

ISTITUTO COMPRENSIVO

“F. CAZZULANI” LODI V



CELEBRA



m'illumino
di meno



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

Legge 27 aprile 2022, n. 34

Rai **Radio 2**

Rai **Per la Sostenibilità**
ESG

milluminodimeno.rai.it #milluminodimeno

M'illumino di Meno è la festa della più grande comunità energetica del Paese.

Chi sceglie di usare bene l'energia, produrla sul tetto di casa, pedalare, attivarsi per la giustizia ambientale, piantare alberi, fare educazione alla sostenibilità e non sprecare è parte di M'illumino di meno.

Fai comunità con noi!

“La Repubblica riconosce il 16 febbraio quale Giornata nazionale del risparmio energetico e degli stili di vita sostenibili”.

(Legge 27 aprile 2022 n.34)

A seguire le esperienze vissute dagli alunni delle nostre scuole che hanno celebrato “M'illumino di meno” promuovendo alcuni punti del Decalogo di Caterpillar.

1. Spegnerle le luci quando non servono e non lasciare in stand-by gli apparecchi elettronici.
2. Sbrinare frequentemente il frigorifero, tenere la serpentina pulita e distanziata dal muro in modo che possa circolare l'aria.
3. Mettere il coperchio sulle pentole quando si bolle l'acqua ed evitare sempre che la fiamma sia più ampia del fondo della pentola.
4. Ridurre gli spifferi riempiendo gli infissi di materiale che non lascia passare aria. Mettere le tende davanti alle finestre e alle porte esterne.
5. Risparmiare l'acqua, innanzi tutto applicando il rompighetto ai rubinetti.
6. Fare una spesa oculata per evitare lo spreco alimentare.
7. Fare una corretta raccolta differenziata.
8. Dare una seconda vita agli oggetti per allontanare il fine vita delle cose.
9. Utilizzare l'automobile il meno possibile e condividerla con chi fa lo stesso tragitto. Privilegiare la bicicletta o i mezzi pubblici.
10. Piantare alberi, piante e fiori ovunque possibile: anche in città, nei giardini e sui balconi. Le piante purificano l'aria e ospitano uccelli e insetti impollinatori.



SCUOLA DELL'INFANZIA "COLLODI"



Pittura striscione "M'illumino di meno"



9. Utilizzare l'automobile il meno possibile e condividerla con chi fa lo stesso tragitto. Privilegiare la bicicletta o i mezzi pubblici.
10. Piantare alberi, piante e fiori ovunque possibile: anche in città, nei giardini e sui balconi. Le piante purificano l'aria e ospitano uccelli e insetti impollinatori.



Primule donate alla scuola dal nostro Sindaco



10. Piantare alberi, piante e fiori ovunque possibile: anche in città, nei giardini e sui balconi. Le piante purificano l'aria e ospitano uccelli e insetti impollinatori.



L'amministrazione comunale dona
due nuovi portabici alla scuola dell'infanzia Collodi



9. Utilizzare l'automobile il meno possibile e condividerla con chi fa lo stesso tragitto. Privilegiare la bicicletta o i mezzi pubblici.
10. Piantare alberi, piante e fiori ovunque possibile: anche in città, nei giardini e sui balconi. Le piante purificano l'aria e ospitano uccelli e insetti impollinatori.



Visione alla LIM della video-storia
precedentemente narrata con il Kamishibai

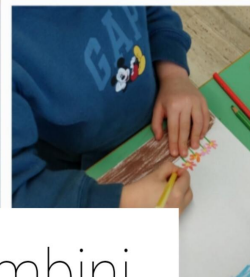
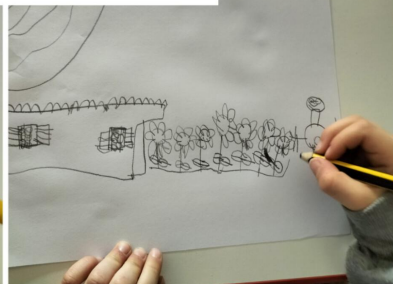


Grafiche
della storia





Alcune grafiche dei bambini



Grafiche dei bambini



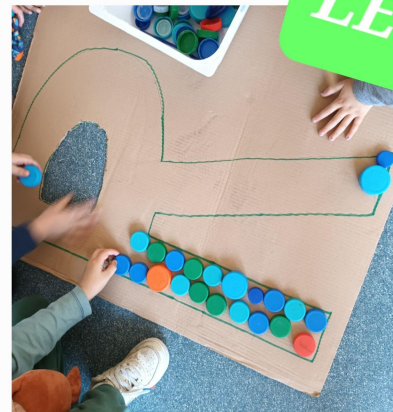
SCUOLA DELL'INFANZIA "DON GNOCCHI"



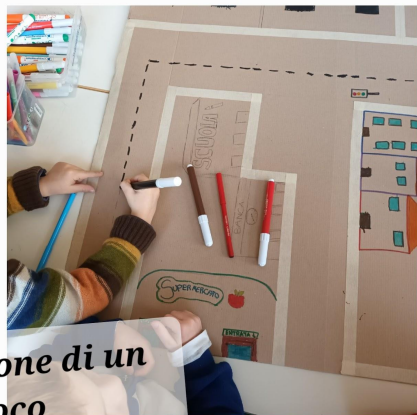
7. Fare una corretta raccolta differenziata.



