



Convegno di EcoOne
Castel Gandolfo, 17 – 19 aprile 2009

Sostenibilità e stili di vita nei consumi

Maria Flora Mangano

Iniziamo dai termini

La definizione “stili di vita” potrebbe sembrare intuitiva: come viviamo, meglio, quali sono le nostre abitudini quotidiane. A casa, in famiglia, al lavoro, nel tempo libero, nei luoghi che frequentiamo per necessità (uffici pubblici, negozi, banca, ambulatorio, farmacia, ecc.) o per passione e per interesse (giardini pubblici e parchi, cinema, teatro, chiesa, parrocchia, palestra, ambiti di volontariato, ecc.). Gli stili di vita hanno a che fare con la società, con la cultura, con l'educazione ricevuta, con l'ambiente nel quale operiamo, in una parola con la nostra identità.

Proviamo ora a definire alcune accezioni relative agli stili di vita che riguardano da vicino ognuno di noi, a partire dalla nostra cultura di provenienza: “stili di vita nei consumi”, “stili di vita responsabili”, “sostenibili”, “capaci di futuro”. E poi, ancora: “uso responsabile dei beni”, “consumo critico”. Abbiamo forse sentito spesso questi termini, ma che senso hanno gli aggettivi: responsabile, critico e sostenibile. Per chi? Può essere interessante notare che la domanda *per chi* è legata a un'altra: *perché*. Cioè: riflettere sul destinatario, sui destinatari del nostro agire può aiutare a comprendere meglio perché comportarsi in un certo modo, secondo un particolare stile di vita. Per arrivare, poi, a *come* comportarsi, almeno, come provare a rendere responsabili e sostenibili tali stili.

Stili di vita: per chi e perché?

Domande facili, sembrerebbe, come pure la risposta: per le generazioni future oltre che



per quelle attuali, secondo l'originaria definizione di sostenibilità dello sviluppo¹: "Lo sviluppo che è in grado di soddisfare i bisogni della generazione presente, senza compromettere la possibilità che le generazioni future riescano a soddisfare i propri". Quindi, per intenderci: meno consumiamo (acqua, energia, in generale risorse), meno rifiuti produciamo, meno inquiniamo, meno risorse sottraiamo all'altro. Chi ci sta accanto ora e chi verrà dopo di noi.

Molti di noi, forse, sono abituati a questo linguaggio, lo conoscono così bene che ne hanno fatto un impegno di vita: lo slogan che sintetizza il modo di essere oltre che di vivere. E magari tanti di noi sono attivi nel tentativo di coinvolgere anche altri in questa direzione. Quando una pratica diventa abitudine, entra a far parte della quotidianità e diviene stile di vita. Non resta un episodio isolato, nato dall'entusiasmo del momento, spesso non duraturo e a tratti ingenuo. Accompagna le giornate, ne scandisce i ritmi ed entra nel vissuto di chi lo pratica. Lo stile di vita diventa continuità nella quotidianità e richiede fedeltà e perseveranza. Fedeltà alle motivazioni che portano a scegliere di vivere in un certo modo e fedeltà alla risposta a tali motivazioni, cioè fedeltà a questo stile. Continuità, fedeltà e perseveranza sono termini che richiamano tempo, impegno e fatica.

Scoraggiano, forse, perché mettono in discussione la nostra capacità di riuscire a vivere questa scelta con serietà. Scoraggiano, poi, anche perché caricano di responsabilità. Se fosse un episodio sporadico, frutto di bontà, di altruismo, di buona educazione o dettato dal quieto vivere, sarebbe forse più semplice. Per esempio una volta al mese, meglio se ogni due mesi. Ancora meglio se una volta all'anno, come alcune imposte dello Stato. Invece è un impegno quotidiano, individuale, poi familiare, condominiale, di quartiere, di città e di famiglia umana. Un impegno che influenza le decisioni, condiziona le scelte, interpella la nostra coscienza. Fa maturare la nostra coscienza ecologica, per questo la sua dimensione non può essere solo personale, ma collettiva, prima come persona, poi come cittadino, infine come abitante del pianeta.

