

# 4.º ENCONTRO DA FAMÍLIA PAROQUIAL

Cidade de Deus e dos Homens

24 de fevereiro | 21h30



**Abraça o presente da Páscoa:**  
É Cristo vivo. *Agarrado a Ele, viverás.*

Proposta Pastoral da Quaresma à Páscoa 2023 | Diocese do Porto



CONVIVER

TRABALHAR

ORAR

# *Comunidade de Canidelo*



***É A HUMANIDADE QUE PRECISA DE MUDAR***

*26 de Fevereiro de 2023*



- 1. Novo estilo de vida**
- 2. *Educar para aliança entre humanidade e ambiente***
- 3. *Contemplação***
- 4. *Conversão ecológica***

## NOVO ESTILO DE VIDA : *a sobriedade feliz*



***Parar para saborear as pequenas coisas,***

***Agradecer as possibilidades que a vida oferece, sem nos apegarmos ao que temos,***

***nem entristecer por aquilo que não possuímos***

# NOVO ESTILO DE VIDA : *a sobriedade feliz*



***Parar para agradecer a Deus, antes e depois das refeições***

(LSi §227)

NOVO ESTILO DE VIDA : *o poder do consumidor*



***A obsessão por um estilo de vida consumista, sobretudo quando poucos têm possibilidades de o manter, só poderá provocar violência e destruição recíproca.***

(LSi §204, FT §36)

# NOVO ESTILO DE VIDA : *o poder do consumidor*



***Comprar é sempre um ato moral, para além de económico***

Papa Bento XVI. Caritas in veritate

# NOVO ESTILO DE VIDA : *o poder do consumidor*



Ex. : Vou ao supermercado e **decido não comprar** uma fruta pelo facto de não ser produzida em Portugal.

# NOVO ESTILO DE VIDA : o *desperdício alimentar*



***NO MUNDO:  
1/3 DOS ALIMENTOS SÃO DESPERDIÇADOS***

**NOVO ESTILO DE VIDA : o *desperdício alimentar***



***Na Europa :***

***88 milhões ton alimentos desaproveitados / ANO***

***(custo estimado = 143 mil milhões de euros)***

Fonte : <https://www.unidoscontraodesperdicio.pt/>

# NOVO ESTILO DE VIDA : o *desperdício alimentar*



***Em Portugal :***

***1 milhão ton alimentos vão para o lixo  
poderiam alimentar as 360 mil  
pessoas com carências alimentares***

Fonte : <https://www.unidoscontraodesperdicio.pt/>



## OS NÚMEROS DO DESPERDÍCIO ALIMENTAR FALAM POR SI...



**870 000 000**

PESSOAS FAMINTAS SERIAM ALIMENTADAS SE UM QUARTO DOS ALIMENTOS PERDIDOS OU DESPERDIÇADOS PUDESSE SER ECONOMIZADO.



**8%**

DOS GASES DE EFEITO ESTUFA QUE AQUECEM O PLANETA SÃO CAUSADOS PELO DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS.

**4 400 000**

DE TONELADAS DE CO<sub>2</sub> POR ANO, ERA O QUE SE ECONOMIZARIA A ELIMINAR O DESPERDÍCIO GLOBAL DE ALIMENTOS



**25%**

DA ÁGUA DOCE DO MUNDO É USADA PARA CULTIVAR ALIMENTOS QUE NUNCA SÃO CONSUMIDOS.



**1/3**

DOS ALIMENTOS DO MUNDO SÃO DESPERDIÇADOS

**88 000 000**

TONELADAS DE ALIMENTOS DESPERDIÇADOS NA EUROPA

**1 000 000**

TONELADAS DE ALIMENTOS DESPERDIÇADOS EM PORTUGAL

**3 700 000 000 000**

DE FRUTAS E LEGUMES SÃO DESPERDIÇADOS

## NOVO ESTILO DE VIDA : o *desperdício alimentar*



***Desde 2011, o Movimento Refood, nos seus 60 núcleos locais e pelas mãos de mais de 10.000 voluntários, já resgatou cerca de 5.000 toneladas de comida em perfeitas condições, para alimentar quem mais precisa.***

