

OFFRES	DEMANDES
Initiation au Qi-gong échange de plantes, garde animaux, ou arrosage de plantes pdt les vacances	sorties, ballades dans les environs
accompagnement personnes âgées, garde chat, prêts DVD, CD, prêt jeux de société, petit jardinage	cours de guitare, saisie de longs textes sur ordinateur
Massages * ayurvédiques sur partie du corps conversation portugais, brésilien	conversation en anglais, aide au montage diaporama, vidéo fruits, légumes du jardin
aider un enfant à apprendre à lire, enseigner les échecs, initier au calcul mental, fortifier l'usage de l'anglais	garde chat
aide et conseils en informatique, prêt de matériel de bricolage, prêt d'appareil pour reliure de documents	
Aide administrative Broderie, soutien scolaire (maths, français) comptabilité	bricolage, jardinage, informatique
	coup de main, gros ménage
aide administrative, courses en dépannage, pharmacie, arrosage plantes, prêt de livres (recettes, romans, développement personnel) et dvd, covoiturage montigny st quentin selon horaires	réparations prises électriques, couture (ourlets), transfert 2 vidéos VHS en fichier
petits travaux Confiture Cuisine (recettes, plats, gâteaux, chocolats...)	garde de chat Fruits du jardin aide garde enfant
Réparation vélo Pommes (fin août/septembre) Bricolage	
cuisine indienne, garde d'enfant ponctuelle, traitement de texte	petit bricolage
aide jardinage, gardes animaux, balade	initiation danse, petit bricolage, massages
initiation word, excel, nourrir animaux, arrosage plantes, garder enfants	fruits, couture aide bricolage, encadrement
fruits du jardin	aide informatique, coup de main bricolage
aide informatique (word, internet), prêt de livres, cd, aide pour rédiger lettres	jeu de belote, sortie à vélo, repassage, randonnées, sorties karaoké
livres, balade garde enfants	
initiation à la relaxation (individuel ou petit groupe) Punch coco	Massage * Plantes Fruits et légumes
initiation à la sculpture, peinture, soutien scolaire, baby sitting, graines, plantes aromatiques, arbustes, cuisine (plats, desserts, confiture) rédaction courrier frappe constitution dossier, initiation expo, (brocante bastille, salon antiquité, grand mar	transport aux aéroports Massage*, jardinage, arbustes, plantes

\* massages non thérapeutiques

OFFRES	DEMANDES
Cours de maths et soutien scolaire Garde d'enfant Graphisme/infographie Réalisation de docs publicitaires Garde de chat	bricolage/travaux Légume jardin Dépannage informatique Massages*
prêt matériel, jardinage(scarificateur,outil taille haie....) aide cuisine, prêt tables service personne, aide courses,	Aide jardinage aide informatique .recherche poste de secrétaire, secrétaire médicale, assistante de vie scolaire
initiation salsa bachata, massage californien	initiation à l'espagnol
prêts petit matériel de bricolage, livres, cd, dvd covoiturage divers, aéroport ou même plus lointain	aides pour petits dépannages électriques
Cuisine -aide pour les courses-covoiturage-arrosage plantes- promenade chiens	bricolage jardinage
aide au petit bricolage, prêt petit outillage, covoiturage gare aéroport, hôpital, autres service sur demande	dépannage informatique, covoiturage aéroport orly, aide bricolage, prêt d'outillage et autres services en cas de besoin
massage*.petits travaux de secrétariat (frappe de texte, mise en page ...)	cours de couture, tricot
initiation biodanza	aide informatique
arrosage, bricolage,covoiturage,marche,garde chat,balade chien Aide aux personnes âgées (cuisine, déplacement, courses) jardinage/arrosage plantes intérieures et extérieures Relevé de courrier Petit bricolage Secrétariat : mise en page, présentation, init	garde chat
garde ponctuelle d'enfants, sortie école, aide repassage, repas aux animaux, présence de temps personne âgée	sortie chien, covoiturage, petite couture
petits travaux de jardinage (taille, entretien, tonte, ...) accompagnement pour la cueillette à la ferme garde d'animaux garde d'enfants petits travaux ménagers (ménage, repassage, ...) accompagnement de personnes - AVS (écoute, lecture, aide aux courses	dépannage informatique aide au jardinage (désoucher des arbres et arbustes) massages énergétiques* cours de guitare ou piano, cours de dessins désosation d'intérieur
aides administratives, recherche de partenaires scrabble, gardes animaux, relève de courrier, courses ponctuelles, prêt livre, échange ou don, compagnie personne âgée ou enfant, lecture	
sorties (ciné, expos) prêts de cd classiques, petit plat cuisiné pour personne seule, petit soutien scolaire (primaire à la 6ème) relevé du courrier sur villepreux	cours de cuisine étrangère, petit bricolage maison, soirée chant, guitare jardinage (bêchage, taille des haies...) massage ayurvédiques* massage réflexologie*, graphisme infographie
aide apprentissage lecture, cours orthographe, cours dessin, prêts livres dvd, repassage, petite couture, covoiturage	jardinage, tronçonnage,noisetier, réparation vélo
couture, cuisine, peinture sur murs, aide aux courses, déplacement voiture	
soutien scolaire ponctuel jusqu'au niveau prépa scientifique physique, soins animaux ponctuels, prêts livres, relève courrier initiation piano, initiation reflexologie, création groupe musique(piano, accordéon diatonique)	cours guitare, initiation gi gong, massages*, conversation anglais, fruits, échanges plantes aromatiques, garde chat