¹ E' la definizione più nota di sviluppo sostenibile, formulata nel 1987 da Gro Harlem Brundtland, allora Presidente della Commissione Mondiale su Ambiente e Sviluppo nel documento dal titolo "Il nostro futuro comune", ricordato in seguito come Rapporto Brundtland.



Fedeltà, inoltre, al cambiamento. Si modificano le abitudini, i consumi, le scelte. Gli stili di vita responsabili sono dinamici, non statici. Portano a rimettersi in discussione, a essere aperti al dialogo, alla verifica, alla novità, soprattutto se tale novità può migliorare lo stile di vita scelto. Esso, allora, diventa più efficiente, può portare a consumi minori, a parità di qualità, per esempio. E' il caso di tante città che si sono attrezzate con mezzi di trasporto da condividere tra i cittadini, come auto e biciclette (*car e bike sharing*). O di alcune amministrazioni pubbliche che hanno potenziato il sistema di raccolta differenziata, puntando alla maggiore sensibilizzazione dei cittadini, alla migliore gestione dei punti di raccolta e a una sempre più fine separazione con macchinari via via più sofisticati.

Efficienza, sufficienza, essenzialità: altri tre termini che possono aiutare a definire meglio gli stili di vita responsabili. Quanto più un sistema, una pratica, uno stile di vita è efficiente, maggiore sarà la sua qualità. Quindi: minore consumo, minore spesa, minore dispendio di risorse energetiche, economiche, umane. La sua qualità è tale che non serve acquistarne, ottenerne, in una parola consumarne di più. Ci basta. Efficienza, sufficienza ed essenzialità, perciò, sono legate. Se, per esempio, si ha necessità di un chilogrammo di pane ogni tre giorni, non occorre acquistarne di più, con il rischio che diventi duro e che resti inutilizzato nella dispensa o che si accumuli nel surgelatore. Se, poi, abbiamo trovato un detersivo adatto sia per la cucina, sia per i sanitari, oppure, sia per il bucato a mano, sia per quello in lavatrice, non occorre acquistarne diversi, anche se il prezzo è conveniente perché in promozione. Il rischio è riempirsi di "cose", di beni, che pensiamo possano occorrerci un giorno, ma che spesso scopriamo pieni di polvere e dimenticati nel ripostiglio. Essenzialità è un sinonimo di sobrietà, che richiama alla mente, in tante culture, il passato, le generazioni dei decenni scorsi. E che, magari, si può associare ancora una volta, alla fatica, ai sacrifici di chi aveva pochi beni e si doveva accontentare; è il contrario dell'abbondanza, che associamo a benessere e, chissà, alla gioia. Può forse valere la pena tenere a mente le considerazioni fatte finora per introdurre altri tre termini che completano, se possibile, questa breve panoramica sugli stili di vita responsabili: accoglienza, condivisione e cura. Di chi? Dell'altro e della natura, attuali e futuri. Accoglienza e cura possono sembrare sinonimi, ma accogliere l'altro (quindi anche la natura), non necessariamente comporta prendersene cura. Sofferamoci su questo aspetto: prendersi cura di qualcuno/qualcosa che ci è stato affidato. Prenderci cura della

natura che ci è stata affidata da Dio e che amministrano (dovremmo amministrare) con la stessa Sua sollecitudine, secondo le considerazioni alla base della riflessione culturale di EcoOne. Per perseguire questo obiettivo occorre assumersi la responsabilità della natura². Se il volto dell'altro mi interpella, esso interpella la mia coscienza. Allora, forse, anche il volto della natura mi interpella, interpella la mia coscienza ecologica. Mi costringe a fermarmi, ad accorgermi di lei e ad assumermene la responsabilità. Da qui gli stili di vita responsabili, sostenibili, critici, in una parola: capaci di futuro. Ma come?

Stili di vita: come?

