

Aiblinger Tauschfreunde e.V.

jeder hilft jedem



Marktzeitung

Jahresausgabe Nr. 8 / 2024



Termine für unsere monatlichen Info- und Mitgliedertreffen

Nicht nur Mitglieder, auch Gäste und Interessenten, die sich einen Einblick verschaffen und sich unverbindlich über den Verein informieren wollen, sind herzlich willkommen!
Zu jedem Treffen können die Mitglieder auch Dinge zum Tauschen mitbringen, die gegen Aib-Taler abgegeben oder zum Verschenken angeboten werden.

| | | | |
|-----------------|----------------|----------------|--------------------|
| Termine: | Do. 18.01.2024 | Do. 29.02.2024 | Mi. 20.03.2024 JHV |
| | Do. 18.04.2024 | Do. 16.05.2024 | Do. 27.06.2024 |
| | Do. 18.07.2024 | Do. 26.09.2024 | Do. 24.10.2024 |
| | Do. 21.11.2024 | | |

Die Treffen finden jeweils donnerstags um 19:00 Uhr in den Räumen der Adventgemeinde, Rosenheimer Str. 51, in Bad Aibling statt.

Verschenk-Markt im Gymnasium Bad Aibling, Max-Mannheimer-Str. 2

Sa. 16. März 2024

Sa. 26. Okt. oder Sa. 28. Sept. 2024

Kostenlose Warenabgabe von 10:00 Uhr – 12:00 Uhr

Verschenk-Angebot: von 14:00 Uhr – 16:00 Uhr

Verschenk-Samstage

Unter dem Motto „Verschenken statt wegwerfen“ können alle Bürgerinnen und Bürger aus Bad Aibling und Kolbermoor gut erhaltene und noch intakte Gegenstände, die zu schade zum Wegwerfen sind, kostenlos für alle zur Verfügung stellen.

Jeder, der etwas zu verschenken hat, kann seine Sachen, am besten in einem Karton oder einer Kiste platziert und mit einem Schild auf dem „Zu verschenken“ steht, vor seine Haustüre oder in seiner Einfahrt stellen, sodass sie für Spaziergänger zugänglich sind.

Die Kisten dürfen Gehwege oder Straßen nicht blockieren und es ist darauf zu achten, dass sie nur auf dem eigenen Grundstück und nicht auf öffentlichen Gelände abgestellt werden. Wer größere Gegenstände oder Möbel verschenken will, kann beispielweise mit einem ausgestellten Foto oder Schild darauf aufmerksam machen. Aus Sicherheits- und Haftungsgründen dürfen keine Elektrogeräte verschenkt werden.

Gegenstände, die nicht mitgenommen wurden, müssen nach Ende des Verschenk-Samstages wieder entfernt werden.

| | | | |
|-----------------|----------------|----------------|----------------|
| Termine: | Sa. 18.05.2024 | Sa. 15.06.2024 | Sa. 20.07.2024 |
| | Sa. 17.08.2024 | Sa. 21.09.2024 | |

jeweils von 9:00 Uhr – 19:00 Uhr

Vorstandschafft:



1. Vorsitzende

**Organisation, Aufnahme von Mitgliedern und
Ansprechpartner für Interessenten**

Renate Hermann

Tel. 08061-391 3992

Email: renate@aiblinger-tauschfreunde.de



2. Vorsitzender (Stellvertreter)

Pressemitteilungen / Öffentlichkeitsarbeit

Heinz Benninghoven

Tel. 08061-37903

Email: heinz-inge@aiblinger-tauschfreunde.de



3. Vorsitzender (Stellvertreter)

Organisation, Öffentlichkeitsarbeit / div. Unternehmungen

Franz Baumann

Tel. 08061-938 4925

Email: franz@aiblinger-tauschfreunde.de



Kassier

Margit Menne

Tel. 08031-231 7899

Email: mmenne@gmx.net

Bankverbindung

Volksbank Raiffeisenbank Rosenheim/Chiemsee eG

IBAN: DE55 7116 0000 0002 6049 96

BIC: GENODEF1VRR

Website: info@aiblinger-tauschfreunde.de

Liebe Tauschfreunde!

Wieder einmal geht ein erfolgreiches Jahr für uns zu Ende und wir können eine positive Bilanz ziehen. Genau wie die Sonnenblume wächst und groß und stark wird, hat sich unser Verein im letzten Jahr entwickelt. 23 neue Mitglieder konnten wir begrüßen und zahlreiche Tauschaktivitäten fanden statt. Wir konnten anderen durch unser Mitwirken helfen und auch zum Gelingen von öffentlichen Veranstaltungen der Stadt Bad Aibling, wie z. B. Stadtradeln, Bürgerfest und Ferienprogramm, beitragen und genau wie die Sonnenblume anderen Freude bereiten.

Oft sieht man riesige Sonnenblumenfelder und die Köpfe der Sonnenblumen schauen alle in dieselbe Richtung. Dies ist symbolhaft für unseren Verein und beschreibt ihn sehr treffend. Wir haben ein gutes Gemeinwesen, ziehen an einem Strang, haben die gleichen Ziele, die wir nicht aus den Augen verlieren und helfen zusammen um diese umzusetzen.



Die Sonnenblume erblüht und richtet ihr Gesicht nach der Sonne und so sollen es auch unsere Mitglieder in diesem Jahr halten, sich an Schöнем erfreuen und das Gute immer im Blick haben.

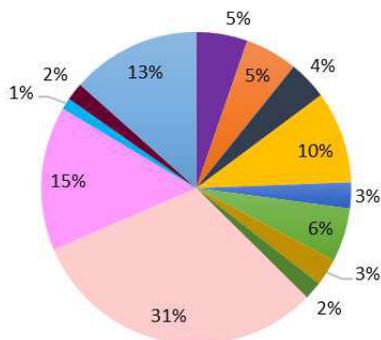
In diesem Sinne freuen wir uns auf ein weiteres erfolgreiches Jahr in unserer lebendigen Gemeinschaft und wünschen allen viele schöne sonnige Ausblicke.

