

Mai 2025

Veranstaltungen und Berichte
aus Einrichtungen auf
anthroposophischer Grundlage
im Raum Hamburg

Erscheint monatlich

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

hinweis

Bild von Patrick Hanke www.freie-kunstschule-bergedorf.de



Buddhismus und Anthroposophie Teil II

Interview mit Steffen Hartmann, Anthroposoph und
Oliver Petersen, Buddhist

Marlowe

GREEN FASHION

Mode
für Männer & Frauen
bio & fair!



Beim Schlump 5&9
20144 Hamburg
040 41406404
040 44809337

Bahrenfelder Straße 176
22765 Hamburg
040 22604890
www.marlowe-nature.de



PÄDAGOGIK MIT HERZ & FREIRAUM – WERDEN SIE TEIL UNSERES WALDORF-TEAMS!

Sie sehen Kinder mit Ihrem Herzen? Für Sie ist Erziehung noch eine Kunst?
Bei uns können Sie genau das – und noch vieles mehr! Wir suchen ab sofort
(Waldorf-) Erzieher (m/w/d) in der Alten Rabenstraße in Hamburg.

DAS KLINGT NACH IHNEN:

- (Waldorf-) Erzieherausbildung oder pädagogischer Hintergrund
- Erfahrungen im Waldorfbereich sind toll, aber nicht Voraussetzung
- Interesse an den Ansätzen und Werten der Waldorfpädagogik sind uns hingegen sehr wichtig
- Sie sind eine engagierte Persönlichkeit mit Herzenswärme
- Deutsch als Muttersprache oder fließend

DAS KÖNNEN WIR:

- Betreuungsschlüssel der über das Maß hinaus geht & kleine Gruppen
- Sie erwartet ein herzliches und kollegiales Team sowie eine engagierte und wertschätzende Elternschaft
- Liebevoll gestaltete Gruppenräume
- Viel Freiraum zur Selbstverwirklichung
- 30 Urlaubstage, Kinderzuschlag, Deutschland-Ticket, hoher Altersvorsorge-Zuschuss und vieles mehr
- Egal auf welchem Weg Sie sich befinden, wir holen Sie ab und finanzieren Ihnen Ihre Fort- und Weiterbildungen.

Kommen Sie in unser Team & finden Sie Ihren Platz bei uns!

Waldorfkindergarten Alte Rabenstraße e.V.
Alte Rabenstraße 9, 20144 Hamburg
waldorfkindergarten@alteinrabenstrasse.de
Silke Henningien, Tel. 040 430 003 77





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

Wir suchen...

- Mathematik für die Oberstufe, idealerweise mit Prüfungsberechtigung für den ESA/MSA (ca. 50 %)
- Musik für die Mittelstufe (ca. 20 %)
- Schneidern in der Oberstufe (ca. 20 %)
- Eurythmie (ca. 40 %)
- Heileurythmie (ca. 20 %), nur in Kombination mit Eurythmie
- Klassenlehrer*in 1. Klasse (Schuljahr 25/26)

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

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

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

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

Senden Sie Ihre Bewerbung an:

Christophorus Schulverein in Hamburg e.V.

Kerstin Rüter & Martin Mittwollen

Bergstedter Chaussee 205

22395 Hamburg

bewerbung@christophorus-hamburg.de

Tel. 040 - 604428 - 12

Inhalt

In diesem Heft:

Buddhismus und Anthroposophie Teil II

Interview mit Steffen Hartmann und Oliver Petersen

Seite 7

Jubiläum Rudolf Steiner

Seite 17

Termine

Seite 18

Veranstaltungsanzeigen

Seite 28

Adressen

Seite 36

Impressum

Seite 40

Kleinanzeigen

Seite 41

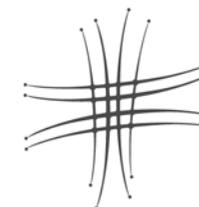


Foto: ThomasWolter-Phaebay

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.

Hof Klostersee
biologisch-dynamische Landwirtschaft

demeter

NATURKOST
**Laden
& Café**

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

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

Buddhismus und Anthroposophie Teil II

Interview mit Steffen Hartmann, Anthroposoph und Oliver Petersen, Buddhist

Wie stehen Buddhismus und Anthroposophie zueinander? Gibt es Parallelen? Betrachtet man den Buddhismus und die Anthroposophie in ihren spirituellen Grundlagen, lassen sich erstaunliche Beziehungen finden. In diesem zweiten Teil des Interviews geht es jeweils um die Geistesschulung und Meditation.

Interviewpartner: Oliver Petersen, geboren 1961, ist Übersetzer und leitet Studienkreise, Seminare und Meditationskurse. Er wurde 1980 Schüler von Geshe Thubten Ngawang und war 16 Jahre Mönch (1983-1999). Er ist Magister der Tibetologie, Religionswissenschaft und Philosophie. Er hat eine gestalttherapeutische Ausbildung und ist für das Tibetische Zentrum seit vielen Jahren im Interreligiösen Dialog und als Referent in der Öffentlichkeitsarbeit aktiv.

Steffen Hartmann, geboren 1976, ist Pianist, Autor und Dozent für Anthroposophie. Er leitet zusammen mit Torben Maiwald den anthroposophischen Verlag Edition Widar und arbeitet im Rudolf Steiner Haus Hamburg im Vorstand mit. Er geht einer internationalen Vortrags- und Konzerttätigkeit nach, außerdem leitet er Seminare zu anthroposophischer Meditation.

Christine Pflug: Was ist Geistesschulung, was ist Meditation? Welche Schritte gibt es?

stellt, und dann um den Kreuzungspunkt sieben Rosenblüten imaginiert.

Entscheidend ist, dass man dieses Bild in sich leben lässt, es gleichzeitig durch Gedanken und Gefühle anreichert und versucht, darauf zu ruhen. Und ich kenne es so, wenn es überhaupt erstmal gelingt, dass es vor einem steht, man irgendwann wie hineinschlüpft und selber Kreuz oder Rose wird, bis dahin, dass man vielleicht sogar die Rosen duftend erlebt oder dass sie ihre Farbe verändern. Es kann lebendig werden. Der nächste wichtige Schritt ist, dass man nicht bei dem Bild stehen bleibt, sondern in die Stille geht, also

Steffen Hartmann: Es sind im Grunde zwei Bereiche. Das eine ist die Meditation im engeren Sinne, und das andere ist sozusagen der Himmel oder die Landschaft, in der die Meditation stattfindet, d. h. die Arbeit an der Seele. Bei der Meditation im Sinne der Anthroposophie ist es so, dass man konzentriert an etwas baut. Zum Beispiel die Rosenkreuz-Meditation, bei der man ein Kreuz visualisiert, oder sich selbst ins Kreuz

Kein Praktikum. Eine Erfahrung fürs Leben.

Das Friedrich-Robbe-Institut in Hamburg.

Wir unterrichten Schüler*innen mit dem Förderbedarf „Geistige Entwicklung“ auf der Grundlage **anthroposophisch orientierter Heil- und Waldorfpädagogik**.

Wir **bieten zum Schuljahr 2025/26 ein Berufsorientierendes Soziales Jahr (BSJ)**.

- Unterstützen Sie das Kollegium und die Schüler*innen mit Förderbedarf
- Erhalten Sie praxisnahe Einblicke plus spannende Theorie im Teamunterricht
- Erhalten Sie eine ansprechende Vergütung

Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.



Rückfragen und Bewerbungen richten Sie bitte an die Schulleitung.

Friedrich-Robbe-Institut e.V.
Bärenallee 15, 22041 Hamburg
T.: 040 68 44 55

mail@robbe-institut.de
www.friedrich-robbe-institut.de

FRIEDRICH ROBBE  **INSTITUT**
heilpädagogische Rudolf-Steiner-Schule

das, was man aufgebaut hat, nochmal wie auslöscht.

Dieses, was ich mir zunächst aufbaue, könnte man auch als eine subjektive Imagination bezeichnen. Ich gebe ja etwas von mir da hinein. Und bei diesem nächsten Schritt, wenn ich das auslösche, werde ich mehr zu einem Gefäß, wo das eigentlich Geistige, das über meinen subjektiven Geist hinausgeht, einströmen kann. Man könnte Meditation auch so beschreiben: Ich versuche ein Gefäß zu werden für das Geistige, das in mich einströmt.

Entscheidend ist, dass man dieses Bild in sich leben lässt, es gleichzeitig durch Gedanken und Gefühle anreichert und versucht, darauf zu ruhen.

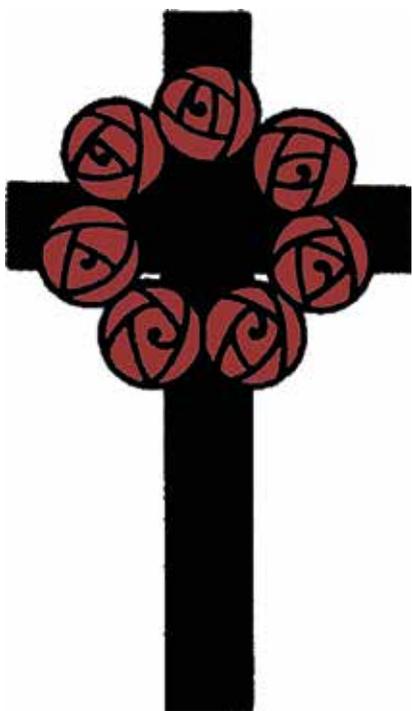


Bild: Anthro-Wiki



Foto: privat

Steffen Hartmann

Und was mir immer wichtiger wird: Wenn man bei Rudolf Steiner schaut, wie er das aufbaut, findet er oft ganz einfache Übungen sehr wesentlich. In dem Buch „Theosophie“ beschreibt er gar keine Meditation, sondern Tugenden, die man entwickeln soll, z. B. innere Ruhe, Geduld, Gelassenheit, Positivität ausbilden, also im Grunde ganz grundlegende Haltungen der Seele.

Ich glaube, dass diese Ohnmacht und das Scheitern das eigentliche Nadelöhr zur geistigen Welt sind.

Und ich erlebe das immer stärker so, dass es diese Übungen sind, mit denen man eigentlich nie an ein Ende kommt. Gerade wenn man konsequent versucht, das zu üben, erlebt man immer stärker das, was man daran noch nicht kann. Ich glaube, das ist sogar Teil des geistigen Fortschritts, dass man dieses Ungenügen an sich selbst erfährt und ein Stück weit einfach aushält. Und das ist für mich auch eine Möglichkeit, dass diese An-



Foto: Tibetisches Zentrum e. V.

Oliver Petersen

haftungen oder falsche Identifikationen abfallen. Es ist eigentlich das Erlebnis von Ohnmacht oder Scheitern, und ich glaube, dass diese Ohnmacht und das Scheitern das eigentliche Nadelöhr zur geistigen Welt sind.

C. P.: Welche Stufen und Abfolgen des Schulungsweges gibt es?

S. Hartmann: In dem Buch „Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?“ gibt es die Stufen Vorbereitung, Erleuchtung und Einweihung. Danach kommt ein Kapitel, das ich sehr wichtig finde, das heißt einfach „Praktische Gesichtspunkte“. Man denkt „Jetzt bin ich doch schon bei der Einweihung“, und da spricht er über solche Dinge, wie man beispielsweise lernen soll, wenn man beleidigt wird, dass die Beleidigung einen nicht trifft; oder wenn der Zorn kommt, dass man nicht in die Identifikation mit dem Zorn geht. Oder man soll die Furchtsamkeit, den Aberglauben, unnötige Mitteilungssucht und andere ganz grundlegende Dinge überwinden.

Das ist für mich so typisch für Rudolf Steiner, dass er da, wo man denkt „Jetzt bin ich doch schon sehr weit“ mit so ganz grundlegenden Dingen anfängt.

Ich finde es auch ein wenig humorvoll, dass Rudolf Steiner am Ende seines Lebens eine erste Klasse gründet, für die am weitesten fortgeschrittenen Schüler. Da ist auch diese Geste: das ist nicht das Abitur, sondern wir gehen jetzt in die erste Klasse (der freien Hochschule für Geisteswissenschaft).

„Den Dingen geht der Geist voran, der Geist entscheidet.“

C. P.: Herr Petersen: Bekannt ist die Zen-Meditation. Welche Geistesschulungen gibt es noch im Buddhismus?

O. Petersen: Ganz allgemein ist die Geistesschulung im Buddhismus sehr wichtig. Der Buddha sagt im Dhammapada, einer wichtige Schrift für alle Traditionen: „Den Dingen geht der Geist voran, der Geist entscheidet.“ Und „Glück und Leid gehen letztlich auf den Zustand unseres Geistes zurück.“

In den vier „Edlen Wahrheiten“ geht es um Leid und seine Ursache und Glück und seine Ursache. Die Ursache des Leidens ist Hass, Gier und Unwissenheit, und der Weg zum Glück ist die Überwindung von Hass, Gier und Unwissenheit. Und alles, was im Buddha Dharma gelehrt wird, dient der praktischen Schulung der Überwindung. Es geht darum, Heilsames zu entwickeln oder Tugendhaftes - das ist letztlich das gleiche.

Es gibt zahllose Einteilungen, aber eine ist die der drei höheren Schulungen. Da

geht es um Ethik, Konzentration und Weisheit.

Wenn man sich ethisch verhält, dann kann man in die innere Schulung eintreten.

