

MARKTZEITUNG MERCATO



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

www.tauscheria.ch

April 2025

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
Computer & Elektronik computer & elettronica
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
Ferien & Übernachtung vacance
Freizeit & Sport tempo libero
Nordic Walking SNO Erlernen oder Auffrischen der Alfa Nordic Walking Technik, sportlich oder vorbeugend, ich helfe Ihnen gerne. Pontresina / tsb105
Taxi Gerne fahre ich Dich von A nach B, oder begleite Dich zu einem Konzert/Unterhaltung/Vortrag Pontresina / tsb264
Hundespaziergang Wo ist die tierliebende Person, welche ca. 1-2mal wöchentlich mit unserem kleinen, braven Mischlingshund einen gemütlichen Spaziergang machen könnte in La Punt? (beim Volg). (Unregelmässig nach Absprache, meist Mitte Vormittag). Er verträgt sich gut mit anderen Hunden und mag Kinder. Herzlichen Dank für Ihren Anruf. La Punt-Chamues-ch / tsb222

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
Kinder & Jugendliche bambini & giovani
Babysitter Sollten Sie unverhofft einen Babysitter brauchen, bin ich gerne für sie da. Samedan / tsb055
Kleider & Schmuck vestiti & gioielli
Mobiliät & Fahrzeug accompagnamento & trasporti
Taxi Gerne fahre ich Dich von A nach B, oder begleite Dich zu einem Konzert/Unterhaltung/Vortrag Pontresina / tsb264
Natur & Tiere natura & animali
Sprache & Kultur lingue & cultura
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
Therapie & Spiritualität terapie & spiritualità
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 bekleideten Körper gelegt, während Sie entspannt auf dem Rücken oder Bauch liegen. Geeignet für alle, die sich etwas Gutes tun wollen. Tarasp / tsb217
Reiki trattamento primo livello Trattamento per riequilibrare e armonizzare il benessere psicofisico della persona con l'imposizione delle mani su varie parti del corpo. Offro questo trattamento a casa mia su

appuntamento. Tirano / tsb251
Reiki di secondo livello invio a distanza Invio dell'energia Reiki a distanza accordandosi sull'orario in cui si desidera riceverlo. Tirano / tsb251
Fiori di Bach Scelta mirata dei rimedi floreali grazie all'utilizzo dell'energia del pendolo che potrai farti preparare in farmacia od erboristeria. Tirano / tsb251
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
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
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
dies & das eccetera
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 sowie die Pflege des Gartens sind erfolgreicher im richtigen Zeitpunkt nach dem Mondstand. Es ist kein Buch mit 7 Siegeln !!! Scuol / tsb112
GESUCHE DOMANDA
Beratung & Schulung consulenza e istruzione

Suche Unterstützung beim Laptop Wer kann mir helfen, den LAPTOP auf den neuesten Stand zu bringen (Treiber aktualisieren, Virenschutz erneuern). Da meine Kenntnisse nicht allzugut sind bezüglich Computertechnik wäre ich sehr froh um Unterstützung. Herzlichen Dank! La Punt-Chamues-ch / tsb222
Freizeit & Sport tempo libero
Jassen Ich jasse für mein Leben gern und würde mich freuen, über diesen Kanal Jasspartner*innen zu finden. Tarasp / tsb217
Natur & Tiere natura & animali
Hundespaziergang Wo ist die tierliebende Person, welche ca. 1-2mal wöchentlich mit unserem kleinen, braven Mischlingshund einen gemütlichen Spaziergang machen könnte in La Punt? (beim Volg). (Unregelmässig nach Absprache, meist Mitte Vormittag). Er verträgt sich gut mit anderen Hunden und mag Kinder. Herzlichen Dank für Ihren Anruf. La Punt-Chamues-ch / tsb222
Kleider & Schmuck vestiti & gioielli
Weltladen Der Verein Weltladen in Pontresina sucht Verkäuferinnen, wir unterstützen den fairen Handel und mit dem Erlös unterstützen wir verschiedene Projekte. Pontresina / tsb264
Kontakt und Information contatti ed informazioni Regionale Koordinatorinnen Coordinatrici regionali
Oberengadin: Brigitte Davey oberengadin(at)tauscheria.ch Pontresina, 081 842 01 94 Engiadina Bassa & Val Müstair: Anny Unternährer unterengadin(at)tauscheria.ch Scuol, 078 708 71 91 Poschiavo & Bregaglia: Kerstin Fisler poschiavo(at)tauscheria.ch Poschiavo, 081 844 32 34
Tauschtreffen Incontri tauschria

Alle Interessierte sind willkommen!

Tutti interessati sono benvenuti!

Termine / le date:

www.tauscheria.ch