

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

Erika Hartl, Tel. 0175/7911538

TN Angebot

1 Haushalt

162 Bügeldienste301 **bügeln** nur vormittags261 **Einkäufe u. Besorgungen erledigen** in und um Holzkirchen, evt. auch München**257 Einkaufen, Besorgungen****387 Einkaufen**301 **Haushaltshilfe** nur vormittags**382 Haus bei Urlaub versorgen****378 Hausbetreuung****137 Mangeln von Bettwäsche**286 **Näharbeiten** einfache360 **kleine, einfache Näharbeiten** mit der Nähmaschine**389 Frühjahrs/Hausputz - Unterstützung****389 Fenster putzen - helfen**

2 Kinder

331 Babysitting332 **Betreuung und Pflege** Kinder/Kranke (exam. Kinderkrankenschwester)**327 Brenn- und Glasurservice****327 Edelstein schleifen**327 **Erlebnistöpfeln und Rakuband** für Eltern und Kinder bis 88 Jahre**370 Erziehungsberatung**327 **Ketten und Bänder fädeln** mit Holzperlen**306 Kinderbetreuung**340 **Kinderbetreuung** in den Schulferien und an Wochenenden327 **Kindergeburtstagsfeier** mit Töpfeln/Spielen, ggf. Verpflegung/ Geschenke**370 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 Kurse**373 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, Pflirich/Thymian, Zwetschge m. Madeira
379	Mittagessen "Hausfrauenart"	gelegentl.nach Absprache gegen Materialkosten
127	Olivenbrot backen	
381	Sri-Lankisches Essen/Catering	bis 50 Personen

TN Angebot

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 Sommerferien
346	Kleintierbetreuung	in Holzkirchen
369	Kleintierbetreuung	
301	Kleintierheu	
368	Haustiere/ Pflanzen	versorgen
387	Haustiere betreuen	
382	Pflanzen gießen/ Tiere versorgen	keine Hunde
378	Pflanzen gießen/ Post entleeren	
261	Stauden nach Teilung abzugeben	z.B. Zitronenmelisse, Pfefferminze, Oregano, uvm.
301	Strohballen	auch für Deko
286	Tannenzweige	
369	Tiersittung	
324	Urlaubsbetreuung von Vögeln	Wellensittiche
325	Wir versorgen Ihr Haustier/ Pflanzen	Nur außerhalb der Schulferien!

5 Garten

322	Blumen gießen	während der Urlaubszeit
369	Blumen gießen	
371	Blumen gießen	
301	Freilandparzellen	zum Gemüse und Kräuter selber anbauen
328	Garten umgestalten	beraten
301	Gartenarbeiten	
376	Gartenarbeit	
360	Garten hüten	
382	Garten gießen	
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	

TN **Angebot**

301 **Rasen mähen** mit der Sense

103 **Stauden für den Garten**

389 **Rasen mähen**

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/ Schreibarbeiten**

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**

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**

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, Wasserstoff

361 **Korrekturlesen**

TN Angebot

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. Klasse387 **Betreuung**334 **Gesprächstherapie** Krisenbewältigung (Heilprakt. f.Psychotherapie)177 **Hausbetreuung**190 **Hilfe bei Behördengängen**265 **Hilfe bei Rentenfragen**388 **Klänge zum Verwöhnen** Klangliege, Klangschalen, Monochord387 **Transporte**124 **Vorlesen** für Kinder und Erwachsene365 **Vorlesen für jedes Alter**364 **Mediation**364 **Konfliktberatung**364 **Jin Shin Jyutsu**383 **Unterstützung bei Bewerbungsprozess** Dokumente, Unterlagen, Interview383 **Beratung in Geldangelegenheiten** insbesondere für/von Frauen364 **Beratung z. SGB V/ Krankenversicherung**

TN Angebot

8 Unterricht (ohne Sprachen)

327	Bau einer Feuerschale	
173	Digitale Bildbearbeitung, professionell	mit Adobe Photoshop
261	Eislauf-Unterricht	für Anfänger/Wiedereinsteiger, Eisstadion Holzlk.
173	Fotografie	allgemein, Porträits, 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.
388	Kurs Stimmgabelmassage	
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	
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
340	Umgang mit Pferden	Kinder ab 6 J. in Begleitung ihrer Eltern, Erwachsene
173	Unterricht Fotografieren, professionell	Prinzip d. Kamera, häufige Fehler uvm.
301	Waldpädagogik	für Familien und Gruppen

