Markt-Blattl 2025

*Die neuesten Angebote und Gesuche stehen jeweils am Anfang jeder Rubrik.*

***Die letzten Änderungen wurden am
05.02.2025 vorgenommen.***

**0 Haus und Haushalt**

# 00 Haus/Garten.- Gesuche

**Tatkräftige u. kreative Hilfe im Garten,** jäten, teilw. Neugestaltung 00G137

# 00 Haus/Garten.-Angebote

**Gartenarbeit,** Urlaubsbetreuung von Haus und Garten 00A211

**Neue Beete, Gartenbereiche** planen und Pflanzen kaufen oder aus eigenem Garten 00A139

**Urlaubsbetreuung** in **Haus** und **Garten** 00A202

Biete **Mithilfe** in **Haus + Garten** 00A199

**Winterdienst** per Hand 00A199

**Haus-/Wohnungsbetreuung** bei Abwesenheit 00A174

**Helfe** bei allen **Arbeiten** in **Haus** und **Garten** 00A146

**Helfe** bei jeglicher **Gartenarbeit** 00A81

**Versorge Garten** und **Zimmerpflanzen** während des Urlaubs 00A81

**Mithilfe** bei **Gartenarbeiten** und im **Haushalt** 00A106

**Geobiologische Haus-,** Büro-, Schlaf­platz-Untersuchung auf natürl. u. techn. Störfelder (Erdstrahlen, Wasseradern, Verwerfungen, Benker- u. Currynetzgitter, Ermittlung der Elektrosmogbelastung durch Stromquellen, magn. Felder, Mobilfunksender 00A216

**Versorge Haus,** Pflanzen u. Haustiere während des Urlaubs 00A16

**Obstbäume** fachgerecht **zuschneiden** 00A51

# 01 Hausarbeit - Gesuche

Suche immer wen, der **putzen** mag (Auto, Fenster, **alles** was ein Haus zu bieten hat) 01G75

Wer hat Lust, ab und zu mit mir zusammen **Fenster** zu **putzen**? Finde es auch o.k., wenn ich nicht mitmachen muss ... 01G29

