

Percorsi di

approfondimento

**BIBLIOGRAFIA
ADULTI E
RAGAZZI**

Rai Radio 2

**m'illumino
di meno**

24 FEBBRAIO 2017

**IL PERTINI ADERISCE
ALLA CAMPAGNA DI SENSIBILIZZAZIONE
SUI CONSUMI ENERGETICI E GLI STILI DI VITA SOSTENIBILI.
IDEATA DA CATERPILLAR RADIO 2**



M'illumino di Meno campagna di sensibilizzazione sui consumi energetici e gli stili di vita sostenibili ideata da Caterpillar Radio 2.

L'iniziativa si avvale da anni dell'Alto Patrocinio della Presidenza della Repubblica, dell'adesione del Senato e della Camera dei Deputati e del Patrocinio del Parlamento Europeo, nonché dell'adesione di centinaia di Comuni.

Il Centro culturale Il Pertini aderisce a M'illumino di meno, con le seguenti azioni:

- 1. Diffusione del messaggio tramite segnalibri con le buone pratiche per il risparmio energetico.**
- 2. Produzione ed esposizione di una bibliografia tematica per adulti e bambini.**
- 3. Alle ore 18.00 letture "a bassa luce" in Sala Piccoli per bambini dai 4 ai 7 anni.**

Aderisci anche tu alla giornata del risparmio energetico. Come? Spegnendo le luci, andando al lavoro in bicicletta, cucinando a basso impatto ambientale, diffondendo il messaggio.

Il decalogo di M'illumino di Meno

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, dividerla con chi fa lo stesso tragitto. Utilizzare la bicicletta per gli spostamenti in città.

Parliamo di sostenibilità



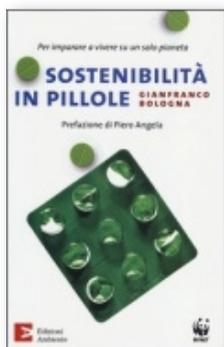
LUISA INGRAMO

Social housing

Modelli e processi integrati per valutare la sostenibilità

CELID, 2015

Nell'ambito dell'attività che SiTI svolge per il Programma Housing della Compagnia di San Paolo, in qualità di partner sin dal suo avvio nel 2006, è stato condotto un progetto di ricerca sulla verifica della sostenibilità degli interventi edilizi di social housing, a partire dalla realizzazione delle due Residenze Temporanee di Porta Palazzo e di San Salvario a Torino. In questo volume sono raccolti i risultati della ricerca, che, da un inquadramento generale della sostenibilità in edilizia (dal punto di vista normativo e degli strumenti di valutazione), giunge ad approfondire il concetto della sua applicazione nell'ambito specifico del social housing.



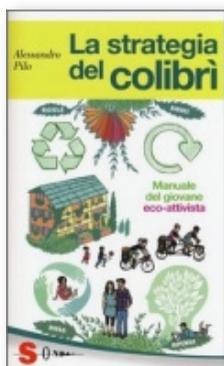
GIANFRANCO BOLOGNA

Sostenibilità in pillole

Per imparare a vivere su un solo pianeta

EDIZIONI AMBIENTE, 2013

Ogni giorno che passa, si accumulano nuove prove che certificano che le attività umane stanno esercitando una pressione eccessiva sul nostro pianeta. Considerato poi che le previsioni più accreditate indicano che sia la popolazione sia i consumi globali sono destinati a crescere nei prossimi decenni, è sempre più chiaro che il modello fin qui adottato è insostenibile. Continuando così, rischiamo infatti di superare quello che alcuni scienziati definiscono come "punto critico planetario", oltrepassato il quale ci troveremmo in una situazione inedita, non necessariamente piacevole per noi e gli altri abitanti della Terra.



