

TREBIOLCHE

PERMACULTURA



Programma di Volontariato



BENVENUTO !

Benvenuto a "Trebiolche Permacultura". Il programma volontari di Trebiolche Permacultura si inserisce nelle etiche della cura delle persone e dell'equa condivisione. Attuiamo un intenso programma di scambio culturale incentrato sulla permacultura, dove insegnamo principi, modelli, tecniche, strategie, esperienze, in maniera pratica dove Tu, come volontario, potrai imparare facendo. Durante il primo giorno, al Tuo arrivo presso la nostra farm, Ti verrà sempre fatta una introduzione alla struttura del nostro progetto ed alla permacultura in modo che Tu possa da subito contestualizzare ciò che andrai apprendendo durante l'esperienza. Il nostro programma è sempre GRATUITO ed unicamente basato sullo scambio lavoro/didattica.

Ti auguriamo un Buon Lavoro !

*NOTA: La "biolca" una antica unità di misura della terra utilizzata nelle nostre terre sin dall'antichità. Nella provincia di Reggio Emilia, equivale a circa 3.000 mq (per la precisione 2.922 mq).



IL PROGRAMMA DI VOLONTARIATO

Gestiamo il nostro programma di volontariato con la massima serietà e crediamo profondamente nei valori della condivisione, dell'equo scambio, della formazione per mezzo dell'esperienza. Cerchiamo pertanto di garantirti, quale VOLONTARIO, la migliore esperienza possibile in cambio della collaborazione da Te offerta, cercando, nel limite del possibile e della stagionalità, di variare le mansioni, alternando attività di lavoro manuale, attività di lavoro creativo ed altre ancora con finalità didattiche o intellettuali, di modo da evitare situazioni di noia o di eccessivo carico fisico. Tra le altre cose eccoti, qui sotto, una lista non esaustiva delle attività che potrai provare qui da noi.

Attività outdoor

Si tratta di attività che prevalentemente si svolgono all'aperto. E' bene prevedere di avere nel proprio bagaglio tutto il vestiario necessario in relazione alla stagione: abiti comodi, caldi e resistenti per l'inverno, con vestiario anti pioggia, guanti da lavoro, calzature impermeabili e resistenti al fango; vestiario comodo e leggero d'estate, con un cappello per evitare insolazioni. Considera anche la possibilità di essere punti da insetti, soprattutto in estate. Qui sotto una lista esemplificativa delle principali attività:

- Creazione e manutenzione di bancali rialzati per la coltivazione, di aiuole a cumulo, di aiuole a spirale
- Creazione di muretti in pietra con tecnica a secco
- Raccolta di biomassa quali foglie, ramaglie e potature per creazione di compostaggio o di pacciamatura.
- Attività di piantumazione di ortaggi, messa a dimora di piante officinali, di piccoli frutti o di alberi sia da frutto che forestali, nonché creazione di siepi e barriere verdi
- Creazione di pergolati viventi o di altre strutture di arredo giardino, quali piattaforme in legno, recinzioni in legno, supporti per ortaggi
- Raccolta di ortaggi e piccoli frutti e frutti, anche selvatici, e successive lavorazioni quali lavaggio, taglio, cottura, preparazione ecc.
- Manutenzione generale delle aree agricole, pacciamatura, taglio dell'erba
- Potatura di alberi da frutto, di cespugli fruttiferi o di vite
- Creazione e distribuzione di biomassa organica quale compost, biochar, mulching, cippato



Attività indoor

Si tratta di attività che prevalentemente si svolgono all'interno di una delle abitazioni facenti parte del progetto o nell'immobile ad uso agriturismo. Non sono richiesti indumenti specifici, ma è bene ricordare che il vestiario utilizzato potrebbe sporcarsi o rovinarsi.

