



Livret d'accueil WWOOFer

Vivre, apprendre & participer à Vaikuntha
Vallée de la Nied · Guerstling · France

*“If you do not do what you cannot do, it is all right. But if
you do not do what you can do, your life is a tragedy.”*

— Sadhguru

Vaikuntha Naturnahes Lernen e. V.
Rue de la Nied, Lieudit Auf Evernese M178, F-57320 Guerstling
bene@vaikuntha.eu · Version 1.1 · Août 2026

Sommaire

1 **Fiche d'infos pour démarrer** — les règles essentielles sur une page (à distribuer)

2 **Ta check-list pour la première semaine** — à cocher

3 Le deal — ce que nous offrons, ce que nous attendons

4 Tes tâches fixes — quotidiennes & hebdomadaires

5 Le rythme de la semaine en un coup d'œil

6 Les personnes — qui est qui, à qui demander quoi

7 Le lieu — terrain, maisons & logements

8 La cuisine en détail

9 Jardin & plates-bandes — l'arrosage est la priorité n° 1

10 L'eau — puits, eau potable, économies

11 L'électricité — vivre avec le soleil

12 Salle de bain & sanitaires — caravane sanitaire « Isolde »

13 Sécurité & urgences

14 Notre vie ensemble

15 L'association & ses valeurs (extraits des statuts)

16 Nos traditions — arbre de bienvenue & terrain pieds nus

17 Rythme communautaire & visiteurs

18 Temps libre & environs

19 Assurance, responsabilité & départ

20 Notes

Bienvenue à Vaikuntha ! L'essentiel en bref

- 1 L'arrosage est prioritaire – avant tout le reste.** Le jardin est arrosé **matin et soir**. Cette tâche passe avant toute autre activité.
- 2 La cuisine est votre responsabilité.** Vous, les WWOOFers, veillez à ce que la cuisine tourne et reste propre. Nous donnons un coup de main – mais la responsabilité vous revient. Vous pouvez l'utiliser à tout moment.
- 3 Le jeudi, c'est le jour de cuisine des WWOOFers.** Vous cuisinez pour la communauté – votre soirée, votre cuisine, vos recettes.
- 4 Samedi matin : ménage de la maison principale.** Une fois par semaine, la maison principale est nettoyée – toujours le samedi matin, tous ensemble.
- 5 La salle de bain des WWOOFers reçoit chaque jour un coup de serpillière humide.** Vite fait, mais tous les jours.
- 6 Économiser l'eau est obligatoire** – surtout en période de sécheresse. Notre eau vient de notre propre puits. Douches courtes, robinets bien fermés.
- 7 En cas de doute : demande.** Toujours. Mieux vaut demander une fois de trop que se tromper une fois.
- 8 Les boissons alcoolisées sont à ta charge.** Les repas et les boissons sans alcool sont offerts.
- 9 Au départ : défaire les lits**, balayer le logement, trier les déchets.
- 10 Actuellement, une interdiction totale de feu s'applique** sur l'ensemble du terrain (sécheresse). Repos nocturne : 22 h – 8 h. Fumer uniquement dehors, éteindre complètement les mégots.

Urgences (France)

Numéro d'urgence européen **112** · Urgences médicales **15** · Police **17** · Pompiers **18**

Adresse à donner aux secours : Rue de la Nied, Lieudit Auf Evernese M178, F-57320 Guerstling

Bien arriver à Vaikuntha ✓

Cette liste est à toi. Coche ce qui est fait – à la fin de la première semaine, nous la parcourons ensemble.

