

4- L'ADOPTION DE MODES DE VIE DURABLES



QU'EST-CE QUE C'EST ?

Il s'agit d'adopter un mode de vie dans lequel chacun d'entre nous s'efforce de réduire son utilisation des ressources naturelles afin de limiter l'*empreinte écologique* qu'il laisse sur la planète. L'appel à l'adoption de modes de vie simples est un appel à la sobriété dans l'utilisation des ressources et de l'énergie, à éviter le plastique, à adopter une alimentation plus végétale en réduisant la consommation de viande, à utiliser davantage les transports publics en évitant les modes de transport polluants, et à adopter d'autres comportements similaires.

Le pape François déclare dans le **n° 222** de la LS : "La spiritualité chrétienne propose une autre façon de comprendre la qualité de la vie, et encourage un style de vie prophétique et contemplatif, capable de se réjouir profondément sans être obsédé par la consommation. Il est important d'embrasser un enseignement ancien, présent dans diverses traditions religieuses, et même dans la Bible. C'est la conviction que **"moins, c'est plus"**. En effet, l'accumulation constante de possibilités à consommer distrait le cœur et empêche d'apprécier tout et chaque instant. Au contraire, être sereinement présent face à chaque réalité, aussi petite soit-elle, ouvre beaucoup plus de possibilités de compréhension et d'épanouissement personnel".

Puis, dans le **numéro 223**, il écrit : "La sobriété, vécue avec liberté et conscience, est libératrice. Ce n'est pas moins de vie, ce n'est pas une faible intensité, mais plutôt le contraire. En effet, ceux qui jouissent davantage et vivent mieux chaque moment sont ceux qui cessent de picorer ici et là, en cherchant toujours ce qu'ils n'ont pas, et font l'expérience de ce que signifie apprécier chaque personne et chaque chose, apprennent à se familiariser avec les réalités les plus simples et savent en profiter".

POUR PLUS D'INFORMATIONS

Italien :

<https://www.jp-pic-jp.org/a/adozione-di-stili-di-vita-semplici-4-obiettivo-della-laudato-si>

<https://www.jp-pic-jp.org/fr/a/adopter-des-modes-de-vie-simples-4e-lsg-2eme-partie>

Espagnol :

<https://www.jp-pic-jp.org/es/a/adopci-n-de-estilos-de-vida-simples-4to-objetivo-de-laudato-s>

<https://www.jp-pic.jp.org/es/a/adopci-n-de-estilos-de-vida-simples-4to-lsg-2-parte>

<https://www.enlazateporlajusticia.org/ols/>

Anglais :

<https://www.jp-pic.jp.org/en/a/adoption-of-simple-lifestyles-4thgoal-of-laudato-si>

<https://www.jp-pic.jp.org/en/a/adoption-of-simple-lifestyles-4th-lsgs-2nd-part>

Français :

<https://www.jp-pic.jp.org/fr/a/adoption-de-modes-de-vie-simples-4e-objectif-de-laudato-si>

<https://www.jp-pic.jp.org/fr/a/adopter-des-modes-de-vie-simples-4e-lsg-2eme-partie>

Portugais :

<https://plataformadeacaolaudatosi.org/estudantes-para-estilos-de-vida-sustentaveis-liderando-a-mudanca-no-campus/>

https://plataformadeacaolaudatosi.org/action_goal/adoption-of-sustainable-lifestyles/

2. Cet objectif est reflété dans les documents de notre association :



3. Actions proposées pour atteindre cet objectif

Plusieurs propositions seront faites pour y parvenir. Vous pouvez en choisir un ou plusieurs, ou en ajouter un qui est plus significatif pour vous. L'important est qu'elles soient concrètes et vérifiables.

