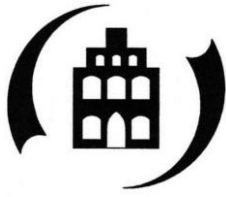


Tauschring Lüneburg



Lüneburger Tauschringzeitung Januar 2025

Themenübersicht :

1. Bauen und Renovieren
2. Beratung (diverse Themen)
3. Computer / Internet / Smartphone
4. Fahrrad
5. Feste / Partys
6. Flohmarkthilfe
7. Garten
8. Gesundheit / Wellness
9. Gruppenangebote
10. Haushalt
11. Haustechnik
12. Haustierversorgung
13. Hobby / Kreatives
14. Kinder
15. Senioren / Behinderte
16. Transporte
17. Umzug
18. Unterrichtshilfe
19. Von Mensch zu Mensch / Sonstiges

1	Bauen/Renovieren	Beratung/Planung	her 05, sig 09
		Hilfe beim Renovieren	Her 05, häli 13, as 24, alo 46, olaf 54, us 70, rü25
		Wände u. Decken streichen	Olaf 54
2	Beratung (Diverses)	Rente, Kranken-, Pflegekasse	Mar 66
		Beratung persönl. Probleme	Han 01 (Mantra dichten), was 21, as 24, bea 43
		Beratung bei Verschuldung	Nor 17
		Briefe an Behörden/Versich.	zw 27, rü 25
		Ernährung/ Brot backen	hil 30, kab 33, bea 43, uw 50
		Erste Hilfe	Häli 13 (Säuglinge/Kinder), kab 33
		Farb-/Stil-/Typberatung	bea 43
		Gartenberatung	bea 43
		Gespräche/Mediation	Gu 31, kab 33, bea 43, ar 49
		Gesundheit	hil 30, bea 43, aj 44 (Messung Handystrahlen)
		Gesetzliche Betreuung	Wolf 8
		Hilfe bei Steuererklärung	As 24 (Elster-Progr.), Mar 66, jb34
		Hörgeräte	jb 34
		Karten legen	Aj 44
		Konfliktberatung	Gu 31 (Krisenintervention)
		Lebenslagenberatung	Nor 17
		Paranormale Geschehnisse	Hcs 36 (Besprechung, Infos)
		Pat.verfügung/Vors.vollmacht	hajo 40
		Pilze suchen	Wolf 8
		Rechtsprobleme, kleine	Hajo 40
		Wechsel von Tarifen (Strom/Gas/Handy/DSL)	Wolf 8, Häli 13, as 24, kab 33
		Wertpapiere	Sth 60
Zugtickets	As 24		
3	Computer/Handy/ Internet/Smartphone	Computer einrichten, einweisen	dm 04, Hel 07, wolf 8, kke 51, mar 66, jb 34
		Computer Grundkenntnisse	Ros 03, sig 09 (word/exel), hel 07, as 24, kke 51, olaf 54 (Tabellen,email), mar 66
		Computer/Internet	Dm 04, hel 07, wolf 8 (wlan einrichten), mar 66
		Computer reparieren	Dm 04 (Hardware), hel 07, wolf 8
		Ebay/Ebay Kleinanzeigen	As 24, olaf 54
		Digitale Pinwand (padlet)	As 24
		Gestaltung am PC	Sig 09 (Zeichnungen)
		Haushaltsbuch am PC	Addy 53
		Handy, Smartphone neu	Han 01, Dm 04, hel 07, wolf 8, mar 66, jb 34
		Internetrecherchen	As 24
		Nutzung einer Cloud	As 24
		Telefon, TV	Dm 04, han 01, hel 07, wolf 8, jb 34
		Videokonferenz Zoom	As 24
		Webseitenprogrammierung	Mar 66
		4	Fahrrad
5	Feste/Partys	Hilfe, zur Hand gehen	Gae 02, ros 03, so15, was 21, as 24, tina 29, hil 30, kab 33, alo 46, uw 50, us 70
		Kochen/Backen	Gae 02, ros 03, sig 09, häli 13, as 24, hil 30, kab 33, pau 42, alo 46, uw 50, jb 34
		Planung / Gestaltung	Sig 09 (z.B. Vorlesegeschichten,persönl. Spiele,Rätsel), was 21, as 24 (to-do-Liste), hcs 36, hajo 40 (Gedicht, Festzeitung, Lied), uw 50
6	Flohmarkthilfe		Cho 16, acb 23, hil 30, aj 44, rü 25
7	Garten	Allgemeine Hilfe, genauerer erfragen	Gae 02, her 05, cho 16, was 21, acb 23, tina 29, kab 33, ed 35, pau 42, bea 43, alo 46, je 52, addy 53, us 70, jb 34, rü 25
		Baum fällen	olaf 54, üldü 61
		Grabpflege	was 21+rü 25 (Zentralfr. u. Reppenst.), ed 35 (Zentralfriedh.), bea 43 (Lüner Friedh.),
		Hecken/Sträucher schneiden,	Wolf 8, rolf 10, häli 13, Sth 60 (auch Weinreben, auch Gartenhäcksler), us 70
		Rasen mähen	Rolf 10, häli 13, Acb 23, bea 43, alo 46, us 70, rü 25

