

# Tauschring-Angebote

Januar 2013

Inhalt /Rubriken

**01 Haushalt**

**02 Kinder u. Erwachsene**

**03 Tiere**

**04 Garten /Pflanzen**

**05 Fahrten / Transporte**

**06 Gesundheit / Körperpflege**

**07 Kochen / Backen / Feste**

**08 Intellektuelle Tätigkeiten/Beratung**

**10 Computerhilfe**

**11 Freizeit / Urlaub / Reisen**

**12 Reparaturen/Wartung/Entrümpelung**

**13 Kunst u. Handwerk**

<b>01 – Haushalt</b>	<b>Mitglieds-Nr.</b>
Erledigung von Einkäufen	51/8/19/17/75/73/83/93
Bügeln allgemein	6/19/57/79
Bügeln von Hemden	4/57/79
Putzen u. Fenster putzen	46/55/57/19/7/100/103
Haushaltshilfe allgemein	7/100/103
Homesitting f. Urlaub mit Blumen gießen u. Briefkasten leeren	27/51/55/57/4
Platz u. Übersicht schaffen, Hausrat ordnen, Überflüssiges aussort.	12
Reinigung wachverschmutzter Gegenstände	88
<b>02 – Kinder u. Erwachsene</b>	
Babybetreuung	46/93
Kreative Kinderbetreuung mit Malen u. Basteln	12
Kinderbetreuung (z.T. im eigenen Haus mit Garten)	31/27/94/97/100/103
Kinderbetreuung (incl. Übernachtung)	22/82/103
Vorlesen für Kinder / Omas / Kranke / Blinde	51/12/25/73/79/82/96
Leihoma	12/100
Seniorenbetreuung (berufsbedingte Erfahrung in Altenpflege)	2
Unterstützung beim Lesen lernen	82/96
Spezielles Sprachtraining für Kinder mit Migrationshintergrund	64
Kasperltheater	82
<b>03 – Tiere</b>	
Heu für Haustiere	18/88
Betreuung für Katzen u. Hunde	21/92/94/82(Katzen)
Hunde ausführen	57
Haustierbetreuung (Kleintiere)	57/19/92/94
Tierarztbesuche erledigen	92
Reitunterricht auf eigenem Pferd im Sinne der klassischen Reitlehre	86
Reitbedarf für Ponies, Satteldecken, Jacken, Reitstiefel, Bücher, etc.	89
im Frühjahr 13 Abgabe von Bienenvolkablegern	68
Beratung zur Schafhaltung	68
<b>04 – Garten / Pflanzen</b>	
Obst nach Saison	68/18/41/77/6/88
Äpfel aus Mutters Garten	64
Salate, Kräuter und Gemüse nach Saison	8/12/88
Gartenbetreuung im Urlaub	27/57/82/104

Blumen gießen im Urlaub	4/57
Rasen mähen, Hecken schneiden, Bäume fällen	15/28/51
Mähen von kleinen u. großen Flächen mit Hand- o. Motorsense, Rasentrimmer, Rasen- o. Balkenmäher u. Mulcher (2,20m Breite)	86
Pflanzen umtopfen, Gartenumgestaltung, Beete anlegen	52/41/51
Hilfe bei Gartenarbeit (Laub, Unkraut, Büsche ausgraben)	28/46/48/49/51/27/73/103
Samen, Stauden u. Ableger von Gartenpflanzen	8/61/93
Kleinere Zimmerpflanzen	93
Grabpflege und Grabgestaltung	52
Kleinere bis mittlere Bäume schneiden	51/70
Bäume fällen und entsorgen	86
<b>05 – Fahrten / Transporte</b>	
Fahrdienst (Einkauf/ Arztbesuch) mit eig. PKW	2/15/28/48/49/57/31/73/102
Fahrdienste, auch größere Strecken	49/17/75/73
Transport v. langen od. schweren Gegenstände mit VW-Bus	48
Haushaltsauflösungen	51/73
Anhänger (ungebremst) 1,10m x 1,70m bzw. 1,00m x 2,00m	82
Transporte mit Anhänger 1,60m x 2,50m (1,60m Höhe)	86
Heben schwerer Lasten mit Frontlader	86
Mitfahrgelegenheit: stad/Cbg. / Lichtenfels / Leipzig	92
<b>06 – Gesundheit / Körperpflege</b>	
Beratung für Kosmetik u. Pflegeprodukte (Aloe Vera)	7
Haare schneiden, vorwiegend Kurzhaarschnitte (Nr.8: alle Längen)	8/18/32
Haare färben mit Pflanzenfarben	52
Kleine Farb- und Stilberatung	102
Schulter-Nacken- sowie Hand- und Fußmassage	18/103
Aromatherapie in Verbindung mit Massagen	8
Bachblütenberatung	8
Massage-, Körper- u. Wundöle, Tinkturen u. Salben aus Kräutern u. Blüten, sowie Blütentee	89
Tibetische Energiemassagen, Ayurvedische Fuß- u. Beinmassagen	102
Massagen: Bindegewebe, Segment, Fußzonen, Energy Distribution	103
Babymassage	18
Entspannungs-/Ganzkörpermassage, Füße, Rücken etc.	12/103
Massage am Bandgerät	27
Prana-Behandlungen (nach Choa Kok Sui)	103
Begleitung u. Beratung im seelischen Bereich, z.B. Eheberatung, Lebenskrisen, Konflikten, Erziehungsberatung, Entscheidungshilfen	51/29/96
Telefonseelsorge	96
Gesellschaft leisten, zuhören	103
Yoga: Gruppen- und Einzelunterricht	71
Beratung "guten Arbeits-, Schlaf- und Lernplatz finden"	70
Strahlenmessung (Gamma, Beta), Elektrosmogmessung	106
Feng-Shui Beratung (incl. Holz-Mobile Nr. 102)	86/102
Reiki	70/103
Reiki, Prama, Kinesiologie	102

