

# 3<sup>o</sup> Catálogo de servicios

Intercambio de servicios: hora = hora

## Interfamilias



FAM Y LIAS  
Recursos para la diversidad

Con la colaboración de:



Obra Social "la Caixa"



UNIVERSIDAD COMPLUTENSE  
MADRID



## INDICE

<b>ACOMPAÑANTE PARA GESTIONES.....</b>	<b>10</b>
100 AYUDA A REALIZAR GESTIONES TELEMATICAS.....	10
71 ACOMPAÑAMIENTO EN GESTIONES BANCARIAS .....	10
32 GESTIONES ADMINISTRATIVAS. ASESORIA Y ACOMPAÑAMIENTO.....	10
12 ACOMPAÑAR A MAYORES EN SUS GESTIONES .....	10
64 ACOMPAÑAR EN GESTIONES .....	10
37 ACOMPAÑAMIENTO PARA GESTIONES.....	10
80 ACOMPAÑAMIENTO A PERSONAS MAYORES .....	10
<b>APOYO ADMINISTRATIVO .....</b>	<b>11</b>
15 APOYO ADMINISTRATIVO.....	11
75 ASESORAMIENTO GESTIONES ADMINISTRATIVAS .....	11
75 APOYO EN LA GESTIÓN ADMINISTRATIVA Y DINAMIZACIÓN DEL AMPA .....	11
63 CORRECTORA DE TEXTOS.....	11
32 BÚSQUEDA Y GESTIÓN DE RECURSOS PERSONALES Y DOCUMENTALES .....	11
85 BUSQUEDA RECURSOS POR INTERNET.....	11
78 BUSQUEDA DE RECURSOS POR INTERNET.....	11
<b>ARTE, ARTESANÍA .....</b>	<b>12</b>
11 DECORACIÓN. PINTURA SOBRE TELA .....	12
38 MANUALIDADES .....	12
<b>ASESORAMIENTO .....</b>	<b>13</b>
<b>ASESORAMIENTO ASOCIATIVO .....</b>	<b>13</b>
77 ASESORAMIENTO PARA LA ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS .....	13
75 ASESORAMIENTO Y ACOMPAÑAMIENTO PARA CREAR UNA ASOCIACION .....	13
<b>ASESORAMIENTO FAMILIAR .....</b>	<b>13</b>
57 MEJORA DEL CLIMA EN CASA.....	13
9 ASESORAMIENTO FAMILIAR Y/O DE PERSONAS ADULTAS .....	13
65 ASESORAMIENTO FAMILIAR ANTE SITUACIONES DE DIFICULTAD CON MENORES .....	13
78 ASESORAMIENTO PSICOLÓGICO PERSONAL Y FAMILIAR .....	14
101 ASESORAMIENTO EN RECURSOS A FAMILIAS.....	14



102	ASESORAMIENTO PSICOLOGICO ANTE ENFERMEDADES CRONICAS.....	14
97	ASESORIA SOCIAL .....	14
	<b>ASESORAMIENTO EMPRESARIAL .....</b>	<b>14</b>
	FORMACION EN GESTION FISCAL Y LABORAL .....	14
86	ASESORAMIENTO EN COOPERATIVAS.....	14
76	MARKETING .....	15
	<b>ASESORAMIENTO FISCAL .....</b>	<b>15</b>
106	ASESORAMIENTO FISCAL A PERSONAS .....	15
	<b>ASESORAMIENTO EN TORNO A PROYECTOS .....</b>	<b>15</b>
32	GENERAR REDES EN TORNO A UN OBJETIVO .....	15
41	ASESORO A LA CONCRECCION DE PROYECTO PERSONAL/COLECTIVO.....	15
	<b>ASESORAMIENTO LABORAL .....</b>	<b>15</b>
35	ASESORAMIENTO EN MATERIA DE EMPLEO .....	15
71	ASESORAMIENTO EN TEMAS LABORALES .....	15
30	ASESORAMIENTO CURRICULUM VITAE .....	16
13	BUSQUEDA EMPLEO POR INTERNET .....	16
	<b>ASESORAMIENTO TRÁMITES .....</b>	<b>16</b>
13	ASESORAMIENTO TRAMITES AYUNTAMIENTO MADRID.....	16
	<b>AYUDA EN EL HOGAR .....</b>	<b>17</b>
113	PLANCHA Y LIMPIEZA DE CASAS .....	17
31	LIMPIEZA .....	17
43	CUIDADO DE JARDÍN.....	17
104	LIMPIADORA INMUEBLES .....	17
	<b>COCINA.....</b>	<b>18</b>
59	PREPARACIÓN DE POSTRES .....	18
11	HACER COMIDA CASERA .....	18
67	COMIDA Y REPOSTERÍA MARROQUÍ .....	18
27	COCINA MARROQUI .....	18
79	ELABORACION TARTAS ESPECIALES .....	18
79	ELABORACION DE COMIDAS ESPECIALES PARA CUMPLEAÑOS .....	18
38	COMIDAS CASERAS Y DULCES .....	18
56	MENU PARA UNA PERSONA .....	18



<b>CONSUMO</b> .....	<b>18</b>
14 ASESORAMIENTO Y REDACCIÓN DE RECLAMACIONES EN EL ÁMBITO DE CONSUMO .....	19
72 ASESORAMIENTO RELACIONADO CON EMPRESA DE TELEFONÍA Y TELEVISION POR CABLE .....	19
33 ORGANIZACIÓN GRUPO DE CONSUMO PRODUCTO ECOLÓGICO .....	19
<b>COSTURA</b> .....	<b>20</b>
10 COSTURA .....	20
38 COSTURA .....	20
56 COSTURA PROFESIONAL .....	20
<b>CUIDADO DE MAYORES</b> .....	<b>21</b>
10 ACOMPAÑAR PERSONAS MAYORES .....	21
32 ACOMPAÑAMIENTO A PERSONAS MAYORES .....	21
31 CUIDADO DE PERSONAS MAYORES.....	21
60 CUIDADO DE PERSONAS DE MAYORES .....	21
34 FORMACION DE CUIDADORES EN EL PROPIO DOMICILIO .....	21
36 COMPARTIR “TIEMPO” CON MAYORES.....	21
77 ACOMPAÑAR A MAYORES.....	21
<b>CUIDADO DE MENORES</b> .....	<b>22</b>
<b>ZONA VILLA DE VALLECAS</b> .....	<b>22</b>
16 CUIDADO DE MENORES A LA SALIDA DEL COLE.....	22
17 CUIDADO DE MENORES .....	22
<b>ZONA PALOMERAS BAJAS</b> .....	<b>22</b>
59 CUIDADO DE MENORES. SALIDA COLE .....	22
59 CUIDADO DE MENORES LOS DÍAS DE HUELGA QUE COINCIDAN EN LUNES .....	22
31 CUIDADO MENORES POR LA MAÑANA.....	22
33 CUIDADO MENORES.....	22
31 CUIDADO MENORES A LA SALIDA DEL COLE.....	23
64 RECOGIDA DE MENORES A LA SALIDA DEL COLE ZONA PALOMERAS Y ENTREVIAS .....	23
121 CUIDADO DE MENORES .....	23
<b>ZONA ENTREVIAS</b> .....	<b>23</b>
72 CUIDADO DE MENORES TARDE .....	23
72 CUIDADO MENORES MAÑANA.....	23
<b>COLEGIO LA RIOJA</b> .....	<b>23</b>
65 RECOGIDA DE MENORES A LA SALIDA DEL COLE “LA RIOJA” .....	23



38 CUIDADO DE MENORES .....	24
77 ATENCIÓN A MENORES, SALIDA COLEGIO LA RIOJA .....	24
<b>EN GENERAL</b> .....	<b>24</b>
12 CUIDAR MENORES ENFERMOS EN SU DOMICILIO .....	24
69 CUIDADO Y ACOMPAÑAMIENTO DE MENORES .....	24
60 CUIDADO DE MENORES .....	24
43 CUIDADO DE MENORES .....	24
76 CUIDADO DE MENORES .....	24
108 CUIDADO DE NIÑOS Y NIÑAS .....	25
100 CUIDADO DE MENORES. ....	25
107 CUIDADO DE MENORES .....	25
79 CUIDADO DE MENORES .....	25
98 CUIDADO DE MENORES Y PERSONAS MAYORES.....	25
<b>CUIDADO DE MASCOTAS.....</b>	<b>26</b>
43 CUIDADO DE MASCOTAS .....	26
<b>DIAGNÓSTICOS.....</b>	<b>27</b>
37 DIAGNOSTICO PSICOPEDAGOGICO DE MENORES .....	27
<b>DISEÑO .....</b>	<b>28</b>
109 DISEÑO AUTOCAD .....	28
<b>ESTANCIAS TEMPORALES .....</b>	<b>29</b>
83 FIN DE SEMANA EN RASCAFRIA .....	29
<b>FORMACIÓN .....</b>	<b>30</b>
<b>ALIMENTACION</b> .....	<b>30</b>
14 TALLER DE NUTRICION O ALIMENTACION SALUDABLE.....	30
9 CHARLAS TEORICO PRÁCTICA SOBRE ALIMENTACION SALUDABLE ALTERNATIVA .....	30
33 CHARLA NUTRICIÓN/ SALUD PREVENTIVA.....	30
60 SESIONES FORMATIVAS: NUTRICION CONSCIENTE .....	30
<b>APOYO ESCOLAR</b> .....	<b>30</b>
13 CLASES DE INGLÉS PARA NIÑOS Y NIÑAS .....	30
98 APOYO ESCOLAR EN IDIOMAS. ....	31
35 APOYO ESCOLAR EN PRIMARIA. LENGUA Y MATEMATICAS .....	31
40 APOYO ESCOLAR PARA LA ASIGNATURA: CONOCIMIENTO DEL MEDIO .....	31



