

MARKTZEITUNG MERCATO



BANCA DEL TEMPO RAIT DA BARAT ZEIT-TAUSCH-NETZ SÜDBÜNDEN

www.tauscheria.ch

März 2022 – marzo 2022

ANGEBOTE OFFERTE

Beratung & Schulung consulenza e istruzione

Basteln mit Erwachsenen und Kindern

Basteln Sie gerne und möchten neue Techniken lernen oder möchten Sie, dass Ihre Kinder im Basteln begleitet und gefördert werden, dann bin ich die richtige Person dafür. Ich bastle sehr gerne und habe pädagogisches und fachliches Wissen sowie eine grosse Kreativität.

Scuol / tsb112

Beratung bei Wohnambiance verbessern

Möchten Sie Ihre Wohnambiance verbessern und wissen nicht wie? Ich berate Sie gerne fundiert, damit Sie sich in Ihren eigenen 4 Wänden wohl fühlen und Ihre persönliche Energiequelle zu Hause optimieren.

Scuol / tsb112

Vitalstoffberatung

Möchten Sie sich gesund, fit und schön fühlen? Als Vitalstoffberaterin kann ich Sie grundlegend beraten.

Scuol / tsb112

Computerhilfe & Reparatur

∞

Support und Schulung

Fehlersuche und Behebung, Rechnerumzug, Integration, Windows auf Mac,

Datenrettung, Datarecovery, Wiederherstellung verlorener Dateien Ordern und Archiven Synchronisation, Backup, Data-Distribution. - Ich behebe auch ganz einfach: Fehler!

Welcher Computer ist sinnvoll oder welches Handy:

muss es ein iPhone sein? - oder besser ein Samsung oder Huawei? Was gibt es kostenlos oder günstig / preiswert als App um:

Spam Anrufe zu blockieren, nervige Sachen einfacher zu lösen und oder welche App ist wirklich sinnvoll und was soll man einfach löschen?

- Wie klappt das (besser) mit meinem Mac oder Windows oder Linux? Virenfrei und Malware für immer vorbei....

Hardwarereparatur

Displays, Tastatur, Festplatte - läuft nicht - ich repariere es - ach quatsch heute nennt sich das ja upcycling *g*

Mehr aus einem Gerät rausholen... Multiboot, Triple-Boot - MacOS, Windows und Linux auf demselben Gerät ?

Kein Problem - egal welche Hardware: Laptop, Desktop - All in one.

Bei einiger Windows Hardware sogar MacOS neben Windows und/oder Linux.

Sent / tsb263

Misten, Ausmustern, Ausräumen, Aussortieren, Wegräumen

Sich von Dingen zu trennen, ist nicht immer einfach.

Biete Euch meine Hilfe beim ausräumen, misten, wegräumen etc. an.

Ob Kleiderschrank oder Scheune. Freue mich darauf.

Sent / tsb263

Reiseberatung

Ich biete vollen Service für eure Reise/n an - von Beratung über Organisation bis Buchung jeder Reiseart, jedes Beförderungsmittel: Bahn, Flug, Schiff, Mietwagen - jede Unterkunft: Hotel, Appartement, Ferienhaus, Villa - ganz nach stimmender Art und Destination.

Beratung und Buchung für besondere Gesundheitsreisen: Ayurveda Kuren, Zahnarzt Besuch in Ungarn / Budapest z.B. und anderen Wellness- oder Rehabilitationskuren.

Sent / tsb263

Beratung Haustechnik

Ich berate dich, wenn du Probleme hast mit der Heiztechnik (Heizen/lüften/Warmwasser/Solaranlagen ect.) und allgemeiner Haustechnik.

Le Prese / tsb252

Consulenza per impianti domestici

Ti offro la mia consulenza per tutte le domande riguardo a problemi tecnici negli impianti domestici, soprattutto i riscaldamenti / ariazione / acqua calda / impianti solari ecc.

Le Prese / tsb252

Computer & Elektronik computer

Computerhilfe & Reparatur

∞

Support und Schulung

Fehlersuche und Behebung, Rechnerumzug, Integration, Windows auf Mac,

Datenrettung, Datarecovery, Wiederherstellung verlorener Dateien Ordern und Archiven Synchronisation, Backup, Data-Distribution. - Ich behebe auch ganz einfach: Fehler!

