

Mai 2026

Veranstaltungen und Berichte
aus Einrichtungen auf
anthroposophischer Grundlage
im Raum Hamburg

Erscheint monatlich

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

hinweis



"Florales" (Ausschnitt) Christine Pflug www-christine-pflug.de/galerie/de

Kriegsgefahr und Friedensperspektiven

Artikel von Dr. med. Christoph Bernhardt

Marlowe
green fashion



Foto: LANIUS

Hier findest du
unsere neuen
Kollektionen
marlowe-nature.de



Beim Schlump 5 & 9
Mo - Fr 11 - 19 / Sa 11 - 17
Bahrenfelder Str. 176
Mo - Fr 11 - 19 / Sa 11 - 16



CHRISTOPHORUS
SCHULE
HAMBURG

Wir sind eine staatlich anerkannte Sonderschule in freier Trägerschaft mit ca. 160 Schüler*innen und 80 Mitarbeitenden. Wir fördern unsere Schüler*innen entsprechend ihrem individuellen Förderbedarf. Die Christophorus-Schule befindet sich innerhalb eines Waldorf-Campus im Nordosten der Hansestadt Hamburg und wurde vor über 40 Jahren gegründet.

Wir suchen...

- Klassenlehrer*in Mittelstufe (90%-Stelle)
- Musik für die Mittelstufe und Oberstufe (60%-Stelle)
- Eurythmie (ca. 1/2 Deputatsstelle), auch in Kombination mit Heileurythmie
- Mathematik für die Oberstufe (70%-Stelle) mit Prüfungsberechtigung ESA/MSA als Schwangerschaftsvertretung für zwei Jahre

Als Lehrer*in (m, w, d) an unserer Schule bieten wir Ihnen

- eine sinnstiftende Tätigkeit mit viel Gestaltungsfreiraum für den eigenen Unterricht
- ein sehr engagiertes und motiviertes Kollegium
- Mitgestaltungsmöglichkeiten
- ein sehr ansprechendes Schulgebäude und Schulgelände
- eine attraktive Vergütung in Anlehnung an TV-L E 13 (zzgl. einer arbeitgeberfinanzierten betrieblichen Altersvorsorge)
- Sonderleistungen wie Urlaubs- und Weihnachtsgeld, Krankenbeihilfe, Budni-Gutscheinkarte, Jobrad, ÖPNV-Zuschuss, Altersentlastungen/Altersteilzeit

Wir finden gerne mit Ihnen zusammen eine Ihrer Situation entsprechende Form der Einarbeitung. Auch für Quereinsteiger ohne waldorfpädagogische Qualifikation finden wir Wege, wie Sie sich berufsbegleitend qualifizieren können.

Zudem suchen wir...

- Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ)/Bundesfreiwilligen Dienst (BFD)

Fühlen Sie sich angesprochen? Dann möchten wir Sie gerne kennenlernen.

Senden Sie Ihre Bewerbung an:
Christophorus Schulverein in Hamburg e.V.
Kerstin Rüter & Michael Rehder
Bergstedter Chaussee 205
22395 Hamburg
bewerbung@christophorus-hamburg.de
Tel. 040 - 604428 - 0



WIR BRAUCHEN DICH
IN DEN KLASSEN
9-13 FÜR:

MUSIK INFORMATIK
SPORT CHEMIE

in Vollzeit, Teilzeit oder
als Gast-Lehrperson

Du hast die Voraussetzungen
für eine Lehr- und Prüfungs-
berechtigung?

Du kennst die Waldorf-
pädagogik vielleicht noch
nicht, bist aber interessiert?

Dann komm zu uns!

DEINE BENEFITS

- Jobrad
- 50% Zuschuss zum D-Ticket
- finanzielle Unterstützung bei
medizinischen Behandlungen
- betriebliche Altersvorsorge
- Coaching
- Finanzierung von Fortbildungen
- Unterstützung bei Weiterbildung
- Raum für Ideen und Eigeninitiative
- rund 460 lebendige Schüler:innen
- interessante Kolleg:innen
- und die beste Coffeelounge aller
Hamburger Schulen!



Sende uns deine Bewerbung an:
bewerbungen@steinerschule-bergstedt.de

Inhalt

In diesem Heft:

Kriegsgefahr und Friedensperspektiven

Artikel von Dr. med. Christoph Bernhardt

Termine

Veranstaltungsanzeigen

Adressen

Impressum

Kleinanzeigen

Seite 7

Seite 14

Seite 26

Seite 33

Seite 36

Seite 37

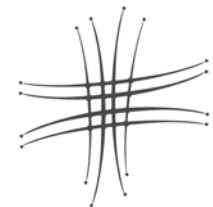


Foto: Alice - Fotos auf Pixabay

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.

Man kann auf
die Zukunft
warten oder sie
gestalten

Jetzt mit einem
GLS Konto
viel bewirken

Alle Infos auf [gls.de](https://www.gls.de)
oder in unserer
GLS Bank Filiale Hamburg,
Düsternstraße 10,
20355 Hamburg



Kriegsgefahr und Friedensperspektiven

Artikel von Dr. med. Christoph Bernhardt

Die dunklen Gewitterwolken des Krieges werfen wieder einmal ihre düsteren Schatten über Teile der Welt und der Menschheit. Das erschütternde Ausmaß von Leid und Tod, das mit den Kriegen der Gegenwart und Vergangenheit verbunden ist, konfrontiert uns mit der Frage nach unserer eigenen Verantwortung als Zeitgenossen dieser Ereignisse. Wie können wir dem Geist des Krieges den Geist der Versöhnung und Völkerverständigung entgegensetzen? Wie finden wir als Individuen, aber auch als soziale und politische Gemeinschaften Perspektiven des Friedens und der gegenseitigen Verständigung?

Die Anthroposophie kann zu diesen Fragen wichtige Perspektiven beisteuern. Rudolf Steiner hat während des ersten Weltkrieges die Idee der Dreigliederung des sozialen Organismus als Friedensimpuls konzipiert. Im Sinne dieser Dreigliederung wird das Geistesleben, das Rechtsleben und das Wirtschaftsleben jeweils als ein autonomes Glied des sozialen Organismus verstanden, das sich selbst verwaltet. Das bedeutet, dass das Geistesleben und das Wirtschaftsleben komplett unabhängig von der staatlich politischen Sphäre werden. Der Staat muss sich dabei z. B. aus der Verwaltung der Schulen und Universitäten zurückziehen und auf jegliche Einflussnahme auf das Wirtschaftsleben, die über die rechtlichen Rahmenseetzungen hinausgeht, verzichten. Er regelt dann nur

noch die rechtlichen und verwaltungstechnischen Belange des Gemeinwesens. Während im Staatsleben dadurch das Prinzip der Gleichheit aller Bürger verwirklicht wird, kann im von staatlichem Zwang befreiten Geistesleben das Prinzip der geistigen Freiheit und in einem solidarisch konzipierten Wirtschaftsleben das Prinzip der Brüderlichkeit realisiert werden. Es ergibt sich dadurch ein harmonischer Ausgleich der drei Ideale Freiheit, Gleichheit und Brüderlichkeit, indem jedes dieser Ideale in der ihm zukommenden Sphäre des gesellschaftlichen Zusammenlebens verwirklicht wird. In einem nach diesen Prinzipien dreigliederten sozialen Organismus besteht für jeden Menschen die Möglichkeit eines menschenwürdigen Lebens in Freiheit, Gleichheit und Brüderlichkeit.

Wie wirkt sich die Dreigliederung des sozialen Organismus auf die Gefahren kriegerischer Konflikte aus?

Die meisten kriegerischen Konflikte resultieren entweder aus wirtschaftlichen Interessen oder aus ethnisch-kulturellen bzw. religiösen Konflikten, haben also ihre Ursache im Wirtschafts- oder Geistesleben. Solange beide mit dem Staat verflochten sind, können diese Konflikte in militärische Auseinandersetzungen übergehen. Der Staat setzt dann das Wirtschafts- oder Geistesleben mit militärischen Mitteln fort, weil es nicht streng von seiner Sphäre getrennt ist. Sobald diese Trennung im Sinne der Dreigliederung aber strikt durchgeführt wird, können sich die Konflikte des Geisteslebens und des Wirtschaftslebens nicht mehr militärisch entladen. Vielmehr muss dann für diese Konflikte in den autonomen Gebieten des Geistes- und Wirtschaftslebens auf friedlichem Wege eine Lösung gesucht werden.

Das Wirtschaftsleben und das Geistesleben bekommen, wenn sie komplett unabhängig vom Staatsleben sind, einen staatliche Grenzen überbrückenden, völkerverbindenden Charakter. Das im Sinne der Dreigliederung brüderlich organisierte Wirtschaftsleben schafft dann Assoziationen von Produzenten und Konsumenten, die sich nur nach wirtschaftlichen Gesichtspunkten staatenübergreifend konstituieren werden und daher friedensstiftend und völkerverbindend wirken.

Das vom Staatsleben unabhängige Geistesleben wirkt völkerverbindend.

Geistige Ideen und Weltanschauungen werden sich, wenn Freiheit im Geistesleben herrscht, unabhängig von staatlichen Grenzen frei ausbreiten - entsprechend ihrer eigenen Fruchtbarkeit und Überzeugungskraft. Durch die Identifikation mit gemeinsamen Idealen und gemeinsamen weltanschaulichen Ideen entstehen bei einem freien Geistesleben länderübergreifende geistige Gemeinschaften. Auch dies entfaltet friedensstiftende und völkerverbindende Impulse.

Wenn jeder in einem freien Geistesleben seinen inneren Überzeugungen gemäß leben kann und seine materiellen Bedürfnisse in einem solidarischen Wirtschaftsleben brüderlich gestillt werden, kann jeder unabhängig von den Staatsgrenzen an jedem Ort, an dem die Dreigliederung verwirklicht ist, ein menschenwürdiges Leben führen. In Rudolf Steiners Schrift „Die Kernpunkte der sozialen Frage“, in der er die Idee der Dreigliederung erstmals systematisch dargestellt hat, steht daher der revolutionäre Satz: „Interessenzusammenhänge der einzelnen sozialen Organismen werden sich ergeben, welche die Landesgrenzen als unbeträchtlich für das Zusammenleben der Menschen erscheinen lassen werden“.

Die Landesgrenzen verlieren bei der Realisierung der sozialen Dreigliederung zunehmend ihre Bedeutung, weil sich das Geistesleben und das Wirtschaftsleben

unabhängig von diesen Grenzen gestaltet. Und wenn Landesgrenzen ihre Bedeutung verlieren, gibt es auch kaum noch Gründe für Kriege, die in der Regel mit dem Ziel der Verschiebung von Grenzen geführt werden. Dies gilt umso mehr, da Kriegen zur Durchsetzung von Wirtschaftsinteressen durch die Trennung des Wirtschaftslebens vom Staat im dreigliederten sozialen Gemeinwesen ebenfalls der Boden entzogen wird.

Eine Welt, in der Grenzen keine Bedeutung haben, ist eine Welt des Friedens.

Der oben zitierte revolutionäre Satz vom Ende der Bedeutung von Grenzen zeigt daher das enorme Friedenspotential der Idee der Dreigliederung. Denn eine Welt, in der Grenzen keine Bedeutung haben, ist eine Welt des Friedens, da es so gut wie keine klassischen Anreize für Kriege mehr gibt.

