

sono il 40% in peso e il 60 % in volume dei rifiuti totali prodotti. Il nostro piccolo contributo può diventare un grande passo per il miglioramento dell'ambiente.

→ **Cercare di comperare prodotti di stagione utilizzando la filiera corta:** mangiare frutta o verdura di stagione non solo è più salutare, ma evita lo spostamento di merce che non può essere prodotta nel nostro territorio in questo periodo dell'anno, riduce lo sfruttamento intensivo dei terreni e sviluppa la produzione locale dei prodotti tipici.

→ **Cercare uno stile dietetico mediterraneo:** ridurre l'uso delle carni rosse non è solo un saggio cammino di ascesi o una salutare abitudine, ma comporta una grande riduzione dell'inquinamento e dello spreco delle acque potabili. La produzione di un kg di carne comporta il consumo di circa 17.000 litri d'acqua.

→ **Camminare a piedi:** usare la macchina solo per necessità reali.

→ **Riscoprire la cucina e i dolci fatti in casa:** è coerente alla filiera corta, comporta un risparmio economico, evita la produzione di conservanti chimici, diminuisce i trasporti presso le grandi e piccole reti di distribuzione.

Viviamo nella testimonianza:

- *La rottamazione del cellulare.* In parrocchia abbiamo chiesto di collaborare con i padri gesuiti aderendo all'associazione Magis – Movimento ed Azione dei Gesuiti Italiani per lo Sviluppo. Si chiede semplicemente di stare attenti nel cestinare il nostro telefono cellulare non più utilizzato, depositandolo nell'apposito contenitore della Magis presente nelle nostre parrocchie (*presso l'Ufficio Salvaguardia del Creato sono a disposizione contenitori di cartone per le necessità parrocchiali*).

QUARESIMA 2010

X una vita + sobria

Arcidiocesi di
Sant'Angelo dei Lombardi - Conza - Nusco - Bisaccia

Ufficio diocesano per la Salvaguardia del Creato

Il tempo di Quaresima, tempo di meditazione, ci offre l'opportunità di riprendere tra le mani le scelte di vita che negli ultimi due anni abbiamo intrapreso come Chiesa Locale insieme al nostro Arcivescovo. La nostra Comunità diocesana è impegnata su più fronti per essere testimone e custode del creato.

Ecco che il tempo quaresimale ci permette di confrontarci sul cammino iniziato, divenendo sempre più Battezzati che si impegnano nel proprio piccolo ad essere cittadini attivi del proprio tempo; testimoniando quanto la Chiesa Italiana oggi vive alla luce dell'ultimo messaggio di Benedetto XVI per la giornata della Pace: "Se vuoi costruire la Pace, custodisci il creato".

Questo messaggio ci aiuta nel tempo di preparazione alla Santa Pasqua, a confrontarci con quanto abbiamo scelto e avviato.

Abbiamo avuto modo di vivere:

- *I Convegni diocesani del Settembre 2008 e 2009 presso l'Altopiano del Laceno con una maggiore attenzione all'ambiente. Per compensare le emissioni di gas-serra prodotte dai partecipanti, si è provveduto alla piantumazione di alberi nel luogo che ha ospitato il convegno e nella provincia di Napoli, mediante la società **Azzeroco2**; l'equipe del convegno ha scelto di usare materiale di cancelleria ecologico.*
- *La paventata decisione di impiantare una mega discarica nel territorio diocesano. Come Comunità cristiana abbiamo vissuto insieme i momenti molto forti e concitati, ponendoci in ascolto della Parola e testimoniando insieme la Speranza in piena comunione con la Chiesa Campana, che ancora oggi vive il grave problema dello smaltimento dei rifiuti.*

Abbiamo avuto modo di conoscere bene:

- *Il tema dei rifiuti e del suo smaltimento. Nella giornata pro-episcopo del 4 Ottobre 2008 ci siamo incontrati con un responsabile di Legambiente Campania, per approfondire il discorso, guardando insieme il film-documentario "**Biutiful Cauntri**" (presso l'Ufficio Salvaguardia del Creato sono a disposizione copie del film-documentario per le attività parrocchiali).*
- *Durante il primo incontro aperto del 2009, curato dall'Ufficio Catechistico il 19 gennaio, ci siamo confrontati con don Domenico Francavilla Direttore della Caritas della diocesi di Andria ed abbiamo*

visto insieme il film-documentario "**Un altro stile di vita**" preparato dall'Ufficio per le Comunicazioni Sociali della nostra diocesi (presso l'Ufficio Salvaguardia del Creato sono a disposizione copie del film-documentario da usare nelle attività parrocchiali)

Abbiamo avuto modo di scegliere il testimoniare:

- *Il Digiuno Ecologico. Nel cammino quaresimale del 2009 abbiamo suggerito delle regole semplici, contribuendo così a ridurre gli imballaggi di plastica per il confezionamento dei diversi prodotti di uso quotidiano e nei festeggiamenti. Volendo vivere come Comunità una coerenza cristiana di vita (Convegno diocesano settembre 2009) si è proposta una riflessione comunitaria sulle scelte fatte come Chiesa Locale. Le proposte del Digiuno Ecologico sono sempre valide, e sono:*

per i ragazzi

→ **Digiuno dalle acque minerali:** un litro di acqua imbottigliata costa 100 volte in più rispetto a quella di rubinetto. Rinunciare all'acquisto di acqua imbottigliata comporta un minore utilizzo della plastica e un conseguente minore inquinamento. Contribuiamo, inoltre, a una sostanziosa riduzione dei gas serra dovuti al trasporto delle bottiglie.

→ **Le ecofeste:** in occasione di compleanni e onomastici si consiglia di evitare l'utilizzo di piatti, posate e bicchieri di plastica, per diminuire la produzione di rifiuti non riciclabili. In alternativa potrebbero essere utilizzate stoviglie in materiale biodegradabile o stoviglie riutilizzabili.

→ **La merenda:** digiuno dalle merendine comprate. Preparare la merenda in casa per evitare imballaggi e relativi trasporti delle merci.

→ **Attenzione al rubinetto:** cercare di chiuderlo quando ci laviamo i denti. Preferire la doccia al posto del bagno.

per gli adulti

→ **Utilizzare per la spesa il sacco di tela:** il sacchetto di plastica che si utilizza di solito può essere pratico e veloce, ma non è assolutamente innocuo. Esso, infatti, è uno dei più diffusi imballaggi per il trasporto della merce, che aumenta la mole dei rifiuti indifferenziati! Gli imballaggi