

<u>Haushalt</u>	1
<u>Kinder</u>	2
<u>Essen und Trinken</u>	3
<u>Tiere und Pflanzen</u>	4
<u>Garten</u>	5
<u>praktische Hilfe</u>	6
<u>Hilfe, Hilfe</u>	7
<u>Unterricht (ohne Sprachen)</u>	8
<u>Sprachen</u>	9
<u>Heimwerker und Bastler</u>	10
<u>Fahrzeuge und Transporte</u>	11
<u>Freizeit und Kultur</u>	12
<u>Kleidung</u>	14
<u>gemeinsame Interessen</u>	15
<u>Computer</u>	16
<u>Verwaltung</u>	17
<u>Lebensberatung</u>	18
<u>Gesundheit</u>	19
<u>Geräte verleihen</u>	20
<u>Flohmarkt</u>	21
<u>zu verschenken</u>	22
<u>Alles Andere</u>	99

Wichtig

In der Liste der Angebote oder auch in der Adressenliste kann sich immer mal ein Fehler einschleichen. Bitte benachrichtigen Sie mich, wenn eine Eintragung nicht stimmt, damit beim nächsten Mal eine Richtigstellung erfolgen kann. Nicht mehr aktuelle Einträge bitte streichen lassen.

Maria Carregal Ferreira, Tel. 0151/56969442

TN Angebot

1 Haushalt

162 **Bügeldienste**301 **bügeln** nur vormittags261 **Einkäufe u. Besorgungen erledigen** in und um Holzkirchen, evt. auch München257 **Einkaufen, Besorgungen**neu 387 **Einkaufen**301 **Haushaltshilfe** nur vormittags382 **Haus bei Urlaub versorgen**378 **Hausbetreuung**137 **Mangeln von Bettwäsche**286 **Näharbeiten** einfache360 **kleine, einfache Näharbeiten** mit der Nähmaschine

2 Kinder

331 **Babysitting**332 **Betreuung und Pflege** Kinder/Kranke (exam. Kinderkrankenschwester)327 **Brenn- und Glasurservice**327 **Edelstein schleifen**327 **Erlebnistöpfeln und Rakuband** für Eltern und Kinder bis 88 Jahre370 **Erziehungsberatung**327 **Ketten und Bänder fädeln** mit Holzperlen306 **Kinderbetreuung**340 **Kinderbetreuung** in den Schulferien und an Wochenenden327 **Kindergeburtstagsfeier** mit Töpfeln/Spielen, ggf. Verpflegung/ Geschenke370 **Lernberatung, gemeinsam üben**327 **Mandala malen**178 **mentale Prüfungsvorbereitung** auch Schüler (www.almut-brandenburg.de)301 **Papierfalten - Origami** Anleitung für Kinder und Erwachsene327 **Reliefbilder** Hand- und Fußabdrücke in Ton und gebrannt327 **Töpfeln** für Kinder, viele verschiedene Kurse328 **Vorlesen, spielen, basteln** max. 2 Stunden pro Einheit373 **Vorlesen für Kinder (3-7 Jahre)**

TN Angebot

3 Essen und Trinken

137	Apfelkuchen backen	
137	Apfelstrudel backen	
306	Backen vegetarisch und vegan	
101	bretonische Crêpe für Ihr Fest	süß od.salzig/auf original-breton. Crêpe-Platte
369	Backen	
369	Kochen	
327	Kochen für 50 - 200 Personen	Pfannen, Bainmarie, Töpfe, Woks vorhanden
385	Koreanisch Kochen	
368	Eier	
185	Ernährungsberatung	
185	Essenzen, Kräuternessig etc. herstellen	
344	Gesundes Backen und Kochen	
261	Getreide mahlen	Haushaltsmengen
365	Getreide mahlen	Haushaltsmengen
365	Brot backen	
137	Hildegard-Dinkelkekse	
332	Holundersirup	
368	Honig	
190	Honig	500 g Glas oder 250 g Glas
361	Johannisbeer-Essig, hausgemacht	
346	Kochen	
306	Kochen vegetarisch und vegan	
332	Kräuter	frisch oder getrocknet
370	Veganer Kuchen, Plätzchen	
324	Kuchen backen	
340	Kuchen backen	
360	Kuchen backen	keine Torten!
332	Marmelade	
361	Marmeladen, eigene Kreationen	wie Erbeer/Ingwer, Pfirich/Thymian, Zwetschge m. Madeira
379	Mittagessen "Hausfrauenart"	gelegentl.nach Absprache gegen Materialkosten