Welcher Computer ist sinnvoll oder welches Handy:

muss es ein iPhone sein? - oder besser ein Samsung oder Huawei? Was gibt es kostenlos oder günstig / preiswert als App um:

Spam Anrufe zu blockieren, nervige Sachen einfacher zu lösen und oder welche App ist wirklich sinnvoll und was soll man einfach löschen?

- Wie klappt das (besser) mit meinem Mac oder Windows oder Linux? Virenfrei und Malware für immer vorbei....

Hardwarereparatur

Displays, Tastatur, Festplatte - läuft nicht - ich repariere es - ach quatsch heute nennt sich das ja upcycling *g*

Mehr aus einem Gerät rausholen...

Multiboot, Triple-Boot - MacOS, Windows und Linux auf demselben Gerät ?

Kein Problem - egal welche Hardware: Laptop, Desktop - All in one.

Bei einiger Windows Hardware sogar MacOS neben Windows und/oder Linux.

Sent / tsb263

Essen & Trinken mangiare e bere

Weinkeller Beratung

Gerne komme ich für ein bis zwei Stunden in Ihren Weinkeller, um Sie zu beraten über: - Jahrgänge - passende Menüs - Komplettierung des Vorhandenen.

Madulain / tsb006

Mittagstisch

Gerne koche ich ein Mittagessen: Freude am gemeinsamen Essen und Geniessen pflegen.

Silvaplana / tsb007

Kochen

Ich liebe es zu kochen und das Beste aus schönen Produkten heraus zu holen. Dabei kann ich mittlerweile auch schon auf einige Erfahrung zurückblicken. Meine Küche zeichnet sich durch Frische, eine Vielfalt an Gewürzen und viel Herz aus.

Gerne koche ich an deinem Anlass für dich und deine Gäste. Ob Familienfeier oder private Einladung im kleinen Kreis spielt keine Rolle. Wenn du mitkochen möchtest, freue ich mich auch dir einfach helfend zur Seite zu stehen.

Bun appetit!

Zuoz / tsb244

Ferien & Übernachtung vacance

Reiseleitung Wien

Möchten Sie eine fundierte, auf ihre Interessen abgestimmte, persönliche Reiseleitung in Wien? Mein Partner kennt Wien wie seine eigene Hosentasche und ist offizieller Wien - Reiseleiter.

Scuol / tsb112

Übernachtung in Sent

Schönes Doppelzimmer an sehr ruhiger Lage in Sent. Eigenes WC, Dusche wird geteilt.

Sent / tsb263

Freizeit & Sport tempo libero

Nordic Walking SNO

Erlernen oder Auffrischen der Alfa Nordic Walking Technik, sportlich oder vorbeugend, ich helfe Ihnen gerne.

Pontresina / tsb105

Reiseberatung

Ich biete vollen Service für eure Reise/n an - von Beratung über Organisation bis Buchung jeder Reiseart, jedes Beförderungsmittel: Bahn, Flug, Schiff, Mietwagen - jede

Unterkunft: Hotel, Appartement, Ferienhaus, Villa - ganz nach stimmender Art und Destination. Beratung und Buchung für besondere Gesundheitsreisen: Ayurveda Kuren, Zahnarzt Besuch in Ungarn / Budapest z.B. und anderen Wellness- oder Rehabilitationskuren.

Sent / tsb263

Vorlesen und Kinobesuche

Ich lese dir aus Büchern vor (deutsch) oder begleite dich ins Kino.

Le Prese / tsb252

Gesundheit & Körperpflege salute

Craniosacral Therapie

Craniosacral Therapie ist eine sanfte und ganzheitliche Körpertherapie.

So kann sie das Zentralnervensystem ins Gleichgewicht bringen, eine tiefe Entspannung bewirken, das Immunsystem stärken, den Bewegungsradius erweitern und die eigene Körperwahrnehmung verbessern. Mehr Informationen unter www.keller-cranio.ch

Madulain / tsb006

Haus & Garten giardino

Pulizie a altro

Sei attualmente indisposta (per malattia, infortunio, dolori) e hai bisogno una mano in casa o altro? Aiuto volentieri.

