

Catalogue d'OFFRES -TrocSel Castres - Mise à jour au 05 MARS 2018

N° TS	1 * Alimentation - Cuisine
214	echanger autour des plantes aromatiques -recettes - graines germées - lactofermentation- extracteur jus
286	Confitures
303	prêt extracteur jus
309	echange de confitures, et aide à la préparation de confitures de pamplemousses - Légumes et fruits de saison
341	plats italiens de A à Z
363	Pots de confiture (30 variétés), apéritifs (20 sortes), de plantes, de fruits de la nature, digestifs (20 sortes), vinaigres variés, plats cuisinés, gâteaux classiques et originaux
363	Gelées, confitures, vinaigres, liqueurs, apéritifs, chutneys, paniers garnis, jus de fruits paniers au choix emballés. Frutis et légumes en saison.
N° TS	2 * Artisanat
169	ateliers scrapbooking
184	Stage de cérusage
355	Conseils en décoration (design,,,), couture d'ameublement
373	Initiation au patchwork, point de croix
386	rempaillage et cannage de chaises
391	aide pour déco intérieur Fungshui
N° TS	3 * Bricolage * Agriculture
10	Aide ponctuelle aux petits bricolages
136	Bricolage divers - Electgricité
202	Petit bricolage habitation
15	Conseils en jardinage et Bricolage
275	petits bricolages création d'étagères amovibles et solides
325	petits bricolages
336	Bricolage
294	divers bricolage dans la maison-jardinage (tonte haies bois)
325	Elagage
325	Bricolage
374	petits bricolages
374	aide au jardinage
341	Bricolage
393	Petits bricolages
395	Divers travaux peinture-tapisserie-carrelage-ciment-cloture-crepi etc...
397	aide Bricolage ponctuel : menuiserie-manutaention-jardin
360	jardinage
373	petits bricolages
391	aide pour optimisation jardin
398	aide au bricolage
N° TS	4 * Divers
141	Tous travaux vidéos copies cassettes sur DVD / films super 8 etc...
259	aide au service repas et compositions florales pour cérémonies
267	hébergement ponctuel à Toulouse (quartier Purpan / Ancely)
267	démonstration usage déhydrateur

Catalogue d'OFFRES -TrocSel Castres - Mise à jour au 05 MARS 2018

3	Conseils sur les énergies renouvelables
302	Correspondante Route des SEL
N° TS	5 * Cours divers * scolarité * langues
332	Soutien scolaire jusqu'en 5ieme sauf maths et enseignements scientifiques.
137	Soutien scolaire jusqu'au CM2
270	Conversations en espagnol
3	Cours physique, maths
341	Cours de couture, couture

Catalogue d'OFFRES -TrocSel Castres - Mise à jour au 05 MARS 2018

396	Cours d'allemand-anglais
343	Cours d'occitan, aide aux devoirs (primaire)
191	cours bureautique
202	Informatique (conseils)
355	Anglais Cours et traductions
386	apprentissage du Braille
328	Dépannage informatique PC, cours d'informatique
328	cours et dépannage PC
N° TS	6 * Informatique
231	Informatique (conseils, installation, dépannage et internet) - Photo (restauration retouches, diaporamas) - Vidéo (conseils, montage)
302	Apprentissage perfectionnement bureautique, organisation messagerie, internet,
328	aide informatique
369	initiation à l'informatique
371	Aide en informatique, initiation en informatique, dépannage
N° TS	7 * Culture
118	Prêt de CD (jazz essentiellement) de BD livres divers
135	prêt de livres
191	Aide administrative
233	Prêt de livres & revues
327	secrétariat ponctuel
N° TS	8 * Rencontres
N° TS	9 * Gestion
184	Aide administrative
267	aide au courrier administratif (rédiger une réclamation...) droit de la famille
355	Assistances diverses (correspondances administratives, aide à la rédaction d'ouvrages)
375	petit secrétariat
386	aide pour montage dossier handicap et difficultés sociales
400	conseils en méthodologie / indicateurs / mesure / methodologie de projets
N° TS	10 * Loisirs - Sorties - Activités sportives
272	diverses sorties musées cinéma...
302	Atelier loisirs créatifs (couture, Fimo, macramé, bijoux, capteurs de rêves)
393	Remise en état vélos & réglages
393	Initiation au modélisme radio commandé
393	Réalisation de caisses à savon et drift trike
393	Initiation vélo et tricycle couché
344	Instructeur aux jeux de cartes (belote,tarots,divers)
362	Atelier d'origami (arts plastiques)
363	Grande salle de musculation
226	Plants légumes -arbustes fleurs et graines
391	aide préparation voyage
N° TS	11 * Jardinage, garde d'animaux et bois de chauffage
135	Plants et plantes séchées diverses
184	Plants de fleurs et d'arbustes- Noix selon récolte
233	echanges autour de la botanique
234	aide pointuelle au potager

Catalogue d'OFFRES -TrocSel Castres - Mise à jour au 05 MARS 2018

259	Garde chat à domicile
272	garde animaux
327	Gardiennage maison, appartement,et animaux à votre domicile
328	Gardiennage d'animaux, arrosage des plantes quand absence
275	Garde de petits animaux, jardinage
286	garde animaux au domicile
380	jardinage
302	Echanges autour du jardin, plantations d'agrément
303	Garde petits animaux à mon domicile
328	garde naimaux - plantes
367	Garde d'animaux à leur domicile
369	Echanges autour des plantes médicinales
391	culture des orchidées
72	Gardiennage de : maison - d'animaux
N° TS	12 * Bien Etre
10	Sourcier
143	Qi QONG
310	Massage shiatsu crânien, consultation naturopathique
143	1 Séance découverte massage/per
217	pose couleur cheveux
259	pose de couleurs- mise en plis
271	Soins Reiki
393	Reiki- conseils Gestes & Postures
286	energitiennne de l'unité du corps
311	soins energetiques douleurs stress mal être
240	Couture
367	soins esthétiques
381	cours de Yoga réservation ZOMES chez Christian lundi-mardi (10:30-12:00) collectif ou privé méditation Castres 18:30-19:30 un jeudi sur 2
387	Relaxation - sophrologie
304	Couture (retouches)
N° TS	13 * Maison - Baby Sitting - Couture - Coiffure
327	Ménage ponctuel
328	Baby sitting
328	garde d'enfants
328	arrosage plantes
336	travaux de couture
169	Couture retouches création ameublement
262	réalisation de vetements & objets tissus sur patrons ou modeles
272	menage
303	garde enfants à mon domicile
191	co voiturage accompagnement
311	Repassage
341	ateliers couture et travaux de couture
375	Garde enfants ponctuelle
N° TS	14 * Transports - Mécanique
121	aide aux courses-déplacements

Catalogue d'OFFRES -TrocSel Castres - Mise à jour au 05 MARS 2018

327	aide aux courses
328	Transport de personnes, covoiturage
328	covoiturage-transport
332	Déplacements, covoiturage limité à 20 km
272	aide courses
396	aide ponctuelle aux courses
272	accompagnement courses
294	entretien véhicules
302	Accompagnement courses, taxi ponctuel
311	aide aux courses
327	tenir compagnie à personne seule chez la personne
332	aide aux courses
375	aide aux petites courses ponctuelles
72	co voiturage
N° TS	15 * Compagnie-Accompagnement à la personne
267	visites aux malades au CHIC-CM
286	Aide à la personne
375	Compagnie aux personnes âgées valides