TN Angebot

127 **Olivenbrot backen**381 **Sri-Lankisches Essen/Catering** bis 50 Personen242 **Zwetschgen**

4 Tiere und Pflanzen

369 **Blumen gießen**371 **Blumen gießen, Tiere betreuen**286 **Gemüsepflanzen**296 **Heu und Stroh abzugeben**381 **Katzen/ Haustiere versorgen** auch in den Sommerferien346 **Kleintierbetreuung** in Holzkirchen369 **Kleintierbetreuung**301 **Kleintierheu**368 **Haustiere/ Pflanzen** versorgenneu 387 **Haustiere betreuen**382 **Pflanzen gießen/ Tiere versorgen** keine Hunde378 **Pflanzen gießen/ Post entleeren**261 **Stauden nach Teilung abzugeben** z.B. Zitronenmelisse, Pfefferminze, Oregano, uvm.301 **Strohballen** auch für Deko286 **Tannenzweige**369 **Tiersittung**324 **Urlaubsbetreuung von Vögeln** Wellensittiche325 **Wir versorgen Ihr Haustier/ Pflanzen** Nur außerhalb der Schulferien!

5 Garten

322 **Blumen gießen** während der Urlaubszeit369 **Blumen gießen**371 **Blumen gießen**301 **Freilandparzellen** zum Gemüse und Kräuter selber anbauen328 **Garten umgestalten** beraten301 **Gartenarbeiten**376 **Gartenarbeit**360 **Garten hüten**382 **Garten gießen**

TN Angebot

- 378 **Kleine Gartenunterstützung**
-
- 385 **Gartenarbeit**
-
- 160 **Heckenschere zu verleihen** für hohe Hecken, bis 90° abwinkelbar
-
- 380 **Hilfe bei Gartenarbeit: Rasen mähen,** Kl. Hecken schneiden, Gemüseanbau, jäten usw.
-
- 306 **kleine Gartenarbeiten**
-
- 301 **Rasen mähen** mit der Sense
-
- 103 **Stauden für den Garten**
-

6 Praktische Hilfe

- 190 **Begleitung beim Einkaufen, Arztbesuche** oder Lieferung von Einkäufen
-
- 375 **Begleitung/Betreuung v. älteren Menschen** beim Einkaufen etc.
-
- 257 **Begleitung b. Arztbesuchen, Einkaufen**
-
- 361 **Beratung für Reise- und Hausapotheke**
-
- 361 **Beratung zu Verträgen, Versicherungen**
-
- 331 **Bewerbungen** in Form bringen
-
- 361 **Bewerbungen schreiben**
-
- 331 **Briefe, Texte schreiben**
-
- 361 **Briefe formulieren (Behörden, Ämter)**
-
- 322 **Briefkasten leeren** während der Urlaubszeit
-
- 361 **Büroarbeiten/ Schreivarbeiten**
-
- 331 **Büroorganisation**
-
- 190 **Einkäufe erledigen und liefern**
-
- 371 **Einkäufe erledigen**
-
- 369 **Einkaufen**
-
- 301 **Einkaufshilfe** vormittags
-
- 306 **Einkaufshilfe**
-
- 370 **Einkaufshilfe mit dem Auto**
-
- 361 **Formulare ausfüllen**
-
- 317 **Handwerkliche Hilfe** kleine Reparaturen, Möbelmontage (auch IKEA)
-
- 327 **Handwerkliche Hilfe** Kleinreparaturen an Geräte, Fahrräder, Schmuck
-
- 370 **Hausarbeit**
-
- 257 **Hilfe bei Organisation v. Festen** Geburtstage, Hochzeit etc.
-
- 381 **Hilfe im Alltag - Einkaufen, Fahrten etc.**
-
- 327 **Passpartoutzuschnitt**
-

