

### **9 Vie professionnelle et pratique**

Bases de la comptabilité  
Communication non violente  
Conduite supervisée  
Découvrir la communication non violente  
Dégrossir la compta de SASU pour le bilan  
Savoir prendre des notes sous forme de schéma heuristique  
Techniques de transmission du savoir

### **8 Sciences et soutien scolaire**

Sorties botanique

### **7 Musique et arts**

Apprendre à jouer du ukulele pour enfant  
Chant, travail de la voix  
Comprendre la musique orientale et africaine  
Dessin bases  
Guitare débutante  
Mosaïque, céramique  
Partage points de vue en dessin d'art  
Peinture décorative sur bois  
Utilisation du calam

### **6 Langues**

Allemand, prononciation, conversation et culture allemande  
Anglais vrai débutant  
Apprendre à lire quelques mots de français langue étrangère  
Atelier d'écriture  
Italien faux débutant  
Parler en alsacien pour le raviver  
Perfectionnement français  
Progresser en français écrit  
Savoir mieux rédiger un texte

### **5 Jeux, sports et santé**

Balades à pied  
Base du jeu d'échec  
Bases de la phytothérapie  
Découvrir la méditation  
Jeu de go  
Jeux de société sympa en famille  
Naturopathie  
Salsa

Tai-chi

Thérapies douces, sophrologie

#### **4 Jardinage animaux**

apprendre la permaculture

Créer un potager

Créer une haie dans mon jardin

Découvrir l'arboriculture

Jardinage

Reconnaître les chants et les noms d'oiseaux

#### **3 informatique**

Aisance sur internet et messagerie

Améliorer la prise de photos

Améliorer sa pratique du smartphone

Apprendre à me servir de mon NIKON 1 J1 camera compact

Apprendre à se servir d'un smartphone

Bureautique de base

Bureautique de base

Comment protéger son PC

Comment reconnaître les spams sur la messagerie

Débuter avec ma tablette

Débuter en illustrator, progresser en photoshop

Démarches administratives en ligne

Excel bases et tableaux croisés dynamiques

Maîtriser sa tablette

Manipuler les mails et fichiers photos

Prendre une photo d'un tableau et faire un fichier pdf

Savoir répondre à un mail et envoyer une pièce jointe

Site wordpress débutant

Traitement de texte sous linux

usage du smartphone, whatsapp, mms, comment configurer

#### **2 Cuisine**

Bredele

Choux à la crème

Cuisine alsacienne

Cuisine du monde (sauf Chine)

Cuisine orientale (Magreb, Turquie, Thaï, chinoise)

Cuisine quotidienne

Cuisine tous plats

Pâtisserie

Plats avec feuilles de brick

#### **10 Voyages et culture générale**

Balades culturelles dans les Vosges et en Alsace (en semaine)

Découvrir Strasbourg (quartiers, lieux utiles, mobilité)

Qu'est-ce qu'apprendre ?

## **1 Bricolage et couture**

Apprendre à poser du carrelage

Atelier bois débutant

Bases d'électricité

Bricolage do it yourself

Comment passer de l'enduit de lissage

Couture bases

Couture perfectionnement

Faire un raccord de plomberie

Peindre une structure en bois au plafond

Remonter une armoire et un lit

Rénover les joints de baignoire et évier

Réparation de pantalons au genou

Réparation tondeuse à gazon

Réparer et entretenir son vélo

Reprendre confiance dans la conduite

Reprendre confiance dans la conduite