

November 2013

Veranstaltungen und Berichte
aus Einrichtungen auf
anthroposophischer Grundlage
im Raum Hamburg

Erscheint monatlich

hinweis



Das Trauma II

Artikel von Martin Straube, Arzt

Marlowe

GREEN FASHION nature

bio
fair
nachhaltig



foto: consequent



www.marlowe-nature.de

Bahrenfelder Straße 176
22765 Hamburg Ottensen
Tel: 040 22 60 48 90

Mo - Fr 11:00 - 19:30 Samstags 11:00 - 18:00

Beim Schlump 5 20144 Hamburg
Tel: 040 44 80 93 37

Mo - Fr 10:00 - 19:00 Samstags 10:00 - 16:00



Inhalt

In diesem Heft:

Das Trauma II

Artikel von Martin Straube, Arzt

Termine

Regelmäßige Veranstaltungen

Veranstaltungsanzeigen

Adressen

Impressum

Private Kleinanzeigen

Seite 5

Seite 14

Seite 29

Seite 30

Seite 37

Seite 43

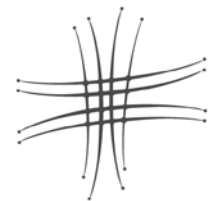
Seite 44

Titelbild auf der Vorderseite: „Fjordlandschaft“ von Marjan Grossmann, Ausstellung: Hallerplatz 4, Institut Thomas Grossmann. Am Sa. 09. Nov. 13:00 -17:00 Uhr. So. 10. Nov. 13:00 -17:00 Uhr. Sa. 23. Nov. 13:00 -17:00 Uhr. So. 24. Nov. 13:00 -17:00 Uhr. Sa. 14. Dez. 13:00 -17:00 Uhr. So. 15. Dez. 13:00 -17:00 Uhr

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.

Edel sei der
Mensch,
hilfreich und gut!
Denn das allein
unterscheidet ihn
von allen Wesen, die
wir kennen.



Johann Wolfgang von Goethe

Geld ist Gestaltungsmittel für Kultur und Bildung –
wenn wir es gemeinsam dazu machen.

Filiale Hamburg
Mittelweg 147
040 – 41 47 62 0



Das Trauma II

Artikel von Martin Straube, Arzt

„Sollten nicht endlich uns diese ältesten Schmerzen fruchtbarer werden?“ (Rilke Duineser Elegien)

Martin Straube, geb. 1955, anthroposophischer Arzt in Fischerhude und in Hamburg (Institut Diogenes). Mitarbeiter der Carus-Akademie; in der Victor-Thylmann-Gesellschaft zuständig für die Patientenakademie. Seit vielen Jahren Referent in der Fort- und Weiterbildung für Ärzte, Apotheker, Heilpraktiker und Kunsttherapeuten. Autor von Büchern und zahlreichen Aufsätzen. Vortragsredner in Hamburg.

Traumaphasen

In der ersten Phase, der Schockphase würde z.B. ein Kind nach einer Trennung seiner Eltern im Idealfall schreien, weinen, ggf. aggressiv reagieren. In der Reaktionsphase ist das Kind häufig empfindungslos oder hat den Eindruck, als habe es alles nur geträumt. Oder es versucht das Geschehen zu leugnen und so zu tun, als sei nichts geschehen. Z.B. deckt es den Tisch für den Elternteil, der ausgezogen ist (beispielsweise für den Vater), will im Urlaub dorthin reisen, wo der Vater immer hin möchte. Dann folgt die Bearbeitungsphase, in der oft unvermittelt die Wut, der Schmerz aus dem Kind herausbricht, oft nachts aus dem Schlaf heraus, meist verbunden mit der Frage: „Warum ich?“ Unruhe, Frustration, Selbstzweifel und chaotische Gefühle begleiten diese Phase. In der Bearbeitungsphase wird das Geschehen

verarbeitet, es wird gefragt, warum der Vater gegangen ist, es werden positive Erinnerungen aktiviert, die neue Rollenverteilung erübt und die Akzeptanz des Geschehens wird erworben. Danach ist die Seele wieder belastbar. Viele Autoren definieren hier eine weitere Phase, die des neuen Selbst- und Weltbezuges mit einer Öffnung zur Umwelt, dem Loslassen, dem Entstehen neuer Werte und neuer Beziehungen.

Nach ein bis zwei Jahren ist die Verarbeitung soweit abgeschlossen, dass von einer Vernarbung oder Gesundung gesprochen werden kann („Trauerjahr“). Nur die Umwelt reagiert oft fatal:

In der Schockphase will man beruhigen und verhindern, dass der Schmerz geäußert wird, oft werden Beruhigungsmittel verordnet oder dem Betroffenen eingeredet, dass alles nicht so schlimm sei. Dabei wissen wir, dass es hilfreich ist, dem Schmerz lautstarken Ausdruck

zu geben, das Weinen und Schreien zuzulassen.

In der Reaktionsphase kann z.B. ein Kind bei der Mutter, die selber unter dem Verlust leidet, Unverständnis ernten, wenn das Kind für den abwesenden Vater den Tisch deckt. Merkt es, wie sehr es die Mutter verletzt, lässt es dies wohlmöglich bleiben. Es kann sich dann eine sinnvolle Form der Verarbeitung des Geschehens nicht äußern.

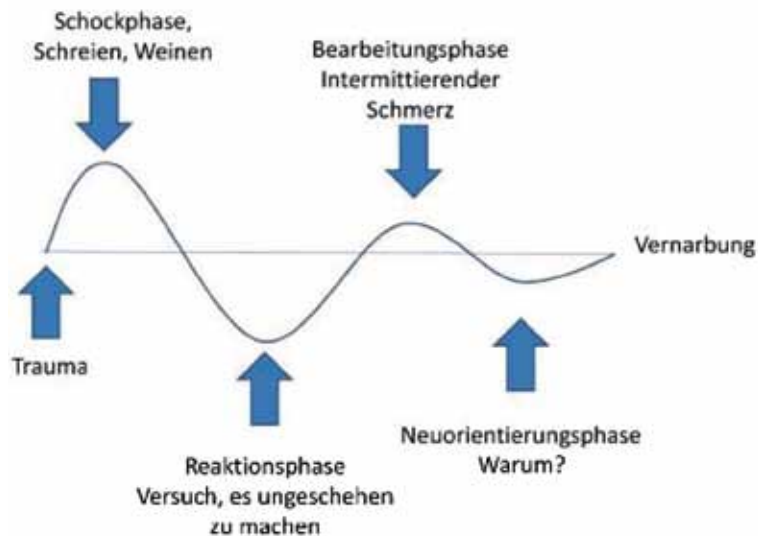
Wenn nach Wochen oder Monaten das Kind immer noch plötzlich in Tränen ausbricht, wird ihm oft vermittelt, dass es nun doch endlich vorbei sei und es sich zusammennehmen solle. Auch dann äußert es sich möglicherweise nicht mehr, und wieder wird eine Verarbeitungsweise unterdrückt.

In der Neuorientierungsphase kann es auch zu Peinlichkeiten führen, wenn die Mutter gerade sich an das Getrenntsein gewöhnt hat, nicht mehr daran denken



Martin Straube

will, dass jetzt von dem Kind Fragen kommen nach dem Warum. Auch dann wird ein Verarbeitungswerkzeug unterdrückt, und es kann nicht zur Aushei-



Auch in der Phase des neuen Selbst- und Weltbezuges kann ein Witwer, der sich neu binden möchte, mitunter mit schrägen Blicken rechnen oder meinen, es seinen Kindern nicht zumuten zu können. All diese Reaktionen verhindern einen Ausheilungsprozess, und es kann zur Entwicklung einer dauerhaften Belastungsstörung kommen mit all den Folgen, die oben beschrieben wurden. Um hier zu helfen, kann eine einmal wöchentlich stattfindende Therapie nicht helfen. Hier geht es um Alltagsgestaltung. Es geht um Traumapädagogik.

Therapeutischer Umgang

Die Behandlungsansätze in der Traumatherapie machen derzeit einen Paradigmenwechsel durch. Zwar gibt es Traumata seit Kain und Abel, aber erst seit Mitte des 19. Jahrhunderts gab es einige wenige Therapeuten, die sich für das Thema interessierten und erst seit ca. 1970 ist man auf breiterer Basis aufmerksam geworden. Die zunächst angewandte Methode, einen Menschen mit dem Trauma zu konfrontieren und dann „die Scherben aufzusammeln“ führte zu negativen Erfahrungen, die in dem Begriff der Retraumatisierung zusammengefasst wurden. D.h. die Konfrontation wirkt ähnlich, wie das Trauma selbst, wenn sich zuvor die Situation des Betroffenen

„Ich glaube, dass der Kern jeder Traumatisierung in extremer Einsamkeit besteht. Im äußersten Verlassensein. Damit ist sie häufig, bei Gewalttrauma immer, auch eine Traumatisierung der Beziehungen und der Beziehungsfähigkeit. Eine liebevolle Beziehung, die in mancher Hinsicht einfach „sicher“ ist, wird unerlässlich sein, um überhaupt von einem Trauma genesen zu können.“

(Onno van der Hart)

geworden. Die zunächst angewandte Methode, einen Menschen mit dem Trauma zu konfrontieren und dann „die Scherben aufzusammeln“ führte zu negativen Erfahrungen, die in dem Begriff der Retraumatisierung zusammengefasst wurden. D.h. die Konfrontation wirkt ähnlich, wie das Trauma selbst, wenn sich zuvor die Situation des Betroffenen

nicht grundsätzlich verändert hat. Erst seit ca. 1990 wird an neuen Ansätzen gearbeitet, die Traumatherapie ist also eine junge Wissenschaft, die erst ca. 20 Jahre alt ist. In allen neueren Ansätzen der Traumatherapie wird die Konfrontation immer mehr an das Ende eines therapeutischen Prozesses gerückt, oft wird sie nie erreicht.

Die Erkenntnisse der Psychotraumatologie haben in den letzten Jahren auch Einzug in die Pädagogik gehalten. Ursprünglich aus der stationären Jugendhilfe kommend, haben sich die Anwendungsfelder mittlerweile weit darüber hinaus entwickelt: Traumapädagogische Konzepte entstehen mit Erfolg in den unterschiedlichsten Bildungs- und Betreuungseinrichtungen, sowie der Kinder-/Jugend- und Behindertenhilfe. Diese Entwicklung ist notwendig,

denn im Umgang mit traumatisierten Mädchen und Jungen kommen PädagogInnen mit herkömmlichen Mitteln nicht selten an die Grenzen ihrer fachlichen Möglichkeiten.

Die Traumapädagogik versteht sich dabei als Sammelbegriff für entsprechende Konzepte, um die Handlungsfähigkeit der professionellen Fachkräfte wieder herzustellen und traumatisierten Kindern und Jugendlichen eine adäquate Teilhabe am sozialen Leben zu ermöglichen.

Pädagogik ist immer eine Beziehungsarbeit zwischen Pädagogen und Schüler.

Die vier Prinzipien der Stabilität, der Integrität, der Dynamik und der Identität

Die moderne Psychologie kennt nur vier Arten der menschlichen Werkzeuge für eine Beziehung: Das Stützen, das Schützen, das Konfrontieren und das Fördern. Unschwer ist zu erkennen, dass diese vier Methoden mit den vier Prinzipien der Stabilität, der Integrität, der Dynamik und der Identität zu tun haben. Ist die Stabilität infrage gestellt, so müssen wir sie stützen.

Ein Bildhauer arbeitet mit einem Stein und hat die Stabilität des Materials zu berücksichtigen, was er nur kann, da er seine eigenen stabilisierenden Kräfte nutzt.



Ist die Integrität reduziert, so müssen wir sie schützen.

Ist die Dynamik erloschen, so müssen wir konfrontieren, anregen, auffordern, damit Dynamik wieder entsteht.

Ist die Identität geschwächt, so müssen wir sie fördern.

Damit sind im Wesentlichen die Methoden benannt, mit der auch Traumapädagogik arbeitet.

Im Gesunden arbeiten diese vier „Wesensglieder“ gut zusammen, bei krankhaften Zuständen ist diese Zusammenarbeit gestört. Das trifft global auf den traumatisierten Menschen zu. Diese wieder zu einer geordneten Zusammenarbeit zu bewegen ist Ziel einer jeden Behandlung.

Das Urbeispiel ist die Kunst: Ein Bildhauer arbeitet mit einem Stein oder mit

Ton und hat die Stabilität des Materials zu berücksichtigen, was er nur kann, da er seine eigenen stabilisierenden Kräfte nutzt, um die Stabilität des Materials zu erahnen. Er schafft eine Form, die in sich geschlossen ist, die, trotz aller Verzweigungen, dennoch eine in sich zusammengehörige Gestalt hat. Dazu engagiert er seine Integrationskraft, die er auf den Prozess anwendet. Die Form hat eine Geste,

einen seelischen Ausdruck, drückt eine Emotion aus, ist als Geste bewegt oder drückt eine Bewegung aus. Das kann der Künstler dem Material nur eingeben mithilfe seiner Kraft der Dynamik, die in seinem Organismus wirkt. Der Künstler hat dabei seinen eigenen Stil, das Werk ist unverkennbar seines, es ist individuell gestaltet, er drückt sich darinnen aus, seine Identität ist damit verbunden. Hier werden alle Kräfte seines Organismus gleichzeitig auf ein Ziel gerichtet. Das schafft, dass sie sich bei ihm durch diese Tätigkeit stärken. Jedes künstlerische Tun ist in sich therapeutisch, bei einem traumatisierten Menschen noch mehr als sonst.

