<http://caterpillar.blog.rai.it/milluminodimeno/>

**M’ILLUMINO DI MENO 2014  
14 febbraio 2014  
LA GIORNATA DI RISPARMIO ENERGETICO E’ GIUNTA ALLA DECIMA EDIZIONE  
Spegni lo spreco, accendi la cultura!**

**Video inno 2013:** <http://www.youtube.com/watch?v=Mg-owpd2xAU>

**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.

**Inno 2013 (di: Joleballala)**

[…]

Lo so che in fondo il mondo  
è più contento  
se dopo l’uso  
ogni apparecchio è spento  
e se lo sai non ti scordare mai  
per risparmiare non basta lo standby  
non dico di cenare a lume di candela  
ma far l’amore sì,  
va come in barca a vela  
che va diritta e la trasporta il vento  
e il suo motore rimane sempre spento

M’illumino  
M’illumino  
M’illumino di meno  
e meglio sto

e se M’illumino di meno poi meglio starò

mi alzo la mattina ed esco senza fretta  
ed al lavoro vado sulla mia bicicletta  
e poi per pranzo un bel piatto di pasta  
sulla pentola ho il coperchio  
che allo spreco dico basta  
sto sempre attento a consumare meno  
ed allo spreco io metto un freno  
dopo la pioggia c’è l’arcobaleno  
e allora io mi illumino di meno  
M’illumino  
M’illumino  
M’illumino di meno  
e meglio sto

e se M’illumino di meno poi meglio starò

L’inverno è arrivato  
il tuo piedino è gelato  
spegni lo scaldotto e usa il tuo fidanzato  
la fonatura poi te la può fare anche il sole  
liscia o ricciolona ognuna come la vuole  
e il tapiroulant non fa più fashion  
lo sai non c’è neanche più bisogno del solarium  
per la tua attività sportiva scegli la natura  
ti senti in grande forma e hai pure l’abbronzatura

a questo punto spero abbia capito  
l’ha detto caterpillar, la jole te l’ha ribadito,  
non c’è bisogno di consumare troppo  
se il lavandino perde tu mettici un tappo  
che goccia dopo goccia ci si riempie il mare  
e poi le bollette qualcuno le deve pagare  
ma allora dimmelo a me  
chi te lo fa fare di stare tutto il giorno a sprecare  
caterpillar è da mo’ che lo consiglia  
se rispetti il decalogo sarà una meraviglia  
le 10 regole son sempre quelle  
e va a finire che rivedi le stelle

<https://www.youtube.com/watch?v=Mg-owpd2xAU>