

## Lüneburger Tauschringzeitung

### 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
20. Warentausch

<b>1</b>	<b>Bauen / Renovieren</b>		<b>3</b>	Internetseiten	Rd 55 (Joomla & Yootherme)
	Beratung/Planung	her 05, sig 09		Internetrecherchen	As 24, es 14
	Hilfe beim Renovieren	Her 05, häli 13, as 24, aolaf 54, us 70, rü25, rike 11 (Holz), ik 17		Nutzung einer Cloud	As 24
	Wände u. Decken streichen	Olaf 54		Telefon, TV	han 01, hel 07, wolf 8, jb 34
<b>2</b>	<b>Beratung (Diverses)</b>			Videokonferenz Zoom	As 24
	Kranken-, Pflegekasse	Mar 66, rf 04	<b>4</b>	<b>Fahrrad</b>	
	Beratung persönl. Probleme	bea 43, Han 01 (Mantra dichten), rf 04, was 21,		reparieren	Häli 13, wolf 8 (+ Moped /Auto), olaf 54, us 70
	Ernährung/ Brot backen	hil 30, kab 33, bea 43, uw 50	<b>5</b>	<b>Feste / Partys/ Veranstaltungen</b>	
	Erste Hilfe	Häli 13 (Säuglinge/Kinder), kab 33		Hilfe, zur Hand gehen	Gae 02, ros 03, was 21, as 24, tina 29, hil 30, kab 33, alo 46, uw 50, us 70
	Farb-/Stil-/Typberatung	bea 43		Kochen/Backen	Gae 02, ros 03, sig 09, häli 13, as 24, hil 30, kab 33, pau 42, alo 46, uw 50, jb 34
	Gartenberatung	bea 43, sbr 19		Planung / Gestaltung	Sig 09 (z.B. Vorlesegeschichten,persönl. Spiele, Rätsel), was 21, as 24 (to-do-Liste), hcs 36, uw 50, sbr 19
	Gespräche/Mediation	Gu 31, kab 33, bea 43, ar 49, sbr 19	<b>6</b>	<b>Flohmarkthilfe</b>	
	Gesundheit	hil 30, bea 43, aj 44 (Messung Handystrahlen)		Flohmarkthilfe	Alo 46, hil 30, aj 44, rü 25
	Gesetzliche Betreuung	Wolf 8	<b>7</b>	<b>Garten</b>	
	Hilfe bei Behördenangelegenheiten /Versicherungen	zw 27, rü 25, rf 04 (Anträge, Widersprüche im Gesundheitswesen)		Abgabe von Pflanzen / Obst	Sbr 19 (Beerensträucher, Rosen, Stauden, Blumenzwiebeln, div. Obst)
	Hilfe bei Steuererklär.	As 24 (Elster-Progr.), jb34		Allgemeine Hilfe, genaueres erfragen	Gae 02, her 05, was 21, tina 29, kab 33, pau 42, bea 43, je 52, us 70, jb 34, rü 25, sh 26, rike 11, ik 17,
	Hörgeräte	jb 34		Baum fällen	olaf 54
	Karten legen	Aj 44		Grabpflege	was 21+rü 25 (Zentralfr. u. Reppenst.), bea 43 (Lüner Friedh.),
	Katzenberatung	ik 17 (Probleme mit Katzen)		Hecken/Sträucher schneiden, häckseln	Wolf 8, rolf 10, häli 13, Sth 60 (auch Weinreben, auch Gartenhäcksler), us 70
	Konfliktberatung	Gu 31 (Krisenintervention)		Rasen mähen	Rolf 10, häli 13, bea 43, alo 46, us 70, rü 25, sh 26
	Paranormale Geschehnisse	Hcs 36 (Besprechung, Infos)	<b>8</b>	<b>Gesundheit / Wellness</b>	
	Pilze suchen	Wolf 8		Alternative Medizin	hil 30
	Schwerbehindertenrecht, Sozialversicher.	Rf 04		Alternative Heilmethoden	olaf 54
	Tarif wechseln (DSL, Strom/Gas/Handy)	Wolf 8, Häli 13, as 24, kab 33		Atemarbeit	Kri 58
	Wertpapiere	Sth 60		Beinwell-Öl	Sbr 19 – eigene Herstellung
	Zugtickets	As 24		Entspannung	hil 30, hcs 36
<b>3</b>	<b>Computer / Internet / Smartphone</b>			Fußreflexzonen-massage	Hil 30
	Computer einrichten, einweisen	Hel 07, wolf 8, kke 51, mar 66, jb 34		Gesundheitsberatung	Hil 30, bea 43 (Neurodermitis), Kri 58
	Computer Grundkenntnisse	Ros 03, sig 09 (word/exel), hel 07, as 24, kke 51, ik 17 olaf 54 (Tabellen,email), mar 66		Homöopathie	Kri 58
	Computer/Internet	hel 07, wolf 8 (wlan einrichten), mar 66, ik 17		Körper-Psychotherapie	Kri 58
	Computer reparieren	hel 07, wolf 8		Massage	Hil 30, kri 58
	Ebay/Ebay Kleinanzeigen	As 24, (Kleinanzeigen), olaf 54		Naturkosmetik	Sth 60 (Deo, Hautcremes, Lippenbalsam, Körperlotion)
	Digitale Pinwand	As 24 (padlet, Edumap, TaskGard)		herstellen	
	Gestaltung am PC	Sig 09 (Zeichnungen) ik 17 (Fotobuch)		Meditation	hil 30
...	Handy, Smartphone neu	Han 01, hel 07, wolf 8, mar 66, jb 34, ik 17,		Reiki	hil 30, ar 49
			<b>9</b>	<b>Gruppenangebote</b>	
				...	Acryl/Aquarellmalen us 70