Faire connaissance

- ☐ **Benedikt** rencontré — président de l'association & ton premier interlocuteur
- ☐ **Jo** rencontré — responsable technique
- ☐ **Andrea** rencontrée — finances & référente pour les femmes
- ☐ **Jan** rencontré — coordinateur des activités des WWOOFers

Initiations

- ☐ **Initiation cuisine** (avec Jan) — appareils, gaz, provisions, organisation, vaisselle & rangement
- ☐ **Initiation plates-bandes & arrosage** (avec Jan) — quelles plates-bandes, combien d'eau, où sont les arrosoirs et les tuyaux
- ☐ Tour du terrain — maison principale « Gunther », caravane sanitaire « Isolde », caravanes, jardin, limites du terrain
- ☐ On m'a montré les outils & les appareils (machines uniquement après initiation !)
- ☐ On m'a expliqué l'électricité & le solaire — ce que je peux brancher, ce que je ne peux pas
- ☐ On m'a montré les points d'eau potable

Règles & rythme

- ☐ Fiche d'infos (page 1) lue et comprise — en cas de question : demander !
- ☐ Numéros d'urgence & adresse enregistrés dans mon téléphone
- ☐ Ma routine d'arrosage quotidienne (matin & soir) est claire
- ☐ La routine de nettoyage de la salle de bain est claire (tous les jours)
- ☐ Premier jeudi de cuisine vécu ou planifié
- ☐ Premier ménage du samedi fait avec les autres

Arriver & tradition

- ☐ **Mon arbre de bienvenue planté** 🌱 (ou date de plantation convenue avec Benedikt, si la saison ne le permet pas)
- ☐ Allergies / alimentation / limites de santé communiquées

☐ Justificatifs d'assurance montrés (maladie & responsabilité civile)

☐ J'ai traversé le terrain pieds nus au moins une fois 😊

Ce que nous offrons – ce que nous attendons

Le WWOOF (Worldwide Opportunities on Organic Farms) est un échange culturel et d'apprentissage non commercial : tu donnes un coup de main **env. 4 heures par jour, 6 jours par semaine** et tu reçois en échange le logement, les repas et de vraies expériences d'apprentissage. Ni contrat de travail, ni hôtel – un échange d'égal à égal.

Notre offre

- **Un logement au paradis** : ta caravane en pleine verdure, dans la vallée de la Nied
- **De la bonne nourriture** : fraîche, partagée, en grande partie de notre propre jardin
- **Apprendre** : jardinage écologique, autosuffisance, artisanat, vie en communauté
- **Une communauté** : respectueuse, franco-allemande, intergénérationnelle

Ta contrepartie

- **Une participation engagée, dans la mesure de tes possibilités** – repère : env. 4 heures par jour, 6 jours par semaine, un jour libre à convenir. Personne n'exige de toi ce que tu ne peux pas faire. Mais ce que tu peux faire, donne-le de tout cœur.
- De la fiabilité pour les tâches fixes (chapitre 4) – la communauté doit pouvoir compter dessus
- Une communication fiable et une participation active à la vie commune
- Du soin pour le logement, les outils et le lieu

Flexible à toute heure – mais équitable

Tu peux répartir tes quelque 4 heures assez librement sur la journée – certains préfèrent arroser à 6 h du matin, d'autres bricolent le soir. Cette liberté ne fonctionne qu'avec de l'honnêteté : **le deal doit rester équitable**. Si tu sens que l'équilibre bascule (dans un sens comme dans l'autre !), parles-en – nous le ferons aussi.

“If you do not do what you cannot do, it is all right. But if you do not do what you can do, your life is a tragedy.”

— Sadhguru

C'est dans cet esprit que nous travaillons ici – avec un principe qui vaut dans notre maison : « **Si je fais quelque chose, je le fais bien – ou je ne le fais pas.** » Mieux vaut une tâche faite avec soin que trois à moitié terminées.

Quotidiennes & hebdomadaires – nous comptons dessus

Chaque jour

Tâche	Détails
 Arrosage le matin  Arrosage le soir	Priorité n° 1 – passe avant toutes les autres tâches. Tôt le matin et le soir, quand le soleil est bas (à midi, l'eau brûle les feuilles et s'évapore pour rien). Quoi arroser, en quelle quantité et avec quoi, tu l'apprendras lors de l'initiation aux plates-bandes. Si tu ne fais qu'une seule chose dans la journée : celle-ci.
 Nettoyer la salle de bain des WWOOFers	La salle de bain de la caravane sanitaire « Isolde » reçoit chaque jour un coup de serpillière humide : laver le sol, laisser lavabo et douche propres, enlever les cheveux, laisser les pièces sèches. Ça prend 10 minutes et ça fait toute la différence.
 Garder la cuisine en ordre	La cuisine tourne sous votre responsabilité : faire la vaisselle après chaque utilisation, essuyer les surfaces, pas de restes de nourriture à l'air libre, cuisinière et gaz éteints. Détails au chapitre 8.

