

Juli/August 2016

Veranstaltungen und Berichte
aus Einrichtungen auf
anthroposophischer Grundlage
im Raum Hamburg

Erscheint monatlich

Der hinweis -
jetzt online unter
www.hinweis-hamburg.de

hinweis



**Sich ernähren -
vegan, vegetarisch oder mit Fleisch?**

Interview mit Dr. Petra Kühne, Ernährungswissenschaftlerin

Marlowe

GREEN FASHION *nature*

www.marlowe-nature.de



SALE

Beim Schump 5-9

20144 Hamburg

Tel: 040 44 80 93 37

Mo - Fr 10.00 - 19.00

Samstags 10.00 - 16.00

men & sports

Tel: 040 41 40 64 04

Bahrenfelder Straße 176

22765 Hamburg Ottensen

Tel: 040 22 60 48 90

Mo - Fr 11.00 - 19.30

Samstags 11.00 - 16.00

In diesem Heft:

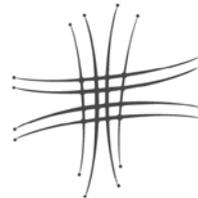
Sich ernähren – vegan, vegetarisch oder mit Fleisch?	Seite 5
<i>Interview mit Dr. Petra Kühne, Ernährungswissenschaftlerin</i>	
Aus den Einrichtungen und Initiativen	Seite 10
Anthro-Glossar	Seite 13
Termine	Seite 16
Regelmäßige Veranstaltungen	Seite 24
Veranstaltungsanzeigen	Seite 25
Adressen	Seite 33
Impressum	Seite 38
Private Kleinanzeigen	Seite 40

Titelbild auf der Vorderseite: „gemalt im kunsttherapeutischen Malkurs im Tobias-Haus, 2011“

ZUKUNFT GEBEN

Der „Hinweis“ wird herausgegeben von der Gemeinnützigen Treuhandstelle Hamburg e.V. (www.treuhandstelle-hh.de). Seit Gründung 1988 gestaltet Christine Pflug den Hinweis als eigenständigen Verlag zu Veranstaltungen von anthroposophischen Initiativen und Einrichtungen in der Region Hamburg. Neben den Terminen machen inhaltliche Artikel, Kunst und Beilagen zu besonderen Ereignissen aus allen Themen- und Lebensbereichen den „Hinweis“ zu einem Bestandteil des gesellschaftlichen und persönlichen Lebens in Hamburg.

Die Träger der Veranstaltungen, überwiegend gemeinnützige Organisationen, unterstützen und ermöglichen die Publikation.



GEMEINNÜTZIGE TREUHANDSTELLE HAMBURG e.V.

Freie Aktive Schule Wülfrath



Schule muss Spaß machen. Schulen bauen aber auch

Entdecken Sie die erste sozial-ökologische Bank.

Finanzierungsangebote und -beratung

Telefon +49 234 5797 300

www.gls.de/finanzieren

Filiale Hamburg
Düsternstr. 10

GLS Bank
das macht Sinn 

Sich ernähren – vegan, vegetarisch oder mit Fleisch?

Interview mit Dr. Petra Kühne, Ernährungswissenschaftlerin

Als Verbraucher ist man heutzutage hin und her gerissen bei der Frage, wie man sich ernähren soll. Es gibt vielfältige und extreme Empfehlungen von allen Seiten; man kann Lebensmittel aus sozialpolitischen Gesichtspunkten wählen: regionale Lebensmittel kaufen, Fleisch prinzipiell aus umweltschonenden Gründen meiden, bis dahin, dass man aus ethischen Gründen überhaupt keine tierischen Produkte mehr zu sich nehmen sollte. Wie kann man sich als Verbraucher darin orientieren? Gibt es noch so etwas wie ein „gesundes Gefühl“, was mir sagt, was gerade für mich individuell zuträglich ist?

Interviewpartnerin: Dr. sc. agr. Petra Kühne, ist Ernährungswissenschaftlerin, und leitet den Arbeitskreis für Ernährungsforschung e.V. in Bad Vilbel. Das ist ein unabhängiger Verein, der auf dem Gebiet der anthroposophischen Ernährung arbeitet. Ein Schwerpunkt ist die Kinderernährung; die Mitarbeiter des Vereins geben Fortbildungskurse und veröffentlichen Bücher zur gesunden Ernährung (www.ak-ernaehrung.de). Petra Kühne ist Redakteurin vom „Ernährungsrundbrief“, veröffentlicht Beiträge in Zeitschriften, hat Vortrags- und Kurstätigkeit. Buchveröffentlichungen: Anthroposophische Ernährung – Lebensmittel und ihre Qualität (2008), Gewürze und Kräuter (2. Aufl. 2008), Vitamine (2015), Säuglingsernährung (12. Aufl. 2016)

Christine Pflug: Als Verbraucher ist man heutzutage hin und her gerissen bei der Frage, wie man sich ernähren soll. Es gibt vielfältige und extreme Empfehlungen von allen Seiten, von Makrobiotik, Rohkost, bis zu Ernährung nach Blutgruppen, Steinzeiterernährung (Paleo-Ernährung) etc. Dazu wird berichtet über degeneriertes Gemüse, Gammelfleisch im schlimmsten Falle, falsche Ernährung als Ursache für viele Krankheiten etc.; man kann Lebensmittel aus sozialpolitischen Gesichtspunkten wählen: regionale Lebensmittel kaufen, Fleisch prinzipiell aus

umweltschonenden Gründen meiden, bis dahin, dass man aus ethischen Gründen überhaupt keine tierischen Produkte mehr zu sich nehmen sollte. Wie kann man als Verbraucher sich darin orientieren? Gibt es noch so etwas wie ein „gesundes Gefühl“, was mir sagt, was gerade für mich individuell zuträglich ist? Wie kommt man (wieder) zu diesem Gefühl?

Petra Kühne: Das Gefühl kann man sich antrainieren. Dazu gehört, sich Zeit zum essen nehmen, bewusst zu schmecken,

Sich ernähren – vegan, vegetarisch oder mit Fleisch?

eine achtsame Haltung dabei zu haben. Es ist leichter, wenn man Gerichte isst, die nicht zu viele Zutaten enthalten. Vor allem bei manchen Fertigprodukten mit Aromastoffen ist es schwer, weil diese Zusätze vieles überdecken. Aber man kann z.B. bei einem Stück Obst "üben": Wie schmeckt der Apfel, wie süß oder sauer ist er, gibt es einen Beigeschmack u.s.w.?

vegane Ernährung

C. P.: Warum ernähren sich Menschen vegan? Was spricht dafür?

P. Kühne: Über vegane Ernährung wird zurzeit viel berichtet. Nach Schätzungen ernähren sich ungefähr 750000 Menschen von über 80 Mill. so. Es ist also eine kleine Gruppe. Die Zahl der Vegetarier ist etwa 10x höher. Etliche Menschen wollen die Massentierhaltung einschränken und verzichten deshalb auf tierische Nahrung, andere haben ethische Gründe bezüglich der Welternährung. So spricht manches

Veganer: 750000 Menschen von über 80 Mill.

original_R_K_B_by_Timo Klostermeier_pizello.de



Dr. sc. agr. Petra Kühne

dafür, aber auch etliches z.B. bezüglich der tierischen Düngung dagegen. Auch werden oft nicht alle Nährstoffe gedeckt, und es wird dann zur Nahrungsergänzung geraten.

C. P.: Muss man bei veganer Ernährung nicht viele Kohlehydrate zu sich nehmen und kann das wiederum einseitig werden?

P. Kühne: Man kann eine vegane Ernährung auch mit viel Gemüse, Nüssen, pflanzlichen Fetten gestalten. Gegen komplexe Kohlenhydrate (z.B. enthalten in Getreide, Hülsenfrüchte wie Linsen, Bohnen, Erbsen) spricht jedoch nichts. Es geht vor allem um die vielen Zuckermengen, die bei uns gegessen werden und dringend aus gesund-



original_R.by_w.r.wagner_pixello.de

heitlichen Gründen gemindert werden sollten. Dies sind gesüßte Getränke, Süßigkeiten, Gebäck etc.

C. P.: Was sind die Vorteile vegetarischer Ernährung?

P. Kühne: Hierunter versteht man eine pflanzlich betonte Ernährung mit Milch und Milchprodukten, manchmal auch Eiern: also mit den sogenannten Tierprodukten. Etliche Studien zeigen, dass solche Ernährung gesundheitliche Vorteile hat für verschiedene Erkrankungen. Auch seelisch und geistig betonen viele, dass sie sich mit solcher Kost sehr wohl fühlen.

„Puddingvegetarier“

C. P.: Auf was sollte man achten, wenn man sich vegetarisch ernährt?

P. Kühne: Früher gab es den Begriff „Puddingvegetarier“ für Menschen, die

sich vegetarisch ernährten, aber gar nicht auf Qualität und Vollwertigkeit achteten. Dies ist aber auch bei dieser Ernährungsform wichtig. So kommt es auf die Anbauqualität an, hier empfehle ich biologisch-dynamisch (Demeter) oder Bio (wie Bioland, Naturland) zu verwenden, möglichst vollwertig und regional.

C. P.: Es gibt Menschen, die unbedingt Fleisch möchten, ihrer Meinung nach auch brauchen ... Was würden Sie diesen als einen vernünftigen Umgang raten?

P. Kühne: Wer auf Fleisch nicht verzichten möchte, sollte auf zwei Dinge achten: die Menge reduzieren und auf Qualität achten. Die deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt wöchentlich maximal 300 g Fleisch und Wurst zu essen für Frauen und 600 g für Männer. Statistisch wird fast doppelt so viel gegessen. Also daher die Empfehlung, auch einmal Gemüse oder vegetarische Burger



original_R_K_by_Josef Türk Jun., pixello.de

Sünden?

zu grillen, das Brot auch mit Käse oder einem pflanzlichen Brotaufstrich (wie Bruschetta) zu belegen. Bio-Qualität bei Fleisch und Wurst ist erhältlich, aber teuer. Dies würde bedeuten, weniger davon zu essen, um sein Budget einzuhalten. Aber das sehr billige Fleisch bei uns hat eben woanders seinen Preis: niedrige Arbeitslöhne der Schlachter, Massentierhaltung etc. Hier muss jeder entscheiden, was er mit seinem Kauf unterstützt.

C. P.: Was halten Sie von Nahrungsergänzungsmitteln – oftmals empfohlen bei veganer oder vegetarischer Ernährung?

heimisches Superfood

P. Kühne: Ich empfehle lieber, hochwertige Lebensmittel zu essen, die besonders gut ausgestattet sind mit Nährstoffen. Dazu gehört sogenanntes heimisches Superfood wie Wildbeeren, Grünkohl, Rotkohl etc., und dazu kann man viele Wildkräuter und Gartenkräuter verwenden. Bei vegetarischer Ernährung braucht man keine Nahrungsergänzung. Bei veganer Ernährung fehlt es an Jod, Vitamin D, Vitamin B12. Dies ist schwierig zu lösen. Vitamin D kann noch durch Sonne gebildet werden. Aber das ist die Entscheidung von Veganern: Wenn sie die Lebensmittel, die z.B. Vitamin B12 enthalten wie Milch, Milchprodukte, Eier etc., nicht essen, dann müssen sie diese Nährstoffe woanders herbekommen.

C. P.: Auf was sollte man bei der Ernährung in der Lebensmittele, auf was im Alter achten (wann fängt das an?)

P. Kühne: Generell lassen bereits in den fünfziger Lebensjahren die Verdauungskräfte nach. Dies merkt man z.B. dass abends sehr fettes Essen nicht mehr gut vertragen wird, was in jüngeren Jahren ging. Also etwas leichter essen, etwas weniger essen, da der Grundumsatz des Körpers sinkt und weniger gebraucht wird. Macht man das nicht, steigt gerade in dieser Lebenszeit das Körpergewicht.

Sich ernähren – vegan, vegetarisch oder mit Fleisch?

C. P.: Wie steht es mit den „Sünden“: Schwarzwälder Kirschtorte, Curry-Wurst mit Pommes, Eisbein mit Sauerkraut ... Niemals essen oder empfehlen Sie einen bestimmten Umgang damit?

P. Kühne: Ich würde so etwas nicht als Sünde bezeichnen, aber solche deftigen oder gehaltvollen Essen sollten eben die Ausnahme sein. Kaum jemand arbeitet körperlich noch so intensiv, dass er diese Kalorienmengen braucht. Dazu wäre es sinnvoll, Gerichte wie Curry-Wurst mit Pommes wenigstens mit etwas Salat oder Gemüse zu ergänzen. Es kommt auf die gesamte Ernährung an. Es gibt dieses Sprichwort: "Es ist nicht so wichtig, was man zwischen Weihnachten und Silve-

ster isst, es ist wichtig, was man zwischen Silvester und Weihnachten isst."

Freitag, 16.9.2016, 20 Uhr

Ernährung – vegan, vegetarisch oder mit Fleisch?

Vortrag von Dr. Petra Kühne, Ernährungswissenschaftlerin, Leiterin des Arbeitskreises für Ernährungsforschung.V.

Eurythmiesaal der Rudolf-Steiner-Schule Hamburg-Bergedorf, Am Brink 7, 21029 Hamburg (Achtung!!! Auf dem Schulhof stehen keine Parkplätze zur Verfügung!!!)

Kostenbeitrag 8,50 Euro.

Veranstalter: ForumLeben e.V.



Sommerzeit ist Gemüsezeit

demeter

GUT WULFSDORF

samenfeste Gemüsesorten, Milchprodukte, Holzofenbrot, Fleischwaren und Wurst aus eigenem Anbau und eigener Verarbeitung

Naturkostladen: Mo - Fr 9.00 - 18.30 Uhr, Sa 8.00 - 16.00 Uhr
Hofladencafé: Mo - Fr 9 - 18, Sa 8 - 17 Uhr (Nov - März Mo - Fr 9 - 17.30 Uhr, Sa 9 - 16 Uhr)

Bornkampsweg 39 • 22926 Ahrensburg • Telefon 04102-32587 • www.gutwulfsdorf.de

Hineinlauschen in einen Hoforganismus:

Innenansichten-Hof-Birkenbruch, Breese im Bruche – mitten im Wendland

Der Bruchwald ist ein sumpfiger Wald, der als „Kurort“ für Naturwesen bezeichnet wird. Breese ist die Birke.

