

# Liste des services offerts dans le Réseau des Accorderies

---

## **100 - Accompagnement / Gardiennage / Animaux**

### **100-A - Accompagnement pour rendez-vous ou démarches**

- 100-A-1 - Accompagnement rendez-vous divers
- 100-A-2 - Accompagnement rendez-vous médicaux
- 100-A-3 - Accompagnement personnes immigrantes
- 100-A-4 - Accompagnement recherche logement
- 100-A-5 - Accompagnement défense des droits sociaux
- 100-A-6 - Accompagnement démarches gouvernement
- 100-A-7 - Accompagnement apprenti-conducteur
- 100-A-8 - Accompagnement longue distance
- 100-A-9 - Accompagnement personnes non-voyantes
- 100-A-10 - Accompagnement démarches médicales
- 100-A-11 - Accompagnement en fin de vie
- 100-A-12 - Accompagnement démarches suite à un décès
- 100-A-13 - Accompagnement-découverte pour nouveaux arrivants

### **100-B - Accompagnement pour courses et magasinage**

- 100-B-1 - Accompagnement magasinage
- 100-B-2 - Commissions à votre place
- 100-B-3 - Accompagnement épicerie
- 100-B-4 - Accompagnement commerces avec carte de membre

### **100-C - Accompagnement pour loisirs et activités**

- 100-C-1 - Accompagnement marche
- 100-C-2 - Accompagnement vélo
- 100-C-3 - Accompagnement yoga
- 100-C-4 - Accompagnement sortie culturelle
- 100-C-5 - Accompagnement musée
- 100-C-6 - Accompagnement tango
- 100-C-10 - Accompagnement activités familiales extérieures
- 100-C-11 - Accompagnement sortie plein air
- 100-C-12 - Accompagnement sortie nature
- 100-C-13 - Accompagnement baignade
- 100-C-14 - Accompagnement moto (passager)
- 100-C-15 - Accompagnement vélo tandem
- 100-C-16 - Accompagnement raquette
- 100-C-17 - Accompagnement sortie avec voiturette bébé
- 100-C-18 - Accompagnement jeux de société
- 100-C-19 - Accompagnement jogging
- 100-C-20 - Accompagnement escalade
- 100-C-21 - Accompagnement patin sur glace
- 100-C-22 - Accompagnement agrotourisme
- 100-C-23 - Accompagnement sortie nautique

### **100-D - Gardiennage d'enfants**

- 100-D-1 - Garde d'enfants à votre maison
- 100-D-2 - Garde d'enfants à ma maison

- 100-D-3 - Garde d'enfants à ma maison avec les miens
  - 100-D-4 - Garde d'enfants au parc
  - 100-D-5 - Garde d'enfants et arts plastiques
  - 100-D-6 - Garde d'enfants et animation intérieure/extérieure
  - 100-D-7 - Garde d'enfant autiste
  - 100-E - Gardiennage divers**
    - 100-E-1 - Répit aidantEs naturels
    - 100-E-2 - Garde personnes âgées
    - 100-E-3 - Conseils services aux personnes âgées
  - 100-F - Garde de lieux, animaux, plantes**
    - 100-F-1 - Garde de maison (home-sitting)
    - 100-F-2 - Visite maison lors d'absence
    - 100-F-3 - Garde d'animaux à ma maison
    - 100-F-4 - Garde d'animaux à votre maison
    - 100-F-5 - Garde de plantes chez moi
  - 100-G - Animaux de compagnie**
    - 100-G-1 - Promenade chien
    - 100-G-2 - Conseils relation avec chien
    - 100-G-3 - Conseils aquariophilie
    - 100-G-4 - Transport animaux
    - 100-G-5 - Soins chat
    - 100-G-6 - Toilettage chien
    - 100-G-7 - Coupe griffes
    - 100-G-8 - Taille ailes d'oiseau
    - 100-G-9 - Conseils santé animale
    - 100-G-10 - Conseils relation avec chat
    - 100-G-11 - Toilettage chat
    - 100-G-12 - Conseils pour oiseau domestique
    - 100-G-14 - Conseils pour lapin
    - 100-G-15 - Dressage chien
    - 100-G-16 - Conseils adoption de chien
    - 100-G-17 - Massage pour chien
    - 100-G-18 - Accompagnement visite vétérinaire
    - 100-G-20 - Conseils pour poissons
- 

## **101 - Administration / Emploi / Organisation**

- 101-A - Administration et gestion**
  - 101-A-1 - Aide pour remplir formulaires
  - 101-A-2 - Étude projet d'entreprise
  - 101-A-3 - Aide pour demande de subvention
  - 101-A-4 - Aide pour préparation plan d'affaires
  - 101-A-5 - Conseils gestion carrière artistique
  - 101-A-6 - Conseils démarrage entreprise
  - 101-A-7 - Coaching gestion des affaires
  - 101-A-40 - Saisie de données
- 101-B - Comptabilité**
  - 101-B-1 - Aide pour comptabilité
  - 101-B-2 - Tenue de livres comptables

- 101-B-15 - Initiation comptabilité**
- 101-C - Impôt et finances personnelles**
  - 101-C-1 - Rapport d'impôt personnel**
  - 101-C-2 - Conseils budgétaires**
  - 101-C-3 - Conseils financiers et placement**
  - 101-C-4 - Conseils en assurance**
  - 101-C-5 - Conseils négociation de vente**
- 101-D - Aide à l'emploi**
  - 101-D-1 - Rédaction Curriculum vitae**
  - 101-D-2 - Conseils Curriculum vitae**
  - 101-D-3 - Rédaction lettre de présentation**
  - 101-D-4 - Conseils lettre de présentation**
  - 101-D-5 - Pratique d'entrevue**
  - 101-D-6 - Recherche d'emploi**
  - 101-D-7 - Choix de carrière**
  - 101-D-8 - Conseils entrevue d'emploi pour immigrants**
  - 101-D-9 - Pratique d'appel pour emploi**
- 101-E - Aide à l'organisation**
  - 101-E-1 - Animation de réunions**
  - 101-E-2 - Organisation et animation conférences**
  - 101-E-3 - Organisation et animation groupes de discussion**
  - 101-E-4 - Organisation événements sociaux**
  - 101-E-5 - Aide contacts avec institutions hispanophones**
  - 101-E-6 - Classement documents**
  - 101-E-7 - Aide planification mariage**
  - 101-E-8 - Formation décision par consensus**
  - 101-E-9 - Aide conception de formation ou conférence**
  - 101-E-10 - Organisation bibliothèque personnelle**
  - 101-E-11 - Principes d'éducation populaire**
  - 101-E-12 - Formation animation débat**
- 101-F - Propriété et gestion immobilière**
  - 101-F-1 - Évaluation foncière**
  - 101-F-2 - Conseils achat propriété**
  - 101-F-3 - Conseils hypothèque**
  - 101-F-4 - Conseils valorisation immobilière**
- 101-G - Communications et marketing**
  - 101-G-1 - Relations médias**
  - 101-G-2 - Rédaction communiqué**
  - 101-G-3 - Communication interne**
  - 101-G-4 - Plan de communication**
- 101-Z - Divers**
  - 101-Z-1 - Initiation au code civil**
  - 101-Z-2 - Aide démarches juridiques**
  - 101-Z-3 - Conseils en efficacité communicationnelle**
  - 101-Z-4 - Distribution porte-à-porte**
  - 101-Z-5 - Information droits des consommateurs**

