

Oktober 2025

Veranstaltungen und Berichte
aus Einrichtungen auf
anthroposophischer Grundlage
im Raum Hamburg

Erscheint monatlich

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

hinweis



Herbstblätter und -früchte; Komposition von Student:innen der Kunstakademie Hamburg

Wie man glücklich wird

Interview mit Dominik Dallwitz-Wegner, Glücksmediator

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



CHRISTOPHORUS
SCHULE
HAMBURG

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

Wir suchen...

- Musik für die Mittelstufe und Oberstufe (ca.1/2 Deputatsstelle)
- Eurythmie (ca. 1/2 Deputatsstelle), auch in Kombination mit Heileurythmie

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

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

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

Zudem suchen wir...

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

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

Senden Sie Ihre Bewerbung an:

Christophorus Schulverein in Hamburg e.V.

Kerstin Rüter

Bergstedter Chaussee 205

22395 Hamburg

bewerbung@christophorus-hamburg.de

Tel. 040 - 604428 - 0



WALDORFKINDERGÄRTEN
der Christengemeinschaft in Hamburg e.V.

Der Waldorfkindergarten in Hamburg-Volksdorf
stellt ab sofort ein:
Erzieher/in im Elementar-Bereich
für bis zu 33 Wochenstunden

Deine Berufung ist die Arbeit mit Kindern im Alter von drei bis sieben Jahren? Du singst gerne, bist kreativ, hast Freude an der Natur, am Reigen, Puppenspiel und hauswirtschaftlichen Tätigkeiten u.v.m. mit Kindern? Dann bist Du in unserem Team genau richtig. Wir sind eine Kindertagesstätte mit insgesamt neun Gruppen in freier Trägerschaft, sechs Gruppen befinden sich an unserem Standort in Hamburg-Volksdorf, drei weitere Gruppen in Hamburg-Bergstedt. Im Mittelpunkt unserer pädagogischen Arbeit steht das Kind mit seinen individuellen Eigenschaften und Fähigkeiten. Das Highlight in unserer Einrichtung in Hamburg-Volksdorf ist der große Außen-Waldspielbereich in idyllischer Lage in den grünen Walddörfern.

Das ist uns wichtig:

- Abschluss als **staatlich anerkannte/r ErzieherIn**
- Erfolgreich absolvierte Waldorferzieherausbildung, alternativ: Bereitschaft, das Seminar zur Waldorferzieherausbildung berufsbegleitend zu besuchen
- Du bist eine engagierte Persönlichkeit mit Herzenswärme und Gestaltungswillen
- Offenheit und Freude daran, Dich mit unserer Gemeinschaft zu verbinden

Deine Vorteile:

- Perfekte Work-Life Balance dank der Teilzeitstelle
- zukunftssicherer Arbeitsplatz mit Entwicklungsperspektiven
- Ein kompetentes, engagiertes und kreatives Team
- Sonderzahlungen, wie z. B. Urlaubsgeld
- Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- Supervision, Qualitätsentwicklung
- Zusätzlich bis zu 10 freie Tage im Jahr, Job-Bike, Kinderbetreuungszuschuss

Wir freuen uns, Dich kennenzulernen!

WaldorfkinderGärten der Christengemeinschaft in Hamburg e.V. Julia Brandt
Rögeneck 23, 22359 Hamburg Telefon: 603 82 73 brandt@waldorfkiqa-cg.de

Inhalt

In diesem Heft:

Wie man glücklich wird

Interview mit Dominik Dallwitz-Wegner, Glücksmediator

Seite 7

Jubiläum Rudolf Steiner

Seite 16

Termine

Seite 17

Regelmäßige Veranstaltungen

Seite 24

Veranstaltungsanzeigen

Seite 25

Adressen

Seite 28

Impressum

Seite 32

Kleinanzeigen

Seite 33

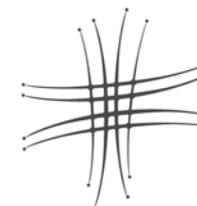


Foto: Nke auf Pixabay

ZUKUNFT GEBEN

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

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



GEMEINNÜTZIGE TREUHANDSTELLE HAMBURG e.V.

Wir begleiten erwachsene Menschen mit Assistenzbedarf im Nordosten Hamburgs.

begegnen begleiten bewegen **ZusammenLeben e.V.**
 zl-hamburg.de

WIR SUCHEN SIE m/w/d

- als **Fachkraft für Teilhabe und Empowerment** im Wohnbereich (Ambulante Dienste & Wohngruppe) für 20 - 25 Stunden/Woche, ab November

 kontakt@zl-hamburg.de Tel. 040-604 00 36 | Ansprechpartnerin: Kirsten Nitsche



- **Gartengestaltung**
- **Teichbau**
- **Naturspielplätze**
- **Baumpflege**

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



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

Wie man glücklich wird

Interview mit Dominik Dallwitz-Wegner, Glücksmediator

Glücklich sein ... das wollen wir doch alle!? Aber wie kann man das werden? Gibt es bestimmte Faktoren und Übungen, wie man Glück lernen kann? Und überhaupt – was ist Glück eigentlich, gibt es doch immer wieder Schwieriges und Schmerzhaftes im Leben?

Dominik Dallwitz-Wegner lehrt Menschen, wie sie positiver im Leben stehen können.

Er war auf der Schülerveranstaltung der Gemeinnützigen Treuhandstelle Hamburg im Jahr 2024 und gab dort ein Seminar zu diesem Thema.

Interviewpartner Dominik Dallwitz Wegner; er war früher tätig in der Marktforschung. „An einer bestimmten Stelle fand ich diese Tätigkeit sinnlos. Ich habe alles hingeschmissen und mich mit etwas beschäftigt, was mich damals extrem interessiert hat und immer noch entbrennen lässt. Und das ist die Glücksforschung, die positive Psychologie.“

Seit 2007 ist er selbständig, als Redner auf Veranstaltungen, gibt Seminare, ist Weiterbildner für Lehrkräfte, tätig für das Fritz-Schubert-Institut in Heidelberg, Schulentwicklungsberater, engagiert und war 10 Jahre im Vorstand des Europäischen Netzwerks für positive Psychologie etc.

Christine Pflug: Du hast für dich den Begriff Glücksmediator gefunden. Was verstehst du darunter?

D. D.-Wegner: Ich frage seltener die Menschen, wofür sie aufstehen, sondern eher, was ihnen wichtig ist im Leben. Und es ist einer der entscheidenden Faktoren für Zufriedenheit, zu wissen, was uns wichtig ist und wie wir das realisieren können. Das ist unsere Antriebsenergie, die uns in Bewegung bringt.

Dominik Dallwitz-Wegner: Die Idee ist, das akademische Wissen aus den Universitäten zu verbinden mit dem praktischen Leben.

Ich überlege mir, wie man Erkenntnisse aus der Glücksforschung umsetzen kann und in die Welt bringt.

Es gibt grundsätzlich drei Dinge, warum ich etwas tue: Entweder ich will von etwas weg oder ich will zu etwas hin oder ich mache es einfach, weil ich es immer schon so gemacht habe. Letzteres ist ein Automatismus.

C. P.: Das Thema der Schülerveranstaltung lautete: Wozu stehe ich morgens auf? Damit können wir als Frage gleich einsteigen ...

Die Frage, von was man weg will, ist noch am einfachsten zu beantworten. Im Gespräch kriegst du da sofort eine Ant-

wort, warum die Leute etwas schlecht finden und was sie nicht mehr wollen. Aber wenn du dann fragst: was möchtest du stattdessen? Dann wird es erst mal still im Raum.