Inge Benninghoven

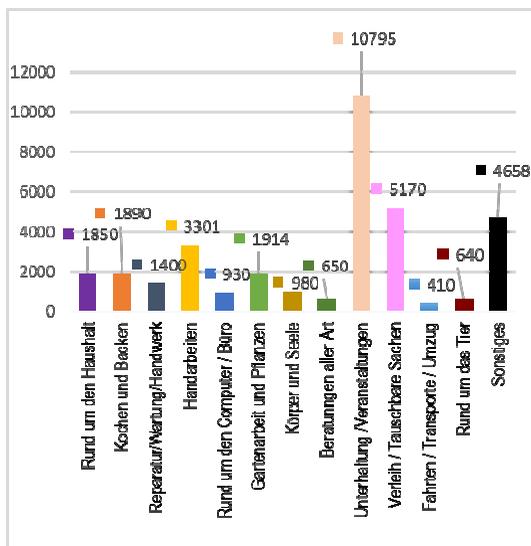


Unsere Aktivitäten im Überblick

| Gruppe | Aib-Taler |
|-----------------------------------|---------------|
| Rund um den Haushalt | 1850 |
| Kochen und Backen | 1890 |
| Reparaturen/Wartung/Handwerk | 1400 |
| Handarbeiten | 3301 |
| Rund um den Computer / Büro | 930 |
| Gartenarbeit und Pflanzen | 1914 |
| Körper und Seele | 980 |
| Beratungen aller Art / Unterricht | 650 |
| Unterhaltung / Veranstaltungen | 10795 |
| Verleih/tauschbare Sachen | 5170 |
| Fahrten/Transport/Umzug | 410 |
| Rund um das Tier | 640 |
| Sonstiges | 4658 |
| | 34.588 |



- Rund um den Haushalt
- Kochen und Backen
- Reparatur/Wartung/Handwerk
- Handarbeiten
- Rund um den Computer / Büro
- Gartenarbeit und Pflanzen
- Körper und Seele
- Beratungen aller Art
- Unterhaltung /Veranstaltungen
- Verleih / Tauschbare Sachen
- Fahrten / Transporte / Umzug
- Rund um das Tier
- Sonstiges



Angebote und Gesuche

| OI Rund um den Haushalt | OI Festvorbereitungen | OI Rund um den Haushalt |
|--|---|--|
| Angebote | Angebote | Gesuche |
| <p>Ordnung-Coach-Ausmisten Ordnung schaffen, sortieren und behalten, was glücklich macht in Wohnung und Garten. Wenn gewünscht Feng-Shui-Beratung Kto. 87</p> <p>Bügeln Kto. 83 Kto. 112 Kto. 164</p> <p>Fenster putzen Kto. 24 Kto. 64</p> <p>Hausarbeit jeglicher Art Kto. 25 Kto. 159 (Fenster etc.) Kto. 164, saugen + aufräumen</p> <p>Aufräumen Kto. 112 Nto. 164</p> <p>Tischdeko Kto. 32</p> <p>Deko für Feste oder fürs Haus (je nach Jahreszeit) Kto. 132</p> | <p>Festvorbereitungen Festlichkeiten, Dekorationen Kto. 03 Kto. 36 Kto. 93 Kto. 113 Kto. 126 Kto. 152</p> <p>Festvorbereitungen Mithilfe bei Festen, Partyservice, Dekorieren, Gestaltung Kto. 25</p> <p>Eindecken und Bedienen Kto. 162</p> <p>Festvorbereitungen/ Warentauschmarkt Kto. 91 Kto. 130 Kto. 137 Kto. 145 Kto. 158</p> <p>Veranstaltung des Vereins Kto. 105</p> | <p>Reinigung der Wohnung Kto. 31 Kto. 38 Kto. 69 Kto. 94</p> <p>Hilfe beim Großreinemachen, Räumen Kto. 54</p> <p>Reinigungs- und Putzhilfe Kto. 69</p> <p>1 x im Monat Putzhilfe/Hausarbeit Kto. 66</p> <p>Fensterputzen Kto. 100 im Frühjahr Kto. 119 Kto. 151</p> <p>Bügeln Kto. 03 Kto. 29 Kto. 94</p> <p>Hausarbeit Kto. 25 Kto. 146 Kto. 159 (Fenster etc.)</p> |

Angebote und Gesuche

| 02 Kochen und Backen | Kochen und Backen | 02 Kochen und Backen |
|---|--|---|
| Angebote | Angebote | Gesuche |
| Kuchen backen Kto. 03 Kto. 04 Kto. 06 Kto. 25 Kto. 61 Kto. 66 Kto. 82 Kto. 93 Kto. 98 Kto. 105 Kto. 116 Kto. 118 (biol. Zutaten, auch m. Vollk.) Kto. 132 (gesund mit Dinkel etc.) Kto. 142 Kto. 147 Kto. 158 (Kuchen und Nachspeisen) | Räuchern von selbstgemachter Wurst und Schinken, Beratung bei der Herstellung eigener Wurst und Schinken Kto. 100 Liköre und Marmeladen Kto. 93 Kto. 118 Obst aus eigenem Garten Fürs Buffet Ich mache fürs Buffet Platten oder Salate Kto. 06 Größere Suppen & Wunderbrot Kto. 161 | Kuchen backen Kto. 30 Kochen und Backen Kto. 159 Selbstgemachte Marmelade, Kuchen/Torten/Brot Kto. 96 Kochen und Backen in Gesellschaft Kto. 166 |
| Kochen Koche im Herbst Hokaido-Kürbissuppe bis 10 Portionen Kto. 83 | Kuchen backen, Salat erstellen, Snacks zubereiten, Kochen und Backen in Gesellschaft Kto. 166 | 03 Soziale Betreuung zu Hause |
| Kuchen backen, Salate herstellen, Tisch decken usw. Kto. 82 Kto. 121 (Kuchen u. Salate) | Koche und backe gerne Kto. 147 | Angebote |
| Kochen und Backen Ist ein absolutes Hobby von mir. Weil ich ja ziemlich weit vom Schuß bin, da ginge evtl. auch Beratung; vlt. auch ein „Kochkurs für allein-stehende Männer“? Kto. 138 | | Babysitten Kto. 78 Kinderbetreuung Kto. 25 (Erzieherin) Kto. 141 Kto. 148 (auch Hausaufgabenbetr.) Betreuung Biete Betreuung zu Hause Kto. 15 |

Angebote und Gesuche

03 Soziale Betreuung zu Hause

Angebote

Seniorenbetreuung

leichte Pflegetätigkeiten, Betreuung alter kranker Menschen, auch Alzheimerpatienten, psychisch kranker Menschen, bin ausgebildete Krankenseelsorgerin, habe die Grundausbildung im Hospizbereich - also auch Trauerbegleitung, gerne auch mal Besuchsdienst für alleinstehende Senioren und Unterstützung pflegender Angehöriger
Kto. 147

Soziale Betreuung

Als frühere Erzieherin, Sozialpädagogin, Familien- und Paartherapeutin (jetzt Rentnerin), kann ich Paare in Einzelfragen und Partnerkrisen beraten und unterstützen. Besonders Probleme mit Kindern im Vorschulalter sind meine Stärke.

- Ich unterstütze aber auch sehr gerne einzelne Menschen jeden Alters in ihren Lebensfragen, um Lösungen aus ihren Krisen zu finden.