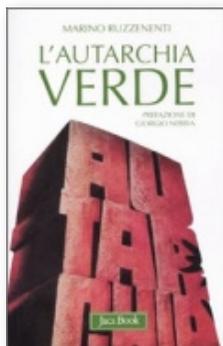
ALESSANDRO PILO

La strategia del colibrì

Manuale del giovane eco-attivista

SONDA, 2013

In tempo di crisi economica, la salvaguardia della natura o l'ambientalismo sono un lusso per società ricche e benestanti, e che quindi non possiamo più permetterci? L'attuale crisi non è però solo economica, ma anche energetica, ambientale e culturale. Saranno proprio le nuove generazioni a soffrire di più se alcuni problemi globali, dai cambiamenti climatici all'esaurimento dei combustibili fossili, non verranno affrontati scegliendo la sostenibilità ecologica. Questa guida nasce dall'esperienza di un giovane ecologista che ha girato il mondo.



MARINO RUZZENENTI

L'autarchia verde **Un involontario laboratorio della green economy**

JACA BOOK, 2011

Lotta agli sprechi, risparmio energetico, riciclaggio totale dei rifiuti, tutela e valorizzazione del suolo naturalizzato e degli alberi, dieta povera di proteine e grassi animali, vestiti con tessuti naturali, bioedilizia, energie rinnovabili, mobilità sostenibile, città a misura di bicicletta, insomma tutto l'armamentario di quella che oggi è chiamata pomposamente green economy lo ritroviamo in parte realizzato, in parte progettato nella seconda metà degli anni Trenta, il periodo che il fascismo volle chiamare «autarchia».



MASSIMO CAPOLLA

La casa energetica **Indicazioni e idee per progettare la casa a consumo zero**

MAGGIOLI, 2009

Il volume suggerisce indicazioni e idee per la progettazione di edifici eco-sostenibili a produzione energetica nell'ambito di utilizzo di energie esclusivamente reversibili, con particolare riferimento alle tecnologie bioclimatiche e passive di risparmio energetico ed attive per la produzione del fabbisogno energetico delle abitazioni, derivanti dalle necessità familiari dell'abitare. Vengono fornite informazioni inerenti: gli elementi essenziali e di simulazione della prestazione energetica degli edifici nell'attuale panorama legislativo e dei consumi italiano, il pre-dimensionamento dei sistemi fotovoltaici e solari termici, la ventilazione controllata e i sistemi bioclimatici da incorporare nell'edificio, i nuovi sistemi di accumulo stagionali ad acqua e a scudo termico, la domotica per il controllo energetico, cenni ai sistemi eolici ed energetici con elettrolizzatori. Tecnologie installabili nella residenza abitativa, in particolare uni e bifamiliare, ma utili anche per edifici plurifamiliari.



DANIELA GARAVINI

La casa naturale dalla A alla Z

TECNICHE NUOVE, 2011

Che cosa possiamo fare in casa nostra, per ridurre l'inquinamento e il consumo di energie e di risorse del pianeta? È l'argomento di questo libro in cui l'ecologia si applica alla gestione quotidiana della casa: dalle pulizie agli accorgimenti per diminuire i consumi idrici ed energetici. Oltretutto consumare meno energia e acqua comporta anche un risparmio economico, senza rinunciare al comfort a cui siamo abituati. E questo vale per molti altri temi di cui si parla in queste pagine, dal bere l'acqua del rubinetto all'usare i nuovi pannolini lavabili per i bambini.



LUCIA STRONA; MAURIZIO B. STRONATI

Il manuale del risparmio energetico **Consigli pratici e soluzioni tecniche su come risparmiare denaro nella tua casa**

EBOOKS WORLD

Questo manuale è un prontuario adatto per chiunque voglia mettere in pratica un intelligente risparmio energetico tra le mura domestiche (e perché no anche sul posto di lavoro), dove poter vivere in maniera sana e confortevole, con un occhio al portafoglio, che in questo periodo di recessione economica globale non guasta. L'intento è di fornire alcune indicazioni per l'utente che spesso, anche se bene intenzionato, non sa quali iniziative intraprendere per usare in maniera corretta l'energia elettrica, sfruttare al massimo la luce naturale.



GIACOMO KORN

Uso razionale nella casa **Risparmio energetico comfort sicurezza**

MUZZIO, 2003

L'energia in casa serve a diversi usi essenziali: riscaldamento, illuminazione, uso degli elettrodomestici, raffrescamento. Quello che interessa è il livello di comfort che si raggiunge, per il quale si possono avere consumi di energia diversi a seconda delle tecnologie e di altri accorgimenti. Per riscaldare e raffrescare la casa e l'ufficio si usa una quota importante dei consumi energetici. In questo libro si dimostra come si possono ridurre i consumi di energia, evitando così una parte delle emissioni di gas serra e di altri inquinanti, e mantenere allo stesso tempo un elevato comfort termico.