**Hilfe** bei **Hausarbeit,** Umräumen, etc. 01G51

# 01 Hausarbeit - Angebote

**Putze Fenster** 01A208

**Helfe gerne beim Aufräumen,** sortieren/ordnen, putzen, Fenster putzen, auch Umzugshilfe 01A207

**Hilfe** im **Haushalt** z.B**. putzen** 01A204

**Hilfe** beim **Aufräumen, Aussortieren, Ordnen, Entrümpeln** 01A174

**Hilfe** bei **allen Hausarbeiten** 01A81

**Hemden bügeln** etc. 01A35

# 02 Besorgungen - Angebote

**Besorgungen** 02A202

**Fahrdienste / Besorgungen** (freitags, samstags/sonntags) 02A194

**Fahrdienst,** Einkaufen, Arzt, Begleitung02A174

Tägliche **Einkäufe** 02A97

**Einkäufe, Besorgungen, Arztbesuche, Fahrdienste** 02A16

# 03 Haustechnik – Gesuche

**Zimmertür richten,** dass sie wieder schließt 03G16

# 03 Haustechnik - Angebote

# 04 Ordnung schaffen – Gesuche

# 4 Ordnung schaffen – Angebote

**Ordnung schaffen** ums Haus, Entsorgung usw. 04A211

## 1 Essen und Trinken

# 10 Lebensmittel - Gesuche

**Obst** aus’m Garten, das euch zu viel wird, nehme ich gerne 10G75

# 10 Lebensmittel – Angebote

# 11 Getränke - Gesuche

# 11 Getränke- Angebote

**Schlehentrank** "Oporto" (likörartig, nicht ganz so süß). 11A51

# 12 Kochen, Backen - Gesuche

# 12 Kochen, Backen - Angebote

**Kuchen und Plätzchen** 12A75

**Helfe** mit **kochen** und **backen** 12A204

**Vegetarisch** (ayurvedisch) **Kochen** 12A202

**Koche Ratatouille** (südfranz. Gemüseeintopf) 12A194

**Backe Haselnuss-Sesam-Kokosflocken-Kugeln** nach alger. Rezept 12A194

**Backe Karotten-/Mandelkuchen** 12A194

**Backe** für Sie **Kuchen** 12A146

Biete **Tipps** zum Backen von **Bro**t und **Semmeln** 12A65

Ich backe **Kuchen** und **Platzerl**(aus verschiedenen Mehlsorten). Wir können auch gemeinsam etwas backen und ich helfe mit Rat und Tat dabei.
Ich backe oft samstags Kuchen, da ist es nicht sehr viel mehr Arbeit, die doppelte Menge (z.B. für zwei Kastenformen) zu machen. Ich gebe auch gerne ½ Kuchen ab. 12A11

Getreide oder Saaten **mahlen** mit einer Stahlmühle 11A146

**Backe** gerne **Kuchen** und **Torten** (Vollkorn / Weißmehl), auch **Osterlamm** und **Plätzchen** 12A81

Gerne bereite ich Euch **vegetarische Brotaufstriche** zu. 12A81

Da eine Getreidemühle vorhanden ist, **mahle** ich Euch jederzeit verschiedenes **Getreide** in unterschiedlichen Mahlgraden. 12A81

**Selbstgemachte Marmeladen** (Apfelgelee, Zwetschgenmarmelade, Schwarze-Johannisbeere-Marmelade u.a.) 12A35

# 13 Essen - Gesuche

**Mitkochen**: Wer möchte nach Vorbe­stellung für uns mitkochen, so dass ich es abholen kann? 13G51

# 13 Essen - Angebote

**Hilfe** beim **Kochen**, auch vegetarisch 13A174

Ich **koche** gerne mal für **andere** mit (meist **Vollwertkost**), was dann z.B. auch abgeholt werden könnte. 13A51

**2 Familie**

# 20 Kinderbetreuung – Gesuche

# 20 Kinderbetreuung - Angebote

**Kinderbetreuung, Babysitten** 20A208

**Kinderbetreuung** 20A204

**Wollt** Ihr mal wieder **weggehen**? Gerne passe ich abends oder nachmittags auf Eure Kinder auf 20A81

**Kinde**r- u. Seniorenbetreuung 20A16

Einführung in **Babymassage** 20A16

# 21 Beschäftigung mit Kindern -Angeb.

**Kinderförderung**, Kinderbetreuung u.ä. 21A214

# 22 Kindersachen – Gesuche

# 22 Kindersachen – Angebote

Größere Menge **Playmobil** 22A139

# 23 Familienfeste / Jubiläen- Angebote

**Hilfe bei Familienfeier**, Organisation, Gestaltungsideen, auch tatkräftig z.B. bedienen, spülen, aufräumen etc. 23A16

# 24 Senioren – Angebote

**Seniorenbetreuung** jeglicher Art, Spaziergänge, Einkäufe, Gespräche, Spiele 24A208

**Einkaufen, Begleiten, Spazieren,** Vorlesen, Ausflüge24A174

**Helfe** bei **Betreuung** von **Senioren** 24A146

# 27 Nachhilfe – Gesuche

# 27 Nachhilfe - Angebote

**Nachhilfe** in **Englisch, Französisch, Mathematik** 27A161

**Mathe-Nachilfe** ab 5. Kl. Vorzugsw. Realschule 27A137

**Biologie Nachhilfeunterricht** 27A118

# 29 Kinder Sonstiges - Gesuche

**29 Kinder Sonstiges - Angebote**

**3 Hobby und Freizeit**

# 30 Sport – Gesuche

# 30 Sport - Angebote

**Schwimmunterricht** für Kinder oder Erwachsene 30A118

# 31 Ausflüge, Reisen – Gesuche

Mag jemand mit mir montags gelegentlich **Unternehmungen** machen - wandern, Ausflüge, Skifahren, Schwimmen, Kulturelles...Auto und mittlere Kondition und Geschwindigkeit 31G16