Kto. 40

Soziale Betreuung

von Kindern u. älteren Menschen
Kto. 113

03 Soziale Betreuung zu Hause

Angebote

Kinder betreuen über Nacht, zum Spielplatz gehen, vorlesen
Betreuung evtl. bei mir oder auswärts
Kto. 152

Betreuung

von alten und behinderten Menschen (kurzfristig)
Kto. 65

Hilfe und Beratung für Alten- und Krankenpflege

Kto. 143

Alles rund um Pflegeberatung/ Medizinisch-pflegerische Hilfe z.B.

Spritzen, Verbände
Lesen von Arztbriefen
Kto. 160

Spazierfahrt mit Rollstuhl

Kto. 49

Kinderbetreuung stundenweise

Kto. 03

Kto. 23

Kto. 24

Kto. 36

Kto. 48

Kto. 49

Kto. 78

04 Erledigungen / Hilfe

Angebote

Vorlesen für Sehbehinderte und Senioren (auch engl. Texte)
Kto. 107

Vorlesen

- CD Vorträge hören oder
- Buch vorlesen (aus meinem Repertoire) im Park oder Cafe mit anschl. Gespräch
Kto. 146

Gesellschaftsspiele und Vorlesen für Senioren

Kto. 78

Kinder, ältere Personen (leichte Tätigkeiten, evtl. Vorlesen)

Kto. 153

Kaffee trinken, Unterhaltung, spazieren gehen

Kto. 152

Zeit schenken

Kto. 159

Gesuche

Kinderbetreuung und Basteln mit Kindern (2016 und 2018)
Kto. 155

Angebote und Gesuche

| 04 Erledigungen / Hilfe | 04 Erledigungen / Hilfe | 5 Reparaturen/Wartung/ Handwerkliches |
|---|--|---|
| Angebote | Angebote | Angebote |
| Hilfe bei Behördengängen Kto. 35 Kto. 126 Kto. 129 | Fahrten zu Einkäufen oder Ärzten Kto. 49 Kto. 128 Kto. 152 | Möbel aufbauen Mithilfe beim Möbel aufbauen z.B. von IKEA Kto. 19 Kto. 119 |
| Begleitung zum Einkaufen, Arzt.... wenn rollstuhlgerecht, Parken ohne Probleme - Parkausweis vorhanden Kto. 65 | Begleitung bei Arztbesuchen Kto. 145 Kto. 151 | Kleinere Reparaturen an Möbeln und sonstigen Gegenständen Kto. 48 |
| Einkaufen/Besorgungen Kto. 03 Kto. 06 Kto. 26 Kto. 28 Kto. 35 Kto. 42 in München (fahre tägl. nach München) | Einkaufen, Wäsche waschen, Auto waschen, aussagen etc. Kto. 166 | Kleine handwerklich Reparaturen Einstell- und Reparaturarbeiten an Türen und Fenstern, Hilfe bei Möbelmontagen Kto. 107 |
| | 05 Reparaturen/Wartung/ Handwerkliches | Kleine Holzarbeiten Biete Holzzuschnitte und kl. Holzarbeiten Kto. 133 |
| | Angebote | Haushaltsgeräten, wechseln von Batterien bei Quarzuhren (wegen dem dazu notwendigen Werkzeug, kann ich nur bei mir vor Ort reparieren) Kto. 95 |
| | Handwerkliche Unterstützung kleine Reparaturen und helfe beim Malern Kto. 34 - Lampen u. Gardinen auf- bzw. abhängen; - Rep. elektr. Geräte z.B. Bügeleisen, Staubsauger, Haarfön - Schleife das Messer Ihres Rasenmähers Kto. 17 | |

Angebote und Gesuche

| 05 Reparaturen/Wartung/ Handwerkliches | 05 Reparaturen/Wartung/ Handwerkliches | 05 Reparaturen/Wartung/ Handwerkliches |
|--|---|---|
| Angebote | Angebote | Gesuche |
| Reparaturen von Fahrrädern Kto. 70 Kto. 95 | kl. Handwerkliche Tätigkeiten, Kleinreparaturen und Wartung, Möbelaufbau, Kücheneinbaugeräte wechseln Kto. 165 | Kleine handwerkliche Tätigkeiten und allgem. kl. Reparaturen |
| Hausarbeiten (außer Sanitär/Elektro) Ich helfe Ihnen bei Möbel-Kauf-Einbau und Schreiner- / Zimmererarbeiten Kto. 41 | Skiservice (Beläge reparieren u. wachsen, Kanten schleifen) Kto. 167 | Kto. 23 Kto. 25 Kto. 31 Kto. 32 Kto. 36 Kto. 47 Kto. 49 Kto. 64 Kto. 93 Kto. 112 Kto. 113 Kto. 141 Kto. 142 Kto. 145 Kto. 146 Kto. 147 Kto. 152 Kto. 153 Kto. 159 Kto. 162 |
| Handwerkliche Unterstützung, kleine Reparaturen und helfe Ihnen beim Malern Kto. 34 | 05 Reparaturen/Wartung/ Handwerkliches | |
| Kleine Elektro- /Elektronikarbeiten, Skiservice Kto. 139 | Gesuche | |
| Elektrische Installationen, Lampen installieren, Steckdosen reparie- ren, Wechseln von Holztürschlüs- sern o.ä. Kto. 156 | Messer und Scherenschleifen Kto. 96 | |
| | Fahrrad-Reparatur Kto. 05 Kto. 83 Kto. 93 Kto. 118 Kto. 119 Kto. 142 Kto. 147 | Hilfe beim Wohnwagen säubern in Schechen Kto. 55 |