## **102 - Informatique / Bureautique**

### **102-A - Formation et initiation à l'informatique**

- 102-A-1 - Initiation générale à l'informatique**
- 102-A-2 - Initiation Word**
- 102-A-3 - Initiation Excel**
- 102-A-4 - Initiation Final Cut Pro**
- 102-A-5 - Nouveautés sur P.C.**
- 102-A-6 - Initiation Linux et logiciels libres**
- 102-A-7 - Initiation SIG (cartographie)**
- 102-A-8 - Initiation Publisher**
- 102-A-9 - Initiation programmation SAS**
- 102-A-10 - Initiation banques de données / Access**
- 102-A-11 - Initiation présentations / PowerPoint**
- 102-A-12 - Initiation image vectorielle / Illustrator**
- 102-A-13 - Initiation traitement photo et image**
- 102-A-14 - Initiation logiciel de messagerie / Outlook**
- 102-A-15 - Initiation logiciel de correction / Antidote**
- 102-A-16 - Initiation composition musique par ordinateur**
- 102-A-17 - Initiation tablettes électroniques / iPad**
- 102-A-80 - Initiation ordinateurs Macintosh**
- 102-A-99 - Initiation et aide Espace membre**

### **102-B - Utilisation de logiciels et outils informatiques**

- 102-B-1 - Mise en page sur ordinateur**
- 102-B-2 - Traitement de texte**
- 102-B-3 - Tableaux Excel**
- 102-B-4 - Montage PowerPoint**
- 102-B-5 - Traitement d'image Photoshop**
- 102-B-6 - Utilisation Illustrator**
- 102-B-7 - Création 3-D**
- 102-B-8 - Banques de données Access**
- 102-B-9 - Conception animation 2-D**
- 102-B-15 - Numérisation documents**
- 102-B-16 - Numérisation photos**
- 102-B-17 - Montage numérique**
- 102-B-18 - Grave disques compacts**
- 102-B-19 - Grave DVD**
- 102-B-20 - Montage de système pour musique**
- 102-B-21 - Montage sonore numérique**

### **102-C - Internet et sites web**

- 102-C-1 - Initiation à Internet et courriel**
- 102-C-2 - Recherche Internet**
- 102-C-3 - Conception site web**
- 102-C-4 - Installation Internet**
- 102-C-5 - Assistance problème Internet**
- 102-C-6 - Initiation conception de site web**
- 102-C-7 - Initiation médias sociaux sur Internet**

- 102-C-20 - Petites annonces sur internet
- 102-C-21 - Achat / vente d'articles sur internet
- 102-D - Installation de logiciels et dépannage**
  - 102-D-1 - Dépannage pour ordinateurs P.C.
  - 102-D-2 - Dépannage pour ordinateurs Macintosh
  - 102-D-3 - Installation de logiciels
  - 102-D-4 - Installation de logiciels libres
  - 102-D-5 - Installation de Linux
  - 102-D-6 - Anti virus et logiciels espions
  - 102-D-7 - Récupération de données perdues
- 102-E - Réparation et entretien d'ordinateurs**
  - 102-E-1 - Dépannage disque dur
  - 102-E-2 - Ajout de composantes (hardware)
  - 102-E-3 - Optimisation système d'exploitation (software)
  - 102-E-4 - Optimisation matériel informatique (hardware)
- 102-F - Utilisation de matériel bureautique**
  - 102-F-1 - Transcription enregistrement audio (verbatim)
  - 102-F-2 - Impression documents
- 102-G - Réparation et entretien de matériel bureautique**
  - 102-G-1 - Réparation imprimante
  - 102-G-2 - Nettoyage clavier d'ordinateur
- 102-H - Réseautique et sécurité informatique**
  - 102-H-1 - Réseau informatique avec fil à domicile
  - 102-H-2 - Réseau informatique sans fil à domicile
  - 102-H-20 - Sécurité informatique intranet
  - 102-H-21 - Sécurité informatique extranet
- 102-I - Utilisation / entretien d'appareils mobiles**
  - 102-I-1 - Initiation cellulaires / téléphones intelligents
- 102-Z - Divers**
  - 102-Z-1 - Recherche pour Windows
  - 102-Z-2 - Récupération pièces d'ordinateur
  - 102-Z-3 - Assistance achat matériel informatique
  - 102-Z-4 - Assistance achat téléphonie

---

## **103 - Transport / Déménagement**

- 103-A - Transport local de personnes**
  - 103-A-1 - Transport besoins divers
  - 103-A-2 - Transport pour les courses
  - 103-A-3 - Transport et accompagnement plein air
  - 103-A-4 - Transport moyenne distance
- 103-B - Transport de matériel**
  - 103-B-1 - Transport de matériel avec voiture
  - 103-B-2 - Transport avec camionnette
  - 103-B-3 - Transport avec remorque
  - 103-B-4 - Transport de matériel à vélo
- 103-C - Main-d'œuvre pour déménagement**
  - 103-C-1 - Des bras pour gros déménagement
  - 103-C-2 - Des bras pour moyen déménagement

