

01 Haushalt	S. 1	11 Lebenshilfe und Beratung	S. 3
02 Reparaturen, Handwerk	S. 1	12 Essen und Kochen	S. 4
03 Wohnungsbetreuung	S. 1	13 Feiern und Feste	S. 4
04 Fahrten, Transport, Umzug	S. 2	14 Wellness, Beauty, Sport und Gesundheit	S. 4
05 Garten und Pflanzen	S. 2	15 Freizeit und Reisen	S. 4
06 Haustiere, Tiere	S. 2	16 Büro, Verwaltungs- u. Schreivarbeiten	S. 4
07 Kunst, Handarbeit, Basteln	S. 2/3	17 Computer, PC, Internet	S. 5
08 Kinderbetreuung	S. 3	18 Dies und Das	S. 5
09 Sprachen, Nachhilfe, Unterricht	S. 3		80 S. 5
10 Hilfe, Pflege, Altenpflege	S. 3	20 Verschenken	S. 5

**01 Haushalt:** Angebot = A, Gesuch = G

A	Beistand bei Wechsel zu Ökostrom-Anbieter (auch Gas)	A	Einkaufen fahren, gehen	33, 149	
A	Bügeln	92	A	Ablage, Aussortieren, Aufräumen	149
A	Bügeln (außer Mangelwäsche) z.B. Hemd für 1 LT	103	A	Wäsche waschen	
A	Putzarbeiten	58	A	Fenster putzen	92,10,167
A	Hilfe im Haushalt ganz allgemein	79,10,167	G	Hilfe im Haushalt	101, 141, 169
A	Beratung beim Energiesparen	28,43	G	Aufräumhilfe	141
A	Hilfe im Haus, auch aufGegenseitigkeit	33	G	3. Hand im Haus und Garten	165
A	Hemden waschen und bügeln( schrankfertig )	10	G	Hilfe im Haus, auch aufGegenseitigkeit	33
A	bügeln bei Ihnen zuhause	92	G	Hilfe beim Schnee schaufeln	102
A	Einkochen, Einwecken	173	G	Entrümpeln	165

**02 Reparaturen, Handwerk, Wartung:** Angebot = A, Gesuch = G

A	Anstreichen, Weißeln	100, 98,58	A	Leichte handwerkliche Arbeiten inHaus und Garten	
A	Tapezieren	58,100, 98,167	A	kleinere Arbeiten (Fliesen, Elektro,Gartenwege, Zä	100
A	Hilfe bei Wohnungsverschönerung	98,103	A	Autoreifenwechsel nur auf Felgen	43
A	Entfernen von alten Wandtapeten	10	A	Laminat verlegen	58
A	handwerkliche Arbeiten undBasteleien rund ums	28,42,100	A	Reparaturen allgemein	28,58,101
A	handwerkliche Hilfe, kleinereReparaturen	100	A	Reparatur elektrischer u.elektronischer Geräte	143
A	Hilfe bei Elektroreparaturen	43	A	Elektroarbeiten(Leitung reparieren)	131
A	Metallzuschnitt mit Bandsäge undBohrungen		A	Steckdosen- und Schaltertausch,Lampenmontage	131
A	Heimwerkerberatung	117			
A	Sandstrahlen (kleinere Teile bis max.50 cm)		G	Hilfe bei Holzarbeiten	173
A	Diskrete Beratung undUnterstützung bei Schimme	117	G	Malerarbeiten	
A	Reparatureinsätze „Not am Mann“,Spontaneinsätz	144	G	Hilfe bei Reparatur, Wartung	43,123,167
A	Fahrradwartung, Fahrradreparatur	101	G	KFZ-Reparaturen	100
A	Fahrrad putzen	43	G	Elektroreparatur	149,167
A	Abschleifen, Lackieren		G	Werkstattmitbenutzung, Werkzeugausleihe	173
A	Mechanische Werkstatt,Metallarbeiten, mech. Re	101	G	für kleine Reparaturen in Wohnung	
A	Schweißarbeiten		G	Stuhl polstern	
A	kleinere Maurerarbeiten		G	Parkett abschleifen,Terrasse erneuern	
A	Auto polieren	58	G	Heimwerker-Service	
A	Messer schleifen (auch Wellenschliff,keine Scheren)		G	Hilfe beim Schränke-Aufbau	
A	Entfernen von Fototapeten, Bildernauf Türen, Flie	58	G	Hilfe beim Wohnmobilausbau Peugeot Boxer	170