MAURO BONAIUTI

Obiettivo decrescita

EMI, 2007

Intorno alla decrescita l'interesse sta crescendo. Nel 2002 a Parigi c'è stato un grande convegno nel palazzo dell'Unesco, sul tema "Disfare lo sviluppo, rifare il mondo". Nel 2003 a Lione si realizza il convegno su "decrecita sostenibile". Da questi convegni prende avvio questo libro i cui autori ci aiutano a sgomberare il campo da pericolosi fraintendimenti fino a farci scoprire che la decrescita è la strada non per la riduzione ma per un significativo aumento del benessere sociale. Ecco allora che la decrescita auspicata va intesa come una complessiva trasformazione della struttura socio-economica, politica e dell'immaginario collettivo, verso assetti sostenibili. Il libro è suddiviso in due parti: Le ragioni della decrescita e i criteri della decrescita.



GIOVANNA OLIVIERI

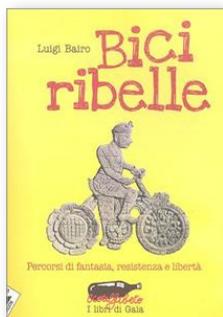
Io lo faccio da me

Il meglio del fai da te ecologico, dai detersivi alla tinteggiatura, senza dimenticare conserve, giocattoli e piccole riparazioni con un occhio al portafoglio e uno all'ambiente

TERRA NUOVA, 2014

Prodotti per la pulizia, alimenti, mobili, regali e giocattoli per i bambini possono essere autoprodotti nel segno del risparmio economico e delle risorse ambientali. L'autrice ha rigorosamente sperimentato tutti i suggerimenti che offre. Una guida pratica che non solo insegna l'arte del fare, ma anche a riscoprire il piacere della cura di sé e dell'ambiente, e del tempo passato a creare insieme ai più piccolini.

Mobilità sostenibile



LUIGI BAIRO

Bici ribelle

Percorsi di fantasia, resistenza e libertà

NUOVI EQUILIBRI, 2009

Filosofia e pratica della bicicletta: dalla controversa storia della bici di Leonardo fino ai giorni nostri. Ecco allora i ribelli sulla bici: dall'anarchico Luigi Masetti, ciclo-viaggiatore d'inizio secolo, al patafisico Alfred Jarry, al padre della psichedelica Albert Hofmann. E poi bici resistente: da quella partigiana, a quella dei vietcong sulla pista di Ho Chi Min, fino a quella dei Provos di Amsterdam, e alle odierne della Critical mass, e alle ciclofficine italiane. L'uso quotidiano viene approfondito dal Breviario del ciclista urbano.



LEONARDO CORRADINI

Cicloturismo per tutti

Come organizzare una vacanza in bicicletta

EDICICLO, 2015

Sono sempre più numerosi gli italiani che scelgono la bicicletta per fare una vacanza, in Italia o all'estero. Il cicloturismo si concilia alla perfezione con le esigenze del viaggiatore moderno. È sostenibile, economico ed ecologico. Fa bene al fisico, aiuta a liberare la mente, non inquina e permette di vivere un territorio a 360°. In bicicletta il ritmo è lento, lontano dalla frenesia della quotidianità lavorativa. Ma come si deve fare per affrontare un viaggio in bici per la prima volta? Qual è il mezzo giusto? Quale equipaggiamento serve? Cosa si deve portare in viaggio? Dove si può andare?



MICHELA DE PETRIS

Scelta vegetariana e vita in bicicletta **Una guida per la salute e il benessere**

IL PENSIERO SCIENTIFICO, 2012

Da una parte la scelta etica: nutrirsi in maniera rispettosa e sostenibile e muoversi pensando all'ambiente. Dall'altra, l'opzione salutistica: mangiare sano e fare esercizio. Questo libro è la sintesi tra le due prospettive e si rivolge sia al nutrizionista sia alla persona che desidera sapere perché dieta vegetariana e pedali sono nostri preziosi alleati.

