

**Bitte kennzeichnen Sie die von Ihnen angebotenen und die von Ihnen gebrauchten Dienste durch Ankreuzen im entsprechenden Feld**

Themenbereich	Tätigkeit		
<b>100</b>	<b>ERFAHRUNGSUSTAUSCH UND BERATUNGSGESPRÄCHE</b>	ich biete	ich brauche
101	Übergabe von Haus, Hof		
102	Erben und Vererben		
103	Tierhaltung und Tierpflege		
104	Tips Pflanzenpflege		
105	Ratschläge zur Gartengestaltung		
106	Heimwerkertips		
107	Gespräche über Sachwalterschaft		
108	Energiespartips		
109	Beratung bei Reparaturen		
110	Haus- und Wohnungskauf und -verkauf		
111	Erfahrungsaustausch Kinder, Enkelkinder, Eltern		
112	Psychologische Beratung (nur mit Ausbildung)		
113	Mobbing, Schulangst, Selbstwert		
114	Hilfestellung im Umgang mit Bachblüten		
115	Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht		
116	Beratungsgespräche für Menschen mit Sehbehinderung		
199	andere Erfahrungsgespräche		
<b>200</b>	<b>HAUSHALTS- und ALLTÄGLICHE HILFSDIENSTE</b>	ich biete	ich brauche
201	Waschen (Wäsche, Vorhänge, ...)		
202	Bügeln (Wäsche, Vorhänge, ...)		
203	Flickarbeiten (Wäsche, Tischtücher, ...)		
204	Reinigungsarbeiten (Fenster, Wohnung, ...)		
205	Vorhänge, Teppiche reinigen und aufhängen		
206	Einkaufen		
207	Kurzzeitige Entlastung pflegender Angehöriger		
208	Nacht-Bereitschaftsdienst und nächtliche Betreuung		
209	Kinderbetreuung: Babysitten, Spielen		
210	Kinderbetreuung: Begleitung zu Freizeitaktivitäten...		
211	Kinderbetreuung: Hausaufgaben, Nachhilfe...		
212	Begleitung bei Arzt- und Krankenhausbesuchen		
213	Begleitung bei Bank-, Behördenwegen		
214	Begleitung beim Kirchgang und kirchlichen Feiern		
215	Begleitung bei Friedhofsbesuchen		
216	Hilfe bei An-/Auskleiden, Körperpflege, Kochen, Essen, ...		
217	Diverse Botengänge und Besorgungen		
218	Hilfe bei Übersiedlungen		
219	Besuch im Krankenhaus, Altenheim, bei Kuraufenthalt		
220	Begleitung bei Spaziergängen		
221	Haustiere betreuen (füttern, pflegen, ...)		
222	Zimmerpflanzen pflegen		
223	Hund spazieren führen		
224	Grabpflege		
225	Knöpfe annähen		
226	Beratung beim Einkauf (Möbel, Haushaltsgeräte, Mode...)		
227	Gesellschaft leisten (vorlesen, Foto anschauen, erzählen,...)		

