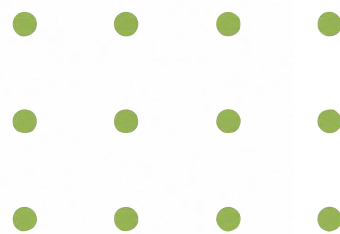


Aprovechar los recursos: lo que sobra puede dar vida

CUIDAR ES AMAR
Hábitos que mejoran el mundo



Septiembre 2026



¿Por qué cuidar con buenos hábitos?

Cuando usamos bien los recursos, cuidamos el planeta, ayudamos a nuestra economía y también pensamos en quienes más lo necesitan.

A veces tiramos comida, agua, ropa o materiales que todavía pueden aprovecharse.

Hacer buen uso de lo que tenemos, evitando desperdiciar, es una forma de cuidar la creación de Dios y de pensar en el bienestar otras personas que los necesitan o les pueden servir.



¿Qué significa aprovechar los recursos?



Es usar con responsabilidad lo que tenemos, evitando el desperdicio. Significa reparar, reutilizar, compartir y consumir solo lo necesario.

Aprovechar los recursos es cuidar la creación y valorar los dones de Dios.

¿Cómo empezamos a cambiar malos hábitos?



- 1 Sirvamos solo lo que vamos a comer para evitar desperdicios.
- 2 Guardemos y aprovechemos las sobras preparando nuevos platillos.
- 3 Separemos los restos orgánicos (cáscaras, frutas, verduras, café) para hacer composta o abono.

Ejemplos prácticos



- ▶ Aprovechemos las sobras de la comida.
- ▶ Ahorremos agua y apaguemos las luces que no se usan.
- ▶ Reparemos la ropa o los objetos antes de reemplazarlos.
- ▶ Donemos lo que ya no utilizamos y esté en buen estado.
- ▶ Reutilizemos frascos, bolsas y recipientes.



Conclusión

Cuidar es amar: lo que para nosotros puede parecer un sobrante, para la tierra, para otra persona o para una nueva vida puede ser una oportunidad.

Aprovechar los recursos es mucho más que evitar desperdicios: es una forma concreta de vivir nuestra fe y demostrar amor por la creación y por los demás.



¿EN QUÉ PODEMOS AYUDARTE?



5625517212
(Celular CEFAS)



CEFAS/comunidades



info@cefasmx.org



www.cefasmx.org



Lázaro Garza Ayala Ote. #690
Esquina con calle General Naranjo
E-1, Casco Urbano de San Pedro
Garza García NL, CP 66230