Das erste, was ein traumatisierter Mensch braucht, ist Stabilität

Im pädagogischen Prozess mit traumatisierten Menschen reicht das nicht aus. Aber immer geht es darum, alle vier Prozesse wieder zu harmonisieren und sie in Kontakt zueinander zu bekommen. Das erste, was ein traumatisierter Mensch braucht, ist Stabilität. Das zu bewirken gibt es eine Fülle an Möglichkeiten und nicht nur eine, die alle anderen überstrahlt. Je akuter das traumatische Ereignis noch ist, desto wichtiger wird der sichere Ort. Ein Ort, wo man hinkommen kann, wo man geschützt ist. Dazu kommt Kontinuität. Es sollten im Wesentlichen immer dieselben Menschen dort sein. Kontinuität ist auch eine Form der Stabilität. Der sichere Ort mit denselben Menschen, die im Wesentlichen immer dasselbe tun, wo nicht

plötzliche Veränderungen unangekündigt die Kontinuität stören. Wichtig ist auch die kulturelle Kontinuität. Der sichere Ort, wenn er nicht als Gebäude mit Wänden und Dach irgendwo steht, kann auch ersatzweise auch imaginiert, also bildhaft vorgestellt werden, wozu es eine Fülle von Methoden gibt. Zum Stützen gehört auch, wahrgenommen zu werden, begrüßt zu werden, einbezogen zu werden in das Geschehen. Unterstützung bei Dingen, die jemand noch nicht kann, ist eine stützende Geste; aufmunternde Bemerkungen und Blicke können ebenfalls stützen. Rechtzeitige und wiederholende Ankündigungen von Neuem geben Orientierung und Sicherheit. Verstehen, was passiert, mitgestalten können und lobende Anerkennung für das Geleistete geben dem Einzelnen das Erleben, dass er an dem sicheren Ort willkommen und beheimatet ist. Altersgemäße Ansprache, Eingehen auf individuelle Bedürfnisse denjenigen so willkommen heißen, wie er ist, unterstützen dieses Erlebnis. Mag die sonstige Umgebung noch so instabil sein – wenn nur irgendwo ein solch sicherer Ort, eine solche Beheimatung erfahren werden kann, sammelt der Prozess der Stabilität hier Kraft.

Rhythmen stärken die Lebenskräfte, können sie auch für eine Weile ersetzen

Eine gewisse Routine hat auch stützenden Charakter. Reine Routine aber ist auf Dauer ermüdend, wenn sie nicht Intentionswechsel enthält, die aber nicht als Überraschung kommen, sondern sich rhythmisch vollziehen. Rhythmen,

rhythmische Übungen, Rhythmusspiele haben zwei Qualitäten: Sie bieten die Sicherheit und Schutz (Rhythmen sind einprägend, man kann sich an sie halten), sie haben auch eine integrierende Kraft. Im rhythmischen Wechsel kann man auch Gegensätzliches machen (Arbeit und Pause, Wahrnehmen und Tun, Gemeinschaftsaktion und Einzelaktivität). Was sich sonst widerspricht, wird, wenn es im Rhythmus wechselt, zu einem Ganzen. In der Waldorfpädagogik wird daher auf den rhythmischen Wechsel geachtet, dass in jeder Unterrichtseinheit der Kopf, das Herz und die Hand beansprucht wird: Es soll etwas verstanden werden, es soll das Gefühl ansprechen, z.B. durch Erzählungen, Lieder, die das Thema ergänzen, Geschichten, die dazu passen, und jeder soll etwas im Sinne

des Inhaltes tun und arbeiten. So wird immer der ganze Mensch angesprochen.

Rhythmen unterstützen den Prozess der Integrität

Rhythmen stärken die Lebenskräfte, können sie auch für eine Weile ersetzen. In seinem Rhythmus zu laufen bedeutet, dass man nicht so schnell erschöpft ist und weiter kommt. Rhythmen sind auch eine Grundlage der Adaptation. Denn Rhythmus ist nicht starrer Takt. Ein Beispiel ist ein Boxer, der nicht starr am Rande des Ringes steht, und wartet, bis der Gegner nahe genug ist, um dann einmal zu boxen; er tänzelt in rhythmischen Schritten, kreisenden Handbewegungen um seinen Gegner herum, weil er aus dem Rhythmus heraus am schnellsten,

Je akuter das traumatische Ereignis noch ist, desto wichtiger wird der sichere Ort



_R_K_B_by_twinliti_pixello.de

kräftigsten und effektivsten reagieren kann. Nun ist das System rhythmischer Prozesse im Organismus nicht naturgegeben, sondern will durch vorgelebte und dann beanspruchte rhythmische Erfahrungen geübt und kultiviert werden. Gelingt dies, so sind auch die körperlichen Rhythmen, die letztlich Quelle unserer Gesundheit sind, stabil und belastbar. Rhythmen unterstützen den Prozess der Integrität. Damit haben sie den Charakter des Schutzes. Wir schützen auch, wenn wir Schwächere vor Stärkeren in Schutz nehmen, Bedürfnisse nach Hilfe wahrnehmen, sie vor Gefahren warnen. Alles, was liebevolle Geste ist, hat diesen schützenden Charakter.

Konfrontieren mit dem traumatischen Erlebnis ist gefährlich, da es zu Retraumatisierungen kommen kann

Mit dem Konfrontieren ist es eine heikle Sache. Konfrontieren mit dem traumatischen Erlebnis ist gefährlich, da es zu Retraumatisierungen kommen kann. Konfrontieren muss man einen Menschen aber mit seinem Fehlverhalten. Damit sprechen wir die Kraft der Dynamik, Dramatik und der Destruktion, die Empfindungsorganisation an. Mehr aber nicht. Auch wenn wir dies tun, sollte neben der Konfrontation immer auch die Geste stehen: Dein Verhalten ist nicht akzeptabel, aber Du bist trotzdem wichtig, gut und wertvoll. Das Ich sprechen wir an durch Fördern und Fordern. Dieses Ich des Menschen ist sein Allerheiligstes, das wir nie ganz

sehen und erkennen können, auch nach 50 Jahren Ehe kann uns der Andere immer noch überraschen. Wenn wir ein festes Bild vom Anderen haben, ist unser Interesse an ihm erloschen. Nur das brennende Interesse am Anderen ist die Methode, mit dessen Hilfe der Andere sich traut, sich zu zeigen und damit ist auch Entwicklung möglich. Bei diesem Ich schauen wir weniger auf das, was er bisher geworden ist, sondern mehr auf das, was er einmal sein kann. Bei traumatisierten Menschen ist dieses Ich so erschrocken, dass es oft aufgehört hat, sich zu entwickeln. Einzelne Regionen unserer Seele gefrieren in dem Zustand ein, in dem die Entwicklung zum Zeitpunkt des Traumas war. Diese Entwicklung müssen wir anregen, indem wir sie fördern und das tun wir durch unseren Glauben daran, dass der Andere eine großartige Persönlichkeit ist, auch wenn er davon im Moment wenig zeigt. Aber es kann sich nur zeigen, wenn der betreffende Mensch auch spürt, dass dieses Zeigen erwünscht ist. Wir können es auch fordern, indem wir ständig leistbare Herausforderungen stellen, die dem Kind mehr abverlangen, als es bislang konnte, ohne ihn zu überfordern.

Erfahrungen, die andere nicht haben

Wertschätzung ist dabei ein wichtiges Element. Dem liegt zugrunde, dass wir alles, worüber wir uns beim Anderen ärgern könnten, also sein Fehlverhalten, seine Probleme als Ausdruck einer Begabung sehen lernen. Ein überempfindliches Kind ist nur überempfindlich, weil

Das Trauma II

es empfindsam ist und Empfindsamkeit ist eine Fähigkeit. Aggression ist die Problemseite eines starken Willen und eines starken Selbstwertgefühles – und das sind wichtige Eigenschaften! Fordern und Fördern sind die Grundlagen dafür, dass sich diese Persönlichkeit so entwickeln kann, dass sie mit ausreichender Selbstsicherheit irgendwann auch sich mit dem Trauma konfrontieren kann, um es zu verarbeiten.

Wem es gelang, ein Trauma zu überwinden, der hat Erfahrungen, die andere nicht haben. Sie haben einen großen Schatz erworben von Tiefe und Lebensmut.

*Nirgends, Geliebte, wird Welt sein, als innen.
Unser*

*Leben geht hin mit Verwandlung. Und immer
geringer*

schwindet das Außen. Wo einmal ein dauerndes Haus war,

*schlägt sich erdachtes Gebild vor, quer, zu
Erdenklichem*

völlig gehörig, als ständ es noch ganz im Gehirn.

Weite Speicher der Kraft schafft sich der Zeitgeist, gestaltlos

wie der spannende Drang, den er aus allem gewinnt.

Tempel kennt er nicht mehr. Diese, des Herzens, Verschwendung

sparen wir heimlicher ein. Ja, wo noch eins übersteht,

ein einst gebetetes Ding, ein gedientes, geknietes –

hält es sich, so wie es ist, schon ins Unsichtbare hin.

*Viele gewahrens nicht mehr, doch ohne den Vorteil,
daß sie's nun innerlich baun, mit Pfeilern und Statuen, größer!*

*Jede dumpfe Umkehr der Welt hat solche Ent-
erbt,
denen das Frühere nicht und noch nicht das Nächste gehört.*

Denn auch das Nächste ist weit für die Menschen. Uns soll

*dies nicht verwirren; es stärke in uns die Be-
wahrung*

*der noch erkannten Gestalt. – Dies stand ein-
mal unter Menschen,*

*mitten im Schicksal stands, im vernichtenden,
mitten*

*im Nichtwissen-Wohin stand es, wie seiend,
und bog*

Sterne zu sich aus gesicherten Himmeln.

(Rainer Maria Rilke, 7. Elegie)

Dichter, Künstler und Weise wissen es.



Ich verwalte, verkaufe & 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

RUDOLF STEINER SCHULE HAMBURG - WANDSBEK

**Für unsere zweizügige Schule
suchen wir zum 1.11.2013 oder
früher eine verantwortliche und
tatkräftige**

**Leitung für
unsere Schulmensa (w/m)**

In enger Abstimmung mit unserem Küchenchef sind Sie zuständig für den Wareneinkauf, die Organisation der Arbeitsabläufe, die Essenausgabe und die Buchhaltung. Erfahrungen in der Gastronomie und der Hauswirtschaft sind von Vorteil. Der Stellenumfang beläuft sich auf 30 Stunden die Woche. Senden Sie bitte Ihre Bewerbungsunterlagen bis zum 30. September an die unten angegebene Adresse.

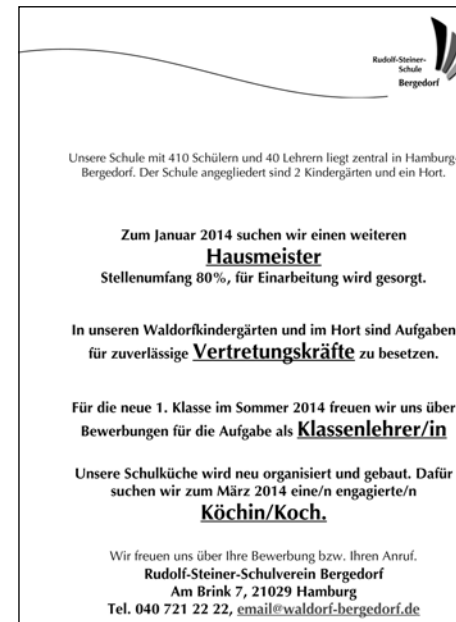
**Weiterhin suchen wir zum 1.1.2014
oder früher eine verantwortliche und
tatkräftige**

Küchenhilfe (w/m)

Der Stellenumfang beläuft sich auf 30 Stunden die Woche.

Senden Sie bitte Ihre Bewerbungsunterlagen bis zum 30. September an den

**Rudolf Steiner Schulverein
Hamburg Wandsbek e.V.
Personalkreis
Rahlstedter Weg 60
22159 Hamburg**



**RUDOLF STEINER SCHULE
HAMBURG - WANDSBEK**

Unsere Schule mit 410 Schülern und 40 Lehrern liegt zentral in Hamburg-Bergedorf. Der Schule angegliedert sind 2 Kindergärten und ein Hort.

Zum Januar 2014 suchen wir einen weiteren
Hausmeister
Stellenumfang 80%, für Einarbeitung wird gesorgt.

In unseren Waldorfkinderärten und im Hort sind Aufgaben für zuverlässige **Vertretungskräfte** zu besetzen.

Für die neue 1. Klasse im Sommer 2014 freuen wir uns über Bewerbungen für die Aufgabe als **Klassenlehrer/in**

Unsere Schulküche wird neu organisiert und gebaut. Dafür suchen wir zum März 2014 eine/n engagierte/n **Köchin/Koch**.