Themenbereich	Tätigkeit		
	230 Besorgung von seniorengeeigneten Hilfsmitteln		
	231 Handarbeiten		
	232 Kleine Schmuckreparaturarbeiten, Uhrband wechseln		
	236 Kuchen backen		
	299 andere Haushalts- oder Hilfsdienste		
	<b>INITIIEREN UND ORGANISIEREN VON FREIZEITAKTIVITÄTEN</b>	ich biete	ich brauche
	301 Gesellschaftsspiele initiieren und organisieren		
	302 Organisation von Musik- und Gesangstreffen		
	303 Vorbereiten von Bastelstunden		
	304 Organisation von Handarbeitstreffen (Stricken, Häkeln...)		
	305 Organisation von Zeichen- und Maleinheiten		
	306 filmen, Filme schneiden, EDV-speichern		
	307 Tarok-Runden organisieren		
	308 Literatur: Lesungen organisieren, vorlesen		
	309 Jagd- und Fischer-Ausflüge und -Reisen organisieren		
	310 Wanderungen, Wallfahrten initiieren u. organisieren		
	311 Nordic walking, Turnen, Tanzen ...) initiieren und durchführen		
	312 Radfahrten organisieren		
	313 Bergwanderungen, Badeausflügen, Thermenbesuchen, ...		
	314 Wintersport, Sportart bitte hier eintragen		
	315 Tauschbörsen organisieren (Briefmarken, Bierdeckel, ...)		
	316 Begleitung zu Theater, Tanz-, Konzert-, Ballveranstaltungen		
	317 andere Begleitungen bitte hier eintragen		
	318 Organisieren von Märkten, Basaren, Flohmärkten, Ausstell.		
	319 Heilgymnastik, Feldenkrais, ...		
	320 Leichte Körperübungen		
	321 Leichtes Sudoku, Kreuzworträtsel, Gedächtnistraining		
	399 andere Initiationen oder Organisationen		
<b>400</b>	<b>BÜROARBEITEN - UNTERSTÜTZUNG BEI FORMULAREN SOWIE BEHÖRDENKONTAKTEN</b>	ich biete	ich brauche
	401 Verfassen und Schreiben von Schriftstücken		
	402 Computerarbeiten		
	403 Internetarb. (E-mail schreiben, online verkaufen/einkaufen)		
	404 Beratung beim Kauf und Einsatz von Computerprogrammen		
	405 Beratung beim Computerkauf		
	406 Übersetzung aus Fremdsprachen ins Deutsche		
	407 Übersetzung von Deutsch in andere Sprache		
	408 Ausfüllen von Anträgen, Ansuchen, Formularen, ...		
	409 Schreiben an Behörden		
	410 Hilfe bei Bankgeschäften		
	411 Begleitung bei Behördengängen		
	499 andere Büroarbeiten oder Unterstützungen		
<b>500</b>	<b>SICHERUNG DER MOBILITÄT - TRANSPORT UND REISEDIENTE</b>	ich biete	ich brauche
	501 Begleitung bei Ausflug, Reise und Urlaub		
	502 Organisieren von Ausflügen, Reisen, Urlaub		
	503 Mitfahrgelegenheiten bieten oder nutzen		
	504 Chauffeurdienste		
	505 Beifahrerdienste (Navigator, Unterhalter, ...)		

Themenbereich	Tätigkeit		
	506 Abholungen		
	507 Transportdienste		
	508 Transport mit Autoanhänger / Traktor / Klein-LKW		
	509 Fahrten mit Kleinbus / Mini-Van		
	510 Begleitung bei Motorrad-Ausfahrt		
	599 andere Transport und Reisedienst		
<b>600</b>	<b>HILFE BEI DER ORGANISATION VON FESTEN UND VERANSTALTUNGEN</b>	ich biete	ich brauche
	601 Organisation von Familienfesten		
	602 Organisation von Gartenparties		
	603 Mithilfe bei der Organisation von Jubiläen, Festen und Feiern		
	604 Zu- und Abtransport von Griller, Biertischen, Sesseln, ..		
	605 Kreative Gestaltung von Einladungen, Tischkarten, ...		
	606 Dekorieren von Veranstaltungsräumen		
	607 Organisation von Referenten, Musik, Catering, ...		
	608 Hilfe bei Bekochen, Servieren, Abwasch		
	609 Animation (Sketch, Witz, Feuerwerk ...)		
	699 andere Hilfen bei Festen und Veranstaltungen		
<b>700</b>	<b>AUSSENARBEITEN - HAUS UND GARTEN</b>	ich biete	ich brauche
	701 Sträucher, Gemüse, Blumen anpflanzen und roden ...		
	702 Sträucher, Bäume, Hecken schneiden, häckseln ...		
	703 Baumschnitt abtransportieren		
	704 Im Garten graben und umstechen		
	705 Rasen mähen, vertikutieren, Laub rechen ...		
	706 Kompostarbeiten / Mistbeet		
	707 Einwintern - Pflanzen, Wasser, Frostabdeckung ...		
	708 Balkonblumen setzen, aufhängen, pflegen, abräumen...		
	709 Vogelhäuschen, Gartenmöbel her- und wegräumen		
	710 Winterdienst: schaufeln, sandeln, salzen ...		
	711 Entrümpeln: Dachboden, Keller, Wohnung ...		
	712 Sperrmüllabtransport		
	713 Müll entsorgen (Glas, Altpapier, Plastik...)		
	714 Zaun, Tor, Fenster, Mauern ... malen und streichen		
	715 Pflaster, Mauern, Plätze pflegen/reinigen		
	716 Holzarbeiten (schneiden, hacken, einräumen...)		
	717 Kleine Reparaturarbeiten		
	718 Hilfe bei Heimwerkerarbeiten		
	719 Haustechnik (Heizung, Sicherungen, Steckdosen,...)		
	720 Mithilfe bei Wohnungsauflösung		
	721 Mithilfe bei Arbeiten in Wochenenddomizil		
	722 Mithilfe bei Dacharbeiten		
	723 Hilfe bei der Montage von Ski- und Fahrradträgern		
	724 Hilfe bei Reifenwechsel		
	725 Ausbesserungsarbeiten bei Fliesen		
	726 Gartengießen als Urlaubsvertretung		
	799 andere Außenarbeiten		

