

* 12 * (75009)

Demandes: Aide au ménage Aspirer les poussières, lessiver 1 ou 2 murs, rendre transparentes les fenêtres.. - Séances de massage, soins en massage (énergétique,shiatsu..) à mon domicile Paris 9ème -

Offres: Lampadaire en métal argenté base ronde, abat-jour en tissu blanc plissé. - Lampe halogène en métal noir avec ampoule adéquate.

* 116 * (75018)

Demandes: Conseils en jardinage Conseil pour faire pousser des plantes sur balcon orienté plein Nord -

Offres: Massage Nuad Bo-Rarn massage habillé comportant des pressions sur les points d'acupuncture des pieds à la tête et des étirements passifs.Ces étirements sont modulés en fonction des besoins de celui qui reçoit le massage. -Différents objets collector Harry Potter -

* 158 * (75003)

Offres: Petit aspirateur jaune Progress 1550 W moteur en parfait état mais deux défauts : il faut brancher et débrancher la prise pour marche/arrêt , le manche n'est plus télescopique

* 216 * (75013)

Demandes: Conseils en informatique - Massage shiatsu - Bricolage chez moi : peinture, petite menuiserie, petite électricité - Ménage, repassage occasionnel -

Offres: Graines de Kéfir pour faire de la boisson (délicieux) - Poste à lampes pour amateur, collectionneur - Algues fraîches au prix de gros - Massage bien-être (non sexuel) - Petits gâteaux apéritifs, tartes salées, sucrées bio -

* 228 * (75624)

Demandes: Amitié "maman solo", loisirs avec enfant - Bricoleur, conseil charpente plomberie, jardin, terrasse - Aide au ménage, jeune fille au pair Paris, Province -

Offres: Beauté : maquillage, coiffure, teinture, corps - Création peinture vêtement peint (tee shirt, veste...) bijoux - Garde d'enfant -

* 241 * (93500)

Offres: Massage prénatal (certifiée S.G.M) -

261

Demandes: Tapis 2m x 2m minimum-Escabeau en bois décoratif pour présenter des plantes-

* 264 * (75018)

Offres: Vodka ukrainienne GORILKA de grande qualité,réputée pour sa douceur ou moelleux(smoothness). 75cl,40 . - Aspirateur AEG Vampyr 701,à puissance variable max.1200W, rallonge électrique à enroulement automatique. -

* 381 * (75013)

Demandes: Lessivages avant travaux de peinture - Ventilateur - Climatiseur -

* 465 * (75018)

Demandes: Encadrement simple de calligraphies grand format - Pendule qui carillonne - Pique fleur métallique, maniques - Aide à la maison et couture à la machine -

Offres: Coffret à trésor pour improvisations d'histoires avec les enfants -

* 476 * (75020)

Demandes: Remise en état de 2 vélos (pneus, freins, éclairage) - Aide pour monter placards cuisine - Petit déménagement dans le sud chauffeur avec camionnette et bras musclés -

Offres: Co-voiturage Paris Toulouse Carcassone Narbonne - Encyclopedia Universalis 23 volumes illustrés + Index + Thésaurus très bon état -

* 612 * (75017)

Demandes: Conseils pour rénover mon appartement par un/une architecte d'intérieur ou un/une passionné-e qui aime faire autrement pour m'aider à préparer mon projet. - Téléchargement légal des documents audio et les mettre sur K7 ou CD -

Offres: Des projets ou des idées (?) J'écoute vos projets séliens ... même en herbe. -

* 648 * (75019)

Offres: Cours de natation,avoir confiance dans l'eau - Planche en bois 1,65 x 80 -

* 654 * (75011)

Offres: Panier fermé en rotin pour chat ,cage à oiseau en rotin -

* 751 * (75012)

Offres: Prêt matériel camping, tente 3 places, réchaud gaz, table + banc, matelas,etc. -

* 772 * (75013)