Viele Menschen haben keine Alternative zu dem, was sie nicht wollen. Wenn man aber sich selbst entwickeln will und zu einem besseren, gelingenden Leben kommen möchte, dann muss man schon wissen, was man möchte. Und das ist stark verbunden mit grundlegenden Wertstrukturen, die wir haben. Die muss ich entdecken und entwickeln.

C. P.: Und was ist dann Glück?

D. D.-Wegner: Glück besteht aus drei Hauptkomponenten. Das eine sind die Glücksmomente - das ist leicht, das kann jeder für sich schnell entdecken. Für den einen ist es ein schöner Duft, für den anderen ist es einatmen in der Natur, für den anderen sind es Gummibärchen. Für mich zum Beispiel sind es Katzenvideos. Wenn es mir nicht gut geht, gucke ich mir Katzenvideos an, und alles ist wieder Fun.

Dann geht das Glücksmomentebarmeter nach oben.

Das geht natürlich auch in die andere Richtung: Was macht dich unglücklich? Unglücksmomente, das geht auch super schnell.

Glücksmomente sind leicht hervorzurufen

Dazu kommt, dass man selbst andere Menschen positiv oder negativ beeinflussen kann. Wenn ich mich mit dir



Foto: Hebrichter

Dominik Dallwitz-Wegner

treffe und als erstes sage, wie scheiße die Bahn mal wieder war, oder wie unmöglich sich die Menschen da draußen verhalten, dann wird dein ganzer Mindset sich in diese Richtung fokussieren. Und dann wird es dir schlechter gehen als vorher.

Wenn ich dir stattdessen sage: „Der Mittelweg ist eine wunderschöne Straße in einer prima Gegend“, dann wird es dir wahrscheinlich besser gehen.

Ich sende Informationen zu dir, körperlich, mental, emotional. Und du empfängst, verarbeitest das und reagierst darauf. Dahingehend sind Glücksmomente leicht hervorzurufen, aber auch mit dem Gegenteil funktioniert das.

C. P.: Was ist die zweite Komponente?

D. D.-W.: Der zweite Bereich von Glück, neben den Glücksmomenten, ist die Lebenszufriedenheit. Und die funktioniert ganz anders als das leichte Glück. In der

positiven Psychologie würde man sagen, Hedonia sind die Glücksmomente und Eudaimonia ist die Zufriedenheit. Neben den kurzen Momenten muss noch was anderes dazu kommen.

Wertvorstellungen

Und dieses andere ist größer als ich selbst. Das sind zum Beispiel die bereits genannten Wertvorstellungen. Was möchte ich erreichen? Was ist mir wichtig? Ist mir Kreativität wichtig? Ist mir Neugier wichtig? Gehört das zu meinen Stärken? Möchte ich das weiter ausleben? Ist mir Naturverbundenheit wichtig? Und wie erreiche ich die? Was muss ich alles tun, damit ich eine schönere Verbindung zur Natur empfinde? Das sind Dinge, die ich auch ganz bewusst, gesteuert und geplant verbessern kann. Das geht nicht so kurzfristig, es ist so etwas wie Vertrauen aufbauen.

Vielleicht fängt die Beantwortung dieser Frage damit an: wo fühle ich mich wohl, was macht mir Spaß? Suche ich eine Naturverbundenheit, ist es schön, wenn ich in den Wald gehe, „waldbade“, und dann einen Tag dort verbringe. Dann komme ich aber wieder zurück in meine Wohnung, habe meinen Alltagsstress, und dann ist das schnell wieder vergessen. Damit es nachhaltig wirkt, muss ich mir etwas überlegen, was mir wirklich eine Verbindung schafft. Das wäre zum Beispiel eine ehrenamtliche Arbeit, mit der man für die Natur irgendwas tut.

C. P.: Neben dem, was mir an Werten wichtig ist, kommt dann auch noch dieser Moment dazu, dass es etwas Sinnvolles ist?

D. D. Wegener: Ja, das ist direkt verbunden. Du wirst wahrscheinlich nichts finden, was sinnvoll ist und nicht deinen Werten entspricht. Sinnempfinden ist eine der zentralen Eigenschaften in unserem Gehirn. Ich würde mal behaupten, ohne in Tierköpfe reinschauen zu können, dass wir die einzige Spezies sind, die Sinn empfinden können und die einen höheren Zusammenhang mit den Dingen haben.



Bild: moritz320 auf pixabay

einen Blick haben für das, was Sinn macht

Ich finde es traurig, wenn Menschen nicht wahrnehmen, dass das unsere einzigartige Fähigkeit ist, und wenn sie einfach blind in den Tag hineinleben.

C. P.: Wobei da auch eine Frage ist, ob man den Sinn sehen kann. Wenn ich beispielsweise Müllmann bin, könnte ich

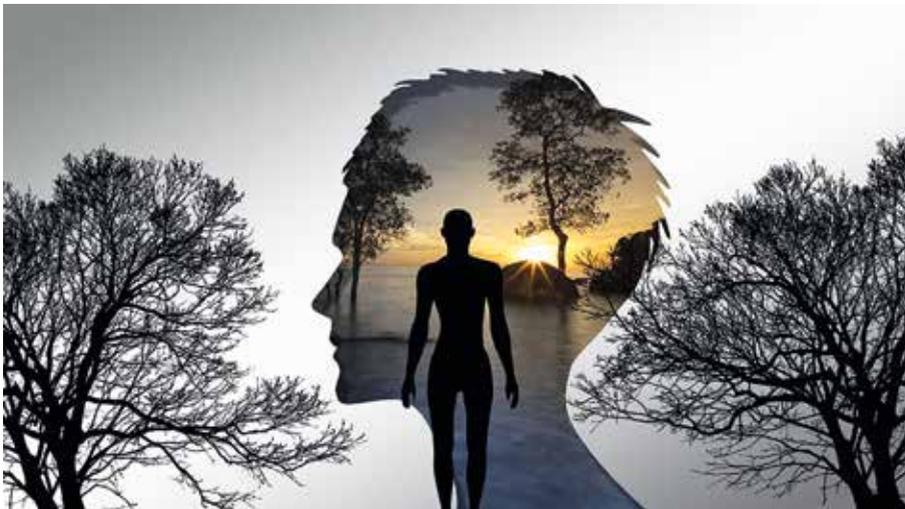
es als stumpfe Tätigkeit sehen, aber auch, dass es wirklich Sinn hat.

D. Dallwitz-Wegener: Genau, man muss tatsächlich einen Blick haben für das, was Sinn macht.

Ich glaube, eine der super Kräfte, die es überhaupt gibt, ist der Perspektivwechsel. Ein schönerer Begriff wäre vielleicht: Facettenvielfalt, das macht es vielleicht deutlicher. Das heißt, alles hat verschiedene Seiten. Wenn ich hier beispielsweise aus dem Fenster schaue, habe ich einen schönen Blick auf die Baumkronen und auf die Sonne, die sich drin spiegelt. Man kann aber auch sehen: Oh je, wir hatten zu wenig Regen; oder die Kastanien gehen jetzt auch kaputt in Deutschland. Das steckt da genauso drin wie gerne ins Grüne zu schauen. Diesen Wechsel der Perspektive immer wieder zu trainieren und immer wieder zu üben, ist total wichtig.

Alles hat verschiedene Seiten.

