



VOLUNTARIADO EN INDIA

VOLUNTARIOS:

- Se pedirá una disponibilidad mínima de 2 semanas, con las 3 comidas y el alojamiento a cambio del trabajo. Las condiciones son modestas (durmiendo en tienda de campaña o cabaña de bambú aunque con colchón, almohada, sábana y mosquitera incluidas). Pedimos una aportación de 20€ a la semana por las clases y acompañamiento en la práctica del *karma yoga*, abiertos siempre a consultas de filosofía, *asanas*, meditación, etc.

- La casa AcroYogaThai está en Kerala, cerca de Alleppey (Allapuzha). El aeropuerto más cercano es el de Cochi (Kochi), a 1:30h.-2h en taxi (unos 25€), aunque hay otras formas mucho más económicas. Trivandrum (Thiruvananthapuram) también está cerca, 3h. min.

- Los voluntarios aportarán 4 horas de cooperación al día, después de la práctica de *yoga* de la mañana que hacemos todos, estudiantes y voluntarios juntos. Los trabajos esta temporada serán los necesarios para acondicionar el lugar para el curso de formación de profesores que ofreceremos del 3 al 23 de febrero, especialmente montar el domo, pintar, pero sobretodo cocinar y limpiar durante el curso. Los voluntarios también participan de las jams de *acroYoga* y las clases que ofrecen los alumnos en formación.

- Si estas interesado en invertir en el proyecto, o colaborar de alguna otra forma, explicanos tu idea. Si te gustaría organizar eventos, cursos o formaciones, nos gustaría poder ofrecer un calendario más completo y de calidad, con formaciones y actividades todo el año (excepto los meses de monzones). Si estas interesado en quedarte una temporada más larga, a cuidar el lugar una vez nos hayamos marchado, vente de voluntario y hablamos de las opciones.

A TENER EN CUENTA:

- Es un lugar de disciplina, práctica, austeridad y servicio, y también de contacto con la naturaleza. En la naturaleza hay bichos, y mar y sol (fuerte) y lunas y cocoteros...debes estar también dispuesto a dejar internet para un ratito en la noche, por si hay urgencias. No hay wifi, y el teléfono sólo puede utilizarse en la terraza sobre la casa, o en la cama de cada uno en el tiempo libre. Se puede disponer de un día libre a la semana, según la necesidad de cada uno y la organización entre los voluntarios.

-El día a día está estructurado con un horario y unas actividades que todos los integrantes de la comunidad cumplimos con disciplina. La práctica de *Yoga* de la mañana no es opcional.

- Está en India, las condiciones no son las mismas. Si no conoces el país, te aconsejamos que viajes antes de venir, para poder entender mínimamente el día a día en el que nos sumergimos.

- Cocinamos comida vegetariana, rica y abundante (3 comidas), sin picante, aunque tu puedes añadirle. Es una comida simple, buscando y valorando los productos locales. Frutas, cereales, verduras y legumbres. También huevos y lácteos, aunque esto podría evitarse. Si tienes cualquier problema con comer cualquiera de estos productos, avísanos, podría ser un problema para integrarte. Si no puedes renunciar a chocolatinas, bebidas, chips, y otras cosas industrializadas, o necesitas comer entre horas, puede que lo sufras. Eres responsable de los residuos de esos productos que traigas (en India no hay recogida de basuras).

- La ducha es al aire libre, con agua a temperatura ambiente y valorada. Lavamos la ropa a mano, 1 vez por semana, y vamos al baño en Namaskarasana...

- Todos trabajamos por la tierra, por ayudarnos unos a otros y por la gente local. Con la disciplina y la práctica de yoga como guía, y de otras muchas prácticas que estimulan la conciencia del cuerpo, la concentración, el equilibrio, la meditación.

- Abiertos a aprender los unos de los otros en la convivencia (con las dificultades que eso implica), mejorando el entorno para el futuro del mundo y no solo del nuestro.

Por favor, escribidnos vuestro email a acroyogathai.community@gmail.com, y transmitidnos vuestras preguntas y aportaciones para entre todos mejorar el proyecto.

"You may say I'm a dreamer, but I'm not the only one.
I hope some day you'll join us and the world will live as one."
John Lennon.



(ACRO.YOGA.THAI)



VOLUNTEERING IN INDIA

VOLUNTEERS:

- We'll ask for a minimum availability of 2 weeks, with 3 meals and accommodation in exchange with the work. Conditions are modest (sleeping in camping tent or bamboo hut, but with mattress, pillow, bed sheet and mosquito net included). We ask for a 20€ donation per week for the classes and the accompaniment in the *karma yoga* practice, always open to queries on philosophy, *asanas*, meditation, etc.
- The AcroYogaThai house is established in Kerala near Alleppey (Allapuzha). The nearest airport is Cochi (Kochi), 1:30-2 h. min. by taxi (about 25€), though there are much cheaper ways to arrive. Trivandrum (Thiruvananthapuram) is also closed, 3h. Min.
- Volunteers will provide 4 hours of cooperation per day, after the morning *yoga* practice we all do together, both students and volunteers. The works to be done this season will be the ones for conditioning the place for the teachers training course we'll be teaching from the 3rd till the 23rd February, specifically mounting the domus, painting, but especially cooking and cleaning during the course. The volunteers will also participate in the acroyoga jams and the classes the students being trained will offer.
- If you are interested on investing in the project, tell us your ideas. If you'd like to organize events, courses and trainings, we would like to offer a complete quality schedule, with trainings and activities throughout the year (except for the monsoons months). If you are interested in staying longer term, taking care of the place once we'll leave, come as volunteer and we talk about the options.

TO CONSIDER:

- It's a place for discipline, practice, austerity and service, and also for being in contact with nature. In nature there are bugs/animals, and sea and sun (strong) and moons and coconut trees...you also need to be ready to leave internet for a moment at night, to check any emergency. There is no wifi, and the telephone just can be used on the rooftop or in your bed. You can have a day off per week, according to each one's needs and the organization in between the volunteers.
- The daily life is structured with a schedule and activities which all community integrantes comply with discipline. The practice of *Yoga* in the morning is not optional.
- It's in India, conditions are different. If you don't know the country, we suggest you to travel around before coming, to understand a little the daily life we live in.
- We cook vegetarian food, tasty and abundant (3 meals), not spicy, though you can add. The food is simple, searching and valuing local products. Fruits, cereals, vegetables and grains. Also eggs and some optional lactics too, though this can be avoid. If you have any problem eating any of this, tell us, it could be a problem for your integration. If you can't refuse to chocolates, drinks, chips, and other industrial things, or you need to eat in between meals, you may suffer it. You are responsible as the wastes of what you'll bring (in India there is no garbage collection).
- Shower is open air, with ambient temperature and valued water. We handly wash our clothes once a week, and do our needs in Namaskarasana...
- We'll all work for the land, for helping each other and for the local people. With the discipline and the *yoga* practice as guide, and many other practices that encourage body awareness, concentration, balance, meditation.
- We'll be open to learn from each other while living in community (with the difficulties this implies), improving the environment for the future of the world and not just ours.

Please send us your email to acroyogathai.community@gmail.com and transmit us your questions and contributions to improve the project among all.

"You may say I'm a dreamer, but I'm not the only one.
I hope some day you'll join us and the world will live as one."
John Lennon.

