

**Lavare i panni:** la lavatrice nella **lavanderia** (al piano terra del dormitorio) può essere messa in funzione solo dai capicasa. Per Fr. 5.- potete dare loro l'incarico per un bucato. Bisogna avere abbastanza indumenti per una lavatrice completa.

**Partenza:** affinché la vostra biancheria da letto possa essere lavata dopo la vostra partenza, dovete riporla nella cesta rossa accanto alla lavatrice nella lavanderia. È un grande aiuto per noi se le lenzuola sono al rovescio e con la cerniera lampo chiusa.

**Giornali e libri:** all'esterno dell'ufficio trovate un **espositore di giornali** svizzeri, tedeschi e italiani. Nella **biblioteca** c'è un grande assortimento di libri in lingua tedesca e italiana, fra questi anche tanti libri su temi regionali. Vi preghiamo di non portare a casa i libri della biblioteca.

**Caffè, tè:** se vi viene voglia di bere un caffè, andate nella cucina al pianoterra nella casa principale. Caffè, tè e latte sono a vostra disposizione. C'è un armadietto/dispensa e un piccolo frigorifero per gli alimenti privati degli ospiti. Il frigorifero grande, invece, serve per la colazione e ciò che è a disposizione di tutti. Qui, all'ora di **pranzo**, i capicasa mettono a disposizione di tutti gli eventuali avanzi della sera prima. Per favore lavate le stoviglie che usate durante la giornata e lasciate la cucina in ordine e pulita! Se la casa è piena, o quasi piena, la **lavastoviglie** rimane accesa tutto il giorno.

**Parcheggio:** nel caso siate arrivati con l'auto privata, il parcheggio si trova vicino alla Villa Baldini. Il parcheggio è gratis tutto l'anno. Potete portare la macchina davanti a casa solo per scaricare e caricare i vostri bagagli.

**Autogestione:** Salecina è gestita dai suoi ospiti. Molti ospiti conoscono la casa anche negli angoli più nascosti (e magari hanno anche aiutato a costruirla). Loro potranno dare una risposta esauriente alle domande dei nuovi arrivati. Di notte nessun capocasa è in servizio.

**Informazioni:** informazioni sulla zona, numeri di telefono importanti, orari d'apertura dei negozi, orari dei mezzi di trasporto etc. sono affissi sulle bacheche. Chi tiene gli occhi aperti si meraviglierà di quante informazioni si possono trovare sulle pareti e sulle porte di Salecina.

Ed ora finalmente vi auguriamo un soggiorno bello e piacevole!

Regula, Silvie, Benedetta e Sonia il vostro gruppo delle/dei capocasa.

## Cari ospiti, benvenuti a Salecina!

Per facilitare il vostro arrivo a Salecina, ecco alcuni consigli su come utilizzare la casa.



**Arrivo:** l'ufficio è aperto dalle ore 10:00 alle 12:00 e dalle 16:00 alle 19:00, (in bassa stagione cade l'apertura al mattino), siete pregati di annunciare il vostro arrivo ai Capicasa. In ufficio vi verranno date varie informazioni, potrete inoltre riporre documenti e oggetti di valore (i vostri gioielli!) e durante i giorni della vostra permanenza potete saldare i conti, acquistare nel piccolo chiosco: cartoline postali, francobolli, tessere telefoniche, libri, carte escursionistiche, creme solari, cioccolata e specialità della regione. Davanti alla porta dell'ufficio si trova una casella per la vostra posta in arrivo. Vicino alla porta d'entrata principale, al piano terra, si trova una buca delle lettere ed il telefono degli ospiti, il numero è 0041(0)81-8243398, le tessere telefoniche si possono acquistare in ufficio.