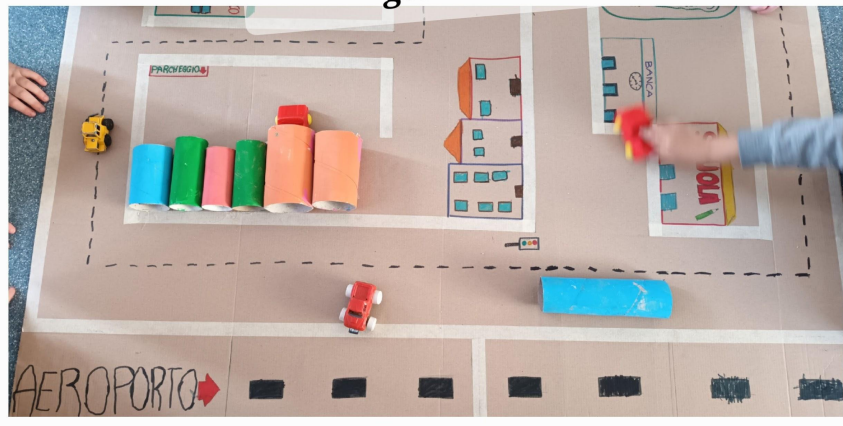
Super eroi del
riciclo



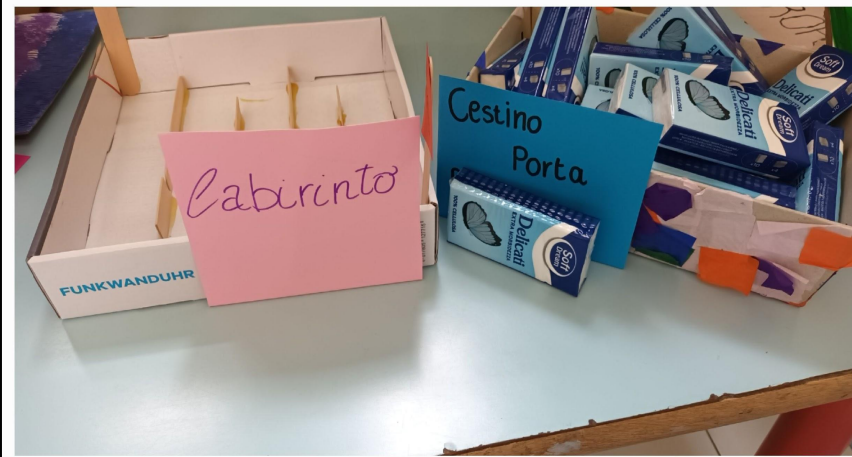




Costruzione di un
gioco



Costruzione di
personaggi



SCUOLA PRIMARIA "DON GNOCCHI"