Offres: Chaussons tricotés vous fournissez la laine, je vous tricote des chaussons chauds -

* 869 * (75018)

Offres: Initiation à la musique par ordinateur - Recomposition musique pour massages, méditation... - CD de relaxation - Enregistrement voix et musique -

* 878 * (75003)

Offres: Pompe à vélo, un peu usagée,donnée avec la selle - une selle de vélo, bon état, modèle classique sport

* 1031 * (92200)

Demandes: Fer à repasser de voyage ou petit modèle -

Offres: Minitel - Veste skai homme 50/52 - Relooking et coaching - Couvre lit 2 places état neuf - Table grise pliante et 4 chaises - Four électrique (pas micro-ondes) -

* 1248 * (75017)

Offres: Pratiquant le massage sensitif depuis un an je serais partant pour faire des échanges de massages. -

* 1303 * (94410)

Offres: Cake végétarien à emporter sur la base de sarrazin, lentilles de corail et carottes à emporter (passer commande avant) ou faire avec et chez moi, fondant de chocolat -

* 1382 * (93170)

Demandes: Conversation anglaise -

* 1467 * (75015)

Demandes: Apprendre le portugais et à chanter la bossa nova - Robot mixeur cuisine assez puissant pour broyer convenablement les viandes coriaces telles que le veau pour réaliser des terrines à faire cuire au four. -

* 1538 * (77500)

Demandes: Transport canapé 1m50 de long dans le périmètre de Vincennes – Déménagement bras et camionnette avec chauffeur pour déménagement du 28 au 31 juillet dans le périmètre de Montmartre.

* 1633 * (75003)

Demandes: Vélo femme assez bon état - Sorties randonnées à pied et à vélo -

* 1665 * (75018)

Demandes: Mini ferrailles et métaux pour création mobiles et bijoux - Accessoires vélo (panier, garde-boue VTT, porte bagages...) - Initiation logiciel montage vidéo - Accessoires puériculture - Accessoires mercerie (boutons, dentelles, fermetures éclair, fils, perles, plumes) -

Offres: Initiation logiciels de bureautique vidéo - Scan de documents et photos - Agrandisseur M 800 DURST (sans optique) - Vélo 1/2 course homme à restaurer -

* 1728 * (92120)

Demandes: Carte graphique Geforce Ti 4200 Ou toute autre carte équivalente -

* 1730 * (75019)

Demandes: Plantes de saison à fleurs pour rebord de fenêtre -

Livres Else Ury : Benjamine et la guerre Editions diverses d'Alice au pays des merveilles et de Mary Poppins -

Offres: Guarana pur, en poudre -

* 1783 * (75003)

Demandes: Baby-sitting 3ème arrondt, bébé de 14 mois -

Offres: Trotinette électrique état moyen - Cours d'anglais enfants de 3 à 11 ans et adultes -

* 1814 * (75015)

Demandes: Tissus (coton) -

Hébergement à la campagne - Vaisselle -

Offres: Tissus (lainage) - Travaux de couture - Cours de couture sur mesure -

* 1827 * (92700)

Offres: Bricolage, électricité, téléphonie pas de plomberie, peinture, serrurerie svp -

* 1836 * (75020)

Offres: Eléments de PC et montage configuration du système (sous Windows XP) -

* 1837 * (75017)

Demandes: Cours petite gym, randonnée - Compagnie pour les sorties - Petite aide réparation armoire -

Offres: Cage pour petits animaux - Aide pour maigrir - Cours de langue russe, traduction - Massages relaxants - Soins du visage -

* 1854 * (75011)

Demandes: Aspirateur - Fer à repasser

Offres: Pendule murale avec balancier - Samovar en cuivre - Tapisserie murale tissée -

* 1865 * (75020)

Demandes: Excel perfectionnement - Powerpoint débutant -

Offres: Travaux sur ordinateur -

* 1870 * (93400)

