



### Semana Laudato Si': mayo 19-26, 2024

### Sembrando semillas de esperanza arraigadas en la fe y el amor



Cada mayo, la Iglesia reserva ocho días para conmemorar el aniversario de la histórica encíclica del Papa Francisco sobre ecología integral, Laudato Si'. Esta celebración global desafía a los católicos a escuchar y responder juntos al clamor de la creación y al clamor de los más vulnerables e intensificar nuestros esfuerzos para proteger nuestra casa común y a quienes en ella viven. También es un momento para celebrar la creación y regocijarnos por el progreso que hemos logrado al darle vida a Laudato Si'.

Las Hermanas del Buen Socorro junto con la comunidad del Buen Socorro se encuentran en el segundo año de un [Plan de Acción Laudato Si'](#) de siete años. Estamos aumentando nuestra comprensión de la ecología integral, practicando la espiritualidad ecológica, reduciendo los residuos, aumentando la eficiencia energética y defendiendo nuestra casa común.

La reciente encíclica del Papa Francisco, [Laudate Deum](#), es un recordatorio de la urgencia del mensaje [Laudato Si'](#) y la necesidad de una transformación tanto personal como cultural en medio de nuestras crisis ecológica y climática. El tema de la Semana Laudato Si' de este año está inspirado en el símbolo del Tiempo de la Creación 2024, "primicias". Seamos semillas de esperanza en nuestro mundo, arraigadas en la fe y el amor.

En esta edición presentamos historias y consejos sobre la vida ecológica de Beatrice Lesourd, encargada de la vida social de la residencia de ancianos y el Béguinaje en Vendôme, Francia y miembro del comité JPIC. Beatrice y la comunidad de Buen Socorro de Vendôme son signos vivos de esperanza al practicar el arte de ser más y consumir menos.

### Días de Conmemoración JPIC

#### Mayo 1

[Fiesta de San José Obrero/Día mundial del trabajo](#)

#### Mayo 19

[Pentecostés](#)

#### Mayo 19-26

[Semana Laudato Si'](#)

#### Mayo 24

[Nuestra Señora, Auxilio de los Cristianos](#)

*Patrona de las Hermanas de Buen Socorro*

#### Junio 5

[Día del Medio Ambiente](#)

#### Junio 8

[Día Mundial de los Océanos](#)

#### Junio 20

[Día Mundial de los Refugiados](#)



Jardín Comunitario Perú



"No hay cambios duraderos sin cambios culturales, sin una maduración en la forma de vida y en las convicciones de las sociedades, y no hay cambios culturales sin cambios en las personas." (LD, 70)

### Reflexiona

Escucha las diferentes dimensiones de la crisis climática en el lugar donde vives y reflexiona sobre la cita de Laudate Deum.

Tómate el tiempo para discernir **tres cambios** que puedes hacer para traer esperanza y sanación al clamor de la tierra y al clamor de las personas que viven en la pobreza. Considera cómo compartir los cambios que estás realizando con tu comunidad.

¡Visita [Movimiento Laudato Si'](#) para obtener ideas!

## Menos desperdicio, más amor: una historia sobre cómo medir, reducir y crear comunidad



Beatrice Lesourd y el personal y los residentes de la comunidad de vida asistida Buen Socorro en Vendôme, Francia, tienen una larga historia de cuidado de la Tierra a través de la horticultura, el compostaje, la reutilización y el reciclaje. Hace varios años, se embarcaron en un viaje para medir su desperdicio de alimentos. Rasparon platos y vaciaron vasos midiendo todos los restos de comida y bebida. Los resultados fueron sorprendentes. Desperdiciaban 72 litros (19 galones) de comida, agua y vino a la semana. Tomaron medidas para reducir este desperdicio trabajando con el personal responsable de pedir comida para pedir solo lo que los residentes iban a comer y beber. También implementaron más compostaje para que todos los desechos de alimentos pudieran convertirse en abono. Dejaron de tirar el agua sobrante por el desagüe y en su lugar se utilizó para regar el huerto.

Reducir los residuos requiere mucho trabajo y esfuerzo, pero también puede ser divertido. Las clases impartidas por Beatrice y otras personas ayudan a los residentes, al personal y a los familiares de hogares de ancianos y de personas que viven de forma independiente a aprender a fabricar jabones y productos de limpieza ecológicos. Son excelentes para obsequios ecológicos y económicos y mucho más baratos que los jabones y productos de limpieza convencionales. Los residentes y el personal también participan en clases para aprender a cocinar platos saludables y sin desperdicio, como el pesto de rábano. Construyen una comunidad mientras elaboran y cocinan, siempre produciendo cosas maravillosas y creando muchas sonrisas.

### Enséñanos a ser verdaderos administradores de la Tierra

Dios Creador,

Enséñanos a abrazar la gratitud en nuestra vida diaria y a reconocer los regalos de nuestras relaciones por encima de nuestras posesiones. Muéstranos el camino lejos de los materiales desechables y nocivos e ilumínanos para encontrar soluciones respetuosas con el planeta. Inspíranos a alejarnos de las prácticas insostenibles y avanzar hacia un futuro mejor. Aliéntanos mientras trabajamos para proteger Tu creación.

Donde hemos contaminado vuestras aguas, limpiémoslas y devolvámoslas a la pureza. Donde hemos pisoteado vuestros bosques, déjanos rehacerlos y revivirlos. Donde hayamos ensuciado sus tierras, permítanos limpiarlas y comenzar nuevas prácticas. Enséñanos a ser verdaderos administradores de la tierra, plantando semillas de esperanza arraigadas en la fe y el amor.

*Adaptado de Anna Massman, Academia Santa Teresa '24*

## Pesto de hojas de rábano

Receta cortesía de Beatrice Lesourd



Los rábanos son un excelente alimento que no desperdicia porque se puede comer de todo. Pica finamente los bulbos de rábano para hacer ensaladas, ¡pero no tires la parte superior! Aquí tienes una deliciosa receta de pesto de rábano con hojas de rábano. Es perfecto como salsa para verduras o mezclar con pasta.

### Ingredientes:

- 1 manojo de rábanos
- 1/3 taza de aceite de oliva
- 2 cucharadas de jugo de limón
- ¼ taza de queso parmesano
- 1 diente de ajo
- Sal/Pimienta al gusto
- ½ taza de piñones o semillas de calabaza

Lave y corta las puntas de rábano verde en trozos y luego haz puré con todos los ingredientes en la licuadora hasta obtener la textura deseada.



### Miembros del Comité JPIC

- Beatrice Lesourd (Francia)
- Hna. Chris Webb (USA)
- Hna. Gumercinda Córdova Córdova (Perú)
- Hna. Maria Pintado Peña (Perú)  
Co-presidente
- Hna. Nathalie Lundolo Ninga (Francia)
- Nick Stein (USA)
- Rachel Moccia (USA)
- Hna. Rosa Elena Lozada Escobar (Perú)
- Simone Blanchard (USA) Presidente