



Les offres et les demandes actuelles :

Administratif :

<u>Offres :</u>	<u>Demandes :</u>
<ul style="list-style-type: none"> • Apprendre à gérer un budget Familial. • Rédiger des courriers administratifs. 	<p>Peut-être vous...</p>

Automobile :

<u>Offres :</u>	<u>Demandes :</u>
<ul style="list-style-type: none"> • Apprendre à faire les créneaux. • Apprendre à changer une roue. • Apprendre le code de la route. 	<p>Peut-être vous...</p>

Bricolage/Réparation/Jardinage :

<u>Offres :</u>	<u>Demandes :</u>
<ul style="list-style-type: none"> • Apprendre les techniques de rangement et de tri. • Apprendre à faire ses pastilles de lave-vaisselle. • Apprendre à faire de la lessive au savon de Marseille. • Faire des éponges <i>tawashi</i>. • Tapisserie et peinture. • Mise en place de plates-bandes fleuries. • Bricolage domestique (se servir d'outils et choisir les bons). • Technique de jardinage en lasagne. 	<ul style="list-style-type: none"> • Idées pratiques de rangement. • Rempoter des plants de tomates. • Faire des semis (poivrons, aubergines, persil). • Apprendre à monter et installer une étagère. • Faire son jardin potager portatif.

<ul style="list-style-type: none"> • Changer un fusible. • Changer une ampoule. • Changer un radiateur. • Tapisserie et peinture. • Electricité. 	
---	--

Cosmétique / Soins / Bien être :

<u>Offres :</u>	<u>Demandes :</u>
<ul style="list-style-type: none"> • Faire un <i>cut crease</i>, une technique de maquillage des yeux. • Techniques de maquillage. • Apprendre à réaliser un massage esthétique. • Apprendre des pratiques de yoga. 	<ul style="list-style-type: none"> • Apprendre à se maquiller. • Apprendre à se coiffer. • Réflexologie plantaire. • Muscler sa mémoire. • Apprendre la méditation. • Méthodes de relaxation.

Culinaire:

<u>Offres :</u>	<u>Demandes :</u>
<ul style="list-style-type: none"> • Tarte aux légumes sans pâte et sans gluten ni lactose. • Gâteaux de Noël. • Faire du rhum arrangé. • Cuisine albanaise. • Apprendre la cuisine arabe (poulet, riz jaune, haricots)... • Cuisine afghane. • Cuisiner à basse température et rapidement. • Faire la soupe <i>harira</i>. • Tajine de veau et pruneaux à la cocotte minute. • Gâteaux arabes. • Recettes de cuisine tunisiennes (tajine, soupe à l'orge, bricks). • Cuisine asiatique. • Cuisine orientale. 	<ul style="list-style-type: none"> • Techniques de pâtisserie. • Décorer des gâteaux. • Recettes aux champignons. • Pâtisserie : tempérer le chocolat pour réaliser des moulages. • Gâteaux élaborés. • Cuisiner les plantes sauvages. • Faire la soupe <i>harira</i>.

Culture général :

<u>Offres :</u>	<u>Demandes :</u>
<ul style="list-style-type: none"> • Gestes de 1^{er} secours. • Découvrir des jeux de société. 	<ul style="list-style-type: none"> • Découvrir la culture tahitienne. • Lire dans les lignes de la main. • Reconnaître le chant des oiseaux. • Apprendre les tirages du tarot. • Connaître des techniques d'animation pour adultes. • Développer sa mémoire.

Enfants / Familles :

Offres :	Demandes :
<ul style="list-style-type: none"> • Raconter des histoires à partir de livres pour enfants. • Se détendre en famille de façon variée et peu coûteuse. • Préparer un anniversaire pour un enfant de 5 ans . 	<ul style="list-style-type: none"> • Savoir quelles activités faire avec les enfants.

Langues étrangères :

Offres :	Demandes :
<ul style="list-style-type: none"> • Café discussion en anglais. • Cours d'arabe classique. • Conversation en espagnol. • Anglais oral et écrit. 	<ul style="list-style-type: none"> • Parler anglais débutant. • Parler et écrire le français. • Conversation en anglais. • Allemand (vie pratique et perfectionnement). • Apprendre à lire l'arabe et l'alphabet.

Loisirs actifs :

Offres :	Demandes :
<ul style="list-style-type: none"> • Découvrir le <i>postcrossing</i>, un site web sur des échanges de cartes postales à travers le monde. • Pratiques du yoga. 	<ul style="list-style-type: none"> • Danser la salsa. • Eduquer un chien. • Réapprendre à monter à cheval.

Loisirs créatifs :

Offres :	Demandes :
<ul style="list-style-type: none"> • Tableaux en collage. • Fabrication lampe en ficelle. • Initiation à la peinture africaine. • Créer pinces barrettes cheveux vintage. • Customisation de vêtements. • Bases du point de croix. • Sculptures en papier mâché. • Création d'une piñata. • Loisirs créatifs de la maternelle aux adultes. • Couture. • Scrapbooking. • Broderie avec machine. • Couture de sacs, trousse et pochettes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Apprendre la calligraphie. • Macramé. • Décoration d'intérieur. • Apprentissage du crochet. • Bases de la couture. • Utiliser une surjeteuse. • Apprendre à faire un ourlet de rideau. • Customisation de vêtements.

Musique :

Offres :	Demandes :
<p>Peut-être vous...</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Jouer du ukulélé. • Apprendre à chanter. • Initiation au piano.

--	--

Nouvelles technologies :

<u>Offres :</u>	<u>Demandes :</u>
<ul style="list-style-type: none">• Utilisation de l'ordinateur.• Utiliser Canva.• Bureautique et messagerie.• Organiser les documents dans son ordinateur.• Informatique général.	<ul style="list-style-type: none">• Utilisation ordinateur pour usage quotidien.• Générer des QR codes.• Doodle.• Utiliser les fonctionnalités d'un téléphone mobile.

Voyage :

<u>Offres :</u>	<u>Demandes :</u>
<ul style="list-style-type: none">• Organiser un voyage.	<ul style="list-style-type: none">• Créer un itinéraire de voyage