

<p>1. Reflexiona en tus esfuerzos presentes para cuidar la creación</p>	<p>2. Toca la Tierra con alegría</p>	<p>3. Ora por aquellos lugares que trasladan a las personas debido al cambio climático: Kiribati, Vunidogoloa, Taro, Shishmaref, Isla de Jean Charles</p>	<p>4. Pasa tiempo en silencio</p>	<p>5. Sal a caminar, consciente del clima</p>	<p>6. Crea un lugar verde en tu casa</p>	<p>7. Sabe tú que vivir es una bendición</p>
<p>8. Camina en el parque</p>	<p>9. Haz todos los días el Día de la Tierra</p>	<p>10. Mira hacia abajo, mira alrededor, mira hacia arriba</p>	<p>11. ¡Muestra vida hoy!</p>	<p>12. Disfruta este momento</p>	<p>13. Ora por las personas que trabajan por transformar vidas mediante el acceso al agua potable, la higiene y el saneamiento</p>	<p>14. Sonríele al paisaje</p>
<p>15. Sabe tú que toda la vida es sagrada</p>	<p>16. Sé consciente del agua que usas</p>	<p>17. Observa el amanecer y el atardecer</p>	<p>18. Aprende un poema o una canción sobre el tema de la creación</p>	<p>19. Lleva flores a un anciano o anciana</p>	<p>20. Sal y mira las estrellas</p>	<p>21. Disfruta los eventos inesperados de hoy</p>
<p>22. Escribe una tarjeta de agradecimiento</p>	<p>23. Ora por las personas que son víctimas y sobrevivientes de eventos climáticos extremos</p>	<p>24. Sé una bendición para alguien hoy</p>	<p>25. Considera cinco bendiciones en tu vida</p>	<p>26. Goza del regalo de tu vida</p>	<p>27. Compra menos de lo que necesitas</p>	<p>28. Únete a una organización favorable al medioambiente</p>
<p>29. Lee un artículo que aborda las preocupaciones ambientales</p>	<p>30. Firma una petición o escribe una carta o comparte con otra persona tu preocupación por la creación</p>	<p>1. Agradece por toda la creación</p>	<p>2. Opta hoy por caminar en vez de conducir</p>	<p>3. Ten un día de descanso de dispositivos digitales</p>	<p>4. Analiza las acciones que has tomado durante esta Temporada y comprométete a vivir de manera sencilla, sustentable y en solidaridad con nuestra Tierra y la Comunidad Tierra</p>	

«Cada ser humano es imagen de Dios... cada criatura tiene su propio propósito. Ninguna es superflua. Todo el universo material es lenguaje del amor de Dios, de su desmesurado cariño por nosotras/os. El suelo, el agua, las montañas: todo es caricia de Dios... El universo entero y todas sus múltiples relaciones, muestran las inagotables riquezas de Dios». *Laudato Si'* #84, #86

Necesitamos retomar una antigua enseñanza...la convicción que «menos es más... un retorno a la sencillez que nos permite detenernos y valorar las cosas pequeñas, agradecer por las posibilidades que nos da la vida, desprendernos de lo que poseemos y no sucumbir a la tristeza por lo que no tenemos...». *Laudato Si'* #222