Foto: geralt auf pixabay



Das hat meine Sprache komplett verändert: einfach zu sehen und zu benennen, dass es nicht „die eine“ Wahrheit gibt, sondern viele Arten von Interpretationen. Wenn jemand beispielsweise sagt: „immer ist Stau in Hamburg“. Dann sage ich: „Oft ist Stau, in Hamburg sind viele Baustellen, aber ist das wirklich immer so?“ Und diese Balance hinzukriegen, dass die Welt nicht immer schlecht ist, macht ganz viel mit unserer Seele.

C. P.: Das passt auch gut in den anthroposophischen Kontext, bzw. ist eine Übung, die von Rudolf Steiner genannt wird: die Positivitätsübung. Also wenn beispielsweise irgendetwas schlecht ist, soll man bewusst danach suchen, was auch das Gute und Schöne daran ist. Steiner sagt, dass man diese Übungen, es sind die sog. sechs Nebenübungen, jeweils vier Wochen lang machen soll, damit es zur Gewohnheit und Fähigkeit wird. Was sagst du zu dem Zeitraum?

D. D.-Wegener: Da gibt es die verschiedensten Zahlen, in welchen Zeiträumen sich Verhalten ändern lässt. Es gibt Aussagen, dass man 40 Tage ununterbrochen eine Tätigkeit üben muss, bis sie zum Automatismus wird. Die Psychologin Wendy Wood kommt zu unterschiedlichen Ergebnissen, je nachdem, welche Tätigkeit es ist. Es kann bis zu 90 Tagen dauern, bis man sich umorientiert hat.

Aber das spielt eigentlich keine so große Rolle. Zahlen sind da nicht wichtig, sondern es geht darum, sich über einen längeren Zeitraum, über viele Wochen, mit einem Thema beschäftigen – üben-derweise, lesenderweise.

Was Hänschen nicht lernt, das lernt Hans langsamer.

C. P.: Und alles das erfordert natürlich dann auch eine gewisse Disziplin.

D. D. Wegener: Genau. Und das ist manchen mehr gegeben als anderen. Es liegt auch an der Art, wie man erzogen wurde. Ich zum Beispiel wurde nicht besonders auf Disziplin, sondern eher auf Freiheit erzogen, die Dinge selbst zu gestalten und in die Hand zu nehmen,

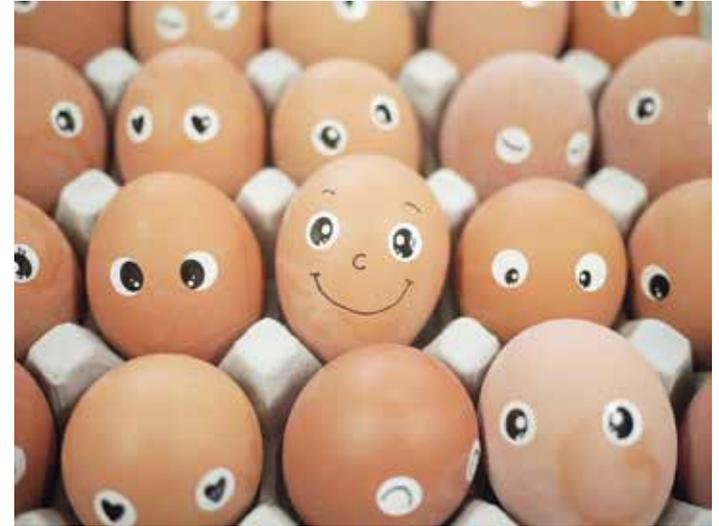


Bild: naon auf pixabay

Und diese Balance hinzukriegen, dass die Welt nicht immer schlecht ist, macht ganz viel mit unserer Seele.

aber nicht unbedingt Dinge regelmäßig, jeden Tag zur gleichen Zeit zu tun. Ich bin meiner Mutter dankbar, dass ich so viel Freiheit mitbekommen habe. Auf der anderen Seite würde ich mir wünschen, ich hätte auch mehr Disziplin gelernt. Und jetzt muss ich mir das Stück für Stück aneignen.

Unser Gehirn ist neuroplastisch, d. h. wir lernen bis ins hohe Alter. Aber was Hänschen nicht lernt, das lernt Hans langsamer.

Und das ist tatsächlich der Fall. Ich merke mit zunehmendem Alter, dass ich mich jeden Tag verändere, aber es geht wirklich langsamer voran, und es braucht mitunter viel Disziplin.

C. P.: Es ist so, dass immer wieder irgendwelche schmerzhaften, schlimmen Dinge im eigenen Leben passieren – abgesehen

von den weltweiten schlimmen Ereignissen. Man wird krank oder jemand stirbt. Wie geht man damit um?

die Widerstandskraft

D. D.-Wegner: So ist es. Da wegzuschauen und alles nur noch optimistisch zu sehen, wäre einfach nur bodenlos naiv. Damit sind wir beim dritten Bereich von Glück, neben dem Glücksmoment und der Zufriedenheit. Das ist die Widerstandskraft. Wie gehe ich um mit den unangenehmen Dingen, die im Leben passieren und die unausweichlich sind? Was passiert, wenn ich mich beispielsweise von einem geliebten Menschen verabschieden muss? Das heißt erstmal Schmerz. Wenn ich den nicht erleben würde, hätte ich das Gefühl, nicht geliebt zu haben. Es geht darum, diesen Schmerz zu spüren und ihn zu akzeptieren. Und immer währenddessen auch zu sehen, dass die

Welt nicht völlig untergegangen ist. Vielleicht gibt es noch liebe Menschen, die mich unterstützen, irgendwann schmeckt mir das Essen vielleicht wieder, oder ich kann vielleicht einen Moment genießen in der Natur. Und dann werden diese Momente immer mehr. Die Trauer verändert sich von einem tiefen Schmerz vielleicht zu einer Sehnsucht oder zu einer Melancholie.

C. P.: Dabei ist ja nicht zu vergessen, dass viele Kunstwerke, überhaupt vieles Kreatives, Schöpferisches entstanden ist aus Schmerz.

D. D.-Wegner: Das stimmt, vieles ist daraus entstanden. Aber muss es sein, dass man Schmerzen empfindet, um ein guter Künstler zu werden? Glücklicherweise muss das nicht sein, auch wenn es oft damit verbunden ist.



Es gibt aber auch eine gute Nachricht und die heißt, zum Beispiel von Barbara Fredrickson: optimistischere Menschen sind kreativer. Das heißt, wenn ich optimistisch bin, öffnet sich mein Blick, dann sehe ich viele Dinge auf einmal, dann kann ich zum Beispiel in Verhandlungen besser reagieren auf den anderen. Wenn ich dagegen ärgerlich oder frustriert bin, bekomme ich einen Tunnelblick. Das heißt, da habe ich dann weniger kreative Perspektiven, sondern fahre eher alte Programme ab.



Foto: emart29 auf pixabay

Wenn ich aber kreativ bin, bin ich weder optimistisch noch pessimistisch, sondern in der Regel bin ich im Flow.

Das bedeutet, Schmerz kann durchaus ein Startpunkt sein für Kreativität. Wenn ich aber kreativ bin, bin ich weder optimistisch noch pessimistisch, sondern in der Regel bin ich im Flow. Und der Flow-Prozess, der ist weder gut noch schlecht. Du bist mitten in der Tätigkeit. Du bist das, was du tust. Und hinterher wachst du vielleicht auf und schaut dir an: Wow, da habe ich ein wunderschönes Bild gemalt, und das ist mir richtig gut gelungen. Die Quelle, aus der man das aber gemacht hat, kann durchaus Schmerz sein.

