

# Ideen zum Tauschen



Eine Zusammenstellung von  
Tauschideen auf die Frage  
„Was kann ich nur Tauschen?“

## " Was kann ich nur Tauschen? "

<b>1) Haushalt</b>	<b>3</b>
1.1 <a href="#">Einkaufen</a>	3
1.2 <a href="#">Bügeln</a>	4
1.3 <a href="#">Backen</a>	4
1.4 <a href="#">Kochen</a>	4
1.5 <a href="#">Kleidung</a>	4
<b>2) Kinder, Schüler</b>	<b>4</b>
2.1 <a href="#">Kleider / Spielsachen</a>	5
2.2 <a href="#">Nachhilfe / Hausaufgabenbetreuung</a>	5
<b>3) Analoge und digitale Geräte</b>	<b>5</b>
3.1 <a href="#">Video- und DVD Aufnahmen</a>	5
3.2 <a href="#">Fotografieren und Filmen</a>	5
3.3 <a href="#">HiFi -Anwendung</a>	6
<b>4) Computer und EDV</b>	<b>6</b>
4.1 <a href="#">Ebay / Auktionshäuser</a>	6
4.2 <a href="#">Computer, Computerhilfe</a>	6
4.3 <a href="#">Hardware</a>	6
4.4 <a href="#">Video- und DVD Aufnahmen</a>	6
4.5 <a href="#">Anwendung als Bedienungshilfe</a>	6
<b>5) Fotografie, Digitalkameras</b>	<b>7</b>
<b>6) Mobilität, Rund um Fahrzeuge</b>	<b>7</b>
6.1 <a href="#">Boten- und Fahrdienste</a>	7
6.2 <a href="#">Autoreinigung/ -pflege</a>	7
6.3 <a href="#">Fahrgemeinschaften</a>	7
6.4 <a href="#">Fahrräder</a>	7
6.5 <a href="#">Rund um Fahrzeuge</a>	7
6.6 <a href="#">Transporte</a>	7
<b>7) Rund um den Garten</b>	<b>7</b>
<b>8) Haus und Wohnung</b>	<b>8</b>
8.1 <a href="#">8.1 Elektrisches</a>	8
8.2 <a href="#">Fensterputzen</a>	8
8.3 <a href="#">Möbel</a>	8
8.4 <a href="#">Handwerkliches</a>	8
8.5 <a href="#">Hausarbeiten</a>	9
8.6 <a href="#">Renovieren</a>	9
8.7 <a href="#">Reparaturen</a>	9
8.8 <a href="#">Rund ums Haus</a>	9
8.9 <a href="#">Übernachtungen/ Ferienwohnungen</a>	9
8.10 <a href="#">Umzugshilfe</a>	9
8.11 <a href="#">Urlaubsvertretung</a>	9

8.12 <a href="#">Werkzeuge</a> .....	9
<b>9) <a href="#">Haustiere</a> .....</b>	<b>9</b>
<b>10) <a href="#">Lernen und Lehren</a> .....</b>	<b>9</b>
10.1 <a href="#">Ernährung</a> .....	9
10.2 <a href="#">Nachhilfe, Hausaufgaben</a> .....	9
10.3 <a href="#">Alternative Medizin</a> .....	10
10.4 <a href="#">Übersetzungsarbeiten</a> .....	10
10.5 <a href="#">Sprachen</a> .....	10
10.6 <a href="#">Seminare, Kurse, Vorträge</a> .....	10
<b>11) <a href="#">Hobbies, Handarbeiten</a> .....</b>	<b>10</b>
11.1 <a href="#">Näharbeiten</a> .....	10
11.2 <a href="#">Basteln</a> .....	10
11.3 <a href="#">Handarbeiten</a> .....	11
<b>12) <a href="#">Künstlerisches und Kreatives</a> .....</b>	<b>11</b>
12.1 <a href="#">Malen</a> .....	11
12.2 <a href="#">Musik</a> .....	11
12.3 <a href="#">Dekoration</a> .....	11
<b>13) <a href="#">Körper, Geist und Seele</a> .....</b>	<b>11</b>
13.1 <a href="#">Gesundheit und Schönheit</a> .....	11
13.2 <a href="#">Massagen</a> .....	12
13.3 <a href="#">Tanzen</a> .....	12
13.4 <a href="#">Vorlesen</a> .....	12
<b>14) <a href="#">Sport</a> .....</b>	<b>12</b>
14.1 <a href="#">Rad-Touren</a> .....	12
14.2 <a href="#">Sport, sonstiges</a> .....	12
14.3 <a href="#">Walken und Joggen</a> .....	12
14.4 <a href="#">Wandern, Spazieren gehen</a> .....	12
<b>15) <a href="#">Spiel und Spaß</a> .....</b>	<b>12</b>
<b>16) <a href="#">Feste feiern, Party</a> .....</b>	<b>12</b>
<b>17) <a href="#">Hilfe und Beratung in allen Lebenslagen</a> .....</b>	<b>12</b>
<b>18) <a href="#">Hilfsbedürftige</a> .....</b>	<b>13</b>
<b>19) <a href="#">SONSTIGES</a> .....</b>	<b>13</b>
19.1 <a href="#">Kostenloses</a> .....	14
19.2 <a href="#">Verleih</a> .....	14

