



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

1	Bauen / Renovieren	
	Beratung/Planung	her 05, sig 09
	Hilfe beim Renovieren	Her 05, häli 13, as 24, aolaf 54, us 70, rü25, rike 11 (Holz), ik 17
	Wände u. Decken streichen	Olaf 54
2	Beratung (Diverses)	
	Kranken-, Pflegekasse	Mar 66, rf 04
	Beratung persönl. Probleme	bea 43, Han 01 (Mantra dichten), rf 04, was 21,
	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, sbr 19
	Gespräche/Mediation	Gu 31, kab 33, bea 43, ar 49, sbr 19
	Gesundheit	hil 30, bea 43, aj 44 (Messung Handstrahlen)
	Gesetzliche Betreuung	Wolf 8
	Hilfe bei Behörden-angelegenheiten /Versicherungen	zw 27, rü 25, rf 04 (Anträge, Widersprüche im Gesundheitswesen)
	Hilfe bei Steuererklär.	As 24 (Elster-Progr.), jb34
	Hörgeräte	jb 34
	Karten legen	Aj 44
	Katzenberatung	ik 17 (Probleme mit Katzen)
	Konfliktberatung	Gu 31 (Krisenintervention)
	Paranormale Geschehnisse	Hcs 36 (Besprechung, Infos)
	Pilze suchen	Wolf 8
	Schwerbehinderten-recht, Sozialversicher.	Rf 04
	Tarif wechseln (DSL, Strom/Gas/Handy)	Wolf 8, Häli 13, as 24, kab 33
	Wertpapiere	Sth 60
	Zugtickets	As 24
3	Computer / Internet / Smartphone	
	Computer einrichten, einweisen	Hel 07, wolf 8, kke 51, mar 66, jb 34
	Computer Grundkenntnisse	Ros 03, sig 09 (word/exel), hel 07, as 24, kke 51, ik 17 olaf 54 (Tabellen,email), mar 66
	Computer/Internet	hel 07, wolf 8 (wlan einrichten), mar 66, ik 17
	Computer reparieren	hel 07, wolf 8
	Ebay/Ebay Kleinanzeigen	As 24, (Kleinanzeigen), olaf 54
	Digitale Pinwand	As 24 (padlet, Edumap, TaskGard)
	Gestaltung am PC	Sig 09 (Zeichnungen) Ik 17 (Fotobuch)
	...	
	Handy, Smartphone neu	Han 01, hel 07, wolf 8, mar 66, jb 34, ik 17,

3	Internetseiten	Rd 55 (Joomla & Yootheme)
	Internetrecherchen	As 24, es 14
	Nutzung einer Cloud	As 24
	Telefon, TV	han 01, hel 07, wolf 8, jb 34
	Videokonferenz Zoom	As 24
4	Fahrrad	
	reparieren	Häli 13, wolf 8 (+ Moped /Auto), olaf 54, us 70
5	Feste / Partys/ Veranstaltungen	
	Hilfe, zur Hand gehen	Gae 02, ros 03, 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. Vorlese-geschichten,persönl. Spiele, Rätsel), was 21, as 24 (to-do-Liste), hcs 36, uw 50, sbr 19
6	Flohmarkthilfe	
	Flohmarkthilfe	Alo 46, hil 30, aj 44, rü 25
7	Garten	
	Abgabe von Pflanzen / Obst	Sbr 19 (Beerensträucher, Rosen, Stauden, Blumenzwiebeln, div. Obst)
	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,
	Baum fällen	olaf 54
	Grabpflege	was 21+rü 25 (Zentralfr. u. Reppenst.), bea 43 (Lüner Friedh.),
	Hecken/Sträucher schneiden, häckseln	Wolf 8, rolf 10, häli 13, Sth 60 (auch Weinreben, auch Gartenhäcksler), us 70
	Rasen mähen	Rolf 10, häli 13, bea 43, alo 46, us 70, rü 25, sh 26
8	Gesundheit / Wellness	
	Alternative Medizin	hil 30
	Alternative Heilmethoden	olaf 54
	Atemarbeit	Kri 58
	Beinwell-Öl	Sbr 19 – eigene Herstellung
	Entspannung	hil 30, hcs 36
	Fußreflexzonen-massage	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, Körperlotion)
	Meditation	hil 30
	Reiki	hil 30, ar 49
9	Gruppenangebote	
	...	
	Acryl/Aquarellmalen	us 70