C. P.: Das ist auch nochmal ein wichtiger Aspekt: der Prozess, vom Schmerz in den Flow zu kommen.

D. D.-Wegner: ... und dann hoffentlich in eine Auflösung des Schmerzes. Das würde ich jedem Künstler wünschen.

C. P.: Kannst du die Grundlagen nochmal zusammenfassen, wie man Glück am besten erreichen kann?

D. D.-Wegner: Es gibt ein Modell aus der positiven Psychologie, das „PERMA“ Modell. Es sind fünf Säulen des Glücks und wenn wir die trainieren, haben wir ein besseres Leben.

- P = positive Emotion;
- E = Engagement und Flow;
- R = relationships, soziale Beziehungen, also wie man auf eine gute Art kommuniziert;
- M = Meaning, also Sinnhaftigkeit;
- A = Accomplishment, also Zielerreichung - um meine Persönlichkeit zu entwickeln und ein gelingendes Leben

zu haben, brauche ich das Gefühl, Dinge erreichen zu können.

Diese fünf Buchstaben habe ich zu einem Satz zusammengebaut: Gemeinsam sinnvolle Ziele erreichen und dabei Spaß haben. Dieses Motto kann ich immer empfehlen.

C. P.: Hast du ein paar einfache Tipps, wie man das im Alltag umsetzen kann?

D. D.-Wegner: Beispielsweise kann man ein Tagebuch führen, in dem man jeden Tag drei schöne Dinge des Tages reflektiert, am Anfang täglich, später kann man es auch einmal die Woche machen. Das verändert die Art, wie ich die Welt sehe.

Perspektivwechsel trainieren kann man genauso: sich immer wieder sagen, was heute gut war.

Dann eine andere Übung: sich eine schöne Box hinstellen und in diese kommen viele Zettel, auf denen stehen kleine, leicht umsetzbare Dinge, die man gerne macht. Das kann ein Spaziergang sein, Musik hören oder spielen, ein Bild malen etc. Das geht auch mit anderen zusammen, man zieht einen Zettel und macht, was da draufsteht.

Weiterhin kann man sich in der Wohnung eine kleine Ecke gestalten, so eine Art kleinen Glücksaltar, wo man Dinge aufstellt, die Freude bereiten. Das können zum Beispiel Bilder der Familie sein, Blumen, Erinnerungsstücke aus dem Urlaub. Regelmäßig schaut man sich diesen Schrein an, nimmt die Gegenstände in die Hand, freut sich daran, wechselt vielleicht mal einen aus, weil man was Neues erlebt hat und genießt es einfach.

C. P.: Wenn man deine Arbeit jetzt über das Persönliche ausweiten würde, wie könnte das gehen?

D. D. Wegener: Wie müssten wir das machen, damit wir ein besseres Hamburg oder eine bessere Schule oder ein besseres Deutschland bekämen? Wir wissen ja schon, was wir tun müssen, um ein besseres Leben zu leben. Allerdings machen das nur manche. Und das liegt unter anderem daran, dass wir institutionell völlig andere Schwerpunkte haben. Also zum Beispiel in der Schule.

das Schulfach Glück

Ich kämpfe für das Schulfach Glück. Normalerweise wird in den Schulen sehr viel Wert auf Fach- und Methodenkompetenz gelegt. Und das verstehe ich auch alles, es lässt sich auch gut messen mit PISA usw.

Aber es wird jetzt immer klarer: Wenn die Schüler sich zerstreiten, wenn sie laut sind, wenn sie völlig verunsichert sind, dann können sie auch nichts lernen. Also müsste davor ein sicheres und trotzdem freies Umfeld geschaffen werden, in dem sich die Schüler miteinander und mit den Lehrkräften wohlfühlen. Und auch die Hattie-Studie und andere Studien zeigen, dass die Beziehung zwischen Lehrkraft und Schüler ein extrem wichtiger Faktor für Lernerfolg ist.

Die wichtige Frage ist also: Wo lernen wir gezielt, gut miteinander umzugehen und ein positives Umfeld zu schaffen? Und wenn man nicht das große Glück hatte, das schon über die Eltern oder die Fa-

milie mitzubekommen, dann muss man das hinterher lernen. Leider gibt es dafür in der Schule nur ganz wenig Platz. Das heißt, wir müssten da viel mehr tun, wie zum Beispiel ein Schulfach Persönlichkeitsentwicklung einrichten.

Und so ist es eben auch in Unternehmen, beispielsweise mit Fachkräftemangel. Eine Krise löst die andere ab. Das heißt, wir brauchen dort immer mehr Widerstandskraft gegen die schwierigen Situationen. Unternehmen müssen attraktiver sein auf dem Markt, und es müssten auch in den Unternehmen institutionell mehr positive Angebote gemacht werden.

Dafür stehe ich ein.

Ein Beispiel dafür ist meine Initiative zusammen mit anderen: „Glücksort Lüneburg“. Wir sind super naiv und enthusiastisch, weil wir eine ganze Stadt glücklicher machen wollen. Wir haben vor, ein Glückszentrum in Lüneburg aufzumachen, in dem dann auch Schulen vorbeikommen können, in dem

Mitarbeiter Seminare besuchen können, mit einem Museumsanteil und so weiter.

Wir müssen so etwas viel mehr fördern, zum Beispiel in den Schulen Stunden dafür möglich machen, in den Unternehmen einen bestimmten Anteil des Gewinns investieren in solche Programme. Es gibt so viele großartige Initiativen, Future Skills Twenty One usw. Die müsste man viel mehr unterstützen. Also überall, auf allen Ebenen, müssen wir diese Art, wie wir miteinander umgehen, fördern.

Mehr über Dominik Dallwitz-Wegner und seine Arbeit findest du hier:

- „Schulfach Glück“ und Positive Psychologie: www.gluecksstifter.de
- Eine Stadt glücklicher machen: www.gluecksort-lueneburg.de



Foto: Fotorech auf pixabay

Jubiläum Rudolf Steiner

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)

“Endlich fühle ich mich verstanden”

– so verlief meine erste Begegnung mit Rudolf Steiner vor etwa 5 Jahren, nachdem ich die ersten Schriften, Vorträge aus der Gesamtausgabe las. Ungewohntermaßen sprachen die Worte, die Sätze mein Kopf und mein Herz gleichermaßen an und nisteten sich ein. Als wahrhaftig nahm ich die Worte wahr; sie blieben an mir haften und rüttelten mich wach. Mein Kostüm, dass ich mir scheinbar unbemerkt über Jahre, Jahrzehnte übergestreift hatte, um Ruhm und Ehre in der wissenschaftlichen Forschung zu erlangen, fiel ab. Übrig geblieben waren meine ursprünglichen Ideale, meine Liebe zum Kosmos, zur Erde und ihren Bewohnern. Eine Rückkehr in alte Gewänder, in alte Zeiten war nicht möglich und auch nicht wünschenswert, denn das Zeitwesen läuft weiter und nimmt jeden an die Hand. Meine Aufmerksamkeit fing an sich auf das Wesentliche im Leben zu richten. Mein Leben und Lebensumfeld haben sich komplett neu gestaltet. Der Wandel gab mir den Anstoß das soziale Miteinander zu pflegen, neu an geistige Verbindungen anzuknüpfen, bewusster mit Mensch und Natur zu leben und sie zu lieben.