TN Angebot

380 **Praktische Hilfe, kleine Reparaturen**327 **Rahmenbau**257 **Seniorenbesuche im Heim/ zu Hause** für Gespräche, Spaziergänge usw.151 **Ich verkaufe für Sie auf Ebay**353 **Kaufberatung Auto** Verbrauch, Hybrid, Elektro, Wasserstoff361 **Korrekturlesen**360 **kreative Unterstützung für versch. Anlässe**182 **Kunstgegenstände einschätzen** Objekte und Bilder363 **Näharbeiten, einfach** Reparaturen, Kissen, Täschen333 **praktische Hilfe** als Handwerker331 **Reiseorganisation**301 **Seniorenbetreuung** vormittags346 **Schmuck reparieren**332 **Stricken nach ihren Wünschen** auch Trachtensocken etc., einfache Häkelarbeiten331 **Texte formatieren**371 **Theaterbesuche begleiten**371 **Vorlesen**336 **Unterstützung bei Feiern** Büffet anrichten, Salate, Tisch decken336 **Korrekturlesen**376 **Umzugshelfer**379 **VIVO Sammelaktion Gebraucht & Gut** Kisten abholen, helfen bei Füllen, Transport336 **Zusammenschrauben kleiner Schränke u.ä.** z.B. von Ikea oder Otto-Versand

7 Hilfe, Hilfe

340 **Betreuung bei Hausaufgaben/Lernen** in den Schulferien und am Wochenende 1.-7. Klasseneu 387 **Betreuung**334 **Gesprächtherapie** Krisenbewältigung (Heilprakt. f. Psychotherapie)177 **Hausbetreuung**190 **Hilfe bei Behördengängen**342 **Hilfe bei Behördengängen**265 **Hilfe bei Rentenfragen**neu 387 **Transporte**124 **Vorlesen** für Kinder und Erwachsene365 **Vorlesen für jedes Alter**

TN Angebot

364 **Mediation**

364 **Konfliktberatung**

364 **Jin Shin Jyutsu**

383 **Unterstützung bei Bewerbungsprozess** Dokumente, Unterlagen, Interview

383 **Beratung in Geldangelegenheiten** insbesondere für/von Frauen

364 **Beratung z. SGB V/ Krankenversicherung**

8 Unterricht (ohne Sprachen)

327 **Bau einer Feuerschale**

173 **Digitale Bildbearbeitung, professionell** mit Adobe Photoshop

261 **Eislauf-Unterricht** für Anfänger/Wiedereinsteiger, Eisstadion Holz.

173 **Fotografie** allgemein, Porträts, Bildbearbeitung

173 **Fotografieren, professionell** Portraits, Akt, Hochzeiten, Kinder, Tiere uvm.

344 **Freies Singen**

182 **Geschichte**

344 **Gitarre für Anfänger**

365 **Übecouaching bei Musikinstrumenten**

327 **Herstellung von Duftsteinen**

327 **Herstellung von Spielfiguren** z.B. Tiere, Zoo usw.

306 **Malunterricht** Acryl, Öl, Aquarell, Zeichnen

182 **Mathe** bis 3. Kl. Gymn.

346 **Mindfulness Lehren**

177 **Nachhilfe** bis zur 6. Klasse (Lehrerin)

324 **Nachhilfe** Mathematik, Informatik, Chemie

334 **Nachhilfe** GS, MS (Math., D, E, bis 10.Kl.)

301 **Nachhilfe für Grundschüler**

209 **Nachhilfe Mathematik + Statistik** für Schüler und Studenten

327 **Praktikum für Schüler** Verwaltung eines Warenwirtschaftssystems

298 **Schachunterricht** Anfänger

327 **Tonarbeiten und Zubehör** Beratung

327 **Töpfern** für Kinder u. Erwachsene, unterschiedliche Kurse

340 **Übecoaching beim Musikinstrument** Kinder, Jugendliche und Erwachsene

TN Angebot

340 **Umgang mit Pferden** Kinder ab 6 J. in Begleitung ihrer Eltern, Erwachsene173 **Unterricht Fotografieren, professionell** Prinzip d.Kamera,häufige Fehler uvm.301 **Waldpädagogik** für Familien und Gruppen

