

Oktober 2026

Veranstaltungen und Berichte
aus Einrichtungen auf
anthroposophischer Grundlage
im Raum Hamburg

Erscheint monatlich

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

hinweis

Ausstellung / Iris Templeton / 7.-22. Nov 2026 / The Yard Gallery



Wie kann ich die Unordnung zwischen Menschen wieder ordnen? Teil I

Verzeihen und vergeben – was ist das?

Welche Voraussetzungen sind dafür notwendig?

Interview mit Annette Horster-Schepermann, Traumatherapeutin
und Ulrich Meier, Pfarrer



VORSORGE ZU LEBZEITEN - ENTSCHEIDEN SIE IN RUHE

Waldbestattungen in biologisch abbaubaren Urnen im Begräbniswald
WALDFRIEDEN AM BAROCKPARK.

Über die Wurzeln der Bäume gelangt die Asche der Verstorbenen zurück
in den Kreislauf der Natur.

Verschaffen Sie sich einen Eindruck von diesem besonderen Ort bei einem
Spaziergang durch den angrenzenden Barockpark oder den Jersbeker
Forst.

Gerne beraten wir Sie bei einer kostenlosen, individuellen Führung.

WALDFRIEDEN AM BAROCKPARK

04532 - 26 79 375

www.begraebniswaelder.de

Oberteicher Weg 4, 22941 Jersbek



CHRISTOPHORUS
SCHULE
HAMBURG

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

Wir suchen...

- Klassenlehrer*in Mittelstufe (90%-Stelle)
- Musik für die Mittelstufe und Oberstufe (60%-Stelle)
- Eurythmie (ca. 1/2 Deputatsstelle), auch in Kombination mit Heileurythmie
- Mathematik für die Oberstufe (70%-Stelle) mit Prüfungsberechtigung ESA/MSA als Schwangerschaftsvertretung für ein Jahr
- Schularzt/Schulärztin (12 Deputatsstunden/Woche) auf Honorarbasis ab 01.08.2027

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

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

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

Zudem suchen wir...

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

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

Senden Sie Ihre Bewerbung an:

Christophorus Schulverein in Hamburg e.V.

Kerstin Rüter & Michael Rehder

Bergstedter Chaussee 205

22395 Hamburg

bewerbung@christophorus-hamburg.de

Tel. 040 - 604428 - 0

Wir begleiten erwachsene Menschen mit Assistenzbedarf im Nordosten Hamburgs.

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

WIR SUCHEN DICH m/w/d

- als Fachkraft für Teilhabe und Empowerment in einer Wohngruppe, für 25 – 30 Stunden/Woche, ab sofort

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

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

BIOTOP

- Gartengestaltung
- Teichbau
- Naturspielplätze
- Baumpflege

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

Inhalt

In diesem Heft:

Wie kann ich die Unordnung zwischen Menschen wieder ordnen? Teil I

Interview mit Annette Horster-Schepermann und Ulrich Meier

Termine

Veranstaltungsanzeigen

Adressen

Impressum

Kleinanzeigen

Seite 7

Seite 16

Seite 28

Seite 33

Seite 36

Seite 37

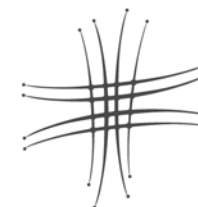


Foto: Kamecha auf Pixabay

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.



Marlowe
natürlich schön

Die neuen Styles
sind da!

Foto: LANIUS X MARIE NASEMANN

Hier geht's
direkt zum
Online Shop



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

marlowe-nature.de

Wie kann ich die Unordnung zwischen Menschen wieder ordnen? I

Wie kann ich die Unordnung zwischen Menschen wieder ordnen? Teil I

Verzeihen und vergeben – was ist das?

Welche Voraussetzungen sind dafür notwendig?

Interview mit Annette Horster-Schepermann, Traumatherapeutin
und Ulrich Meier, Pfarrer

Wir leiden persönlich und weltweit daran, dass in den mitmenschlichen Verhältnissen vieles in Unordnung ist. Wir stehen heute in der Verantwortung, eigenständig zu prüfen, wie wir die Verhältnisse selbst wieder in Ordnung bringen. Gerechtigkeit wird nicht diktiert, sondern Gerechtigkeit wird geschaffen. Vergebung und Verzeihung ist ein Weg, diese menschliche Unordnung wieder in eine gerechte Ordnung zu überführen. Aber es gibt Prozesse, die vorher durchlaufen werden müssen, bevor ein wirkliches Verzeihen stattfinden kann. Religion und Therapie zeigen dafür Wege auf.

Interviewpartner:in: Annette Horster-Schepermann, tätig als Psychologin im Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienst in Eppendorf und in der waldorforientierten Psychotherapeutischen Praxisgemeinschaft Bergstedt. Mitbegründerin und fachliche Leitung des Isis-Institutes Hamburg für spirituell erweiterte integrative Traumapädagogik und Traumatherapie. Seit 2022 fachliche Leitung der Weiterbildungsgänge in waldorforientierter Traumapädagogik und Traumatherapie des Isis-Institutes Hamburg, seit 2025 fachliche Leitung des Weiterbildungsganges in Pentagramm-Traumapädagogik und -Traumatherapie am edu.Art-Institut der Alanus-Hochschule in Alfter. Mitbegründerin des Pegasos-Netzwerkes, einem freien Zusammenschluss waldorforientierter Traumapädagog:innen und -Therapeut:innen.

Ulrich Meier, Pfarrer der Christengemeinschaft seit 1990. Davor Ausbildung zum staatlich anerkannten Erzieher und zwei Jahre Tätigkeit im Landschulheim Schloss Hamborn. 16 Jahre Gemeindepfarrer in Hannover, seit 2006 in Hamburg Mitarbeit in der Leitung des Priesterseminars und Gemeindepfarrer in Hamburg-Mitte. Redakteur der Zeitschrift „Die Christengemeinschaft“.

Christine Pflug: Eigentlich gehört sich „Ladies first“, aber da „verzeihen“ aus der christlichen Kultur kommt, beginnen wir mit dem Pfarrer. ;-) Ist „verzeihen“

und „vergeben“ ein christlicher Begriff oder gibt es das auch in anderen Religionen und Kulturen?

sich von vorgegebenen Mustern befreien und aus der Kraft des Ichs handeln

Ulrich Meier: Die Frage nach Schuld und Vergebung spielt in vielen Religionen eine zentrale Rolle und zielt jenseits der juristischen Sicht auf das Thema darauf, wie man mit eigenem und fremden Fehlverhalten umgehen will.

Ich unterscheide dabei zwei verschiedene Richtungen: Einmal gibt es Gebote und Verbote, also Regeln, um Fehlverhalten zu vermeiden bzw. einzudämmen. Das ist die ältere Schicht. Andererseits ist Vergebung und Verzeihen gerade die Übertretung einer Regel: Es wird nicht nach vorgegebenen Gesetzen gerichtet, sondern wir sind dabei auf der Suche nach der Barmherzigkeit. Ist Gott oder bin ich dazu bereit, den Regelbruch aus einer Kraft jenseits der Gesetze mit der freien Kraft der Gnade, also der unverdienten Versöhnung zu beantworten? Das ist ein ziemlich revolutionärer Gedanke: Der barmherzige Gott durchbricht in der Vergebung die von ihm selbst aufgestellten Regeln. Wo wir als Menschen Verzeihung und Vergebung üben, befreien wir uns von vorgegebenen Mustern und versuchen, aus der Kraft des Ich zu handeln.