Breese im Bruche war noch im Mittelalter ringsherum von Sumpf umgeben und seine Feldmark wurde erst durch Entwässerung der heutigen landwirtschaftlichen Nutzung zugänglich gemacht. Der breeser Bruch-Wald war lange Zeit Park der Grafen Grote, die ihn auch

neulich wieder erworben haben, nachdem sie aus Angst vor den Russen ihre Zelte bzw. ihr Schloss größtenteils vor ein paar Jahrzehnten abgebrochen hatten – nur ein Flügel des Schlosses blieb aufgrund

des Engagements eines Verwandten und heutigen Eigentümers erhalten; gräflich ist nachwievor auch noch die WeserRenaissanceGutskapelle.

Georg Hohenbild, (Wieder Auf-) Bauer auf Hof Birkenbruch seit 2009, bietet Führungen im hofeigenen „Landwirtschaftlichen Fruchtfolge-Schaugarten“ an.

„Was macht einen landwirtschaftlichen Organismus aus, wie arbeiten die einzelnen Organe zusammen, wie ist die Offenheit zur Mitwelt, was gestaltet der

Mensch insgesamt?“ lautet sein Arbeitstitel. Es werden innere Bilder der Hoforgane entwickelt, die Städtern lebendige Einsichten in den Gesamtzusammenhang von Regenwurm bis hin zur geistigen Welt eines Hofes ermöglichen. Anschaulichkeit der Lebensprozesse ist die Grundlage für das Eindringen in das Wesen Hoforganismus.

Pauschalangebot ab 4 erwachsenen Teil-

nehmern:

- Ankunft ca

10:45. Füh-

rung wie

beschrieben

um 11:00

D a n a c h

gehts zum

Mittagessen.

- Pause bzw.

Zeit zum

Spaziergang

durch die

schöne bree-



se/brucher Landschaft.

- 15:00 Einleitung zur Fragestunde mit wählbaren Themen von Lebensmittelqualität über Agrarpolitik bis Biogas und Windkraft mit ihrer Auswirkung auf die Landwirtschaft und gerne Vertiefungen zum Hoforganismus bzw. des von Rudolf Steiner geprägten Betrachtung als Hofindividualität.

Es besteht die Möglichkeit Wurst, Gemüse und regionale Spezialitäten im Hofladen einzukaufen.

- *Ausklang bei Kaffee und Kuchen.*

- Abreise ca 18:00

Kosten pro Gast: 55.- , Kinder bis 12 Jahre 15.- , ab 12 Jahre 20.- Ermäßigungen auf Anfrage

Wochenendaufenthalte oder einzelne Übernachtungen im Heuhotel oder Gästezimmern werden ebenso angeboten wie Kuraufenthalte oder Feiern, wobei wir gerne mit ausgezeichneten regionalen Köchen und Künstlern zusammenarbeiten. Das reiche Kulturangebot (Kulturzentrum Platenlaase 4Km und vieles andere Mehr und die Landschaften mit vielfältiger Pflanzen und Tierwelt lohnen den Ausflug!

Anreise: bis Dannenberg verkehrt der HVV, von dort sind es 8 Km; und Elektrofahräder u.a. sind im Verleih, Abholung ist auch möglich.

Weitere Infos:

Georg Hohenbild, Hof Birkenbruch ° Breese im Bruche 6 ° 29479 Jameln ° Tel. 058 64 986 933 ° hof-birkenbruch.de



In diesem Buch wird Rudolf Steiners "Wissenschaft der Freiheit" (Erster Teil der "Philosophie der Freiheit") neu beleuchtet. Aus heutiger Sicht lautet die erste Freiheitsfrage: Können wir unser eigenes Dasein aus dem Grunde unserer Menschennatur verstehen, so nämlich, dass wir nicht fortwährend in Formen uneigentlicher Existenz ausweichen müssen?

Die Erkenntniswissenschaft enthüllt die verschiedenen Aspekte solcher Fehlhaltung, die auf einen Hauptgrund zurückführen: Mangelndes Vertrauen auf die Kraft des Denkens zur Verarbeitung des uns in der Welt Begegnenden. Das verstetigt nicht nur den "intellektuellen Sündenfall" des Einzelnen, sondern zieht auch immer mehr weltpolitische Katastrophen nach sich.

336 Seiten, 33 Euro

(Artikel von Dr. Michael Kirn siehe „Anthrologosar“ in diesem Heft.)



PHILIA Pflegedienst für außerklinische intensive- und Palliative Pflege

A.Brunotte/B.Rukavina UG
Rögenweg 9
22359 Hamburg
Fon:040 - 60787586
Fax:040 - 60787613
philia.pflegedienst@t-online.de

Sind Sie
Examierte Pflegefachkraft (m / w)
oder Pflegeassistent/in
und suchen Sie Veränderung und eine neue Aufgabe im Osten Hamburgs?
Dann freuen wir uns auf Ihre Mitgestaltung bei der Entwicklung und dem Aufbau unseres neu-gegründeten, anthroposophisch orientierten Pflegedienstes.
Gern melden Sie sich zu einem persönlichen Gespräch bei: Armgard Brunotte
Telefon: **0160 1771 532**
oder senden Sie Ihre Bewerbung an unser Büro in Hamburg-Volksdorf.



Alles bewegt sich - bewegen Sie sich
mit uns?

Gemeinsamkeit mit Fingerspitzengefühl

Neues Wohnapartmentenhaus und 13 junge Bewohner mit Behinderungen suchen liebevolle und kompetente Begleiter auf dem Weg in die Zukunft.

Für die Rundumbetreuung dieser jungen Menschen mit Behinderungen im Wohngruppenhaus in Ahrensburg/Wulfsdorf freut sich unser anthroposophisch orientierter Pflegedienst DRW auf viele neue, nette und bewegliche Kollegen (m/w):

- Sozialpädagogen
- Heilerziehungspfleger
- Pflegefachkräfte
- FSJler
- Auszubildende für Heilerziehungspflege

DRW Die Robben Wulfsdorf
Gemeinnützige Pflege- und
Betreuungsgesellschaft mbH
- Verwaltung -
Dorfstraße 27
22929 Hamfelde/Kreis Stormarn
www.die-robben-wulfsdorf.de

Kontakt: Anke Brammen, Leitung
Tel. 04154 - 843 845
brammen@werkgemeinschaften.de

Die Robben Wulfsdorf
Gemeinnützige Pflege- und Betreuungsgesellschaft mbH

Anthro-Glossar

Liebe Leserinnen und Leser,

in dieser neuen Rubrik werden versierte Persönlichkeiten aus Hamburg in den nächsten Ausgaben des Hinweis Begriffe aus dem anthroposophischen Kontext erklären - in loser Folge, auf ihre individuelle Weise, von ihrem persönlichen Erfahrungshintergrund geprägt. Wir dürfen gespannt sein! Ihre Christine Pflug, Redaktion

Wesensglieder

„Ich bin. Aber ich habe mich nicht. Darum werden wir erst.“ Diese Sätze von Ernst Bloch am Anfang seiner „Tübinger Einleitung in die Philosophie“ begeisterten uns Studenten der frühen 1960er Jahre. Und die gedankliche Konstellation ist ja tatsächlich von hohem geistigem Reiz.

„Ich bin.“ Nach dem jüdischen Religionsgebot darf dieser Satz nicht von jedermann ausgesprochen werden. Man sieht der Aussage nicht an, ob sie ein spezifisches Gewicht durch innere Vorarbeit des Aussagenden hat. Ohne ein solches bedeutet sie einfach nur: Ich bin – stolz auf das, was ich bin.

„Aber ich habe mich nicht.“ Logischerweise, nach dem oben Gesagten. Solange ich auf etwas nur stolz bin, habe ich es noch nicht wirklich mit meinem Wesen verbunden. Vor allem aber wollten wir Studenten damals den Stolz der Anderen kritisch hinterfragen. In diesem Sinne übten wir uns, wenn unsere Professoren von „Grundwerten“ (des Christentums, des Abendlandes, des Grundgesetzes) sprachen, eben darin verborgene Interessen aufzudecken. Die entsprechend großen Worte der Politiker verspotteten

wir, weil wir darin die Absicht der Selbstaufblasung der Persönlichkeit wahrnahmen. Und so zogen wir unsere eigene Unangepasstheit immer weiter ins Fundamentale. Aber das brachte uns einem Verstehen unserer Sehnsüchte nicht näher.

„Darum werden wir erst.“ War das nicht der ersehnte Appell zum Aufbruch? Wer ihn hörte, sah darüber hinweg, dass, wie in jedem ‚wir schaffen das‘ in dem „wir“ eine doppelte Bedeutung steckt: Eine Aufgabenbestimmung für jeden Einzelnen, der hier seinen Weg finden soll, oder die Ankündigung einer Möglichkeit der kollektiven Orientierung. In dem ersteren Sinne äußerten sich damals praxiserfahrene Menschen, die wir kannten und schätzten: Wenn man es im Leben zu etwas bringen wolle, komme es im Grunde auf die Konkretisierung des eigenen Wesens an, die nur schrittweise aus eigener Beobachtung und gedanklichen Arbeit in der jeweiligen Weltbegegnung vorankomme. Das wurde zwar meist ohne Phrasen vorgebracht, aber wir Jungen wollten uns eine solche Ernüchterung unserer Optionen gleichwohl nicht zumuten.

Auch Ernst Bloch wollte das nicht. Er rief die vielen einseitig-gepolten Iche auf, eine rundum soziale und humane Lebensform für alle zu finden. Und zwar ohne durch Prinzipien ‚von oben‘ angeleitet zu sein. Fragt man nach, wie das gehen soll, ist man schon bei dem skeptischen Einwand: Wer diesen Weg geht, folgt auch einem Prinzip, nämlich der Mystifizierung der geistigen Quelle des menschlichen Denkens. Das hatte für uns Junge den Vorzug, uns die denkende Ernüchterung unserer Optionen (oder soll man sagen: den Abbau eines spätpubertären Empfindungsüberschusses?) zu ersparen. Wenn, sagt Bloch, die Produktionen von Kunst, Religion und Philosophie im Sinne des neuen „wir“ als „konkrete Utopien“ gedeutet werden, können sie dem Einzelnen einen Vorschein dessen geben, was er eigentlich will, und ihm Wege zeigen, um entsprechend praktisch auf die Humanisierung von Mensch, Natur und Gesellschaft hinzuwirken.

Heute schwebt dieses „Prinzip Hoffnung“ hoch über einer chaotisch werdenden Welt. Man kann es als Mensch nicht aufgeben, aber keine der damit gemeinten Utopien kann einen Weg zur Realisierung ihrer selbst beleuchten. Wo liegt der Grund, von dem aus man ohne Phrasenhaftigkeit sagen kann: „Darum werden wir erst“? Aus anthroposophischer Sicht könnte man sagen: Er liegt in dem, was in der geistigen Schöpfung der Welt als Sondergut des Menschen zusammengefügt und dessen Dasein zugrundegelegt wurde, den „menschlichen Wesensgliedern“. Rudolf Steiner hat deren innere

Struktur und ihr Entwicklungspotential in seiner „Geheimwissenschaft im Umriss“ genau beschrieben. Aber unser reales Verhältnis dazu ist meist nicht anders als das der Bloch’schen Triade. „Ich bin“ – in meinen Wesensgliedern zum Menschsein veranlagt. „Aber ich habe mich nicht“ – ernsthaft bemüht, dieses Potential in mir zu entwickeln. „Darum werden wir erst“ – auch insofern, als uns die geistigen Orte zur vollen Entfaltung der entsprechenden höheren Wesensglieder noch nicht ganz offenstehen.

Es geht also nicht an, einfach zu sagen: ‚Der Mensch hat sieben Wesensglieder‘. Es muss zu diesen immer erst ein eigener Zugang gefunden werden. Den findet der Mensch im achtsamen Vollzug seiner erkennenden und handelnden Weltverarbeitung durch das dabei betätigte Denken. Was er da im Grunde finden kann, sind, wie Steiner in seiner „Philosophie der Freiheit“ zeigt, sieben Welt-Orte des Menschenwesens (siehe Anzeige, S. XY). Aber auch im kleineren Rahmen zeigen sich dem aufmerksamen Beobachter entsprechende Zusammenhänge, insbesondere bei unseren „unteren Wesensgliedern“.

Setzen wir hierfür noch einmal bei Ernst Blochs Triade an. Ich bin – stolz auf das, was ich bin. Worauf kann ich stolz sein? Beispielsweise, wenn ich mich rundum in meinem Leib fest verankert und in diesen Ankergrund unverbrüchlich immer wieder zurückkehrend fühle: auf meine Gesundheit. Oder, wenn sich meine besondere Vitalität im Grup-

penbezug mit Gleichgesinnten und im Windkanal des öffentlichen Raums zum Objekt des Stolzes steigert; auch der Sprayer, der Modebewusste und Markenaffine (betriebswirtschaftlich: „branded“, ursprüngliche Bedeutung: Viehmarkierung) möchte als solcher im öffentlichen Raum wiedererkannt werden. Schließlich kann auch der derjenige, der im sozialen und geschäftlichen Leben zu einem sicheren Urteilsvermögen gelangt ist und entsprechend als Mensch von praktischer Erfahrung anerkannt wird, darauf sein Selbstbewusstsein und seinen Stolz gründen.

Das Objekt des Stolzes ist hier aber jeweils gerade kein „Ich bin“, sondern vielmehr ein Gruppenwesen. Mein Gesundheitsbewusstsein, durch das ich meinen Leib zu erleben glaube, ist Teil eines allgemeinen Gesundheitsstrebens mit weitgehend kultischem Charakter. Die Formen der besonderen Vitalität in ihrem jeweiligen stolzen ‚Outfit‘ sind ins Gruppenhafte ausgezogene Elemente meines Lebensleibes. Und auch das praktische Selbstbewusstsein des anerkannten Gesellschaftsmenschen ist einerseits eine Existenzform des Seelischen, es gehört aber auch der Sphäre der in gleicher Form existierenden Seelen an, die sich darin wechselseitig anerkennen.

Fazit: Ich bin stolz auf das, was ich als Gruppenwesen bin, was aber unter Wegnahme des Gruppenhaften sich als eines meiner Wesensglieder zeigen würde. Aus dieser Sicht kann man nun auch die Bloch'sche Triade richtig stellen. Wir sind – so wie wir sind. Aber wir haben

uns nicht – in unserem eigentlichen Sein erkannt. Darum werde ich erst – indem jenes Erkennen zugleich eine Befreiung vom Herdenwesen ist.