Dies sind nur einige Aspekte der Idee der sozialen Dreigliederung, die exemplarisch zeigen sollen, wie diese Idee der Gefahr von Kriegen vorbeugt, indem sie einen friedensstiftenden und militärischen Konflikten präventiv entgegenwirkenden Impuls darstellt.

Von einer spirituellen Perspektive aus betrachtet hängt die Gefahr kriege-



Foto: jarmoluk auf pixabay

Durch die Identifikation mit gemeinsamen Idealen und gemeinsamen weltanschaulichen Ideen entstehen bei einem freien Geistesleben länderübergreifende geistige Gemeinschaften.

rischer Auseinandersetzungen auch mit der materialistischen Denkweise zusammen. Das kalte Verstandesdenken, das zur heutigen materialistischen Naturwissenschaft und zur heutigen Technik geführt hat, trägt die ahrimanische Tendenz des Zerstörerischen in sich. Diese inhärente Tendenz offenbart sich in den ökologischen Folgen dieser Technik. Sie führt aber auch in gerader Linie zu den technischen Möglichkeiten der modernen Kriegsführung, deren Zerstörungspotential mit zunehmender technischer Entwicklung in den vergangenen 150 Jahren exponentiell gewachsen ist. Auch das materialistische Profitstreben, das sich am zynischsten in der Rüstungsindustrie zeigt, hat die Tendenz, die Menschheit in Kriege hineinzutreiben. Wenn die Menschheit durch den Gebrauch der kalten Logik des materialistischen Verstandesdenkens

die ahrimanischen Kräfte mehr und mehr in die Zivilisation hineinruft, macht sie am Ende die Erfahrung von Goethes Zauberlehrling: „Die ich rief die Geister, werd ich nun nicht los“ und muss erleben, wie diese ihrer eigenen Natur gemäß zerstörerisch wirken und Umweltkatastrophen und Kriege aus der ihnen wesensmäßig innewohnenden Tendenz herbeiführen. Rudolf Steiner hat daher den ersten Weltkrieg als das Karma des Materialismus bezeichnet, also als eine Folge der materialistischen Entwicklung in den Jahrzehnten davor.

Geistige Ideale können Menschen verschiedenster ethnischer und kultureller Herkunft zu Gemeinschaften verbinden.

Eine spirituelle Entwicklung ist daher per se ein Impuls, der Kriegsgefahren entgegenwirken kann. Denn im Gegensatz zum materialistischen Profitstreben, das sozialdarwinistische Tendenzen begünstigt, haben geistige Ideale keine spaltende Wirkung. Sie haben vielmehr eine vereinigende Kraft. Sie können Menschen verschiedenster ethnischer und kultureller Herkunft zu geistigen Gemeinschaften verbinden. Ein berührendes Beispiel ist die Tatsache, dass während des ersten Weltkrieges Angehörige von mehr als zehn Nationen, die sich großen Teiles verfeindet auf



Foto: Clker-Free-Vector-Images auf pixabay

„Um den Frieden zu halten, braucht man Ideen, sonst kommen Kriege und Revolutionen. Und das ist ein innerer spiritueller Zusammenhang... Wird eine Zeit ideenarm, so schwindet aus dieser Zeit der Friede.“

dem Schlachtfeld gegenüber standen, in Dornach als Mitglieder der damaligen anthroposophischen Gesellschaft gemeinsam am ersten Goetheanum gebaut haben. Die gemeinsamen Ideale der Anthroposophie waren also stärker und verbindender als der aus den kriegerischen Ereignissen resultierende Hass zwischen den sich auf dem Schlachtfeld bekämpfenden Völkern. Dieses Beispiel zeigt die vereinende Kraft des Geistigen: „Im Geiste sich finden, heißt Menschen verbinden.“ (Rudolf Steiner)

Es bedarf einer bewussten geistigen Aktivität, um Kriege zu verhindern.

Vor diesem Hintergrund kann verständlich werden, warum es einer geistigen Gesetzmäßigkeit entspricht, dass Kriege v. a. dann drohen, wenn die Menschen verlernen geistige Ideen zu haben: „Denn werden die Ideen in Zeiten des Friedens rar, dann müssen Zeiten von Revolutionen und von Kriegen kommen. - Zum Kriegführen und zu Revolutionen braucht man keine Ideen. Um den Frieden zu halten, braucht man Ideen, sonst kommen Kriege und Revolutionen. Und das ist ein innerer spiritueller Zusammenhang... Wird eine Zeit ideenarm, so schwindet aus dieser Zeit der Friede.“

(GA 185a, S. 212) Das bedeutet, dass es einer bewussten geistigen Aktivität bedarf, um Kriege zu verhindern. Da es in der Welt antagonistische Kräfte und sich entgegenstehende Interessen gibt, bedarf es geistiger Ideen, um diese auf friedlichem Wege zu harmonisieren. Jegliche Form von Friedensdiplomatie ist in diesem Sinne ein Versuch, Ideen zur Konfliktlösung zu entwickeln. Die spirituelle Dimension des o. g. Zitates Rudolf Steiners geht aber noch über das Prinzip des Diplomatischen hinaus. Denn eine Menschheit, die sich mit geistigen Ideen beschäftigt, verfällt nicht so leicht in die dumpfen und primitiven Ressentiments des Hasses und des Sündenbockdenkens, die den Nährboden bilden, auf dem

sich Kriegspropaganda leicht entfalten kann.

Wie können wir selber zum Frieden beitragen?

Nach einer Anregung Rudolf Steiners tragen wir zum Frieden bei, wenn wir die Konflikte, die in der Welt herrschen, in uns hineinnehmen und in der eigenen Seele ausgleichen. Das ist ein spiritueller Weg, die Konflikte der Welt in sich zu versöhnen. Das setzt voraus, dass man nicht nur eine einseitige Position annimmt, sondern verschiedene Positionen nachvollziehen kann und sie in sich selber als unterschiedliche Perspektiven auf eine Tatsache zur Harmonie bringen kann. Umgekehrt entsteht Krieg und

Das setzt voraus, dass man nicht nur eine einseitige Position annimmt, sondern verschiedene Positionen nachvollziehen kann und sie in sich selber als unterschiedliche Perspektiven zur Harmonie bringen kann.

Foto: biancavandijk-guitar-7102500 auf Pixabay



Unfriede, wenn wir die verschiedenen Perspektiven nicht innerlich nachvollziehend in uns hineinnehmen, sondern nur eine einzige Perspektive einnehmen und die andere externalisieren und als äußere Gegenposition bekämpfen. Es ist also am Ende eine spirituelle Frage, ob wir die Konflikte in unserer eigenen Seele austragen und zur Harmonie bringen oder ob wir sie hinaus projizieren und dann als äußeren Feind das bekämpfen, was uns nicht gelungen ist in die eigene Seele zu integrieren.

Europa wäre dazu aufgerufen, sich um eine vermittelnde, heilsame Wirkung zu bemühen.

Europa ist aufgrund seiner geopolitischen Lage zwischen Ost und West eigentlich dazu prädestiniert, Vermittler zwischen Ost und West zu sein. In alchemistischer Tradition ist das Vermittelnde zwischen zwei Polaritäten das Merkurische, das in der beweglichen Tropfenform eine Mittelstellung zwischen der starren Form des Festen und der Formlosigkeit des Flüssigen hält. Das Merkurische ist auch das Heilende. Merkur ist der Gott der Heilkunst und gleichzeitig der zwischen Himmel und Erde, Göttern und Menschen vermittelnde Götterbote. Wie der Bote versucht zwischen den beiden polaren Seiten einen friedlichen Ausgleich herzustellen, so versucht auch der Arzt im Sinne einer merkurischen Heilkunst das gesunde Gleichgewicht im Organismus wieder herzustellen, das meist auch die Mitte zwischen zwei polaren Abweichungen darstellt.



Friedenshelm Foto: e-zara auf pixabay

Während Kriege als soziale Krankheitsprozesse begriffen werden können, in denen zwei feindliche Pole unvermittelt aufeinandertreffen und sich die Polaritäten in militärischer Gewalt entladen, könnte man in diesem Sinne die Diplomatie als merkurisches Element begreifen, das im sozialen Zusammenleben zwischen zwei feindlichen Staaten einen merkurisch ausgleichenden, gewissermaßen therapeutischen Friedenskompromiss zu schaffen versucht.

Europa wäre nach der tragischen Erfahrung von zwei Weltkriegen moralisch dazu aufgerufen, sich um eine solche vermittelnde, merkurisch heilsame Wirkung

zu bemühen und statt Waffen Impulse der Versöhnung und Verständigung in die Welt hinauszusenden, sowie geistige Ideen, wie sie z. B. in der Anthroposophie in großer Fülle enthalten sind.

Das geistige Klima setzt sich zusammen aus den Impulsen, die von den Einzelseelen ausgehen.

Jenseits des Politischen liegt es jedoch in der Macht und Verantwortung jedes einzelnen Menschen, ob von der eigenen Seele hasserfüllte oder friedfertige Impulse ausgehen. Am Ende entscheidet das geistige Klima, ob die Kräfte des Hasses oder der Friedfertigkeit gedeihen, wie das Klima einer Erdenregion entscheidet, welche Pflanzen in dieser Region gedeihen. Und das geistige Klima setzt sich zusammen aus den Impulsen, die von den Einzelseelen ausgehen. Strahlt von möglichst vielen Menschen Friedfertigkeit aus, beeinflusst das auch das geistige Klima der Welt in Richtung Frieden. Jeder Einzelne kann dadurch zum Frieden in der Welt beitragen und einen vielleicht sehr bescheidenen und anfänglichen aber doch wirksamen Beitrag dazu leisten, dass das allgemeine Klima der Zeit friedfertiger wird.

Denn nur wenn möglichst viele Menschen in der eigenen Seele zum Frieden finden, wird auch die Welt als Ganzes friedlicher. Friedensarbeit an der eigenen Seele ist also auch Friedensarbeit für die Welt. Denn spirituell gesehen überwindet man Feindschaft und Hass nur durch gegenseitiges Verständnis und liebevolle

Empathie. Dieses hohe Zukunftsideal, mit den Impulsen der eigenen Seele zum Frieden in der Welt beizutragen, hat Rudolf Steiner einmal mit den schönen Worten beschrieben: „Wir pflegen die Liebe, und wir wissen, daß mit diesem Pflegen der Liebe der Kampf verschwinden muß. Wir stellen nicht Kampf gegen Kampf. Wir stellen die Liebe, indem wir sie hegen und pflegen, gegen den Kampf. Das ist etwas Positives. Wir arbeiten an uns in der Ausgiebung der Liebe und begründen eine Gesellschaft, die auf Liebe gebaut ist. Das ist unser Ideal. ... Nicht durch Kampf überwindet man den Kampf, nicht durch Haß überwindet man den Haß, sondern den Kampf und den Haß überwindet man in Wahrheit allein durch die Liebe.“ (GA 54, S. 56)



Dr. Christoph Bernhardt ist als Facharzt für Allgemeinmedizin in Hamburg tätig. Er hält Vorträge und publiziert zu anthroposophischen und medizinischen Themen. Er gehört dem Vorstand des Sophia-Zweiges

am Rudolf Steiner Haus Hamburg an.