Ricapitoliamo: abbiamo tentato di definire gli stili di vita nei consumi a partire dalla nostra esperienza quotidiana, per soffermarci, poi su due domande chiave: per chi e perché applicare stili di vita responsabili, sostenibili e critici. Abbiamo cercato di arricchire queste definizioni introducendo altri termini: fedeltà, perseveranza, continuità. Poi efficienza, sufficienza, essenzialità. E infine: accoglienza, condivisione e cura. Come sfondo di questa fotografia altri termini chiave: coscienza ecologica e responsabilità nella sostenibilità ambientale.

Come tradurre nella pratica quotidiana queste considerazioni? Come si applicano gli stili di vita nei consumi ogni giorno? Vi proponiamo anche una scheda in appendice con alcune domande legate agli stili di vita in una giornata media: da quando ci alziamo a quando andiamo a dormire. E una nutrita bibliografia di testi e di link utili divisi per argomenti. Esistono innumerevoli iniziative in ambito locale e internazionale sugli stili di vita. L'elenco non può e non vuole essere completo, perché *come* mettere in pratica il *per chi* e il *perché* degli stili di vita dipende da ciascuno di noi.

² Il riferimento è a due filosofi contemporanei che si sono occupati dell'altro come oggetto di studio: Emmanuel Lévinas e Paul Ricoeur, in modo distinto, ma su terreni simili. Senza entrare nel merito della loro indagine filosofica (per chi è interessato, ci sono riferimenti nella bibliografia), in questo testo mi sono rifatta a loro per introdurre brevi cenni della filosofia dell'altro e, in particolare, ho tentato di includere nella loro definizione di altro anche la natura.

Bibliografia

1. Testi

In lingua italiana

- Morandini S. Il tempo sarà bello. Fondamenti etici e teologici per nuovi stili di vita. Bologna: EMI; 2003 (13 euro).
- Lombardi E, Naletto G. Comunità partecipate. Guida alle buone pratiche locali. Manifestolibri (18 euro).
- Allegretti G., Frascaroli ME. Percorsi condivisi. Contributi per un atlante delle pratiche partecipative in Italia. Alinea editrice; 2006 (25 euro).
- Della Porta D. Comitati di cittadini e democrazia urbana. Rubettino; 2004 (13,50 euro).
Studio dei problemi di democrazia e partecipazione; analizza le identità, le strutture organizzative, i nodi della rappresentanza, l'oscillazione tra conflitto e cooperazione.
- Schibel KL, Zamboni S. Le città contro l'effetto serra. Cento buoni esempi da imitare. Edizioni Ambiente; 2005 (18 euro).
Una ricca mappa sulle buone pratiche ambientali.
- Marinelli L. Piccola guida al consumo critico dell'acqua. Altraeconomia (2 euro).
Dal rubinetto alle minerali, vademecum per l'uso responsabile di un bene comune.

In lingua francese

- Laville JL, Cattani AD. Dictionnaire de l'autre économie. Desclée de Brouwer (32 euro).
Un testo che passa in rassegna l'altra economia, lettera per lettera: dalla C di comunità alla R di riciclare.

2. Link utili

Mobilità e trasporti

- Car sharing: sito statunitense: (<http://www.carsharing.net/index.html>).
- Iniziative di sensibilizzazione per studenti delle scuole elementari di ambito europeo, promossa dall'Unione Europea. Nel 2008 la settimana di trasporto ecologico ha coinvolto oltre 15.000 studenti di vari Paesi europei. Il sito è in 8 lingue: (<http://www.schoolway.net/index.phtml?ID1=1065>).

Mercato

- European Fair Trade Association (EFTA): associazione con sede nei Paesi Bassi, nata nel 1990, riunisce importatori di 9 Paesi europei accomunati dal desiderio di anteporre la trasparenza, il dialogo, l'equità e il rispetto come valori alle regole del mercato internazionale, soprattutto nei confronti dei Paesi del Sud del mondo. (<http://www.eftafairtrade.org/>).

Appendice: scheda sugli stili di vita quotidiani

Di seguito una serie di domande per qualunque età, cultura, lingua, educazione, ceto sociale e ambito. Non è un test, non ci sono risposte giuste, né un punteggio da raggiungere. Potrebbe essere uno strumento per conoscere meglio le nostre abitudini e verificare i nostri stili di vita nei consumi.