M' ILLUMINO DI MENO
2023

GIORNATA DEL
RISPARMIO ENERGETICO

CON GLI 

VORREI VEDERE UN
MONDO A COLORI

CON IL NASO  VORREI
VORREI RESPIRARE
ARIA PIU' PULITA

1 A

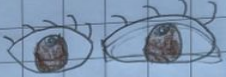
CON LA  VORREI
GUSTARE CIBO PIU'
SANO

CON LE  VORREI
SENTIRE IL
RONZIO DELLE API

CON LE  VORREI
PULIRE IL MONDO



1B

• M'ILLUMINO DI MENO
GIORNATA DEL RISPARMIO
RISPARMIO ENERGETICO
CON GLI  VORREI
VEDERE UN MONDO A
COLORI

• CON IL  VORREI
RESPIRARE ARIA PULITA

• CON LA  VORREI
GUSTARE  CIBO PIÙ
SANO

• CON LE  VORREI
SENTIRE IL RONZIO

DELLE API 
CON LE  VORREI
PULIRE IL MONDO

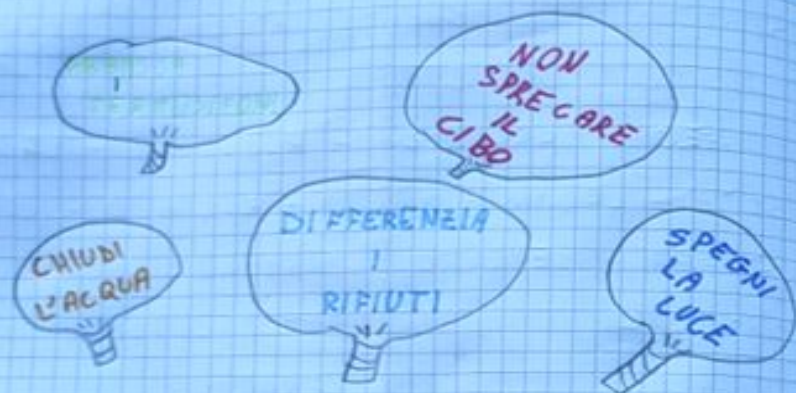


2A 2B



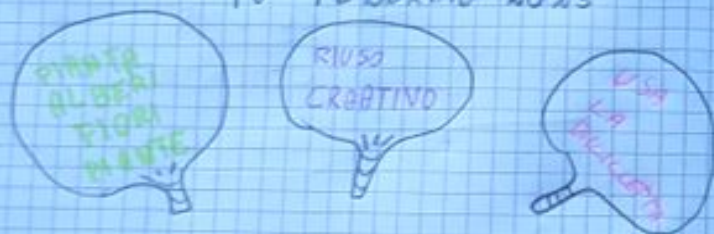
2A





M'ILLUMINO DI MENO

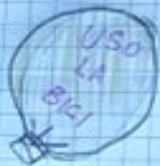
16 FEBBRAIO 2023



NON SPRECO L'ACQUA

M'ILLUMINO DI MENO

16 FEBBRAIO 2023



DIFFERENZIA I RIFIUTI IN MODO
CORRETTO!

2 B





RICICLA E
RIUTILIZZA

CHIUDI
L'ACQUA

USA LA
BICICLETTA

NON
SPRECARE
IL CIBO

PROTEGGI
IL
VERDE

M'ILLUMINO DI MENO

16 FEBBRAIO 2023

SPEGNERE
LA LUCE

DIFFERENZIA
I RIFIUTI

NON GETTARE
I RIFIUTI PER
TERRA



NON BUTTARE I RIFIUTI PER TERRA



M'ILLUMINO DI MENO

16 FEBBRAIO 2023



QUANDO ESCO DA UNA STANZA SPENGO LA LUCE.

M'ILLUMINO DI MENO

IL 16 FEBBRAIO 2023 SARÀ LA GIORNATA DEL RISPARMIO ENERGETICO. LA PRIMA EDIZIONE SI TENNE IL 16 FEBBRAIO 2005, QUANDO DURANTE UNA TRASMISSIONE RADIOFONICA "CATERPILLAR", IL RADIO CRONISTA EBBE L'IDEA DI CHIEDERE AGLI ASCOLTATORI DI SPEGNERE TUTTE LE LUCI COME GESTO DI ATTENZIONE PER L'AMBIENTE.

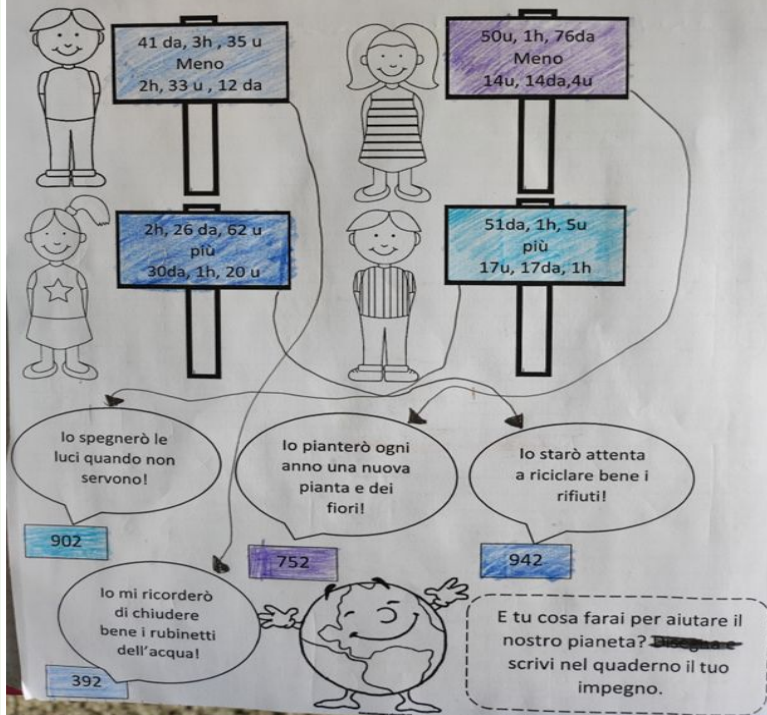
L'ANNO DOPO, "M'ILLUMINO DI MENO" HA PROMOS-
SO MOLTE AZIONI, PICCOLE E GRANDI, CHE
GIASCUNO DI NOI PUÒ FARE PER SALVARE
IL PIANETA: SCEGLIERE LA BICI, INVECE CHE
L'AUTO, PASSARE ALE RINNOVABILI (PANNELLI
SOLARI), ELIMINARE LO SPRECO ALIMENTARE, E
PIANTARE ALBERI E RICICLARE CORRETTAMENTE.