19 CLASES DE REFUERZO DE LENGUA .....	31
62 APOYO ESCOLAR NIÑOS PRIMARIA Y SECUNDARIA .....	31
121 AYUDA ESCOLAR EN ESO.....	31
102 APOYO ESCOLAR EN MATEMATICAS ESO Y BACHILLER .....	31
41 APOYO ESCOLAR.....	32
19 CLASES DE LENGUA PARA PERSONAS ADULTAS .....	32
14 CLASES DE APOYO ESCOLAR PARA ADULTOS .....	32
36 APOYO ESCOLAR PERSONAS ADULTAS (grupal) .....	32
<b>BAILE</b> .....	<b>32</b>
12 CLASES DE FLAMENCO .....	32
107 TALLER DE BAILE .....	32
<b>COCINA</b> .....	<b>33</b>
22 CLASES DE COCINA HINDÚ .....	33
107 ENSEÑAR A COCINAR.....	33
16 TALLER DE COCINA PARA MENORES PRIMARIA .....	33
<b>COSTURA</b> .....	<b>33</b>
22 CLASES DE INICIACION A LA COSTURA .....	33
66 CLASES COSER A MÁQUINA .....	33
<b>IDIOMAS</b> .....	<b>33</b>
108 CONVERSACION DE FRANCÉS .....	33
63 CONVERSACION EN INGLÉS PARA PERS. ADULT .....	34
63 CONVERSACIÓN FRANCES PARA PERS. ADULT .....	34
30 CONVERSACIÓN INGLÉS CON PERSONAS ADULTAS .....	34
22 CLASES DE INGLÉS PARA PERSONAS ADULTAS .....	34
22 CLASES DE HINDI.....	34
27 ENSEÑANZA DE LENGUA ARABE .....	34
<b>MANUALIDADES</b> .....	<b>34</b>
80 CLASES DE MANUALIDADES .....	34
12 CLASES DE ENCUADERNACIÓN.....	35
17 TALLER DE ABALORIOS PARA MENORES Y MAYORES.....	35
107 TALLER DE BISUTERÍA .....	35
54 TALLER DE MANUALIDADES.....	35
16 TALLER DE MANUALIDADES PARA MENORES .....	35
<b>MÚSICA</b> .....	<b>35</b>



25 CLASES DE BATERÍA .....	35
57 TALLER BÁSICO DE PERCUSIÓN .....	35
104 CLASES DE SOLFEO .....	36
<b>NUEVAS TECNOLOGÍAS</b> .....	<b>36</b>
46 ASESORAMIENTO USO DE NUEVAS TECNOLOGÍAS .....	36
57 FORMACION OFFICE .....	36
35 ALFABETIZACION DIGITAL.....	36
36 CLASES DE APOYO EN NUEVAS TECNOLOGÍAS .....	36
100 ALFABETIZACIÓN INFORMÁTICA.....	36
13 CLASES DE INFORMÁTICA PARA NIÑOS Y NIÑAS.....	37
13 CLASES DE MANEJO DE REDES SOCIALES PARA PERSONAS ADULTAS.....	37
25 MANEJO NUEVAS TECNOLOGÍAS .....	37
66 CLASES DE INFORMÁTICA .....	37
14 TALLER INFORMÁTICA BÁSICA PARA MENORES Y/O PERSONAS ADULTAS .....	37
87 GESTIONES TELEMÁTICA COTIDIANAS .....	37
<b>SALUD</b> .....	<b>38</b>
34 EDUCACION SANITARIA .....	38
33 TALLER PREVENCIÓN DE ACCIDENTES .....	38
<b>GENERO</b> .....	<b>38</b>
15 TALLER DE GÉNERO .....	38
116 ASESORAMIENTO EN MATERIA DE GENERO Y SEXUALIDAD.....	38
57 TALLER NOVIOLENCIA .....	38
<b>OTROS</b> .....	<b>39</b>
20 TALLER INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	39
59 CLASES DE AEROBIC PARA PERSONAS ADULTAS .....	39
74 MONTAR A CABALLO .....	39
40 TALLER MANTENIMIENTO DE BICIS.....	39
89 ENSEÑAR A PESCAR .....	39
<b>GUARNICIONERIA</b> .....	<b>40</b>
104 GUARNICIONERA .....	40
<b>IMAGEN PERSONAL</b> .....	<b>41</b>
11 ESTÉTICA.....	41
27 PELUQUERÍA PARA HOMBRES .....	41



<b>IMAGEN Y SONIDO .....</b>	<b>42</b>
40 TÉCNICO DE SONIDO.....	42
85 PRÉSTAMO EQUIPO DE SONIDO PARA ACTIVIDAD COMUNITARIA .....	42
<b>IMAGEN/PUBLICIDAD.....</b>	<b>43</b>
57 CREACION BLOG (BAJO WORDPRESS) .....	43
57 EDICIÓN DE PRODUCTOS DE IMAGEN Y SONIDO .....	43
57 CREACIÓN PRODUCTOS VISIBILIZACIÓN DEL PROYECTO, DE LA IDEA.....	43
85 DISEÑO ELEMENTOS DE COMUNICACIÓN .....	43
<b>LOCALES .....</b>	<b>44</b>
20 LOCAL PARA SESIONES GRUPALES/TALLERES.....	44
56 LOCAL CON CAPACIDAD PARA 75 PERSONAS.....	44
<b>MECANICA COCHES.....</b>	<b>45</b>
74 MECÁNICA DE COCHES.....	45
<b>ORIENTACIÓN ESCOLAR .....</b>	<b>46</b>
65 ORIENTACIÓN ESCOLAR EN SECUNDARIA .....	46
78 ORIENTACIÓN PLANES DE FORMACIÓN UNIVERSITARIOS.....	46
116 ORIENTACION ACADEMICA PARA ADOLESCENTES .....	46
<b>REPARACIÓN .....</b>	<b>47</b>
<b>REPARACION DE BICIS.....</b>	<b>47</b>
40 <i>REPARACION DE BICIS</i> .....	47
<b>REPARACION EN EL HOGAR .....</b>	<b>47</b>
12 PINTURA LOCALES Y DOMICILIOS PARTICULARES .....	47
12 ALBAÑILERÍA .....	47
18 BRICOLAJE.....	47
18 REPARACIONES ELECTRICAS.....	47
25 ARREGLOS EN EL HOGAR .....	47
71 ARREGLOS EN EL HOGAR .....	48
74 REPARACIONES EN EL HOGAR .....	48
<b>TAROT .....</b>	<b>49</b>
116 CONSULTAS GENERALES MEDIO EL TAROT (VERSIÓN Jodorowsky).....	49





<b>TERAPIAS .....</b>	<b>50</b>
91 TRATAMIENTO MEDIANTE MEDICINA ALTERNATIVA.....	50
9 PSICOTERAPIA CON MENORES Y CON PERSONAS ADULTAS. ORIENTACION HUMANISTA (GESTALT).....	50
20 MEDITACION Y RELAJACION .....	50
22 REIKI .....	50
122 MASAJE TERAPEUTICO.....	50
11 QUIROMASAJE.....	51
11 REFLEXOLOGÍA .....	51
64 MASAJE METAMÓRFICO .....	51
63 DOULA. ACOMPAÑAMIENTO PSICOAFECTIVO DURANTE EL EMBARAZO .....	51
9 PSICOMOTRICIDAD Y MÁS CON MENORES .....	51
<b>TIEMPO LIBRE PERSONAS ADULTAS.....</b>	<b>52</b>
14 ACOMPAÑAR A CAMINAR .....	52
83 ACOMPAÑAR RUTAS EN BICI POR MADRID .....	52
98 RUTAS EN BICI POR MADRID.....	52
83 SENDERISMO POR LA SIERRA DE MARID.....	52
85 RUTAS POR LA SIERRA NORESTE DE MADRID .....	52
<b>TIEMPO LIBRE INFANTIL .....</b>	<b>53</b>
41 INFORMACIÓN DE ACTIVIDADES DE T.L GRATUITAS .....	53
54 ANIMACION INFANTIL .....	53
97 DINAMIZADORA INFANTIL Y PERSONAS ADULTAS.....	53
<b>TRADUCCION.....</b>	<b>54</b>
30 TRADUCCIÓN AL INGLÉS .....	54
75 TRADUCCION AL CASTELLANO .....	54
<b>TRANSPORTE Y DESPLAZAMIENTOS.....</b>	<b>55</b>
25 TRANSPORTISTA .....	55
75 TRANSPORTE EN VEHÍCULO PROPIO POR MADRID .....	55
43 TRANSPORTE EN COCHE Y ACOMPAÑAMIENTO .....	55
83 FURGONETA PARA TRASLADO ENSERES .....	55
121 TRANSPORTE .....	55
71 CONDUCTOR DE CAMIÓN .....	55
<b>Z. SOLO ENSERES .....</b>	<b>56</b>
103 ENSERES .....	56



## ACOMPAÑANTE PARA GESTIONES

### 100 AYUDA A REALIZAR GESTIONES TELEMATICAS.

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Acompañamiento en gestiones a personas mayores, personas de origen extranjero. De tipo telemático, de búsqueda de recursos. Tengo mucha experiencia en esta materia

**EN QUÉ HORARIO:** Flexibilidad horaria hasta septiembre. En septiembre consultar horario.

**OTRAS CONDICIONES:**

### 71 ACOMPAÑAMIENTO EN GESTIONES BANCARIAS

**CODIGO SERVICIO:**  
ASESOR/IND/ADULT

**DESCRIPCIÓN:** Acompañamiento y asesoramiento en gestiones burocráticas, especialmente en temas de productos bancarios (hipotecas, seguros y otros)

**EN QUÉ HORARIO:** De 10:00 a 12:00, de lunes a domingo

**OTRAS CONDICIONES:**

### 32 GESTIONES ADMINISTRATIVAS. ASESORIA Y ACOMPAÑAMIENTO

**CODIGO SERVICIO:**  
ASESOR/IND

**DESCRIPCIÓN:** Asesorar y acompañar en la tramitación de gestiones con la administración pública.

**EN QUÉ HORARIO:** Dos horas por la mañana (9:00 a 14:00 h) cada 15 días.

**OTRAS CONDICIONES:**

### 12 ACOMPAÑAR A MAYORES EN SUS GESTIONES

**CODIGO SERVICIO:**  
CLAS/GRUP/ADULT

**DESCRIPCIÓN:** Ayuda a personas mayores para hacer gestiones

**EN QUÉ HORARIO:** 1 hora a la semana por las mañanas de Lunes a Jueves

**OTRAS CONDICIONES:**

### 64 ACOMPAÑAR EN GESTIONES

**CODIGO SERVICIO:**  
GEST/IND

**DESCRIPCIÓN:** Acompañar y asesorar en la realización de gestiones: becas, solicitudes desempleo/ cursos de formación, servicios sociales, servicios de salud médica o psicológica

**EN QUÉ HORARIO:** Mañanas desde las 9:30 hasta las 14:00

**OTRAS CONDICIONES:** 1 día a la semana de lunes a viernes a convenir

### 37 ACOMPAÑAMIENTO PARA GESTIONES

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Gestiones de documentación, arreglar papeles, acompañar al médico, servicios sociales, etc.