Beitrag von Inga Hense, sie war jahrzehntelang in der naturwissenschaftlichen Forschung und Lehre tätig, hat am Priesterseminar studiert und ist jetzt Lehrerin in der Freien Waldorfschule in Kiel.



Foto: privat

Mittwoch, 1. Oktober

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.

Mittwochs im Waldorfseminar, Hufnerstr. 18, jeweils 17:00–20:00, weitere Termine am 8.10., 15.10.

Künstlerisch-Handwerkliches zum Herbst

Die kleine Reihe für Erzieher:innen, Pädagog:innen und Eltern. www.waldorfseminar.de/weiterbildungen

Mittelweg 13 (Souterrain, Eingang neben der Tiefgarage) 18 Uhr

Einführung in den Islam

(als Vorbereitung für den Tag der offenen Moscheen am 3.10.) Anmeldung: diepilgerbruecke@christengemeinschaft.org

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Die Inkarnation Ahrimans und unsere Zeit
Vortrag von Steffen Hartmann, Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus

Rudolf Steiner Schule Bergstedt, 19.30 Uhr

„Wie können wir unsere Kinder in der heutigen Zeit besser verstehen und gut begleiten?“

Vortrag mit Helmut Eller und Christian Rolle, Klassenlehrer der 6.Klasse

Donnerstag, 2. Oktober

TONALi SAAL, 17 Uhr und 19.30

Vier Lebensmomente

Kammermusikkonzert

Lukas-Kirche, 19.30 Uhr

Das Herzensfeuer entzünden

Eine Betrachtung der Michaeli-Epistel, Anke Nerlich

Freitag, 3. Oktober

Ort bitte erfragen, voraussichtlich 10–14 Uhr und 14–18 Uhr

„Tag der offenen Moscheen“

Gemeinsamer Besuch mehrere Moscheen in Hamburg. Anmeldung: diepilgerbruecke@christengemeinschaft.org

Hof Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, 16:00–20:30

Freitagsbacken wie die Profis

birtekruse@holzofenbaeckerei-gutwulfsdorf.de

TONALi SAAL, 17.00

Tatort Musik – die böse Welt a cappella

Der Kleine Catch Club, TONALi Seminar

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

Einführung in das Familienstellen und die systemische Aufstellungsarbeit

Thema: „Schicksale meiner Vorfahren verstehen“ 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). Anmeldung erforderlich! Anmeldung und Auskunft: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Kostenbeitrag: 30,-/Abend. Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

Freitag, 3., Samstag, 4. Sonntag, 5. Oktober

TONALi SAAL jeweils 19.30

Juliette Gréco, so bin ich eben

Chansonkonzert, Véronique Elling & Band

3. – 5. Oktober

alle Gemeinden der Hamburger Christengemeinschaft, Uhrzeit erfragen

Familienfreizeit im Schafstall

in Wörme (Information: Marcus Knausenberger; Anmeldung bitte im Gemeindebüro)

Samstag, 4. Oktober

Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft Bergstedt, Kaudienskamp 6a, ab 10:00

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

Michels-Kirche, 15.45 Uhr

Lift not the painted Veil – Heb nicht den bunten Schleier

Ausstellung mit Werken der Künstlerin Berline de Bruyckere und Ernst Barlach im Barlach-Haus, Jenischpark. Eine Führung im Dialog mit Christian Bartholl

Sonntag, 5. Oktober

Gemeinde Südwest Holstein, 11.15 Uhr

Transsubstantiation – Prozesse zur Heilung von Mensch und Erde: In der Landwirtschaft

Dr. Stefan Wendt

Johannes-Kirche, 11:15 Uhr

Kirchencafé

Lukas-Kirche, 11.15

Gemeindeforum

Markus-Gemeinde Harburg, 11.15 Uhr

Sonntagsfeier und Gemeindefrühstück**Montag, 6. Oktober**

Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft Bergstedt, Kaudienskamp 6a, 19-20.30

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

Dienstag, 7. Oktober

Waldorfseminar, Hufnerstr. 18, 16:30 Uhr

Johannes Stüttgen: Soziale Plastik – Zukunft der Schule

Kostenfreie Ringvorlesung – eine Anmeldung ist nicht nötig.

Mittwoch, 8. Oktober

Johannes-Kirche, jeden Mittwoch, 16:30 – 17:30 Uhr

Meditativer Eurythmie Kurs

Neubeginn, mit Almuth Steffens. Anmeldung: 040/38675990 steffensa@posteo.de oder einfach spontan vorbeikommen. Kosten nach Selbsteinschätzung zwischen 15,- und 20,- Ermäßigung möglich !

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Michaelifeier des Sophia Zweiges

Programm: Ansprache zu Michaeli; Eurythmieaufführung mit Werken von Bach für Cello und Klavier sowie Gedichten von Rainer Maria Rilke

Donnerstag, 9. Oktober

Lukas-Kirche, 19.30 Uhr

Sprachgeheimnisse zwischen dem Gott Odin und dem Zeitgeist Michael

Vortrag von Gundula Jäger von Laue

Michels-Kirche, 19.30 Uhr

Die Freiheit des Menschen zwischen zurückbleibenden, normalen und fortschreitenden Engeln

Vortrag Uwe Sondermann

Markus-Gemeinde Harburg, 20.00 Uhr

Christengemeinschaft im Nationalsozialismus

Vortrag von Frank Hörtreiter

Freitag, 10. Oktober

Lukas-Kirche Volksdorf, 19:00 Uhr

Sarah Knausenberger liest aus ihrem frisch erschienenen Büchlein "Nie wieder Frühling".

Herzlich willkommen zum KULTURSALON, Sonja Sommerlatte (Gesang) und Wibke Groß (Klavier) musizieren. Eintritt frei, Spenden erbeten.

Rudolf Steiner Haus, 19:00 Uhr

Wie kann das Herz heilen? Warum erkrankt das Herz? Wie können wir das Herz wieder heilen lassen?

Vortrag mit Markus Peters über Herausforderungen und Handlungsmöglichkeiten. Eintritt: 15,-, erm. 10,-

Rudolf Steiner Buchhandlung, 19 Uhr

Zur Alchemie der Jahreszeit – Michaeli

Das Miterleben des Jahreslaufes im Herbst zeigt Phänomene in der sich zurückziehenden Natur, die sich im Kleinen auch im menschlichen Blut aufsuchen lassen. Eisen- und Schwefelprozesse kennzeichnen mikro- und makrokosmisch den Kampf Michaels mit dem Drachen. Vortrag von Michael Knöbel



Michael Bild in einer Kirche auf Gotland.
Foto: Christine Pflug

**10. – 12. Oktober**

Lukas-Kirche, Fr 18.00 bis Sa 15 Uhr

Die Geistsphären der Lukas-Kirche

Seminar mit Wolfgang Schneider, Geomant, Anmeldung und Kontakt: Astrid Marzahn Tel. 60442081

Samstag, 11. Oktober

Rudolf Steiner Schule Bergstedt, 9 Uhr

öffentliche Monatsfeier

anschließend Tag der offenen Tür mit verschiedenen Workshops.