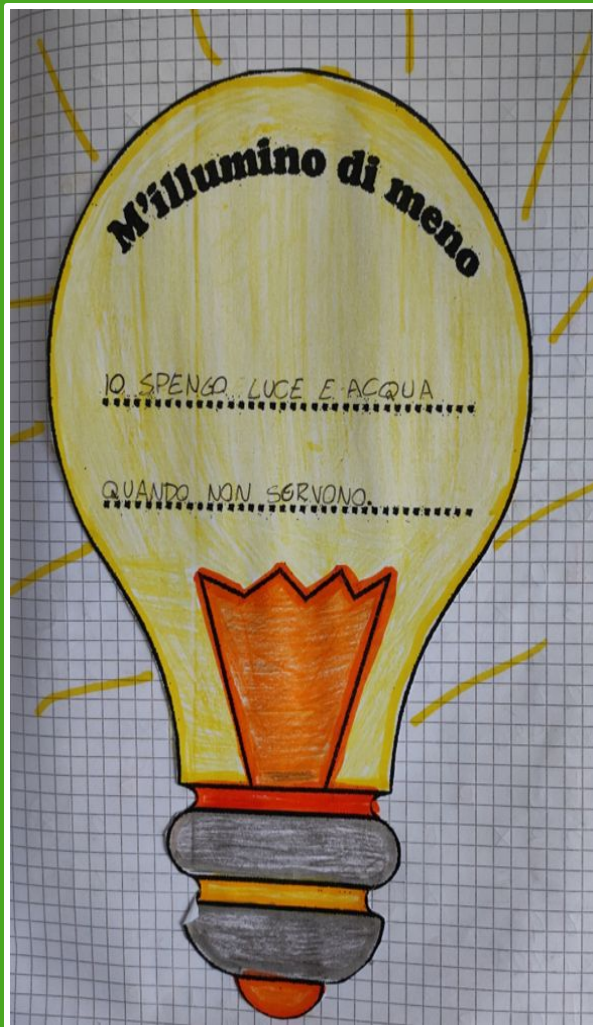
3A

3B

SCOPRI COSA HANNO DECISO DI FARE QUESTI BAMBINI PER CONTRIBUIRE ALLA SALVEZZA DEL NOSTRO PIANETA: LA TERRA.

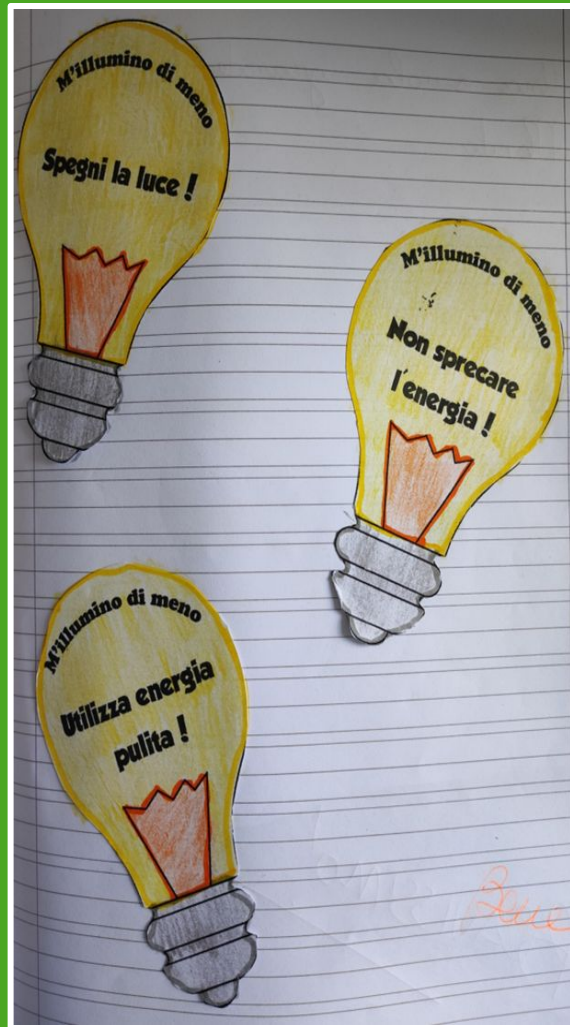
Per scoprirlo devi ricomporre i numeri e poi eseguire l'operazione compresa tra loro. Quando avrai scoperto il numero nascosto dovrai collegare ciascun bambino al proprio fumetto colorando il cartello e il fumetto dello stesso colore.





Non sprecare l'energia

Per salvare l'ambiente
ogni gesto è importante.
Se la luce spegnerai
e il riscaldamento abbasserai,
l'energia non spacherai
e in un mondo migliore vivrai!

A page of lined paper with handwritten text in black ink. The title "Non sprecare l'energia" is written in red ink at the top. The text below is in black ink and is written in a cursive style.