## NOVO ESTILO DE VIDA : o *desperdício alimentar*



***Em 2019, os 21 Bancos Alimentares foram responsáveis por evitar que cerca de 17.218 toneladas de alimentos fossem para o lixo, reaproveitando-os para alimentar mais de 320.000 pessoas ao longo de todo o ano.***

Fonte : <https://www.unidoscontraodesperdicio.pt/>



## **2. EDUCAR PARA A ALIANÇA ENTRE A HUMANIDADE E O AMBIENTE**

**(LSi §209 a 215)**

# Ampliar os objetivos da educação ambiental



**“...crítica dos «mitos» da modernidade (... ) recuperar os distintos níveis de equilíbrio ecológico:**

- o interior consigo mesmo**
- o solidário com os outros**
- o natural com todos os seres vivos**
- o espiritual com Deus" (LSi §210)**





## **Itinerários pedagógicos com ética ecológica:**

**↑ Solidariedade**

**↑ Responsabilidade**

**↑ Cuidado assente na  
compaixão**

# Cuidar da criação com pequenos gestos diários



1 EVITAR O USO DE MATERIAL PLÁSTICO E DE PAPEL



6 UTILIZAR TRANSPORTE PÚBLICO OU COMPARTILHAR UM MESMO VEÍCULO

2 REDUZIR O CONSUMO DE ÁGUA



7 PLANTAR ÁRVORES



3 SEPARAR OS RESÍDUOS



8 APAGAR AS LUZES DESNECESSÁRIAS



4 COZINHAR SÓ QUE O QUE SERÁ NECESSÁRIO



9 DAR GRAÇAS A DEUS ANTES E DEPOIS DAS REFEIÇÕES



5 TRATAR COM CUIDADO AOS DEMAIS SERES VIVOS



10 CALEFAÇÃO: AGASALHAR-SE MAIS E EVITAR LIGÁ-LA



# Transformação pessoal



**"É muito nobre assumir o dever de cuidar da criação com pequenas ações diárias, e é maravilhoso que a educação seja capaz de motivar para elas, até dar forma a um estilo de vida" (LSi §211)**

# Desafio Educativo



# Adquirir novos hábitos



A photograph of a classroom with students sitting at desks, facing a whiteboard. A yellow circle is overlaid in the top left corner.

ESCOLA

A photograph of a multi-generational family smiling together. A yellow circle is overlaid in the top right corner.

FAMÍLIA

A large orange circle with a blue border, containing the word 'EDUCAÇÃO' in blue capital letters.

EDUCAÇÃO

A collage of digital communication icons including a laptop, smartphone, tablet, and various symbols like a globe, mail, and social media icons. A yellow circle is overlaid in the top left corner.

MEIOS DE  
COMUNICAÇÃO

A photograph of a woman standing at the front of a classroom, gesturing towards a blackboard. A yellow circle is overlaid in the top right corner.

CATEQUESE



**"Na família, cultivam-se os primeiros hábitos de amor e cuidado da vida (...) A família é o lugar da formação integral"**  
(LSi §213)