**03 Wohnungsbetreuung:** Angebot = A, Gesuch = G

A	Wohnungsbetreuung (z.B.Nachsehen, Blumen gießen, Post leeren)	58,10,4,28, 10,144,74,117, 167	A	Hausbetreuung bei Abwesenheit	144,117,167 60,10,58
A	Entrümpelung	144	A	Nachsenden von Post	4

#### 04 Fahrten, Transport, Umzug: Angebot = A, Gesuch = G

A	E-Bike Verleih		A	Mitfahrgelegenheit	
A	Möbeltransport	144	A	Unterstützung beim Großeinkauf	28
A	Bedarfschauffeur	76,41,104	A	Abholung der Ware bei Einkaufsfahrt	10,41
A	Begleitung bei Besorgungen/Einkauf	10,74,41,104	A	PKW-Anhänger für Umzüge undKipper (hydraulisc	144
A	Einkaufshilfe mit dem Auto	74,41,149	A	Umzugshilfe mit Rat und Tat	58
A	Fahrdienste zwischen FreitagNachmittag und Sonntag Abend		A	Mitfahrgelegenheit nach Münchennach rechtzeitige	38
A	Fahrdienst mit meinem Auto(Einkauf und kleinere	33,167,168	A	Transport größerer Gegenstände mitFahrzeug	100,144,58
A	Umzugshilfe (eher schwere Arbeiten)	43,144	A	Transport zum Wertstoffhof	149
A	Einkaufen fahren	33, 149	A	Transporte mit großemPKW- Anhänger	144
A	kleine Ausflüge mit meinem Auto		A	Nordic Walken	165
			G	Fahrdienst	168

#### 05 Garten und Pflanzen: Angebot = A, Gesuch = G

A	Beratung bei der Gartengestaltung	41,103,	A	Beratung und Begleitung beim Kaufvon Pflanzen u	41
A	Bäume fällen und Holz hacken	58,100,28	A	Mithilfe bei unterschiedlichenArbeiten im Garten	98,100
A	Gartenarbeiten unter Anleitung	32,167	A	Holz hacken	58,100,28
A	Gartenarbeiten	104,144,165 79, 41, 173	A	Grasmähen mit Rasentraktor undEntsorgung Grün	144
A	Haus und Gartenarbeiten	58,144	A	Bäume, Sträucher und Heckenzuschneiden	144,100
A	Gartenpflege, Garten anlegen		A	Hilfe im Garten, gern auf Gegenseitigkeit	33, 173
A	Florale Dekoration	21,	A	Binde schöne Blumensträuße	103
A	Rasen mähen	100,144, 173	A	Basteln mit Naturmaterialien	21
A	Blumpfleger	144			
A	Grab Pflege und Bepflanzung	117	G	Gartenfliesen verlegen	74
A	Kooperation (gewaltfrei arbeiten im Garten)		G	Erlernen des Umgangs mit der Sense	173
A	Heckenschneiden	100,144	G	Gartenpflege – mähen –Heckenschneiden	101,155
A	Pferdemist für den Garten	114	G	Hecke schneiden	
A	Hühner- und Taubenmist	149	G	Hilfe im Garten	149,169
A	Mithilfe bei der Ernte/Verarbeitung	173			

#### 06 Haustiere, Tiere: Angebote = A, Gesuch = G

A	Hundesitten	74, 117	A	mit Hund spazieren gehen	111,104,165 149,79,74,
			A	Papageienbetreuung	58
A	Hunde- und Katzenservice	21	A	Pferd versorgen und reiten	74
A	House- und Dogsitting	98	A	Hundepflege z.B. Haare schneiden,Hund waschen	117
A	Hunde, Katzen, Vögel, Fische usw.versorgen, wer	109,111,104,74	A	Betreue Katzen während Abwesenheit, evtl. auch bei mir zuhause	4, 173
A	Tierpension (außer Katzen) inunserem Haus bei U	117	A	Hilfeleistung rund ums Pferd.z.B. Fahrdienste,(Anh	114
A	Transportbox u. Hundeschergerät zuVerleihen	117	A	Stall ausmisten	
G	mit Hund Gassi-gehen	164, 168	G	Hundebetreuung (auch abends)	164