<b>9</b>	Basteln und Nähen	Ros 03, awi 20	<b>12</b>	Katzenversorgung	as 24, jb 34, ik 17, je 52 ( nur Deutsch- /Wend.Evern), Tina 29
	Bau- und Möbelstilkunde	Sig 09	<b>13</b>	<b>Hobby/ Kreatives</b>	
	Computerschulung	Kke 51		Basteln, Handarbeiten	Ros 03, sig 09, awi 20 (auch Kunststopfen), as 24 (Adventskalender, Grußkarten)
	Gastgeberin (Brunch / Kaffee+Kuchen)	Sbr 19 (bis 6 Pers. in schönem Garten auf dem Land)		Fotografieren	Gae 02 (Auftragsfotos/ Bildbearbeit.-/retusche), kab 33, us 70 (Bildbearbeit.-/retusche)
	Geocache ( 4 Geräte)	Wolf 8		Goldschmiedekurse	rd 55 (trad. Goldschmieden & Art Clay Schmuckgestaltung
	Lachyoga	Hil 30		Grafikdesign	Sig 09
	Linol-u. Holzdruck	Pau 42		Kunsthandwerk	Gu 31
	Nordic Walking	Kab 33		Naturkosmetik herstellen	Sth 60 (Deo, Gesichtscreme, Körperlotion, Lippenpflegestift)
	Planung von Aktivitäten	Kab 33, ast 62, sbr 19		Patchwork	Awi 20, je 52
	Radtouren (Planung/Leitung)	Kab 33, Us 70, ik 17		Produktion eigener MusikCD	Ros 03,
	Stadtführung Lüneburg	Sig 09, uw 50		Stricken/Häkeln	Ros 03, häli 13
	Töpfern	Rolf 10		Verfassen von Rede/ Geschichte/ Brief / Texte / Gedicht	Sig 09 (Geburtstag/ Jubiläum), hcs 36, sbr 19 (auch Korrekturlesen)
	Wandern	tina 29, kab 33, uw 50, ik 17 (Planung Organisation)		Zeichnungen/ Illustrationen	rike 11 (kleinformatig)
	Weinproben	Sth 60	<b>14</b>	<b>Kinder</b>	
<b>10</b>	<b>Haushalt</b>			Baby-/Kindersitting	hil 30, olaf 54, ast 62, jb 34, uw 50, sh 26
	Bügeln	bra 28, kab 33, uw 50		Beratung rund ums Kind	Bea 43, olaf 54,
	Fenster putzen	As 24, kab 33, aj 44, ar 49, olaf 54, rü 25, ph 23		Kindergeburtstag /Hilfe	Hil 30, uw 50
	Haushaltsauflösung	kab 33, rü 25		Nachhilfe/ Hausaufgaben-betreuung	Ros 03 (Sprachen), häli 13 (Bio), (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.)
	Kochen/Backen	Rolf 10, häli 13, alo 46, uw 50, zw 27, sh 26	<b>15</b>	<b>Senioren/Behinderte</b>	
	Selbstproduzierte Lebensmittel	br 22(Brot), sth 60 (Milchkefir, Essig)		Betreuung	Ruk 06, br 22, hil 30, kab 33, ast 62
	Näh-u. Flickarbeiten (Kleidung/Textilien)	Ros 03, awi 20, as 24, aj 44, olaf 54 (Reißverschlussreparatur)	<b>16</b>	<b>Transporte</b>	
	Möbel aufbauen/reparieren	Wolf 8, sig 09, rolf 10, us 70, jb 34, ik 17		Autoverleih (Bedingungen !)	hcs 36, bea 43, rf 04 (Anhänger)
	Möbel rücken/umstellen	As 24		Fahrdienste	Br 22, Tina 29, hil 30, kab 33, bea 43, ar 49, uw 50, kri 58, us 70, jb 34, ph 23
	Ordnen/sortieren/ entrümpeln/ausmisten	Sig 09, as 24, olaf 54		Kurierdienst per Fahrrad	bea 43, sth 60, olaf 54 (Lastenrad, auch Verleih)
	Pflanzen/Garten im Urlaub gießen/ Haussitting	Gae 02, häli 13, as 24, bra 28, tina 29, bea 43, aj 44, uw 50, je 52, ast 62, rü 25		Rollstuhl, faltbar	Sth 60 (Verleih)
	Putzaktionen	tina 29, hil 30, rü 25, rike 11, ph 23,		Transport mit PKW	Wolf 8 (Minivan), tina 29, hil 30, kab 33 (Großraum-PKW), ik 17, bea 43, kri 58, ast 62, us 70, rf 04 (mit Anhänger)
<b>11</b>	<b>Haustechnik</b>		<b>17</b>	<b>Umzug</b>	
	Diverse Reparaturen - genaues erfragen	Wolf 8, rolf 10, häli 13		Ein-u. auspacken/ Ausmisten/ Tragen	Her 05, ruk 06, wolf 8, as 24, bra 28, hil 30, kab 33, jb 34
	Elektroarbeiten	wolf 8, häli 13, hala 18		Gestalten/Planen	as 24
	Holzarbeiten	Her 05, rolf 10, kab 33, olaf 54, us 70			
	Kleine Montagen (z.B. Bohren, Dübeln)	Her 05, Hel 07, wolf 8, rolf 10, häli 13, hala 18, kab 33, olaf 54, us 70			
	Marderalarm	Hala 18			
	Schweißarbeiten	Rolf 10, Hala 18			
	Verleih	Olaf 54 (diverse Werkzeuge)			
<b>12</b>	<b>Haustierzversorgung</b>				
	Hüten/Versorgen	as 24, bra 28, sh 26, tina 29, je 52, jb 34, ik 17			
...	Hund in Pflege nehmen	Bra 28, je 52			

