



Tauschideen

Auto

Auto waschen, Chauffeur, Reifenwechsel, Reparaturen, Transporte

Beratung

Hilfe bei Mietverträgen und Rentenanträge, Formularen, Anträgen etc, Beratung in

Lebensfragen sowie Zeitmanagement, Ernährungsberatung, Wohnungseinrichtung, Länder ...

Computer & Internet & Mediengestaltung

Hilfe/ Beratung für Kauf, Pflege oder Reparatur von Computern, Bildbearbeitung, Grafik, Layout, Einführung ins Internet, Homepage erstellen, Programme lernen/ lehren, CDs/ DVDs brennen, Plakate, Flyer, Postkarten

Fahrrad

Fahrradverleih, Reparatur, Fahrradkurier

Garten & Pflanzen

Blumen gießen, Erntehilfe, Gartenarbeit, Rasen mähen, Umtopfen und Pflanzentausch, Hecken und Bäume schneiden, Verleih von Gartengeräten

Handarbeiten

Anfertigung von Schmuck und Accessoires, Seidenmalerei, Stricken, Siebdruck, Knüpfen usw.

Haushalt

Hilfe im Haushalt, Bügeln, Einkäufe, Besorgungen/ Erledigungen, Fenster putzen, Wäsche waschen, Wohnung hüten (z.B. im Urlaub)

Hausrat/ Möbel

Dekoration, Beratung Inneneinrichtung, Verleih von Buffetausstattung o.ä., Entrümpeln

PC/TV/ HiFi/ Film

PC-Hilfe, Programmieren/ Reparieren, Videos filmen/ schneiden oder überspielen, Fotografieren bei div. Anlässen

Kinder

Kinder- / und Hausaufgabenbetreuung, Kinder zur Kita bringen/ abholen, Musik für Kinderfeste

Kleidung / Textilien

Änderungen, Näharbeiten, T-Shirt Design, Siebdruck, Entwurf und Erstellung von Kleidungsstücken, Stoffmalerei

Tauschideen

Essen & Trinken

Brot und Brötchen backen, Kuchen/ Plätzchen backen, Kochen, Partyservice, Verleih von Koch-/ Backutensilien, gefiltertes Wasser, Obst/ Gemüse aus dem Garten, selbstgemachte Marmelade u.ä.

Körperarbeit & Gesundheit

**Gymnastik, Massage, Reiki, Raucherentwöhnung, Tanzimprovisation, Beratung, Yogaunterricht, Krankengymnastikanleitung, Nordic Walking Touren, Trainer
Körperpflege/ Kosmetik
Haare schneiden/ färben, Badewannenbenutzung, Seife/ Shampoo herstellen**

Kunst & Kultur

Ausstellungsführungen, Gedichte, Liedtexte, Karten für Veranstaltungen, Malen, Modell stehen, Radiomoderation, Reportagen, Stadtführungen

Literatur

Bücher, Gedichte schreiben, Selber publizieren, Vorlesen

Unternehmungen

Begleitung bei Spaziergängen, Führungen, Vorlesen, Ausflüge, Gespräche

Mithilfe/ Anpacken/ Reparatur

**Anschließen von Elektro- / Haushalts-/ Sanitärgeräte, Elektroarbeiten, entrümpeln, Fußboden legen, Handlangerarbeiten, handwerkli.
Kleinreparaturen, Malerarbeiten, Holzbau, Lackarbeiten auf Schildern, Löcher bohren, Möbel reparieren/ zusammenbauen, renovieren, Schlösser wechseln, Umzugshilfe, Zimmermannsarbeiten, aufräumen und reinigen, Fenster streichen, Tapezieren, Entrostungshilfe an Fahrzeugen, Sortierarbeiten, Regale bauen**

Musik

CDs / DVD tauschen, Schallplatten, Musikauftritte bei (Kinder) Festen, Unterricht