Angebote und Gesuche

| 05 Reparaturen/Wartung/ Handwerkliches | 06 Handarbeiten | 07 Künstlerische Kreativität |
|---|---|---|
| Gesuche | Angebote | Angebote |
| Reparaturen am Fahrrad, Auto (Lack etc.), Service am E-Bike Kto. 165 | Stricke Kto. 15 Socken und Mütze Kto. 47 Socken, Handschuhe und Schal Kto. 122 Socken und Schal Kto. 127 Kto. 135 | Kurse für Aquarell und freie Malerei, Acryl Kto. 117 |
| Kleinreparaturen im und um das Haus Kto. 65 | 06 Handarbeiten | Fotografien Ich erstelle nach Ihrem Auftrag Fotos Kto. 39 |
| Radl-Reparaturen, Autoreifen wechseln, Lampen aufhängen, kl. Rep. in der Wohnung Kto. 147 | Gesuche | Fotobuch erstellen am Computer (Gewe-Programm) Kto. 82 |
| 06 Handarbeiten | Häkelrunde Ich suche eine nette Häkelrunde Kto. 30 | Fotografieren / Laminieren Kto. 23 |
| Angebote | Näharbeiten in den Wintermonaten Kto. 65 | Fotos machen Kto. 159 |
| Stricken/Häkeln/Nähen Ich stricke gerne Socken, nähe Ihre Vorhänge u.a. Kto. 31 nur Näharbeiten Kto. 42 nur Näharbeiten Kto. 105 nur Häkeln und nähen Kto. 140 nur Stricken Kto. 143 Nähen und Stricken Kto. 146 Nähen mit der Maschine (tragbar bzw. mobil) Kto. 160 (Stricken, Häkeln, Basteln) Kto. 166 Häkeln, Stricken, Ausbessern / Reparatur | Kleine Näharbeiten z.B. Hosen kürzen Kto. 116 | Glasgravur Graviere z.B. Namen, Daten oder Motive in Gläser |
| | Hilfe beim Nähen für Anfängerin Kto. 134 | Glückwunschkarten Gestalte Glückwunschkarten (ohne Text) in unterschiedlichen Techniken (Fotos, Collagen, Stempeltechnik) Kto. 116 |
| | Änderungsschneiderarbeiten Kto. 159 | |

Angebote und Gesuche

| 07 Künstlerische Kreativität | 07 Künstlerische Kreativität | 08 Rund um den Computer |
|---|---|---|
| <p>Angebote</p> <p>Kleine Gedichte schreiben (nach gelieferten Stichworten) für Geburtstage und Jubiläen usw. Kto. 78</p> <p>Töpfern und Aquarelle Ich biete kleine Töpfereien und Aquarelle Kto. 14</p> <p>Basteln Ideen austauschen und Gestalten Kto. 64</p> <p>Kreativ-Angebote basteln, z.B. von Transparentpapier Faltsternen, Kränze binden usw. Kto. 65</p> <p>Adventkranz binden etc. und Basteln mit Kindern Kto. 147</p> <p>Filzen und Basteln Kto. 164</p> <p>Musikalische Begleitung (Cajon) Kto. 157</p> <p>Singen Kto. 162</p> <p>Abstrakte Gemälde in Öl Kto. 167</p> | <p>Angebote</p> <p>Kleine Bastelarbeiten Upcycling: Kleine Bastelarbeiten aus Ihrem Recycling- und Naturmaterial (z.B. Sterne, Gestecke, Geschenk- tüten u. ä.) Kto. 78</p> <p>Entrümpeln und neu Gestalten Kto. 132</p> <p>Gesuche</p> <p>Foto Session (Publizitätsfotos als Musikerin Kto. 154</p> <p>Kinder schminken Kto. 168</p> <p>08 Rund um den Computer</p> <p>Angebote</p> <p>Computerhilfe Hilfe am PC oder anderen techn. Geräten</p> <p>Überspielen von MC/VHS auf CD/DVD</p> <p>Bilder- oder Schriftstücke ein- scannen, Fotobearbeitung Kto. 39</p> <p>Softwareinstallation Kto. 155</p> | <p>Angebote</p> <p>PC-Hilfe Einrichten, Installieren, Netzwerk einrichten etc. Kto. 94</p> <p>Einrichten + Einstellen von Telefon, Fernseher, Smartphone Kto. 119</p> <p>Homepage Erstelle und pflege Ihre Homepage Kto. 11</p> <p>Internet Biete Sammelbestellung bei einer Online-Apotheke an. Kto. 03</p> <p>Internet / VHS / DVD / CD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Überspiele VHS auf DVD, Musikkassetten auf CD; - Texte oder Bilder einscannen und bearbeiten; - Ebay: Verkaufe Ihre gut erhaltenen aber nicht mehr gebrauchten Gegenstände im Internet; Kto. 17 |

Angebote und Gesuche

| 08 Rund um den Computer | 08 Rund um den Computer | 09 Büro / Verwaltung |
|---|--|---|
| <p>Angebote</p> <p>Präsentationen Computerhilfe bei Word, Outlook und Powerpoint. Erstelle Präsentationen mit Powerpoint. Briefe und andere Schriftsätze schreiben mit Word. Kto. 78</p> <p>Erstelle Visitenkarten - Beratung und Druck (s/w) Kto. 17</p> <p>Layout, Satz, Druck, Beratung Ich biete Gestaltung von Büchern, Flyer und Broschüren Kto. 38</p> | <p>Gesuche</p> <p>Hilfe beim Computer Kto. 113 Kto. 130 Kto. 138 Kto. 145 Kto. 159</p> <p>Hilfe beim Computer und Telefon Kto. 35 Kto. 55 Kto. 106 Kto. 118 Kto. 147 und Fernseher Kto. 166</p> <p>Erklärung TV (neues Gerät) Kto. 151</p> | <p>Angebote</p> <p>Briefe schreiben Englisch Übersetzung Kto. 04</p> <p>Bürotätigkeiten Artikel schreiben und Umgang mit Word Kto. 79</p> <p>Schreiben am Computer Kto.129 Kto. 157</p> <p>Korrekturlesen Kto. 157</p> |
| <p>08 Rund um den Computer</p> | <p>Fotobuch am PC erstellen Digitalisierungen von Dias Kto. 127</p> | <p>Mithilfe bei der Verwaltung des Vereins Kto. 158</p> |
| <p>Gesuche</p> <p>Computerhilfe Kto. 25 Kto. 41 Kto. 49 Kto. 61 Kto. 64 Kto. 65 Kto. 66 Kto. 83 Kto. 112</p> | <p>Hilfe beim Instagram und Facebook Kto. 143</p> <p>Praktische Hilfe mit Tipps Für ordnen von Adressen, Tabellen auf Smartphone, Laptop Kto. 146</p> | <p>Verkauf über Ebay Kto. 157</p> <p>Schreibarbeiten aller Art Schriftverkehr mit Behörden und ggf. Begleitung Kto. 125</p> |

