

Marktzeitung II / 2025

Schleissheimer Tauschring

Weitere Informationen:

Kontakt Tel.: 089 / 317 31 67 Peter Krell

Mail: schleissheimer.tauschring@gmail.com

www.schleissheimer-tauschring.de



Die Idee von einem neuen gleichberechtigten Miteinander, oder: suche Bügel, biete Autoreparatur.

Termine und Ort:

OSH	DO	13. März 2025	19 Uhr im 'WIR'
USH	MI	21. Mai 2025	19 Uhr im Raum vom Wanderverein
OSH	DO	12. Juni 2025	19 Uhr im 'WIR'
USH	MI	6. August 2025	19 Uhr im Raum vom Wanderverein
OSH	DO	18. September 2025	19 Uhr im 'WIR'
USH	MI	29. Oktober 2025	19 Uhr im Raum vom Wanderverein
OSH	DO	11. Dezember 2025	19 Uhr im 'WIR'.

Oberschleißheim: 'WIR' Quartiersladen der Sozialen Stadt, in der Parksiedlung,
Am Stutenanger 6.

Unterschleißheim: Raum vom **Wanderverein** Bezirksstraße 27, 1. Stock (neben dem Heideflächenverein) Leider (noch) nicht genehmigt.

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis.....	2
Aktuelles / Neues	2
Flohmarkt	3
Handwerkliche Tätigkeiten	3
Rund um den Garten.....	4
Mithilfe im Haushalt.....	4
Hand- und Näharbeiten	5
Feste und Freizeit (Kochen, Vorbereiten, Mithilfe, ...)	5
Küche: Kochen, Kuchenbacken und sonstiges	5
Gesundheit und Körperpflege	6
Basteln	6
Unterricht.....	6
Medien	7
Rund um den Computer / Technik	7
Schreibaarbeiten	7
Autofahrten.....	8
Fahrradfahrten	8
Einkauf	8
Rund um Tiere	9
Beratung / Hilfe allgemein	9
Soziale Betreuung.....	9
Verleih/ Ausleihe	10
Sonstiges	10
Zum Schluss	11
Was es ist.....	11

Aktuelles / Neues

Neue Angebote

Mitglied seit

Neue Angebote	Mitglied	seit
Fahrradreparatur Kleinere Reparaturen (Licht, Reifen ...)	24	03 25
Haus und Hof: Kleinere Reparaturen im Haushalt / Garten (keine Facharbeiten wie Elektro und Sanitar)	24	03 25

Neue Angebote	Mitglied	seit
Gartenunterstützung: Hilfe im kleinen Garten bei einfachen Arbeiten (z.B. Rasen mähen, Hecke scheiden, Beete richten)→ Einfach mich fragen, ob ich das machen kann ...	24	03 25
Hilfe bei Computer / Technik Problemen: Hilfe bei Computer (Windows, Linux) und Smartphone Problemen Neuinstallation, Update, Datensicherung, allgemeine Fragen Neue Apps installieren, Online Banking Zugänge, Online Behörden Korrespondenz, usw...→ Einfach mich fragen, ob ich das auch kann ...	24	03 25
Allgemeine Technik Hilfe: Hilfe bei TV einrichten, Internet + Telefon einrichten, usw... Einfach mich fragen, ob ich das auch kann ...	24	03 25
Erstellung von Steuererklärungen, insbesondere mittels ELSTER (also online)	24	03 25
Begleitservice: Kleiderkauf, Spaziergänge, Ausflüge, Unterhaltung, Besorgungen, Einkauf, (auch allein)	27	01 25
Näharbeiten	27	01 25
Rund um den Haushalt, Haus-, Garten-, Briefkasten, Tierversorgung im Urlaub	27	01 25
Tierversorgung: Gassi gehen	27	01 25
Soziale Betreuung	27	01 25

Flohmarkt

Flohmarkt: Angebote		seit
LCD TV LT 150 Combi digital terrestrisches Antennenfernsehen und DVD Player Modell LT 150 Combi, 19 Zoll Monitor	7	11 24
Tisch 71 cm x 1,19 und 76 cm (TxBxH) Beine abschraubbar	7	01 25
Multifunktionsgerät (Drucken, Scannen, Faxen) Brother MFC-7440N für 20 Talente/ Schleissheimer	12	03 25

Handwerkliche Tätigkeiten

Handwerkliche Tätigkeiten: Angebote	
Auf- und Abbau von Möbeln und kleinere Reparaturen	92
Fahrradreparatur	2

Handwerkliche Tätigkeiten: Angebote

Fahrradreparatur Kleinere Reparaturen (Licht, Reifen ...)	24
Malern, Möbel aufstellen, Kleinreparaturen (keine Elektrogeräte), Holzarbeiten (sofern gesundheitlich möglich)	26
Haus und Hof: Kleinere Reparaturen im Haushalt / Garten (keine Facharbeiten wie Elektro und Sanitar)	24