→ **Améliorer la durabilité des bâtiments**

- La Communauté assure la transition vers des luminaires économes en énergie
- La communauté installe des panneaux solaires, des moulins à vent ou des éoliennes sur les toits.
- Lors de la planification et de l'entretien des habitations, la communauté trouve des moyens de réduire la consommation d'énergie grâce à des technologies et des modes de vie plus durables.
- La communauté contrôle et réduit la consommation d'eau et pratique la collecte des eaux de pluie ; elle récupère l'eau froide de la douche.
- Achetez des appareils tels que des climatiseurs, des lave-vaisselle ou des réfrigérateurs, etc. à haute efficacité énergétique (avec un étiquetage énergétique - label "Energy Star").

→ **Améliorer la durabilité de leur environnement**

- La collectivité met en œuvre des initiatives visant à restaurer et à protéger la biodiversité dans la zone où elle opère.

→ **Améliorer la durabilité dans les transports**

- Réduire la possession et l'utilisation de la voiture
- Les communautés et la province remplacent les vols aériens par des voyages en train, des vidéoconférences ou d'autres méthodes.
- Les membres de la communauté remplacent les déplacements en voiture par des transports publics, ou par la marche, le vélo, le partage de la voiture ou les déplacements en groupe avec d'autres personnes.
- Encourager la réduction des trajets en voiture entre les religieux et les religieuses servant dans des zones géographiques similaires.

→ **Améliorer la durabilité dans la gestion des aliments et des communautés**

- La communauté réduit le gaspillage alimentaire
- La communauté trie correctement les déchets et recycle autant que possible (ou collecte les articles recyclables et les vend à des personnes qui recyclent selon des critères de responsabilité sociale et environnementale).
- La communauté utilise des alternatives durables aux bouteilles, verres, assiettes, couverts, etc. en plastique.
- Créer un jardin communautaire et utiliser les déchets organiques pour le compostage.

- La communauté achète des denrées alimentaires auprès de producteurs locaux ; adhère à un projet agricole soutenu par la communauté et/ou à un groupement d'achat, en donnant la priorité aux aliments biologiques ; achète des produits issus du commerce équitable ; paie le juste prix pour les produits des vendeurs de rue.
- La communauté opère, dans la mesure du possible, une transition alimentaire : elle passe d'un régime à base de viande à un régime à base de plantes ; elle privilégie les aliments biologiques et les aliments pauvres en produits chimiques ou sans produits chimiques.
- Imprimez sur les deux faces des feuilles, réduisez les impressions, utilisez du papier recyclé.

→ **Améliorer la durabilité dans les achats et la consommation**

- Acheter des marchandises sans emballage (apporter ses propres conteneurs et sacs)
- La communauté élimine l'utilisation du plastique et du polystyrène.
- Les membres de la communauté réduisent leurs achats de nouveaux biens de consommation
- Prendre soin des actifs et les entretenir en temps utile pour éviter de nouveaux achats
- Posséder uniquement les biens nécessaires à l'usage quotidien
- Observez le "jeûne médiatique".
- partager les outils et les équipements entre les communautés religieuses et avec les voisins (plutôt que de toujours les acheter), préparer un inventaire des outils et des équipements
- Faciliter et pratiquer la remise de livres (usagés) à d'autres nouveaux lecteurs et étudiants.

→ **Améliorer son empreinte carbone**

- La communauté surveille la réduction de son empreinte carbone.
- Un plan triennal d'objectifs pour la viabilité environnementale de l'énergie, de l'eau, des déchets, de l'approvisionnement, des infrastructures, des investissements et des transports, afin de parvenir à une empreinte neutre en carbone.

→ **Devenir compatissant**

- Faire chaque jour un geste d'amour envers une personne ou toute forme de vie, tant sur le plan personnel que collectif.
- Utilisation des médias sociaux et congréganistes pour faire entendre la voix des pauvres

- Faciliter le service volontaire dans les associations caritatives et les œuvres d'apostolat dans sa propre congrégation.
- Soutenir et parrainer l'éducation des enfants à risque
- Montrez que vous prenez soin des animaux, des oiseaux, des insectes et des plantes.



3. Actions pour atteindre cet objectif :

1. ---
2. ---
3. ---