



**Fundusze Europejskie**  
Wiedza Edukacja Rozwój

**Unia Europejska**  
Europejski Fundusz Społeczny



**WZÓR**

**ANKIETA POTRZEB I USŁUG UCZESTNIKA „BANKU CZASU”**

IMIĘ I NAZWISKO .....

ADRES .....

18-100 ŁAPY

DATA URODZENIA .....

NUMER TELEFONU .....

E-MAIL .....

| LP. | USŁUGA                                      | POTRZEBUJĘ | OFERUJĘ |
|-----|---------------------------------------------|------------|---------|
| 1.  | PRACA W DOMU I W JEGO OTOCZENIU             |            |         |
|     | Pieczenie ciast, gotowanie                  |            |         |
|     | Proste prace, naprawy i montaż hydrauliczne |            |         |
|     | Proste prace, naprawy i montaż elektryczne  |            |         |
|     | Proste prace, naprawy i montaż stolarskie   |            |         |
|     | Malowanie ścian                             |            |         |
|     | Wiercenie otworów w ścianie i proste montaż |            |         |
|     | Proste usługi krawiecki                     |            |         |
|     | Pomoc w wykonywaniu prania                  |            |         |
|     | Prasowanie                                  |            |         |
|     | Opieka nad roślinami                        |            |         |
|     | Pomoc przy drobnych porządkach domowych     |            |         |
|     | Trzepanie/odkurzanie dywanów                |            |         |
|     | Mycie okien                                 |            |         |
|     | Wynoszenie śmieci                           |            |         |
|     | Robinie zakupów                             |            |         |
|     | Odbiór i dostarczenie przesyłek             |            |         |
|     | Opłacanie rachunków                         |            |         |
|     | Wykupowanie recept                          |            |         |



|    |                                                                                 |  |  |
|----|---------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 2. | OBSŁUGA INFORMATYCZNA                                                           |  |  |
|    | Przepisywanie tekstów na komputerze                                             |  |  |
|    | Wyszukiwanie informacji na Internecie                                           |  |  |
|    | Tworzenie/nauka prostych stron internetowych                                    |  |  |
|    | Naprawa komputera                                                               |  |  |
|    | Nauka obsługi komputera                                                         |  |  |
|    | Nauka obsługi Internetu                                                         |  |  |
|    | Nauka obsługi Photoshopa                                                        |  |  |
| 3. | POMOC W SPRAWACH URZĘDOWYCH/TWORZENIE DOKUMENTÓW                                |  |  |
|    | Pomoc w pisaniu pism urzędowych, odwołań, zażaleń, reklamacji                   |  |  |
|    | Pomoc w napisaniu CV, listu motywacyjnego                                       |  |  |
|    | Pomoc w wypełnianiu PIT-U                                                       |  |  |
| 4. | DOTRZYMYWANIE TOWARZYSTWA                                                       |  |  |
|    | Wspólne spacery                                                                 |  |  |
|    | Gra w różnego rodzaju gry towarzyskie                                           |  |  |
|    | Oprowadzanie po mieście, organizowanie wycieczek                                |  |  |
|    | Wspólne wyjście do kina/teatru/muzeum                                           |  |  |
|    | Wspólne czytanie książek i prasy                                                |  |  |
|    | Wspólne majsterkowanie                                                          |  |  |
|    | Wspólne śpiewanie                                                               |  |  |
|    | Wspólna gimnastyka                                                              |  |  |
|    | Wspólne fotografowanie w plenerze                                               |  |  |
| 5. | WSPÓLNE SPĘDZANIE CZASU Z .....                                                 |  |  |
|    | Dziećmi                                                                         |  |  |
|    | Osobą starszą                                                                   |  |  |
|    | Pomoc w opiece nad osobą chorą                                                  |  |  |
| 6. | EDUKACJA                                                                        |  |  |
|    | Pomoc w nauce języka:<br>angielskiego, niemieckiego, francuskiego, ukraińskiego |  |  |
|    | Pomoc w odrabianiu lekcji                                                       |  |  |
|    | Korepetycje z przedmiotów szkolnych                                             |  |  |
|    | Porady prawne                                                                   |  |  |
|    | Nauka fotografii                                                                |  |  |
|    | Nauka gry na instrumencie                                                       |  |  |



**Fundusze Europejskie**  
Wiedza Edukacja Rozwój

**Unia Europejska**  
Europejski Fundusz Społeczny



|    |                                                  |  |  |
|----|--------------------------------------------------|--|--|
|    | Lekcje rysunku                                   |  |  |
|    | Nauka pływania                                   |  |  |
|    | Nauka jazdy na wrotkach, rolkach, rowerze, desce |  |  |
| 7. | <b>INNE ZAPROPONOWANE USŁUGI</b>                 |  |  |
|    |                                                  |  |  |

.....  
**DATA I PODPIS**

**SPORZĄDZIŁA: ANNA JANCZEWSKA**