Angebote und Gesuche

| 10 Unterricht / Musik | 10 Unterricht / Sprachen | 11 Garten und Pflanzen |
|---|--|---|
| <p>Angebote</p> <p>Musikunterricht für Gitarre und Hackbrett Kto. 65</p> <p>Musikunterricht für Klavier, Keyboard, Jazz Kto. 94</p> <p>Gitarrenunterricht (klassische Gitarre, Liederbegleitung) Kto. 154</p> | <p>Gesuche</p> <p>Sprachunterricht Italienisch / Spanisch für Anfänger Kto. 168</p> <p>Sprachpartner für Deutsch, Bayerisch, Russisch, Französisch) Kto. 154</p> <p>Evtl. mit Muttersprachler lernen/üben Englisch, Portugiesisch, Italienisch Kto. 159</p> <p>Spanisch, Französisch Kto. 165</p> <p>Yogaunterricht Kto. 165</p> | <p>Angebote</p> <p>Pflanzen, Obst und Gemüse Kto. 47</p> <p>Gartenkräuter in kleinen Mengen abzugeben Kto. 15</p> <p>Gartenarbeiten Gartenarbeit - jegliche Arbeiten Kto. 25 Kto. 41</p> <p>Gartenarbeiten, Rasen mähen, Sträucher schneiden Kto. 147</p> <p>Gartenhilfe, Balkonbepflanzung Bepflanzung des Eingangstroges Kto. 47</p> <p>Leichte Gartenarbeit und Hilfe beim Pflanzen Kto. 28 Kto. 87 Kto. 96 Kto. 109 auch Balkon, Gießdienst Kto. 123 Kto. 125 Kto. 160</p> |
| <p>10 Unterricht / Sprachen</p> | <p>11 Garten und Pflanzen</p> | <p>Hecke- und Rasen schneiden Kto. 139</p> |
| <p>Gesuche</p> <p>Englisch Konversation Kto. 26</p> <p>Englisch Hilfe beim Englisch lernen Kto. 40</p> <p>Konversation in Italienisch Kto. 125</p> <p>Sprachunterricht Spanisch – Konversation Kto. 136</p> <p>Sprachunterricht Italienisch oder französisch für Anfänger Kto. 66</p> | <p>Angebote</p> <p>Abgabe von: Tomaten- u. Paprikasetzlinge und versch. Ableger Kto. 49</p> <p>Ableger, Kräuter, Stauden im Sommer – Beeren, im Herbst – Obst im Winter – Zweige, Moose Kto. 127</p> | |

Angebote und Gesuche

| II Garten und Pflanzen | II Garten und Pflanzen | II Garten und Pflanzen |
|---|---|---|
| <p>Angebote</p> <p>Strauch- und Baumschnitt, Pflasterarbeiten, Zaunbau, Hilfe im Garten Kto. 149</p> <p>Hecken schneiden Unkraut mit Benzin-Sense Kto. 17</p> <p>Tausche div. Pflanzen Kto. 03 Kto. 109 Kto. 125 Kto. 129</p> <p>Erntehilfe Kto. 168</p> | <p>Gesuche</p> <p>Hecke oder Büsche schneiden Kto. 48</p> <p>Kräuter und Gewürzpflanzen Kto. 165</p> <p>Blumenversorgung Suche während Urlaub Blumen- und Pflanzenversorgung in Wohnung und auf Balkon Kto. 10</p> <p>Hilfe im Garten Kto. 03 Kto. 32 Kto. 48 Kto. 65 Kto. 70 und Pflanzen Kto. 76 Kto. 116 Kto. 122 Kto. 135 Kto. 146 Kto. 153 (Rasen mähen) Kto. 166 (Unkraut jäten)</p> <p>Gartenhilfe allgemeine Gartenhilfe und Beratung Kto. 64</p> <p>Hilfe bei Obsternte Kto. 96</p> | <p>Gesuche</p> <p>Suche frisches Obst- und Gemüse aus eigenem Garten Kto. 03 Kto. 168</p> <p>Hilfe bei Grabpflege Kto. 96</p> <p>Balkonbepflanzung Kto. 161</p> <p>12 Körper und Seele</p> <p>Angebote</p> <p>Motorisch funktionelle Therapie bei rheumatischen Erkrankungen und bei orthopädischen Problemen, insbesondere der Hände, Arme.... Kto. 65</p> <p>Musik - spirituelle Lieder singen Kto. 23</p> <p>Polarity Harmonisierung von Körper und Geist - Lebenshilfe Singen von spirituellen Liedern bei Taufen und Feiern Kto. 24</p> |
| <p>II Garten und Pflanzen</p> | | |
| <p>Gesuche</p> <p>Bäume und Hecken schneiden Hilfe im Garten Kto. 03 Kto. 35 Kto. 54 Kto. 126</p> <p>Obstbaumschnitt Kto. 47</p> <p>Hilfe beim Baumzuschnitt Kto. 159</p> | | |

Angebote und Gesuche

| 12 Körper und Seele | 12 Körper und Seele | 12 Körper und Seele |
|--|---|---|
| <p>Angebote</p> <p>Heilen mit Elektromagnetik, VPL Varente, Planetaren, Shiatsu, Traumata, Blockaden lösen Kto. 56</p> <p>Heilarbeit, Energetische Rückenbehandlung u. Tiefenentspannung Kto. 40</p> <p>Gesundheitsberatung, Ernährung, Heilströmen, Klangmassage Heilkreis, Gebetskreis, Geomantiegruppe Kto. 161</p> <p>Geistheilung, Reconnection Kto. 153</p> <p>Therapeutische Beratung, Lebenskonflikte Kto. 151</p> <p>Energiearbeit Probleme mit Kindern oder in der Familie – Energiesitzungen, Reiki, Zuhören Energiearbeit, Reiki, Statistenrolle bei Aufstellungen, Beratungen in allen Lebenslagen, Bachblütenberatung, Zuhören, Energie aufladen, Bowtech-Behandlung und massieren, Trauerarbeit, Hilfe und Begleitung von Sterbenden und Angehörigen Kto. 54</p> | <p>Angebote</p> <p>Psychologische Beratung Astrologische / mentale Beratung Kto. 76</p> <p>Ich biete an: - Feldenkraisübungen - Beratung zu Orthopädischen Fragen/Beschwerden und - Trainingstherapie (Erstellen eines persönlichen Trainingsplanes) Kto. 29</p> <p>Massagen Biete: Energiemassagen - Bowen-Technik, Akupressur, Fußreflex, Psychologische Betreuung, Lebensberatung, Kto. 23</p> <p>Rücken- /Ganzkörpermassage Biete: - Rücken- und Ganzkörpermassage (auch mobil - bei Ihnen zu Hause) - Klangmassage (tibetische Klangschalen) - Hot-Stone-Massage Kto. 19</p> <p>Massage Rückenmassage – Kto. 69 Mobile Massage – Kto. 168</p> | <p>Angebote</p> <p>Fußpflege / Friseur Fußpflege, Friseur und Kosmetik (wenn ich wieder in Bad Aibling bin) Kto. 13</p> <p>Nageldesign Kto. 139</p> <p>Nageldesign-brauche nur eine Steckdose, Tisch & Stuhl – mit meinem professionell ausgestatteten mobilen Nagelstudio komme ich auch zu dir, verstärke deine Nägel mit Gel und designe nach Wunsch Kto. 167</p> <p>Stressbewältigung durch Achtsamkeit Kto. 139</p> <p>Sterbe- und Lebensbegleitung (christl./örtl. Weisheit) Kto. 41</p> <p>Palliativschwester und Trauerbegleitung bei Krisen – Gespräch Kto. 162</p> <p>Haare schneiden Kto. 66</p> <p>Astrologieberatungen und Astrologie-Seminare -Kto. 35</p> |