## **1) [Haushalt](#)**

### **1.1 [Einkaufen](#)**

- Erledige Einkäufe für Sie (auch mit dem Auto)
- Übernehme Lebensmitteleinkauf am Wochenende

### **1.2 [Bügeln](#)**

- Übernehme Bügelarbeiten und Heißmangel

### 1.3 Backen

- Backe leckere Vollwertkuchen und Brote, bereite auch Salate unterschiedlichster Art
- Backe Brot nach Ihren Wünschen (nicht im Automat)
- Ich backe auch Partybrötchen oder Pizza
- Salate in allen Variationen, ob Kraut- Karotten- oder bunter Sommersalat, gehören zu meinem Angebot
- Backen von Kuchen. Linzer Torte u.v.m. evtl. Weihnachtsgebäck
- Backe Brötchen + Baguettes
- Torten backen. Ich backe Ihnen gerne Ihre Wunschtorte zum Geburtstagsfest.

### 1.4 Kochen

- Ich koche aus Ihrem Obst Marmelade ein.
- Der Clou für Ihr Gartenfest: Nach Original-Rezepten aus Mexiko bzw. Spanien frisch zubereitet: Arroz rojo (roten Reis), Frijoles de la olla (Bohnen-Eintopf), Pico de gallo (scharfe Salsa), Guacamole (Avocado- Creme), Sangria (Rotwein-Bowle), Flan de caramell-Pudding). Rechtzeitige Bestellung nötig - wegen Beschaffung der Zutaten, Mengen nach Bedarf, aber mindestens für 5-6 Personen. Berechnung: Zutaten gegen bar, Zeitaufwand in GlemsTalern. Und die Tipps für "stilechte" Präsentation gibt es gratis dazu!
- Selbst gekochte Marmelade Gelees, Chutneys, Obst / Gemüse süß/sauer eingelegt, auch als Geschenk verpackt
- Kochen italienisch, backe auch Kuchen für Ihr nächstes Fest (evtl. Beratung)
- Eingemachtes wie von Oma: Gelees/Marmeladen: Apfel, Quitte, Sauerkirsche, Erdbeer-Rhabarber, Möhren-Zitrone, Hagebutte, Orange-Grapefruit. Pikantes Gemüse; höllisch scharfe Pfefferschoten aus Peru, eingelegt mit Möhren, Knoblauch, Zucchini, Zwiebeln etc. Da ich ausschließlich frische, einheimische Ware verarbeite (Ausnahme Orangen/Zitronen), ist eine frühzeitige und verbindliche Vorbestellung nötig. Dann sind auch Wunschsorten" möglich - meine Rezeptsammlung ist riesig!!! Einfach anrufen.
- Biete / Suche Einkochgläser von Weck
- Kalte Platten-, Buffet evtl. auch warmes Buffet (Hilfestellung bei Hausschlachtung)
- Chocco Crossies als Geschenk oder für sich selbst
- Heimisches Obst zum Selbstpflücken bzw. Aufsammeln
- Salate und kalte Küche für Ihre Feste
- Versch. Kräuteröle/Würzessige. Hübsche Geschenkkörbe mit selbst gemachten Köstlichkeiten
- Sangria nach Original-Rezept aus Spanien
- Buffets erstellen, mache ich gerne für Sie. Ob für 5 oder 50 Personen, man braucht nur die richtigen Ideen
- "Flammkuchen- Fete". Backe Flammkuchen direkt auf Ihrem Fest
- Bienenhonig für 7 GlemsTaler
- Bioobst von Heckengäu-Streuobstwiesen: Kirschen, Zwetschgen, Äpfel, Birnen und Walnüsse, fertig ist der Obstsalat
- Biete Kartoffelsalat schwäbische oder rheinische Art.

### 1.5 Kleidung

- Exklusive Damenmode Gr.38/42 Second-Hand.
- Ledermantel mit Fuchsschwanz schwarz, Gr. 38/40.
- Ich bügle gerne Hemden.
- Kleider, habe Sommersachen und Mäntel Gr. 42 abzugeben.

## 2) Kinder, Schüler

- Betreuung, flexibel auch evtl. über Nacht bei Ihnen oder bei mir, habe Erfahrung als Tagesmutter.
- Ihre Kinder wollen in den Zoo, ins Schwimmbad usw. - ich habe Zeit + Auto. Begleite gerne auch ältere Menschen. Bin flexibel.
- Kinder-Bastelnachmittag ab 5 Jahre
- Hilfe bei Säuglingspflege hauptsächlich für junge Mütter. Betreue Kinder.
- Betreue gerne Ihre Kinder für 1-2 Stunden wenn Sie sie bringen. (Habe einen 5-jährigen Sohn)

- Basteln mit Kindern, Tonarbeiten, Malen, Spiele spielen
- Kinderschminken für Geburtstag oder Fasching, Kostüm-Design
- Ideen für Kinderfeste ohne Ende. Biete organisatorische Hilfe bei Thema, Material, Spiele, Basteln...
- Brauchen Sie für Ihren Kindergeburtstag noch einen Programmpunkt? Komme ins Haus und spiele Kasperletheater (ca. 45 Minuten) nach Vereinbarung
- Nähkurse für Erwachsene und Kinder
- Animation bei Kindergeburtstag, auch Planung und Organisation

