

luzerner  
tausch  netz  
zeit statt geld

# Marktzeitung

Ausgabe 6. März 2020

Luzerner Tauschnetz  
Baselstrasse 21, 6003 Luzern

Internet: [www.tauschnetz.ch](http://www.tauschnetz.ch)  
Telefon: 041 240 94 29 (Urs Häner, Mo-Fr)  
E-Mail: [luzern@tauschnetz.ch](mailto:luzern@tauschnetz.ch)

Tauschnetz-Treff: Am 1. Dienstag des Monats 17:00-19:00 Uhr (Tel. 041 240 94 71)  
Sonstige Veranstaltungen gemäss Rückseite und [www.tauschnetz.ch](http://www.tauschnetz.ch) → Agenda

Die aktuelle Printausgabe ist die Nr. 81  
Redaktionsschluss für nächste Printausgabe: **28. April 2020**

# KONTAKTE

<b>Funktion</b>	<b>Name</b>	<b>Telefon / E-Mail</b>
Vorstand (Mitgliederbetreuung)	Marianna Göldi	<a href="mailto:marianna.goeldi@tauschnetz.ch">marianna.goeldi@tauschnetz.ch</a>
Vorstand (Finanzen)	Irma Rupp	<a href="mailto:irma.rupp@tauschnetz.ch">irma.rupp@tauschnetz.ch</a>
Vorstand (Veranstaltungen)	Ursula Jaschinski	<a href="mailto:ursula.jaschinski@tauschnetz.ch">ursula.jaschinski@tauschnetz.ch</a>
IT, Internet	Roman Brusa	<a href="mailto:roman.brusa@tauschnetz.ch">roman.brusa@tauschnetz.ch</a>
Animator Einführung Neumitglieder	Urs Häner	<a href="mailto:urs.haener@tauschnetz.ch">urs.haener@tauschnetz.ch</a>
Versand	Pius Meli	041 610 18 75
Filmabende	Daniel Studhalter	<a href="mailto:danielstudhalter@hotmail.com">danielstudhalter@hotmail.com</a>

## **Unsere Adresse:**

Luzerner Tauschnetz  
Baselstrasse 21  
6003 Luzern

Für Infos und Anfragen eine E-Mail senden an [luzern@tauschnetz.ch](mailto:luzern@tauschnetz.ch)  
Für Rückmeldungen zur Website bitte E-Mail an [webmaster@tauschnetz.ch](mailto:webmaster@tauschnetz.ch)

## NETZSTUNDEN IN BEWEGUNG

Geschätzte Tauschnetz-Mitglieder

Endlich können wir dem Einladungsversand wieder eine gedruckte Marktzeitung beilegen. Nach etlichen Komplikationen im vergangenen Jahr soll 2020 wieder das Tauschen im Mittelpunkt unserer Aktivitäten stehen.

Weiterhin offen ist die Handhabung der sog. Netzstunden. Das sind jene Stunden, die jährlich den einzelnen Mitgliedern abgezogen werden, um damit die Aktivitäten zugunsten unserer Organisation und deren Infrastruktur in Zeit entschädigen zu können. Eine Projektgruppe hatte Vorarbeiten geleistet und verschiedene Varianten angedacht, die der Vorstand nun prüft und umsetzen will. Er hat sich entschieden, Vor- und Nachteile eines allfälligen Systemwechsels solid abzuwägen, um unerwünschte Nebenwirkungen und Fehlanreize zu vermeiden. Dazu will er im laufenden Jahr auch Kontakt aufnehmen zu anderen Tauschnetzen und Organisationen, die sich dem Zeittausch verschrieben haben.

Festhalten will der Vorstand am Grundgedanken, dass jedes Mitglied im Luzerner Tauschnetz nicht nur mit einem Geldbeitrag (dem ordentlichen Mitgliederbeitrag) zum Funktionieren unserer Plattform fürs Tauschen beiträgt, sondern auch mit einem Beitrag in Zeit. Die Projektgruppe hatte ebenfalls davon abgeraten, auf den Abzug von Netzstunden einfach ersatzlos zu verzichten. Denn die aktive Mitarbeit im Dienst des Tauschnetzes soll wertgeschätzt werden.

Ebenfalls Konsens ist, dass ein Abzugssystem möglichst einfach sein soll - für neue Mitglieder leicht verständlich und für die Administration ohne unnötigen Zusatzaufwand. Ob also ein Schwundsystem (eine Art «Negativzins») oder ein umsatzbezogener Zeitabzug (also pro vollzogene Dienstleistung) die künftige Lösung sein wird bei den Netzstunden oder ob es doch bei einem fixen jährlichen Abzug bleibt, wird sich noch weisen müssen. Für 2020 hat sich der Vorstand entschieden, eine flexible Handhabung der geltenden Geld- und Zeitbeiträge anzuwenden. Am Tauschplenum vom 26. März wird diese Übergangslösung den Aktivmitgliedern vorgelegt.

Vorstand Luzerner Tauschnetz

# INHALTSVERZEICHNIS

## GESUCHE

<b>Computer, Büro</b>	<b>1</b>
CD-Brennen, Hardware, Gestalterisches, Layout, Software, Anwendungen	
<b>Freizeit, Spass, Abenteuer</b>	<b>1</b>
Freizeitbegleitung, Reisen, Sport	
<b>Gesundheit, Wohlbefinden</b>	<b>1</b>
Körperpflege	
<b>Haushalt, Handwerk</b>	<b>1</b>
Handwerkliches, Haus, Garten, Haushaltshilfe, Heimverschönerung, Nähen, Häkeln, Flicker, Reparaturen, Zügeln, Transportieren, Tier-Betreuung	
<b>Kunst, Kreativität</b>	<b>2</b>
Fotografieren, Video, Digital, Schreiben	
<b>Soziales, Treffen, Betreuung</b>	<b>2</b>
Kinder	
<b>Sprache, Schule, Wissen</b>	<b>2</b>
Sprachunterricht	
<b>Veranstaltungen, Events</b>	<b>2</b>
Bar, Küche, Showeinlagen, Unterhaltung, Organisation, Koordination, Reinigung	
<b>Waren</b>	<b>2</b>
Beschaffen/Abgeben, Verleihen	

## ANGEBOTE

<b>Computer, Büro</b>	<b>3</b>
CD-Brennen, Gestalterisches, Layout, Hardware, Installation, Internet, Marketing, Coaching, PR, Praktisches, Schreibarbeiten, Software, Anwendung, Versicherungen, Steuern, Wirtschaft, Buchhaltung	
<b>Freizeit, Spass, Abenteuer</b>	<b>4</b>
Essen, Kochen, Freizeitbegleitung, Reisen, Spazieren, Wandern, Sport, Unterkunft	
<b>Gesundheit, Wohlbefinden</b>	<b>5</b>
Astrologie, Beratungen, Lebensberatung, Entspannung, Meditation, Klänge, Energien, Bewegung, Körperarbeit, Körperpflege, Massagen, Naturheilmittel, Therapeutisches	
<b>Haushalt, Handwerk</b>	<b>10</b>
Handwerkliches, Haus, Garten, Haushaltshilfe, Heimverschönerung, Nähen, Häkeln, Flicker, Reparaturen, Tier-Betreuung, Zügeln	
<b>Kunst, Kreativität</b>	<b>11</b>
Basteln, Fotografieren, Video, Digital, Kunsthandwerk, Malen, Zeichnen, Musik, Schreiben, Singen, Tanzen, Sprache, Theater	
<b>Soziales, Treffen, Betreuung</b>	<b>12</b>
Betreuung, Transporte, Taxi, Kinder, Nachhilfe, Vorlesen, Begleiten	
<b>Sprache, Schule, Wissen</b>	<b>12</b>
Konversation, Fremdsprachen, Schule, Nachhilfe, Sprachunterricht, Sprachen, Unterricht, Unterrichtsangebote, Wissen allgemein, Übersetzungen, Dolmetschen	
<b>Veranstaltungen, Events</b>	<b>13</b>
Bar, Küche, Showeinlagen, Unterhaltung	
<b>Waren</b>	<b>13</b>
Beschaffen/Abgeben, Verleihen	

## GESUCHE

### Computer, Büro

#### Hardware, Installation

#### Wer kann CD-Rom-Geräte reparieren

Ich bin Besitzer von 2 CD-Rom Laufwerken für den gleichen Computer, beide sind defekt. Ich kann die CD nicht mehr hinein tun. Ich denke, es ist ein mechanisches Problem. Wer ist diesbezüglich versiert um mir zu helfen ?

