



Schleissheimer Tauschring

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

Marktzeitung IV / 2026

Weitere Informationen:

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

Mail: Info@schleissheimer-tauschring.de

Zeitung: Info@schleissheimer-tauschring.de

WEB: www.schleissheimer-tauschring.de

Eilige Inserate: eilig@schleissheimer-tauschring.de



Termine und Ort:

USH	MI Treffen	14. Oktober	19 Uhr	AWO
OSH	DO Treffen	10. Dezember	19 Uhr	VHS
OSH	DO Treffen	18. Februar	19 Uhr	VHS

OSH: **Oberschleißheim:** Volkshochschule (VHS) Raum 6,
Prof.-Otto-Hupp-Str 26c

USH: **Unterschleißheim:** AWO Begegnungszentrum für Senioren
Pegasusstraße 18

Inhaltsverzeichnis

INHALTSVERZEICHNIS.....	2
AKTUELLES / NEUES.....	2
FLOHMARKT.....	3
HANDWERKLICHE TÄTIGKEITEN.....	4
RUND UM DEN GARTEN.....	4
MITHILFE IM HAUSHALT.....	5
HAND- UND NÄHARBEITEN.....	6
FESTE UND FREIZEIT (KOCHEN, VORBEREITEN, MITHILFE, ...).....	6
KÜCHE: KOCHEN, KUCHENBACKEN UND SONSTIGES.....	6
GESUNDHEIT UND KÖRPERPFLEGE.....	7
BASTELN.....	7
UNTERRICHT.....	8
MEDIEN.....	8
RUND UM DEN COMPUTER / TECHNIK.....	8
SCHREIBARBEITEN.....	9
AUTOFAHRTEN.....	9
EINKAUF.....	10
RUND UM TIERE.....	10
BERATUNG / HILFE ALLGEMEIN.....	10
VERLEIH/ AUSLEIHE.....	11
SONSTIGES.....	11
ZUM SCHLUSS.....	12
DER WALD.....	12

Aktuelles / Neues

Aktuelles / Neues: Angebote	Mitglied	seit
Kräuter und Kräutersalze	40	09 26
Diverse Handarbeiten (bestickte Geschirrtücher, Klo-Rollen-Verstecker u v.m.) Komplettes Angebot auf Hobbykünstlermärkten oder bei mir.	57	06 26
Kuchenbacken: z.B. Zitronen-Mandel-Tarte	57	06 26
Holunderblütengelee	57	06 26
Selbstgemachte Nudeln, (Tagliatelle, Spaghetti) aus Weizen oder Dinkel	57	06 26
Begleitung zum Kleiderkauf	67	06 26
Begleitung zu Terminen, die man nicht alleine machen will oder kann	67	06 26
Bügeln (Wäsche; Hemden, Blusen, Kleider	67	06 26

Aktuelles / Neues: Angebote

	Mitglied	seit
Wäsche sortieren	67	06 26
Zuhören: Willst Du Deine Geschichte erzählen oder Dir was von der Seele reden? Ich kann zuhören.	67	06 26
Spazieren: Willst Du nicht alleine Spaziergehen? Wir können in einen Park oder in die Stadt fahren und zusammen einen schönen Nachmittag haben.	67	06 26
Winterreifen auf Alufelgen zu verkaufen. Talente VB UNIROYAL MS plus 66 235/45 R17 94 H / MS Tubeless Profiltiefe ca. 6 mm. Abzuholen in Fahrenzhausen.	67	06 26

Aktuelles / Neues: Gesuche

	Mitglied	seit
Bügeln	40	09 26
Nähmaschine richten	40	09 26
Fensterputzen inkl. Kunststoff-Rahmen	67	06 26
Mithilfe bei Gartenarbeiten, auch 'grobe' Arbeiten (alter, eingewachsener 'rustikaler' Garten)	57	06 26

Aktuelles / Neues: Kostenlos

	Mitglied	seit
Kombiträger für Fahrräder und Ski für's Auto mit Anhängerkupplung. Der Träger wird auf der Anhängerkupplung befestigt, bietet Platz für zwei Fahrräder oder 4 Paar Skier. Abzuholen in Fahrenzhausen.	67	06 26
Winterreifen auf Stahlfelgen DUNLOP M+S SP WINTER SPORT M3 185/65 R15 88T Profiltiefe ca. 5 mm. Abzuholen in Fahrenzhausen.	67	06 26