Wir freuen uns über Ihre Bewerbung bzw. Ihren Anruf.
Rudolf-Steiner-Schulverein Bergedorf
Am Brink 7, 21029 Hamburg
Tel. 040 721 22 22, email@waldorf-bergedorf.de



BUCHBINDEEI ERDMANN
Wir binden oder reparieren
Ihre Bücher
IM HAMBURGER WESTEN

Besuchen Sie uns im Internet
www.buchbinderei-erdmann.de
oder live zwischen 10⁰⁰-17⁰⁰ in der
Kanzleistrasse 4A 22609 Hamburg
Tel./Fax: 82 62 30


the papermoles

Mappen, Kästen, Fotoalben, Bilder aufziehen
schöne Papiere, Stoffe, Leder, Werkzeuge u.v.m.

Freitag, 1. November

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, Treffpunkt: Im Foyer der Schule, 16:00 Uhr

Welche Schule für mein Kind ?

Viele Eltern beschäftigen sich mit dieser Frage. Sie sind auf der Suche nach einem Schulkonzept, welches die Entwicklung ihrer Kinder in einer ihnen gemäßen Weise fördert. Unter diesem Gesichtspunkt möchten wir Ihnen unsere Schule vorstellen.

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Vom Wesen der Musik

Inhaltliche Betrachtungen, musikalische Darbietungen und Gespräch mit Gunhild von Kries (Berlin) und dem Ensemble „Klangblüte“. Euro 12 / 8 Veranstalter: MenschMusik

Carus Akademie, 19.30 Uhr

Sich fremdes zu Eigen machen – Stoffwechsel und Begegnung

Vortrag von Dr. med. Barbara Treß:

Schnittke-Akademie, 20:00 Uhr

Konzert: Werke von Alfred Schnittke

S. Morosov (Vi.), N. Gutman (Vc.), I. Schnittke (Klv.). Eintritt: 15,-/10,-

Rudolf Steiner Haus, 20.00 Uhr

Das Lied der Wege – Tänze und Gesänge aus 23 Jahren

Das Blaue Einhorn zum allerletzten Mal im Rudolf Steiner Haus. Das Blaue Einhorn geht ins drei- und zwanzigste Jahr und die Wege der vier Musiker werden sich nach dem 23.11.2013 trennen. „Das Lied der Wege“ ist eine Art Abschiedsprogramm, das den Abschied nicht thematisieren soll, aber mit einigen der schönsten Lieder aus der erfüllten und wechselvollen Zeit des gemeinsamen Musizierens auf einen geöffneten Horizont deuten will. Paul Hoorn: Gesang, Akkordeon, Trompete, Chalmere; Florian Mayer: Geige, Bass, Gesang; Andreas Zöllner: Gitarre, Bouzouki, Posaune, Gesang; Dietrich Zöllner Kontrabass, Bauchgeige, Cello, Tuba, Gesang; Eintritt: 18,-, Schüler/Studenten/Sozialpass 13,-. Veranstalter: Rudolf Steiner Haus Hamburg e.V.



Samstag, 2. November

Rudolf Steiner Schule Altona, 9.00 – 13.30 Uhr

Informationstag zur Waldorfpädagogik für interessierte Eltern der kommenden 1. Klasse

Die Rudolf Steiner Schule Altona stellt sich vor – (Kinderbetreuung ab 4 Jahren nach vorheriger Anmeldung; – begrenzte Platzzahl – möglich, Tel. 040/ 410 09 93)

in den Räumen der Lukaskirche, HH-Volksdorf, Rögeneck 25, 10 bis 17 Uhr

„Salutogenese – Wo liegen die Quellen meiner Gesundheit?“

Tagesseminar mit herzgesundem Essen der Herzschule Hamburg für Menschen mit Bluthochdruck, Herzerkrankungen oder Risikofaktoren, Information & Anmeldung: B.Stockmar Tel.: 04102-706767

Familien-Lebensschule Ahrensburg e.V., Hagener Allee 70d, 22926 Ahrensburg, 11:00 – 17:00 Uhr

Starke Väter – Starke Kinder. Väter als Kraftquelle ihrer Kinder

Der Einfluss von Vätern auf Kinder wird seit einigen Jahren in der Forschung und Wissenschaft betont. Was können Väter konkret tun, um Kinder für das Leben stark zu machen? Leitung: Ulrich Kopp, Dipl. Psychologe, Psychotherapeut HP, Coach, 2 Kinder, weitere Termine am: Freitag, 15.11.13, 19:30 Uhr. Freitag, 29.11.13, 19:30 Uhr. Kosten: 75,- für alle 3 Termine – Ermäßigung möglich – unterstützt von der Kroschke Stiftung für Kinder. Anmeldung: kopp.ulrich@t-online.de oder 04102-2045888

Waldorfkindergarten, Alte Rabenstraße 9, 20148 Hamburg, 15.30 bis 18.00.

Martinsbasar

2./3. November

Rudolf Steiner Haus, Samstag 16.00 Uhr/Sonntag 15.00 und 16.30 Uhr

Schneeweißchen und Rosenrot (Gebr. Grimm)

Die Marionettenbühne „Die Märchentruhe“ (Gründerin Bettina Jebesen) spielt für Kinder ab 3 Jahren. Eintritt: 4,-. Veranstalter: Rudolf Steiner Haus Hamburg e.V.

Sonntag, 3. November

Christengemeinschaft Harburg, 11:30 bis 15:00 Uhr

Herbstbasar

Lukas-Kirche, 20.00 Uhr

Abend der Stille

Brigitte Olle

Montag der 4. November

Rudolf Steiner Schule Harburg, 15.00 Uhr

Informationsnachmittag

im Kindergarten

Forum-Initiative, Mittelweg 145a, im Hinterhof, 18:00–19:30 Uhr

„Erlebe, was Deinem Herzen gut tut“

Kostenfreie Informationsveranstaltung für Menschen mit Herzerkrankungen oder kardialen Risikofaktoren. Veranstalter Herzschule-Mittelweg. Die Veranstaltungen finden statt im Rahmen der Herzaktions Wochen der Deutschen Herztiftung. Referenten: Dr. Gesine Udewald allg. Medezin und anthr. Medizin, Dipl.-Psych. Thomas Meyer, Katja Sommer Kunsttherapeutin, Sibylle Voss, Eurythmistin

Rudolf Steiner Schule Harburg, 20.00

Einführung in die Waldorfpädagogik Teil 1: Lernen mit allen Sinnen

Der Weg durch die Unter- u. Mittelstufe (1.–8. Kl.)

Familien-Lebensschule Ahrensburg e.V., Hagener Allee 70d, 22926 Ahrensburg, 20:00 Uhr

Gesundheitsthemen-Abend: Depression – Ursachen und therapeutische Möglichkeiten

Im Rahmen dieses Gesundheitsthemen-Abend wird das Thema Depression für Betroffene und Angehörige grundlegend erklärt und anthroposophisch-medizinische und naturkundliche Behandlungsmöglichkeiten aufgezeigt. Leitung: Gisela Fulda-Peiler, Hausärztliche Internistin, Anthroposophische Medizin (GAÄD) Kosten: 15,-. Anmeldung: info@familien-lebensschule.de



by_Bernd Kasper_pixelio.tif

Dienstag, 5. November

Rudolf Steiner Haus, 18.00 – 21.00 Uhr

Festveranstaltung: 33 Jahre Victor Thylmann Gesellschaft

Nach 33 Jahren fruchtbarer Tätigkeit stellt sich die Victor Thylmann Gesellschaft neuen Aufgaben und Herausforderungen. Im Mittelpunkt des Festabends steht der Blick auf die Kostbarkeit der Gesundheit und ein erster Vorblick auf den Gründungsimpuls Patientenakademie. Kostenbeitrag erbeten. Veranstalter: Victor Thylmann Gesellschaft

Forum Initiative, Mittelweg 145 a, 20148 Hamburg, 19.00 Uhr

Der Kampf um das Denken

Vortrag von Lars Grünewald, freiwilliger Kostenbeitrag

RSS-Bergedorf, Uhrzeit bitte in der Schule erfragen

Infoabende für neue und interessierte Eltern der zukünftigen 1. Klasse:

Johannes-Kirche, im Rittelmeyersaal, 19:30 Uhr

Gemeinschaftsbildung – Wer den Hafen nicht kennt, dem ist jeder Wind recht – Sehen wir ein gemeinsames Ziel für das Christentum in der Welt?

Erich Colsman, Wetter

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, Treffpunkt: Im Hort unserer Schule, 19:30 Uhr

Der Vertrauenskreis unserer Schule: Streitkultur ist erlernbar wie ein Handwerk

Der vor ca. zwei Jahren neu belebte Vertrauenskreis unserer Schule erarbeitet bei seinen regelmäßigen Treffen ein Leitfaden, um den Eltern, Lehrern und Erziehern im Konfliktfall beratend und unterstützend zur Seite stehen zu können. Eine geleitete Auseinandersetzung kultiviert den Streitfall und verhindert mögliche Verletzungen. Um Anmeldung wird aus Planungsgründen bis zum 30.10.13 unter Telefon: 04154-709345 (Gerold Heller) oder per Mail gebeten.

Mittwoch, 6. November

Seminar für Waldorfpädagogik, Hufnerstr. 8, von 10 – 15 Uhr

Informationstag für Interessenten an der Ausbildung zum Waldorflehrer

Studienwege und -voraussetzungen, persönliche Studienberatung und Gesprächsmöglichkeit mit den anwesenden Dozenten und Studenten.

Raphael-Schule, 7.45 – 12.30 Uhr

Tag der offenen Tür

Hospitation im Unterricht mit anssl. Gesprächsrunde und einer Schulführung. Bitte anmelden bis 4.11. Tel: 81 99 26 40

Waldorfkindergarten Kakenstorf, Lange Str. 2, 21255 Kakenstorf, von 16–17 Uhr

Infonachmittag

Eine Erzieherin freut sich auf Ihre Fragen. Telefon 04186 – 8106. info@waldorfkindergarten-kakenstorf.de. www.waldorfkindergarten-kakenstorf.de

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Die Konsequenzen der Dreigliederung für Grund und Boden – die Erde als der Leib Christi

Vortrag und Gespräch mit Heidjer Reetz. Eintritt: Kostenbeitrag nach eigenem Ermessen. Veranstalter: Anthroposophische Gesellschaft – Zweig am Rudolf Steiner Haus

Veranstaltungsort: Rudolf Steiner-Schule, Am Brink 7, 21029 Hamburg-Bergedorf, 20 Uhr

Demenz

Vortrag von Helga Kretschmer, Altentherapeutin, und Jörgen Day, Pfarrer der Christengemeinschaft; Veranstalter: Forum Leben e.V.

Donnerstag, 7. November

Lukas-Kirche, 20.00 Uhr

Sterben – aus ärztlicher Sicht

Vortrag und Gespräch. Dr. Andreas Fucke, Dr. Gesine Udewald

Domäne Fredeburg, Domänenweg 1, 23909 Fredeburg, 19.30 Uhr

Vortrag Kunst: "Apollo und Dionysos – polare Urquellen der Kunst" · Traum und Rausch ästhetisch, philosophisch und menschenkundlich betrachtet ·

Gottfried Stockmar · Eintritt 6,- Veranstalter: Lauenburgischer Kunstverein (LKV) und Kultur-LandWirtSchaft e.V.

Michaels-Kirche, 20.00 Uhr

Die Nähe des ewigen Lebens – Das Sterben

Einleitung und Gespräch, Ingeborg Heins

Freitag, 8. November

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, Treffpunkt: Im Foyer der Schule, 16:00 Uhr

Welche Schule für mein Kind ?

Viele Eltern beschäftigen sich mit dieser Frage. Sie sind auf der Suche nach einem Schulkonzept, welches die Entwicklung ihrer Kinder in einer ihnen gemäßen Weise fördert. Unter diesem Gesichtspunkt möchten wir Ihnen unsere Schule vorstellen.