Chaque semaine

Tâche	Détails
 Jeudi : jour de cuisine des WWOOFers	Le jeudi, vous les WWOOFers cuisinez pour la communauté (le jeudi est aussi le jour communautaire, des invités peuvent donc se joindre à nous). Planifiez à l'avance : qu'est-ce qu'on cuisine, de quoi a-t-on besoin, qui fait quoi ?
 Samedi matin : ménage de la maison principale	Une fois par semaine, la maison principale « Gunther » est nettoyée à fond – toujours le samedi matin : sols, cuisine, pièces communes, surfaces. À plusieurs, c'est réglé en 1 à 2 heures.

Toujours

- **Économiser l'eau** – obligatoire en période de sécheresse (chapitre 10)
- **Demander en cas de doute** – pour tout : appareils, récoltes, électricité, invités, outils
- **Payer soi-même l'alcool** – liste à cocher dans la cuisine, règlement auprès d'Andrea
- **Au départ** : défaire les lits, balayer la caravane, trier les déchets (chapitre 19)

À quoi ressemble une semaine à Vaikuntha

Jour	Au programme
Chaque jour	Arrosage matin & soir (priorité !) · nettoyer la salle de bain · cuisine en ordre · travail sur les projets selon accord · dîner ensemble autour de la grande table (été vers 21 h, hiver vers 20 h)
Lundi	Démarrage tranquille, planification de la semaine avec Jan : quels projets sont au programme ?
Mardi	Travail sur les projets · des invités en co-working peuvent être dans la maison (mar.–ven. 8 h – 18 h) · permanence ouverte 16 h – 20 h
Mercredi	Travail sur les projets
Jeudi	Jour de cuisine des WWOOFers ! · communauté ouverte 15 h – 23 h, invités et membres passent nous voir · permanence 16 h – 18 h
Vendredi	Travail sur les projets · clôturer la semaine ensemble
Samedi	Le matin : ménage de la maison principale (rendez-vous fixe) · ensuite temps libre / temps ensemble · le 1er week-end du mois, c'est le week-end communautaire
Dimanche	Journée à l'esprit de repos · permanence 16 h – 18 h · ne pas oublier l'arrosage 😊

Repos nocturne : 22 h – 8 h

Pendant cette période, le calme règne sur le terrain. Tu peux organiser tes horaires de travail librement – mais le repos des autres, lui, reste intouchable.

Repas

Le petit-déjeuner et le déjeuner, tu les prépares toi-même dans la cuisine – quand cela te convient et convient aux tâches. Le **dîner se prend toujours ensemble autour de la grande table** : vers 21 h en été, vers 20 h en hiver. C'est le moment de la journée où tout le monde se retrouve – sois de la partie.

Remarque : le déroulement concret des journées change avec les saisons et les projets en cours – la planification de la semaine se fait le lundi avec Jan. Ton jour libre (1× par semaine) est convenu individuellement.

Qui est qui – et à qui demander quoi ?