<b>18</b>	<b>Unterrichtshilfe</b>	
	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+sh 26 (engl./frz.) sh 26 (deutsch)
<b>19</b>	<b>Von Mensch zu Mensch / Sonstiges</b>	
	Anteilnahme, Hilfe und Unterstützung in Lebenskrisen	bea 43, hil 30, rf 04
	Begleitung zum Arzt	Alo 46, br 22, bra 28, kab 33, ast 62, rü 25
	Begleitung zur Behörde und Hilfe bei Formularen	hil 30, kab 33, ast 62,zw 27, rü 25
	Begleitung bei Reise/ Kultur/ Kneipe / Theater	Ros 03, hil 30, bea 43, aj 44, kab 33, alo 46 (HVV-Karte 2 Pers.), ast 62, us 70, ph 23
	Brief formulieren/ schreiben	gu 31, zw 27(Behörden/ Vers.), bea 43, ar 49, uw 50 (auch engl/frz.)
	Broschüren, Flyer etc. layouten/ bei Bedarf in Druck geben	Es 14
...	Einkaufsberatung	Wolf 8 (Handy/ Tablet/ Notebook), uw 50, sth 60 (Wein)
<b>19</b>	Einkaufen im Notfall	Alo 46, Gae 02, ruk 06, bra 28, bea 43, uw 50, zw 27, rü 25
	Hilfe im Umgang mit chronisch. Schmerzen	Rf 04
	Krankenbesuch, -hilfe	Ruk 06, hil 30, kab 33, bea 43, kri 58, ast 62, rü 25
	Papierkram abarbeiten	kab 33, Olaf 54, rü 25
	Produkte aus Gewinnen	Aj 44
	Recherchen	As 24
	Texte aller Art	Gu 31 (Ghostwriting, Biographien), sbr 19
	Texte verfassen/layouten	Gu 31, sbr 19
	Übernachtungsmöglichkeit	bea 43, ar 49, kri 58, ast 62
	Umsetzung von Ideen	As 24
	Vorlesen	Ros 03,hil 30,bea 43, ar 49, uw 50
<b>20</b>	<b>Warentausch</b>	
	nicht vergessen ...	