Themenbereich	Tätigkeit		
<b>800</b>	<b>INTERESSANTES LERNEN - TECHNIK BEDIENEN</b>	ich biete	ich brauche
801	Bedienung von Handy		
802	Bedienung von Digitalkamera		
803	Bedienung von Internet		
804	Bedienung von Elektrogeräten, Werkzeugen		
805	Bedienungsanleitungen erklären		
806	Sprachen lernen und üben		
807	Kochen lernen (Grundkenntnisse)		
808	Kochen lernen (Spezialküchen, Spezialrezepte)		
809	Grundkenntnisse mit Computer		
810	Musikinstrumente lernen		
811	Rhetorik und Stimmbildung		
812	Singen lernen		
813	Tarokieren lernen		
814	Bauernschnapsen lernen		
815	Rummy Cup lernen		
816	Schulung ÖBB-Fahrkartenautomat		
820	Stricken lernen		
899	andere Vermittlungen von div. Lerninhalten		
<b>900</b>	<b>GESPRÄCHE ZU LEBENSPHILOSOPHIE- UND SINNFRAGEN</b>	ich biete	ich brauche
901	Gesprächspartner in Lebenskrisen und Sinnfragen		
902	Begleitung zu Vorträgen und Seminaren, Seniorenwochen		
903	Organisation oder durchführen von Meditationen		
904	Organisation von Haus- und Gebetskreisen		
905	Trauerbegleitung		
906	Einstimmung auf religiöse Feste		
907	Sinn- und Zielfragen des Lebens		
908	Organisation von Gesprächen über Familienthemen		
909	Gesprächspartner für Weichenstellungen im persönlichen Leben		
910	Ratschläge/Erfahrungen und Perspektiven von außen		
911	Seelsorgliche Hilfestellung		
912	gestaltenden Rolle im letzten Lebensabschnitt		
913	Engpässen und Beschwerden beim Älterwerden		
914	aus der Bibel vorlesen, religiöse Gespräche		
999	sonstige nicht im Leistungskatalog enthaltene Leistungen		
<b>000</b>	<b>LEITUNG, VERWALTUNG, ORGANISATION DER ZEITBANK FÜR ALT UND JUNG</b>	ich biete	ich brauche
001	Arbeit im ZeitBank-Büro und Vereinsverwaltung		
002	Hauskreise / ZeitBank-Bazar vorbereiten und durchführen		
003	Mitgliederwerbung		
004	Einstiegs-Beratungsgespräche		
005	Angebot und Nachfrage erheben und aktualisieren (Liste "Ich brauche - ich biete")		
006	Dienstreisen u. Kontakte zu Nachbarvereinen		
007	Vergünstigungen für Mitglieder bei Firmen aushandeln		
008	Marketing, Werbung,...		
010	Statistiken		
015	sonstige Organisationstätigkeiten		