Rund um den Garten**Rund um den Garten: Angebote**

Mithilfe im Garten	50
Hilfe und Beratung beim Aussähen, Pikieren von Pflanzen, Blumen, Küchenkräuter und Heilkräutern, auch Unkraut jäten	90
Komme mit Häcksler zu Euch in den Garten	12
Unterstützung bei der Gestaltung nach Feng-Shui-Richtlinien (z.B. Kraftplatz, Reichtumsecke, Kräuterspirale usw.)	95
Rasen mähen, Hecken schneiden, Auf- und Abbau von Gartenmöbeln (sofern gesundheitlich möglich)	26
Blumen gießen, Garten bewässern	34
Mithilfe im Garten (habe auch eine elektrische Heckenschere)	7
Garten im Urlaub etc. situationsbedingt	27
Haus und Hof: Kleinere Reparaturen im Haushalt / Garten (keine Facharbeiten wie Elektro und Sanitar)	24
Gartenunterstützung: Hilfe im kleinen Garten bei einfachen Arbeiten (z.B. Rasen mähen, Hecke schneiden, Beete richten)→ Einfach mich fragen, ob ich das machen kann ...	24

Mithilfe im Haushalt**Mithilfe im Haushalt: Angebote**

Rund um Haushalt, Haus-, Blumen-, Post-, Kleintierversorgung im Urlaub	6
Wäsche waschen, bügeln schrankfertig	50
Tiere, Haus, Garten, Briefkasten	94
Einfache Näharbeiten wie Änderungen, Bügeln	22
Bügeln: Hemden und Blusen	18

Mithilfe im Haushalt: Angebote

Tiere, Haus, Garten, Briefkasten im Urlaub etc. situationsbedingt	27
Haus und Hof: Kleinere Reparaturen im Haushalt / Garten (keine Facharbeiten wie Elektro und Sanitar)	24

Hand- und Näharbeiten**Hand- und Näharbeiten: Angebote**

Perlenkette gerissen? Ich habe Tipps dazu.	12
Kleinere Näharbeiten	32
Nähen: kleine Näharbeiten, z.B. Kosmetiktaschen, Skimäppchen u. ä., auch kleinere Ausbesserungsarbeiten	18
Einfache Näharbeiten wie Änderungen	22
Näharbeiten	27

Feste und Freizeit (Kochen, Vorbereiten, Mithilfe, ...)**Feste und Freizeit (Kochen, Vorbereiten, Mithilfe, ...): Angebote**

Kuchen backen z.B. Hefekuchen vom Blech	50
Vorbereitung und Mithilfe bei Festen	49
Mithilfe bei Veranstaltungen, auch gute Ideen für Partyspiele	29
Demeter Getreide ganz oder frisch gemahlen bzw. geschrotet oder geflockt: Weizen, Roggen, Dinkel, Hafer, Grünkern. In meiner Getreidemühle mit Stahlmahlwerk mahle ich (euer) Getreide.	12
Früchtebrot mit den Wunschzutaten: Haselnüsse, Mandeln, Walnüsse, Trockenobst, Rosinen, Korinthen, Datteln, Feigen, ...	12
Wer kennt noch den Duft von frischem Sauerteigbrot? Bei mir dürft Ihr auch die 'kernigen' Zutaten dazu auswählen. (Kürbis-, Sonnenblumenkerne, Sesam, Leinsaat)	12
Partyservice	37
Ausflüge, Unterhaltung, Spaziergänge	27

Küche: Kochen, Kuchenbacken und sonstiges**Küche: Kochen, Kuchenbacken und sonstiges: Angebote**

Cremetorten, Sahnetorten, Biskuit-Roulade	32
---	-----------

Küche: Kochen, Kuchenbacken und sonstiges: Angebote

Linzer Torte (ideal 14 Tage vorher) und russischer Zupfkuchen	95
---	-----------

Gesundheit und Körperpflege**Gesundheit und Körperpflege: Angebote**

Honigmassage natürliche Gesichtscremes	88
1. Kinesiologische Balance – zum Entspannen und Beseitigen von Blockaden (Dauer ca. 50-60 min.). Tut immer wieder mal gut! 2. Kinesiologische Balance für ein bestimmtes Ziel (z.B. Schmerzfreiheit, besserer Schlaf, bei Allergien etc.) 3. Kinesiologische Balance für die Chakren 4. Kinesiologische Balance für die Körperhaltung 5. Heilarbeit mit Symbolen verschiedener Art - Medizin zum Aufmalen - Bilder, Kalligrafien zum Aufhängen oder bei sich tragen. Bei 1. bis 5. integriere ich Bachblüten, Heilsteine, heilende Musik, diverse Körperübungen – je nach Heilungsbedarf	95
Deo-Creme aus natürlichen Zutaten, besser wirksam als gekauftes Deo, absolut kein Schweißgeruch auch wenn man Polyester o.ä. trägt, Zitronenpeeling in 50ml Döschen, garantiert ohne Mikroplastik. Zur Reinigung der Haut auch im Gesicht anwendbar, durch zugefügtes Mandelöl eine schöne Pflege für die Haut.	39
Hobbyfriseurin	37