**EN QUÉ HORARIO:** En función de la necesidad, acordar días y horarios.

**OTRAS CONDICIONES:** Tengo coche para facilitar el traslado.

### 80 ACOMPAÑAMIENTO A PERSONAS MAYORES

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Acompañamiento a mayores y ayuda en gestiones varias: papeles, médicos, compras, ... salir a pasear

**EN QUÉ HORARIO:** Lunes a Viernes por las mañanas

**OTRAS CONDICIONES:**



## APOYO ADMINISTRATIVO

### 15 APOYO ADMINISTRATIVO

**CODIGO SERVICIO:**  
ADMINIST/IND

**DESCRIPCIÓN:** Preparar dosieres, búsqueda de información, investigación por internet, otros trabajos administrativos

**EN QUÉ HORARIO** 2 horas semanales horario indistinto

**OTRAS CONDICIONES:** Imprescindible trabajo desde mi propio domicilio

### 75 ASESORAMIENTO GESTIONES ADMINISTRATIVAS

**CODIGO SERVICIO:**  
ASESOR/IND

**DESCRIPCIÓN:** Gestiones del tipo: solicitud de becas y otras ayudas, rellenar instancias

**EN QUÉ HORARIO** 1 hora a la semana en horario de mañana.

**OTRAS CONDICIONES:** Asesoro a rellenar la documentación necesaria pero no puedo acompañar a gestionarlas.

### 75 APOYO EN LA GESTIÓN ADMINISTRATIVA Y DINAMIZACIÓN DEL AMPA

**CODIGO SERVICIO:**  
ASESOR/IND/ADULT

**DESCRIPCIÓN:** Generar directorios, modelos tipo para las distintas circulares, contratos con monitores/as, crear un correo, listados de correos, manejo de mail, como llevar las cuentas, como realizar memorias de acciones y económicas, manejo básico de una cuenta de facebook (subir fotos, etc).  
También aportar ideas para la dinamización de la AMPA de tu centro educativo.

**EN QUÉ HORARIO** 2 horas a la semana, días a definir

**OTRAS CONDICIONES:**

### 63 CORRECTORA DE TEXTOS

**CODIGO SERVICIO:**  
INDIV/ ADUL

**DESCRIPCIÓN:** Corrijo todo tipo de textos en castellano

**EN QUÉ HORARIO** De lunes a viernes, 2 horas semanales

**OTRAS CONDICIONES:** En mi propio domicilio

### 32 BÚSQUEDA Y GESTIÓN DE RECURSOS PERSONALES Y DOCUMENTALES

**CODIGO SERVICIO:**  
ASESOR/IND/ADULT

**DESCRIPCIÓN:** Investigación y selección de información documental, páginas, personas, etc. Para trabajos de investigación. También generar redes para el empleo.

**EN QUÉ HORARIO** 2 horas a la semana (desde casa tardes y/o noches)

**OTRAS CONDICIONES:** Trabajo desde mi casa

### 85 BUSQUEDA RECURSOS POR INTERNET

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Búsqueda y sistematización de recursos en la red

**EN QUÉ HORARIO:** Indistinto

**OTRAS CONDICIONES:** Servicio a distancia, nos comunicáramos por teléfono, mail o skype.

### 78 BUSQUEDA DE RECURSOS POR INTERNET

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Información general que se pueda encontrar en la red.

**EN QUÉ HORARIO:** 5 horas a la semana ¿variable en función de la semana

**OTRAS CONDICIONES:** Especialista en base de datos



## ARTE, ARTESANÍA

11 DECORACIÓN. PINTURA SOBRE TELA		CODIGO SERVICIO: INDIV/ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Decorar camisetas, bolsos, cojines, ropa de cama, cortinas... hablamos de los diseños.	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	De lunes a Viernes, en horario de mañanas	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Podría algún sábado, negociaríamos el coste de los productos empleados. Mínimo 5 personas solicitantes	

38 MANUALIDADES		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Manualidades, customización (transformación de ropa) y creación de objetos	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Cualquier día, dos horas por semana	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Material por cuenta de la persona solicitante.	



## ASESORAMIENTO

### ASESORAMIENTO ASOCIATIVO

<b>77 ASESORAMIENTO PARA LA ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Informe de la organización práctica de las actividades deportivas en el AMPA	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Cualquier día de Lunes a Viernes	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	En función de la demanda (y acorde a mi disponibilidad)	

<b>75 ASESORAMIENTO Y ACOMPAÑAMIENTO PARA CREAR UNA ASOCIACION</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Asesoramiento y acompañamiento para crear una asociación	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	FLEXIBLE	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

### ASESORAMIENTO FAMILIAR

<b>57 MEJORA DEL CLIMA EN CASA</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Estrategias para ser una "Super Familia". Para una relación más amena y respetuosa en casa. (Formación en habilidades de crianza)	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	A negociar en función de la actividad solicitada	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

<b>9 ASESORAMIENTO FAMILIAR Y/O DE PERSONAS ADULTAS</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> ASESOR/
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Asesoramiento y/o terapia infantil, familiar y/o de adultos.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	El horario sería adaptado a las circunstancias (por ejemplo, si es intervención familiar tendrían que estar todos los miembros; si es intervención con un menor, sería horario de tarde). En principio, se acordaría con la familia, según la demanda, un número de sesiones, de <b>1 hora de duración 1 vez a la semana</b>	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Es posible también realizar terapia (hasta 10 horas con interfamilias) el resto de la terapia a cuenta de la familia que la recibe.	

<b>65 ASESORAMIENTO FAMILIAR ANTE SITUACIONES DE DIFICULTAD CON MENORES</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> ASES/
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Asesoramiento a familias que se sienten desbordadas por la situación. Análisis de la situación puntual, derivación a recursos adecuados, intervención puntual en función de los casos.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Viernes tarde, cada 15 días de 19:00 a 21:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		



## 78 ASESORAMIENTO PSICOLÓGICO PERSONAL Y FAMILIAR

**CODIGO SERVICIO:**  
ASES/

**DESCRIPCIÓN:** Puedo facilitar, tanto a nivel individual como familiar, información y/o asesoramiento psicológico. No es psicoterapia.

**EN QUÉ HORARIO:**

**OTRAS CONDICIONES:** El servicio se realizará telefónicamente, vía mail u otros medios a distancia.

## 101 ASESORAMIENTO EN RECURSOS A FAMILIAS.

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Ofrezco información y asesoramiento sobre los recursos sociales existentes para las familias o algunos de sus miembros, especialmente para personas mayores.

**EN QUÉ HORARIO:** Lunes y miércoles de seis a ocho

**OTRAS CONDICIONES:**

## 102 ASESORAMIENTO PSICOLOGICO ANTE ENFERMEDADES CRONICAS.

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Psicóloga profesional en la materia ofrece asesoramiento psicológico tanto a personas enfermas como a familiares ante situaciones de enfermedades crónicas.

**EN QUÉ HORARIO:** De lunes a Viernes de 12:00 a 14:00

**OTRAS CONDICIONES:** Es información y asesoramiento, no terapia que conlleva una atención más duradera. Atención en mi consulta (zona Madrid Sur, Vallecas)

## 97 ASESORIA SOCIAL

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Informar y asesorar sobre recursos y ayudas sociales

**EN QUÉ HORARIO:** Mañanas de lunes a viernes

**OTRAS CONDICIONES:** Necesario avisar con antelación para organizarme

## ASESORAMIENTO EMPRESARIAL

### FORMACION EN GESTION FISCAL Y LABORAL

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Para aquellas personas que desarrollan actividades profesionales puedo formarlas para que tengan las competencias necesarias para gestionar su actividad. Me dedico a la gestión laboral y fiscal profesionalmente

**EN QUÉ HORARIO:** Máximo 5 horas en semana en horario de tardes, a partir de las 16:00 HORAS

**OTRAS CONDICIONES:** Necesario capacidad comprensión temas administrativos o conocimientos muy básicos en la materia.

### 86 ASESORAMIENTO EN COOPERATIVAS

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Asesoramiento para la oportunidad y la constitución de las cooperativas, como funcionan, requisitos, trámites.

**EN QUÉ HORARIO:** Lunes, Miércoles ó viernes. 2 horas semanales

**OTRAS CONDICIONES:** Cooperativas de trabajo y cooperativas de consumo (resto no tengo suficiente información)



<b>76 MARKETING</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Asesoramiento en el lanzamiento de un nuevo producto, generar ideas, ...	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Lunes a Jueves a partir de las 18:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

## ASESORAMIENTO FISCAL

<b>106 ASESORAMIENTO FISCAL A PERSONAS</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Se puede preguntar cualquier tipo de duda relacionado con impuestos de renta a personas físicas, IVA y otros temas relacionados. Respondo en cuanto pueda (a veces al momento)	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Indistinto si se formula por mail. Martes tarde si se formula por teléfono.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Coste mínimo: media hora.	

## ASESORAMIENTO EN TORNO A PROYECTOS

<b>32 GENERAR REDES EN TORNO A UN OBJETIVO</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> /INDIV/ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Redes para encontrar empleo, buscar clientes, redes de apoyo	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	2 horas a la semana (desde casa tardes y/o noches)	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Trabajo desde mi casa	

<b>41 ASESORO A LA CONCRECCION DE PROYECTO PERSONAL/COLECTIVO</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Puedo apoyar a personas con alguna idea de proyecto asociativo o proyecto personal, a buscar y organizar la información, ayudar a pensar los elementos relevantes	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Abierta a propuestas de horario.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

## ASESORAMIENTO LABORAL

<b>35 ASESORAMIENTO EN MATERIA DE EMPLEO</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Asesoramiento y formación en reciclaje profesional, búsqueda de empleo, orientación ante el primer empleo	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Desde mi domicilio, consultas on line, utilizando las posibilidades que brinda internet	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

<b>71 ASESORAMIENTO EN TEMAS LABORALES</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> ASESORAMI/INDIV
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Conocimiento convenios, estatuto de los trabajadores, derechos laborales	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	De 10:00 a 12:00, de lunes a domingo	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		



<b>30 ASESORAMIENTO CURRICULUM VITAE</b>	<b>CODIGO SERVICIO: CLAS/</b>
	Consejos para realizar un buen curriculum vitae ó valoración del que ya tienes.
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	De lunes a Jueves, 1 hora a la semana, a partir de las 18:00 h.
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Puede ser personalmente (preferible) u on line

<b>13 BUSQUEDA EMPLEO POR INTERNET</b>	<b>CODIGO SERVICIO: 2INFORMAT./ADULT</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Clases de acceso a las plataformas de empleo: inscripciones, solicitudes, curriculum, etc.
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 hora semanal de Lunes a Jueves de 18:00 a 20:00
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Coste desplazamiento a cuenta de la familia demandante del servicio. Vivo en Vallecas Villa