Vaikuntha vit grâce à ses personnes. Tu feras la connaissance de ces quatre-là pendant ta première semaine (c'est aussi sur ta check-list) :

Benedikt · Président de l'association Ton premier interlocuteur. Il coordonne les projets, les inscriptions et tout l'organisationnel. Joignable à bene@vaikuntha.eu. Questions sur : l'association, les projets, les invités, les problèmes en tout genre	Jo · Responsable technique Responsable de la technique et de l'infrastructure : machines, construction, solaire, puits et tout ce qui demande à être réparé. Questions sur : outils, appareils & machines, électricité, eau, réparations
Andrea · Finances & référente pour les femmes S'occupe des finances de l'association et des règlements (dont ta liste alcool et tes avances de frais). En tant que référente pour les femmes, elle est l'interlocutrice de confiance de toutes les femmes sur place. Questions sur : argent, règlements, achats — et sujets confidentiels	Jan · Coordinateur des activités des WWOOFers Planifie les tâches avec vous, fait les initiations (plates-bandes, arrosage, cuisine) et est votre contact direct au quotidien : qu'est-ce qui est au programme aujourd'hui, qu'est-ce qui est prioritaire ? Questions sur : tâches du jour, planification du travail, initiations, plan d'arrosage

Règle de base

Il n'y a pas de questions bêtes. **En cas de doute, demande toujours** – mieux vaut demander trois fois que noyer une plate-bande, abîmer un outil ou vider la batterie solaire.

Tu rencontreras aussi chez nous : des membres de l'association (surtout le jeudi et le week-end communautaire), des invités en co-working pendant la semaine, des voisins de Guerstling et des environs – et d'autres WWOOFers, si vous êtes plusieurs.

Terrain, maisons & logements

Vaikuntha se trouve dans la vallée de la Nied, près de Guerstling, juste à la frontière franco-allemande. La rivière, les vieux arbres, les prairies, le potager – notre petit paradis, et le tien aussi pendant ton séjour.

Maison principale « Gunther »

- Maison commune pour les repas, les rencontres et les ateliers – c'est ici que se joue la vie collective
- Par mauvais temps et en hiver : on enlève ses chaussures (apporte des chaussons !)
- En partant le soir : lumières et appareils éteints, fenêtres fermées, surfaces essuyées, vaisselle lavée et rangée, sol balayé, déchets triés, portes verrouillées

Chez toi : la caravane des WWOOFers

- Tu es responsable de l'ordre et de la propreté
- Ne brancher un appareil de chauffage qu'après accord (électricité solaire ! chapitre 11)
- Aérer régulièrement, ne pas fumer, pas de flammes nues
- Au départ : défaire les lits, balayer, trier les déchets

Caravane sanitaire « Isolde »

- Tes sanitaires : douche, lavabo, toilettes (détails au chapitre 12)

Tonneau-dortoir (« Schlaffass »)

- Couchage pour les membres et les invités inscrits – ce n'est pas le logement des WWOOFers, mais c'est bon à savoir quand il y a des invités

Jardin, Nied & prairies

- Dans le jardin, marcher uniquement sur les chemins prévus – les plates-bandes sont fragiles
- Récolter uniquement après accord (même si c'est tentant !)
- Coin baignade dans la Nied : à tes risques et périls, jamais seul·e, uniquement sobre et bien réveillé·e (chapitre 13)
- Refermer les portails et les clôtures de pâturage après ton passage

Votre cuisine, votre responsabilité

Le principe

Vous, les WWOOFers, pouvez utiliser la cuisine de la maison principale à tout moment. En contrepartie, elle est **votre responsabilité** : nous donnons un coup de main et cuisinons volontiers ensemble – mais c'est **vous** qui veillez à ce qu'elle reste propre, fonctionnelle et accueillante. C'est le cœur de la maison.

Après chaque utilisation

- Laver tout de suite casseroles, poêles et vaisselle, les essuyer, les ranger
- Essuyer les plans de travail, ne pas laisser de restes de nourriture à l'air libre
- Éteindre complètement la cuisinière et le four, fermer les appareils à gaz
- Balayer le sol si besoin, trier les déchets

Règles

- **N'utiliser les appareils à gaz qu'après initiation** (c'est sur ta check-list)
- Signaler ses allergies avant les repas communs – et poser toi-même la question quand tu cuisines pour les autres
- Lave-vaisselle et lave-linge uniquement avec accord et si la production solaire est suffisante (chapitre 11)
- Provisions : sers-toi dans ce qui appartient à la cuisine commune – en cas de doute, demande. Les ingrédients particuliers pour le jour de cuisine sont à convenir à l'avance
- **Les boissons alcoolisées se paient** – inscris-toi sur la liste à cocher dans la cuisine, le règlement se fait auprès d'Andrea