9 Sprachen

124 **Deutsch für Ausländer** Konversation, Grammatik, Schreiben124 **Deutsch für Ausländer** für Kinder nund Erwachsene301 **Deutsch für Ausländer**334 **Deutsch für Ausländer**352 **Deutsch**385 **Englisch**neu 387 **Englisch**385 **Koreanisch**190 **English Conversation & Business English**346 **Englisch Unterricht**124 **Französisch** lernen oder auffrischen352 **Französisch**353 **Französisch** Konversation/ Wirtschaftsfranzösisch306 **Italienisch Konversation**346 **Italienisch Unterricht**286 **Latein** Grundlagen352 **Latein**334 **Nachhilfe** RS, Gym, (D, E, bis 10.Kl)124 **Nachhilfe Deutsch** für alle Klassen, Lehrerin124 **Nachhilfe Französisch** von Frz.lehrerin365 **Spanisch Unterricht für Anfänger**182 **Spanisch**182 **spanisch**

10 Heimwerker und Bastler

338 **Babyschuhe, -chucks** und Mützen, Pulswärmer317 **bemale Kinder T-Shirts** individuell, mit Namen/sonstige Motive z.B. Lieblingstier327 **Brenn- und Glasurservice**319 **Elektroreparaturen** kl. Geräte und Elektroinstallation

TN Angebot

324	Fahrradreparaturen	kleine Reparaturen am Fahrrad
342	Fahrradreparaturen (kleinere)	
277	Fahrradreparaturen u. Fahrradumbau	
103	gestaltete Briefumschläge/ Karten	aus alten Kalenderblättern und Geschenkpapier
317	Gestaltung von Fotobücher	mit digitalen Urlaubsbilder, von Familienfesten u.v.m.
317	Gestaltung von Kerzen	persönliche Hochzeits-, Taufkerzen u.ä.
327	Handwerkliche Hilfe	Kleinreparaturen, an Geräten, Fahrrädern und Schmuck
378	Handwerkliche Tätigkeiten	
301	handwerkliche Reparaturen	
333	Heimwerker und Bastler	
338	Hüttenschuhe gehäkelt	
191	Ikeamöbel zusammen bauen	
338	Karten für Geldgeschenke	
107	kleine Elektroarbeiten	
205	kleine Hausmeisterarbeiten	Schnee räumen, Reparaturen, Dübeln, Fenster putzen u.a..
338	kleine Klosterarbeiten	
324	kleine Reparaturen	im Haushalt (z.B. einzelne Fliesen ersetzen)
107	kleine Schreinerarbeiten	
252	Nackenkissen	gefüllt mit Dinkelspelzen o. andere Getreidespelzen
197	Skipräparation	reinigen, ausbessern, wachsen/fachgerechte Lagerung
301	Trockenbau	ab 2015
252	Waldorfpuppen und - püppchen	Herstellung oder Anleitung zur Herstellung
301	Werkstatt benutzen	Metall- bzw. Holzwerkstatt mit allen Maschinen am Hof

11 Fahrzeuge und Transporte

199	Anhänger ausleihen	Größe: 1,5m x 3m, 1300kg Zuladung
317	Autofahrten	für gehanderte Menschen z.B. Arzt (ggf.mit Rollstuhl)
261	Chauffeurdienste u. Besorgungen	in und um Holzkirchen
379	VIVO Sammelaktion Gebraucht& Gut	Kisten abholen, helfen bei Füllen, Transport
162	Fahrdienste	
324	Fahrdienste	Holzkirchen und Umgebung
380	Fahrten und Transporte	
190	kleinere Transportfahrten per VW-Bus	

TN Angebot

12 Freizeit und Kultur

306	Begleitung	z.B. zum Einkaufen
379	Besuch von Ausstellungen, Museen	etc.
306	Bilder malen	www.klangträger.de
197	Drehorgelspiel	ggf. auch Moderation/Ablauforganisation für Feste
261	Eislauf-Unterricht	f.Anfänger u. Wiedereinsteiger (Eisstadion Holzkirchen)
325	Gemeinsam zum Angeln	Ü 60, Auto vorhanden
107	Island	Reiseinformation, Diavortrag
209	Jonglieren	Einführung
107	Kajakbegleitung	zum "Reinschmecken"
205	klettern in der Halle	
185	Kräuterwanderungen	
197	Kunst- und Naturreisen in Europa	Beratung und Tips
301	Papierfalten - Origami	Anleitung für Kinder und Erwachsene
182	Theater / Literatur / Kunst	Ausstellungen
327	Töpfermöglichkeit	
301	Waldpädagogik	für Familien und Gruppen