Der Beginn der geistigen Schulung ist, dass man im praktischen Verhalten nicht Dinge macht, die völlig im Widerspruch zur geistigen Schulung stehen. Die Ethik begrenzt erstmal das Verhalten, beispielsweise wie nicht töten, nicht stehlen, nicht lügen, kein sexuelles Fehlverhalten usw. Und noch besser ist es, wenn man anderen Menschen praktisch hilft. Und wenn man sich ethisch verhält, dann kann man in die innere Schulung eintreten. Meditation heißt auch Pflege des Geistes; man könnte auch sagen Gewöhnung oder vertraut machen; man macht sich vertraut mit Tugenden oder heilsamen Eigenschaften, wie auch Rudolf Steiner das lehrt. Alles worum es geht ist, dass man wünschenswerte Geisteszustände anwachsen lässt und nicht so Wünschenswertes beseitigt. Du versuchst dein Geist zum Positiven zu entwickeln. Und dafür musst du deine Rede auf jeden Fall erstmal in positive Richtung gestalten. Dazu gehören grobe Rede, Zwietracht säen, Lügen, sinnlose Rede etc. Auch wenn man es innerlich manchmal macht, es äußerlich wenigstens nicht ausleben.

Viele Buddhisten auf der Welt halten sich erstmal an die Ethik und sind gar nicht groß auf einem meditativen Weg. Auf jeden Fall wird durch die Ethik technisch gesehen die sogenannte grobe Erregung des Geistes verringert. Das

heißt, das Leben wird ein bisschen friedlicher und angenehmer. Übrigens auch politisch. Wir setzen uns für Frieden und die Erhaltung der Schöpfung ein, damit wir Umstände haben, um uns überhaupt entwickeln zu können.

konzentrierte und analytische Meditation

Und dann beginnt der eigentliche meditative Schulungsweg. Dieser unterscheidet sich in konzentrierte und analytische Meditation. Bei der Konzentration lernt man, dass der Geist nicht nur ruhig wird, sondern vollkommen einspitzig - er konzentriert sich nur noch auf eine Sache. Das nennt man Shamatha. Beispielsweise kann man einen Buddha visualisieren und bleibt dann geistig einfach bei der Wahrnehmung des Buddhas. Man kann auch eine Rose nehmen oder eine Lotusblume. Es gibt viele Objekte, aber es sollte ein attraktives und spirituelles Objekt sein. Man richtet sich geistig darauf und versucht, immer wieder die Ablenkung zu bemerken und wieder zurückzugehen. Bis man sich daran gewöhnt hat. Der Geist ist aus buddhistischer Sicht gewöhnungsfähig, genauso wie der Körper sich an Dinge gewöhnt. Der Geist ist sogar schrankenlos gewöhnungsfähig, bis hin zur Buddhaschaft. Auf jeden Fall kann man sich daran gewöhnen, immer konzentrierter zu werden.

C. P.: Was gibt es noch außer der Konzentration?

O. Petersen: Konzentration, so hat der Buddha eindeutig gesagt, ist nicht die

Befreiung. Der Geist wird nur zeitweilig ruhig, aber die inneren Anlagen der Unwissenheit und Verwirrung sind noch da. Wenn du die Konzentration wieder verlässt, kommen sie potentiell wieder.

konzeptuelle Erkenntnis der Realität mit tiefer Konzentration verbinden

Das letztliche Gegenmittel gegen die Unwissenheit ist Weisheit. Und dafür muss man durchaus analysieren und auch philosophieren. Man verbindet die konzeptuelle Erkenntnis der Realität mit tiefer Konzentration. Dadurch erreichst du einen überationalen oder überkonzeptuellen Zustand unmittelbarer geistiger Erfahrungen.

Aber Analysen beziehen sich nicht nur auf die letztliche Realität, sondern alle Tugenden, außer der Konzentration, werden mithilfe von Analysen hervorgerufen. Das ist im Westen gar nicht

so bekannt. Die meisten denken bei buddhistischer Meditation nur an Ruhe und Atembetrachtung. Aber wenn der Geist zur Ruhe gebracht worden ist, dann geht es erst richtig los. Dann analysierst du zum Beispiel die Freundlichkeit der Wesen oder wie nah sie dir stehen und kommst zu der Erkenntnis, dass Liebe und Mitgefühl die richtige Einstellung wären. Und dann versuchst du das auch in dir hervorzubringen und konzentrierst dich dann abschließend auf diesen Zustand von Mitgefühl, den nennt man „Liebende Güte“ (= Pali Metta, im Sanskrit Maitri).

Nach dieser Vorgehensweise übt man auch Geduld, Genügsamkeit, Vertrauen. Es gibt zahllose Tugenden und Aufteilungen im Buddhismus.

Sie werden aber alle nach dem gleichen Verfahren entwickelt, dass du auf der Grundlage eines ethischen Lebens in der Meditation versuchst, auf der Basis guter Lehren und Schriften, die es

Der Tempel im Tibetischen Zentrum Hamburg.

Foto: Tibetisches Zentrum e. V.



reichlich gibt, bestimmte Analysen anzustellen, wie die Dinge eigentlich sind und wie sie nicht sind. Zum Beispiel, was gerade gesagt wurde, dass man nicht auf Ärger mit Ärger reagiert. Da gibt es Texte, die nennt man Lojong im Tibetischen. Das heißt, dass man auf Schwierigkeiten positiv reagiert. Man nimmt die Herausforderungen an. Das ist gerade so ein spirituelles Futter, dass man Schwierigkeiten in den Pfad zur Erleuchtung umwandelt. Man versucht sich deutlich zu machen, dass schwierige Menschen für einen selber hilfreich sein können, um sich weiterzuentwickeln. Mein Ziel ist spirituelle Entwicklung und die kann ich nur erreichen, wenn mich Leute auch mit Schwierigkeiten konfrontieren. Deshalb sind sie eigentlich ein Schatz für mich. Das ist sicherlich auch sehr christlich. Ich würde sagen, Jesus ist ein großer Lojong-Meister. Aber ich denke, in allen tieferen Traditionen wird letztlich erkannt, dass man gerade Schwierigkeiten benutzt, um sich besonders weiterzuentwickeln. Dafür musst du aber sehr gründlich analysieren und du musst natürlich auch über die Situation des Anderen nachdenken. Vergebung spielt auch eine große Rolle in solchen Dingen. Letztlich ist die Analyse der Realität das beste Mittel, weil das alle Leidenschaften zerstört. Durch Geduld und Liebe werden die Leidenschaften nur verringert und nicht vollständig zerstört.

Das kann aus buddhistischer Sicht nur die Weisheit.

C. P.: Man spricht heute immer wieder von der Achtsamkeit, die auch aus dem Buddhismus stammt. Welche Rolle spielt die?

die grundlegende Eigenschaft der Achtsamkeit

O. Petersen: Für alle drei Aspekte Ethik, Konzentration und Weisheit, die zusammengehören, braucht man die grundlegende Eigenschaft der Achtsamkeit; wir nennen sie Vergegenwärtigung oder Satipatthana. Das bedeutet, bei dem zu bleiben, womit du dich beschäftigst, d. h. du musst dich immer beobachten. Das sind eigentlich zwei Faktoren: Selbstbeobachtung und Vergegenwärtigung. Für die Ethik brauchst du Vergegenwärtigung. Dir einfach vorzunehmen, ein

Es gibt keinen Fortschritt, auch nicht in einer weltlichen Aktivität, wenn man nicht lernt, bei der Sache zu bleiben.

Foto: Alexandra Koch auf pixabay



der achtegliedrige Pfad des Buddha bei Rudolf Steiner

S. Hartmann: Ich beschreibe einfach, wie ich persönlich damit lebe. Die erste Übung ist das rechte Vorstellen. Das würde ich mit der Sonne in Verbindung bringen: Das Licht der Sonne, das auf die Dinge fällt und mir die Wirklichkeit zeigt, wie sie ist. Und schon diese Übung ist ja unendlich schwer. Wenn man an politische oder auch an wissenschaftliche Themen denkt - wie bilde ich mir ein wirklichkeitsgemäßes Urteil? Es ist eine riesen Anforderung, dass ich überhaupt meinen Geist darauf ausrichte, das Rechte, das Wahre vorzustellen. Und für mich gehört zu dieser Übung auch, dass ich mir gegebenenfalls sage: Ich weiß es nicht, ich lasse es offen.

im richtigen Moment auch mal sagen, dass ich es nicht weiß

Es gibt so viele Verschwörungstheorien oder überhaupt Theorien, die die ganze Welt erklären. Und da gehört für mich bei diesem ersten Schritt vom achtgliedrigen Pfad dazu, im richtigen Moment auch mal zu sagen, dass ich es nicht weiß.

Das Zweite hat für mich dann mit dem Mond zu tun. Das ist der rechte Entschluss. So wie der Mond das Sonnenlicht reflektiert, versucht man zuerst, das Wahre vorzustellen und dann auch zu rechten Entschlüssen zu kommen und mit dieser Kraft ins Handeln zu gehen. Das Dritte hat für mich mit dem Mars zu tun. Das ist das rechte Sprechen und

guter Mensch zu sein, ohne zu achten, was du tust, ist sinnlos.

Bei der Konzentration brauchst du extreme Vergegenwärtigung. Wenn du dich auf ein Konzentrationsobjekt richtest, wird als erstes passieren, dass dein Geist abwandert; gerade heutzutage, wo wir so extrem unkonzentriert sind. Dann musst du wiederum dich selbst beobachten. Der Buddha nennt die Vergegenwärtigung „den einzigen Weg“. Das bedeutet nicht, dass jeder Buddhist werden muss, aber es gibt keinen Fortschritt, auch nicht in einer weltlichen Aktivität, wenn man nicht lernt, bei der Sache zu bleiben. Der ganze Weg besteht aus Ethik, Konzentration und Weisheit, aber du kannst keinen dieser Teile gehen, wenn du nicht übst, bei der Sache zu bleiben. Und da hat der Buddha uns ganz einfache und praktische Methoden gegeben. Er hat gesagt, bleib einfach beim Körper, bleib beim Gehen, bleib beim Atmen. Wenn du es schaffst, beim Atmen zu bleiben, dann hast du gelernt, wie du bei einer Sache bleibst. Aber das ist erst der Anfang, dann kannst du später deine Aufmerksamkeitsfähigkeit auf die philosophischen Inhalte genauso ausrichten. Das ist heute auch säkular wieder sehr virulent, auch in der Psychotherapie, dass man lernt, seinen Geist zu beobachten und nicht abzuwandern. Und das gibt einem schon eine große Erholung von allen inneren Verwirrungen, die man hat.

C. P.: Steffen, Rudolf Steiner spricht beim Schulungsweg vom achtgliedrigen Pfad des Buddha. Was versteht man darunter?

Schweigen, also diese Wortkraft, die mit dem Mars zusammenhängt, beherrschen zu lernen. Man kann ja durch das Wort auch unendlich verwunden. Es geht darum, in dem Was und im Wie so zu sprechen, dass es sich auf eine gute Weise einfühlt in die Welt - und im richtigen Moment auch mal schweigen. Bei der vierten Übung sehe ich einen starken Bezug zum Merkur: die rechte Tat. Ich habe das für mich so genannt, dass man Karma-Bewusstsein ausbildet: Was sind die Folgen einer Handlung? Wie wirken meine Handlungen weiter in der Welt? Und das möge heilsam sein.

Der Merkur ist ja auch der Vermittler. Es geht also darum, dass ich die Dinge so tue, dass sie möglichst auf eine gute Weise weiterwirken.

Diese ersten vier Übungen sind für mich eigentlich schon praktizierte „Philosophie der Freiheit“. Vom Erkenntnispunkt bis zum Handlungspunkt hat man vier Schritte, wo man immer wieder neu ansetzen kann, im Kleinen wie im Großen, das mit Bewusstsein zu durchleuchten.

Und dann kommt wie eine Schwelle bei der fünften Übung, es weitet sich nochmal. Das ist das rechte Maß. Das hat viel für mich zu tun mit dem Jupiter oder mit der wirklichen Weisheit. Mit Aristoteles könnte man auch sagen, dass ich immer wieder versuche, die Mitte zu finden zwischen den Extremen. Es ist eine Waage-Übung, eine Balance-Übung. Und das sechste ist das rechte Streben. Das verbinde ich mit der Liebekraft von



Foto: Laurecan auf Pixabay

Und gleichzeitig sind diese acht Übungen ein Organismus, den der Buddha schon 600 v. Chr. als Weg ins Nirwana gelehrt hat.

der Venus. Also eigentlich die Liebe zu den Idealen, dass ich mir Ziele setze, die ich liebe und aus Liebe ihnen folge. Und aufgrund der Liebekraft dann auch das Scheitern in Kauf nehmen oder aushalten und trotzdem dranbleibe.

Das hat für mich mit diesem rechten Streben zu tun. Aber da brauche ich zum Beispiel auch das rechte Maß. Sonst, wenn ich zu perfektionistisch werde, zu sehr mich festbeiß, dann könnte das Streben auch kippen. So greifen die verschiedenen Übungen ineinander und korrigieren sich gegenseitig.

Die siebte ist dann das rechte Gedächtnis. Das bringe ich mit dem Saturn in Zusammenhang, dass man zurückschaut auf das, was man an einem Tag, in einer Woche, in einem Jahr getan hat. Es gibt ganz viele Übungen in der Anthroposophie, wo wir die Rückschau üben. Man lernt aus dem, was man getan hat, was einem widerfahren ist und auch, was aus dem Schicksal auf einen zukommt. Aus dem heraus kann man neu und anders in die Zukunft gehen.

So hat man die sieben Planeten, von der Sonne bis zum Saturn.