## ASESORAMIENTO TRÁMITES

<b>13 ASESORAMIENTO TRAMITES AYUNTAMIENTO MADRID</b>	<b>CODIGO SERVICIO: 1 TRAMIT./ADULT</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Asesoro en las gestiones relacionadas con padrón municipal, multas de tráfico y todo tipo de trámites municipales.
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 hora. Lunes a Jueves de 18:00 a 20:00
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	





## AYUDA EN EL HOGAR

### 113 PLANCHA Y LIMPIEZA DE CASAS

CODIGO SERVICIO:

**DESCRIPCIÓN:** Labores de planchado y limpieza de casas

**EN QUÉ HORARIO:** Lunes a Viernes a partir de las 18:00 h. y fines de semana

**OTRAS CONDICIONES:**

### 31 LIMPIEZA

CODIGO SERVICIO:  
LIMPI/IND/

**DESCRIPCIÓN:** Limpieza en casas o en oficinas.

**EN QUÉ HORARIO:** 2 horas semanales. Lunes, de 16:00 a 20:00, semanas alternas, siguiente semana Jueves. Sábados durante la mañana

**OTRAS CONDICIONES:**

### 43 CUIDADO DE JARDÍN

CODIGO SERVICIO:

**DESCRIPCIÓN:** Cuido el jardín

**EN QUÉ HORARIO:** 3 horas semanales, horario indistinto

**OTRAS CONDICIONES:**

### 104 LIMPIADORA INMUEBLES

CODIGO SERVICIO:

**DESCRIPCIÓN:** Limpieza de casas, naves, cocinas, primeras limpieza

**EN QUÉ HORARIO:** Flexible, puedo organizarme con los trabajos que tengo

**OTRAS CONDICIONES:**



## COCINA

<b>59 PREPARACIÓN DE POSTRES</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b> COCIN/INDIV
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Preparación de bizcochos, tartas tiramisú
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1, 30 horas semanal
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Lo realiza en su casa, zona entrevías-pozo, ingredientes a cuenta de quien solicita el servicio.
<b>11 HACER COMIDA CASERA</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b> COMID/ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Comida mediterránea y comida vegetariana
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	De lunes a Viernes, en horario de mañanas
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Negociaríamos el coste de los productos empleados.
<b>67 COMIDA Y REPOSTERÍA MARROQUÍ</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b> COMID/INDIV
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Elaboro rica comida en mi casa que se pueden pasar a recoger: cuscus, pollo asado, y otros platos árabes.
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	4 horas semanales, disponible todas las mañanas de lunes a domingo
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Coste ingredientes a cuenta de quien encarga
<b>27 COCINA MARROQUI</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Realizo comida marroquí en el domicilio de las personas interesadas
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Domingos
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	
<b>79 ELABORACION TARTAS ESPECIALES</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Elaboración tartas temáticas( <a href="http://www.sweetvirgin.esy.es">www.sweetvirgin.esy.es</a> )
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Lunes a Viernes mañanas; 5 horas
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Material a cuenta de quien solicita el servicio
<b>79 ELABORACION DE COMIDAS ESPECIALES PARA CUMPLEAÑOS</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Elaboro menús especiales
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Lunes a Viernes por las mañanas; entre 1 y dos horas
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Ingredientes a cuenta de quien solicita el servicio
<b>38 COMIDAS CASERAS Y DULCES</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Preparo ricas comidas caseras y dulces
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Cualquier día en horario indistinto
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Material por cuenta del solicitante
<b>56 MENU PARA UNA PERSONA</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b> MASAJ/IND/ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Primero, segundo, postre y café en cafetería mercado vallecana
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Jueves ó Viernes, 2 horas, dos menús a la semana
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	



## CONSUMO

### 14 ASESORAMIENTO Y REDACCIÓN DE RECLAMACIONES EN EL ÁMBITO DE CONSUMO

CODIGO SERVICIO:  
RECLAM/ADULT

**DESCRIPCIÓN:** Ayudo a redactar alegaciones, reclamaciones, oriento sobre los organismos e instituciones de consumo. Informo de plazos, etc.

**EN QUÉ HORARIO:** 1 hora semanal puedo disponer de tiempo algunas mañanas, casi nunca en las tardes y muchos sábados por la mañana.

**OTRAS CONDICIONES:**

### 72 ASESORAMIENTO RELACIONADO CON EMPRESA DE TELEFONÍA Y TELEVISION POR CABLE

CODIGO SERVICIO:  
ASESOR/INDIV

**DESCRIPCIÓN:** Asesoramiento en la contratación de líneas de telefonía (fijo, móvil, ADSL) y televisión por cable. También asesoramiento en cómo hacer las reclamaciones

**EN QUÉ HORARIO:** horario de mañana de lunes a viernes, a partir de las 10

**OTRAS CONDICIONES:**

### 33 ORGANIZACIÓN GRUPO DE CONSUMO PRODUCTO ECOLÓGICO

CODIGO SERVICIO:  
GRUPAL

**DESCRIPCIÓN:** Gestión de la logística en un grupo de consumo: (dinámica de solicitud y recogida de productos, contacto proveedores,...)

**EN QUÉ HORARIO:** 3 horas semanales. Lunes y viernes de 16:15 a 17:30 , los miércoles también previa planificación

**OTRAS CONDICIONES:** Mínimo 5 familias (u hogares) participantes



## COSTURA

<b>10 COSTURA</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b> /INDIV
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Coser prendas de ropa, arreglos en ropa personal y en ropa de casa
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	3 horas a la semana. Una mañana o una tarde en fines de semanas alternos.
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	

<b>38 COSTURA</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Ayudar a personas que necesiten preparar disfraces y otros trabajos sencillos.
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	de 10:30 a 13:00 ( 2 horas por semana)
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Tengo máquina de coser. Puede ser individualmente o en grupo.

<b>56 COSTURA PROFESIONAL</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b> MASAJ/ind/ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Arreglos de ropa
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	2 horas a la semana como mucho
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Cada solicitud habrá que ajustarla al tiempo que necesite



## CUIDADO DE MAYORES

<b>10 ACOMPAÑAR PERSONAS MAYORES</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> /CUID/INDIV/ ADUL
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Acompañar, cuidar, pasear, leer libros conversar con personas mayores	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	3 horas a la semana. Una mañana o una tarde en fines de semanas alternos.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		
<b>32 ACOMPAÑAMIENTO A PERSONAS MAYORES</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> ACOMP/INDIV
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Acompañar, conversar, leer, ver cine, pasear con personas mayores	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 hora a la semana, de lunes a viernes, en horario de tarde, con posibilidad de alguna mañana	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		
<b>31 CUIDADO DE PERSONAS MAYORES</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> CUIDAD/INDIV
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Cuidado profesional de personas mayores	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	2 horas semanales. Lunes, de 16:00 a 20:00, semanas alternas, siguiente semana Jueves. Sábados durante la mañana	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		
<b>60 CUIDADO DE PERSONAS DE MAYORES</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Cuidado de personas mayores. Puedo desplazarlos en coche	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Lunes a viernes, de 10 a 14:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Avisar con una semana de antelación	
<b>34 FORMACION DE CUIDADORES EN EL PROPIO DOMICILIO</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> APOYO/
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Asesorar/apoyar a familiares para atender en el domicilio a personas mayores, enfermos/as. Servicio puntual con el objetivo de formar a familiares en el propio domicilio.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	mañanas, disponible 2 horas semanales	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Organizar con tiempo para coordinar con su trabajo (tarde/noche).	
<b>36 COMPARTIR "TIEMPO" CON MAYORES</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>		
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Por las tardes martes, miércoles y jueves, a partir de las 16:00 h.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		
<b>77 ACOMPAÑAR A MAYORES</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Acompaño a mayores para ir al médico, en la realización de gestiones, animarles y motivarles para que estén activ@s.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Las mañanas de lunes a viernes 3 horas por semana.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	La disponibilidad puede variar en función del trabajo (no tengo una periodicidad definida)	



## CUIDADO DE MENORES

### ZONA VILLA DE VALLECAS

<b>16 CUIDADO DE MENORES A LA SALIDA DEL COLE</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b> CUIDAD/INDIV/MENOR
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Recogida y cuidado de menores a la salida del cole por las tardes
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	De 16:30 a 18:30 (si es el cole Fatou Villa Vallecas)
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	

<b>17 CUIDADO DE MENORES</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b> CUID/INDIV/MENOR
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Recogida y cuidado de menores de 3 a 11 años en el colegio Juan Gris
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	2 horas, en horario de tarde: 16:30-18:30. Lunes, miércoles y jueves
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	

### ZONA PALOMERAS BAJAS

<b>59 CUIDADO DE MENORES. SALIDA COLE</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b> CUIDAD/MENO
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Recogida y cuidado de menores a la salida del cole Palomeras Bajas
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	2 hora semanales Lunes de 16:00 a 18:00
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	

<b>59 CUIDADO DE MENORES LOS DÍAS DE HUELGA QUE COINCIDAN EN LUNES</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b> CUIDA/MENO
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Cuidado de menores en su propio domicilio los días de huelga que coincidan en lunes.
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	4 horas el servicio
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Vive en zona Entrevías-Pozo

<b>31 CUIDADO MENORES POR LA MAÑANA</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b> CUIDAD/IND/MENOR
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Recogida menores en su domicilio en horario de mañana, para llevarlos al cole,
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	A partir de las 8:30 de la mañana., lunes martes miércoles viernes
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Preferible Palomeras Bajas, por cercanía.

<b>33 CUIDADO MENORES</b>	<b>CODIGO SERVICIO:</b> CUIDAD/IND/MENOR
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Recogida menores a la salida del cole
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	3 horas semanales. Lunes y viernes de 16:15 a 17:30 , los miércoles también previa planificación
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Palomeras Bajas, por cercanía.



31 CUIDADO MENORES A LA SALIDA DEL COLE		CODIGO SERVICIO: CUIDAD/IND/MENOR
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Recogida menores a la salida del cole	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	2 horas semanales. Lunes, y viernes de 16:00 a 17:30, semanas alternas, siguiente semana Martes y Jueves.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Preferible Palomeras Bajas, por cercanía.	

64 RECOGIDA DE MENORES A LA SALIDA DEL COLE ZONA PALOMERAS Y ENTREVIAS		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Recoger a menores a la salida del cole y cuidarlos por la tarde/noche	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Martes o jueves desde las 16:00 horas en adelante, según necesidad y disponibilidad	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Propiciar un espacio de conocimiento previo mutuo para evitar dificultades a los y las peques.	

121 CUIDADO DE MENORES		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Cuidado de menores, de forma puntual, en mi propio domicilio (zona Portazgo). Tengo dos hijos de 2 y 6 años.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Tardes entre semana.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

## ZONA ENTREVIAS

72 CUIDADO DE MENORES TARDE		CODIGO SERVICIO: CUIDAD/IND/MENOR
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	En horario de tarde, recogerlos, merienda, juego en el parque	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	2 horas a la semana de lunes a viernes	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Preferible colegio Padre Mariana ó Giner de los Ríos por cercanía.	