8	Gesundheit / Wellness	Alternative Medizin	hil 30
		Alternative Heilmethoden	olaf 54
		Atemarbeit	Kri 58
		Entspannung	hil 30, hcs 36
		Fußreflexzonenmassage	Hil 30
		Gesundheitsberatung	Hil 30, bea 43 (Neurodermitis), Kri 58
		Homöopathie	Kri 58
		Körper-Psychotherapie	Kri 58
		Massage	Hil 30, kri 58
		Naturkosmetik herstellen	Sth 60 (Deo, Hautcremes, Lippenbalsam, Rasierschaum)
		Phantasiereisen	Was 21
		Progr. .Muskelentspannung	Was 21
		Meditation	hil 30
		Reiki	hil 30, ar 49, üldü 61
9	Gruppenangebote	Acryl/Aquarellmalen	us 70
		Basteln und Nähen	Ros 03, awi 20, addy 53 (Nähkurs)
		Bau- und Möbelstilkunde	Sig 09
		Computerschulung	Kke 51
		Geocache (4 Geräte)	Wolf 8
		Karten-u. Gesellsch.spiele	Was 21, as 24 (Wizard)
		Lachyoga	Hil 30
		Linol-u. Holzdruck	Pau 42
		Nordic Walking	Kab 33
		Planung von Aktivitäten	Kab 33, ast 62
		Radtouren (Planung/Leitung)	Kab 33, Us 70
		Stadtführung Lüneburg	Sig 09, uw 50
		Reiki	Üldü 61
		Töpfern	Rolf 10
		Wandern	tina 29, kab 33, uw 50
		Weinproben	Sth 60
		10	Haushalt
Fenster putzen	As 24, kab 33, aj 44, alo 46, ar 49, olaf 54, rü 25		
Haushaltsauflösung	Cho 16, was 21, acb 23, kab 33, rü 25		
Kochen/Backen	Rolf 10, häli 13, alo 46, uw 50, zw 27		
Selbstproduzierte Lebensmittel	br 22(Brot), cho 16 (Apfelsaft), sth 60 (Milchkefir, Essig)		
Näh-u. Flickarbeiten (Kleidung/Textilien)	Ros 03, awi 20, as 24, aj 44, addy 53, olaf 54 (Reißverschlussreparatur)		
Möbel aufbauen/reparieren	Wolf 8, sig 09, rolf 10, us 70, jb 34		
Möbel rücken/umstellen	As 24, addy 53		
Ordnen/sortieren/ entrümpeln/ausmisten	Sig 09,ann 13, was 21,acb 23,as 24, ed 35, addy 53, olaf 54		
Prakt. Ordnungssysteme	Addy 53		
Pflanzen/Garten im Urlaub gießen/ Haussitting	Gae 02, häli 13, was 21, acb 23,as 24, bra 28, tina 29, bea 43, aj 44, uw 50, je 52, addy 53, ast 62, rü 25		
Putzaktionen	So 15 (Autoinnenreinigung), tina 29, hil 30, ed 35, alo 46, addy 53, rü 25		
11	Haustechnik		
		Elektroarbeiten	Dm 04 (fachgerecht), wolf 8, häli 13, hala 18
		Holzarbeiten	Her 05, rolf 10, kab 33, olaf 54, üldü 61, us 70
		Kleine Montagen (z.B. Bohren, Dübeln)	Her 05, Hel 07, wolf 8, rolf 10, häli 13, hala 18, kab 33, hajo 40, alo 46, olaf 54, üldü 61, us 70
		Marderalarm	Hala 18
		Schweißarbeiten	Rolf 10, Hala 18
		Verleih	Olaf 54 (diverse Werkzeuge)
12	Haustierversorgung	Hüten/Versorgen	was 21(keine Hunde), as 24, bra 28, tina 29, je 52, ast 62 (Kleintiere), jb 34
		Hund in Pflege nehmen	Bra 28, je 52