Jeudi : jour de cuisine des WWOOFers 🍳

- Vous planifiez et cuisinez le repas commun pour la communauté (le jeudi est le jour communautaire ouvert, 15 h – 23 h)
- Planifier tôt : recette, ingrédients, quantités – convenir des achats à temps avec Jan
- On mange comme toujours ensemble autour de la grande table (été vers 21 h, hiver vers 20 h)
- Le saisonnier du jardin a la priorité – ce qui est mûr file dans la marmite (récolte à convenir !)
- Pas besoin d'un menu gastronomique. Une cuisine simple et bonne, préparée avec amour – c'est exactement ce qu'il faut

L'arrosage est la priorité n° 1

La règle la plus importante de ce livret

Le jardin est arrosé **matin et soir** – cela passe avant toutes les autres tâches. Les plantes pardonnent un abri mal rangé. Une journée d'arrosage manquée en plein été, elles ne la pardonnent pas.

Bien arroser

- **Tôt le matin** (avant que le soleil ne soit haut) et **le soir** (quand il est bas)
- Jamais dans la chaleur de midi – l'eau s'évapore et les gouttes agissent comme des loupes
- Arroser au pied des plantes, pas sur les feuilles (surtout les tomates !)
- Mieux vaut arroser moins souvent mais en profondeur que tous les jours en surface – détails lors de l'initiation aux plates-bandes
- Arroser en économisant l'eau : l'arrosoir ciblé plutôt que le tuyau généreux, le paillage garde l'humidité

Dans le jardin

- Marcher uniquement sur les chemins prévus
- **Récolter uniquement après accord** – nous planifions avec ce qui arrive à maturité
- Pas de produits phytosanitaires chimiques – nous jardinons de façon écologique. Aucune exception sans autorisation expresse
- Nettoyer les outils après usage et les remettre à leur place
- Les jeunes arbres et les plantations récentes demandent une attention particulière – ton arbre de bienvenue aussi 🌿
- Ne nourrir les animaux qu'après initiation

Le jardin est le cœur de l'objet de l'association : l'autosuffisance alimentaire de la communauté. Ce que tu fais ici atterrit littéralement dans toutes les assiettes – y compris la tienne.

Puits, eau potable & économies

Notre eau vient de **notre propre puits** et elle est filtrée. L'eau potable est en plus traitée par notre machine à eau et analysée régulièrement. Mais cela veut aussi dire : **l'eau n'est pas illimitée chez nous** – c'est une ressource que nous gérons nous-mêmes.

Économiser l'eau est obligatoire – surtout en période de sécheresse

Pendant les étés secs (comme en ce moment – la commune a même décrété une interdiction de feu), chaque litre compte. Économiser l'eau n'est alors pas une simple demande, mais une règle qui engage tout le monde.

Concrètement, cela veut dire

- Douches courtes – se mouiller, couper l'eau, se savonner, se rincer
- Toujours fermer complètement les robinets, signaler immédiatement un robinet qui goutte
- Prendre l'eau potable uniquement aux points de puisage prévus
- Utiliser l'eau de vaisselle intelligemment (bassine plutôt que robinet ouvert)
- Pour l'arrosage : ciblé, au pied des plantes, avec paillage – pas d'aspersion à midi
- Ne déverser ni eaux usées ni produits chimiques sur le terrain ou dans la Nied
- Pas de produits nettoyants agressifs dans les canalisations (notre station d'épuration est biologique)

Vivre avec le soleil

Une partie de notre alimentation électrique passe par une **installation solaire avec batterie de stockage**. Ça marche merveilleusement bien – tant que tout le monde y pense. La nuit, en hiver et par mauvais temps, l'électricité **n'est pas disponible sans limite**.