72 CUIDADO MENORES MAÑANA		CODIGO SERVICIO: CUIDAD/IND/MENOR
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Recogida menores en su domicilio en horario de mañana, para llevarlos al cole, también puedo darles desayuno	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	A partir de las 8:00 de la mañana	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Preferible colegio Padre Mariana ó Giner de los Ríos por cercanía.	

## COLEGIO LA RIOJA

65 RECOGIDA DE MENORES A LA SALIDA DEL COLE "LA RIOJA"		CODIGO SERVICIO: CLAS/
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Recoger a menores y trasladarlos a su domicilio a la salida del cole	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Lunes y miércoles a las 16:00 horas	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Imprescindible que vivan en las inmediaciones del cole La Rioja, para traslado andando.	



38 CUIDADO DE MENORES		CODIGO SERVICIO:
DESCRIPCIÓN:	Recogida a la salida del centro educativo y cuidarles (incluso darles de comer), junto con mis 2 hijas de 2 y 6 años.	
EN QUÉ HORARIO	De lunes a viernes en horario de tarde	
OTRAS CONDICIONES:	Una vez finalizado el servicio, recoger a los niños en mi casa.	

77 ATENCIÓN A MENORES, SALIDA COLEGIO LA RIOJA		CODIGO SERVICIO:
DESCRIPCIÓN:	Recogida de menores colegio la Rioja y llevarles al lugar demandado por la familia	
EN QUÉ HORARIO	Lunes a Viernes de 14:00-14:30	
OTRAS CONDICIONES:		

## EN GENERAL

12 CUIDAR MENORES ENFERMOS EN SU DOMICILIO		CODIGO SERVICIO: CLAS/GRUP/ADULT
DESCRIPCIÓN:	Cuidar a menores que puntualmente tienen que quedarse en casa por enfermedad	
EN QUÉ HORARIO	1 hora a la semana por las mañanas de Lunes a Jueves	
OTRAS CONDICIONES:		

69 CUIDADO Y ACOMPAÑAMIENTO DE MENORES		CODIGO SERVICIO: CUIDAD/ INDIV
DESCRIPCIÓN:	Cuidado de menores que tiene que permanecer en casa por enfermedad leve. Recogida y acompañamiento de menores al cole en horario de mañana	
EN QUÉ HORARIO:	3 horas semanales, disponible todas las mañanas de lunes a domingo, desde las 8:00 de la mañana hasta las 13:00 horas	
OTRAS CONDICIONES:	Preferible cerca de Buenos Aires	

60 CUIDADO DE MENORES		CODIGO SERVICIO:
DESCRIPCIÓN:	Cuidado de menores. Puedo desplazarlos en coche	
EN QUÉ HORARIO	Lunes a viernes, de 10 a 14:00	
OTRAS CONDICIONES:	Avisar con una semana de antelación	

43 CUIDADO DE MENORES		CODIGO SERVICIO:
DESCRIPCIÓN:	Cuidado de niños/as en momentos puntuales por necesidad esporádica de la familia	
EN QUÉ HORARIO:	De lunes a viernes de 10 a 13h. 3 horas	
OTRAS CONDICIONES:	Cuido en mi casa	

76 CUIDADO DE MENORES		CODIGO SERVICIO:
DESCRIPCIÓN:	Ayuda puntual (por entrevista de trabajo, asunto inexcusable,...)	
EN QUÉ HORARIO:	A demanda según necesidad (a combinar con mi disponibilidad)	
OTRAS CONDICIONES:		





108 CUIDADO DE NIÑOS Y NIÑAS		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Puedo cuidar a menores, acompañarlos del colegio a casa o a otras actividades	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Los martes entre las dos y las 5 de la tarde	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

100 CUIDADO DE MENORES.		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Recogida de menores del cole, acompañamiento en tareas de primaria, juegos,...	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Flexibilidad horaria hasta septiembre. En septiembre consultar horario.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	De forma puntual, no es un servicio permanente a una persona.	

107 CUIDADO DE MENORES		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Puedo cuidar a menores en su propio domicilio.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Lunes, Martes y Viernes por mañanas desde las 9:30 hasta 15:00 h	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

79 CUIDADO DE MENORES		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Durante las vacaciones escolares y en mi propio domicilio.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Lunes a Viernes por las mañanas	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

98 CUIDADO DE MENORES Y PERSONAS MAYORES.		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Cuidado de personas dependientes, ya sean personas niños y niñas como personas de edad avanzada.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	4-5 horas semanales. Disponibilidad amplia a partir del 15 de Julio.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		



## CUIDADO DE MASCOTAS

### 43 CUIDADO DE MASCOTAS

CODIGO SERVICIO:

**DESCRIPCIÓN:** Cuidado de mascotas en momentos puntuales o en períodos vacacionales.

**EN QUÉ HORARIO:** A convenir según necesidad de la persona demandante

**OTRAS CONDICIONES:**



## DIAGNÓSTICOS

### 37 DIAGNOSTICO PSICOPEDAGOGICO DE MENORES

CODIGO SERVICIO::

**DESCRIPCIÓN:** Valoración psicopedagógica y asesoramiento familiar (educativo y social). Evaluar dificultades de aprendizaje (a partir de 6 años de edad).

**EN QUÉ HORARIO:** En función de la necesidad, acordar días y horarios.

**OTRAS CONDICIONES:**



## DISEÑO

### 109 DISEÑO AUTOCAD

CODIGO SERVICIO:

DESCRIPCIÓN: Diseño autocad y trabajos informáticos

EN QUÉ HORARIO:

OTRAS CONDICIONES:



## ESTANCIAS TEMPORALES

### 83 FIN DE SEMANA EN RASCAFRIA

CODIGO SERVICIO:

<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Ofrezco casa para hasta 6 personas en Rascafría, también rutas por la zona; acompañaríamos al grupo una o dos personas de la familia.
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Un fin de semana cada dos meses
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	



## FORMACIÓN

### ALIMENTACION

14 TALLER DE NUTRICION O ALIMENTACION SALUDABLE		CODIGO SERVICIO: ALIMENT./GRUP
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Taller básico: 2 horas Talleres interactivos : 6 horas	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 hora semanal puedo disponer de tiempo algunas mañanas, casi nunca en las tardes y muchos sábados por la mañana.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Vivo en Vallecas Villa, Mínimo para conformar taller: 2-3 personas	

9 CHARLAS TEORICO PRÁCTICA SOBRE ALIMENTACION SALUDABLE ALTERNATIVA		CODIGO SERVICIO: ASESORAM
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Alimentación saludable-alternativa: dieta sin lácteos, dieta sin gluten, cómo usar y cocinar algas, distintos tipos de cereales, productos de macrobiótica...	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	El horario sería por la mañana	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Para personas interesadas en utilizar estos tipos de productos. El lugar en mi casa, que es donde tengo los productos y puede hacerse de una manera más práctica.	

33 CHARLA NUTRICIÓN/ SALUD PREVENTIVA		CODIGO SERVICIO: TALLER/GRUP
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Conocimientos técnicos sobre nutrición, alimentos, etiquetado, etc	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	1 hora semanal. Lunes y viernes de 16:15 a 17:30 , los miércoles también previa planificación	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Mínimo 5 familias participantes	

60 SESIONES FORMATIVAS: NUTRICION CONSCIENTE		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Para personas adultas pero también sesiones para menores	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Mañanas: Para personas adultas; jueves de 18:00 a 20:00 para menores	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Grupos de entre 6 y 8 personas	

### APOYO ESCOLAR

13 CLASES DE INGLÉS PARA NIÑOS Y NIÑAS		CODIGO SERVICIO: 1 IDIOMA/INGLES
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Clases individual en el domicilio de la familia que lo solicita. Repaso de los contenidos de primaria. Clases divertidas.	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 hora semanal de Lunes a Jueves de 18:00 a 20:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Coste desplazamiento a cuenta de la familia demandante del servicio. Vivo en Vallecas Villa	



98 APOYO ESCOLAR EN IDIOMAS.		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Apoyo en idiomas INGLÉS Y FRANCÉS, primarios y secundarios, también para los exámenes de septiembre.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	4-5 horas semanales. Disponibilidad amplia a partir del 15 de Julio.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

35 APOYO ESCOLAR EN PRIMARIA. LENGUA Y MATEMATICAS		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Apoyo escolar en las asignaturas de lengua y matemáticas para alumnado de primaria	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Martes de 18:00 a 20:30	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Fines de semana por la mañana, previa planificación también estaría disponible	

40 APOYO ESCOLAR PARA LA ASIGNATURA: CONOCIMIENTO DEL MEDIO		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Clases de apoyo para la materia Conocimiento del Medio para alumnado de primaria y secundaria	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	En función de la necesidad.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

19 CLASES DE REFUERZO DE LENGUA		CODIGO SERVICIO: CLASES/INDIV/MEN
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Clases de refuerzo en lengua, para alumnado de primaria	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	2 horas a la semana, tardes de lunes a viernes	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Vivo en Villa de Vallecas, Desplazamiento a cuenta de la familia que demanda	

62 APOYO ESCOLAR NIÑOS PRIMARIA Y SECUNDARIA		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Ofrezco apoyo escolar, para primaria y secundaria, no importa retraso que manifieste. Clases gratificantes.	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 hora a la semana, viernes por la tarde o lunes a jueves a partir de las 19:30	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Máximo dos personas a la vez. Se podría desplazar si está cerca de su vivienda. Villa Vallecas.	

121 AYUDA ESCOLAR EN ESO		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Ayudo a preparar exámenes hasta tercero de la ESO ( periodo previo a los exámenes)	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Tardes entre semana.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

102 APOYO ESCOLAR EN MATEMATICAS ESO Y BACHILLER		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Para alumnado de la ESO Y BACHILLER,	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Lunes de 16:00 a 18:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Clases individuales o grupales. En mi propio domicilio (con posibilidad de hablar si es en otro emplazamiento)	



41 APOYO ESCOLAR		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Ofrezco clases de apoyo para menores, adolescentes y personas adultas	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Por las mañanas 1 h	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Necesario planificar por mi trabajo	

19 CLASES DE LENGUA PARA PERSONAS ADULTAS		CODIGO SERVICIO: CLAS/INDIV/ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Clases de apoyo en lengua para preparación de prueba para la ESO, también alfabetización de personas adultas	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	2 horas a la semana, tardes de lunes a viernes	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Vivo en Villa de Vallecas, Desplazamiento a cuenta de la familia que demanda.	