01.11.2019 - **ZQ045** - LU, 6014

### Freizeit, Spass, Abenteuer

#### Unterkunft

#### Ferienabwesenheit:/Betreuung mit Unterkunft

Während unseren Ferien vom 7.9. bis 13.9. suchen wir jemanden der bei uns wohnt (sehr schön mit Schwimmteich und vielen Beeren etc.) und hie und da Wasser gibt und den Hühnern Futter gibt und ein wenig einen älteren Menschen beaufsichtigt. Entschädigung nach Absprache.

25.07.2019 - **ZT029** - LU, 6287

### Gesundheit, Wohlbefinden

#### Körperpflege

#### Haarentfernung Beine

Ich suche jemanden der mir mit Kalt- oder Warmwachs meine Beine enthaart.

09.09.2019 - **ZA036** - LU, 6005

#### Kosmetik/ Gesichtsreinigung

Ich suche jemand, der sich mit der Gesichtsreinigung auskennt und idealerweise auch entsprechende Geräte hat (zb.Dampfgerät). Freue mich auf eine Nachricht!

21.08.2019 - **ZY010** - LU, 6003

### Haushalt, Handwerk

#### Haushalthilfe

#### \*\* Frühlingsputz

Wer kann mir helfen beim Frühlingsputz (Fenster und Rahmen, obere Schränke - ich bin recht klein)?

03.03.2020 - **ZF153** - LU, 6005

#### Putzhilfe

Biete Putzhilfe an.

29.01.2020 - **ZI021** - LU, 6020

### Haushalt, Handwerk

#### Haushalthilfe

#### Fenster putzen

Wer hat Lust, die Fenster unseres Hauses gründlich zu reinigen? Aufwand in Stunden und Reisespesen werden erstattet.

12.11.2019 - **ZL029** - LU, 6170

### Haushalt, Handwerk

#### Heimverschönerung

#### Büro- und Schlafräum umgestalten

Mein Büro- und Schlafräum ist voll mit Bücher und vielem mehr. Hilfe mir bitte vieles wegzuschaffen und mein Arbeitsplatz am Fenster neu einzurichten. Zeitlich bin ich flexibel. Ideal wären Einsätze von 3-4 h. Ich käme dich auch am Bahnhof Stans abholen.

11.11.2019 - **ZS019** - NW, 6370

### Haushalt, Handwerk

#### Nähen, Stricken, Häkeln, Flicken

#### Babyfinken: Hilfe beim Lesen der Strickanleitung

Wer hilft mir, die Anleitung zum Stricken von Babyschühchen lesen und umsetzen? Ich freue mich, möglichst bald eine Zusage zu erhalten. Bis bald, mit lieben Grüßen shamala

31.01.2020 - **ZW005** - LU, 6280

### Haushalt, Handwerk

#### Handwerkliches, Haus, Garten

#### Aufräumen, sortieren, einordnen

Ich suche immer wieder jemanden, der mir hilf nach meinen Anweisungen mein Büro aufzuräumen, Sachen zu sortieren, einzuordnen, usw. Wegen meiner körperlichen Behinderung bin ich auch für solche leichte Aufgaben auf Hilfe angewiesen. Zeitlich bin ich flexibel. Ideal wären Einsätze von 2-3 h am Stück. Ich käme dich (...)

11.11.2019 - **ZS019** - NW, 6370

#### Gartenhilfe in der Nähe von Aesch LU

Suche Gartenhilfe von jemandem in der Nähe von Aesch. Arbeiten: jäten, pflücken, pflanzen etc.

05.10.2019 - **ZT029** - LU, 6287

# GESUCHE

## Haushalt, Handwerk

### Handwerkliches, Haus, Garten

#### Gelernte Handwerker jeglicher Berufsgattung

Ich suche für Renovations- und Umbauarbeiten unseres Hauses und der Scheune gelernte Handwerker (männliche und weibliche), im Speziellen Elektriker, Maurer, Gipser, Maler, Zimmerleute, Schreiner, Plättli- und Bodenleger sowie Sanitär und Spengler. Am liebsten mit eigenen Werkzeugen und Maschinen oder/und Werkstattzugang. (...)

03.09.2019 - **ZA021** - LU, 6048

---

## Waren

### Beschaffen/Abgeben

#### Velo gesucht

Hast du ein Velo herumstehen, das nicht mehr gebraucht wird? Wir brauchen einen Ersatz für unser Bahnhofvelo, das geklaut wurde, Aussehen und Alter egal, es muss nur einfach noch fahren (und bremsen :).

12.11.2019 - **ZL029** - LU, 6170

---

## Haushalt, Handwerk

### Reparaturen

#### Schlösser

Wer kann 3 Schubladen-Schlösser "richten"? - Danke für einen Anruf.

17.08.2019 - **UL025** - LU, 6005

---

#### Stereo-Anlage

Wer kann meine kleine Stereo-Anlage reparieren? Das CD-Fach ist blockiert.

17.08.2019 - **UL025** - LU, 6005

---

## Soziales, Treffen, Betreuung

### Fahrdienste

#### Autofahrt Luzern-Bern

Wer fährt von Luzern nach Bern (Stadt) und hat im Auto Platz für den Transport von einem Möbelstück (108 x 60 x 50 cm)? Bitte sich melden: Tel. 041 420 69 38

15.07.2019 - **LT023** - LU, 6043

---

## Sprache, Schule, Wissen

### Unterricht, Unterrichtsangebote

#### Gesangsunterricht

Ich singe in einem Chor und möchte meine Stimmführung und Atemtechnik verbessern. Wer hilft mir dabei?

05.02.2020 - **ZB008** - LU, 6005

---

# ANGEBOTE

## Computer, Büro

### Hardware, Installation

#### Computer Netzwerk

Wenn du - mehr als einen Computer ans Internet anschliessen willst - mehrere Computer miteinander verbinden willst um auf gemeinsame Musik, Fotos, Filme oder andere Dokumente zugreifen zu können - eine Verbindung zu deinem Arbeitsplatz (Remoteverbindung) einrichten willst - eine Datensicherung für einen einzelnen (...)

21.11.2019 - **ZF106** - LU, 6020

---

## Computer, Büro

### Software, Anwendungen

#### Wirkungsvoll und elegant Strom sparen

Gibt es mehrere Ladegeräte für Natel, Internet, TV , Radios, Drucker etc. im Haushalt? Und Kabelsalat gibt es das auch? Nerviger Kabelsalat und unnötiger Stromverbrauch müssen nicht sein. Mit zweckmässigen Hilfsmitteln und dem gewusst wie ist wirkungsvolles und elegantes Stromsparen möglich. Bei Bedarf komme ich (...)

04.12.2019 - **ZU023** - LU, 6005

---

#### Wenn es bei TV, Handy, PC, Mail und Internet nicht klappt

Falls es bei DAB Radio, TV, Handy, PC, Mail, Drucker, Telefon und Internet nicht mehr oder noch nicht richtig klappt, versuche ich schnell zu helfen. In der Umgebung von Luzern werde ich wenn hilfreich und möglich gleichentags vorbeikommen. Mit meinem PC mit Internet kann ich vor Ort prüfen was los ist und Tips oder (...)

