

L'Accorderie

Échanger et coopérer

Les membres fondateurs :



Avec le soutien de :



Catalogue des offres de service et des activités

Introduction

Ce document s'adresse à toute personne exprimant un intérêt pour l'Accorderie ou déjà membre « accordeur », et qui, dans ce contexte, s'interroge sur ses propres compétences : « Quels services puis-je proposer ? »

Ce document recense les offres publiées à ce jour dans les seize accorderies ce qui en fait un véritable catalogue d'idées couvrant un large éventail de cas concrets, qui –

- Illustrent par l'exemple les services qui me sont proposés par les accordeurs et dont je vais pouvoir bénéficier en rejoignant l'Accorderie du Bassin annécien, si ce n'est déjà fait
- M'aident à révéler mes propres talents qui vont me conduire à rendre des services en échange des leurs.

Pour faciliter la lecture du document les services sont regroupés par thèmes dérivés de la classification présente sur le site web.

Si tous les services ne sont bien sûr pas disponibles dans chaque Accorderie la liste des offres ne demande qu'à être développée grâce aux prédispositions de chacun. Il n'y a nul besoin d'être un génie ou un virtuose pour s'engager.

OFFRES DE SERVICES

ACCOMPAGNEMENT / GARDES / ANIMAUX

ADMINISTRATION / EMPLOI / ORGANISATION

INFORMATIQUE/BUREAUTIQUE

TRANSPORT / DEMENAGEMENT

TRAVAUX / ENTRETIEN / JARDINAGE

CUISINE / ALIMENTATION

ARTISANAT / COUTURE / VETEMENTS

LANGUES / LITTERATURE

ART / CULTURE / EDUCATION

SPORTS / LOISIRS / ANIMATION

SANTE / MATERNITE / ESTHETIQUE

HEBERGEMENT / VOYAGE

CONSEIL / DEVELOPPEMENT PERSONNEL

DIVERS

ACTIVITES COLLECTIVES

ACTIVITES SE DEROULANT AU LOCAL DE L'ACCORDERIE

ACTIVITES AYANT LIEU HORS DU LOCAL DE L'ACCORDERIE

OFFRES DE SERVICES

Les offres de service visent à répondre au besoin ponctuel d'un accordeur en le mettant en relation avec un accordeur compétent sur le domaine concerné. La relation est de type 1 pour 1, le plus souvent.

ACCOMPAGNEMENT / GARDES / ANIMAUX

Courses ménagères à votre place
Courses / livraison rapide à moto
Garde ponctuelle d'enfants
Garde ou visites d'animaux
Garde ou visite d'habitation lors d'absence
Accompagnement pour rendez-vous divers
Garde, visite, aide ponctuelle aux personnes à mobilité réduite et personnes âgées
Lecture pour jeunes enfants, adolescent, personne âgée, personne mal voyante ou malade
Accompagnement sortie culturelle / musée
Accompagnement pour loisirs et activités culturelles, jeux de société
Monter un cheval / accompagner en plein air

ADMINISTRATION / EMPLOI / ORGANISATION

Aide administrative et juridique
Accompagnement personnes immigrantes
Accès aux droits

INFORMATIQUE/BUREAUTIQUE

Initiation à l'utilisation d'un PC ou d'un MAC
Dépannage d'ordinateurs PC ou MAC
Installation de logiciels
Initiation à Internet, médias sociaux, et courriel
Aide pour petites annonces sur Internet
Initiation aux logiciels bureautiques Microsoft Office, Libre Office
Initiation à la conception de site web / graphisme
Initiation à la retouche et assemblage de photos informatisées (avec Photoshop ou avec GIMP)
Initiation à Adobe InDesign (desktop publishing)
Numérisation de photos
Initiation à la vidéo et la réalisation de vidéo
Assistance à l'achat de matériel informatique
Création 3-D
Gravure CD, DVD

TRANSPORT / DEMENAGEMENT

Bras pour déménagement
Conducteur pour votre voiture
Transport de personnes ou de matériel
Covoiturage
Conseils en aménagement de l'espace
Aide au rangement