#### 07 Kunst, Handarbeit, Basteln: Angebot = A, Gesuch = G

A	Handarbeiten		A	Näharbeiten	32
A	Näharbeiten wie z.B. Änderungen,Vorhänge, auch	92	A	Hilfe beim Selbernähen	
A	Einfache Näharbeiten (kürzer, weiter, enger)		A	Nähen unter Anleitung mit eigener Nähmaschine	
A	Geschenk- und Dekoideen aus Stoff		A	Besorgen und kreatives Verpackenvon Geschenke	74,103
A	Basteln	21	A	Binden schöner Blumensträuße	103
A	Gemeinsames Anfertigen von Batik-Karten (Material wird kostenlos besorgt)		A	Repariere profess. Weihnachtsengel, Krippenfiguren (Wachshände, Haare, Bekleidung)	10
A	Stricken	98	A	Mobile aus Schwemmholz	
A	Selbstgenähte Taschen,Handschuhe, Mandalaka	102	A	Nähen aus alt mach neu,	
A	Stricke gerne Mützen, Schals, Socken, Fausthand	38	A	Stricken nach Wunsch	155
A	Dekorationsdienst		A	Geschenke verpacken	
A	Filzkunst				
A	Grafik Design		G	Näharbeiten	149
A	Erlernen Kreistanz	173			

### 08 Kinderbetreuung: Angebot = A, Gesuch = G

A	Baby-Sitting	32,102,98,102,33	A	Kinderbetreuung	33,76,79,92,98,109,103,123,141
A	Kinderbetreuung (habe Ausbildung als Tagesmutter)	131	A	Kinderbetreuung bei Krankheit u. Abwesenheit (au	10
A	Baby- oder Kinderhüten (auch Abends) in TS-Unte	38	A	Vorlesen (Kinderbücher)	60
A	Malen und Basteln mit Kindern	102	A	Babysitten (bin Erzieherin)	
A	Beratung bei Erziehungsfragen		A	Gebrauchte Kinderkleidung und Spielsachen	21
G	Kinderbetreuung (geb 2016)		G	Babysitting Kinderbetreuung (3 Jahre)	

### 09 Sprachen, Nachhilfe, Unterricht: Angebot = A, Gesuch = G

A	Nachhilfe in Physik	41	A	Nachhilfe für Grundschul Kinder	38,141,168
A	Übersetzung Englisch	4	A	Hausaufgabenbetreuung 1. - 4. Klasse	33
A	Übersetzung Spanisch	4	A	Hausaufgabenbetreuung	38
A	Konversation Englisch u. Spanisch	4	A	Nachhilfe generell	
A	Vorbereitung (4. Klasse) für Schulübertritt	38	A	Unterhaltsames Englischtraining während gemeinsamer Aktivitäten	
A	Sprachen: Englisch, Chinesisch		A	Englisch Konvers. m. Muttersprachler	
A	Nachhilfe in Mathematik	43,41, 168	G	Saxophonunterricht	141
A	Nachhilfe	171			
A	einfache Übersetzungen (Engl., Span., Franz.)	173			

### 10 Hilfe, Pflege, Altenpflege: Angebot = A, Gesuch = G

A	Alten- und Seniorenbetreuung	28,33,58	A	Seniorenbetreuung bei Krankheit und Abwesenheit	10, 171
A	Unterstützung in der häuslichen Pflege (bin Kranker)	131, 171	A	Begleitung beim Sterben und Tode eines Angehörigen	10
A	Krankenbetreuung	33	A	Betreuung von Behinderten	76
A	Besuch von älteren Menschen	109	A	Rundumhilfe bei Krankheit im Notfall	
A	Unterstützung pflegebedürftiger Menschen	171	A	Betreuung Demenzkranker	171
A	Aushilfsbetreuung von Behinderten, Spazieren gehen		G	Hilfe bei Ordnung machen	

