

Marktzeitung III/2025

Schleissheimer Tauschring

Weitere Informationen:

Kontakt: Oberschleißheim: Helga Bauer 089 / 315 53 46
 Unterschleißheim: Petra Gaussmann 0176 2067 1653

Mail: info@schleissheimer-zeitung.de

www.schleissheimer-tauschring.de



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

Termine und Ort:

OSH DO **18. September 2025 19 Uhr im 'WIR'**

OSH DO **11. Dezember 2025 19 Uhr im 'WIR'.**

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

Unterschleißheim: leider aktuell kein Raum und kein Termin.

Inhaltsverzeichnis

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

Aktuelles / Neues

Zu verschenken		seit
- Readers Digest kleine Heftchen, ältere Jahrgänge - Spitzendeckchen rund und oval, teils gehäkelt - 6-er Flaschenträger aus Hartplastik - Styropor Reste - Sonnenschirmständer aus Stein, Ø 50 cm, gegen Abholung in Kösching (Ingolstadt)	88	07 25

- normaler Kühlschrank, älteres Modell mit Eisfach, Abholung in Kösching (Ingolstadt) - Autokindersitz mit abnehmbarer Rückenlehne, für Kindergartenkinder und größer	88	07 25
--	-----------	--------------

Gesuche		seit
Handwerker, die meine Gartenterrasse an den Stufen (Fliesen) wieder anmörteln.	88	06 25
Tip-Toi Bücher für Kinder	88	06 25
Kleine Sprühflaschen	88	07 25

Flohmarkt

Flohmarkt: Angebote

		seit
Tisch 71 cm x 1,19 m und 76 cm (TxBxH) Beine abschraubbar	7	01 25
- Kupferkessel, ca. 40 cm hoch und Durchmesser 50 cm, 40 P - eckiger, weißer Plastikklapptisch, ca. 1,50 m lang, 20 P - Kupferschale (kleines Loch mittig) mit Kupferständer (vierseitig), 20 P - Gefrierschrank Privileg, mit 5 Schüben, Öko, Energiesparer, ca. 1,40 m hoch, abzuholen in Kösching (Ingolstadt) 100 P - BW-Gartenhose hellgrün, Rosenmotiv, Gr. XL, ca. 48/50, unbenutzt 20P - Glasdeckel z.B. für Pfannen Ø 23-25cm, 6 P - Holzfass, schmal als Schirmständer, bemalt mit Blumenmotiv 40 cm hoch, Ø 17 cm, als Schirmständer 8 P - Holzgartenstühle 2 St, weiß mit Lehne, klappbar, 30 P - Duschhocker, weiß, Modell Tayo, Nr 04 mit Griffen und Rücklehne 100 P - Stuhl, weiß zum Klappen mit Fuß/Beinauflage, Metall und starke Plastikverbindungsstreifen ohne Auflage 15 P - Holztruhe aus Eiche, schwer, vorne mit Verzierung, abzuholen Nähe Kösching (Ingolstadt) 90 x 45 cm 50 hoch auf Füßen - Einkochautomat, neu, Modell Grafner EA10742, auch als Glühweintopf benutzbar, 10 l, 50 P - beiger Tonkrug, bauchig, gerillt, 21cm hoch, als Vase benutzbar 8 P - blaue Tonkrüge für Wein 0,2 l und 0,5 l je 5 P - Fahrradgepäckträger, schwarzes Gitter, 10 P - frischer Salbei, auf Anfrage	88	06 25

Flohmarkt: Angebote**seit**

- 2 Weingärbottiche/Karaffen aus grünem Glas, bauchig, oben nur mit Korken, je 10 P - schmiedeeiserner Kerzenleuchter, 3-armig, für Tisch, 38 breit u 30 cm hoch, 15 P - schmiedeeiserner Lampenschirm mit 3 herabhängenden Glühbirnen im gelben Glas (noch abzuklemmen) 30 P - Schmiedeeisernes Gitter als Garderobe mit Hutablage, genaueres auf Anfrage, 60 P - 2 stabile Krücken, schwarz, 150 kg belastbar, verstellbar, mit Gummifüßen, 40 P - Ratantisch auf 4 Füßen, runde braune Tischplatte .Ø 70cm, mit selbstgemaltem Blumenmotiv. abschleifbar, 70hoch, 20 P - Porzellanteller mit Rotmilanmotiv 5 P - Balkonblumenbehälter aus Kunststoff 50x25 und 20 hoch 10 P. - Steintopf in blau mit Aufschrift `Rumtöpfe` ohne Deckel, 1 l, 5 P - Zinnteller Ø 25cm, mittig 1 Blumenmotiv, nach Vereinbarung <u>Selbstgemachtes:</u> - Schwedenkräuter 0,2l 8P - Marmelade /Zwetschge, Johannisbeere s/w, Apfel, teils gemischt ab 4 P - Johanniskrautöl ca. 50ml, 3 P	88	06 25
Schöne schwarze Ledercouch in gutem Zustand, 200 x 90 cm. Rückenkissen mit Reißverschluss, Gegen Abholung in Oberschleißheim. Foto auf Anfrage.	92	06 25

Handwerkliche Tätigkeiten**Handwerkliche Tätigkeiten: Angebote**

Auf- und Abbau von Möbeln und kleinere Reparaturen	92
Fahrradreparatur	2
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 Sanitär)	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
Haus und Hof: Kleinere Reparaturen im Haushalt / Garten (keine Facharbeiten wie Elektro und Sanitär)	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-, Kleintiersversorgung im Urlaub	6
Wäsche waschen, bügeln schrankfertig	50
Tiere, Haus, Garten, Briefkasten	94
Einfache Näharbeiten wie Änderungen, Bügeln	22
Bügeln: Hemden und Blusen	18
Haus und Hof: Kleinere Reparaturen im Haushalt / Garten (keine Facharbeiten wie Elektro und Sanitär)	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

Hand- und Näharbeiten: Angebote

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

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

Honigmassage	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	95

Gesundheit und Körperpflege: Angebote

- 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
---	-----------

Rund um den Computer / Technik: Angebote

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 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

Rund um Tiere**Rund um Tiere: Angebote**

Kleintierversorgung	34
---------------------	-----------

Beratung / Hilfe allgemein**Beratung und Hilfe allgemein: Angebote**

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)	16
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.	
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

Beratung und Hilfe allgemein: Angebote

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

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.

Sieben Todsünden der modernen Gesellschaft

Sieben Todsünden der modernen Gesellschaft

Mahatma Gandhi (1869 – 1948)

Reichtum ohne Arbeit.

Genuss ohne Gewissen.

Wissen ohne Charakter.

Geschäft ohne Moral.

Wissenschaft ohne Menschlichkeit.

Religion ohne Opfer.

Politik ohne Prinzipien.