TN Angebot

9 Sprachen

124	Deutsch für Ausländer	Konversation, Grammatik, Schreiben
124	Deutsch für Ausländer	für Kinder nund Erwachsene
301	Deutsch für Ausländer	
334	Deutsch für Ausländer	
352	Deutsch	
385	Englisch	
387	Englisch	
385	Koreanisch	
190	English Conversation & Business English	
346	Englisch Unterricht	
124	Französisch	lernen oder auffrischen
352	Französisch	
353	Französisch	Konversation/ Wirtschaftsfranzösisch
306	Italienisch Konversation	
346	Italienisch Unterricht	
286	Latein	Grundlagen
352	Latein	
334	Nachhilfe	RS, Gym, (D, E, bis 10.Kl)
124	Nachhilfe Deutsch	für alle Klassen, Lehrerin
124	Nachhilfe Französisch	von Frz.lehrerin
365	Spanisch Unterricht für Anfänger	
182	Spanisch	
182	spanisch	

10 Heimwerker und Bastler

338	Babyschuhe, -chucks	und Mützen, Pulswärmer
327	Brenn- und Glasurservice	
319	Elektroreparaturen	kl. Geräte und Elektroinstallation
324	Fahrradreparaturen	kleine Reparaturen am Fahrrad
277	Fahrradreparaturen u. Fahrradumbau	
103	gestaltete Briefumschläge/ Karten	aus alten Kalenderblättern und Geschenkpapier
327	Handwerkliche Hilfe	Kleinreparaturen, an Geräten, Fahrrädern und Schmuck
378	Handwerkliche Tätigkeiten	
301	handwerkliche Reparaturen	
333	Heimwerker und Bastler	
338	Hüttenschuhe gehäkelt	

TN	Angebot	
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	Waldorpuppen und - püppchen	Herstellung oder Anleitung zur Herstellung
301	Werkstatt benutzen	Metall- bzw. Holzwerkstatt mit allen Maschinen am Hof
389	Ski/Langlaufski	wachsen + Kanten schleifen

11 Fahrzeuge und Transporte

199	Anhänger ausleihen	Größe: 1,5m x 3m, 1300kg Zuladung
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	

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
107	Kajakbegleitung	zum "Reinschmecken"

TN **Angebot**205 **klettern in der Halle**185 **Kräuterwanderungen**197 **Kunst- und Naturreisen in Europa** Beratung und Tips301 **Papierfalten - Origami** Anleitung für Kinder und Erwachsene182 **Theater / Literatur / Kunst** Ausstellungen327 **Töpfermöglichkeit**301 **Waldpädagogik** für Familien und Gruppen

14 Kleidung

328 **Mützen häkeln** auch zeigen, wie man es machen kann363 **Näharbeiten, einfach** Reparaturen, Kissen, Täschen162 **Stricken** Socken, Handschuhe, Schals, Mützen, Trachtenstrümpfe162 **Strickhilfe**332 **Stricken nach ihren Wünschen** auch Trachtensocken etc., einfache Sachen häkeln

15 Gemeinsame Interessen

379 **Besuch von Ausstellungen, Museen** etc.388 **Energien spüren, wahrnehmen, Intuition**325 **Gemeinsam zum Angeln** Ü 60, Auto vorhanden310 **Wandern leicht bis mittelschwer** am Wochenende

16 Computer

362 **Computerhilfe (nur einfaches)**319 **CD/DVD - Labels gestalten** und ausdrucken298 **Hilfe am PC**105 **Hilfe beim Computern** Textverarbeitung, Kalkulationen, Bildbearb., Recherche u.a.385 **Microsoft Word/Excel/Powerpoint**130 **Schreibarbeiten am PC**389 **Excel - Unterstützung/Anleitung** Tabellenaufbau