**Posti letto:** i letti riservati per voi sono indicati nella lista "check-in" all'entrata del dormitorio con i nomi degli ospiti in arrivo e l'indicazione delle stanze. Trapunte e cuscini sono già nelle stanze. Al pianoterra, vicino alla scala, c'è un armadio con lenzuola, federe per trapunte e cuscini. In tutte le camere ci sono scaffali per i bagagli. Sullo stesso piano della camera da letto troverete anche i servizi igienici. Altre coperte sono nell'armadio all'ultimo piano.

Durante la notte in ogni caso (ma anche durante la giornata) nel dormitorio non bisogna fare rumore - niente urla, voci alte, niente musica e radio! CD solo con cuffia! Spegnete sempre le luci, chiudete porte e finestre quando uscite dai locali.

**Docce:** le docce si trovano al pianterreno del dormitorio. Vi preghiamo di risparmiare il più possibile l'acqua e di usare poco sapone possibilmente non inquinante. Attraverso una canalizzazione l'acqua finisce direttamente nel torrente Orlegna qui vicino.

**Telefono:** all'entrata della casa di soggiorno trovate il telefono per gli ospiti, le carte telefoniche si possono comperare in ufficio. Il numero di telefono è 0041 (0)81 824 33 98.

**Fumare:** è possibile solo all'esterno. Davanti a casa ci sono diversi posacenere, si prega i fumatori di svuotarli regolarmente.

**Protezione incendi:** fogli informativi sono appesi nel dormitorio e nella casa principale. In tutti gli spazi abitabili ci sono i sensori antincendio. I tubi estintori sono al primo piano nel dormitorio e davanti all'ufficio e vicino ai gabinetti nella casa principale. L'impianto d'allarme in pochi minuti si collega automaticamente con la centrale dei pompieri. Per questo occorrono sempre due ospiti che si assumano l'incarico, nell'eventualità di un allarme, di comunicare con i pompieri o/e con qualcuno dei capicasa. Le istruzioni sono

appese all'entrata della casa principale, vicino alla centralina d'allarme. In caso d'allarme sono tutti invitati ad uscire all'esterno degli stabili, fino a quando è accertato il falso allarme.

**Deposito delle scarpe:** nell'ingresso al pianoterra del dormitorio c'è uno spazio dove lasciare le vostre scarpe e infilare quelle da casa.

**Stenditoio/asciugatoio:** dietro il deposito delle scarpe si trova un piccolo stenditoio per i vostri vestiti bagnati o il vostro bucato. Nel lavabo potete lavare a mano la vostra biancheria privata.

### **Informazioni riguardo la vita di tutti i giorni a Salecina**

A Salecina abbiamo due case: il dormitorio con le stanze, le docce, i lavatoi, il deposito delle calzature e lo stenditoio - e la casa principale con le sale da pranzo, le cucine, l'ufficio, la biblioteca, la stanza dei bambini, la "stube" e il salone ("discoteca- cinema").

**I servizi:** a ogni ospite è richiesto di svolgere una mansione al giorno. Potete provvedere da soli a darvi i turni scrivendo già prima del coordinamento il vostro nome sulla **lavagna dei servizi** appesa davanti all'ufficio.

**Le pulizie:** le pulizie possono essere effettuate in qualunque momento della giornata. Il giovedì ha luogo la "grande pulizia" della casa, per cui ci sono servizi supplementari e tutto viene pulito più a fondo. **Materiale per le pulizie:** si trova nelle cucine, subito dietro la porta della cucina di sotto, all'ingresso del solaio (vicino alla stanza dei bambini); nel dormitorio l'armadio si trova dietro la porta delle docce. Sulle porte degli armadi delle pulizie sono appese le indicazioni sui servizi di pulizia.

**Servizio della casa:** il servizio della casa è un jolly, chiedete in ufficio cosa si può fare (p.e. piegare dei depliant, falciare l'erba, strappare le erbacce dall'orto, o ciò che occorre al momento).