In der Bibel finden sich aber auch viele Gebote, anderen zu verzeihen und zu vergeben. Die verstehe ich jedoch nicht als Fremdbestimmung, sondern als Leitsterne für die eigene moralische Entwicklung. Ich muss sie mir zu eigen machen, damit ich ihnen in Freiheit folgen kann.

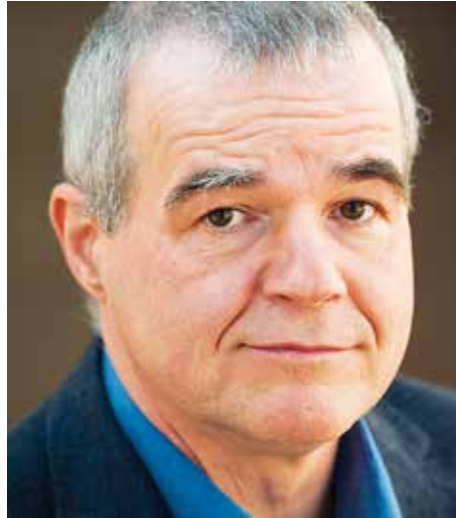


Foto: Wolfgang Schmidt
Ulrich Meier

im gegenseitigen Geben und Nehmen eine für beide Seiten stimmige Balance

C. P.: Wie ist diese religiöse Sphäre zu verstehen?

U. Meier: Wir stehen heute in der Verantwortung, eigenständig zu prüfen, wie wir die Dinge selbst wieder in Ordnung bringen. Damit meine ich, dass es im gegenseitigen Geben und Nehmen eine für beide Seiten stimmige Balance gibt. Es geht darum, dass die Verhältnisse zwischen den Menschen in Unordnung geraten, zum Teil schuldhaft, zum Teil ohne dass es beabsichtigt ist. Aber auch unbeabsichtigt kann Schuld entstehen. Dann habe ich entweder zu viel genommen oder zu viel gegeben und dadurch Unordnung geschaffen. Vergebung und Verzeihung sehe ich als einen Versuch



Foto: privat
Annette Horster-Schepermann

an, diese menschliche Unordnung wieder in eine gerechte Ordnung zu überführen. Gerechtigkeit wird nicht diktiert, sondern Gerechtigkeit wird untereinander geschaffen. Das wäre heute mein religiöses Credo in diesem Punkt.

C. P.: Also in dem Sinne, was Rudolf Steiner „ethischen Individualismus“ nennt?

U. Meier: Steiner hat sich sehr exponiert in seiner Zeit, zu sagen, das läuft alles nur noch über das Ich. Das ist im Prinzip anarchistisch. Ich denke, dass es in den meisten Fällen um die Mischung aus Regeln und freien Taten geht. Wir haben Ordnungen, auch menschliche und juristische

Ordnungen, und die sind auch wichtig. Aber der Punkt, über den wir in diesem Interview sprechen, ist der: Wo kann ich mir selber treu bleiben und trotzdem schöpferisch umgehen mit einer Veränderung der Unordnung, die eingetreten ist?

Vergeben und Verzeihen?

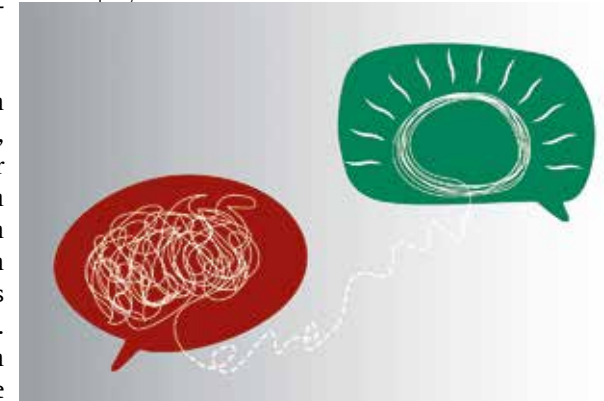
C. P.: Und würdest du vom Religiösen her einen Unterschied machen zwischen Vergeben und Verzeihen?

U. Meier: Für mich sind das zwei Schritte eines Prozesses: Für mich ist das Verzeihen der kleine Bruder von der Vergebung, auch der mehr menschliche. Verzeihen heißt für mich, dass ich aufhöre auf, jemanden anzuklagen, ihn einer Untat zu zeihen.

Und das ist ein ganz wunderbarer Moment, weil ich nämlich damit das Unrecht nicht wegwische, sondern ich kann sagen: Du hast mir ein Unrecht getan oder du schuldest mir noch etwas, da ist

wenn ich aus meinem Ich heraus, nach Prüfung, mich nicht zu überheben, das eine oder andere ordnend in Bewegung bringe

Foto: RosZie auf pixabay



eine Ungleichheit, aber ich höre jetzt auf, dich anzuklagen. Ich bleibe aber dabei, dass hier Unrecht besteht.

Das ist insbesondere dann interessant, wenn dein Partner in der Unordnung nicht bereit ist, sich mit dir zu bewegen. Dann kannst du sozusagen diesen Schritt alleine machen.

Und Vergebung heißt für mich religiös: Es gibt keine menschliche Vergebung ohne Gott. Wir überheben uns, auch religiös, wenn wir meinen, wir könnten etwas total vergeben; also sagen, jetzt ist alles wieder in Ordnung.

Und dann möchte ich gerne betonen: Ich mache damit einen großen Unterschied zu dem, was Religion oft zum Beispiel aus den biblischen Barmherzigkeitsideen gemacht hat. Ich finde es grausam, dass man Menschen zwingen will, auch gegen die eigene Integrität, zu verzeihen oder zu vergeben. Es ist für mich etwas vollkommen anderes, wenn ich aus meinem Ich heraus, nach Prüfung, mich nicht zu überheben, das eine oder andere ordnend in Bewegung bringe.

„Auge um Auge, Zahn um Zahn“???

C. P.: Im Alten Testament steht beispielsweise „Auge um Auge, Zahn um Zahn“ – fordert das nicht sozusagen zur Gewalt auf?!

U. Meier: Das ist eine völlige Missinterpretation der Stelle. Es heißt dort nicht „Auge um Auge, Zahn um Zahn“ in dem Sinne: „hast du mir ein Auge ausgeschlagen, darf ich dir auch eins ausschlagen.“ Das ist das Rache-Prinzip. Sondern es

heißt dort im Hebräischen: „Gib ein Auge für ein Auge, gib einen Zahn für einen Zahn.“ Das ist eine völlig andere Sache, als ein über die Religion gerechtfertigtes Rache-System.

Auch der alttestamentarische Gott ist ein barmherziger Gott – auch wenn er zuweilen selbst in göttlichem Zorn menschliche Züge bekommt. Wir haben in den monotheistischen Religionen prinzipiell keinen unbarmherzigen, sondern einen vergebenden Gott.

C. P.: Aber er ist ein Strafender.

U. Meier: Das stimmt, und er macht sogar Fehler. Der Gott des Alten Testaments kennt aber auch die Reue. Nach der Sintflut wendet er sich um: „Der Herr sprach in seinem Herzen: Ich will künftig den Erdboden nicht mehr verfluchen um des Menschen willen, obwohl das Trachten des menschlichen Herzens böse ist von seiner Jugend an.“ (1 Mose 8,21). Die Überbetonung des strafenden Gottes stammt aus der Zeit, in der man Religion in der Pädagogik und im menschlichen Miteinander missbraucht hat, weil es natürlich nützlich ist, wenn du Macht ausüben willst, zu sagen: „Ich habe den dicksten Knüppel und der heißt Gott.“ Das ist auch der religiöse Machtmissbrauch, der viel Unrecht und Leid gebracht hat. Ein Muslim sagte mir einmal: „Die schlimmsten Feinde des Islam sind die Islamisten, weil sie unsere Religion für ihre Machtambitionen missbrauchen.“ Das gilt für mein Verständnis genauso für das Judentum und das Christentum.