Demandes: Cours de percussions cours de percussions type africaines -

* 1872 * (92800)

Demandes: Massages relaxants -

* 1873 * (92600)

Demandes: Plats cuisinés végétariens, africains et autres - Cours d'espagnol être bon pédagogue et patient! -

* 1883 * (75020)

Demandes: Couture - Bricolage -

Maintenance informatique -

Offres: Jardinage - Garde d'enfants -

Accompagnement d'enfants pour sorties culturelles ou autres - Cours de français/alphabetisation -

* 1888 * (75019)

Demandes: Vélo femme - Micro-onde - M'aider à vitrifier 2 pièces -

Offres: Je vous aide à ranger votre

appartement - J'aide à peindre votre

appartement - Garde chats et petits

chiens chez eux -

* 1889 * (75019)

Demandes: Vêtements pour grand mince (même bizarres ou un peu passés) -

M'écouter dire des contes traditionnels car je m'exerce et débute - Echanges musicaux -

Offres: Introduction aux cultures traditionnelles des chasseurs-cueilleurs -

Langue et culture Espéranto (niveau débutant) - Aide informatique et Internet -

Bras pour lessivages, peinture,

ménages, déménagements... -

* 1890 * (75017)

Demandes: Conseil matériel

informatique - Plomberie -

Offres: Tirage des tarots - Conseil en

style (vêtements) pour trouver le sien -

* 1891 * (75020)

Demandes: Conversation en anglais pour apprendre -

Artiste recherche lieux d'exposition pour une soirée vernissage

ou pour expo plus longue.

Offres: Trépied appareil photos - Tee

shirt personnalisé - Mettre vos photos

sur CD (photos de vacances ou

documents divers) - Photos artistiques

pouvant servir pour book ou autre -

Initiation à Internet recherche, mail,

blog... -

* 1895 * (75013)

Demandes: Baby sitting en journée -

Offres: Cuisine africaine - Baby sitting

1. **Petit rappel pour la rédaction de vos offres et demandes :**

❖ Lorsque vous saisissez vous-même vos offres et demandes :

Essayer d'être bref et précis dans la rédaction et de ne pas dépasser 5 offres et 5 demandes, nous pourrions être amenés à couper des textes trop longs qui prendraient trop de place sur le catalogue papier,

Si vous nous faites parvenir une feuille de changement d'offres et demandes :

Les mêmes consignes de concision sont valables,

- merci d'écrire lisiblement,
- utilisez les feuilles de changement d'offres et demandes et non des petits papiers difficiles à déchiffrer
- n'oubliez pas de préciser vos noms, prénoms, N° d'adhérent
- réécrivez toutes vos offres et demandes sur cette feuille même celles qui sont maintenues

2. **Bons d'échange :**

Les bons ne peuvent être validés que s'ils sont complets : toutes les lignes doivent être remplies, n'oubliez aucune case, aucune n'est superflue, vérifiez vos bons d'échange avant de nous les confier:

Date de l'échange, Nom et N° du débiteur, Nom et N° du crédeur, Montant en pias en chiffres et en lettres, Nature de l'échange, Signature des 2 protagonistes de l'échange

3. **Bons Intersel et bourse d'échange local :**

- Utilisez de préférence des bons Intersel
- Si vous utilisez des bons du Sel de Paris, merci de noter clairement le nom du Sel partenaire et la mention en gros INTERSEL sur le bon
- Pensez à vous munir de bons Intersel si vous vous rendez à une Blé Intersel ou d'un autre Sel (Paname, Montreuil...)

Vous nous demandez de la rigueur dans la tenue du catalogue et de vos comptes, merci d'y collaborer vous aussi en respectant ces consignes
Le meilleur moment pour remettre ses bons et ses changements d'O/D, c'est le RDV du 1^{er} samedi du mois

Annie POPOT N° 261 saisie des bons et des Offres et Demandes