

A Haushalt / Garten / Einkaufen

A01 Näharbeiten	12, 18, 21, 38, 39, 54, 67,
A02 stricken / häkeln	15, 24, 72,
A03 bügeln	16, 18, 21, 22, 23, 55,
A04 Hemdenpflege	21, 22,
A05 putzen helfen	16, 18, 21, 22, 60, 76, 78,
A06 einkaufen	12, 14, 15, 16, 18, 20, 21, 22, 25, 29, 34, 35, 38, 41, 48, 55, 58, 60, 63, 66, 69, 77,
A07 Gardinen auf-/abhängen	43, 72,
A08 Fahrdienste	12, 13, 18, 20, 21, 22, 32, 38, 40, 57, 72,
A09 kochen bei Familienfesten	29, 39, 64,
A10 Raum für Festlichkeiten	25,
A11 kreative Küche; international	64, 67,
A11 kreative Küche; national	64,
A12 Backwaren - Kuchen	11, 14, 15, 20, 32, 34, 39, 48, 55, 64, 66, 69, 72,
A12 Backwaren - Torten	64,
A12 Backwaren - Vollkornkuchen	76,
A13 Gartenarbeit	12, 18, 21, 24, 32, 54, 57, 60, 63,
A14 Gartengestaltung	27, 37,
A15 Grabpflege	26, 46, 69,
A16 Urlaubshilfe	15, 16, 21, 22, 26, 29, 48, 55, 58, 60, 66, 69, 72,
A17 Salate machen - diverse	32, 34, 55,
A17 Salate machen - Kartoffel	55, 69,
A17 Salate machen - Nudel	55,
A18 Marmelade kochen	22,
A19 Tafelsilber putzen	66,
A20 Party Unterstützung / Gestaltung	27, 32, 54, 64, 77,

B Handwerkliche Hilfen

B01 Haus- und Gartenhilfe	11, 13, 43, 57, 61, 63, 69,
B02 Haus Renov./Tapezieren	21, 22, 29,
B03 Fahrradreparaturen	11, 24, 61, 76,
B04 Transporte mit dem Hänger	13, 24, 61, 76,

Hinweis: alle angebotenen Leistungen sind vom Umfang her als Gefälligkeiten zu verstehen und werden nicht in gewerblichem Umfang angeboten !

B05 Holz-und Metallarbeiten	44, 61,
B06 Kunstgew. Reparaturen	44,
B07 kleine Quiltarbeiten	
B08 kleine Elektro-/ Elektronikrep.	44, 74,
B09 kleine Sanitärarbeiten	43, 44, 61,
B10 Planung/Beratg. v. Renovierung	27, 61, 74,
B11 Reinigung mit Hochdruckreiniger	13,
B12 Mithilfe bei Umzügen	22, 66, 72,
B13 Bücher binden u. reparieren	44,
B14 Pkw reinigen / Radwechsel	11, 21, 24,
B15 Haarpflege	22, 48,
B16 helfen bei der Ernte	46, 72,
B17 Möbel auf-/ abbauen	21, 61, 63, 74, 79,
B18 Hausrenovierung planen (Energie)	61,

C Computer / Büro / Technik

C01 PC Hilfe / iMac / iPad	10, 35, 44, 51, 62, 76,
C02 PC Neuinstallation	10, 51, 62,
C03 Internet Einstieg	13, 44, 62, 74,
C04 eBay Einstieg / erste Schritte	13, 21, 64, 74,
C05 Microsoft Pgm. kennen lernen	49, 53, 62,
C06 Software trainieren/ erklären	
C07 OpenOffice Pgm. kennen lernen	10, 62,
C08 PCs vernetzen (inkl. WLAN)	10, 62, 74,
C09 DSL Einrichtung	10, 74,
C10 Homebanking beraten	45, 62,
C11 Internet Recherche	19, 21, 62, 74,
C12 Web-Design/ -Erstellung HP	51, 62,
C13 Digitalfotos be-/ verarbeiten	27, 37,
C14 Videofilm auf DVD umsetzen	10,
C15 Technisch. Geräte einrichten	10, 44,
C16 Photovoltaik planen / überwachen	74,

Hinweis: alle angebotenen Leistungen sind vom Umfang her als Gefälligkeiten zu verstehen und werden nicht in gewerblichem Umfang angeboten !