Mattino

- 1) Mi sveglio con:
 - a) radiosveglia;
 - b) sveglia: a pile/ elettrica /a pannelli solari;
 - c) cellulare o pc con sveglia;
 - d) sole;
 - e) canto del gallo;
 - f) grida dei bambini;
 - g) altro.
- 2) La prima cosa che faccio:
 - a) preparo il caffè/la colazione;
 - b) accendo la tv o il pc per le notizie;
 - c) mi preparo;
 - d) altro.

Colazione

- 3) La colazione si svolge:
 - a) insieme in famiglia/comunità;
 - b) ognuno per conto proprio;
 - c) non faccio colazione;
 - d) faccio colazione al bar-caffetteria dell'ufficio;
 - e) altro.
- 4) Come preparo la colazione:
 - a) uso il microonde;
 - b) uso la cucina a gas o cucina elettrica;
 - c) non scaldo, bevo qualcosa di freddo;
 - d) altro.
- 5) Spese per la colazione. Quanto spendo per:
 - a) 1 litro di latte;
 - b) 1 kg di pane;
 - c) 1 kg di biscotti;
 - d) altri alimenti base della mia colazione;
 - e) preparo marmellata/miele/succhi di frutta per conto mio o me li regalano;
 - f) vivo in campagna;
 - g) ho un'azienda agricola/un agriturismo;
 - h) altro.

Igiene personale

- 6) Quali sono le mie abitudini:
 - a) doccia;
 - b) bagno;
 - c) in genere mi lavo la sera/al mattino;
 - d) altro.
- 7) L'impianto per il riscaldamento/raffreddamento della casa è:
 - a) caldaia e scaldabagno autonomi;
 - b) riscaldamento condominiale centralizzato;
 - c) termocamino;
 - d) pannelli solari;
 - e) altro.

- 8) Spese per l'igiene personale. Quanto spendo per:

- a) sapone da barba e rasoio;
 - b) uso il rasoio elettrico;
 - c) shampoo e bagnoschiuma;
 - d) uso il sapone fatto in casa, da noi;
 - e) prodotti distinti per ogni membro della famiglia o tutti usano gli stessi prodotti?
 - f) altro.
- 9) Spese per la cosmesi. Quanto spendo per:
- a) creme: viso, corpo, mani, ecc;
 - b) cosmetici;
 - c) coloranti e prodotti per capelli;
 - d) vado dal parrucchiere; quante volte in un mese?
 - e) profumi-deodoranti;
 - f) altro.
- 10) Quanto spendo in un mese per l'igiene per la casa:
- a) detersivi per bucato (a mano e in lavatrice);
 - b) porto tutto in lavanderia; cosa porto in lavanderia?
 - c) avvio la lavatrice prima di uscire, al mattino;
 - d) avvio la lavatrice la sera o di notte;
 - e) uso la lavatrice condominiale;
 - f) non ho la lavatrice, uso quella a gettoni;
 - g) lavo a mano;
 - h) uso: ammorbidente, anticalcare? Se sì, distinto per lavatrice e lavastoviglie?
 - i) uso la lavastoviglie o lavo i piatti a mano?
 - l) uso detersivi distinti per bagno e cucina?
 - m) quanti detersivi ho per i pavimenti?
 - n) per la cucina?
 - o) per i sanitari?
 - p) ho un aiuto in casa che pensa anche ai detersivi; non ho idea di quanto spendo in un mese;
 - q) altro.

Mezzi di trasporto

- 11) Automobile
- a) ho l'auto?
 - b) quante auto ci sono a casa?
 - c) che modello di auto ho?
 - d) utilizzo car-sharing o noleggio l'auto se vado in trasferta;
 - e) altro.
- 12) Quanto spendo per:
- a) imposte annuali (bollo);
 - b) assicurazione;
 - c) manutenzione annuale;
 - d) carburante: benzina, diesel, metano, altro;
 - e) quanti km percorro con 1 litro di carburante?
- 13) Quali altri mezzi di trasporto ho?
- a) bici;
 - b) moto;
 - c) motorino-ciclomotore;
 - d) altro.
- 14) Mezzi pubblici
- a) non mi servono, raggiungo a piedi ogni luogo;

- b) non ci sono, non sono sicuri o non passano mai;
- c) non li uso, vado sempre con i miei mezzi;
- d) li usano solo i figli;
- e) li uso: quali e quanti in un giorno?
- f) altro.