- 103-C-3 - Des bras pour petit déménagement
- 103-C-4 - Aide pour préparer déménagement
- 103-C-5 - Aide pour aménager
- 103-C-6 - Aide planification déménagement
- 103-C-10 - Conducteur pour camion 26 pieds
- 103-D - Covoiturage interurbain - Départs de Québec**
  - 103-D-2 - Covoiturage de Québec vers Trois-Rivières
  - 103-D-8 - Covoiturage de Québec vers la Gaspésie
- 103-E - Covoiturage interurbain - Départs de Trois-Rivières**
  - 103-E-1 - Covoiturage de Trois-Rivières vers Montréal
  - 103-E-2 - Covoiturage de Trois-Rivières vers Québec
  - 103-E-3 - Covoiturage de Trois-Rivières vers Shawinigan
  - 103-E-4 - Covoiturage de Trois-Rivières vers La Tuque
  - 103-E-5 - Covoiturage de Trois-Rivières vers St-Tite
  - 103-E-6 - Covoiturage de Trois-Rivières vers Louiseville
  - 103-E-7 - Covoiturage de Trois-Rivières vers Drummondville
  - 103-E-8 - Covoiturage de Trois-Rivières vers St-Hyacinthe
- 103-F - Covoiturage interurbain - Départs de Montréal**
  - 103-F-1 - Covoiturage de Montréal vers Trois-Rivières
  - 103-F-2 - Covoiturage de Montréal vers Québec
  - 103-F-3 - Covoiturage de Montréal vers Drummondville
  - 103-F-4 - Covoiturage de Montréal vers Sherbrooke
- 103-G - Covoiturage intra-urbain**
  - 103-G-1 - Covoiturage dans la ville de Québec
  - 103-G-3 - Covoiturage dans la ville de Montréal
- 103-H - Covoiturage interurbain - Départs de Shawinigan**
  - 103-H-1 - Covoiturage de Shawinigan vers Québec
  - 103-H-3 - Covoiturage de Shawinigan vers Trois-Rivières
- 103-I - Covoiturage interurbain - Départs de Matane**
  - 103-I-1 - Covoiturage de Matane vers Québec
  - 103-I-2 - Covoiturage de Matane vers Montréal
- 103-J - Covoiturage interurbain - Départs de la région de Lac-Mégantic**
  - 103-J-1 - Covoiturage de la région de Mégantic vers Sherbrooke
  - 103-J-3 - Covoiturage de la région de Mégantic vers Montréal
  - 103-J-4 - Covoiturage entre villes et villages - région de Mégantic
- 103-K - Covoiturage interurbain - Départs de la région de Portneuf**
  - 103-K-1 - Covoiturage entre villes et villages de Portneuf
  - 103-K-2 - Covoiturage de la région de Portneuf vers Québec
  - 103-K-3 - Covoiturage de la région de Portneuf vers Trois-Rivières
- 103-L - Covoiturage interurbain - Départs de Sherbrooke**
  - 103-L-1 - Covoiturage de Sherbrooke vers Montréal
- 103-M - Covoiturage interurbain - Départs de la région de la Manicouagan (Côte-Nord)**
  - 103-M-1 - Covoiturage de la Manicouagan vers Québec
  - 103-M-2 - Covoiturage de la Manicouagan vers Montréal
- 103-Z - Divers**
  - 103-Z-1 - Conducteur pour votre voiture

103-Z-2 - Conducteur minibus

103-Z-3 - Cours de conduite manuelle

103-Z-4 - Conducteur camion

---

## **104 - Travaux / Entretien / Jardinage**

### **104-A - Entretien ménager**

104-A-1 - Ménage léger

104-A-2 - Ménage lourd

104-A-4 - Lavage vitres

104-A-5 - Lavage vaisselle

104-A-10 - Aide domestique

104-A-11 - Repassage

104-A-12 - Lessive

104-A-30 - Fabrication produits d'entretien écologiques

### **104-B - Peinture et travaux manuels**

104-B-1 - Peinture intérieure

104-B-2 - Peinture extérieure

104-B-3 - Conseils pour travaux de peinture / teinture

104-B-4 - Tapisserie

104-B-5 - Bricoleur pour petits travaux

104-B-6 - Menus travaux ébénisterie

104-B-7 - Menus travaux plomberie

104-B-8 - Menus travaux électricité

104-B-9 - Pose et réparation systèmes d'alarme

104-B-11 - Aide calfeutrage de fenêtres

104-B-12 - Décapage

104-B-13 - Transformation surface en tableau pour écrire

104-B-16 - Menus travaux soudure

104-B-19 - Aide récupération de bois

### **104-C - Construction et rénovation**

104-C-1 - Aide pour rénovation

104-C-2 - Tirage de joints

104-C-3 - Remplacement de comptoir de cuisine

104-C-4 - Aide pour pose céramique

104-C-5 - Menus travaux maçonnerie

104-C-7 - Pose plancher de bois

104-C-8 - Aide installation garage de toile (tempo)

104-C-14 - Initiation tirage de joint

104-C-15 - Conseils pour autoconstruction

104-C-17 - Conseils énergies renouvelables

104-C-18 - Conseils pour construction écologique

104-C-22 - Conseils / aide fabrication four à pain

104-C-40 - Gestion projet de construction

104-C-41 - Conseils projet de construction

104-C-42 - Gestion projet de rénovation

104-C-43 - Conseils projet de rénovation

104-C-44 - Conseils financiers construction ou rénovation

### **104-D - Aménagement intérieur et décoration**

**104-D-1 - Conseils pour décoration intérieure**

**104-D-2 - Mesure et installation store, rideau, persienne**

**104-D-3 - Faux finis meubles ou murs**

**104-D-4 - Murale intérieure**

**104-D-5 - Peinture décorative**

**104-D-6 - Aménagement de l'espace maison**

**104-D-7 - Confection et aide décoration intérieure**

**104-D-8 - Accompagnement choix de décoration**

**104-D-9 - Aménagement Feng shui**

**104-D-10 - Conseils éclairage intérieur**

#### **104-E - Meubles et appareils**

**104-E-1 - Réparation de meubles**

**104-E-2 - Restauration ou fabrication de petits meubles**

**104-E-3 - Aide pour fabrication de meubles rustiques**

**104-E-4 - Recouvrement de petits meubles**

**104-E-5 - Assemblage meubles**

**104-E-20 - Réparation électroménagers**

**104-E-21 - Réparation petits appareils électriques**

**104-E-22 - Nettoyage de magnétoscope (vidéo)**

**104-E-23 - Réparation machine à coudre**

**104-E-24 - Branchement système audiovisuel et DVD**

**104-E-25 - Réparation appareils électroniques**

**104-E-27 - Réparation luminaires**

#### **104-F - Véhicules motorisés**

**104-F-1 - Entretien ou réparation automobile**

**104-F-2 - Lavage de voiture**

**104-F-3 - Assiste dans l'achat de pièces d'auto**

**104-F-5 - Travail sur carrosserie auto**

**104-F-6 - Nettoyage intérieur voiture**

**104-F-7 - Survolage batterie auto**

**104-F-30 - Entretien ou réparation véhicule motorisé léger**

#### **104-G - Vélo et véhicules non motorisés**

**104-G-1 - Réparation vélos**

**104-G-2 - Fabrication de vélos à partir de vélos usagés**

**104-G-3 - Remontage roues de vélo**

**104-G-4 - Conseils achat de vélo**

#### **104-H - Plantes et jardinage**

**104-H-1 - Aide pour entretien de plantes**

**104-H-2 - Aide pour jardinage**

**104-H-3 - Fait jardinières de fleurs**

**104-H-4 - Entretien de plates-bandes**

**104-H-5 - Création ou élaboration d'un potager**

**104-H-6 - Assistance pour compostière**

**104-H-7 - Assistance vermicompostage**

**104-H-8 - Création semis pour jardin**

**104-H-15 - Conseils pour jardin autofertile**



- 104-H-16 - Conseils pour bonsaïs
- 104-H-17 - Conseils pour pousses et germinations
- 104-H-18 - Conseils culture fines herbes
- 104-H-19 - Informations plantes potagères
- 104-H-20 - Conseils plantes ornementales

#### **104-I - Aménagement et entretien de terrain**

- 104-I-1 - Travaux d'aménagement de terrains
- 104-I-2 - Aménagement paysager
- 104-I-3 - Conseils pour soins des arbres
- 104-I-4 - Consultation permaculture
- 104-I-5 - Labourage jardin
- 104-I-6 - Arboriculture et service d'arbres
- 104-I-7 - Conseils en aménagement paysager
- 104-I-8 - Taille de haie / arbustes
- 104-I-10 - Travaux d'entretien de terrains
- 104-I-11 - Nettoyage saisonnier de terrains
- 104-I-12 - Petit déneigement
- 104-I-13 - Tonte de gazon
- 104-I-14 - Menus travaux excavation