Flohmarkt**Flohmarkt: Angebote**

	Mitglied	Seit
Winterreifen auf Alufelgen zu verkaufen. Talente VB UNIROYAL MS plus 66 235/45 R17 94 H / MS Tubeless Profiltiefe ca. 6 mm. Abzuholen in Fahrenzhausen.	67	06 26
Motorradausrüstung: hochwertig , gebraucht und gut erhalten. Alle Artikel können natürlich einzelnd abgegeben werden • Klapphelm Schubert C4, Schwarz / Grau / Orange KTM Design, Innenvisier gegen Beschlagen, Sonnenvisier zum herunterklappen, Größe M • Klapphelm Schubert C4 TOURATCH orange, weiß, schwarz KTM Design, AVENTURO, verstellbarer und abnehmbarer Enduroschirm, Größe M • Teilbarer Lederkombi, Hein Gericke, schwarz, mit Reißverschluss fest verbunden, gute Protektoren, Größe ca. 52	67	06 26

Flohmarkt: Angebote**Mitglied****Seit**

• Zweiteiliger Textil Sommeranzug, KTM, sehr luftig und winddurchlässig, schwarz mit orange und weiß, gute Protektoren, Hose: Größe XL/36, Jacke: Größe L • Zweiteiliger Touren Textilanzug, KTM, schwarz mit Echtlederapplikationen, wasserdicht, herausnehmbares Thermofutter, gut platzierte Lüftungsmöglichkeiten, gute Protektoren, KTM Design. Hose: Größe XL. Jacke: Größe L • Motorradstiefel, Daytona, Goretex, mit herausnehmbarem Innenschuh, sehr guter Schutz durch Karbonschale, Größe 39 • Motorradstiefel, Daytona, Goretex, mit herausnehmbarem Innenschuh, sehr guter Schutz durch Karbonschale, Größe 45 Monokey Topcase GIVI, Heckkoffer mit Trägerplatte, Platz für 2 Helme Größe: 42 L	67	06 26
• Monokey Topcase GIVI, Heckkoffer mit Trägerplatte, Platz für 2 Helme Größe: 47 L • Hub Ständer, 2 Stück, mit Hand-/Fußhebel, bis 130 Kg • Diverses Zubehör: Handschuhe, Nierengurt, Halstücher, Nackenstützen, wasserdichte Hecktasche, weitere Protektoren, wasserdichte Socken...	67	06 26

Flohmarkt: Gesuche

Tip-Toi Bücher	88	06 25
----------------	-----------	--------------

Handwerkliche Tätigkeiten**Handwerkliche Tätigkeiten: Angebote**

Auf- und Abbau von Möbeln und kleinere Reparaturen	92
Fahrradreparatur	02
Fahrradreparatur Kleinere Reparaturen (Licht, Reifen ...)	24
Möbel aufstellen, Kleinreparaturen (keine Elektrogeräte), Holzarbeiten (Nach Rücksprache, sofern gesundheitlich möglich)	26
Haus und Hof: Kleinere Reparaturen im Haushalt / Garten (keine Facharbeiten wie Elektro und Sanitär)	24
Gemeinsame Kerzenherstellung aus Kerzenresten	90
Fahrrad Lichter anbringen	30

Handwerkliche Tätigkeiten: Gesuche

Nähmaschine richten	40
Handwerker, die meine Gartenterrasse an den Stufen (Fliesen) wieder anmörteln	88

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

Mithilfe im Garten	50
Komme mit Häcksler zu Euch in den Garten	12

Rund um den Garten: Angebote

Hilfe und Beratung beim Aussähen, Pikieren von Pflanzen, Blumen, Küchenkräuter und Heilkräutern, auch Unkraut jäten	90
Unterstützung bei der Gestaltung nach Feng-Shui-Richtlinien (z.B. Kraftplatz, Reichtumsecke, Kräuterspirale usw.)	95
Auf- und Abbau von Gartenmöbeln (Nach Rücksprache, sofern gesundheitlich möglich)	26
Mithilfe im Garten (habe auch eine elektrische Heckenschere)	07
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 scheiden, Beete richten)→ Einfach mich fragen, ob ich das machen kann ...	24
In OSH: Im "naturnahen" Garten mitarbeiten und evtl. beraten.	09