Prof. Dr. Michael Kirn, geb. in Ravensburg, 1939, Jura- und Philosophiestudium in Tübingen und Berlin (1958–64), Professur an der Helmut Schmidt Universität seit 1974; Begegnung mit der Anthroposophie 1972. Seit 25 Jahren Kurs „Philosophie der Freiheit“ im Rudolf Steiner Haus.

Termine

Freitag, 1. Juli

Rudolf Steiner Buchhandlung für Anthroposophie,
19.30 Uhr

Wie erlangt man eine kritische Bewusstseinshaltung anhand der „philosophischen“ Schriften Rudolf Steiners?

Erkenntnismethodisches Seminar mit Andreas Wilke. Es sind alle herzlich eingeladen, auch ohne Vorkenntnisse.

Rudolf Steiner Schule Bergstedt, Uhrzeit siehe www.steinerschule-bergstedt.de

Mittelstufenorchesterkonzert

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, 20:00 Uhr

Verbrennungen

von Wajdi Mouawad. Klassenspiel 12b. Regie: Sonia von Pilsach / Jan Hübner. Die Reise zur Wahrheit beginnt nach dem Tod der seit fünf Jahren verstummten Nawal. Sie hinterlässt ihren beiden Kindern, den Zwillingen Jeanne und Simon, zwei Briefe mit dem Auftrag, diese dem totgeglaubten Vater und dem unbekanntem älteren Bruder der Zwillinge zu überbringen. – So begeben sich ihre Kinder zunächst widerwillig in den Nahen Osten, die Heimat Nawals. – Es ist eine Reise in die Fremde, in den Krieg und in die Vergangenheit; gleichzeitig aber auch eine stufenweise Annäherung an die eigene Identität, an ein Verständnis für die Mutter und schließlich ein Schritt zur Erkenntnis und Wahrheit. Abendkasse: Jeweils eine Stunde vor Veranstaltungsbeginn

Christengemeinschaft Harburg, 20:00 Uhr

Selbstlosigkeit durch Leiden: Hannah Ahrendt (1906–1975)

vier Vorträge zu wackeren Frauen, Referent: Frank Hörntreiter (Pfarrer i.R. in Hannover)

Samstag, 2. Juli

Rudolf Steiner Haus, 9.30–13.30 Uhr

„Vier Elemente im Tierkreis“

Das Wasser-Trigon Krebs-Mond, seine Brüder Fische und Skorpion. Eurythmieseminar mit Frederike v. Dall'Armi. Kostenbeitrag 40,- Info und Anmeldung unter Tel. 648 21 60 und vondallarmi@eurythmiewerk.de

Domäne Fredeburg, 11 Uhr

Jubiläumsveranstaltung: Wir feiern 25 Jahre Domäne Fredeburg!

Den musikalischen Rahmen bildet mit einem unterhaltsamen Programm das „Ratzeburger Vokalensemble“ unter der Leitung von Holger Martens. Eintritt frei

Hof Gut Wulfsdorf, Bornkampsweg, Ahrensburg,
12 – 16 Uhr

Holzofenpizzeria

Italien-Feeling: Unsere Bäcker servieren nach Ihren Wünschen leckere Pizza direkt aus dem Holzofen. Preis je nach Belegung. Anmeldung nicht erforderlich

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, 18 Uhr

Verbrennungen

von Wajdi Mouawad. Klassenspiel der Klasse 12b. Regie. Siehe 1.6.

Rudolf Steiner Haus, 19.00 Uhr

In Erwartung...

Das Projektensemble Viertasien (Johanna Grebe, Kathrin Gericke, Eva Schnackenbeck, Johanna Völker) zeigt sein erstes Bühnenprogramm mit Eurythmie und Masken. Eintritt: 12,-, erm. 8,-. Veran.: Rudolf Steiner Haus Hamburg

2.–3. Juli

Lukas-Kirche, Zeit: 2.7.: 9.00–12.30, 15.00–18.00 und 19.00–21.00 Uhr. 3.7.: 9.00–12.30 Uhr

Intensiv-Einführung in die Eurythmie Massage

mit praktischen Übungen. Tanja Baumgartner. Initiative aus dem Freundeskreis. Es soll geprüft werden, ob im Dezember eine Ausbildung in Eurythmie Massage beginnt. Mindestteilnehmerzahl 12. Kosten: 150 EUR

Sonntag, 3. Juli

Lukas-Kirche, 11.15 Uhr, nach der Menschenweihehandlung,

Café da Luca

mit Bücherverkauf. Kuchen- und Salatspenden sind willkommen. Kontakt: Fam. Lamp, Tel. 640 51 71

Tobias Haus, 16.00 Uhr

Ensemble Klarinetten „Four Sisters“

spielen Werke von J.S. Bach bis Gershwin. Leitung Sigrid Rudl-Kujus

Alfred Schnittke Akademie, 18:00 Uhr

Sonntagskonzert: Violino Virtuoso

von Toma Bervetsky dem 14jährigen Violin-Meisterschüler von Prof. Alexandre Brussilovsky. Eintritt: Eintritt frei, Spenden erwünscht

Dienstag, 5. Juli

Lukas-Kirche, 17 Uhr

Meditation für den Frieden

(mit Christian Bartholl, Pfarrer) Diese Veranstaltung ist jederzeit für neue Teilnehmer offen.

Johannes-Kirche, 19:30 Uhr

Dein Wille geschehe. Das Vaterunser und die Frage, wofür man betet

Gesprächsabend mit Gerrit Balonier

Mittwoch, 6. Juli

Seminar für Waldorfpädagogik, 10:00 - 14:00 Uhr und 17.00 bis 19.00 Uhr

Infotag

Für Interessenten an der Ausbildung zum Waldorflehrer; Studienwege und -voraussetzungen, persönliche Studienberatung und Gesprächsmöglichkeit mit den anwesenden Dozenten und Studenten. Eine Anmeldung ist erwünscht, aber nicht erforderlich.

Alfred Schnittke Akademie, 18:00 Uhr

Konzert. Manifeste: Frauke Aulbert, Gesang. Gisbert Watty, Gitarre

Eintritt: 15,- / 10,-

Rudolf Steiner Schule Harburg, 19:00 Uhr

Künstlerischer Abschluss 12. Klasse



Ich verwalte, verkaufe und vermiete Ihre Immobilie mit Gefühl und Kompetenz.

Rufen Sie mich gern an oder besuchen Sie meine Homepage:

Gefühl für Räume

Bettina van de Loo
Telefon: 040-500 906 04
www.vandeloo.info

Thomas Meyer

Diplom-Psychologe
Heilpraktiker für
Psychotherapie

Begleitung bei aktuellen
Lebensfragen
auf individuellen Seelen-
und Geistwegen
anthroposophisch orientiert

Mühlenkamp 21
22303 Hamburg-Winterhude

Telefon 040 98 23 54 97
Mobil 0176 23 26 50 43
www.beratung-und-begleitung.de

Termine

Donnerstag, 7. Juli

Michaels-Kirche, 20.00 Uhr

„Er war nicht das Licht, sondern ein Zeuge des Lichtes“ – Wovon legen wir Zeugnis ab?

Einleitung und Gespräch

Freitag, 8. Juli

NEUER ORT: Hamburg Bergstedt - Gärtnerhof am Stüffel (Bus 175 Stüffel Haltestelle - 7 min bis zum Stüffel) 19.00

14. Bergstedter Märchenwanderung mit Octavia Kliemt, Erika Deiters und Uwe Kliemt (Musik)

Rudolf Steiner Schule Bergedorf, 19:00 - 21:00 h

Sommerkonzert

Carus-Akademie, 19:30 Uhr

Die Kräfte der Gesundheit – ein Schöpferprinzip

öffentlicher Vortrag von Dr. Barbara Treß

Samstag, 9. Juli

Michael Schule Harburg, Woellmerstraße 1, Heimfeld, 10.00 Uhr

Öffentliche Monatsfeier

Durch Vorführungen aus dem Unterricht erhalten Sie einen Einblick in den Schulalltag der Kinder. Im Anschluss gibt es in der Mensa einen kleinen Imbiss.

Hof Gut Wulfsdorf, Bornkampsweg, Ahrensburg, Treffpunkt am Steinkreis 10.30 - 12 Uhr

Gemüseführung

Der Sommer ist in der Gärtnerei eine spannende Zeit, weil besonders viele verschiedene Gemüsesorten reif sind; Constantin Maftel stellt den Gemüseanbau im Freiland und im Folientunnel vor und gibt auch Tipps für Hobbygärtner; für Erwachsene und Kinder (bis 10 Jahre nur in Begleitung) kostenfrei. Anmeldung nicht erforderlich

Rudolf Steiner Schule Bergstedt, um 12:30 - 17:00 Uhr

Sommerfest



Sonntag, 10. Juli

Christengemeinschaft Bergedorf, 11 Uhr

Ausstellungseröffnung

mit Bildern von Christian Bartholl

Tobias Haus, 16.00 Uhr

Zum Schuljahrende

schenken uns die Schüler (Violine) von Frau Christiane Bornemann einen musikalischen Nachmittag

Rudolf Steiner Haus, 16.00/19.30 Uhr

Konzerte zum Abschluss des Studienjahres

16.00 Uhr: Projekt- und Elementarmusik-Abschluss. 19.30 Uhr: Konzert-Abschluss. Es spielen Studenten und Dozenten von MenschMusik Hamburg. Eintritt frei, Spenden erbeten. Veranstalter: MenschMusik Hamburg e.V.

Alfred Schnittke Akademie, 18:00 Uhr

Beethoven Duo mit Tänze der Welt

Alina Kabanova, Klavier; Fjodor Elesin, Violoncello. Eine Reise durch die Welt der Tanzmusik von Menuett zum Tango Eintritt: 25,- / 15,- Wiederholung: 24.7. und 13.8.2016 jeweils 18 Uhr

Mittwoch, 13. Juli

Tobias Haus, 16.00 Uhr

Schülerkonzert

Gesangsschüler Olga Gorodkova

Rudolf Steiner Schule Bergstedt, um 19:00Uhr

Konzert des Oberstufenorchesters

der RSS Berlin Dahlem mit Freiwilligen unseres Oberstufenorchesters. Beethoven, Bizet, Saint-Saens, Bach, Suppé, Grüber. Kooperationsprojekt der Waldorfschulen Hamburg und Berlin. Eintritt frei, Spenden erbeten

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, 20:00 Uhr

Musik am Sommerabend

Renaissance und Folklore mit dem Instrumentalensemble „Cantabile Hamburg“ und dem Eltern- und Freundeschor der Schule. Leitung: Kolja & Sonja Zimowski. Karten: Reservierungsgebühr 2,50 für alle, schriftliche Bestellung mit Geld im Umschlag bis zum 07.07.2016 im Schulbüro. Direktverkauf nur über die Mitglieder des Elternchores. Abendkasse: Eine Stunde vor Veranstaltungsbeginn

Freitag, 15. Juli

Rudolf Steiner Schule Bergedorf, 15:00 - 17:00 h

Jubiläumsfest „10 Jahre Hort“

Carus-Akademie, 19:30 Uhr

Stress und Burnout

öffentlicher Vortrag von Martin Straube

Alfred Schnittke Akademie, 20:00 Uhr

Konzert: Bach Tunes and Free Tango

Veranstalter: altonale. Eintritt: 15,- / 10,-

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, 20:00 Uhr

Much ado about nothing – Viel Lärm um nichts; von William Shakespeare

Aufführung der Klasse 11b. Regie: Tanja Schönfeld. William Shakespeares Komödie "Much Ado About Nothing", handelt von Liebe, Missverständnissen und Intrigen. Während eine dieser Liebschaften anfänglich noch auf wahren Gefühlen füreinander zu beruhen scheint, findet sich die andere nicht durch „Augenliebe“, sondern nur über Erzählungen anderer. Karten: (Die Veranstaltung findet im Musiksaal statt) nur Direktverkauf an der Abendkasse: Eine Stunde vor Veranstaltungsbeginn

15.-17. Juli

Carus-Akademie,

Stress und Burnout

Weiterbildung für Therapeuten der Rhythmischen Massage und Rhythmischen Einreibungen. Kursleitung: Eva-Marie Batschko, Manuela Garve und Martin Straube. Anmeldung erforderlich

Samstag, 16. Juli

Rudolf Steiner Schule Bergstedt, um 09:00Uhr

Öffentliche Monatsfeier

Zum Schuljahrsabschluss zeigen wir Beiträge aus den Unterrichten aller Klassen. Die 13. Klasse präsentiert ihr eurythmisches Abschlussprogramm. Werke von Thich Nhat Hanh, Lera Auerbach, J.S. Bach, und Lady Gaga



Termine

Domäne Fredeburg, 10 – 13 Uhr

Singen mit Julia de Vries

Kosten pro Termin: 15,-. Eine Anmeldung ist möglich unter Tel: 04541-8621-42 oder per Mail: julia.de.vries@domaene-fredeburg.de

Rudolf Steiner Haus, 13.00 – 18.00 Uhr

Beziehungskultur: Besser scheitern – Wie das Ich am Verlust wachsen kann

Unsere Lebenszusammenhänge sind voller Widerstände, wir können an ihnen zerbrechen oder wachsen. Claudine Nierth und Ulrich Meier öffnen Perspektiven und Methoden im Umgang mit einer Kultur des Scheiterns. Kosten: 65,- VVK: info@rudolf-steiner-haus.de, Tel.: 040-41 33 16 30. Veranstalter: Rudolf Steiner Haus Hamburg e.V.

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, 16:00 Uhr

Sommerkonzert der Mittelstufe

Die Orchester der Klassen 4, 5 & 6 und das Mittelstufenorchester der Klassen 7 & 8 stimmen Sie musikalisch auf den Sommer ein. Eintritt frei; um Spenden wird gebeten.

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, 20:00 Uhr

Much ado about nothing – Viel Lärm um nichts; von William Shakespeare

Aufführung der Klasse 11b. Regie: Tanja Schönfeld. Siehe 15.07.

Sonntag, 17. Juli

Tobias Haus, 16.00 Uhr

Sommer-Konzert des Konez-Trios

Donnerstags, 21.7., 28.7., 4.8.

Lukas-Kirche, 20.00 Uhr

Die Evangelienlesungen zwischen Johanni und Michaeli. Ein Schulungsweg.