Und die achte Übung, die rechte Beschaulichkeit, würde ich mit der Erde als solcher in Verbindung bringen. Ich kann nur im inkarnierten Zustand als Erdmensch auf mich schauen. Rudolf Steiner sagt, man soll lernen, auf sich zu blicken wie auf einen Fremden. Das hat für mich auch mit dieser rechten Beschaulichkeit zu tun. Ich schaue mir das, was ich mit den sieben anderen Übungen versuche, an und prüfe mich auch immer wieder. Das ist quasi die Übung, die während der ganzen Woche immer mitläuft.

Ich will noch hinzufügen, dass die klassische Zuordnung von Rudolf Steiner zu den Wochentagen bzw. Planeten etwas anders ist, da würde man mit dem Samstag (Saturn) beginnen; das hier Beschriebene beruht auf meinen eigenen Üb-Erfahrungen. Meine persönliche Erfahrung ist: Diese acht Übungen sind so angelegt, dass man mit ihnen nie an

ein Ende kommt, und je länger man sich damit beschäftigt, umso stärker wird das besagte Scheitern erlebbar.

Und das begeistert mich so, dass da Buddhismus, Christentum und Anthroposophie sich verbinden.

Und gleichzeitig sind diese acht Übungen ein Organismus - und das begeistert mich so -, den der Buddha schon 600 v. Chr. als Weg ins Nirwana gelehrt hat. Rudolf Steiner greift das auf und für mein Empfinden verchristlicht er es.

Mit diesen Übungen kann man ein erdentauglicher, ein Erd-zugewandter, ein dem Christus nachfolgender Mensch werden. Und das begeistert mich so, dass da Buddhismus, Christentum und Anthroposophie sich verbinden.

Und vielleicht darf ich als Abschluss noch einen Satz von Rudolf Steiner lesen, den ich mitgebracht habe: „Der im Liebesfeuer sich hinopfernde Buddha ist der Inspirator unserer Geisteswissenschaft.“ (aus GA 130)

Foto: msandersmusic auf Pixabay





Dozent:in (m:w:d) für Sprachgestaltung

Für unsere dualen Ausbildungs- und Studiengänge für Waldorflehrer:innen bieten wir **zum 01.09.2025** eine halbe Stelle oder freiberufliche Mitarbeit auf Honorarbasis.

Ihr Aufgabenfeld:

- Künstlerisches Sprechen in den Klassenstufen 1-12
- Übungen im freien Erzählen für alle Alter
- Vorbereitung, Durchführung und Präsentation individueller Sprachabschlüsse und Theateraufführungen
- Individuelle Schulung, Förderung und Hospitationen von Studierenden
- Kollegiale Mitgestaltung und Verantwortung der Ausbildung

Ihr Profil:

- Ausbildung in Sprachgestaltung
- Unterrichtserfahrung mit Schüler:innen und Erwachsenen
- Erfahrungen in künstlerischer Projektarbeit
- Teamfähigkeit und Selbstständigkeit
- Bereitschaft zur vertiefenden Einarbeitung in die Waldorfpädagogik



Ihre Ansprechpartnerin: Frau Dr. Andrea Kersten · kersten@waldorfseminar.de

Am 30. März 2025 war der 100. Todestag Rudolf Steiners. Ich möchte das als Anlass nehmen, einige Menschen aus dem anthroposophischen Umkreis nach ihren persönlichen Erfahrungen mit der Anthroposophie zu fragen. Was hat mir die Anthroposophie gegeben, was gibt sie mir heute noch? Welche anthroposophischen Impulse möchte ich in die Welt tragen? Was möchte ich weiterführen?
Ihre Christine Pflug (Redaktion)

Mut zu mehr (Mit-)Menschlichkeit

Beitrag von Inke Kruse, Geschäftsführerin von STOCKMAR und darüber hinaus tätig in gemeinnützigen Organisationen

In allen unseren Lebensfeldern – privat, beruflich und im gesellschaftlichen Kontext – sind wir mit der Frage konfrontiert, welche Zukunft wir wollen. Diese Frage hat für mich mit den Geburten unserer beiden Töchter besondere Bedeutung erlangt. Wie trage ich positiv zu der Zukunft bei, die meine Kinder erwartet?

Rudolf Steiner hat mit seinen Impulsen für unterschiedliche Lebensfelder ein Plädoyer für die Zukunft formuliert. Und ein Plädoyer für die (Mit-)Menschlichkeit. Für diese Haltung braucht es vor allem Vertrauen. Vertrauen in die Welt, in die Menschen und in die eigene Gestaltungskraft. Die Erfahrung, selbst gestalten zu können ist zentral, und diese Erfahrung sollte im Kind tief verankert werden. Dafür steht STOCKMAR, dafür stehe ich.

Ich habe das Glück, in einem Unternehmensumfeld Verantwortung zu tragen, in dem das Ringen um die Berücksichtigung sozialer und wirtschaftlicher Erfordernisse schon lange Teil der Unternehmenskultur ist. Es geht darum, im eigenen Gestaltungsbereich Verantwort-



Foto: Maik Floeder

ung zu übernehmen. Als Mensch und als Mensch in einer Organisation. Nun haben wir bei STOCKMAR einen starken Bezug zum künstlerischen Schaffen und zum Gestalten. Durch unsere Produkte fördern wir den tiefen Erlebnisraum des Gestalten-Könnens. Daran Anteil zu haben ist Teil meiner Antwort, was ich für eine gute Zukunft tun kann. Und Steiners Impulse inspirieren mich dazu.

Donnerstag, 1. Mai

Treffpunkt: S-Wilhelmsburg, 9 – ca.15 Uhr
Jacobusweg Lüneburger Heide II
 von S Wilhelmsburg nach Sinstorf (ca.13km).
 Wir wandern eine 2. Pilgerstrecke auf dem
 Jacobusweg Lüneburger Heide. Rückfahrt mit
 Bus und S-Bahn von Sinstorf. Anm.:
 diepilgerbruecke@christengemeinschaft.org

Freitag, 2. Mai

Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, 16:00–20:30
Freitagsbacken wie die Profis
 birtekruse@holzofenbaeckerei-gutwulfsdorf.de

Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft Berg-
 stedt, Kaudiekskamp 6a, 18:30–20:30

Einführung in das Familienstellen und die systemische Aufstellungsarbeit

Abend 8: „Aufstellungen zu Zielen, Visionen und Lebensaufgaben“ mit Barbara Heeb Eine fortlaufende 10-teilige Abend-Fortbildungsreihe des Isis-Institutes Hamburg (auf Wunsch mit TN-Bescheinigung, für Pentagramm-Traumapädagog*innen/-therapeut*innen: Möglichkeit der Erlangung eines Zusatz-Zertifikates des Isis-Institutes in traumasensibler systemischer Aufstellungsarbeit bei TN an insgesamt 10 Abenden). Anm: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Kostenbeitrag: 30,-/Abend. Veranstalt.: Isis-Institut

TONALi SAAL, 19.30

Andreas-Günther-Quartett

Jazz Kompositionen des Kommunikativen Quartetts

Samstag, 3. Mai

Gut Wulfsdorf, Treffpunkt am Steinkreis, 10–13 Uhr
Biologisch-Dynamische Präparate.
 Erfahren und erproben Sie, wie diese Präparate hergestellt und angewendet werden. Diese Veranstaltung ist auch für Hobbygärtner ohne Vorkenntnisse geeignet. Anmeldung bei Johannes Hommes, 04102 - 56408.

Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft Berg-
 stedt, Kaudiekskamp 6a, 10 und 11:30 Uhr

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

Gruppe III „Experts“ 10:00–11:30, Gruppe II 11:30–13:00 „Advanced“. Anmeldung und Auskunft: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Kostenbeitrag: 20,- Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

Michaels-Kirche, 17.00 Uhr

Zu Hause ankommen

– die Wirkung des Auferstehens im Lebenslauf, Vortrag zur Einführung Konfirmation, Christian Bartholl

Sonntag, 4. Mai

Rudolf Steiner Schule Bergedorf, 11:00 Uhr

Konzert der Jugend-Kammermusik

12 Ensembles spielen Werke von Schubert, Saint-Saens und Brahms. Eintritt frei, Spenden erbeten! Infos: www.jkm-Bergedorf.de

Lukas-Kirche, 11.15 Uhr

Café da Luca

mit Antiquariat. Kuchen und Salatspenden sind willkommen. Kontakt: Fam. Lamp, Tel. 6405171

Johannes-Kirche, 11:30 Uhr

Kirchencafé**Montag, 5. Mai**

Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft Berg-
 stedt, Kaudiekskamp 6a, 19–20:30

Gruppe I „Beginners“

Supervisions- und Intervisions-Treffen zur waldorforientierten Pentagramm-Traumapädagogik und -Traumatherapie – Gruppe III. Anmeldung und Auskunft: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Kostenbeitrag: 20,-/Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

Dienstag, 6. Mai

Mittelweg 13, 18 – ca.20 Uhr:

Pilger-Treff

Gesprächsrunde, Thema: „alleine – gemeinsam“
 Abendandacht Anm: diepilgerbruecke@christengemeinschaft.org

TONALi SAAL, 19.30

IMPROVISE!

Jasper Høiby's 3Elements. Die HADLEY's Jazzreihe zu Gast bei TONALi

Mittwoch 7. Mai

Waldorfseminar, Hufnerstraße 18, 10.00 und 17.00 Uhr

Infotag – Wie werde ich Waldorflehrer*in?

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

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Das meditative Bewusstsein

Anthroposophie, eine Zusammenfassung nach 21 Jahren. (GA 234, 2. Vortrag) Einleitung und Gespräch mit Heidemarie Hamann

Donnerstag, 8. Mai

Ort bitte erfragen, voraussichtlich 17 Uhr

Veranstaltung zum 80.Gedenktage des Kriegsendes

Wir besuchen eine öffentliche Gedenkveranstaltung in der Stadt Hamburg. (Programmveröffentlichung muss noch abgewartet werden.) Anm: diepilgerbruecke@christengemeinschaft.org

Lukas-Kirche, 19.30 Uhr

Lebe und erkenne! Hannah Arendt – eine Frau im 20. Jahrhundert

Beiträge zur Biographie Hannah Arendts von Friedlieb Häckermann, Pfarrer

Michaels-Kirche, 19.30 Uhr

Auferstehungsmotive der Osterepistel

Einleitung und Gespräch

Markus-Gemeinde, 20.00 Uhr

Undine

Märchen mit Musik von Carl Reinecke (1824–1910), M. Wilson-Zwilling (Querflöte), A. Semrau (Klavier)



Verband der Sozialwerke
der Christengemeinschaft

Wir suchen zum Oktober/November 2025 einen

Geschäftsführer (w,m,d)

in Teilzeit (50% -70%) für die Geschäftsstelle in Hamburg.

Weitere Informationen finden Sie unter:

www.cg-sozialwerke.de

Verband der Sozialwerke der Christengemeinschaft e.V.

Mittelweg 13, 20148 Hamburg

040 – 41 33 02 70, info@cg-sozialwerke.de

www.cg-sozialwerke.de

Freitag, 9. Mai

GLS Bank Hamburg, Düsternstraße 10, 20355
 Hamburg 18:00 - 20:00 Uhr

Palmöl, Korruption und die Zerstörung des Regenwaldes

Lesung mit Nicole Maron: "Kahlschlag im Amazonas - Wer vom Raubbau am Regenwald profitiert" Anm. bis Fr, 9. Mai. 25 au fder website der GLS

TONALi SAAL, 19.30

Juliette Gréco, so bin ich eben

Chansonkonzert, Véronique Elling & Band

9. und 10. Mai

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, Fr, 20:00, Sa, 19:00

Faust's Erlösung

Klassenspiel der Klasse 8b, neu bearbeitet von Rudolf Kutzli nach alten Vorlagen. Eintrittskarten: 2,50 für alle. Vorverkauf (nur online). Event-Ticketing-Software von pretix. Abendkasse: Die Abendkasse öffnet jeweils eine Stunde vor Veranstaltungsbeginn.

