**Guía de Convivencia en Valyter**

En Valyter, aspiramos a vivir con sencillez, solidaridad y armonía, tanto entre seres humanos como con la naturaleza. Esta guía ofrece un marco de referencia para quienes deseen compartir una estancia temporal en nuestra comunidad. Invitamos a leerla con atención y con el corazón abierto.

1. Selección y llegada

Las estancias están previstas, en general, para un periodo inicial de 2 a 4 semanas, salvo casos excepcionales.Para estancias menores de 2 semanas se solicitará que los voluntarios traigan su saco de dormir y toalla.

Quienes estén interesados pueden escribirnos a través de nuestra web oficial o plataformas de voluntariado. Tras la solicitud:

El equipo coordinador responderá con una invitación a leer la Carta de Valores y esta Guía de Convivencia.

Se solicitará informar sobre el país o región de residencia y disponer de seguro médico vigente.

Se organizará una videollamada para conocernos y conversar sobre expectativas.

Tras la videollamada, y si hay plaza disponible, se confirmará la admisión temporal.

2. Alojamiento

El equipo de Valyter asignará alojamiento en función de la disponibilidad.

La estancia será en la Casa de la Ternura, en habitaciones compartidas 2 de 2 y una de 4 camas, según disponibilidad de espacio.

También se aceptan estancias de un máximo de dos campers en la zona del aparcamiento, con acceso a agua y a luz.

3. Prolongación de estancia

A las tres semanas, el voluntario podrá solicitar una entrevista con el equipo coordinador para valorar la posibilidad de ampliar su estancia hasta un máximo de tres meses.

Si después de este periodo desea continuar, y existe acuerdo mutuo:

Podrá plantearse una nueva ampliación.

En el caso de grupos o familias de 2 a 3 personas, y si hay disponibilidad, podrá ofrecerse el uso de una de las casas familiares (Valentía o Sueños), bajo contrato de cesión en precario.

En cualquier caso, se espera que se mantenga limpio y ordenado cada espacio individual y que se informe de cualquier avería detectada o causada se y se colabore en su resolución.

4. Alimentación

Valyter ofrece a las personas voluntarias tres comidas vegetarianas al día intentando (mientras se avanza hacia la autosuficiencia) limitar al mínimo los alimentos procesados y envasados :

Desayuno (autoservicio): 8:30

Comida: 14:00

Cena: 19:30

De lunes a viernes, según un menú semanal.

La dieta es vegetariana, por respeto a la vida animal y en consonancia con nuestros principios.

5. Actividades

Los voluntarios colaboran en las actividades comunitarias de 9:30 a 14:00, con un descanso de media hora.

Las tareas, a ser posible de dos en dos voluntarios, incluyen :

Cocina diaria para comida y cena, limpieza diaria de zonas comunes, recogida de compost, papel y plástico/envases (lo mínimo posible) dos veces por semana, lavandería dos veces por semana, recogida, corte y apilado de leña dos veces por semana ( ajustada a días sin lluvia)

Reparaciones y mantenimiento (según lista actualizada)

Horticultura, cuidado de frutales y colmenas, cuidado de corrales

Bioconstrucción y caminos forestales

La asignación de tareas se realiza por preferencias personales, rotación equitativa y acuerdo en asamblea.

6. Mascotas

Para proteger la fauna silvestre local, no se permite la estancia con mascotas traídas por las personas voluntarias.

7. Horas de silencio y descanso

Se respetará el descanso nocturno entre las 22:00 y las 8:00, salvo acuerdos excepcionales.

También se mantiene un espacio de tranquilidad entre las 15:00 y las 17:00 en la Casa de la Ternura, propicio para leer, descansar o meditar.

8. Vehículos

Los vehículos se estacionarán en la zona de aparcamiento (hasta un máximo de seis, incluyendo las Camper antes mencionadas).

Solo se accederá a la zona residencial para carga y descarga, y se fomentan los traslados a pie o en bicicleta.

9. Uso responsable de recursos

Valyter asume los gastos de agua, electricidad y calefacción, y agradece un uso responsable y consciente:

No derrochar agua ni energia en las duchas, intentando limitarlas a 5 minutos. Por respeto a la naturaleza y dado que el desague drena a una fosa séptica por oxidación y rebose, en Valyter no se puede usar ningún jabón químico con lauril sulfato ni otros produ tos químicos ni para el lavado del hogar, la ropa o higiene personal. Da A CC

..?????. Se pondrán un máximo de cuatro lavadoras a la semana, (dos x dos dias a la semana,) y se intentará secar al sol, limitando el uso de la secadora a lo esencial.

No dejar luces encendidas sin necesidad.

Uso moderado de placas y hornos eléctricos.

La calefacción por aerotermia se programa entre 14 y 18ºC de 10 a 19h y entre 18 y 22ºC de 19 a 10h.

10. Salud y bienestar

Promovemos una vida saludable a través de:

Alimentación vegetariana, preferiblemente con productos de la huerta o de trueque con campesinos locales.

Ejercicio físico, caminatas, tareas en la naturaleza.

Meditación y descanso consciente.

Atención médica a través del conocimiento comunitario y, si es necesario, por los servicios públicos de salud.

Por ello, se solicita a cada persona voluntaria disponer de seguro médico vigente.

11. Comunicación y empatía

La vida en comunidad se construye día a día. Es importante pensar en qué forma pueden afectar las decisiones individuales a la comunidad.

Cada mañana, de 9:00 a 9:30, celebramos una asamblea breve para acordar tareas y actividades.

El lunes, la asamblea se amplía de 9:00 a 10:00 para organizar la semana.

El viernes, de 15:00 a 16:00, evaluamos lo vivido y compartimos propuestas de mejora.

Promovemos una comunicación basada en la empatía, la ternura, la escucha activa, el respeto y la generosidad.

---

Valyter no es solo un lugar. Es una semilla de humanidad en armonía. Gracias por cuidar este espacio con alma.

Bienvenida, bienvenido.