Atembehandlungen (nach Middendorf)	79	
Holotropes Atmen	103	NEU
Geführte Meditation	103	NEU
Kinesiologische Körperarbeit	83	
Freies Tanzen	103	
Kartenlegen	102	
Beratung bei Pflege von behinderten u. alten Menschen, besonders Bewegung u. Transfer (Kinästetik = rückschonend für Helfer, sowie angenehm u. selbstbestimmend für den Betreuten)	94	
<b>07 -- Kochen / Backen / Feste</b>		
Kuchen backen (Nr. 2: auch vollwertig)	25/8/21/31/2/27/55/4/75/73	
Torten backen (Nr. 2: individuell u. festlich, auch vollwertig)	8/2/75/73	
Muffins aller Art backen	7/75	
Koch- u. Backservice/für Buffets f. kleinere Feste (max. 12 Pers.)	21	
Italienisch kochen (Antipasti)	31	
Eingekochte Suppen und Gemüse	12	
Suppengrundstock	102	
Salate	25/75	
Kräuterbutter, Käse, Quark	102	
Würzöle, -essig, -salz, -zucker	102	
f. Party beim Bedienen helfen	73/84/103	
f. Party Buffet gestalten	84	
Kochen bei Feiern	84	
Kochen lernen (incl. Planung, Einkauf, Tischgestaltung etc.)	99	
Marmeladen (Zwetschgen, Mirabellen, Apfel m. Pfirsich, Rhabarber-Vanille, Kirsch-Himbeer-Felsenbirne)	55/12/75/102	
Vollkornbrot backen	52/8/12	
Brot / Brötchen (nach Vereinbarung)	90/97/102	
Vegetarisch kochen / indisch kochen	12	
Schottisch / irisich kochen	12	
Thailändische Küche (z.B. Curry, Wan-Tan Bällchen etc.)	75	
Sauerteigbrot backen	68/75	
Vollkornbackkurs (Brötchen, Brezeln drehen, Zöpfe flechten)	52	
Anleitung zur eigenen Käseherstellung	61/68	
Apfelsaft in 5 l und 10 l Packs	68	
Liköre	102/104	
Honig aus eigener Imkerei	68	
Walnüsse	68/86	
Bio-Tee	92	
Obstverarbeitung	104	
<b>08 – Intellektuelle Tätigkeiten / Beratung</b>		
Nachhilfe in Mathematik	51/84	
Lesefertigkeitstraining oder Grundrechenarten (komme ins Haus)	64	
Nachhilfe in Physik	51	
Nachhilfe in Deutsch	31/57/12/79/84	
Nachhilfe in Englisch	57/83/84	

