



«Menos é mais», a aparente contradição deste conhecido ditado revela importantes conexões no planeta. As nossas ações têm impacto no todo: da mesma forma que o nosso consumo excessivo contribui para a crise climática, também podemos contribuir para mitigar as suas consequências através de ações que respeitem e protejam o clima.

No período compreendido entre a **quarta-feira de cinzas, 14 de fevereiro, e o domingo de Páscoa, 31 de março de 2024**, a justiça climática estará mais uma vez em destaque. As pessoas do Sul Global, que são as que mais sofrem com o aquecimento global, foram as que menos contribuíram para ela. Estamos comprometidos em combater esta injustiça, protegendo o clima e, dessa forma, também as pessoas contra o agravamento das catástrofes naturais.

O tempo está a esgotar-se: temos de nos unir, fortalecer e motivar mutuamente, em vez de nos queixarmos do que falta, do que é negativo e do que é impossível. Vamos aumentar as nossas ações positivas pelo ambiente («Handprint») a nível coletivo (ver verso), participando ativamente na proteção do clima com projetos e iniciativas coletivas. Só assim conseguiremos atingir ainda a meta de limitar o aquecimento global a 1,5 graus celsius. Ao agirmos em defesa do clima, reduzimos catástrofes como as secas ou as inundações, responsáveis pela fome e pelas condições de vida miseráveis de milhões de pessoas. «Cada contribuição conta» é o lema da Campanha Ecumênica deste ano: todos podemos fazer o bem e ser uma fonte de esperança.

O facto de «menos» consumo, stress e mobilidade se traduzir em «mais» bem-estar, ponderação e equidade é algo vivido há séculos, no período que antecede a Páscoa. Enriqueça a sua Quaresma de 2024 com ideias inspiradoras sobre o tema da campanha atual. **Encontra-as nos documentos da Campanha Ecumênica e na nossa nova página de campanha www.sehen-und-handeln.ch.**

Muito obrigado pelo seu apoio. Cada contribuição conta e todos os anos temos o prazer de ver quão variadas são as formas como se envolve na sua comunidade e apoia as pessoas nos nossos projetos.

O calendário quaresmal está agora também disponível em formato digital

Atualmente, não faltam desafios. Um dos maiores é a crise climática. Felizmente, porém, há muitas pessoas que estão a dar um bom exemplo. O [calendário quaresmal de 2024](#) oferece-lhe todos os dias novas inspirações sobre a forma como todos podemos contribuir para um mundo mais justo. Tal como anteriormente, utilize o guia da Quaresma em formato impresso para pendurar ou colocar em exposição.



Uma novidade: Subscriba online. Isto permite-lhe acompanhar o conteúdo no seu telemóvel ou computador de forma prática. Pode também integrar o calendário digital no seu site para que o maior número possível de pessoas tenha acesso à inspiração diária.





Ampliar as ações positivas pelo ambiente em conjunto

As ações individuais são importantes para a proteção climática. Mas não basta mudar o seu estilo de vida pessoal e reduzir a sua própria pegada ecológica. Precisamos de encontrar formas de permitir um comportamento sustentável para todos e de o tornar a norma: é aqui que entra em jogo o conceito «Handprint» conjunto, ou seja, de ações positivas pelo ambiente desenvolvidas em conjunto.

Já alguma vez calculou a sua própria pegada ecológica? É um abre-olhos que nos ajuda a perceber, a refletir e, em última análise, a mudar o nosso comportamento: menos viagens de avião, mais alimentos locais, menos *streaming*, mais reciclagem... No entanto, o resultado é muitas vezes frustrante: Mesmo quem tem cuidado ao fazer compras ou viajar na Suíça, continua a consumir os recursos de cerca de três planetas. Porém, só temos este. Os esforços individuais para levar um estilo de vida sustentável têm os seus limites: por vezes, as opções sustentáveis são complicadas, caras ou simplesmente ainda não estão disponíveis. Acresce o facto de, até agora, apenas uma parte da sociedade se esforçar ativamente por reduzir a sua pegada ecológica.

Se agirmos em conjunto, o comportamento sustentável pode tornar-se mais acessível e óbvio para todos. A reflexão e a ação coletivas podem ajudar-nos a mudar as condições de referência. Estas ações positivas pelo ambiente têm como objetivo promover uma vida sustentável não só a nível pessoal, mas também a nível coletivo e a longo prazo. Aumentar as ações positivas pelo ambiente é possível a muitos níveis: no bairro, no local de trabalho, na comunidade ou no clube.

No nosso site encontra ideias e ferramentas práticas para atividades relacionadas com o «handprint».

<https://sehen-und-handeln.ch/handabdruck>

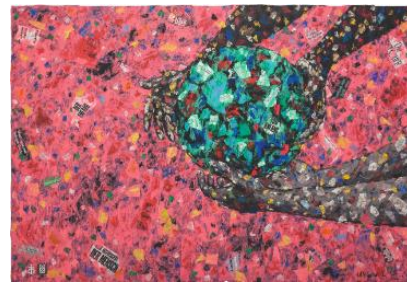
Workshop sobre o tema

Fique a conhecer as ações positivas pelo ambiente de uma forma divertida e interativa. Receberá sugestões e exemplos para, em conjunto, aumentarmos o seu peso. O workshop serve para informar e motivar grupos e comunidades que queiram dar os primeiros passos e tornar-se ativos. Descubra as possibilidades ao seu alcance para uma maior justiça climática:

Duração: 90 minutos ou segundo o acordado

Pedidos: Matthias Dörnenburg, doernenburg@fastenaktion.ch

O novo livro de meditação sobre o véu quaresmal



O véu quaresmal 2023/2024 «O que é sagrado para nós?» por Emeka Udemba © MISEREOR.

Extrato das [Meditações](#) de 2024 «Nada é demasiado pouco» (*nichts ist zu wenig*) para a Quaresma

no todo e em conjunto
estamos ligados no todo e em conjunto;
mas olhemos mais de perto para o conjunto;
coloquemos o todo no nosso seio;
tão profundamente no nosso coração que possamos sentir lágrimas de desconhecidos a brotar nos nossos olhos;
imagina só;
lágrimas das pessoas que estão algures e são sempre o nosso próximo

A autora **Ruth Näf Bernhard** vive em Winterthur. Trabalhou como educadora terapeuta e profissional de terapia de casal e familiar antes de estudar teologia. Trabalhou como pastora até à sua reforma (aposentadoria). Desde então, tem estado envolvida em voluntariado. Tem vários volumes de poesia publicados.

Jetzt mit TWINT spenden!

QR-Code mit der TWINT App scannen
Betrag und Spende bestätigen



Outras opções de pagamento:

Conta postal 60-19191-7 ou IBAN: CH16 0900 0000 6001 9191 7



Fastenaktion
Action de Carême
Azione Quaresimale