### **2.1 Kleider / Spielsachen**

- Kinderbett- neu für Kleinkinder, das mitwächst, 30 GlemsTaler
- Mädchenkleidung 110-140 Markenware
- Ich stricke Babykleidung
- Kinderkleidung sowie eine Schultafel für Kinder

### **2.2 Nachhilfe / Hausaufgabenbetreuung**

- Gehe mit Ihren Kindern auf den Spielplatz oder helfe ihnen bei den Hausaufgaben oder organisiere Kindergeburtstage mit Ihnen (arbeite seit Jahren mit Kindern und habe auch schon als Hausaufgabenhilfe im Kinderhort gearbeitet)
- Lernen für Klassenarbeiten, Nachhilfe, Kinderbetreuung
- Hausaufgabenbetreuung
- Kinderbetreuung bis ca.9 Jahren am späten Nachmittag, abends, sowie an Wochenenden. Kind sollte gebracht werden. In den Ferien auch mehrere Kinder möglich. Pro Woche ca. 1-2 Tage
- Nachhilfe für Grund- und Hauptschüler (aus Erfahrung) Nachhilfe in Englisch, Deutsch für Ausländer
- Nachhilfe Mathe für HS, RS, Gym, Berufskolleg, Berufsfachschule, Technikerlehrgang

## **3) Analoge und digitale Geräte**

- Probleme mit Bedienungsanleitungen, Programmieren von Fernseher und Videorecordern? Ich helfe Ihnen weiter
- Eine Satellitenschüssel mit Receiver zu vergeben
- Informiere über Iphone und iPod
- Beratung zu Spielekonsolen (Wii, Playstation 3 und xbox 360)

### **3.1 Video- und DVD Aufnahmen**

- Anschluss und Inbetriebnahme von Fernseher, Stereo-Anlage etc. Hilfe bei Bedienung und Einrichtung
- Spiele Eure Videos mit zusätzlicher Bearbeitung (Musik, Bildern) auf DVD
- Wandle (analogen) Schallplatten/Kassetten in (digitale) Audiodateien (z.B. WAV oder MP3) um und brenne diese auf CD oder DVD
- Wer kann ein Video für YouTube erstellen?

### **3.2 Fotografieren und Filmen**

- Mit meinem Flachbettscanner und der entsprechenden Software scanne ich alte Fotos und ähnliches ein
- Ich kann Bilder bis zu DIN A4 mit meinem Scanner einscannen, auch gemalte Bilder.
- Biete Digitalfotografie mit Bildbearbeitung am Grafiktablet (Retuschen, Collagen, einfache Werbegrafiken, Glückwunschkarten, etc.).
- Fotoexkursionen. Ich begleite Sie beim Fotografieren, nicht nur Schnappschüsse, sondern auch anspruchsvolle Fotografie (Landschaftsaufnahmen, Architektur u. a.)
- Fotoalben ausgestalten. Exakte und geschmackvolle Ausgestaltung. Sie müssen mir nur Ihre Bilder bringen
- Fotos retuschieren und nachbearbeiten mit Grafiktablet.

### **3.3 HiFi -Anwendung**

- Lautsprecherboxen Teak ohne Technik. (neuwertig).

## **4) Computer und EDV**

### **4.1 Ebay / Auktionshäuser**

- Ebay, ich steigere / versteigere für Sie Ihren Wunschartikel.

### **4.2 Computer, Computerhilfe**

- Anwenderschulung und Beratung für Windows,- MS Office und andere Programme.
- Computer-Hilfe. Einrichten und Umrüsten von PCs. Installation von Programmen. Erste Schritte mit Windows.
- PC-Hilfe, Datenbank MS ACCESS, Adobe Acrobat, Literatur und PC-Programm zum Thema Mindmapping
- Nothilfe PC. Bei Arbeiten mit MS-Word, MS-Excel, bei Installation von Hard- oder Software, bei allgemeinen Problemen
- Recherchen über Bing, Yahoo, Google und Scroogle
- Problemkind Computer. Haben Sie Probleme mit Ihrem Computer, Ihrer Software, dem Betriebssystem? Benötigen Sie Unterstützung? Anschließen/ Einbau von Zubehör? (Win9x, Win 2000, Win XP, Linux, Unix)
- Beratung zum Thema PC-Kauf und Anwendung. Berate Sie gern zu PC Themen, Neukauf, Second-Hand
- Was sind soziale Netzwerke (Facebook, myspace, schülerVZ, studiVZ, Twitter, XING oder wer-kennt-wen.)?
- Um- / Aufrüsten. Was brauche ich wirklich? Welche Software (insbesondere Freeware)? (Win9x, win2000, WinXP, Linux, Unix)
- Beratung zum Thema Internet (Zugang / Sicherheit) Berate Sie gerne zum sicheren und preiswerten Zugang ins Internet. (Modem / ISDN/T-DSL) (Antivir, Browser, Email, Firewall, News, Spyware, etc.) (Win9x,Win 2000, WinXP, Linux, Unix)

### **4.3 Hardware**

- Computer aufrüsten - Brenner, Virenprogramm etc.