Rund um den Garten: Gesuch

Hilfe beim Anpflanzen, Rasenpflege, und Jäten	86
Mithilfe bei Gartenarbeiten, auch 'grobe' Arbeiten (alter, eingewachsener 'rustikaler' Garten)	57

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

Blumen-, Post-, Kleintiersversorgung im Urlaub	06
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
In OSH: Während des Urlaubs den Garten gießen und den Briefkasten leeren.	09
In OSH: Während des Urlaubs die Blumen im Haus gießen und den Briefkasten leeren.	09
Bügeln (Wäsche; Hemden, Blusen, Kleider)	67
Wäsche sortieren	67

Mithilfe im Haushalt: Gesuch

Bügeln	40
Fensterputzen inkl. Kunststoff-Rahmen	67

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
Diverse Handarbeiten (bestickte Geschirrtücher, Klo-Rollen-Verstecker u v.m.) Komplettes Angebot auf Hobbykünstlermärkten: 12./13.09.2026 OSH Bürgerhaus oder bei mir.	57

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
Früchtebrot mit den Wunschzutaten: Haselnüsse, Mandeln, Walnüsse, Trockenobst, Rosinen, Korinthen, Datteln, Feigen, ...	12
Partyservice	37
Ausflüge, Unterhaltung, Spaziergänge	27

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

Kräuter und Kräutersalze	40
Cremetorten, Sahnetorten, Biskuit-Roulade	32
Linzer Torte (ideal 14 Tage vorher) und russischer Zupfkuchen	95
Kuchenbacken: z.B. Zitronen-Mandel-Tarte	57
Holunderblütengelee	57
Selbstgemachte Nudeln, (Tagliatelle, Spaghetti) aus Weizen oder Dinkel	57

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

Honigmassage natürliche Gesichtscremes	88
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
Kosmetische Fußpflege bei Ihnen zu Hause. Nach erstem Kennenlernen und wenn alles passt: Nägel kürzen, Nagelbett trimmen, Nägel lackieren, Füße eincremen; Voraussetzungen: keine relevanten/ gravierenden Vorerkrankungen, eigene Instrumente und Pflegeprodukte, Desinfektionsmittel, Schüssel zum Einweichen; Dauer ca. 30 Min. – 1 h.	86
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
Beinwell-Balsam / Baumharz-Balsam / Ringelblumensalbe	90
Hobbyfriseurin	37

Basteln**Basteln: Angebote**

Schöne Weihnachts- und Geburtskarten - ideal zum Basteln, Karten und Geschenkanhänger	29
Gemeinsame Kerzenherstellung aus Kerzenresten	90
Erstes Heranführen an die Musik für Kinder oder Junggebliebene. Ausprobieren (und Basteln?) von Orff Instrumenten, Singen, später ggf. Xylofon, Blockflöte	86

Basteln: Gesuch

Kerzenreste	90
-------------	-----------

Unterricht**Unterricht: Angebote**

Nachhilfe Englisch, Deutsch, Französisch; Konversation und Nachhilfe in Englisch	17
Erstes Heranführen an die Musik für Kinder oder Junggebliebene. Ausprobieren (und Basteln?) von Orff Instrumenten, Singen, später ggf. Xylofon, Blockflöte	86
Mathe, Physik, Chemie, Bio. Tipps beim Studieren Bio bis zum Abi-Niveau. Die anderen Fächer bis zum Grundstudium. Regelmäßig (0,5 – 1 h pro Woche) oder einmalig. Vorbesprechung zu Ermittlung der Lernziele (Rücksprache mit Lehrern oder auch Modulhandbüchern.)	86

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**

Netzwerktechnik	12
Schwarz/weiß Ausdrücke auf Laserdrucker, Kopien, Scan, Fax...	12
Internet Einführung	12
WWW, Provider, Suchmaschinen, Rund um die eigene Homepage (Erstellung/ Änderung, Hochladen, bei Suchmaschinen anmelden, für Suchmaschinen optimieren, Auswertung von Statistiken)	12
Hilfe am PC	64
Hilfe bei Excel oder Word	30
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

Rund um den Computer / Technik: Angebote

Software installieren, PC-Reinigungssoftware (kostenpflichtig), PC schneller machen, Arbeitsspeicher austauschen, ...	30
---	-----------

Rund um den Computer / Technik: Gesuche

3D-Druckmöglichkeit mit kleiner Beratung (Machbarkeit). Ich würde gerne ein paar Teile gedruckt bekommen; PLA ist bei Bedarf vorhanden	86
--	-----------