Basteln**Basteln: Angebote**

Schöne Weihnachts- und Geburtskarten - ideal zum Basteln, Karten und Geschenkanhänger	29
---	-----------

Unterricht**Unterricht: Angebote**

Nachhilfe Englisch, Deutsch, Französisch; Konversation und Nachhilfe in Englisch	17
---	-----------

Medien**Medien: Angebote**

Telefax und Fotokopien auf Normalpapier Sender-Programmierung von Fernseh- und Videogeräten	6
Telefon: Deutschlandweite Anrufe	94

Rund um den Computer / Technik**Rund um den Computer / Technik: Angebote**

Schwarz/weiß Ausdrücke auf Laserdrucker, Kopien, Scan, Fax Internet Einführung: WWW, Provider, Suchmaschinen, Rund um die eigene Homepage (Erstellung/ Änderung, Hochladen, bei Suchmaschinen anmelden, für Suchmaschinen optimieren, Auswertung von Statistiken) Rund um MS WORD. Z. B.: Tipps und Tricks zur schnellen Formatierung, Gliederung, Formulare; Netzwerktechnik	12
Hilfe bei Computer / Technik Problemen: Hilfe bei Computer (Windows, Linux) und Smartphone Problemen Neuinstallation, Update, Datensicherung, allgemeine Fragen Neue Apps installieren, Online Banking Zugänge, Online Behörden Korrespondenz, usw...→ Einfach mich fragen, ob ich das auch kann ...	24
Allgemeine Technik Hilfe: Hilfe bei TV einrichten, Internet + Telefon einrichten, usw... Einfach mich fragen, ob ich das auch kann ...	24
Allgemeine Technik Hilfe: Hilfe bei TV einrichten, Internet + Telefon einrichten, usw... Einfach mich fragen, ob ich das auch kann ...	24

Schreibarbeiten**Schreibarbeiten: Angebote**

Schreibarbeiten Briefe verfassen und auf PC schreiben, auch englisch	49
Schreibarbeiten von Sekretärin, Übersetzt in Englisch, Hilfe bei Formularen; Korrekturlesen – Rechtschreibprüfung deutsch	6
Korrekturlesen; Gestaltung / Layout jeglicher Drucksachen;	95
einfache Übersetzungshilfen in Englisch, Französisch, Spanisch	17

Autofahrten

Autofahrten: Angebote

Nachts Abholung von S-Bahn oder Flughafen	6
Einkaufen, Arzttermin usw.	94
Kleine Fahrten mit dem Auto	49
Alle mit dem kleinen PKW möglichen Erledigungen – auch zu ungewöhnlichen Zeiten	95
Arzttermin	17
Einkaufsfahrten in Ober- und Unterschleißheim, sowie Fahrten zu Arztterminen	32
Besorgungen fast aller Art (auch allein), "Reisefahrten" z.B. zu den Kindern/ Freunden übers Wochenende, wenn es mit der Bahn zu umständlich ist. Hin- und Rückfahrt. Zu Möbelhäusern und sonstiges auch weiter entfernt. (Sofern gesundheitlich möglich)	26
Fahrdienst auch zu LETS-Märkten	37
Fahrten mit dem Auto	7

Fahrradfahrten

Fahrradfahrten: Angebote

Kurier-Dienste, Besorgungen in der näheren Umgebung, Begleitung bei Tagesausflügen o.ä. (Sofern gesundheitlich möglich)	26
---	-----------

Einkauf

Einkauf: Angebote

Hilfe beim Einkauf	92
Einkaufsfahrten, z.B. Aldi, Lidl	17
Besorgungen fast aller Art (auch allein), zu Möbelhäusern und sonstiges auch weiter entfernt; (sofern gesundheitlich möglich)	26
Lebensmittel aus England z.B. Tee, Biscuit, Custard, Gravy usw. Wenn ich zu Hause bin, kann ich kleinere Besorgungen erledigen.	29
Besorgungen, Einkauf (auch allein)	27