### **4.4 Video- und DVD Aufnahmen**

- Übertrage auch VHS-Kassetten auf CD oder DVD

### **4.5 Anwendung als Bedienungshilfe**

- E-Mail und Internet einrichten, Hilfe bei Problemen
- Tabellenkalkulation, Briefe erstellen - Hilfe bei Excel + Word, sowie Hilfe bei selbst gestalteten Visitenkarten
- Überblick "Tabelle" Einnahme + Ausgabe monatlich + jährlich. Geldausgabe im Griff haben
- Im Internet suchen, erledige Internetrecherchen / Internetpreisvergleiche für Sie Fragezeichen weg
- Individuell gestaltete Geburtstagsglückwünsche am Computer, u.a. mit Sinnsprüchen und Grafikelementen.
- Schreibearbeiten am Computer und an der Schreibmaschine
- Ich schreibe Ihre Diplomarbeit oder andere Schriftstücke, wie z.B. Lebenslauf und Bewerbungsschreiben, Geschäfts- und Behördenkorrespondenz, auf dem Computer.
- Musiknoten drucken in Profi-Qualität nach Vorlage oder in Absprache. Ihre Lieblingsmelodie vertonen
- Buchhaltungskenntnisse in Lohn- und Finanzbuchhaltung
- Büroarbeiten, Texte schreiben & redigieren
- Gesprächsleitfaden für Telemarketing für Sie und Ihr Geschäfts-Training

## **5) Fotografie, Digitalkameras**

- Fotoaufnahme, ich komme zu Ihnen und mache Fotos
- Spiegelreflexkamera gegen GlemsTaler
- Fotoexkursionen. Ich begleite Sie beim Fotografieren, nicht nur Schnappschüsse sondern auch anspruchsvolle Fotografie (Landschaftsaufnahmen, Architektur u. a.)

- Fotoalben ausgestalten. Exakte und geschmackvolle Ausgestaltung. Sie müssen mir nur Ihre Bilder bringen.
- Fotos retuschieren und nachbearbeiten mit Grafiktablet

## **6) Mobilität, Rund um Fahrzeuge**

### **6.1 Boten- und Fahrdienste**

- Fahrten in nähere Umgebung (bis Stuttgart, auch Leonberg, Böblingen, Sindelfingen), Stadteinkaufsbummel
- Kurierdienste: Post, Apotheke, Einkaufen usw. Begleitung zum Arzt, evtl.. Telefondienst z.B. Termine ausmachen
- Autofahrten nach Wunsch in der näheren Umgebung mit Fahrer und Auto (Renault Espace mit fünf Sitzplätzen, nicht für Rollstuhlfahrer geeignet). Für den Mitfahrer entstehen lediglich Benzinkosten.
- Fahrdienste mit Traktor am Wochenende
- Mitfahrgelegenheit auf gemütlichem Motorrad (Chopper) . Auch für Anfänger geeignet (zum einmal ausprobieren)
- Begleite Sie zu Veranstaltungen, wo Sie nicht allein hingehen möchten, bin flexibel + interessiert, habe Auto
- Biete Ausflüge mit meinem Oldtimer an

### **6.2 Autoreinigung/ -pflege**

- Übernahme Innenreinigung ihres PKWs

### **6.3 Fahrgemeinschaften**

- Biete öfter Mitfahrgelegenheit nach Berlin

### **6.4 Fahrräder**

- Bringe Ihr Fahrrad wieder in Schuss
- Biete Probefahren auf meinem neuen E-Bike

### **6.5 Rund um Fahrzeuge**

- Bringe Ihr Fahrzeug in die Werkstatt und zum TÜV
- Batterie- und Reifenwechsel
- Verleihe Interface- Kabel + Diagnose- Software für Fahrzeuge des VW- Konzerns
- Biete Hilfe rund ums Auto z.B. Beratung bei Gebrauchtwagenkauf bei Händler oder Privat

### **6.6 Transporte**

- Transporte sperriger Güter oder Maschinen
- Kleintransporte mit PKW- Anhänger

## **7) Rund um den Garten**

- Obstbaum und Sträucher schneiden
- Brauchen Sie Pferdemist als Dünger für Ihren Garten?
- Fälle Ihre Bäume und entsorge auf Wunsch Äste und Holz
- Ihren Rasen könnte ich mit meinem Gerät vertikutieren, mit Entsorgung von Grünzeug mit Anhänger
- Teichpflanzen abzugeben
- Mithilfe bei Gartenpflege, Unkraut jäten
- Hilfe bei der Pflege Ihres Weinstockes an Hauswand oder Spalier
- Grundstückspflege. Übernahme gerne die Pflege und Gestaltung Ihres Gartens bzw. Wochenendgrundstücks. Auf Wunsch auch naturnahe Gestaltung (Einrichtung von Nistgelegenheiten für Igel, Eidechsen, Fledermäuse etc.).
- Mähe Ihre Wiese - mein AS-Mäher freut sich auf Ihr Gras bis 120 cm.
- Leben nach dem Mondkalender
- Schneide Hecken und lockere Boden mit Motorfräse

- Junge Bäume beschneiden auch Sträucher + Rasenflächen anlegen
- Grüngut-Abholung zu Hause und zum Bauhof bringen
- Biete einen 4 Takt Benzinrasenmäher "Kynast AG- Aerostar V48 (Vantage 35) 2,3 KW" für 40 GlemsTaler
- Erledige kleinere Holzfällerarbeiten
- Ich helfe beim Baumfällen oder bei Brennholz im Wald schlagen. Werkzeug ist vorhanden.