Poschiavo / tsb008

Gartenarbeit

Mein Vater, studierter Forstwirt, lehrte mich in meiner Jugend in der Betreuung von Gärten.

So konnte ich einen Teil meines eigenen Studiums finanzieren. Die Arbeit

habe ich sehr schätzen gelernt, habe aber selber keinen Garten. Gerne helfe ich euch bei Beetpflege, Strauch- und Baumschnitt, sowie beim Pflanzen.

Zuoz / tsb244

Sachen reparieren...

Lampe Kaputt ? oder ein Küchengerät oder ein Möbel / eine Schublade - sonst was, was man eigentlich nicht gerne gleich entsorgen will, nur weil es nicht mehr 100 % funktioniert. Einfach mal bei mir nachfragen ob es Sinn macht sich das mal anzuschauen und ich sag dann schon Bescheid ob sich noch was machen lässt und wenn ja ob, oder wieviel

Zusatzkosten entstehen (für Ersatzteile z.B.) und dann kann ich auch sagen, wieviel Stunden ich dafür brauche. Die Frage selbst kostet erst mal nichts - das machen wir mal selbst...

Sent / tsb263

<p>Bügeln und Mangeln in Sent Erledige sehr gerne eure Bügel- und Mangelarbeiten (zB Bettwäsche). Muss nach Sent gebracht werden. Sent / tsb263</p>
<p>Consulenza per impianti domestici Ti offro la mia consulenza per tutte le domande riguardo a problemi tecnici negli impianti domestici, soprattutto i riscaldamenti / ariazione / acqua calda / impianti solari ecc. Le Prese / tsb252</p>
<p>Beratung in Haustechnik Ich berate dich, wenn du Probleme hast mit der Heiztechnik (Heizen / lüften / Warmwasser / Solaranlagen ect.) und allgemeiner Haustechnik. Le Prese / tsb252</p>
<p>Kleine Reparaturen Nach Absprache erledige ich Kleinreparaturen. Le Prese / tsb252</p>
<p>Piccole riparazioni Faccio piccole riparazioni di vario genere. Chiamami e vediamo se fa il caso mio. Le Prese / tsb252</p>
<p>Kinder & Jugendliche bambini & giovani</p>
<p>Babysitter Sollten Sie unverhofft einen Babysitter brauchen, bin ich gerne für sie da. Samedan / tsb055</p>
<p>Mobiliät & Fahrzeug accompagnamento & trasporti</p>
<p>Trasporti di persone o merci Offro trasporti con il mia auto sia per persone che per merci. Le Prese / tsb252</p>
<p>Commissioni Mi metto a disposizione per svolgere le commissioni. Ti faccio la spesa o vengo a prenderti per accompagnarti. Le Prese / tsb252</p>
<p>Allrounderin Ich biete mich an für Hundesitting, Taxifahrten, Verschiedenes nach Absprache. Schönen Tag! Silvaplana / tsb262</p>
<p>Natur & Tiere natura & animali</p>
<p>Animali-Sitter Andate in vacanza e non avete nessuno che si occupa dei vostri animali? Io e mia figlia Serena ci mettiamo volentieri a disposizione. Se si tratta di cani purtroppo non potremo prenderli a casa nostra. In quel caso verremmo a casa vostra per dar loro da mangiare e portarli a spasso. Poschiavo / tsb008</p>
<p>Corso di cucina con riconoscimento di erbe selvatiche Vuoi imparare a cucinare con le erbe spontanee? Durante questa giornata vi insegno a riconoscerle e a trasformarle in pietanze non solo gustosissime, ma pure sane. Dopo la raccolta, andiamo in cucinare tutti assieme, per poi degustare il risultato (contributo di 20.- per cibo e materiale didattico). Poschiavo / tsb259</p>
<p>Sprache & Kultur lingue & cultura</p>
<p>Romanischunterricht Ab Januar 22.: Romanisch-Stunden in gemütlicher Atmosphäre bei mir Zuhause, für 1-2</p>

