

Willkommen bei Vaikuntha

Infos vor deiner Ankunft · für unsere WWOOFer · Guerstling, Tal der Nied
(Frankreich)

Schön, dass du zu uns kommst! Vaikuntha ist ein gemeinnütziger Naturraum im Tal der Nied – wir leben und lernen **mit der Natur und von der Natur, im Rhythmus der Jahreszeiten**. Dieses Blatt sagt dir, was dich erwartet, was du mitbringen solltest – und stellt dir ein paar Fragen, damit wir deine Zeit bei uns gut vorbereiten können.

Unser Deal – ehrlich und fair

Was wir dir bieten

- Unterkunft im Paradies: eigener WWOOFer-Wohnwagen mitten im Grünen
- Gutes, frisches Essen – viel davon aus dem eigenen Garten
- Praktisches Lernen: Gärtnern, Selbstversorgung, Handwerk, Gemeinschaft
- Ein offenes, respektvolles Miteinander in deutsch-französischer Umgebung

Was wir uns von dir wünschen

- Engagierte Mithilfe im Rahmen deiner Möglichkeiten — Richtwert:
ca. 4 Stunden am Tag, 6 Tage die Woche
- Verlässlichkeit bei den festen Aufgaben (v. a. Gießen, Küche, Sauberkeit)
- Offene, verbindliche Kommunikation – bei Unsicherheit: einfach fragen
- Sorgfalt mit Unterkunft, Werkzeugen und dem Ort

Flexible Zeiten, fairer Ausgleich

Als Richtwert gelten **ca. 4 Stunden Mithilfe am Tag, an 6 Tagen die Woche** (ein freier Tag nach Absprache). Wann du deine Stunden leistest, kannst du flexibel über den Tag verteilen – früh, spät, wie es zu dir und den Aufgaben passt. Wichtig ist nur: **Der Deal bleibt fair**. Wir geben viel und freuen uns über Menschen, die mit Herz dabei sind.

“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

Wo wir essen & die Küche

Gegessen wird im **Haupthaus „Gunther“** – unserem Gemeinschaftshaus für Essen, Treffen und Workshops. **Frühstück und Mittagessen** machst du in Eigenregie in der Küche. Das **Abendessen ist immer gemeinsam am großen Tisch** – im Sommer gegen 21 Uhr, im Winter gegen 20 Uhr. Die Küche darfst du jederzeit benutzen.

Wichtig: Die Küche ist WWOOFer-Verantwortung

Wir helfen mit und kochen oft zusammen – aber dass die Küche läuft und sauber bleibt, stellt ihr WWOOFer sicher. **Donnerstag ist WWOOFer-Kochtag**: da kocht ihr für die Gemeinschaft. Sag uns vorher Bescheid, wenn du Allergien oder besondere Ernährung hast.

Arbeitsbereiche – was es bei uns zu tun gibt

Bereich	Typische Aufgaben
Garten & Bewässerung ★	Gießen morgens & abends (hat Priorität vor allem anderen!), Beete pflegen, säen, pflanzen, ernten
Bäume & Grünflächen	Jungbäume wässern, mulchen, Wiesenpflege
Küche	Gemeinsames Kochen, Vorräte, Ordnung – eure Verantwortung
Tiere	Pflege und Fütterung nach Einweisung
Kompost & Kreisläufe	Kompost pflegen, Abfälle trennen und vermeiden
Bauen & Reparieren	Kleine Bau- und Reparaturarbeiten, Holzarbeit
Gemeinschaft	Gemeinschaftsbereiche pflegen, Veranstaltungen mit vorbereiten

Anreise & Kontakt

Adresse: Rue de la Nied, Lieudit Auf Evernese M178, F-57320 Guerstling (Frankreich, direkt an der deutschen Grenze)

Kontakt: bene@vaikuntha.eu — melde dich bitte mit deiner geplanten Ankunftszeit.

Was du mitbringen solltest

- Arbeitskleidung, die dreckig werden darf + feste Schuhe (Gummistiefel sind Gold wert)
- Regenjacke, Sonnenhut, Sonnenschutz – wir sind viel draußen
- Hausschuhe (im Haupthaus ziehen wir die Schuhe aus), Stirnlampe/Taschenlampe
- Handtücher und persönliche Dinge; Bettwäsche bekommst du von uns
- **Nachweis deiner Versicherungen:** Kranken-, Unfall- und Haftpflichtversicherung sind deine eigene Verantwortung (WWOOF-Standard)

Kleiner Fragebogen vor deiner Ankunft

Bitte vor der Anreise ausfüllen und an **bene@vaikuntha.eu** zurückschicken (Foto/Scan reicht) – oder die Fragen einfach formlos per E-Mail beantworten. So können wir Aufgaben, Essen und deine erste Woche gut planen.

1 · Name, Alter, Herkunft & Sprachen

2 · Geplanter Zeitraum (Ankunft – Abreise) und Anreiseart

3 · Welche Fähigkeiten & Erfahrungen bringst du mit? (ankreuzen, was passt)

- | | |
|--|---|
| ☐ Gärtnern / Gemüsebau | ☐ Kochen für Gruppen |
| ☐ Holzarbeit / Schreinern | ☐ Bauen / Handwerk allgemein |
| ☐ Umgang mit Tieren | ☐ Sense / Mähen / Wiesenpflege |
| ☐ Musik / Kunst / Kreatives | ☐ Technik / Elektrik / IT |
| ☐ Kinderbetreuung / Pädagogik | ☐ Erste Hilfe |
| ☐ Sonstiges: | |

4 · Erfahrung im Zusammenleben mit mehreren Menschen (WG, Community, Farm, Camps ...)

- ☐ noch keine ☐ etwas ☐ viel

Erzähl kurz: Wo hast du schon mit anderen zusammengelebt, und was ist dir dabei wichtig?

5 · Erfahrung in der Küche

- ☐ Anfänger:in ☐ koche regelmäßig ☐ koche gern & sicher für Gruppen

Was kochst du am liebsten? (Donnerstags ist WWOOFer-Kochtag!)

6 · Ernährung & Allergien (vegetarisch/vegan, Unverträglichkeiten ...)

7 · Gesundheit & Grenzen (was du körperlich nicht oder nur eingeschränkt machen kannst)

8 · Versicherung (Pflicht – bitte bestätigen)

- ☐ Ich habe eine gültige Krankenversicherung (mit Auslandsschutz für Frankreich)
- ☐ Ich habe eine private Haftpflichtversicherung
- ☐ Mir ist klar, dass Unfall-/Gesundheitsschutz meine eigene Verantwortung ist

9 · Was möchtest du bei uns lernen – und was möchtest du uns mitgeben?

10 · Sonst noch etwas, das wir wissen sollten?