## **8) Haus und Wohnung**

- Bemalung von Garagentoren nach Motivvorlage oder streiche Wände.
- Kleine Holzarbeiten, Zuschnitte, Fräsen.
- Arbeiten mit Traktor; zum Bauhof fahren.
- Tupperware "Eiskönig" und Eiswürfler VHB 15 Taler, sowie neues "Frische Kabinett" (für Kühlschrank z. B. Wurst) VHB 10 GlemsTaler
- Ausgefallene Deko- und Einrichtungs-Artikel. Spiegel mit Rahmen aus Montageschaum, Figuren aus Dämmstoff, große und kleine Nanas aus Pappmache, Mosaik-Tische aus Fliesen-Scherben, Seifen in Tierform, Beistelltische (z.B. Kaktus), usw. Alles für Leute mit Spaß an schrägen Ideen! Zu sehen auf diversen Ausstellungen und bei mir. Verkauf auch gegen GlemsTaler. Bin auch gerne behilflich bei Verwirklichung eigener Einfälle! Für Besichtigung oder Zusendung ausführlicher Produktliste bitte anrufen.

### **8.1 8.1 Elektrisches**

- Bin Profi- Gewerbehandwerker in Haustechnik, Heizung, Sanitär und Elektrotechnik

### **8.2 Fensterputzen**

- Hilfe beim Fensterputzen (aber ohne Leiter)

### **8.3 Möbel**

- Möbelstück Antik in Mahagoni sehr gut erhaltener Esszimmertisch, Maße 135 x 70 x 74 hoch, sehr schön und reichlich verziert (Messing) Preis n.V. in Glems-Talern
- IKEA- Möbel - Ich helfe beim Aufbauen
- Hilfe bei Ihrem Umzug und montiere die Möbel
- Biete guten Schreibtisch mit Metallrahmen, Holzplatte und 5 Schubladen gegen GlemsTaler (ca. 50 GT) Bitte rufen Sie mich an.
- Doppelbett von Nolte mit 2 Bettkästen zu vergeben, plus Lattenrost
- Umzug-Logistik Organisiere Ihren Umzug. Denn gutes Timing ist alles!
- Aufpolstern und Beziehen von Stühlen, Eckbänken, Sesseln
- Möbel zusammenbauen, Lackierarbeiten
- Biete moderne Lampe Buche grau mit Seilzug VHB 15 GlemsTaler
- Möbel umräumen
- 1 Bettkasten + 1 Beistellschrank / Buchablage - Bettkasten zu verschenken.

### **8.4 Handwerkliches**

- Übernahme Hilfstätigkeiten rund ums Haus.
- Verrauchte Wohnung? Muss nicht sein. Biete Luftreinigungsgerät. VHB 25 GlemsTaler
- Elektr. Warmhalteplatte mit Thermostat 47x21 cm
- Arbeiten mit Bohrmaschine und Schweißapparat
- Kleine E-Schweißarbeiten oder Schlosserarbeiten
- Der Dreck muss weg. Mit 120 bar Hochdruckreiniger Wände und Böden säubern. 4 GlemsTaler / Std.

### **8.5 Hausarbeiten**

- Entrümpelung von Speicher, Keller usw. mit Abtransport auf die Deponie.
- Hilfe bei Umzug z.B. Einpacken und Aussortieren evtl. Weiterverwendung für Flohmarkt

### **8.6 Renovieren**

- Bodenbeläge entfernen, Untergründe vorbereiten, Verlegung sämtlicher Bodenbeläge, Schleifen von Holzdielen- und Parkettböden, Oberflächenbehandlungen versiegeln, ölen
- Fliesen, Laminatboden, gewischte Wände



- Infos zu Sanierungsmaßnahmen (Kellersanierung, Badsanierung, Dachsanierung)
- Träumen Sie von einer Holzdecke? Ich kann sie montieren
- Tapezierarbeiten, Streichen, Tapeten entfernen, kleinere Verputzarbeiten

### **8.7 Reparaturen**

- Rollladenreparaturen, Türen kürzen und richten

### **8.8 Rund ums Haus**

- Energieberater allgemein. Spezialist für umweltfreundliche energiesparende Öl-, Gas-, oder Holzfeuerung. Überprüfung von Ölbrennern
- Handwerkliche Mithilfe jeglicher Art
- Einrichtungsberatung. Habe mehr Ideen, als ich zuhause je unterbringen kann (bevorzugt: mediterraner Stil). Biete Hilfe bei Ideen-Findung, beim Einkauf, bei notwendigen handwerklichen Arbeiten (Gasbeton-Einbauten, Gardinen/Kissen nähen, gewischte Wände, etc.)

