

## Il mondo UISP aderisce a M'illumino di meno 2022

**Pubblicato:** Mercoledì 9 Marzo 2022



**NOTIZIARIO UISP** del 9 marzo 2022

### **L'INIZIATIVA – M'illumino di meno: non sprecare è gesto di pace**

Uisp nazionale aderisce all'iniziativa di Rai Radio 2 "M'illumino di meno", quest'anno in programma **venerdì 11 marzo**. Una campagna radiofonica ormai storica, dedicata al risparmio energetico e agli stili di vita sostenibili, lanciata dalla **trasmissione Caterpillar e Rai Radio2 nel 2005** e giunta quest'anno alla sua diciottesima edizione, quella simbolicamente della maturità.

E nell'edizione "della maggiore età", la campagna mette **al centro il ruolo propositivo e trasformativo della bicicletta e delle piante**, perché entrambe hanno dimostrato di poter concretamente migliorare l'esistente. **L'invito** di quest'anno, oltre agli spegnimenti simbolici quanto mai necessari nei mesi dell'aumento dei prezzi dell'energia, è a **pedalare, rinverdire e in generale migliorare i propri stili di vita sprecando meno** risorse. Oggi più che mai rompere la dipendenza dal gas e investire sulle rinnovabili è un gesto di pace.

Uisp aderisce **all'invito di Caterpillar e a quello di Asvis** e invita Comitati e Settori di attività Uisp a prendere parte a questa campagna di sensibilizzazione con le proprie iniziative, segnalando al form della Rai.

L'edizione 2022 di M'illumino di meno prevede l'adesione di due "mentori": **l'ultraciclista Paola Gianotti** e il **neurobiologo vegetale Stefano Mancuso**. La prima in quanto testimonial attiva della bici

e il secondo quale promotore delle piante come strumenti “gentili” per compiere la transizione ecologica. Da una parte, la **mobilità sostenibile con la bicicletta**, che ne è simbolo, ha un effetto immediato sulla riduzione dell’inquinamento dovuto ai carburanti fossili; dall’altra, le piante sono i più efficaci **“ripulitori di aria”** che abbiamo a disposizione – nonché i più belli.

### **VARESE – Ciac: tornano i corsi per Operatore ed Educatore Cinofilo**

Torna la formazione della **Cinofilia Uisp**: a maggio 2022, come ogni anno, inizia una nuova edizione del **corso per Operatore ed Educatore Cinofilo con l’asd Ciac**, che ormai da un decennio è il punto di riferimento targato Uisp Varese per chi vuole fare della propria passione per “Fido” un vero e proprio mestiere.

Il punto di riferimento per Ciac asd è **Sabrina Brusa**, da qualche anno dirigente nazionale del settore Uisp Cinofilia. **Con l’asd di Daverio**, Sabrina e i suoi collaboratori hanno saputo creare una struttura di alto livello, con proposte professionalizzanti, ma anche diventare il punto di riferimento degli appassionati che vogliono vivere al meglio la relazione con il proprio migliore amico.

Ognuno dei **due livelli di qualifica** (Educatore Cinofilo è “un passo in più” rispetto al semplice Operatore) prevede **lezioni teorico pratiche e almeno 50 ore di tirocinio gratuito**, che consentiranno allo studente di assistere a vere lezioni al campo, sotto la supervisione di educatori e istruttori. Info ed iscrizioni a [formazione.equestriecinofile@uisp.it](mailto:formazione.equestriecinofile@uisp.it).

### **ARTI MARZIALI – Karate Donna: lezioni gratuite con CSK a Busto**

Torna “Karate Donna”, **l’iniziativa di CSK Busto Arsizio** dedicata alle donne in occasione della loro Giornata Internazionale, l’8 del mese. Quest’anno, nella palestra di Sacconago che ospita la storica Asd Uisp **dal 14 al 30 marzo sarà possibile per donne e ragazze frequentare gratuitamente corsi di Difesa Personale** (dalle 20 alle 21 ogni mercoledì) e di Fit Defence lunedì e mercoledì dalle 12.15 alle 12.45, abbinabile al corso di work out fino alle 13.15. È obbligatoria l’iscrizione, chiamando il 338 7335061.

**SPECIALE UISP** – Tutti gli articoli su VareseNews

di A cura di Uisp Varese