

**DM IN PRATICA**

**SOLUZIONI FACILI PER SINGLE FELICI**

Serve aiuto per spostare mobili pesanti o comprare le medicine quando sei malata? Ecco la guida che ti semplifica la vita

di ILARIA AMATO scrivile a [dminpratica@mondadori.it](mailto:dminpratica@mondadori.it)

Secondo l'ultimo censimento Istat una famiglia su tre è ormai composta da una sola persona, e il più delle volte è una donna. «Che siano separate, non ancora sposate o single per scelta non conta: il dato interessante è che la metà di loro è felice così e non vorrebbe nessun altro in casa» spiega la sociologa Gabriella Civenti, autrice di *Una casa tutta per sé. Indagine sulle donne che vivono da sole* (Franco Angeli). «Qual è il loro segreto? Sono state capaci di costruire intorno a sé una robusta rete di amici, colleghi di lavoro e vicini di casa cui rivolgersi in caso di necessità». Qualche difficoltà pratica, però, le single la incontrano. Leggi qui come affrontarle senza stress.



**CONTROLLA IL BUDGET**

**RISPARMIA SULLA SPESA** Secondo la Coldiretti il costo della vita di un single è circa il 74% più alto rispetto alle coppie e alle famiglie. E la voce più pesante del bilancio è la spesa; ma con alcuni accorgimenti puoi risparmiare. «Fai innanzitutto attenzione a non esagerare con le monoporzioni: sono convenienti per i piatti pronti» spiega Valeria Tavazzo, esperta di analisi di mercato nel settore dei prodotti di largo consumo «mentre sono da evitare per frutta, verdura, carne, pesce, pane: le confezioni piccole hanno un costo di imballaggio maggiore e quindi sono più care. Acquista questi prodotti sfusi: così compri solo il quantitativo che ti serve. Non rinunciare, poi, alle offerte formato famiglia: approfittane per gli alimenti che hanno una scadenza a lungo termine o che possono essere congelati».

**FATTI LA BOLLETTA SU MISURA** Per il consumo di gas ed elettricità vivere da soli può diventare un vantaggio, basta cercare il contratto adatto alle tue esigenze. Se, per esempio, sei al lavoro tutto il giorno, ti conviene scegliere la formula bioraria che prevede una tariffa agevolata per il consumo di energia tra le 19 e le 8 del mattino dal lunedì al venerdì: per esempio E-light di Enel, LuceClick di E.ON oppure Eni link luce. Ormai sono diversi i gestori che offrono la possibilità di costruirsi una bolletta su misura: sui siti di comparazione prezzi come Facile.it o SoSTariffe, puoi inserire le tue necessità e trovare la più conveniente.

**AFFRONTA GLI IMPREVISTI**

**LASCIA LE CHIAVI A UNA PROFESSIONISTA** Deve venire l'idraulico, ma tu quel giorno hai una riunione importante in ufficio e non puoi chiamare nessuno che lo riceva al posto tuo? Rivolgiti a una home sitter ([www.homesittingmilano.com](http://www.homesittingmilano.com)): tu le lasci le chiavi e pensa a tutto lei: apre la porta, aspetta che il lavoro sia completato e poi richiude. Il costo parte da 20 euro. Un servizio simile te lo offrono anche [www.homesittingfirenze.it](http://www.homesittingfirenze.it) e [www.domoservizi.it](http://www.domoservizi.it) a Mantova.

**USA IL SERVIZIO A DOMICILIO** Per la consegna delle medicine quando sei malata, c'è l'agenzia Farexpress, attiva in circa 40 città: tu chiami il numero verde 800131749, fai la tua richiesta e un loro addetto va a ritirare la ricetta dal medico se serve, acquista i farmaci e te li porta a casa. La tessera annuale costa 35 euro, cui devi aggiungere le singole consegne (da 0,50 a 5 euro a seconda dell'urgenza), oltre al costo delle medicine.

**DELEGA I LAVORI PESANTI**

**PROCURATI UN UOMO DI FIDUCIA** Il bastone della tenda da fissare, il mobile da portare in cantina: sono momenti in cui ti farebbe proprio comodo un uomo in casa. Puoi noleggiarne uno su [www.maritoinaffitto.it](http://www.maritoinaffitto.it) che ha un rete di tuttofare pronti a darti una mano per 30 euro l'ora. In alternativa, usa la app Gogojob: inserisci cosa ti serve, dove abiti, quanto sei disposta a pagare e trovi la persona che fa per te.