### **8.9 Übernachtungen/ Ferienwohnungen**

- Habe schöne Ferienwohnung gegen GlemsTaler anzubieten

### **8.10 Umzugshilfe**

- Hilfe beim Umzug, Organisation und praktische Hilfe.
- Leihe PKW-Anhänger aus
- 

### **8.11 Urlaubsvertretung**

- Übernehme die Kehrwoche und Briefkastenleerung

### **8.12 Werkzeuge**

- Leihe meinen Hochdruckreiniger (120 bar) aus

## **9) Haustiere**

- Hasen - Krallenschneiden beim Haustier ohne Tierarzt, tiergerecht.
- Gehe mit Ihrem Tier zum Tierarzt.
- Hundehütte für draußen. Aus massivem Holz, mit Styropor, innen Holzverkleidung, Dach mit Teerpappe verkleidet somit Wetterbeständig. Preis ca. 50 GlemsTaler.
- Biete Aquarium mit Fischen (Welse).
- Übernehme Hundebetreuung, mehrere Tage.
- Übernehme ihr Kleintiere, wenn Sie in Urlaub sind.
- 

## **10) Lernen und Lehren**

### **10.1 Ernährung**

- Gebe Kochunterricht (deutsche + italienische Küche)

### **10.2 Nachhilfe, Hausaufgaben**

- Ich gebe Nachhilfe in Englisch Französisch, Latein und Deutsch. Pro Stunde 4 GlemsTaler
- Biete Nachhilfe in Französisch und Spanisch

### **10.3 Alternative Medizin**

- Informiere Sie über Bachblüten

### **10.4 Übersetzungsarbeiten**

- Übersetzungen, Englisch-Deutsch und umgekehrt
- Übersetzungen aus dem Italienischen
- Leichtere Übersetzungen und Hilfe dabei in Kroatisch vielleicht auch Deutsch - Serbisch. Komme ins Haus zu Vorlesungen in beiden Sprachen u.ä.
- Übersetze Englisch und Französisch in Deutsch und umgekehrt.

### 10.5 Sprachen

- Kann Russisch schriftlich und mündlich
- Englisch-Unterricht/Nachhilfe für Erwachsene und Kinder
- Spanisch für Anfänger Deutsch Nachhilfe für Kinder
- Möchten Sie Ihre Englisch-Kenntnisse erweitern oder erneuern? Englisch - mit Spaß in kleinen Gruppen, leicht oder und intensiv. Auch vormittags für Senioren

### 10.6 Seminare, Kurse, Vorträge

- TheaterschauspielerIn gibt Schauspielunterricht zur Vorbereitung für Aufnahmeprüfungen. GlemsTaler nach Vereinbarung
- Vorträge über Zisterzienser römische Architektur, römischer Beton Romantik (Speyer) Gotik Freiburg Straßburg.
- Vorlesen-Seminare halten
- Ich gebe Ihnen Unterricht in Steno und Eilschrift.
- Ich erteile Unterricht in Maschinenschreiben (10-Finger-System blind) und in der Textverarbeitung (Word, WordPerfect).
- Akkordeonunterricht 1. Schule
- Bienenkunde
- Arbeitssicherheit. Gebe zu diesem Thema Schulungen. Interessant für alle Arbeitgeber und Arbeitnehmer
- Vortrag: " Von der Selbstverwirklichung zur Welt-Verantwortung" (ca. 45 Minuten)
- Gitarrenunterricht

## 11) Hobbies, Handarbeiten

### 11.1 Näharbeiten

- Nähen, Änderungen, auch bei Puppen und Teddys
- Alle Näharbeiten, Damenoberbekleidung, Kinderkleidung, Gardinen
- Nähkurse für Erwachsene und Kinder
- Habe Koffernähmaschine Voll-Zick-Zack und Freiarm.
- Näharbeiten und Änderungen auch Anleitung für das Zuschneiden und Nähen bei Ihnen zuhause oder bei mir
- Patchwork / Quilten. Kann Grundbegriffe erklären. Englische Bücher + Schnittmuster zur Ansicht und evtl. zum Verleihen

### 11.2 Basteln

- Scherenschnitte
- Pappmache-Schalen federleicht, dekorativ, aus kaum mehr als Altpapier und Kleister. Form, Bemalung bzw. Oberflächengestaltung nach Ihren Vorstellungen. Auch Einweisung in die Technik
- Kreative Bastelarbeiten mit Tonpapier o. Serviettentechnik, hübsche Verzierungen für Feste, Ausstellungen oder für zu Hause, nach Wunsch oder eigenen Vorschlägen von mir.
- Origami- und Faltarbeiten für Tischschmuck u.a. Bei Herstellung von Postkarten Glückwunschkarten u.ä. mit aufgebrachten Blüten oder Blumen, kann ich Sie anleiten.
- Hardanger-Stickerei Einführung in die Hardangerstickerei. Material muss in EURO bezahlt werden

### 11.3 Handarbeiten

- Stricke warme Wintersocken

## 12) Künstlerisches und Kreatives

- Beratung über Herstellung von Künstlerölfarben
- Mainzelmännchen "Det" gestrickt ca. 20 x 30 cm als Kuschtier oder Deko
- Biete Töpfer- u. Häkelarbeiten.