24. – 25. Mai

Rudolf Steiner Haus, So 16:00 – 20:30 Uhr / Mo 10:00 – 18:30 Uhr

Pfingsttagung: Europa zwischen Krieg und Frieden

Perspektiven für eine friedliche Zukunft Europas. Mit Luke Barr, Dr. Christoph Bernhardt, Gerhard Ertlmaier, Dr. Michaela Glöckler und Dr. Valentin Wember. Vorträge, Gesprächsgruppen und künstlerische Aktivitäten, siehe Programmteil und beiliegender Flyer. Programm und Anmeldung unter www.anthrohamburg.de Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus

Mai bis zum 23. August

Johannes-Kirche Lübeck, Roonstr. 24

**Ausstellung Paul Pollock (1949 - 2022)
FRÜHE ARBEITEN**

Finissage, Sonntag, 23. August, 11.30 Uhr. Öffnungszeiten: So, Di, Mi, Sa während der Veranstaltungen in der Gemeinde, vgl. luebeck@schristengemeinschaft.org, donnerstags von 11 bis 16 Uhr und nach Absprache, Tel 0451 621 526.



Paul Pollock: Transition und ist 34x43cm klein von 1983

Freitag, 1. Mai

Hof Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, 16:00-20:30
Freitagbacken wie die Profis
Anmeldung unter info@birtekruse.com

Samstag, 2. Mai

Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft Bergstedt, Kaudiekskamp 6a, 10 und 11:45 Uhr
Supervisions- und Intervisions-Treffen zur waldorforientierten Pentagramm-Traumapädagogik und -Traumatherapie
Gruppe III „Experts“ 10:00-11:30, Gruppe II 11:45-13:15 „Advanced“. Anmeldung und Aus-

kunft: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Kostenbeitrag: 20,- Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

TONALi SAAL, 17.00

Wege zu Brahms – Erfindung und Empfindung

Kammermusik-Werkstatt und öffentliche Probe

Magdalena Gemeinde Bergedorf, 18.00h

Schlafen wir noch, oder wachen wir schon?

- Die Konfirmation als Wendepunkt, Vortrag, Christian Bartholl, Hamburg-Blankenese

Sonntag, 3. Mai

auf der „Bunten Meile“ in Bergstedt von 10.00-16.00 Uhr

Jungpflanzenverkauf

Gärtnerhof am Stüffel e.V.

Rudolf Steiner Haus, 11:00 Uhr & 16:00 Uhr

Kammermusik-Konzerte

der Jugend-Kammermusik Bergedorf Werke von: Bach, Haydn, Schubert, Mendelssohn, Tchaikowski u.a. Der Eintritt ist frei, um eine Spende wird gebeten. Infos unter www.jkm-bergedorf

Gemeinde Südwest-Holstein, 11:00 Uhr

Und das Wort ist Fleisch geworden

Ansprache Jörgen Day

Johannes-Kirche, 11:15 Uhr

Sonntagscafé

17:00 Uhr **Die Geheimnisse**

Musik. Jürgen Schriefer (1929-2014) Text: J.W. von Goethe, ein Fragment, Klanglich-gesangliche Interpretation: Yvonne Wulfert, Gesang und Instrumente

Markus-Gemeinde Harburg, 11.15 Uhr

Sonntagsfeier und Gemeindefrühstück

Michaels-Kirche, 11.15 Uhr

Betrachtungen zur Menschenweihehandlung

- die Evangelienlesung

Lukas-Kirche, 11.15 Uhr

Café da Luca

Kontakt: Irmtraud Hauswald, Tel. 6448843. 11.20 Uhr **Familienfeier, Sonntagshandlung und Potluck**

Montag, 4. Mai

Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft Bergstedt, Kaudiekskamp 6a, 19-20:30

Supervisions- und Intervisions-Treffen zur waldorforientierten Pentagramm-Traumapädagogik und -Traumatherapie

Gruppe I „Beginners“. Anmeldung und Auskunft: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Kostenbeitrag: 20,- Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

Mittwoch, 6. Mai

Waldorfseminar, Hufnerstraße 18, 10.00 und 17.00 Uhr

Infotag – Wie werde ich Waldorflehrer*in?

Einstieg in die Waldorfpädagogik, Online und vor Ort. <https://waldorfseminar.de/lehrerin-werden/fuer-interessierte/infotage/> Wir stellen Ihnen den besonderen Beruf "Waldorflehrer*in" vor.

Musiksaal Rudolf-Steiner-Schule Bergstedt, Bergstedter Chaussee 207, 19:30 Uhr

Erziehungskunst in Familie und Schule: Die vier Temperamente als Inspirationsquelle für die bewusste Wahrnehmung unserer Kinder

Referenten: Helmut Eller und Peter Benkhofer

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Der Tod und die Erinnerung des Lebens

Vortrag von Gerhard Ertlmaier, Pfarrer der Christengemeinschaft, Verant. Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus

Markus-Gemeinde Harburg, 20.00 Uhr

"Der Himmel übt an dir Zerbrechen"

Wiederkunft Christi und Neugeburt der Menschlichkeit, Vortrag von Georg Dreißig

6. und 7. Mai

Rudolf Steiner Schule Bergedorf, jeweils 18:00
Präsentation der Elftklassarbeiten

Donnerstag, 7. Mai

Ort: Rudolf Steiner Haus, Walter-Bötcher-Str. 2, 21337 Lüneburg, 19.00 Uhr

Gesunde Ernährung für Menschen

Vortrag von Dr. med. Jörn Klasen, Facharzt für Innere Medizin, Anthroposophische Medizin, Naturheilverfahren. GESUNDHEITSWERKSTATT. Meine Gesundheit selbst in die Hand nehmen. Veranstalter: Patienteninitiative in Lüneburg In Kooperation mit GESUNDHEIT AKTIV. Wir bitten um eine Spende von 10,-

Rudolf Steiner Schule Bergstedt, 19 Uhr

Eurythmie-Soli Abschlüsse

der 12. Klasse

TONALi SAAL 19.30

Auferstehen heute

Salonabend mit dem Jewish Chamber Orchestra

Michaels-Kirche, 19.30 Uhr

Der Himmel übt an dir Zerbrechen

von der Wiederkunft Christi und der Neugeburt der Menschlichkeit, Vortrag Georg Dreibig, Pf.i.R., Schloß Hamborn

Freitag, 8. Mai

Kunstakademie Hamburg, Brehmweg 50, 22527 Hamburg, um 17 Uhr

Kunsttherapie – Infotag

Information über das Berufsbild der Kunsttherapeutinnen und die Ausbildung an der Kunstakademie Hamburg, Vollzeit und Teilzeit. Möglichkeit für ein persönliches Gespräch und Präsentation der Mappe zur Aufnahme in die Ausbildung. Information und Anmeldung unter Tel.: 040 4480661 oder per E-Mail: info@kunstakademie-hamburg.de

Berufsfachschule für Buchillustration, Brehmweg 50, 22527 Hamburg, 17:00 Uhr

und: Illustrationsdesign – Infotag

Information und Gespräch zur Ausbildung an der Berufsfachschule für Buchillustration (BfBH). Möglichkeit für ein persönliches Gespräch und Präsentation der Mappe zur Aufnahme in die Ausbildung. Information und Anmeldung unter Tel.: 040 4480661 oder per E-Mail: info@bfbh.net

Hof Wörme, Im Dorf 20, 21256 Handeloh, 19 - 21 Uhr

Gemeinschaftsgetragene Landwirtschaft

Infoveranstaltung

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Rudolf Steiner – ein Geheimnis?

Ist 100 Jahre nach dem Tod Rudolf Steiners schon alles gesagt und – über ihn – schon alles gewusst? Oder können – und müssen – wir heute damit ganz neu beginnen? Vortrag von Irene Diet, Berlin. Eintritt frei, Hutkasse

TONALi SAAL 19.30

Heine-Mendelssohn-Residenz 2026

Abschlusskonzert der Residenz Heine

8. – 10. Mai

Rudolf Steiner Haus, Fr 17:30 – 21:30 Uhr /

Sa 09:00 – 21:00 Uhr / So 09:00 – 13:00 Uhr

Initiative Anthroposophische Meditation: Vertikale Gemeinschaftsbildung

Individuelle und gemeinschaftliche Ansätze anthroposophischer Meditation als Weg für das Zusammenleben und -wirken mit geistigen Wesen. Fachkolloquium, mit Matthias Böltz, Astrid Engelbrecht, Christine Gruwez, Rolf Heine, Mikko Jairi, Ulrike Wendt u. a. Beitrag: 75,-, ermäßigt 50,-, Gönnerbeitrag 125,-, Verpflegungsbeitrag (2 Abendessen): 50,-. Programm und weitere Informationen unter <https://iam.anthroposophie.online>. Anthroposophische Gesellschaft – Zweig am Montag

Samstag, 9. Mai

Hof Wörme, Im Dorf 20, Handeloh, 9:00 17:00

Wörme Wuppt

Wir freuen uns auf einen gemeinsamen Arbeitseinsatz, ein gemeinsames Mittagessen. Anm.: info@hofwoerme.de an.

Domäne Fredeburg, von 10 bis 15 Uhr

Frühlings Flohmarkt

Wer mit von der Partie sein möchte, kann sich gerne der E-Mail Adresse a.breden@domaene-fredeburg.de anmelden.

Hermann Jülich Werkgemeinschaft in Köthel von 10-16 Uhr

Einladung zum 20. Hermann Jülich Lauf und Frühlingsfest

Text siehe Veranstaltungsanzeigen

Hof Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, 15:00–16:30

Muttertagsbacken

anmeldung@holzofenbaeckerei-gutwulfsdorf.de

Sonntag, 10. Mai

Lukas-Kirche, 10:00

Singender Sonntag

Offenes Ansingen der Lieder um 9.30 Uhr

Rudolf Steiner Haus, 11:00–15:00 Uhr

„Infotag von eurythmie dual“

„eurythmie dual“ ist die neue Eurythmieausbildung für Berufstätige im pädagogischen Bereich in Hamburg, Berlin und Leipzig. Anmeldung zum Infotag unter eurythmiedual@waldorfseminar.berlin. Weitere Infos unter www.waldorfseminar.berlin oder www.campus-Mitte-ost.de

Dienstag, 12. Mai

Rudolf Steiner Haus, 19:00 Uhr

„Die Toten tasten an unserer Haut“ (Nelly Sachs)

Rudolf Steiners Leben mit den Verstorbenen. Vortrag von Günther Dellbrügger. Eintritt: 15,-, ermäßigt: 10,-

Mittwoch, 13. Mai

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Die Bedeutung des Christus und der Hierarchien für das Leben nach dem Tod

Vortrag von Dr. Christoph Bernhardt, Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus

Donnerstag, 14. Mai

Gemeinde Südwest-Holstein, 11:00Uhr

Die Himmelfahrts-Epistel

Ansprache Jörgen Day

Johannes-Kirche, 11:15 Uhr

Christus und der Vatergott

Betrachtung von Ulrich Meier

Regionales Gemüse, Kräuter und Blumen direkt vom Gärtnerehof

Stüffel

Mittwoch u. Donnerstag 10-17 Uhr Selbstbedienung
Freitag 10-17 Uhr, Samstag 10-13 Uhr mit Bedienung

Samstag, 09.05.2026 „Jungpflanzenstag“
Verkauf von 10.00-15.00 Uhr

Stüffel 12, 22395 Hamburg
www.stueffel.de

Rudolf Steiner Haus, 17:00 – 20:30 Uhr

Göttliche Hilfen für den irdischen Alltag

Vorträge, Gespräch und Musik mit Steffen Hartmann, Torben Maiwald und Anton Kimpfner. Kostenbeitrag: 40,-Werkstatt für Anthroposophie

GÖTTLICHE HILFEN FÜR DEN IRDISCHEN ALLTAG

Vorträge, Gespräch und Musik mit Steffen Hartmann, Torben Maiwald und Anton Kimpfner

Wenn Sie schon oft dachten: „Das würde ich anders machen“ – machen Sie's.