Schreibarbeiten**Schreibarbeiten: Angebote**

Schreibarbeiten von Sekretärin, Hilfe bei Formularen; Korrekturlesen – Rechtschreibprüfung deutsch	6
Korrekturlesen; Gestaltung / Layout jeglicher Drucksachen;	95
einfache Übersetzungshilfen in Englisch, Französisch, Spanisch	17
Hilfe bei Schriftverkehr mit Behörden	30
Englische Briefe korrigieren	30
Schriftverkehr	30

Autofahrten**Autofahrten: Angebote**

Fahrten mit dem Auto	64
Einkaufen, Arzttermin usw.	94
Kleine Fahrten mit dem Auto	49
Einkaufen per KFZ z. B. in DAH hauptsächlich Lebensmittel in großen Mengen: LIDL, ALDI, Kaufland vorwiegend Sonderangebote meist ab 30. bis 05. im Monat.	30
Alle mit dem kleinen PKW möglichen Erledigungen – auch zu ungewöhnlichen Zeiten	95
Arzttermin	17
Einkaufsfahrten in Ober- und Unterschleißheim, sowie Fahrten zu Arztterminen	32
Fahrdienst auch zu LETS-Märkten	37
Fahrten mit dem Auto	7
Kleine Fahrten mit dem Auto	30
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. (Nach Rücksprache, sofern gesundheitlich möglich)	26

Autofahrten: Angebote

Fahrten zum Flughafen	30
Fahrten mit dem Auto z. B. Zum arzt, Einkaufen	67

Einkauf**Einkauf: Angebote**

Hilfe beim Einkauf	92
Einkaufsfahrten, z.B. Aldi, Lidl	17
Lebensmittel aus England z.B. Tee, Biscuit, Custard, Gravy usw. Wenn ich zu Hause bin, kann ich kleinere Besorgungen erledigen.	29
Hilfe beim Einkaufen	64

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

In OSH: Mit dem Hund Gassi gehen.	09
-----------------------------------	-----------

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

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
Erstellung von Steuererklärungen , insbesondere mittels ELSTER (also online)	24
In OSH: Jemanden beim Spaziergang begleiten. In OSH: Zum Arzt zu Fuß begleiten. Meditatives Spazierengehen oder Wandern. Achtsamkeitsübung!	09
Hilfe bei Anträgen	64
Hilfe bei Behördenschreiben	64
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) 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.	16
Begleitung zum Kleiderkauf	67

Beratung und Hilfe allgemein: Angebote

Begleitung zu Terminen, die man nicht alleine machen will oder kann	67
Zuhören: Willst Du Deine Geschichte erzählen oder Dir was von der Seele reden? Ich kann zuhören.	67
Spazieren: Willst Du nicht alleine Spaziergehen? Wir können in einen Park oder in die Stadt fahren und zusammen einen schönen Nachmittag haben.	67

Beratung und Hilfe allgemein: Gesuch

Wohnungssitting in meiner Abwesenheit (am frühen Abend oder nachmittags) für ein paar Stunden (Einbruch-Prophylaxe)	30
---	-----------

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

Verleih / Beratung Luftentfeuchter	12
Ausleihe von Gesellschaftsspielen: Liste auf Anfrage	86
Ausleihe von Gartengeräten: Bodenfräse, Leiter, Zugseilastschere	86
Dörrgerät	90
2 Biertischgarnituren zur Ausleihe (müssen abgeholt und wieder gebracht werden)	49
Bohrmaschine verleihen (mit Mann dran)	30

Sonstiges**Sonstiges: Angebote**

Biete Übernachtung auch für mehrere Personen	50
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
Erstellung von Steuererklärungen , insbesondere mittels ELSTER (also online)	24
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

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. (**neu: 0,38 €** pro km oder ÖPNV), ist aber immer Verhandlungssache der Tauschpartner.

Der Wald

Ich bin der Wald,
Ich bin uralte,
Ich hege den Hirsch,
Ich hege das Reh,
Ich schütz euch vor Sturm,
Ich schütz euch vor Schnee,
Ich wehre dem Frost,
Ich wahre die Quelle,
Ich hüte die Scholle,
Bin immer zu Stelle,
Ich bau euch das Haus,
Ich heiz euch den Herd,
Drum, ihr Menschen,
haltet mich wert!

Inschrift an einem Forsthaus aus dem 17. Jahrhundert