04.12.2019 - **ZU023** - LU, 6005

---

#### Mobile-Phone / Tablet

Einrichten deines Smart-Phons / Mobile-Phons / Handy oder Tablet gleich welcher Marke. Konfiguration der Apps, Verbindung der Email Konten und Instruktion zur individuellen Verwendung. <http://notebook-service.ch>

21.11.2019 - **ZF106** - LU, 6020

---

## Computer, Büro

### Software, Anwendungen

#### Computer

Wenn du deinen Computer - reparieren musst (Hardware oder Software) - sichern willst (Datensicherung) - im Netzwerk / Internet verbinden willst - ersetzen oder deinen ersten Computer anschaffen willst <http://www.netzwerktech.ch> Ich habe die Lösung für dich.

21.11.2019 - **ZF106** - LU, 6020

---

## Computer, Büro

### Gestalterisches, Layout

#### Flyer machen

Ich kann dir Tipps geben bei der Gestaltung eines Flugblattes. Worauf solltest du achten?

02.07.2019 - **UL002** - LU, 6003

---

## Computer, Büro

### Versicherungen, Steuern

#### Steuern ausfüllen keine Hexerei

Steuern ausfüllen keine Hexerei... Habe mehrjährige Erfahrung beim Steuern ausfüllen. Melde dich ... 041 360 60 69

01.01.2020 - **ZF037** - LU,

---

#### Steuererklärung

Fülle Deine Steuererklärung kompetent aus. Arbeite seit 8 Jahren bei der Kantonalen Steuerverwaltung und habe den eidg. Fachausweis als Treuhänderin.

01.01.2020 - **ZF021** - ,

---

#### Steuererklärung ausfüllen

Jetzt aktuell !! Deine Steuererklärung fertig ausgefüllt schon ab 1 Netzstunde. Als Profi zeige ich dir diverse Einsparmöglichkeiten.

13.09.2019 - **ZK006** - anderes, 5734

---

#### Versicherungen, Vorsorge

Ich helfe dir im Ordnen deiner Versicherungsangelegenheiten und biete dir eine neutrale Beratung. Oft kann dadurch Geld eingespart werden. Ich bin ein unabhängiger dipl. Versicherungs- und Vorsorgeberater mit langjähriger Erfahrung.

13.09.2019 - **ZK006** - anderes, 5734

---

# ANGEBOTE

## Computer, Büro

### Wirtschaft, Buchhaltung

#### Buchhaltung/Treuhandberatung

Berate Dich in der Buchhaltung oder führe diese für Dich. Gerne übernehme ich Aufgaben im Treuhandbereich, wie auch Jahresabschlüsse. Habe seit November 2006 den eidg. Fachausweis als Treuhänderin.

01.01.2020 - **ZF021** - ,

## Computer, Büro

### Marketing, Coaching, PR

#### Probleme mit dem Haushaltbudget?

Zusammen erarbeiten wir ein Haushaltbudget für Alleinstehende, Familien und Alleinerziehende. Bin ausgebildete Budgetberaterin. Keine Schuldensanierung! Privatschulden sollten aus eigener Kraft bereinigt werden können. Möglich sind auch Kostgeldberechnungen für Pensionäre oder Kinder und Jugendliche, Studentenbudgets, (...)

03.09.2019 - **ZF122** - LU, 6003

## Computer, Büro

### Praktisches, Schreibearbeiten

#### Lektorat und Korrektorat

Du brauchst Hilfe in der inhaltlichen und stilistischen Überarbeitung deiner Texte? Du möchtest einen fertigen Text geglesen und korrigieren lassen, bevor du ihn veröffentlichst? Dann bist du bei mir genau richtig. Meine 15-jährige Erfahrung als Lektor und Korrektor sprechen für sich.

05.02.2020 - **ZB008** - LU, 6005

## Freizeit, Spass, Abenteuer

### Essen, Kochen

#### Hast du Lust auf Kuchen und Guetzi?

Mein Hobby ist backen und ich bin sehr gerne kreativ, d.h. mache die Rezepte selber.

31.01.2020 - **ZW005** - LU, 6280

#### Backen / Kochen

Ich backe und koche gerne und tue dies gerne bei dir zuhause oder bei mir.

03.12.2019 -  **- LU, 6012**

## Freizeit, Spass, Abenteuer

### Essen, Kochen

#### Speisesprossen

Speisesprossen sind ein günstiges Gemüse. Sie können roh oder gekocht gegessen werden. Ich berate dich, wie sich Speisesprossen erfolgreich, effizient und kostengünstig herstellen lassen.

28.10.2019 - **ZQ045** - LU, 6014

## Freizeit, Spass, Abenteuer

### Freizeitbegleitung

#### Begleitung ins Theater oder ins Konzert?

Bin eine kulturinteressierte Frau und begleite Dich gerne ins Theater oder an klassische Konzerte. Ich gehe auch gerne mit zu Ausstellungen usw.

03.09.2019 - **ZF122** - LU, 6003

## Freizeit, Spass, Abenteuer

### Reisen

#### Töfffahrt

Lade dich herzlich ein zu einer Töfffahrt nach deinem Wunsch mit einer neuen Harley custom 1200cm mit ABS. Fahre seit 1972 Motorrad und das mit Freude. Freue mich auf eine Fahrt mit dir. Habe auch Vorschläge bei Bedarf. Tel. 041 917 52 30

05.10.2019 - **ZT029** - LU, 6287

## Freizeit, Spass, Abenteuer

### Spiele

#### \*\* Schachspiel

**Spiele sehr gerne Schach. Kann Dich das lehren. Freue mich auf Dich.**

03.03.2020 - **ZT029** - LU, 6287

#### Jassen

Jasse sehr gerne und kann Dich das lehren. Es könnte auch eine Gruppe sein (3-4 Pers.) für Schieber, Sidibarani, Coiffeurjass, Differenzler etc. Freue mich auf Dich/Euch.

05.10.2019 - **ZT029** - LU, 6287

#### Jasserin gesucht?

Ich bin die 4. Jasserin. Hilfe gerne aus. Kenne viele Jassarten ausser Sidi. Reduzierte TN-Std. Kann auch kurzfristig aushelfen.

03.09.2019 - **ZF122** - LU, 6003



# ANGEBOTE

## Freizeit, Spass, Abenteuer

### Sport

#### Tennis

Lade dich herzlich ein zum Tennisspiel auf dem Clubplatz in Tennwil Meisterschwanden (AG, am Hallwilersee) zum Spiel oder zum Lernen. Als Gast Fr. 10.- Platzgebühr. Tel. 014 917 52 30

05.10.2019 - **ZT029** - LU, 6287

#### Segeln auf dem Hallwilersee

Lade dich herzlich ein zum Mitsegeln (ev. lernen) auf einer Yacht (6 Plätze) auf dem Hallwilersee ab Platz in Aesch. Du kannst auch eigene Leute mitnehmen, z.B. zueinem Fest ....eine Mitbeteiligung am Schiff ist möglich. Tel. 041 917 52 30

05.10.2019 - **ZT029** - LU, 6287

## Gesundheit, Wohlbefinden

### Therapeutisches

#### Kristalle

Mit Kristallen Prellungen und Narben entstören, führt zur schnelleren Wundheilung.

18.02.2020 - **ZP037** - LU, 6048

#### Balancieren der Chakren

Meine diesbezüglichen Lehrer empfehlen, einmal pro Monat die 10 Chakras zu balancieren. Es hat eine vorbeugende Wirkung gegen Krankheit und gleicht Umwelteinflüsse aus.

31.12.2019 - **ZQ045** - LU, 6014

#### Neurosurfing

Durch das Handanlegen mittels zeichnen von Neurobildern erhöhen und fördern wir die Neuroplastizität unseres Gehirns, das heisst, dessen Veränderungsfähigkeit. Mittels einfachen Linien, Formen und Farben können unbrauchbare Denkmuster verändert werden. So können wir Stress abbauen, unser Potenzial entwickeln und (...)

