


# VADEMECUM – PARTECIPA ALLA CAMPAGNA M'ILLUMINO DI MENO 2025!

 **Racconta la storia del tuo abito con un valore affettivo!**

 **Dove inviare il video:** [europedirectromagna@comune.ra.it](mailto:europedirectromagna@comune.ra.it)

## **Cos'è M'illumino di Meno?**

M'illumino di Meno è la **Giornata Nazionale del Risparmio Energetico e degli Stili di Vita Sostenibili**, promossa da **RAI Radio 2** e celebrata in tutta Italia. L'edizione 2025 è dedicata **allo spreco energetico nel settore della moda e del fast fashion**, per promuovere alternative più sostenibili come il **riuso, il second-hand e il valore affettivo dei capi d'abbigliamento**.

Il **Comune di Ravenna**, in collaborazione con il **Centro Europe Direct della Romagna** e il **CEAS (Centro di Educazione alla Sostenibilità)**, organizza una serie di eventi e iniziative per sensibilizzare la cittadinanza su questi temi.

Una delle attività principali è la **raccolta di brevi video in cui racconti la storia di un tuo capo di abbigliamento con un valore affettivo**.  

 **Il tuo video sarà pubblicato sui canali ufficiali del progetto, sul sito del Comune di Ravenna e verrà proiettato in piazza il 16 febbraio!**  

 **In questo vademecum troverai tutte le indicazioni per registrare il tuo video.**

## **1. COSA FARE?**

Registrare un **video breve (10-20 secondi)** in cui:

**Indossi un abito che ha un valore affettivo** per te (es. tramandato da nonni, genitori, zii).

**Racconti in poche parole la storia del tuo abito:**

- Da chi l'hai ricevuto?
- Perché è speciale per te?
- Perché hai deciso di conservarlo e usarlo ancora oggi?

### **Obiettivo:**


Il tuo video verrà **pubblicato sui canali social del Centro Europe Direct della Romagna**, nella sezione Europe Direct della Romagna del **sito del Comune di Ravenna** e sarà **proiettato in piazza (16 febbraio 2025)**.

## **2. COME REGISTRARE IL VIDEO?**

 **DURATA:** Minimo **10 secondi**, massimo **20 secondi**.


 **INQUADRATURA:** **Rigorosamente in verticale** (9:16, come per Instagram Reels e TikTok).

 **AUDIO:** Parla a voce alta e chiara. Evita rumori di sottofondo.

 **LUCE:** Registra in un posto ben illuminato (**luce naturale o luce diffusa**). La **fonte di luce deve stare dietro il telefono**, e il telefono **non deve adombrare il soggetto** del video.

 **TONO:** Sii spontaneo/a e naturale!

 **SUGGERIMENTO** – Per una transizione più fluida tra i video:

 **Inizia il video tenendo il capo/accessorio davanti all'obiettivo per qualche secondo e poi allontanalo lentamente fino a scoprire il tuo volto.**

 **A questo punto, parla e racconta la storia del tuo abito/accessorio. Se preferisci, puoi prima indossarlo e poi parlare.**

 **Alla fine del video, fai il movimento inverso: avvicina nuovamente l'accessorio all'obiettivo fino a coprirlo completamente.**

 **Non preoccuparti della velocità del movimento: potremo velocizzarlo in fase di montaggio!**

### **3. MODALITÀ DI INVIO**

 Dove inviare il video?


 Invia il video via email a [europedirectromagna@comune.ra.it](mailto:europedirectromagna@comune.ra.it)

 **IMPORTANTE:** Per motivi di privacy, il video potrà essere utilizzato solo se compili il modulo di autorizzazione che trovi qui:

<https://ec.europa.eu/eusurvey/runner/milluminodimeno2025>

### **4. DOMANDE?**

Se hai dubbi, scrivici a [europedirectromagna@comune.ra.it](mailto:europedirectromagna@comune.ra.it) 

 Grazie per il tuo contributo! Non vediamo l'ora di vedere il tuo video e condividere la tua storia!

# #milluminodimeno