# CONTEMPLAÇÃO

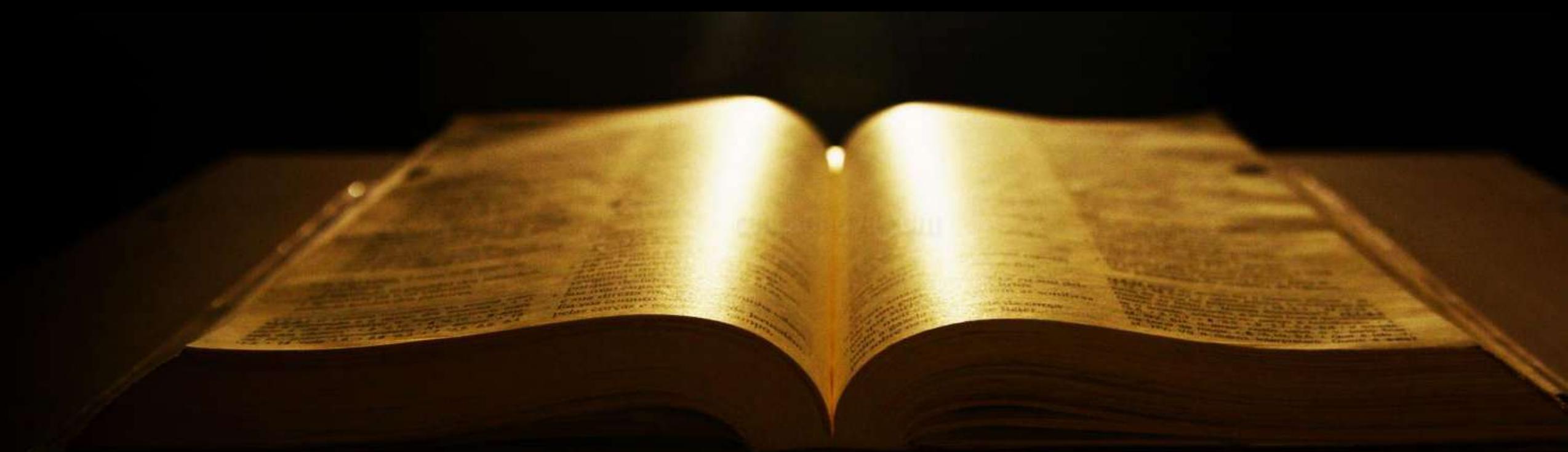


***Quem não sabe contemplar a natureza e a criação,  
não sabe contemplar as pessoas na sua riqueza.  
E quem vive para explorar a natureza,  
acaba por explorar as pessoas e tratá-las como escravas.***



