



PROGRAMMA GMG CRACOVIA 2016



19 luglio – Proposta A

Ritrovo ai luoghi di partenza agli orari indicati (vedi [allegato 1](#)) – partenza ore 14.00

Arrivo a Graz previsto ore 22,00 – pernottamento in albergo

20 luglio

Colazione in albergo - visita alla città di Graz – pranzo libero

Partenza prevista ore 12,30

Arrivo a Katowice alle ore 20,00: accoglienza, cena e pernottamento in famiglia (vedi [allegato 3](#))

22 luglio venerdì

Visita ad Auschwitz

24 luglio - Proposta B

Ritrovo ai luoghi di partenza agli orari indicati (vedi [allegato 2](#)) – partenza ore 22.00 ca.

25 luglio

Celebrazione S. Messa di mandato alle 10 a Rybnik

Partenza prevista ore 13,00

Arrivo a Cracovia ore 18,00

Accoglienza e sistemazione agli alloggi (vedi [allegato 4](#))

26 luglio

Pic-nic e partita di calcio

27 luglio

Pellegrinaggio giubilare al Santuario della Divina Misericordia, attraversamento della Porta Santa, celebrazione della Santa Messa sulla spianata davanti al Santuario.

Giovedì 28 luglio

Catechesi in Parrocchia

Venerdì 29 luglio

Via Crucis a Błonia – ore 17.30. La Croce della GMG viene portata durante tutta la processione e i giovani camminano lungo il percorso indicato dando testimonianza della propria fede.

Sabato 30 luglio

VEGLIA CON PAPA FRANCESCO - Campus Misericordiae – ore 19.00

Domenica 31 luglio

SANTA MESSA FINALE - Campus Misericordiae – ore 10.00 - Nel pomeriggio partenza

1 agosto

Ritorno a luoghi di partenza

Il Comitato Organizzatore della GMG ha previsto per pranzi e cene un sistema misto firmando delle convenzioni con circa 2000 ristoranti e locali gastronomici nella zona di Cracovia e dintorni e ha organizzato un altro centinaio di punti di gastronomia, campi gastronomici e punti di ristoro mobili nei pressi dei luoghi di maggior concentrazione di pellegrini, cioè quelli degli eventi centrali, delle catechesi e nei luoghi del festival dei giovani. In tutti questi punti saranno accettati i buoni pasto dei pellegrini. I locali convenzionati avranno una targhetta all'esterno che li renderà riconoscibili.

I buoni pasto per l'intera giornata verranno dati ai pellegrini che hanno scelto il pacchetto con il vitto. I pacchetti con il vitto comprendono anche un buono pasto per il pranzo al sacco.

Il Comitato Organizzatore ha predisposto delle misure ad hoc per le persone celiache e diabetiche. In particolare, per la colazione, i responsabili dei gruppi di cui fanno parte pellegrini con queste esigenze dovranno fare una segnalazione ai luoghi di alloggio: sarà infatti la parrocchia o il comitato di accoglienza ad aver cura di predisporre quanto necessario. Per i pasti, invece, i pellegrini troveranno menu adatti sia nei locali convenzionati che nei punti ristoro sparsi per la città.

TIPI DI BUONI:

Nel kit vitto sono previsti:

1. due buoni del valore di 10 PLN (lordo). Ogni buono dà diritto a un piatto caldo o un pasto confezionato adatto al take away (min. 525 kcal). È possibile utilizzare due buoni da 10 PLN, per un valore di 20 PLN (lordo), per avere un pasto composto da due piatti caldi (min. 1050 kcal).
2. un buono del valore di 15 PLN (lordo) che dà diritto ad un pasto caldo un po' più calorico (790 kcal).
3. un buono per il PACCHETTO "PRANZO AL SACCO" – buono pasto una tantum per il momento, tra sabato e domenica, dell'apporto calorico minimo di 3420 kcal, che dà diritto al ritiro dei seguenti pasti: il pranzo di sabato, la cena di sabato, la colazione di domenica, il pranzo di domenica.

I pellegrini riceveranno la colazione nei posti in cui sono alloggiati poiché sarà preparata dalle parrocchie e dai Comitati Organizzatori attivi all'interno delle stesse.

IL KIT DEGLI ITALIANI

Per il kit italiano hanno pensato da una parte di rispettare la tradizione, dall'altra di proporre delle novità che risponderanno a bisogni concreti, ma che serviranno anche a pregare e poi a far festa tutti insieme.