Rudolf Steiner Schule Harburg, 09:30 Uhr

1. Monatsfeier

Rudolf Steiner Schule Nienstedten, 10.00 Uhr

Monatsfeier

Hof Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, 10:00–13:00

Präparatetag

Anmeldung bei Johannes Hommes unter 04102-564 08

Lukas-Kirche, 15.30 - 18.30 Uhr

Michaeli und biografisches Schreiben

Wir entdecken schreibend das Urbild von Michaeli 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 040/410 41 71; C.Pflug@web.de

Sonntag, 12. Oktober

Ort Waldorfkinderkindergarten 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. Anmeldung: Anja.Wieth@gmail.com / 0176-62196387

Tobias-Haus, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, von 11.00 -16.00 Uhr

Herbst-Markt im Tobias-Haus

Kunsth Handwerk aus der Region, Second Hand Kleidern, liebevoll Selbstgemachtem, süßen Waffeln, heißen Getränken und deftigen Köstlichkeiten

Michels-Kirche, 11.30 Uhr

Sonntagshandlung und Michaelifest für Kinder und Erwachsene*

Markus-Gemeinde Harburg, 11:45 Uhr

Michaeli-Fest

für die ganze Gemeinde

Johannes-Kirche, 11:45 Uhr

70 Jahre Johannes-Kirche

Betrachtungen zum Altarbild und seiner Entstehung

Friedrich Robbe Institut, von 12:00 bis 17:00 Uhr

Herbstmarkt, Basar

Kuchen, Würstchen und Suppe, kreative Stände und liebevoll Gebasteltes – Bastelstuben für Groß & Klein und ein kleiner Mitmachzirkus.

Mittwoch, 15. Oktober

Waldorfseminar, Hufnerstr. 18, 10:00 - 17:30 Uhr

Konflikte -

Tagesseminar zum besseren Verständnis von Konflikten und deren Vermeidung und Bewältigung. Veranstalter: Confidentia GmbH, Leitung: Thomas Schramm, Anmeldung: geschaeftsstelle@confidentia.social

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Rudolf Steiners Idee der sozialen Dreigliederung und das bedingungslose Grundeinkommen

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

Ort: Lukas-Kirche, 19:30 Uhr

Wer war Rudolf Steiner? I

Zum 100. Todestag von Rudolf Steiner: Zum Leben und Wirken des Begründers der Anthroposophie sowie (u.a.) der Waldorf-Pädagogik und -Heilpädagogik, Öffentliche Vortragsreihe des Isis-Institutes Hamburg mit Helmut Eller, Kostenbeitrag: 12,- (erm. 8,-)

Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft Bergstedt, Kaudiekskamp 6a, 19:30-21:00

„Vom Geheimnis um die Heilkräfte der Rose“

Offener Isis-Abend zu den Äußeren Anwendungen in der Anthroposophischen Medizin mit Iris Landeck-Schneekloth. Anm.: Iris Landeck-Schneekloth 040 - 60951691 und 0175 1170760, Kostenbeitrag: 20,- Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

Markus-Gemeinde Harburg, 20.00 Uhr

Religionskreis

mit Abendandacht. Trinität und Ich-bin-Worte

Donnerstag, 16. Oktober

Rudolf Steiner Buchhandlung, 19 Uhr

Von der unendlichen Heilkraft in uns- Mitgestalter des Heilungsweges sein.

Vortrag von Josef Ulrich Autor

Lukas-Kirche, 19.30

Bericht über die jüngsten Gemeindereisen nach Weimar und zu den Externsteinen

Was haben wir gesucht? Was haben wir erlebt? Vortrag von Luke Barr

Michels-Kirche, 19.30 Uhr

Raumweihe und Kirche: Ein Ort für das Selbst

Vortrag zur Einweihung der Michaels-Kirche vor 40 Jahren, Christian Bartholl

Do. 16. und Fr. 17. Oktober

Christophorus Schule, 19.00 Uhr

„Die fremde Stadt“ von J. B. Priestley 12. Klass Spiel

Freitag, 17. Oktober

Gut Wulfsdorf, 10 Uhr, Sammelpunkt: Kuhstall

Photovoltaik: Nebenwirkungen, Ausgleichsmaßnahmen.

Begehung mit Dorian Schmidt.

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

Photovoltaik: Nebenwirkungen und Ausgleichsmaßnahmen

Vortrag von Dorian Schmidt. Photovoltaikanlagen erzeugen Elektrizität aus Sonnenlicht. Es ist jedoch wenig bekannt, dass eine solche Anlage Auswirkungen auf den gesamten Lebensraum hat, denn die Photovoltaik funktioniert nicht wie die Photosynthese. Sie macht



der Pflanzenwelt und dem Leben überhaupt Stress, Aus der Homöopathie heraus hat man eine Möglichkeit gefunden, diesen Stress auszugleichen. Eintritt: 15,-, erm. 10,-

18. / 19. Oktober

Rudolf Steiner Haus, Sa 19:30 Uhr / So 10:00 - 16:00 Uhr

Wege zu Christus, Sophia und Widar im Naturerleben

Vortrag und Seminar mit Dirk Kruse, Steffen Hartmann und Almuth Steffens. Eintritt: Vortrag 10,-, Seminar 60,- Werkstatt für Anthroposophie



Sonntag, 19. Oktober

Markus-Gemeinde Harburg, 10.00 Uhr

Sonntagswerkstatt

(Kinderbetreuung)

Johannes-Kirche, 11:15 Uhr

Was erwartet Michael von uns heute?

Vortrag von Wolfgang Rißmann, Ahrensburg

Gemeinde Südwest Holstein, 11.15 Uhr

Transsubstantiation – Prozesse zur Heilung von Mensch und Erde: Im Kultus

Jörgen Day



Bild auf einer Hauswand in Sizilien.
Foto: Christine Pflug

Michels-Kirche, 11.15 Uhr

Zum 100. Geburtstag von Rudolf Steiner
Rudolf Steiners Wirken für den Zeitgeist - Michael und die Anthroposophie, Vortrag Vicky von Behr, Pfi.R.

ZusammenLeben, Wohldorfer Damm 20, Kaffee, Tee und Kuchen ab 16:30 Uhr. Konzert 17 Uhr

Folk, Rock, Blues & Lieder

Stefan Boeken – Gitarre & Gesang, Dominik Bathe – Gitarre, Mundtrompete & Gesang, Hanno Gier – Gitarre. Eintritt: 15,- / 10,- ermäßigt Tel: 040-604 00 36, e-mail: kontakt@zl-hamburg.de

Montag, 20. Oktober

TONALi SAAL 19.30

Keinheimisch

TONALi Seminar Kindheit in Israel, Leben in Deutschland mit Tomer Dotan-Dreyfus, eine Veranstaltung des Jüdischen Salon am Grindel e.V.

Dienstag, 21. Oktober

Hof Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, 10:00-11:30

Brezelbacken Holzofenbäckerei

anmeldung@holzofenbaeckerei-gutwulfsdorf.de

Mittwoch, 22. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 18 Uhr und 19.30

„All you need is less: Der Weg in die Postwachstumsökonomie“

Vortrag von Prof. Dr. Niko Paech, Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus

TONALi SAAL 19.30

JazzWerk Silent

M.ZAMORANO im Duo mit V.KUCAN & F.Stamer

Donnerstag, 23. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Punkt – Linie – Fläche

Klavierabend mit Iku Nakamura. Eintritt frei, Spenden erbeten, MenschMusik Hamburg

Markus-Gemeinde Harburg, 19.30 Uhr

Das Böse als Entwicklungshilfe zum Guten?