Nachhilfe/Urlaubsvorbereitung in Englisch und/oder Spanisch	57/12	
Nachhilfe in Lernfächern	94/102	
Hausaufgabenhilfe, Nachhilfe auch in Französisch u. Latein	12	
Konversation Englisch	12/57	
Vokabeln abfragen	103	NEU
Nachhilfe Grundschule u. 5./6. Klasse Gymnasium	19/8/12	
Deutschunterricht für Ausländer z. Unterstützung von Sprachkursen	12/79	
Unterstützung bei Lese-Rechtschreibschwäche	99	
Hilfe bei Einbürgerungen von Zugezogenen in Coburg	6/57	
Übersetzungsarbeiten in den Sprachrichtungen E->D, D->E, F->D	12	
Übersetzungsarbeiten in CZ->D	82	
Korrekturlesen und Abtippen von Texten in Englisch	12/57	
Abtippen von Texten	103	NEU
Kleinere EDV-Arbeiten	93	
Kleinere Büroarbeiten	102	
Formulare/Formblätter entwerfen, zweckmäßig u. maßgeschneidert	12	
Räume und Arbeitsbereiche sinnvoll strukturieren und einrichten	12	
Ebay-Verkäufe einstellen (Angebote ins Internet bringen)	12/75	
Flohmarktverkauf	75	
Haushaltsbuch führen mit tabellarischen u. grafischen Auswertungen	12	
Anrufbeantworter besprechen (gute Telefonstimme)	12	
Stadtführungen	57/82	
Stadtrundgang zum Thema Coburger Frauengeschichte	6	
Stadtführungen individuell und in Englisch	57	
Formulierungshilfe bei Geschäfts-, Behörden-, Privatkorrespondenz	2/12/73	
Hilfe bei Erstellung von Bewerbungsunterlagen	12/73/94	
Vorbereitung auf Vorstellungsgespräche	94	
Berichte schreiben (z.B. für Zeitung)	77	
Visitenkarten-, Flyer-, Plakat- und Prospektgestaltung	77/85/86	
Fotos mit digitaler Spiegelreflex-Kamera	86/94	
Reparatur von defekten Büchern (Buchrücken, lose Seiten etc.)	52	
Gedichte verfassen für Festtage	12/31/102	
Programm bei Feierlichkeiten: „Lotte“, Bauchtanz, Hexentrunk	102	
Blockflötenunterricht f. Kinder u. Erwachsene	2	
Klavierunterricht f. Anfänger	58	
Unterricht Block- und Querflöte für Anfänger	83/2	
Musikunterricht f. Anfänger (klassische Instrumente): Klavier, Cello, Kontrabass, Geige, Querflöte, Klarinette, Posaune	58	
Unterricht Gitarre	105	
Beratung bei der Anschaffung von Instrumenten incl. Ausprobieren	58	
Klassischer Gesang bei festlichen Anlässen	79	
Musikalische Umrahmung bei festlichen Anlässen	105	
Porträtmalerei u. Anfertigen von Gemälden	79	
SW u. Farbkopien in guter Qualität, Vergrößerung u. Verkleinerung	12	
Korrekturlesen, Abtippen von Schreibvorlagen/vom Band	55/12/73	
Beratung in Geld- und Bankgeschäften (Gebührenfreies Girokonto /	17	