TRAVAUX / ENTRETIEN / JARDINAGE

Aide au ménage
Aide au repassage
Lavage vitres
Lessives
Petits travaux de bricolage

Catalogue des offres de service et des activités

Petits travaux plomberie, électricité
Peinture intérieure
Tapisserie, papier peint
Aide à l'assemblage de meubles
Restauration de petits meubles
Réparation matériel électrique/électronique
Réparation vélos
Entretien ou réparation automobile
Aide au jardinage
Aide pour l'entretien de plantes
Conseils pour l'entretien de plantes
Conseils pour pousses et germinations
Assistance vermicompostage (lombricompostage)
Aide au tri des déchets
Lavage de voiture
Tondre la pelouse
Conseil pour faire un jardin potager biologique

CUISINE / ALIMENTATION

Préparation de repas
Cuisine plats africains, asiatiques, indiens etc.
Cuisine-préparation couscous
Aide pour planifier des menus économiques
Organiser un repas partagé, une soirée festive
Préparation de confitures
Conseils nutritionnels

ARTISANAT / COUTURE / VETEMENTS

Petites retouches de vêtements (pose de fermetures éclair, ourlets, etc.)
Réparations et modifications de vêtements
Apprendre à tricoter
Aide pour rénovation de vêtements
Initiation à l'usage d'une machine à coudre

LANGUES / LITTÉRATURE

Traduction de textes diverses langues
Apprentissage, perfectionnement, et conversation en français, italien, anglais, russe, arabe, hébreu, espagnol, polonais, portugais
Traduction textes anglais à français
Interprétation simultanée français-anglais
Rédaction/correction textes en français
Apprentissage de la langue des signes française

ART / CULTURE / EDUCATION

Formation théâtre
Mise en scène et mise en forme de spectacle
Initiation au dessin, à la peinture (aquarelle, gouache etc.)
Initiation à la philosophie
Initiation à la reliure d'art
Initiation à la fabrication de bijoux
Initiation au scrapbooking
Initiation origami, kirigami
Calligraphie

Catalogue des offres de service et des activités

Initiation fabrication sculptures en papier mâché
Initiation à la photographie
Moulage
Aide à l'alphabétisation
Aide aux devoirs
Soutien scolaire (matières scientifiques, mathématiques, anglais, français, latin etc.)
Préparation aux concours et examens
Initiation au code de la route
Composition de poèmes
Apprentissage de la guitare, du piano, ukulélé
Apprentissage de la guitare folk sans solfège
Initiation ou perfectionnement à l'accordéon
Initiation au solfège
Initiation à l'écoute de la musique classique
Formation en chant
Pédagogie de l'éveil musical
Initiation composition musicale
Initiation au piano pour grand débutant

SPORTS / LOISIRS / ANIMATION

Initiation divers sports (rollers, tennis de table, cyclisme, natation, handball, escalade etc.)
Initiation tai chi
Partenaire dans divers sports
Sortie piscine, vélo, ski de randonnée ou marche
Initiation self-défense
Initiation à l'escalade en salle
Coaching sportif
Initiation aux danses (Rock'n'roll, Salsa etc.)
Danse de salon
Partenaire danse classique
Initiation au jonglage
Initiation jeux divers (échecs, poker, tarot etc.)
Initiation Scopa (jeu de cartes italiennes)
Organisation, animation de fêtes
Animation fêtes et événements
Aide logistique à la création d'évènement (décors, thème, imaginaire)
Conteur
Mise à disposition d'un piano
Aide planification de mariage
Prise de photos (événements, portraits, etc.)