Betrachtungen unter Einbeziehung des 136. Leitsatzes Vortrag von Ingrid Prater

Samstag 25. Oktober

Hof Klostersee, 23743 Cismar, um 19:30 im Haupthaus

Zoe Winter – Harfe

traditioneller irischer Melodien, keltischen Balladen, sowie eigenen Kompositionen,

Sonntag, 26. Oktober

Markus-Gemeinde Harburg, 11.45 Uhr

Religionsunterricht

in der Gemeinde

Montag, 27. Oktober

TONALi SAAL 18.30

Nicaraguanische Studierende im Exil

TONALi Seminar Podiumsdiskussion von peace brigades international

Dienstag, 28. Oktober

TONALi SAAL 19.30

Was wir alle für den Frieden tun können

TONALi Seminar Vortrag und Meditation mit Gen Kelsang Ananda

Mittwoch, 29. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Gesundheit und Krankheit des Geldes

Seine Aufgaben und Gefährdungen Vortrag von Ernst Schubert, Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus

Donnerstag, 30. Oktober

Alfred Schnittke Akademie, 19:30 Uhr

Violina Petrychenko –

Werke polnischer und ukrainischer Komponisten

Freitag, 31. Oktober

Rudolf Steiner Buchhandlung, 19 Uhr

Wie kann ich mir Rechenschaft ablegen, ob mein Denken selbst- oder fremdbestimmt ist?

„Wenn man das Denken zum Objekt der Beobachtung macht, fügt man zu dem übrigen beobachteten Weltinhalte etwas dazu, was sonst der Aufmerksamkeit entgeht; man ändert aber nicht die Art, wie sich der Mensch auch den andern Dingen gegenüber verhält.“ Rudolf Steiner: Die Philosophie der Freiheit. Vortrag von Andreas Wilke

Anfang November

Sonntag, 2. November

Lukas-Kirche, 11.15 Uhr

Café da Luca

nach der Menschenweihehandlung, mit Antiquariat; um Kuchen- und Salatspenden und um Mithilfe in der Küche wird gebeten! Kontakt: Heinrike Müller, Tel. 670 47726

Markus-Gemeinde Harburg, 11.15 Uhr

Sonntagsfeier und Gemeindefrühstück

Gemeinde Südwest Holstein, 11.15 Uhr

Der Doppelgänger ein mysteriöses Wesen
Jörgen Day

Johannes-Kirche, 11:15 Uhr

Kirchencafé

Dienstag, 4. November

Michels-Kirche, 19.30 Uhr

Konzert des Ensembles BERISKA aus Kiew



**Mittwochs
im Seminar.**

Auftanken, Austauschen,
Neues entdecken

Raus aus dem Alltag,
rein ins Seminar:
Lieder & Reigen,
Handwerk & Kreatives,
Impulse & Vertiefung
für den Kindergarten.
Dazu die Möglichkeit
zum Austausch und
ein kleines Abendbrot.

Kommende Themen

- Jahresfeste neu erleben
- Künstlerisch-Handwerkliches zum Herbst
- Schlaf als Entwicklungsraum
- Sprache als Lebenselixier

Für Erzieher:innen,
Pädagog:innen und Eltern



Immer
Mittwochs,
17:00 Uhr

Weitere Infos unter:
waldorfseminar.de



Weiterbildungen

Junger Lesekreis der anthroposophischen Jugendsektion Deutschland

Wir sind eine kleine Gruppe von jungen Menschen, die sich jede Woche am Dienstag von 17:45 bis 19:30 Uhr im Rudolf Steiner Haus Hamburg treffen.

Unser Ablauf:

- Wir beginnen im Garten (außer bei schlechtem Wetter) mit Naturbetrachtungen und Beobachtungen.
- Spontane Eurythmie Übung
- Einstimmung in den Monat und die Woche des Jahres durch den Wochenspruch von Rudolf Steiner
- Kurze „Check-in Runde“, wie es jedem geht, was ihn/sie gerade beschäftigt.

• Im Hauptteil lesen und diskutieren wir über ein Buch von Rudolf Steiner. Im Moment arbeiten wir an „Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten“.

• Zum Schluss Meditieren wir und tauschen uns darüber aus.
Wer Interesse bekommen hat und uns kennenlernen möchte, ist herzlich eingeladen zu kommen.

Kontakt - Chris: 0151/15029063

Oder einfach spontan vorbei kommen!

Wir freuen uns auf dich



Regionales Gemüse, Kräuter und Blumen direkt vom Gärtnerhof

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

Soziale und Solidarische Landwirtschaft gehen einen gemeinsamen Weg

Stüffel 12, 22395 Hamburg
info@stueffel.de www.stueffel.de



Christine Pflug
HP für Psychotherapie
Biografieberaterin

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



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

Marcela Paz Moreno

Anthroposophische Gesangstherapie-Kunsttherapie „Schule der Stimmhüllung“ (BVAKT).



Kinder und Erwachsene.

Einzeltherapie, mind. 30 Minuten für Kinder und mind. 45 Minuten für Erwachsene.

Kostenübernahme auf ärztliche Verordnung - Securvita bzw. anthroposophische Krankenkasse, oder Privat.

Wann: Mittwoch Nachmittag
Wo: Frei-Raum im Steiner Haus
Anmeldung und Informationen:
info@marcelapaz-moreno.com

Telefon 0176-62 67 14 36

www.marcelapaz-moreno.com




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



SEITENWECHSEL
achtsam bestatten

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

Johann Wolfgang von Goethe

www.seitenwechsel-bestattung.de

Das anthroposophische Menschenbild –

Grundlagen einer spirituell erweiterten Pädagogik, Traumapädagogik und Traumatherapie

Öffentliche Vortragsreihe des Isis-Institutes Hamburg mit Helmut Eller in der Lukas-Kirche, Rögeneck 25, kleiner Saal, Kostenbeitrag: 12,- (erm. 8,-)



Mi 15.10.25 19:30

Wer war Rudolf Steiner? I Zum 100. Todestag von Rudolf Steiner: Zum Leben und Wirken des Begründers der Anthroposophie sowie (u.a.) der Waldorf-Pädagogik und -Heilpädagogik

Mi 19.11.25 19:30

Wer ist Rudolf Steiner? II Zum 100. Todestag von Rudolf Steiner: Zum Werk Rudolf Steiners und seiner Wirksamkeit bis heute

Mi 17.12.25 19:30

Weihnachtsvortrag mit Helmut Eller

Mi 18. 2. 26

Die sieben Künste und ihre Bedeutung

Mi 18.3.26 19:30

Die biologisch-dynamische Landwirtschaft und der Demeter-Impuls

Offener Isis-Abend im Oktober, 15.10.2025, 19:30:

"Vom Geheimnis um die Heilkräfte der Rose"



Offener Isis-Abend zu den Äußerer Anwendungen in der Anthroposophischen Medizin mit Iris Landeck-Schneekloth, Gesundheits- und Krankenpflegerin, Heilpraktikerin



Ort: Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft Bergstedt, Kaudienskamp 6a, Hamburg-Bergstedt

Auskunft: Iris Landeck-Schneekloth 040 - 60951691 und 01751170760,

Kostenbeitrag: 20,- (inkl. Material)

Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

„Haus am Ottenbeck –

ein Ort zur Stärkung seelisch-geistiger Kräfte“

Angebote Oktober 2025

- Künstlerisch orientierte Tagesbegleitung für Menschen in Krisensituationen
 - künstlerische Auszeit für einen oder mehrere Tage
 - Ateliernutzung selbständig oder begleitet (Einzelnutzung). Atelier für Malerei, Bildhauerwerkstatt für Standstein oder Holz
 - Meditatives Malen und Formenzeichnen (regelmäßig wöchentlich, Zeitraum nach Absprache, Einzelsitzungen)
 - Biografiearbeit (Einzelsitzungen)
 - das schöpferische Gespräch im Gegenüber
- sämtliche Angebote nach individueller Absprache
(für NutzerInnen bzw. TeilnehmerInnen stehen 2 Gästezimmer zur Verfügung sowie die kostenlose Abholung bzw. der Transfer zum Bahnhof)

weitere Infos: www.haus-am-ottenbeck.de

Tel.: 0162 866 5796

Email: info@haus-am-ottenbeck.de



LebensRaum in Ammersbek

Entfalte Deine innere Kraft

Dein Weg zur Selbstermächtigung

Wochenendseminare 2026
(auch als Jahresbegleitung buchbar)

23.1.- 25.1.2026

24.4.- 26.4.2026

10.7.- 12.7.2026

9.10.- 11.10.2026

Individuelle Wochenenden in Einzelbegleitung auf Anfrage

Art + Silence

Kreative Abende in Stille

Jeden letzten Dienstag im Monat um 19 Uhr

Nächster Termin: 28.10.2025

Info und Anmeldung: www.praxis-hirschbeck.com

Tel. 040-79307037



Adressen

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. Bölts, T: 040/41331620
- Arbeitsgruppe an der Michael-Schule in Harburg, Wöllmerstr.1, 21075 Hamburg. Auskunft: Christoph Sträßner, Tel. 040/41542773; Ingrid Bartels, Tel. 04183/776044
- Arbeitsgruppe Travenbrück, Harald Nowka T: 04531-188 063
- Arbeitsgruppe Itzehoe, verantwortl.: Maja Schultz, Tel. 04821-712 10
- Arbeitsgruppe Kaltenkirchen, Auskunft: Carol Stockmar, Tel: 04191-3206 + Jutta Schumacher, Tel: 04191-1558
- Arbeitsgruppe Rellingen. Auskunft: Peter Drescher, Tel: 04122-52493
- Arbeitsgruppe Stade, Auskunft: Ursula Peters, Tel: 04141-826 69

Altenpflege

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

Bildende Kunst

- ausstellungsraum.steiner haus, Mittelweg 11-12, 20148 HH, Mo-Do: 16-20, Fr: 14-20.
- Kunstakademie Hamburg, Ausbildung in Malerei, Zeichnung, Plastik, Kunsttherapie, Brehmweg 50, 22527 HH, Tel.: 4480661
- 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 Waldorferberufsbildung 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

Einladung Bilder von Ulrike Taillebois



„Ici et maintenant“

in der Lukaskirche, Rögeneck 25

Öffnungszeiten 10-15:00 Uhr und nach Absprache (uli.taillebois@gmail.com)

Die Ausstellung geht vom 6. 9. bis zum 2.11.2025

- Haus Mignon, Christian-F. Hansen-Str. 5, 22609 Hamburg, Institut für ambulante Heilpädagogik und Frühförderung, Tel. 82 27 42 - 0, Seminar Mignon Tel. 82 27 42-11, Kinderhaus Mignon, Tel.: 82274210
- Haus Mignon Kindergarten – Integrationsgruppe und Heilpädagogische Gruppe, Christian-F.-Hansen-Str. 5, 22609 Hamburg, Tel. 82 27 42 10
- Mignon Segelschiffahrt e.V. Segelschiff Fortuna, Christian-F.-Hansen-Str. 5, 22609 HH, Tel. 8227 42 11
- Heilpädagogische Hofschule Wendisch Evern, Förderschulzweig der Rudolf Steiner Schule Lüneburg, Dorfstr. 15, 21403 Wendisch-Evern, Tel.: 04131-861070.
- Heilpädagogische Förderzentrum Friedrichshulde, Lindenallee 96, 22869 Schenefeld, Tel. 839 35 10
- Hermann-Jülich Werkgemeinschaft, Dorfstr. 27, 22929 Hamfelde, Tel. 0 41 54 / 84 38-0
- Hölderlin e.V. ambulante psychiatrische Vor- und Nachsorge, Katjahren 4, 22359 Hamburg, Tel. 603 30 91 / 92 / 93
- Institut für ambulante Heilpädagogik und Psychotherapie, Langenberg 17, 21077 HH/Harburg, Tel. 760 70 01
- Kinderheim Heidjerhof, für Kinder u. Jugendl., Radbrucher Weg 2-4, 21444 Vierhöfen, Tel.: 04172/8091
- „Lebensgemeinschaft Birkenhof e.V.“, Lebensort mit Seelenpflege-bedürftigen Erwachsenen, Karzer Str. 2, 21398 Neu Neeze, Tel.: 05850/97257-0
- Michael Schule Harburg, Waldorfschule für heilende Erziehung, Woellmerstraße 1, 21075 Hamburg, Tel.: 040 – 709 737 780, Fax: 040 – 709 737 78 19, Email: mail@michaelschule.net Internet: www.michaelschule.net
- Raphael-Schule, Schule für seelenpflege-bedürftige Kinder und Jugendliche e.V., Quellenthal 25, 22609 Hamburg, Tel. 81 99 26 40
- Humanopolis GmbH, Groß Malchau 50, 29597 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: waldorfindergaerten@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 Freiburg, Tel 04541-8621-31, vielseitiger Demeterhof, www.klws.de, www.domaene-freieburg.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-Brauer-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. 040 3009465-00
- Rudolf Steiner Schule Harburg, Ehestorfer Heuweg 82, 21149 HH, Tel. 797 18 10
- Christian Morgenstern Schule, Heinrichstr. 14a, 22769 Hamburg, Tel. 41 35 94 44, E-Mail: mail@innerestadt.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 GENODEM1GLS. 1 GLS. Konto nur für Spenden: IBAN DE56430 609 6700 124 54 804, BIC GENODEM 1 GLS Konto-bez.: Gemeinnützige Treuhandstelle, Sonderkonto Hinweis).

Integrative Medizin Hamburg – Mitte

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

Schöne Räume tageweise frei im Institut

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



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.

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

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

In unserem kleinen Wohnprojekt auf dem Lande, ganz in der Nähe des Segeberger Sees, wird eine geräumige, lichtdurchflutete **3,5 Zimmer Wohnung frei**. Wir teilen hier ein gutes Stück unseres Lebens und wünschen uns ruhige, weltoffene Menschen mit nachbarschaftlichem Gemeinsinn, die Verantwortung für die praktischen und organisatorischen Dinge, die am Haus und im Garten anfallen, übernehmen. Tel.: 0171-9355661

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

Vermiete ein Zimmer in Altona-Nord, hell & ruhig, 16 qm, in 2er WG, Nähe S-Bahn Holstenstr., U-Bahn Emilienstr. 040 859791 gabriele-preis@web.de

Schöne Räume für Wochenendseminare, regelmäßige Gruppen oder Mo/Die Vormittag für Beratung/Therapie/Coaching im Bernard Lievegoed Institut in Hamburg Ottensen zu vermieten! Tel. 040-4308081 oder info@bli-hamburg.de



CENTRO ANTROPOSOFICO

Du suchst Inspiration?

Lanzarote ist Lichtbad und Feuerkraft mit Meerwasser verfeinert.

www.centro-lanzarote.de



Maas.

**NATÜRLICH.
FAIR. FÜR DICH
GEMACHT.**

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

MAAS-NATUR.DE

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

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