**Urlaubspartnerin** (NR) für Haus- oder Wohnungsmiete, bevorzugt Nordsee­küste, Frankreich, Italien oder nach Absprache 31G174

# 31 Ausflüge, Reisen - Angebote

**Biete Reiseinformationen** für Selbst-reisende z.B. Indien, Sri Lanka, Nepal aus 1. Hand (Land, Leute, Kultur,Essen, Reisen und Verhalten vor Ort) 31A207

**Übernachtung in München** Nähe U-Bahn
**Wohnungstausch** München Laim gegen Wohnung in ländl. Bereich wochenweise 79A139

**Übernachtung** in einer **Almhütte** im **Allgäu** 31A202

**Geocaching**: Erzähle mehr dazu und **helfe** beim **Start** 31A161

**Urlaubsplanung / Internetrecherche**
**Plane Ihren Kurz- oder auch Lang-Urlaub nach Ihren Wünschen**.
Recherchiere im Internet günstige Flüge, organisiere Führungen oder
reserviere Tische im Restaurant, suche nach Kinderattraktionen oder Kinos
dort, suche nach Fahrplänen oder Fahrradrouten 31A161

# 32 Kultur – Gesuche

**32 Kultur – Angebote**

**Kunstführung in** München - Stadt oder Museum von Kunstlehrerin 32A139

# 33 Fotografie – Gesuche

# 33 Fotografie - Angebote

**Fotoarbeiten**: Aus Digitalfotos erstelle ich gerne ein Fotobuch, Grußkarten, Kalen-der, Wandbilder auf Leinwand oder Alu-Dibond etc. oder einfach nur Abzüge. Ich habe zu allem gute Vorführ-Exemplare und einige Erfahrung. 332A11

**Fotografiere** **Feste**, Feiern, Portraits usw. 33A35

# 34 Floristik – Gesuche

# 34 Floristik - Angebote

**Jahreszeitliche Türkränze** 34A208

**Gestalte Tisch-/ Grabschmuck Gestecke, Kränze** für alle Gelegenheiten **Gartenblumenstrauß** im Sommer34A139

**Biete** ständig **Buchsbaumschnitt** für **Kränze** etc 34A65

**Gestalten** (Gestecke, Sträuße, Kränze etc.) 34A106

# 35 Handarbeit – Gesuche

# 35 Handarbeit - Angebote

**Kleinere Näharbeiten** 35A139

**Nähen, reparieren, Hosen kürzen**
 35A75

**kleine Näharbeiten, Hilfe bei Näh**- o. Strickarbeiten, nähen/stricken/Socken stricken lehren 35A174

**Nähen:** Kleidung oder Wäsche flicken oder ändern - Reißverschlüsse ersetzen - Tipps, wenn's beim Selbstnähen nicht recht weitergeht - evtl. auch gemeinsam nähen. 35A11

Biete **Erfahrungen** im **Teddybären**- und **Plüschzeug-Nähen** (Lämmer, Hasen, usw. für Ostern, Schneemann für Weihnachten) 35A65

# 36 Kunsthandwerk, Zeichnen, Malen - Gesuche

# 36 Kunsthandwerk, Zeichnen, Malen – Angebote

# 37 Musik und Tanz - Gesuche

Wer geht mit mir zum **Tanzen (Volkstanzen)?** 37G11

**Gitarrenlehrer** für fortgeschrittenen Spieler gesucht 37G51

**Gitarrenunterricht** 37G35

# 37 Musik und Tanz - Angebote

Biete **Grundkurs im Bauchtanz**, einzeln oder in kleinen Gruppen 37A35

**Crashkurs** in **Liedbegleitung** mit der Gitarre 37A161

**Unterrichte Erwachsene** u. **Kinde**r in **Klavier, Flöte, Hackbrett**, evtl. auch
**Harfe** 37A161

Biete **profession. Klavierunterricht** für Anfänger u. Fortgeschr. für Kinder u. Erwachsene 37A137