Règles

- Éteindre la lumière en quittant une pièce, débrancher les chargeurs après la charge
- **Uniquement après accord** : radiateur soufflant, bouilloire, plaques de cuisson, sèche-cheveux – tout ce qui consomme beaucoup
- Ne pas brancher d'appareils supplémentaires de ta propre initiative (même pas dans la caravane !)
- Lave-linge et lave-vaisselle uniquement avec accord – idéalement à midi, en plein soleil
- Ne jamais ouvrir les tableaux électriques, les onduleurs et les batteries

Règle d'or

Les gros consommateurs tournent quand le soleil brille. Si tu n'es pas sûr·e qu'un appareil soit ok : demande.

Caravane sanitaire « Isolde »

« Isolde » est notre installation sanitaire mobile et ta salle de bain pendant ton séjour.

Tâche quotidienne des WWOOFers

La salle de bain des WWOOFers reçoit **chaque jour un coup de serpillière humide**. Répartissez-vous la tâche si vous êtes plusieurs – mais elle se fait tous les jours. Une salle de bain propre, c'est du respect envers toutes les personnes qui l'utilisent.

Règles dans la caravane sanitaire

- Enlever ses chaussures ou utiliser des sandales de bain propres
- Laisser les pièces propres et **sèches** (humidité = moisissure)
- Enlever les cheveux de la douche et du lavabo – à chaque fois
- Uniquement du papier toilette adapté dans les toilettes, rien d'autre
- Pas de produits nettoyants agressifs dans les canalisations
- Ne pas fumer
- Utiliser l'eau avec parcimonie – douches courtes (chapitre 10)

Pour que tout le monde reste en bonne santé

Numéros d'urgence (France)

Numéro d'urgence européen **112** · Urgences médicales **15** · Police **17** · Pompiers **18**

Notre adresse à donner aux secours : **Rue de la Nied, Lieudit Auf Evernese M178, F-57320 Guerstling**

Interdiction totale de feu

En raison de la sécheresse persistante, **tout feu ouvert est strictement interdit sur l'ensemble du terrain jusqu'à nouvel ordre** – pas de feu de camp, pas de barbecue à flamme nue, pas de bougies dehors. Fumer uniquement dehors, en éteignant complètement les mégots. Dans les bâtiments et les espaces de couchage, il est strictement interdit de fumer.

Machines & outils

- N'utiliser les véhicules et les machines que l'esprit clair et reposé – et uniquement après initiation
- Signaler tout dommage immédiatement – l'honnêteté avant la perfection
- Les zones de travail et de chantier peuvent être exclues du principe pieds nus et sont signalées – là-bas, chaussures solides obligatoires

Coin baignade dans la Nied

- Baignade à tes risques et périls – il n'y a pas de surveillance
- Ne jamais nager seul-e, uniquement l'esprit clair et bien réveillé-e
- Les enfants uniquement avec leurs responsables légaux
- Pas de musique, pas de voitures, pas de camping au bord de la Nied

Terrain

- Terrain naturel = dangers naturels : chemins irréguliers, branches, outils, animaux, cours d'eau – se déplacer avec prudence
- La nuit, utiliser une lampe frontale
- Signaler les dangers visibles, ne pas se contenter de les contourner

Le respect – envers les personnes, les animaux et le lieu

Toutes les règles de Vaikuntha ont le même cœur : **le respect mutuel.**

- Nous traitons la nature, les plantes, les animaux et les humains avec la même considération
- Des relations respectueuses et sans discrimination – toujours, avec tout le monde
- Les limites personnelles et un « non » sont respectés à tout moment
- La violence, les menaces et les comportements déplacés ne sont pas tolérés
- Nous abordons les conflits tôt et calmement – sans laisser couvrir, sans parler dans le dos
- Nous laissons les lieux au moins aussi bien rangés que nous les avons trouvés
- Signaler immédiatement les dommages et les maladroites – ça arrive à tout le monde, et ce n'est jamais grave quand on le dit

Repos nocturne : 22 h – 8 h

Les conversations à voix basse, oui ; la musique et le bricolage, non. Les humains (et les animaux) dorment.