Angebote und Gesuche

| 12 Körper und Seele | 12 Körper und Seele | 13 Beratungen aller Art |
|--|--|--|
| <p>Angebote</p> <p>Trauerbegleitung / Gespräche Kto. 55</p> <p>Zuhören ohne Bewertung Kto. 49</p> <p>Stressbewältigung durch Achtsamkeit, Achtsamkeitstraining (zert. Lehrerin) Kto. 167</p> <p>Trauerbegleitung, Begleitung, Zuhören und Gespräche in schwierigen Lebenssituationen Kto. 147</p> | <p>Gesuche</p> <p>Fußpflege, Maniküre, Pediküre und Friseur Kto. 32</p> <p>Fußreflexzonenmassage Kto. 30</p> <p>Kosmetik - Gesichts - Fußpflege Kto. 48</p> <p>Kosmetikartikel Kto. 93</p> <p>Massagen Kto. 34 Kto. 38 Kto. 64</p> | <p>Angebote</p> <p>Beratung über Naturheilkunde/ Gesundheitswesen Kto. 141</p> <p>Bach-Blüten-Beratung und Zusammenstellung individueller Mischungen Kto. 167</p> <p>Bach-Blüten Beratung Kto. 139</p> |
| <p>12 Körper und Seele</p> | | <p>Beratungen in allen Lebenslagen</p> |
| <p>Gesuche</p> <p>Haare schneiden Kto. 26 Kto. 65 Kto. 70 Kto. 83 und Fußpflege</p> <p>Fußpflege und Kosmetik Kto. 31 Kto. 38</p> <p>Fußpflege Kto. 48</p> | <p>Physiotherapeutische Behandlung Kto. 48</p> <p>Haare färben mit Henna Kto. 167</p> <p>Haare schneiden Kto. 168</p> | <p>Bachblütenberatung Kto. 54</p> <p>Beratung rund um die Gesundheit Einsatz von Phytotherapie, Homöopathie, Bachblüten. Ermittlung von Schadstoffen und deren Ausleitung bei Erkrankung Kto. 74</p> <p>Beratung über Ernährung und Gesundheit Kto. 168</p> <p>Beratung bei Krankheit, Gesundheitsfragen, Behinderung und Pflege Kto. 65</p> <p>„Kreativ therapeutische Beratung“ Kto. 76</p> |

Angebote und Gesuche

| 13 Beratungen aller Art | 13 Beratungen aller Art | 13 Beratungen aller Art |
|--|---|---|
| Angebote | Angebote | Angebote |
| <p>Beratung und Begleitung bei von Angehörigen von an Demenz Erkrankten/ Beratung bzgl. Pflege Kto. 164</p> | <p>Kartenlegen, psych. Berater, Pädagogik, Autismus, Seelsorge Kto. 153</p> | <p>Inneneinrichtung, Design, Deko, Beleuchtung, Immobilien, Wohnideen mit Gartengestaltung (Balkon/ Terrasse) Kto. 165</p> |
| <p>Feng-Shui-Beratung für Ordnung und Gestaltung in Haus, Wohnung und Garten. Kto. 87</p> | <p>Infos in sozialhilfrechtlichen Angelegenheiten Infos über rechtliche Betreuung Kto. 125</p> | <p>Bauangelegenheiten Beratung bei Bauangelegenheiten Kto. 25</p> |
| <p>Anti-Aging, gesunder Lebensstil Kto. 126</p> | <p>Beratung zum behindertengerechten/ seniorenerechten Wohnen (Wohnung, Möbel und Hilfsmittel) Kto. 65</p> | <p>Beratung Baurecht Kto. 106</p> |
| <p>Erforschendes Gespräch zur Bewältigung schwieriger Situationen und Erlebnissen („Inquiry“) Kto. 167</p> | <p>Info und Hilfe zur Plattform „Gemeinsam Erleben“ Kto. 165</p> | <p>Beratung zu Börse, Aktien, ETF`s Kto. 165</p> |
| <p>Therapeutische Gespräche -in Lebenskrisen -individuelle Beratung und Bau von Hilfsmitteln für die Alltagsbewältigung Kto. 65</p> | <p>Lernberatung Kto. 76</p> | <p>Beratung / Organisation für span. Jakobsweg Kto. 106</p> |
| <p>Beratung-Hilfe Konfliktlösungen (Familientherapie) Kto. 151</p> | <p>Beratung und Hilfestellung bei Rentenanträgen, Mietsverträgen und Formulare Kto. 145</p> | <p>Beratung bei Reisen, Wandern, „Alpenüberquerung“ Kto. 34</p> |
| <p>Psych. Unterstützung / Zuhören Kto. 166</p> | <p>Beratung bei Weiterbildung und bei Behördengängen Kto. 142</p> | <p>Tipps für Bergwanderungen Kto. 125</p> |

Angebote und Gesuche

13 Beratungen aller Art

Angebote

Beratung - Kochkurs

Ist ein absolutes Hobby von mir. Weil ich ja ziemlich weit vom Schuß bin, da ginge evtl. auch Beratung; vlt. auch ein „Kochkurs für allein-stehende Männer“?
Kto. 138

13 Beratungen aller Art

Gesuche

Beratung

Hilfe bei Steuerangelegenheiten
Kto. 25

Beratung

(z. B. Immobilien)
Kto. 62

14 Spaß und Unterhaltung / Veranstaltungen

Angebote

Musikalische Verschönerung

von Festen
Kto. 65

Sängerin (Covers Englisch, Deutsch, eigene Lieder)

Kto. 154

14 Spaß und Unterhaltung / Veranstaltungen

Angebote

Südamerikanische Tänze / Musik

Kto. 94

Tanzen, Singen und Wandern

Kto. 62

Gemeinsames Spiel mit Musik- Therapeutischen Instrumenten

Kto. 74

Karten- und Brettspiele

Kto. 31

Kto. 112

Schaffkopf / Brett- und Kartenspiele

Kto. 49

Spiele

Kto. 135

Spiele / Wandern

Kto. 41

Kto. 112

Vorlesen und spiele

sehr gerne
Kto. 130

Bayrische Mundartgedichte für alle Gelegenheiten

Kto. 140

14 Spaß und Unterhaltung / Veranstaltungen

Angebote

Veranstaltung und Flohmarkt

Hilfe bei Veranstaltungen und
Flohmarkt

Kto. 03

Kto. 06

Kto. 07

Kto. 28

Kto. 44

Kto. 93

Kto. 132

Kto. 158

Kto. 159

Mithilfe bei Veranstaltungen

Ferienprogramm, Bürgerfest,
Christkindmarkt, Feste etc.

