



MANUALE DE* VOLONTAR*

Benvenuti*!

Innanzitutto, vorremmo ringraziarvi per esservi uniti* a noi. Siamo entusiasti* di avervi con noi ad aiutarci nella nostra missione.

Questo manuale è la vostra guida per iniziare con noi. È ricco di strumenti, suggerimenti e informazioni per aiutarvi nel vostro viaggio con (*inserisci nome progetto*).

Let's get growing!



Cos'è (inserisci il nome del progetto)?

Visione:

(descrivi la tua visione)

Missione:

(descrivi la tua missione)



Reciprocità
La vita e' un dare e
ricevere.

Giocosita'/Gioia
Bisogna divertirsi!

Responsabilità
Il nostro comportamento
impatta il mondo che ci
circonda e le generazioni
future.

Ribellione
Mettiamo in discussione il
modo in cui vengono fatte le
cose. Testiamo nuovi e
'vecchi' modi.

I nostri valori

Rispetto
Onora la diversità e la
sensibilità di tutti gli esseri
viventi. La natura e gli altri
hanno limiti.

Sperimentazione
Il nostro approccio e' guidato
dall'indagine. Provare e fallire.
Coltivare la creatività. Imparare
attraverso l'esperienza.

Gratitudine/Ammirazione
La vita e' sacra e bellissima.

Riepilogo del nostro accordo

Ecco un riassunto con tutte le informazioni necessarie. Nella prossima slide troverai l'articolazione dei punti qui sotto.

1. **Lavoro:** lavorerai per 5 ore, 5 giorni ogni settimana. Parla con il/la tu* coordinat* per il tuo programma.
2. **Pratiche della Community:** cerchi mattutini, cerchio di fine settimana, cucinare (slide 7).
3. **Pulizia:** dedicherai 1-2 ore a settimana alla pulizia (al di fuori delle 25 ore lavorative).
4. **Comunicazione:** informa il/la tu* coordinat* se hai bisogno di qualcosa (slide 8)
5. **Vivere secondo i Valori di (inserisci nome progetto):** segui i nostri valori (slide 4) mentre lavori e vivi con noi.
6. **Pasti:** Cuciniamo e mangiamo insieme a pranzo nei giorni lavorativi. Puoi cucinare autonomamente la colazione e la cena utilizzando i prodotti in cucina. Utilizziamo cibo biologico di nostra produzione. Facci sapere se hai allergie o diete speciali.
7. **Sicurezza:** Le procedure di sicurezza sono disponibili a questo [link](#). Non dimenticare di leggere le linee guida e mettere la tua firma magica sul foglio che (inserisci nome) passerà' in giro.
8. **Alloggio e Ospiti:** Potresti condividere una stanza o un tipi. Prima di invitare ospiti, controlla con il/la tu* coordinat* per assicurarti che sia ok.
9. **Tempo di prova:** Iniziamo con una prova di due settimane per conoscerci. Dopo, entrambe le parti possono decidere di terminare il soggiorno con due settimane di preavviso. Ti invitiamo a rimanere per l'intero periodo di tempo concordato per assorbire in pieno le nostre pratiche e filosofia.

Pratiche della community

Ogni giorno alle 8:30 - Cerchio

Ci incontriamo per il nostro cerchio mattutino. Iniziamo con il prenderci 5 minuti per connettere con noi stessi* meditando, muovendoci o respirando profondamente. Poi, condividiamo come ci sentiamo senza giudizio. Parliamo sia inglese che italiano. Successivamente, discutiamo eventuali annunci o aggiornamenti sul lavoro. Ogni giorno, una persona a turno facilita il cerchio.

Ogni venerdì alle 16:00 - Cerchio di Celebrazione di Fine Settimana

Questo è il momento per condividere com'è andata la settimana e per celebrare gli apprendimenti e i successi. Il cerchio funziona in modo simile al cerchio del mattino ma con un focus di riflessione della settimana passata. Ogni settimana una persona a turno lo facilita.

Metodo di comunicazione:

Ti inviteremo in un gruppo whatsapp che sarà utilizzato durante il tuo pernottamento.

La tua coordinatrice

Si prenderà cura di te durante il tuo soggiorno. Fara' un check-in settimanale con te per accertarsi che sia tutto a posto. Per qualsiasi cosa, contattala.