Invités & visites

- Vaikuntha n'est pas un lieu public – merci de convenir des visites à l'avance avec Benedikt
- Les nuitées non annoncées, le camping sauvage et les fêtes privées ne sont pas autorisés
- Photos et vidéos pour les réseaux sociaux & co uniquement après accord – demande aussi aux personnes que tu photographies

Ce que défend Vaikuntha (extraits des statuts)

Vaikuntha Naturnahes Lernen e. V. est une association enregistrée et **reconnue d'utilité publique**. C'est plus qu'une formalité : tout ce qui est produit et construit ici sert exclusivement les buts fixés par les statuts – personne ne s'enrichit. Si l'association devait un jour être dissoute, son patrimoine irait au NABU Saarland, pour la protection de la nature.

L'objet de l'association – et ce qu'il signifie pour toi

Extrait des statuts (§ 2)	Au quotidien, cela veut dire
L'association « betreibt eine landwirtschaftliche Fläche ... mit dem Ziel, die Selbstversorgung seiner Vereinsmitglieder sicherzustellen » — en français : elle « exploite une surface agricole ... dans le but d'assurer l' autosuffisance de ses membres. Cela comprend en particulier la nourriture, l'électricité, l'eau ainsi que la prévention des déchets. »	C'est pourquoi le jardin, le solaire, le puits et le tri des déchets ne sont pas des détails ici, mais le cœur du projet – et ton aide sur ces sujets est un vrai travail associatif.
Jardin écologique et élevage respectueux des animaux	Pas de pesticides chimiques, des animaux traités avec respect et après initiation
Transmission des savoirs entre les générations	Les savoirs anciens (fauchage à la faux, conserves, artisanat) se transmettent – interroge les plus âgés, montre aux plus jeunes
Soutien au village de Guerstling, valorisation écologique (prairies fleuries, plantations d'arbres)	Nous sommes de bons voisins – saluer avec le sourire, être attentionné, donner un coup de main au village
Éducation à la nature pour les enfants et les jeunes	Lors des événements et des camps, les WWOOFers donnent souvent un coup de main – précieux et beau
Un espace pour l'art, la musique et la culture	Apporte ton instrument ! La créativité est ici expressément la bienvenue

Notre devise : « **Vivre et apprendre avec la nature et de la nature – au rythme des saisons.** » La communauté plutôt que l'individualisme, les cycles plutôt que le jetable.

Arbre de bienvenue & terrain pieds nus

🌳 Ton arbre de bienvenue

À Vaikuntha, chaque personne perpétue, lors de sa **première visite**, la tradition de planter un arbre ou un autre végétal ligneux adapté au site – l'« **arbre de bienvenue** ». Cette plantation exprime le lien avec le lieu et son développement proche de la nature. Ton arbre continue de grandir ici, même quand tu seras reparti-e depuis longtemps – et quand tu reviens, tu lui rends visite.

- Le lieu, l'espèce et le moment se décident avec Benedikt (la saison et le concept d'entretien comptent aussi)
- Si la saison ne permet pas de planter, la plantation est rattrapée plus tard – ou tu prends en attendant le parrainage d'un jeune arbre

👣 Terrain pieds nus

Un principe que nous prenons au sérieux : « **Vaikuntha doit pouvoir se parcourir pieds nus.** » L'ensemble du terrain doit pouvoir être utilisé sans chaussures, en toute sécurité, toute l'année. Pour tout le monde, cela signifie :

- Ne pas laisser de matériaux coupants, de verre brisé, de clous ou de vis sur les espaces communs
- Après des travaux : inspecter la zone, ranger, balayer
- Les zones de travail et de chantier sont temporairement exclues et signalées – là-bas, chaussures solides obligatoires
- Et bien sûr : essaie ! Pieds nus dans la prairie au petit matin – c'est pour ça que tu es là 😊