# 4. CONVERSÃO ECOLÓGICA

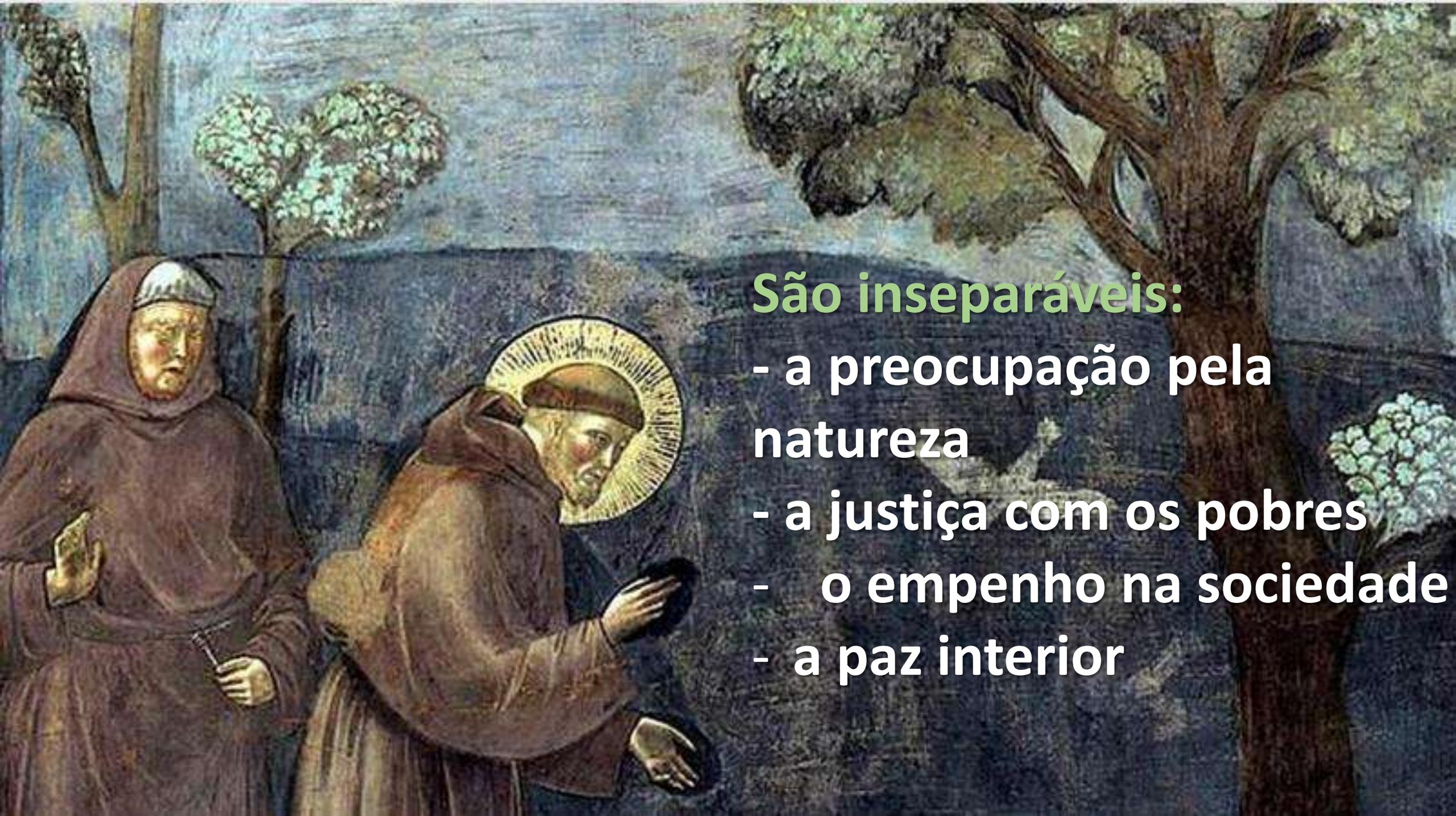
*(LSi 216 a 221)*



**“Não é possível empenhar-se em coisas grandes apenas com doutrinas, sem uma mística que nos anima, sem «uma moção interior que impele, motiva, encoraja e dá sentido à ação pessoal e comunitária»” (Lsi §216)**



**"...a crise ecológica é um apelo a uma profunda conversão interior. (...) Viver a vocação de **guardiões da obra de Deus** não é algo de opcional nem um aspecto secundário da experiência cristã, mas parte essencial duma existência virtuosa." (LSi §217)**



**São inseparáveis:**

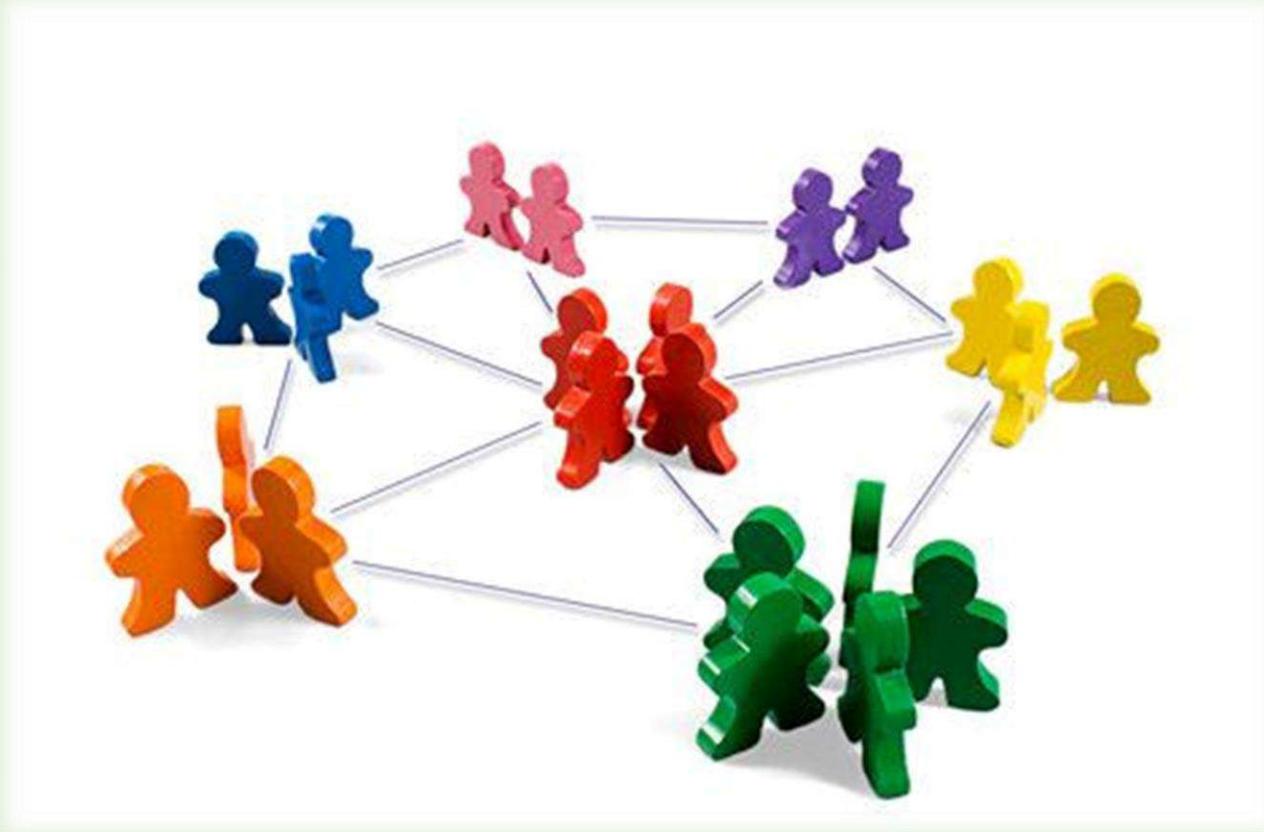
- a preocupação pela natureza
- a justiça com os pobres
- o empenho na sociedade
- a paz interior