<p>Personen, an ihre Bedürfnisse angepasst. Zuoz / tsb197</p>
<p>Englisch Unterricht Möchten Sie Ihre Englisch-Kenntnisse verbessern, etwas die Grammatik vertiefen, Konversation treiben und etwas mehr über England erfahren? Ich habe ein Jahr in England gelebt, bin viel herumgereist und finde die Sprache toll. Der Unterricht kann individuell und nach Ihren Wünschen angepasst werden. Scuol / tsb112</p>
<p>Therapie & Spiritualität terapie & spiritualità</p>
<p>Klangschalenmassage Lassen Sie sich durch die Klangschalen in eine andere Welt entführen. Erfahren Sie die heilenden Schwingungen am eigenen Körper. Die Schalen werden auf und neben den Körper gelegt, während Sie entspannt auf dem Rücken oder Bauch liegen. Tarasp / tsb217</p>
<p>Craniosacral Therapie Craniosacral Therapie ist eine sanfte und ganzheitliche Körpertherapie. So kann sie das Zentralnervensystem ins Gleichgewicht bringen, eine tiefe Entspannung bewirken, das Immunsystem stärken, den Bewegungsradius erweitern und die eigene Körperwahrnehmung verbessern. Mehr Informationen unter www.keller-cranio.ch Madulain / tsb006</p>
<p>Theta Healing Questa è una tecnica dolce, con la quale si cambiano schemi, programmi o convinzioni che bloccano il nostro star bene. Questi schemi vengono individuati grazie al test muscolare per poi essere cambiati per il bene supremo della persona. In questo modo si può migliorare la salute, il rapporto con gli altri, il lato finanziario, il lavoro ecc., qualsiasi cosa che ci sta a cuore. Poschiavo / tsb008</p>
<p>Theta Healing Mit dieser Technik kommt man an Programme, Überzeugungen oder Glaubenssätze heran, welche uns in unserem Leben blockieren. Dank dem Muskeltest findet man heraus, welche sind und ändert sie dann zum besten Wohl der Person. Egal ob Gesundheits-, Beziehungs-, Geldprobleme usw., es wirkt in jedem Lebensbereich. Poschiavo / tsb008</p>
<p>dies & das eccetera</p>
<p>Warentausch mit vorhandenen Schallplatten (vorwiegend klassische Musik) Wer sucht oder mag Schallplatten, hat noch die Möglichkeit diese abzuspielen? Ich würde Schallplatten tauschen, vorwiegend klassische Musik. Es ist eine Liste vorhanden, welche man sich anschauen kann. Gewünscht wäre Warentausch. Scuol / tsb194</p>
<p>Mondkalender in den Alltag integrieren Biete an, den Mondkalender auf einfache Art kennen und anwenden zu lernen. Mache seit 30 Jahren gute Erfahrung damit, ob beim Putzen, Pflanzen giessen oder Nägel schneiden. Auch das Heimwerken</p>