### 11 Lebenshilfe und Beratung: Angebot = A, Gesuch = G

A	Lebenshilfe und Beratung (therapeutische Unterstützung)	43	A	Hilfe bei der Vorbereitung von Krankenhausaufenthalt	79
A	Schulsorgen? Ich berate Sie gerne	38	A	Gespräche und Hilfe bei Alkoholproblemen	
A	Mediation /alternative Streitbeilegung		A	Suche den günstigsten Anbieter im Internet (Preisvergleich)	60
A	Astrologische Beratung	102	A	Hilfe und Beratung bei der Krankenpflege	98
A	Typgerechte Beratung	103	A	Schlafplatzuntersuchung (Radiästhesie)	
A	Beratung und Begleitung bei Behördenangelegenheiten	117	A	Beratung bei Immobilienanschaffung, Erstellung Immobilien	117
A	Gesundheitsberatung	123	A	Hausreinigung (Space-Clearing)	
A	Deutung von Träumen	102	A	Beratung bei Erziehungsfragen	
A	Diskrete Beratung und Begleitung für Frauenthemen		A	Lebensberatung, Coaching	171
A	Seelsorgerische Gespräche		A	Behördengänge	149
A	E-Bike Verleih		A	Haus aufräumen/ausmisten	
A	Abschleifen, Lackieren		A	Hilfe beim Kleiderschrank aufräumen (Beurteilung)	103
A	Verschönerung und Gestaltung der Wohnung	103	A	Ernährungsberatung	167
A	einfach Zuhören ohne Bewertung	173	A	geführtes Waldbaden	173

### 12 Essen und Kochen: Angebot = A, Gesuch = G

A	Marmelade und Chutney herstellen	4	A	Backen von Eierlikörkuchen	10
A	Gelee, Marmelade	21,109,	A	Plätzchen backen	111,98
A	Mitbringsel für Feste: Rote Grütze, Yoghurt-Mouss	38	A	Schwäbische Maultaschen (auch unschwäbisch veg)	60
A	Kuchen backen	149, 167	A	Mein Käsekuchen ist ein Traum, Apfelstrudel, Bisk	103
A	Kochen, Backen, kaltes Buffet	168	A	Kochen	
A	Johannisbeeren, Walnüsse, Likör, Marmelade	116	A	Lindenblüten und frische Hagebutten für Tee	116
A	Vollwertige Ernährung, einfach gemacht im Alltag		A	Brotzeit z.B. bei Umzügen	
A	Vollkorngebäck (Kuchen und Brot)	155	A	Brot backen (Hefe-Vollkorn, -normal)	149
A	Marmelade einmachen auf Wunsch		A	Aufstriche	168
A	Südafrikanische/Indische Kuchkurse		G	Kuchen (Mokkacremtorte)	
A					

### 13 Feiern und Feste: Angebot = A, Gesuch = G

A	Theaterspielen	103	A	Dekorieren auf Feiern	21,103
A	Mithilfe bei Einladungen / Festen alle anfallenden Arbeiten	4	A	persönliche Verserl für jeden Anlass	103
A			A		

### 14 Wellness, Beauty und Gesundheit: Angebot = A, Gesuch = G

A	Wellnessmassage( Hausbesuch möglich )	131	A	Kopf- Hand- Fuß- Beinmassage mit ayurvedischen Ölen	
A	Haare schneiden	21	A	Autogenes Training	131,141
A	Haare färben (Naturfarben/Henna)		A	Entspannungskurse (PME + AT)	131
A	Shiatsu-massage		A	nichtmedikament. Schmerzbehandlung	170
A	Yoga Einzelunterricht	171	A	Ganzheitliche Gesundheitsberatung	
A	Natur-Kosmetikherstellung	165	A	Kinesiologie und Reiki	
A	Progressive Muskelentspannung	131,141	A	Lerngymnastik für Schüler(Kinesiologie) „So lernt e	38
A	Hausapothekenberatung		A	Osteopatische Behandlung	164
A	Salben- und Tinkturen Herstellung	165	A	Klangmassage	167
A	Cranio-sacral-Triggerpoint und kinesiologischeBel	164	G		

### 15 Freizeit, Sport und Reisen: Angebot = A, Gesuch = G

A	Unterstützung und Informationen fürdie Planung v	74	A	Begleitung auf Bergtouren	165
A	Begleitung beim Radeln, Wandern,Langlaufen und	76	A	Vorlesen für Senioren	103
A	Hilfe bei Reisevorbereitung		A	Reisebegleitung bei Busfahrten	10
A	Naturbegegnung		A	Übernachtungsmöglichkeit in TS	
A	Beratung bei Bergtouren und Klettern	28	A	Reisevorbereitung, Flugbuchung	
A	Zimmer in TS (Lindenstr. vis.a.vis-Angerbauerhof)	123	A		
A	Vorlesen	103			
A	Begleitung bei Reise				

