadute pratiche**

Gestione domestica che include anche economia domestica viene insegnata nei paesi nordici come Svezia e Finlandia fin dalle scuole primarie e questo permette alle persone, fin da bambini, di imparare a gestire le faccende della vita quotidiana.

Il risultato? In Svezia e in Finlandia i giovani vivere da soli in media a 20 mentre in Italia 30 anni in media, significa che poi la famiglia e figli la creano a 30 anni invece che a 40 anni e fa tanta differenza.

### **Note**

[1] McMenu Double Chicken BBQ per €4.99.

[2] Ecco il perché il microcredito nei paesi in via di sviluppo é essenziale.

[3] Da [kaffekapslen](#) azienda Danese, sito non disponibile in italiano.

## Share Alike

© 2022, [Roberto A. Foglietta](#), licensed under Creative Common Attribution Non Commercial Share Alike v4.0 International Terms ([CC BY-NC-SA 4.0](#)).

This article can be easily converted in PDF using [webtopdf.com](#) free service.



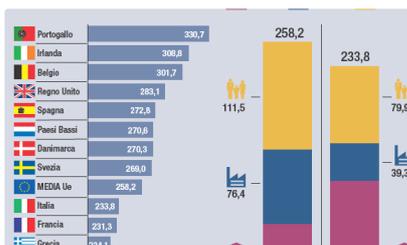
To view or add a comment, [sign in](#)

## More articles by this author



### Wikipedia vs Università

May 10, 2024



### Il debito aggregato è solo make-up

May 10, 2024



### L'umana natura del diritto d'autore

May 10, 2024

See all →

## Explore topics

Sales



Articles



People



Learning



Jobs



HR Management

Content Management

Engineering

Soft Skills

See All