

VADEMECUM PIELGRZYMA

Pielgrzymem Pieszej Pielgrzymki z Bytomia do Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie Łagiewnikach jest ten, kto wypełnił formularz zgłoszeniowy, zaakceptował regulamin i uiścił ofiarę wpisową.

PIESZA PIELGRZYMKĄ

Jest czytelnym znakiem wędrującego Kościoła, czyli wspólnoty w drodze uświęcenia się przez modlitwę i pogłębianie wiary. Zatem musi ją cechować duch modlitwy i ofiary oraz przykład, dobre świadectwo i porządek wewnętrzny. To również „Rekolekcje w Drodze”, na których pielgrzym bierze udział w codziennej Mszy Świętej, przyjmuje Komunię Świętą, czynnie uczestniczy w śpiewie, modlitwach, konferencjach i rozważaniach. W stosownych chwilach umie zachować milczenie. Zachęca się, aby jeszcze przed rozpoczęciem pielgrzymiej wędrówki skorzystać z Sakramentu Pokuty, aby od samego początku rozpocząć pielgrzymowanie z Chrystusem w sercu. Będzie również możliwość skorzystania z Sakramentu Pokuty w trakcie marszu na końcu grupy. Pielgrzymka to jedna wielka rodzina, dlatego zwracamy się do siebie BRACIE, SIOSTRO. I jak to w rodzinie, każdy troszczy się o bliźniego, zwracając szczególną uwagę na starszych, słabszych i małe dzieci. Drobne dolegliwości fizyczne i wszelkie niewygody przyjmujemy w duchu chrześcijańskiej pokuty. Szczególną wdzięczność okazujemy tym, którzy nas goszczą na postojach, noclegach i na trasie.

CO ZABRAĆ ZE SOBĄ.

Plecak - torba (ładowany na auto bagażowe)

Niezbędny ekwipunek:

- Świeża koszulka na każdy dzień z rękawem przykrywającym ramiona
- Ciepła odzież
- Spodnie, spódnica, sukienka zakrywająca kolana
- Dobre, wypróbowane, rozchodzone buty (**absolutnie nie nowe!**)
- Dobre obuwie zapasowe
- Prowiant na noclegi
- Śpiwór, karimata
- Kosmetyczka (w zależności od potrzeb), ręcznik

Plecak mały noszony w ciągu dnia:

- Kubek i łyżka
- Peleryna lub płaszcz przeciwdeszczowy
- Czapka lub chusta na słońce
- Krem z filtrem
- Skarpety w zapasie
- Butelka wody mineralnej, herbaty lub innego napoju nie alkoholowego
- Jedzenie na jeden dzień
- Dokument tożsamości i kartę usług medycznych
- Apteczka osobista (leki, które się zażywa)

TRANSPORT BAGAŻU

Bezwzględnie każdy bagaż musi być podpisany imieniem, nazwiskiem i numerem kontaktowym uczestnika. Jeśli bagaż jest dwuczęściowy np. plecak i śpiwór należy solidnie związać ze sobą te przedmioty, (np. sznurkiem), aby tworzyły stabilną całość i nie zostały zagubione przy rozładowaniu bagażu na noclegach. Bagaż należy załadować do 15 min przed rozpoczęciem Mszy Świętej czy innego nabożeństwa. Dostęp do bagażu możliwy jest jedynie na noclegu.

Apteczka

- Środki opatrunkowe
- Plastry z opatrunkiem
- Igły jednorazowego użytku
- Talk
- Tabletki przeciwbólowe
- Maści, żele przeciwbólowe, przeciwzapalne na mięśnie i stawy
- Bandaże zwykłe, elastyczne oraz, jeśli ktoś potrzebuje, opaskę uciskową na kolana, staw skokowy

Jeśli ktoś zażywa jakiegokolwiek leki koniecznie bierze je ze sobą!

Proszę również dołączyć informację (noszoną przy sobie), o jakiej porze i w jakich dawkach je zażywa.