Freie Schule Hitzacker, 29456 Hitzacker, Am Hagen, 20 Uhr

VERBRENNUNGEN von Wajdi Mouawad

aufgeführt von der 12. Klasse der Freien Schule Hitzacker

Christengemeinschaft Harburg, 20 Uhr

Wegbereiter für ein erneuertes Christentum II – Druiden und Mönche – Das altirische Christentum

Vortrag von Martina Alexi



web_R_by_ORANGEMINE_pixelio

8. – 9. November

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, Fr, 20:00 Uhr. Sa, 9:30 – 17:30 Uhr

Mut und Möglichkeit – Erziehung und Entwicklung in Freiheit

zu Gast bei uns: Pädagogische Akademie am Hardenberg Institut, Heidelberg. Seminar für Eltern, Lehrer und Freunde. Mit Karl Marin Dietz, Mona Doosry, Frank Hussung. Das Kind erzieht sich selbst und der begleitende Erwachsene bildet nur die bestmögliche Umgebung dafür. Dazu braucht es Mut. Dieser Gedanke der Waldorfpädagogik ist die Grundlage für eine Entwicklung in Freiheit. Wochenendseminar: Einleitungsvortrag / Gesprächsgruppen / Impulse / Plenum. Information und Anmeldung: www.paedagogische-akademie.de oder 06221 – 65 01 70 und im Schulbüro der Rudolf-Steiner-Schule HH-Wandsbek

8. – 10. November

Rudolf Steiner Haus, Beginn am Freitag: 17 Uhr. Ende am Sonntag: 13 Uhr

Phänomene des Ätherischen

Eurythmisches Intensivwochenende mit Barbara Mraz und Mikko Jairi (Berlin). Kosten: 110 Euro. Informationen und Anmeldung: 030 / 45081192 oder mikkojairi@hotmail.com. Veranstalter: MenschMusik Hmaburg in Kooperation mit Compagnie Phoenix Berlin

Samstag, 9. November

Familien-Lebensschule Ahrensburg e.V., Hagener Allee 70d, 22926 Ahrensburg, 9:00–16:00 Uhr

Krank – Was nun? 1. Hilfe für das Kind

An diesem Tag – zu dem Kinder gerne mitgebracht werden können – lernen Sie alles über Notfälle, 1. Hilfe, Unfall-Verhütung sowie Behandlungsmaßnahmen bei Fieber, Husten und anderen Symptomen! Leitung: Dr. Barbara v. Kries, Kinder- und Jugendärztin. Kosten: 50,-. Ermäßigung möglich – unterstützt von der Kroschke Stiftung für Kinder. Anmeldung: Gerbera.vK@gmx.de oder 04102-59207

Hof Gut Wulfsdorf, Bornkampsweg, Ahrensburg, Ort: Holzofenbäckerei, 10 – 12 Uhr

Martinsbacken

In unserem Holzofen backen wir mit den Kindern aus feinem Hefeteig Martinsgänse und Martinsbrezeln; für Kinder von 5 – 10 Jahren; Kosten: 5,00 pro Kind. Anmeldung unter 04102-803 752

Rudolf Steiner Haus, 10.00 – 17.00 Uhr

Meditationsseminar Sinn und Sein: Einführung in meditative Praxis

mit Hendrik Vögler (Arzt), Dortmund. Ziel dieses Seminars ist es, meditative Übungen so kennenzulernen, dass sie regelmäßig im Alltag angewendet werden können. Wir nehmen den Körper wahr, spüren dem Atem nach und gehen durch verschiedene Stufen des Besinnens. So vertiefen wir das Denken und stärken die Konzentrationskraft. Seminargebühr: 70,-. Anmeldung: Christiane Hagemann (Tel. 513 34 28 oder www.vitaleurythmie.de)

Rudolf-Steiner-Schule in Nienstedten, 11.00 bis 17.00 Uhr

traditioneller Martinsmarkt

detailliertes Programm findet man unter: <http://martinsmarkt.waldorfschule-nienstedten.de/> Hinweis: keine Parkmöglichkeiten auf dem Gelände, Parkplatz neben dem DLRG-Haus, Elbchaussee oder Fähranleger Teufelsbrück

Rudolf-Steiner-Schule Bergstedt, Christophorus Schule, Kindergarten, Bergstedter Chaussee 207, 22395

Hamburg, von 12.30 – 17.30 Uhr

Traditioneller Martinsbasar

Verkaufsstände, Märchenspiele, Kindercafé, Espressobar etc. Siehe Text unter Veranstaltungsanzeigen

Freie Schule Hitzacker, 29456 Hitzacker, Am Hagen, 20 Uhr

VERBRENNUNGEN von Wajdi Mouawad

aufgeführt von der 12. Klasse der Freien Schule Hitzacker

Sonntag, 10. November

Hermann Jülich Werkgemeinschaft e.V., Hamfelde/Stormarn, Dorfstr. 27, 11 – 18 Uhr

Martins-Markt

siehe Text unter Veranstaltungsanzeigen

Christengemeinschaft Bergedorf, Brookdeich 12, 21029 Hamburg-Bergedorf, 11.30

Is(s) was?

Martinsbazar mit Kaffee und Kuchen

Friedrich-Robbe-Institut, von 12 - 17 Uhr

Basar

neben dem Verkauf schöner Dinge, Bastel- und Kaffeestuben stellen sich Nachfolgeeinrichtungen vor

Freie Schule Hitzacker, 29456 Hitzacker, Am Hagen, 18 Uhr

VERBRENNUNGEN von Wajdi Mouawad

aufgeführt von der 12. Klasse der Freien Schule Hitzacker

Montag, 11. November

Lukas-Kirche, 16.30 Uhr

Martinsfest mit Puppenspiel und Laternelaufen

Familien-Lebensschule Ahrensburg e.V., Hagener Allee 70d, 22926 Ahrensburg, 20:00 Uhr

Mit Märchen im Gespräch – Hilfen und Werte für den Alltag

Oft verlieren wir uns mit Alltag „im Dickicht des Waldes“ und finden nur schwer einen Ausgang oder eine Lösung. Wir sehnen uns dann gerne nach einer guten Fee die alles richtet. Was heißt das für uns und welche Bilder stehen dahinter? Leitung: Octavia Kliemt Kosten: 15,- Anmeldung: ok@maerchenbrunnen.eu oder 040-6046976

Dienstag, 12. November

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Der Kontinent Picasso – das Drama des modernen Menschen

Vortrag von Martin Straube (Arzt am Institut Diogenes). Eintritt frei – ein Kostenbeitrag wird erbeten (Richtsatz 10,-). Veranstalter: Institut Diogenes

Johannes-Kirche, 19:30 Uhr

Gemeinschaftsbildung – Ich und Gemeinschaft. Die Religionsfreiheit jedes Einzelnen

Gerhard Ertlmaier, Hamburg

Donnerstag, 14. November

Hof Gut Wulfsdorf, Ort: Holzofenbäckerei, Bornkampsweg, Ahrensburg, 19.30 Uhr

Brot und Wein

Weinverkostung bei Kerzenschein vor dem Holzofen mit dem Winzer vom Demeter-Weingut Fuchs-Jacobus mit dazu passenden Broten aus unserer Backstube. Kosten: 8,00 pro Person. Anmeldung unter: 04102-803 752

Michaels-Kirche, 20.00 Uhr

Die Nähe des ewigen Lebens – Der Tod

Einleitung und Gespräch, Ingeborg Heins

Schnittke Akademie, 20:00 Uhr

Konzert: Moskauer Kammerorchester Vremena Goda

Solisten: Olga Gorodkova, Sopran; Ivan Sokolov, Klavier. Werke von A. Schnittke, V. Silvestrov und T. Mansurian, Eintritt: 15,- / 10,-

Freitag, 15. November

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Konzert: „Aber die Liebe ist die Sonne“

Albert Steffen-Vertonungen von Raimund Schwedeler und Torben Maiwald; Marret Winger, Sopran; Steffen Hartmann, Klavier; Eintritt: 12,- , ermäßigt 8,-; Veranstalter: Anthroposophische Gesellschaft – Zweig am Rudolf Steiner Haus in Kooperation mit MenschMusik Hamburg e.V.

Rudolf Steiner Schule Lüneburg, 20 Uhr

Schauspiel VERBRENNUNGEN von Wajdi Mouawad

aufgeführt von der 12. Klasse der Freien Schule Hitzacker

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, 20:00 Uhr

Krabat, nach Otfried Preußler

Klassenspiel der Klasse 8a. Regie: Jürgen Rimmel. Die Geschichte von Krabat, geschrieben von Otfried Preußler, spielt um das Ende des 18. Jahrhunderts, zur Zeit des Großen Nordischen Krieges. Karten: Reservierungsgebühr 2,50 für alle; schriftliche Bestellung mit Geld im Umschlag bis zum 07.11.2013 im Schulbüro. Direktverkauf im Foyer am 08.11.2013 zwischen 09:30 Uhr und 10:30 Uhr. Abendkasse: Jeweils eine Stunde vor Veranstaltungsbeginn

15. – 17. November

Forum Initiative, Atelier für Skulpturarbeit, Fr.: 18:30 – ca. 20:00 Uhr. Sa.: 10:00 – ca. 18:30 Uhr. So: 11:00 – ca. 16:00 Uhr

Ein Nein ist nur ein Ja zu etwas anderem, so gesehen ist es der Anfang, nicht das Ende eines Gesprächs

Vertiefungsseminar zur Gewaltfreien Kommunikation mit Katalin Giesswein und Markus Castro. Was macht es uns so schwer, ein Nein zu hören oder zu sagen? Wir üben authentischer zu sein und herauszufinden, was wir brauchen, um zu uns zu stehen, so dass schwierige Situationen allmählich ihren Schrecken verlieren. Kurze theoretische Inputs werden durch vertiefende praktische Übungen bereichert. Vertrautheit in den Grundbegriffen der GfK ist unabdingbar. Nötige Vorkenntnisse für Neueinsteiger: in unseren Übungsgruppen mittwochs, wie auch in Einzelstunden. Teilnehmerzahl: max. 12 Personen; Honorar: 150 (erm.) – 250,- pro Pers.; 50,- Anzahlung als Anmeldung bitte bis spätestens 10.11. bei K. Giesswein, Tel. 040-51318728, willkommen@gemeinsam-zu-frieden.de / Markus Castro, 0157-88672755, www.kommunikations-zauber.de

Samstag, 16. November

Rudolf Steiner Haus, 10.00 – 16.30 Uhr

Schlaf und Schlafstörungen

Seminar mit Prof. Dr. med. Volker Fintelman. Trotz moderner Schlafforschung und vielen Hypothesen ist es unverändert ein Rätsel, warum der Mensch schläft und was z.B. mit unserem Bewusstsein während des Schlafs geschieht. Ist es einfach ausgelöscht, oder richtet es sich nachts auf ganz andere Inhalte als am Tage? Warum träumen wir? Die tiefe Bedeutung des Schlafs für unsere Gesundheit von Leib und Seele durch die Forschungen Rudolf Steiners ergänzt das Wissen der naturwissenschaftlichen Forschung und zeigt die spirituelle Dimension des Schlafs. So bekommen auch die unterschiedlichen Schlafstörungen unserer Zeit eine andere Dimension und insbesondere auch deren sinnvolle Therapie. Kursgebühr: 40,- , Anmeldung nicht erforderlich. Veranstalter: Anthroposophische Gesellschaft – Zweig am Rudolf Steiner Haus

Waldorfkindergarten Kakenstorf, Lange Str. 2, 21255 Kakenstorf, von 11-17 Uhr

Martinswerkstätten

Jung und Alt können aktiv werden beim Perlen fädeln, Herbstkränze binden. Es gibt ein Puppenspiel, Tortencafé und einen Elternbasar.

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, 19:00 Uhr

Krabat, nach Otfried Preußler

Klassenspiel der Klasse 8a. Siehe 15. November

16./17. November

Rudolf Steiner Haus, Samstag 15.00 – 21.00 Uhr / Sonntag 10.00 – 14.00 Uhr

Meditative Betrachtung der aristotelischen Kategorien

In diesem Seminar wird durch meditative Betrachtung die innere Leucht- und Wirkkraft der aristotelischen Kategorien und ihre Verwandlung in den Kategorien der Anthroposophie gesucht werden. Grundlage bildet der Vortrag von Rudolf Steiner von 22.4.1924. Eintritt: Samstag 40,- , Sonntag 30,- , Gesamtkarte 65,- . Info: Hans Bonneval (E-Mail: hansdenkt@gmx.de, Tel.: 040-27 07 65 02) und Occident Verlag (E-Mail: info@occidentverlag.de)

Sonntag, 17. November

Christengemeinschaft Bergedorf, Brookdeich 12, 21029 Hamburg-Bergedorf, 11.30

Martinsbazar

Kultur im Wohldorfer Damm 20, (ZusammenLeben) um 17:00 UhrKaffee und Kuchen ab 16:30 Uhr

„Hier spricht Anna“

mit Johanna Debes. Schauspiel nach dem Bestseller „Hallo Mister Gott, hier spricht Anna“ des Autors Fynn. Eintritt: 10,- / ermäßigt 7,- Euro. Karten unter Tel. 604 00 36 – Fax 604 00 53

Schnittke Akadmie, 20:00 Uhr

Lieder und Arien zum Thema „Tod“ im Stimmungskontext von Pierrot und Drakula.

Konzert-Trilogie zum Gesangs-Meisterkurs mit Elena Vassilieva. Konzerte am 17.11., 21.11, & 23.11. Eintritt: 15,- / 10,-

Montag, 18. November

im Forum des Ev. Amalie Sieveking Krankenhauses, Haselkamp 33, 18.30 bis 20.30 Uhr

„Gibt es eine herzgesunde Ernährung?– Die richtige Kost für Menschen mit Koronarer Herzkrankheit, Bluthochdruck oder Herzschwäche“

ein kostenfreier Vortrag mit Verkostung und praktischen Übungen der Herzscheule Hamburg, Information & Anmeldung: B.Stockmar Tel.: 04102-706767

Rudolf Steiner Schule Harburg, 20.00

Einführung in die Waldorfpädagogik Teil 2

Der Unterricht der Oberstufe – Schulabschlüsse – Der künstlerisch-handwerkliche Unterricht

Dienstag, 19. November

Johannes-Kirche, 19:30 Uhr

Gemeinschaftsbildung – Allein Schenken bildet stabile Gemeinschaften. Das Geld der Zukunft

Hans-Bernd Neumann, Reutlingen

Schnittke Akadmie, 20:00 Uhr

Konzert & Gespräch: Eine Veranstaltung zum 100. Geburtstag von Benjamin Britten.

