

## **INDICAZIONI DELLA REGIONE PIEMONTE E DEL COMUNE PER MIGLIORARE LA QUALITA' DELL'ARIA**

### **Guida in modo intelligente**

**Guidare di meno non vuol dire restare a casa, prova ad usare mezzi alternativi per andare dove vuoi.**

1. Viaggia in compagnia: è più divertente e si usa una sola macchina!
2. Vai a piedi o in bici: fa bene alla salute, e in Savigliano si arriva prima
3. Usa i mezzi pubblici: un autobus carico sostituisce 40 veicoli!
4. Prendi il treno: è più comodo e si evita lo stress da traffico!
5. Sperimenta una settimana senza macchina: quanti chilometri risparmi con i mezzi alternativi?
6. Accelera gradualmente.
7. Usi il servizio scuolabus: sarà anche più divertente per i tuoi figli!
8. Rispetta i limiti di velocità.
9. Cerca di fare tutto ciò che devi in un solo viaggio.
10. Spegni la macchina quando effettui brevi soste, anche solo di pochi minuti!
11. Rifletti: non puoi proprio fare a meno della seconda macchina?
12. In Savigliano guida come se fossero tutte zone 30, meno pericoli e meno consumi.
13. Controlla che le gomme siano opportunamente gonfie.
14. Segnala i veicoli che emettono una gran quantità di fumi.
15. Nel comprare un'auto nuova, scegli quella che consuma poco e inquina di meno.
16. In Savigliano usa il City Bus se a piedi è troppo lontana la destinazione.

### **Scegli prodotti che rispettano l'atmosfera**

1. Scegli prodotti a base di acqua che contengono una minor quantità di componenti organici volatili.
2. Usa vernici a base di acqua.
3. Dipingi con un pennello, evita gli spray.
4. Riponi i solventi in contenitori ermetici.
5. Usa una falciatrice da giardino a spinta o elettrica, non a benzina.
6. Usa gas naturali per accendere il barbecue.

### **Risparmia energia**

1. Spegni le luci quando lasci una stanza.
2. Spegni le luci stand by, sembrano innocue lucine ma lasciate sempre accese consumano!
3. Chiedi consigli sul risparmio energetico alla compagnia che ti fornisce elettricità.
4. Spegni l'aria condizionata o il riscaldamento quando non sono indispensabili.
5. Sbrina frigo e congelatore regolarmente.
6. Preferisci il ventilatore all'aria condizionata.
7. Stacca la spina degli apparecchi elettrici di notte: anche da spenti continuano a consumare!
8. Usa il microonde per scaldare piccole porzioni di cibo.
9. Arieggia le stanze per pochi minuti e mai a termosifone acceso.
10. Non collocare tende, mobili davanti ai termosifoni e non usarli come stendibiancheria.

### **Evita gli sprechi**

1. Cerca di non sprecare l'acqua quando ti lavi.
2. Scegli prodotti riciclati.
3. Preferisci prodotti con confezioni riciclabili.

4. Utilizza più volte i sacchetti di carta.
5. Ricicla la carta, la plastica, gli scarti di cucina, il vetro e i metalli.
6. Scrivi e fotocopio su entrambi i lati del foglio
7. Chiudi l'acqua mentre ti insaponi facendo la doccia.

**Puoi fare qualcosa per ridurre il PM10 e per proteggerti.**

1. Non usare la stufa a legna nei giorni di forte inquinamento atmosferico.
2. Non raccogliere le foglie con strumenti che sollevano un sacco di polvere: usa scopa e rastrello!
3. Guida lentamente sulle strade non asfaltate.
4. Cerca di non usare la macchina nei giorni di allarme inquinamento.
5. Evita l'attività fisica quando l'aria è troppo inquinata.

---

## **IL DECALOGO DI M'ILLUMINO DI MENO**

*16 FEBBRAIO 2023 ADERISCI A M'ILLUMINO DI MENO E FAI COMUNITÀ  
ENERGETICA! COME?*

---

1. **SPEGNI E FAI SPEGNERE LE LUCI DI CASA TUA, DEL TUO UFFICIO, DEL TUO 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 (ALLA "PARISI", PER INTENDERCI!).**
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, APPLICA IL ROMPIGETTO AI RUBINETTI, INSTALLA UNA CASETTA PER I PIPISTRELLI...**
10. **INDOSSA UN MAGLIONE PESANTE E ABBASSA IL RISCALDAMENTO!**