Rund um Tiere

Rund um Tiere: Angebote

Kleintierversorgung	34
Tiere: Versorgung im Urlaub, Gassi gehen, etc.	27

Beratung / Hilfe allgemein

Beratung und Hilfe allgemein: Angebote

<p>Coaching Wenn etwas nervt, oder wenn du mit den Herausforderungen des Alltags oder einer Beziehung frei und gelassen umgehen möchtest, lass dir ein wenig helfen. Die Themen werden ganzheitlich unter Anwendung verschiedener Methoden geklärt und gelöst. (Z. B. „The Journey“ nach Brandon Bays oder Kinesiologie)</p> <p>Lernberatung Lernfreude ist eigentlich die natürliche Antriebskraft des Menschen. Mit Kinesiologie können Blockaden erkannt und überwunden werden. Nach Stressabbau können die eigenen Ressourcen wieder mit Selbstbewusstsein und Freude genutzt werden.</p>	16
Feng-Shui-Richtlinien in Haus, Wohnung, Büro zu berücksichtigen, positive Energien nutzen, Negatives vermeiden bzw. minimieren, um so den bestmöglichen Energiefluss in Räumen zu ermöglichen, das ist mein Ziel. Es gibt bei JEDEM (!) etwas, mit dem sich die Energie im (Wohn-) Raum erhöhen lässt.	95
Begleitservice: Kleiderkauf	27
Erstellung von Steuererklärungen , insbesondere mittels ELSTER (also online)	24

Soziale Betreuung

Soziale Betreuung: Angebote

Begleitservice: bei Spaziergängen, sportlichen Aktivitäten, Bergwandern (Fahrzeug vorhanden) uvam. (Sofern gesundheitlich möglich)	26
Begleitung, Besorgung, Unterhaltung, Unterstützung auch Autofahrten für hilfsbedürftige Personen	34
Begleitservice: Spaziergänge, Ausflüge, Unterhaltung, Besorgungen	27
Soziale Betreuung	27

Verleih/ Ausleihe**Verleih/ Ausleihe: Angebote**

Pari-Boy (Elektrisches Inhaliergerät)	6
Verleih / Beratung Luftentfeuchter	12
Dörrgerät	90
2 Biertischgarnituren zur Ausleihe (müssen abgeholt und wieder gebracht werden)	49

Sonstiges**Sonstiges: Angebote**

Kostenlose Zustellung vor 9.00 Uhr (BILD und WELT am Sonntag), Normalpreis, kein Abo Beteiligung an Zeitungs-Abo (TZ) in USH Begleitung zum Geocaching – Schnitzeljagd per GPS (Fahrrad/Auto)	6
Für einzelne Räume oder ganze Häuser bzw. Wohnungen, Büros biete ich eine Raumreinigung an. Je nach Bedarf mit Räuchern, Klängen o.ä. – kann ich kinesiologisch austesten. Wichtig bei Umzug! Und 2-mal jährlich – wie der Frühjahrsputz	95
Biete Übernachtung auch für mehrere Personen	50
Biete Übernachtung in Bad Orb im schönen Spessart in Hessen; Übernachtungsmöglichkeit auf einem Schlafsofa in einem schönen Fachwerkhaus in der Altstadt. Im Haushalt leben 2 kleine Hunde, pro Übernachtung 20 Schleißheimer	39
Erstellung von Steuererklärungen , insbesondere mittels ELSTER (also online)	24

Zum Schluss

Umrechnung 'Zeit' ⇔ 'Talente' ⇔ 'Euro':

Generell gilt: Bei Tauschgeschäften sollte Mann/ Frau sich vorher einigen!

Anhaltswerte bei uns sind:

Zeit	(Schleißheimer)	(Sachleistungen)
1 Stunde =	20 Talente =	10,00 Euro
30 Minuten =	10 Talente =	5,00 Euro
15 Minuten =	5 Talente =	2,50 Euro
3 Minuten =	1 Talent =	0,50 Euro

Beim Tauschen mit anderen Tauschringen wird die Zeiteinheit (Stunden, Minuten) zugrunde gelegt, da in anderen Tauschringen eine andere Tausch-Einheit der Zeit zugeordnet sein kann.

Zur Erinnerung (Kopie aus den Regeln):

Fahrkosten sind den Mitgliedern, welche zu Erbringung einer Leistung Verkehrsmittel in Anspruch nehmen, so zu erstatten, wie sie auch von den Finanzämtern erstattet werden. (z. Zt. 0,30 € pro km oder ÖPNV), ist aber immer Verhandlungssache der Tauschpartner.

Was es ist

Erich Fried (1921 – 1988) **Was es ist** 1983

Es ist Unsinn
sagt die Vernunft
Es ist was es ist
sagt die Liebe

Es ist lächerlich
sagt der Stolz
Es ist leichtsinnig
sagt die Vorsicht

Es ist Unglück
sagt die Berechnung
Es ist nichts als Schmerz
sagt die Angst

Es ist unmöglich
sagt die Erfahrung

Es ist aussichtslos
sagt die Einsicht
Es ist was es ist
sagt die Liebe

**Es ist was es ist
sagt die Liebe**