

CATALOGUE DES OFFRES

mise à jour le 9 octobre 2018

AIDE ADMINISTRATIVE, INFORMATIQUE...

n° des Sélistes

Aide administrative (documents à compléter et/ou accompagnement sur place)	198
Aide pour choix et installation ordinateur	175
Aide à l'écriture d'une lettre de motivation	208
aide à la maintenance informatique	175, 221
Apprentissage, initiation informatique	16,175,208,221
Aide à la rédaction de courriers (administratifs ou privés)	16,179,211,212,240
Aide à l'écriture, remise en forme de vos écrits (personnels ou administratifs)	16, 211,240
Correction de memoires, projets	211
Correction (orthographe et syntaxe)	16,82,240
Initiation à Power Point (diaporama)	208,221
Apprentissage Excel	16, 128
Initiation à internet	195,221,224
Aide à la rédaction de courriers	82, 151 ,195,226,240
Aide au classement de papiers	151,226
Aide rédaction de CV	195,208
Initiation au traitement de texte	128,195
aide à utilisation word, Excel, Power point	168,,175,178,221,224,232
Aide numérique: mise en service et paramétrage de votre box, incluant la télévision par internet	175,221
Correction (orthographe, conjugaison, syntaxe...) de textes, lettres, mémoires, etc...	82 , 160 ,226,240
Aide à la création de site Web	1
1ère configuration d'un PC	1 ,175,221,232,237
Formation excel 2010	29,221
Aide informatique, administrative	161, ,178,190, 240
Aide administrative	161, 212,218
Frappe sur ordinateur, mise en forme textes	151,190,212,224
Aide à l'écriture ou à la rédaction de tous documents administratifs ou autres (CV,lettre de motivation,cou	82, 195,226
Aide bureautique ,petits travaux administratifs(classement-saisie),aide internet	218,240
Aide aux démarches administratives	218
Aide micro informatique	190,197,209, 237,240
les premiers pas en informatique et sur le Net	209,221,237
initiation POWER Point	208
BIENS	

COURS, CONSEILS...

,aide à l'orthographe , redaction de courrier	225,226,234
Conversation en italien	199
Conversation en espagnol ou anglais	22 ,172,238
Langues (espagnol)	16
Conseils pour réalisation de CV et Lettre de motivation	16,82, 200
Infos, échanges autour du vin	39
Conseils en aromathérapie	65,200
Aide ponctuelle en Français et Anglais (revision contrôle niveau collège)	176,180,217
aide ponctuelle en Espagnol (révision ou préparation de contrôle)	186,198
Aide ponctuelle en Mathématiques (tous niveaux)	209,213,233
Aide ponctuelle en allemand, anglais(italien :172 et 176)	65, 172,176,198
Assistance et aide en matière d'assurances	73
Petites traductions anglais/français	172
Accompagnement et conseils sur les problèmes d'habitat	210
initiation piano	213

BRICOLAGE...

SAVOIRS	
Aide travaux de peinture en intérieur	107
conseils et aide pour relooker un meuble	183
Aide bricolage: pose parquet flottant, peinture,.....	116 ,180,182,185,235
Aide pour l'électricité	157,185
petit dépannage électroménager	168
Aide pour réglage TV	161
SERVICES	
Bricolages divers	42, 157, 180,189,213,227,237,236
aide pour retapisser	233,235
aide en plomberie	185
Peinture,petits travaux	199,235
Petit intervention pour la voiture	185
BIENS	
Prêt petit matériel bricolage	114,158,237
Prêt outils électroportatifs	39
Prêt d'un diable charge maxi 300 kilos	29
Prêt perceuse, scie sauteuse, presse coupante plus calles de pose de parquet flottant	116
Prêt d'un karcher et tuyau déboucheur	190

JARDINAGE...