Lavoro

- 15) La mia occupazione si svolge:
 - a) studio-ufficio-azienda-laboratorio-aula-al chiuso;
 - b) in casa;
 - c) campagna-azienda agricola-all'aperto;
 - d) non lavoro;
 - e) altro.
- 16) Se lavoro in ufficio (inclusi azienda, laboratorio, aula):
 - a) lavoro in un open space;
 - b) ho una stanza per conto mio;
 - c) altro.
- 17) L'impianto di riscaldamento/raffreddamento dell'ufficio è:
 - a) centralizzato;
 - b) autonomo;
 - c) altro.
- 18) Utenze in ufficio:
 - a) uso il pc: fisso o portatile?
 - b) uso il telefono: fisso o portatile o via Internet?
 - c) altro.
- 19) Pausa caffè:
 - a) si usa?
 - b) c'è la caffetteria interna, convenzionata;
 - c) c'è la macchina per il caffè;
 - d) i bicchieri sono di plastica o riutilizzabili?
 - e) si usa andare al bar;
 - f) altro.
- 20) In ufficio:
 - a) tovaglioli di carta in bagno o asciugamani?
 - b) si effettua la raccolta differenziata?
 - c) se sì, cosa si differenzia;
 - d) lascio in standby le apparecchiature quando vado a pranzo;
 - e) le lascio accese/le spengo del tutto (led inclusi);
 - f) altro.

Pranzo

- 21) In genere pranzo:
 - a) in ufficio;
 - b) a casa;
 - c) in giro (bar, ristorante, fast food, altro locale);
 - d) mi preparo qualcosa da portare in ufficio;
 - e) non pranzo;
 - f) altro.
- 22) Spesa per il pranzo. Quanto spendo per:
 - a) mangiare fuori a pranzo (in media ogni giorno);
 - b) acquistare qualcosa di pronto da mangiare in ufficio;

- c) prepararmi qualcosa da consumare in ufficio;
- d) uso stoviglie di plastica/di carta e involucri (di che tipo)?
- e) uso i ticket aziendali;
- f) 1 kg di mele;
- g) 1 kg di patate;
- h) 1 kg di pasta;
- i) carne per 1 settimana;
- l) altro.

23) Dove faccio la spesa in genere?

- a) al supermercato;
- b) nei piccoli negozi: fruttivendolo, pescivendolo, macellaio, fornaio, ecc;
- c) direttamente all'azienda agricola;
- d) vivo in campagna, sono più o meno autonomo;
- e) faccio parte di un Gruppo di Acquisto Solidale (GAS);
- f) altro.

Pomeriggio

24) In genere:

- a) sono a casa coi bambini;
- b) sono a casa ma c'è una collaboratrice familiare-nonna-baby sitter-altro;
- c) pulisco la casa;
- d) lavoro mattina e pomeriggio, nello stesso luogo del mattino;
- e) svolgo una seconda attività lavorativa;
- f) studio;
- g) sono libero e mi dedico ad altro: volontariato, sport, hobby, ecc;
- h) altro.

Cena

25) In genere:

- a) ceno a casa;
- b) ceno fuori (quante volte in 1 settimana);
- c) non ceno;
- d) altro.

Tempo libero

26) In genere:

- a) quante volte esco prima di cena o dopo (in 1 settimana);
- b) quanto spendo per un aperitivo-happy hour-cocktail;
- c) quanto per una cena: ristorante, fastfood, pizzeria, altro;
- d) quante volte vado al cinema-teatro-pub-altro in 1 mese;
- e) ho la tv? Se sì, quante?
- f) ho il lettore dvd o vhs? Se sì, quanti?
- g) uso un abbonamento pay-tv?
- h) noleggio-acquisto dvd;
- i) acquisto un quotidiano? Più di uno ogni giorno?
- l) una rivista o più? Quante in una settimana?
- m) leggo le notizie sul web o le apprendo dalla tv/radio?
- n) quanti libri leggo in 1 mese per dovere o per diletto?
- o) quanti libri acquisto in un mese?
- p) quanti cd musicali acquisto in 1 mese?
- q) scarico file mp3 dal web?
- r) altro.

