

## ECONOMIA

VERSO UN'ALTRA STANGATA

## IL CARBURANTE

Si vola verso la soglia dei 2,5 euro al litro  
«Non c'è alternativa ai mezzi pubblici  
Speriamo che a Bari il Brt sia un successo»

## LE BOLLETTE

«La regola numero uno è: confrontare  
Ma è molto importante capire il profilo  
per capire quale tipo di contratto conviene»

# «Niente sprechi contro i rincari»

## Durso (Codacons): a fine anno un ulteriore aumento dei prezzi degli alimentari

G. FLAVIO CAMPANELLA

● **BARI.** Il 2026 si sta rivelando un anno particolarmente pesante per i bilanci delle famiglie italiane (ed è meglio non pensare a ciò che potrebbe accadere nel 2027...). Le voci di spesa che erodono il potere d'acquisto sono molteplici: dai carburanti alle bollette energetiche, dai generi alimentari ai servizi. Secondo l'avvocato Dario Durso, referente del Codacons Bari, le utenze da sole arrivano a erodere il budget familiare «nella misura del 50-60%», mentre il cibo incide per un ulteriore 20-30%. Il resto è assorbito da servizi, inclusa una sanità privata che per una famiglia di quattro persone può arrivare a costare «1.000-1.500 euro all'anno». Il nodo centrale, come spiega Durso, è che «bisogna iniziare dei cicli virtuosi»: conoscere il proprio profilo di consumo, confrontare le offerte e adottare comportamenti più consapevoli. «Ad esempio, per orientarsi e cercare di risparmiare per le bollette ci si può rivolgere al comparatore ufficiale e gratuito del Portale Offerte ARERA». Oppure ai CAB - Centri Assistenza Bollette. Questi ultimi, però, vanno considerati per quello che sono: imprenditori in franchising, non associazioni di consumatori. Offrono un servizio di assistenza e conciliazione, ma il loro core bu-



SALASSO I prezzi di carburante, energia elettrica e gas sono in crescita a causa della situazione internazionale

all'ingrosso sono in netto rialzo: il PUN (Prezzo Unico Nazionale) dell'energia elettrica ha raggiunto 0,381 euro al kWh, con un aumento del 13,4% in un solo giorno e una media mensile di settembre di 0,365 /kWh. Il PSV del gas, l'indice di riferimento per le offerte a prezzo variabile, si attestava ad agosto 2026 a 0,686 /Smc.

Secondo la CGIA di Mestre, il rincaro complessivo sulle bollette delle famiglie nel 2026 potrebbe toccare i 15,2 miliardi di euro, di cui 10,2 per l'energia elettrica e 5 per il gas. «In questo caso per ridurre i costi - spiega Durso - è necessario innanzitutto partire dal proprio profilo di utenza, bisogna insomma considerare le

abitudini». La logica è quella della scelta consapevole tra costo fisso e costo unitario: «Se si sta in smart working e la casa è vissuta intensamente, conviene orientarsi verso un gestore che faccia pagare meno il costo unitario, cioè i centesimi al chilowattora. Se invece si sta fuori casa per lavoro, avendo consumi bassi,

conviene un gestore con costi fissi bassi, perché il costo fisso io lo pago ugualmente sia se consumo zero sia se consumo 100». Attenzione anche agli oneri di sistema, che «incidono in misura del 20-30%» e che «variano a seconda del gestore e della rete di distribuzione». Per orientarsi, Durso indica lo strumento ufficiale e

gratuito: «Il comparatore serio è il Portale dell'ARERA», disponibile su [ilportaleofferte.it](http://ilportaleofferte.it). Basta indicare il proprio codice di avviamento postale e il tipo di offerta cercata per ottenere un elenco degli operatori più affini al proprio profilo.

**CIBO** - Sul fronte alimentare, i prezzi di alcuni prodotti di base restano elevati, ma rispetto ai picchi recenti (toccata tra il 2021 e il 2023, con una crescita complessiva del carrello della spesa che ha raggiunto il +29,5% in cinque anni tra il 2021 e il 2026) c'è stato un aumento leggero (su base annua, +1% ad agosto 2026). «Adesso - spiega Durso - stiamo ancora acquistando con prezzi che i supermercati e la grande distribuzione hanno determinato all'inizio dell'anno. Ma prima o poi cambieranno le contrattazioni e i prezzi sono destinati a salire». Il consiglio è quindi di approfittare finché dura: «Sul piano del consumo alimentare si può ancora per qualche mese fare la spesa in modo relativamente conveniente». Poi, se si vorrà contrastare la stangata prossima ventura, la regola numero uno sarà evitare lo spreco. «Ce n'è molto ancora - afferma Durso - Va evitato di far andare il cibo in scadenza, come capita spesso, prediligendo i mercati rionali e i negozi di prossimità che permettono di controllare la spesa. Consiglio poi di fare adesso scorte di beni di lunga conservazione: prendere pasta, zucchero, sale, salsa, tonno, farina e riempire il ripostiglio per tamponare le fluttuazioni di mercato in arrivo».

**ASSICURAZIONI** - Il settore assicurativo auto sta vivendo una stagione di forti aumenti. Il premio medio RC auto a giugno 2026 era di 636,21 euro, in aumento del 2,63% rispetto all'anno precedente, e a luglio ha raggiunto 646,97 euro. Secondo Durso, la situazione è particolarmente irritante per chi non ha fatto incidenti: «Non ne faccio da anni - racconta - e speravo di risparmiare almeno 50 euro. Invece, niente da fare: mi sono trovato 100 euro in più sulla polizza. In questo caso, è conveniente rivolgersi alle compagnie di assicurazioni online, che sono diventate un rifugio perché ci sono risparmi anche nella misura del 30%». L'avvertenza, però, è di confrontare «a parità di condizioni» (perché le offerte online possono variare notevolmente) e considerare che molte sono straniere e potrebbero fornire un servizio inadeguato.