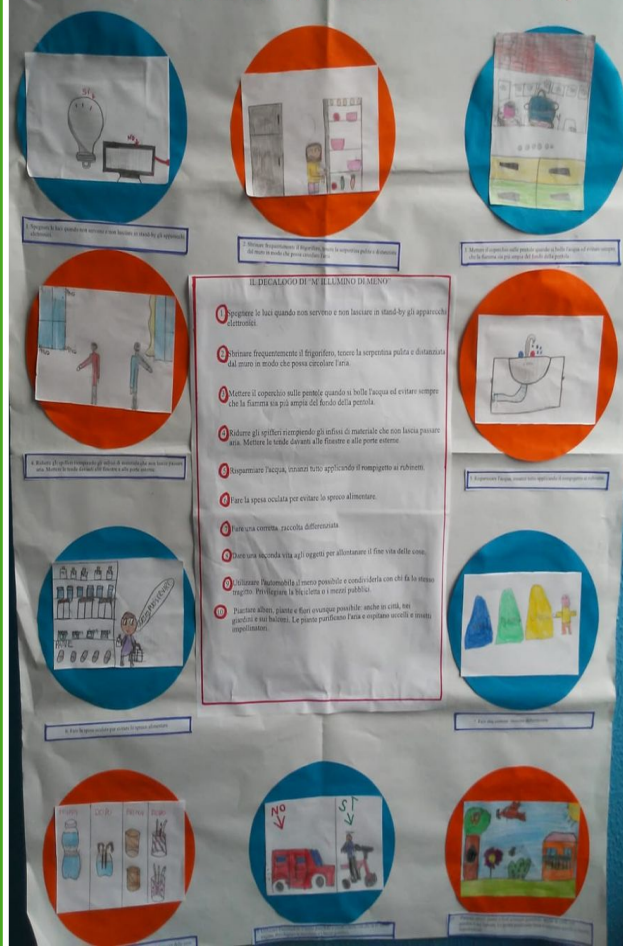
IL DECALOGO DI "M' ILLUMINO DI MENO"

1. Spegner le luci quando non servono e non lasciare in stand-by gli apparecchi elettronici.
 2. Sbrinare frequentemente il frigorifero, tenere la serpentina pulita e distanziata dal muro in modo che possa circolare l'aria.
 3. Mettere il coperchio sulle pentole quando si bolle l'acqua ed evitare sempre che la fiamma sia più ampia del fondo della pentola.
 4. Ridurre gli spifferi riempiendo gli infissi di materiale che non lascia passare aria. Mettere le tende davanti alle finestre e alle porte esterne.
 5. Risparmiare l'acqua, innanzi tutto applicando il rompighetto ai rubinetti.
 6. Fare la spesa oculata per evitare lo spreco alimentare.
 7. Fare una corretta raccolta differenziata.
 8. Dare una seconda vita agli oggetti per allontanare il fine vita delle cose.
 9. Utilizzare l'automobile il meno possibile e condividerla con chi fa lo stesso tragitto. Privilegiare la bicicletta o i mezzi pubblici.
- Piantare alberi, piante e fiori ovunque possibile: anche in città, nei giardini e sui balconi. Le piante purificano l'aria e ospitano uccelli e insetti impollinatori.

3C



MI ILLUMINO DI MENO



4A / 4B

1. Spegnere le luci quando non servono e non lasciare in stand-by gli apparecchi elettronici.
2. Sbrinare frequentemente il frigorifero, tenere la serpentina pulita e distanziata dal muro in modo che possa circolare l'aria.
3. Mettere il coperchio sulle pentole quando si bolle l'acqua ed evitare sempre che la fiamma sia più ampia del fondo della pentola.
4. Ridurre gli spifferi riempiendo gli infissi di materiale che non lascia passare aria. Mettere le tende davanti alle finestre e alle porte esterne.
5. Risparmiare l'acqua, innanzi tutto applicando il rompigetto ai rubinetti.
6. Fare una spesa oculata per evitare lo spreco alimentare.
7. Fare una corretta raccolta differenziata.
8. Dare una seconda vita agli oggetti per allontanare il fine vita delle cose.
9. Utilizzare l'automobile il meno possibile e condividerla con chi fa lo stesso tragitto. Privilegiare la bicicletta o i mezzi pubblici.
10. Piantare alberi, piante e fiori ovunque possibile: anche in città, nei giardini e sui balconi. Le piante purificano l'aria e ospitano uccelli e insetti impollinatori.

[LINK documentazione sul percorso relativo allo spreco alimentare](#)