**Klavierunterricht für Anfänger** 37A51

# 38 Schreiben – Gesuche

# 38 Schreiben - Angebote

**Erstelle individuelle Geburtstagskarten oder Geschenkgutscheine** usw. mit Hilfe Eurer privaten Fotos (z.B. Jugendfoto auf Karte zum 60. Gb.). Lustige Verse, Gedichte, auch in Mundart möglich. 38A204

# 39 Sonstiges - Gesuche

Suche **Mitbenutzung** eines **Brennofens** für Porzellanpuppen (auch Kontaktver­mittlung außerhalb der Tauschzeit) 39G65

Suche **kleinere Plüschtiere**, vordringlich Teddybären (aus deutscher Herstellung) sowie **Zelluloidpuppen** (z.B. Schildkröte), auch Literatur dazu, Gedankenaustausch 39G65

# 39 Sonstiges – Angebote

**Wünschelrutenkurse** 39A216

**4 Wissen und Hilfe**

# 40 Naturwis. u. Technik - Angebote

# 41 Heimwerken – Gesuche

**Handwerkliche Tätigkeiten** (bohren, zusammenbauen etc.) 41G214

**Suche jemand, der 4-5 Deckenlampen** anschließt 41G207

**Hilfe bei Schimmelbeseitigung** u. neu streichen mit Spezialfarbe 41G174

# 41 Heimwerken - Angebote

**Löcher bohren,** Bilder aufhängen, Wohnraumgestaltung 41A174

Kleine **Heizungs-, Sanitär-, Elektro- und Dacharbeiten** 41A102

**Kleine Sanitärarbeiten** (z.B. tropfenden Wasserhahn reparieren) 41A89

**Arbeiten** mit **Holz** und **Metall** 41A89

# 42 Computer, Internet – Gesuche

**Erweiterte** Unterstützung im Umgang mit PC42G214

**Hilfe** bei **Web-Site erstellen** 42G16

PC-Service: **Windows optimieren**, Festplatte einbauen etc. 42G16

# 42 Computer, Internet - Angebote

**Erfahrene u. erfolgreiche Ebayerin** hilft beim Kauf u. Verkauf im Netz, beim Finden günstiger Urlaubsangebote, Konzertkarten etc. 41A16

**Hilfe bei Bewerbung,** Stellenangebote finden, Anschreiben, Bewerbungsmappe, berufliche Neuorientierung, Umgang mit Jobcenter, Arbeitsamt 42A16

**Helfe** bei Unsicherheit im **Umgang mit dem PC**, erkläre die üblichen Programme und unterstütze beim Erstellen einer eigenen Homepage 42A161

Biete **Hilfe bei allen PC-Problemen** (Windows, Linux) 42A137

**Einführung** in **Word** und **Excel** 42A97

# 43 Wirtschaft - Gesuche

# 43 Wirtschaft - Angebote

**Hilfe** bei **Immobilien** (bauen - kaufen - verkaufen - vermieten - verwalten), **Finanzierungen, Geldanlagen, Versicherungsfragen** 43A97

# 44 Psychologie, Lebenshilfe - Gesuche

# 44 Psychologie, Lebenshilfe - Angebote

**Familienberatung, Erziehungsberatung** (auch telefonisch, via Zoom o.ä.) 44A214

**Therapeutische Begleitung** durch Gespräch, Energiearbeit, systemische Aufstellungsarbeit für alle Konflikt- u. Krisensituationen 44A16

**Begleitung** (z.B. zum Krankenhaus), Krankenbesuche (z.B. Angehörige vertreten, wenn sie verhindert oder verreist sind). 44A16

# 45 Soziales - Angebote

**Organisiere Überraschungsausflug** zum **Geburtstag** oder **Hochzeitstag** 45A161

**Organisiere alles mögliche** für Sie, z.B. Unterstützung rund um Familienfeiern. 45A16

# 46 Sprache, Text, Büro – Gesuche

# 46 Sprache, Text, Büro-Angebote

**Briefe schreiben,** Texte tippen, Texte prüfen und korrigieren 46A211

**Schreibe gerne Briefe, z.**B. an Versicherungen oder Bewerbungsschreiben 46A207

**Hilfe bei Schriftstücken,** Behördenkram, Widerspruch, Antrag GdB 46A16

Formuliere gern **schwierige Briefe**, z.B. an Ämter, Versicherungen, usw.
 46A204