25.10.2019 - **ZZ009** - NW, 6374

#### Leben atmen - Atem- und Heilprozesse

Atemprozesse mit Rebirthing, Atem u. Pulsation zur Heilung alter Wunden und Gefühle, für inneren Frieden und Lebendigkeit; mehr auf [www.bewusstseinsentwicklung.ch](http://www.bewusstseinsentwicklung.ch)

20.10.2019 - **ZT006** - LU, 6005

## Gesundheit, Wohlbefinden

### Therapeutisches

#### Scenar Behandlungen

Wir bieten Scenarbehandlungen an, Schmerzbehandlung etc. (russisches Heilgerät, das für die Raumfahrt entwickelt wurde). Tel. 041 917 52 30

05.10.2019 - **ZT029** - LU, 6287

#### Heil werden mit Hilfe von Power Tube

Wir bieten Behandlungen an mit dem grossartigen Powertube. Du kannst ihn auch mieten. Heilwirkungen nach tüf geprüft, bestätigt und zugelassen. Eigene hervorragende Ergebnisse. Tel. 041 917 52 30

05.10.2019 - **ZT029** - LU, 6287

#### Atme dich frei!

Atem ist Leben & Leben ist atmen. Als dipl. Körper- und Atemtherapeut kann ich dich da abholen wo du jetzt stehst und dir zu mehr Vitalität und Atemraum verhelfen. Bewusstseinsweiterung durch Atem- und Energiearbeit. Loslassen und Erholung durch die richtige Atemtechnik! Einzel- u. Gruppenarbeit. Krankenkassen anerkannt.

13.09.2019 - **ZK006** - anderes, 5734

## Gesundheit, Wohlbefinden

### Naturheilmittel

#### \*\* Heilwasser: Energetikum

Das Energetikum ist ein unglaubliches Heilwasser. Viele Heilerfolge (auch bei Krebs, und allen Krankheiten), neue Energie, Regeneration bis auf DNA, Beseitigung von Elektrosmog, Störungen von Wasseradern und Radioakt., Pflanzen wachsen viel besser, hilft Tieren...

03.03.2020 - **ZT029** - LU, 6287

#### \*\* Kolloidales Silber

Kolloidales Silber ist wirkungsvoller als jedes Antibiotikum und erst noch frei von Nebenwirkungen und sehr preiswert. Bei mir immer frisch und in bester Qualität erhältlich (mit gereinigtem Wasser und Profigerät hergestellt), ebenso Information dazu.

03.03.2020 - **ZT029** - LU, 6287

## ANGEBOTE

### Gesundheit, Wohlbefinden

#### Naturheilmittel

##### Heilkräuter/Heilsalben/Tinkturen

Wir bieten versch. Heilkräuter / Tees/ hervorragende Salben ( auch Harzsalbe bei allen Hautproblemen), Tinkturen, ohne Zusatzstoffe aus Eigenproduktion ( biol. dynamisch) an. Tel. 041 917 52 30

05.10.2019 - **ZT029** - LU, 6287

---

### Gesundheit, Wohlbefinden

#### Massagen

##### Klassische Massage

Das Leben entspannter machen....Ich kann dir eine klassische Vollkörper und Rückenmassage anbieten; für dein Wohlbefinden und deine Entspannung. Auch eine tibetische Energiemassage gehört zu meinem Repertoire. Ich habe eine Massageausbildung, bin aber nicht therapeutisch tätig, massiere aber regelmässig.

01.02.2020 - **ZU015** - LU, 6004

---

##### Babymassage

Ich habe viel Erfahrung mit Massage und bin dipl. Pflegeassistentin. Wann darf ich dein Baby verwöhnen?

31.01.2020 - **ZW005** - LU, 6280

---

##### Massage

Ganzkörpermassage, Rücken-, Ischiasbehandlung, Gegengelenk-Therapie, Fussreflex, Tiefenreflex, Chakra-Fussreflexmassage. Zur allgemeinen Harmonisierung und Reinigung.

04.12.2019 - **ZF152** - LU, 6014

---

##### Massage: Klassisch, Fussreflex, Lymphdrainage

Ich bin diplomierte Masseurin und habe eine Praxis in Luzern seit 15 Jahren. Ich kann dir Massagen a 30Minuten, 60Minuten oder 90Minuten anbieten. Erreichbar per Mail, SMS oder via Telefonbeantworter auf Festnetz.

02.11.2019 - **ZZ110** - LU, 6005

---

### Gesundheit, Wohlbefinden

#### Massagen

##### Gelenke Pulsen

Das Pulsen der Gelenke ist eine Massagetechnik aus dem Qi Gong Tuina. Mit einem rhythmischen Ziehen und Stossen wird die Eigenfrequenz eines Gelenkes angeregt. Dies ist sehr wohltuend für die so behandelten Gelenke. Interessanterweise kann die so generierte Pulsation auf nicht behandelte Gelenke (und z.T. andere Gewebeschichten) (...)

15.10.2019 - **ZQ045** - LU, 6014

---

##### Fussreflexzonenmassage

Fussreflexzonenmassage für ein ausgeglichenes, kraftvolles Leben

09.09.2019 - **ZA036** - LU, 6005

---

##### Lymphdrainage und Triggerpoint

Lymphdrainage und Triggerpoint, welche Blockaden und Verspannungen lösen

09.09.2019 - **ZA036** - LU, 6005

---

##### Ganzheitlich harmonisierende Wohlfühlmassage

Ganzheitlich harmonisierende Wohlfühlmassage mit Elementen der Aromaöeltherapie- und Esalenmassage

09.09.2019 - **ZA036** - LU, 6005

---

### Gesundheit, Wohlbefinden

#### Körperarbeit

##### Jin Shin Jyutsu

Jin Shin Jyutsu ist eine alte Kunst zur Harmonisierung der Lebensenergie im Körper. Durch Auflegen der Hände ,auf den bekleideten Körper, auf bestimmte Energiebereiche wird Stress und Anspannung im Körper abgebaut. Das Wohlbefinden des ganzen Wesens wird gestärkt.

18.02.2020 - **ZP037** - LU, 6048

---

##### Bodymind-Acupressure

Die Akupressurtherapie wird am bekleideten Körper ausgeführt. Mit sanftem Fingerdruck werden verschiedene trad. chinesische Meridianpunkte ausgleichend beeinflusst. Akupressur wirkt präventiv und auch rehabilitierend .Die Methode hat sich wirkungs- voll gezeigt bei Schlaflosigkeit,Nervosität , Kopf - und Rückenschmerzen, (...)

18.02.2020 - **ZP037** - LU, 6048

---

# ANGEBOTE

## Gesundheit, Wohlbefinden

### Körperarbeit

#### Medizinisches Qi Gong für das Herz

"Shuxin Pingxue Gong" ist ein medizinisches Qi Gong für das Herz. In der TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) nimmt das Herz die Stellung des Kaisers ein und herrscht somit über die 12 Organ-Funktionskreise des gesamten Organismus. Daraus wird verständlich, dass das tägliche Ausüben des Herz-Qigong eine Schlüsselrolle (...)

08.11.2019 - **ZQ045** - LU, 6014

---

#### Yoga

Für mehr Vitalität, Beweglichkeit und Gelassenheit im Alltag. Sorgfältig aufgebaute Körperübungen (Asanas) und Atemübungen bringen dich wieder in Fluss. Für Anfänger und Fortgeschrittene. Offene Gruppen: Jeden Mo. 18:30-20:00, Mo./Di. u. Do. 09:00-10:30, sowie Mi. 19:30-21:00 Uhr, Rückenyooga Di.18:00-19:15 und (...)