Arbeit am Neuen Testament mit Christian Bartholl und Brigitte Olle

Samstag, 23. Juli

Domäne Fredeburg, Im „Alten Pferdestall“, 20 Uhr

Konzert: „Romantik und Moderne im Dialog“

Linda Leine – Klavier und Jaesung Lim – Violoncello spielen ein abwechslungsreiches Programm für Klavier, Cello und Duobesetzung. Zu hören sind Werke von R. Schumann, S. Prokofiev, Von Maydell, u.a. Spende am Ausgang erbeten

Samstag, 23. Juli und Sonntag, 24. Juli

Rudolf Steiner Haus, 18.00 Uhr (Premiere) und

Sonntag, 24. Juli 2016, 15.00 und 19.00 Uhr

Ubuntu – der Circus zeigt: „Kimberly, Blechbison und Streuselkuchen“

Eintritt: 10,- (Kinder), 15,- (Erwachsene). Kartenverkauf über eventim.de (ab 1. Mai) und Tel.: 0178-272 54 55 (ab Juni)



Sonntag, 24. Juli

Rudolf Steiner Haus, 11.00 – 12.30 Uhr. Vorstellung
15:00 und 19:00 Uhr

Ubuntu: Mitmachcircus

Eintritt: 5,- (Kinder). Kartenverkauf über Tel.:
0178-272 54 55 (ab Juni)

25. bis 30. Juli

Hof Gut Wulfsdorf, Bornkampsweg, Ahrensburg,
tägl. 15 u. 17 Uhr

Märchen aus aller Welt

Die Kinder können mit der Erzählerin Catharina Lenten auf Märchenreise gehen, wenn sie in der Jurte internationale Geschichten erzählt. Kosten 3,00 p. P.

30. Juli

Demeter Gärtnerei Sannmann, Ochsenwerder Nord-
erdeich 50, 21037 Hamburg

Tomatenfest mit Selbsternte in den Gewächshäusern

Mit Tomaten-Verkostung, Tomaten-Experten,
Tomaten-Köstlichkeiten und vieles mehr.

August

Mittwoch, 3. August

Seminar für Waldorfpädagogik, 10:00 – 14:00 Uhr
und 17.00 bis 19.00 Uhr

Infotag

Für Interessenten an der Ausbildung zum
Waldorflehrer; Studienwege und -voraus-
setzungen, persönliche Studienberatung und
Gesprächsmöglichkeit mit den anwesenden
Dozenten und Studenten. Eine Anmeldung ist
erwünscht, aber nicht erforderlich.

Sonntag, 7. August

Johannes-Kirche, von 11:15 Uhr bis 12:30 Uhr, nach
der Menschenweihehandlung

Die 4 Stufen der Menschenweihehandlung: Die Verkündigung

Sommerkurs. Ulrich Meier

7., 14. und 21.8.

Michaels-Kirche, jeweils 11.15 Uhr

„... wie wir vergeben unseren Schuldi- gern.“

Vergebung statt Vergeltung. Sommerkurs mit
Ingeborg Heins

Samstag, 13. August

Domäne Fredeburg, 11 Uhr, Treffpunkt vor dem
Hofladen

Führung durch die Gärtnerei

Begleiten Sie unseren Gärtner Arne von Schulz
auf das Gemüsefeld und in die Folienhäuser.
Eintritt frei

Sonntag, 14. August

Johannes-Kirche, von 11:15 Uhr bis 12:30 Uhr, nach
der Menschenweihehandlung

Die 4 Stufen der Menschenweihehandlung: Die Opferung

Sommerkurs. Gerrit Balonier

Samstag, 20. August

Hof Gut Wulfsdorf, Bornkampsweg, Ahrensburg, 10
- 14 Uhr

Tomatenverkostung

Tomaten in allen Farben und Formen: An die-
sem Tag können Sie Besonderheiten aus dem
Sortenerhaltungsprojekt von Joachim Pohl-
mann kennenlernen und probieren.

Hof Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, 10 - 14 Uhr

sommerlicher Blumentag

Blumensträuße, Blumentöpfe und mehr: Wir
holen die Blütenfülle des Sommers vor den
Hofladen und verkaufen Stauden, Sommerblu-
men im Topf und Schnittblumen.

Sonntag, 21. August

Johannes-Kirche, von 11:15 Uhr bis 12:30 Uhr, nach
der Menschenweihehandlung

Die 4 Stufen der Menschenweihehandlung: Die Wandlung

Sommerkurs. Christian Scheffler

Termine

26. – 27. August

Seminar für Waldorfpädagogik, Hufnerstr, 18, 22083 Hamburg, Fr 18.00 – 21.00 und Sa 9.00 – 18.00

„Tag, schein herein ... Leben, flieh hinaus!“

Eigene Bilder und Seelenräume eröffnen sich in der Kunst! Conrad Ferdinand Meyer ist ein Meister der Form und Schönheit der Sprache, ein Seelenkenner aus eigenem Erleben. Wir werden uns mit seiner Biografie beschäftigen, seine Gedichte sprechen, und Eigenes daran erleben. Kosten: Fr – Sa 180.-. Anmeldung: Sprachvermögen/ Angelika Strnad, 040/6480802, a.strnad@02mail.de

Sonntag, 28. August

Johannes-Kirche, von 11:15 Uhr bis 12:30 Uhr, nach der Menschenweihehandlung

Die 4 Stufen der Menschenweihehandlung: Die Kommunion

Sommerkurs. Christian Scheffler

Anfang September

1.–2. September

Carus Akademie

Therapeutisches Kolloquium

Aus dem Durchschauen des Krankheitsgeschehens, seinen leiblichen und seelisch-geistigen Wurzeln, lässt sich eine rationale Therapie entwickeln. Themen: Freitag: Das Wirken der elementaren Welt in unserem Leib. Sonnabend: Die vier Grundtendenzen des Krankseins. Kursleitung: Prof. Dr. Volker Fintelman. Anmeldung erforderlich

Freitag, 2. u. Samstag, 3. September

Hof Gut Wulfsdorf, Bornkampsweg, Ahrensburg, Fr 14 – 17 Uhr, Sa 11 – 15 Uhr

Kartoffelernte für Familien

Kommen Sie mit der ganzen Familie zum Kartoffeln buddeln, genießen Sie einen Tag auf dem Acker, und wer möchte, kehrt abschließend im Hofladencafé ein. Kartoffelfeuer Fr von 15 bis 17 Uhr, Sa ab 13 Uhr. Grabegeräte bitte mitbringen, Beutel erhalten Sie von uns, für Familien, Singles und Kinder (bis 10 Jahre nur in Begleitung) Wegbeschreibung im Hofladen. Kosten: 1,00 pro kg selbst geerntete Kartoffeln. Anmeldung nicht erforderlich



original_R_by_Ute Mulder_pixcio.de

Sonnabend, 3. September

Lukas-Kirche,

Gemeindeausflug nach Lübeck

mit Besuch des St. Annen-Museums und seinen mittelalterlichen Altären. Näheres siehe Aushang in der Gemeinde.

Sonntag, 4. September

Lukas-Kirche, 11.15 Uhr nach der Menschenweihehandlung

Café da Luca

mit Bücherverkauf. Kuchen- und Salatspenden sind willkommen. Kontakt: Fam. Lamp, Tel. 640 51 71

Rudolf Steiner Haus, 15:00-16:00 Uhr. und 16:30-18:00 Uhr

Tango Argentino und Anthroposophie

Mit Kaja Verano und Joachim Heppner. Teil I - Vortrag und Performance /12,-. Warum wurde Rio de la Plata zur Wiege des Tango Argentino? Weshalb nahm die UNESCO den Tango in ihre Liste der schützenswerten immateriellen Kulturgüter auf? Wie wirkt Tanzen als Medizin und hilft es gegen Krankheiten? Warum tanzen wir? 16:30-18:00 Uhr. Teil II/15,-. Workshop - Einführung in die Inhalte des Tango Basic Levels; keine Voraussetzungen und keine Anmeldung erforderlich. Nähere Information bei Bedarf unter 015256304422



Sonntag bis Freitag, 4. bis 9. September

Rudolf Steiner Haus,

Eurythmie am Arbeitsplatz

Kurse mit Annemarie Ehrlich

Studienhaus Göhrde

Für das Jahr 2016 ist das durchgängige Jahresthema der Schule für Anthroposophie:

DAS RÄTSEL MENSCH.

Alle Kurse sind öffentlich und können einzeln besucht werden. Leitung: Frank von Zeska, Hamburg

22.7. (18:00 Uhr) - 24.7.2016 (13:00 Uhr)

Schulung für Farberleben

Veronika Willich, Hamburg. Ort: Naturhotel im Spöktal, 29646 Bispingen-Steinbeck

28.07. (18:00 Uhr) - 1.8.2016 (13:00 Uhr)

„Arabischer Frühling“ inmitten des lahmgelegten Europa

Prof. Dr. Karen Swassjan, Basel, Ort: Naturhotel im Spöktal, 29646 Bispingen-Steinbeck

9.9. (18:00 Uhr) - 11.9.2016 (13:00 Uhr)

Übungskurs: Übersinnliche Naturwahrnehmung

Frank Burdich, Gersfeld. Ort: Naturhotel im Spöktal, 29646 Bispingen-Steinbeck

7.10. (18:00 Uhr) - 9.10.2016 (13:00 Uhr)

Sprachgestaltung – Erkräftung des Ich

Veronika Willich, Hamburg. Ort: Naturhotel im Spöktal, 29646 Bispingen-Steinbeck

14.10. (19:00 Uhr) - 15.10.2016 (18:00 Uhr)

SCHULE FÜR ANTHROPOSOPHIE: Kosmische Rhythmen im Menschenschicksal

Frank von Zeska, Hamburg. Ort: Manes-Zweig (Zweigraum), Rothenbaumchaussee 103 (in der Rudolf Steiner Buchhandlung), 20148 Hamburg

Regelmäßige Veranstaltungen

Die regelmäßigen Veranstaltungen werden nur im Januar und September oder zu ihrem jeweiligen Beginn abgedruckt

Familien-Lebensschule Ahrensburg e.V.

Termine: Kinder (6-9J.) – Donnerstag 16.30 Uhr (laufender Kurs). Jugendliche Mädchen (12-15 J.) – Montag 18 Uhr (laufender Kurs), zusätzlicher Kurs ab Sep 2016 . Jugendliche Jungen (12-15J.) – Bei Interesse bitte Termin erfragen

Yoga – Für Kinder und Jugendliche

Unser oft hektischer Alltag bietet Kindern nicht viele Gelegenheiten, ihrem Inneren Aufmerksamkeit zu schenken um Spannungen zu lösen, Bedürfnisse und Gefühle zu erkennen und ihnen Ausdruck zu verleihen. Kindern und Jugendlichen können durch altersgerechtes Yoga körperliche Erfahrungen machen, die sich auf Dauer positiv auf ihren Alltag auswirken und zu mehr Harmonie und Ausgeglichenheit in Körper und Geist führen können. Gerade für Heranwachsende ist es wichtig, über den Körper mit ihrer inneren Welt vertraut zu werden und über das eigene Körper- und Bewegungsempfinden ein gesundes Verhältnis zu sich selbst und der Umwelt zu entwickeln. Spielerische Körperübungen sind dabei genauso wichtig wie bewusstes Atmen und Anleitung zur Entspannung. Leitung: Barbara Jobmann, MA, zertifizierte Yogalehrerin, Zusatzqualifikation „Yoga für Kinder“ Kosten: Kinder: 10er Karte 80,- Jugendliche: 6er Karte 60,-, 12er Karte 100,-. Anmeldung: Barbara Jobmann, barbara.jobmann@gmail.com, 0151-28285726

Dienstags, 14.30-17.00 Uhr

Vorschule. Eine Vorbereitung der besonderen Art!

Auch dieses Jahr laden wir wieder Kinder im Jahr vor der Einschulung ein, mutig und zuvorsichtlich in diesen neuen Lebensabschnitt zu starten! Die Kinder werden ihre Fähigkeiten kennen und schätzen lernen, sich mit Gleichaltrigen austauschen, üben, auch mal „ruhig“ sitzen zu bleiben und sich auf kleine Aufgaben

konzentrieren. Im Vordergrund steht aber immer die Freude am Tun – auf die jeweils eigene und liebevolle Art. Ziele sind Schulung der Feinmotorik und des Gleichgewichts, Stärken von Sozialkompetenz und Selbstvertrauen, Konzentrationsförderung, zur Ruhe kommen können, Ausdauer und Geduld üben, Sinnesschulung, Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Was wir dazu einsetzen: Kneten und Filzen, Kekse backen und Marmelade kochen, basteln, Seilspringen, viel Ermutigung, gemeinsames Essen, Gestalten von Festen, über Wünsche reden, Spaß mit anderen haben und ganz viel lachen! Leitung: Susanne Furler-Ross, Waldorferzieherin, 2 Kinder. Kosten: 70,- + 10,- Materialkosten / Monat. Anmeldung: 04102 / 67 542 oder info@familien-lebensschule.de

Beratung für Eltern, Paare, Familien, sie und ihn

Eltern lernen Erziehungskompetenzen: Präventiv und In Krisensituationen – von der frühen Kindheit bis ins junge Erwachsenenalter – durch Elternberatung und Entwicklungsbegleitung. Manchmal sind es nur die angeblich „kleinen“ Dinge, die Familien zu schaffen machen, die sich aber zu großen Problemen entwickeln können: Ein Säugling will nachts nicht schlafen, ein Kindergartenkind kommt schlecht in Kontakt mit Gleichaltrigen, mit einem Pubertierenden oder Jugendlichen fällt das Gespräch schwer, Geschwisterkinder streiten ständig, Eltern haben keine Zeit und Ruhe mehr für sich oder die junge Mutter findet sich in ihrer neuen Rolle nicht zurecht. Alles Dinge, die man – mit Abstand betrachtet – lösen kann, die aber, wenn man selber in dieser Situation steckt, zur ernsthaften Krise werden können. Überforderung kommt schleichend – macht sich durch dauernde Müdigkeit, Traurigkeit oder Unausgeglichenheit bemerkbar. Leitung: Ulrike Glies, Diplom-Sozialpädagogin, Waldorfpädagogin, Elternberaterin IPSUM Kiel, 2 Kinder. Kosten: Nach Absprache. Anmeldung: 0152/27300596 oder ulrike.glies@gmx.de

Seminar Nord - Wege zur anthroposo- phischen Sozialtherapie

Eine Fortbildung für Eltern, Angehörige und Betreuer von Menschen mit Hilfebedarf.

Das „Seminar Nord“ beginnt im September mit einer neuen 3-jährigen Fortbildung.