### 12.1 Malen

- Aquarellmalerei, Blumenarrangements, Kreative Gestaltung.
- Grafikdesign, Mal und Zeichenunterricht
- Aquarell- bzw. Acrylmalerei

### 12.2 Musik

- Gebe Dudelsackunterricht
- Akkordeonmusik für Tanz- Unterhaltung, Familienfeste etc.
- Musik für viele Gelegenheiten, Gesang, Gitarre, Gambe / Fiedel, Keyboard mit verschiedener Besetzung 2-4 stimmig
- Musizieren Klass. Musik. Wer hat Lust, ab und zu zum gemeinsamen Musizieren? (Duo, Trio) Spiele Holzblasinstrumente
- Gitarren-Unterricht klassisch
- Lautsprecherboxen Teak ohne Technik (neuwertig).
- Chor + Theaterstücke
- Gebe Gesangsunterricht nach Bruns, Werbeck- und Svärdström
- Schallplatten im guten Zustand Volksmusik, Klassik
- Klavierunterricht klassisch für Anfänger auch privat. Tanzunterricht und Trommeln u. U.
- Unterricht in Mundharmonika

### 12.3 Dekoration

- Kunstgewerbliche Gegenstände.
- Geschenke herstellen. Serviettentechnik, Windows Color

## 13) Körper, Geist und Seele

### 13.1 Gesundheit und Schönheit

- Ganzheitliche Gesundheitsberatung. Ich berate Sie gerne über Ernährung in der Schwangerschaft, Säuglingsernährung, bei Gewichtsproblemen und Beschwerden unterschiedlichster Art. Halte auch Vorträge in der Schule, Kindergarten, Verein usw.
- Bewusstseinstraining
- Ernährungslehre und funktionelles Krafttraining (Grundkenntnisse und Wirkungsweise) progressive Muskelentspannung mit Kasette und Atementspannung. Gute Kenntnisse über Fachärzte für Orthopädie und Chiropraktiker, Naturheilverfahren
- Einladung zum Raja-Yogakurs für eine Person auf GlemsTalerbasisanteil wenn Sie wollen. Dieser so genannte königliche Yoga kräftigt den Körper und beruhigt den Geist. Fördert die Gesundheit und das Wohlbefinden. Wollen Sie mal zum Schnupperabend kommen?
- Heilfasten aber wie? Ich stehe Ihnen mit Rat und Tat bei.
- Sie wollen sich bei kleinen Beschwerden mit Kräutern selbst helfen, ich sage Ihnen wie.
- Gymnastik zur Vorbeugung von Krankheiten + Stabilisierung
- Verleihe 2 Video-Kassetten Video-Ratgeber für Typ-2- Diabetiker: 1.) Ernährung und Bewegung 2.) Selbstkontrolle und Schutz vor Folgen (beide empfohlen von der Deutschen Diabetikerstiftung).
- Vermittle Kräuterwissen
- Was hält mich gesund? Individuellen Speiseplan erarbeiten. 1 Std. = 4 GlemsTaler
- Ergometer Training. Unser Fahrrad hat noch Kapazität frei. Wir bieten Erfahrung, Rat und Trainingsmöglichkeit.
- Gesichtspflege und Make-up. Ich schminke Sie für besondere Gelegenheiten, Akne-Behandlung, Maniküre.

### 13.2 Massagen

- Klangschaalenmassage nach Peter Hess, Ayurveda-Massage, Gesichts-Massage, HotStone-Massage. Alle
- Anwendungen nach Prinzipien des Ayurveda und Energiepunkte der Chinesischen Medizin
- Biete klassische Fußmassage an

### 13.3 Tanzen

- Jazz- Dance, Street- Jazz für Party Veranstaltungen und Choreografie.

- Orientalischer und asiatischer Tanz.
- Frau tanzt für Frauen Bauchtanz und führt Sie in die Technik ein (Anfänger)

#### **13.4 Vorlesen**

- Gedichte und Kurzgeschichten

### **14) Sport**

- Fitnessstudio-Einführung

#### **14.1 Rad-Touren**

- Biete geführte Radtouren durch den Schwarzwald

#### **14.2 Sport, sonstiges**

- Gebe Tennishilfe für 4 GlemsTaler / Std. oder nach Vereinbarung, Mo oder Die-vormittags ab Sommersaison

#### **14.3 Walken und Joggen**

- Begleitung beim Joggen mit Hund im Stuttgarter Raum
- Sie wollen Geocachen kennen lernen, ein GPS-Gerät leihen oder suchen vor dem Kauf Beratung, dann kann ich Ihnen weiterhelfen.

#### **14.4 Wandern, Spazieren gehen**

- Wanderungen in Pfalz und Schwarzwald; Wanderführer

### **15) Spiel und Spaß**

- Biete Spiele
- Schachtraining für Anfänger und Fortgeschrittene
- Ich spiele Karten mit Ihnen.
- Gerne mache ich mit Ihnen und Ihren Kindern Familienspiele.

### **16) Feste feiern, Party**

- Verleihe Festzelte von 20-200 Personen
- Verleihe Gläser + Geschirr für private Feste
- Biete meine Mithilfe bei Feiern an (Bedienen, Aufräumen etc.)

