



Servizio Diocesano
di Pastorale Giovanile



Ufficio Pastorale
del Turismo



Che bagaglio porto alla GMG?
Cosa metterci dentro?

Ecco qui una lista delle cose che servono per la GMG:

BAGAGLIO

Puoi scegliere se portare:

1 valigia/trolley

oppure **1 zaino grande da trekking**

A questo aggiungi **una sacca/zainetto piccolo da portare con te** (in pullman e negli spostamenti nelle città) per avere sempre a portata di mano gli oggetti che userai più spesso (portafogli, telefono, monete, ecc..). Ti consigliamo l'uso di un marsupio.

PER DORMIRE

Sacco a pelo + modulo o materassino gonfiabile (NB. Solo due gonfiatori per gruppo m/f). Importante è scriverci sopra il nome e cognome. Il sacco a pelo e il modulo/materassino possono stare anche fuori dalla valigia/zaino.

COSA PORTARE

- Portafogli con documento
- soldi, bancomat e/o carta di credito o prepagata
- tessera sanitaria

NON SCADUTI e soprattutto ORIGINALI (le fotocopie non bastano).

- Magliette, pantaloncini, un pantalone lungo, vestiti comodi per la notte...

È evidente che, per ogni oggetto o vestito, è consigliata la scelta del modello che sia fatto con il materiale più leggero possibile e con l'ingombro minore.

NB: i vestiti potranno essere lavati a mano e messi ad asciugare. Consigliamo di non portare cambi per 13 giorni ma di lavare i capi indossati.

- Costume da bagno** (per la doccia all'aperto)
- K-way**
- Felpa/pile:** la sera della veglia si dormirà all'aperto. Potrebbe esserci una notevole escursione termica.
- Cappello**
- Ciabatte da doccia**
- Borraccia**
- Scarpe comode**

- Sapone per lavare i vestiti** (1 ogni 2/3 persone)
- Cuscino da viaggio**
- Filo e mollette** (per asciugare vestiti e sempre utili per legare cose)
- Materiale utile all'igiene personale**, ad esempio:
shampoo, bagnoschiuma, salviette umide, deodorante, dentifricio, spazzolino, pettine, assorbenti...
 Consigliamo: evitare grossi formati, ma accordarsi a gruppi di 2/3 per la condivisione di questi elementi. Il discorso si ripete per il phon, no piastre.

- Un paio di ciabatte elettriche per gruppo** (NB. L'attacco delle prese è di tipo tedesca/Shuko).
- Torcia elettrica** (meglio se frontale).
- Piccolo kit medico contenente farmaci personali indispensabili, crema solare, cerotti, autan..**
- Tappi per le orecchie** e volendo anche **maschera per gli occhi**.
- Smartphone, carica batterie, e powerbank:** non sempre si potrà ricaricare lo smartphone!
- Auricolari** (serviranno per determinate attività).
- Sacchetto per la biancheria sporca.**

KIT DEL PELLEGRINO

Alla partenza riceverai sul pullman il Kit degli italiani, contenente il libretto e alcuni gadget della GMG e la T-shirt del gruppo di Parma.

contatti

Servizio Diocesano per la Pastorale Giovanile
 c/o Centro Pastorale Diocesano "Anna Truffelli"
 Viale Solferino 25, Parma
pastoralegiovanilediparma@gmail.com
www.diocesi.parma.it/pastoralegiovanile
 social: #pastoralegiovanilediparma