**Lavaggio piatti:** dopo cena, pentole e scodelle vanno lavate nella cucina di sopra; piatti, bicchieri, posate e tutto il resto, invece, nella cucina da basso. Per questo lavoro sono necessarie 4-6 persone. Nella cucina di sotto c'è una lavastoviglie., le stoviglie devono essere sciacquate con acqua fredda prima di riempirla! Finito il lavaggio bisogna vuotare e lavare i secchi rossi del composto organico nelle due cucine, cambiare i sacchi dell'immondizia, spazzare e lavare il pavimento.

**Prima colazione:** se la casa è piena, o quasi, la prima colazione va eseguita in due turni: il primo dalle 07.30/08:00 alle 09:00; il secondo dalle 09:00 alle 10:00. Il/la responsabile trova cibo e bevande necessarie su un carrello e nel frigorifero nella cucina da basso. Bisogna apparecchiare nella sala da pranzo piccola, preparare tè e caffè, latte caldo e freddo, portare sui tavoli pane, formaggio, muesli, burro, marmellata e, alla fine del turno, le stoviglie usate vanno lavate. Dopo le 10:00 tocca invece ai singoli ospiti prepararsi la colazione e poi pulire le stoviglie.

**La cena:** viene preparata a partire dalle ore 17:00 nella cucina di sopra con 4-6- persone (secondo la quantità di ospiti). I capicasa preparano provviste e ingredienti e, se necessario, supportano il gruppo con consigli. Il gruppo che cucina apparecchia e porta il cibo in tavola per le ore 19.00. Dopo aver mangiato ognuno sparcchia e pulisce il proprio tavolo.

Il **menu settimanale** viene deciso la domenica sera (di solito verso le 18.00 nella piccola sala da pranzo) insieme agli ospiti interessati. Il menu deve essere adeguato alle stagioni. Cibi vegetariani e carne si alternano. Anche quando è prevista carne, i vegetariani hanno comunque diritto a una cena adatta a loro.

**Il Bar:** di fronte alla cucina al piano terra c'è un armadio con un assortimento di bevande alcoliche e non-alcoliche. Il bar rimane normalmente aperto 24 ore e funziona secondo il principio dell'auto-servizio. I prezzi delle bevande sono indicati. Chi si serve **paga subito le bevande**. Gli ospiti possono sistemare le proprie bevande personali negli appositi scaffali nella sala da pranzo grande.

**La coordinazione:** dopo cena tutti gli ospiti si riuniscono nella sala grande e si distribuiscono i servizi per il giorno dopo. Capicasa e ospiti hanno la possibilità di dare informazioni interessanti riguardo la casa e la regione. Gli ospiti apprezzano molto se il responsabile della coordinazione ha dato un'occhiata ai giornali per le notizie dal mondo. Prima della cena passare dal ufficio per ricevere le informazioni da parte dei membri del team di gestione e le previsioni del tempo. Bisogna pure organizzare una persona che traduce in tedesco.

**Riciclaggio:** Nel **secchio rosso** in cucina si raccolgono tutti gli avanzi di **cibi cotti** e **dei rifiuti organici (escluso: ossa grandi)**, questi resti vengono ritirati da un privato e vengono utilizzati per la produzione di gas biologico.

Il **vetro** viene raccolto nelle apposite casse in cucina al pian terreno. Una delle casse è adibita alla raccolta del vetro generico. Le bottiglie in PET, escluso quella della Rivella vanno messe nell'apposito sacco. In svizzera altri tipi di plastica vengono gettati nell'immondizia generale.

**Giornali e carta usata** vengono raccolti negli appositi contenitori davanti alla porta dell'ufficio e al 1° piano del dormitorio. Dopo essere stati legati vanno messi nel vecchio locale del riscaldamento. Piccoli resti di carta per favore nell'immondizia.

**Batterie scariche** vanno portate nell'apposito recipiente davanti all' ufficio.

I rimanenti **rifiuti** vanno nei sacchi neri dei rifiuti che, quando sono pieni, vanno legati con due nodi e riposti nel cassonetto di legno davanti al piccolo edificio attaccato alla casa principale (vicino alla porta dei fornitori).