5A

5B

5C

NON SPRECARRE
L'ENERGIA!
PER SALVARE
L'AMBIENTE OGNI
GESTO E'
IMPORTANTE

5A

5B

5C

SE LA LUCE
SPEGNERAI
IN UN MONDO
MIGLIORE VIVRAI

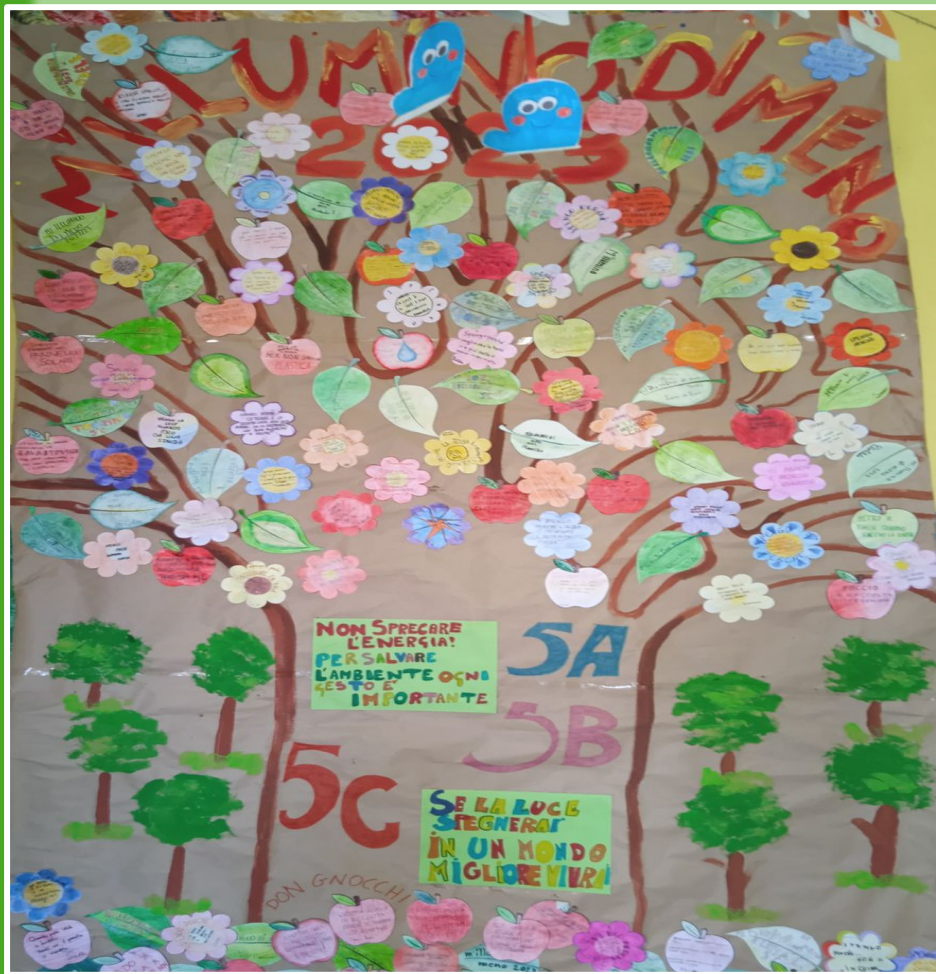
NON GNOCCHI

VADO A SCUOLA
IN BICICLETTA
PERCHÉ IL PIANETA

CHIUDO L'ACQUA
PERCHÉ RISPARMIARE
PER IL MIO PIANETA

NON



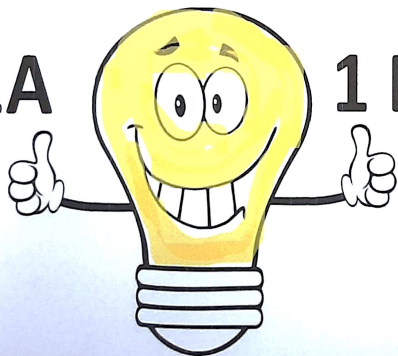


IL PRODOTTO FINALE

CLASSI 1A - 1B

16 Febbraio 2023

1A  1B



Scuola Primaria Rodari Massalengo



L'attività delle classi prime è illustrata con una presentazione visibile al link sotto riportato

<https://drive.google.com/file/d/1nE3S3a0tmHG-vnV7Sz8JvJFMlkfG3Sif/view?usp=s>
hare link

UN GIOCO SOSTENIBILE

dal Festival della Scienza per

m'illumino di meno

MACCHINA AD ARIA

La macchinina per
mette di mettere
in pratica la
**REGOLA DELLE
4R**

RIDURRE
RIUTILIZZARE
RICICLARE
RECUPERARE

16 FEBBRAIO
2023

CLASSI
2^A - 2^B
PRIMARIA G. RODARI
MASSALENGO

Materiali

- 4 tappi di plastica
- 2 spiedi di legno
- 1 cartolina o un rettangolo di cartone
- 3 cannucce (una meglio se snodata)
- 1 palloncino

Strumenti

- Forbici
- Nastro adesivo
- Punteruolo/chiodo

Assemblaggio

- Taglia due cannucce della dimensione del lato corto della cartolina/rettangolo di cartone.
- Usa il nastro adesivo per attaccarle su un lato della cartolina. Fai attenzione che i due pezzi di cannuccia siano paralleli al lato corto della cartolina e distanti di circa 3 cm dal bordo.
- Inserisci gli spiedi nelle cannucce: saranno gli assi della macchinina.
- Fora i tappi di plastica esattamente al centro. *Attenzione: questa procedura deve essere eseguita da un adulto!*
- Premi ciascun tappo sulle estremità degli spiedi di legno e fatti scorrere verso i fori delle cannucce (fig. B). Taglia le parti di spiedo in eccesso.
- Controlla che i tappi girino liberamente: saranno le ruote della tua macchinina.
- Prendi una cannuccia (meglio se snodata) e tagliala della lunghezza necessaria per inserirla nel palloncino.
- Fissa con abbondanti giri di nastro adesivo il palloncino attorno alla cannuccia, lasciando lo snodo fuori dal palloncino e che punti verso il basso.
- Prova il palloncino gonfiandolo soffiando nella cannuccia: sarà il motore della macchinina.
- Fissa il palloncino attaccando con il nastro adesivo la cannuccia vicino a uno dei lati corti della cartolina/rettangolo di cartone. Fai attenzione a lasciare lo snodo della cannuccia libero di muoversi oltre il bordo della cartolina.