14 Kleidung

328	Mützen häkeln	auch zeigen, wie man es machen kann
363	Näharbeiten, einfach	Reparaturen, Kissen, Täschen
162	Stricken	Socken, Handschuhe, Schals, Mützen, Trachtenstrümpfe
162	Strickhilfe	
332	Stricken nach ihren Wünschen	auch Trachtensocken etc., einfache Sachen häkeln

15 Gemeinsame Interessen

317	Beratung bei Alpen-Fernwanderungen	auch mit Kindern
379	Besuch von Ausstellungen, Museen	etc.
325	Gemeinsam zum Angeln	Ü 60, Auto vorhanden
209	Spaziergänge und Gespräche	auf Gegenseitigkeit
310	Wandern leicht bis mittelschwer	am Wochenende

TN Angebot

16 Computer

- 362 **Computerhilfe (nur einfaches)**
- 319 **CD/DVD - Labels gestalten** und ausdrucken
- 317 **Gestaltung von Fotobücher** mit digitalen Urlaubsbilder, von Familienfesten u.v.m.
- 298 **Hilfe am PC**
- 105 **Hilfe beim Computern** Textverarbeitung, Kalkulationen, Bildbearb., Recherche u.a.
- 385 **Microsoft Word/Excel/Powerpoint**
- 209 **Office-Programme (Word, Excel u.a.)** Einführung, Tipps und Hilfe bei Problemen
- 130 **Schreibarbeiten am PC**

17 Verwaltung

- 130 **Buchhaltung**
- 353 **Büromaterial**
- 105 **Büroorganisation** Ordnung am Schreibtisch, so dass ich mich wohlfühle
- 130 **Büroorganisation, Akten ordnen**
- 379 **Büroarbeiten, Schreibkram** erledigen
- 383 **Beratung in Geldangelegenheiten** insbesondere für/von Frauen
- 378 **Einfache Bürotätigkeiten** Unterlagen, Bewerbungen
- 364 **Beratung z. SGB V/ Krankenversicherung**

18 Lebensberatung

- 209 **Beratung und Vermittlung bei Konflikten**
- 381 **Beratung zu allen Lebensbereichen** Paarthemen, Entscheidungen, Krisen
- 178 **Coaching** in allen(schwierigen)Lebenslagen, www.almut-brandenburg.de
- 105 **Coaching**
- 209 **Coaching - Unterstützung** bei Problemen und bei der Umsetzung von neuen Zielen
- 105 **Entscheidungsfindung Familie/Verein u.a.** in schwierigen, komplexen, konflikträchtigen Situationen
- 105 **Entscheidungsfindung persönlich**
- 185 **Ernährungsberatung**
- 353 **Kaufberatung Auto** Verbrauch, Hybrid, Elektro, Wasserstoff
- 178 **Kinesiologie** zum Energietanken und Wohlfühlen; für die Gesundheit
- 344 **Persönlichkeitsentwicklung**

TN Angebot

375 **Meditation (buddhistisch) - Einführung**

364 **Mediation**

364 **Konfliktberatung**

19 Gesundheit

185 **Anglitzdiagnose nach Dr.Schüssler**

209 **Anleitung/Beratung. z.Pflege v.Angehörigen** durch Krankenschwester mit Reha-Zusatzausbildung

178 **Beratung zum biologischen Heilwissen**

178 **Beratung bei Allergien** evtl. mit kinesiologischer Austestung von Lebensmitteln

178 **Beratung bei Neurodermitis** evtl. mit kinesiologischer Austestung von Lebensmitteln

178 **Beratung bei psychosomatischen Störungen** von Heilpraktikerin, (www.almut-brandenburg.de)

361 **Beratung für Reise- und Hausapotheke**

332 **Betreuung und Pflege** auch Blutdruck und Zuckermessung, Tromboosespritzen etc. (examiert)

332 **Betreuung und Pflege** von Kindern auch kranke (exam. Kinderkrankenschwester)

377 **Craniosacral Therapie**

377 **Jin Shin Jyutsu** Japanisches Heilströmen

185 **Essenzen, Kräuternessig etc. herstellen**

364 **Jin Shin Jyutsu**

364 **Tai Chi/ Chi Gong**

344 **Functional Fitness** achtsames Bewegen

177 **Fußreflexzonenmassage**

185 **Fußreflexzonenmassage** ab Dezember 2018

344 **Ganzheitliche Ernährungsberatung** / - Gesundheitsberatung

344 **Gesundes Backen und Kochen**

178 **gesundheitlich/medizinische Fragen** z.B. Anatomie, Funktion der Organe, Krankheitsverläufe

