

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

261	Einkäufe u. Besorgungen erledigen	in und um Holzkirchen, evt. auch München
257	Einkaufen, Besorgungen	
387	Einkaufen	
382	Haus bei Urlaub versorgen	
378	Hausbetreuung	
286	Näharbeiten	einfache
360	kleine, einfache Näharbeiten	mit der Nähmaschine

2 Kinder

332	Betreuung und Pflege	Kinder/Kranke (exam. Kinderkrankenschwester)
327	Brenn- und Glasurservice	
327	Edelstein schleifen	
327	Erlebnistöpfern und Rakuband	für Eltern und Kinder bis 88 Jahre
327	Ketten und Bänder fädeln	mit Holzperlen
306	Kinderbetreuung	
327	Kindergeburtstagsfeier	mit Töpfern/Spielen, ggf. Verpflegung/ Geschenke
327	Mandala malen	
178	mentale Prüfungsvorbereitung	auch Schüler (www.almut-brandenburg.de)
327	Reliefbilder	Hand- und Fußabdrücke in Ton und gebrannt
327	Töpfern	für Kinder, viele verschiedene Kurse
373	Vorlesen für Kinder (3-7 Jahre)	
257	Leihoma/Betreuung für Kinder	(1-5 Jahre)
392	Kinderbetreuung	

3 Essen und Trinken

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	

TN Angebot

185	Essenzen, Kräuternessig etc. herstellen	
344	Gesundes Backen und Kochen	
261	Getreide mahlen	Haushaltsmengen
365	Getreide mahlen	Haushaltsmengen
365	Brot backen	
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
324	Kuchen backen	
360	Kuchen backen	keine Torten!
332	Marmelade	
361	Marmeladen, eigene Kreationen	wie Erbeer/Ingwer, Pfirich/Thymian, Zwetschge m. Madeira
127	Olivenbrot backen	
381	Sri-Lankisches Essen/Catering	bis 50 Personen
391	Brot backen	
391	Natur Joghurt selbst gemacht	
392	Kuchen backen	

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	
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.

TN Angebot

369 **Tiersittung**

324 **Urlaubsbetreuung von Vögeln** Wellensittiche

325 **Wir versorgen Ihr Haustier/ Pflanzen** Nur außerhalb der Schulferien!

390 **Gassi gehen mit Hund**

390 **Katze im Urlaub füttern/versorgen**

5 Garten

322 **Blumen gießen** während der Urlaubszeit

369 **Blumen gießen**

371 **Blumen gießen**

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**

103 **Stauden für den Garten**

391 **Staudenableger**

TN Angebot

6 Praktische Hilfe

190	Begleitung beim Einkaufen	
257	Begleitung b. Arztbesuchen, Einkaufen	
361	Beratung für Reise- und Hausapotheke	
361	Beratung zu Verträgen, Versicherungen	
361	Bewerbungen schreiben	
361	Briefe formulieren (Behörden, Ämter)	
322	Briefkasten leeren	während der Urlaubszeit
361	Büroarbeiten/ Schreibarbeiten	
190	Einkäufe erledigen und liefern	
371	Einkäufe erledigen	
369	Einkaufen	
306	Einkaufshilfe	
361	Formulare ausfüllen	
327	Handwerkliche Hilfe	Kleinreparaturen an Geräte, Fahrräder, Schmuck
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	
360	kreative Unterstützung	für versch. Anlässe
182	Kunstgegenstände einschätzen	Objekte und Bilder
363	Näharbeiten, einfach	Reparaturen, Kissen, Täschen
333	praktische Hilfe	als Handwerker
346	Schmuck reparieren	
332	Stricken nach ihren Wünschen	auch Trachtensocken etc., einfache Häkelarbeiten
371	Theaterbesuche begleiten	
371	Vorlesen	
336	Unterstützung bei Feiern	Büffet anrichten, Salate, Tisch decken
336	Korrekturlesen	

TN Angebot

376 **Umzugshelfer**379 **VIVO Sammelaktion Gebraucht& Gut** Kisten abholen, helfen bei Füllen, Transport336 **Zusammenschrauben kleiner Schränke** u.ä. - z.B. von Ikea oder Otto-Versand363 **Upcycling-Näharbeiten** Beispiele siehe auch www.einfach-upcycling.de277 **kleinere Reparaturen im Haushalt**neu 393 **Thermographie mit Infrarotkamera**

7 Hilfe, Hilfe

387 **Betreuung**334 **Gesprächtherapie** Krisenbewältigung (Heilprakt. f. Psychotherapie)177 **Hausbetreuung**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**neu 393 **Thermographie mit Infrarotkamera**neu 393 **3D-Druck (in hoher Qualität)**

8 Unterricht (ohne Sprachen)

327 **Bau einer Feuerschale**173 **Digitale Bildbearbeitung, professionell** mit Adobe Photoshop261 **Eislauf-Unterricht** für Anfänger/Wiedereinsteiger, Eisstadion Holzk.173 **Fotografie** allgemein, Porträits, Bildbearbeitung173 **Fotografieren, professionell** Portraits, Akt, Hochzeiten, Kinder, Tiere uvm.344 **Freies Singen**182 **Geschichte**344 **Gitarre für Anfänger**365 **Übecoaching bei Musikinstrumenten**

TN Angebot

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.)
327	Praktikum für Schüler	Verwaltung eines Warenwirtschaftssystems
298	Schachunterricht	Anfänger
327	Tonarbeiten und Zubehör	Beratung
327	Töpfern	für Kinder u. Erwachsene, unterschiedliche Kurse
173	Unterricht Fotografieren, professionell	Prinzip d. Kamera, häufige Fehler uvm.