A - Materiali

B

Cosa fare

Ora che la macchinina è assemblata (fig. C) si può iniziare a testare il suo funzionamento. Gomitola il palloncino tenendo stretta la cannuccia tra le dita per non far fuoriuscire l'aria. Posiziona le ruote sul pavimento o su una superficie liscia e lascia libera di partire!

Cosa osservare

Dopo i primi test osserva se puoi modificare qualcosa per rendere la macchinina più efficiente, facendole percorrere più strada possibile con meno aria nel palloncino o scopri come renderla più veloce.

Quando sei pronto sfida i tuoi amici o i tuoi compagni di classe in percorsi sempre nuovi!

Cosa osservare

In quale direzione va la macchinina? Quale energia la spinge in avanti? Che tipo di energia sto utilizzando? È rinnovabile o non rinnovabile? Cosa succede se cambio superficie su cui fare andare la macchinina?

Giocando con la macchinina puoi sperimentare alcuni concetti legati all'energia. La quantità di energia immagazzinata nel palloncino sotto forma di aria compressa non scompare, ma cambia forma convertendosi in energia del movimento: quando il palloncino si sgonfia, la macchinina avanza.

Inoltre, a causa dell'attrito delle ruote sul pavimento, un po' di energia viene anche convertita in calore.

CLASSI 2A - 2B

La macchinina che hai realizzato ti permette di mettere in pratica e sperimentare la **regola delle 4R** (ridurre, riutilizzare, riciclare, recuperare), una serie di accortezze che permettono di diminuire il nostro impatto quotidiano sull'ambiente:

- Ridurre:** per ridurre i rifiuti che produci puoi scegliere di acquistare prodotti con poco o nessun imballaggio (per esempio detersivi o alimenti sfusi). Se riduci gli imballaggi, limiti anche l'inquinamento prodotto dalle attività di riciclo e smaltimento dei rifiuti.
- Riutilizzare:** perché buttare qualcosa se puoi continuare a utilizzarlo, magari in modi nuovi? In questo esperimento i tappi di bottiglia sono stati riutilizzati come ruote, per esempio, ma puoi riutilizzare anche i sacchetti della spesa per più volte o smaltire i tuoi vecchi vestiti in cassonetti appositi, così che possano essere riutilizzati da altre persone. Spesso la vita di un oggetto può continuare: basta usare un po' di fantasia!
- Riciclare:** la raccolta differenziata permette ai rifiuti di diventare la materia prima per la produzione di nuovi oggetti, senza che questi utilizzino ulteriori risorse. In casa è importante ricordarsi di destinare dei bidoni alla raccolta differenziata così da dividere plastica, carta, vetro e alluminio. Ognuno di questi materiali, infatti, ha un diverso metodo di smaltimento e gettarli via insieme rende più difficile poterli dare una seconda vita.
- Recuperare:** il recupero consiste nel dare nuova vita a un rifiuto, utilizzandolo per la produzione di nuovi oggetti. Ormai ci sono molte aziende che realizzano prodotti con materiali di recupero.

CLASSI 3A - 3B



Le classi terze sono state impegnate in un piccolo laboratorio di cucina per realizzare un piatto anti spreco realizzando una ricetta per trasformare il pane secco avanzato in un piatto prelibato: I Canederli.

Il cibo preparato sarà poi portato a casa per la cottura e gustato in famiglia.



CANEDERLI (SENZA UOVA)

INGREDIENTI:

- PANE SECCO
- LATTE
- PROSCIUTTO COTTO
- PREZZEMOLO
- ERBA CIPOLLINA
- FARINA 00
- NOCE MOSCATA
- GRANA GRATIGIATO
- CIPOLLA
- SALE



CLASSI 4A - 4B



16 FEBBRAIO 2023

Mi Illumino di meno

Punto 2 del decalogo:

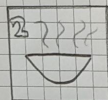
- Preparare una cena antispresco in famiglia o nel tuo ristorante con ricette svote-frigo, alimenti a basso impatto ambientale, pasta cotta a fuoco spento.

OBIETTIVI AGENDA 2030 SULLO SPRECO ALIMENTARE

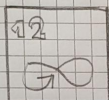
Ob. 2: porre fine alla fame. Raggiungere la sicurezza alimentare...

Ob. 12: garantire modelli di consumo e produzione sostenibili.

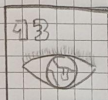
Ob. 13: adottare misure urgenti per combattere i cambiamenti climatici...



FAME
ZERO



CONSUMO
E PRODUZIONE
SOSTENIBILI



AZIONE PER
IL CLIMA

CLASSI 5A - 5B

Attività antispresco: troviamo una soluzione allo spreco alimentare!