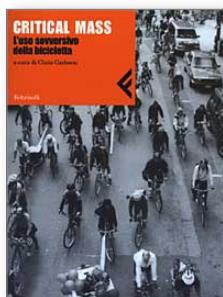


MARINA SENESI

Un' argonauta contromano **Da Milano a Senigallia pedalando sulle vie d'acqua** **Diario di un viaggio in slow economy**

IL SOLE 24 ORE, 2010

“Mi preparo per più di due mesi e il giorno 11 maggio 2009 dall'ultima darsena del Naviglio di Milano salpo alla volta di Senigallia. Via: Naviglio Pavese, Ticino, Po, Po di Goro, Mare Adriatico. 400 km di fiume e 160 di mare, in 28 giorni di viaggio. In fondo non faccio altro che andare in tendenza, secondo i più moderni dettami: locali, slow lite, reinvenzione, flessibilità, sostenibilità ambientale. In una parola sola: pedalò! E intanto provo a raccontare il Po come l'ho visto...” Perché Milano-Senigallia? Perché a Senigallia viene organizzato il CateRaduno: una kermesse annuale imperdibile per migliaia di ascoltatori della trasmissione cult “Caterpillar” di RaiRadio2.



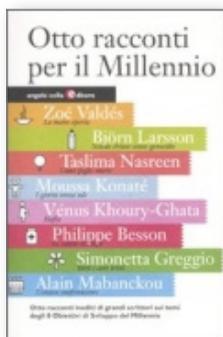
CRISS CARLSSON

Critical mass **L'uso sovversivo della bicicletta**

FELTRINELLI, 2003

I numerosi esponenti della teoria di Critical Mass (massa critica) rivendicano il diritto di percorrere le grandi città del pianeta andando in massa in bicicletta, per rallentare il traffico e imporre in questo modo un uso più umano della città. Nate nel 1992 a San Francisco grazie all'intuizione di Chris Carlsson, le pratiche di Critical Mass si sono rapidamente propagate in tutte le principali città occidentali, fino a raggiungere anche l'Italia. Senza alcuna struttura gerarchico-organizzativa, Critical Mass viene declinata nei singoli Paesi con modalità specifiche. Il presente volume è l'antologia di riferimento del movimento, spiega come organizzare un Critical Mass e i problemi che si possono incontrare nel farlo.

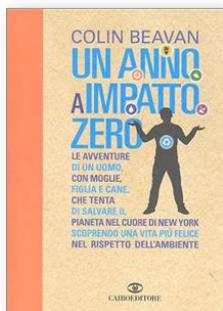
Raccontiamo la sostenibilità



Otto racconti per il millennio

A. COLLA, 2011

Nel settembre 2000, tutti i 191 stati membri dell'ONU si sono impegnati a realizzare un progetto in otto punti che va sotto il nome di Obiettivi di Sviluppo del Millennio: sradicare la povertà estrema e la fame; garantire l'educazione primaria universale; promuovere la parità dei sessi e l'autonomia delle donne; ridurre la mortalità infantile; migliorare la salute materna; combattere l'HIV/AIDS, la malaria e altre malattie; garantire la sostenibilità ambientale; sviluppare un partenariato mondiale per lo sviluppo. Per sostenere questa iniziativa otto grandi scrittori di tutto il mondo hanno scritto ognuno un racconto ispirato agli otto obiettivi contenuti nel progetto.



COLIN BEAVAN

Un anno a impatto zero

CAIRO, 2010

È possibile vivere in maniera ecosostenibile? Colin Beavan l'ha fatto e tutti parlano di lui. Tutta colpa di una giornata di gennaio, a New York. Con 22 gradi e la gente in canottiera e shorts. In quel giorno estivo in pieno inverno, Colin è a disagio, il suo cronico pessimismo sullo stato di salute del pianeta comincia a tingersi di tonalità apocalittiche. E a un tratto si chiede - e ci chiede: di fronte a un clima obiettivamente impazzito, io posso fare qualcosa o devo aspettare che siano gli altri a trovare una soluzione? Devo deprimermi, arrabbiarmi, e al tempo stesso delegare sperando che qualcuno intervenga? Oppure devo darmi da fare in prima persona? Ed è così che Colin mette a punto il suo Progetto Impatto Zero, trascinando con sé nell'incredibile avventura la moglie e la figlia.