C17 Fotos u. Dias digitalisieren	34,
C18 PC-Schulungen (Frauen/Senioren)	34,
C19 Fotobuch erstellen	27,

D Betreuung / Unterstützung / Umterhaltung

D01 Babysitter	11, 14, 15, 20, 32, 41, 66,
D02 Kinderbetreuung- u. Beschäftigung	18, 20, 21, 27, 41, 69,
D03 Kindergestaltungstage (Orga+Hilfe)	41,
D04 Hausaufgaben- u. Lernbetreuung	33, 34, 66,
D05 Lern- u. Nachhilfe	27, 33, 52, 76,
D06 Stress-Situationen junge Mütter	29,
D07 Haushaltsorga / Kontoführung	37, 41, 53,
D08 Schreibarbeiten / Briefe aufsetzen	13, 31, 33, 38, 52, 69,
D09 Stromanbieter wechseln	45, 74,
D10 Behördenformulare	26, 45,
D11 Spaziergänge begleiten	12, 18, 22, 25, 35, 38, 41, 48, 63, 65, 66, 69,
D12 Rollstuhlfahrer begleiten	
D13 Krankenbesuche	15, 18, 37, 63, 66,
D14 Spielen (Karten, Scrabble etc)	35, 41, 46, 57, 69,
D15 Vorlesen	12, 33, 41, 46, 66,
D16 Theaterbesuche begleiten	39, 58,
D17 Urlaubsplanung (Region fragen)	27, 57,
D18 Tierbetreuung	16, 29, 38, 39,
D19 Begleitung für ungeübte Autofahrer	49,
D20 Unterstützung bei Bewerbungen	31, 79,
D21 Beratung für Ehrenamtliche	31,
D22 Wochenend-Begleitung (Tagesfahrten)	77,
D23 Fahrkartenautomaten-Training	66,

E Kreatives / Musik / Sprachen

E01 Konversation in Fremdsprachen	41, 65,
E02 Sprachunterricht	
E03 Übersetzungen	57,

Hinweis: alle angebotenen Leistungen sind vom Umfang her als Gefälligkeiten zu verstehen und werden nicht in gewerblichem Umfang angeboten !

E04 Malerei	25, 37,
E06 Literaturaustausch	
E07 Klavierspiel (zuhören)	46,
E08 Singen (gemeinsam)	22, 41,
E09 Dekoration (Ikebana)	18, 75,
E10 Bastellarbeiten	75,
E11 Tanzgruppe (Kreistanz/Circle Dance)	65,
E12 Tanzsolo für Feiern (südost-asiat.)	65,

F Gesundheit / Vertrauliches

F01 Reiki-Methode	62,
F02 Yoga-Anleitung /-Übungen	
F03 Ernährungstipps	
F04 Körperpflege (Unterst.+ Beratung)	29,
F05 medizinische Fragen erklären/beraten	
F06 Arztbesuche begleiten	18, 19, 69,
F07 Schuldnerberatung	26, 53,
F08 Partnerschaftsberatung	41,
F09 Biokiste, Mehl+Korn mahlen	76,
F10 Vollwertbrot backen	
F11 Astrologieberatung	41,

G Sonstiges

G01 Planung u. Gestaltung	31,
G02 Ahnenforschung	37,
G03 Wohnung-Suche u. Verkaufshilfe	31,
X01 Startpunkte neues Mitglied	200,
X02 Punkte aus der Übernahme/ XFer	200,
X03 Mitglieder unterstützen ZTB-Feste	200,
X04 Mitglieder unterstützen ZTB	
X05 Datenbankpflege	
X06 ZTB-Orga	10, 19, 20, 74,

Hinweis: alle angebotenen Leistungen sind vom Umfang her als Gefälligkeiten zu verstehen und werden nicht in gewerblichem Umfang angeboten !