Mit waldorf:dual werden Sie Lehrerin – mit Kopf, Herz und Humor.

Für alle, die lieber selbst vorne stehen:
waldorfseminar.de

Seminar für Waldorfpädagogik Hamburg

Start im September und Januar

Lukas-Kirche, 19.30 Uhr

Einender und heilbringender Geist

Eine Betrachtung der Himmelfahrts- und der Pfingst-Epistel mit Anke Nerlich

TONALi SAAL 19.30

Jesse Will: EU Tour

Gefühlvoller Singer-Songwriter mit Choreografie

14. – 17. Mai

Kristianslyst Nottfeld

Lebenskräfte entdecken, entwickeln, entfalten

Aus religiöser, therapeutischer und landwirtschaftlicher Sicht. Himmelfahrts-Tagung der Christengemeinschaft in Norddeutschland
Flyer liegen im Gemeindehaus aus

Freitag 15. Mai

THE YARD Gallery 18.00

Tim Allhoff »Between Here and Nowhere«

Ausstellung—THE YARD Gallery

Ort: Lukas-Kirche Volksdorf, Rögeneck 25, 18:30-20:30

Offene Fortbildungsgruppe „Ohne Wurzeln keine Flügel“ –

Systemische Aufstellungsarbeit für Traumapädagog*innen und Traumatherapeut*innen - mit Annette Horster-Schepermann, Anne Leucht und Hermann Horster, Modul V: Auf der Suche nach einem positiven Vaterbild. Für zertifizierte Pentagramm-Traumapädagog*innen und -Traumatherapeut*innen besteht die Möglichkeit, bei regelmäßiger Teilnahme ein Zusatz-Zertifikat in Systemischer Aufstellungsarbeit des Isis-Institutes zu erlangen. Anmeldung und Auskunft: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Kostenbeitrag: 40,- (oder 10er-Karte 240,-) Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

TONALi SAAL 19.30

Between Here And Nowhere

A Tribute to Haruki Murakami von Tim Allhoff

Samstag, 16. Mai

Domäne Fredeburg, von 10-12 Uhr.

Singworkshop mit Julia de Vries

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. im "Alten Pferdestall". Kosten: 15,- Anmeldung unter Tel.: 045418949836.

Foyer des Rudolf Steiner Hauses, 16.00 – 18.00 Uhr

„Gesund ist, wer noch krank werden kann“ Dr. Walther Lechler

Wir laden herzlich ein zu unserem Café der Begegnung & Gesundheit. Weitere Infos: <https://gesundheit-aktiv-nord.de/cafe-der-begegnung-und-gesundheit>

Hof Wörme, Im Dorf 20, Handeloh, 16-17 Uhr

Hauskonzert

Sonntag, 17. Mai

Lukas-Kirche, 11.15 Uhr

Gemeindeforum

Haus am Ottenbeck, 15-18 Uhr

Meditatives Malen und Formenzeichnen
ein Nachmittag zum Kennenlernen (Helga Brink-Roth) weitere Infos: www.haus-am-ottenbeck.de

Dienstag, 19. Mai

Rudolf Steiner Haus, 18:00 – 20:30 Uhr

Depressive Erkrankungen: Verständnisgrundlagen, Behandlung, Prävention

Vortrag und Gespräch mit Dr. Wolfgang Ribmann. Eintritt: 15,-, ermäßigt: 10,-

Mittwoch, 20. Mai

Waldorfseminar, 17:00 – 21:00 Uhr

Johanni – ein Themenabend

Zur inhaltlichen Vertiefung, mit Musik und praktischen Elementen für den Kindergartenalltag. Mit Erika Henning, Sonja Sommerlatte und Andrea Hannig. Anmeldung und Infos: waldorfseminar.de

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Die Wesensglieder nach dem Tod und Ich-Bewusstsein

Vortrag und Gespräch mit Joachim Heppner, Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus

Donnerstag, 21. Mai

Rudolf Steiner Schule Bergstedt, Schulhof, 12-14.30

Pflanzenmarkt

mit Pflanzen aus unserem Gartenbau

Rudolf Steiner Schule Nienstedte, 19 Uhr

Chor- und Orchesterkonzert

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Punkt – Linie – Fläche

Klavierabend mit Iku Nakamura. Eintritt: 15,-, erm. 10,- MenschMusik Hamburg

Domäne Fredeburg, 19.30 Uhr, im „Alten Pferdestall“

„Von Einem der durch seinen Garten zog, das Stauen zu lernen“

Vortrag von Heiko K. Voss, Eisenkünstler und Buchautor. Heiko K. Voss beget seit vielen Jahren den Pflanzen und Tieren in seinem Garten mit besonderem Respekt. Mit seiner feinen Beobachtungsgabe sind ihm außergewöhnliche Naturaufnahmen gelungen. Eintritt: 12,-

Markus-Gemeinde Harburg, 20.00 Uhr

Bob Dylan zum 85sten

Collage, Lesung, Erzählung, Fan-Bericht mit Deborah Victoria Schütze

Der Waldorfkindergarten Hamburg-Bergedorf sucht zum 01.08.26 für seinen Standort im Kirchwerder Landweg eine:n staatlich anerkannte:n **Erzieher:in** m•w•d als **paritätische Gruppenleitung** für ca. 36 Wochenstunden. Waldorfpädagogische Erfahrung oder eine entsprechende Qualifikation ist uns willkommen.

Wir freuen uns über Ihre Bewerbung:

kindergarten@waldorf-bergedorf.de



Samstag, 23. Mai

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, Uhrzeit bitte in der Schule erfragen

Flohmarkt

Sonntag, 24. Mai

Gemeinde Südwest-Holstein, 11:00Uhr

Die Pfingst-Epistel

Ansprache Jörgen Day

Lukas-Kirche, 11.20 und 11.35

11.20 Uhr Die Sonntagshandlung mit Ansprache als Auftakt zum Pfingstfest. 11.35 Uhr Eröffnung der Weißen Tafel. bitte kulinarische Beiträge für die Weiße Tafel mitbringen! Anschließend Tanz um den Maibaum

Für Neugierige und Erfahrene

Es gibt Ausbildungen, die belehren und solche, die verwandeln. Willkommen in der zweiten.

Ausbildungen, Studien und Weiterbildungen

Für alle, die nicht stehen bleiben wollen: waldorfseminar.de

Seminar für Waldorfpädagogik Hamburg



Jetzt informieren



Johannes-Kirche, 11:45 – 12:30

Betrachtung: Verstehen und Nichtverstehen (I)

Sybille Beckert und Christian Scheffler

24. – 25. Mai

Rudolf Steiner Haus, So 16:00 – 20:30 Uhr / Mo 10:00 – 18:30 Uhr

**EUROPA ZWISCHEN KRIEG UND FRIEDEN
Perspektiven für eine friedliche
Zukunft Europas. Pfingsttagung des
Sophia – Zweiges Hamburg**

24. 5. 26, 16:00: Begrüßung und Einführung
16:15: Krieg und Frieden – die anthropologischen und geopolitischen Wurzeln am Beispiel des Ukrainekrieges. Dr. Valentin Wember
18:00: Die Ostseemysterien als Wegbereiter der sechsten Kulturepoche. Gerhard Ertlmair
19:30: Europa zwischen Ost und West – Kriegsgefahr und Friedensperspektiven. Dr. Christoph Bernhardt

Pfingstmontag, 25. 5. 26. 10:00: Gesprächsgruppen und künstlerische Aktivitäten
11:30: Die soziale Dreigliederung als Friedensimpuls zur Verhinderung künftiger Kriege. Dr. Christoph Bernhardt
12:30 Mittagessen
14:00: Gesprächsgruppen und künstlerische Aktivitäten

15:30: Das Motiv des Friedens im Evangelium. Luke Barr
17:00 Wie können wir durch Anthroposophie friedensfähig werden?. Dr. Michaela Glöckler
18:00 Abschlussplenum

Gesprächsgruppen und künstlerische Aktivitäten: Die Dreigliederung des sozialen Organismus als Heilungsimpuls. Dr. Valentin Wember
Friedensmotive im Evangelium. Luke Barr
Eurythmie: Frederike von Dall“ Armi
Sprache künstlerisch gestalten: Maria Schulenburg
Märchen-Seminar: Almut Pfennig
Tagungsbeitrag (ohne Mittagessen am Pfingstmontag) Regulärer Beitrag: 90,-Förderbeitrag: 120,- Ermäßigter Beitrag: 60,- Weitere



Ermäßigungen auf Anfrage möglich. Eintritt für Einzelvorträge: 15,-/ erm. 12,- Anmeldung bitte unter info@anthrohamburg.de



Montag, 25. Mai

Markus-Gemeinde Harburg, 11.00 Uhr

Die Flammen des Herzens

Betrachtungen zur Pfingst-Epistel mit T. Hattenhauer

Johannes-Kirche, 11:15 – 12:00

Betrachtung: Verstehen und Nichtverstehen (II)

Sybille Beckert und Christian Scheffler

Dienstag, 26. Mai

Rudolf Steiner Haus, 19:00 Uhr

„Wie es euch gefällt“ von William Shakespeare

Aufführung von TheaterTotal. Eintritt: 18,-, erm. 12,- Schulklassen ab 10 Personen pro Person 5,-

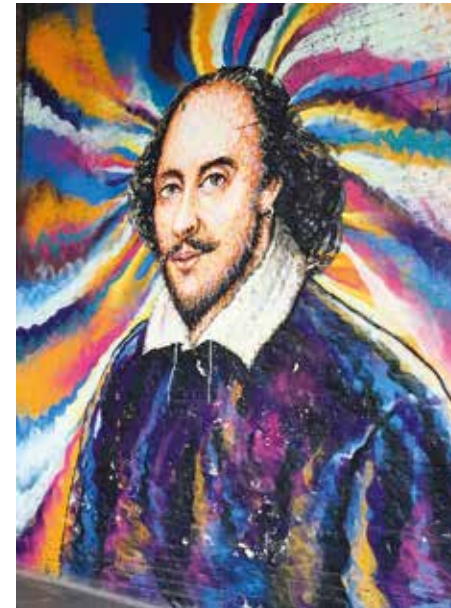


Foto: nblythe30-shakespeare-3422028 auf pixabay

Mittwoch, 27. Mai

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Brückenbau zu unseren Verstorbenen

Vortrag von Brigitte Olle, Pfarrerin der Christengemeinschaft, Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus

27. und 28. Mai

Rudolf-Steiner-Schule Hamburg Bergstedt, Aula, jeweils 16:00

Das Aschekind

Uraufführung eines Musiktheaters nach dem Märchen „das Soria Moria Schloss“. Text: Gesa Petersen, Musik: Nala Levermann. Es singt und spielt die 6.Klasse, begleitet von einem Instrumentalensemble



Mittwochs 27.5., 3.6., 10.6.

