

Meilleures pratiques individuelles/groupes liées à l'écologie en français (traduit avec Google Translate)

Voici quelques idées de bonnes pratiques individuelles/de groupe liées à l'écologie qui auront un impact positif sur l'ensemble de la création. Nous aimerions exprimer notre profonde gratitude à Mary Stephens de la région centrale du CLC Canada pour l'idée de ce bulletin. Nous espérons que vous trouverez la liste utile:

S'engager dans la prière pour la création

Demandez au Seigneur de faire de nous des artisans de paix et aux dirigeants du monde de donner la priorité à la prise en charge de notre maison commune afin que nous puissions restaurer nos écosystèmes endommagés et prendre soin des espèces les plus vulnérables parmi nous. Priez pour la création la plus touchée par la crise climatique en ce moment.

Passez du temps dans la nature.

Passez du temps à méditer dans la nature, en remerciant Dieu pour la beauté qui vous entoure. Pratiquez la marche méditative ou la mise à la terre (marcher pieds nus)

Plantez des arbres.

Rassemblez les gens pour planter des arbres ou plantez des arbres dans votre cour. Passez du temps avec les arbres en utilisant la contemplation du Jour de la Terre par le Cercle des Aînés de CLC Canada.

Faites ce qui est en votre pouvoir pour aider à conserver les forêts tropicales et toutes les forêts.

Soutenez ceux qui vivent dans les forêts du monde entier et qui luttent pour sauver les forêts, en particulier les peuples autochtones. Soutenez les efforts qui luttent contre la déforestation en ne consommant pas les produits qui la provoquent. Par exemple : d'où viennent votre papier toilette ou vos Kleenex? Signez des pétitions, écrivez des lettres au gouvernement pour défendre la forêt tropicale et toutes les forêts.

Réduisez votre consommation de papier.

Prenez soin des forêts en recyclant un maximum de papier et en imprimant uniquement le nécessaire. Optez pour des factures, relevés, etc. sans papier. Payez vos factures par voie électronique.

Achetez des produits frais sur votre marché local.

En achetant des aliments frais et de saison, vous pouvez manger plus sainement et éviter les plastiques et les additifs. Si vous achetez des aliments locaux, vous éviterez un transport et un emballage coûteux et polluants, et vous contribuerez également à soutenir votre communauté locale.

Cultivez vos propres légumes de manière biologique, si vous le pouvez.

Fabriquez et utilisez du compost plutôt que de jeter à la poubelle tout ce qui peut être jeté dans un tas de compost. Évitez d'utiliser de la mousse de tourbe pour les plantes. Peut et conserve votre propre nourriture. Évitez le gaspillage alimentaire.

Plantez uniquement des plantes indigènes communes à votre région.

Envisagez un espace naturel dans votre cour plutôt que du gazon. Ne ratissez pas les feuilles à l'automne.

Évitez l'utilisation de pesticides et d'engrais commerciaux.

Ceux-ci sont très nocifs pour une grande partie de la nature.

Ne gaspillez pas l'eau.

Fermez le robinet pour éviter de laisser couler l'eau, prenez des douches plus courtes, n'utilisez que ce dont vous avez besoin, installez des réducteurs de débit. Ne prenez pas pour acquis l'eau dont vous disposez.

Utilisez des produits écologiques et biodégradables pour tous les produits d'entretien ménager et de soins personnels.

De nombreux produits peuvent être fabriqués à la maison avec des éléments écologiques.

<https://davidsuzuki.org/living-green/environmentally-friendly-ingredients-for-diy-cleaning-recipes/>

Réduisez l'utilisation et les déchets de plastique.

Utilisez des contenants réutilisables plutôt que du film plastique. Utilisez des sacs à provisions réutilisables pour tous vos achats. Évitez les articles trop emballés. N'achetez pas d'eau en bouteille si vous avez le choix. Utilisez plutôt un récipient d'eau réutilisable. Installez un filtre en microfibre réutilisable sur votre machine à laver pour récupérer les microplastiques. <https://planetcare.org/en-int>

Achetez uniquement ce dont vous avez besoin.

Achetez des vêtements d'occasion plutôt que neufs. Existe-t-il le choix d'acheter des matériaux plus naturels? Votre vêtement est-il réparable? Soyez un consommateur conscient. Ce que vous achetez affecte-t-il l'environnement?

Si vous possédez un véhicule à essence, envisagez d'utiliser d'autres moyens de transport.

Covoiturer, prendre le bus, faire du vélo, marcher. Si vous devez utiliser une voiture, gardez-la au même endroit et marchez là où vous devez aller. Planifiez à l'avance afin de ne faire qu'un seul déplacement plutôt que plusieurs déplacements.

Achetez un véhicule électrique.

Faites des recherches avant de l'acheter en raison du lithium et du cobalt contenus dans les batteries. D'où vient le cobalt? Le travail des enfants a-t-il été utilisé? Qu'en est-il du lithium: comment est-il extrait? Qu'arrive-t-il à la batterie lorsqu'elle ne fonctionne plus?

Réduisez la consommation d'électricité dans votre maison.

Débranchez les appareils électriques lorsqu'ils ne sont pas utilisés. De même, éteignez les lumières dont vous n'avez pas besoin. Utilisez des ampoules LED. Ne faites fonctionner le lave-linge et le lave-vaisselle que lorsque vous avez une charge complète. Accrochez les vêtements sur une corde à linge plutôt que d'utiliser une sècheuse. Achetez des appareils économes en énergie.

Explorez la possibilité d'utiliser des sources d'énergie renouvelables pour votre maison.

Par exemple: des panneaux solaires, une pompe à chaleur.

Lorsque vous planifiez un voyage en avion, envisagez d'autres moyens.

Pour les réunions, envisagez de vous réunir virtuellement. Est-il possible de prendre un train? Le voyage en avion est-il nécessaire? Si vous devez prendre l'avion et qu'il y a plusieurs vols, existe-t-il d'autres options? Prendre un vol aller-retour long-courrier de moins peut réduire votre empreinte carbone jusqu'à près de 2 tonnes d'équivalent CO₂.

Discernez en rejoignant le mouvement Laudato Si. <https://laudatosimovement.org/>

Et regardez le film «La Lettre» si vous ne l'avez pas déjà fait.

<https://www.youtube.com/watch?v=Rps9bs85BII>

Prenez le temps de lire Laudato Si et/ou Laudate Deum du pape François.

Ils sont très inspirants.

https://www.vatican.va/content/francesco/en/encyclicals/documents/papa-francesco_20150524_enciclica-laudato-si.html

https://www.vatican.va/content/francesco/en/apost_exhortations/documents/20231004-laudate-deum.html

Engagez-vous et partagez les meilleures pratiques avec les autres dans votre foyer, votre communauté, votre église, votre lieu de travail, etc.

Parlez aux autres de la nécessité pour nous tous de faire notre part pour la Terre Mère. Nos actions cumulées auront un impact positif.

Pensez à demander à votre diocèse ou institution de se désengager des combustibles fossiles.

Autres sites Web utilisés pour ce Bulletin:

<https://www.un.org/en/actnow/ten-actions>

<https://www.skeparchy.org/wordpress/earth-day-2022-52-ways-to-care-for-creation-laudato-si-movement/>

Document « Donner vie à Laudato Si » de LSM Philippines

AMDG

Offert par Susan Rodgers, CLC Région du Centre; Bobby Gothong, CLC Région des Rocheuses; Sharon Baker, CLC Région des Prairies

N'hésitez pas à nous contacter à l'adresse e-mail suivante si vous avez des idées à proposer, des questions ou des commentaires:

clcecolgyteam@gmail.com