

## **VADEMECUM TRENO DELLA MEMORIA 2025**

### **1. Documenti necessari**

Alla partenza è fondamentale essere in possesso di:

- Carta di identità valida per l'espatrio o Passaporto, integri e validi per almeno sei mesi dalla partenza del viaggio. Per i cittadini non comunitari si consiglia di entrare in contatto con ambasciata e/o consolato per determinare quali documenti siano necessari per l'espatrio.
- Tessera sanitaria (permette di ottenere servizi sanitari nei Paesi dell'Unione Europea, in sostituzione del modello cartaceo E111. Coloro che non l'avessero ancora ricevuta possono rivolgersi alla propria ASL e richiedere il "Certificato sostitutivo provvisorio"). Le fotocopie di tutti i documenti devono essere conservate in luogo diverso da quello scelto per gli originali; in alternativa, si consiglia di conservare una scansione dei documenti medesimi nella casella mail

### **2. Minorenni**

Ogni ragazzo minorenni deve essere accompagnato da un maggiorenne che se ne assuma la responsabilità tramite autorizzazione dei genitori.

### **3. Bagagli**

Il bagaglio deve essere comodo e leggero. Si consiglia di preferire lo zaino da campeggio al trolley. Nel caso in cui si dovesse optare per il trolley, le dimensioni dovrebbero essere quelle medie che si aggirano intorno alle seguenti misure: 69x47x29. È possibile, inoltre, portar con se uno zainetto da portare sul pullman All'interno del bagaglio sono indispensabili:

- Vestiti pesanti(in particolare per la giornata in cui visiteremo Auschwitz, in cui staremo tutto il giorno all'aperto). Nei locali fa molto caldo quindi si consiglia di vestirsi "a cipolla".
- Cappotto pesante e impermeabile, cappello, sciarpa e guanti.
- Scarponcini/ dopo-sci e scarpe pesanti di ricambio.
- Calze pesanti.
- Crema idratante per il viso e burro-cacao per proteggersi dal freddo.
- Asciugamani, accappatoio, ciabatte per doccia, asciugacapelli. (Si ricorda che i bagni dell'ostello saranno in comune).
- Lenzuola e coperte sono presenti in ostello, mentre gli asciugamani no. È fondamentale attrezzarsi per temperature invernali, che possono andare anche diversi gradi sotto lo zero.

#### 4. Viaggio e sistemazione in ostello

Ogni partecipante deve provvedere autonomamente ai pasti durante il viaggio. Si precisa che il pullman effettuerà diverse soste nel corso del viaggio (in media una sosta ogni 4 ore). Come da filosofia del viaggio già condivisa nel corso dei primi incontri di formazione, il pernottamento è previsto in ostelli in camere multiple con bagni in comune. Si precisa che tutti gli ostelli sono situati nella parte centrale di Cracovia, facilmente raggiungibili a piedi dal centro. La prima colazione è inclusa, mentre il pranzo e la cena sono a carico dei partecipanti. Orientativamente, il costo di un pasto completo a Cracovia varia tra i 10€ e i 15€. Il pranzo al sacco, previsto per la giornata della visita ad Auschwitz, è a carico dell'Associazione. Si fa presente che in caso di smarrimento delle chiavi in ostello, è prevista una sanzione pecuniaria. E' consigliabile portare prese, adattatori e/o una ciabatta.

#### 5. Valuta

Zloty polacco (zł). Tasso di cambio del 1 gennaio 2025: € 1 ≈ zł4,27

- Contanti: in A Cracovia sono presenti numerosi uffici di cambio presso i quali è possibile cambiare euro in moneta locale.

- In alternativa, si possono comodamente usare il bancomat o le carte di credito. La maggioranza degli sportelli sono abilitati ai circuiti internazionali. L'utilizzo del bancomat permette di non dover tenere con sé grosse somme di denaro in contante. Verificate presso le vostre banche i costi di prelievo all'estero e portate con voi i numeri di emergenza per bloccare la carta in caso di furto o smarrimento. Molti negozi e ristoranti del centro accettano carte di credito, anche pre-pagate.

#### 6. Regole comportamentali

In ognuno dei luoghi della memoria oggetto di visita è richiesto un comportamento attento e rispettoso della storia dei medesimi. Non saranno ammesse foto di gruppo, selfie o comportamenti non adeguati (è rigorosamente vietato consumare cibo o fumare, anche sigaretta elettronica et similia). Si fa inoltre presente che all'interno del campo di Auschwitz non sono ammessi zaini o borse di dimensioni superiori ad un foglio A4. Si consiglia, pertanto, di portare con se solo lo stretto necessario.

#### 7. A far data da giugno 2017 il servizio roaming è gratuito

#### 8. Esigenze sanitarie

Ognuno provvederà in autonomia e sotto la propria responsabilità a prendere con sé farmaci di cui necessita o potrebbe necessitare. Si consiglia di prendere nota, prima della partenza, del principio attivo di tali farmaci in modo da facilitare l'acquisto in caso di smarrimento.

#### 9. Esigenze alimentari

Chiunque abbia particolari esigenze o intolleranze alimentari deve comunicarlo durante il viaggio d'andata a uno degli educatori accompagnatori. Quest'informazione risulterà utile alla nostra organizzazione per la preparazione del pranzo al sacco il giorno della visita a campi.

#### 10. Sigarette e alcool

Come da normative nazionali e internazionali, all'interno del pullman e dell'ostello NON è consentito fumare, anche sigarette elettroniche et simila, né bere alcolici. In ognuna delle città coinvolte è, inoltre, vietato consumare alcoolici fuori dai locali.

#### 11. Sostanze Stupefacenti

Come da normative nazionali, la produzione, il possesso per uso personale e la cessione - anche a titolo gratuito - di qualsiasi tipo e quantità di stupefacenti sono considerati reati punibili con l'arresto. L'Associazione si riserva il diritto di allontanare dal progetto i partecipanti che non rispetteranno tali normative.

Buon viaggio!

TRENO DELLA  
MEMORIA



**Associazione TdF-Mediterranea APS**  
Sede Legale: Via del Ninfeo snc, 73100 - Lecce  
Codice Fiscale: 93125810759  
P.IVA: 04868160757  
e-mail: [info@tdfmediterranea.org](mailto:info@tdfmediterranea.org)  
[www.tdfmediterranea.org](http://www.tdfmediterranea.org)