27) Sport

- a) pratico sport? Se sì, che cosa?
- b) in palestra;
- c) all'aria aperta;
- d) in casa o altrove;
- e) non pratico sport;
- f) quanto spendo in 1 mese per questa attività?
- g) usufruisco di particolari sconti dove pratico sport? Se sì, quali?
- h) ho bisogno di attrezzatura particolare? Se sì, quale e quanto costa?
- i) altro.

28) Hobby

- a) svolgo qualche hobby (nel senso di passione, non attività di volontariato): cosa?
- b) ho bisogno di attrezzatura particolare, permessi, licenze, altro?
- c) se sì, di cosa e quanto costa?
- d) altro.

29) Vacanze (escluse trasferte professionali o viaggi legati ai Focolari):

- a) quanti giorni di vacanza ho escluse le festività religiose e civili?
- b) sono solito andare in vacanza?
- c) se sì, vado con la famiglia;
- d) i figli vanno per conto loro, con amici;
- e) vado da solo;
- f) vado con amici, con il/la fidanzato/a, ecc;
- g) in un anno, in media, quanti viaggi di vacanza faccio?
- h) stesso Paese dove vivo, estero, altro continente?

30) Dove alloggio in vacanza:

- a) albergo;
- b) ostelli, bed and breakfast, pensioni;
- c) casa di proprietà o multiproprietà;
- d) case in prestito: di amici, condivise (house sharing);
- e) tenda;
- f) camper- roulotte;
- g) altro;
- h) con quali mezzi di trasporto mi muovo di solito?
- i) quanto ho speso, tra vitto e alloggio, nell'ultima vacanza che ho svolto?

Salute

31) Sono in buona salute o devo assumere farmaci?

32) Farmaci

- a) quanti farmaci assumo in un giorno-una settimana-un mese?
- b) faccio uso di farmaci tradizionali o ricorro alla medicina complementare?
- c) medicina complementare: quale?
- d) medicina tradizionale: conosco i farmaci generici? Se sì, li acquisto?
- e) chiedo al farmacista spiegazioni sul farmaco che acquisto?
- f) altro.

33) Visite mediche

- a) quante volte mi reco dal medico? In media in un mese, incluso uno specialista;
- b) conservo gli scontrini e le ricevute degli esami e delle visite mediche?
- c) le chiedo se non le ricevo?
- d) conosco le detrazioni fiscali per le spese sanitarie nel mio Paese?
- e) conosco i diritti in materia di esenzione e rimborsi?
- f) altro.

Acquisti

34) Spese per i seguenti prodotti: abiti, scarpe, accessori, biancheria personale e per la casa.

- a) quanto spesso acquistiamo i prodotti indicati per noi (figli inclusi) in un anno?
- b) acquistiamo in genere ai saldi o durante la stagione piena?
- c) acquistiamo abiti usati?
- d) dove facciamo acquisti? Al mercato, nei negozi, su internet?
- e) soprattutto per i figli, ma non necessariamente, siamo soliti utilizzare abiti e giocattoli altrui (di amici e conoscenti)?
- f) acquistiamo in contanti, con bancomat, carta di credito, assegni?
- g) altro.

Extra

35) Possono essere:

- legati alla cura e al benessere del corpo: sauna, bagno turco, massaggi, cosmesi, estetista, solarium, manicure, altro;
- acquisti di beni voluttuari: gioielli, tappeti, quadri, libri antichi, argenteria, ecc.
- acquisti di beni immobili: case e terreni.
 - a) quante volte in un anno riesco a concedermi questi extra?
 - b) me li sono mai concessi? Se sì, quanto ho speso l'ultima volta che ne ho usufruito?
 - c) altro.