SANTE / MATERNITE / ESTHETIQUE

Conseils en relooking
Coaching remise en forme
Maquillage événements spéciaux
Modelage-bien-être
Coupe cheveux, aide pour coloration
Manucure
Epilation des sourcils
Massage-bien-être
Initiation à la sophrologie / relaxation
Initiation techniques respiratoires
Initiation à la méditation

Catalogue des offres de service et des activités

Initiation qi gong
Exercices de relaxation pour les yeux
Présence/écoute ponctuelle

HEBERGEMENT / VOYAGE

Hébergement de courte durée
Conseils préparation voyage Amérique Latine / Japon / Québec / Turquie
Présentation de pays visités en images ou récit
Guide pour visite de Paris
Conseils et aides pour organiser un départ en voyage

CONSEIL / DEVELOPPEMENT PERSONNEL

Pratique d'entrevue
Pratique d'entretien en vue d'embauche
Conseil pour écrire des lettres de motivation ou CV
Méthodologie de recherche d'emploi
Initiation à la comptabilité
Conseils budgétaires
Conseils financiers et placements
Aide aux démarches juridiques
Conseils droit du travail
Initiation à la gestion de projet
Conseils pour démarrage entreprise
Aide préparation business plan
Accompagnement dans l'élaboration de projet professionnel
Conseils en efficacité communicationnelle
Conseils présentation devant public
Aide au classement de documents
Initiation aux énergies renouvelables
Conseils en économies d'énergie
Conseils en consommation responsable
Conseils achat propriété
Conseils pour décoration intérieure
Aide à la résolution des conflits

DIVERS

Copie de disque vinyle sur CD
Aménagement de l'espace maison

ACTIVITES COLLECTIVES

Les activités collectives se distinguent des offres de services recensées précédemment par le fait qu'elles sont de type 1 pour N : 1 accordeur dirige la session pour N accordeurs participants.

ACTIVITES SE DEROULANT AU LOCAL DE L'ACCORDERIE

Rencontre conviviale périodique (bimensuelle, mensuelle, bimestrielle) + repas à thème.

Ateliers périodiques réguliers (hebdomadaire), exemples –

- Dessin, peinture, sculpture
- Musique (fanfare).

Ateliers occasionnels : il s'agit en quelques séances d'initier, de donner envie, voire de transmettre une passion, exemples –

- Artisanat
 - o Couture, tricot, crochet, broderie
 - o Repassage rapide de chemises
 - o Initiation à la confection de vêtements
 - o Fabrication et réparation de rideaux, coussins
 - o Réparer un vélo
 - o Fabrication de cartes de vœux
 - o Carton mousse
 - o Initiation au bricolage
- Santé, esthétique
 - o Hatha Yoga
 - o Initiation yoga prénatal
 - o Découverte de la Biodanza
 - o Initiation aux techniques de portage en écharpe
 - o Confection de dentifrice, crème de visage, lessive ou mousse après rasage (biologique)
- Cuisine, alimentation
 - o Conseils pour manger sainement
 - o Conseils alimentation Bio et naturelle
 - o Conseils/ Echanges sur le déroulement d'une maternité
 - o Conseil et petite formation pour la découpe de légumes
 - o Cuisine crue
 - o Initiation cuisine africaine, asiatique, française
 - o Thé marocain à la menthe
 - o Pâtisseries
- Animation
 - o Karaoké
 - o Journée festive (ex : Mardi Gras)
 - o Soirée dansante + repas partagé
 - o Jeux : Quiz musical, jeux de société
 - o Trocs de biens
- Art, culture, éducation, développement personnel
 - o Initiation aux genres littéraires
 - o Expression vocale
 - o Rencontre / débat sur thème social ou économique
- Sports, loisirs
 - o Gymnastique Pilâtes

Catalogue des offres de service et des activités

- Initiation à la danse modern jazz
- Jonglage
- Echecs
- Balade pédestre découverte de plantes comestibles/champignons
- Balade à vélo
- Informatique, technologie
 - Découverte de Facebook
 - Retouche photos, assemblage photos

ACTIVITES AYANT LIEU HORS DU LOCAL DE L'ACCORDERIE

- Sports, loisirs
 - Sortie à thème (ex : la châtaigne)
 - Marche sportive
 - Cueillette de légumes bio
- Animation
 - Pique-nique
 - Contribution à certains événements (expo...) en lien avec d'autres associations ou collectivités.