C. P.: Annette, wenn Ulrich Meier davon spricht, dass individuelle Schritte nötig sind, um für eine schöpferische Veränderung der menschlichen Unordnung heranzureifen – welche Stufen muss man durchlaufen?

im Grunde so etwas wie eine körperliche Behinderung

Annette Horster-Schepermann: Wenn man zunächst den Konsens hat, dass Verzeihen eine freie Tat ist, also ein ganz persönlicher, freier, ich-hafter Entschluss, dann kann der ja eigentlich nur gefällt werden, wenn ich mir auch bewusst bin über das, was in mir selber passiert. Genau das ist bei Traumatisierungen aber häufig ein längerer Weg. Weil in dem Moment, in dem ich überwältigt werde von einer Situation und von den damit verbundenen unerträglichen Gefühlen oder Körperempfindungen – und das passiert in einer traumatisierenden Situation quasi automatisch, unterhalb meiner Bewusstseinsschwelle –, übernimmt ein zunächst unvermeidbarer neurobiologischer Reflex das Zepter meiner Erlebens- und Verhaltenssteuerung. Und dann komme ich u.U. nicht umhin, dass Teile meines Erlebens zunächst abgespalten, also quasi wie auf Eis gelegt werden. Und wir wissen heute auf der neurobiologischen Ebene recht genau, wie das funktioniert. Früher hat man das noch



Foto: Geralt auf pixabay

wenn das Ich überrumpelt ist

etwas undifferenziert „Verdrängung“ genannt – man hat irgendwie erkannt, dass da so etwas passiert, aber man konnte das, insbesondere neurobiologisch, noch überhaupt nicht einordnen, also noch nicht verstehen und naturwissenschaftlich nachvollziehen, wie so eine Schreck- und Schocksituation in den Körper hineingespiegelt wird bis tief ins Nerven-Sinnes-System hinein. Wir wissen heute: in Bezug auf die körperlichen, neurobiologischen Spuren einer Traumatisierung haben wir im Grunde so etwas wie eine körperliche Behinderung, die sich wiederum seelisch auswirken kann. Das neurobiologische Notfall-Programm ist angeschaltet und so lange wir in einer posttraumatischen Belastungsstörung drinhängen, steuert das angeschaltet gebliebene neurobiologische Notfall-Programm ein Stück weit unser Erleben und Verhalten mit. Das ist dann – zunächst – nicht ohne Weiteres willentlich aufzulösen, so wie jemand, der aus körperlichen Einschränkungen

heraus im Rollstuhl sitzt, auch nicht einfach sagen kann, jetzt stehe ich auf und gehe den Berg hinauf.

ganz ähnliche seelisch-geistige Prozesse wie bei einer bewusst angestrebten Geistesschulung

C. P.: Ab wann geht eine Verletzung bis ins Körperliche?

A. Horster-Schepermann: Das trifft für die Momente zu, in denen das Ich überrumpelt ist, d. h., wenn ich es nicht mehr schaffe, mit Bewusstsein in der Situation zu bleiben und dann, quasi im Schreck, dissoziiere. Und dissoziieren heißt hier u.a., dass die Seelenfähigkeiten des Denkens, Fühlens und Wollens aus ihrem natürlichen Zusammenspiel gerissen werden und sich ein Stück weit verselbständigen, wodurch auch die Persönlichkeit in Unordnung geraten kann. Und es dominiert dann in der Regel eine dieser Fähigkeiten, meist diejenige, die bereits vorher unsere Stärke war. Wenn ich jemand bin, der sich über Logik und Denken gut stabilisieren kann, werde ich geneigt sein, in so einer Überwältigungssituation diese meine Stärke zu nutzen. Ich habe dann aber u.U. nicht mehr einen so guten Zugang zu meinen Gefühlen, zu meinen Körperempfindungen und auch zu meinen Handlungsimpulsen. Und wenn jemand im Tätigsein seine Schokoladenseite hat, wird er vielleicht erst einmal mit seinem Wollen die Situation zu kontrollieren versuchen und verliert dabei womöglich aber den Zugang zum Denken und Fühlen, zumindest für eine Zeit. Wenn jemand dazu neigt,

eher im Gefühl zuhause zu sein, wird er sich in und nach so einer Überwältigungssituation wahrscheinlich eher im Gefühlsbereich aufhalten, während das Denken und Handeln eher zurückgedrängt werden. Rudolf Steiner beschreibt diesen Vorgang sehr anschaulich in GA 10 („Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten“) in dem Kapitel „Die Spaltung der Persönlichkeit während der Geistesschulung“. Hier geht es zunächst um die Gefahren bei der unvermeidlichen Dissoziation der Seelenfähigkeiten bei der Geistesschulung – und am Ende natürlich um Wege, diesen Gefahren entgegenwirken zu können. Aber auch „Schicksalsschläge“ – heute sprechen wir gern von „Traumatisierungen“ – können wir als Aufforderungen zu einer „Schicksals-Schulung“ verstehen, bei der ganz ähnliche seelisch-geistige Prozesse stattfinden können, wie bei einer bewusst angestrebten Geistesschulung.

Wie auch beim Schulungsweg können die entstehenden Dissoziationen aber wieder harmonisiert werden. Bei der Behandlung von Traumafolgestörungen geht man da heute recht ähnlich vor, wie es für die Geistesschulung empfohlen wird: Nämlich über eine Stärkung der Ich-Kräfte. Der Weg aus dem Trauma ähnelt also in gewisser Weise dem Schulungsweg des Geistesschülers! Wenn man betroffenen Menschen hilft, das Erlittene, neben allem Schmerz, auch als einen solchen schicksalsleitenden Anstoß und Ansporn für einen seelisch-geistige Reifungsprozess zu verstehen, dann kann dies in vielen Fällen zu einer enormen transformatorischen Kraft führen, den „Stier bei den Hörnern packen“ zu wol-

len und etwas Gutes aus dem Unvermeidbaren, Schlimmen hervorgehen zu lassen! Das Phänomen „Traumatransformation“ ist heute längst, international beforscht, in den Traumawissenschaften angekommen. Bei Rudolf Steiner gibt es aber bereits zahlreiche Hinweise

auf dieses Phänomen. Und im vorigen Jahrhundert wurde es durch die bahnbrechenden Arbeiten des jüdischen Psychiaters und Holocaust-Überlebenden Viktor E. Frankl und der Anfang dieses Jahres verstorbenen jüdischen Psychotherapeutin und Holocaust-Überlebenden Edith Eva Eger bekannt. Der Weg zur Traumatransformation geht letztlich immer über eine Stärkung und Reifung des Ich.

ein Weg der nachträglichen Ich-Stärkung

C. P.: Das ist aber eine Grundlage, die wir alle haben!

A. Horster-Schepermann: Auf jeden Fall, ich denke, wir sind heute eigentlich alle auf dem Weg zu einer zunehmenden Ich-Reifung und Bewusstwerdung. Als ich als Studentin die Hinweise von Rudolf



Foto: szjeno09190 auf pixabay

Die Seelenfähigkeiten des Denkens, Fühlens und Wollens werden aus ihrem natürlichen Zusammenspiel gerissen.