Waldorfseminar, 17:00–18:30 Uhr

Schöne Spiele für das Sommerfest

Sommerspiele kennenlernen und kleine Gewinne herstellen. Mit Andrea Hannig. Anmeldung und Infos: waldorfseminar.de

Mittwochs, 27.5, 3.6, 10.6

Waldorfseminar, 17:00–18:30 Uhr

Zur Sprache

Der Bewusste Umgang mit Atem, Stimme und der Welt der Laute. Mit Gundula Naumann. Anmeldung und Infos: waldorfseminar.de

Donnerstag 28. Mai

Kindergarten Kinderkreis 52, Onckenstraße 1b. S-Bahn Othmarschen, 17 Uhr

Konzert: Kinder des Lir

eine musikalische Irische Legende mit Papier Puppen. Leier, Chrotta, Flöte und Gesang für kleine Kinder und Erwachsene. Eintritt Frei, Spende erbeten. Anmeldung und Informationen: info@marcelapaz-moreno.com

Lukas-Kirche, 19.30 Uhr

Fernes Russland näherbringen ...

Zur gegenwärtigen Lage in Russland. Vortrag von Annuschka Geyer, Pfarrerin der Christengemeinschaft in Russland



Der Waldorfkindergarten
Bogenstraße sucht ab sofort
eine*n

Koch/Köchin (m/w/d) in Teilzeit.

Ihre Aufgaben:

- Zubereitung eines frischen, ausgewogenen Mittagessens für unsere Kindergartenkinder
- Umsetzung eines kindgerechten, möglichst biologischen Speiseplans
- Einhaltung der Hygiene- und Qualitätsstandards in der Küche

Das bringen Sie mit:

- Erfahrung im Kochen, idealerweise in Gemeinschaftsverpflegung
- Freude am Umgang mit Lebensmitteln und an der Arbeit für Kinder
- Selbstständige und zuverlässige Arbeitsweise

Wir bieten:

- Eine sinnstiftende Tätigkeit in einem herzlichen Waldorfkindergarten
- Angenehme Arbeitszeiten am Vormittag
- Ein wertschätzendes und kollegiales Umfeld

Wir freuen uns auf Ihre
Bewerbung!

Lena Brüggemann-Koegst
info@waldorfkindergarten-hh.de
040 420 80 23

Freitag, 29. Mai

Hof Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, 16:00–18:00
Rundgang mit Informationen zur Biodiversität

Treffpunkt: am Kuhstall. kostenfrei

Rudolf Steiner Haus, 19:00 Uhr

Jede aktive Herbeiführung einer neuen inneren Situation bedeutet, sich neu in sich zu beheimaten.

Auch und gerade in existentiellen selbstheilenden Prozessen. Vortrag von Marion von der Wense. Beitrag: 10,- Anmeldung bis 20.05. unter marionvonderwense@gmx.net. Weitere Infos unter www.biographieatelier.de/Termine

TONALi SAAL 19.30

Der kleine Prinz. Ode an die Kindheit
Chanson / Véronique Elling Et Band

Fr, 29. und Sa, 30. Mai

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, Uhrzeit bitte in der Schule erfragen

Theateraufführung
der Klassenstufe 12 (englisch)

Samstag, 30. Mai

9-ca.15 Uhr

Pilgertag zum Thema: Heiliger Geist
„Keiner kann sagen: Jesus ist der Herr! Wenn er nicht us dem Heiligen Geist redet.“ (1 Kor.12,3) (max. 10 km Fußweg). Anmeldung und genauere Information über Treffpunkt und Pilgerstrecke unter: diepilgerbruecke@christengemeinschaft.org

Waldorfseminar, 9:30-16:30 Uhr

Sexualität, Identität und achtsames Miteinander

Beziehungsbildung – Beziehungskunde – Beziehungskunst (Modul 2 und 3). Mit Sven Saar. Anmeldung und Infos: waldorfseminar.de

Waldorfseminar, 9:30-12:30 Uhr

Filzen einer Schultüte

Kreativ werden zum Schulanfang, für Eltern, Erzieher:innen und Interessierte. Mit Jana Feil und Erika Henning. Anm.Infos: waldorfseminar.de

Domäne Fredeburg, von 11-13 Uhr

"Käsen über offenem Feuer"

wie ein Käse nach alter Handwerkskunst hergestellt wird. Eintritt frei

Frei Raum im Steiner Haus von 14:00 bis 16:30 Uhr

Leiergruppe Anfänger

Anmeldung und Informationen: info@marcelapaz-moreno.com. Telefon 0176-62 67 14 36. www.marcelapaz-moreno.com

Lukas-Kirche, 15.00-18.00 Uhr

Biografisches Schreiben und Jahresfeste
Wir entdecken schreibend das Urbild von Pfingsten in unserer Biografie

Seminar mit Brigitte Olle und Christine Pflug, Anmeldung: Brigitte Olle 015155560966, brigitte.olle@web.de oder Christine Pflug 040/4104171, C.Pflug@web.de



Foto: genti auf Pixabay

Rudolf Steiner Haus, 18:00 Uhr

Auf der Suche nach der verlorenen Zeit
Konzert und Lesung mit Jan Tim Schmidt (Cello) und Alan Newcombe (Klavier). Werke von César Franck und Frédéric Chopin. Texte von Marcel Proust aus „Auf der Suche nach der verlorenen Zeit“. Eintritt: 15,-, ermäßigt 10,-

TONALi SAAL 19.30

Meine Seele ist noch unterwegs

Eine Hommage an Wolfgang Borchert zum 105. Geburtstag mit Johannes Kirchberg

30. – 31. Mai

Ort: Vogt-Hof in Ammersbek bei Hamburg, 10-18 Uhr – Sonntag, 10 – 14 Uhr

Weiterbildungswochenende I in Pentagramm-Traumatherapie – Zusatztechniken (3. WB-Jahr)

Anmeldung und Auskunft: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

Sonntag, 31. Mai

Ort: Waldorfkindergarten Wedel, 9:30- 18:00 Uhr
BIOGRAPHIA "Mein Lebensweg- Quelle von Kraft und Zukunft"

Wir beschäftigen uns mit dem 6. Jahrsiebt/ 35-42, Anja-Bettina Wieth & Daniela Witzleben- Biografiearbeit, Veranstalter: Isis- Institut- Hamburg. Kosten: 65,- inkl. Material. Anmeldung: kontakt@danielawitzleben.de / 0152-09134067

Michaels-Kirche, 11.15 Uhr

Resonanzcáfe

gemeinsame Gestaltung eines Pfingstbildes mit Ina Göllner

Ein Leben lang gut sehen
mit natürlichen Methoden



Dipl. Psych. Marita von Berghes
Ordinger Weg 9 • 22609 Hamburg
Tel. 040-82 71 38 • marita@berghes.de
www.wiedergutsehen.de

Wo es gut läuft.
20. Hermann Jülich Lauf & Frühlingfest
Köthel 9. Mai
10-16 Uhr

www.werkgemeinschaften.de

Hermann Jülich
Werkgemeinschaft

Alfred Schnittke Akademie International 19:00 Uhr
Ein Konzert für Klavier mit Milosz Sroczynsky

mit Werken von J.S.Bach, Mendelssohn, Liszt, Schostakowitsch und Gubaidulina. Gerade hat Milosz Sroczynsky eine vielbeachtete Einspielung der Goldbergvariationen von J.S.Bach vorgelegt, deren Besonderheit des Spiels in der ruhigen Form und der filigranen Klarheit in der Vielstimmigkeit hervorgehoben wird. Obwohl noch so jung, bekleidet er bereits eine Klavier-Professur in Genf.



Foto: Sophia Hegewald

Anfang Juni

Mittwoch, 3. JUNI

Rudolf Steiner Haus, 19.30
Der Gang durch die Planetenwelt und die Welt der Urbilder.
 Die Reise des ICH. Vortrag von Maria Schulenburg

Donnerstag, 4. Juni

Rudolf Steiner Haus, 18:30 – 20:00 Uhr
Goethe, Schiller und Rudolf Steiner
 Einführungsabend mit Steffen Hartmann. Eintritt frei, Verant.: Rudolf Steiner Haus Hamburg, Werkstatt für Anthroposophie

In der online Ausgabe finden Sie auch noch weitere Termine von freien Veranstaltern
www.hinweis-hamburg.de



Der Kindergarten
Das Bienenhäuschen e.V.
sucht ab sofort
Erzieher*in (m/w/d)
in Teilzeit bis 18h und 30h

Wir sind ein eingruppiger Kindergarten
auf Grundlage der Waldorfpädagogik.
Kinderbetreuung von 08:00 - 13:00 Uhr

Bewerbungen bitte an:
Sabine Gehle/ Mobil 0160-84 93 797
Mail: Sabine.gehle@dasbienehaueschen.de
An der Heide 1-3, 25358 Horst



Baubiologisch bauen

Holzbau
Altbausanierung
Strohballenbau
isofloc-
Wärmedämmung
AURO Naturfarben

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

SEITENWECHSEL
achtsam bestatten

Wie gut ist's, dass der Mensch
sterbe, um nur die Eindrücke
zu löschen und gebadet
wiederzukommen.

Johann Wolfgang von Goethe

www.seitenwechsel-bestattung.de

Innere Neu-Beheimatung ist stetiger Prozess

Neue innere Situationen gehören zum Menschsein wie das Atmen. Ob in existentiellen Prozessen, wie der Bewältigung von Trauma oder in "normaler" biographischer Entwicklung. Das A und O in aller Dynamik ist jedoch innere Prozessfähigkeit. Worin gründet eine stabile Prozessfähigkeit und welche Instanz in mir hat ein Interesse daran, dass ich mich dafür befähige?

Ein Abend für Menschen, die u.a. die innerste Instanz in sich kennenlernen möchten oder sie in ihrer Bedeutung würdigen möchten - vielleicht, weil das Wissen um sie ihnen nicht selbstverständlich in die Wiege gelegt war oder weil sie ihnen trotz einer Selbstverständlichkeit eine Würdigung wert ist.

Wann: 29.5.2026 um 19 Uhr

Wo: Rudolf Steiner Haus

Kosten: 10 Euro

Anmeldung ist erbeten:

marionvonderwense@gmx.net

www.biographieatelier.de



TIEFERLIEGENDE KONFLIKTE
ODER AKTUELLE FRAGEN
AN DAS EIGENE LEBEN:

Im Biographieatelier geben wir
dem Raum, was Ihnen ein
Anliegen ist.