### 16 Büro, Verwaltungs- und Schreivarbeiten: Angebot = A, Gesuch = G

A	Übernahme von und Unterstützungbei Behördens	117	A	Formulierungs- undGestaltungshilfen bei Schriftver	41,109
A	Verschiedene Verwaltungs- undBüroarbeiten	58,109	A	Buchhaltungsarbeiten	58, 169
A	Schreivarbeiten am PC	4, 41,104, 169	A	Visitenkarten (Muster vorhanden)	4
A	Schreivarbeiten		A	Formulierungshilfe bei Schriftverkehr	104
A	Schreiben von Texten mit Inhalts-und Stichwortve	41	A	Serienbriefe – Seriendruck. Anlegender Adressdate	41
A	Aufbau von Tabellen undDateneingabe für dasOffi	41, 169	A	Laminieren von Dokumenten, Dias,Karten, Fotos u	4, 60
A	Ausdrucken und Laminieren vonNamensschildern	60	A	Buchhaltung, Belege ordnen/abheften, Dokumente	169
A	Ausdrucken		A	Erstellung einfacher Flyer	169
A	gute Texte schreiben				

### 17 Computer, PC und Internet: Angebot = A, Gesuch = G

A	PC-Einführung	137	A	Bücher Ankauf und Unterstützungbeim Verkauf via	4
A	Hilfe beim Umgang mit den OfficeProgrammen W	41, 165	A	Geduldige Hilfe bei PC-Problemenaller Art – vor all	137
A	Brennen von Daten (Backup) oderKopieren von C	60,137	A	Unterstützung und Beratung beimKauf, „Flottmach	60
A	Digitalisierung vonMusiksammlungen	60,143	A	Reparatur von PCs	
A	Einfache PC-Arbeiten	74	A	Digitalisierung von Diapositiven	41
A	Einscannen von Dokumenten, Dias,Karten, Fotos	60,41, 169	A	Allgemeine Hilfe bei TV/Elektronik	143
A	Unterstützung beim Verkauf vonDingen im Intern	4,117	A	Bearbeitung von selbst erstelltenFilmen am PC un	137
A	Unterstützung bei PC/Internet-Problemen	43, 88, 137, 143	A	Einarbeitung am PC	
A	Hilfe und Beratung beim Herstellenvon Fotobüche	4,41	A	Handy- / Smartphone Schulung	
A	Computer skill., Word, Excel, PPT				
A	Einführung ins Internet	137			
A	Hilfe bei Computerproblemen allerArt (Hardware,	60	G	Homepage-Erstellung	43

**18 Dies und Das:** Angebot = A, Gesuch = G

A	Fotografieren mit Digitalkamera	4	A	Fotografiere bei verschiedenenAnlässen	4
A	Bildbearbeitung: Hilfe beimAufpeppen verunglück	4	A	Stadtführung in TS für kleinereGruppen	4

**19 (Ver-) leihen, -kaufen und -mieten:** Angbot = A, Gesuch = G

A	Diverse Heimwerkergeräte	117			
A	Transport- bzw. Flugbox für kleinebis mittelgroße	117			
A	Back-Werkzeuge z.B. für Fondant, Spritzbeutel	117	G	Ein Haus zur Miete	100

**20 zu verschenken = A, geschenkt gesucht = G**

	Momentan kein Eintrag.				
--	------------------------	--	--	--	--

**Bitte beachten:**

Die Verwaltung der Traunsteiner Tauschbörse überprüft nicht die Qualifikation der Tauschbörsenteilnehmer für die Ihnen angebotenen Dienste, d.h., Sie tragen selbst die Verantwortung bei der Auswahl der Personen, deren Hilfe Sie in Anspruch nehmen.

**Angebote und Gesuche sind bis einschließlich Mitgliedsnummer 173 berücksichtigt.**

**Angebote und Gesuche Mitgl. 6, 64, 66, 125, 135, 150, 151, 154, 156, 157, 160 gelöscht.**

**Angebote und Gesuche Mitgl. 40, 87, 96, 99, 145, 146, 148, 152, 153, 158, 161, 162, 166 gelöscht.**

**Angebote und Gesuche Mitgl. 44, 63, 78, 80, 138, 163 gelöscht.**

**Angebote und Gesuche Mitgl. 75 gelöscht.**

**Angebote und Gesuche Mitgl. 159, 172 gelöscht.**

Kontakt und weitere Informationen:

Traunsteiner Tauschbörse

traunsteiner-tauschboerse@gmx.de

www.traunsteiner-tauschboerse.de