**Texte prüfen und korrigieren**, z.B. Fach- und Bachelorarbeiten 46A204

**Hilfe in Englisch, Suaheli-Unterricht**  46A204

**Büroarbeiten** 46A202

**Fremdsprachenassistentin** erledigt einfache **Übersetzungen** (Engl./Franz.)46A194

**Tippe Texte**, sende E-Mails oder Faxe 46A161

**Englisch, Französisch** für **Erwachsene** 46A161

Übernehme **Schreibarbeiten am PC**. 46A11

**Büroarbeiten** und **Buchführung** 46A97

Übernehme am PC **Schreibarbeiten**, Briefe etc. 46A81

**Hilfe** in **Behördenangelegenheiten**:
z.B. Anträge ausfüllen, Schriftstücke, Widersprüche formulieren 46A16

**Hilfe bei sozialrechtl. Angelegenheiten,** Umgang mit Behörden, Stellen von Anträgen, z.B. für Schwerbehinderung, Pflegestufe, Rente etc. Anträge ausfüllen, Schriftstücke u. Widersprüche formulieren 46A16

**Bewerbungstraining**, Erstellung der Unterlagen, Coaching, Stellensuche 46A16

**Bewerbungstraining** und Hilfe beim Erstellen von Bewerbungen und Arbeitszeugnisentwürfen (habe mal als Bewerbungstrainerin gearbeitet) 46A51

# 47 Gesundheit - Gesuche

# 47 Gesundheit - Angebote

**Zahngesundheit,** Aufklärung, Beratung 47A208

Biete die **4-Elemente-Raumreinigung** für Wohnung, Haus und Plätze an, sowie energetische Heilung, Fernheilung, Auf
lösung von Schwüren,Gelübden. 47A208

**Mediale Heilarbeit,**Lösen von Seelenkonflikten, Glaubens- und Verhaltensmustern, Heilung von Blockade (geschieht über ernergetische Fernheilbehandlung) 47A211

**Tipps zu Ayurveda** 47A202

**Beratung zu Hörgeräten/**Hörsystemen (warum Hörgeräte? für wen? ab wann? wie vorgehen? wo kaufen? etc.) sowie Unterstützung beim Umgang mit Hör-systemen (eingewöhnen, Pflege).
Ich habe inzwischen etliche Jahre Erfahrung damit. 47A11

**Kolloidales Silber, Bachblüten** zusam- menstellen und mischen 47A16

**Klassische Homöopathie -** langjährige Berufserfahrung 47A29

**Energiearbeit-** Entspannungsbehand­lung wie REIKI, Biodynamische Massage, Fußreflexzonen-Massage, PRM 47A16

**Naturheilkundliche Beratung** in Gesundheits- und Krankheitsfragen 47A51

**Selbsthergestellte pflanzl. Arzneien** (helfen sehr gut!), z.B. Einreibemittel gegen Husten, Ringelblumenöl 47A51

# 48 Körperpflege - Gesuche

# 48 Körperpflege – Angebote

# 49 Wellness & Körperarbeit – Gesuche

# 49 Wellness & Körperarbeit - Angebote

**Biete individuelle Yoga-Beratung** (gelegentlich eine gemeinsame Std./Üben, aber keine wiederkehrende wöchentliche Yoga-Stunde) 49A207