13.09.2019 - **ZK006** - anderes, 5734

---

#### Yoga für faule Leute - traditionelle Thaimassage

traditionelle Thaimassage. Bekleidet auf einer Matte liegend tauchst du ein in "das Yoga für faule Leute" Gelernt und praktiziert in Chiang Mai, Thailand

09.09.2019 - **ZA036** - LU, 6005

---

#### Tanz- und Bewegungstherapie

Tanz- und Bewegungstherapie mit Improvisation, Choreografie, Ausdruck in Bewegung und mit Stimme. Bin ausgebildete Therapeutin

09.09.2019 - **ZA036** - LU, 6005

---

## Gesundheit, Wohlbefinden

### Klänge, Energien, Bewegung

#### \*\* Medizinisches Qi Gong für die Leber

Shugan Lidan Gong, kurz Leber Qi Gong genannt, bedeutet „Die Methode, um die Leberfunktion zu normalisieren und die Gallenblase anzuregen“. Beide Organe spielen eine wichtige Rolle in der Verdauung. Die Leber hat bezüglich dem Qi die Aufgabe, dieses schön gleichmässig und stetig im Körper zu verteilen. Ist die Leber (...)

03.03.2020 - **ZQ045** - LU, 6014

---

## Gesundheit, Wohlbefinden

### Klänge, Energien, Bewegung

#### \*\* Atem- und Drüsenkunde mit Uebungen nach Mazdaznana

z.T. mit Musik machen wir ganz effektive Atem- und Drüsenübungen die die Gesundwerdung und Gesunderhaltung wesentlich unterstützen. Atem ist Leben und das Drüsensystem ist die Steuerung aller Funktionen. Wir werden dazu auch die Zusammenhänge erläutern. Termin nach Absprache, in Gruppen (anfragen: 041 917 52 30)

03.03.2020 - **ZT029** - LU, 6287

---

#### Meditative Wanderung

Termine, Samstag oder Sonntag Vormittags, ca 2 Std: 02.02.20 (Meggerwald), 29.03.20 (Vitznau), 27.06.20 (Weggis) Das Grün der Bäume aufnehmen, Vogelgesang lauschen, meine Schritte im moosigen Boden spüren, den würzigen Waldduft atmen... In unserem Alltag sind wir häufig wenig in Kontakt mit der Gelassenheit, Kraft (...)

17.01.2020 - **ZW016** - LU, 6354

---

#### Lebendigkeitsgruppen

Ich veranstalte zusammen mit meinem Partner in Küssnacht/Rigi Selbsterfahrungsgruppen: Termine Sonntags: 08.03.20, 22.03.20, 05.04.20. Siehe auch [www.lebendigkeitsgruppen.ch](http://www.lebendigkeitsgruppen.ch) Darum geht es: Wirklich im Augenblick anwesend sein Mich selbst, meine Bedürfnisse, meine Lebendigkeit spüren Mit mir und anderen verbunden (...)

17.01.2020 - **ZW016** - LU, 6354

---

#### Open Air Qi Gong & Tai Chi

Wir lernen Bewegungen aus dem Daoyin Qi Gong und dem Tai Chi, draussen unter freiem Himmel bzw. bei Regen unter einem überdachten Pausenplatz. Das Daoyin ist eine wichtige Untergruppe vom Qi Gong. Es handelt sich dabei um fließende subtile Stretching Bewegungen in Koordination mit der Atmung. Die unterrichtete Übungssequenz (...)

31.12.2019 - **ZQ045** - LU, 6014

---

# ANGEBOTE

## Gesundheit, Wohlbefinden

### Klänge, Energien, Bewegung

#### Das Öffnen der Energietore des Körpers

Die Energietore des Körpers sind Zugangspunkte zum Ätherkörper oder Energiekörper des Menschen. Das Öffnen bewirkt ein freieres Fließen der Lebensenergie im Körper. Dies hat eine erhöhte Vitalität und Gesundheit, sowie eine verbesserte Bewegungskoordination zur Folge. Es ist sehr gut für die Gelenke.

08.11.2019 - **ZQ045** - LU, 6014

#### Medizinisches Qi Gong für die Nieren

Nach Ansicht der traditionellen chinesischen Medizin sind die Nieren die „Wurzeln des Lebens“, da sie das so genannte Jing (Essenz) speichern. Mit den Übungen wollen wir diese Speicherfunktion der Nieren stärken. Wie jedes andere Organ hat auch die Niere einen Yin und Yang Aspekt. Diese bilden die Grundlage für das (...)

08.10.2019 - **ZQ045** - LU, 6014

#### Rituale in der Natur

biete Rituale in der Natur oder in Räumen an. Sei dies bei Jahreszeitenwechsel, Lebensübergänge jeder Art (Taufe, Heirat, Pensionierung), Hauseinweihungen,...

09.09.2019 - **ZA036** - LU, 6005

#### Open Air Qi Gong & Tai Chi

Wir lernen Bewegungen aus dem Daoyin Qi Gong und dem Tai Chi, draussen unter freiem Himmel bzw. bei Regen unter einem überdachten Pausenplatz. Das Daoyin ist eine wichtige Untergruppe vom Qi Gong. Es handelt sich dabei um fließende subtile Stretching Bewegungen in Koordination mit der Atmung. Die unterrichtete Übungssequenz (...)

19.06.2019 - **ZQ045** - LU, 6014

#### Verdauungs Qi Gong

Das Verdauungs Qi Gong (He Wei Jian Pi Gong) besteht aus 8 einzelnen Übungen. Die Abfolge wurde an der Qi Gong Fakultät der Sportuniversität Beijing aus zum Teil sehr alten Übungen zusammengestellt. Das Ziel ist, unter dem Blickwinkel der Traditionellen Chinesischen Medizin, die Verdauung zu fördern, d.h. insbesondere (...)

19.06.2019 - **ZQ045** - LU, 6014

## Gesundheit, Wohlbefinden

### Entspannung, Meditation

#### \*\* Nei Gong

Qi Gong kann unterschieden werden in Nei Gong (inneres Qi Gong) und Wei Gong (äusseres Qi Gong). Wir lernen in diesem Einführungskurs das Nei Gong zum Öffnen der Energietore kennen. Die Energietore des Körpers sind zum Teil Akupunkturpunkte, zum Teil Punkte im Innern des Körpers. Sämtliche Gelenke zwischen zwei Knochen (...)

03.03.2020 - **ZQ045** - LU, 6014

#### Tao Yoga

Das Tao Yoga ist ein meditatives Qi Gong zur Stärkung der Gesundheit und des Wohlbefindens. Dabei wird das Qi, die Lebensenergie, mit der Kraft des Geistes bewegt. Dies geschieht durch das Innere Lächeln, die 6 heilenden Laute, der Kleine Energiekreislauf, diverse Chi Kung Kraftstände und eine einfache Tai Chi (Tai (...)

08.11.2019 - **ZQ045** - LU, 6014

#### Qi Gong Atmung

Die Atmung hat einen grossen Einfluss auf unsere Gesundheit. Jeder tiefe Atemzug bewirkt eine Massage der Bauchorgane (Darm, Magen, Leber, Nieren) durch das Zwerchfell. Die Wirbelsäule wird aufgerichtet. Das Nervensystem wird gestärkt und beruhigt.

08.11.2019 - **ZQ045** - LU, 6014

#### Befreiung und Zentrierung

Bei Belastungen aller Art, Aengsten und andern Emotionen, Empfindungen, Symptomen. Für ein neues Lebensgefühl, wollen sie alle ausgeglichen werden, denn sie haben ihren Sinn. Ich führe Dich den Weg zum inneren Ort der Liebe mit bewusstem Fühlen und Atmen. vgl. [www.bewusstseinsentwicklung.ch](http://www.bewusstseinsentwicklung.ch)

20.10.2019 - **ZT006** - LU, 6005

#### Nahrung für die Seele

Oft fühlen wir uns gehetzt und ruhelos. Vielleicht sehnen wir uns nach Zentrierung, nach tief In-sich-zuhause-sein. Ich bringe Dich in Kontakt mit Deinem Inneren, Deinem wesenhaften Sein. Dies geschieht über meine Hände und meine Stimme (nach Bob Moore, Heilbehandlung, Healing voice) vgl. [www.bewusstseinsentwicklung.ch](http://www.bewusstseinsentwicklung.ch)

20.10.2019 - **ZT006** - LU, 6005

# ANGEBOTE

## Gesundheit, Wohlbefinden

### Entspannung, Meditation

#### Meditation

Im Gebet sprichst du mit Gott; in der Meditation spricht Gott zu dir. Durch meditieren kannst du in die Stille eintreten und in Kontakt sein mit deinem wahren Wesenskern. Tiefe Erholung und Energiegewinn warten auf dich. Mantra Meditation basierend auf der Transzendenz. Vergiss nicht, es ist nur das wichtig, was du mitnehmen (...)