Marion von der Wense
www.biographieatelier.de

Einladung zum 20. Hermann Jülich Lauf



Am 9. Mai von 10-16 Uhr richtet die Hermann Jülich Werkgemeinschaft in Köthel erneut ihren traditionellen Hermann Jülich Lauf aus. Dieser besondere Inklusions-Lauf durch den Kreisforst am Rande Köthels erfreut sich nun bereits im 20. Jahr großer Beliebtheit bei alten, jungen, großen, kleinen, schnellen, langsamen Hobbyläufer*innen, Gesundheitsläufer*innen, Extremsportler*innen, Laufgruppen, Familien und Firmen-Teams sowie Menschen mit und ohne Handicap. Die Teilnehmenden sprinten oder walken auf vier Distanzen auf schattigen und Gelenk schonenden, autofreien Waldwegen. Anmeldungen für den 5km- oder 10km-Lauf bzw. die 5km-Walkingstrecke, 600m-Bambini- oder 2km-Schülerlauf unter www.werkgemeinschaften.de/hjwlauf.

Daneben gibt es ein buntes Programm für die ganze Familie. Ab 13 Uhr bringt die Band MaCajun mit ihren sechs Musiker*innen lateinamerikanische Lebensfreude nach Köthel und den Fest-

platz zum Kochen und zeigt, wie sehr Musik verbindet. Zwischen Bio-Grill und Salatbar, Kaffee und Kuchen aus eigener Herstellung, Crêpes, Eis und diversen Getränken lässt es sich wunderbar bummeln und genießen.

Nutzen Sie unbedingt die **Einkaufsmöglichkeiten für hochwertige, handgefertigte Produkte aus den HJW-Werkstätten** und für proppere Jungpflanzen aus Demeter-Aufzucht! Dank des frühen Termins Anfang Mai steht eine große Vielfalt an Salaten, ausdauernden Gartenkräutern, Gemüse und Blumen zum Kauf bereit. Unser Gemüse wächst und gedeiht ausschließlich in eigener Anzuchterde und vorwiegend vorgezogen aus samenfesten und damit nachbauwürdigen Sorten der Bingenheimer Saatgut AG.



MEDIATION
Marcuse

Mediation & Konfliktberatung
für Paare, Familien und berufliche Situationen

Ich begleite Sie einfühlsam und strukturiert
auf dem Weg zur tragfähigen Einigung.

✓ Vertraulich ✓ Neutral ✓ Lösungsorientiert

ASTRID MARCUSE
zertifizierte Mediatorin

☎ 0152 09531099
mediation-marcuse.de

Energie- und Heilarbeit nach Dr. Barbara Brennan

Die Energie- und Bewusstseinsarbeit wirkt aufbauend und harmonisierend auf unser körperliches, emotionales und geistiges Befinden. Mit der ganzheitlichen Methode gelingt es, Disharmonien im Menschen zu lokalisieren und zu behandeln. Diese Form der Energie- und Bewusstseinsarbeit ergänzt die Behandlung von Komplementär- und Schulmedizin

Hans-Joachim Seidel
Brennan Healing Science® Practitioner / Heilpraktiker Psychotherapie
Alter Zollweg 207, 22147 Hamburg T +49 (0)177 - 165 02 32
praxis@seidel-bioenergetik.de / www.seidel-bioenergetik.de

Rudolf Steiner BUCHHANDLUNG
für Anthroposophie

Buch und Begegnung



RochowstraÙe 303
20149 Hamburg

Telefon 040/44 24 11 Mo.-Fr. 9:00 bis 18:30 Uhr
info@rudolfsteiner-buchhandlung.de Mi. 9:00 bis 19:00 Uhr
www.rudolfsteiner-buchhandlung.de Sa. 11:00 bis 16:00 Uhr



BIOTOP

- Gartengestaltung
- Teichbau
- Naturspielplätze
- Baumpflege

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

Marcela Paz Moreno

Anthroposophische Gesangstherapie-Kunsttherapie, „Schule der Stimmenthüllung“ (BVAKT) und Leierunterricht.

Kinder und Erwachsene. Einzeltherapie, mind. 45 Minuten für Kinder und Erwachsene. Kostenübernahme auf ärztliche Verordnung - Securvita bzw. anthroposophische Krankenkasse, oder Privat.

Wo: *Frei-Raum im Steiner Haus*

Anmeldung und Informationen:
info@marcelapaz-moreno.com

Telefon 0176-62 67 14 36

www.marcelapaz-moreno.com

Ausflug in die geistige Welt

vom 09. – 17. Mai 2026 in Hamburg

Seminare mit Tieftrance Medium Sue Odam

- Übe deine medialen Fähigkeiten zu nutzen
- stärke die Verbindung zu deinem Geistwesen
- Erlebe verschiedene Bewusstseinszustände und Trance
- Überrasche dich, was in Dir steckt



Fotograf: Dave Stuart

Seit Jahrzehnten begeistert Sue Menschen auf der ganzen Welt. Egal ob du am Anfang deiner medialen Reise stehst oder fortgeschritten bist. Sue versteht es meisterhaft, dich individuell zu fördern und dein Vertrauen in deine medialen Fähigkeiten nachhaltig zu stärken. Sue ist akkreditiert von der SNU (Spiritualist National Union).

Infos und Anmeldung
www.birgit-beant-krohn.de/sue-odam-cole-angebote-mai26

Birgit Krohn Tel 01704941338

LebensRaum in Ammersbek

Ich lade Dich ein:

Langes Wochenende für Kreativität in Gemeinschaft!

Donnerstag, 9.7.26 bis Sonntag 12.7.26
Individuelle Einzelbegleitung mit Übernachtung auf Anfrage

Art + Silence

Kreativer Abend in Stille

Jeden letzten Dienstag im Monat 19 - 20.30 Uhr

Info und Anmeldung:

www.praxis-hirschbeck.com Tel. 040-79307037



Wo es gut läuft.

20. Hermann Jülich
Lauf & Frühlingsfest
Köthel 9. Mai
10-16 Uhr

www.werkgemeinschaften.de



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

BUCHBINDEREI
ERDMANN
HAMBURG

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

Allmende Flohmarkt

Der Flohmarkt ist am 03.05.26 wie immer ab 10 Uhr bis 15 Uhr.
Bornkampsweg, Ahrensburg



Foto: setreer51 auf Pixabay

memento mori
Bestatterinnen

Mozartstr 19 | 22083 Hamburg
040 419 29 804

info@bestatterinnen.de
www.bestatterinnen.de

Mit Abschiedsräumen
in Winterhude:
„Ausklang -
Begegnung am Fleet“

Vogthof

Wohngruppen und Werkstätten (Tagesbetreuung)
für Menschen mit Behinderung

Ausbildungsstelle der Fachschule Nord für
anthroposophisch-orientierte Heilerziehungspflege

Vorpraktika
Bufdi
Vogthof BG e.V.
Vogthof

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

Berufsbegleitend **Eurythmielehrer*in** werden!
Infos: campus-mitte-ost.de | www.waldorfseminar.berlin

Infoveranstaltung HAMBURG
10.05.2026 | 11.-15.00 UHR
im Rudolf Steiner Haus
www.rudolf-steiner-haus.de

eurythmie dual

demeter

**NATURKOST
Laden
& Café**

www.klostersee.org
Biologisch-dynamische Landwirtschaft
an der Ostsee!

Brot & Kuchen aus der Hofbackstube
Milchprodukte aus der Hofkäserei
Fleisch & Wurst aus eigener Schlachtung

www.Piano-Dilger.de **200 Klaviere
& Flügel**

stüdlich HH an der A7
21272 Evendorf, Osterfeld 8

Mietkauf, Finanzierung
Service, Clavinova

Samstags 9-14 Uhr
oder nach Termin

☎ 04175-372

Haus am Ottenbeck

Dauernde Angebote

- Künstlerisch orientierte Tagesbegleitung für Menschen in Krisensituationen
- künstlerische Auszeit für einen oder mehrere Tage
- Ateliernutzung selbständig oder begleitet (Einzelnutzung)
- Atelier für Malerei, Bildhauerwerkstatt für Sandstein oder Holz**
- Meditatives Malen und Formenzeichnen (regelmäßig wöchentlich, Zeitraum nach Absprache, Einzelsitzungen)
- Biografiearbeit (Einzelsitzungen)
- das schöpferische Gespräch im Gegenüber

sämtliche Angebote nach individueller Absprache

(für NutzerInnen bzw. TeilnehmerInnen stehen 2 Gästezimmer zur Verfügung sowie die kostenlose Abholung bzw. der Transfer zum Bahnhof)

weitere Infos: www.haus-am-ottenbeck.de. Tel.: 0162 866 5796

Email: info@haus-am-ottenbeck.de



"Ausblick: Sommerwoche, Visionssuche mit künstlerischen Mitteln 3. bis 9. August" weitere Infos: www.haus-am-ottenbeck.de Tel.: 0162 866 5796, Email: info@haus-am-ottenbeck.de

Am 30. Juni 2026 um 19 Uhr lädt die Gemeinnützige Treuhandstelle Hamburg

„Vom Konsumenten zum Partner – wie Handel die Beziehung zwischen Menschen und Lebensmitteln prägt“

Vortrag und gemeinsamer Austausch mit Thomas Gutberlet, Geschäftsführer der ENSO eCommerce GmbH

Gemeinsam erkunden wir, wie am Begegnungsort Handel eine Partnerschaftlichkeit auf Augenhöhe gestaltet werden kann.

Wir schauen auf Möglichkeiten der Mitgestaltung und auf erlebte Selbstwirksamkeit.

Dabei bewegen wir, wie zukunftsstragende Beziehungen an unterschiedlichen Schnittstellen gelebt werden können.

Auch beleuchten wir Einsatz über bloße Wirtschaftlichkeit hinaus - im Handel, in Unternehmen, in Stiftungen und in unserem Alltag.

in die GLS Filiale Hamburg, 5. Etage, Düsternstr. 10, 20255 Hamburg ein. Anmeldungen bitte unter: gts@treuhandstelle-hh.de.