#### **104-Z - Divers**

- 104-Z-1 - Inspection de maison
- 104-Z-2 - Aide cordage de bois
- 104-Z-3 - Récupération outils usagés
- 104-Z-4 - Travaux divers en hauteur
- 104-Z-5 - Conseils lutte antiparasitaire
- 104-Z-6 - Aide au désencombrement
- 104-Z-7 - Conseils prévention et sécurité incendie
- 104-Z-8 - Fendre bois de chauffage
- 104-Z-9 - Aiguisage couteaux ou outils

---

### **105 - Cuisine / Alimentation**

#### **105-A - Cuisine et préparation de mets**

- 105-A-1 - Accompagnement cuisine
- 105-A-2 - Aide pour cuisiner
- 105-A-3 - Cuisine plats ou repas
- 105-A-4 - Préparation repas pour famille
- 105-A-5 - Préparation lunches
- 105-A-6 - Préparation repas à congeler
- 105-A-7 - Cuisine repas chez vous
- 105-A-8 - Cuisine pour réception ou activités
- 105-A-9 - Traiteur buffet froid ou chaud
- 105-A-10 - Confection desserts pour événements
- 105-A-11 - Confection gâteau pour enfants
- 105-A-20 - Préparation purées pour bébé
- 105-A-21 - Mise en conserve maison
- 105-A-22 - Préparation soupe maison
- 105-A-23 - Préparation biscuits
- 105-A-24 - Préparation muffins

- 105-A-25 - Préparation muffins santé
- 105-A-26 - Préparation fruits séchés
- 105-A-27 - Fabrication sel aux herbes
- 105-A-28 - Fabrication lait de soya / lait végétal
- 105-A-29 - Préparation salades
- 105-A-30 - Confection pain
- 105-A-31 - Préparation fudge / sucre à la crème
- 105-A-32 - Fabrication herbes salées
- 105-A-33 - Confection pâtisserie
- 105-A-34 - Fabrication yogourt de soya
- 105-A-35 - Préparation sautés
- 105-A-36 - Préparation germinations
- 105-A-37 - Préparation granola
- 105-A-38 - Confection macarons (pâtisserie)
- 105-A-39 - Confection crème glacée
- 105-A-40 - Préparation légumes pour cuisine
- 105-A-42 - Confection sauce spaghetti
- 105-A-43 - Préparation jus frais
- 105-A-44 - Confection truffes au chocolat
- 105-A-45 - Préparation aliments déshydratés
- 105-B - Cuisines du monde et spécialisées**
  - 105-B-1 - Cuisine plats mexicains
  - 105-B-2 - Cuisine plats africains
  - 105-B-3 - Aide cuisine végétarienne ou végétalienne
  - 105-B-5 - Cuisine plats marocains
  - 105-B-6 - Cuisine plats asiatiques
  - 105-B-7 - Aide cuisine asiatique
  - 105-B-8 - Cuisine plats colombiens
  - 105-B-9 - Cuisine plats haïtiens
  - 105-B-11 - Cuisine plats berbères
  - 105-B-12 - Cuisine plats algériens
  - 105-B-15 - Cuisine crue
  - 105-B-16 - Cuisine plats québécois
  - 105-B-17 - Cuisine plats français
  - 105-B-18 - Cuisine plats italiens
  - 105-B-19 - Cuisine plats arméniens
  - 105-B-21 - Cuisine plats iraniens
  - 105-B-22 - Cuisine plats tunisiens
  - 105-B-23 - Cuisine plats syriens
  - 105-B-24 - Cuisine plats indiens
  - 105-B-26 - Cuisine plats japonais
  - 105-B-27 - Cuisine plats péruviens
  - 105-B-28 - Cuisine plats martiniquais
  - 105-B-29 - Cuisine plats camerounais
  - 105-B-30 - Cuisine plats sénégalais
  - 105-B-31 - Cuisine plats libanais

