Arcidiocesi di Udine
Ufficio di Pastorale Giovanile
Via Treppo, 3 – 33100 Udine (UD)
www.pgudine.it

Assisi

24•29 luglio 2022

MATERIALE CONSIGLIATO

Bagagli

- Una valigia grande, per contenere tutto il materiale.
  Nota: è meglio se tutto il necessario sta in un trolley "medio" (tipo bagaglio a mano)
- Uno zaino piccolo, resistente, da tenere durante le giornate.
  Questo zaino è atto a contenere il materiale strettamente indispensabile per girare a piedi: un cappellino, acqua, un po' di cibo, crema solare, effetti personali, ecc. Pertanto non è necessario disporre del classico "zainone" in cui inserire tutto quanto.
- Una tracolla, marsupio, ecc.
  Utile (e facilmente controllabile) per gli effetti personali: portafoglio, documenti, cellulare, power bank, ecc.

Pernottamenti

Nota: il pernottamento avrà luogo sempre nello stesso posto. La settimana, infatti, non è itinerante.

- Un sacco a pelo (o sacco-lenzuolo)
  Consigliamo i sacchi a pelo "compatti", in grado di occupare poco spazio nel bagaglio. L'ideale è un sacco a pelo leggero.

Necessario per la pulizia personale

- Spazzolino da denti.
- Dentifricio.
- Sapone.
- Shampoo.
- Bagnoschiuma.
- Asciugamano grande o accappatoio.
- Asciugamano medio.
- Asciugacapelli.
  Consigliamo di accordarsi tra ragazze dello stesso gruppo.

Calzature

- Scarpe da ginnastica.
  Comode, traspiranti, con buona suola. Presumibilmente farà molto caldo e cammineremo molto. Evitare "ballerine", scarpette basse, ecc. Non sono necessari scarponi da montagna.
- Ciabatte o infradito.

Vestiti (in base alle esigenze personali)

- Biancheria intima.
- Magliette *(1 al giorno o magliette tecniche lavabili).*
- Pantaloncini corti.
- Pantaloni lunghi.
- Almeno una maglia o felpa pesante.
- Costume da bagno *(non si sa mai ☺).*

Tecnologia e comunicazione

- Smartphone.
- Ciabatta elettrica.
  Rigorosamente a norma, con interruttore.
- Power bank.
  Il Power bank è una batteria portatile, utilissima per ricaricare smartphone e altri dispositivi in contesti di scarso accesso alla rete elettrica.
- Adattatore "Schuko".

  Eventuali altri strumenti (per esempio: tablet, macchine fotografiche professionali, ecc.) sono a discrezione dei singoli. Da considerare, però, l'ingombro in valigia e il peso dello zaino.

Materiale vario

- Pigiama (o altri vestiti tipo tuta) per dormire.
- Berretto o bandana.
- Sacco o sacchetto per riporre gli indumenti sporchi.
- K-way o poncho.
- Una torcia elettrica, se non si usa quella del cellulare.
- Una penna o matita per scrivere (obbligatorio).
- Crema protettiva solare.
- Mascherine FFP2.
- Medicinali specifici (per es. Tachipirina, Moment, eccetera).
  L'assunzione di medicinali è a carico del singolo, sotto l'egida del referente del gruppo.

Soldi e documenti

- Portare documenti originali e validi.
  L'organizzazione diocesana avrà tutte le fotocopie al seguito. Tuttavia consigliamo ai singoli partecipanti di fotocopiare ancora una volta i documenti e tenere la fotocopia in un luogo separato rispetto agli originali.
- Soldi
  A chi non disponesse di carte di credito, bancomat o carte prepagate, consigliamo importi in contanti nell'ordine dei 50 € (per gelato, sosta in autogrill, souvenir, ecc.)

I pasti fuori quota

Sono esclusi dalla quota di partecipazione la prima cena (consigliato: al sacco) e la cena dell'ultima sera, venerdì 29 luglio (per la quale rientreremo a casa).