## Conversão integral:

- reconhecer os próprios erros, pecados, vícios ou negligências
- arrepender-se de coração
- mudar a partir de dentro

(LSi §218)



**“A conversão ecológica, que se requer para criar um dinamismo de mudança duradoura, é também uma conversão comunitária.” (LSi §219)**

# Cuidar da Casa Comum

A Igreja ao serviço da Ecologia Integral



# 4.º ENCONTRO DA FAMÍLIA PAROQUIAL

Cidade de Deus e dos Homens

24 de fevereiro | 21h30



**Abraça o presente da Páscoa:**  
É Cristo vivo. *Agarrado a Ele, viverás.*

Proposta Pastoral da Quaresma à Páscoa 2023 | Diocese do Porto



CONVIVER

TRABALHAR

ORAR

- De que modo a Quaresma pode ser importante para a tua fé? Porquê?
- O que vou fazer nesta Quaresma para cuidar mais da minha prática de oração e para cultivar a renúncia e o jejum?
- Como posso cuidar melhor das vidas que me são confiadas?

# 4.º ENCONTRO DA FAMÍLIA PAROQUIAL

Cidade de Deus e dos Homens

24 de fevereiro | 21h30



**Abraça o presente da Páscoa:**  
É Cristo vivo. *Agarrado a Ele, viverás.*

Proposta Pastoral da Quaresma à Páscoa 2023 | Diocese do Porto



CONVIVER

TRABALHAR

ORAR

## Reconstruir a Tua Igreja

Ensina-nos, Senhor, o renascimento paciente, depois das duras desilusões que nos atingem.

Não nos deixes reféns do mal que ganha forma na nossa história e nos captura com mil amarras diversas, tantas dessas inegavelmente trágicas.

Ajuda-nos, nesta hora, a coragem de colocar no lugar do mal aquele bem que brota apenas da verdade e do perdão.

Ensina-nos, Senhor, a olhar com humildade o retrato que nos desgosta e a reconhecer como um caminho que deve ser percorrido o áspero cúmulo de ruínas.

Ensina-nos a colocar acima de tudo a integridade da vida de cada pessoa e a proteger de forma inequívoca os mais pequenos e frágeis.

Que consideremos essa proteção como um dos pilares que sustentam a espiritualidade e a façamos equivaler à mais perfeita expressão de tudo o que nos liga a Ti.

Ensina-nos a assumir com responsabilidade a lição das feridas profundas que tantos transportam e a não desviar a atenção daqueles que esperam da comunidade reconhecimento e justiça.

Não nos deixes ficar de braços caídos . Ensina-nos, Senhor,  
como o fizeste com o jovem Francisco de Assis,  
a reconstruir a Tua Igreja.

***Padre Tolentino Mendonça***

# 4.º ENCONTRO DA FAMÍLIA PAROQUIAL

Cidade de Deus e dos Homens

24 de fevereiro | 21h30



**Abraça o presente da Páscoa:**  
É Cristo vivo. **Agarrado a Ele, viverás.**

Proposta Pastoral da Quaresma à Páscoa 2023 | Diocese do Porto



CONVIVER

TRABALHAR

ORAR