

Liste des propositions d'échanges SEL du Pays de Limours



Il y a **6 catégories** d'échanges : 1. SERVICES 2. SAVOIRS / STAGES 3. OBJETS / BIENS 4. PRETS 5. ÉCHANGES INDIRECTS 6. HEBERGEMENTS

Les catégories sont classées par **RUBRIQUE / SUJET en ordre alphabétique**. Un service peut être proposé en stage et vice / versa

Mais moi je n'ai rien à proposer ! C'est ce que beaucoup se disent en début, puis... en réfléchissant ... chacun de nous possède des compétences, savoirs à partager avec les autres.... de la pâtisserie, du bricolage, proposer les noix de son jardin, raconter des histoires aux enfants, partager ses loisirs... Tout le monde, enfants, retraités, chômeurs... a des choses à proposer, il suffit d'être à l'écoute de ses savoirs, de ses loisirs, de ses connaissances ... et de les proposer.

A vous de faire marcher votre imagination !...

QUELQUES IDÉES D'ÉCHANGES

Paul demande un service à Michel en bricolage, réparer le pneu de son vélo.

Michel demande le prêt d'un lit d'appoint à Lise pour l'amie de sa fille qui reste dormir la nuit.

Lise demande un savoir à André, un cours d'informatique pour apprendre à utiliser son nouveau logiciel de dessin.

André demande un service à Rita : réaliser un gâteau pour l'anniversaire de sa mère le dimanche.

Rita va chercher des biens chez Joël : quelques plantes de son jardin

Joël demande un service de groupe aux volontaires de jardinage, un après midi de remise en état de son jardin suivi d'un repas convivial le soir et **demande** à Jean-Louis **de lui prêter** son karcher pour nettoyer ses allées....

Véronique demande un conseil savoir à Laurence : changer son look et à Martine : de lui **prêter** une robe de soir.

Carole demande une aide pour la bourse aux vêtements à Janvry

Simone organise une sortie cinéma de groupe pour le vendredi soir et Paul se propose de se charger du covoiturage.

Catalogue des services : Rubriques (du site du SEL)

1- Aides / assistance : Adultes

2- Alimentation – cuisine – gastronomie

3- Animaux

4- Autres proposition d'échanges

5- Bien-être - beauté – hygiène – soins

6- Bricolage = Travaux : intérieur – extérieur

7- Comptabilité – finances – gestion

8- Courrier – Écriture

9- Couture – crochet – tricots

10- Documentation

11- Échanges d'objets – Biens

12- Ecologie

13- Enfants : 0 à 16 ans

14- Hébergement - vacances – voyages

15- Informatique

16- Internet

18- Jardin – nature

19- Langues = Conversation - traductions

20- Loisirs artistiques – créatifs – manuels

22- Loisirs culturels divers

23- Loisirs divers

24- Loisirs physiques

25- Musique – audio

26- Photo – TV – Vidéo

27- Prêt d'objets - biens

28- Propositions d'échanges Indirects par Internet

29- Propositions d'échanges Indirects par téléphone

30- Réparation

31- Services = Maison

32- Services = Vacances

33- Sport

34- Transports - Vélo - moto - voiture