Steiner in GA 10, zur Notwendigkeit einer bewussten Ich-Stärkung vor dem Beschreiten des geistigen Schulungsweges, las, da dachte ich mir, dass das doch auch umgekehrt gehen müsste: Da muss es doch einen Weg geben, dass wir Menschen, bei denen durch Traumatisierungen Denken, Fühlen und Wollen auseinandergerissen sind, mit Übungen, die eigentlich für den Schulungsweg erteilt worden sind, helfen können. Ein Weg der nachträglich Ich-Stärkung, um daran gesunden zu können. Und so ist es auch gekommen: Wenn wir uns moderne traumatherapeutische Verfahren anschauen, dann sind diese zum Teil in erstaunlicher Weise den Übungen spiritueller Schulungswege ähnlich.

C. P.: Bei alltäglichen, geringeren Verletzungen kann man das früher oder später selbst regulieren, aber wie ist es bei tieferen Verletzungen?

A. Horster-Schepermann: Bei tieferen Verletzungen ist die Abspaltung unter Umständen noch stärker und neurobiologisch besteht sozusagen eine größere Behinderung. Unter Umständen so stark, dass diese selbst kaum wahrgenommen werden kann. Was aber nicht bedeutet, dass sie nicht wieder aufgelöst werden kann. In den letzten 30 bis 40 Jahren konnten wir zunehmend wirksamere traumapädagogische und traumatherapeutische Hilfestellungen entwickeln, die den Betroffenen ermöglichen, eine neue Freiheit wiedergewinnen zu können, um aus dem inneren Gefängnis herauszukommen, in das sie durch die Traumatisierungen hineingeraten sind.

einer der nutzlosesten und gefährlichsten Ratschläge

U. Meier: Ich finde es ganz großartig, dass wir jetzt diesen Weg besprechen, weil die letzten Jahrzehnte Traumaforschung und Traumatherapieentwicklung zeigen, wie viel an Heilung geschehen muss als Voraussetzung dafür, dass ich frei bin, in dem Feld von Schuld und Vergeltung zu agieren. Das Problem war für Betroffene früher, als man das so noch nicht überblickt hat, dass eine Sehnsucht entstehen konnte, man könne anstatt der Heilung des Selbst gleich etwas für das Heil zwischen den Menschen tun. Es sagt sich so leicht dahin: Du musst einfach verzeihen oder vergeben, aber das ist einer der nutzlosesten und ge-

eine neue Freiheit wiedergewinnen, um aus dem inneren Gefängnis herauszukommen

Foto: wal_172619 auf pixabay



fährlichsten Ratschläge, die man einem traumatisierten Menschen geben kann.

eine große Sehnsucht, irgendwann einmal den Tätern und Täterinnen zu verzeihen

A. Horster-Schepermann: Wenn Druck von außen kommt, dann ist das erstmal nicht günstig für die Traumheilung. Es ist eine zusätzliche Anforderung, die noch oben draufgesetzt wird, wo ohnehin eine Überforderung besteht. Andererseits ist es so, dass viele der Betroffenen von sich aus eine große Seh-

sucht haben, irgendwann einmal ihren Tätern und Täterinnen zu verzeihen. Und je schwerer die Traumatisierungen sind, vor allem, wenn es sich um Traumatisierungen handelt, die im Nahfeld entstanden sind, wo u.U. eine tiefe Bindung an die Täter:innen besteht, desto größer ist meiner Erfahrung nach diese Sehnsucht.

C. P.: Wenn man selbst weiß, dass man traumatisiert ist - wie geht man vor? Wie sind die Stufen, auch wenn man nicht gleich zum Traumatherapeuten geht?

Teil II des Interviews erscheint im November-Heft

"Versöhnung" Franz Marc, Public domain, via Wikimedia Commons https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Franz_Marc_Vers%C3%B6hnung_1912.jpg



Donnerstag, 1. Oktober*Lukas-Kirche, 9.30 – 12.30 Uhr***Seminar zum Vortrag „Aufrecht stehen inmitten des Chaos“**

mit Christine Gruwez

*TONaLi SAAL, 19.30***Dreams**

I have longed for all, and bid farewell to hope;
And I have lived and loved, and closed the door.. Liedstadt Festival. Künstler:innen: Thomas Nikolov – Klavier. William Desbiens – Gesang

*Alfred Schnittke Akademie International, 19.30 Uhr***„Brahms & Brinch“**

Tag der Musik. Gregers Brinch wird selbst in sein Werk einführen und uns darüber hinaus einige Kostproben aus seinem Liedschaffen präsentieren. Ein Abend zwischen Bekanntem und Neuem, zwischen großer Musiktradition und zeitgenössischer Entdeckung – genau das, wofür wir stehen und mit Ihnen gemeinsam feiern möchten. Eintritt: 20,- / ermäßigt 15,-

*Lukas-Kirche, 19.30 Uhr***Michael: Erzengel des Lichtes**

Eine Betrachtung der Michaeli-Epistel

*Michaels-Kirche, 19.30 Uhr***Michaels Wirken für den Menschen: Der Sturz der Geister der Finsternis in den Bildern der Apokalypse**

(Kap. 12), Vortrag Uwe Sondermann

Freitag, 2. Oktober*Hof Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, 16.00–20.30***Freitagsbacken wie die Profis**

info@birtekruse.com

*Rudolf Steiner Haus, 19.00 Uhr***Psychologossophie – Ein selbstschöpferischer Akt der Seele**

Einführung und Austausch mit Marion von der Wense. Mehr unter www.biographieatelier.de/ Psychologossophie. Anmeldung erbeten unter marionvonderwense@gmx.net

*Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr***Weltenweiter Wanderer**

Konzert mit Marret Winger und Henning Lucius. Eintritt: 18,-, ermäßigt 12,-

*TONaLi SAAL, 19.30***Pillow Talk**

Liedstadt Festival. Katrina Paula Felsberga und Justine Eckhaut singen wie in einem intimen Gespräch unter besten Freundinnen von Verliebtheit, Sehnsucht und emotionaler Nähe.

*Christengemeinschaft HH-Volksdorf, Rögeneck 25, 19.30 Uhr***Trubadur – die poetische der Kunst der schwedischen Barden der Neuzeit.**

Ein Abend mit stimmungsvoller herbstlicher Musik des 19. und 20. Jahrhunderts, voller Lieder von den weiten Wäldern und Kohlenmeilern eines stillen, armutsvollen Landes. In die Inhalte wird eingeführt und ein Textheft mit Übersetzungen angeboten. David Plum, Gitarre und Gesang, Valentin Dübbers, Violine. Der Eintritt ist frei – ein angemessener Beitrag wird erbeten.