13.09.2019 - **ZK006** - anderes, 5734

#### Deeksha (Energieübertragung)

Oneness-Deeksha (Dikscha) ist kraftvoll und eine wunderbare Energie, welche das Einssein mit Allem, sowie individuelles Wachstum und Glück-seligkeit fördert. Körper- und Atemübungen helfen dir, diese Energie aufzunehmen. Dadurch können Lebensfreude und Leichtigkeit in deinem Alltag wachsen. Ich freue mich, dies mit (...)

13.09.2019 - **ZK006** - anderes, 5734

#### Bilder- und Fantasiereisen

Geführte Bilder- und Fantasiereisen, Feldenkrais Übungen und weitere Entspannungstechniken

09.09.2019 - **ZA036** - LU, 6005

#### aktive Meditationen nach Osho

aktive Meditationen nach Osho wie z. B. Kundalini, Herz oder Chakra Meditationen. Einzel oder in einer kleinen Gruppen

09.09.2019 - **ZA036** - LU, 6005

## Gesundheit, Wohlbefinden

### Beratungen, Lebensberatung

#### Mehr Lebendigkeit...

Vorübergehend Tauschnetzstunden-Frei Hast Du das Gefühl auf der Stelle zu treten? Spürst Du manchmal die Sehnsucht, Dich noch lebendiger zu fühlen? Fühlst Du Druck oder Enge in Dir und siehst keinen Weg, dies loszulassen? Denkst Du manchmal: "Das kann doch noch nicht alles gewesen sein", aber hast keine richtige Idee, (...)

17.01.2020 - **ZW016** - LU, 6354

## Gesundheit, Wohlbefinden

### Beratungen, Lebensberatung

#### Beziehungsklärung

Gibt es eine Person in Deinem Umfeld (nah oder fern), über die Du Dich immer wieder ärgerst, oder möchtest Du eine alte Beziehung aufarbeiten, um innerlich wieder ganz frei zu werden? Dafür gibt es eine sehr einfache, aber unglaublich effektive Technik, mit der ich Dich einfühlsam begleite. Auch möglich mit Beziehungen (...)

17.01.2020 - **ZW016** - LU, 6354

#### Mediale Beratung/Tarot

Mediale Beratung und Tarot verbunden mit jahrelanger Erfahrung biete ich gerne an.

04.12.2019 - **ZF152** - LU, 6014

#### Neurosurfing

Durch das Handanlegen mittels zeichnen von Neurobildern erhöhen und fördern wir die Neuroplastizität unseres Gehirns, das heisst, dessen Veränderungsfähigkeit. Mittels einfachen Linien, Formen und Farben können unbrauchbare Denkmuster verändert werden. So können wir Stress abbauen, unser Potenzial entwickeln und (...)

26.10.2019 - **ZZ009** - NW, 6374

#### BioScan

Gesundheit ist messbar! Die BioScan-SWA Skalarwellen Analyse ist ein computergestütztes Analyseverfahren. Erfahre über 250 deiner Körperwerte in Bereichen wie: Kardio- u. zerebrovaskuläre Störungen / Magen-Darm-Funktion / Leber / Gallenblase / Bauchspeicheldrüse / Nieren- u. Lungenfunktion / Gehirnnerven / Knochenerkrankungen, (...)

13.09.2019 - **ZK006** - anderes, 5734

#### Reinkarnationstherapie

Die Reinkarnationstherapie vermag dir seelische Inhalte über die Symbolsprache aufzuzeigen. Erkenne deine Muster und befreie dich von alten Glaubenssätzen. "Entwickle" dich zu einem freien Menschen durch visionäre Rückführungen. Gerne begleite ich dich dabei.

13.09.2019 - **ZK006** - anderes, 5734

# ANGEBOTE

## Gesundheit, Wohlbefinden

### Beratungen, Lebensberatung

#### Feng Shui

Lebensqualität & Wohlbefinden. Für viele Menschen wird das Zuhause als Ort der Ruhe und des Wohlbefindens immer wichtiger. Durch Feng Shui, d.h. einem harmonischen Einsatz von Farben, Materialien und Formen, der optimalen Raumgestaltung und Platzierung von Möbeln, dem wirkungsvollen Einbringen von Accessoires und Pflanzen (...)

13.09.2019 - **ZK006** - anderes, 5734

---

#### Pendeln

Das Pendel gibt Antwort... Ich vermittele dir die Grundlagen für den richtigen Umgang mit dem Pendel oder Tensor (Einhandrute). Verschiedene Einsatzgebiete werden vorgestellt. Das Pendel benutzt die Informationsquelle des Unterbewusstseins. Die Fähigkeit diese Informationsquelle zu nutzen kann jeder Mensch erlernen. Mit (...)

13.09.2019 - **ZK006** - anderes, 5734

---

#### EFT Meridian-Klopftchnik

Leichtigkeit für den Alltag. EFT (Emotional Freedom Techniques) wurde vom Amerikaner Gary Craig entwickelt als eine Verbindung von westlichen psychotherapeutischen Erkenntnissen und dem traditionellen Wissen der chinesischen Meridianlehre. Mit EFT können Sie Blockaden und Widerstände lösen, die Sie davon abhalten, (...)

13.09.2019 - **ZK006** - anderes, 5734

---

#### Tarot

Entscheidungshilfe im Alltag. Hast du Fragen zu Beruf/Berufung, Geld und Partnerschaft? Ich befrage das Orakel und lege dir die Karten. (über 20J. Praxiserfahrung)

13.09.2019 - **ZK006** - anderes, 5734

---

#### Numerologie

Mit Hilfe der Zahlen lässt sich der ideale Zeitpunkt für Unternehmungen aller Art, (z.B. Vertragsunterzeichnungen, Hochzeit, Firmengründungen etc.) ermitteln. Die Persönlichkeitszahl gibt Aufschluss über Lebenssinn und dein Schicksal.

13.09.2019 - **ZK006** - anderes, 5734

---

## Gesundheit, Wohlbefinden

### Beratungen, Lebensberatung

#### Nomen est Omen

Bist du auch der Meinung, dass es kein Zufall ist wie du heisst? Ich deute deinen Vornamen und zeige dir dein Potential und deine Anlagen auf.

13.09.2019 - **ZK006** - anderes, 5734

---

## Haushalt, Handwerk

### Haushalthilfe

#### Keller und Estrich entrümpeln

Du wolltest schon lange deinen Keller und/oder Estrich aufräumen? Kannst dich aber nicht entscheiden, was behalten, was fortwerfen oder verschenken? Ich unterstütze dich dabei.

05.02.2020 - **ZB008** - LU, 6005

---

#### Putzen

Gerne unterstütze ich dich beim Putzen deiner Wohnung und nehme Aufträge entgegen.

31.01.2020 - **ZW005** - LU, 6280

---

## Haushalt, Handwerk

Brauchst du jemanden der dir gewisse Hausarbeiten abnimmt, sei es zum Bügeln, Staub saugen, Blumen und Pflanzen pflegen, etc. wäre ich gerne bereit, dich dabei zu unterstützen.

22.10.2019 - **ZZ017** - LU, 6005

---

## Haushalt, Handwerk

### Heimverschönerung

#### Malerarbeiten

Mit viel Freude und Fachkenntnis stehe ich Ihnen bei der Verschönerung Ihrer Wohnung als gelernter Maler zur Verfügung. Ich kann Sie auch bei Restaurationen beraten.