178 **körperlicher Energieausgleich** / Energiemassage (www.almut-brandenburg.de)

209 **Koordinationsübungen zum Entspannen** und zum Gehirntraining

103 **Kopfmassage mit "Sensus Magnus"** wohltuende Massage mit federnem Metallmassagegerät (auch gegenseitig)

332 **Massagen und Lymphdrainagen** von exam. Masseur

271 **Med. Massagen** Rücken-Ganzkörper-Teilmassagen (staatl. Gepr. Masseurin)

344 **Meditation und Achtsamkeitstraining**

252 **Meditations- und Yogakissen**

178 **Meridianstärkung** (www.almut-brandenburg.de)

376 **Aurachirurgie**

TN Angebot

376 **Physiotherapeutische Beratung**376 **Yoga, Pilates, Fedenkreis - Unterricht** durch Physiotherapeut178 **Psychische Begleitung** bei chronischen Erkrankungen oder Krebs/www.almut-brandenburg.de317 **Schulter-Nacken-Massage**

20 Geräte verleihen

185 **Anhänger**199 **Anhänger ausleihen** Größe: 1,5m x 3m, 1300kg Zuladung317 **Beamer** für Vorträge oder Heimkino (zum Anschluss an PC/Laptop)327 **Besteck** 36 - 150 Gedecke327 **Chi-Maschine**261 **Dachbox für PKW**333 **Elektrowerkzeug**322 **Fax mitbenutzen**322 **Gitarre**103 **großer Kochtopf** 17 Liter261 **Heckenschere** elektrisch160 **Heckenschere zu verleihen** für hohe Hecken, bis 90° abwinkelbar261 **Hochdruckreiniger**322 **Keyboard**361 **Laminiergerät**327 **Rahmenverleih**361 **Schneefräse**322 **Schneidemaschine** für Papier, Foto103 **Spiele für Jung und Alt** Hase und Igel, Scotland Yard, Deutschlandreise, Schach u.a.261 **Vertikultierer** elektrisch

21 Flohmarkt

353 **Blutdruckmessgerät (visomat comfort E)** mit neuer Manschette

22 zu verschenken

342 **Flohmarktartikel div.**103 **kleine Schachteln** aus Karton, für alles mögliche, sehr stabil, 13x13x6 cm

TN Angebot

99 alles andere

271	Adventkranz binden	auch Türkränze mit mehren verschiedenen Nadelhölzern
327	Ausstellungsfläche	und Ausstellungsmöglichkeit
306	Begleitung	z.B. zum Einkaufen
296	Brennholz	Buche und Fichte
301	Brennholz	
173	digitale Bildbearbeitung	z.B. Reparatur alte Bildern
173	Digitale Bildbearbeitung, professionell	Reparatur alter Fotografien, Optimierung v. Fotos
178	Trauerbegleitung	
327	Hausräucherung	Beratung
178	Hospizbegleitung	
197	Einkauftips für Investitionsgüter	auf Basis v. TEST-Ergebnissen/Wirtschaftlichkeitsberechn.
173	fotografieren, professionell	Pass, Bewerbung, Portrait, Akt, Hochzeiten, Tiere, Kinder
340	Fotografieren	Veranstaltungen, Porträts, Kinder
301	Freilandparzellen	zum Gemüse und Kräuter anbauen
306	Haus- und Gartenbetreuung	bei Abwesenheit
173	Hilfe bei digitaler Fotoarchivierung	
342	Hochsteckfrisuren	
301	Papierfalten - Origami	Anleitung für Kinder und Erwachsene
271	Türkränze binden	auch Türkränze mit mehren verschiedenen Nadelhölzern
103	Übernachtungsmöglichkeit für Ihre Gäste	
197	Veranstaltungsorganisation	Feste, Seminare, naturkundliche u. kunsthistorische Exkursionen
336	Begleitung (Spaziergang, Essen gehen)	auch Hausbesuche
228	Vorträge	Lese Geschichten bei Feiern vor (z.B. Thoma Hl. Nacht)