- Piccoli lavori di manutenzione degli immobili quali pittura di muri, sistemazione di arredi
- Attività di preparazione dei pasti in comune, cucina, cucina creativa, trasformazione di alimenti, pulizia di alimenti
- Creazione ed applicazione di etichette e documentazione informativa per alimenti
- Manutenzione generale della casa o dei luoghi di lavoro
- Produzione di detersivi ecologici, oli essenziali, estratti

Attività creative (indoor o outdoor)

Si tratta di attività molto varie che possono svolgersi sia all'aperto che al chiuso, a seconda della stagione e delle condizioni meteorologiche. Possiamo elencare a titolo di esempio:

- Ideazione e creazione di arredi per la casa con materiali di recupero o con materiali ferrosi e legnosi
- Creazione di segnaletica e cartellonistica per la attività svolte
- Ideazione e creazione di addobbi, arredi, sculture, installazioni da giardino
- Ideazione di eventi, corsi e workshops. Aiuto durante tali eventi, corsi o workshops
- Lavori di creazione e manutenzione del sito web, gestione dei contenuti Facebook, Instagram e Pinterest, lavoro su documenti informatici vari, ideazione di loghi, ideazione di nuovi contenuti



Attività didattiche (indoor o outdoor)

Si tratta di attività molto varie che possono svolgersi sia all'aperto che al chiuso, a seconda della stagione e delle condizioni meteorologiche. Possiamo elencare a titolo di esempio:

- Introduzione alla permacultura, con esempi pratici forniti durante le mansioni ed applicazione in loco. Discussioni e brainstorming su tali tematiche. Visione di video e discussioni in merito.
- Didattica sulla gastronomia e sulla cucina tipica Italiana, con particolare riguardo ai ricchi e numerosi piatti locali ed eccellenze gastronomiche (parmigiano reggiano, aceto balsamico tradizionale, prosciutto crudo e altri salumi, tortelli, lasagne, cappelletti, gnocchi)
- Insegnamento ed apprendimento di lingue straniere (inglese e spagnolo)
- Attività di presentazione, conoscenza e visita del territorio locale, con particolare riferimento alla provincia di Reggio Emilia, alla zona appenninica collinare e montana, della Val D'Enza, e dell'area Bioregionale dell'Emilia
- Attività culturali alternative presenti in Regione (comunità, progetti, esibizioni, mostre)

Attività di relazione umana

Si tratta di attività molto varie che possono svolgersi sia all'aperto che al chiuso, a seconda della stagione e delle condizioni meteorologiche. Possiamo elencare a titolo di esempio:

- Visita a progetti alternativi della zona
- Visita ad eventi culturali o particolari
- Interazione con familiari ed amici
- Partecipazione ad eventi di volontariato eventualmente programmati
- Attività di gruppo



LE "REGOLE DELLA CASA"

Eccoti un semplice vademecum delle regole basilari previste, perchè tutti possano avere la migliore esperienza possibile.