**5 Fahrzeuge, Transport**

# 50 Fahrrad – Gesuche

# 50 Fahrrad – Angebote

**Fahrrad putzen** 50A35

**Fahrrad reparieren** 50A102

**Fahrrad reparieren** 50A89

# 51 Auto - Gesuche

**Auto Innenraum** saugen 51G11

**Autoputz:** Wer mag mein Auto innen sauber machen (immer wieder mal nötig)? 51G29

# 51 Auto - Angebote

**Fahrten mit dem Auto** 51A202

**Autowaschen** 51A89

# 52 Motorrad – Gesuche

# 52 Motorrad - Angebote

# 53 Mitfahrgelegenheit – Gesuche

# 53 Mitfahrgelegenheit - Angebote

**Mitfahrgelegenheit** Di und Do nach Weilheim und zurück 53A16

# 54 Transporte - Angebote

**Fahrdienste** (zum Arzt, Einkaufen, Erledigungen) 54A211

**Fahrdienste** 54A204

**Transporte** 54A202

**Fahrdienste** 54A16

**Fahrdienste / Besorgungen** (freitags, samstags/sonntags) 02A194

**Fahrdienst im Umkreis** 54A174

**Bringe** Sie mit **meinem Auto** zu **Ärzten** oder Ämtern, gern vormittags 54A161

Verleihe **Lastanhänger** für's **Fahrrad**

 54A102

**Fahrdienst im Umkreis** 54A16

# 55 andere Gefährte – Gesuche

55 andere Gefährte – Angebote

**6 Tiere und Pflanzen**

# 60 Kleintiere - Gesuche

**Hundebetreuung** und Hilfe bei **Hundeerziehung** (Hund bellt im Auto u. allein zuhause) 61G174

# 60 Kleintiere – Angebote

**Betreuen** von **Haustieren** 60A174

**Urlaubsbetreuung** von **Tieren** und **Pflanzen** 60A106

Übernehme **Urlaubspflege für Meerschweinchen, Hamster, Vögel, Katzen** und **kleine Hunde** 60A81

# 61 Hunde - Angebote

**Hund ausführen** 61A174

**Hund ausführen** 61A16

# 62 Pferde – Gesuche

# 62 Pferde – Angebote

# 66 Pflanzen – Gesuche

# 66 Pflanzen - Angebote

**Biete Wildkräuter-Spaziergänge,** berate bei anpflanzen von Wildkräutern im Garten, auf der Terrasse oder Balkon,Abgabe von selbstgezogenen Pflanzen wie Salat, Tomaten Gurken, Blumen etc. 66A208

**Beratung Gartenstauden** und Bodendeckerpflanzen
Selbstbezogene **Zimmerpflanzen**  **Pflanzenpension** 66A139

**Teichpflanzen abzugeben** 66A146

**Versorge** Ihren **Garten** und **Zimmer­pflanzen** wenn Sie im **Urlaub** sind 66A81

**Biete Pflanzenpension** 66A65

**7 Hilfen in besonderen Fällen**

# 70 Hilfe - Gesuche

# 70 Hilfe - Angebot

**Heilpädagogische Förderung, Beratung** (auch telefonisch oder via Zoom o.ä.) 70A214

**8 Sachen**

# 80 Bekleidung - Angebote

# 81 Verschenken - Gesuche

# 81 Verschenken – Angebote

1 Blumentopf 21 cm hoch, 25 cm Durchm., diverse Milchkannen 81A88

# 82 Leihen und Verleihen - Gesuche

**Wohnmobil** für **Urlaubsreise gesucht** 82G146

**Auto** hin und wieder zu **Leihen** gesucht 82G146

# 82 Leihen und Verleihen - Angebote

**Tischkreissäge** 82A139

**Zelt** (2,2m hoch, von 1 Pers. aufzubauen) **für 2 Pers., Tisch, Stühle**, 82A174

Verleihe **Schokobrunnen** 82A161

Verleihe **Fahrradträger für 4 Räder** (Montage auf AHK) bzw. **bringe/hole** Oneway-Radler 82A161

Verleihe **Speise-Service** für 18 Pers, **Kaffee-Service** für 12 Pers. 82A146Verleihe **weiße Tafel-Tischdecken** 82A146

**Ausleihen meines Autos** 82A118

Verleihe **Fahrradanhänger** fü**r Lasten** 82A102

Kann **Knittax-Einbett-Strickmaschine verleihen** und biete Anleitung zum Stricken darauf 82A65

# 83 Gegen Stunden bekommen - Gesuche

# 83 Gegen Stunden abzugeben - Angebote

Aktuelle Liste unter

www.tauschzeit-loisachtal.de

**Änderungen bitte an Teilnehmer Nr. 88**