



---

**CHECKLIST**  
**per realizzare la tua scheda di consigli per**  
**l'efficientamento energetico**

- ✓ Analizza le risposte fornite dalle famiglie che hai intervistato ed elabora dei consigli personalizzati sulla base dei dati a tua disposizione.
- ✓ Elabora dei consigli chiari in modo che possano essere facilmente ricordati.
- ✓ Non essere generico: un consiglio concreto e preciso è più efficace!
- ✓ Programma poche azioni: instaurare delle nuove abitudini è faticoso, meglio concentrarsi su alcuni obiettivi specifici, almeno all'inizio.
- ✓ Puoi incrementare l'efficacia del tuo "TO DO", accompagnando il testo con delle immagini che rappresentino le azioni da compiere o con dei colori ad esse associati.
- ✓ Rendi esplicito l'obiettivo di ciascuna azione, in modo che le famiglie siano motivate a seguire i tuoi consigli.
- ✓ Segmenta i compiti: in questo modo le azioni saranno meno impegnative e sarà più semplice conseguire l'obiettivo che hai stabilito.
- ✓ Il concetto di abitudine e la costanza sono fondamentali: i tuoi consigli potrebbero essere appesi sul frigorifero o diventare un elemento decorativo, in modo che la famiglia possa ricordarsi le tue buone norme quotidianamente.
- ✓ Potresti consigliare alle famiglie di personalizzare ulteriormente la tua lista di consigli: in questo modo saranno ulteriormente coinvolti nel loro percorso quotidiano e sarà più semplice costruire una routine!