SAVOIRS	
Aide au Compostage	47,213
Aide au jardinage	107, 170,178,180,182,202,217,233
aide à la taille des arbres fruitiers	47
Apprendre à bêcher le jardin	47
Conseils, initiation à la taille des rosiers	118,153
Culture des orchidées	144
apprendre à faire des graines germées	210

SERVICES	
arroser des plantes	29, 70, 82,154 ,156,161,173 ,191,224,225,231,240
Jardinage	217,227
Jardinage (suite)	140, 42, 82, 170 ,180,182,185,208,213
Taille d'arbres fruitiers	47
Taille de rosiers	217
Béchéage jardin	47,185,208,227
Arrosage ou entretien de vos fleurs lors de vos absences	29 82, 156 161,166, 214,223,225,231
Arrosage jardin lors de vos absences	29,82, 156, 160, 161,166,214,223
Fleurir un balcon	206
BIENS	
Persil et ciboulette à la saison	186
Plantes	114,173
graines, semis	207
Plants d'arbustes	16
Prêt arroseur Hoselock 25m (nettoyage balcon et terrasse)	166
Prêt d'un broyeur de végétaux	190

ENFANTS: GARDE, COURS, AIDE AUX DEVOIRS, ACTIVITES...

Garde enfants ponctuelle	208
Garde enfants ponctuelle(suite)	177,200,201,202,205,214
Garde d'enfants ponctuelle, mercredi, weekend, soirées	29, 200;201,202
Babysitting weekend à mon domicile	116
Aide ponctuelle aux devoirs primaire et secondaire	162,226
aide ponctuelle en maths	233
BIENS	

BIEN-ETRE, SANTE, SPORTS...

SAVOIRS	
Ecoute et conseils Fleurs de Bach	22
Coupe de cheveux ponctuelle	22,154
Méthode Feldenkrais (sorte de gym douce)	65
Conseils en allaitement	88
Fabrication d'huiles essentielles et conseils	200
Conseils nutritionnels et prévention santé	188
SERVICES	
Découverte massage ayurvédique	239
Decouverte du reiki ,	226,239
Decouverte de la méditation	226
Coaching personnel accompagnement	197
echanges d e recettes de fabrication maison (liquide vaisselle,lessive, dentifrice , démaquillant)	207
Conseils et fabrication de cosmétiques bio	200,208
Massages (du visage) ou massages	22, 200
Pose de la couleur pour les cheveux	189
Coiffure et coupe de cheveux ponctuelles	154
initiation à la reflexologie	235
initiation à la méditation , au yoga	179,226
Decouverte de l'hypnose	190
initiation vers une transition en foulée medio pied(course à pied) et prêt de livres à ce sujet	192
LOISIRS CREATIFS	
aide à la décoration	165
aide à la construction d'objets en palettes (bacs à fleurs, canapé de jardin...)	182
initiation à la creation de bijoux avec objets récupérés (capsules, cartons..)	186
initiation et activités de crochet	238
Initiation au tissage	103
Customisation de vêtements	108
Prêt de vélos	190
initiation au jeu de go et perfectionnement jusqu'à 10 kyu	192
Ecoute de la musique	206,215

ACTIVITES PARTAGEES, MUSIQUE, DANSES...

Marche Nordique	195
Emmener des personnes à la pêche	42
Ateliers théâtre, conte ou danse... visionnage de spectacles...	69
Rallye vélo ou randonnée à vélo	215
Animation fêtes de famille avec comédienne humoriste	211
Visites d'expositions	217,215,240
Jouer de la guitare	226
Faire la lecture , partager la lecture	240
sorties cinema	202,240

CUISINE . PATISSERIE

SAVOIRS	
Recettes de cuisine	172 ,214
Aide à la cuisine	34, 180,189,208,214,224,230,229
Préparation confit de canard	114
Aide à la cuisine ponctuelle pour préparer à votre domicile un repas	34,180,195,224,229
cuisine végétarienne	238
Cuisine créole	159
préparation de gâteaux	205, 207, 08
ehanges d'idées anti gaspi	229
préparer des tartes	179
SERVICES	
Préparer un plat à deguster	200
aide à la cuisine	180, 189,211,214