13	Hobby/ Kreatives	Basteln, Handarbeiten	Ros 03, sig 09, awi 20 (auch Kunststopfen), as 24 (Adventskalender, Grußkarten)
		Fotografieren	Gae 02 (Auftragsfotos/Bildbearbeitung/-retusche), kab 33, us 70 (Bildbearbeitung/-retusche)
		Grafikdesign	Sig 09
		Kunsthandwerk	Gu 31
		Naturkosmetik herstellen	Sth 60 (Deo, Gesichtscreme, Körperlotion, Lippenpflegestift)
		Patchwork	Awi 20, je 52
		Produktion eigener MusikCD	Ros 03, Uldü 61
		Stricken/Häkeln	Ros 03, häli 13
		Verfassen persönl. Rede/ Geschichte/Brief/Gedicht	Sig 09 (z.B. Geburtstag/Jubiläum), was 21(Trauerrede), hcs 36, hajo 40
14	Kinder	Baby-/Kindersitting	acb 23, hil 30, olaf 54, ast 62, jb 34,uw 50
		Beratung rund ums Kind	Bea 43, olaf 54, üldü 61
		Kindergeburtstag /Hilfe	Hil 30, uw 50
		Nachhilfe/ Hausaufgabenbetreuung	Ros 03 (Sprachen), häli 13 (Bio), acb 23 (Mathe), hil 30, gu 31(dtsch./engl.), ar 49 (dtsch/frz.), kke 51 (Mathe/Physik), kri 58 (Engl./Mathe), mar 66 (engl./frz.), uw 50 (dtsch./eng.l/frz.)
15	Senioren/Behinderte	Betreuung	Ruk 06, br 22, acb 23, hil 30, kab 33, ast 62
16	Transporte	Autoverleih (Bedingungen !)	Cho 16, hcs 36, bea 43, üldü 61 (Anhängerverleih)
		Fahrdienste	Br 22,Tina 29, hil 30, kab 33,bea 43, ar 49, uw 50, kri 58, us 70, jb34
		Kurierdienst per Fahrrad	acb 23, bea 43, sth 60, olaf 54 (Lastenrad,auch Verleih)
		Rollstuhl, faltbar - Verleih	Sth 60
		Transport mit PKW	Wolf 8 (Minivan), tina 29, hil 30, kab 33 (Großraum-PKW), hajo 40, bea 43, kri 58, üldü 61(Anhänger), ast 62, us 70
17	Umzug	Ein-u. auspacken/ Ausmisten/ Tragen	Her 05, ruk 06, wolf 8, cho 16, was 21, acb 23, as 24, bra 28, hil 30, kab 33, ed 35, jb 34
		Gestalten/Planen	as 24
18	Unterrichtshilfe	Computerschreibprogramm	Sig 09, as 24 (word, 10-Finger-Tastschreiben)
		Gesundheit/Ernährung	Häli 13
		Skat	Hel 07
		Sprachen	Ros 03 (engl.,franz.,span.), olaf 54 (engl.), mar 66(engl./frz.)
19	Von Mensch zu Mensch / Sonstiges		
		Anteilnahme in Krisenzeit	Was 21, acb 23, hil 30, bea 43
		Begleitung zum Arzt	Was 21, br 22, acb 23, bra 28, kab 33, ast 62, rü 25
		Begleitung zur Behörde und Hilfe bei Formularen	was 21, acb 23, hil 30, kab 33, hajo 40, ast 62,zw 27, rü 25
		Begleitung bei Reise/ Kultur/ Kneipe / Theater	Ros 03, cho 16, hil 30, bea 43, aj 44, kab 33, alo 46 (HVV-Karte 2 Pers.), ast 62, us 70
		Brief formulieren/ schreiben	was 21, gu 31, zw 27(Behörden/Vers.), bea 43, ar 49, uw 50 (auch engl/frz.)
		Einkaufsberatung	Wolf 8(Handy/Tablet/Notebook), uw 50, sth 60 (Wein)
		Einkaufen im Notfall	Gae 02, ruk 06, acb 23, bra 28, bea 43, uw 50, zw 27, rü 25
		Krankenbesuch, -hilfe	Ruk 06, acb 23, hil 30, kab 33, bea 43, kri 58, ast 62, rü 25
		Papierkram abarbeiten	Was 21, kab 33, Olaf 54, rü 25
		Produkte aus Gewinnen	Aj 44
		Recherchen	As 24
		Texte aller Art	Gu 31 (Ghostwriting, Biographien)
		Texte verfassen/layouts	Gu 31
		Übernachtungsmöglichkeit	Was 21, bea 43, ar 49, kri 58, ast 62
		Umsetzung von Ideen	As 24
		Vorlesen	Ros 03, acb 23,hil 30,bea 43, ar 49, uw 50