



MILENA BARDONI
Family Banker di Banca Mediolanum

Il mio bilancio, il mio benessere economico

Per risparmiare con efficacia, specie in tempi come questi, possiamo usare i metodi manageriali, a partire dal **budgeting**. Milena Bardoni, Family Banker di Banca Mediolanum, spiega come migliorare i conti (ma anche se stesse e la propria vita)

Proteggere il benessere di oggi e costruire il benessere di domani: chi, specie in tempi di stress, non li considera obiettivi esistenziali? Per centrarli è cruciale risparmiare in modo efficiente. La Family Banker di Banca Mediolanum spiega come farlo operativamente ogni giorno.

Come risparmiare in un momento come questo?

Mi piace pensare che chi già da tempo ha reso il “risparmio intelligente” un punto centrale vive oggi in maniera meno affannata, visto che può contare sulle riserve accumulate: oggi abbiamo tutti capito che le crisi non vanno gestite quando la crisi arriva, ma prima. Quanto all'accantonare in modo smart, ciascuna di noi può replicare, nella gestione delle spese, le procedure seguite dalle aziende. La parola chiave è budgeting.

Cosa vuol dire fare budgeting nella gestione del proprio denaro?

Vuol dire gestire in maniera organizzata ed efficiente, anche registrandole,

le entrate e le uscite. Il primo passo è compiere una radiografia di quanto e dove si è speso nell'anno precedente. Si tratta di un'operazione che richiede tempo, ma è fondamentale: io consiglio di andare sul proprio home banking e scaricare l'estratto conto in formato Excel*: si scoprirà quanto si è speso al supermercato, per la tecnologia piuttosto che per l'abbigliamento.

Perché è fondamentale saperlo?

Perché solo se si ha consapevolezza di come si spendono i soldi si può capire come spenderne di meno e meglio. Si possono fare scoperte incredibili, alcune delle quali poi attivano cambiamenti importanti, e non solo di bilancio. Molte

donne s'accorgono di quanto poco denaro dedicano ai piaceri personali – alla cura di sé, per esempio – e a quel punto decidono di limare altrove pur di gratificarsi; altre percepiscono magari di spendere poco in farmaci e visite mediche quando, al contrario, la ricognizione delle spese fa emergere che bruciano una fortuna: in quel caso il budgeting rivela che sarebbe decisamente meno oneroso sottoscrivere una polizza sanitaria.

Lei sta descrivendo il budget preventivo e il budget consuntivo operato dalle aziende, appunto.

Sì, il metodo è identico. Per garantirsi ottimi bilanci personali, all'inizio dell'anno si dovranno mettere a budget quote precise per ogni area di spesa: ciò rappresenterà una sorta di bussola che orienterà

nei consumi. Non si ha idea di quanto questa autodisciplina aiuti in primo luogo a risparmiare e poi a controllare l'ansia e a sviluppare la conoscenza di sé: la guru giapponese del riordino, Marie Kondo, ha costruito una fortuna spiegando al mondo come l'ordine liberi energie mentali.

Ma controllarsi negli acquisti è difficile, un po' come controllarsi a tavola se si è a dieta. Lei ha spunti per riuscirci?

Ci sono strumenti che possono aiutare (vedi riquadro). Aggiungo che il rigore quando si inizia a fare budgeting è cruciale, come seguendo una dieta: se si sgarra già il primo mese è finita. Una volta acquisite le abitudini giuste – e possono servire tre mesi –, si procederà con un certo, liberatorio automatismo.

QUESTI STRUMENTI AIUTANO A TENERE SOTTO CONTROLLO IL BILANCIO FAMILIARE

• **MONEYPRO** È una app completa per pianificare le entrate e le uscite e gestire i pagamenti. Perfetta per chi ha le mani bucate.

• **KAKEBO** È il popolarissimo libro con cui i giapponesi gestiscono le entrate e le uscite di casa e fanno promesse di risparmio (esiste la versione italiana). Poi, con il bilancio di fine anno cercano di imparare dall'esperienza.

• QUADERNO DELLA PRIMA NOTA

È il quaderno con gli appositi fogli per la contabilità. In cartoleria, se ne trovano con impostazioni e contenuti diversi.

• **FOGLIO EXCEL** È lo strumento digitale più versatile ed efficiente: in rete diversi tutorial spiegano come impostare questi fogli di calcolo per il budgeting.

*Se ci fosse solo in pdf, le cifre andrebbero riportate su un foglio Excel.