Mark Lubotsky, Violine. Eintritt: 15,- / 10,-

Donnerstag, 21. November

Lukas-Kirche, 20.00 Uhr

„Orte der Wandlung – Atomkraftwerk und Altar“

Vortrag Dr. Hans Bernd Neumann, Pfarrer in Reutlingen

Freitag, 22. November

Carus Akademie, 19.30 Uhr

Der dreigliedrige Funktionsorganismus

Vortrag von Prof. Dr. Volker Fintelmann

Hof Dannwisch, Dannwisch 1, 25358 Horst, 17.00 Uhr

Theater: „Mascha und der Bär“. Von der Notwendigkeit des Honigs in der Welt.

theaterimkerei SanneWeber, mit Sandy Sanne + Alexander Weber, Spende erbeten: Erwachsene ca. 10,- , Kinder ca. 8,- , Familien ca. 20,-

Rudolf Steiner Haus Hamburg, 19.00 Uhr

Zukunft der Arbeit

Zwischen „Tittytainment“ und Menschenrecht. Vortrag von Dr. Hans-Bernd Neumann, Tübingen, Verant.: Rudolf Steiner Haus Hamburg e.V.

Rudolf Steiner Schule Harburg, 20.00

„Oliver Twist“

Klassenspiel der 8. Klasse; nach dem gleichnamigen Roman von Charles Dickens

Samstag, 23. November

Rudolf Steiner Haus, 9.30 – 17.00 Uhr

Belebt durch Vitaleurythmie

Seminar mit Christiane Hagemann und Michael Werner. Sich innerlich erfrischt und geistig erholt zu fühlen, das ist für viele Menschen heute ein großer Wunsch. In diesem Seminar können Sie ihn sich erfüllen. Die Übungen, die Sie an diesem Tag kennenlernen, bauen Sie auf und bringen Ihnen die nötige Energie zurück, körperlich ebenso wie mental. Seminargebühr: 85,- . Anmeldung unter Tel.: 040-513 34 28 oder www.vitaleurythmie.de

Raphael-Schule, von 11 – 15.30 Uhr

Pädagogischer Tag, zum Kennenlernen der Raphael-Schule

Vortrag, Gespräch, aus dem rhythmischen Unterricht, Arbeitsgruppen etc. Bitte anmelden bis 20.11. Tel: 81 99 26 40. Siehe Anzeige in diesem Heft

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, 11:00 – 17:00 Uhr

Wintermarkt

die Schulgemeinschaft lädt ein. Schönes und Stimmungsvolles Für Gross und Klein im ganzen Schulhaus

Rudolf Steiner Haus, 15 – 21 Uhr

„WENN DAS HERZ ZUM OHR WIRD“

Thementag zur Spiritualisierung der Herzkkräfte

15.00 bis 16.30:

Das Herz ist die Tonika –

eine musikalische Betrachtung mit Matthias Böls

17.00 bis 18.30:

Das Herz als Wahrnehmungsorgan–

eine medizinisch- menschenkundliche Betrachtung mit Richard Drexel

19.30 bis 21.00:

Das Herz als Schicksalsorgan–

eine meditative Betrachtung mit Steffen Hartmann

Kosten: Gesamtkarte 25,-, Einzelvortrag 10,-. Veranstalter: MenschMusik Hamburg in Kooperation mit der Victor Thylmann Gesellschaft und der Anthroposophischen Gesellschaft (Zweig am Montag)

Rudolf Steiner Schule und Kindergarten Lüneburg, Walter-Bötcher-Str. 4– 6, 21337 Lüneburg, von 11.00 – 17.00 Uhr

Wintermarkt

Die Eltern der Rudolf Steiner Schule und des Waldorfkinder Gartens laden zu ihrem alljährlichen Wintermarkt ein.

Michaels-Kirche, 16.00 Uhr

Totengedenken

Domäne Fredeburg, Domänenweg 1, 23909 Fredeburg, 20.00 Uhr

Konzert mit Einführung: Komponistenporträt „Johannes Brahms“: Sechs Lieder

bearbeitet von Norbert und David Geringas, Sonate für Klavier und Violoncello e-moll, op. 38, Sonate für Klavier und Violoncello F-Dur, op. 99 · Hans-Christian Schwarz – Violoncello · Tamami Toda-Schwarz – Klavier · Eintritt 12,-, Mitglieder 10,-, Schüler 10,-

Rudolf Steiner Schule Harburg, 20.00

„Oliver Twist“

Klassenspiel der 8. Klasse; nach dem gleichnamigen Roman von Charles Dickens

Sonntag, 24. November

Christengemeinschaft Bergedorf, Brookdeich 12, 21029 Hamburg-Bergedorf, 11.30

„Letztes Boot darin ich fahr“ –

Gedichte und geschichten zum Totensonntag

Lukas-Kirche, 17.00 Uhr

Feierstunde zum Totensonntag

Mit Musik und Ansprache

Johannes-Kirche, 18:00 Uhr

Andacht zum Totensonntag – Gemeinschaft mit den Verstorbenen

Predigt: Friedrich Hussong, Orgel: Andreas Rondthaler

Liebe Leserinnen und Leser, wir brauchen ihre Hilfe!

Nach wie vor kann der HINWEIS in dieser Form über die Arbeit der anthroposophischen Initiativen in Hamburg nur berichten, wenn Sie dazu Ihren finanziellen Beitrag leisten. Die Herstellungs-, Druck- und Personalkosten können nur teilweise durch die Anzeigeneinnahmen getragen werden.

Wenn Sie den HINWEIS regelmäßig und gerne lesen, erbitten wir deshalb Ihre Spende, die Sie auf dem beigelegten Überweisungsvordruck entrichten können.

Manche Leser/innen bezahlen Ihren monatlichen Betrag in eine bereitgestellte Box, die an manchen Auslegestellen steht. Leider ist es nicht möglich, überall solche Boxen aufzustellen, da daraus Geld schon gestohlen wurde. Wir können insofern nur an Ihre Ehrlichkeit appellieren, auf die eine oder andere Weise Ihren Obolus zum Weiterbestehen des HINWEIS zu zahlen.

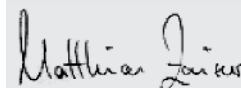
Falls Sie eine **Spendenbescheinigung** brauchen: seit 2007 gilt bei Beträgen bis 200,- EUR der Konto-Auszug als Spendenquittung.

Falls der **Überweisungsträger verlorengegangen** ist:

Gem. Treuhandstelle, Sonderkonto HINWEIS, KtoNr.: 12 454 804, GLS-Bank, BLZ 43060967

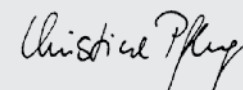
Für Ihre Unterstützung danken wir Ihnen!

Für den Herausgeber,
die Gemeinnützige Treuhandstelle
Hamburg e.V.:



Matthias Zaiser

für die Redaktion



Christine Pflug

Schnittke Akadmie, 20:00 Uhr

Konzert: Zum Gedenken an Alfred Schnittke

Olga Dovbush-Lubotsky, Violoncello & Irina Schnittke, Klavier. Eintritt: 15,- / 10,-

Dienstag, 26. November

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Die Worpweder Künstlerkolonie – der Idealismus und das Scheitern

Vortrag von Martin Straube (Arzt am Institut Diogenes). Eintritt frei – ein Kostenbeitrag wird erbeten (Richtsatz 10,-). Veranstalter: Institut Diogenes

Mittwoch, 27. November

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Paulus – eine Biographie der Wandlung

Vortrag von Maria Schulenburg. Veranstalter: Anthroposophische Gesellschaft – Zweig am Rudolf Steiner Haus

Lukas-Kirche, 20.00 Uhr

Kirche – ein Auslaufmodell? ein unerreichtes Arbeitsziel?

Vortrag Engelbert Fischer, Pfarrer in Graz

Donnerstag, 28. November

Michaels-Kirche, 20.00 Uhr

Kirche – wer will die eigentlich und wofür?

Vortrag von Engelbert Fischer, Pfarrer in Graz

Freitag, 29. November

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Klavierabend

im Rahmen der Instrumentalpädagogik-Ausbildung. Hajo Simmering, Klavier. Verant.: Mensch-Musik. Eintritt frei

Rudolf-Steiner-Schule Bergstedt, 20.00 Uhr

„FAME – The Musical“

Klassenspiel der 12. Klasse in englischer Sprache. (Kartenbestellung ab 11.11. unter www.steiner-schule-bergstedt.de)

Christengemeinschaft Harburg, 20 Uhr

Die Sprache – können wir ihre Quellen finden?

Vortrag von Lars Karlsson

Samstag, 30. November

Christophorus-Schule, ab 9.00 Uhr

Öffentliche Monatsfeier

Rudolf Steiner Schule Bergedorf, 11-17.00 Uhr

Adventsbasar

Lassen Sie sich und Ihre Kinder verwöhnen und in die vorweihnachtliche Stimmung entführen, durch den Kaffee- und Kuchen(duft) der diversen Cafés und Restaurants, die verschiedenen Spiel- und Bastelangebote für Kinder, Mitmachaktionen und den Bummel zu den Verkaufsständen mit liebevoll hergestellten Kunsthandwerklichen Dingen!

Rudolf Steiner Schule Altona, 11.00 – 17.00 Uhr

Adventsmarkt

Adventskränze, (Weihnachts-)Dekoration, handgefertigtes Spielzeug, Lampen und Textilien, Bücher... für Kinder viele Aktionen zum Mitmachen; weihnachtliche Konzerte, Darstellendes Spiel und Kunst... Themencafés für leibliches Wohl

Rudolf Steiner Schule Harburg, 11-17 Uhr

Heideburgmarkt

Handwerk, Kunst, Kultur, siehe Anzeige in diesem Heft

Rudolf-Steiner-Schule Bergstedt, 20.00 Uhr

„FAME – The Musical“

Klassenspiel der 12. Klasse in englischer Sprache. (Kartenbestellung ab 11.11. unter www.steiner-schule-bergstedt.de)

Samstag/Sonntag 30.11. u. 01.12.

Hof Gut Wulfsdorf, Ort: Keramikwerkstatt Birgit Best und Wasserturm, Bornkampsweg, Ahrensburg, 11 – 18 Uhr

Weihnachtsausstellung

Stimmungsvolle Ausstellung von Birgit Best und weiteren Kunsthandwerkern im rustikalen Wasserturm. Eintritt frei

Anfang Dezember

Sonntag, 1. Dezember

Johannes-Kirche, 11:45 Uhr

Kinderfest zum Advent

Michaels-Kirche, 16.00 Uhr

Adventsgärtlein

Rudolf-Steiner-Schule Bergstedt, 20.00 Uhr

„FAME – The Musical“

Klassenspiel der 12. Klasse in englischer Sprache. (Kartenbestellung ab 11.11. unter www.steiner-schule-bergstedt.de)

Termine

Dienstag, 3. Dezember

Rudolf Steiner Haus, 18.00 – 19.00 Uhr

Einführung in die Meditation

Aufbauend auf den Kurs „Mehr Zeit – mehr Kraft – mehr Hingabe: Kraftquelle Schulungsweg“ unternehmen wir am Beispiel der von Rudolf Steiner gegebenen Rosenkreuzmeditation übergreifend erste Schritte, die selbstständig dann weiter fortgesetzt werden können. Die Advents- und Weihnachtszeit ist dafür gut geeignet. 7,- je Termin. Einführung: Christian Scheffler, Pfarrer und Leitung Priesterseminar Hamburg Weitere Termine am 10. und 17.12.2013. Veranstalter: Rudolf Steiner Haus Hamburg e.V.

Mittwoch, 4. Dezember

Seminar für Waldorfpädagogik, Hufnerstr. 8, von 10 – 15 Uhr

Informationstag für Interessenten an der Ausbildung zum Waldorflehrer

Studienwege und -voraussetzungen, persönliche Studienberatung und Gesprächsmöglichkeit mit den anwesenden Dozenten und Studenten.

Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, Bornkampsweg, Ort: Holzofenbäckerei 15 – 16.30 Uhr

Weihnachtsbacken

Eine große Menge Sirup-Lebkuchenteig will zu leckeren Plätzchen verbacken werden, dafür brauchen wir eifrige Helfer! Und es soll ja auch nichts im großen Ofen verbrennen, für Kinder ab 5 Jahren. Kosten: 5,00 pro Kind. Anmeldung unter 04102-803 752

Tagungshäuser

Studienhaus Göhrde

09.11.2013 (10:30 Uhr) – 09.11.2013 (18:00 Uhr)

TAGESSEMINAR: Märchendichtung im Lichte der Geistesforschung:

Märchenbilder in der Spiegelung des Tierkreises. Gisela Marten, Hamburg. Ort: Seminarhaus Kurfürstendeich, 21039 Hamburg-Vierlanden

29.11.2013 (18:00 Uhr) – 01.12.2013 (13:00 Uhr)

Trinität – Trichotomie – Dreigliederung – Der Schlüssel zu den Fragen der Gegenwart

Marcus Schneider, Basel. Ort: Seminarhaus Kurfürstendeich, 21039 Hamburg-Vierlanden

*Die Termine und die Daten des Adressteils finden Sie auch
im Internet unter*

www.anthronet.de – Kulturkalender und Adressen

Regelmäßige Veranstaltungen

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

Forum-Initiative

Dienstag

Übungsgruppe zu Grundlagen der GfK
mit Katalin Giesswein und Markus Castro. Wir halten Raum und Zeit, damit Sie sich Grundkenntnisse erwerben und sich in den vier Grundschriften üben können. Eigene Beispiele sind willkommen, Tiefe und Freude sind mit dabei. Teilnahme an einzelnen Terminen möglich. Dienstags 18.30-20.30h; Honorar: 12-20,- pro Abend; Anm. & Info: K. Giesswein, Tel.: 040-51318728 od. M. Castro, 0157-88672755

Mittwoch

Übungsgruppe zur Vertiefung der GfK
mit Katalin Giesswein und Markus Castro. Wir bearbeiten aktuelle Fragen in Übungen, die Freude, Verständnis, Vertrauen und Gemeinsamkeit bilden. Teilnahme an einzelnen Terminen möglich. Grundkenntnisse sind förderlich, bei Bedarf gerne mittwochs, in Einzelstunden oder Einführungs-Seminaren zu erwerben. Termin: jeweils mittwochs 18.30-20.30h; Honorar: 12-20,- pro Abend; Anm. & Info: K. Giesswein, Tel.: 040-51318728 od. M. Castro, 0157-88672755



LUCIA e.V.

Pflege- und Betreuungsdienste

Gemeinnützig und anthroposophisch orientiert

- Haushaltshilfe
- Alltagsbegleitung
- Familienpflege, Wochenbettpflege
- Pflege-Unterstützung für Angehörige
- Kurzfristige Einzelmaßnahmen z. B. Wicken,
- Einreibungen, anthroposophische Therapien
- Unterstützung bei Rehabilitationsmaßnahmen
- Besuche im Krankenhaus
- Übergangsbetreuung für kurze Zeiträume
- Sterbegleitung, Sterbepflege

Telefon: 040 / 53 32 70 83, Fax: 040 / 53 32 70 84
www.lucia-ev.de, E-Mail: info@lucia-ev.de
Am Backofen 36, 22339 Hamburg

hinweis

Hier könnte Ihre
Anzeige stehen

Diese sechste Seite kostet in s/w
nur Euro 54,- (farbig Euro 69,-)

Rufen Sie doch an oder schicken
Sie eine Mail.

Tel.: 040/410 41 71
hinweis-hamburg@online.de



ENGEL- UND GEOMANTIE SEMINARE MIT FLORIAN GRIMM
 GANZHEITLICHE NATURERFAHRUNG
 SPIRITUELLE PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

TAGESSEMINARE IN HAMBURG ZUR EINFÜHRUNG IN DIE GEOMANTIE
 Die Äthergeographie von Rudolf Steiner, Elementarwesen und geistige Kräfte in der Landschaft kennenlernen. Samstag, 09.11.13, 21.12.13, 25.01.14, 15.02.14. Zeit: Jeweils 10 bis 18 Uhr. Kosten: 100 Euro je Seminartag.

INNERE WANDLUNG MIT ENGELN - SEMINARREIHE IN HAMBURG
 Kennenlernen des Wirkens der geistigen Hierarchien beim Menschen und in der Natur. Meditationen und Übungen, künstlerische Erfahrungen, Wahrnehmungsschulung. Grundlagen des geistigen Heilens. Termine: 11./12. Januar; 01./02. Februar; 22./23. März; 26./27. April und 17./18. Mai 2014. Zeit: Samstag und Sonntag 10 bis 19 Uhr. Ort: Praxis Florian Grimm, Groß Flottbeker Straße 32. Kosten: 220 Euro, ermäßigt 170 Euro je Seminarwochenende.

GEOMANTISCHE BERATUNG FÜR IHRE WOHNUNG, HAUS ODER GARTEN. Bitte informieren Sie sich unter grimm-geomantie.de

FLORIAN GRIMM - SCHULE DER SOPHIA - HEILPRAKTIKER FÜR PSYCHOTHERAPIE - GEOMANTISCHE ARCHITEKTUR
 Groß Flottbeker Straße 32, 22607 Hamburg - Telefon 040 - 86 64 59 95 -
florian.e.grimm@gmx.de - fegrimm.de



Weihnachtlicher Meditationskurs: Verbindung mit dem höheren Selbst

Fr. 20. bis So. 22. Dez. 2013

Einführung in anthroposophische Meditation, praktische Übungen mit anschließendem Erfahrungsaustausch stehen im Zentrum. Zeiten: Fr. 19.00 – 22.00 Uhr. Sa. 9.30 – 20.00 Uhr, So. 9.30 – 13.00 Uhr. Kursgebühr Euro 150,-, erm. 100,-.

Anmeldung und weitere Infos bei den Kursleitern: Thomas Mayer, Agnes Hardorp, 0831-5709512,
www.anthroposophische-meditation.de.

Unter der Rubrik „Veranstaltungsanzeigen“ können auch Einrichtungen und Veranstalter aus dem Umkreis der Leserschaft ihre Veranstaltungen (gegen einen Kostenbeitrag von 1,30 pro Zeile = 40 Anschläge) abdrucken lassen. Die Redaktion weist darauf hin, dass die Inhalte nicht überprüft und bewertet werden.

Geburtstagsempfang zum 20jährigen Bestehen des BLI

Am 6.12. 2013

Kleine Leckereien, offene Räume, Miteinandersein
Bernard Lievegoed Institut, Am Felde 2,
 14:30 – 18:30 Uhr

Teilnehmer gesucht für zwei Kurse!!!

1. Grundkurs - Denkschule
 zur Einführung in das lebendige Denken und die Anthroposophie
 „Das Denken als Weg
 zu einer spirituellen Welterkenntnis“

2. Aufbaukurs - zur Arbeit an dem berühmten Werk Rudolf Steiners:
 „Die Philosophie der Freiheit“
 nach der Methode der Begriffsbildung

Beginn jeweils:
 sobald genügend Anmeldungen vorliegen:
 geplant ist zunächst montags 17 oder 19 Uhr
 andere Tage und Zeiten wären denkbar
 Ort: Rudolf Steiner Haus, Mittelweg 12-13
 freiwilliger Kostenbeitrag

Schule für Neues Denken nach Rudolf Steiner
 Konzept und Leitung: Hans Bonneval

Information & Anmeldung:
 Tel. 05823 – 9523264 10-20 Uhr
 E-Mail : bonneval@denkschule-hamburg.de

HEIDEBURG-MARKT

Handwerk · Kunst · Kultur

30. November 2013

11-17 UHR



RUDOLF-STEINER-SCHULE HARBURG
 CHESTORFER HEUWEG 82

VEREIN ZUM FÖRDERN DER WERKSTÄTTEN IN HARBURG e.V.



EINE WELT STEINE

Mineralienhandel Allmende — fair trade —
 Aniela Hommes

Tel: 04102 / 56 408
 E-Mail: jhommes@gmx.de

**NATURTEXTILIEN
& KREATIVE
SPIELWAREN**

CLE'O FÜR KINDER



Bei der Reitbahn 1
 Hamburg-Ottensen
 Tel+Fax: 390 05 14
www.cleofuerkinder.de

WEIHNACHTSAUSSTELLUNG



GUT WULFSDORF



Verkaufsausstellung von Birgit Best und weiteren Kunsthandwerkern

Sa, 30.11. und
So, 1.12.13

11 - 18 Uhr

Keramikwerkstatt
und Wasserturm



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 04102-51109 • www.gutwulfsdorf.de

Martinsbasar in der Rudolf-Steiner-Schule, der Christophorus Schule und dem Kindergarten in Hamburg-Bergstedt

Der traditionelle Martinsbasar in Bergstedt lädt auch dieses Jahr wieder ein. Es gibt viele schöne Angebote wie Verkaufsstände mit liebevoll gefertigten Dingen aus Keramik, Filz und anderen schönen Materialien. Eine große Bücherstube, handgezeichnete Kerzen, Vieles aus Holz, Wolle und Bienenwachs, Schmuck, Mineralien, Fossilien, Lichterketten, Laternen, Misteln, Wunderschönes für die Jahreszeitentische und, und, und ... Die Klassen 1 bis 12 bieten schöne Bastel-, Werk- und Erlebnisstuben mit Kerzenziehen, Filzen und Laternenbasteln etc. für kleine und große Kinder, sowie zwei Märchenspiele („Das Eselein“ und „Der Wolf und die sieben Geißlein“). Die sagenhafte Murelbahn ist auch wieder dabei. Genießen Sie einen Nachmittag in diesem stimmungsvollen Treiben. Es duftet nach Tanne und Bienenwachs, Tee, Kaffee und Waffeln. Stärken kann man sich in der



Antipastistube, mit Grillgut oder Suppe. Für jeden ist etwas dabei. Für die Kleinen steht ein Kindercafé und für die Großen eine Espressobar zur Stärkung bereit, ein Kuchenbuffet und viele weitere herzhaften und süßen Leckereien laden ein. Für Interessierte gibt es einen Inforaum, wo man ganz unverbindlich die Rudolf-Steiner-Schule kennenlernen kann. Quasi von Eltern für Eltern, mit Beispielen aus den laufenden Schuljahren wie z.B. Hefte, Werkstücke und Praktikumsmappen.

Der Basarerlös wird zur Realisierung vieler Schulprojekte und für soziale Spenden verwendet.

Die Rudolf-Steiner-Schule Bergstedt, die Christophorus Schule und der Kindergarten freuen sich am Samstag, den 09. November 2013, von 12.30 - 17.30 Uhr auf Euren und Ihren Besuch in der Bergstedter Chaussee 207, 22395 Hamburg.

www.steinerschule-bergstedt.de und www.christophoros-hamburg.de

Martins-Markt

Hermann Jülich Werkgemeinschaft e.V. Hamfelde / Stormarn, Dorfstraße 27, Sonntag, 10.11.2013, 11 – 18 Uhr

Zum diesjährigen Martins-Markt lädt die Lebens- und Arbeitsgemeinschaft am Rande Trittaus herzlich ein. Der beliebte Herbstmarkt in Hamfelde ist das große Fest der Gemeinschaft, bei dem Mitarbeiter, Betreute und befreundete Einrichtungen ihre in den Werkstätten handwerklich gefertigten Produkte präsentieren und verkaufen. Zudem ist der Martins-Markt ein Tag der Begegnung für Eltern, Angehörige, Freunde und Ehemalige und dient der Pflege und Förderung der Gemeinschaft. Interessierte können ganz unverbindlich die Werkgemeinschaft kennenlernen und sich am Infostand im Apfelsternhaus beraten lassen. Das Besondere hier ist die bunte Vielfalt: Edles Handgefertigtes und Kunsthandwerkliches aus den Arbeitsgruppen des Freundeskreises, Web-, Holz- und künstlerische Filzarbeiten, Gestricktes, Genähtes, Gehäkelt und Gedrehtes, Kränze, selbstgemachte Kekse, Marmeladen, Liköre, Gelees und Eingemachtes, hochwertige Geschenkartikel, feine Papierwaren und ein Prägestand, Holzspielzeug und -gebrauchsgegenstände für Küche und Büro, Trockenobst, Kräuter und Tees. Es gibt ein Bücherantiquariat und ein umfangreiches Angebot der Rudolf-Steiner-Buchhandlung aus Hamburg, Bilderverkauf aus der Maltherapie, Bienenwachskerzen in verschiedenen Farben und Feingemüse aus der eigenen Demeter-Gärtnerei.

Kinder können Kerzen ziehen, unter Anleitung schöne Dinge filzen, Stockbrot über dem Feuer backen, die Bastelstuben besu-

chen, an der Apfelschälmaschine drehen und im Pizza-Ofen ihre eigenen Kreationen backen. Waffelzelt, Grillstand, Restaurant, Cafés sowie Punsch- und Teestuben versorgen die Besucher mit kulinarischen Köstlichkeiten.

Die urwüchsigen Naturwesen „Odderbantje & Gnorz“ verzaubern Groß und Klein ganz ohne Worte, der Gospelchor Nüsse singt ab 15 Uhr und die Pfadfinder der Freien Fahrtenschaft Tír na nÓc aus Trittau bauen ihre große Jurte auf, in der an der Feuerstelle gesungen und dem Märchenerzähler gelauscht werden kann.

Traditionell endet der Martins-Markt um 17.30 Uhr mit dem St. Martins-Spiel und dem anschließenden Laternenumzug (Laternen bitte mitbringen) mit Musik und Gesang durchs Dorf. Wir freuen uns sehr auf diesen Tag und auf Ihren Besuch und hoffen, dass Sie bei uns einen schönen Tag genießen!



Schule des Labyrinthes:

„Vom Irrgarten zum Labyrinth“

Den Irrgarten überwinden. Das Labyrinth als Schulungsweg kennen lernen. Im Irrgarten der Gegenwart kann das Labyrinth zum Schlüssel der Orientierung werden, wenn wir die Gesetze der Wandlung verstehen, die in ihm eingeschrieben sind. Wir bauen, begehen und studieren das Labyrinth. Wir erschließen uns das Labyrinth als Weg zu uns selbst, als Hilfe zur Wahrnehmung und als Methode lebendigen Denkens.

