

Ton sac pour le JUBILÉ avec MAGIS :

ÇA Y EST ! Notre rencontre à Rome approche, et nous pouvons d'ores et déjà débiter l'organisation de nos affaires.

Cette liste est là pour t'aider : il s'agit d'une base pour la semaine à Rome. Pour les expérimentés, des compléments peuvent t'être envoyés par les accompagnateurs, pense à regarder tes mails 😊

Tu es libre d'adapter cette liste selon tes habitudes et besoins, mais nous te conseillons de voyager léger, **tout doit tenir dans un sac à dos** 🎒 (pas de valises!). Par ailleurs, cette liste a été pensée pour un été romain, à partir de notre expérience, tu peux lui faire confiance sur des objets auxquels tu n'aurais pas pensé 💡.

BAGAGES :

- ☐ un sac de rando de 40 à 50L (pas de valise !)
- ☐ un sac à dos pour les journées à Rome

DANS TON SAC DE VOYAGE :

LES AFFAIRES POUR DORMIR : 🌙

- ☐ un duvet (nous dormirons à la belle étoile le soir de la veillée! 🌟), tu peux prendre un sac à viande pour les autres nuits si ça rentre dans ton sac
- ☐ un tapis de sol
- ☐ des boules quiès si tu as le sommeil léger
- ☐ des vêtements pour dormir (nous dormirons en collectivité, pense à tes voisins)
- ☐ une lampe de poche / frontale
- ☐ tes chargeurs d'appareils pour qu'eux aussi puissent recharger leurs batteries

LES AFFAIRES DE TOILETTES : 🧑

- ☐ une serviette
- ☐ un maillot de bain pour les douches
- ☐ le nécessaire de toilette :
 - ☐ brosse à dent
 - ☐ dentifrice
 - ☐ savon/gel douche/shampooing



☐ déodorant

☐ ...

⚠ (prévois le strict minimum : flacons de voyage, et le plus léger possible)

☐ un paquet de mouchoirs

☐ de la lessive ou du savon de Marseille pour laver les vêtements (astuce : le savon de Marseille lave aussi bien ton corps que tes vêtements)

LES AFFAIRES QUOTIDIENNES :

☐ T-shirts ou polos (2 ou 3 peuvent suffire, pense à prendre de quoi laver tes vêtements)

☐ Shorts / Jupes / Robes (1 ou 2 peuvent suffire, pense à prendre de quoi laver tes vêtements)

☐ Pantalon (1 peut suffire, astuce : pense au pantalon de rando 2 en 1 qui se transforme très vite en short ou en pantalon selon les besoins)

☐ Pull / polaire (1 peut suffire)

☐ K-Way ou cape de pluie

☐ Sous vêtements (3 - 4 peuvent suffire, je crois que tu as compris la suite 😊)

☐ De quoi se couvrir les épaules/jambes pour certains lieux ou contre le soleil

⚠ **De manière générale, veille à prendre des tenues décentes, nous rentrerons dans certains lieux qui nécessitent d'être couverts : pense à la longueur de tes t-shirts et de tes shorts/jupes, également à tes épaules.**

☐ Une écocup

☐ La photocopie de tes papiers d'identité (rangée séparément de tes papiers)

☐ une batterie externe

☐ **De bonnes chaussures pour marcher toute la journée dans Rome en plein été**



DANS TON SAC À DOS POUR LES JOURNÉES À ROME :

- ☐ Des lunettes de soleil 🕶️
- ☐ Un **chapeau / une casquette** (même si tu n'en portes pas en France, c'est une demande de l'équipe médicale pour te protéger des insolation et du soleil romain)
- ☐ **De la crème solaire** 50+
- ☐ **Une/des gourde(s) ou bouteille(s) pour 2L minimum** (de préférence pas en métal car cela risque d'être confisqué)
- ☐ **De quoi écrire** (un carnet pour prendre des notes te sera fourni) 📝
- ☐ Ton porte monnaie avec tes **papiers d'identité**, carte vitale, carte européenne d'assurance maladie, carte de mutuelle et de quoi payer (liquide et carte)
- ☐ Une trousse à pharmacie perso avec quelques pansements (compeed) et médicaments de base
 - ⚠️ les prises de médicaments quotidiennes doivent être signalées au pôle santé par l'intermédiaire de ta fiche sanitaire
 - ⚠️ Nous ne disposerons pas de glacières pour transporter des médicaments nécessitant d'être conservés au frais
- ☐ Une couverture de survie

EN OPTION :

- ☐ Des chaussures plus légères pour le soir
- ☐ De l'anti moustique 🦟
- ☐ Des tongs pour les douches
- ☐ Des lingettes type lingettes bébé (pour se rafraîchir entre deux douches 💧)
- ☐ Une bâche pour la veille du 2 août (nous dormirons à la belle étoile! 🌟) ou une deuxième couverture de survie pour l'humidité
- ☐ Une radio FM à pile (pour écouter les traductions des messes internationales sans user sa batterie)
- ☐ Un oreiller de voyage
- ☐ Un brumisateur
- ☐ Un petit parapluie qui servira de pare-soleil pour le weekend final : testé et approuvé durant les JMJ de Lisbonne !

À TRÈS VITE À ROME !