LORENZA STOPPA

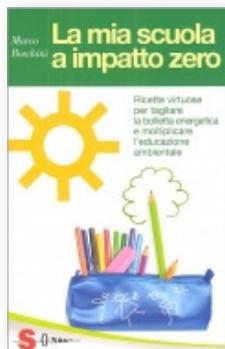
Lo Zen e l'arte di andare in bicicletta La vita e altre forature di un nomade a pedali

EDICICLO, 2010

«Cerco un equilibrio sui copertoni che accarezzano i contorni della crosta terrestre, come un bambino o un cieco. Un colpo di manubrio, e il mondo si rovescia». Dopo il giro del mondo in bicicletta in 7 anni, dopo aver scalato tutte le più alte vette dell'universo in sella al suo fedele "yak", dopo aver conosciuto un patchwork inebriante di persone, dopo avventure, sofferenze, estasi in cammino, Claude Marthaler svela la sua anima a pedali, racconta l'arte di andare in bicicletta, descrive il mondo visto dal sellino.

Cosa possiamo insegnare?

Educare alla sostenibilità



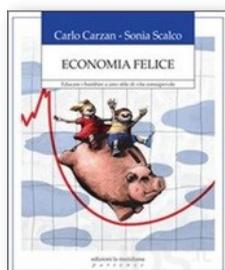
MARCO BOSCHINI

La mia scuola a impatto zero

Ricette virtuose per tagliare la bolletta energetica e moltiplicare l'educazione ambientale

SONDA, 2012

La scuola non è un semplice edificio circoscritto da quattro mura e un tetto, uno spazio dove si fa e si insegna cultura. È una casa, la casa degli studenti, in cui imparare non solo nozioni e operazioni, ma anche ad adottare uno stile di vita che elimini gli sprechi e l'inquinamento nella vita di tutti i giorni. Può quindi una scuola ridurre la propria impronta ecologica e contribuire così a garantire un futuro sostenibile ai suoi giovani inquilini?



CARLO CARZAN

Economia felice

Educare i bambini a uno stile di vita consapevole

LA MERIDIANA, 2012

Cos'è l'economia? Domanda difficile. A seguire gli studiosi, potremmo dire che studia il modo in cui gli individui, le imprese, le autorità pubbliche e le altre organizzazioni compiono le loro scelte sulle risorse limitate a disposizione. La risposta diventa più semplice, anche per i bambini, se scopriamo come l'economia abbia a che fare con le cose che usiamo per giocare e per vivere.



ALESSIA MASO

Ecologia in città

Giochi e attività per educare alla sostenibilità : apprendere l'ambiente e l'ecologia giocando

LA MERIDIANA, 2010

Prendi un quartiere difficile di Palermo. E un gruppo di ragazzi che decide di animare tutto il territorio alla scoperta delle relazioni che legano le persone all'ambiente nel quale vivono. Nasce una singolare esperienza di intervento sociale ma anche di innovazione didattica e sperimentazione educativa. Ecco il libro che avete tra le mani. Uno scrigno ricco e stimolante di proposte e giochi da introdurre nei percorsi curricolari della didattica ambientale. E uno strumento per approfondire i temi dell'educazione ambientale e dell'ecologia, in un senso molto ampio.



FIAB, MINISTERO DELL'AMBIENTE E DELLA TUTELA DEL TERRITORIO E DEL MARE, BIMBIBICI PROGETTOSCUOLA

Cammina, pedala!

Mobilità sostenibile per il BenEssere delle persone e dell'ambiente : dispensa per gli insegnanti

ACHAB TRIVENETO, 2008

L'opera desidera essere un guida alternativa per far prendere coscienza che un miglioramento della vivibilità dell'ambiente urbano è possibile anche a partire dai temi propri della mobilità sostenibile e sicura, da condividere con i bambini in ambito scolastico, un nuovo approccio nel fare la più conosciuta educazione alla sicurezza stradale, creando inoltre condizioni di Benessere delle persone e dell'ambiente. Per genitori ed educatori.

