



La Ruche aux Savoirs

Réseau d'Echanges Réciproques de Savoirs

DEMANDES

Aquarelle
Balade croquis rando
Création picturale
Dessin
Peindre avec un handicap visuel
Danses folkloriques
Lectures à voix haute
Echanges sur lectures
Photo
Poser sa voix

ARTS**OFFRES**

Aquarelle
Arts plastiques en basse vision
Bien lire un texte, raconter aux enfants
Lecture aux enfants
Initiation littérature africaine
Jazz
Partage de lectures
Littérature
Littérature ados 9 - 16 ans
Peinture et activités artistiques
Photo
Projets en lien avec littérature

Cuisine diététique
Cuisine (bases)
cuisiner le tofu
Pâtisserie traditionnelle

CUISINE

Cuisine facile et bonne
Cuisine rapide
Plats végétariens

Tricot
Couture
Couture (modification pantalon)
Couture (pose parmenture)
Décoration sur pot, vaisselle
Bricolage
Changer joint des toilettes
Encadrement

FAITES LE VOUS- MÊME

Bricolage
Tout petit bricolage
Couture
Crochet
Tricot
Mosaïque
Animations manuelles enfants
Créer un hérisson à partir d'un livre
Origami (fabrication de grues)
Art floral

Configurer Windows10
Informatique sous Windows
Initiation Facebook / paramétrages Facebook
Facebook en NDVA, Facebook sur Iphone
Infos sur points de sécurité
Se protéger des ramsonwares

INFORMATIQUE

Comment ranger ses fichiers
Excel (comptabilité perso)
Initiation Facebook
Initiation internet et messagerie
Word / XLS / Access et PPT
Tableurs XLS / libre office...

Perf. Fonctionnement ordinateur
Utiliser Powerpoint
Photos numériques
Téléphoner à l'étranger

Photofiltre, Photoshop
Linux
Insérer images, réaliser flyers
Logiciels graphiques : Manga studio, Illustrator, Painter

Allemand (conversation)
Anglais (conversation)
Anglais
Langue des Signes
Espagnol (conversation)
Latin (chant grégorien)
Français
Italien

LANGUES

Allemand
Anglais (conversation)
Pédagogie Français Langue Etrangère
Espagnol
Latin
Français au jardin
Français

Astronomie
Permaculture
Réduction des déchets
Sorties ornitho
Connaître le nom des oiseaux

NATURE ENVIRONNEMENT

Astronomie
Butte en permaculture
Jardinage
Purin ortie, prêle, consoude
Sorties nature (Brenne, Rillé, Louroux...)

R.E.R.S.

Création et animation d'une association
Repérage de savoirs
Médiation ...

Tarot divinatoire
Atelier jeu d'échecs

Lire les agendas culturels
Ranger, classer, jeter

« SAC A TOUT »

Courrier (dont réclamations)
Loisirs bon marché
Aide au budget familial
Philatélie
Méthode d'organisation (G.T.D.)

Balade en vélo
C. N. V. (Communication Non Violente)
Méditation /Relaxation
Vie quotidienne des déficients visuels

SANTE – BIEN-ETRE

Balade à vélo
C. N. V. (Communication Non Violente)
Relaxation
Quotidien des déficients visuels
Découverte sports pratiqués par déficients visuels

Histoire de France
Histoire / La Marseillaise
Généalogie
Religions

SCIENCES HUMAINES

Histoire
Histoire : visite de Tours
Histoire de France
Généalogie
Lectures textes psychanalytiques