la nuova guida di MDC "Vivere meglio, spendere e consumare con consapevolezza"

MDC FVG: consigli pratici per scelte sostenibili sul piano ambientale, sociale ed economico fino alla tutela del bilancio familiare!

La nuova guida **"Vivere meglio, spendere e consumare con consapevolezza"** del Movimento Difesa del Cittadino (MDC), realizzata nell'ambito del Progetto "**Passepartout, per consumatori intelligenti**", finanziato dal **MIMIT**, offre consigli pratici, esempi e strumenti per adottare **comportamenti più responsabili nella vita quotidiana**, dimostrando come sostenibilità ambientale, benessere delle persone e risparmio economico possano andare di pari passo.

La guida, inoltre, mette in guardia dalle principali trappole commerciali, come **sconti ingannevoli, costi nascosti e truffe online**, ricordando le tutele previste in materia di garanzia e diritto di recesso.

Nella pubblicazione si possono trovare consigli su **come pianificare gli acquisti alimentari**, confrontare i prezzi, evitare le offerte che incentivano consumi superflui e ridurre gli sprechi in cucina, anche attraverso una corretta conservazione degli alimenti. Spazio anche ai **consumi domestici**, con indicazioni per risparmiare energia e acqua, utilizzare in modo efficiente gli elettrodomestici e confrontare le offerte di luce e gas.

La guida, inoltre, invita a **limitare gli imballaggi non necessari**, privilegiare il riutilizzo e prestare attenzione alle **dichiarazioni ambientali dei prodotti**. Termini come "eco", "naturale" o "biodegradabile" non garantiscono automaticamente la sostenibilità di un acquisto: occorre verificare le informazioni e diffidare delle affermazioni generiche non supportate da dati concreti.

Tra i temi affrontati anche le **alternative all'auto privata**, la riparazione e il **riuso degli oggetti**, gli acquisti di seconda mano e i diritti dei consumatori.

La guida valorizza anche la **dimensione sociale della sostenibilità**, attraverso iniziative di condivisione, riparazione e riuso nelle comunità locali.

Il **Pres. MDC FVG**, R.G. Englaro: un capitolo è dedicato, inoltre, alla **gestione delle entrate e delle uscite**, al controllo delle spese ricorrenti e degli abbonamenti, alla prevenzione dell'indebitamento e alla pianificazione di una riserva per gli imprevisti. Per aiutare i Cittadini a tradurre i consigli in comportamenti concreti, la pubblicazione propone un **piano di 30 giorni**, con **piccoli obiettivi settimanali** dedicati alla spesa, ai consumi domestici, alla mobilità e alle finanze personali, accompagnato da una checklist per valutare i risultati.

La guida è visionabile e scaricabile gratuitamente nella ns. cartella del cloud storage MDC FVG al link >> https://www.difesadelcittadinofvg.cloud/s/CWFoR4dxfNLEjjz

Movimento Difesa del Cittadino FVG

Sportello SOS Consumer

Gli Sportelli **SOS Consumer** e **Sanità e Salute MDC FVG**

restano a disposizione di tutti gli Utenti per ricevere segnalazioni ed esposti inviandoli a:

sportello-sos-consumer@mdc.fvg.it – sportello.sanita@mdc.fvg.it –

e/o chiamando ai numeri **0432 490.180 r.a. - 040 977.6000 – 0434 169.7472**

Sportello SOS Consumer: V.le Tricesimo, 123 int. 1 - 33100 Udine - Centr. 0432 49.01.80 r.a. / dir. 0432 54.52.55

E-mail: sportello-sos-consumer@mdc.fvg.it - Pec: segreteria.mdc.fvg@pec.it - Web: www.mdc.fvg.it