

BANCO DE TEMPO MÓ DE VIDA - ALMADA

Morada: Calçadinha da Horta, 19 - Pragal - Almada

Telef. 212 720 641

Mail: bdtmodevida@gmail.com

Blog: <http://bancodetempomodevida.blogspot.com>

OFERTA DE SERVIÇOS

Ajuda para / Organização de	Actividades Culturais e Recreativas, Festas, Outras
Ajuda em	Trabalhos e Questões Administrativo(a)s: Arquivo e outro(a)s
Ensinar	Alfabetização (a adultos)
Cuidar / Tratar de	Animais
Ensinar / Trabalhos de	Artes Decorativas (Découpage e outros)
Ensinar / Trabalhos de	Artesanato; Tecelagem (Macramé)
Ajuda / Apoio	Auto-Ajuda e Motivação
Ajuda / Colaboração no(a)	Banco de Tempo e Mó de Vida
Ensinar / Trabalhos de	Bijutaria (arame e cristais)
Ensinar / Trabalhos de	Bordados, Crochet, Ponto Cruz, Tricot, Arraiolos
Companhia para	Brincar; Jogar Cartas (king e outros jogos de cartas); Outros Jogos Lúdicos
Ajuda para tratar de	Burocracia
Serviços de	Cabeleireira
Companhia / Orientação para	Caminhadas e Passeios; Caminhadas (mais de 10 km)
Ajuda para lavar	Carros
Fazer	Companhia
Trabalhos em	Computador (Passar Textos; Outros - Word, Excell, Fotos)
Aconselhamento em	Condomínio
Companhia para	Conversar
Trabalhos de	Costura (arranjos)
Cuidar / Tomar conta de	Crianças
Ajuda / Apoio a	Crianças (Aulas, Trabalhos Escolares, Explicações, Tempos Livres, Festas Infantis)
Ajuda / Apoio a	Crianças (Tempos Livres, Festas infantis)
Ir buscar e/ou levar	Crianças à Escola
Ajuda / Apoio	Excelência em Jovens
Ensinar	Desenho
Ensinar a fazer e a tocar	Didgeridoo
Ajudar a	Preencher Documentos Vários
Sessões de	Escrita Criativa
Companhia para ir a	Espectáculos, Cinema, Exposições e Museus
Apoio ao	Estudo / Explicações: 1º e 2º Ciclos, Ensinos Básico e Secundário; outros
Apoio ao	Estudo / Explicações: Matemática; Inglês; Biologia; Ciências Sociais
Colaboração para	Falar em Público
Ajuda / Apoio	Filosofia
Colaboração / Ajuda em	Fotografia
Ensinar / Conversação de	Francês
Ajuda / Apoio em	Filosofia G+
Aconselhamento em	Gestão e Marketing
Serviços de	Guia Turística
Contar	Histórias
Assistência a	Idosos: Cuidar/Tomar Conta/Companhia
Ensinar	Informática (Internet, E-mails, Blogs e Sites)
Ensinar	Informática (Introdução aos Pc's, Configurações; Word, Excell)
Ensinar / Traduções	Inglês; Espanhol

Trabalhos de	Jardinagem; Bricolage
Acompanhamento de	Crianças, Jovens e Adultos
Iniciação ao	Malabarismo com Pois e/ou Correntes
Terapia	Fisioterapia
Terapia	Massagens (Pés e Pernas)
Companhia para ir ao	Médico
Orientar / Ensinar	Meditação
Ajuda / Acompanhamento	Método Louise Hay
Serviços de	Motorista
Ajuda	Ouvir os Outros; Dialogar com Jovens
Ajuda / Apoio	Pedagógico
Ensinar / Trabalhos de	Pintura em gesso, madeira, marfinites, vidro, tela, óleo)
Cuidar / Regar / Tratar de	Plantas
Ensinar	Português
Ensinar / Conversação de	Português a Estrangeiros
Ajuda / Apoio	Psicológico, Psico-Social, Psicológico (não formal)
Fazer	Recados: Correio, Super-mercado, Farmácia, Compras, Diversos
Tratamentos de	Reiki
Ajuda / Apoio	Relaxamento Físico e Mental
Trabalhos de	Reparações pequenas (Torneiras, Electricidade, Estores, Pintura)
Assuntos de	Repartições Públicas (Finanças, Conservatórias)
Trabalhos de	Restauro (não antiguidades)
Ajuda / Apoio	Teológico
Ajuda / Apoio	Terapia Mental
Ajuda em	Trabalhos Domésticos e Pequenos Serviços; Passar a Ferro
Ajuda em	Trabalhos Domésticos: Cozinhar (Doçaria, Outros pratos); Lavar Loiça
Ajuda em	Trabalhos Domésticos a Pessoas com dificuldade de Mobilidade
Ajuda em	Trabalhos Físicos: Mudanças e Outros
Ensinar	Viola (tocar)
Ler em	Voz Alta

Actualização em: 27-01-2010