\* massages non thérapeutiques

OFFRES	DEMANDES
covoiturage, accompagnement personne en voiture hôpital ou garder chien ou chat	covoiturage, garder chat ou petits travaux bricolage
recettes cuisine, faire des confitures, garde de chats, don de plantes	informatique, excel, anglais conversation
gouters et sorties entre enfants, aides administratives ou bureautiques, écriture de lettres et divers.jardinage bricolage,aide au montage de meubles en kit,covoiturage gares et aéroport ,relève du courrier, courses ponctuelles (alimentaires pharmacie)prêt livres , BD,CD;	apprendre brushing ,aide au bricolage ,collage serviettes.
shiatsu*	fruits et légumes bio, cours de maths, massage, cuisine
massages*	
informatique(applis et office), petit bricolage	livres
conversation en anglais	conversation en français
repassage,aide pour bricolage maison (tapisserie, peinture),accompagnements en voiture ponctuels,courses ponctuelles ou sur une période donnée,relève du courrier,aide à l'organisation, la déco, la cuisine pour anniversaire, pot de départ etc ... (pas maria	aide en bricolages ponctuels, randonnées
cours de voile	garde d'enfants, jardinage
cours d'anglais adultes ou scolaires, universitaires, initiation dessin, musique, soutien scolaire	petit bricolage, taille d'arbuste, jardinage, peinture
encadrement tableau, mosaïque, petits déplacements	emprunt petit matériel bricolage
conseil en orientation scolaire, échange et réalisation de bonnes recettes de cuisine, initiation danse rock, massage relaxant	
jardinage, plants de légumes ou fleurs, aide en mathématiques, petit bricolage	
visites musés, aide montage meubles en kit, covoiturage	faire des conserves
powerpoint, word, nourrir un chat, arroser plantes	
prêts de livres, échanges de recettes de gâteaux, échanges de livres	
écritures lettres, jardinage, confiture, cuisine, pâtisserie	petit bricolage, garde chat
papiers peints peinture, bricolage, informatique, papiers administratifs, accompagnement de personne	bricolage renseignements divers, bons plans
pose papiers peints, aquarelle, poterie, couture, tricot simple, crochet simple, faire de la lecture, papiers administratifs	petits bricolages ponctuels divers d'intérieur avec perceuse, porter des courses au 3ème étage ou valises
garde ponctuelle enfants si disponible aide pour travaux peinture intérieure murale, soutien scolaire primaire	aider pour vider une cave en partie, dépannage informatique, randonnées
cours espagnol, garde enfants, prêt des dvd series américaines	cours de cuisine française, perfectionnement et correction français à
jardin, bricolage, prêt divers, covoiturage	gardes enfants
sofège, initiation piano, cours de math, bureautique (word, excel, powerpoint,,) langage informatique( c, python,,) prêt de livres aide administrative	massage, garde de chat
garde chien, chat jardinage, cours d'anglais, couture, cuisine indienne, informatique, cours de maths (collège, lycée)	perfectionnement français, sortie déguisée
pratique de salsa, conversation en espagnol, vêtements enfants fille (3 ans) et jeux, vêtements femme taille 36	perfectionnement et correction français,recherche personne pour jouer aux jeux de société (domino, cartes)

\* massages non thérapeutiques

OFFRES	DEMANDES
Cours de langue (anglais, espagnol, hongrois) cours de maths, physique collège, petits travaux électrique, informatique de base	petits travaux de maçonnerie,conseils en élagage, petits travaux de plomberie
Initiation au hatha yoga(Eva Ruchpaul) initiation à l'aquarelle pour grands débutants qui auraient déjà du matériel initiation tricot goûter "contes" pour les enfants	