

INDIVIDUOS

Al firmar la promesa Laudato Si', usted se ha unido a la comunidad más grande de católicos de todo el mundo que están comprometidos a llevar la Laudato Si' a sus vidas, a sus parroquias y comunidades. En las próximas semanas y meses, estaremos compartiendo más ideas y recursos para aquellos que quieran vivir la Laudato Si', y ayudarle a conectarse con otros que han firmado el compromiso. Aquí puede encontrar algunas ideas para comenzar:

❖ **Rezar por y con la creación**

"Porque no se puede proponer una relación con el ambiente aislada de la relación con las demás personas y con Dios." - Laudato Si '119

1. Incluye una oración de agradecimiento por la creación y por el cuidado de nuestra casa común en tus oraciones diarias.
2. Frente a los problemas que gente enfrenta por los cambios climáticos "Reza por ellas".
3. Reza en la naturaleza.

❖ **Vivir con sencillez**

"Es muy noble asumir el deber de cuidar la creación con pequeñas acciones cotidianas(...)." - Laudato Si '211

4. Antes de comprar algo, pregúntate: "¿Realmente necesito o quiero esto?"
5. No comas carne un día a la semana.
6. Conduce menos, puedes empezar a caminar o usar una bicicleta para viajes cortos

❖ **Abogar por el cuidado de nuestra casa común**

"Por eso se ha vuelto urgente e imperioso el desarrollo de políticas para que en los próximos años la emisión de dióxido de carbono y de otros gases altamente contaminantes sea reducida drásticamente (...)" - Laudato Si '26

7. Conéctate con organizaciones locales que defienden el cuidado del medio ambiente.
8. Organiza una acción simbólica que destaque un tema ecológico local como parte del [Tiempo para la Creación](#).
9. Piensa en que está haciendo más difícil el día a día para cambiar tu estilo de vida - la falta de transporte público, no hay reciclaje en la comunidad, o no hay opciones de energía limpia-y reúne a la comunidad para buscar el cambio que se necesita.

❖ **Difundir la palabra**

10. Deja que tus amigos sepan lo que has hecho e invítalos a firmar el Compromiso. Utilice nuestro kit del compromiso (enlace cuando esté disponible) para invitar a su parroquia o diócesis a hacerlo también. El cambio climático es una crisis mundial, y debemos trabajar juntos para hacer los cambios que necesitamos. "¡Es tanto lo que sí se puede hacer!" - Laudato Si '(180)