



# m'illumino di meno

**16 FEBBRAIO - Giornata Nazionale  
del Risparmio Energetico e degli Stili di Vita Sostenibili**

## *Dalla teoria alla pratica .....10 piccoli suggerimenti*

- 1** Spegni e fai spegnere le luci di casa tua, del tuo ufficio, del condominio e del tuo comune
- 2** Prepara una cena antispreco in famiglia o nel tuo ristorante: con ricette svuota-frigo, alimenti a basso impatto ambientale, pasta cotta a fuoco spento
- 3** Rinuncia all'auto: cammina, pedala, usa i mezzi pubblici o la mobilità condivisa
- 4** Organizza un'attività di sensibilizzazione sui temi dell'efficienza energetica e del cambiamento climatico: parlane con i tuoi studenti, con i colleghi, con i clienti...
- 5** Pianta alberi, piantine, fiori
- 6** Metti in circolo gli oggetti che non usi più, per esempio con uno swap party
- 7** Condividi per risparmiare: il viaggio in auto, il wi-fi...
- 8** Organizza un evento non energivoro: un concerto in acustico, uno spettacolo alimentato dalle pedalate del pubblico, una partita al buio, una serata di osservazione astronomica
- 9** Fai un gesto sostenibile per l'ambiente in cui abiti o lavori: sbrina il frigorifero, metti il rompigitto ai rubinetti...
- 10** Indossa un maglione e abbassa il riscaldamento!