Freitag 1.10. 18.00 Uhr
bis Sonntag 3.10. 2013 14.00 Uhr
im Werkhaus Osten an der Oste.
21756 Osten, Am Markt 1

Seminarbeitrag 100,-
(mit Solidarkasse für Geringverdienende)
Unterkunft 15,- pro Nacht
Gemeinsame Selbstverpflegung 10,-pro Tag
Seminarleiter und Anmeldung:
Kai Ehlers, Publizist und Transformationsforscher
Tel. 040 / 64 789 791, Mob. 0170 27 32 482
Mail: info@kai-ehlers.de
Das volle Programm: www.kai-ehlers.de und facebook

Planetenkräfte und Potentiale im Menschen – Der Mensch ist ein siebengliedriges Metall

23./24. November, 9-16 Uhr in Hamburg, mit Simon Stephan

Wie fühlen sich „Merkur-“ und „Venus-Kräfte“ an? Wie gehe ich mit einseitig ausgeprägten „Mars-“ oder „Saturn-Kräften“ um? Wie erkenne ich „Mond-“ oder „Jupiter-Kräfte“? Was sind Hintergründe und Zusammenhänge der „Sonnen-Kräfte“? An diesem Intensiv-Wochenende geht es um körperliche, seelische und geistige Erfahrungsmöglichkeiten der „Sieben Planeten“. Die Vermittlung erfolgt durch bewährte künstlerische und theaterpädagogische Methoden, durch Vortrags und Gesprächseinheiten. Den Hintergrund bilden anthroposophische, mythologische und psychologische Gesichtspunkte.

160 bis 80 Euro, Mittag und Kaffee/Tee inklusive. Info/Anmeldung: 0421-57726736, www.praktischeanthroposophie.de

Alexander Korogodin ist 17 Jahre alt und hat gerade die Schule in Donezk in der Ukraine abgeschlossen. Sein tiefster Wunsch ist es, Sänger zu werden. Seine reiche, unverbildete Bassstimme rechtfertigt diesen Wunsch vollkommen. Als Sohn eines bekannten Volksmusiklers hat er auch die entsprechende Musikalität und Darstellungskraft im Blut. Nach Meisterkursen und individuellem Unterricht bei Holger Lampson in der Ukraine möchte er diesen Wunsch an der Alfred Schnittke Akademie in Hamburg verwirklichen. Gibt es eine Familie in Hamburgs Westen, die Alexander aufnehmen und ihm das Einleben in Hamburg ermöglichen möchte?

Weitere Information: Uwe Harries,
Tel 04102-206986 uwe.harries@gmx.de

Man weiß ja nicht, ob das Kind dabei bleibt...

...deshalb können Sie Musikinstrumente bei uns auch günstig mieten! Bei Kauf gibt es eine Rücknahmegarantie!

Unsere Fachleute und Instrumentenbauer helfen Ihnen gern bei der Auswahl: Blas- und Streichinstrumente, Gitarren, Drums, Akkordeons, Keyboards, Klaviere...



Stuhlfuhrstraße 10 · 21029 Hamburg-Bergedorf · www.musik-von-merkl.de



BARBARA MÖLLER

TRAINING UND COACHING FÜR IHREN ERFOLG

KRISEN MEISTERN
PERSPEKTIVEN ENTWICKELN
CHANCEN ERGREIFEN

Fon: 040 645 33 618
Mobil: 0179 20 70 788
beratung@barbaramoeller.de

Diplom-Pädagogin – zertifizierte Coach
www.barbaramoeller.de

Brahmsallee 6
20144 Hamburg
Luttkemper Platz 12
22109 Hamburg



- Gartengestaltung
- Teichbau
- Naturspielplätze
- Baumpflege

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

Anthroposophische Gesellschaft

- Anthroposophische Gesellschaft in Deutschland, Arbeitszentrum Nord, Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, Fon 41 33 16-22, Mo - Fr 10-16 Uhr
- Zweig am Rudolf Steiner Haus Hamburg, dienstags von 16 -18 Uhr, mittwochs von 16 - 19 Uhr, zarsth-s@t-online.de, Tel: 41 33 16-21
- Zentrale Leihbibliothek am R S H Tel: 41 33 16-24. Mo + 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, Rothenbaumchaussee 103, (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. Böls, T: 040/41331620, M. Werner Tel: 513 34 28
- 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: Ingrid Prater, Tel. 040- 763 32 09

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 Ausbildung in der Landwirtschaft, Lehre, Zivildienst, FÖJ, Clemens von Schwanenflügel, Tel.: 04187/479 (ab 18 Uhr)
- Beratung für Zivildienstleistende im Bereich Landwirtschaft: Tel. 0 41 32 / 912 00
- Beratung für Bienenhaltung: De Immen e.V., Verein für wesensgemäße Bienenhaltung, Thorsten Liliental, www.de-immen.de

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
- Kunststudienjahr, Brehmweg 50, 22527 HH, Auskunft und Anmeldung: Joachim Heppner, Tel. 44 80 661

Die Christengemeinschaft

- Johannes-Kirche, Johnsallee 15/17, 20148 HH, Tel. 41 30 86-0, Fax-20, Mo-Fr 10-13 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 61 71 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 Elmsborn, Tel.: 04121/50422
- Lazarus-Kapelle, (Mika-Rothfos-Stiftung), Vogt-Kölln-Str. 155, 22527 Hamburg, Tel. 571 44 941
- Priesterseminar Hamburg, Mittelweg 13, 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

Eurythmie

- eurythmie ensemble hamburg; Antje Böls, Tel. und Fax: 6050484

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 Bliestorf, Tel.: 04501/1890

TOBIAS-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

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

rudolfsteinerschule hamburg-wandsbek

Der Waldorfkindergarten Tonndorf sucht ab August 2014

eine engagierte staatlich anerkannte Waldorferzieherin.

Zu besetzen ist eine 40 Std Stelle in einer der beiden Elementargruppen, die paritätisch geführt werden soll. Außerdem gibt es bei uns noch zwei Krippengruppen und wir haben ein großes Außengelände.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung an:

Waldorfkindergarten Tonndorf
Holstenhofstieg 9, 22041 Hamburg,

040 - 656 21 54 oder

tonndorf@waldorfkindergaerten-farmsen-tonndorf.de

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

Adressen

- 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
- Humanopolis GmbH (integrative Zweckbetriebe / MehrGenerationenWohnen), Groß Malchau 50, 29597 Stoeetze Tel.: 05872/810; 29597@humanopolis.de
- 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.: 04131-778100
- 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, Woellmerstraße 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 Stoeetze, www.sozialtherapeutikum.de ; 29597@culturum.de
- Stiftung CULTURUM GmbH, (Jugendhilfe / Jugendberufshilfe) Groß Malchau 50, 29597 Stoeetze, 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.

Kindergärten

- Freier Kindergarten in den Walddörfern e.V., Meiendorfer Weg 77, 22145 Hamburg, Tel. 040 - 678 88 71. www.kindergarten-in-den-walddoerfern.de
- Hamburgische Vereinigung der Waldorfkinderkärten e.V., Geschäftsstelle: Hufnerstraße 18, 22083 Hamburg, Tel.: +49 (40) 85 98 47, hantel@waldorfkindergaerten-hamburg.de, http://waldorfkindergaerten-hamburg.de
- Haus Mignon Kinderkrippe, Rugenborg 22, 22549 Hamburg, T 87 000 449
- Interkultureller Waldorfkindergarten in Wilhelmsburg, Georg-Wilhelm-Strasse 43-45, 21107 Hamburg, Tel: 040 419 074 02, E-Mail: mail@waldorfwilhelmsburg.de
- Ch. Morgenstern Kindergarten, Heinrichstr. 14a, 22769 Hamburg, Tel. 41359444
- Kita zur Förderung der Waldorfpädagogik Hamburg-Iserbrook e.V., Iserbrook 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 Hamburg-Mitte e.V., 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, Heimborgstr. 4, 22609 HH, T. 82 74 46, susekoenigkindergarten.de
- Waldorfkindergarten Nienstedten, Elbchaussee 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



Heilpraktikerin Ausbildungen
In Vollzeit oder berufsbegleitend,
laufender Einstieg möglich!
Kostenloser Informationsabend
11. November 2013 um 19:00 Uhr

Heilpraktikerin für Psychotherapie Ausbildung
Wochenend- und Abendkurs
Montagabendkurs, laufender Einstieg möglich!
Kostenloser Informationsabend
11. November 2013 um 17:00 Uhr,
anschließend ist ein Probeunterricht möglich.

Weitere interessante naturheilkundliche
Fachausbildungen unter www.amara.de.

 Wir akzeptieren Weiterbildungsprämien
und Weiterbildungsbonus!

amara Schulen für Naturheilkunde und Heilpraxis GmbH
Am Born 19, 22765 Hamburg
Telefon: 040 3904484
E-Mail: hamburg@amara.de

Gerd-Joachim Schulz § Rechtsanwalt seit 1988

Steuerrecht (Einkommensteuer, Erb-
schaftsteuer)
Familienrecht (Scheidung, Sorgerecht,
Unterhalt)
Arbeitsrecht (Kündigung, Abfindung)
Sozialrecht (Renten, Schwerbehinde-
rung)
Vorsorge (Testamente, Vollmachten bei
Krankheit/Unfall)

Brauhausstieg 23, 22041 Hamburg
Tel.: 040 / 866 40 81
Fax: 040 / 86 71 04
Email: gj.schulz@nexgo.de

Anthroposophisch orientiert
mit Einfühlungsvermögen und Zeit, gern
Hausbesuche.



memento mori
Bestatterinnen

Jeder Mensch ist einzigartig
und geht seinen individuellen Weg
aus diesem Leben.
Wir unterstützen Sie bei der Gestaltung des
Abschieds und führen alle Formen
der Bestattung durch.
Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gern.

Mozartstrasse 19 • 22083 Hamburg
Tel: 040 41 92 98 04
bestatterinnen@web.de

www.bestatterinnen.de



Baubiologisch bauen

Holzbau
Altbausanierung
Strohballenbau
isofloc
Wärmedämmung
AURO Naturfarben

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

Adressen

- Waldorfkindergarten Kakenstorf, Lange Str. 2, 21255 Kakenstorf, Tel. 0 41 86 / 81 06
- Waldorfkindergarten Bad Oldesloe, Rumpeler Weg 31, 23843 Bad Oldesloe, Tel. 0 45 31 / 874 84
- Waldorfkindergarten Rellingen, Jahnstr. 5, 25462 Rellingen, 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

Krankenhaus

- Innere und Anthroposophische Medizin im Asklepios Westklinikum Hamburg: Integrative Medizin – Station 4, Dres. Iskenius/Kramm, www.integrativemedizin-hamburg.de; Tel.: 8191-2300 Zentrum f. Individuelle Ganzheitsmedizin, Dr. Klausen, Tel. 8191-2302. Beide Bereiche: Suurheid 20, 22559 HH.
- Auskunftsstelle zur Anthroposoph. Medizin am Asklepios Westklinikum Hamburg: I. Voß : T. 81 91-23 09 (Zeiten lt. Ansage)

Kulturinitiativen

- Domäne Fredeburg, KulturLandWirtschaft e.V., Domänenweg 1, 23909 Fredeburg, Tel. 04541-8621-31, vielseitiger Demeter-Hof, www.klws.de, www.domaene-fredeburg.de
- Forum-Initiative, Kulturinitiative auf anthroposophischer Grundlage, Mittelweg 145 a, 20148 Hamburg, Tel.: 418083 info@forum-initiative.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
- Raum für Entwicklung, Hofgemeinschaft Wörme, Im Dorf 20, 21256 Wörme, Tel.: 04187/479, Internet: www.hofwoerme.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 I Fax 040-81 99 80 20, www.carus-akademie.de, info@carus-akademie.de
- Institut Diogenes Hamburg e.V., Freies klinisch-therapeutisches Institut, Theodorstr. 42-90, Haus 3, 22761 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
- Herzscheule Hamburg: Jahreskurs für Menschen mit Herzkreislauferkrankungen; Kontakt: Brigida Stockmar, Tel.: 04102/706767, www.herzscheule-hamburg.de
- Herzscheule Mittelweg: Kurse in der Forum-Initiative für Menschen mit Herz- und Kreislauferkrankungen; Kontakt: Thomas Meyer, Tel.: 98235497, www.herzscheule-mittelweg.de
- Isis Verein für zeitgemäßes Heilwesen e. V. Geschäftsstelle: Immenhorstweg 104 a, 22395 Hamburg Telefon: 040 - 645 04 897, E-Mail: kontakt@isis-verein.de, 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
- Regionalgruppe Nord Anthroposophischer Ärzte, Suurheid 20, 22559 HH, Tel. 81 33 53 (14 bis 17 Uhr), www.gaed-regio-nord.de
- Victor Thylmann Gesellschaft e.V., Adresse wird demnächst erneuert

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. 0049-40-447531. Internet: www.schnittke-akademie.de
- Studienstätte „tempo giusto“, Uwe Kliemt, Tel. 6046976 www.tempogiusto.de



Raphael-Schule

Heilpädagogische Waldorfschule

Pädagogischer Samstag

Samstag, den 23. November 2013
von 11:00 bis 15:30 Uhr

11:00 - 12.30 Uhr - Vortrag/Gespräch
12:30 - 13.30 Uhr - Mittagessen
13:30 - 13:50 Uhr - aus dem rhythmischen Unterricht
14:00 - 15:30 Uhr - Arbeitsgruppen
15:30 Uhr - Abschlussgespräch

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Bitte melden Sie sich bis spätestens Mittwoch
den 20.11.13 im Schulbüro an.