Ziel ist es, die anthroposophischen Grundlagen einer zeitgemäßen Sozialtherapie zu erarbeiten und kennenzulernen.

Hier der Überblick über Termine und Themen :

Die Themen werden mit kompetenten Dozenten erarbeitet und in Kleingruppen vertieft. Ein wichtiger Aspekt sind die praktischen, künstlerischen Übungen jeweils am Nachmittag

Die Fortbildung beginnt morgens um 9 Uhr und endet um 17 Uhr. Veranstaltungsort ist meist das Friedrich Robbe Institut in Hamburg. Die Kosten belaufen sich auf 100,- pro Monat. Auf Anfrage können Ermäßigungen gewährt werden. Gerne beantworten wir weitere Fragen per mail:

Info@seminar-nord.de oder telefonisch unter 05857 977 66 63

Geschäftsstelle Seminar Nord M.v.Mareés

1. Jahr	Themen	2. Jahr	Themen	3. Jahr	Themen
19.09.16	Einführung	09.09.17	Allgemeine -	08.09.18	Medizin
15.10.16	Einführung	14.10.17	Menschen -	13.10.18	Ernährung
12.11.16	Einführung	18.11.17	Kunde	17.11.18	Therapien
14.01.17	Spiritualität	13.01.18	Jahresfeste	19.01.19	Selbstbestimmung
11.02.17	Arbeit	10.02.18	Temperamente	09.02.19	Lebensbegleitung
11.03.17	Kultur	10.03.18	Sinneslehre	13.04.19	Gewaltprävention
08.04.17	Landwirtschaft	14.04.18	Sinneslehre	12. bis	Kommunikation und
13.05.17	Grenzerfahrung	10. bis	Biografiearbeit und	17.05.18	Doppeldiagnosen
10.06.17	Leben i. d. Stadt	15.06.18	Heilpädagogischer Kurs	15.06.19	Abschlussstag



- Gartengestaltung
- Teichbau
- Naturspielplätze
- Baumpflege

040 - 601 06 80 www.biotop-hamburg.de

Veranstaltungsanzeigen

Projektgestaltung und Lebensgestaltung

Vortrag von Lars Grünewald

am Dienstag, dem 5. Juli, um 19.00 Uhr
in der Rehhofstraße 1-3, 20459 Hamburg
freiwilliger Kostenbeitrag -

TOBIAS-HAUS

Alten- und Pflegeheim gGmbH
Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg

Zur Verstärkung unseres Teams im
Tag-/ Nachtbereich suchen wir ab
sofort in Voll- und Teilzeit

Pflegekräfte (m/w)

(exam. Alten- und Krankenpfleger,
GPA, Pflegehelfer)

Wir bieten Ihnen:

- ✓ unbefristete Arbeitsverträge
- ✓ bezahlte Weiterbildungen
(z.B. WBL, Praxisanleiter,
Palliativpflege, Validation,
anthroposophische Pflege)
- ✓ Verlässlicher Tarif mit
Zeitzuschlägen
- ✓ Betriebliche Altersvorsorge
- ✓ 5-Tage-Woche u.v.m.

Weitere Informationen finden Sie
unter: www.tobias-haus.de

Ihre Bewerbung richten Sie bitte an:
bewerbung@tobias-haus.de
Telefon: 04102 – 806 510

Konzerteinladung

Die diesjährigen Sommerkonzerte des
Sinfonieorchesters Eppendorf finden am

**Samstag, dem 9. Juli um 19.00 Uhr in
St. Johannis - Harvestehude, Heimhuder
Str. 92**

**und am Sonntag, dem 10. Juli um 19.00
Uhr in der Rudolf Steiner Schule Berg-
stedt, Bergstedter Chaussee 207 statt.**

Auf dem Programm stehen lautma-
lerische Werke osteuropäischer Kom-
ponisten sowie des französi-schen
Expressionisten Claude Debussy. Das
Konzert beginnt mit der „Ouverture
über drei russische Themen“ von Milij
A. Balakirev und wird fortgeführt mit
den Sätzen „Die Moldau“ und „Aus
Böhmens Hain und Flur“ aus dem sin-
fonischen Zyklus „Mein Vaterland“ von
Smetana. Nach der Pause erklingen die
„Finnischen Skizzen“ von Alexander
Glazunov. Das Konzert endet mit der
„Petite Suite“ von Claude Debussy.

Die Leitung hat Thilo Jaques, der Eintritt
ist frei.

**Der Hinweis hat eine eigene homepage:
www.hinweis-hamburg.de**

An die Einrichtungen:

auf der website gibt es neuerdings den Menü-
punkt „Einrichtungen“, unter dem alle im
Adressverzeichnis des hinweis aufgeführten Ein-
richtungen abgedruckt sind.

Falls Sie möchten, kann Ihre website gerne ver-
linkt werden.

Bitte schicken Sie dazu Ihre aktuelle Website-
Adresse an hinweis-hamburg@online.de

Das ist ein kostenloser Service des hinweis-Verlages.

Mode von Maas Natur – einfach fairverlockend

„natürlich leben, natürlich kleiden“ seit über 30 Jahren fühlen wir uns diesem Anspruch verpflichtet. Für uns bedeutet es: ökologische und fair produzierte Mode aus Naturfasern und nachwachsenden Rohstoffen. Denn Naturmode heißt uns vieles Weglassen, vor allem Chemie- und Kunstfasern. Mode von Maas Natur besteht durch lebendige Farben, besondere Materialien und ist dazu noch sozial- und fair produziert.

Angefangen bei den Aller kleinsten bietet Maas ein



breites Sortiment schöner modischer Naturtextilien für die ganze Familie.



Reinhard Maas

Überzeugen Sie sich selbst von der Mode von Maas Natur in unserem Laden Hamburg, Grindelallee 166, 20144 Hamburg oder unter www.maas-natur.de



Wir als ganzheitlich-ökologisch arbeitende Frisöre begleiten Sie dabei.

Fachkundig und unabhängig von Modetrends legen wir unser Augenmerk auf eine ausführliche Beratung hinsichtlich der individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten Pflegeprodukte für Haar und Kopfhaut. In entspannter Atmosphäre ist ausreichend Zeit, um gemeinsam mit Ihnen zu schauen, welcher Haarschnitt Ihrer Persönlichkeit am ehesten Ausdruck verleiht.

Schließen Sie die Augen und genießen Sie die überaus entspannende Kopfmassage mit unseren Bürsten aus Wildschweinborsten, die Teil jeder Behandlung ist. Spüren Sie mit allen Sinnen wie schön es ist, sich auf diesem Wege dem Alltagsstress zu entziehen.

Wir freuen uns auf Sie und sind gerne für Sie da!

Naturfrisör Monika Enghusen und Team

Karishöhe 33, 22175 Hamburg-Bramfeld

Tel.: 040 - 64 91 73 48

www.schoenes-haar.de

FRIEDRICH ROBBE INSTITUT
Heilpädagogische Rudolf-Steiner-Schule



Das Friedrich-Robbe-Institut ist eine Schule mit Förderschwerpunkt „Geistige Entwicklung“. Sie arbeitet auf der Grundlage anthroposophisch orientierter Heilpädagogik und der Waldorfpädagogik.

Unsere aufgeschlossene Schulgemeinschaft wünscht sich ab Sommer 2016 Verstärkung durch eine engagierte, humorvolle Persönlichkeit.

Unsere Klassen mit ca. 8 Schüler/innen werden von einem/r Klassenlehrer/in und einer qualifizierten pädagogischen Zweitkraft geführt.

Für die Aufgabe der **Zweitkraft** suchen wir eine/n

Heilpädagogen/in Heilerzieher/in

mit Berufserfahrung. Die Vergütung ist an den TV-L angelehnt. Darüber hinaus bieten wir interessante Sozialleistungen.

**ÜBER IHRE BEWERBUNG
FREUEN WIR UNS.**

FRIEDRICH-ROBBE-INSTITUT E.V.
Bärenallee 15, 22041 Hamburg
Telefon 040-684455
www.friedrich-robbe-institut.de
mail@robbe-institut.de

Praxis-orientierter

Fortbildungskurs Heilpädagogik

Für Lehrer und Erzieher innerhalb der-
Waldorf- und Heilpädagogik

(Siehe Anzeige Hinweis Juni-Ausgabe)

Die Kurseinheiten werden an zehn
Samstag-Vormittagen stattfinden. -

*Informationsabend am: Mittwoch, den 7. Sep-
tember 2016 – 19.00 Uhr, im Seminar für Wal-
dorfpädagogik, Hufnerstrasse 18, Hamburg*

*Anmeldungen, auch wenn Sie nicht am Info-
Tag teilnehmen können, an den Kursleiter:*

JOS MEEREBOER

jos.meereboer@gmail.com

Telefon: 04293-7873321

TÖBIAS-HAUS
Alten- und Pflegeheim gGmbH



*In landschaftlich schöner Lage bieten wir
für alle Pflegestufen ein individuell
gestaltetes Umfeld mit vielen kulturellen
Veranstaltungen sowie Angeboten
der Christengemeinschaft und der
Anthroposophischen Gesellschaft*

TÖBIAS-HAUS
Alten- und Pflegeheim gGmbH
Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg
Tel.: 04102/806 0, Fax: 04102/806 555
www.tobias-haus.de

MITsommernachtsSINGEN

Im Amphitheater des Hamburger Stadtparks

Ein Konzert zum Träumen, Zuhören und Mitsingen

Premiere:

So 17.7. 21h

Weitere Vorstellungen:

So 24.7. 16h und 21h

So 31.7. 16h und 21h

Der Eintritt ist frei – Spenden willkommen. Bei Regen finden keine Veranstaltungen statt.

Veranstalter ist die Hamburger Sommerbühne e.V. <http://www.hamburger-sommerbuehne.de/>

Das Ensemble des MITsommernachtsSINGEN



ERZIEHUNG & BEZIEHUNG

Gabriele Waldow
Elternsache
ist Bewusstseinsache
Ein Kompendium zur Mitbestimmung

NEUERSCHEINUNG

GABRIELE WALDOW
Elternsache ist Bewusstseinsache
292 Seiten
14,95 Euro

Ein Buch, das den Leser mitnimmt auf eine spannende Reise zu einem befreiten Umgang mit sich selbst und einem glücklichen Miteinander in der Familie.
Infos: www.elternsache-ist-bewusstseinsache.de

Veranstaltungsanzeigen

UBUNTU Special Tournee – das Bühnenprogramm

Lassen Sie sich von unseren jugendlichen Artisten, den Kostümen, der Musik und unserer besonderen Geschichte verzaubern und besuchen Sie uns am 23. und 24.07. im Rudolf-Steiner-Haus in Hamburg.

Der Circus UBUNTU besteht seit über 20 Jahre und viele von Ihnen haben ihn vielleicht schon einmal kennengelernt. Nun haben wir uns aber im letzten Jahr entschlossen, einiges, was in den letzten Jahren immer liegen geblieben ist, aufzuholen und



abzuarbeiten und 2016 nicht auf große Tournee, mit Zelt und Wagen, zu gehen. Anna Winter, bereits seit einigen Jahren für die Regie bei UBUNTU verantwortlich, ließ das keine Ruhe. Ein Jahr ohne UBUNTU-Programm im Sommer, das geht doch gar nicht! Und so entstand die Idee, ein Bühnenprogramm auf die Beine zu stellen. Schnell war eine Gruppe von Jugendlichen und Eltern bereit, diese Idee mitzugestalten und so wurde aus einer Idee Wirklichkeit und Sie können auch in diesem Jahr UBUNTU erleben. Zwar in anderer Umgebung, aber die gewohnte und vertraute Form bleibt bestehen: es wird eine Geschichte in

artistischen Bildern erzählt und mit selbst komponierter und live gespielter Musik begleitet. Die selbst entworfenen Kostüme kommen allesamt aus der UBUNTU-Schneiderei. Wir sind sehr sicher, dass es uns auch in diesem besonderen Jahr gelingen wird, Sie wieder zu verzaubern.

Unser Programm – Kimberly Blechbison und Streuselkuchen

Im Reisegepäck haben die Artisten eine poetische Geschichte, die von der innigen Beziehung zwischen Großvater und Enkelin erzählt: An einem sonnigen Frühlings- tag reckt die 20 jährige Kimberly ihre Arme in den Himmel und atmet tief die frische Luft ein – Erinnerungen an ihren Großvater tauchen in

ihr auf. Sie spürt, wie die erfahrene Liebe und Anerkennung auch heute noch Kraft und Halt in ihrem Leben sorgen, denn die guten Erfahrungen und geteilten Erlebnisse überdauern und tragen fort. Welche Rolle dabei ein Blechbison und Streuselkuchen spielen, sehen Sie in unserem Programm im Rudolf-Steiner-Haus, Mittelweg 11-12, am
*Samstag 23.07.16 18:00 Uhr Sonntag
24.07.2016 15 Uhr und 19 Uhr*

*Mitmachcircus - am Sonntag 24.07.16 von 11
-12:30 Uhr*

*Hinweis für Ihren Besuch: Unser Programm
eignet sich für Kinder ab 5 Jahren und dauert
1,5 Stunden*

Mit der Herzschule Hamburg in Bewegung kommen und den eigenen Rhythmus finden !

Am 8. September beginnt das Modul "Rhythmus und Bewegung":

10 Abende mit praktischen Übungen, jeweils donnerstags 17 bis 21 Uhr in den Gemeinderäumen der Lukas-Kirche*

Beginn 8.9.2016, Ende 17.11.2016,

Teilnahmekosten 500,-

Info und Anmeldung unter Tel. 04102 / 706767 bei Brigida Stockmar

Anmeldeschluss 30.8.2016,

www.herzschule-hamburg.de



Vogthof

Wohngruppen und Werkstätten (Tagesbetreuung)
für Menschen mit Behinderung

Ausbildungsstelle der Fachschule Nord für
anthroposophisch-orientierte Heilerziehungspflege

Vorpraktika
BufDi

Vogthof
Lebens- und Arbeitsgemeinschaft Ammersbek e. V.
Ohlstedter Str. 11
22949 Ammersbek
Tel.: 040-605 67 80
info@vogthof.de
www.vogthof.de

Baubiologisch bauen

Holzbau
Altbausaniierung
Strohballenbau
isofloc
Wärmedämmung
AURO Naturfarben

AKKA
AKKA GmbH | 21358 Mechtersen
Tel. 0 4178 / 14 65 | www.akka-bau.de

Eichenhof sozialtherapeutische Lebensgemeinschaft e.V.

Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt

Mitarbeiter Heilerziehungspflege - BufDi - FSJ

in Voll- oder Teilzeitanstellung / als Elternzeitvertretung zur verantwortlichen Mitarbeit in der Wohngruppe.

Mitarbeiter (Soziale Arbeit; Sozialpädagogik) zur Unterstützung des ambulant betreuten Wohnens auf Honorarbasis.

Pädagogische Mitarbeiter als Honorarkräfte als Springer für verschiedene Einsatzbereiche.

Nachtwachen (Pflegefachkräfte, Heilerziehungspfleger) ab Sommer 2016

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung per E-Mail, auf dem Postweg oder direkt über unsere Homepage (bitte mit Angabe des frühestmöglichen Eintrittstermins).

Eichenhof Sozialtherapeutische Lebensgemeinschaft e.V.
Christin Krüger
Auf dem Felde 14
25486 Alveslohe
04193/ 9661-0

info@eichenhof-alveslohe.de
www.eichenhof-alveslohe.de

Vitaleurythmie –

Das Anti-Stress-Programm für den Alltag, 2016, Urachhaus. 17,90 EUR.

Die seelischen und körperlichen Folgen allgegenwärtiger Optimierungszwänge sind heute unübersehbar. Stress ist uns als Begleitphänomen des Lebens und als Auslöser von Krankheiten alltäglich geworden. Umso wichtiger, ein Gleichgewicht gegen Überdruck und Tempo herzustellen. Dabei reiche körperliche Bewegung allein nicht aus, so Christiane Hagemann und Michael Werner. Die von ihnen entwickelte Vitaleurythmie basiert auf Grundelementen der Eurythmie, zieht aber zudem Ergebnisse der Stressforschung heran. In ihrem Buch stellen sie somit ein vielversprechendes Gesamtkonzept vor.



Foto: Ruth Jäger

Zunächst werden die wissenschaftlichen Hintergründe gut lesbar und anschaulich dargestellt. Hierbei geht es darum, individuelle Stressfaktoren und -muster von Fall zu Fall zu erkennen und dabei die Achtsamkeit als grundlegendes Mitwirkungsprinzip wichtig zu nehmen

und zu pflegen. Erst daraus könne dann eine den Erfordernissen angepasste Übungspraxis entstehen, die auch den Übungsprozess selbst fortwährend reflektiert. Dann werden Übungen präsentiert, die man auch mit Hilfe eines QR-Codes als Clips im Netz anschauen kann. Sie sind von beeindruckender Einfachheit und Konzentration. Neben Kurzübungen, z.B. dem M fürs Loslassen, dem E für die Abgrenzung, finden sich aber auch

ganze Übesequenzen für Themen wie Harmonisieren oder Zentrieren. Ein anderes Übungsset richtet sich gegen überzogene Forderungen von außen, die wir verinnerlicht haben: „Sei perfekt!“, „Beeil dich!“, „Streng dich an!“. Vitaleurythmie gibt so den Lebens- und Seelenkräften Impulse und wirkt aufbauend.

Das Besondere an dem gelungenen Buch liegt in der Tatsache, dass man sofort beginnen kann die Anregungen umzusetzen – mithilfe

der Filmbeispiele und der zahlreichen Farbfotos – gleichzeitig aber auch Lust bekommt die angeschnittenen Themen zu vertiefen.

Das Buch ist übrigens in der Bibliothek am Rudolf Steiner Haus ausleihbar!

Ruth Jäger

Anthroposophische Gesellschaft

- Anthroposophische Gesellschaft in Deutschland, Arbeitszentrum Nord, Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, Fon 41 33 16-22

- Zweig am Rudolf Steiner Haus Hamburg, mittwochs von 15 - 18 Uhr, zarsth-s@t-online.de, Tel: 41 33 16-21

- Zentrale Leihbibliothek am R S H Tel: 41 33 16-24. Di + Mi 16-19 h, Fr 16-18 h

- Anthroposophische Gesellschaft Lessing-Zweig HH-Bergstedt, Bergstedter Chaussee 207, 22395 HH, Auskunft Gesa Butin 040-601 19 38

- Anthroposophische Gesellschaft Manes-Zweig, Rothenbaumchausee 103, (in der Rudolf Steiner Buchhandlung) 20148 HH, Auskunft: von Zeska Tel: 040-880 63 70, Mo-Fr: 9-13 h

- Anthroposophische Gesellschaft Michael-Zweig Elmshorn, Auskunft: Anne-Lene Lamke, 04128-1289

- Anthroposophische Gesellschaft Novalis-Zweig Hamburg-Bergedorf, c/o Rudolf Steiner Schule, Am Brink 7, 21029 HH, Auskunft: Angela Drewes T: 040-720 12 49

- Anthroposophische Gesellschaft Raphael-Zweig Ahrensburg, Tobiashaus, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, Auskunft: Beate de Vries, Tel: 04541-87 99 86 oder Peter-M. Neumann T: 04107-43 60

- Anthroposophische Gesellschaft, Zweig am Montag Hamburg, Mittelweg 11-12, 20148 HH, Auskunft: M. Böltz, T: 040/41331620, M. Werner Tel: 513 34 28

- Arbeitsgruppe an der Michael-Schule in Harburg, Wöllmerstr. 1, 21075 Hamburg. Auskunft: Christoph Sträßner, Tel. 040/41542773; Ingrid Bartels, Tel. 04183/776044

- Arbeitsgruppe Travenbrück, Harald Nowka T: 04531-188 063

- Arbeitsgruppe Itzehoe, verantwortl.: Bernd Blumenthal Tel: 04821-86953

- Arbeitsgruppe Kaltenkirchen, Auskunft: Carol Stockmar, Tel: 04191-3206 + Jutta Schumacher, Tel: 04191-1558

- Arbeitsgruppe Rellingen, Auskunft: Manfred Wohlers T: 04121-929 73

- Arbeitsgruppe Stade, Auskunft: Ursula Peters Tel: 04141-826 69

- Arbeitsgruppe Landkreis Harburg, Auskunft: Rosemarie Bove-Wilde, Holtorfloher Str. 10, 21220 Seevetal, Tel./Fax 04185-2765 AB.

Altenpflege

- Tobias-Haus, Alten- und Pflegeheim, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, Tel. 0 41 02 / 806 - 0

- Haus Regenbogen, Alten- und Pflegeheim, Bogenstr. 65, 22869 Schenefeld, Tel. 830 87 30

Auskunftsstellen

- Beratung für Zivildienstleistende im Bereich Landwirtschaft: Tel. 0 41 32 / 912 00

Bildende Kunst

- ausstellungsraum.steiner haus, Mittelweg 11-12, 20148 HH, Mo-Do: 16-20, Fr: 14-20.

- Kunstakademie Hamburg, Ausbildung in Malerei, Zeichnung, Plastik, Kunsttherapie, Brehmweg 50, 22527 HH, Tel.: 4480661

- BfBH Berufsfachschule für Buchillustration Hamburg, Brehmweg 50, 22527 HH, Tel. 44 80 661

Die Christengemeinschaft

- Johannes-Kirche, Johnsallee 15/17, 20148 HH, Tel. 41 30 86-0, Fax-20, Mo, Mi, Fr 9:30 bis 12:30 Uhr, gemeinde@cg-johanneskirche.de. Internet: www.cg-johanneskirche.de

- Lukas-Kirche, Rögeneck 23/25, 22359 Hamburg, Tel. 603 29010

- Michaels-Kirche, Schenefelder Landstr. 38, 22587 Hamburg, Tel. 86 03 26

- Gemeindehaus Harburg, Heimfelder Str. 67, 21075 Hamburg, Tel. 792 78 75

- Gemeindehaus Bergedorf, Brookkehre 12, 21029 Hamburg, Tel.: 040/30 71 61 20

- Gemeinde in Ahrensburg, Kapelle imTobias-Haus, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, Tel.: 040/601 62 50 (Dr. Jäger)

- Gemeinde Südwest-Holstein, Ansgarstr. 103, 25336 Elms-horn, Tel.: Jens Lührs: 0176-4888 6848

- Lazarus-Kapelle, (Mika-Rothfos-Stiftung), Vogt-Kölln-Str. 155, 22527 Hamburg, Tel. 571 44 941

- Priesterseminar Hamburg, Johnsallee 17, 20148 HH, T: 44 40 54 - 0, Fax: 44 40 54 -20

- Die Christengemeinschaft in Norddeutschland, Verwaltung: Mittelweg 13, 20148 Hamburg, T: 444054-22, Fax: 444054-18

- Verband der Sozialwerke der Christengemeinschaft e.V., Mittelweg 13, 20148 Hamburg, Tel.: 41330270

Heilpädagogik und Sozialtherapie

- Christophorus-Schule, Waldorfschule für heilende Erziehung, Bergstedter Chaussee 205, 22395 HH, Tel. 604 428-0

- Eichenhof, Sozialtherapeutische Lebensgemeinschaft e.V., Auf dem Felde 14, 25486 Alveslohe, T: 04193/9661-0

- Elias-Schulzweig, Förderschulzweig der Rudolf Steiner-Schule Nordheide, Schulweg 1, 21255 Wistedt, Tel.: 04182/28750 -0

- Franziskus e.V., Sozialtherapeutische Lebens- und Arbeitsgemeinschaft, Op'n Hainholt 88 a-c, 22589 HH, T.: 870 870-0

- Friedrich-Robbe-Institut, Rudolf Steiner Schule für Seelenpflegebedürftige Kinder, Bärenallee 15-17, 22041 Hamburg, Tel. 68 44 55

- Haus Arild, Lübecker Str. 3, 23847 Blietorf, Tel.: 04501/1890

- Haus Mignon, Christian-F. Hansen-Str. 5, 22609 Hamburg, Institut für ambulante Heilpädagogik und Frühförderung, Tel. 82 27 42 - 0, Seminar Mignon Tel. 82 27 42-11, Kinderhaus Mignon, Tel.: 82274210

Adressen

- Haus Mignon Kindergarten – Integrationsgruppe und Heilpädagogische Gruppe, Christian-F.-Hansen-Str. 5, 22609 Hamburg, Tel. 82 27 42 10
- Humanopolis GmbH (integrative Zweckbetriebe / Mehr-GenerationenWohnen), Groß Malchau 50, 29597 Stoetze Tel.: 05872/810; 29597@humanopolis.de
- Martinswerk Bergstedt – fördern und begleiten e.V., <http://www.martinswerk-bergstedt.de>
- Mignon Segelschiffahrt e.V. Segelschiff Fortuna, Christian-F.-Hansen-Str. 5, 22609 HH, Tel. 8227 42 11
- Heilpädagogische Hofschule Wendisch Evern, Förderzweig der Rudolf Steiner Schule Lüneburg, Dorfstr. 15, 21403 Wendisch-Evern, Tel.: 04131-778100
- Heilpädagogische Förderzentrum Friedrichshulde, Lindenallee 96, 22869 Schenefeld, Tel. 839 35 10
- Hermann-Jülich Werkgemeinschaft, Dorfstr. 27, 22929 Hamfelde, Tel. 0 41 54 / 84 38-0
- Hölderlin e.V. ambulante psychiatrische Vor- und Nachsorge, Kattjahren 4, 22359 Hamburg, Tel. 603 30 91 / 92 / 93
- Institut für ambulante Heilpädagogik und Psychotherapie, Langenberg 17, 21077 HH/Harburg, Tel. 760 70 01
- Kinderheim Heidjehof, für Kinder u. Jugendl., Radbrucher Weg 2-4, 21444 Vierhöfen, Tel.: 04172/8091
- „Lebensgemeinschaft Birkenhof e.V.“, Lebensort mit Seelenpflege-bedürftigen Erwachsenen, Karzer Str. 2, 21398 Neu Neetze, Tel.: 05850/415
- Martins-Gemeinschaft e.V., Bechsteinweg 4, 22589 Hamburg, Tel. 870 46 27
- Michael-Schule, Waldorfschule für heilende Erziehung, Woellerstraße 1, 21075 Hamburg, Tel. 709 73 77 80
- Raphael-Schule, Schule für seelenpflege-bedürftige Kinder und Jugendliche e.V., Quellenthal 25, 22609 Hamburg, Tel. 81 99 26 40
- Sozialtherapeutikum Humanopolis, Groß Malchau, 29597 Stoetze, www.sozialtherapeutikum.de; 29597@culturum.de
- Stiftung CULTURUM GmbH, (Jugendhilfe / Jugendberufshilfe) Groß Malchau 50, 29597 Stoetze, Tel.: 05872/8110; 29597@culturum.de
- Thorsmoerk, Sozialgemeinschaft für Lebens- und Arbeitsgestaltung e.V., Am Brink 7, 23919 Rondeshagen, T. 04544/1720
- Vogthof, Sozialtherapeutische Lebensgemeinschaft Ammersbek e.V., Ohlstedter Str. 11, 22949 Ammersbek, Tel. 040/6056780
- Werkgemeinschaft Bahrenhof e.V., Dorfstr. 6, 23845 Bahrenhof, Tel. 0 45 50 / 99 79 -0
- ZusammenLeben e.V. und ZusammenLeben GmbH, Wohngruppen, ambulante Betreuung und Werkstätten, Wohldorfer Damm 20, 22395 Hamburg, Tel. 040-604 00 36.
- Gründungsinitiative Waldorfkindergarten Bargteheide, Jersbeker Straße 7, 22941 Bargteheide, info@waldorfkindergarten-bargteheide.de, www.waldorfkindergarten-bargteheide.de
- Hamburgische Vereinigung der Waldorfkindergärten e.V., Geschäftsstelle: Hufnerstraße 18, 22083 Hamburg, Tel.: +49 (40) 85 98 47, hantel@waldorfkindergarten-hamburg.de, <http://waldorfkindergarten-hamburg.de>
- Haus Mignon Kinderkrippe, Rugenbarg 22, 22549 Hamburg, T 87 000 449
- Interkultureller Waldorfkindergarten in Wilhelmsburg, Georg-Wilhelm-Strasse 43-45 und Veringstr. 3, 21107 Hamburg, Tel: 040-271 60 900, E-Mail: mail@interwaldorf-hamburg.de www.interwaldorf.de
- Ch. Morgenstern Kindergarten, Heinrichstr. 14a, 22769 Hamburg, Tel. 41359444
- Kita zur Förderung der Waldorfpädagogik Hamburg-Iserbrook e.V., Iserbrooker Weg 62, 22589 HH, Telefon 040 / 28515813
- Waldorfkindergarten a. d. Rudolf Steiner Schule Altona, Blücherstraße 35, 22767 Hamburg, Tel. 18884595
- Waldorfkindergarten a. d. Rudolf Steiner Schule Altona, Große Rainstr. 22, 22765 HH, Tel. 399052 29
- Waldorfkindergarten Alte Rabenstraße, Alte Rabenstr. 9, 20148 Hamburg, Tel. 45000377
- Waldorfkindergarten Uetersen e.V., E.-L.-Meyn-Str. 1a, 25436 Uetersen, Tel.: 0 41 22 / 4 39 90
- Waldorfkindergarten, Bogenstr. 45, 20144 HH, T. 420 80 23
- Suse-König-Kindergarten, Heimburgstr. 4, 22609 HH, T. 82 74 46, susekoenigkindergarten.de
- Waldorfkindergarten Nienstedten, Elbchausee 366, 22609 Hamburg, Tel. 822 400 20
- Blankeneser Waldorfkindergarten, Schenefelder Landstr. 34, 22587 Hamburg, Tel. 278 66 66 4 /-5
- Waldorfkindergarten der Christengemeinschaft HH-Bergstedt, Bergstedter Chaussee 209, 22395 HH, T. 604 78 56
- Waldorfkindergarten der Christengemeinschaft HH-Volksdorf, Rögeneck 23, 22359 Hamburg, T. 60382 73
- Waldorfkindergarten Wandsbek, Rahlstedter Weg 60, 22159 Hamburg, Tel. 64 58 95 31
- Waldorfkindergarten Bergedorf, 21037 Hamburg, Kirchwerder Landweg 2, Tel. 73 50 98 23, kindergarten@waldorf-bergedorf.de
- Waldorfkindergarten Bergedorf, Brookkehre 12, 21029 Hamburg, Tel.: 20 97 14 75, kindergarten@waldorf-bergedorf.de
- Waldorfkindergarten Ahrensburg, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, Tel. 0 41 02 / 596 15
- Waldorfkindergarten Norderstedt, Friedrichsgaber Weg 244, 22846 Norderstedt, T. 525 59 52
- Waldorfkindergarten Stade, Henning von Tresckow-Weg 2a, 21684 Stade, Tel. 0 41 41/ 411473
- Waldorfkindergarten Nottensdorf, Bremers Garten 18a, 21640 Nottensdorf, Tel. 0 41 63 / 62 91