<p>sowie die Pflege des Gartens sind erfolgreicher im richtigen Zeitpunkt nach dem Mondstand. Es ist kein Buch mit 7 Siegeln !!! Scuol / tsb112</p>
<p>Sachen reparieren... Lampe Kaputt ? oder ein Küchengerät oder ein Möbel / eine Schublade - sonst was, was man eigentlich nicht gerne gleich entsorgen will, nur weil es nicht mehr 100 % funktioniert. Einfach mal bei mir nachfragen ob es Sinn macht sich das mal anzuschauen und ich sag dann schon Bescheid ob sich noch was machen lässt und wenn ja ob, oder wieviel Zusatzkosten entstehen (für Ersatzteile z.B.) und dann kann ich auch sagen, wieviel Stunden ich dafür brauche. Die Frage selbst kostet erst mal nichts - das machen wir mal selbst... Sent / tsb263</p>
<p>Sachen beschaffen... ∞ DINGE ERLEDIGEN - WIE VON SELBST: WIR BESCHAFFEN ES ! Sie suchen etwas Spezielles - wollen sich aber um etwas anderes kümmern ? Dann sind Sie hier richtig ! - Wir erledigen es für Sie ! zum Beispiel: Besorgung von Waren und Dienstleistungen, Reisen und mehr... Beschaffung / Procurement und Planung für "knifflige" Aufgaben : Familienfeiern, Firmenevent, Ehemaligentreffen, Gruppenwochenende - aber auch Assistenz im Büro / Haushalt / Leben ... Recherche und/oder Entscheidungshilfen: - IDEEN ?! (bei denen wir nicht nur finden - auch umsetzen helfen !)... Ganz allgemein - alles was die Lösung Ihrer Herausforderung entspannt oder - - Bis hin zu einem ganzen Konzept, welches den Konflikt in einem System komplett löst ... Wer ? Werbekaufmann & Projektmanager (seit mehr als 30 Jahren) und Reiseverkehrskauffrau & Fremdsprachensekretärin (seit mehr als 30 Jahren) Und einem Netzwerk bestehend aus zuverlässigen & ehrbaren Partnern von: Handwerkern, Creativen, Händlern, Denkern, Strategen, Dienstleistern, IT Spezialisten, Machern, Künstlern, Textern ... mit vielen langen Jahren Erfahrung in Ihren Expertisen Warum ? Wir lieben die Abwechslung ! ... und haben mit unserem Lebenslauf bewiesen das man mehr draus machen kann als nur Fiktionen "hinterher" zu laufen. Das Leben ist zu kurz, um sich nur mit den selben Dingen zu beschäftigen. Daher freuen wir uns immer über neue Herausforderungen und diese zu Erledigen. Was kostet das ? Viel weniger, als wenn Sie es selbst täten ! - tatsächlich : Da wir nach dem Prinzip "beste verfügbare Ressource nutzen" arbeiten, sind wir äusserst effizient. Genaue Kosten sind natürlich von Art & Dauer einer Aufgabe abhängig.</p>

<p>Daher müssten wir zunächst wissen was wir für Sie tun können.... - Testen Sie uns, Sie werden schon sehen was Sie davon haben :-) Sent / tsb263</p>
<p>Misten, Ausmustern, Ausräumen, Aussortieren, Wegräumen Sich von Dingen zu trennen, ist nicht immer einfach. Biete Euch meine Hilfe beim ausräumen, misten, wegräumen etc. an. Ob Kleiderschrank oder Scheune. Freue mich darauf. Sent / tsb263</p>
<p>Vorlesen und Kinobesuche Ich lese dir aus Büchern vor (deutsch) oder begleite dich ins Kino. Le Prese / tsb252</p>
<p>GESUCHE DOMANDA</p>
<p>Freizeit & Sport tempo libero</p>
<p>Jassen Ich jasse für mein Leben gern und würde mich freuen, über diesen Kanal Jasspartner*innen zu finden. Tarasp / tsb217</p>
<p>E-Bike fahren Wer möchte unter der Woche ab und zu mit mir eine E-Bike Fahrradtour unternehmen? Tarasp / tsb217</p>
<p>Haus & Garten giardino</p>
<p>Aiuto nell'orto Cerco qualcuno con esperienza che mi dia una mano a fare l'orto. Poschiavo / tsb259</p>
<p>Kontakt und Information contatti ed informazioni</p>
<p>Regionale Koordinatorinnen Coordinatrici regionali</p>
<p>Oberengadin: Marianne Bachofner oberengadin(at)tauscheria.ch Samedan, 081 852 59 52</p>
<p>Engiadina Bassa & Val Müstair: Anny Unternährer unterengadin(at)tauscheria.ch Scuol, 078 708 71 91</p>
<p>Poschiavo & Bregaglia: Kerstin Fisler poschiavo(at)tauscheria.ch Poschiavo, 081 844 32 34</p>
<p>Tauschtreffen Incontri tauschria Alle Interessierte sind willkommen! Tutti interessati sono benvenuti! Termine / le date: www.tauscheria.ch</p>
<p>Die MARKTZEITUNG wird an den Tauschtreffen aufgelegt und unter www.tauscheria.ch publiziert.</p>
<p>Il giornale di MERCATO viene aggiunto all'incontro della tauscheria e pubblicato su www.tauscheria.ch</p>
<p>Redaktion / redazione: info@tauscheria.ch</p>