

VelvetBody

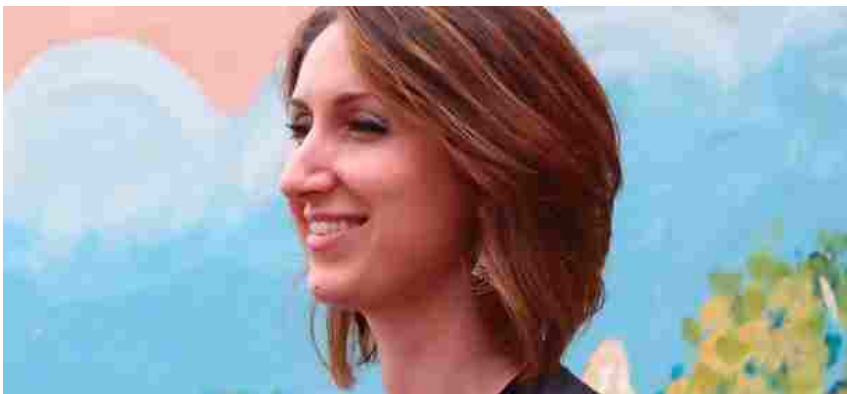
HOME	BELLEZZA	DIETE	FITNESS
SALUTE	GLI ESPERTI	RICETTE LIGHT	SESSO

TI TROVI QUI: [HOME](#) / [INTERVISTE](#) / LUCIA CUFFARO: "VI SVELO COME RIDURRE LE SPESE E AUTOPRODURRE IN CASA"

CHI CERCA TROVA...

Lucia Cuffaro: "Vi svelo come ridurre le spese e autoprodurre in casa"

4 novembre 2015 di [Parvis Ghirelli](#)



Da tre anni volto della rubrica *Chi fa da sé* all'interno del contenitore *Unomattina in Famiglia* in onda su Raiuno, **Lucia Cuffaro** offre consigli che vanno dalla cucina, alla cosmetica e all'igiene per la casa, con particolare attenzione a temi quali l'autoproduzione e l'educazione ecologica. Oltre a partecipare come ospite a diverse trasmissioni televisive e radiofoniche e scrivere articoli sull'ecologia su varie riviste e testate, nel 2014 ha pubblicato il libro **Fatto in casa. Smetto di comprare tutto ciò che so fare** (edito da Macro), che ha ottenuto un ottimo riscontro di pubblico. A distanza di un anno è uscito nei negozi il suo secondo progetto: **Risparmia 700 Euro in 7 Giorni**, una vera e propria guida al risparmio ecologico.

Da dove nasce l'idea di questo libro?

Una spinta importante me l'ha data il percorso fatto con i laboratori, ma soprattutto è una conseguenza diretta del mio primo libro: man mano che spiegavo come realizzare in modo autonomo ed ecologico i diversi prodotti volevo porre l'accento anche sul reale risparmio e, conteggiando, mi sono resa conto che si può arrivare anche al 100%. Così ho

SOCIALIZZIAMO!



5383
Likes



291
Followers

SESSO



Desiderio di un figlio?
Sesso tutti i giorni, non solo in quelli fertili. Così aumentano le possibilità
7 ottobre 2015 By [Redazione](#)



Sesso, il laser alla prostata
migliora le prestazioni degli uomini (a tutte le età)
5 ottobre 2015 By [Redazione](#)

puntato l'attenzione anche su riduzione e decrescita degli sprechi e l'ottimizzazione risorse, ma anche sull' autoprodotto domestica, regali fai da te, riparazione oggetti e manutenzione della casa e molto altro. Spesso si tratta di veri e propri piccoli trucchi che non si fanno solo perché non si conoscono.

Quali sono gli obiettivi raggiungibili quindi?

Oltre ovviamente a non sprecare soldi, la questione più importante è legata all'educazione ambientale e alle pratiche ecologiche, per vivere in maniera più sana e soprattutto per avere un impatto minore sulla nostra Terra. Inoltre, imparando a risparmiare si può effettivamente riuscire a lavorare di meno e guadagnare tempo libero per coltivare altre passioni, essere più felici e dedicarsi agli altri. Non c'è ricchezza maggiore.



Quando ha deciso di portare la sua esperienza in tv?

Non è stata una scelta solo mia, né è solo mia l'esperienza. Tutto deriva dall'attivismo che porto avanti da anni con Decrescita felice, un movimento italiano nato e cresciuto all'inizio degli anni 2000 e successivamente sfociato in un'associazione fondata da Maurizio Pallante, esperto di risparmio energetico. L'autoproduzione, intesa anche come attenzione alle materie prime, alle etichette e alla salvaguardia ambientale, è il tema centrale del nostro pensiero, ma è legata anche al fai da te, quindi quando c'è stata l'occasione di promuovere questo aspetto anche sul piccolo schermo sono stata scelta come rappresentante. Ora sono divenuta un viso conosciuto e familiare, ma dietro di me ho tante persone.

Come tante sono quelle che la seguono anche sui social: che rapporto ha con loro?

Il mio essere social è nato con la condivisione di contenuti e anche adesso tengo particolarmente a promuovere i più interessanti anche se non sono miei, anzi a maggior

ragione. La visibilità è fondamentale per la crescita del movimento e soprattutto perché dà modo di spiegare a più persone possibili che basterebbe davvero poco a cambiare la vita in meglio, e non solo la propria, ma anche di chi ci sta accanto. Per farlo mi sono accorta che l'ironia è un ottimo mezzo e quindi ho anche proposto a chi mi segue un contest molto divertente sull'autoproduzione e sta avendo un buon successo. Un altro modo per dare consigli utili.

Foto by Facebook



Categoria: [Interviste](#)

Tag: [Autoproduzione](#), [Decrescita felice](#), [Lucia Cuffaro](#), [Risparmia 700 Euro in 7 Giorni](#), [Risparmio](#)

[Chi siamo](#)

[Contatti](#)

[Velvet Land](#)

[Advertising](#)

[Privacy](#)

[Termini](#)

Copyright © 2013–2015 Metup.it, All Rights Reserved