Libri per ragazzi

Piccoli gesti di responsabilità

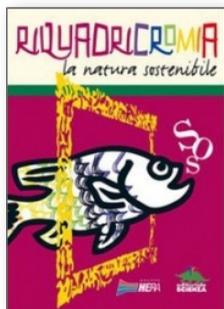


EMILIA DZIUBAK

Piccola guida per ecosciappe

EDITORIALE SCIENZA, 2008

Siete delle ecosciappe? Allora questo libro fa per voi. Tra lavatrici, calzini e barattoli, imparerete tutto su sprechi, consumi, cose da fare e cose da non fare, per trasformarvi in veri ecoeroi. Età di lettura: da 6 anni.



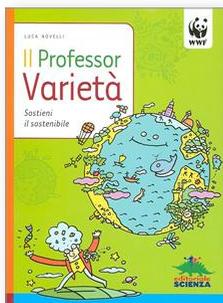
ANTONIA CIAMPI

Riquadricromia

La natura sostenibile

EDITORIALE SCIENZA, 2008

Foglie, conchiglie, giunchiglie e altre cianfrusaglie per comporre quadri e immaginare un mondo più in equilibrio con la natura! In questo quaderno scoprirai il significato della parola sostenibilità e di altre parole, attraverso la composizione di quadri e ri-quadri con i materiali naturali che ci sono familiari e che troviamo nell'ambiente in cui viviamo. Foglie, frutti e fiori secchi, conchiglie, bacche, erba, materiali abbandonati o creati dall'uomo sono gli oggetti con i quali si può rappresentare e comporre il mondo che vorremmo e l'ambiente che vogliamo salvare.



LUCA NOVELLI

Il professor Varietà

Sostieni il sostenibile

EDITORIALE SCIENZA, 2008

I protagonisti del nuovo libro di Luca Novelli, un racconto fantastico sul tema sempre più attuale delle emergenze ambientali, sono due bambini che a bordo dell'astrotemponave intraprendono un viaggio in difesa dell'ambiente e della qualità della vita. La loro ricerca li porta ad esplorare nella prima parte del libro, dei pianeti-metafora che illustrano i pro e i contro dei diversi stili di vita.



ANDREA VALENTE

Hai voluto la bicicletta?!

GALLUCCI, 2009

Come si fa a cambiare la gomma bucata? Chi è stato più forte tra Bartali e Coppi? E tra Cipollini e Pantani? Chi era Alfonsina Morini? Chi ha vinto il primo Giro d'Italia? E perchè sembra sempre che siano più salite che discese? Questi e altri dilemmi delle due ruote svelati in un'inusitata epica della bici tra sorrisi, ricordi e ruzzoloni. Età di lettura: da 8 anni.



NADIA BELLINI

Il re in bicicletta

JAKA BOOK, 2001

La storia di un re speciale, che come mezzo di rappresentanza sceglie un mezzo "speciale". Un re in bicicletta fra passato e presente, fra notte e giorno, scopre la realtà vera e l'affetto.



JEAN JACQUES SEMPÉ

Il segreto di Monsieur Taburin

Storia di un uomo e le sue biciclette

DONZELLI, 2011

Raoul Taburin sa tutto in fatto di biciclette: in men che non si dica, nella sua officina, ripara e sostituisce catene, sellini, ruote, raggi, rapporti, camere d'aria, tutto di tutto. C'è solo una cosa che non sa fare: andare in bicicletta. E questo il suo scomodo e inconfessabile segreto, che riesce a tenere nascosto agli occhi del suo piccolo mondo per tutta una vita - quella trascorsa nella sua bottega a riparare bici.



Comune di Cinisello Balsamo

**ILPER
TINI**

La piazza dei saperi

Centro culturale
piazza Confalonieri 3 | 20092 Cinisello Balsamo
02 66 023 542
ilpertini@comune.cinisello-balsamo.mi.it
www.ilpertini.it
FB: Biblioteca Civica Cinisello Balsamo