105-B-60 - Cuisine plats sans gluten

## 105-C - Formation en cuisine

105-C-1 - Techniques de base en cuisine

105-C-2 - Initiation préparation de purées pour bébé

105-C-3 - Initiation fabrication de pain

105-C-4 - Initiation fabrication de pâtes alimentaires

105-C-20 - Initiation cuisine française

105-C-22 - Initiation cuisine africaine

105-C-23 - Initiation cuisine indienne

105-C-24 - Initiation cuisine végétarienne

105-C-25 - Initiation fabrication de sushis

105-C-26 - Initiation fabrication de sushis végétariens

105-C-27 - Initiation fabrication de lait de soya

105-C-28 - Initiation cuisine marocaine

105-C-30 - Initiation cuisine asiatique

105-C-34 - Initiation cuisine russe

## 105-D - Conseils et trucs en alimentation

105-D-1 - Conseils pour cuisiner

105-D-2 - Conseils cuisine végétarienne ou végétalienne

105-D-3 - Aide pour planifier menus économiques

105-D-4 - Conseils achat de vin et fromages

105-D-5 - Confection menu

105-D-6 - Conseils alimentation bio et naturelle

105-D-7 - Conseils cuisine saine et rapide

105-D-8 - Conseils achat et coupe de viande

105-D-10 - Conseils cuisine sans gluten

105-D-11 - Idées et conseils desserts aux légumes

105-D-12 - Conseils cuisine pour diabétiques

105-D-13 - Conseils alimentation locale

105-D-60 - Initiation étiquettes nutritionnelles

## 105-Z - Divers

105-Z-1 - Fabrication vin artisanale

105-Z-3 - Initiation dégustation de thé

105-Z-6 - Initiation brassage bière

---

## 106 - Artisanat / Couture / Vêtements

### 106-A - Artisanat et bricolage

106-A-1 - Confection montages floraux

106-A-2 - Confection arrangements de fleurs artificielles

106-A-3 - Réparation ou restauration d'objets décoratifs

106-A-4 - Fabrication objets décoratifs en bois

106-A-6 - Peinture sur vêtements

106-A-10 - Arrangements floraux événements

106-A-11 - Aide fabrication vitraux

106-A-12 - Peinture sur bois

106-A-13 - Peinture sur verre

106-A-14 - Peinture sur céramique ou porcelaine

106-A-16 - Peinture sur soie

- 106-A-17 - Impression images sur tissu ou objets
- 106-A-18 - Fabrication masques
- 106-A-19 - Initiation conception de masques
- 106-A-20 - Initiation fabrication de capteurs de rêve
- 106-A-21 - Initiation fabrication vitraux
- 106-A-23 - Initiation tissage de cadres en laine
- 106-A-25 - Initiation mosaïque de céramique ou de verre
- 106-A-26 - Initiation scrapbooking
- 106-A-27 - Initiation confection de céramique
- 106-A-28 - Initiation confection de pinata
- 106-A-33 - Initiation origami
- 106-A-70 - Conception jouets en fibres naturelles
- 106-A-71 - Fabrication de pinata
- 106-A-73 - Confection sacs en matières recyclées
- 106-A-74 - Fabrication signets
- 106-A-75 - Fabrication objets en cuir
- 106-A-76 - Confection cartes de souhait artisanales
- 106-A-77 - Confection objets en carton / papier recyclé
- 106-A-99 - Emballage cadeau
- 106-B - Bijoux et joaillerie**
  - 106-B-1 - Fabrication de bijoux
  - 106-B-3 - Création de bijoux assortis aux vêtements
  - 106-B-4 - Réparation bijoux
  - 106-B-5 - Confection bijoux en matières recyclées
  - 106-B-10 - Initiation fabrication boucles d'oreilles avec perles
  - 106-B-11 - Initiation fabrication bijoux
  - 106-B-12 - Initiation fabrication bijoux récupérés
- 106-C - Couture et vêtements**
  - 106-C-1 - Fabrication vêtements
  - 106-C-2 - Coud bas de pantalon
  - 106-C-3 - Petites réparations vêtements
  - 106-C-4 - Modifications vêtements
  - 106-C-5 - Fabrication costumes de tout genre
  - 106-C-6 - Fabrication costumes d'Halloween
  - 106-C-19 - Confection courtepointe
  - 106-C-20 - Fabrication rideaux
  - 106-C-21 - Fabrication coussins
  - 106-C-22 - Fabrication housses de douillettes
  - 106-C-23 - Réparation coussins, rideaux, housses douillettes
  - 106-C-24 - Confection jouet en tissu
  - 106-C-26 - Confection sacs réutilisables en tissu
  - 106-C-29 - Initiation usage de machine à coudre
  - 106-C-30 - Initiation confection de vêtements
  - 106-C-31 - Initiation couture à la main
  - 106-C-32 - Initiation courtepointe
  - 106-C-40 - Aide pour classement de vêtements

**106-C-41 - Conseils choix et agencement de vêtements**

**106-D - Tricot, crochet et tissage**

**106-D-1 - Fabrication vêtements en tricot**

**106-D-2 - Réparation tricots**

**106-D-3 - Tricot vêtements pour bébé ou jeune enfant**

**106-D-4 - Fabrication vêtements au crochet**

**106-D-5 - Réparation dentelles et broderies**

**106-D-6 - Confection dentelles**

**106-D-7 - Travaux broderie**

**106-D-8 - Fabrication objets en macramé**

**106-D-10 - Fabrication objets utilitaires en tricot**

**106-D-11 - Tissage objets utilitaires**

**106-D-12 - Fabrication jouets au crochet**

**106-D-13 - Fabrication articles de bébé au crochet**

**106-D-14 - Fabrication objets utilitaires au crochet**

**106-D-17 - Leçons de petit point sur canevas**

**106-D-18 - Leçons de broderie**

**106-D-19 - Leçons de dentelle**

**106-D-20 - Leçons de tricot**

**106-D-21 - Leçons de crochet**

**106-D-22 - Initiation tricotin**

**106-D-23 - Initiation cardage et filage de la laine**

**106-D-24 - Initiation feutrage de la laine**

**106-D-25 - Conseils et soutien fabrication vêtement en tricot**

**106-D-26 - Formation métier à tisser**

**106-D-27 - Montage de métier à tisser**

**106-Z - Divers**

**106-Z-1 - Teinture tissus**

**106-Z-2 - Cordonnerie**

---

**107 - Langues / Littérature**

**107-A - Rédaction et correction de textes**

**107-A-1 - Rédaction textes en français**

**107-A-2 - Correction textes en français**

**107-A-3 - Rédaction textes en anglais**

**107-A-4 - Correction textes en anglais**

**107-A-5 - Rédaction textes en espagnol**

**107-A-6 - Correction textes en espagnol**

**107-A-7 - Rédaction textes en italien**

**107-A-8 - Correction textes en italien**

**107-A-75 - Féminisation de textes**

**107-A-76 - Rédaction technique**

**107-B - Traduction et interprétation**

**107-B-1 - Traduction textes anglais à français**

**107-B-2 - Traduction textes français à anglais**

**107-B-3 - Traduction textes espagnol à français**

**107-B-4 - Traduction textes français à espagnol**

**107-B-5 - Traduction textes espagnol à anglais**

107-B-6 - Traduction textes anglais à espagnol

107-B-7 - Traduction textes italien à français

107-B-8 - Traduction textes français à italien

107-B-9 - Traduction textes allemand à français

107-B-11 - Traduction textes portugais à français

107-B-30 - Interprétation simultanée français-anglais

107-B-31 - Interprétation simultanée français-arabe

107-B-33 - Interprétation simultanée français-espagnol

107-B-34 - Interprétation simultanée français-allemand

107-B-35 - Interprétation simultanée français-portugais

## 107-C - Formation en langues et conversation

107-C-1 - Formation en français

107-C-2 - Aide à la francisation

107-C-3 - Formation rédaction française

107-C-4 - Conversation française

107-C-5 - Diction en français

107-C-6 - Conseils apprentissage langue étrangère

107-C-8 - Apprentissage langue des signes du Québec (LSQ)