02. / 03. Oktober*Rudolf Steiner Haus, Fr 19.30 Uhr / Sa 10.00 – 18.00 Uhr***Michael und die Seinen – im Lichte der Alster**

Vortrag, Seminar und Inspirationswanderung mit Dirk Kruse, Steffen Hartmann und Almuth Steffens. Seminargebühr: 80,-, Ermäßigung möglich. Werkstatt für Anthroposophie

3.– 4. Oktober*Hof Gut Wulfsdorf, Ahrensburg,***Pferden angstfrei begegnen**

info@horsemanship-hamburg.de

Sonntag, 4. Oktober*Lukas-Kirche, 10.00 Uhr***„Singender Sonntag“**

10.00 Uhr Offenes Ansingen der Lieder, um 9.30 Uhr im großen Saal. 11.20 Uhr Familienfeier und Sonntagshandlung für die Kinder

*Johannes-Kirche, 11.15 Uhr***Kirchencafé***Markus-Gemeinde Harburg, 11.15 Uhr***Sonntagshandlung und Gemeindefrühstück***Lukas-Kirche, 11.15 Uhr***Gemeindeforum***Michaels-Kirche, 11.15 Uhr***Sonntagshandlung und Michaelifest für Kinder und Erwachsene****Montag, 5. Oktober***Rudolf Steiner Haus, 18.00 – 19.00 Uhr***Meditation und inneres Leben. Übungen zur inneren Stärkung**

Die Seele als Schauplatz geistiger Wirkungen und Wesen. Seminar mit Matthias Bölts, Richtsatz je Abend: 10,- Anthroposophische Gesellschaft – Zweig am Montag

*Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft Bergstedt, Kaudiekskamp 6a, 19–20.30***Supervisions- und Interventions-Gruppe**

zur waldorforientierten Pentagramm-Traumapädagogik und -Traumatherapie – Fortgeschrittenen-Gruppe I. Anmeldung und Auskunft: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Kostenbeitrag: 20,- Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

Mittwoch, 7. 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/> lehrer-in-werden/fuer-interessierte/infotage/ Wir stellen Ihnen den besonderen Beruf "Waldorflehrer*in" vor.

*Institut Diogenes, Kleine Bahnstr. 1, 22525 Hamburg, 19–20.30 Uhr***Immer diese Hormone**

Ein ganzheitlicher Blick auf die Wechseljahre bei Frauen und Männern, Therapiekonzepte der anthrop. Medizin auf Basis von Phytotherapie und der Behandlung mit bioidentischen Hormonen. 12,- Beitrag, Anmeldung info@institut-diogenes.de oder 040-851 792 680

*Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr***Michael und die Anthroposophie –**

Rudolf Steiners Wirken für den Zeitgeist Vortrag von Vike von Behr, Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus

Donnerstag, 8. Oktober*Rudolf Steiner Haus, 19.00 Uhr***Was ist eine zeitgemäße Spiritualität?**

Der Ort der Anthroposophie im spirituellen Feld. Vortrag von Wolfgang Müller. Eintritt: 15,-, ermäßigt 10,-

*TONaLi SAAL, 19.30***isaCommunity26**

in Concert

*Markus-Gemeinde Harburg, 20.00 Uhr***Das Menschenherz dem Licht bereiten**

Betrachtungen zur Michaeli-Epistel mit T. Hattenhauer



Foto: privat

Privatpraxis
Andrea Diehl

Immer diese Hormone

Ein ganzheitlicher Blick auf die Wechseljahre bei Frauen und Männern

Therapiekonzepte der anthroposophischen Medizin auf Basis von Phytotherapie und der Behandlung mit bioidentischen Hormonen
Wir freuen uns auf einen Dialog mit Ihnen

7. Oktober
19.00 - 20.30 Uhr

Ein Vortrag von Andrea Diehl
Fachärztin für Allgemeinmedizin
& Anthroposophische Medizin
Sauerbrücken

12 € Beitrag
Anmeldung:
E-Mail: info@institut-diogenes.de
Tel: 040 - 851 792 680
Adresse:
Kleine Bohnstraße 1
22625 Hamburg

**INSTITUT
DIOGENES**

Freitag, 9. Oktober

Hof Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, 10:00–14:00
Saft pressen
www.saft-mobile.de

Hof Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, 15:00–18:00
Wulfsdorfer Genusstour
veranstaltungen@gutwulfsdorf.de

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 Buchillustrati-

on (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, 19:30 Uhr

Crossing Bridges – Grenzenlose Klänge
Debütkonzert des Vocoder-Ensembles mit ihrem neuen Programm. Eintritt: 20,-, ermäßigt 15,- MenschMusik Hamburg



Freitag, 9. und Samstag, 10. Oktober

Rudolf Steiner Schule Wandsbek im großen Saal,
Uhrzeit bitte erfragen
Theateraufführung der Klasse 8b

Freitag, 9. und Samstag, 10. Oktober

Christophorus Schule, jeweils 19 Uhr
„Leonce & Lena“
Klassenspiel der 12. Klasse

Samstag, 10. Oktober

Hof Gut Wulfsdorf, Ahrensburg, 10:00–13:00
Präparatetag
Anm. Johannes Hommes 04102-564 08

Hof Wörme, Im Dorf 20, Handeloh, 9:00 17:00
Wörme Wuppt
Wir freuen uns auf einen gemeinsamen Arbeitseinsatz, ein gemeinsames Mittagessen.
Anm.: info@hofwoerme.de an.

Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft Bergstedt, Kaudiekskamp 6a, 10 Uhr und um 11:45
Supervisions- und Intervisions-Gruppe
zur waldorforientierten Pentagramm-Traumapädagogik und -Traumatherapie – Fortge-

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

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 0176-4017 6554; brigitte.olle@web.de oder Christine Pflug 040/410 41 71; C.Pflug@web.de



File:Odilon Redon - Saint George and the Dragon - BF2093 - Barnes Foundation.jpg Public Domain wikimedia commons. Created: 1910

Sonntag, 11. Oktober

Lukas-Kirche, 11.15 Uhr

Stationen auf dem Wege zur Freiheit. Vortrag über Dietrich Bonhoeffer
(Artikel dazu im Gemeindebrief) Marret Win-ger, Hamburg

Michaels-Kirche, 11.15 Uhr

Michaels Kampf gegen den Drachen im 21. Jahrhundert
Vortrag Vicke von Behr, Pf. i.R., Berlin

Johannes-Kirche, 11:45 Uhr
Gemeinde im Gespräch
Näheres im Gemeindebrief

Markus-Gemeinde Harburg, 11.45 Uhr
Michaeli-Fest
für die ganze Gemeinde

**Waldorfkindergarten Bad Oldesloe,
Rümpeler Weg 31, 23843 Bad Oldesloe**

**Selbstbestimmte Zeit, Wertschätzung,
familiäre Gemeinschaft, Kreativität machen
unsere 2-gruppigen Waldorfkindergarten
besonders.**

Wenn Sie (m/w/d) sich vorstellen können, unser Kollegium ab sofort - befristet als Vertretung im Rahmen von Mutterschutz und Elternzeit - zu ergänzen, freuen wir uns auf Ihre Bewerbung für eine Tätigkeit als Fachkraft (30 – 35 h/Woche) zur Unterstützung in unseren Elementargruppen. Eine 4-Tage-Woche ist möglich.

Eine abgeschlossene Ausbildung zum/zur SPA / Erzieher:in/Heilpädagog:in und Interesse an der Waldorfpädagogik sind Voraussetzungen. Die Eingruppierung erfolgt nach TvÖD S+E.

Senden Sie Ihre Bewerbung bitte an
info@waldorfkindergarten-oldesloe.de
zu Händen Frau Lüneburg.

Friedrich- Robbe- Institut, von 12:00- 17:00 Uhr
Basar

Neben dem Verkauf schöner Dinge, Bastel- und Kaffeestuben stellen sich auch Nachfolge-einrichtungen vor.

