



© 2006 tutte le illustrazioni sono di Isabella Carmisciano  
Progetto grafico I.Carmisciano

## CONSIGLI IN FILASTROCCA



Se la luce spegnerai  
meno corrente consumerai.  
Guarda meno la tv  
e a giocare ora vai tu.  
L'aria fresca e pulita  
è un bene per la vita.  
Vai più in bicicletta  
e non usare la macchinetta.  
Se il computer meno userai  
la bolletta meno pagherai.  
Non sporcare i tuoi vestiti  
per far meno lavatrici.  
Intelligente tu sarai  
se meno corrente consumerai.  
Per adesso non fa niente  
ma migliora la tua mente!  
Questi consigli ricorda  
vai in giardino a saltar la corda.

di Giulia, Maddy ed Elisa

Provincia di Milano  
Direzione centrale risorse ambientali  
Corso di Porta Vittoria, 27  
20122 Milano  
[www.provincia.milano.it](http://www.provincia.milano.it)



Provincia  
di Milano

direzione  
centrale  
risorse  
ambientali

## Le 10 regole d'oro per risparmiare energia e usarla meglio!



1. **Non lasciare** inutilmente accesa la luce nella tua stanza e **ricorda** ai tuoi genitori **di sostituire** le lampadine alogene o ad incandescenza con quelle **a basso consumo**.

2. **Spegni** sempre il pulsante del televisore e dei giochi elettronici. **Lo stand-by** consuma energia inutile.

3. **Evita** lunghe meditazioni davanti al frigorifero per la scelta della merenda. Tenere la porta aperta comporta un maggior consumo elettrico.

4. Pinguino all'equatore? Ricorda a mamma e papà che per stare bene in casa in **inverno sono sufficienti 19/20 gradi** e un caldo maglioncino di lana. **In estate**, invece, **non chiedere** troppo spesso di accendere il condizionatore, per non superare mai di 5 gradi la temperatura esterna.

5. Scegli di **andare a scuola a piedi** o **in bicicletta**. Informati se nel tuo Comune puoi usufruire del **Piedibus**, l'autobus umano fatto da bambini passeggeri e da adulti controllori, che cammina su tragitti sicuri casa/scuola.

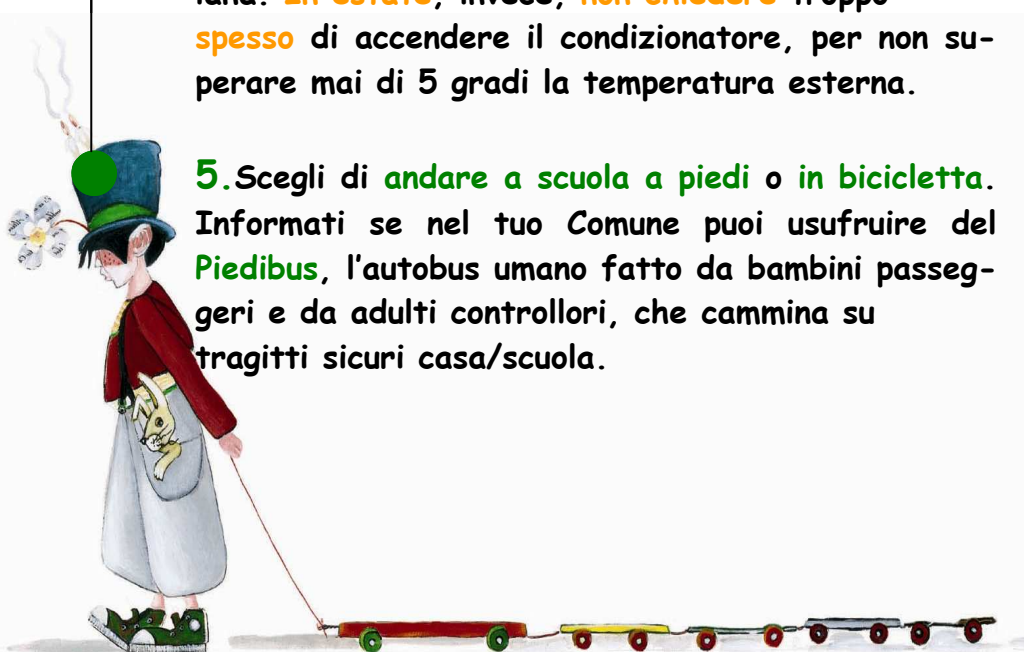
6. **Occhio alle etichette!** Cerca la bandierina che certifica l'efficienza energetica e segnalala ai tuoi genitori quando andate a comprare un elettrodomestico. **I certificati "Classe A" consumano meno energia**.

7. Che aria tira? **Il ricambio d'aria è fondamentale** per una corretta igiene e per la nostra salute ma **non bisogna lasciare** spifferi o finestre perennemente aperte in inverno. Meglio abbassare il riscaldamento.

8. Per **non sprecare l'acqua** fai attenzione a questa risorsa così fondamentale e preziosa. Per esempio **preferisci la doccia al bagno**.

9. Ricicla e riutilizza il più possibile ogni cosa che usi ed evita di acquistare oggetti e giochi inutili e inquinanti. Ogni prodotto ha un costo di energia e di ambiente.

10. **Diffondi** il più possibile questo decalogo tra i tuoi amici. Diventerai **amico del risparmio energetico**.



*L'Assessora all'Ambiente*