Samstag, 10. Mai

Christophorus Schule, 09.00 Uhr

öffentliche Unterrichtsfeier

Gärtnerhof am Stüffel, Stüffel 12, 10 - 15 Uhr

"Jungpflanzenfest"

Verkauf

Rudolf Steiner Schule Harburg, 10:00- 14:00 Uhr
Flohmarkt

Hermann Jülich Werkgemeinschaft, Donnerblock
24, Köthel, 10-16 Uhr

Lauf- und Frühlingsfest
www.werkgemeinschaften.de



Rudolf Steiner Haus, 10:00 – 17:00 Uhr

Musik aus Südamerika

Chorworkshop mit inti dúo (Daniela Nardini und Tomás Davidis) zum 25-jährigen Jubiläum, Klangreise durch die Farben und Musik der Regionen Südamerikas. Kursgebühr: 70,-, erm. 55,-, Studenten 40,- Infos und Anm: www.intiduo.wixsite.com/inti oder www.instagram.com/intiduo, Verant.: MenschMusik Hamburg

Hollenbeck 10:30-19:30

Frauen-Schwitzhütte im Mai

Hyperthermie in der Natur und mit den Elementen Feuer, Wasser, Luft und Erde. Ein Tag der Reinigung und Heilung in der Gemeinschaft mit anderen Frauen und im Kontakt mit der Natur und den Elementen. Anmeldung und Auskunft: Antje Thiekötter: 0173 7989164, www.heilarbeit-praxis.de, Kostenbeitrag: Richtwert 50-75,- Veranstalter: Isis-Institut-

Lukas-Kirche und Kindergarten, 11.00-15.00 Uhr

Tag der Offenen Tür

Gemeinsame Veranstaltung der Lukas-Kirche und des Kindergartens der Christengemeinschaft

Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft Bergstedt, Kaudiesskamp 6a, ab 11:30

Zertifizierungs-Gespräche Pentagramm-

Traumatherapie

Anmeldung und Auskunft: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Kosten: 160,- Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, 15:00-16:30

Muttertagsbacken

für Kinder von 6-10 Jahren. anmeldung@holzofenbaeckerei-gutwulfsdorf.de

Rudolf Steiner Haus, 19:00 Uhr

Wie einst Lilli Marleen – oder: Mit Leip & Seele

Eine musikalische Annäherung an den Hamburger Dichter Hans Leip von und mit Johannes Kirchberg. Gedichte rund ums Meer, die Seefahrt und die Elbe. Veranstaltung im Rahmen des Literaturfestivals „Hamburg liest Elbe“. Eintritt: 18,-, erm. 12,- Rudolf Steiner Haus Hamburg

TONALi SAAL, 19.00 Uhr

Michael Koch – Ich mach mal Piano

Mit Spirit-Piano in die Selbstreflexion

10. / 11. Mai

Rudolf Steiner Haus, Uhrzeit bitte erfragen

Von der Bewegung zur Form

Loheland Gymnastik mit Uta Jahns und Antje Krebs. Achtsame Bewegung in ihrer Vielfalt erleben. Von mir zur Begegnung mit anderen. Gemeinsam Formen finden wird zum Raumerlebnis! Anmeldung unter Lohegym. utajahns@t-online.de

Sonntag, 11. Mai

Lukas-Kirche, 11:30 Uhr

Gemeinde im Gespräch

Rudolf Steiner Haus, 16.00 Uhr

Konzert der Jugend-Kammermusik

12 Ensembles spielen Werke von Schubert, Saint-Saens und Brahms. Eintritt frei, Spenden erbeten! Infos: www.jkm-Bergedorf.de

Rudolf Steiner Haus, 16:00 Uhr

Öffentliches Abschlusskonzert. Es spielen Teilnehmer des Jugend-Kammermusikurses Bergedorf.

Kartenreservierung unter info@jkm-bergedorf.de. Jugend-Kammermusik Bergedorf in Zusammenarbeit mit dem Seminar für Waldorfpädagogik

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Luz de diamante – Lieder der Argentinischen Seele.

Konzert von inti dúo (Daniela Nardini und Tomás Davidis) zum 25-jährigen Jubiläum. Eintritt frei – Spenden erbeten, Verant.: MenschMusik Hamburg

12. – 16. Mai

Priesterseminar HH, Montag, 16:00 Uhr bis Freitag, 12:30 Uhr

Die Kunst der Selbstführung

– zwischen Scheitern und Gelingen

Offene Kurswoche am Priesterseminar. Wie kann ich mich in meiner Selbstführungskompetenz stärken? Lassen sich Gewohnheiten ändern? Wie komme ich mit Scheitern und Gelingen zurecht? Leitung: Christiane Hagemann, Tabea Hattenhauer, Ulrich Meier. Kosten: 320,- inkl. Frühstück und Mittagessen (Dienstag – Donnerstag). Info und Anmeldung: Seminarbüro 040. 334 555 80 oder info@priesterseminar-hamburg.de

Dienstag, 13. Mai

Mittelweg 13, 18 – ca. 20 Uhr

Beten? Wie? Wo? Wann? Warum?

Arbeitsgruppe, Abendandacht diepilgerbruecke@christengemeinschaft.org

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

Patienteninitiative Lüneburg: "Wie leben wir mit der Sonne?"

Offene Sprechstunde und Übungen aus der Heileurythmie mit: Dr.med Astrid Fiegenbaum, Hautärztin und Uta Rebbe, Heileurythmistin. Wir bitten um eine Spende von 10,-

Mittwoch, 14. Mai

Institut Diogenes, Kleine Bahnstr. 1, 18 – ca. 21 Uhr

UNSERE REIHE: GESUNDHEITSPFLEGE

Die **Rudolf-Steiner-Schule Bergedorf** sucht zum Schuljahr 2025 / 26 Lehrkräfte m • w • d für **Deutsch und Theater** für die Ober- und Studienstufe sowie **Eurythmie** für alle Stufen.

Wir freuen uns über Ihre Bewerbung:

bewerbung@waldorf-bergedorf.de

Müde – Erschöpft – Antriebslos?

Einführungsvortrag Dr. med. Hans-Joachim Albrecht und therapeutische Anwendungen mit Therapeuten aus dem Institut Diogenes. Anm. Telefon 040 – 851 792 680, info@institut-diogenes.de. Unkostenbeitrag 25,00/3 Std.

Treffen: Mittelweg 13, 18 – ca.22 Uhr

„Kunstschutzgebiet“ Infoabend und Workshop

Besuch der Tonal-Veranstaltung, nach einer kleinen Einführung und Imbiss gehen wir zu Fuß zu Tonal (ca. 2km). Eintritt bei Tonal frei! Anm: diepilgerbruecke@christengemeinschaft.org

TONALi SAAL, 19.30

Kunstschutzgebiet

TONALi Seminar. Info-Abend.

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Der Übergang vom gewöhnlichen Wissen zur Initiationserkenntnis

Anthroposophie, eine Zusammenfassung nach 21 Jahren. (GA 234, 3. Vortrag), Einleitung und Gespräch mit Robert Jankowski

Donnerstag, 15. Mai

TONALi SAAL, 19.30

Licht am Abgrund

Yevgeny Sudbin, Klavier

Lukas-Kirche, 19.30 Uhr

Die Idee der Unsterblichkeit im Transhumanismus und im Christentum

Vortrag von Dr. Christoph Bernhard, Arzt

Freitag, 16. Mai

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

Kunsttherapie – Infotag

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

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

und: Illustrationsdesign – Infotag

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

Rudolf Steiner Haus, 19:00 Uhr

Was ist Leben? – zur wissenschaftlichen Zentralfrage des 21. Jahrhunderts am Beispiel der Mikrobiomforschung

Vortrag von Dr. Thomas Hardtmuth. Eintritt: 15,-, erm. 10,-

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, 19:00

Eurythmie-Abschlüsse

Die Klassen 12a & 12b präsentieren ihre Eurythmieabschlüsse mit Musik von Schumann, Tschaikowski, Skrjabin und Gedichte von Hilde Domin.

Rudolf Steiner Schule Bergedorf, 19:00

Frühlingskonzert
mit Eurythmieabschluss

TONALi SAAL, 19.00 Uhr

TONALi Seminar: Sinn / Salon

mit Thomas Bickhardt, Seemann, Psychologe, Leuchtturmwärter. Ein Gast. 60 Minuten. Ein Gespräch.

16. – 17. Mai

Ort: Hölderlin e.V., Kattjahren 4, 22395 Hamburg-Volksdorf Samstag, 17-21 Uhr, Sonntag, 10-17 Uhr

Offenes Atelier des Isis-Institutes Hamburg: „Kreatives Arbeiten mit Ton“

mit Barbara Claußen und Annette Horster-Schepermann und Gastdozent*in des Isis-Institutes Hamburg. Anmeldung und Auskunft: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Kostenbeitrag: Sa: 30,- (mit Anleitung durch Dozentin), So: 20,- (Nutzung Offenes Atelier), plus ggf. Materialumlage. Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

16. – 17. Mai

Rudolf Steiner Haus, Fr 18.00 – 21.30 Uhr, Sa 10.00 – 13.30 Uhr

Die vier Elemente

in der Natur, im Menschen und in der Musik. Seminar mit Barbara Hanssen. Phänomenologische und meditative Betrachtungen, Bewegungsübungen und Musik. Kostenbeitrag 50,-Anm. unter info@menschmusik.de

Samstag, 17. Mai

Rudolf Steiner Schule Harburg, 09:30 Uhr

3. Monatsfeier

und Tag der offenen Tür

TONALi Campus, 11.00 Uhr

Kinder Kunst Campus

TONALi Young Academy

Markus-Gemeinde, 18.00 Uhr

Dem eigenen Stern folgen

Die Konfirmation als Unterstützung für den Lebenslauf. Vortrag von Chr. Bartholl für Eltern, Paten, Gemeinde

Rudolf Steiner Haus, 19:00 Uhr

Garten des Lichts. Aufführung der Goetheanum Eurythmie Bühne Dornach

Die Auseinandersetzung des Menschen mit den inneren Kräften von Licht und Dunkelheit in drei unterschiedlichen Aspekten: Mani, Perceval und die Geschwister Scholl. Das Programm beinhaltet Musik für Klarinette und Klavier u. a. von K. Penderecki, A. Berg und F. Say. Eurythmie: Tanja Masukowitz, Silke Sponheuer, Stefan Hasler, Rafael Sastre. Sprache: Dirk Heinrich. Musik: Matteo Geanini und Hartwig Joerges. Eintritt: 25,-, erm. 20,-, Förderpreis 30,- Karten unter www.rudolfsteiner-haus.de. Anthroposophische Gesellschaft – Arbeitszentrum Nord in Kooperation mit Rudolf Steiner Haus Hamburg

Freie Ausbildungsplätze.

für die Ausbildung zum Sozialpädagogischen Assistenten (SPA) und zum Waldorf-Erzieher bietet die Waldorf Fach- und Berufsfachschule in Hamburg noch Plätze an. Beide Ausbildungen sind staatlich anerkannt und waldorfpädagogisch ausgerichtet. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

www.waldorferzieher.de

Verein zur Förderung der Waldorf Berufsbildung Hamburg e. V.

Hufnerstraße 20, 22085 Hamburg
Tel. 040-53 54 8906
info@waldorferzieher.de

JKM Bergedorf

Konzerte der Jugend-Kammermusik

12 Ensembles spielen Werke von **SCHUBERT, SAINT-SAËNS** und **BRAHMS**

4. und 11. Mai 2025

4. MAI 2025, 11⁰⁰ UHR – HASSE-AULA, HH-BERGEDORF
11. MAI 2025, 16⁰⁰ UHR – RUDOLF-STEINER-HAUS, HH-MITTE

Eintritt gegen Spende | Platzreservierung unter 0162-7269915 | www.jkm-bergedorf.de

SEMINAR FÜR Waldorfpädagogik HAMBURG | Rudolf-Steiner-Schule Bergedorf | RUDOLF STEINER HAUS HAMBURG | PETER MÖHRLE STIFTUNG

Sonntag, 18. Mai

Gemeinde Südwest-Holstein, 11:00 Uhr

Einblicke in die Apostelgeschichte III
Ansprache Jörgen Day

Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft Bergstedt, Kaudiëskamp 6a, 11 und 14 Uhr

11-13 Uhr: Regionalgruppen-Treffen und Frühjahrs-Treffen Arbeits- und Forschungskreis Anthroposophisch erweiterte Psychotherapie

Nord/Regionalgruppe Nord DtGAP (Dt. Gesellschaft für Anthroposophische Psychotherapie). Anm.: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg
14-18:30 Jahrestreffen Isis-Institut-Hamburg

Gemeinsames Zusammenkommen der Dozent*innen in den Weiterbildungen in Pentagramm-Traumapädagogik und -Traumatherapie und weiterer Dozent*innen des Isis-Institutes Hamburg, Anm: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

Lukas-Kirche, 11.15 Uhr

Potluck
für Familien

Johannes-Kirche, 11:15 Uhr

Schöpfung aus dem Nichts – die Kraft der Auferstehung

Vortrag von Felicia Holland, Hannover

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

Jahreszeitlicher Kreativ-Abend zum Thema „Frühling“ -

Offene monatliche Abendreihe mit Andrea Hannig, Puppenmacherin, Waldorfpädagogin und Pentagramm-Traumapädagogin. Anm: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Kostenbeitrag: 10,- Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

Mittwoch 21. Mai

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Das erkrankte Denken und der zweite Mensch.

