

# 家庭朝圣契约



圣地亚哥朝圣之路官方重联协议

打印、签署并携带在背包中的文件

## 前言

我们，下方签署的家庭，认识到在现代世界中，技术虽然有用，却在我们的家庭沟通中造成了障碍。因此，我们决定将圣地亚哥朝圣之路作为一次**重联的冒险**共同踏上，在这里，数字将让位于人性，虚拟让位于现实，屏幕让位于共享的目光。

*"这不仅是一次简单的旅行；这是一次家庭探险和冒险。"*

## 协议条款（不可协商）

### 第一条：行走期间的数字静默

在行走时间内，手机必须**关机并收在背包最深处**。只有在住宿处一天结束时，才能为以下两项特定任务开机：

- 1. 将当天认识的朋友信息转录到笔记本上。
- 2. 拍摄**唯一**一张能代表当天精髓的照片。

**原因：**因为我们想听树叶的沙沙声，而不是通知声。

### 第二条：耳机全面禁止

朝圣期间，任何家庭成员不得使用耳机。这是为了**安全**（为听到自行车、汽车或警告声）和**体验**（朝圣之路的配乐是独一无二的）。

**重要：** 如果希望听音乐，将通过小型共享扬声器以低音量收听，并尊重其他朝圣者。

# 家庭朝圣契约

圣地亚哥朝圣之路官方重联协议

## 第三条：笔记本作为官方日记

每位成员将携带自己的笔记本和笔。其中将记录：

- 对风景、有趣的动物或人物的观察。
- 在朝圣之路上产生的启发性的句子或想法。
- 每位新朝圣朋友的名字、国家和一个有趣的事实。
- 个人的"每日成就"（克服了一个山坡、帮助了某人等）。

## 必备装备清单

离家前勾选每个项目：

舒适的背包（儿童最多体重的10%）

已磨合好的鞋子和专业袜子

轻便雨衣和抓绒内衬

水壶或水瓶（最少1升）

防晒霜和帽子/遮阳帽

急救包：创可贴、凡士林、止痛药

朝圣者证书和文件

本契约和笔

背包运输服务合约（如需要）

# 家庭朝圣契约

## 家庭承诺签名

### 📖 第四条：尊重节奏与同伴精神

我们承诺：

- 作为团队行走，尊重最慢者的节奏。
- 在所有重要的路口和岔路等待。
- 每天至少共享一顿主餐。
- 允许舒适的沉默，没有不断说话的压力。

### 📝 承诺签名

签署此文件即表示，每位成员承诺完全尊重协议条款。

姓名： _____	朝圣者 1	姓名： _____	朝圣者 2
_____	签名	_____	签名
姓名： _____	朝圣者 3	姓名： _____	朝圣者 4
_____	签名	_____	签名

承诺日期： \_\_\_\_\_

### 🏆 承诺的庆祝

在以下地点出示此正确签署并勾选的契约：

**HAMBURGUESERÍA SEÑARÍS**  
**Av. Quiroga Palacios, 5 - 圣地亚哥德孔波斯特拉**

每位儿童将获得"小朝圣者套餐"，青少年/成人将获得"热咖啡"，以庆祝家庭冒险的完成。

"这不是奖励；这是你们共享故事的庆祝。"

# 家庭朝圣契约

## 联系方式和最终建议

### 途中支持联系方式

如果在朝圣期间出现问题且看不到解决方案，请致电我们，我们将尽力提供帮助。

 电话: 881 08 25 71

(安东尼奥或苏珊娜 - Hamburguesería Señarís)

**记住：**你们并不孤单。从圣地亚哥，我们关注你们的脚步，庆祝每一公里让你们作为家庭更加强大。

### 朝圣之路建议

- 每天以积极的目标开始
- 尊重每个家庭成员的节奏
- 庆祝每天的小成就
- 享受宁静与自然
- 在朝圣之路上鼓励其他朝圣者
- 始终将笔记本放在手边
- 需要时补充水分和休息

## HAMBURGUESERÍA SEÑARÍS

基于曼努埃尔和安东尼奥真实经验编写的指南  
圣地亚哥德孔波斯特拉，2026年

**最终建议：** 将此文件放入塑料套中并放在背包内。这将是你们承诺的实体提醒，也是最终庆祝的门票。¡Buen Camino!