

PERTSONA BAKOITZAREN INDARRA.

KEINU BAKOITZAK DU ZERESANA.

**OSPATU GUREKIN ETA
GEHITU ZURE KONPROMISOA
MUNDUA HOBETZEKO!**

"Ni zerutik jaitsi den ogi bizia
naiz; ogi honetatik jaten duena
betiko biziko da"

(Jn 6, 51)

ZER EGIN DEZAKEZU?



1.- BILATU ZURE BARRUAN, egin isiltasuna, hartu arnasa sakon, erreztatu, gogoeta egin eta konektatu munduarekin, gu guztion etxea.



2.- ZAINDU PLANETA, aldaketaren zati zara. Murritzatu zure kontsumoa, ez gehiegi erabili baliabideak, eta zaindu inguruan duzun guztia.



3.- PARTEKATU ZURE BIDAIA, zure bizitzako ohiko bidea besteekin. Solas egin, irribarre egin, lagundu, eskertu, eta bedeinkatu zure bizitzan gurutzatzen diren pertsonak.



4.- ERRUKIA LANDU. Begiratu zer gertatzen ari zaien beste pertsona batzuei beste herrialde batzuetan zein zugandik hurbil: gerrak, gosea, indarkeria, pobrezia, mina, lurraren hondamena... hartu itzazu zure bihotzean.



5.- MURGILDU ZAITEZ! Ziur besteen alde zerbait egin dezakezula, trukean ezer itxaron gabe. Eta boluntariora egitasmo batekin konprometitzeko aukera baduzu, pausoa emateko unea da.



6.- PARTE HARTU, ASKO DAGO EGITEKO. Egin zaitez **karitatearen ekintzailea**, parte hartu, itxaropen, justizia eta anaitasun keinu zehatzak erein.



7.- BERRIKUSI ZURE BIZIMODUA. Bizimodu soil eta sinpleagoa aukeratu. Guztion artean, guztion bizitza iraunkorragoa, solidarioagoa, osasuntsuagoa eta espiritualagoa izatea lor dezakegu. Sortzailearekin eta haren izaki guztiekin harmonian.



8.- EGIN BAT KEINU BATEKIN ITXAROPEN-KORRONTE HONEKIN: ekainaren 8tik 14ra. Zintzilikatu zure argazkia mezu honekin zure Caritaseko profilean, eta baita zure sare guztietako profil pertsonalean. Elkarrekin gehiago gara.



XXXX (zure izena) naiz. (Elizbarrutia) Caritaseko boluntarioa, teknikaria, emailea... naiz, eta bertan, lan egiten dut/kolaboratzen dut/parte hartzen dut XXX eginez. Eta keinu bakoitzak zeresana duelako, nik bat egiten dut... #PertsonaBakoitzarenIndarra erakusteko ordua da.