Weitere Informationen auf www.treuhandstelle-hh.de

Anthroposophische Gesellschaft

- Anthroposophische Gesellschaft in Deutschland, Arbeitszentrum Nord, Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, Fon 41 33 16-22
- Sophia 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. , Mi 16 - 19 h. bibliothek@anthrohamburg.de
- Anthroposophische Gesellschaft Lessing-Zweig HH-Bergstedt, Bergstedter Chaussee 207, 22395 HH
- Anthroposophische Gesellschaft Manes-Zweig, Rothenbaumchaussee 103, (in der Rudolf Steiner Buchhandlung) 20148 HH, Zweigbüro T: 040 539 43 94 (AB)
- Anthroposophische Gesellschaft Michael-Zweig Elmshorn, Auskunft: Anne-Lene Lamke, 04128-1289
- Anthroposophische Gesellschaft Novalis-Zweig Hamburg-Bergedorf, Georg Huisgen T. 040-64 53 87 40.
- Anthroposophische Gesellschaft Raphael-Zweig Ahrensburg, Tobiashaus, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, Auskunft: Dr. Wolfgang Reißmann, Tel. 04102-7776844
- Anthroposophische Gesellschaft, Zweig am Montag Hamburg, Mittelweg 11-12, 20148 HH, Auskunft: M. Bölts, T: 040/41331620
- 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.: Maja Schultz, Tel. 04821-712 10
- Arbeitsgruppe Kaltenkirchen, Auskunft: Carol Stockmar, Tel: 04191-3206 + Jutta Schumacher, Tel: 04191-1558
- Arbeitsgruppe Rellingen. Auskunft: Peter Drescher, Tel: 04122-52493
- Arbeitsgruppe Stade, Auskunft: Ursula Peters, Tel: 04141-826 69

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

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
- BfH 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, Die. und Do. 9:00-13:00 Uhr, <https://christengemeinschaft.de/hamburg-mitte/>
- Lukas-Kirche, Rögeneck 23/25, 22359 Hamburg, Tel. 603 29010
- Michaels-Kirche, Schenefelder Landstr. 38, 22587 Hamburg, Tel. 86 03 26, hamburg-blankenese@christengemeinschaft.org
- Markus-Gemeinde in Hamburg-Harburg, Heimfelder Str. 67, 21075 Hamburg, Tel. 49208016
- Magdalena-Gemeinde, Bergedorf-Lüneburg-Wendland, Brookkehre 12, 21029 Hamburg, Tel.: 040/ 30 71 61 20
- Gemeinde in Ahrensburg, Kapelle imTobias-Haus, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg
- Gemeinde Südwest-Holstein, Ansgarstr. 103, 25336 Elmshorn, Tel.: Jens Lührs: 0176-4888 6848
- Die PilgerBrücke, Forum für Pilgern, Begegnung und Seelsorge, Mittelweg 13, 20148 Hamburg, diepilgerbruecke@christengemeinschaft.org
- Lazarus-Kapelle, (Mika-Rothfos-Stiftung), Vogt-Kölln-Str. 155, 22527 Hamburg, Tel. 571 44 941
- Priesterseminar Hamburg, Johnsallee 17, 20148 HH, T: 334 555 80
- Die Christengemeinschaft in Norddeutschland, Verwaltung: Mittelweg 13, 20148 Hamburg, T: 040 41 30 861
- Verband der Sozialwerke der Christengemeinschaft e.V., Mittelweg 13, 20148 Hamburg, Tel.: 41330270 Erzieherausbildung
- Waldorf Fach- und Berufsfachschule für Sozialpädagogik in Hamburg, Verein zur Förderung der Waldorfbildung Hamburg e. V., Hufnerstraße 20, 22083 Hamburg, Tel.: 040-535 489 06, www.waldorferzieher.de

Heilpädagogik und Sozialtherapie

- Bauckhof Stütensen, sozialtherapeutische Gemeinschaft e.V., Stütensen 2, 29571 Rosche, Tel.: 05803-9640, info@bauckhof-stuetensen.de, www.bauckhof.de
- 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 Bliestorf, 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
- Haus Mignon Kindergarten – Integrationsgruppe und Heilpädagogische Gruppe, Christian-F.-Hansen-Str. 5, 22609 Hamburg, Tel. 82 27 42 10
- Mignon Segelschiffahrt e.V. Segelschiff Fortuna, Christian-F.-Hansen-Str. 5, 22609 HH, Tel. 8227 42 11
- Heilpädagogische Hofschule Wendisch Evern, Förderschulzweig der Rudolf Steiner Schule Lüneburg, Dorfstr. 15, 21403 Wendisch-Evern, Tel.: 04131-861070.
- 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, Katjahren 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 Heidjerhof, 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 Neeze, Tel.: 05850/97257-0
- Michael Schule Harburg, Waldorfschule für heilende Erziehung, Woellmerstraße 1, 21075 Hamburg, Tel.: 040 – 709 737 780, Fax: 040 – 709 737 78 19, Email: mail@michaelschule.net Internet: www.michaelschule.net
- Raphael-Schule, Schule für seelenpflege-bedürftige Kinder und Jugendliche e.V., Quellenthal 25, 22609 Hamburg, Tel. 81 99 26 40
- Humanopolis GmbH, Groß Malchau 50, 29597 Stoetze, www.humanopolis.de ; info@humanopolis.de, Tel.: 05872/99091-0
- 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, Angebote zum Wohnen und Arbeiten für Menschen mit Assistenzbedarf, Wohldorfer Damm 20, 22395 Hamburg, Tel. 040-604 00 36.

Kindergärten

- Freier Waldorfindergarten Meiendorf e.V., Meiendorfer Weg 77, 22145 Hamburg, Tel.: 040/ 66935190
www.waldorfindergarten-meiodorf.de

- buero@waldorfindergarten-meiodorf.de
- Waldorfindergarten Bargtheide, Jersbeker Straße 7, 22941 Bargtheide, sekretariat@waldorfindergarten-bargtheide.de, www.waldorfindergarten-bargtheide.de
- Hamburgische Vereinigung der Waldorfindergärten e.V., Geschäftsstelle: Hufnerstraße 18, 22083 Hamburg, Tel.: +49 (40) 85 98 47, hantel@waldorfindergaerten-hamburg.de, www.waldorfindergaerten-hamburg.de
- Haus Mignon Kinderkrippe, Rugenbarg 22, 22549 Hamburg, T 87 000 449
- Waldorfindergarten Wilhelmsburg/ Georg-Wilhelm-Str. 43-45/ 21107 Hamburg, Tel: 040-87072036.
wilhelmsburg@waldorfindergarten-hh.de
www.waldorfindergaerten-hamburg.de/wilhelmsburg
- Ch. Morgenstern Kindergarten, Heinrichstr. 14a, 22769 Hamburg, Tel. 41359444
- Kindergarten zur Förderung der Waldorfpädagogik Hamburg-Iserbrook gGmbH, Iserbrooker Weg 62, 22589 HH, Telefon 040 / 28515813
- Waldorfindergarten a. d. Rudolf Steiner Schule Altona, Blücherstraße 35, 22767 Hamburg, Tel. 18 88 45 95, bluecherstrasse@waldorfindergarten-altona.de
- Waldorfindergarten a. d. Rudolf Steiner Schule Altona, Große Rainstr. 22, 22765 HH, Tel. 39 90 52 29, mercado@waldorfindergarten-altona.de
- Waldorfindergarten Alte Rabenstraße, Alte Rabenstr. 9, 20148 Hamburg, E-Mail: waldorfindergarten@alterabenstrasse.de.
www.alterabenstrasse.de. Tel. 45000377
- Waldorfindergarten Uetersen e.V., E.-L.-Meyn-Str. 1a, 25436 Uetersen, Tel.: 0 41 22 / 4 39 90
- Waldorfindergarten Eimsbüttel/Eppendorf e.V., Bogenstraße 45, 20144 Hamburg, Tel. 040/420 80 23, E-Mail: info@waldorfindergarten-hh.de
- Suse-König-Kindergarten, Heimburgstr. 4, 22609 HH, T. 82 74 46, susekoenigkindergarten.de
- Waldorfindergarten Nienstedten, Elbchaussee 366, 22609 Hamburg, Tel. 822 400 20
- Blankeneser Waldorfindergarten, Schenefelder Landstr. 34, 22587 Hamburg, Tel. 278 66 66 4 /-5
- Waldorfindergarten der Christengemeinschaft HH-Bergstedt, Bergstedter Chaussee 209, 22395 HH, T. 604 78 56
- Waldorfindergarten der Christengemeinschaft HH-Volksdorf, Rögeneck 23, 22359 Hamburg, T. 60382 73
- Waldorfindergarten Wandsbek, Rahlstedter Weg 60, 22159 Hamburg, Tel. 64 58 95 31
- Waldorfindergarten Bergedorf, 21037 Hamburg, Kirchwerder Landweg 2, Tel. 73 50 98 23,
kindergarten@waldorf-bergedorf.de
- Waldorfindergarten Bergedorf, Brookkehre 12, 21029 Hamburg, Tel.: 20 97 14 75, kindergarten@waldorf-bergedorf.de

- Waldorfindergarten Ahrensburg, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, Tel. 0 41 02 / 596 15
- Waldorfindergarten Norderstedt, Friedrichsgaber Weg 244, 22846 Norderstedt, T. 040 - 32 59 544 40
- Waldorfindergarten Stade, Henning-von-Tresckow-Weg 2a, 21684 Stade, 04141 / 411 473 www.waldorfindergarten-stade.de
- Waldorfindergarten Nottensdorf, Bremers Garten 18a, 21640 Nottensdorf, Tel. 0 41 63 / 62 91
- Waldorfindergarten Kakenstorf, Lange Str. 2, 21255 Kakenstorf, Tel. 0 41 86 / 81 06
- Waldorfindergarten Bad Oldesloe, Rümpeler Weg 31, 23843 Bad Oldesloe, Tel.0 45 31 / 874 84
- Waldorfindergarten Rellingen, Jahnstr. 5, 25462 Rellingen, www.waldorfindergarten-rellingen.de, Tel. 0 41 01 / 20 77 77
- Waldorfindergarten Wedel, Am Redder 8, 22880 Wedel, Tel.: 04103/130 87
- Waldorfindergarten Neugraben, Falkenbergsweg 48, 21149 Hamburg, Tel.: 703 802 76
- Waldorfindergarten Elmshorn, Adenauerdamm 4, 25337 Elmshorn
- Waldorfindergarten Kaltenkirchen, Kisdorfer Weg 1, 24568 Kaltenkirchen
- Waldorfindergarten der Rudolf Steiner Schule Harburg, Ehestorfer Heuweg 82, 21149 HH, Tel. 79 71 81 24
- Waldorfindergarten Itzehoe, Am Kählerhof 6, 25524 Itzehoe, Tel.: 04821/84434
- Waldorfindergarten Tonndorf, Holstenhofstieg 11, 22041 Hamburg, Tel. 656 21 54
- Waldorfindergarten Bad Segeberg, Am Wege nach Stipsdorf 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.domaene-fredeburg.de
- Hof Klostersee - biologisch-dynamische Landwirtschaft an der Ostsee. Hofbäckerei - Käserei - Hofladen & Cafe - Ferienvermietung - Altenwohnprojekt. Klostersee 1, 23743 Grömitz, 04366 884061 www.klostersee.org
- Hof Würme, Gemeinschafts- und Kulturhof in der Lüneburger Heide - biologisch-dynamische Landwirtschaft. Im Dorf 20, 21256 Würme / info@hofwoerme.de / www.hofwoerme.de
- Rudolf Steiner Haus Hamburg e.V., Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, Tel. 41 33 16-30, www.rudolf-steiner-haus.de Landwirtschaft
- Bäuerliche Gesellschaft e.V. (Demeter im Norden), *Auskunft zur biodynamischen Ausbildung zur Landwirtschaft/Gärtner.
*Kontakt zu Betrieben für BuFDi und FöJ. Viskulenhof 7, 21335 Lüneburg, Tel.: 04131-83088-0, www.demeter-im-norden.de/
e-mail: info@demeter-im-norden.de

- Gärtnerhof am Stüffel e.V., Stüffel 12, 22395 Hamburg, Tel. 604 00 10 www.stueffel.de
- Stiftung Aktion Kulturland, Geschäftsstelle Nord, Stürholz 10, 24972 Steinberg, Tel. 04632 - 7266, www.aktion-kulturland.de Lehrerbildung
- Seminar für Waldorfpädagogik Hamburg, Hufnerstr. 18, 22083 HH-Barmbek, Tel.: 88 88 86 10, Fax: 88 88 86 11, Email: mail@waldorfseminar.de, www.waldorfseminar.de