Anthroposophie, eine Zusammenfassung nach 21 Jahren. (GA 234, 4. Vortrag), Einleitung und Gespräch mit Angelika Engels

Donnerstag, 22. Mai

Rudolf-Steiner-Schule Hamburg-Bergstedt, 19 Uhr

Eurythmie-Soli zu Gedichten
mit Schülern und Schülerinnen der 12. Klasse

Rudolf Steiner Schule Bergstedt, 19:00

Eurythmieabschluss 12. Klasse

Michaels-Kirche, 19.30 Uhr

„Das Christentum als mystische Tatsache“
Vortragsreihe zum 100. Geburtstag von Rudolf Steiner, Vortrag Uwe Sondermann

Lukas-Kirche, 19.30 Uhr

Rose Ausländer: „Schreiben ist Leben!“
Vortrag von Brigitte Olle

Samstag, 24. Mai

Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, 12:00-15:00

Holzofenpizzeria

Lukas-Kirche, 15-18 Uhr

Biografisches Schreiben und Jahresfeste

Wir entdecken schreibend das Urbild von Ostern in unserer Biografie. Seminar mit Brigitte Olle, Pfarrerin, und Christine Pflug, Biografieberaterin und Autorin. Anmeldung: Brigitte Olle 0151-55560966 brigitte.olle@web.de oder Christine Pflug 040-4104171, C.Pflug@web.de

Treffen: Mittelweg 13, 17:30 – ca.21 Uhr

„Meine Seele ist noch unterwegs“

Besuch der Tonali-Veranstaltung zu Wolfgang Borchert, Johannes Kirchberg: Gedichte von Borchert mit Musik. kurze Einführung zu Wolfgang Borchert, Spaziergang zu Tonali (ca. 2km), 24,- Eintritt bei Tonali. Anm: diepilgerbruecke@christengemeinschaft.org

Johannes-Kirche, 18:30 Uhr

Zuhause ankommen

Die Wirkung des Auferstandenen im Lebenslauf, Vortrag von Christian Bartholl

TONALi SAAL, 19.30

Meine Seele ist noch unterwegs

Eine Hommage an Wolfgang Borchert. Johannes Kirchberg

Sonntag, 25. Mai

Ort Waldorfkindergarten Wedel, 9:30- 17.00 Uhr

BIOGRAPHIA „Worin liegt der Sinn meines Lebens“

Anja-Bettina Wieth & Daniela Witzleben
Biografieberatung Veranstalter: Isis- Institut-Hamburg. Kosten: 65,- inkl. Material. Anm.: Anja.Wieth@gmail.com / 0176-62196387

Domäne Fredeburg, 11 Uhr bis ca. 13 Uhr, Treffpunkt vorm Kuhstall

„Käsen über offenem Feuer“

Lothar de Vries und Flavio Traxl werden auf traditionelle Weise über offenem Feuer im Kupferkessel einen Käse herstellen. Eintritt frei

Markus-Gemeinde, 11.45 Uhr

Religionsunterricht
in der Gemeinde

Mittwoch 28. Mai

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Die Liebe als Erkenntniskraft. Die Ich-Organisation des Menschen

Anthroposophie, eine Zusammenfassung nach 21 Jahren. (GA 234, 5. Vortrag), Einleitung und Gespräch mit Christoph Bernhardt

Donnerstag, 29. Mai

Rudolf Steiner Haus, 9:30 – 13:30 Uhr

Himmelsleiter des Erkennens

Seminar zum Himmelfahrtstag, mit Steffen Hartmann, Torben Maiwald und Anton Kimpfler. Gesamtkarte: 30,-, erm. 20,- Werkstatt für Anthroposophie



Waldorfkindergarten
Altona

Der Waldorfkindergarten Altona-Altstadt sucht ab sofort eine/n

Erzieher*in oder sozialpädagogische/n Assistent*in (m/w/d)
Stellenumfang 35 Std

für die liebevolle, einfühlsame Betreuung unserer Elementarkinder.
Als Teil eines offenen, paritätisch arbeitenden Leitungsteams gestalten wir Waldorfpädagogik zeitgemäß. Wir verantworten gemeinsam die Qualität der pädagogischen Arbeit, die konzeptionelle Weiterentwicklung sowie die Prozesse der Selbstverwaltung. Wir wünschen uns eine verantwortungsbewusste, empathische, offene und flexible Persönlichkeit mit Organisationstalent, die kreativ und mit Freude an der Gestaltung des Kindergartenalltags mitwirken möchte und gerne Verantwortung übernimmt. Ein gutes Händchen für die Arbeit mit den Eltern ist ebenfalls wichtig. Sie sind staatlich anerkannte/r Erzieher/in und sind idealerweise waldorfpädagogisch ausgebildet oder zumindest mit der Waldorfpädagogik vertraut und/oder daran interessiert, die Waldorferzieherausbildung zu absolvieren. Mehr Infos finden Sie auf unserer Website unter: waldorfschule-altona.de/stellenanzeigen/ Unser Waldorfkindergarten liegt im Stadtteil Altona-Altstadt.

Ihre Bewerbung richten Sie bitte an:
Waldorfkindergarten Altona
z.Hd. Frau Isabel Dorado
Blücherstr. 35
22767 Hamburg
Tel. 040/18884595
dorado@waldorfkindergarten-altona.de

www.waldorfschule-altona.de

Termine

Markus-Gemeinde, 11.00 Uhr
Himmelfahrt bei den Bienen
mit dem Imker Günther Klenota

Johannes-Kirche, 11:15 Uhr
Segen spenden
Beitrag von Christian Scheffler

Michaels-Kirche, 11.15 Uhr
Am vierzigsten Tag nach Ostern
Einleitung und Gespräch

Lukas-Kirche, 19.30 Uhr
Wolkenwächter
Was ist die Himmelfahrt? Darstellungen von Christi Himmelfahrt, wie sie von der Seele des mittelalterlichen Menschen verstanden wird
Vortrag mit Dias von Luke Barr

29. 5. – 1. 6.

Mözen,
Tagung der Christengemeinschaft in Norddeutschland: Himmelskräfte auf die Erde bringen – was richtet die Seele auf?
Flyer liegen in den Gemeinden aus

Freitag, 30. Mai

Treffen Bushaltestelle Teufelsbrück, 9 – ca.15 Uhr
Pilgerwanderung von Teufelsbrück nach Wedel
(ca. 13 km) Wir treffen uns um 9 Uhr und machen eine Pilgerwanderung bis Wedel. Unterwegs gibt es „Pilger-Impulse“. Von Wedel kann man mit Bus und S-Bahn zurückfahren. Bitte Wegzehrung mitnehmen. Anm: diepilgerbruecke@christengemeinschaft.org

Lukas-Kirche, 19.30 Uhr
Was wir den Engeln geben können
Wege zu einem lebendigen Zusammenwirken.
Vortrag von Günther Dellbrügger, Pfarrer
Sonnabend, 31.05. 10.15 – 18.00 Uhr **Seminar zum Thema**
mit Günther Dellbrügger und Gabriele Endlich
(bitte melden Sie sich im Gemeindebüro an)

Domäne Fredeburg, 20 Uhr im „Alten Pferdestall“
Klavierkonzert "Eine neue poetische Zeit"
Der Freiburger Pianist Albrecht Dammeyer spielt zwei Klavierwerke von Robert Schu-

mann, Franz Schubert, Leoš Janáček. Spende am Ausgang erbeten. Bitte anmelden 04541 862131 oder per Mail an julia.de.vries@domaene-fredeburg.de

Samstag, 31. Mai

Haus am Ottenbeck Sa. 10-17 Uhr
1 Tag Auszeit – Meditatives, Wahrnehmung, künstlerische Übungen
(für TeilnehmerInnen stehen 2 Gästezimmer zur Verfügung sowie die Abholung vom Bahnhof)
weitere Infos: www.haus-am-ottenbeck.de

Anfang Juni

Sonntag, 1. Juni

Lukas-Kirche, 11.15 Uhr
Café da Luca
mit Antiquariat. Kuchen und Salatspenden sind willkommen. Kontakt: Fam. Lamp, Tel. 6405171

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



Regionales Gemüse, Kräuter und Blumen direkt vom Gärtnerhof

Stüffel

Mittwoch u. Donnerstag 10-17 Uhr
Selbstbedienung

Freitag 10-17 Uhr, Samstag 10-13 Uhr
mit Bedienung

 Samstag, 10.05.2025 „Jungpflanzentag“
Verkauf von 10.00-15.00 Uhr

Stüffel 12, 22395 Hamburg
www.stueffel.de



Fördern Sie **Persönlichkeiten.** Und **Perspektiven.**

Das Friedrich-Robbe-Institut unterrichtet Schüler*innen mit dem Förderbedarf „Geistige Entwicklung“ auf der Grundlage **anthroposophisch orientierter Heil- und Waldorfpädagogik.**

Für ein Klassenteam suchen wir **ab sofort** einen
pädagogischen Mitarbeiter (m/w/d)

in Vollzeit mit der Qualifikation Sonderschullehrer*in, Sonder-/Heil- oder Sozialpädagoge/-pädagogin.
Es erwarten Sie ein engagiertes Kollegium, umfangreiche soziale Leistungen und berufsbegleitende Fortbildungen.

Wir freuen uns auf Sie.

Rückfragen und Bewerbungen richten Sie bitte an die Schulleitung.

Friedrich-Robbe-Institut e.V.
Bärenallee 15
22041 Hamburg
Telefon: 040 68 44 55
mail@robbe-institut.de
www.friedrich-robbe-institut.de

FRIEDRICH ROBBE  **INSTITUT**
Heilpädagogische Rudolf-Steiner-Schule

Rhythmische Einreibung
nach Wegman/Hauschka



Philipp Martin
Heilpraktiker

Rahlstedter Bahnhofstraße 22
22143 Hamburg
Termine nach Vereinbarung
0177 – 3777941
www.praxis-martin.net

INSTITUT DIOGENES - UNSERE REIHE:
GESUNDHEITSPFLEGE

**Müde – Erschöpft –
Antriebslos?**

Am Mittwoch, den 14.05.25 von 18 – ca.
21 Uhr :
Einführungsvortrag Dr. med. Hans-
Joachim Albrecht und therapeutische
Anwendungen mit Therapeuten aus dem
Institut Diogenes

Um Anmeldung wird gebeten: Telefon 040 –
851 792 680
E-Mail info@institut-diogenes.de
Veranstaltungsort: Institut Diogenes, Kleine
Bahnstr. 1 in 22525 Hamburg
Unkostenbeitrag 25,00/3 Std. je Abend
Bitte bequeme Kleidung und Wollsocken mit-
bringen.



Centro Antroposófico

abtauchen – sich entspannen

Auf Lanzarote sind auch im Sommer frühlingshafte Temperaturen

www.centro-lanzarote.de

memento mori
Bestatterinnen



Mozartstr 19 | 22083 Hamburg
040 419 29 804

info@bestatterinnen.de
www.bestatterinnen.de

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

„Dem Geist eine Stimme geben“

Vierstimmige Chorgemeinschaft in
Bergstedt lädt zum Mitsingen ein.

Mit Übungen aus der „Schule der Stimm-
enthüllung“ öffnen wir einen geistigen
Raum. Atem und Aufrechte lassen uns
zum Künstlerischen Instrument werden.
Unsere Lieder finden wir in der medita-
tiven Wahrnehmung, aus der Inspiration
der Elementaren Welt, den Festeszeiten,
dem, was in unserer Seele lebt.
Das Repertoire in christlich anthroposo-
phischer Anbindung umfasst Chorsätze
aus aller Welt, Improvisationen, Eigen-
kompositionen.
Notenkenntnisse sind willkommen aber
keine Voraussetzung.
Gelegentlich singen wir in der freien
Natur.
Zeit: mittwochs 18.00 bis 19.30 Uhr
Ort: Christophorusschule Bergstedt
Kontakt und Leitung: Astrid Marzahn
astrid.marzahn@gmail.com
Tel.040 60442081c

SEITENWECHSEL
achtsam bestatten



Wir gehen nicht weg,
wir wechseln nur die Seite

Telefon 0176 64887340
www.seitenwechsel-bestattung.de



Baubiologisch bauen

Holzbau
Altbausanierung
Strohballenbau
isofloc-
Wärmedämmung
AURO Naturfarben

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



Isis-Verein für ganzheitliches Heilwesen e. V.

Anthroposophische Medizin – Meditation und Wahrnehmungsschulung

Kurs über 7 Wochenenden 2025/26
„Die 7 Planeten im Lebenslauf“
für Ärzte und andere Gesundheitsberufe

Beginn 13. – 15. Juni 25: Der Mond und das 1. Jahrsiebt, biographische Betrachtung, Wurzelchakra, Organe des Beckenbodens, Silber-Heilmittel (Isis-Rezepturen)

Dr. Astrid Engelbrecht, Dr. René Ebersbach

„Wandern und Meditieren im Lötschental – die Heilkräfte der Natur und des Kosmos“

Seminar in zwei Teilen

Teil 1: 19.–23.07.2025 | Wandern und Meditieren mit Wahrnehmungsübungen
Teil 2: 23.–25.07.2025 | Praktisches Potenzieren nach dem Isis-Verfahren

In der grandiosen Schweizer Bergwelt vertiefen wir uns in die Natur, die Heilpflanzen und ausgewählte Isis-Rezepturen. Im Teil 2 kann jeder eine Heilpflanze selbst potenzieren.

Dr. Astrid Engelbrecht

www.isis-verein.de, Email: isis.verein@gmail.com, Tel.: 040 – 645 04 897

UNTERSCHREIB FÜR WERBEFREI
HAMBURG
Dein Volksbegehren für eine bessere Stadt mit weniger Außenwerbung
www.hamburg-werbefrei.de

SEI AUCH DU MIT DABEI!
WIR SUCHEN
ERZIEHER*IN (M/W/D)
in Vollzeit für Elementargruppe

Gesucht werden neben dem Ausbildungsnamen 'Waldorferzieher*in', staatliche Erzieher*in, Sozialpädagogische Assistenten etc. auch Fachkräfte mit vergleichbarer pädagogischer Ausbildung sowie berufstätige Seitenrentner*innen.

WAS BIETEN WIR?

- Leben und Arbeiten in der Waldorfpädagogik
- Ein offenes, freundliches und aktives Team und unterstützende Elternschaft in einer familiären Atmosphäre
- Übernahme der Finanzierung von Aus- und Weiterbildung
- Ggf. Unterstützung bei der Wohnungssuche
- Strukturen der Selbstverwaltung und Mitbestimmung (sozial Eltern und Mitarbeitende (größerer Kindergarten))
- Anthroposophische Grundstruktur und ein wunderschönes, naturnahes Außengelände zwischen Schafwäde und Kulturschönheit im Spitzort der Mikroregion Harburg
- Wochenarbeitszeit in Vollzeit mit 32,5 Stunden am Kind und 7,5 Verfügbarkeitsstunden

WAS SOLLTEST DU MITBRINGEN?

