

	O que é um Jejum pela Natureza na Quaresma? Para as pessoas Anglicanas/Episcopais, Católicas e muitas outras, a Quaresma é o período no qual nos lembramos dos quarenta dias de Jesus no deserto, onde enfrentou desafios e tentações. É um período para refletirmos sobre o propósito de Deus para as nossas vidas. Esse ano desafiamos vocês praticarem um “jejum de carbono” – ou seja, reduzir as ações que danificam a criação de Deus. Encontrem mais detalhes sobre as ações, bem como leituras e orações diárias (em inglês) no site: www.greenanglicans.org ou no www.facebook.com/GreenAnglicans .			Quarta-feira de Cinzas <i>O que fizemos com a Terra?</i> Refleta sobre o impacto que você provoca na terra. Escreva uma carta para você mesmo do seu tataraneto.	11 de Fevereiro Hoje tire um momento para contemplar o nascer e/ou o pôr do sol, para compreender plenamente o milagre da luz e da vida.	12 de Fevereiro <i>“Escute o clamor da Terra.”</i> Pense em todas as criaturas que dependem da Terra para sobreviver.	13 de Fevereiro Caminhe no seu bairro. Escute e perceba o meio ambiente. Quais são as necessidades dele?
ALIMENTAÇÃO	14 de Fevereiro <i>Dia das Pessoas que cuidam da Terra.</i> Como é que a sua igreja mostra o seu amor pelo meio ambiente. Jó 12:7-10.	15 de Fevereiro <i>Segunda-Feira Sem Carne</i> Reduza o seu consumo de carne, começando com uma	16 de Fevereiro <i>Local é legal!</i> Compre apenas produtos locais/regionais essa semana.	17 de Fevereiro <i>Lixo zero!</i> Preste atenção na sua comida essa semana – o que você está desperdiçando?	18 de Fevereiro <i>Controle a sua geladeira!</i> Programe a temperatura para 3 graus	19 de Fevereiro <i>Sexta-feira do peixe.</i> Compre peixe uma vez por semana de fontes sustentáveis.	20 de Fevereiro Compartilhe sua receita vegetariana preferida no seu ciclo de amizade e vizinhança
ENERGIA	21 de Fevereiro Como a sua igreja está economizando energia? Está usando lâmpadas econômicas? Como é o ar-condicionado?	22 de Fevereiro <i>Segunda-Feira Sem Carne</i> Visualize milhões de pessoas agindo em prol da nossa Terra. Juntas temos Força!	23 de Fevereiro <i>Organize o seu transporte</i> – quando você pode compartilhar caronas/pegar um ônibus/usar bicicletas/ir andando?	24 de Fevereiro <i>Análise sua lavagem de roupa</i> O que poderia fazer para economizar água e energia?	25 de Fevereiro <i>Economize centavos</i> – Desligue os aparelhos das tomadas para economizar energia.	26 de fevereiro <i>Sexta-feira do peixe.</i> Faça um jantar à luz de velas, converse, brinque, divirta-se!	27 de fevereiro <i>Dia sem eletrônicos!</i> Lance o desafio de não usar nenhum aparelho eletrônico nesse dia.
LIXO	28 de Fevereiro <i>A sua igreja faz reciclagem?</i> O que acontece com o lixo da sua igreja? João 6:12-14	29 de Fevereiro <i>Segunda-Feira Sem Carne</i> <i>Ação de Graças.</i> Anote 20 coisas pelas quais quer agradecer.	01 de Março #fastfortheclimate – Junte-se com pessoas ao redor do mundo que estão jejuando pela planeta no 1º de cada mês.	02 de Março <i>Reduza o Lixo!</i> Observe a quantidade do seu lixo e procure reduzir pela metade.	03 de Março <i>Limpeza verde!</i> Crie o seu próprio spray de limpeza com água e vinagre de álcool.	04 de Março <i>Sem Plásticos!</i> Comece a sua jornada sem plásticos – o que você poderia reduzir?	05 de Março <i>Limpe o guarda-roupa</i> – doando roupas que não usa mais ou organizando um bazar de usados.
ÁGUA	06 de Março <i>A água é sagrada.</i> A sua igreja economiza água? Observe os banheiros e a cozinha. João 4:7-15	07 de Março <i>Segunda-Feira Sem Carne</i> Pense sobre os ritos cristãos do batismo e da eucaristia – porque a água é sagrada?	08 de Março <i>Sem água de garrafa!</i> Quando puder, beba água filtrada em vez de comprar garrafinhas de água mineral.	09 de Março <i>Desligue a torneira:</i> Você deixe a torneira ligada quando escova os dentes, limpa verduras ou quando lava a louça?	10 de Março <i>Só o suficiente:</i> Só coloque na chaleira o suficiente para fazer o café que vai tomar.	11 de Março <i>Sexta-feira do peixe.</i> Conserte os vazamentos e casa e denuncie às autoridades os vazamentos que observa nas ruas.	12 de Março Descubra onde você foi batizado e de que rio veio a água do seu batismo – agradeça a Deus por esse rio.
PLANTAS	13 de Março <i>A sua igreja é verde?</i> Caminhe pela igreja e sonhe com as plantas que poderiam crescer ali. <i>(Gên. 1:11-12)</i>	14 de Março <i>Segunda-Feira Sem Carne</i> Pense nisso: O que significa “ser da Terra”?	15 de Março Crie uma herbicida com vinagre e uma gota de detergente.	16 de Março <i>Plante uma árvore!</i> Pense num lugar para plantar uma árvore e faça acontecer nesse mês.	17 de Março <i>Presentes verdes.</i> Escolha plantas como presentes nesse ano.	18 de Março <i>Sexta-feira do peixe.</i> <i>Seja jardineiro (a)!</i> Cultive ervas, verduras ou plantas no seu jardim.	19 de Março Se comprometa a continuar por 5 as mudanças de vida no seu Jejum de Carbono.