05.09.2019 - **ZI021** - LU, 6020

---

## Haushalt, Handwerk

### Tier-Betreuung

#### Haustiere füttern

Ich füttere deine Haustiere, wenn du in den Ferien bist oder sonstwie keine Zeit hast. Ich habe ein 10Zonen-Abo. Alles was innerhalb dieser Zone ist kann ich erledigen.

30.01.2020 - **ZX014** - LU, 6006

---

## ANGEBOTE

### Haushalt, Handwerk

#### Nähen, Stricken, Häkeln, Flicken

##### Stricken

Stricken ist in! Gibt es Probleme beim Stricken, ich kann dir weiter helfen.

01.01.2020 - **ZF037** - LU,

---

##### Nähen, Flicken, Ändern

Zeitlebens begleitet mich das Nähen. Es bereitet mir Freude, Kleider zu reparieren oder allgemein Textiles zu verarbeiten. Auch Puppenkleider nähen oder Puppenwagen ausstatten mache ich gerne. Zutaten vorhanden!

22.09.2019 - **UL025** - LU, 6005

---

##### Nähe und Flicke ausgezeichnet

Deine Kleider flicke ich mit geübten Händen oder mit Maschine. Zudem nehme ich auch Kleideränderungen vor.

03.09.2019 - **ZF153** - LU, 6005

---

### Haushalt, Handwerk

#### Zügeln, Transportieren

##### Transporte / Fahrten / Zügeln

Kastenwagen 5m2. Bei Bedarf mit Anhänger.

04.12.2019 - **ZV009** - LU, 6005

---

##### Zügelhilfe inkl. Wohnungsreinigung

Kompetentes und zügiges arbeiten zeichnen mich aus, da ich reichlich Erfahrung mitbringe. Als gelernter Maler kann ich Zügel Schäden und kleine Beschädigungen für die Wohnungsabgabe fachmännisch ausführen. Mein grosser Vorteil besteht darin, dass ich Ihnen auch gleich bei der Endreinigung behilflich sein kann.

05.09.2019 - **ZI021** - LU, 6020

---

##### Hilfe beim Zügeln , Räumung, Umzug

Wohnungswechsel, Räumung, Umzug: Wir (mein Bruder und ich) helfen gerne. Fahrzeug vorhanden (mit Kilometerentschädigung), Anhänger kann zusätzlich gemietet werden.

03.09.2019 - **ZA021** - LU, 6048

---

### Haushalt, Handwerk

#### Handwerkliches, Haus, Garten

##### Bauberatung

Beratung über alle Baufragen, Bewilligung, Vorschriften, technische Fragen, Anleitungen usw. durch erfahrenen Architekten. Beratung kann per Telefon, Mail oder Hausbesuche erfolgen.

07.09.2019 - **ZT033** - LU, 6288

---

##### Gartenarbeiten

Ich bin sehr vielseitig. Mein Hauptberuf ist gelernter Maler. Bin handwerklich sehr begabt und die Arbeit in der freien Natur inspiriert mich und macht mir viel Freude.

05.09.2019 - **ZI021** - LU, 6020

---

### Haushalt, Handwerk

#### Pflanzen, Blumen

##### Blumengiessen

Gerne giesse ich deine Blumen während deinen Ferien oder sonstigen Abwesenheiten.

06.01.2020 - **ZY010** - LU, 6003

---

### Haushalt, Handwerk

#### Reparaturen

##### Uhrenreparaturen

Dipl. Uhrmacher-Rhabilleur mit eigenem Uhrenatelier erweckt Ihre stehen gebliebenen Uhren wieder zu neuem Leben.

01.10.2019 - **ZQ036** - LU, 6048

---

### Kunst, Kreativität

#### Malen, Zeichnen

##### Neurosurfing

Durch das Handanlegen mittels zeichnen von Neurobildern erhöhen und fördern wir die Neuroplastizität unseres Gehirns, das heisst, dessen Veränderungsfähigkeit. Mittels einfachen Linien, Formen und Farben können unbrauchbare Denkmuster verändert werden. So können wir Stress abbauen, unser Potenzial entwickeln und (...)

25.10.2019 - **ZZ009** - NW, 6374

---

##### Zeichnungen und Bilder

Tuschezeichnungen, Aquarelle und Acrylbilder, Stil siehe homepage ([www.jaeggi-jason.ch](http://www.jaeggi-jason.ch)), naturalistisch bis abstrakt, auch Auftragsarbeiten nach Wunsch

07.09.2019 - **ZT033** - LU, 6288

---

# ANGEBOTE

## Kunst, Kreativität

### Musik

#### \*\* Mantra / spirituelle Gesänge singen

Hast du eine gute Stimme und etwas Ahnung von Noten und singst du gerne vierstimmige Mantras und spirituelle Gesänge aus aller Welt, so bist du gerne eingeladen 1 Mal pro Monat mitzusingen in einem 12 köpfigen Chor mit z.T. instrumentaler Begleitung. Tel. 041 917 52 30

03.03.2020 - ZT029 - LU, 6287

#### Klavier und Keyboard Unterricht

Möchtest Du gerne das Klavierspielen oder das Keyboardspielen erlernen? Gerne erteile ich Dir Stunden.

01.10.2019 - ZQ036 - LU, 6048

#### Gitarre spielen

Willst Du Gitarre spielen lernen nach Gehör, ohne Noten? Einfache Anleitung zum schnellen Erfolg mit learning by doing.

07.09.2019 - ZT033 - LU, 6288

## Soziales, Treffen, Betreuung

### Kinder

#### Betreuung von Kindern

Ich kann gut für einige Stunden ihr Kind(er) betreuen.

01.01.2020 - ZF037 - LU,

## Soziales, Treffen, Betreuung

### Vorlesen, Begleitung

#### Gemeinsame Ausflüge / Veranstaltungen / Einkäufe

Gerne begleite ich dich bei Einkäufen, Ausflügen etc. Ich bin gerne an der frischen Luft und zu zweit macht es mehr Spass.

03.12.2019 - ZZ018 - LU, 6012

## Soziales, Treffen, Betreuung

### Versorgung, Pflege

#### Entlastungstage

Pflegst oder betreust du zu Hause Angehörige? Könntest du einen Tag Auszeit brauchen? Ich pensionierte Pflegefachfrau könnte Tage - oder Stundenweise die Betreuungsarbeit übernehmen.

03.07.2019 - ZZ103 - LU, 6006

## Soziales, Treffen, Betreuung

### Fahrdienste

#### Fahrdienst

Musst du mal schnell irgendwohin, ruf mich an, z.B. Arzt, Spital usw.

01.01.2020 - ZF037 - LU,

#### Soziales, Treffen, Betreuung

Musst Du einen Grosseinkauf tätigen, zum Arzt, Zahnarzt, etc. gehen, oder sonst etwas erledigen, kann ich Dich gerne zu Fuss oder mit dem Auto hinbringen.

23.10.2019 - ZZ017 - LU, 6005

#### Transporte, Taxi

Habe Auto mit Anhänger. Kann für Dich Waren transportieren, oder auch nur Personentransporte machen (auch mit Motorrad sehr gerne möglich).

05.10.2019 - ZT029 - LU, 6287

#### Fahrdienst

Fahrdienste für Personentransporte und/ oder Waren in der ganzen Schweiz. Mit Ihrem oder meinem Auto.

05.09.2019 - ZI021 - LU, 6020

## Sprache, Schule, Wissen

### Sprachunterricht

#### Englisch Konversation

Willst du dein Englisch verbessern? Wir können uns zum Kaffee treffen und auf englisch kommunizieren. Dabei kann ich dich nach Wunsch korrigieren und du kannst dich laufend verbessern. Unsere Familiensprache zu Hause ist englisch. Idealer Treffpunkt: Kaffee, Restaurant in der Stadt Luzern oder bei mir zu Hause.