- Herzensfreude, -wärme, Einfühlbarkeit und Spaß an der Mitgestaltung bei der Arbeit mit Kindern und Kollegenden
- Interesse an Aus- und Weiterbildung
- Zugewandtheit zur Waldorfpädagogik in Theorie und insbesondere Praxis

FÜHLEST DU DICH ANGESPROCHEN?
Dann ruf an oder schreibe uns und wir klären deine offene Fragen.
Wir lernen Dich gerne persönlich kennen!
Dass es zwischenmenschlich stimmt, ist für uns eine der wichtigsten Grundsteine der Zusammenarbeit.

Wir sind erreichbar unter:
Waldorfkindergarten Ahrensburg e.V., Am Hagen 6b, 22926 Ahrensburg
Tel.: 04102-59615 / info@waldorfkindergarten-ahrensburg.de
WWW.WALDORFKINDERGARTEN-AHRENSBURG.DE

14.7. bis 20.7. „Haus am Ottenbeck“

Sommerwoche „VISIONSSUCHE mit künstlerischen Mitteln“

– für Erwachsene

Besinnungen, Übungen, Austausch in der Gruppe und Einzelbegleitung für den künstlerischen Einstieg und die Entwicklung der Vision.

Keine künstlerischen Voraussetzungen nötig; denn „Jeder Mensch ist ein Künstler“!

Maximal 6 TeilnehmerInnen; Kosten nach Selbsteinschätzung 350.- 450.- Euro incl. Materialkosten

nähere Informationen:

<https://haus-am-ottenbeck.de/angebot.html> unter „Sommerwoche“

Vogthof

Wohngruppen und Werkstätten (Tagesbetreuung) für Menschen mit Behinderung

Ausbildungsstelle der Fachschule Nord für anthroposophisch-orientierte Heilerziehungspflege

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

Sozialtherapeutische Zusatzqualifikation
zur Fachkraft für Milieubildung und Teilhabe -FAMIT- Kurs X
Beginn 03. September 2025

Die Weiterbildung vermittelt unter Berücksichtigung des anthroposophischen Menschenverständnisses Kompetenzen, um Menschen mit Assistenzbedarf sowohl in ihrer Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft und in der Gesellschaft als auch am Arbeitsleben fördernd und begleitend zur Seite zu stehen. Dadurch entsteht die Befähigung, an dem gesellschaftlichen Ziel der Inklusion mitzuwirken.

Die Fachkraft ist in der Lage, die Entwicklung eines Milieus zu gestalten, das neben der Anerkennung der Individualität auch die Möglichkeiten der Weiterentwicklung offen hält. Der Kurs bietet jedem/r TeilnehmerIn die Möglichkeit, die eigene innere Haltung zu reflektieren und weiter zu entwickeln.

Der Kurs ist darauf angelegt, eigene Ressourcen und individuelle Fähigkeiten zu erschließen, um diese der eigenen Ausbildung und der Arbeit zugänglich zu machen. Einzel- und Gruppenarbeit sowie selbständige Beiträge fließen in den Gesamtkurs ein.

Nähere Informationen
[Hofgemeinschaft Weide-Hardebek giese@weide-hardebek.de](mailto:Hofgemeinschaft.Weide-Hardebek.giese@weide-hardebek.de)

Marcela Paz Moreno

Gesangstherapie-
Kunsttherapie „Schule
der Stimmthüllung“
(BVAKT), Fort-
bildungen in Heilpäda-
gogik, Klang-
massage nach Peter Hess, langjährige
Erfahrungen in den Bereichen Therapie,
Instrumental-Pädagogik mit Kindern
und Erwachsenen.



Klangmeditation und Mantra:
Di. 20. Mai und Di. 17 Juni 2025,
18.15-19.45 Uhr, Preis: 25,-
Singen, Klangreise, Tanzkreis:
Sa. 31. Mai, 10-12:30 Uhr, Preis: 30,-

Eppendorfer Weg 57a, 20259 HH
Anmeldung und Informationen:
info@marcelapaz-moreno.com

Allmende Flohmarkt

04. Mai 25 von 10-15 Uhr.
Bornkampsweg 36, Ahrensburg

Ein Leben lang gut sehen
mit natürlichen Methoden



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

Christine Pflug
HP für Psychotherapie
Biografieberaterin

**Praxis für
Biografiearbeit und
Psychotherapie**
www.christine-pflug.de
0162 5980271

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

Meine Biographie hat viele Entwicklungsräume:

in deren Sein und Werden sich meine
ganz eigene Lebensmelodie bildet.

**TIEFERLIEGENDE KONFLIKTE
ODER AKTUELLE FRAGEN
AN DAS EIGENE LEBEN:**

Im Biographischen Gespräch
kommen wir gemeinsam einer
Lösung auf die Spur.

Marion von der Wense | 0176 - 49347282
Angebot zum Kennenlernen: 1 Std. 25 €
HH/Iserbrook

Welche Entwicklungs-Räume zwischen
Geburt und Tod leben in meiner indi-
viduellen Lebens-Komposition in einem
tieferen Zusammenhang? Warum ist
manches „normal“ und manches bei
jedem Menschen anders? Und wie wirke
Ich in diesem Gesamtkunstwerk?

Eine Perspektive aus der **Anthroposophie:**
Termine: 10.5. und 17.5. von 15.30 – ca.
17 Uhr.

Ort: Raum für Dich Blankenese, Blan-
keneser Bahnhofstr. 4

Kosten: 10 Euro pro Termin zur Deckung
der Raumkosten.

Nur mit **Anmeldung:** Marion von der
Wense,

marionvonderwense@gmx.net,
0176 - 49347282

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

BUCHBINDEREI
ERDMANN
HAMBURG

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

Rudolf Steiner **BUCHHANDLUNG**
FÜR ANTHROPOSOPIE

Buch und
Begegnung

Rudolf-Steiner-Str. 303
20119 Hamburg

Telefon 040/44 24 111
info@rudolf-steiner-buchhandlung.de
www.rudolf-steiner-buchhandlung.de

Abv.-Fr. 9:00 bis 18:30 Uhr
Mo. 9:00 bis 19:00 Uhr
Sa. 10:00 bis 16:00 Uhr

Was hat uns Joseph Beuys heute noch zu sagen?

Vortrag zu Joseph Beuys in Kapelle 6 auf dem Friedhof Ohlsdorf.

So. 11.05.2025 – 15:00 Uhr

Joseph Beuys wurde am 12. Mai 1921 geboren, würde nun also 104 Jahre alt. In seinem Werk setzte er sich mit Fragen des Humanismus, der Sozialphilosophie und Anthroposophie auseinander. Beuys arbeitete ununterbrochen am „erweiterten Kunstbegriff“ und rief zur Mitgestaltung an der Sozialen Plastik als Gesamtkunstwerk auf. Was ist die Soziale Plastik, finden wir Jahrzehnte nach seinem Tod im Jahr 1986 noch Anknüpfungspunkte an sein Werk? Können wir die soziale Plastik irgendwo entdecken?



(Auf dem Foto: Joseph Beuys, Mitte, rechts davon Michael Heißenberg)

Fotograf: Klaus Rose

Michael Heißenberg war in den Jahren 1978 bis 1982 einer der Assistenten für Joseph Beuys und hatte durch den persönlichen Kontakt einen nahen Zugang zu seinem Schaffen. Er selbst initiiert seit einigen Jahren das größte Obstsortenerhaltungsprojekt Norddeutschlands mit der Pflanzung von tausenden Obstbäumen.



- Gartengestaltung
- Teichbau
- Naturspielplätze
- Baumpflege

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

SEELENGOLD-Seminare im LebensRaum in Ammersbek:

Stille und Schweigen
mit Caroline Hermann
Seminar 16.5.- 18.5.25

Selbstermächtigung zur Sonnenwende
Feiere dein ureigenes Licht
mit Caroline Hermann/Carmen Hirschbeck. 20.6.- 22.6.2025

MondZeit ~ eine 28tägige Reise zu dir selbst ~ ein Mondzyklus
mit Caroline Hermann

Art + Silence
Kreative Abende in Stille
Jeden letzten Dienstag im Monat

INFO: www.praxis-hirschbeck.com
www.seelenwelten.me

Augen-Heileurythmie

nach Dr. med. Ilse Knauer

Privatpraxis für Erwachsene und Kinder bei folgenden Indikationen

- Kurzsichtigkeit, Weitsichtigkeit
- Schielen
- Astigmatismus
- Keratokonus
- Legasthenie
- Trockenes Auge
- Visual Stress
- Altersweitsichtigkeit
- Glaukom
- Katarakt
- Periphere Netzhaut-Degeneration
- Netzhautablösung
- Netzhaut-Degeneration bei Diabetes
- Pigment-Degeneration der Netzhaut
- Makula-Degeneration
- Iritis, Iridozyklitis, Choroiditis, Konjunktivitis

Heileurythmie-Sitzungen in Hamburg-Sasel, Hamburg-Volksdorf und Hausbesuche

Vera Lorenzin – Dipl. Heileurythmistin
mit Spezialisierung in Augen-Heileurythmie
E-mail: vera.lorenzini@gmail.com
Tel. 0152 21540588



KUNSTAKADEMIE HAMBURG

KUNSTTHERAPIE

Berufsbegleitende Ausbildung

NEU! AB 2025

Mehr dazu unter:
www.kunstakademie-hamburg.de

Die Preise sind überall gestiegen, beim HINWEIS die letzten 25 Jahre nicht, aber leider muss es jetzt sein:

Unter der Rubrik "Veranstungsanzeigen" können auch Einrichtungen und Veranstalter aus dem Umkreis der Leser:innenschaft ihre Veranstaltungen gegen einen Kostenbeitrag von **1,80 pro Zeile** = ca. 40 Anschläge abdrucken lassen.

Die Redaktion weist darauf hin, dass die Inhalte nicht überprüft und bewertet werden.

Ein extra Foto bei Kleinanzeigen oder Veranstaltungsanzeigen = 7,-

Anthroposophische Gesellschaft

- Anthroposophische Gesellschaft in Deutschland, Arbeitszentrum Nord, Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, Fon 41 33 16-22
- Sophia Zweig am Rudolf Steiner Haus Hamburg, mittwochs von 15 - 18 Uhr, zarsth-s@t-online.de, Tel: 41 33 16-21
- Zentrale Leihbibliothek am R S H Tel: 41 33 16-24. , Mi 16 - 19 h. Für andere Zeiten Tel. 040-510 332 kontaktieren.
- Anthroposophische Gesellschaft Lessing-Zweig HH-Bergstedt, Bergstedter Chaussee 207, 22395 HH
- Anthroposophische Gesellschaft Manes-Zweig, Rothenbaumchaussee 103, (in der Rudolf Steiner Buchhandlung) 20148 HH, Zweigbüro T: 040 539 43 94 (AB)
- Anthroposophische Gesellschaft Michael-Zweig Elmshorn, Auskunft: Anne-Lene Lamke, 04128-1289
- Anthroposophische Gesellschaft Novalis-Zweig Hamburg-Bergedorf, Georg Huisgen T. 040-64 53 87 40.
- Anthroposophische Gesellschaft Raphael-Zweig Ahrensburg, Tobiashaus, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, Auskunft: Dr. Wolfgang Ribmann, Tel. 04102-7776844
- Anthroposophische Gesellschaft, Zweig am Montag Hamburg, Mittelweg 11-12, 20148 HH, Auskunft: M. Böls, T: 040/41331620
- Arbeitsgruppe an der Michael-Schule in Harburg, Wöllmerstr.1, 21075 Hamburg. Auskunft: Christoph Sträßner, Tel. 040/41542773; Ingrid Bartels, Tel. 04183/776044
- Arbeitsgruppe Travenbrück, Harald Nowka T: 04531-188 063
- Arbeitsgruppe Itzehoe, verantwortl.: Maja Schultz, Tel. 04821-712 10
- Arbeitsgruppe Kaltenkirchen, Auskunft: Carol Stockmar, Tel: 04191-3206 + Jutta Schumacher, Tel: 04191-1558
- Arbeitsgruppe Rellingen. Auskunft: Peter Drescher, Tel: 04122-52493
- Arbeitsgruppe Stade, Auskunft: Ursula Peters, Tel: 04141-826 69

Altenpflege

- Tobias-Haus, Alten- und Pflegeheim, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, Tel. 0 41 02 / 806 - 0
- Haus Regenbogen, Alten- und Pflegeheim, Bogenstr. 65, 22869 Schenefeld, Tel. 830 87 30

Bildende Kunst

- ausstellungsraum.steiner haus, Mittelweg 11-12, 20148 HH, Mo-Do: 16-20, Fr: 14-20.
- Kunstakademie Hamburg, Ausbildung in Malerei, Zeichnung, Plastik, Kunsttherapie, Brehmweg 50, 22527 HH, Tel.: 4480661
- BfBH Berufsfachschule für Buchillustration Hamburg, Brehmweg 50, 22527 HH, Tel. 44 80 661