TN Angebot

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

381	Beratung zu allen Lebensbereichen	Paarthermen, Entscheidungen, Krisen
178	Coaching	in allen(schwierigen)Lebenslagen, www.almut-brandenburg.de
105	Coaching	
388	Coaching und Mentoring für Mütter	
105	Entscheidungsfindung persönlich	
185	Ernährungsberatung	
353	Kaufberatung Auto	Verbrauch, Hybrid, Elektro, Wasserstoff
178	Kinesiologie	zum Energietanken und Wohlfühlen; für die Gesundheit
344	Persönlichkeitsentwicklung	
375	Meditation (buddhistisch) - Einführung	
364	Mediation	
364	Konfliktberatung	

19 Gesundheit

185	Anglitzdiagnose nach Dr.Schüssler	
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	
388	Beratung bei Trauma	und anderen heftigen Erlebnissen
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

TN	Angebot	
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	gesundheitslich/medizinische Fragen	z.B. Anatomie, Funktion der Organe, Krankheitsverläufe
178	körperlicher Energieausgleich	/ Energiemassage (www.almut-brandenburg.de)
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	
376	Physiotherapeutische Beratung	
388	Stressabbau - verschiedene Techniken	inkl. Selbstregulation
376	Yoga, Pilates, Fedenkreis - Unterricht	durch Physiotherapeut
178	Psychische Begleitung	bei chronischen Erkrankungen oder Krebs/www.almut-brandenburg.de

20 Geräte verleihen

185	Anhänger	
199	Anhänger ausleihen	Größe: 1,5m x 3m, 1300kg Zuladung
327	Besteck	36 - 150 Gedecke
327	Chi-Maschine	
261	Dachbox für PKW	
333	Elektrowerkzeug	
322	Fax mitbenutzen	
322	Gitarre	
103	großer Kochtopf	17 Liter
261	Heckenschere	elektrisch
160	Heckenschere zu verleihen	für hohe Hecken, bis 90° abwinkelbar
261	Hochdruckreiniger	
322	Keyboard	
361	Laminiergerät	
327	Rahmenverleih	

TN **Angebot**361 **Schneefräse**322 **Schneidemaschine**

für Papier, Foto

103 **Spiele für Jung und Alt**

Hase und Igel, Scotland Yard, Deutschlandreise, Schach u.a.

261 **Vertikutierer**

elektrisch

21 Flohmarkt

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

22 zu verschenken

103 **kleine Schachteln** aus Karton, für alles mögliche, sehr stabil, 13x13x6 cm

99 alles andere

271 **Adventkranz binden** auch Türkränze mit mehren verschiedenen Nadelhölzern327 **Ausstellungsfläche** und Ausstellungsmöglichkeit306 **Begleitung** z.B. zum Einkaufen296 **Brennholz** Buche und Fichte301 **Brennholz**173 **digitale Bildbearbeitung** z.B. Reparatur alte Bildern173 **Digitale Bildbearbeitung, professionell** Reparatur alter Fotografien, Optimierung v. Fotos178 **Trauerbegleitung**327 **Hausräucherung** Beratung178 **Hospizbegleitung**197 **Einkaufstips für Investitionsgüter** auf Basis v. TEST-Ergebnissen/Wirtschaftlichkeitsberechn.173 **fotografieren, professionell** Pass, Bewerbung, Portrait, Akt, Hochzeiten, Tiere, Kinder340 **Fotografieren** Veranstaltungen, Porträts, Kinder301 **Freilandparzellen** zum Gemüse und Kräuter anbauen306 **Haus- und Gartenbetreuung** bei Abwesenheit173 **Hilfe bei digitaler Fotoarchivierung**301 **Papierfalten - Origami** Anleitung für Kinder und Erwachsene271 **Türkränze binden** auch Türkränze mit mehren verschiedenen Nadelhölzern103 **Übernachtungsmöglichkeit für Ihre Gäste**197 **Veranstaltungsorganisation** Feste, Seminare, naturkundliche u. kunsthistorische Exkursionen336 **Begleitung (Spaziergang, Essen gehen)** auch Hausbesuche228 **Vorträge** Lese Geschichten bei Feiern vor (z.B. Thoma Hl. Nacht)389 **Unterstützung bei Feiern** Vorspeisen, Getränke ausschenken, Teller abräumen, spülen ...389 **Übernachtungsmöglichkeit für Gäste**