



**Rai Radio 2**

Patrocinio della Camera dei Deputati  
Senato della Repubblica  
MINISTERO DELL'AMBIENTE DELLA VIABILITÀ E DEI TRASPORTI

# m'illumino di meno

**23 FEBBRAIO 2018**  
**GIORNATA DEL RISPARMIO ENERGETICO E DEGLI STILI DI VITA SOSTENIBILI**

Quest'anno M'illumino di Meno è dedicato al camminare. Facciamo una camminata, una marcia, un percorso, una processione, una corsa insieme fino alla Luna.

Partecipa anche tu invitando a camminare amici, parenti, aziende associazioni, strade e città.  
[www.milluminodimeno.rai.it](http://www.milluminodimeno.rai.it) #milluminodimeno



**IL DECALOGO di M'ILLUMINO di MENO**  
Buone abitudini per la giornata di M'illumino di Meno (e anche dopo!)

1. spegnere le luci quando non servono
2. spegnere e non lasciare in stand by gli apparecchi elettronici
3. sbrinare frequentemente il frigorifero; tenere la serpentina pulita e distanziata dal muro in modo che possa circolare l'aria
4. mettere il coperchio sulle pentole quando si bolle l'acqua ed evitare sempre che la fiamma sia più ampia del fondo della pentola
5. se si ha troppo caldo abbassare i termosifoni invece di aprire le finestre
6. ridurre gli spifferi degli infissi riempiendoli di materiale che non lascia passare aria
7. utilizzare le tende per creare intercapedini davanti ai vetri, gli infissi, le porte esterne
8. non lasciare tende chiuse davanti ai termosifoni
9. inserire apposite pellicole isolanti e riflettenti tra i muri esterni e i termosifoni
10. utilizzare l'automobile il meno possibile e se necessario condividerla con chi fa lo stesso tragitto, utilizza la bicicletta per gli spostamenti in città

# m'illumino di meno