Tagesgeldkonto mit z. Zt. 3% Zins als Sparbuchersatz / günstige und sinnvolle Reisezahlungsmittel / Vorteile und Risiken von Internet-Bankgeschäften / Kartenzahlung)		
Beratung und Begleitung im wirtschaftlichen und finanziellen Bereich	82	
Lebenshilfe/Beratung in wirtschaftlichen Krisen	82	
<b>10 – Computerhilfe</b>		
Computerhilfe Hard-u. Software / Grundlagenschulung/ Netzwerkschulung / Office-Schulung	65/45/106	
PC– und EDV-Schulung f. Anfänger	65/12/84/104	
PC-Hilfe aller Art, wie Einrichten des PC, Word, Excel u. sonstige Programme, Kaufberatung, Virenprobleme, Daten u. Musik-CD's	65/17/103/106	
Schulung in Excel und Word	84/106	
Einführung ins Internet /Textverarbeitung Windows	51/65/12/31/104	
Einrichtung v. Internet / Netzwerk / DSL-Anschluss	65	
Prepaid-Karten für Handys mit günstigen Tarifen ohne Grundgebühr	17	
Einrichtung einer Homepage (ausschließlich privat!)	65/105	
Beratung Smartphone u. Android	106	
Überspielen von LPs (und MCs) auf CDs	65/ 86	
Überspielen von Videos auf DVDs	65	
<b>11 – Freizeit / Urlaub / Reisen</b>		
Beratung bei Fahrradreisen	18	
2-3 stündige Wanderungen im Landkreis evtl. mit Einkehr	64/103	
Fahrten zu den Bädern Staffelstein, Rodach und Colberg	64	
Fahrten im Privat-PKW zu Konzerten u. sonst. Veranstaltungen	6/99	
Begleitung bei Kino-/Theaterbesuchen od. bei Spaziergängen	99/100/103	
Felsklettern	18	
Schwimmunterricht f. Kinder u. Erwachsene	51	
Skiunterricht	51	
Nordic Walking Unterricht	57/102	
Verleih v. Büchern (Geschichte, Natur, Reisen) u. MERIAN-Heften	12	
Raumangebot 52 qm für Begegnung, Tanz, Meditation, Events, Musik, Kino, Austausch, etc. (Steinbach/W., nur Nichtraucher)	103	NEU
Übernachtungsmöglichkeit für alleinstehende Frauen ab 50	64	
Übernachtungsmöglichkeit f. 2-3 Personen (z.B. bei Sambafestival)	27	
Übernachtungsmöglichkeit max 10 Pers. Nichtraucher (Steinbach/W)	103	NEU
Wohlfühlabend mit Übernachtungsmöglichkeit (s.o., Steinbach/W.)	103	NEU
Gemeinsamer Filmabend (Beamer, Leinwand, nur Nichtraucher)	103	NEU
Bodypainting	103	NEU
<b>12 – Reparaturen, Wartung, Entrümpelung</b>		
Verleih eines Hochdruckreinigers	55	
diverse handwerkliche Tätigkeiten	51/98/103	
Kleine bis mittlere Elektroarbeiten	51/65/70/98	
Hilfe bei tropfenden Wasserhähnen	51/65	
Fahrradreparaturen / Wartung	50/51	
kleine Reparaturen an Elektrogeräten	51	

Maurer-, Schreiner-, Klempner-, Zimmererarbeiten	51/42
Verputzen kleinerer Flächen	52/103
Wände mit Reibputz glätten	28
Verarbeitung von natürlichem Lehmputz	86
Beratung bei Renovierungsarbeiten u. Raumgestaltung, speziell mit Naturmaterialien wie Lehm u. Farbpigmente	86
Laufträder von Motorrädern einspeichen u. zentrieren, Schweißarbeiten, Schlosserarbeiten	50
Mithilfe bei Umzügen	27/28/55/65/16/73
Fliesen legen	12
Stühle reparieren	28/51
Pflastern/Verlegen von Terrassen und Wegen	12
Autoreifen-Wechsel	28
Elektroarbeiten	41/98
Hilfe bei Schwierigkeiten mit Telefonen	65
Holz sägen und spalten	28/86
Sensen dengeln	86
Kleine Schmiedearbeiten	86
<b>13 -- Kunst u. Handwerk</b>	
Selbstgebastelte Glückwunschkarten für alle möglichen Anlässe	12
Ideen u. Hilfe bei Tischdekorationen	12/84
Änderungsarbeiten fachmännisch/ ändern u. ausbessern	43
Näharbeiten jeder Art fachmännisch	49
Einfache Reparaturarbeiten mit der Nähmaschine	64
Schmuck reparieren	46
Gardinen nähen u. ändern, Tischdecken nähen	7/28
Deko-Beratung (Gardinen)	7
Anleitung zur Herstellung von vollbeweglichen Teddys	61
Blumendekorationen, nach Absprache	12
Entwurf u. Gestaltung v. Einladungen, Briefbögen, Visitenkarten, etc.	12
Handfertigung/Zusammenstellung von individuellen Geschenken oder Dekorationen nach Vorgabe oder eigenen Ideen	12
Holzdekorationen anfertigen incl. Anleitungen zur Selbstgestaltung	74
Anleitung zum Korbflechten	74
Raumdekoration (Beratung und Ausführung)	12
Kreative Wandgestaltung in Stencis- oder Kartoffeldrucktechnik	12
Produkte aus Bienenwachs (Kerzen u.a.)	88
Seidentücher u. -schals, Serviettentechnik, Window Color	102
Hilfe bei komplizierten Strickmustern	77
Stricken von Socken u. Fäustlingen	46/83/55
Stricken von Pullovern, Schals, Mützen etc.	83/55
Häkeln, Filethäkeln	83
Färben von Woll- und Seidenstoffen, sowie –garn mit Pflanzenfarben	86
braune Schafwolle zum weiterverarbeiten	68
Anleitung zum Wolle verspinnen mit dem Spinnrad	68