



Save  
The  
Date

**34 ore non stop**  
dal 13/02 ore 8:30 al 14/02 ore 18:30  
via pescarenico 2, Milano



www.associazioneamica.com

School Team



ISTITUTO COMPRESIVO  
GINO CAPPONI

un progetto

**SOCIALICE**



Educazione alla sostenibilità ambientale  
Progetto di qualità 2024

dove e quando

I.C. CAPPONI  
via Pescarenico 2  
Milano (MI)

13-14 febbraio

con il finanziamento



con il patrocinio



MINISTERO DELL'AMBIENTE  
E DELLA TUTELA DEL TERRITORIO E DEL MARE

si ringrazia



school team sponsor



# ENERGIADI

LE OLIMPIADI DELL'ENERGIA

## CHI SARA' IL NUOVO CAMPIONE?

Le Energiadi sono **un gioco-gara nazionale** che dal 2013 accende l'attenzione sul tema energia sostenibile e corrente elettrica.

Partecipa anche tu al primo **social energy game**, entra nel team e sfida le altre città in gara!  
**Usa nel weekend le nostre speciali bike che trovi a scuola, attiva i bonus previsti:**  
hai 34 ore per scalare la classifica e dimostrare tutta la tua energia!

#be the CHANGE!



scopri il programma della tua scuola e segui la gara sulle nostre pagine social

## COME PARTECIPARE ALLE ENERGIADI IN POCHE SEMPLICI MOSSE

VINCE LA SCUOLA CHE OTTIENE IL PIU' ALTO PUNTEGGIO ENERGETICO IN WATTORO  
ATTIVA I **4 BONUS!**

**i 4 BONUS**

- 1 ENERGIA DELLO SPORT - La Energy Marathon di 34 ore**  
Vieni a scuola, da venerdì a sabato sera potrai pedalare con noi, trasforma la tua energia in corrente elettrica e mostra a tutti quanto è potente la voglia di cambiamento! per ogni wattora la scuola riceve preziosi wattORO utili per la gara
- 2 ENERGIA DELLA CONDIVISIONE**  
Vai sui nostri profili social e cerca il post **be the change!** dedicato alla tua scuola. Scrivi nei commenti **"cambio io, cambia il mondo!"** e se vuoi aggiungi un comportamento energivoro che vuoi migliorare. Condividi il post con i tuoi contatti e invitali a fare altrettanto, ogni persona che lo farà, solo per la settimana prevista di attività, farà avere wattORO utili alla scuola.  
  
Per ogni info <https://www.energiadi.it/energia-della-condivisione/> e diffondi la campagna **be the change!** su facebook/energiadi instagram/energiadi.official
- 3 ENERGIA DEL SOSTEGNO**  
La Energy Marathon è un'occasione per sperimentare ed incontrare. Porta cibo, musica e allegria, crea una tua squadra e se conosci un'Associazione non profit (ludica, sociale, sportiva, musicale etc...) invitala a pedalare e a promuovere le sue attività insieme a te. Per ogni Associazione la scuola riceverà preziosi wattORO, chiedici come partecipare!
- 4 ENERGIA DEGLI EVENTI SOSTENIBILI**  
Le Energiadi sono una festa e come sempre quando ci si diverte c'è il rischio di perdere di vista l'attenzione per l'ambiente: contribuisci a riciclare, proponi il riuso come alternativa al monouso o altre buone pratiche, compila il questionario sulla mobilità che trovi alla Energy Marathon, in palio un pieno di wattORO che farà volare la tua scuola!

partner territoriali



# LA ENERGY MARATHON

## programma



### VENERDI' 13 FEBBRAIO

08:30 THREE – TWO – ONE .....GO!

08:30-16:30 ENERGIA DELLA PEDALATA

Pedaleranno a rotazione le classi delle scuole primarie e secondarie

15:00-17:30 ENERGIA DELLO SPORT –

Dimostrazioni e prove di parkour, skateboard e blanking a cura di SIC Milano – Street is Culture ASD (PER GLI ALUNNI/E DELLE SCUOLE MEDIE

16:30-17:30 ENERGIA DEL CIBO – Merenda

17:00-18:00 ENERGIA DELLA CREATIVITA' Truccabimbi a cura di Giulia, Sara e...

17:00-19:00 ENERGIA DEL GIOCO – giochi vari a cura di WEMOVE

18:00-20:00 ENERGIA DEL MOVIMENTO –Lezione di Judo e difesa personale a cura di DOJO Otani

19:00-21:00 ENERGIA DEL CIBO – Ceniamo tutti insieme

20:00-22:30 ENERGIA DELLA DANZA -Balli Country a cura di Country Events Milano

22:00-00:00 ENERGIA DELLA MUSICA - Karaoke e DJ Set a cura di DJ Alex

23:00 ENERGIA DEL CIBO - Brioches per tutti

00:00 ENERGIA DEL SONNO -Pigiama Party a scuola per non fermare le bici

(necessario sacco a pelo - **minori accompagnati con prenotazione scansionando il QR-code qui sotto, fino ad esaurimento posti**)



### SABATO 14 FEBBRAIO

08.00- 09:00 ENERGIA DEL CIBO - Colazione con brioches

09:30-19:00 ENERGIA DELL'ALLEGRIA - Clown Therapy a cura di Dutur Claun

10:00-11:00 ENERGIA DEL MOVIMENTO – Lezione di Zumba a cura di Dance & Move

10:30-11:30 ENERGIA DEGLI ANIMALI – Progetto Adotta un cucciolo, con la presenza dei Puppy walker a cura di LIONS Club International - Distretto 108 lb4

10:00-13:00 ENERGIA DELLA CREATIVITA' – Crea la tua maschera di carnevale a cura di Associazione RECUP

10:00-12:30 / 14:00-17:30 ENERGIA DELLA SALUTE – Esame gratuito della vista per i bambini/e della primaria a cura di LIONS Club International - Distretto 108 lb4

**per prenotare scansiona il QR-code fino ad esaurimento posti**

12:00-14:00 ENERGIA DEL CIBO - Pranzo Ami.Co.

14:00-16:00 ENERGIA DEL GIOCO –Gioco dell'oca "Let's play different" a cura di LIONS Club International - Distretto 108 lb4

15:00-16:00 ENERGIA DELLA SOLIDARIETA' - Dimostrazioni pratiche di primo soccorso a cura di MISERICORDIA MILANO

16:00-17:00 ENERGIA DEI GIOVANI – Presentazione progetto " I giovani per i giovani" a cura di LIONS Club International - Distretto 108 lb4

16:00-18:00 ENERGIA DELLA MUSICA – Workshop di canto a cura di Jazz Gospel Alchemy

**per prenotare scansiona il QR-code, fino ad esaurimento posti**

17:00-18:00 ENERGIA DELLA CULTURA – Presentazioni corsi Università della terza età a cura di LIONS Club International - Distretto 108 lb4

17:00-18:00 ENERGIA DEL CARNEVALE – Sfilata in maschera

18:00-19:00 ENERGIA DELLA DANZA –Esibizioni di danza a cura UGUALMENTE ARTISTI

18:30 APERITIVO AMI.CO e a seguire cena Ami.ca.

20.00-21:30 ENERGIA DELLA MUSICA - Concerto Gospel a cura di Jazz Gospel Alchemy con esibizione dei ragazzi che hanno partecipato al workshop pomeridiano