107-C-9 - Aide apprentissage braille

107-C-10 - Apprentissage de l'anglais

107-C-11 - Exercices d'anglais

107-C-12 - Conversation anglaise

107-C-13 - Conversation français/anglais

107-C-14 - Initiation anglais pour enfant

107-C-15 - Aide lecture en anglais

107-C-16 - Diction en anglais

107-C-19 - Conversation portugaise

107-C-20 - Apprentissage de l'espagnol

107-C-21 - Conversation espagnole

107-C-22 - Apprentissage du russe

107-C-24 - Apprentissage du portugais

107-C-25 - Apprentissage du créole haïtien

107-C-26 - Apprentissage du néerlandais

107-C-27 - Apprentissage de l'arabe

107-C-31 - Apprentissage de l'allemand

107-C-32 - Conversation allemande

107-C-34 - Apprentissage écriture chinoise

107-C-36 - Conversation en mandarin

107-C-43 - Apprentissage de l'italien

107-C-44 - Conversation italienne

107-C-49 - Apprentissage du roumain

107-C-53 - Apprentissage du japonais

107-C-90 - Prononciation italien pour chanteurs / comédiens

## 107-D - Littérature et poésie

107-D-1 - Fait lecture

107-D-2 - Fait lecture pour enfants

107-D-9 - Initiation création littéraire

107-D-10 - Composition poèmes

107-D-11 - Rédaction lettres et poèmes acrostiches

107-D-12 - Aide rédaction de récits de vie

107-D-20 - Lecture manuscrit avant envoi éditeur

107-D-21 - Conseils en édition

---

## **108 - Arts / Culture / Éducation**

### **108-A - Apprentissage de la musique**

108-A-1 - Théorie musique et formation auditive

108-A-2 - Formation en chant

108-A-3 - Travail voix pour pratique chanson

108-A-5 - Pédagogie de l'éveil musical

108-A-6 - Éveil musical pour enfant

108-A-7 - Initiation lecture de la musique

108-A-9 - Initiation composition musicale

108-A-10 - Apprentissage de la guitare

108-A-11 - Apprentissage de la batterie

108-A-12 - Apprentissage du piano

108-A-13 - Apprentissage du violon

108-A-14 - Apprentissage de la flûte traversière

108-A-15 - Apprentissage de la flûte à bec

108-A-16 - Apprentissage du xylophone

108-A-17 - Apprentissage du djembé et percussions

108-A-18 - Apprentissage musique andine

108-A-19 - Initiation accordéon diatonique

108-A-23 - Initiation accordéon-piano

108-A-24 - Apprentissage de la basse électrique

108-A-25 - Apprentissage de la contrebasse

108-A-26 - Apprentissage synthétiseur

108-A-27 - Apprentissage du saxophone

108-A-29 - Apprentissage de la clarinette

108-A-30 - Apprentissage du ukulélé

108-A-32 - Apprentissage de l'harmonica

### **108-B - Musique et interprétation**

108-B-1 - Spectacle piano pour soirées

108-B-2 - Musique d'ambiance piano

108-B-3 - Musique folklore québécois avec accordéon

108-B-4 - Musique d'ambiance accordéon

108-B-5 - Musique d'orgue

108-B-6 - Musique d'ambiance violon

108-B-7 - Musique d'ambiance harmonica

108-B-8 - Musique d'ambiance flûte

108-B-9 - Chansonnier pour spectacle

108-B-10 - Chanteur

108-B-11 - Choriste

108-B-12 - Accompagnement au piano

108-B-14 - Musicien ambulant / à domicile

- 108-B-15 - Composition chanson pour événement
- 108-B-16 - Composition musiques de film
- 108-B-17 - Composition musiques d'ambiance
- 108-B-18 - Écriture paroles de chanson - parolier
- 108-B-19 - Arrangements musicaux
- 108-B-24 - Accordeur de piano
- 108-B-25 - Lutherie guitare
- 108-B-30 - Transfert sur CD
- 108-B-32 - Enregistrement studio
- 108-B-33 - Conseils système de son et acoustique
- 108-B-34 - Branchement système de son
- 108-B-50 - Aide achat de guitare
- 108-C - Théâtre, cinéma et vidéo**
  - 108-C-1 - Réplique pour pratique rôle
  - 108-C-2 - Figurant ou comédien amateur
  - 108-C-3 - Réchauffement théâtral
  - 108-C-4 - Coaching acteurs pour audition
  - 108-C-5 - Voix pour film ou création artistique
  - 108-C-6 - Formation théâtre
  - 108-C-9 - Preneur de son
  - 108-C-10 - Caméraman
  - 108-C-11 - Figuration vidéo d'art, court-métrage, photo
  - 108-C-12 - Film événements spéciaux
  - 108-C-13 - Montage images événements spéciaux
  - 108-C-14 - Transfert VHS à DVD
  - 108-C-15 - Transfert miniDV à DVD
  - 108-C-16 - Réalisation court-métrage avec groupe d'enfants
  - 108-C-17 - Montage vidéo en temps réel
  - 108-C-18 - Montage vidéo
  - 108-C-19 - Réalisation vidéo
  - 108-C-21 - Révision de scénario
  - 108-C-51 - Initiation création de scénario
  - 108-C-52 - Initiation réalisation vidéo
- 108-D - Arts de la scène et du cirque**
  - 108-D-1 - Mise en scène et mise en forme spectacle
  - 108-D-2 - Initiation manipulation marionnettes
  - 108-D-3 - Initiation conception marionnettes
  - 108-D-4 - Fabrication marionnettes
  - 108-D-5 - Conception éclairages spectacle
  - 108-D-6 - Régisseur spectacle
  - 108-D-7 - Humoriste
  - 108-D-8 - Initiation art de conter
  - 108-D-10 - Sonorisation
  - 108-D-11 - Conteur
  - 108-D-19 - Initiation clown
  - 108-D-20 - Initiation jonglerie