Die Christengemeinschaft

- Johannes-Kirche, Johnsallee 15/17, 20148 HH, Tel. 41 30 86-0, Die. und Do. 9:00-13:00 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
- Markus-Gemeinde in Hamburg-Harburg, Heimfelder Str. 67, 21075 Hamburg, Tel. 49208016
- Magdalena-Gemeinde, Bergedorf-Lüneburg-Wendland, Brookkehre 12, 21029 Hamburg, Tel.: 040/ 30 71 61 20
- Gemeinde in Ahrensburg, Kapelle imTobias-Haus, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg
- Gemeinde Südwest-Holstein, Ansgarstr. 103, 25336 Elmshorn, Tel.: Jens Lührs: 0176-4888 6848
- Die Pilgerbrücke, Forum für Pilgern, Begegnung und Seelsorge, Mittelweg 13, 20148 Hamburg, diepilgerbruecke@christengemeinschaft.org
- Lazarus-Kapelle, (Mika-Rothfos-Stiftung), Vogt-Kölln-Str. 155, 22527 Hamburg, Tel. 571 44 941
- Priesterseminar Hamburg, Johnsallee 17, 20148 HH, T: 334 555 80
- Die Christengemeinschaft in Norddeutschland, Verwaltung: Mittelweg 13, 20148 Hamburg, T: 040 41 30 861
- Verband der Sozialwerke der Christengemeinschaft e.V., Mittelweg 13, 20148 Hamburg, Tel.: 41330270

Erzieherausbildung

- Waldorf Fach- und Berufsfachschule für Sozialpädagogik in Hamburg, Verein zur Förderung der Waldorferzieherbildung Hamburg e.V., Hufnerstraße 20, 22083 Hamburg, Tel.: 040-535 489 06, www.waldorferzieher.de

Heilpädagogik und Sozialtherapie

- Bauckhof Stütensen, sozialtherapeutische Gemeinschaft e.V., Stütensen 2, 29571 Rosche, Tel.: 05803-9640, info@bauckhof-stuetensen.de, www.bauckhof.de
- Christophorus-Schule, Waldorfschule für heilende Erziehung, Bergstedter Chaussee 205, 22395 HH, Tel. 604 428-0
- Eichenhof, Sozialtherapeutische Lebensgemeinschaft e.V., Auf dem Felde 14, 25486 Alveslohe, T: 04193/9661-0
- Elias-Schulzweig, Förderschulzweig der Rudolf Steiner-Schule Nordheide, Schulweg 1, 21255 Wistedt, Tel.: 04182/28750 -0
- Franziskus e.V., Sozialtherapeutische Lebens- und Arbeitsgemeinschaft, Op'n Hainholt 88 a-c, 22589 HH, T.: 870 870-0
- Friedrich-Robbe-Institut, Rudolf Steiner Schule für Seelenpflegebedürftige Kinder, Bärenallee 15-17, 22041 Hamburg, Tel. 68 44 55
- Haus Arild, Lübecker Str. 3, 23847 Bliestorf, Tel.: 04501/1890

Rhythmische Einreibungen bei Nervosität, Erschöpfung und Rekonvaleszenz ...

In meiner Praxis in Hamburg Rahlstedt biete ich als Teil der anthroposophischen Therapieformen die Rhythmischen Einreibungen nach Wegman und Hauschka an.

Sie unterstützen die Gesundung und Heilung auf den Ebenen des Leiblichen und Seelischen. Insbesondere unseren Lebensleib, also die Ätherkräfte, welche uns immer wieder in die Gesundheit führen wollen, möchte diese Therapieform ansprechen.

Bei einer Einreibung wird die Hand rhythmisch, kreisend und streichend über die Körperpartie geführt. Dabei soll Wärme entstehen und körperliche und seelische Spannungen und Blockaden gelöst werden. Für die Einreibungen werden naturreine Öle und Salben mit medizinischen Wirkstoffen verwendet.

Die Rhythmischen Einreibungen unterscheiden sich von anderen Behandlungsformen (z.B. Massagen) durch eine spezifische Berührungsqualität und spezielle Bewegungsabläufe, welche jeweils den individuellen Verhältnissen des betreffenden Patienten angeglichen werden. Auf diesem Weg kann Einfluss genommen werden auf das Krankheitserlebnis, die Befindlichkeit und den Heilungsprozess. Die Behandlung ist auch für Kinder und alte Menschen sehr gut geeignet.

Herzlich Willkommen in meiner Praxis!



Für weitere Informationen besuchen Sie auch gerne meiner Internetseite www.praxis-martin.net.

Herzlichst, Ihr Philipp Martin (Heilpraktiker)



Foto: privat

- Haus Mignon, Christian-F. Hansen-Str. 5, 22609 Hamburg, Institut für ambulante Heilpädagogik und Frühförderung, Tel. 82 27 42 - 0, Seminar Mignon Tel. 82 27 42-11, Kinderhaus Mignon, Tel.: 82274210
 - Haus Mignon Kindergarten – Integrationsgruppe und Heilpädagogische Gruppe, Christian-F.-Hansen-Str. 5, 22609 Hamburg, Tel. 82 27 42 10
 - Mignon Segelschiffahrt e.V. Segelschiff Fortuna, Christian-F.-Hansen-Str. 5, 22609 HH, Tel. 8227 42 11
 - Heilpädagogische Hofschule Wendisch Evern, Förderschulzweig der Rudolf Steiner Schule Lüneburg, Dorfstr. 15, 21403 Wendisch-Evern, Tel.: 04131-861070.
 - Heilpädagogische Förderzentrum Friedrichshulde, Lindenallee 96, 22869 Schenefeld, Tel. 839 35 10
 - Hermann-Jülich Werkgemeinschaft, Dorfstr. 27, 22929 Hamfelde, Tel. 0 41 54 / 84 38-0
 - Hölderlin e.V. ambulante psychiatrische Vor- und Nachsorge, Katjahren 4, 22359 Hamburg, Tel. 603 30 91 / 92 / 93
 - Institut für ambulante Heilpädagogik und Psychotherapie, Langenberg 17, 21077 HH/Harburg, Tel. 760 70 01
 - Kinderheim Heidjherhof, 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.: 05850/97257-0
 - Michael Schule Harburg, Waldorfschule für heilende Erziehung, Woellmerstraße 1, 21075 Hamburg, Tel.: 040 – 709 737 780, Fax: 040 – 709 737 78 19, Email: mail@michaelschule.net Internet: www.michaelschule.net
 - Raphael-Schule, Schule für seelenpflege-bedürftige Kinder und Jugendliche e.V., Quellenthal 25, 22609 Hamburg, Tel. 81 99 26 40
 - Humanopolis GmbH, Groß Malchau 50, 29597 Stoeetze, www.humanopolis.de ; info@humanopolis.de, Tel.: 05872/99091-0
 - Thorsmoerk, Sozialgemeinschaft für Lebens- und Arbeitsgestaltung e.V., Am Brink 7, 23919 Rondeshagen, T. 04544/1720
 - Vogthof, Sozialtherapeutische Lebensgemeinschaft Ammersbek e.V., Ohlstedter Str. 11, 22949 Ammersbek, Tel. 040/6056780
 - Werkgemeinschaft Bahnhof e.V., Dorfstr. 6, 23845 Bahnhof, Tel. 0 45 50 / 99 79 -0
 - ZusammenLeben e.V. und ZusammenLeben GmbH, Angebote zum Wohnen und Arbeiten für Menschen mit Assistenzbedarf, Wohldorfer Damm 20, 22395 Hamburg, Tel. 040-604 00 36.
- ### Kindergärten
- Freier Waldorfindergarten Meendorf e.V., Meendorfer Weg 77, 22145 Hamburg, Tel.: 040/ 66935190 www.waldorfindergarten-meendorf.de buero@waldorfindergarten-meendorf.de
 - Waldorfindergarten Bargtheide, Jersbeker Straße 7, 22941 Bargtheide, sekretariat@waldorfindergarten-bargtheide.de, www.waldorfindergarten-bargtheide.de
 - Hamburgische Vereinigung der Waldorfindergärten e.V., Geschäftsstelle: Hufnerstraße 18, 22083 Hamburg, Tel.: +49 (40)

- 85 98 47, hantel@waldorfindergaerten-hamburg.de, www.waldorfindergaerten-hamburg.de
- Haus Mignon Kinderkrippe, Rugenbarg 22, 22549 Hamburg, T 87 000 449
- Waldorfindergarten Wilhelmsburg/ Georg-Wilhelm-Str. 43-45/ 21107 Hamburg, Tel: 040-87072036. wilhelmsburg@waldorfindergarten-hh.de www.waldorfindergaerten-hamburg.de/wilhelmsburg
- Ch. Morgenstern Kindergarten, Heinrichstr. 14a, 22769 Hamburg, Tel. 41359444
- Kindergarten zur Förderung der Waldorfpädagogik Hamburg-Iserbrook gGmbH, Iserbrooker Weg 62, 22589 HH, Telefon 040 / 28515813
- Waldorfindergarten a. d. Rudolf Steiner Schule Altona, Blücherstraße 35, 22767 Hamburg, Tel. 18 88 45 95, bluecherstrasse@waldorfindergarten-altona.de
- Waldorfindergarten a. d. Rudolf Steiner Schule Altona, Große Rainstr. 22, 22765 HH, Tel. 39 90 52 29, mercado@waldorfindergarten-altona.de
- Waldorfindergarten Alte Rabenstraße, Alte Rabenstr. 9, 20148 Hamburg, E-Mail: waldorfindergarten@alterabenstrasse.de. www.alterabenstrasse.de. Tel. 45000377
- Waldorfindergarten Uetersen e.V., E.-L.-Meyn-Str. 1a, 25436 Uetersen, Tel.: 0 41 22 / 4 39 90
- Waldorfindergarten Eimsbüttel/Eppendorf e.V., Bogenstraße 45, 20144 Hamburg, Tel. 040/420 80 23, E-Mail: info@waldorfindergarten-hh.de
- Suse-König-Kindergarten, Heimburgstr. 4, 22609 HH, T. 82 74 46, susekoenigkindergarten.de
- Waldorfindergarten Nienstedten, Elbchaussee 366, 22609 Hamburg, Tel. 822 400 20
- Blankeneser Waldorfindergarten, Schenefelder Landstr. 34, 22587 Hamburg, Tel. 278 66 66 4 /-5
- Waldorfindergarten der Christengemeinschaft HH-Bergstedt, Bergstedter Chaussee 209, 22395 HH, T. 604 78 56
- Waldorfindergarten der Christengemeinschaft HH-Volksdorf, Rögeneck 23, 22359 Hamburg, T. 60382 73
- Waldorfindergarten Wandsbek, Rahlstedter Weg 60, 22159 Hamburg, Tel. 64 58 95 31
- Waldorfindergarten Bergedorf, 21037 Hamburg, Kirchwerder Landweg 2, Tel. 73 50 98 23, kindergarten@waldorf-bergedorf.de
- Waldorfindergarten Bergedorf, Brookkehre 12, 21029 Hamburg, Tel.: 20 97 14 75, kindergarten@waldorf-bergedorf.de
- Waldorfindergarten Ahrensburg, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, Tel. 0 41 02 / 596 15
- Waldorfindergarten Norderstedt, Friedrichsgaber Weg 244, 22846 Norderstedt, T. 040 - 32 59 544 40
- Waldorfindergarten Stade, Henning-von-Tresckow-Weg 2a, 21684 Stade, 04141 / 411 473 www.waldorfindergarten-stade.de

- Waldorfindergarten Nottensdorf, Bremers Garten 18a, 21640 Nottensdorf, Tel. 0 41 63 / 62 91
- Waldorfindergarten Kakenstorf, Lange Str. 2, 21255 Kakenstorf, Tel. 0 41 86 / 81 06
- Waldorfindergarten Bad Oldesloe, Rümpeler Weg 31, 23843 Bad Oldesloe, Tel. 0 45 31 / 874 84
- Waldorfindergarten Rellingen, Jahnstr. 5, 25462 Rellingen, www.waldorfindergarten-rellingen.de, Tel. 0 41 01 / 20 77 77
- Waldorfindergarten Wedel, Am Redder 8, 22880 Wedel, Tel.: 04103/130 87
- Waldorfindergarten Neugraben, Falkenbergsweg 48, 21149 Hamburg, Tel.: 703 802 76
- Waldorfindergarten Elmshorn, Adenauerdamm 4, 25337 Elmshorn
- Waldorfindergarten Kaltenkirchen, Kisdorfer Weg 1, 24568 Kaltenkirchen
- Waldorfindergarten der Rudolf Steiner Schule Harburg, Ehestorfer Heuweg 82, 21149 HH, Tel. 79 71 81 24
- Waldorfindergarten Itzehoe, Am Kählerhof 6, 25524 Itzehoe, Tel.: 04821/84434
- Waldorfindergarten Tonndorf, Holstenhofstieg 11, 22041 Hamburg, Tel. 656 21 54
- Waldorfindergarten Bad Segeberg, Am Wege nach Stipsdorf 1, 23795 Bad Segeberg, Tel.: 04551/999171

Kulturinitiativen

- Domäne Freiburg, KulturLandWirtschaft e.V., Domänenweg 1, 23909 Fredeburg, Tel 04541-8621-31, vielseitiger Demeterhof, www.klws.de, www.domaene-fredeburg.de
- Hof Klostersee - biologisch-dynamische Landwirtschaft an der Ostsee. Hofbäckerei - Käserei - Hofladen & Cafe - Ferienvermietung - Altenwohnprojekt. Klostersee 1, 23743 Grömitz, 04366 884061 www.klostersee.org
- Rudolf Steiner Haus Hamburg e.V., Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, Tel. 41 33 16-30, www.rudolf-steiner-haus.de