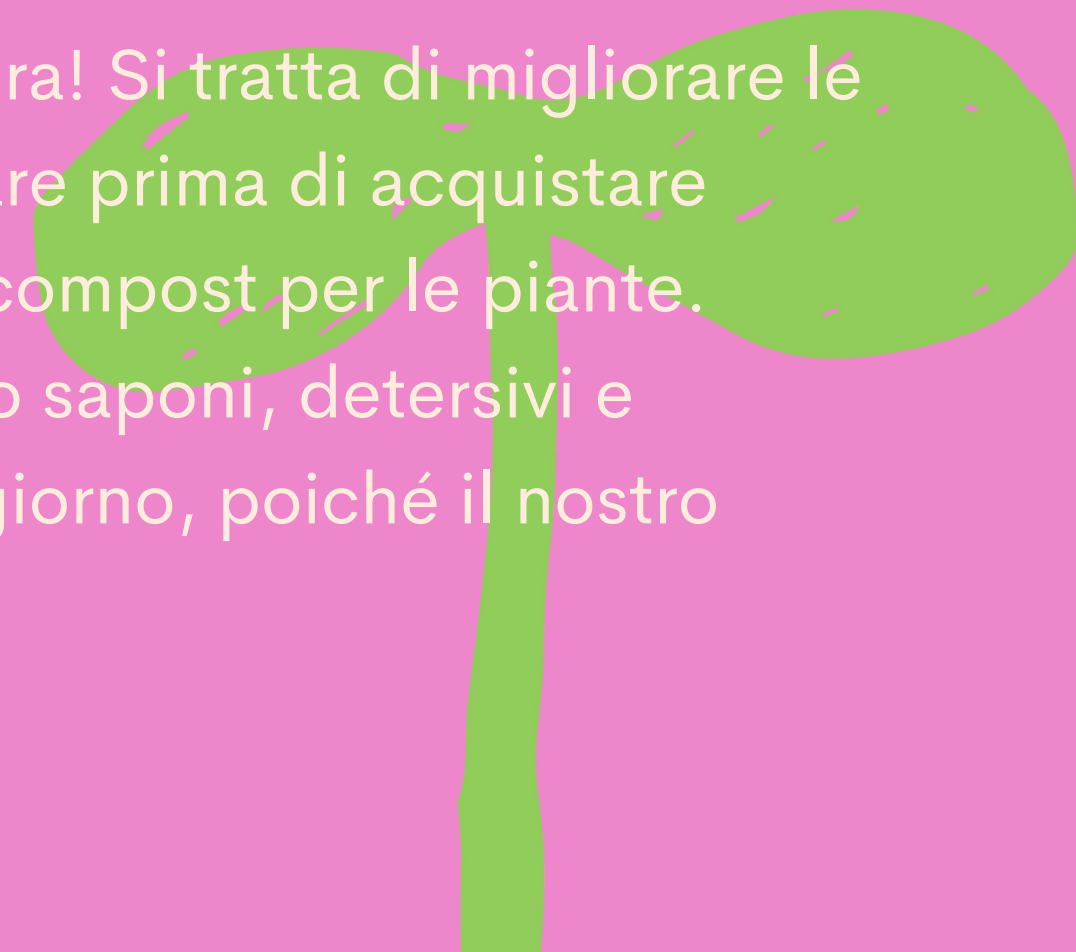
Numero di Whatsapp: (inserisci nome)

Ogni volontari* avrà un* team leader che cambierà a seconda dell' area lavorativa. Saranno le persone responsabili dirette del tuo lavoro.



Norme di comportamento

- **Gentilezza e apertura:** Ci aspettiamo che tutt* si rispettino reciprocamente e lavorino insieme. Vogliamo che tutt* si sentano apprezzati e supportati. Non sono ammesse discriminazioni (religiose, legate all'età, per disabilità, razziali, per orientamento sessuale, per peso, molestie sessuali) o commenti offensivi. Ci impegniamo a creare un ambiente sicuro e inclusivo in cui tutt* si sentano rispettati* e accettati*. Se in qualsiasi momento durante il tuo soggiorno non ti senti a tuo agio, ti preghiamo di parlare con il/la tu* coordinat*.
- **Rigenerativo:** Le Pratiche Rigenerative sono come trucchi magici della natura! Si tratta di migliorare le cose per il mondo e per le altre persone. Ad esempio, cerchiamo di riutilizzare prima di acquistare qualcosa di nuovo. Invece di gettare gli scarti alimentari, li trasformiamo in compost per le piante. Vecchie gomme? Le usiamo come colorati vasi per le piante. Utilizziamo solo saponi, detersivi e prodotti igienici biodegradabili, e dovresti farlo anche tu durante il tuo soggiorno, poiché il nostro sistema fognario utilizza fosse settiche che poi si riversano nel terreno



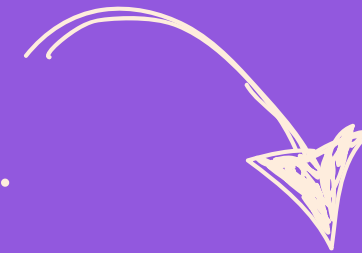
Reminder finale

Mentre ci prepariamo per il nostro viaggio insieme, tieni presente alcuni punti chiave:

Decisioni: Desideriamo fortemente il confronto e le opinioni fresche che i vostri occhi nuovi porteranno, ma è molto importante confrontarsi con i/le project lead prima di prendere decisioni importanti (es. cambiamenti del paesaggio, spostamenti). Usa il gruppo Whatsapp per comunicare aggiornamenti.

Apprendimento e Crescita: Se vedi delle opportunità all'interno del nostro progetto, segnalacelo. Condividi idee con i/le tuo* colleg* perché sharing is caring.

Se sei d'accordo con il nostro accordo, metti il tuo autografo qui.



Buona avventura!