9 Sprachen

124	Deutsch für Ausländer	Konversation, Grammatik, Schreiben
124	Deutsch für Ausländer	für Kinder und Erwachsene
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

TN Angebot

352 **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**

10 Heimwerker und Bastler

338 **Babyschuhe, -chucks** und Mützen, Pulswärmer327 **Brenn- und Glasurservice**319 **Elektroreparaturen** kl. Geräte und Elektroinstallation324 **Fahrradreparaturen** kleine Reparaturen am Fahrrad277 **Fahrradreparaturen u. Fahrradumbau**103 **gestaltete Briefumschläge/ Karten** aus alten Kalenderblättern und Geschenkpapier327 **Handwerkliche Hilfe** Kleinreparaturen, an Geräten, Fahrrädern und Schmuck378 **Handwerkliche Tätigkeiten**333 **Heimwerker und Bastler**338 **Hüttenschuhe gehäkelt**191 **Ikeamöbel zusammen bauen**338 **Karten für Geldgeschenke**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**197 **Skipräparation**389 **Ski/Langlaufski** wachsen + Kanten schleifen

11 Fahrzeuge und Transporte

199 **Anhänger ausleihen** Größe: 1,5m x 3m, 1300kg Zuladung261 **Chauffeurdienste u. Besorgungen** in und um Holzkirchen379 **VIVO Sammelaktion Gebraucht& Gut** Kisten abholen, helfen bei Füllen, Transport324 **Fahrdienste** Holzkirchen und Umgebung380 **Fahrten und Transporte**190 **kleinere Transportfahrten per VW-Bus**391 **Transporte mit Anhänger**

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	
261	Eislauf-Unterricht	f.Anfänger u. Wiedereinsteiger (Eisstadion Holzkirchen)
325	Gemeinsam zum Angeln	Ü 60, Auto vorhanden
205	klettern in der Halle	
185	Kräuterwanderungen	
197	Beratung für Naturreisen in Europa	
182	Theater / Literatur / Kunst	Ausstellungen
327	Töpfermöglichkeit	

14 Kleidung

363	Näharbeiten, einfach	Reparaturen, Kissen, Täschen
332	Stricken nach ihren Wünschen	auch Trachtensocken etc., einfache Sachen häkeln
363	Upcycling-Näharbeiten	Beispiele siehe auch www.einfach-upcycling.de
391	Näharbeiten	

15 Gemeinsame Interessen

379	Besuch von Ausstellungen, Museen	etc.
388	Energien spüren/wahrnehmen, Intuition	
325	Gemeinsam zum Angeln	Ü 60, Auto vorhanden
310	Wandern leicht bis mittelschwer	am Wochenende
379	Ausflüge, Spaziergänge, Wanderungen	

16 Computer

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

TN Angebot

	389	Excel - Unterstützung/Anleitung	Tabellenaufbau
	277	Installation Windows 11 oder Linux	Windows-10-Computer, die Windows 11 nicht installieren können
	277	Hilfe bei allg. Soft-/Hardwareproblemen	
neu	393	Computer + Laptop reparieren	einrichten oder Hilfe bei Problemen (kein Apple)

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	Paarthemen, 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	
	364	Mediation	
	364	Konfliktberatung	
neu	394	Beratung zu allen Lebensbereichen	Lebensübergänge, Krisen, Erkrankungen, Psychosomatik

TN Angebot

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, Tromboesespritzen etc. (examiert)
332	Betreuung und Pflege	von Kindern auch kranke (exam. Kinderkrankenschwester)
185	Essenzen, Kräutereisig 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"	wohlthuende Massage mit federnem Metallmassagegerät-auch gegenseitig
271	Med. Massagen	Rücken-Ganzkörper-Teilmassagen (staatl. Gepr. Masseurin)
344	Meditation und Achtsamkeitstraining	
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
392	Rückenschule und Gymnastik	
neu 394	Beratung bei psychosomatischen Störungen	

TN Angebot

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**

361 **Schneefräse**

322 **Schneidemaschiene**

für Papier, Foto

261 **Vertikutierer**

elektrisch

21 Flohmarkt

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

374 **Entsafter-Kochtopf, hochwertig, wie neu** stapelbare Töpfe mit Ablaufschlauch für tolle Säfte

22 zu verschenken

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
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	TEST-Ergebnisse und Vergleiche	für Investitionsgüter
173	fotografieren, professionell	Pass, Bewrbung, Portrait, Akt, Hochzeiten, Tiere, Kinder
306	Haus- und Gartenbetreuung	bei Abwesenheit
173	Hilfe bei digitaler Fotoarchivierung	
271	Türkränze binden	auch Türkränze mit mehren verschiedenen Nadelhölzern
103	Übernachtungsmöglichkeit für Gäste	
336	Begleitung (Spaziergang, Essen gehen)	auch Hausbesuche
389	Unterstützung bei Feiern	Vorspeisen, Getränke ausschenken, Teller abräumen, spül
389	Übernachtungsmöglichkeit für Gäste	
381	Mithilfe bei Feiern und Festen	
381	Verleihen von Buffet Sets	es gibt 3 Stück