Indagine: "Quali sono i cibi che rimangono nei frigoriferi più frequentemente dentro il frigorifero che rischiano di scadere?"

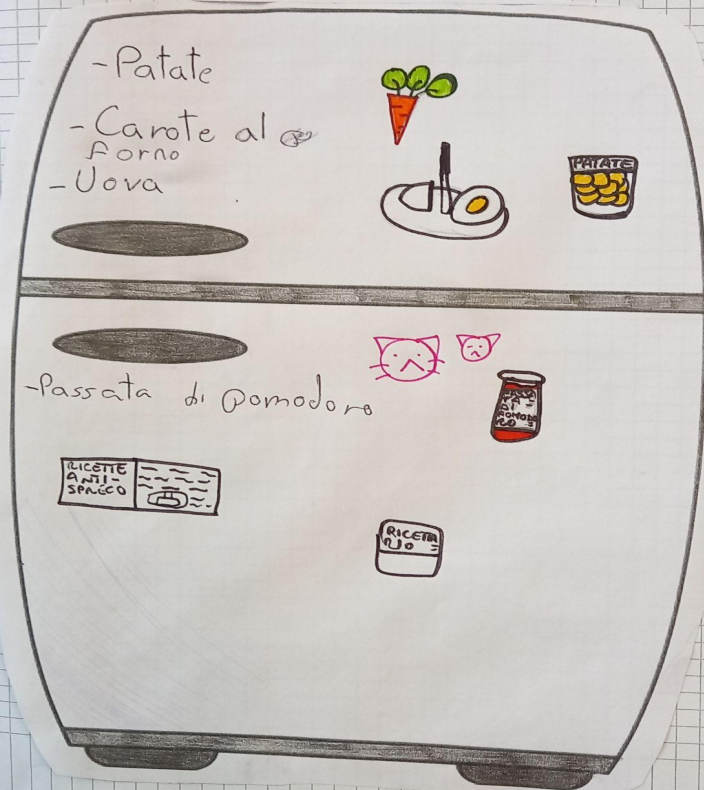
Rispondono gli alunni e le alunne delle 5^a e della 5^b.

Alimento	Quantità	Ricotta	1
Risotti e sugo	3	Salse condimenti	2
Gelato	5	Pesce	5
Formaggio	11	Verdure	8
Pasta avanzata	1	Merendine	1
Carne bianca (pollo)	4	Frutta	3
Broccoli	1	Crocchette, Panzerotti	2
Salumi (prosciutto cotto e crudo)	6	Bibite	1
Pizza e focaccia avanzata	2	Pasta sfoglia	2
Carne rossa	9	Limone o succo di limone	2
Vino	3	Lievito di birra	1
Insaccati (salame)	2	Mascarpone	3
Pastatine	3	Olive	1
Yogurt	10	Pasta per lasagne	2
Uova	7	Salmon	2
Succo	1	Budino	1
Latte	10	Pesto	2
Basilico	1	radicali	
Burro	5		
Caffè	1		
Fragole	2		
Mango	1		
Carote	1		
Insalata	1		
Pomodori	2		
Pane	1		

INDAGINE: "QUALI SONO I CIBI CHE RIMANGONO PIU' DI FREQUENTE DENTRO IL FRIGORIFERO O CHE RISCHIANO DI SCADERE?"

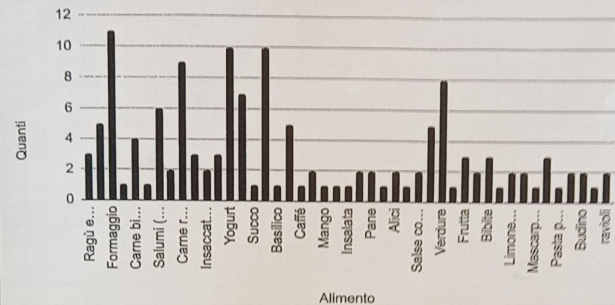
RISPONDONO GLI ALUNNI E LE ALUNNE DELLA 5A E DELLA 5B. DOPO AVER EFFETTUATO L'INDAGINE, LA CLASSE ANALIZZA I DATI E DA QUESTI INVENTA ALCUNE RICETTE PER UTILIZZARE I CIBI RIMASTI IN FRIGORIFERO.

Scrivi qui il tuo elenco di cibi in scadenza o rimasti in frigorifero



L'alimento che appare con maggior frequenza (moda) è il formaggio.

Quanti rispetto a Alimento



DAL DECALOGO DI M'ILLUMINO DI MENO:

PUNTO 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.

AL LINK TROVERAI IL NOSTRO LAVORO E TANTE GUSTOSE RICETTE.

BUON APPETITO!

METTIAMOCI ALL'OPERA!

Utilizzando i dati sugli alimenti raccolti nell'indagine, abbiamo inventato alcune ricette ANTISPRECO E SVUOTAFRIGO.



[LINK](#)

[documentazione
delle "ricette
svuota-frigo"](#)