

Care for Creation 2020 Lenten Calendar * Created by St. Francis Xavier Environment Ministry

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
DOMINGO DE SUSTENTO	LUNES SIN CARNE	MARTES DE ENERGIA	MIERCOLES DE SABIDURIA	JUEVES DE HABITOS NUEVOS	VIERNES DE PESCADO	SABADO DE SOSTENABILIDAD
<p>23 Febrero Esperamos que las citas de cada domingo del Cántico de la Creación de San Francisco de Asís inspiren un aprecio más profunda de la creación de Dios.</p> 	<p>24 La Cuaresma es un tiempo para vivir más sencillamente y con alegría a medida que nos acercamos más a nuestro Dios Creador. Unámonos nuestras acciones diarias de cuaresma al sacrificio de Jesús en la cruz.</p>	<p>25 Este cuaresma, haz una Ayuna de Carbon. Reflexione sobre el impacto de los gases invernaderos producidos por nuestras actividades diarias. Trate de reducir tu huella de carbono de la electricidad, la calefacción, y el transporte... y haz cosas que recarguen sus energías espirituales.</p>	<p>26 Miercoles de Ceniza "Hay una nobleza en el deber de cuidar la creación a través de pequeñas acciones diarias." Papa Francisco, <i>Laudato Si'</i></p> 	<p>27 Las bolsas plásticas dañan a nuestras aguas y ensucian las calles. Usa bolsas reutilizables. En Nueva York las bolsas plásticas van a ser prohibidas desde 1 de Marzo. ¿No vives en NY? Abogar por una prohibición de bolsas plásticas en su lugar de residencia.</p>	<p>28 Desafíate a ti mismo para reducir tu huella de carbón. Google "calculadora de huella de carbono". Se consciente de tus patrones de consumo, tomando nota de lo que en tu estilo de vida crea más gases de efecto invernadero. El menú de hoy: pescado.</p>	<p>29 Compra productos producidos localmente en los Green Markets. Es la temporada de alcachofas, espárragos, zanahorias, espinacas y champiñones. Así le ayudas reducir los gases de efecto invernadero causado por el transporte de productos desde lejos.</p>
<p>1 March "Que seas alabado, mi Señor, por la hermana luna y las estrellas: claras, preciosas y encantadoras se forman en el cielo." Que <i>Laudato Si'</i>, la encíclica del Papa Francisco sobre el cuidado de la creación, sea tu estrella guía esta Cuaresma.</p>	<p>2 Considere seguir la práctica de "Lunes Sin Carne" y hazlo una parte regular de tu vida. Para obtener inspiración e ideas prácticas, visite www.meatlessmonday.com</p>	<p>3 Realice una Auditoría Energética en tu hogar. Cambia las bombillas incandescentes y fluorescentes por LED de bajo consumo. Para reciclar fluorescentes cargados con mercurio, consulta www.earth911.com</p>	<p>4 "El mundo está cargado de la grandeza de Dios." Gerard Manley Hopkins</p>	<p>5 Las botellas de plástico son un flagelo en el planeta. El agua embotellada no es monitoreada por el gobierno; sólo el 12% de las botellas plásticas se reciclan. Compra y usa una botella reutilizable.</p>	<p>6 Ve tus huellas en la tierra y tus patrones de consumo desde una perspectiva espiritual. Utilice el Examen Ecológico Ignaciano, que se encuentra en el internet en diferentes formatos: ecologicalexamen.org</p>	<p>7 Rescate de Refrigerador. ¿Tirar comida? Intente comprar sólo lo que va a utilizar. No tires esas tapas de puerro, verduras de remolacha o tallos de setas. Lavar, congelar, y añadirlos al caldo para la sopa.</p>
<p>8 "Que seas alabado, mi Señor, con todas tus criaturas, en especial hermano sol a través de quien alimentes el día para nosotros." ¡El hermano sol provea energía renovable! Explorar la energía solar para tu hogar.</p>	<p>9 Un Lunes Sin Carne ayuda a tu corazón y al clima; también reduce la deforestación y el gas metano que resultan de la cría de ganado. Ver meatlessmonday.com</p>	<p>10 En las ciudades, muchos de los gases de efecto invernadero provienen de edificios. Podemos evitar esto con nuestro termostato - bajarlo en invierno y elevarlo en el a/c en el verano.</p>	<p>11 "... el discurso más reconfortante del mundo es la charla que la lluvia hace por sí misma." Thomas Merton</p>	<p>12 ¿Necesita otra razón para evitar el agua embotellada? Algunas empresas de agua están tratando de hacerse cargo de los suministros comunitarios de agua en detrimento de los que viven allí.</p>	<p>13 El compostaje reduce la basura destinada a los vertederos. Si no tiene recolección de compost, lleve sus restos de comida a un mercado verde o un sitio en la lista de: grownyc.org/compost.</p>	<p>14 Lleve a los niños a la biblioteca para leer un libro de temática ambiental. Si tu biblioteca no tiene un buen inventario de ellos, pídeles que compren algunos.</p> 
<p>15 "Alabado, mi Señor, por el hermano viento y el aire y las nubes, los cielos despejados y todos los climas por los cuales das sustento a tus criaturas". Con el cambio de clima global, hay más huracanes e inundaciones.</p>	<p>16 ¿Vas a cocinar pescado en lugar de carne esta noche? Echa un vistazo a la información sobre la sostenibilidad de las diferentes especies de pescados o mariscos en seafoodwatch.org</p>	<p>17 CAMBIAR! Reduce drásticamente su huella de carbono con un cambio de la fuente de su electricidad. Los inquilinos y propietarios pueden pedir a Con Ed o otra compañía local entregarte energía del viento o sol. Cambiarla!</p>	<p>18 "Mi trabajo es amar al mundo. Aquí los girasoles, allí el pájaro zumbido - buscadores iguales de dulzura." Mary Oliver</p> 	<p>19 Agradezca que el Estado de Nueva York se haya comprometido a cumplir los objetivos del Acuerdo de París. Es un gran paso para el futuro de nuestros hijos. Sigamos abogando por políticas que reduzcan emisiones invernaderos.</p>	<p>20 Para los desafíos más difíciles de nuestras vidas, por ej. vuelos, podemos comprar créditos de carbono para apoyar proyectos de reducción de CO2. Ve nrdc.org/stories/should-you-buy-carbon-offsets.</p>	<p>21 A través del arte, ver la belleza de la creación con una visita a la Sociedad Histórica de NY y su Colección Audubon de aves y los paisajes serenos de la Escuela del Río Hudson. O siéntate en un parque y escucha a los pájaros.</p>