Rudolf Steiner Haus, 15:00 Uhr

Die drei Orangen
Märchenspiel mit Musik von der Puppenbühne Zaubernuss für Kinder ab 4 Jahren. Dauer: 30 Minuten. Eintritt: 10,-, Kinder 7,-

Montag, 12. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 18:00 – 19:00 Uhr
Meditation und inneres Leben. Über die Verbindung mit helfenden Wesen
Die Seele als Schauplatz geistiger Wirkungen und Wesen. Seminar mit Matthias Böltz, Richtsatz je Abend: 10,- Anthroposophische Gesellschaft – Zweig am Montag

Termine

Rudolf Steiner Buchhandlung, 19.00 Uhr

Rudolf Steiner lesen in der Buchhandlung

Jeder ist herzlich eingeladen. Nimmt sich ein Buch und darf einfach lesen. Nach ca. 45 Minuten kann, wer will, darüber sprechen, was er als Frage hat oder was er mitteilen möchte. Jeden 2. Montag im Monat. 12. Oktober/ 9. November 2026 um 19:00 Uhr.

12. – 16. Oktober

Hof Wörme, Im Dorf 20, Handeloh,

Herbstcamp Naturpark Lüneburger Heide

für Kinder und Jugendliche zwischen 11 und 14 Jahren aus den Landkreisen Harburg, Lüneburg und Heidekreis sowie der Stadt Lüneburg. bne@naturpark-lueneburger-heide.de, Tel.: 04171 693 9786

Dienstag, 13. Oktober

Johannes-Kirche, 16:30 – 18:00

Michaeli feiern

Näheres im Gemeindebrief

Rudolf Steiner Haus, 19:00 Uhr

Musikkabarett „Ich verstehe was, was Du nicht sagst“ – Ein Abend über Kommunikation.

Judith Jakob und Melanie Haupt werden hintergründig-humorvoll die Tücken unserer Kommunikation auf die Bühne bringen. Eintritt bis 13.09.: 26,-, danach 30,-



Mittwoch, 14. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Metamorphosen des Seelenlebens

Die Mission der Wahrheit. Vortrag und Gespräch mit Robert Jankowski, Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus

Markus-Gemeinde Harburg, 20.00 Uhr

Religionskreis mit Abendandacht

Thema: Trinität und andere Dreieiten

Donnerstag, 15. Oktober

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

Meine Gesundheit selbst in die Hand nehmen. Das Motiv von Krankheit und Heilung im Parzivalepos

Dr. med. Christoph Bernhardt, PATIENTENINITIATIVE IN LÜNEBURG In Kooperation mit GESUNDHEIT AKTIV. GESUNDHEITSWERKSTATT. Wir bitten um eine Spende. Kontakt E-Mail: g.schmidt@akka-bau.de



"Parzivals Traum" Margret Hofheinz-Döring / Galerie Brigitte Mauch Göppingen, CC BY-SA 3.0 <<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>>, via Wikimedia Commons

Lukas-Kirche, 19.30 Uhr

„Und das Wort ist Fleisch geworden“

Vortrag von Jörgen Day, Pfarrer (Artikel dazu im Gemeindebrief)

Freitag, 16. Oktober

Markus-Gemeinde Harburg, 9.30 Uhr

Die Michael-Imagination

(Vortrag vom 5. Oktober 1923, GA229) Gemeinsames Lesen und Gespräch

Ort: Lukas-Kirche Volksdorf, Rögeneck 25, 22359 Hamburg 18:30-20:30

Offene Fortbildungsgruppe „Ohne Wurzeln keine Flügel“ – Modul VIII: „Lebenspartnerschaften“

Systemische Aufstellungsarbeit für Traumapädagog*innen und Traumatherapeut*innen – mit Annette Horster-Schepermann, Anne Leucht und Hermann Horster, Anm.: Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann 23994758. Kostenbeitrag: 40,- (oder 10er-Karte 240,-) Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg

Rudolf Steiner Buchhandlung, 19:00 Uhr

Mascha Kaleko – Nimm deinen Mantel von der Wand und wandre

Mascha Kaleko, jüdische Dichterin des 20. Jahrhunderts, gilt als eine „eigenwillige Einzelpersone in der deutschen Literatur“. Ihre Poesie lebt zwischen Witz und Melancholie, Lyrik und Satire, zwischen bitteren und zärtlichen Rhythmen und Reimen. Ein Blick auf Leben und Dichten der Mascha Kaleko in Wort und Klang mit Sophia Usadel (Cello) und Roswitha Meyer-Wahl (Schauspielerinnen)

Rudolf Steiner Schule Wandsbek, 19:00, Saal

Ein Deutsches Requiem von Johannes Brahms

Eltern- und Freunde-Chor der Rudolf-Steiner-Schule Hamburg-Wandsbek. Jugend-Sinfonieorchester Ahrensburg, Sopran: Julia Alexandra Deinert, Bariton: Andreas Heinemeyer. Assistenz: Haruka Kinoshita. Leitung: Maxine Stenford. Karten: 15,- / Schüler*innen ermäßigt: 5,- Im Vorverkauf erhalten Sie die Karten auf unserem Kartenportal. Die Abendkasse öffnet eine Stunde vor Veranstaltungsbeginn.

Schule als Lebensraum

Gesunder Ganztag

ist weit mehr als Betreuung:
Er schafft einen Lebensraum,
in dem Lernen, Bewegung,
Kreativität und Gemeinschaft
miteinander verbunden werden.

Inhalte der Weiterbildung:

- Rhythmus & Tagesgestaltung
- Bewegung & Sinnespflege
- Kunst & Handwerk
- Gemeinschaft & Inklusion
- Zusammenarbeit

Start
Frühjahr
2027

Für Fachkräfte und
Quereinsteiger:innen im
Hort/Gesunder Ganztag
an Waldorfschulen

Beratung und Anmeldung:
Anne-Kathrin Hantel
Tel.: +49 (0)170 - 7 30 86 97

Weiterbildungen

Samstag, 17. Oktober

Rudolf Steiner Buchhandlung Rothenbaumchaussee 103, 16.00 – 18.00 Uhr

Gesundheit ist unser aller Verantwortung – was fordert unsere Zeit?

Wir laden herzlich ein zu unserem Café der Begegnung & Gesundheit. Die Gesundheitslotsinnen Angela (Fleckenstein), Birgit (Volkering) und Christine (Laude) vom Verein Gesundheit-Aktiv-nord e.V. Anm.: info@gesundheit-aktiv-nord.de

Tonali Seminar, 19.30

„Diamanten“

Buchvorstellung und Gespräch. Für die Shortlist des Harbour Front Debütpreises 2026 ausgewählt.

Sonntag, 18. Oktober

Markus-Gemeinde Harburg, 10.00 Uhr

Sonntagswerkstatt
(Kinderbetreuung)

Lukas-Kirche, 12.00 Uhr

Midissage der Ausstellung „Impressionen aus Japan“

von Dirk Beckedorf



ZusammenLeben, Wohldorfer Damm 20, 17:00 Uhr

Konzert mit dem Ensemble Flûtes en bloc "Feurige Musik für kühle Herbsttage"

Musik für 3 Blockflötistinnen mit 30 Blockflöten aus 3 Jahrhunderten" Eintritt: 15,- / ermäßigt 10,-. Kaffee, Tee & Kuchen ab 16:30 Uhr

Montag, 19. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 19:00 Uhr

Ein Weg zu den Zwölf Stimmungen

Buchtaufe in memoriam Bernd Lampe. Vorträge und Musik mit Christine Lampe, Matthias Böls und Steffen Hartmann. Eintritt frei, Spenden erbeten. Anthroposophische Gesellschaft – Zweig am Montag in Kooperation mit Werkstatt für Anthroposophie

19. bis 23. Oktober

Priesterseminar, Montag, 16:00 Uhr bis Freitag, 12:45 Uhr

Glauben – Vertrauen – Zuversicht

Offene Kurswoche. Eine Haltung in unsicheren Zeiten. – Worauf will ich mein Vertrauen gründen? – Ist Zuversicht lernbar? – Kann ich mitten im Streit eine friedvolle Haltung finden? Menschenweihehandlung – Frühstück – Kursstunden – Vitaleurythmie. Seminarzeiten (Dienstag – Donnerstag): 8:00 – 16:30 Uhr. 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, 20. Oktober

TONALI SAAL, 19.30

Yidische Lider mit Michael Alpert & Daniel Kahn

zwei der renommiertesten Vertreter der jiddischen Musik live im Duo.

