

A CORTO DI IDEE?

LASCIATEVI ISPIRARE  
DA QUESTI ESEMPI!



**ENGAGE** for energy & climate,  
make the difference for Europe!

[www.citiesengage.eu](http://www.citiesengage.eu)



Questa lista è uno strumento creato per aiutarvi a realizzare la vostra campagna ENGAGE. Essa contiene esempi di impegni per ispirare i partecipanti quando si impegnano. L'elenco non dovrebbe essere troppo lungo, dato che l'obiettivo di ENGAGE è quello di incoraggiare la creatività.

1. Per il vostro primo evento ENGAGE, vi suggeriamo di tradurre questa lista e cancellare o adeguare quelli che non sono pertinenti nel vostro paese come ad esempio la temperatura o le differenze culturali.
2. Una volta che la vostra campagna è stata lanciata e i manifesti sono stati prodotti, si può o aggiornare questa lista con l'aggiunta degli impegni scelti dai vostri partecipanti o semplicemente mostrare loro la serie di manifesti che sono già stati fatti.

Qui ci sono le aree obiettivo chiave:

**- A casa, in un edificio**

- Riscaldamento/Raffrescamento
- Energia Elettrica
- Maggior Isolamento
- Fonti Energetiche Rinnovabili
- Acqua

**- Mobilità**

- uso dell'automobile
- car-sharing
- auto efficiente
- Mezzi di trasporto pubblici

**- Varie**

- Alimentazione
- Rifiuti/Riciclaggio
- Gestione e formazione

NB: Questa lista è principalmente destinata ai cittadini, anche se si sarà in grado di trovare alcuni impegni che solo un ente pubblico o una società potrebbe assumere.

**INCORAGGIA L'ORIGINALITÀ, LA DIVERSITÀ E IL DIVERTIMENTO!**



## A CASA / IN UN EDIFICIO

### IN GENERALE

- Mi impegno a ridurre il consumo energetico della mia casa di \_\_\_\_%
- Mi impegno ad effettuare una verifica della mia casa / il mio ufficio.
- Mi impegno a comprare o costruire una casa in classe A.

### RISCALDAMENTO / RAFFREDDAMENTO

- Mi impegno a mantenere la temperatura della stanza della mia casa a 19 ° C.
- Mi impegno a vestirmi più caldo, invece di aumentare la temperatura nella stanza.
- Mi impegno ad impostare l'aria condizionata a non meno di 24 ° C in estate.
- Mi impegno ad installare un termostato in casa.
- Mi impegno a non utilizzare un ventilatore elettrico in estate.

### ELETTRICITÀ

- Mi impegno a comprare elettrodomestici per la casa di classe A.
- Mi impegno per l'acquisto di apparecchiature di classe A per l'ufficio.
- Mi impegno a ridurre il numero di apparecchi elettrici nel mio palazzo.
- Mi impegno a spegnere i dispositivi (TV, Computer, Hi-Fi, ecc. ) quando non li uso.
- Mi impegno a dire addio alla modalità standby.
- Mi impegno a spegnere la luce quando sono l'ultimo a lasciare la stanza.
- Mi impegno a usare solo lampadine a risparmio energetico.
- Mi impegno a utilizzare la luce naturale, per quanto posso.
- Mi impegno a usare la mia lavatrice a 40 ° C.
- Mi impegno ad utilizzare la lavastoviglie a pieno carico.
- Mi impegno a comprare elettricità verde.
- Mi impegno a utilizzare sensori di movimento per l'illuminazione a casa mia .

### ISOLAMENTO:

- Mi impegno a installare finestre con doppi/tripli vetri e porte più isolate.
- Mi impegno a isolare il mio pavimento / pareti / appartamento.
- Mi impegno a rendere più ermetiche le mie porte e finestre
- Mi impegno a installare tende esterne alle finestre sul lato sud

### FONTI ENERGETICHE RINNOVABILI:

- Mi impegno a installare \_\_\_m<sup>2</sup> di pannelli fotovoltaici.
- Mi impegno a installare collettori solari termici.
- Mi impegno a installare una caldaia a biomassa.