Medizinische Initiativen

- Institut Diogenes Hamburg e.V., Freies klinisch-therapeutisches Institut, Kleine Bahnstr. 1, 22525 Hamburg Tel.:040-85179268-0, Fax:040-85179268-21, info@institut-diogenes.org, www.institut-diogenes.de
 - „Haus am Ottenbeck – ein Ort zur Stärkung seelisch-geistiger Kräfte“, Ottenbeck 1, 21684 Stade-Agathenburg, Tel.: 0162 866 5796, Email: info@haus-am-ottenbeck.de Homepage: www.haus-am-ottenbeck.de
 - Herzschule Hamburg: Jahreskurs für Menschen mit Herz- Kreislaferkrankungen; Kontakt: Brigida Stockmar, Tel.: 04102/706767, www.herzschule-hamburg.de
 - Isis-Institut-Hamburg - Institut für spirituell erweiterte integrative Traumapädagogik und Traumatherapie, c/o PPG Bergstedt, Kaudienskamp 6a, 22395 Hamburg, 040 - 239 94 758, www.isis-institut-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, Rögeneck 25, 22359 Hamburg, Tel.: 533 27 083
 - PHILIA Pflegedienst UG , Buchenring 65 , 22359 Hamburg-Armgard Brunotte, 0160 1771 532, info@philia-pflegedienst.de
 - Regionalgruppe Nord Anthroposophischer Ärzte, Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, www.gaed-regio-nord.de
 - Gesundheit Aktiv nord e.V., c/o Rudolf Steiner Haus, Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, Kontakt : 040 811340 . info@gesundheit-aktiv-nord.de. www.gesundheit-aktiv-nord.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, Mittelweg 11-12, 20148 HH, Tel/Fax 040-41331620.
www.menschmusik.de
 - Alfred Schnittke Akademie International, Max-Brauer-Allee 24, 22765 Hamburg, Tel. 040-447531. Internet: www.schnittke-akademie.de
 - TONALI SAAL, Kulturprojekt, Kleiner Kielort 3 - 5, 20144 Hamburg, 040 532 66271, info@tonali.de, tonali.de

Schauspiel

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

Schulen

- Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) Waldorfpädagogik Hamburg e.V., Hufnerstraße 18, 22083 Hamburg, 040-88 88 86 20, info@waldorf-hh.de, www.waldorf-hh.de
- Rudolf Steiner Schule Altona e.V., Bleickenallee 1, 22763 HH, mail@waldorfschule-altona.de; www.waldorfschule-altona.de, Tel. 410 099 3
- Rudolf Steiner Schule Nienstedten, Elbchaussee 366, 22609 HH, Tel. 82 24 00 - 0
- Rudolf Steiner Schule Bergstedt, Bergstedter Chaussee 207, 22395 HH, Tel. 040 607 757 30
- Rudolf Steiner Schule Wandsbek, Rahlstedter Weg 60, 22159 HH, Tel. 645 89 50
- Rudolf Steiner Schule Bergedorf, Am Brink 7, 21029 HH, Tel. 040 3009465-00
- 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@innererstadt.de, www.christianmorgensternschule.de
- Freie Waldorfschule Apensen, Auf dem Brink 49, 21641 Apensen, T.: 04167/699 74 80 www.waldorfschule-apensen.de, wewaltung@waldorfschule-apensen.de
- 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 in Stade e.V., Henning-von-Tresckow-Weg 2, 21684 Stade, 04141 / 510 521 www.waldorfschule-stade.de
- 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 Bargteheide, Alte Landstrasse 89f, 22941 Bargteheide, 04532/2833423, sekretariat@fws-bargteheide.de

Therapeutika

- Bernard Lievegoed Institut, Kindertherap., Erziehungs- u. Sozialberatung, Weiterbildung, Biographiearbeit, Am Felde 2, 22765 Hamburg, Tel. 430 80 81
- 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, . Ambulante Krankenpflege: Langelohstr.134, 22 549 HH, Tel. : 040/ 85 41 3733, e-mail: therapeutikumhamburgwest@web.de

Sonstige Einrichtungen

- Freunde der Erziehungskunst Rudolf Steiners e.V., Regionalstelle Norddeutschland, c/o Seminar für Waldorfpädagogik Hamburg e.V., Hufnerstraße 18, 22083 Hamburg, Tel: +49 (0)40 88 88 86 21, Mobil: +49 (0) 1525 2451132, E-Mail: regio-nord@freunde-waldorf.de
- Grüner Lernort Lillemor e.V. Natur – Tiere – Kreativität. Büro: Sülldorfer Kirchenweg 158 a, 22589 Hamburg. Lernort: Am Osdorfer Born, 22549 Hamburg. www.gruener-lernort-lillemor.de
- Gemeinnützige Treuhandstelle Hamburg e.V., Mittelweg 147, 20148 Hamburg, Tel. 040/556 19 881 www.treuhandstelle-hh.de

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: Christine Maria Pflug, IBAN DE 96 4306 0967 0029 0079 10, BIC GENODEM 1 GLS. Konto nur für Spenden: IBAN DE56430 609 6700 124 54 804, BIC GENODEM 1 GLS Kontobez.: Gemeinnützige Treuhandstelle, Sonderkonto Hinweis.

Integrative Medizin Hamburg – Mitte

Internistin - Ernährungsmedizin
Dr. med. Mirjam Wüsthof
info@praxis-wuesthof.de
www.praxis-wuesthof.de

ruhige Whg mit Blick ins Grüne am Stadtrand NO HH bis 20 km Umland von naturliebender Frau gesucht, 1,5-2 Zi., gerne Balkon/Terrasse. ran.an.den.stadtrand@icloud.com

Haus oder Grundstück gesucht. Waldorffamilie mit 2 Kindern in der Rudolf-Steiner Schule Farmsen sucht ein Haus/Grundstück zum Kauf. Am Liebsten in Schulnähe, Rahlstedt (Oldenfelde/Meiendorf) oder angrenzende Stadtteile. Familie Ebersbach, bitte melden bei r.ebersbach@posteo.de

Rechtliche Beratung? Rechtsanwalt Gerd-J.Schulz hilft! Tel.: 040/64508304. G-J.SCHULZ@T-ONLINE.DE

Junge schwimmbegeisterte Frau, Downsyndrom, aus Bergstedt sucht zugewandte Frau, die sie 14-tägig zum Schwimmen begleitet. Bezahlung nach Absprache. Tel. 040-3900949.

Ferienhausvermietung: Urlaub bei Hamburg. Reetdachkate mit Bauerngarten. Geltinger Bucht/Ostsee. 300 m zum Wildstrand, 120 qm auf 2 Ebenen. 2 Schlafzimmer, WLAN, Kamin, keine Haustiere. Tel.: 040-451084. Margret.Uhle@gmx.de

Zu Vermieten:

Einzelpraxisraum (13 qm) mit eigenem Bad (7 qm) für Heilberufler/ Coachs in Praxisgemeinschaft im Hamburger Univiertel ab Mai 2026 zu Vermieten. Boden desinfizierbar; invasives Arbeiten mögl.; Behandlungsliege vorh.; Anfragen/ Bewerbungen: info@rfg-hamburg.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
Kleinanzeige
kostet pro Satzeile (40 Anschläge) Euro 2,00 (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

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

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.

Rentnerehepaar (67/72) sucht Wohnung HH 2,5-3 Zi. bis 1.000,- warm. Tel.: 01573 201 51 59 peessoa.brinkmann@gmail.com

Liebe Gartenfreunde! Ich liebe es zu gärtnern und suche einen Schrebergarten, in dem ich gemeinsam mit gärtnern kann. Oder ich suche jemanden, der mit mir einen neuen Gemeinschaftsgarten teilen möchte! In der Nähe Winterhude, Eppendorf, Außen- Alster oder in der Umgebung vom Stadtpark. Ich freue mich auf Rückmeldung! Almuth Steffens 040/38675990 Steffensa@posteo.de

Erholende Ferienunterkunft nahe der Ostsee gesucht? "Haus Ostsee-Engel" in Gelting für 2-3 Pers. zu vermieten, 57 qm, 2 Schlafzimmer, eigener Süd-Garten, 2 km bis zur Ostsee. Mit hochwertigen, natürlichen Materialien eingerichtet, W-LAN abschaltbar, ruhig, kein Durchgangsverkehr, ab 75,- pro Tag. Tel. 04642-925 750, <https://www.designer-ferienwohnungen.de/urlaub/ferienhaus-gelting-ostsee-engel>.

Intuitive Impulse - Inga Lühmann
Waldorforientierte Trauma-Arbeit und EFT Coaching. Ich arbeite mit Kindern und Erwachsenen in liebevoller und wertschätzender Atmosphäre.
www.ingaluehmann.de

Schöne Räume tageweise frei im Institut Diogenes. Wir sind eine anthroposophische therapeutische Praxisgemeinschaft und freuen uns über Ihre Anfrage. Tel. 040/851792680, info@institut-diogenes.de

Midsommar und Johanni. Kanutour und Seminar in Schweden (Ü 30). 18. bis 25. Juni 2026 www.cg-sozialwerke.de

Mama & 3 Kids (4, 7, 12) suchen liebevolles Zuhause! 3-5 Zi. bis 1400,- warm. Wilhelmsburg o. entlang S3/S5 bis Altona. Wir freuen uns über jeden Hinweis! M. Guerrini, 0176 31745732, meggiemg@gmail.com

Für die Oberuferer Weihnachtsspiele, die jährlich im Rudolf Steiner Haus aufgeführt werden, **suchen wir dringend viele schauspielfreudige Mitgestalter.** Die Arbeit an der Sprache bildet die Grundlage für die Gestaltung der einzelnen Rollen. Die gesanglichen Umgänge im Saal lassen für alle eine harmonische Gemeinschaft entstehen. Probebeginn im September. Aufführungen Paradies- und Christgeburtsspiel 29.12.2026. Dreikönigsspiel 6.1.2027. Leitung: Veronika Willich, T. 040/880 18 55 Mobil 0172-7869753. Sie können mich jederzeit anrufen.



Das haben Sie gesucht:

Unser Roggenbrot

Frisch geschrotetes Getreide

Sauerteig

Wasser

Salz

– sonst nichts.

100% Vollkorn.

Ihr Bäckermeister
Thomas Effenberger

Rutschbahn 18 • 20146 Hamburg • Tel. 040 -45 54 45

www.effenberger-vollkornbaeckerei.de

A photograph of two young women walking on a sandy beach. The woman on the left is wearing a short-sleeved t-shirt with horizontal orange and white stripes and light blue denim shorts. The woman on the right is wearing a plain light pink short-sleeved t-shirt and bright orange shorts. She is carrying a small, round, orange and white checkered bag. They are both smiling and looking towards the camera. The background shows the ocean waves under a clear blue sky.

Maas.

**ECHTE MOMENTE.
ECHTE NATUR.**

ÖKOLOGISCHE MODE, FAIR PRODUZIERT SEIT 1985

GRINDELALLEE 166, 20144 HAMBURG, MO-FR: 10-19 UHR, SA: 10-16 UHR

MAAS-NATUR.DE

NACHHALTIGKEIT NACH ZERTIFIZIERTEN STANDARDS BELEGT. MEHR UNTER MAAS-NATUR.DE