Maler Köhler

bietet
sämtliche Malerarbeiten
Lasur
Spachteltechniken
auch mit biologischen Produkten

B. Köhler, In'n deep Moor 1
21271 Hanstedt.
mobil: 0171 38 24 736

*Wir verbinden Geist und Materie
Maßanfertigungen aus Papier, Stoff & Leder
Veredelungen & Reparaturen Ihrer Bücher*



www.buchbinderei-erdmann.de
Kanzleistraße 2, 22609 Hamburg
Mo-Fr. 10-12h und 15-18h
Tel. 040 - 826230

rudolfsteinerschule
hamburg-wandsbek

Ab 1. September 2016
suchen wir eine/n
engagierte/n

ERZIEHER/IN

für unseren Hort.
25 Std. pro Woche.

Wir freuen uns auf Ihre
schriftliche Bewerbung:

An den Hort der
Rudolf Steiner Schule
Hamburg-Wandsbek
Rahlstedter Weg 60
22159 Hamburg

oder per e-mail:
hort@waldorfschule-
wandsbek.de

www.waldorfschule-wandsbek.de

rudolfsteinerschule
hamburg-wandsbek

Für unseren dreigruppigen
Schulkindergarten suchen
wir baldmöglichst eine
engagierte

**WALDORF-
ERZIEHERIN**

für die Betreuung in der
Ruhepause und am Nach-
mittag bis 15.30 Uhr. Wir
wünschen uns eine liebe-
volle, zuverlässige Kollegin
mit Freude an der Arbeit.

Bewerbungen richten
Sie bitte an den
Waldorfkindergarten
Hamburg-Farmsen
Rahlstedter Weg 60
22159 Hamburg

www.waldorfschule-wandsbek.de

Adressen

- Waldorfkindergarten Kakenstorf, Lange Str. 2, 21255 Kakenstorf, Tel. 0 41 86 / 81 06
- Waldorfkindergarten Bad Oldesloe, Rümpeler Weg 31, 23843 Bad Oldesloe, Tel. 0 45 31 / 874 84
- Waldorfkindergarten Rellingen, Jahnstr. 5, 25462 Rellingen, www.waldorfkindergarten-rellingen.de, Tel. 0 41 01 / 20 77 77
- Waldorfkindergarten Wedel, Am Redder 8, 22880 Wedel, Tel.: 04103/130 87
- Waldorfkindergarten Neugraben, Falkenbergsweg 48, 21149 Hamburg, Tel.: 703 802 76
- Waldorfkindergarten Elmshorn, Adenauerdamm 4, 25337 Elmshorn
- Waldorfkindergarten Kaltenkirchen, Kisdorfer Weg 1, 24568 Kaltenkirchen
- Waldorfkindergarten der Rudolf Steiner Schule Harburg, Ehestorfer Heuweg 82, 21149 HH, Tel. 79 71 81 24
- Waldorfkindergarten Itzehoe, Am Kählerhof 6, 25524 Itzehoe, Tel.: 04821/84434
- Waldorfkindergarten Tonndorf, Holstenhofstieg 11, 22041 Hamburg, Tel. 656 21 54
- Waldorfkindergarten Bad Segeberg, Am Wege nach Stipdorf 1, 23795 Bad Segeberg, Tel.: 04551/999171

Kulturinitiativen

- Domäne Fredeburg, KulturLandWirtschaft e.V., Domänenweg 1, 23909 Fredeburg, Tel. 04541-8621-31, vielseitiger Demeter-Hof, www.klws.de, www.domaeene-fredeburg.de
- Hofgemeinschaft Würme, Im Dorfe 20, 21256 Wärme, Tel.: 04187/479 www.hofwoerme.de
- Rudolf Steiner Haus Hamburg e.V., Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, Tel. 41 33 16-30, www.rudolf-steiner-haus.de
- Verein Studienhaus Göhrde e.V., Grasredder 31, 21029 Hamburg, Tel.: 040-72697301, info@studienhaus-goehrde.de

Landwirtschaft

- Bäuerliche Gesellschaft e.V., Triangel 6, 21385 Amelinghausen, Tel.: 04132-933019-0, Fax.: 04132-933019-33, e-mail: info@demeter-im-norden.de
- Gärtnerhof am Stüffel e.V., Stüffel 12, 22395 Hamburg, Tel. 604 00 10
- Stiftung Aktion Kulturland, Geschäftsstelle Nord, Stürsholz 10, 24972 Steinberg, Tel. 04632 - 7266, www.aktion-kulturland.de

Lehrerbildung

- Freie Mentorenkonferenz Hamburg (FMK), Bleickenallee 1, 22763 HH, Tel.: 41 00 993, Email: mail@freimentoren.de
- Seminar für Waldorfpädagogik Hamburg, Hufnerstr. 18, 22083 HH-Barmbek, Tel.: 88 88 86 10, Fax: 88 88 86 11, Email: mail@waldorfseminar.de, Internet: www.waldorfseminar.de

Medizinische Initiativen

- Carl Gustav Carus Akademie, Akademie für eine Erweiterung der Heilkunst, Theodorstraße 42-90, Haus 3, 22761 Hamburg, Telefon 040-81 99 800 | Fax 040-81 99 80 20, www.carus-akademie.de, info@carus-akademie.de
- Institut Diogenes Hamburg e.V., Freies klinisch-therapeutisches Institut, Hospitalstr. 1 A, 22767 Hamburg, Tel.: 040-85 17 92 68 – 0, Fax.: 040-85 17 92 68 – 21, info@institut-diogenes.de, www.institut-diogenes.de
- Familien-Lebensschule Ahrensburg e.V., Forum für Entwicklung und Begleitung in Gesundheit und Krankheit, Hagener Allee 70D, 22926 Ahrensburg, info@familien-lebensschule.de
- Forum Leben e. V. Bergedorf, Horster Damm 47, 21039 Hamburg, Tel.: 723 50 09, www.Forum-Leben-Bergedorf.de
- Herzschnulle Hamburg: Jahreskurs für Menschen mit Herzkreislaufkrankungen; Kontakt: Brigida Stockmar, Tel.: 04102/706767, www.herzschnulle-hamburg.de
- Isis Verein für ganzheitliches Heilwesen e. V., Dr. Astrid Engelbrecht, Geschäftsstelle: Immenhorstweg 104 a, 22395 Hamburg. Telefon: 040 - 645 04 897, E-Mail: isis.verein@gmail.com, Webseite: www.isis-verein.de
- Lucia e.V., Pflege- und Betreuungsdienst, Am Backofen 36, 22339 HH, Tel.: 533 27 083
- Novalis Stiftung von 2001, Beratung und Begleitung von Schwangeren, Alleinerziehenden und Familien in Krisen, Schwangerschaftskonflikt-Beratungsstelle. Rappstraße 16, 20146 Hamburg, Fon: 040/22 69 37 55
- Philia Pflegedienst, auf anthr. Grundlage, Armgard Brunotte, Rügenweg 9, 22359 Hamburg-Volksdorf, 0160 1771 532
- Regionalgruppe Nord Anthroposophischer Ärzte, Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, www.gaed-regio-nord.de
- Victor Thylmann Gesellschaft e.V., Mittelweg 11, 20148 Hamburg, Tel. (040) 81 33 53 (14 bis 17 Uhr), Fax: (040) 81 33 54, Homepage: www.thylmann-gesellschaft.de

Musik

- Freie Musikschule Hamburg e.V. Rahlstedter Weg 60, 22159 HH und Berner Heerweg 183, 22147 HH www.freie-musikschule-hamburg.de Tel.04543/7036
- MenschMusik Hamburg, Studium.Konzert.Forschung (ehemals Musikseminar Hamburg) Mittelweg 11-12, 20148 HH, Tel/Fax 040-41331620. www.menschmusik.de
- Alfred Schnittke Akademie International (früher: Musikseminar Hamburg), Max-Bräuer-Allee 24. 22765 Hamburg, Tel. 040-447531. Internet: www.schnittke-akademie.de
- Studienstätte „tempo giusto“, Uwe Kliemt, Tel. 6046976 www.tempogiuusto.de

Schauspiel

- Anthroposophische Schauspielgruppe im Manes-Zweig Hamburg, Rothenbaumchaussee 103, Leitung: Veronika Willich, Tel. 880 18 55

Gerd-Joachim Schulz
§ Rechtsanwalt seit 1988

Steuerrecht (Einkommensteuer, Erbschaftsteuer)
Familienrecht (Scheidung, Sorgerecht, Unterhalt)
Arbeitsrecht (Kündigung, Abfindung)
Sozialrecht (Renten, Schwerbehinderung)
Vorsorge (Testamente, Vollmachten bei Krankheit/Unfall)

Börnestraße 18-20, 22089 Hamburg
Tel.: 040 / 866 40 81
Fax: 040 / 86 71 04
Email: g-j.schulz@t-online.de

Anthroposophisch orientiert mit Einfühlungsvermögen und Zeit, gern Hausbesuche.



rudolfsteinerschule
hamburg-wandsbek

Für die Erweiterung unseres Förderteams suchen wir ab sofort

eine/n engagierte/n FÖRDERLEHRERIN

für die Unter- u. Mittelstufe mit Erfahrung im Klassenlehrerbereich. Heilpädagogisches Wissen, therapeutisches Interesse u. Teamfähigkeit sind erwünscht – gerne mit qualifiziertem Abschluss. Volldeputat.

Wir freuen uns auf Ihre schriftliche Bewerbung:

An den Personalkreis
der Rudolf Steiner Schule
Hamburg-Wandsbek
Rahlstedter Weg 60
22159 Hamburg

www.waldorfschule-wandsbek.de

Broschüren
Gestaltung
Zeitschriften
Anzeigen
Web-Newsletter

von Falkenburg Design
www.von-falkenburg.de, design@von-falkenburg.de

NATURTEXTILIEN & KREATIVE SPIELWAREN

CLE'O FÜR KINDER

Bei der Reitbahn 1
Hamburg-Ottensen
Tel+Fax: 390 05 14

www.cleofuerkinder.de

Adressen/Impressum

Schulen

- Büro der Landesarbeitsgemeinschaft, Hufnerstr. 18, 22083 HH, Tel. 88 88 86 20
- Rudolf Steiner Schule Hamburg-Altona, Bleickenallee 1, 22763 HH, Tel. 410 099 3
- Rudolf Steiner Schule Nienstedten, Elbchausee 366, 22609 HH, Tel. 82 24 00 - 0
- Rudolf Steiner Schule Bergstedt, Bergstedter Chaussee 207, 22395 HH, Tel. 645 082-0
- Rudolf Steiner Schule Wandsbek, Rahlstedter Weg 60, 22159 HH, Tel. 645 89 50
- Rudolf Steiner Schule Bergedorf, Am Brink 7, 21029 HH, Tel. 721 22 22
- Rudolf Steiner Schule Harburg, Ehestorfer Heuweg 82, 21149 HH, Tel. 797 18 10
- Christian Morgenstern Schule, Heinrichstr. 14a, 22769 Hamburg, Tel. 41 35 94 44, E-Mail: mail@innerestadt.de, www.christianmorgensternschule.de
- Freie Waldorfschule Apensen, Auf dem Brink 49, 21641 Apensen (vormals FWS Buxtehude), T.: 04167/699 74 80 www.waldorfschule-apensen.de, schule@waldorf-apensen.eu
- Rudolf Steiner Schule Nordheide, Lange Str. 2, 21255 Kakenstorf, Tel. 0 41 86 / 89 35-0
- Rudolf Steiner Schule Lüneburg, Walter-Bötcher-Str. 6, 21337 Lüneburg, Tel. 0 41 31 / 861 00
- Freie Waldorfschule Stade und Verein zur Förderung der Waldorfpädagogik Stade e.V., Henning von Tresckow-Weg, 21684 Stade, Tel. 041 41 / 51 05 21
- Freie Waldorfschule Elmshorn, Adenauerdamm 2, 25337 Elmshorn, Tel. 0 41 21 / 477 50
- Freie Waldorfschule Itzehoe, Am Kählerhof, 25524 Itzehoe, Tel. 04821/89860
- Freie Waldorfschule Kaltenkirchen, Kisdorfer Weg 1, 24568 Kaltenkirchen, Tel.: 04191 9301-0 Fax: 04191 9301-37, Internet: http://www.fws-kaki.de
- Freie Waldorfschule Bargtheide, Alte Landstrasse 89f, 22941 Bargtheide, 04532/2833423, sekretariat@waldorfschule-bargtheide.de

Therapeutika

- Bernard Lievegoed Institut, Kindertherap., Erziehungs- u. Sozialberatung, Weiterbildung, Biographiearbeit, Am Felde 2, 22765 Hamburg, Tel. 430 80 81
- Praxis-Rissen - Coaching & Therapie, Am Rissener Bahnhof 11, 22559 HH, Angebote: Biografiearbeit, System. Paar- und Familienberatung, Spieltherapie, Kunstpädagogik, Lernförderung, Klientenzentriertes Coaching, Yoga, Fortbildungen, Seminare und Vorträge. Fon: 040 - 21 98 28 43 www.praxis-rissen.de / Email: praxis-rissen@web.de
- Therapeutengemeinschaft Elbvororte. Heileurythmie, Rhythmische Massage, Kunsttherapie, Psychotherapie, Hausarztpraxis. Langelohstr. 134, 22549 Hamburg-Osdorf, Tel: 040-406905.