9	Basteln und Nähen	Ros 03, awi 20
	Bau- und Möbelstilkunde	Sig 09
	Computerschulung	Kke 51
	Gastgeberin (Brunch / Kaffee+Kuchen)	Sbr 19 (bis 6 Pers. in schönem Garten auf dem Land)
	Geocache (4 Geräte)	Wolf 8
	Lachyoga	Hil 30
	Linol-u. Holzdruck	Pau 42
	Nordic Walking	Kab 33
	Planung von Aktivitäten	Kab 33, ast 62, sbr 19
	Radtouren (Planung/Leitung)	Kab 33, Us 70, ik 17
	Stadtführung Lüneburg	Sig 09, uw 50
	Töpfern	Rolf 10
	Wandern	tina 29, kab 33, uw 50, ik 17 (Planung Organisation)
	Weinproben	Sth 60
10	Haushalt	
	Bügeln	bra 28, kab 33, uw 50
	Fenster putzen	As 24, kab 33, aj 44, ar 49, olaf 54, rü 25, ph 23
	Haushaltsauflösung	kab 33, rü 25
	Kochen/Backen	Rolf 10, häli 13, alo 46, uw 50, zw 27, sh 26
	Selbstproduzierte Lebensmittel	br 22(Brot), sth 60 (Milchkefir, Essig)
	Näh-u. Flickarbeiten (Kleidung/Textilien)	Ros 03, awi 20, as 24, aj 44, olaf 54 (Reißverschlussreparatur)
	Möbel aufbauen/reparieren	Wolf 8, sig 09, rolf 10, us 70, jb 34, ik 17
	Möbel rücken/umstellen	As 24
	Ordnen/sortieren/entrümpeln/ausmisten	Sig 09, as 24, olaf 54
	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
	Putzaktionen	tina 29, hil 30, rü 25, rike 11, ph 23,
11	Haustechnik	
	Diverse Reparaturen - genaues erfragen	Wolf 8, rolf 10, häli 13
	Elektroarbeiten	wolf 8, häli 13, hala 18
	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)
12	Haustierversorgung	
	Hüten/Versorgen	as 24, bra 28, sh 26, tina 29, je 52, jb 34, ik 17
...	Hund in Pflege nehmen	Bra 28, je 52

12	Katzenversorgung	as 24, jb 34, ik 17, je 52 (nur Deutsch- /Wend.Evern), Tina 29
13	Hobby/ Kreatives	
	Basteln, Handarbeiten	Ros 03, sig 09, awi 20 (auch Kunststopfen), as 24 (Adventskalender, Grußkarten)
	Fotografieren	Gae 02 (Auftragsfotos/ Bildbearbeit./-retusche), kab 33, us 70 (Bildbearbeit./-retusche)
	Goldschmiedekurse	rd 55 (trad. Goldschmieden & Art Clay Schmuckgestaltung)
	Grafikdesign	Sig 09
	Kunsth Handwerk	Gu 31
	Naturkosmetik herstellen	Sth 60 (Deo, Gesichtscreme, Körperlotion, Lippenpflegestift)
	Patchwork	Awi 20, je 52
	Produktion eigener MusikCD	Ros 03,
	Stricken/Häkeln	Ros 03, häli 13
	Verfassen von Rede/ Geschichte/ Brief / Texte / Gedicht	Sig 09 (Geburtstag/ Jubiläum), hcs 36, sbr 19 (auch Korrekturlesen)
	Zeichnungen/ Illustrationen	rike 11 (kleinformatig)
14	Kinder	
	Baby-/Kindersitting	hil 30, olaf 54, ast 62, jb 34,uw 50, sh 26
	Beratung rund ums Kind	Bea 43, olaf 54,
	Kindergeburtstag /Hilfe	Hil 30, uw 50
	Nachhilfe/ Hausaufgabenbetreuung	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.)
15	Senioren/Behinderte	
	Betreuung	Ruk 06, br 22, hil 30, kab 33, ast 62
16	Transporte	
	Autoverleih (Bedingungen !)	hcs 36, bea 43, rf 04 (Anhänger)
	Fahrdienste	Br 22,Tina 29, hil 30, kab 33, bea 43, ar 49, uw 50, kri 58, us 70, jb34, ph 23
	Kurierdienst per Fahrrad	bea 43, sth 60, olaf 54 (Lastenrad, auch Verleih)
	Rollstuhl, faltbar	Sth 60 (Verleih)
	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)
17	Umzug	
	Ein-u. auspacken/ Ausmisten/ Tragen	Her 05, ruk 06, wolf 8, as 24, bra 28, hil 30, kab 33, 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+sh 26 (engl./frz.) sh 26 (deutsch)
19	Von Mensch zu Mensch / Sonstiges	
	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)

19	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
20	Warentausch	
	nicht vergessen ...	