- **PULIZIA** - Aiutaci a mantenere gli ambienti puliti e a minimizzare l'utilizzo di detergenti e prodotti chimici. Tieni sempre a disposizione una tazza e/o un bicchiere a tuo uso esclusivo.
- **USO DELLE SCARPE** - Togliti sempre le scarpe all'ingresso degli ambienti indoor. Ti consigliamo di portare con te un paio di ciabatte.
- **ORDINE** - Mantieni sempre, nel limite del possibile e degli impegni, gli ambienti ordinati e puliti, tenendo raccolte le tue cose.
- **MANGIARE E BERE** - Non mangiare o bere in camera da letto ed in bagno. Fallo sempre e soltanto nel soggiorno o zona pranzo, utilizzando un tavolo da pranzo o la cucina. Anche quando in soggiorno, non mangiare o bere sui divani e sui tappeti.
- **FUMO** - Non fumare mai all'interno dei locali.
- **PULIZIE DI FINE PERIODO** - Prima di ripartire, ricordati di pianificare le pulizie di tutti i locali che hai utilizzato durante la tua esperienza qui. I locali dovranno essere perfettamente puliti e ordinati, di modo che chi verrà dopo di te potrà avere il maggior giovamento dalla permanenza presso di noi. Il tempo da dedicare alla pulizia ed al riordino dei locali deve essere considerato come extra rispetto al tempo lavorativo previsto dal programma volontari.
- **SILENZIO** - Dopo le ore 22.00, ti preghiamo di minimizzare il rumore per garantire il miglior riposo alle persone intorno a te, ad esempio accompagnando le porte interne, la porta di ingresso e il cancello, utilizzando il bagno con la porta chiusa, tenendo basso il volume di eventuali apparecchi musicali, lavando eventuali stoviglie il mattino.
- **RISPETTO** - Mantieni sempre e comunque un comportamento decoroso ed educato, in modo da permettere a tutti di avere una esperienza graificante e positiva.
- **OSPITI** - Siamo aperti al fatto che tu possa invitare ospiti, ma ti preghiamo di farcelo sapere in anticipo per avere il permesso. I tuoi ospiti non potranno comunque pernottare nelle nostre strutture.
- **CHIEDI A NOI** - Per qualunque dubbio o necessità, chiedi sempre a noi. Saremo lieti di offrirti il massimo supporto possibile.



- **AIUTACI A MIGLIORARE** – Siamo in un processo di transizione. I tuoi consigli e le tue idee sono preziosi. Sentiti libero di darci suggerimenti e consigli se ritieni che ciò possa aiutarci a migliorare il nostro modo di fare. Ne beneficeremo noi e i volontari che verranno dopo di te. Grazie

Risparmio, energia ed efficienza energetica

Stiamo cercando diminuire la nostra impronta ecologica e di utilizzare la minor quantità possibile di risorse e di energia. Per questo la tua collaborazione, riguardo a ciò, è indispensabile.

- **LUCI** - Ricordati di spegnere sempre le luci negli ambienti che non stai utilizzando.
- **RISCALDAMENTO** - Ricordati di chiudere le porte delle stanze dove non stai al momento risiedendo. Dopo aver areato adeguatamente i locali dove hai soggiornato, secondo necessità, ricordati, soprattutto durante i mesi più freddi, di chiudere le finestre. Il soggiorno e le camere da letto dispongono di un termostato ambientale indipendente. Ciononostante ti preghiamo, salvo particolari necessità, di mantenere la temperatura intorno ai 19/20°C per minimizzare il consumo di energia.
- **VASCA DA BAGNO** - La vasca da bagno della nostra abitazione dispone di idromassaggio. L'utilizzo dell'idromassaggio non è consentito. Inoltre ti chiediamo cortesemente di lavarti utilizzando sempre la doccia.
- **USO DELLA STUFA CAMINO** - La stufa camino nel soggiorno della nostra abitazione NON è utilizzabile.
- **ACQUA POTABILE** - L'acqua è una risorsa limitata ed estremamente preziosa. Cerca sempre di limitarne al massimo il consumo, per la tua igiene personale e per la cucina. L'acqua di rubinetto, qui da noi, è potabile e di ottima qualità, in quanto in prossimità del Comune di Cavriago si estrae acqua di falda profonda. Solamente in estate durante periodi particolarmente caldi è possibile che l'acqua venga clorata. Se la cosa per te rappresenta un problema chiedi a noi e potremo comunque approvvigionarci di acqua di pozzo o di fonte.
- **CHIEDI A NOI** - Per qualunque dubbio o necessità, chiedi sempre a noi. Saremo lieti di offrirti il massimo supporto possibile
- **AIUTACI A MIGLIORARE** – Siamo in un processo di transizione. I tuoi consigli e le tue idee sono preziosi. Sentiti libero di darci suggerimenti e consigli se ritieni che ciò possa aiutarci a migliorare il nostro modo di fare. Ne beneficeremo noi e i volontari che verranno dopo di te.