Kto. 03

Kto. 36

Kto. 100

Kto. 148

Kto. 149

Kto. 164

Unterhaltung

Als „Spaß“ könnte ich mir vorstellen, dass ich bei (Benefiz) Veranstaltungen zwischen Musikbeiträgen, eines od. mehrere meiner 571 Gedichte vorlesen könnte.

Sie sind alle lustig, welche sehr nachdenklich. Einfach das Leben nachempfunden.

Ich habe schon viele Hoagascht mitgestaltet.

Kto. 138

Angebote und Gesuche

| 14 Spaß und Unterhaltung / Veranstaltungen | 15 Urlaub / Freizeit | 15 Urlaub / Freizeit |
|---|--|--|
| Angebote | Angebote / Gesuche | Angebote / Gesuche |
| Weihnachtsbasteln Unterstützung beim Weihnachtsbasteln u.ä. Kto. 03 Kto. 30 Kto. 100 Kto. 147 Adventskränze binden | Suche Spielpartner für Gesellschaftsspiel Kto. 126 Spieleabende, Schafkopfen, gemeinsame Outdoor-Aktivitäten Kto. 147 Freizeitgestaltung geführte Spaziergänge mit nach- denklichen Texten, Märchen oder anderen Geschichten, Meditationen Kto. 78 | Wandern und Rad fahren Kto. 70 Kto. 83 Kto. 136 Begleitung bei Spaziergängen Kto. 128 |
| Mithilfe bei Veranstaltungen des Tauschvereins, Spieleabende etc. Kto. 147 | Freizeitgestaltung Wandern und Fahrradfahren (nur am Wochenende möglich) Kto. 28 | Ausflüge / leichte Wanderungen spazieren fahren, nette Kaffeerunde, etc. Kto. 05 Radeln sportlich ambitioniertes Radeln, begleitendes Radeln fürs Stadtradeln (nicht nur...) Kto. 107 |
| 14 Spaß und Unterhaltung / Veranstaltungen | Sportliche Aktivitäten allgemeine sportliche Aktivitäten (auch richtige Bergtouren) Kto. 83 Kto. 147 Schwimmen, Radfahren u. Bergtouren | Kleine und mittlere Radtouren (elektrisch oder auch ohne E.) Kto. 049 Kto. 125 |
| Gesuche | Wanderungen Kleine Wanderungen und geselliger Austausch im Allgemeinen Kto. 023 leichte Wanderungen Kto. 87 Kto. 102 Kto. 122 Kto. 126 | Wandern/Bergtouren Ich suche Wandergefährten für leichte bis mittelschwere Bergtouren Kto. 035 Kto. 128 Kto. 131 leichte Radtouren Aktive Bergwanderer und Radfahrer Kto. 83 Kto. 147 |

Angebote und Gesuche

| 15 Urlaub / Freizeit | 15 Freizeit | 16 Verleih/Tauschbare Sachen |
|--|--|--|
| Angebote / Gesuche | Angebote / Gesuche | Angebote |
| <p>Radfahren, Schwimmen, Thermengang Kto. 150</p> | <p>Brettspiele, Kartenspiele, Gesellschaftsspiel, Mitspielen bei einer Skat-Spielgruppe Kto. 166</p> | <p>-Massageliege Kto. 66</p> <p>-Schallplatten, Gitarre, Pizzaofen, Bücher, Kochbücher, Romane, Lebensweisheiten Kto. 96</p> |
| <p>Nordic-Walking-Begleitung Wanderbegleitung (leicht ohne Steigung) Kto. 100 Kto. 134</p> | <p>16 Verleih/Tauschbare Sachen</p> | <p>Verleihung nach Nachfrage Kto. 61</p> |
| <p>Suche/Biete Begleitung für: kleine Fahrradtouren, kurze Ausflüge, nette Kaffeerunde, Kinobesuche Kto. 05</p> | <p>Angebote / Verleih</p> | <p>Bastel- und Handarbeitsmaterial, Stoffe Kto. 105</p> |
| <p>Globetrotteraustausch Kto. 160</p> | <p>Wichtig: Leihen und Verleihen ist eine Vertrauenssache und erfolgt immer nur im gegenseitigen Einverständnis.</p> <p>Bitte unbedingt vorher mit eurem Tauschpartner klären evtl. für Kautions, Abnutzung sowie evtl. Beschädigung oder Verlust!</p> | <p>Abgabe von Flohmarktsachen Kto. 03 Kto. 05</p> |
| <p>Freizeitgestaltung Spieleabend, Gesellschaft und Unternehmungen Kto. 30</p> | <p>Verleihe: -Fondue mit Zubehör Kto. 126</p> | <p>Bücher für Flohmarkt Kto. 04 Kto. 10</p> |
| <p>Konzert / Theater / Café Ich begleite Sie Kto. 55</p> | <p>-Bücher und div. Gegenstände, -- einfach nachfragen Kto. 03 Kto. 83</p> | <p>Auf Anfrage (Haushalt, Bücher) Kto. 153</p> |
| <p>Urlaub fahren, Gemeinschaftsunternehmungen-Ausflüge Kto. 150</p> | <p>- Fahrrad, Skier u. großen Koffer Kto. 78</p> | <p>Verleih/ Tauschbare Sachen Kto. 159</p> |
| <p>Begleitung bei Spaziergängen Kto. 148</p> | <p>Anhänger Kto. 121</p> | <p>Brettspiele und Puzzle Kto. 166</p> |
| | <p>Auto mit Anhängerkupplung Kto. 161</p> | |