Mittwoch, 21. Oktober

Hof Wörme, Im Dorf 20, Handeloh, 19:30 – 20:30

Tanzabend

Wir laden Dich ein zu einem bunten Tanzabend mit Tanz, Bewegung und Musik aus aller Welt.

Stüffel 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

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Metamorphosen des Seelenlebens

Die Mission der Andacht. Vortrag und Gespräch mit Joachim Heppner, Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus

Freitag, 23. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Punkt – Raum – Gegenraum

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

Sonntag, 25. Oktober

Ort: Waldorfkindergarten Wedel, 9:30 Uhr–18.00 Uhr

Biographia. Mein Lebensweg. Quelle von Kraft und Zukunft

Anmeldung: kontakt@danielawitzleben.de, Tel.: 015209134067. Veranstalter: Isis- Institut-Hamburg. Kosten: 80,-inkl. Material

Michaels-Kirche, 11.15 Uhr

Betrachtungen zur Menschenweihehandlung
die Kommunion

Markus-Gemeinde Harburg, 11.45 Uhr

Religionsunterricht
in der Gemeinde

Rhythmische Einreibung
nach Wegman/Hauschka

Philipp Martin
Heilpraktiker

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

Montag, 26. Oktober

TONALI SAAL, 19.30

Robert Schumanns „Lyrisches Intermezzo“

nach Gedichten von Heinrich Heine. Die beiden niederländischen Künstler widmen sich der Originalversion des Robert Schumann Zyklus >Dichterliebe<

Dienstag, 27. Oktober

Johannes-Kirche, 18:00 – 19:30

Das Religionsgespräch: Das jüdische Gottesbild

mit Landesrabbiner Shlomo Bistritzky (Gast), Michael Malert und Ulrich Meier (Moderation), Näheres im Gemeindebrief

Mittwoch, 28. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Metamorphosen des Seelenlebens

Der menschliche Charakter. Vortrag und Gespräch mit Frederike von Dall'Armi und Renate von Hörsten, Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus



Wenn die Seele wieder atmet

Meditativ-spirituelle Eurythmie
ab 9. September

Mittwochs von 17.00 – 18.00 Uhr mit **Almuth Steffens**
im Gartensaal der Johanneskirche, Johnsallee 15-17

Freitag, 30. Oktober

TONALI SAAL, 19.30

Im Leuchtturm durch die Zeit

Nach wahren Begebenheiten, mit Johannes Kirchberg

Rudolf Steiner Haus, 20:00 Uhr

"Es wird sein und ist schon jetzt". Was uns die Bilder der Apokalypse bedeuten können

Vortrag mit Joachim Paulus. Eintritt: 15,-, ermäßigt 10,- Arbeitszentrum Nord

30. Oktober – 1. November

Hof Wörme, Im Dorf 20, Handeloh, Freitag, 18:00 – Sonntag, 15:00

Gesundheit & Erziehung – Kinder in der digitalen Gegenwart

Wochenendseminar mit Dr. Karin Michael. Wir laden zu einem Vortrag und einem Wochenendseminar zum Thema Gesundheit, Kindererziehung und Medien ein – organisiert von der JAN-Initiative.

Samstag, 31. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 15:00 – 18:00 Uhr

Heileurythmie-Seminar

Wilburg Keller Roth und Iona Wenerschou. Teilnahmegebühr: 40,-. Anmeldung unter: wenerschou@web.de, Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus

Rudolf Steiner Haus, 19:00 Uhr

Lesen lernen in der Weltenschrift der Aristotelischen Kategorien

Vortrag von Wilburg Keller Roth. Eintritt frei, Spenden erbeten, Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus

Hof Klostersee, Cismar, um 19:30 im Haupthaus

Folky June

Folky June – Drei Frauen, drei Stimmen, 22 ½ Saiten und Liebe auf den ersten Ton. Folk-, Americana-, Oldtime- & Bluegrassmusik mit Gitarre, Mandoline, Fiddle, Banjo und harmonischem Gesang eine bewegende Klangerfahrung.

Anfang November

Sonntag, 1. November

Johannes-Kirche, 11:15 Uhr

Kirchencafé

Markus-Gemeinde Harburg, 11.15 Uhr

Sonntagsfeier und Gemeindefrühstück

Lukas-Kirche, 11.15 Uhr nach der Menschenweihandlung

Café da Luca

mit Antiquariat; Kuchen und Salatpenden sind willkommen! Kontakt: Heinrike Müller, Tel. 670 47726. 11.20 Uhr Familienfeier und Sonntagshandlung für die Kinder; anschließend Potluck

Michaels-Kirche, 11.15 Uhr

Die Begleitung der Sterbenden

– Beichte, Krankenkommunion, Letzte Ölung; Einleitung und Gespräch

Dienstag, 3. November

Waldorfschule HH-Bergstedt, Bergstedter Chaussee 207, Musiksaal, 19.00

Vortrag von Eckart Böhmer: Kaspar Hausers dreifache Liebestat

Eintritt frei, Spenden erbeten, Veran.: Lesing-Zweig

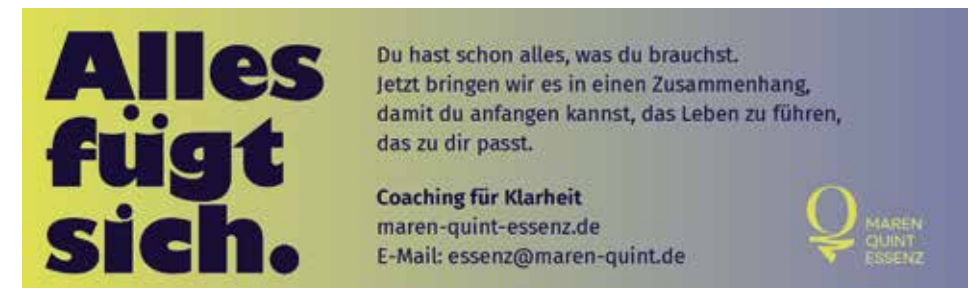


Mittwoch, 4. November

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.



Alles fügt sich.

Du hast schon alles, was du brauchst. Jetzt bringen wir es in einen Zusammenhang, damit du anfangen kannst, das Leben zu führen, das zu dir passt.

Coaching für Klarheit
maren-quint-essenz.de
E-Mail: essenz@maren-quint.de

MAREN QUINT ESSENZ



Privatpraxis Andrea Diehl

Ein anderer Blick auf das Herz

Ist das Herz nur eine Pumpe?

Ein anthroposophischer Blick auf Diagnose und integrative Therapien

4. November
19.00 - 20.30 Uhr

Ein Vortrag von Andrea Diehl
Fachärztin für Allgemeinmedizin & Anthroposophische Medizin
Saarbrücken

12 € Beitrag
Anmeldung:
E-Mail: info@institut-diogenes.de
Tel: 040 - 851 792 680
Adresse:
Kleine Bahnstraße 1
22525 Hamburg

INSTITUT DIOGENES

Ort: GLS Bank Hamburg, Düsternstraße 10, 20355 Hamburg, 18:00 – 20:00 Uhr. Einlass ab 17:30 Uhr
„Zusammen – Geht so der Weg aus der Klimakrise?“

Eine Filmvorführung im Rahmen der Fair Finance Week in Hamburg. Der neueste Film von Ronja und Niklas von Wurmb-Seibel erzählt die Geschichte eines ambitionierten Bürgerrats zum Klimaschutz in Erlangen. Anmeldung bis Mi., 4. Nov.

