



1. ¿Qué debo llevar? — Tu checklist personal

Para participar de forma segura y cómoda en el **CFJ – Takesi 2025**, necesitas llevar un equipaje **ligero, útil y bien pensado**.

Recuerda que habrá caminata, cambios de clima y campamento, así que todo lo que lleves debe tener un propósito.

👉 *Evita cargas innecesarias y mochilas exageradas.*

Tu equipaje básico

Vas a necesitar:

- Mochila resistente (tipo camping o escolar grande)
- Etiqueta con tu nombre completo y barrio
- Bolsa o saco de dormir 🛏
- Bolsas nylon para ropa sucia o mojada
- Bolsa nylon para tus residuos personales

Ropa y calzado

-  1 conjunto para la caminata:
 - Un pantalón cómodo, deportivo o casual (no calzas)
 - Una polera de manga larga
 - Una chaqueta liviana
 - Una chamarra liviana hasta la cintura para abrigar
 - Un par de guantes
 - Una chalina u orejeras para el frío
 - 3 pares de medias gruesas
-  Zapatillas cómodas, con huellas para caminar (¡no nuevas!)
-  Un bastón de apoyo o palo de escoba
-  Una linterna adecuada con baterías
-  1 buso para dormir
-  2 poleras livianas
-  Poncho de agua (nylon) o impermeable liviano





- Zapatillas muy livianas para descansar o chancletas
- Plato, taza y cuchara de plástico (liviano)
- 1 corto para la piscina (opcional)
- 2 metros de nylon

⊖ No necesitas más calzado. Solo lo necesario y práctico.

Higiene personal

- Toalla pequeña
- Papel higiénico
- Jabón de tocador (pequeño)
- Cepillo y pasta dental (pequeño)
- Peine o cepillo (pequeño)
- Repelente de insectos, sachet pequeño (opcional)
- Bloqueador solar, sachet pequeño (opcional)

Salud y seguridad

- Medicamentos personales (con tu nombre e indicaciones) – entrégalos al asesor
- 1 botella personal de agua (500 ml)
- Snack saludable (cantidades livianas):
 - Puñado de caramelos (opcional)
 - Mix de frutos secos: platanitos, maníes, pasas, etc.
 - 3 barritas de chocolate (ejemplo: batón o sublime)
 - 1 manzana
- Uno o dos sándwiches (para el almuerzo, primer día)

Elementos espirituales

- Libreta o diario pequeño y Bolígrafo o lápiz
- Ejemplar de *Para la Fortaleza de la Juventud*
(*Tus Escrituras físicas son opcionales si las llevas en tu celular.*)





✘ Cosas que no debes llevar

- ✘ Celulares de alta gama, parlantes, audífonos
- ✘ Maletas grandes, bolsos de cosméticos o maquillaje en exceso
- ✘ Joyas, perfumes o artículos de valor
- ✘ Juegos, cartas o dispositivos electrónicos
- ✘ Objetos punzocortantes
- ✘ Fósforos, encendedores, gas o cualquier material para fogatas

⚠ Por seguridad: **está totalmente prohibido prender fuego** en cualquier parte del trayecto.

🎒 *Recuerda:* Tu mochila no es solo tu equipaje... ¡es tu símbolo de preparación! Llénela de lo necesario, y no olvides traer también tu **fe, tu actitud positiva y tus ganas de mirar hacia Cristo.** ❤️