14 CLASES DE APOYO ESCOLAR PARA ADULTOS		CODIGO SERVICIO: 1REF ESCOL/IADUL
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Clases individuales o grupales de refuerzo escolar o alfabetización, para personas adultas. También preparación pruebas de acceso a ESO o para mayores de 25 años. En el domicilio ó local de la persona que lo solicita.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	1 hora semanal puedo disponer de tiempo algunas mañanas, casi nunca en las tardes y muchos sábados por la mañana.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Si son clases grupales, se cursará la solicitud con 2-3 personas. Vivo en Vallecas Villa El lugar puede ser mi propio domicilio, en principio.	

36 APOYO ESCOLAR PERSONAS ADULTAS (GRUPAL)		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Ofrezco clases de apoyo para escolar personas adultas	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Por las tardes martes, miércoles y jueves, a partir de las 16:00 h.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Actividad grupal	

## BAILE

12 CLASES DE FLAMENCO		CODIGO SERVICIO: CLAS/GRUP/ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Clases de flamenco. Todos los palos	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	1 horas a la semana durante 4 semanas, entre las 10:00 a 16:00 de lunes a viernes(excepto jueves tarde y viernes mañana)	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Formar grupo con 5 personas	

107 TALLER DE BAILE		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Bailes como merengue, salsa, cumbia, bachata,...	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Lunes, Martes y Viernes por mañanas desde las 9:30 hasta 13:30 h	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Mínimo 2 personas, máximo 15 personas	





## COCINA

<b>22 CLASES DE COCINA HINDÚ</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> CLAS/
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Clases de riquísimos platos cocina hindú	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Individual o grupos de no más de 5 personas horario de mañana de lunes a viernes, entre las 10:00 y las 12:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	En mi propio domicilio por tener las condiciones de logística necesarias	

<b>107 ENSEÑAR A COCINAR</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Enseño a cocinar comidas del tipo: Pastelitos, <i>Tamales</i> , Yuca, Carritos, <i>Tacos</i> , Hot Dog's, <i>Pupusas</i> , ...	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Lunes martes y viernes de 9:30 a 13:30	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	En el domicilio de la persona interesada	

<b>16 TALLER DE COCINA PARA MENORES PRIMARIA</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> COCINA/GRUP/MENOR
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Para cocinar platos sencillos, huevos, harina,... y disfrutar con los alimentos	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 hora a la semana, los jueves	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Se realizará el servicio cuando haya 5 solicitudes Vivo en Vallecas Villa.	

## COSTURA

<b>22 CLASES DE INICIACION A LA COSTURA</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> CLAS/
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Máquina, patrones sencillos	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Individual o grupos de no más de 5 personas horario de mañana de lunes a viernes, entre las 10:00 y las 12:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	En mi propio domicilio por tener las condiciones de logística necesarias	

<b>66 CLASES COSER A MÁQUINA</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> ASESOR/IND/ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Funcionamiento básico de la máquina de coser, usos. Iniciación hasta hacer una prenda de ropa sencilla, también reciclaje.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	3 horas semanales De 11:00 a 14:00, de martes a viernes	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Tengo máquina de coser	

## IDIOMAS

<b>108 CONVERSACION DE FRANCÉS</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Puedo practicar el idioma francés con menores (niños y niñas) y personas adultas. Es mi idioma natal	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Entre las dos y las 5 de la tarde	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		



<b>63 CONVERSACION EN INGLÉS PARA PERS. ADULT</b>		<b>CODIGO SERVICIO: CLAS/ IDIOMA/ADULT</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Conversación en inglés para personas adultas	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 hora semanal de lunes a viernes, entre las 10:00 y las 14:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Clases grupales o individuales	

<b>63 CONVERSACIÓN FRANCES PARA PERS. ADULT</b>		<b>CODIGO SERVICIO: CLAS/ IDIOMA/ADULT</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Conversación en francés para personas adultas	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 hora semanal de lunes a viernes, entre las 10:00 y las 14:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Clases grupales o individuales	

<b>30 CONVERSACIÓN INGLES CON PERSONAS ADULTAS</b>		<b>CODIGO SERVICIO: IDIOM/</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Conversación con nativa (Escocia), preparación entrevistas de trabajo en inglés, etc.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	De lunes a Jueves, 1 hora a la semana, a partir de las 18:00 h.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Grupos de 4 ó 5 personas	

<b>22 CLASES DE INGLÉS PARA PERSONAS ADULTAS</b>		<b>CODIGO SERVICIO: CLAS/</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Clases de inglés para personas adultas	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	horario de mañana de lunes a viernes, entre las 10:00 y las 12:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Individual o grupos de no más de 5 personas En mi propio domicilio o me puedo trasladar si es por la zona de Miguel Hernández	

<b>22 CLASES DE HINDI</b>		<b>CODIGO SERVICIO: CLAS/</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Clases de hindi para personas adultas	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Individual o grupos de no más de 5 personas horario de mañana de lunes a viernes, entre las 10:00 y las 12:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	En mi propio domicilio o me puedo trasladar si es por la zona de Miguel Hernández	

<b>27 ENSEÑANZA DE LENGUA ARABE</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Enseño lengua árabe a personas interesadas, hablado.	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Domingos	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Me desplazo al domicilio de la persona interesada	

## MANUALIDADES

<b>80 CLASES DE MANUALIDADES</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Puedo enseñar punto de cruz, bordado, confección sencilla a mano, regalos personalizados,... Clase individual o grupal	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Lunes a Viernes 2 horas	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Los materiales a cuenta de la persona que solicita el servicio	



12 CLASES DE ENCUADERNACIÓN		CODIGO SERVICIO: CLAS/GRUP/ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Clases de ENCUADERNACIÓN	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 horas a la semana entre las 10:00 a 16:00 de lunes a viernes(excepto jueves tarde y viernes mañana)	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Formar grupo con 5 personas	

17 TALLER DE ABALORIOS PARA MENORES Y MAYORES		CODIGO SERVICIO: ABAL/GRUP/
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Bisutería, complementos, productos sencillos y preciosísimos	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 hora a la semana, de lunes a Jueves, durante 4 semanas	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	El material lo ha de poner cada participante.	

107 TALLER DE BISUTERÍA		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Profesional en este ámbito ofrezco mis conocimientos para hacer bisutería	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Lunes martes y viernes de 9:30 a 13:30	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Mínimo 2 personas, máximo 15 personas	

54 TALLER DE MANUALIDADES		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Para hacer invitaciones de cumpleaños, tarjetones de felicitación, distintos artículos de goma-eva	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Sábados Mañana de 10 a 14:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Para mayores y menores	

16 TALLER DE MANUALIDADES PARA MENORES		CODIGO SERVICIO: MANUAL/GRUPAL/MENOR
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Espacio interactivo para aprender a hacer “abalorios” divertidos con las manos y pasarlo más que bien.	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 hora a la semana, los jueves	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Se cursará la solicitud cuando haya 5 solicitudes Vivo en Vallecas Villa.	

## MÚSICA

25 CLASES DE BATERÍA		CODIGO SERVICIO: CLAS/INDI/
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Doy clases de batería,	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Consultar horario	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Dispongo de batería, actualmente guardada en trastero.	

57 TALLER BÁSICO DE PERCUSIÓN		CODIGO SERVICIO: TALLER MUSIC/GRUP
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Para mayores y menores. Música para comunicarnos, expresarnos, soltar adrenalina,...	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	2 horas a la semana, un mínimo de 4 sesiones.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Mínimo 7 personas.	



104 CLASES DE SOLFEO		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Enseño solfeo a menores o personas adultas. Con más de 9 años de experiencia profesional	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Me adapto a las necesidades del grupo	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Máximo 7 personas	

## NUEVAS TECNOLOGÍAS

46 ASESORAMIENTO USO DE NUEVAS TECNOLOGÍAS		CODIGO SERVICIO: MASAJ/IND/ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Ofrezco en remoto (mediante mail) asesoramiento para el buen uso de tablet, móviles, redes sociales. Puedo subir post en Wordpress	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	En remoto	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

57 FORMACION OFFICE		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Formación en paquetes de ofimática general: Word, Excell, Power Point bajo la mayoría de las plataformas: Windows, Android, Linux. Adaptación de la formación a las necesidades de uso de la persona demandante	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	A negociar en función de la actividad solicitada	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	10 horas de formación por programa	

35 ALFABETIZACION DIGITAL		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Manejo de ordenadores e internet para personas adultas, aunque no tengan absolutamente ningún conocimiento.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Martes de 18:00 a 20:30	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Fines de semana por la mañana, previa planificación también estaría disponible	

36 CLASES DE APOYO EN NUEVAS TECNOLOGIAS		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>		
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Por las tardes martes, miércoles y jueves, a partir de las 16:00 h.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

100 ALFABETIZACIÓN INFORMÁTICA		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Para aquellas personas que desconocen totalmente el manejo de internet. Tengo capacidad didáctica y paciencia. Ofrezco un nivel básico de navegación por la red	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Flexibilidad horaria hasta septiembre. En septiembre consultar horario.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		



13 CLASES DE INFORMÁTICA PARA NIÑOS Y NIÑAS		CODIGO SERVICIO: 1 INFORMAT./NIÑ
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Clases individual en el domicilio de la familia que lo solicita. Repaso de los contenidos de primaria. Clases divertidas.	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 hora semanal de Lunes a Jueves de 18:00 a 20:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Coste desplazamiento a cuenta de la familia demandante del servicio. Vivo en Vallecas Villa	

13 CLASES DE MANEJO DE REDES SOCIALES PARA PERSONAS ADULTAS		CODIGO SERVICIO: 1 INFORMAT./ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Clases individual o grupal en el domicilio/local de la familia que lo solicita. Repaso de los contenidos de primaria. Clases divertidas.	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 hora semanal de Lunes a Jueves de 18:00 a 20:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Coste desplazamiento a cuenta de la familia demandante del servicio. Vivo en Vallecas Villa	

25 MANEJO NUEVAS TECNOLOGÍAS		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Puedo ayudar a sacarle el máximo partido a tu ordenador, móvil, tablet	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Consultar horario	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

66 CLASES DE INFORMÁTICA		CODIGO SERVICIO: CLASES/INDIV
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Enseñar el manejo del ordenador: mail, Word, redes sociales (facebook, twitter), internet, blog. Hacer curriculum, inscribirse en ofertas de empleo, etc	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	3 horas semanales De 11:00 a 14:00, de martes a viernes	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

14 TALLER INFORMÁTICA BASICA PARA MENORES Y/O PERSONAS ADULTAS		CODIGO SERVICIO: ACOMP/
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Internet, Word, Excel, power point...	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	1 hora a la semana hasta 5 horas. Puedo disponer de tiempo algunas mañanas, casi nunca en las tardes y muchos sábados por la mañana.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Pequeños grupos o personas individualmente	

87 GESTIONES TELEMÁTICA COTIDIANAS		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Formación en cómo gestionar un mail, pedir citas telemáticamente, fichar desempleo, compras on-line.... Búsquedas eficaces	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Miércoles, 1 hora a la semana	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		



**SALUD**

<b>34 EDUCACION SANITARIA</b>		<b>CODIGO SERVICIO: FORM/GRUP</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Primeros auxilios, cuidado de personas mayores.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Prioritariamente mañanas, disponible 2 ó 3 horas semanales	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Actividad grupal, 5 personas mínimo. Organizar con tiempo para coordinar con su trabajo (tarde/noche).	