Angebote und Gesuche

| 17 Fahrten u. Transport/Umzug | 17 Fahrten u. Transport/Umzug | 18 Vermietung/Unterbringung |
|--|---|--|
| Angebote | Angebote | Angebote |
| Fahrdienste Kto. 04 Kto. 06 Kto. 35 Kto. 106 Kto. 117 auch Flughafen Kto. 141 im Umkreis v. Aib 30 km Kto. 158 Kto. 159 | Umzüge Hilfe beim Umziehen bzw. beim Einpacken Kto. 17 Kto. 25 Kto. 28 (nur am Wochenende möglich) Kto. 35 Kto. 64 Kto. 158 | Biete Übernachtung Kto. 142 Vermietung/ Unterbringung Kto. 159 |
| Fahrdienste Übernahme kleine Fahrten Kto. 39 Kto. 44 Kto. 47 nur tagsüber Kto. 61 Kto. 65 Kto. 79 Kto. 119 Chauffeur + Transporte | Transporte - 7,5 t an Samstagen bzw. Sonntagen und Mitfahrgelegenheit Mo-Fr. v. Bad Aibling - Loholz - Rosenheim / Aicherpark morgens 7.20 Uhr abends zwischen 18 oder 19 Uhr Kto. 84 | 18 Vermietung/Unterbringung Gesuche Übernachtungsmöglichkeiten Unterbringung gelegentlicher Besuche Kto. 40 Kto. 159 Kto. 168 |
| Fahrdienste nur am Wochenende möglich Kto. 28 Kto. 69 | 17 Fahrten u. Transport/Umzug Gesuche | 19 Haus- u. Wohnungsbetreuung Angebote |
| Fahrten / Mitfahrgelegenheit nach Rosenheim, Ottobrunn - Ikea Kto. 49 | Fahrdienste Kto. 38 Kto. 116 Kto. 159 | Haus- und Wohnungsbetreuung Kto. 06 Kto. 23 Kto. 25 Kto. 26 Kto. 32 Kto. 35 Kto. 39 Kto. 55 Kto. 61 Kto. 64 Kto. 78 |
| Mitfahrgelegenheit Kto. 160 | | |
| Habe ein kleines Auto Kto. 162 | | |

Angebote und Gesuche

20 Rund um das Tier

Gesuche

Hundebetreuung
Kto. 76

21 Sonstiges

Angebot

Gemeinsame Zeit
Unternehmungen
Kto. 102

**Hilfe bei Erstellung von
Bewerbungsunterlagen/
Vorbereit. auf Vorstellungsgespräche**
Kto. 158

**Beratung / Organisation -
spanischer Jakobsweg**
Kto. 106

Psychologische Astrologie
(Therapeutische Astrologie)
Kto. 151

**Aktuelle digitale Magazine, Jour-
nale (Focus, Focus Money, Stiftung
Warentest, Finanztest, Euro am
Sonntag, Feinschmecker, Outdoor
Wandermagazine, etc.**
Kto. 165

21 Sonstiges

Angebot

Aktuelle digitale Musik
von z.B. Top 100 Single Charts,
German Top 100, Galalier und Klassi-
ker der 70er und 80er Jahre etc.
Kto. 165

Zeitungen wie FAZ, NZZ, Ebooks z.B.
Spiegel Best Seller, Fernsehsendun-
gen und Serien von Disney, Netflix,
Magenta TV und Sky und aktuelle
Kinohits wie Riviera, Aquaman-Lost
Kingdom, The Winter King, Napoleon,
Rehrgout-Rendevous, auch aktuell
auf DVD erschienene
Einfach nachfragen, vielleicht habe
ich das passende für Dich
Kto. 165

21 Sonstiges

Gesuche

**Mietwohnung - Hausgeld-
abrechnung (Steuer)**
Kto. 133

Tauschideen

Auto

Auto waschen, Chauffeur, Reifenwechsel, Reparaturen, Transporte

Beratung

Hilfe bei Mietverträgen und Rentenansprüche, Formularen, Anträgen etc, Beratung in Lebensfragen sowie Zeitmanagement, Ernährungsberatung, Wohnungseinrichtung, Länder ...

Computer & Internet & Mediengestaltung

Hilfe/ Beratung für Kauf, Pflege oder Reparatur von Computern, Bildbearbeitung, Grafik, Layout, Einführung ins Internet, Homepage erstellen, Programme lernen/ lehren, CDs/ DVDs brennen, Plakate, Flyer, Postkarten

Fahrrad

Fahrradverleih, Reparatur, Fahrradkurier

Garten & Pflanzen

Blumen gießen, Erntehilfe, Gartenarbeit, Rasen mähen, Umtopfen und Pflanzentausch, Hecken und Bäume schneiden, Verleih von Gartengeräten

Handarbeiten

Anfertigung von Schmuck und Accessoires, Seidenmalerei, Stricken, Siebdruck, Knüpfen usw.

Haushalt

Hilfe im Haushalt, Bügeln, Einkäufe, Besorgungen/ Erledigungen, Fenster putzen, Wäsche waschen, Wohnung hüten (z.B. im Urlaub)

Hausrat/ Möbel

Dekoration, Beratung Inneneinrichtung, Verleih von Buffetausstattung o.ä., Entrümpeln

PC/TV/ HiFi/ Film

PC-Hilfe, Programmieren/ Reparieren, Videos filmen/ schneiden oder überspielen, Fotografieren bei div. Anlässen

Kinder

Kinder- / und Hausaufgabenbetreuung, Kinder zur Kita bringen/ abholen, Musik für Kinderfeste

Tauschideen

Kleidung / Textilien

Änderungen, Näharbeiten, T-Shirt Design, Siebdruck, Entwurf und Erstellung von Kleidungsstücken, Stoffmalerei

Essen & Trinken

Brot und Brötchen backen, Kuchen/ Plätzchen backen, Kochen, Partyservice, Verleih von Koch-/ Backutensilien, gefiltertes Wasser, Obst/ Gemüse aus dem Garten, selbstgemachte Marmelade u.ä.

Körperarbeit & Gesundheit

Gymnastik, Massage, Reiki, Raucherentwöhnung, Tanzimprovisation, Beratung, Yogaunterricht, Krankengymnastikanleitung, Nordic Walking Touren, Trainer
Körperpflege/ Kosmetik
Haare schneiden/ färben, Badewannenbenutzung, Seife/ Shampoo herstellen

Kunst & Kultur

Ausstellungsführungen, Gedichte, Liedtexte, Karten für Veranstaltungen, Malen, Modell stehen, Radiomoderation, Reportagen, Stadtführungen

Literatur

Bücher, Gedichte schreiben, Selber publizieren, Vorlesen

Unternehmungen

Begleitung bei Spaziergängen, Führungen, Vorlesen, Ausflüge, Gespräche

Mithilfe/ Anpacken/ Reparatur

Anschließen von Elektro- / Haushalts-/ Sanitärgeräte, Elektroarbeiten, entrümpeln, Fußboden legen, Handlangerarbeiten, handwerkli.
Kleinreparaturen, Malerarbeiten, Holzbau, Lackarbeiten auf Schildern, Löcher bohren, Möbel reparieren/ zusammenbauen, renovieren, Schlösser wechseln, Umzugshilfe, Zimmermannsarbeiten, aufräumen und reinigen, Fenster streichen, Tapezieren, Entrostungshilfe an Fahrzeugen, Sortierarbeiten, Regale bauen

Musik

CDs / DVD tauschen, Schallplatten, Musikauftritte bei (Kinder) Festen, Unterricht



UMGIB DICH
MIT MENSCHEN,
DIE SICH NACH
SONNENSCHEN
ANFÜHLEN