28.11.2019 - ZZ110 - LU, 6005

## Sprache, Schule, Wissen

### Übersetzungen, Dolmetschen

#### Übersetzen und Korrekturlesen

Ich übersetze deine Texte von Englisch auf Deutsch und korrigiere deinen deutschen Texte. Über 15 Jahre Erfahrung.

05.02.2020 - ZB008 - LU, 6005



## ANGEBOTE

### Sprache, Schule, Wissen

#### Konversation, Fremdsprachen

##### Sprache, Schule, Wissen

Möchtest du deine deutsch, französisch oder englisch-Kenntnisse mündlich etwas auffrischen, wäre ich gerne bereit dich dabei zu unterstützen.

22.10.2019 - **ZZ017** - LU, 6005

### Sprache, Schule, Wissen

#### Wissen allgemein

##### Mietrecht

Was ist Mietersache und was muss der Vermieter übernehmen? Mietrecht, Einschätzung und Schlichtung oder alle Fragen die im Mietwesen aufkommen. Beratung per Telefon, Mail oder u.U. Hausbesuche.

07.09.2019 - **ZT033** - LU, 6288

### Veranstaltungen, Events

#### Bar, Küche

##### Liebst du die indische Küche?

Für dein Fest oder deinen Anlass koche ich gerne indische Gerichte.

31.01.2020 - **ZW005** - LU, 6280

##### Schoggi - Kuchen oder ein feines Brot

Ich backe sehr feine Kuchen oder ein feines Brot mit Zutaten die du bestimmen kannst. z. B. Nüsse oder getrocknete Früchte. Zutaten und 1/2 Stunde Tauschnetz. Der Schoggikuchen wird ohne Mehl gebacken.

01.01.2020 - **ZF037** - LU,

### Waren

#### Beschaffen/Abgeben

##### Getrocknete Malvenblüten

Dank einer grossen Ernte kann ich getrocknete Malvenblüten anbieten. Medizinische Wirkung siehe <https://heilkraeuter.de/lexikon/malve.htm> oder <https://www.avogel.ch/de/pflanzenlexikon/malven.php>

19.02.2020 - **ZQ045** - LU, 6014

##### Abzugeben

Habe eine ungebrauchte Untermatratze eines Einpersonen SAMIRA Bettes. Eignet sich auf ein Holzrost oder auch auf eine Liege im Freien. Farbe : uni/beige

01.08.2019 - **LT023** - LU, 6043

### Waren

#### Beschaffen/Abgeben

##### PC -Tischchen

praktisches Tischchen für PC auf 4 Rädern. Das mittlere Tablett kann herausgezogen werden. Gut erhalten.

24.07.2019 - **LT023** - LU, 6043

### Waren

#### Ausleihen

##### Jura-Bretzelieisen

Du kannst super feine Brezeln selber backen. Ich kann dir mein Jura-Bretzeli-Eisen ausleihen oder gegen Tauschstunden übernehmen.

01.01.2020 - **ZF037** - LU,

##### Elektrovelo zu "vermieten"

Ich habe ein Elektrovelos, mit welchen man kurze Touren machen könnte, z.B. um den Zuger-See herum ( es dauert ca. 3 Std.). Alles weitere per Tel., ich freue mich!

04.12.2019 - **ZM001** - SZ, 6405

##### Tisch Crêpes Set

Tisch Crêpes Set: Entweder sechs kleine oder eine grosse Crêpes auf dem Esstisch zubereiten. ... und dem Crêpes Schmaus mit FreundInnen steht nichts mehr im Weg ;-) !

09.09.2019 - **ZA036** - LU, 6005

# NOTIZEN

# VEREINSINFORMATIONEN

## **Mitarbeit im Vorstand - etwas für dich?**

Wir suchen für unseren Vereinsvorstand noch ein bis zwei weitere Mitglieder. Hast du Zeit und Lust an einer interessanten und abwechslungsreichen Nebentätigkeit, für die du zu einem Teil in Tauschnetz-Stunden entschädigt wirst. Wenn du in einem engagierten Team das Luzerner Tauschnetz weiterbringen und in die Zukunft der Zeitwährung bzw. -philosophie investieren willst, bist du die richtige Person. Kontaktiere eines der Vorstandsmitglieder für alle weiteren Fragen, oder schreibe an [luzern@tauschnetz.ch](mailto:luzern@tauschnetz.ch) - Wir freuen uns!

## **Verschiedene Aufgaben im Luzerner Tauschnetz**

Infolge von Rücktritten sind einige Aufgaben im Tauschnetz neu zu vergeben. Wenn du denkst, Fähigkeiten zu haben, die dem Luzerner Tauschnetz nützen, und sie im Rahmen des Vereins einsetzen möchtest (teilweise gegen Tauschnetz-Stunden), dann melde dich bitte bei einem Vorstandsmitglied oder per E-Mail ([luzern@tauschnetz.ch](mailto:luzern@tauschnetz.ch)). Wir geben gerne Auskunft zu den vakanten Tätigkeiten!

## **Cyclos-Tipps**

In der Infomail an unsere Mitglieder veröffentlichen wir regelmässig kleine Schritt-für-Schritt-Anleitungen für spezielle Aufgaben im Cyclos (z.B. Inserate verlängern, Druckkosten einsparen, Benachrichtigungen einstellen usw.). Diese "Cyclos-Tipps" werden auch auf der Tauschnetz-Website gesammelt, damit sie immer zur Verfügung stehen: [www.tauschnetz.ch](http://www.tauschnetz.ch) ► Begriffe/Erklärungen ► Cyclos-Hilfe

# AKTUELLES

Als Plattform für **ANGEBOT** und **NACHFRAGE** gibt es

folgende Treffmöglichkeiten:

- ▶ den **Tauschnetztreff im Sentitreff**, Baselstrasse 21, 6003 Luzern  
jeweils am 1. Dienstag jeden Monats von 17:00-19:00 Uhr
- ▶ die **regelmässigen Tauschnetz-Veranstaltungen** (Filme, Willkommensveranstaltungen, Mitglieder- und Vollversammlungen, Workshops und Weiterbildungen, Besichtigungen usw.)

Die genauen Daten und Veranstaltungsorte all dieser Termine sind immer aktuell von unserer Website abrufbar ([www.tauschnetz.ch](http://www.tauschnetz.ch) ▶ Agenda).

## Kommende Termine:

- ▶ **Do, 26.03.2020** 19:00      **Tauschplenum Luzerner Tauschnetz**  
Vollversammlung des Luzerner Tauschnetzes. Mitglieder und Interessierte sind herzlich eingeladen.  
(Hotel Alpha, Zähringerstrasse 24, 6003 Luzern)
- ▶ **Mo, 30.03.2020** 19:00      **Tauschnetz-Filmabend**  
(Hotel Alpha, Zähringerstrasse 24, Luzern)
- ▶ **Sa, 18.04.2020**              **Tauschforum Schweiz**  
(Zürich, Kulturhaus Helferei)
- ▶ **Di, 28.04.2020**              **Redaktionsschluss Marktzeitung Nr. 82**  
Inserate, die in der kommenden gedruckten Ausgabe der Marktzeitung erscheinen sollen, müssen im Cyclos erfasst sein.
- ▶ **Do, 28.05.2020** 19:00      **Mitgliederversammlung 2020 Luzerner Tauschnetz**  
(Sentitreff, Baselstrasse 21, Luzern)

Das (und alle anderen Veranstaltungen und Treffs, siehe [www.tauschnetz.ch](http://www.tauschnetz.ch) ▶ Agenda) sind gute Gelegenheiten, möglichen Tauschnetzpartnern und -partnerinnen persönlich zu begegnen, das eigene Angebot zu kommunizieren und "ins Geschäft" zu kommen. Alle Veranstaltungen sind immer auch für die interessierte Öffentlichkeit offen!