<b>33 TALLER PREVENCIÓN DE ACCIDENTES</b>		<b>CODIGO SERVICIO: TALL/ GRUP</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Prevención de accidentes infantiles, accidentes en el hogar, de automóvil. Primeros auxilios básicos.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	1 hora semanal. Lunes y viernes de 16:15 a 17:30 , los miércoles también previa planificación	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Mínimo 5 familias participantes	

**GENERO**

<b>15 TALLER DE GÉNERO</b>		<b>CODIGO SERVICIO: GENERO/GRUPAL/ADULT</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Espacio atractivo para tratar aspectos relacionados con la autoestima , la publicidad sexista y la discapacidad (en su caso)	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	2 horas, en horario de tarde	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Si son clases grupales, se cursará la solicitud con 5 personas. Vivo en Vallecas Villa. Puedo semanas alternas	

<b>116 ASESORAMIENTO EN MATERIA DE GENERO Y SEXUALIDAD</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Asesoramiento, y formación sobre materias y recursos didácticos de; género y orientación sexual, homoparentalidad y diversidad familiar.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Lunes y Jueves de 16:00 a 19:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Con posibilidad de modificar horario, planificándolo con tiempo	

<b>57 TALLER NOVIOLENCIA</b>		<b>CODIGO SERVICIO: TALLER/GRUP</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	En este espacio se abordarían aspectos relacionados con el género, la diversidad y otros elementos relevantes para las personas participantes.. Sería un espacio de formación interactivo donde cada persona tiene una aportación esencial al hecho formativo	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	5 horas en dos días	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Mínimo 5 personas	



**OTROS**

<b>20 TALLER INTELIGENCIA EMOCIONAL</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> INTEL/GRUPAL/ ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Desarrolla el autoconocimiento, la empatía, las habilidades sociales	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	en horario de tarde, dos días de cuatro horas en semanas consecutivas	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Necesario tener conocimiento del tema. Local propio en Villa de Vallecas. Necesario que se inscriban al menos 5 personas.	

<b>59 CLASES DE AEROBIC PARA PERSONAS ADULTAS</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> AEROB/GRUPAL/ADUL
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Clases de aerobic	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 hora semanal, los lunes mañana o tarde	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Grupal, han de solicitar al menos 5 personas	

<b>74 MONTAR A CABALLO</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Cuido, domo y enseño a montar a caballo	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Indistinto previo aviso con algunos días de antelación	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Requiere contacto con algún centro hípico	

<b>40 TALLER MANTENIMIENTO DE BICIS</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Para personas adultas o menores	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	En función de la necesidad, acordar días y horarios.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Para grupos de 3-6 personas (flexible)	

<b>89 ENSEÑAR A PESCAR</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Puedo enseñar a pescar a menores y personas adultas por los alrededores de Madrid	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Viernes, Sábados, Domingos y otros días festivos	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Necesario planificar con tiempo lugar y horario.	



## GUARNICIONERIA

### 104 GUARNICIONERA

CODIGO SERVICIO:

**DESCRIPCIÓN:** Arreglo artículos de cuero, repujado, artístico. También puedo dar clases

**EN QUÉ HORARIO:** Me organizaría

**OTRAS CONDICIONES:**





## IMAGEN PERSONAL

11 ESTÉTICA		CODIGO SERVICIO: /ADUL
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Depilación manicura pedicura, piling, limpieza cutis	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	De lunes a Viernes, en horario de mañanas	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Negociaríamos el coste de los productos empleados.	

27 PELUQUERÍA PARA HOMBRES		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Peluquero profesional ofrece este servicio a hombres	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Domingos	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Me desplazo al domicilio de la persona interesada	



## IMAGEN Y SONIDO

40 TÉCNICO DE SONIDO		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Montaje de equipo de sonido (diseño, configuración y optimización de sistemas) y manejo del mismo en actividades grupales (fiestas, conferencias, charlas, eventos). Grabación, edición y mezcla de sonido en música y postproducción.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	En función de la necesidad, acordar días y horarios.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Dispongo de equipamiento básico (dos altavoces de 75W) y material de grabación (micrófonos, etc.).	

85 PRÉSTAMO EQUIPO DE SONIDO PARA ACTIVIDAD COMUNITARIA		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Presto mi equipo de sonido y yo como técnica del mismo para actividades colectivas de interés social	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Indistinto si se planifica con tiempo	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		



## IMAGEN/PUBLICIDAD

57 CREACION BLOG (BAJO WORDPRESS)		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Creación de blog (bajo wordpress) y estrategias para la canalización y promoción de una idea a través de las "redes sociales".	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	A negociar en función de la actividad solicitada	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	TRABAJO DESDE CASA	

57 EDICIÓN DE PRODUCTOS DE IMAGEN Y SONIDO		CODIGO SERVICIO: IMAG/INDIV
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Book, vídeos, fotos, para eventos importantes, para ilustrar tu proyecto, tu empresa,...	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	A negociar en función de la actividad solicitada	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	el alquiler de los equipos utilizados en el servicio corren por cuenta del solicitante.	

57 CREACIÓN PRODUCTOS VISIBILIZACIÓN DEL PROYECTO, DE LA IDEA		CODIGO SERVICIO: IMAG/INDIV
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Ayuda a visibilizar la idea principal de un grupo, empresa, individuo a través de carteles, dípticos.	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	A negociar en función de la actividad solicitada, mínimo 8 horas.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

85 DISEÑO ELEMENTOS DE COMUNICACIÓN		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Diseño de folletos y otros elementos de información, comunicación ó promoción	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Indistinto	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Servicio a distancia, nos comunicáramos por teléfono, mail o skype.	



## LOCALES

<b>20 LOCAL PARA SESIONES GRUPALES/TALLERES</b>		<b>CODIGO SERVICIO: LOC/GRUPAL/</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Local en Villa de Vallecas, para menos de 15 personas	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	1 día a la semana ( cuando esté libre) dos horas	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Necesario tener conocimiento del tema. Local propio	

<b>56 LOCAL CON CAPACIDAD PARA 75 PERSONAS</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Lunes a sábado de 9:00 a 12:30	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Jueves ó Viernes, 2 horas, dos menús a la semana	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		



## MECANICA COCHES

### 74 MECÁNICA DE COCHES

CODIGO SERVICIO:

<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Puedo analizar una avería y realizar pequeños arreglos: manguitos, motor de arranque, ventanillas que se atascan,...)
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Indistinto previo aviso con algunos días de antelación
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	



## ORIENTACIÓN ESCOLAR

<b>65 ORIENTACIÓN ESCOLAR EN SECUNDARIA</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> ases/
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Ante situaciones de dificultad o necesidad de toma de decisiones	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Viernes tarde, cada 15 días de 19:00 a 21:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

<b>78 ORIENTACIÓN PLANES DE FORMACIÓN UNIVERSITARIOS</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b> ASES/
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Información sobre acceso a la Universidad, grados, planes de estudio, becas, salidas profesionales, ligados a carreras cursadas en la Universidad Complutense de Madrid	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>		
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	El servicio se realizará telefónicamente, vía mail u otros medios a distancia.	

<b>116 ORIENTACION ACADEMICA PARA ADOLESCENTES</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Trabajo con alumnado de la ESO la orientación académica futura, para ello observamos la motivación e intereses hacia determinado tipo de estudios, especialidades profesionales. Para ello también utilizo como medio de motivación y de análisis el tarot	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Lunes y Jueves de 16:00 a 19:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Se puede hacer de forma presencial o a distancia	



## REPARACIÓN

### REPARACION DE BICIS

40 REPARACION DE BICIS		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Ofrezco mis servicios como reparación de bicis de personas adultas o niños, tengo herramientas.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	En función de la necesidad, acordar días y horarios.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Puedo también enseñar a reparar a la persona interesada	

### REPARACION EN EL HOGAR

12 PINTURA LOCALES Y DOMICILIOS PARTICULARES		CODIGO SERVICIO: PINT/INDIV
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Pintura profesional de locales y domicilios particulares	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	6 horas por obra, de 10:00 a 16:00 de lunes a viernes (excepto jueves tarde y viernes mañana)	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Desplazamiento y material a cuenta de la familia que demanda.	

12 ALBAÑILERÍA		CODIGO SERVICIO: ALBAÑ/IND
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Obras de Albañilería sencillas, reparaciones en el hogar	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Horas según obra, disponibilidad de 10:00 a 16:00 de lunes a viernes(excepto jueves tarde y viernes mañana)	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Desplazamiento y material a cuenta de la familia que demanda.	

18 BRICOLAJE		CODIGO SERVICIO: BRICOL/INDIV/ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Tareas de bricolaje como hacer baldas, montar muebles y otras que se necesite	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	De lunes a jueves a partir de las 18:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Tengo maquinaria	

18 REPARACIONES ELECTRICAS		CODIGO SERVICIO: ABAL/GRUP/
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Reparaciones eléctricas y electrónicas sencillas, enchufes, pequeños aparatos,...	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	De lunes a jueves a partir de las 18:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

25 ARREGLOS EN EL HOGAR		CODIGO SERVICIO: HOG/ADUL
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Apañes caseros variados	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Consultar horario	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		



<b>71 ARREGLOS EN EL HOGAR</b>		<b>CODIGO SERVICIO: ARREG/INDIV</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Para chapuzas en domicilios particulares. Cambios de enchufes y otros de electricidad, cambios de grifo o arreglos básicos de fontanería, taladros, cortinas, etc	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	De 10:00 a 12:00, de lunes a domingo	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

<b>74 REPARACIONES EN EL HOGAR</b>		<b>CODIGO SERVICIO:</b>
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Reparaciones de fontanería, electricidad, electrónica, otras chapuzas (excepto pintar)	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Indistinto previo aviso con algunos días de antelación	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		





## TAROT

### 116 CONSULTAS GENERALES MEDIO EL TAROT (VERSIÓN JODOROWSKY)

CODIGO SERVICIO:

**DESCRIPC**



**CIÓN:**

Orientación personal y psicológica para indagar sobre tus procesos personales, tus preocupaciones, definir objetivos y medios para lograrlo. Todo ello usando una herramienta milenaria como vía de comunicación, el tarot, descifrando un lenguaje sagrado y oculto conectado con tus deseos más profundos.