Quand ça bouge chez nous

Statut	Quand
 Communauté ouverte	Le jeudi 15 h – 23 h · le 1er week-end du mois (sam. & dim.) · autour des événements (à partir de 24 h avant)
 Ouverture limitée	Les autres week-ends (sam. & dim.), sur inscription – pas de fête, peut changer à court terme
 Co-working	Mar.–ven. 8 h – 18 h, 2 postes de travail
 Permanence ouverte	Mar. 16 h – 20 h · jeu. 16 h – 18 h · dim. 16 h – 18 h

En dehors de ces créneaux, Vaikuntha est une **communauté fermée** – visiteurs uniquement sur invitation ou inscription via **anmeldung@vaikuntha.eu**.

Ce que cela signifie pour toi en tant que WWOOFer

- Le jeudi, ça s'anime – et c'est vous qui cuisinez (le jour de cuisine des WWOOFers tombe le jour communautaire : ce n'est pas un hasard !)
- Le week-end communautaire, tout le monde met la main à la pâte – belle occasion de faire connaissance avec les membres
- Si des inconnus se trouvent sur le terrain sans s'être annoncés : les aborder aimablement et les renvoyer vers Benedikt
- Merci d'annoncer tes propres visiteurs à l'avance (chapitre 14)

Quand tu as quartier libre

Sur le terrain

- Se baigner dans la Nied (règles au chapitre 13), hamac, faire de la musique, lire, simplement être
- Se retrouver le soir – actuellement sans feu de camp (interdiction de feu), mais avec un ciel étoilé

Excursions à proximité

- **Grotte à concrétions de Niedaltdorf** – juste à côté
- **Boucle de la Sarre (Saarschleife) près de Mettlach** – point de vue de Cloef et sentier des cimes
- **Ligne Maginot, Fort de Schoenenbourg** – l'histoire à portée de main

Randonnée & vélo

- Le Grenzlandweg à travers le paysage culturel franco-allemand
- Le Druidenpfad (sentier des druides) – boucle au départ de Niedaltdorf
- Pistes cyclables le long de la Nied et de la Sarre

Restaurants & courses

- Restaurants dans les environs : Ali Baba, Restaurant Niedmühle, Wackenmühle, Leickshof, Hessmühle, Taj Mahal
- Courses : Bouzonville (FR) ou Siersburg/Rehlingen (DE)

Le côté formel – et les adieux

Assurance (ta responsabilité)

- En tant que WWOOFer, tu es **toi-même responsable** de tes assurances maladie, accident et responsabilité civile
- Assurance maladie avec couverture à l'étranger pour la France (la carte européenne CEAM suffit généralement pour les citoyens de l'UE)
- Merci de nous montrer tes justificatifs pendant la première semaine (c'est sur la check-list)

Responsabilité

- Le séjour sur un terrain proche de la nature comporte des risques typiques (chemins irréguliers, outils, machines, animaux, cours d'eau, branches)
- Agis avec prudence, respecte les initiations, évite les dangers visibles
- En cas de manquements graves ou répétés au règlement intérieur, une interdiction d'accès peut être prononcée – heureusement, nous n'avons encore jamais eu à le faire

Ton départ – check-list

- ☐ **Défaire les lits** et donner le linge de lit à laver
- ☐ Balayer la caravane, emporter toutes tes affaires personnelles
- ☐ Trier et évacuer les déchets
- ☐ Rendre les outils, livres et autres objets empruntés
- ☐ Régler les montants en suspens auprès d'Andrea (liste alcool, avances de frais)
- ☐ Tour de clôture avec Benedikt : du feedback dans les deux sens – qu'est-ce qui était bien, que pouvons-nous améliorer ?
- ☐ Rendre une dernière visite à ton arbre de bienvenue 🌿 – il reste ici et il t'attend

Et après ? Reste en contact ! Beaucoup de WWOOFers reviennent – certains deviennent membres. Adhésion individuelle 15 €/mois, familles 25 €/mois, tarif solidaire sur demande.