### ACQUA:

- Mi impegno a farla scorrere meno quando sto facendo la doccia.
- Mi impegno a utilizzare piante con necessità di poca acqua nel mio giardino.
- Mi impegno ad installare erogatori a basso flusso ai rubinetti ed alle docce.



## MOBILITÀ

### USO DELL'AUTO

- Mi impegno a lasciare la mia macchina a casa.
- Mi impegno a sostituire la mia auto con la bicicletta.
- Mi impegno a portare a piedi/ col Piedibus i bambini a scuola.
- Mi impegno regolarmente a gonfiare correttamente i pneumatici della mia auto per risparmiare carburante.
- Quando mi prendo una vacanza, non userò la mia auto!
- Ci impegniamo a formare il nostro personale a diventare eco-guidatori.
- Mi impegno a fare un corso di eco-guida.
- Mi impegno a comprare auto / furgoni elettrici / ibridi / a basse emissioni (GPL o metano) per la mia azienda.
- Quando cambierò la mia auto, mi impegno a scegliere quella che consuma meno.

### CICLISMO

- Mi impegno a camminare o usare la bici per brevi distanze.
- Mi impegno a fare piccoli acquisti in bicicletta.
- Mi impegno ad andare in bicicletta tutto l'anno!
- Mi impegno ad acquistare una bici elettrica al posto del motorino.

### MEZZI DI TRASPORTO PUBBLICI

- Mi impegno ad andare in vacanza in treno senza stress.
- Mi impegno a fare il pendolare con i mezzi pubblici.
- Mi impegno ad andare al lavoro / scuola con i mezzi pubblici.

### CAR SHARING / CAR POOLING

- Mi impegno a fare il pendolare utilizzando il sistema car sharing / car-pooling.
- Mi impegno ad andare a lavorare sempre in macchina con il mio/miei collega/colleghi.
- Ci impegniamo a sviluppare un sistema di car-sharing/pooling per la nostra azienda.



## **VARIE**

### **CIBO E BENI DI CONSUMO**

- Mi impegno ad acquistare prodotti locali.
- Mi impegno a comprare prevalentemente prodotti che vengono dalla mia regione.
- Mi impegno a comprare frutta e verdura di stagione.
- Mi impegno a bere l'acqua del rubinetto al posto dell'acqua in bottiglia.
- Mi impegno di acquistare generi alimentari senza imballaggio.
- Mi impegno a utilizzare batterie ricaricabili.
- Mi impegno di acquistare prodotti a lunga durata.
- Mi impegno a visitare la biblioteca o noleggi per prendere in prestito libri, CD, DVD invece di acquistarli.
- Mi impegno ad acquistare un servizio culturale, piuttosto che un oggetto per un / regalo di compleanno/ di Natale.

### **RICICLAGGIO**

- Mi impegno ad utilizzare prodotti in carta riciclata.
- Mi impegno a risparmiare energia con il riciclaggio.
- Mi impegno a organizzare eventi di scambio/baratto (per esempio la sostituzione di abbigliamento) nella mia compagnia o invitare i miei amici a risparmiare le risorse e promuovere il riuso.
- Mi impegno a riutilizzare i sacchetti per la spesa.
- Mi impegno a fare il compostaggio in giardino e riciclare gli scarti della cucina

### **GESTIONE E FORMAZIONE**

- Mi impegno ad assumere un responsabile per la gestione dell'energia.
- Mi impegno ad insegnare ai bambini come risparmiare energia.
- Mi impegno a comprare servizi e prodotti attraverso gli appalti verdi.
- Mi impegno a stampare meno documenti.
- Mi impegno ad insegnare ai bambini come differenziare i rifiuti.