**EN QUÉ HORARIO:**

Lunes y Jueves de 16:00 a 20:00

**OTRAS CONDICIONES:**

Se puede hacer de forma presencial o a distancia



## TERAPIAS

### 91 TRATAMIENTO MEDIANTE MEDICINA ALTERNATIVA

CODIGO SERVICIO:

**DESCRIPCIÓN:** Larga experiencia en tratamientos alternativos, mediante:  
 Naturopatía, curación a través de alimentación, plantas y remedios naturales  
 Flores de bach (para sanar y equilibrar las emociones)  
 Par biomagnético (curar enfermedades mediante magnetismo)  
 Geocromoterapia  
 Plantas y remedios naturales  
 A cada cual se le aplica las técnicas más apropiadas a su situación

**EN QUÉ HORARIO:** Miércoles mañana y tarde

**OTRAS CONDICIONES:** Tiene que ser en mi casa, zona Nueva Numancia. Disponible a partir de septiembre 2014

### 9 PSICOTERAPIA CON MENORES Y CON PERSONAS ADULTAS. ORIENTACION HUMANISTA (GESTALT)

CODIGO SERVICIO:  
ASESOR/

**DESCRIPCIÓN:** Psicóloga Colegiada y Psicoterapeuta ofrece asesoramiento y/o terapia infantil, familiar y de personas adultas. Orientación humanista Gestalt

**EN QUÉ HORARIO:** El horario sería adaptado a las circunstancias y acordado por ambas partes. En principio, se acordaría con la familia, según la demanda, un número de sesiones, de **1 hora de duración 1 vez a la semana**

**OTRAS CONDICIONES:** Es posible realizar hasta 10 horas de terapia con Interfamilias, el resto a cuenta de la familia que la recibe.

### 20 MEDITACION Y RELAJACION

CODIGO SERVICIO:  
CLASES/GRUP/ ADULT

**DESCRIPCIÓN:** Taller de meditación y relajación en Puerto Galapagar 9 (local propio)

**EN QUÉ HORARIO** 1 día a la semana (martes) en horario de tarde (a las 8 de la tarde)

**OTRAS CONDICIONES:**

### 22 REIKI

CODIGO SERVICIO:  
TERAP/

**DESCRIPCIÓN:** Hacer llegar Reiki a quien lo demande

**EN QUÉ HORARIO:** Mañanas y/o noches

**OTRAS CONDICIONES:** Desde mi propio domicilio

### 122 MASAJE TERAPEUTICO

CODIGO SERVICIO:

**DESCRIPCIÓN:** Drenaje, quiromasaje, osteopatía, sacro craneal, reiki,...

**EN QUÉ HORARIO:** Miércoles de seis a nueve de la noche. Tres horas en semana

**OTRAS CONDICIONES:** Vendaje neuromuscular a cuenta de quien recibe el servicio.



11 QUIROMASAJE		CODIGO SERVICIO: MASAJ/IND/ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Masaje terapéutico	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	De lunes a Viernes, en horario de mañanas	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Podría algún sábado, negociaríamos el coste de los productos empleados.	

11 REFLEXOLOGÍA		CODIGO SERVICIO: MASAJ/INDI/
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Estimulación de puntos sobre los pies, zonas de reflejo con efecto benéfico en los órganos situados en otro lugar del cuerpo.	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	De lunes a Viernes, en horario de mañanas	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Podría algún sábado, negociaríamos el coste de los productos empleados.	

64 MASAJE METAMÓRFICO		CODIGO SERVICIO: TERAP/
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Masaje terapéutico. Consiste en <b>un toque suave e intuitivo de los pies</b> , las manos y la cabeza. En ellos se reflejan una expresión completa de quienes somos, nuestras memorias y nuestras posibilidades. Esta técnica permite liberar energía y memorias estancadas, y de esta forma, sanar el cuerpo, las emociones, la mente y el espíritu. Dura en torno a una hora, pero se puede hacer sólo en los pies lo que serían 30 minutos.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Sábados de 11h a 13h y domingos de 17h a 19h, dependiendo de disponibilidad.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Tanto en mi casa como a domicilio. Necesario un espacio tranquilo y confortable.	

63 DOULA. ACOMPAÑAMIENTO PSICOAFECTIVO DURANTE EL EMBARAZO		CODIGO SERVICIO: TERAP/INDIV
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Ofrezco mis servicios como doula, para acompañar a mujeres durante su proceso de embarazo, parto y durante el posparto. Proporciono información, apoyo emocional, resolución de dudas, red de contactos y recursos.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	1 hora semanal o a convenir	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

9 PSICOMOTRICIDAD Y MÁS CON MENORES		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Trabajo terapéutico con grupos de niños y niñas: psicomotricidad, atención, relajación... Trabajo variable, en función de las características y necesidades de menores.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	El horario tiene q ser de tarde o fin de semana.	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Mínimo 5 personas interesadas para hacer grupo	



## TIEMPO LIBRE PERSONAS ADULTAS

### 14 ACOMPAÑAR A CAMINAR

**CODIGO SERVICIO:**  
ACOMP/

**DESCRIPCIÓN:** Imagino un sábado por la mañana caminando con alguna(s) persona(s) y charlando de todo un poco. Una buena excusa para salir a hacer ejercicio suave y relajarse al tiempo, ¿no? A mí me encanta caminar.

**EN QUÉ HORARIO:** Sábados mañana

**OTRAS CONDICIONES:**

### 83 ACOMPAÑAR RUTAS EN BICI POR MADRID

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Acompañamos a quienes quieran disfrutar del carril bici madrileño (aprender las rutas, hacer paseos, practicar deporte)

**EN QUÉ HORARIO:** Las mañanas de los martes, jueves o viernes

**OTRAS CONDICIONES:** De 9:00 a 14:00 horas

### 98 RUTAS EN BICI POR MADRID.

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Ofrezco asesoramiento, información y/o acompañamiento para descubrir rutas alternativas para ir en bici por Madrid, evitando las calles con más tráfico.

**EN QUÉ HORARIO:** 4-5 horas semanales. Disponibilidad amplia a partir del 15 de Julio.

**OTRAS CONDICIONES:**

### 83 SENDERISMO POR LA SIERRA DE MARID

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Podemos organizar rutas de senderismo por la sierra para disfrutar de la naturaleza

**EN QUÉ HORARIO:** Fines de semana

**OTRAS CONDICIONES:** Puedo ir con una o dos personas o con grupos.

### 85 RUTAS POR LA SIERRA NORESTE DE MADRID

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Puedo ser guía de rutas por la zona de Guadarrama, Collado, Cerceda, Moralarzal, ... rutas cortas, medias o largas adaptadas a los intereses de quien demande

**EN QUÉ HORARIO:** Indistinto si lo planificamos con tiempo, también entre semana

**OTRAS CONDICIONES:** También de niños y niñas acompañados, mínimo 2 ó 3 personas.



## TIEMPO LIBRE INFANTIL

41 INFORMACIÓN DE ACTIVIDADES DE T.L GRATUITAS		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Puedo organizar actividades de tiempo libre, tipo visitas a museos o exposiciones gratuitas, teatro en centros culturales, cuentacuentos... para menores y personas adultas aprovechando los recursos gratuitos existentes en Madrid	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Depende de la actividad	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

54 ANIMACION INFANTIL		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Magia, manualidades, pintura, cuentacuentos	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Sábados Mañana de 10 a 14:00	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Para mayores y menores	

97 DINAMIZADORA INFANTIL Y PERSONAS ADULTAS		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Realización de actividades de ocio o educativas para grupos	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Disponibilidad completa	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Necesario avisar con antelación para organizarme	



## TRADUCCION

### 30 TRADUCCIÓN AL INGLÉS

CODIGO SERVICIO:  
ASES/

**DESCRIPCIÓN:** Traducción de documentos

**EN QUÉ HORARIO:** De lunes a Jueves, 1 hora a la semana, a partir de las 18:00 h.

**OTRAS CONDICIONES:** Desde mi domicilio

### 75 TRADUCCION AL CASTELLANO

CODIGO SERVICIO:  
TRANS/INDIV

**DESCRIPCIÓN:** Traducción idiomas francés, portugués e inglés hacia el castellano

**EN QUÉ HORARIO** Flexible

**OTRAS CONDICIONES:**



## TRANSPORTE Y DESPLAZAMIENTOS

25 TRANSPORTISTA		CODIGO SERVICIO: COND/IND/ADULT
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Puedo transportar personas o mercancías. Tengo coche, no furgoneta.	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Consultar horario	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Horario flexible	

75 TRANSPORTE EN VEHÍCULO PROPIO POR MADRID		CODIGO SERVICIO: TRANS/INDIV
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Llevar al aeropuerto, hospital, de forma esporádica	
<b>EN QUÉ HORARIO</b>	Una vez cada dos semanas	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Coste gasolina a cuenta de quien demanda el servicio	

43 TRANSPORTE EN COCHE Y ACOMPAÑAMIENTO		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Acompañar en coche al aeropuerto, a comprar, hacer gestiones. También puedo realizar pequeños portes.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	cualquier día de 10 a 13h	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Dispongo de un coche de 7 plazas, con lo cual, puedo ofrecer este servicio para grupos de personas.	

83 FURGONETA PARA TRASLADO ENSERES		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Ofrezco mi furgoneta para hacer portes por Madrid y Alrededores; no para viajes largos, ya que tiene sus años.	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Indistinto si lo planificamos con tiempo	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>		

121 TRANSPORTE		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Transporte de personas (pequeño grupo) o mercancías en nissam primastar (6 plazas y zona de carga)	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Indistinto previo acuerdo	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Gasolina a cuenta de quien solicita servicio	

71 CONDUCTOR DE CAMIÓN		CODIGO SERVICIO:
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	Conductor de camión, tengo el permiso c y el CAP,	
<b>EN QUÉ HORARIO:</b>	Fines de semana, por la mañana	
<b>OTRAS CONDICIONES:</b>	Quien quiera el servicio tiene que poner el vehículo, ejemplo(vehículo de alquiler)	



## Z. SOLO ENSERES

### 103 ENSERES

**CODIGO SERVICIO:**

**DESCRIPCIÓN:** Pongo a disposición enseres: libros infantiles de personas adultas y ropa

**EN QUÉ HORARIO:** Horario mercadillos (en tanto la web activa este servicio)

**OTRAS CONDICIONES:**