**108-D-21 - Initiation art des Poi**

**108-D-22 - Initiation unicycle**

**108-D-24 - Initiation tissu aérien / d'acrobatie**

## **108-E - Photographie**

**108-E-1 - Prise de photos général**

**108-E-2 - Prise de photos famille**

**108-E-3 - Prise de photos événements**

**108-E-4 - Prise de photos mariage**

**108-E-5 - Prise de photos portfolio**

**108-E-6 - Prise de photo artistique**

**108-E-7 - Prise de photos portrait**

**108-E-8 - Prise de photos objets**

**108-E-9 - Prise de photos animaux**

**108-E-10 - Initiation photographie classique**

**108-E-11 - Initiation photographie numérique**

**108-E-12 - Initiation photographie artistique**

**108-E-13 - Initiation prise de vue photo**

**108-E-19 - Initiation retouche de photo informatisée**

**108-E-20 - Restauration photos**

**108-E-21 - Diaporama photo souvenir**

**108-E-22 - Transfert diapos et négatifs 35 mm en numérique**

**108-E-24 - Retouche photos**

**108-E-25 - Tri de photos**

## **108-F - Graphisme et calligraphie**

**108-F-1 - Graphisme documents simples**

**108-F-2 - Graphisme affiches, cartes d'affaires, logos**

**108-F-3 - Modèles simples publicité et promotion**

**108-F-4 - Écographisme (qui respecte environnement)**

**108-F-5 - Formation graphisme**

**108-F-6 - Révision matériel promotionnel**

**108-F-10 - Calligraphie**

**108-F-11 - Confection affiches, bannières, pancartes**

**108-F-12 - Confection faire-part**

**108-F-13 - Confection cartons d'invitation, remerciement**

**108-F-14 - Fabrication cartes de souhaits**

**108-F-15 - Fabrication cartes et dépliants recyclés**

## **108-G - Dessin, peinture et arts visuels**

**108-G-1 - Initiation dessin**

**108-G-2 - Initiation aquarelle**

**108-G-3 - Caricaturiste**

**108-G-4 - Initiation acrylique**

**108-G-5 - Initiation gouache**

**108-G-6 - Illustration**

**108-G-7 - Création murales**

**108-G-8 - Modèle vivant**

**108-G-9 - Initiation bricolage artistique**

- 108-G-10 - Initiation collage
- 108-G-11 - Portraitiste
- 108-G-12 - Initiation sculpture
- 108-G-13 - Initiation peinture à l'huile
- 108-G-14 - Initiation poterie
- 108-G-15 - Initiation création murale
- 108-G-16 - Initiation dessin au fusain
- 108-G-17 - Initiation dessin au pastel
- 108-G-18 - Initiation dessin 3D / perspective
- 108-G-40 - Réalisation tableau à l'acrylique
- 108-G-41 - Réalisation tableau à l'aquarelle
- 108-G-42 - Création oeuvre d'art en direct
- 108-H - Culture et histoire**
  - 108-H-1 - Organisation événements culturels
  - 108-H-2 - Organisation événements historiques
  - 108-H-3 - Généalogie
  - 108-H-4 - Histoire de l'art
  - 108-H-5 - Initiation histoire
  - 108-H-7 - Évaluation objets / meubles antiques
  - 108-H-20 - Initiation anthropologie
  - 108-H-21 - Initiation culture religieuse
  - 108-H-22 - Initiation science politique
  - 108-H-23 - Initiation relations internationales
  - 108-H-30 - Histoire et culture du Brésil
- 108-I - Éducation et formation**
  - 108-I-1 - Aide aux devoirs
  - 108-I-2 - Préparation examens de français
  - 108-I-3 - Soutien scolaire matières scientifiques
  - 108-I-4 - Soutien scolaire mathématiques
  - 108-I-5 - Soutien scolaire anglais
  - 108-I-6 - Soutien scolaire français
  - 108-I-18 - Aide aux études sciences humaines / sociales
  - 108-I-19 - Soutien scolaire spécialisé
  - 108-I-20 - Révision travaux scolaires
  - 108-I-21 - Développement stratégies d'apprentissage
  - 108-I-22 - Stimulation précoce enfant préscolaire
  - 108-I-23 - Soutien école à la maison
  - 108-I-24 - Soutien aux parents pour aide aux devoirs
  - 108-I-25 - Conseils retour aux études
- 108-J - Arts du livre et du papier**
  - 108-J-1 - Reliure d'art
  - 108-J-2 - Réparation livres
  - 108-J-3 - Fabrication papier fait main
  - 108-J-6 - Couverture livres
  - 108-J-31 - Initiation fabrication de papier
- 108-Z - Divers**

108-Z-1 - Conseils dossier artistique et portfolio

108-Z-3 - Message chanté

108-Z-4 - Initiation maquillage artistique

---

## **109 - Sports / Loisirs / Animation**

### **109-A - Pratique de sports et conditionnement physique**

109-A-1 - Conseils conditionnement physique

109-A-2 - Conditionnement physique sans matériel de gym

109-A-3 - Mise en forme personnalisée pour adultes

109-A-4 - Séances d'étirement

109-A-9 - Partenaire conditionnement physique

109-A-10 - Partenaire tennis

109-A-11 - Partenaire badminton

109-A-13 - Partenaire golf

109-A-14 - Partenaire escalade

109-A-30 - Entraîneur-moniteur sports cardiovasculaires

109-A-41 - Officiel mineur soccer

109-A-43 - Officiel mineur baseball / balle-molle

109-A-50 - Statisticien hockey

109-A-60 - Annonceur-maison hockey

### **109-B - Initiation aux sports**

109-B-1 - Initiation tennis

109-B-2 - Initiation Capoeira

109-B-3 - Initiation patin sur glace

109-B-4 - Initiation patin à roues alignées

109-B-5 - Initiation natation

109-B-6 - Initiation vélo

109-B-7 - Initiation kayak

109-B-8 - Initiation escalade

109-B-10 - Initiation badminton

109-B-11 - Initiation tennis de table

109-B-12 - Initiation volley-ball

109-B-13 - Initiation soccer

109-B-14 - Initiation ski de fond

109-B-16 - Initiation basketball

109-B-17 - Initiation course à pied

109-B-20 - Initiation ski alpin

109-B-22 - Initiation équitation

109-B-23 - Initiation planche à neige

109-B-24 - Initiation slackline

109-B-27 - Initiation squash

109-B-29 - Initiation planche à roulettes (skateboard)

### **109-C - Activités de plein air**

109-C-1 - Transport et accompagnement sorties plein air

109-C-3 - Initiation observation des oiseaux

109-C-4 - Préparation expédition plein air

109-C-5 - Interprétation nature en ville

109-C-6 - Fartage ski de fond

**109-C-7 - Initiation végétation forestière**

**109-C-8 - Aide à la navigation**

**109-C-10 - Préparation voyage de cyclotourisme**

**109-C-11 - Initiation soins des chevaux**

**109-C-12 - Initiation orientation avec cartes et boussole**

**109-C-60 - Réparation matériel de plein air**

## **109-D - Danse**

**109-D-1 - Initiation danses latines**

**109-D-2 - Initiation breakdance et danse de rue**

**109-D-3 - Initiation tango**

**109-D-4 - Initiation danse sociale**

**109-D-5 - Initiation baladi**

**109-D-8 - Initiation danse bretonne**

**109-D-9 - Initiation danse contemporaine**

**109-D-10 - Initiation danses traditionnelles du Québec**

**109-D-11 - Initiation danses brésiliennes**

**109-D-12 - Initiation flamenco**

**109-D-13 - Initiation danse en ligne**

**109-D-14 - Initiation danse swing**

**109-D-15 - Initiation danse africaine**

**109-D-16 - Initiation danse gitane**

**109-D-17 - Initiation danse blues**

**109-D-18 - Initiation gigue**

**109-D-31 - Partenaire danses latines**

**109-D-32 - Calleur veillée de danse traditionnelle**

## **109-E - Loisirs et jeux divers**

**109-E-1 - Apprentissage jeu d'échecs**

**109-E-2 - Initiation pétanque**

**109-E-3 - Initiation billard**

**109-E-5 - Initiation bridge**

**109-E-30 - Partenaire bridge**

**109-E-31 - Partenaire Scrabble**

**109-E-32 - Partenaire jeux de cartes**

**109-E-33 - Partenaire jeu d'échecs**

**109-E-40 - Organisation activité de loisir**

**109-E-41 - Animation jeu de rôle (maître de jeu)**

**109-E-42 - Conseils jeux de société enfants**

## **109-F - Animation, fêtes et événements**

**109-F-1 - Animation fêtes d'enfants**

**109-F-2 - Clown pour fêtes d'enfants ou événements**

**109-F-3 - Maquillage événements spéciaux**

**109-F-4 - Disc-jockey (DJ)**

**109-F-5 - Maître d'hôtel et serveur**

**109-F-6 - Barmaid / barman**

**109-F-7 - Animation fêtes et événements**

**109-F-8 - Animation éveil musical pour enfants**

109-F-9 - Animation groupe d'enfants

109-F-10 - Livraison animée de fleurs ou ballons

109-F-11 - Animation karaoké

109-F-13 - Sculpture de ballons

109-F-20 - Décoration événement spécial

109-F-21 - Organisation fête d'enfants

109-F-22 - Organisation petits événements

## 109-Z - Divers

109-Z-1 - Initiation grimpe urbaine (Parkour)