**ABBIGLIAMENTO E SERVIZI** - Sul fronte dell'abbigliamento, Durso osserva che «con il naufragio del commercio tradizionale, la gente si sta orientando verso l'outlet, soprattutto sfruttando l'e-commerce, col rischio però di una caduta di qualità. Sui servizi, basti pensare che soltanto per la sanità si stima un esborso di 1.000-1.500 euro all'anno per una famiglia di quattro persone. In conclusione, il filo conduttore di tutti i consigli è la consapevolezza, mentre la regola è: confrontare conoscendo il proprio profilo, riducendo gli sprechi, facendo scorte intelligenti e usando i mezzi pubblici».

## BILANCI FAMILIARI

«Il 60% dello stipendio alle utenze, il 20% al cibo e il resto ai servizi»

siness è orientare il consumatore verso un determinato contratto, spesso con società minori. Quindi, sono utili, ma da usare con spirito critico e sempre confrontando.

**CARBURANTE** - I prezzi alla pompa hanno raggiunto livelli che fino a pochi anni fa erano impensabili. Secondo gli ultimi dati del Mimit, sulla rete stradale ordinaria la benzina in modalità self service costa in media 2,156 euro al litro, mentre il gasolio è a 2,340 euro al litro. In autostrada i prezzi salgono ulteriormente: 2,248 euro/litro per la benzina e 2,422 euro/litro per il gasolio. Si tratta di valori che rendono la gestione dell'auto privata molto costosa: «Nella mia famiglia - fa un esempio personale Durso - abbiamo due auto e stiamo consumando 20 euro al giorno». La strada da seguire per risparmiare è dunque ricorrere al trasporto pubblico (o, al limite, al car pooling, cioè la condivisione della vettura, però poco praticata na noi): «Sul fronte della riduzione volontaria dei consumi, il margine è limitato. Bisognerebbe spostarsi al meno possibile o ridurre la velocità. L'unica leva concreta, al momento, resta la mobilità collettiva. A Bari speriamo davvero nel successo del BRT e nell'integrazione con le altre linee dell'Amtab».

**ENERGIA E GAS** - Le bollette rappresentano la voce più pesante del budget familiare. I prezzi

# Pane, patate, cozze e maiale nel menù di chi risparmia

● **BARI.** In questo periodo di aumenti generalizzati, anche mettere il cibo in tavola è diventato più oneroso. E per cercare di spendere di meno diventa fondamentale scegliere con una certa attenzione, orientandosi tra le diverse varietà e tipologie di prodotto. L'Osservatorio Prezzi del MIMIT (Ministero delle Imprese e del Made in Italy) ha pubblicato le rilevazioni mensili relative al mese di agosto 2026 per la città di Bari: i dati, suddivisi per tipologia di prodotto, riportano le quotazioni minime, massime e medie per chilogrammo e offrono una fotografia utile per orientare le scelte di acquisto.

Nel comparto ortofrutticolo, uno dei prodotti più usati, anche perché fra i meno costosi, è la patata. Ma un conto è comprare quella comune, che costa in media 1,4 euro al chilo (con la possibilità di trovarla a 0,9 euro), un'altra è voler cucinare le patate novelle, che hanno una media di 2,5 euro e un minimo di 2 euro. Insomma, converrà fare pasta e patate piuttosto che un roast beef con contorno. Altro esempio di ortaggi: fra le cipolle, la scelta meno costosa è la cipolla bianca (media 1,58 euro), che batte la cipolla rossa (media 1,91 euro) e il cipollotto fresco (media 2,38 euro). Sappiate dunque scegliere quando vi verrà in mente di fare un bel calzone. Vogliamo poi parlare del pomodoro? Quelli da sugo sono tutti allineati su una media di circa 2,2 euro, i pomodori da insalata costano invece di più: i lisci tondi hanno una



PANE Costa mediamente 4 euro al chilo

media di 3,38 euro, mentre i ciliegini rossi a grappolo arrivano a 3,78 euro. Si potrebbe continuare.

Nel comparto frutta, i prodotti meno costosi sono i limoni gialli (media 1,84 euro), le banane (media 1,99 euro) e l'ananasso (media 2,29 euro). A parità di tipologia, la mela Golden Delicious (media 2,2 euro) è leggermente più conveniente delle Delicious Rossa (media 2,24 euro). I kiwi verdi (media 4,73 euro) e l'uva Italia (media 2,99 euro, con un massimo di 7,2) sono le scelte più costose.

Nel settore ittico, il prodotto più abbordabile in assoluto è la cozza (ma ormai la tarantina ve la sognate), con una media di 5 euro al



COZZE Il prezzo medio è di 5 euro al chilo

chilo. Seguono le alici (media 9,83 euro) e gli sgombrini (media 10,65 euro). I merluzzi costano in media 16,55 euro. Si sale per salmone (media 19,7 euro) e vongole (media 21,82 euro). In quanto alla carne, il maiale con osso si vende a 9,47 euro al chilo, il petto di pollo a 13,78 euro, mentre il primo taglio di manzo si attesta su 25,51 euro.

Per il resto, il pane fresco con farina di grano ha una media di 3,98 euro al chilo. Tra i salumi e i formaggi, il prosciutto crudo è il prodotto più caro in assoluto (media 39,07 euro, con un massimo di 50), seguito dal prosciutto cotto (media 28,22 euro) e dal parmigiano reggiano (media 27,83 euro). [g.f.c.]