### **17) Hilfe und Beratung in allen Lebenslagen**

- Beratung bei Problemen von Kleinkindern oder sonstige Gesprächshilfen für in Not geratene Menschen
- Mit Rat und Tat Alleinerziehenden zur Seite stehen
- Umgang mit der Nähmaschine, wofür brauche ich welchen Stich?
- Richtig formulieren, Anträge, Briefe, Widersprüche, Reklamationen, Einladungen, etc.
- Soll Ihre Wohnung behindertengerecht werden? Ich berate Sie.
- Briefe schreiben, Vordrucke ausfüllen, Korrespondenz mit Behörden
- Wollen Sie Grundkenntnisse über die Börse / Aktien kennen lernen?
- Beratungen über Vollmachten, Verfügungen (Betreuungs-Patientenverfügung)
- Farb- u. Typberatung (ganzheitlicher Ansatz) Farbpass
- Trauerbegleitung, Gespräche, Hilfe, Grabpflege
- Bewerbungs- und Vorstellungstraining
- Beratung für Frauen: Selbstbewusst und zufrieden durchs Leben - wie schaffe ich das?
- Sie können nicht kochen? Ich gebe Ihnen gerne Einzelunterricht.
- Vermittlung von Hilfgesprächen bei physisch kranken Menschen, auch bei einer Ersterkrankung (vertrauensvoll und gratis)
- Die richtige Pflege und dekorative Kosmetik für Ihr Gesicht

- Berate Sie bei Organisation + Durchführung von Festen vom Kindergeburtstag bis zur Großveranstaltung
- Vorschläge zum Energiesparen insbesondere bei Heizungen; Reduzieren von Schadstoffen beim Heizbetrieb
- Bewerbung für den Traumjob. Gewusst wie ist das A und O der firmenorientierten Bewerbung. Ich helfe Ihnen gerne.
- Texte entwerfen für Einladungen und Kondolenz.
- Habe großes Wissen über Krebs- Bypassoperation-Selbsthilfegruppe, bin auch eine gute Gesprächspartnerin. Einfach mal reden über alles Mögliche.
- Gewichtskontrolle, Body Shaping
- Langeweile / Frust / Stress in der Partnerschaft und überhaupt? Es gibt Wege zu neuem Schwung und Zufriedenheit!
- Strom - haben Sie den richtigen günstigsten Stromanbieter? Ich helfe Ihnen.
- Meditation und Konflikt Coaching
- Hat Ihr Kind eine Lese- Rechtschreibschwäche? Beratung und Tests
- Beratung bei Anschaffung eines Haustieres und Haltungsproblemen
- Soziale Beratung und praktische Unterstützung bei Behördengängen
- Vortrag: Was sagt die Logotherapie zum Thema: "Arbeit- Sinn- Sucht oder Flucht" (ca. 45 Minuten)
- Nahrungsergänzung? Welche ist für mich die richtige? Was braucht mein Körper? Ich berate Sie speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt!
- Chaos in den Papieren? Ich lege für Sie (oder mit Ihnen) Ordner an!

## **18) Hilfsbedürftige**

- Ich betreue Angehörigen solange Sie beim Friseur, beim Einkaufen oder bei sonstigen Terminen sind.
- Betreuung und Pflege älterer Menschen. Manchmal braucht man als pflegender Angehöriger eine Auszeit. Eins, zwei Stunden helfen schon, um mal etwas nur für sich zu tun.

## **19) SONSTIGES**

- Ich sammle für Sie! Big-Points Prämien beim Tanken. Ich sammle - Sie bekommen Ihre Wunschprämie. Habe auch andere Gutscheine / Rabatt - Coupons die ich nicht brauche, können Sie haben!? Welche? - Fragen Sie nach.
- Biete verschiedene Flohmarktartikel
- Hilfe beim Müll sammeln im Wald
- Biete diverse Bücher -ältere- oder auch andere ausgelesene Hefte mehr oder weniger aktuell - Bild der Wissenschaft- zum Tausch für GlemsTaler
- Haushaltstipps mit über 6700 Ratschlägen und nützliche Informationen. Buchpreis: 15,- Euro (nur für Druckkosten)
- Ich lese Ihnen etwas vor.
- Briefmarkensammlungen zu 25% Katalogpreis abzugeben oder gegen GlemsTaler, z.B. Geschichte Deutschlands 1849 - 1987
- Heimische Pflanzenteile zum Basteln und für Gestecke
- Ich begleite Sie zu kulturellen oder privaten Anlässen + fahre Sie nach Hause.
- 50 nostalgische Plakate in A4-Größe zu tauschen: 20 Plakate=10 GlemsTaler
- Sonntags Einladung zum Tee trinken
- Hilfe für die Erlangung von Boots- und Segelscheinen
- Exkursion Münzenheim, Japan Garten, Gochsheim Schule, Museum, Trockenmauer. "Blühendes Barock Ludwigsburg", Bärenschlössle...

### **19.1 Kostenloses**

- Ein Dreirad- Fahrrad haben wir bekommen zum weiter verschenken. Bitte melden.
- Obst an Selbstpflücker, naturbelassener Baumbestand
- Verschenke Buch über Präsident Obama
- Biete Stadtführung durch Stuttgart

**19.2 Verleih**

- Verleihe diverses Werkzeug für Fliesenarbeiten
- Hochdruckreiniger für 2 Taler / Std.
- Habe 5 Biertischgarnituren
- Bücherverleih