Landwirtschaft

- Bäuerliche Gesellschaft e.V. (Demeter im Norden), *Auskunft zur biodynamischen Ausbildung zur Landwirtschaft/Gärtner. *Kontakt zu Betrieben für BuFDi und FöJ. Viskulenhof 7, 21335 Lüneburg, Tel.: 04131-83088-0, www.demeter-im-norden.de/ e-mail: info@demeter-im-norden.de
- Gärtnerhof am Stüffel e.V., Stüffel 12, 22395 Hamburg, Tel. 604 00 10 www.stueffel.de
- Stiftung Aktion Kulturland, Geschäftsstelle Nord, Stürholz 10, 24972 Steinberg, Tel. 04632 - 7266, www.aktion-kulturland.de

Lehrerbildung

- Seminar für Waldorfpädagogik Hamburg, Hufnerstr. 18, 22083 HH-Barmbek, Tel.: 88 88 86 10, Fax: 88 88 86 11, Email: mail@waldorfseminar.de, Internet: www.waldorfseminar.de

Medizinische Initiativen

- Institut Diogenes Hamburg e.V., Freies klinisch-therapeutisches Institut, Kleine Bahnstr. 1, 22525 Hamburg Tel.:040-85179268-0, Fax:040-85179268-21, info@institut-diogenes.org, www.institut-diogenes.de
- Forum Leben e.V. Bergedorf, Horster Damm 47, 21039 Hamburg, Tel.: 723 50 09, www.Forum-Leben-Bergedorf.de
- „Haus am Ottenbeck – ein Ort zur Stärkung seelisch-geistiger Kräfte“, Ottenbeck 1, 21684 Stade-Agathenburg, Tel.: 0162 866 5796, Email: info@haus-am-ottenbeck.de Homepage: www.haus-am-ottenbeck.de
- Herzschule Hamburg; Jahreskurs für Menschen mit Herz- Kreislaufkrankungen; Kontakt: Brigida Stockmar, Tel.: 04102/706767, www.herzschule-hamburg.de
- Isis-Institut-Hamburg - Institut für spirituell erweiterte integrative Traumapädagogik und Traumatherapie, c/o PPG Bergstedt, Kaudienskamp 6a, 22395 Hamburg, 040 - 239 94 758, www.isis-institut-hamburg.de
- Isis Verein für ganzheitliches Heilwesen e.V., Dr. Astrid Engelbrecht. Geschäftsstelle: Immenhorstweg 104 a, 22395 Hamburg. Telefon: 040 - 645 04 897, E-Mail: kontakt@isis-verein.de, Webseite: www.isis-verein.de
- Lucia e.V., Pflege- und Betreuungsdienst, Rögeneck 25, 22359 Hamburg, Tel.: 533 27 083
- Philia Pflegedienst, auf anthr. Grundlage, Armgard Brunotte, Rögengeweg 9, 22359 Hamburg-Volksdorf, 0160 1771 532, info@philia-pflegedienst.de
- Regionalgruppe Nord Anthroposophischer Ärzte, Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, www.gaed-regio-nord.de
- Gesundheit Aktiv nord e.V., c/o Rudolf Steiner Haus, Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, Kontakt : 040 811340 . info@gesundheit-aktiv-nord.de. www.gesundheit-aktiv-nord.de

Musik

- Freie Musikschule Hamburg e.V. Rahlstedter Weg 60, 22159 HH und Berner Heerweg 183, 22147 HH www.freie-musikschule-hamburg.de Tel.04543/7036
- MenschMusik Hamburg, Studium.Konzert.Forschung, Mittelweg 11-12, 20148 HH, Tel/Fax 040-41331620. www.menschmusik.de
- Alfred Schnittke Akademie International (früher: Musikseminar Hamburg), Max-Bräuer-Allee 24, 22765 Hamburg, Tel. 040-447531. Internet: www.schnittke-akademie.de
- TONALI SAAL, Kulturprojekt, Kleiner Kietorf 3 - 5, 20144 Hamburg, 040 532 66271, info@tonali.de, tonali.de

Schauspiel

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

Schulen

- Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) Waldorfpädagogik Hamburg e.V., Hufnerstraße 18, 22083 Hamburg, 040-88 88 86 20, info@waldorf-hh.de, www.waldorf-hh.de
- Rudolf Steiner Schule Altona e.V., Bleickenallee 1, 22763 HH, mail@waldorfschule-altona.de; www.waldorfschule-altona.de, Tel. 410 099 3
- Rudolf Steiner Schule Nienstedten, Elbchaussee 366, 22609 HH, Tel. 82 24 00 - 0
- Rudolf Steiner Schule Bergstedt, Bergstedter Chaussee 207, 22395 HH, Tel. 040 607 757 30
- Rudolf Steiner Schule Wandsbek, Rahlstedter Weg 60, 22159 HH, Tel. 645 89 50
- Rudolf Steiner Schule Bergedorf, Am Brink 7, 21029 HH, Tel. 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, T.: 04167/699 74 80 www.waldorfschule-apensen.de, verwaltung@waldorfschule-apensen.de
- Rudolf Steiner Schule Nordheide, Lange Str. 2, 21255 Kakenstorf, Tel. 0 41 86 / 89 35-0
- Rudolf Steiner Schule Lüneburg, Walter-Bötcher-Str. 6, 21337 Lüneburg, Tel. 0 41 31 / 861 00
- Freie Waldorfschule Stade und Verein zur Förderung der Waldorfpädagogik in Stade e.V., Henning-von-Tresckow-Weg 2, 21684 Stade, 04141 / 510 521 www.waldorfschule-stade.de
- Freie Waldorfschule Elmshorn, Adenauerdamm 2, 25337 Elmshorn, Tel. 0 41 21 / 477 50
- Freie Waldorfschule Itzehoe, Am Kählerhof, 25524 Itzehoe, Tel. 04821/89860
- Freie Waldorfschule Kaltenkirchen, Kisdorfer Weg 1, 24568 Kaltenkirchen, Tel: 04191 9301-0 Fax: 04191 9301-37, Internet: http://www.fws-kaki.de
- Freie Waldorfschule Bargteheide, Alte Landstrasse 89f, 22941 Bargteheide, 04532/2833423, sekretariat@fws-bargteheide.de

Therapeutika

- Bernard Lievegoed Institut, Kindertherap., Erziehungs- u. Sozialberatung, Weiterbildung, Biographiearbeit, Am Felde 2, 22765 Hamburg, Tel. 430 80 81
- Therapeutengemeinschaft Elbvororte. Heilerythmie, Rhythmische Massage, Kunsttherapie, Psychotherapie, Hausarztpraxis. Langelohstr. 134, 22549 Hamburg-Osdorf, Tel: 040-406905.
- Therapeutikum Hamburg West e.V., Massagepraxis: Jürgensallee 47, 22609 HH, . Ambulante Krankenpflege: Langelohstr.134, 22 549 HH, Tel. : 040/ 85 41 3733, e-mail: therapeutikumhamburgwest@web.de

Sonstige Einrichtungen

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

Impressum

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

Redaktionsschluß: 10. des Vormonats. Anzeigenschluß: 13. des Vormonats!

Hinweis Verlag, Christine Pflug, Mittelweg 147, 20148 Hamburg. Tel 040 / 410 41 71, e-mail: hinweis-hamburg@online.de. Redaktion: Christine Pflug, V.i.S.d.P. Christine Pflug. Herausgeber: Gemeinnützige Treuhandstelle Hamburg e.V., Mittelweg 147, 20148 Hamburg, Konto für Rechnungen und Abos: Hinweis-Verlag, IBAN DE 96 4306 0967 0029 0079 10, BIC GENODEM 1 GLS. Konto nur für Spenden: IBAN DE56430 609 6700 124 54 804, BIC GENODEM 1 GLS Konto-bez.: Gemeinnützige Treuhandstelle, Sonderkonto Hinweis).

Pensionierte *Theologin u. Therapeutin* sucht 2-3 Zimmer-Wohnung in ruhiger Lage im Großraum Hamburg. Sie erreichen mich unter:+49 170 5863 555

Integrative Medizin Hamburg – Mitte

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



hinweis
Ihr
Abonnement
für monatlich Euro 2,-

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

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.

Urlaub auf vielseitigem Demeterhof im Naturpark Lauenburg. Seen. 4 Themenzimmer, Gemeinschaftsküche, einzeln oder als Wohnung zu mieten. Hofladen mit Küche u. Café, Seminarraum www.domaene-fredeburg.de T 04541-862142

Angebot für die Nachfolge der "Porzellan Werkstatt" im Herzen Hamburgs. Näheres siehe: www.dieporzellanwerkstatt.de oder Tel. unter 342442.

hinweis
Ihre
Kleinanzeige
kostet pro Satzzeile (40 Anschläge) **Euro 2,00** (bei Chiffre: plus Euro 3,-).

Bitte den entsprechenden Text mit der Bezahlung als Vorkasse (Briefmarken oder Geld in Scheinen) zuschicken: Hinweis Verlag, Mittelweg 147, 20148 HH

• **Anzeigenannahme bis 13. des Vormonats**

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

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

Kleinanzeigen

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

Berufstätiges, ruhiges Paar, sucht ein neues Zuhause in Eimsbüttel, Hoheluft, Sternschanze und Umgebung zum 1.7. oder 1.8.2025. Ab 3 Zimmer, gerne mit Wohnküche und Altbau-Charme. Wir freuen uns über Tipps, Hinweise und Angebote. Kontakt: wohnungssuche2025@posteo.de, 0162-2010339

Ruhige Ferienwohnung "Haus Ostsee-Engel" in Gelting für 2-3 Pers. zu vermieten, 57 qm, 2 Schlafzimmer, eigener Süd-Garten, 2 km von der Ostsee entfernt. Mit hochwertigen, natürlichen Materialien eingerichtet, frisch renoviert, W-LAN abschaltbar. Kein Durchgangsverkehr. 75 bis 120 EUR pro Tag. www.designer-ferienwohnungen.de/urlaub/ferienhaus-gelting-ostsee-engel, Tel. 04642-925 750.

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

Im Haus wohnenden Pflegekraft gesucht, für bis 10 Nächte im Dezember 2025. Unsere Tochter (20 Jh.), mit leichter körperlichen, und auch geistigen Behinderung, sucht ein Mensch mit Pflegeerfahrung, da wir Eltern verreisen möchten. Arbeits- und Führungszeugnisse sind notwendig, eine Pflegequalifikation nicht. Vor allem soll die Pflegerin körperlich fit sein, und gut gesinnt Menschen mit Behinderungen gegenüber. Es geht primär um die Betreuung morgens, und wieder ab dem Nachmittag: Tagsüber geht unsere Tochter in die TaFö. Das Honorar für 10 Nächte liegt bei ca. 3000,-. Tel. 04070295373; rebeccakuehlke@gmail.com

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

Foto: yutakomrs auf pixabay



Maas.

SCHLICHT, SCHÖN, NACHHALTIG.

ÖKOLOGISCHE MODE, FAIR PRODUZIERT SEIT 1985
GRINDELALLEE 166, 20144 HAMBURG, MO-FR: 10-19 UHR, SA: 10-16 UHR

MAAS-NATUR.DE

BIO FASHION



EFFENBERGER
VOLLKORN - BÄCKEREI

Bio-Vollkornbrot

für Sie gebacken aus:

frisch geschrotetem Getreide regionaler Biobauern

Sauerteig, Backferment oder Poolish mit langen Teigführungen

Wasser

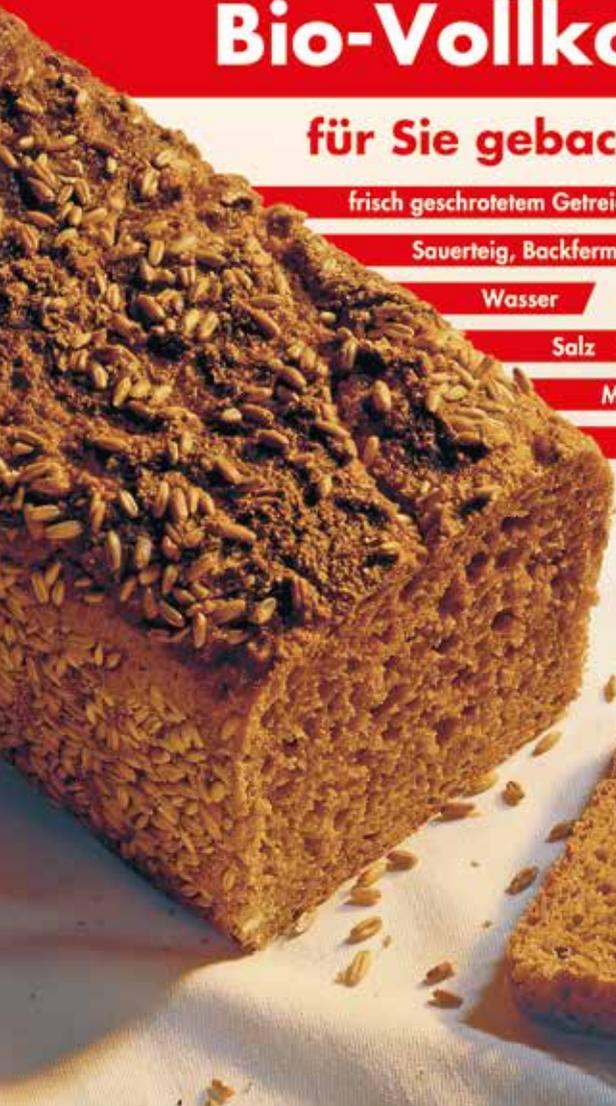
Salz

Mandeln, Soja und Ölsaaten

sowie Öl, Butter und Honig

Ihre
Effenberger Vollkornbäckerei

Alle Zutaten landwirtschaftlichen Ursprungs
stammen aus biologischem Anbau.



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

www.effenberger-vollkornbaeckerei.de