CIBO

Noi forniamo sempre il cibo ! Noi cerchiamo sempre, nei limiti del possibile e della disponibilità stagionale, di fornire prodotti locali, possibilmente biologici, fatti in casa e di buona se non ottima qualità. In inverno, però, la disponibilità di tali alimenti è sensibilmente ridotta rispetto alle altre stagioni quando di solito è abbondante. Come abitudine compriamo alimenti semplici e preferiamo cucinarli piuttosto che comprare alimenti già trasformati.

Noi non siamo vegetariani anche se limitiamo al massimo il consumo di carne e non compriamo carni da animali da allevamento. Se hai particolari richieste alimentari ti preghiamo di farcelo sapere al tuo arrivo: saremo lieti di provvedere, nel limite del possibile, alle tue necessità.

ORARI DEL PROGRAMMA

Abbiamo cercato di adottare orari che vadano incontro anche alle tue necessità, tenendo conto dei fattori climatici ed ambientali, e del fatto che tu possa disporre di tempo libero, in modo che la tua esperienza sia più gratificante possibile. Detto questo, ti chiederemmo di cercare di attenerci alle indicazioni, in modo che la pianificazione delle attività si possa svolgere regolarmente. Salvo diversa comunicazione i normali orari di lavoro sono i seguenti:

- Inverno (dal 30 Ottobre al 30 Marzo): Dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 14.30 alle 16.00 , da Lunedì al Venerdì.
- Primavera e autunno (dal 1 Aprile al 30 Maggio e dal 1 Settembre al 30 Ottobre): dalle 8.30 alle 13.30, da Lunedì al Venerdì
- Estate (dal 1 Giugno al 30 Agosto): a seconda delle temperature esterne dalle 7.00 alle 12.00 oppure dalle 8.00 alle 13.00 oppure dalle 8.00 alle 11.00 e dalle 17.00 alle 19.00, da Lunedì al Venerdì.

Siamo comunque disponibili, a modificare l'orario per venire incontro alle tue particolari esigenze, purchè la cosa non sia sistematica. A richiesta è inoltre possibile sostituire una giornata settimanale con il Sabato. La Domenica è sempre di riposo.



SUGGERIMENTI E FEEDBACK

Cerchiamo costantemente di migliorare l'esperienza. Ogni tua osservazione è per noi importante per migliorare il servizio. Sentiti libero di comunicarci le tue osservazioni, facci sapere cosa ti è piaciuto particolarmente e cosa invece avresti fatto di diverso.

INFORMAZIONI

Informazioni generali – Numeri telefonici – Pronto intervento

Indirizzo abitazione:

- **ABITAZIONE: Via Borghetto, 3 – 42025 – Cavriago (RE)**
- **AGRITURISMO E AGRIPARCO: Via Guardanavona 53/4 - 420,25 - Cavriago (RE)**

Luca Burani:

- Telefono: **+39 335 6543076**
- Skype: "**lucaburani**"
- Email 1: **lucaburani@hotmail.com**
- Email 2: **lucaburani@gmail.com**

Cristina Dallai

- Telefono: **+39 335 5331201**

Daniela Burani:

- Telefono: **+39 333 3675316**



Silvana e Giancarlo Burani (genitori)

- Telefono abitazione: **+39 0522 575051**
- Telefono Sivana: **+39 339 2131556**

Emergenze:

- Ambulanza: **118**
- Carabinieri: **112**
- Polizia di stato: **113**
- Vigili del fuoco: **115**
- Emergenza ambientale: **1515**

Cartelle personali

Una volta terminata la tua esperienza qui, potrai utilizzare una cartella privata sul nostro spazio cloud, dove potrai caricare o scaricare immagini, musica, documenti e tutto quanto vorrai o vorremo condividere, perchè l'esperienza di vita insieme sia ancor più ricca e duratura. Il link per la cartella ti verrà inviato quanto prima alla fine della tua permanenza qui.

Felice volontariato !