- ✓ Cappello
- ✓ Telo blu
- ✓ Bandiera italiana
- ✓ Croce da collo
- ✓ Diario del pellegrino
- ✓ Libro "Il Cristo dei papaveri" (Christian Bobin)
- ✓ Radio
- ✓ Lampada per la notte e la festa degli italiani
- ✓ Maglietta d'artista



- ✓ Gancio – “biglietto da visita”
- ✓ Valigetta

IL KIT POLACCO

A tutti gli iscritti verrà consegnato nei luoghi degli alloggi il kit polacco che comprende:

- ✓ Zaino
- ✓ Panno multifunzionale
- ✓ Poncho
- ✓ Braccialetto-Rosario
- ✓ Sciarpa in microfibra
- ✓ Guida del Pellegrino
- ✓ Guida del Pellegrino a Cracovia
- ✓ Libro di Preghiere
- ✓ Libro “Gesù Confido in te. Un Libro Straordinario sulla Divina Misericordia”



ASSICURAZIONE e ASSISTENZA SANITARIA

Tutti i pellegrini regolarmente iscritti sono assicurati contro gli infortuni per tutta la durata del viaggio. Sono stati attivati per l'evento 3 differenti livelli di assistenza sanitaria: professionale (ospedali, ambulanze etc), organizzazioni non-governative, medici volontari (approx. 4000).

ALTRE INFORMAZIONI

Moneta ufficiale: Zloty. Si consiglia di cambiare un po' di euro in contanti in Italia, prenotandoli presso la propria banca, per le piccole spese personali oppure utilizzare una carta di credito personale. In Cracovia sono comunque disponibili diverse postazioni di cambio.

Clima: le estati polacche sono piuttosto calde, ma le temperature massime non dovrebbero superare i 28°C.

Fuso orario: lo stesso dell'Italia.

Comunicazioni: Prefissi: dall' Italia 0048; per l'Italia 0039.

Elettricità: 220V 50Hz. Spine di tipo C (europea a 2 poli) ed E (francese-polacca a 3 poli).

Documenti: carta d'identità valida per l'espatrio o passaporto. **Fare le fotocopie dei seguenti documenti compresa tessera sanitaria e libretto delle vaccinazioni:** sono utili in caso di smarrimento degli originali e vanno conservate in un luogo diverso da quello dove si tengono gli originali.



Bagagli

Nonostante non ci siano limiti di dimensione e peso, si chiede di **limitare il bagaglio allo stretto indispensabile** per evitare ingombro di carico e carichi troppo pensanti negli spostamenti.

Portare capi pratici ed informali, scarpe comode e sandali, giacca a vento o k-way, un capo pesante per la sera (felpa o pile), asciugamano, necessario per la toilette personale, torcia a batteria o dinamo, occhiali da sole, cappello, crema solare, repellente per insetti, sapone da bucato, spago e mollette da bucato.

Salute

Vaccinazioni obbligatorie: nessuna. Raccomandazioni: nessuna.

Durante il soggiorno si consiglia:

- di osservare le **norme igieniche fondamentali** per l'acqua o qualunque tipo di alimento, soprattutto crudo o non cotto in modo appropriato!!!
- Consumare sempre acqua, ghiaccio e altri liquidi di provenienza sicura.
- Preferire cibi industriali e/o imballati.
- Evitare il consumo di alimenti preparati da venditori ambulanti.
- Lavare le mani frequentemente con acqua pulita e sapone, servendosi di salviettine usa e getta e/o usare gel disinfettante per mani.
- Prevenire la disidratazione **bevendo spesso**.
- Prestare attenzione alla possibile presenza di insetti. **Non dimenticare il repellente!**

Medicinali

Si consiglia di portare con sé i medicinali di cui si fa abitualmente uso. Se si ritiene necessario, portare inoltre qualche disinfettante intestinale, qualche lassativo vegetale, qualche antidolorifico, antipiretico, cerotti, bende.

ALLOGGI

- Soggiorno la notte del 19 luglio presso l'Hotel Ramada in Graz (Seering 10, Premstätten, 8141, Austria) - Telefono: +43 316 80770
- Gemellaggio: alloggi in famiglia presso la Diocesi di Katowice
- Settimana celebrativa: alloggi in famiglia presso la parrocchia di [Wola Batorska](#) a circa 27 km da Cracovia.

Alle famiglie che offrono ospitalità è bene lasciare un segno di ringraziamento. In questo senso stiamo predisponendo un ricordo di Cremona e della Diocesi con un messaggio per famiglia.