• Therapeutikum Hamburg West e.V., Massagepraxis: Jürgensallee 47, 22609 HH, Tel./Fax 040 / 82 10 36. Ambulante Krankenpflege: Langelohstr.134, 22 549 HH, Tel. : 040/ 85 41 3733, e-mail: therapeutikumhamburgwest@web.de

• Therapeutikum Weidenallee. Anthroposophisch künstlerische Therapien, Ernährungsberatung, Akupunktur, Rhythmische Massage, Biographiearbeit. Weidenallee 12, 20 357 Hamburg, Tel 040 39871160

Sonstige Einrichtungen

- Familien-Lebensschule Ahrensburg e.V. (Mit Therapeutikum), Hagener Allee 70 D, 22926 Ahrensburg, www.familien-lebensschule.de
- Gemeinnützige Treuhandstelle Hamburg e.V., Mittelweg 147, 20148 Hamburg, Tel. 040/556 19 881
- Verein zu Förderung der Waldorfpädagogik in Bergedorf e.V., Kirchwerder Landweg 2, 21037 Hamburg, Tel.: 040/7245775, Fax: 040/7212241

Impressum

Der Hinweis erscheint monatlich in Zusammenarbeit mit Einrichtungen auf anthroposophischer Grundlage. Jede Einrichtung ist autonom und für ihre Ankündigungen selbst verantwortlich. Der Herausgeber übernimmt keine Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Termine und Adressen. Die mit Namen gekennzeichneten Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Nachdruck, auch auszugsweise, nur nach Rücksprache mit der Redaktion
Die Hinweise sind im Internet archiviert und abrufbar unter:

www.hinweis-hamburg.de

Redaktionsschluß: 10. des Vormonats.

Anzeigenschluß: 13. des Vormonats!

Hinweis Verlag, Christine Pflug; Mittelweg 147, 20148 Hamburg. Tel 040 / 410 41 71, e-mail: hinweis-hamburg@online.de. Redaktion: Christine Pflug, V.i.S.d.P. Christine Pflug. Herausgeber: Gemeinnützige Treuhandstelle Hamburg e.V., Mittelweg 147, 20148 Hamburg, Konto für **Rechnungen und Abos**: Hinweis-Verlag, IBAN DE 96 4306 0967 0029 0079 10, BIC GENODEM 1 GLS. **Konto nur für Spenden**: IBAN 56430 609 6700 124 54 804, BIC GENODEM 1 GLS Konotbez.: Gemeinnützige Treuhandstelle, Sonderkonto Hinweis).

www.Piano-Dilger.de

**200 Klaviere
& Flügel**

südlich HH an der A7
21272 Evendorf, Osterfeld 8

Mietkauf, Finanzierung
Service, Clavinova

Samstags 9-14 Uhr
oder nach Termin

☎ 04175-372



salima
KINDERSCHÄTZE

Richtig gutes Spielzeug für Groß und Klein

Waltzstrasse 21 • 22607 Hamburg • Tel.: 040 82 27 98 46
www.salima-hamburg.de

Rudolf Steiner **BUCHHANDLUNG**
für Anthroposophie

Buch und
Begegnung

Rudolf-Steiner-Strasse 303
20148 Hamburg
Telefon: 040 94 24 31 Fax: 040 18 30 43
info@rudolf-steiner-buchhandlung.de Mail: 9481 bis 19 01 13
www.rudolf-steiner-buchhandlung.de Nr. 10 02 bis 10 05 04

Christine Pflug
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Biografiearbeit • Paarberatung • Entwicklungsbegleitung

Mitteweg 147 • 20148 Hamburg
Tel.: 040 410 41 71 • E-Mail: C.Pflug@netz.de



Die Michael Schule ist eine heilpädagogische Waldorfschule, in der die Schulküche das stärkende Zentrum der Schulgemeinschaft bildet und damit die pädagogische Arbeit mit den Kindern aktiv unterstützt.

Wir als Ganztagschule suchen zum **01.08.2016 eine Köchin oder einen Koch** mit mehrjähriger Erfahrung in der Gemeinschaftsverpflegung, die/der mit Zugewandtheit zu unseren Schülern den Mittagstisch für ca. 120 Kinder und Erwachsene vollwertig und abwechslungsreich **von Montag bis Donnerstag** in der Schulzeit zubereitet.

Weitere Aufgaben sind der Einkauf, die Essenausgabe, die Bewirtung bei unseren Festen sowie die gesamte fachliche Organisation der Küche.

Wenn Sie über eine abgeschlossene Ausbildung als Köchin/Koch verfügen und entsprechende Erfahrungen mitbringen, freuen wir uns über Ihre Bewerbung.

Michael Schule
Woellmerstr. 1, 21075 Hamburg
Tel. 040 / 709 737 78 -0
mail@michaelschule.net



Sibylle Voß

• Heileurythmie
• Massage nach Dr. Pressel

Praxisstandorte: BERGSTEDT / ROTHERBAUM
Termine nach Vereinbarung: 04102 – 66 70 366

WWW.HEILEURYTHMIE-MASSAGE.DE

3/4 Geige, sehr schöner Klang! **Gärtner Sopran Leier** zu verleihen. **Choroi Kinderharfe** zu verschenken. B. Stockmar
04102/706767

Freundlicher, großer Praxisraum in Ottersen unterzuvermieten für achtsame Tätigkeit: DO, SA, SO ganzer Tag, MI vormitt., Abende. Tel.: 39 80 81 91 www.anitajoerg.de

Neu, jetzt in Buchholz Nordheide: Anthropos. orientierte Praxis für Homöopathie und Rota-Übungen Heilpraktikerin Denise Weyhe, Termin unter : 0175-86 47 624 oder 04186/247216

Ein-Zi.-Wo. in Ammersbek-Lottbek 34 qm im !. OG, Diele, EBK, Vollbad, kl. Balkon, alles hell und sonnig, ruhig gelegen und 10 Fußminuten zur U-Bahn. Gesucht wird nette Mieterin für gemeinschaftliches Wohlfühlen im 1-Fam.-Haus mit 3 Wo. Kontakt über E-Mail: anfangen2016@gmx.de

Geigen- und Klavierunterricht für Anfänger und Fortgeschrittene aller Altersgruppen erteilt Student bei MenschMusik Hamburg, valentin.duebbers@gmail.com Tel. 0151-20758087.

Familienfeiern, Veranstaltungen, Seminare. Wir vermieten Ihnen unseren **atmosphärisch einmaligen Gemeinschaftsraum**, ca. 100 m², in Hamburg-Bergstedt. Foyer und Küche an Wochenenden verfügbar. Informationen bei Zusammenleben GmbH unter Tel. 040-604 00 36 oder kontakt@zl-hamburg.de; Internet: www.zl-hamburg.de.

Für Berlinbesucher: Pensionszimmer mit Dusch/WC ab 35,00 EUR in anthroposophisch ausgerichteter Initiative. Schöner Neubau, verkehrsgünstige Citylage in Tempelhof Tel. 030/788 30 53 www.pension-hiram-haus.de, pension@hiram-haus.de

Wir suchen ab 01.09.2016 eine **Erzieherin als Spielgruppenleitung in unserem Integrationskindergarten Sonnenhof** e.V. Sie haben möglich Erfahrung im Umgang mit Kindern ab 2,5 Jahren und waldorfpädagogische Grundlagen. Die Stelle umfasst 14,25 Std. oder 20,25 Std., die Bezahlung erfolgt in Anlehnung an den TVöDSuE. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung z. Hd. Frauke Usadel, Bornkampsweg 12a, 22926 Ahrensburg, oder leitung@kita-sonnenhof.de. Besuchen Sie auch gerne unsere website www.kita-sonnenhof.de

Malkurse+Therapie atelier-blankenese.de

hinweis

Ihr
Abonnement
für monatlich Euro 2,-

Bitte entsprechenden Betrag für den gewünschten Zeitraum überweisen auf das Konto IBAN DE 96 4306 0967 0029 0079 10 BIC GENODEM1GLS. Kontobezeichnung: Hinweis Verlag
Absenderangabe nicht vergessen!

hinweis

**Ihre private
Kleinanzeige**

kostet pro Satzzeile (40 Anschläge) Euro 1,80 (bei Chiffre: plus Euro 3,-).

Bitte den entsprechenden Text mit der Bezahlung als Vorkasse (Briefmarken oder Geld in Scheinen) zuschicken: **Hinweis Verlag, Mittelweg 147, 20148 HH**
• **Anzeigenannahme bis 13. des Vormonats**

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass nur diese Art des Auftrags akzeptiert wird. Eine andere Art der Bezahlung bitte vorher mit der Redaktion per Mail abklären.

Der hinweis wird auf der website als pdf ins Netz gestellt und damit auch Ihre Anzeige

Sommerwoche mit Yoga, Meditation und Singen direkt an der Ostsee. Stille-Lebendigkeit-Gemeinschaft. 20.-26. Aug. www.hannelore-ingwersen.de, Tel. 04632 8765933

Man muß das Unmögliche zu denken wagen, um das Mögliche wahr werden zu lassen. Stille Frau, 54 J., sehnt sich innigst zu ihrer Wahlheimat Hamburg zurück. **Suche ruhig und grün gelegene 1 1/2 -2 Whg.** in Wellingsbüttel, Kl. Borstel, Sasel, Volksdorf oder Ahrensburg. 500,- WM, frühestens zum 1.10.16. Über Ihren Anruf freue ich mich unter [01578/7168301](tel:015787168301)

Klavierstimmung in gewohnter gleichschwebender oder in neuer, wohltemperierter Stimmung bietet ehemaliger Waldorflehrer an: 040/37 4292 33 oder Peter.Clements@t-online.de

Private Kleinanzeigen

Komfortable **Ferienwohnung in Basel** für 2-4 Personen, 15min. mit Bus in die Stadt, mit PKW 25 Min. nach Dornach. 350,-/Wo. tnayda@gmx.de Tel. 0171-2150292.

Frau, 59 J., **sucht zum 1.9.16 Zi. bis 400 warm**, Tel.: 0 48 63/ 950 45 45 o. Mail: gaertner.cornelia@web.de

Haushaltshilfe, gründlich und zuverlässig in HH-Sasel/Berne, 3 Std./Woche für DHH mit 2 Personen und lieben Hund gesucht, 040 – 589 4840

Wir weisen darauf hin, dass die Anzeigen und Angebote von der Redaktion weder geprüft noch bewertet werden

Künstlerische Biografie-Arbeit in Hildesheim. Neues Konzept – neue Angebote. www.biografiearbeit-rainer-schnurre.de. eMail: rainer.schnurre@gmx.de

Versierte Grafikerin gestaltet ihre Flyer, Broschüren, Plakate, Geschäftsberichte etc. Heidemarie Ehlke | ehlke@web.de | Tel. 045 42. 8 32 07

Weiterbildung Spurensuche: kreatives Coaching und Biografiearbeit, 1 Jahr für Ihre persönliche Entwicklung. **Beginn 23. September.** – **Aufbaumodul:** Einsatz von Biografiearbeit in Ihrem individuellen Beruf. **Beginn Sept. 2017.** Bettina Henke, kunsttherapie-coaching.de Tel 0163-74 54 673

Kinderfrau Gesucht Wir suchen für unsere Kinder (4+5J.) eine freundliche Frau zwischen 18 und ca. 35, die mit viel Freude und Herz regelmäßig und langfristig zwei wilde Kerlchen in Rotherbaum betreuen möchte. Über eine kurze Mail mit Bild und Ihrer Motivation zu dieser Aufgabe freuen wir uns. (Teilzeit oder Minijob). Bewerbungen an: email-an-kinderfrau@gmx.de

Zwei helle, moderne Zimmer, SW-Lage, nach Absprache möbliert, Gartennutzung in wunderschöner ruhiger DHH mit Hund, HH-Sasel, von Frau an Frau zu vermieten, 590,- / Monat warm, 0160 – 9794 7398



Die Michael Schule ist eine Waldorfschule für heilende Erziehung (Förderschule) am südlichen Stadtrand Hamburgs gelegen. Wir unterrichten als Ganztagschule in Kleinklassen und suchen zum **Schuljahr 2016/17**

eine/n

Englischlehrer/in
für die Unter- und Mittelstufe
Stellenumfang 75%

Unser engagiertes und offenes Kollegium freut sich auf Ihre Mitarbeit und wird Ihnen mit Rat und Tat bei der Einarbeitung zur Seite stehen.

Michael Schule
Personalkreis
Woellmerstraße 1, 21075 Hamburg

Tel. 040 / 709 737 78-0
mischuMitarbeiter@gmx.de



REDUZIERT

30%

auf alle Frühling/
Sommerartikel

ÖKOLOGISCHE MODE -
FAIR PRODUZIERT

Maas.
natürlich leben...

Hamburg: Grindelallee 166 | 20144 Hamburg | Mo-Fr 10-19 h | Sa 10-16 h
Online-Shop www.maas-natur.de

BROT

VOLLKORNBROT

100% Roggenvollkornbrot

100% Weizenvollkornbrot

100% Dinkelvollkornbrot

100% Mixvollkornbrot



EFFENBERGER
VOLLKORN - BÄCKEREI