

## 1. Environnement – Prestations

- 1.1 Bûcheronnage
- 1.2. Jardinage / Agriculture (coup de mains, élagage, maraîchage, ramassage et cueillette)
- 1.3. Garde d'animaux
- 1.4. Greffe
- 1.5. Remontage de murettes
- 1.6. Prêt de matériel agricole
- 1.7. Débroussaillage
- 1.8. Travaux viticole (entretiens, tailles, traitements)
- 1.9. conseil potager
- 1.10. Prêt fendeuse à bois

## 2. Environnement - Produits

- 2.1. Bois de chauffage
- 2.2. Fruits et châtaignes
- 2.3. Graines / Plants / Plantes / Légumes
- 2.4. OEufs
- 2.5. Pain / Pâtisserie
- 2.6. Viande / Volaille / Charcuterie bio
- 2.7. Fumier
- 2.8. Farine et Céréales bio
- 2.9. Rhubarbe
- 2.10. Sauge
- 2.11. Laurier frais (a faire sécher)
- 2.12. Bouture de plantes
- 2.13. Identification champignons
- 2.14 Conseil plantes médicinales

## 3. Alimentation

- 3.1. Confitures
- 3.2. Cuisine à domicile
- 3.3. Plats cuisinés/ Tartes / Préparation repas
- 3.4. Atelier cuisine
- 3.5. Confection conserves
- 3.6. Fabrication pain
- 3.7. Recettes
- 3.8. Spécialités allemandes

## 4. Animation enfant

- 4.1. Animation musicale
- 4.2. Garde d'enfants - baby-sitting
- 4.3. Sports / Tennis
- 4.4. Aide aux devoirs

## 5. Animation adulte

- 5.1. Canoë / Escalade (prêt de matériel ou accompagnement ...)
- 5.2. Loisirs créatifs (poterie, cuir, macramé, mosaïque, bougies, sculpture, etc.)
- 5.3. Photographie / Sortie photos
- 5.4. Tir à l'arc
- 5.5. Peinture (pastel, acrylique, sur porcelaine)
- 5.6. Tennis
- 5.7. Accompagnement de balade - randonnées
- 5.8. Poésie classique
- 5.9. soirée contes (famille ou groupe)
- 5.10. Cours de musique
- 5.11. Soirée jeux
- 5.12. Balade à vélo
- 5.13. Footing 1 fois/semaine
- 5.14. Initiation généalogie
- 5.15. Echec
- 5.16. Dame
- 5.17. Jeux de cartes
- 5.18. Discussions autour des livres
- 5.19. Cinéma, spectacles, théâtres
- 5.20. Musées, expositions

## 6. Artisanat

- 6.1. Objets en bois tourné
- 6.2. Tricot crochet
- 6.3. Couture
- 6.4. Affûtage outils
- 6.5. Points de croix
- 6.6. Restaurations divers

- 6.7. Rempaillage
- 6.8. Cartes de visite
- 6.9. Meubles

## 7. Bâtiment

- 7.1. Aide à l'auto-construction
- 7.2. Bricolage / Rénovation
- 7.3. Carrelage
- 7.4. Coup de main sur chantier
- 7.5. Électricité
- 7.6. Maçonnerie
- 7.7. Menuiserie / Restauration de meuble
- 7.8. Peinture / Tapisserie
- 7.9. WC sec
- 7.10. Pose de moquette
- 7.11. Aide technique panneau solaire
- 7.12. Architecture écologique
- 7.13. Déco
- 7.14. Prêt matériel
- 7.15. Restauration vieille bergerie
- 7.16. Aide construction d'une yourte
- 7.17. Soudure

## 8. Santé – Bien-être

- 8.1. Massage sensitif
- 8.2. Massage
- 8.5. Reiki
- 8.6. Shiatsu
- 8.7. Sauna finlandais
- 8.8. Astrologie / Tarots
- 8.9. Yoga
- 8.10. Harmonisation des centres d'énergie
- 8.11. Tai Chi
- 8.13. Relaxation
- 8.14. Qijong
- 8.15. Aide pré-/postnatale
- 8.16. Aide aux personnes âgées
- 8.17. Partages conviviaux, sorties
- 8.18. Ecoute, aide morale
- 8.19. Magnétisme
- 8.20. Coupe cheveux + soins

- 8.21. Démonstration portage écharpe de bébé
- 8.22. Conseil en allaitement
- 8.23. Auto-hypnose
- 8.24. Méditation
- 8.25. Yoga

## 9. Musique

- 9.1. Danse
- 9.2. Instruments
- 9.3. Guitare
- 9.4. Piano / Solfège
- 9.5. Animation accordéon

## 10. Langues et scolaire

- 10.1. Soutien scolaire
- 10.2. Allemand (aide, apprentissage, traduction ou conversation pour remise à niveau)
- 10.3. Anglais
- 10.4. Traductions (allemand / anglais / néerlandais)
- 10.5. Aide à l'écriture
- 10.6. Espagnol
- 10.7. Italien
- 10.8. Alphabétisation
- 10.9. Cours d'agriculture et d'élevage
- 10.10. Langage des signes

## 11. Coups de mains

- 11.1. Ménage
- 11.2. Courses
- 11.3. Transport / Covoiturage
- 11.4. Journée solidaire
- 11.5. Déménagement
- 11.6. Coup de mains divers
- 11.7. cuisine à domicile
- 11.8. Arrosage plantes
- 11.9. Gardiennage maison
- 11.10. Petits travaux de couture
- 11.11. Repassage

## 12. Administratif

- 12.1. Comptabilité
- 12.2. Informatique / Saisies / Internet
- 12.3. Secrétariat
- 12.4. Conseils
- 12.5. Rédaction courrier et frappe sous word (informatique)
- 12.6. Conseil juridique
- 12.7. Assistance gestion documents au quotidien
- 12.8. Aide création association
- 12.9. Rangement classement documents

### 13. Logement Local

- 13.1. Chambres d'hôtes / Gîtes
- 13.2. Emplacement de camping
- 13.3. Hébergement temporaire
- 13.4. Salle vide

### 14. Textile et accessoires

- 14.1. vêtement femme
- 14.2. vêtement homme
- 14.3. vêtement enfant

### 16. Animaux

- 16.1. Garde animaux
- 16.2. Plantes d'aquarium
- 16.3. Poussins
- 16.4. Poissons
- 16.5. Pâturage
- 16.6. Attelage, traction animale
- 16.7. Equitation
- 16.8. Balade à cheval
- 16.9. Conseil d'élevage
- 16.10. Education canine

### 17. Petits matériels

- 17.1. Sacoche vélo
- 17.2. Escabeau
- 17.3. Prêt ou don livres
- 17.4. Prêt ou don DVD ou VHS

- 17.5. Prêt ou don matériel bébé
- 17.6 Prêt ou don jouet enfants

### 18. Informatique

- 18.1. Dépannage informatique
- 18.2. Initiation logiciel (word, excel)
- 18.3. Initiation internet
- 18.4. Création boîte mails
- 18.5. Initiation logiciel (+ complexe comme Photoshop, Indesign ...)
- 18.6. Création de blog
- 18.7. Création de sites