Zur Betreuung von Kindern wird ein Hort eingerichtet.

Raphael-Schule

Quellental 25 · 22609 Hamburg

040/81992640

sekretariat@raphael-schule-hamburg.de

Schauspiel

- Anthroposophische Schauspielgruppe im Manes-Zweig Hamburg, Ltg. Lore von Zeska, Rothenbaumchaussee 103, Tel. 880 63 70 (Mo-Fr, 9 - 13 Uhr)

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, Elbchaussee 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@innererstadt.de, www.christianmorgensternschule.de
- Freie Waldorfschule Apensen, Auf dem Brink 49, 21641 Apensen (vormals FWS Buxtehude), T.: 04167/699 74 80
- 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, Oersdorfer Weg 2, 24568 Kaltenkirchen, Tel. 0 41 91 / 930 10
- Freie Waldorfschule Bargteheide, Alte Landstrasse 89f, 22941 Bargteheide, 04532/2833423, schulbuero@waldorfschule-bargteheide.de

Therapeutika

- Bernard Lievegoed Institut, Kindertherap., Erziehungs- u. Sozialberatung, Weiterbildung, Biographiearbeit, Oelkersallee 33, 22769 Hamburg, ab. 1.1.2013: Am Felde 2, 22765 Hamburg, Tel. 430 80 81
- Praxis-Rissen - Coaching & Therapie, Am Rissener Bahnhof 11, 22559 HH, Angebote: Biographiearbeit, 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
- THERAPEUTIKUM HAMBURG WEST E.V.: Massagepraxis: Jürgensallee 47, 22609 HH, Tel./Fax 040 / 82 10 36. Ambu-

lante Krankenpflege: Langelohstr.134, 22 549 HH, Tel. : 040/ 85 41 3733, e-mail: therapeutikumhamburgwest@web.de

- Therapeutikum Apis, Chrysanderstr. 35, 21029 Hamburg-Bergedorf; Tel.: 72 69 25 75
- Therapeutikum Weidenallee. Anthroposophisch künstlerische Therapien, Ernährungsberatung, Akupunktur, Rhythmische Massage, Biographiearbeit. Weidenallee 12, 20 357 Hamburg, Tel 040 39871160

Sonstige Einrichtungen

- Aquin-Akademie, Standort Nord, Weiterbildungsangebote f. Therapeuten u. Pädagogen, Studium zur Initiation u.a., Langelohstr. 17, 21077 Hamburg, Tel.: 07141/3898400 (Studium) o. 040/79004360 (WB)
- 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
- UBUNTU -der Circus, UBUNTU -das Circusjahr im Verein Soziale Projekte e.V., An der Heide 1-3, 25358 Horst (Holstein), Fon 04126-395 510, Fax 04126-395 511, Elektropost ubuntu@ubuntu.de, www.ubuntu.de
- Verein zur 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:

<http://www.treuhandstelle-hh.de/hinweis.php>

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, Druck: Media Druckwerk
Konto für **Rechnungen und Abos**: Hinweis-Verlag, GLS Gemeinschaftsbank eG, BLZ 430 609 67, Konto : 29 007 910. **Konto für Spenden**: 12454804 GLS-Bank, BLZ 430 60967, Konotbez.: Gemeinnützige Treuhandstelle, Sonderkonto Hinweis).



CARUS AKADEMIE

AKADEMIE FÜR EINE
ERWEITERUNG DER
HEILKUNST

Programm 2014

- Rhythmische Einreibungen
- Kurs über die „Dorone“
- Rhythmische Massage
- Arbeitskreis Onkologie
- Therapeutisches Kolloquium
- Angst und Angststörungen
- Biografie und Schicksal
- Die Lebensprozesse
- Meditativ erarbeitete Menschenkunde
- Moderne Erkrankungen
- Substanzwahrnehmung
- Traumatherapie u. Traumapädagogik
- Wege zu einer christlichen Medizin

Carl Gustav Carus Akademie Hamburg e.V.

Theodorstraße 42-90, Hs 3 22761 Hamburg
Telefon 0 40 - 81 99 80-0 Fax 0 40 - 81 99 80 20
www.carus-akademie.de info@carus-akademie.de



Mittelweg 147 • 20148 Hamburg
Tel.: 040/410 41 71 • E-Mail: C.Pflug@hinweis.de



Raphael-Schule

Heilpädagogische Waldorfschule

Die Raphael-Schule ist eine heilpädagogische Waldorfschule (Sonderschule) für Kinder, die für ihren individuellen Förderbedarf eine Kleinklasse benötigen. Die Schule liegt in wunderschöner Umgebung im Westen Hamburgs.

Wir suchen **ab sofort** eine/n

Fachlehrer/in Mathematik, Oberstufe als Krankheitsvertretung.

Der Stellenumfang beträgt 50%, eine spätere Festeinstellung ist nicht ausgeschlossen.

Als Fachlehrer für Mathematik sind Sie neben dem Epochenunterricht und Förderunterricht auch verantwortlich für die entsprechenden Prüfungen unserer Hauptschüler in Zusammenarbeit mit Partnerschulen.

Idealerweise sind Sie Sonderpädagoge/in oder Fachlehrer für Mathematik und haben Erfahrung mit der Waldorfpädagogik oder die Bereitschaft zu einer entsprechenden berufsbegleitenden Fortbildung. Alternativ sollten Sie eine heilpädagogische Ausbildung oder eine Erzieherausbildung und entsprechende Unterrichtserfahrung vorweisen können.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung

Raphael-Schule

Schule für seelenpflegebedürftige Kinder und Jugendliche e.V.

Quellental 25

22609 Hamburg

Tel. 040/81992640

Fax. 040/81992643

www.raphael-schule-hamburg.de

„Kräuter mit allen Sinnen“ Kräuterexpertinnen- und Kräuterexpertenausbildung in Hamburg-Bergstedt, Gärtnerhof am Stüffel –Jahresgruppe mit Prüfung und Zertifikat (freiwillig). Die bunte Vielfalt und Heilkraft der Wild-Heil-Gartenkräuter und Bäume kennenlernen, sammeln, pflanzen, ernten, schmecken, verarbeiten und den Jahreslauf am Gärtnerhof am Stüffel genießen. 12 Wochenenden, Beginn 23.11./24.11.13. Info: Heilpraktikerin/Diplompädagogin Isa S. Merker 04102-4579878, mobil: 01795285302, info@naturheilpraxis-merker.de, www.kraeuter-entdecken.de

Sie brauchen Entlastung? Im Haushalt, bei der Haushaltsreinigung? Studentin freut sich auf Ihre Anfrage! 040/859 791

11 Jahre SIBIRIEN 2014: **BAIKALSEE im Eiszauber**- 21.3.-31.3. wandern u. fahren auf dem leuchtenden Eis, Irkutsk. **Goldener BAIKAL**-11.7.-27.7., Irkutsk, Olchon, Dorfleben bei Altgläubigen, Buddhismus, Transib, Schifffahrt; **Mittelpunkt ASIENS**-ca.1.8.-17.8. Tuva, Chakassien, Geheimnis der Steppenweite, Wüste, Skythengräber – Tal der Könige, Schamanismus. Alle Reisen sind mit vertiefenden Wahrnehmungs-u. Zeichenübungen. Individuelle, kleine Gruppen, frühe Anmeldung wünschenswert. Bettina Woiwode, woiwode@gmx.de, mail to: woiwode@gmx.de, T.:0761-475311

Kostenlose Zimmer im Großraum Altona gesucht. Für Studentinnen der Alfred Schnittke Akademie. Gegenleistung: Mithilfe in Haus & Familie. U.Harries 04102-206986 uwe.harries@gmx.de

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.

Wir (56m/39w/16w) **suchen dringend in HH-Altona eine schöne 3-4 Zi-Altbau-Whg.** ca. 80 qm bis 1.200 EUR warm. 0176/57403395



Vogthof
Wohngruppen und Werkstätten (Tagesbetreuung)
für Menschen mit Behinderung

Ausbildungsstelle der Fachschule Nord für
anthroposophisch-orientierte Heilerziehungspflege

Vorpraktika

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



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 werden kann. Auf-
träge über Mail, Fax, Telefon sind nicht möglich.

Liebevoll, kompetent geführte Nähkurse.
www.naehwerkstatt-hamburg.de



**Broschüren
Gestaltung
Zeitschriften
Anzeigen
Web-Newsletter**

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

Die neueste Erfindung:
Der ZEITVERSCHWENDUNGSMESSER
Diese hochpräzise Uhr registriert automatisch alle Zeiten, die Sie im Internet, mit dem Smartphone oder Fernseher verbringen und zeigt Ihnen am Ende des Tages, der Woche oder des Monats, wieviel Zeit sie wieder verschwendet haben.

Auch als App erhältlich bei
chiffre7@email.de

Klavierstimmung in gewohnter gleichschwebender oder in neuer, wohltemperierter Stimmung bietet ehemaliger Waldorflehrer an: 040/37 42 92 33 oder Peter.Clements@t-online.de



Rudolf Steiner BUCHHANDLUNG
für Anthroposophie

Besuchen Sie uns.
Lassen Sie sich anregen.

Mo-Fr 9:00 bis 18:00 Uhr
Mi 9:00 bis 19:00 Uhr
Sa 10:00 bis 16:00 Uhr
Rodenbaumchaussee 103
Telefon 040/44 24 11
info@rudolf-steiner-buchhandlung.de
www.rudolf-steiner-buchhandlung.de



hinweis
Ihr Abonnement
für monatlich Euro 2,-

Bitte entsprechenden Betrag für den
gewünschten Zeitraum überweisen
auf das Konto Nr. 29 007 910,
GLS Gemeinschaftsbank, BLZ 430 609 67.
Kontobezeichnung: Hinweis Verlag
Absenderangabe nicht vergessen!

Private Kleinanzeigen

Schwanger und im Konflikt? Mit unserem Projekt „Patenschaften für Ungeborene“ begleiten wir werdende Mütter in schwierigen Situationen und in mitunter kritischen Momenten; insbesondere in den ersten zwölf Wochen der Schwangerschaft. Falls Sie Rat und Hilfe suchen - sie ist ganz in Ihrer Nähe. Mehr unter www.novalisstiftung.de sowie unter Tel.: 040 - 22 69 37 55. Fragen Sie nach unseren Hilfsangeboten. Sie sind nicht allein!

Partner gesucht, +/- 50 J, gerne mit Kindern. Ich w, bin fröhlich, sportlich, blond und groß. Chiffre 19

Solo-Sopranleier (erweitert, c bis e'') John Bryan-Unikat Ulmenholz Bj. 1995 zu verkaufen 1200 EUR 04102-56408

Waldorffamilie vermietet **Ferienhaus für 4 P. im sonnigen Spanien** (Costa Blanca) 04363/903310, www.casa-caminito.de

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

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

Westerland/Südwäldchen schöne, helle 2 ZiFewo von priv. zu vermieten. 040/647 18 19. Mail: lindelambrecht@hotmail.com

Ton-eurythmische Heilkunst, kl. Gruppe, 040/440664

Malkurse+Therapie atelier-blankenese.de

salima

Natürliche Kindermode · Wäsche · Babyausstattung · Lederranzen
Spielwaren · Bücher · Märchenwolle · Strickwolle ...
Fellranzen und Ranzen von Sonnenleder

Waitzstr. 21 Othmarschen

Tel. 040 - 82 27 98 46

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9.30 - 18 Uhr · Sa. 9.30 - 13 Uhr

Maas.
natürlich leben...

Die neue
Winter
Kollektion

Ökologische Mode - fair produziert

Grindelallee 166
20144 Hamburg
Mo-Fr 10-19 h | Sa 10-16 h



Gleich den neuen Katalog bestellen oder direkt im Laden abholen!
Tel. **040/41353131** oder im Online-Shop www.maas-natur.de

Brot und Milch

- aus regionaler, ressourcenschonender Herstellung
- aus biologischer Erzeugung, ohne Gentechnik

hochwertige
Frischmilch aus
Weidehaltung

herzhaftes
Brot aus
100% Vollkorn



Effenberger Vollkornbrot

- Getreide direkt von regionalen Biobauern
- frisch gemahlenes Getreide, Sauerteig, Wasser, Meersalz (kein Hefezusatz)
- „nachhaltigstes Unternehmenskonzept Hamburgs“ BSU 2012
- Biokreis regional & fair

www.effenberger-vollkornbaeckerei.de

Vier Jahreszeitenmilch

- Spitzenqualität von fünf Bioland-Bauern aus dem Hamburger Umland
- Weidegang/Auslauf zu jeder Jahreszeit
- Milch weitgehend naturbelassen (nur pasteurisiert, NICHT homogenisiert)
- mit dem Geschmack der Jahreszeiten

www.deoekomelkburen.de

... jetzt bei Effenberger erhältlich!