109-Z-2 - Jeu de cartomancie

109-Z-3 - Jeu de cartomancie Zen

109-Z-4 - Jeu de tarot amérindien et égyptien

109-Z-6 - Jeu de runes des Vikings

---

## 110 - Santé / Maternité / Esthétique

### 110-A - Informations et ressources en santé

110-A-1 - Apprentissage de la méthode RCR

110-A-2 - Compréhension maladie, corps, médicament

110-A-3 - Collecte informations pour décision liée à la santé

110-A-4 - Accompagnement sclérose en plaques

110-A-5 - Conseils pratiques perte de poids

110-A-6 - Informations plantes médicinales

110-A-7 - Initiation herboristerie

110-A-8 - Conseils handicap visuel

110-A-9 - Références fibromyalgie

110-A-10 - Conseils blessures légères

110-A-11 - Informations nutrition

110-A-12 - Conseils achat fauteuil roulant

110-A-13 - Initiation huiles essentielles

110-A-14 - Conseils et références cancer

### 110-B - Médecines alternatives et soins

110-B-1 - Acupuncture

110-B-2 - Bilan de santé naturopathique

110-B-3 - Réflexologie

110-B-4 - Pédicure

110-B-5 - Reiki

110-B-6 - Harmonisation énergétique

110-B-7 - Fabrication tisanes médicinales

110-B-9 - Soins de la peau par les plantes

110-B-10 - Confection gélules plantes médicinales

### 110-C - Massothérapie et bien-être

110-C-1 - Massothérapie thérapeutique

110-C-2 - Massothérapie sur chaise

110-C-3 - Massothérapie de détente

110-C-6 - Massage des pieds et mains

110-C-8 - Massage périnatal et pour femmes enceintes

110-C-9 - Massage pour bébés

110-C-12 - Initiation massothérapie

- 110-C-15 - Initiation yoga
- 110-C-16 - Initiation tai chi
- 110-C-17 - Méditation
- 110-C-18 - Initiation gymnastique antistress
- 110-C-19 - Initiation relaxation
- 110-C-20 - Initiation Pilates
- 110-C-21 - Initiation techniques respiratoires
- 110-C-22 - Initiation qi gong
- 110-C-23 - Initiation yoga du rire
- 110-D - Maternité/paternité et santé féminine**
  - 110-D-1 - Répit pour mères
  - 110-D-2 - Conseils et répit allaitement
  - 110-D-4 - Confection écharpe pour portage bébé
  - 110-D-5 - Fabrication couches coton
  - 110-D-6 - Initiation alternatives de protection menstruelle
  - 110-D-8 - Formation en portage d'enfants
  - 110-D-9 - Accompagnement pré-natal et naissance
  - 110-D-10 - Conseils pratiques éducation des enfants
  - 110-D-11 - Initiation hygiène pour bébé sans couche
  - 110-D-12 - Initiation langage des signes avec bébé
  - 110-D-13 - Soins mère-enfant par les plantes
  - 110-D-14 - Conseils pour enfant autiste
- 110-E - Coiffure et esthétique**
  - 110-E-1 - Coupe cheveux
  - 110-E-2 - Aide pour coiffer cheveux frisés ou crépus
  - 110-E-3 - Aide coloration cheveux
  - 110-E-4 - Lavage cheveux
  - 110-E-5 - Tressage cheveux
  - 110-E-7 - Coiffure pour homme
  - 110-E-8 - Aide pour coiffer cheveux
  - 110-E-9 - Coiffure pour dame
  - 110-E-10 - Conseils pour soins de peau
  - 110-E-11 - Soins esthétiques
  - 110-E-12 - Maquillage
  - 110-E-13 - Manucure
  - 110-E-14 - Épilation
  - 110-E-15 - Épilation des sourcils
  - 110-E-16 - Pédicure / soins esthétiques du pied
  - 110-E-25 - Styliste
- 110-F - Produits de soins corporels**
  - 110-F-1 - Initiation fabrication savon naturel
  - 110-F-2 - Initiation fabrication cosmétiques naturels

---

## **111 - Hébergement / Voyage**

- 111-A - Hébergement**
  - 111-A-1 - Hébergement en maison courte durée
- 111-B - Séjours et vacances**
  - 111-B-1 - Séjour à la campagne

## **111-C - Tourisme local**

- 111-C-1 - Conseils pour activités touristiques**
- 111-C-2 - Guide touristique ville de Québec**
- 111-C-5 - Découvertes dans le Vieux-Québec**
- 111-C-6 - Promenades découverte de Québec**
- 111-C-7 - Visite guidée d'églises de Québec**
- 111-C-8 - Découverte escaliers de Québec**
- 111-C-9 - Visite guidée rivière St-Charles à Québec**
- 111-C-20 - Tour guidé sur le Mont-Royal**
- 111-C-21 - Tour guidé Hochelaga-Maisonneuve**
- 111-C-23 - Découverte Fort Chambly**
- 111-C-24 - Visites historiques Montréal**
- 111-C-25 - Tour guidé centre-ville de Montréal**
- 111-C-28 - Tour guidé Rosemont/Petite-Patrie (Montréal)**
- 111-C-40 - Guide touristique Trois-Rivières**

## **111-D - Voyages**

- 111-D-1 - Conseils pour préparation voyage**
- 111-D-2 - Présentation de pays visités en images ou récit**
- 111-D-4 - Formation départ en Afrique de l'Ouest**
- 111-D-5 - Conseils préparation voyage au Mexique**
- 111-D-6 - Conseils préparation voyage au Pérou**
- 111-D-7 - Conseils préparation voyage au Guatemala**
- 111-D-8 - Conseils préparation voyage Ouest canadien**
- 111-D-9 - Conseils préparation voyage en Espagne**
- 111-D-10 - Conseils préparation voyage au Brésil**
- 111-D-11 - Conseils préparation voyage en Amérique du Sud**
- 111-D-12 - Conseils préparation voyage au Maroc**
- 111-D-13 - Conseils préparation voyage à Cuba**
- 111-D-14 - Conseils préparation voyage en Syrie**
- 111-D-15 - Conseils préparation voyage au Liban**
- 111-D-16 - Conseils préparation voyage en Asie du Sud-Est**
- 111-D-17 - Conseils préparation voyage en Australie**
- 111-D-19 - Conseils préparation voyage au Chili**
- 111-D-20 - Conseils préparation voyage au Venezuela**
- 111-D-21 - Conseils préparation voyage au Honduras**
- 111-D-22 - Conseils préparation voyage en France**
- 111-D-23 - Conseils préparation voyage Sud-Ouest États-Unis**
- 111-D-24 - Conseils préparation voyage en Roumanie**
- 111-D-25 - Conseils préparation voyage au Sénégal**
- 111-D-70 - Conseils préparation voyage pèlerinage**
- 111-D-99 - Conseils pour achat voyage**

---

## **195 - Service de location solidaire**

- 195-A - Éligibilité à la location solidaire**
  - 195-A-1 - Accordeur·E inscrit·E à la location solidaire (à titre d'information)**

---

## **199 - Divers**

- 199-Z - Divers**
  - 199-Z-1 - Conseils consommation responsable**

**199-Z-2 - Aide dénichage d'aubaines**

**199-Z-3 - Initiation autodéfense**

**199-Z-4 - Conseils présentation devant public**

**199-Z-5 - Références orientation sexuelle**

**199-Z-6 - Aide et conseils récupération / recyclage**