Termine

Rudolf Steiner Buchhandlung, 19:00Uhr

Stadt- Land - Zukunft

Wir freuen uns, dass wir wieder Besuch vom Hof Wörme haben. Wir können teilnehmen, was es bedeutet, wenn ein Demeterhof aus langjähriger Tradition in eine lebendige Hofgemeinschaft sich umwandelt. Um dieses nicht nur im Ideellen auszutauschen, sondern auch in eine konkrete Mitverantwortung zu gehen, laden wir herzlich zu einem gemeinsamen Abend ein.

Institut Diogenes, Kleine Bahnstr. 1, 22525 Hamburg, 19-20.30 Uhr

EIN ANDERER BLICK AUF DAS HERZ - Ist das Herz nur eine Pumpe?

Ein anthroposophischer Blick auf Diagnose und integrative Therapien. Vortrag Andrea Diehl, Fachärztin für Allgemeinmedizin & Anthroposophische Medizin, Saarbrücken. 12,- Beitrag, Anmeldung info@institut-diogenes.de oder 040-851 792 680

Rudolf Steiner Haus, 19:30 Uhr

Metamorphosen des Seelenlebens

Lachen und Weinen Vortrag und Gespräch mit Anja Reglin, Anthroposophische Gesellschaft – Sophia-Zweig am Rudolf Steiner Haus

Markus-Gemeinde Harburg, 20.00 Uhr

Musikalische Lesung

Fragmentarisches zum Lebenslauf. Heike Rols-hoven (Lesung), Marlies Hartung (Musik)

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

Foto: Christine Pflug





am Samstag, den 7.11.2026,
von 11-17 Uhr endlich wieder ein

Martins Markt in Hamfelde

Geplant ist ein fröhlich-buntes Herbstfest für Groß und Klein – warm, lebendig, duftend nach Feuer, Punsch und frisch gebackenen Waffeln. Es wird zwei gemütliche Cafés geben, einen Punschstand, Gastronomieangebote unter der Obhut unseres Ahrensburger Robben Cafés, knisternde Feuerkörbe und Singen am Feuer, viele Mitmachangebote für Kinder und natürlich die handgearbeiteten Produkte aus unseren Werkstätten – liebevoll gefertigt, einzigartig und besonders. Laternelaufen gibt es in diesem Jahr (noch) nicht, aber dafür ganz viel anderes zum Staunen und Mitmachen.

Neuer Workshop Biograficarbeit im Lebenshaus®

An drei Nachmittagen steigen Sie in einer kleinen Gruppe in wertvolle Grundlagen der allgemein menschlichen Biographie und in Ihre eigene ein. In einer Bewegung pendelnd zwischen wertschätzender Gruppendynamik und individuellen inneren Prozessen, kann Neues wachsen. Unvorhersehbar und offen in die Zukunft hinein. Am Ende halten Sie Ihr Lebenshaus in Bildern in den Händen und sind sich selbst und Ihrem inneren Lebensstrom ein gutes Stück nähergekommen:

Sich mit dem eigenen Werden in der Tiefe zu verbinden und Zusammenhänge zu erfahren, kann Zukunftsräume zu öffnen. Die Arbeit mit dem Lebenshaus® ist ein besonderer Weg, die verschiedenen Räume des Werdens zu visualisieren und in manchmal überraschender Prägung zu erfahren. Durch für die Lebensstufen spezifisch ausgearbeitete Malmotive, zeigen sich ergänzend häufig die "eigentlichen" Themen. Am Ende der gemeinsamen Zeit halten sie in diesen Bildern Ihr Lebenshaus in den Händen. Für Eigenarbeit und innere Prozesse sollten Sie etwas Raum haben.

Wann: 7.11., 8.11. und 21.11. 2026 jeweils von 14 Uhr - ca. 16 Uhr

Wo: Therapeutikum Hamburg-West (Praxis Klimpel), Langelohstr. 134

Kosten: Gesamtpaket 140 Euro (inkl. Skript zum Inhalt), Ermäßigung möglich!

Anmeldung bis zum 25. Oktober marionvonderwense@gmx.net

Mehr unter www.biographieatelier.de

Kaspar Hausers dreifache Liebestat



ein Vortrag von Eckart Böhmer, Ansbach

Kaspar Hauser (1812 -1833) ist eine außerordentlich komplexe Wesenheit, die der größte Rechtsgelehrte der Goethezeit, Anselm Ritter von Feuerbach, als „die wie in Person erscheinende Wahrheit selbst“ empfand! Doch die erfüllte Mission des „Kindes von Europa“, wie Kaspar Hauser bereits zu Lebzeiten genannt wurde, ist schwer zu greifen, da nicht irdisch messbar. Sie gründet in einem dreifachen Liebesopfer, das durch seine Innigkeit Größtes aufrecht zu erhalten vermochte, den werdenden Menschen an sich.

Eckart Böhmer, Ansbach

Intendant der Kaspar-Hauser-Festspiele, Theaterregisseur, Referent und Autor

wurde 1966 in Santiago de Chile geboren. Über den Beruf des Vaters (Dozent am Goethe-Institut) waren die Eltern nach Südamerika gekommen. Es folgten Frankreich, Marokko, Deutschland und Brasilien. Bereits 1986 hält er die Abiturrede in Sao Paulo über Kaspar Hauser. Nach dem Studium der Theaterregie in Ulm Gründung eines eigenen Theaters bei Ansbach. 1998 ruft er die Kaspar-Hauser-Festspiele in Ansbach ins Leben, deren Intendant er ist. Die Kulturveranstaltung hat zum Ziel, das umfassende Ereignis in und um Kaspar Hauser zu erkennen und anzuerkennen, um ihn somit in die ihm gebührende Weite zu stellen. Alle Künste und Wissenschaften, die sich aufrichtig dem „Kind Europas“ annehmen, gehen in dieser einzigartigen Kulturveranstaltung Hand in Hand. Er selbst brachte bisher zwölf eigene Kaspar-Hauser-Inszenierungen auf die Bühne. Neben seiner Intendanz ist er gefragter Vortragsreisender. In zwölf aufeinander aufbauenden Vorträgen zeigt er das Phänomen Kaspar Hauser in all seiner Weite auf. 2016 gründete er den Kaspar-Hauser-Forschungskreis, nachdem er den Nachlass von Dr. Hermann Pies sowie die umfangreichen Materialien von Johannes Mayer (Stuttgart) übertragen bekommen hatte. 2018 erhält er für sein jahrzehntelanges Wirken für Kaspar Hauser den Kulturpreis der Stadt Ansbach.

03. November 2026 19.00

Rudolf Steiner Schule, HH-Bergstedt, Bergstedter Chaussee 207 Musiksaal, 1. Stock
Eintritt frei, Spenden erbeten



Energie- und Heilarbeit nach Dr. Barbara Brennan

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

Hans-Joachim Seidel

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



Familienaufstellung –

10 teilige Selbsterfahrungsgruppe

Beginn neuer Zyklus: Freitag 08.01.2027,
Neuzugänge willkommen

Leitung: Barbara Heeb, Heilpraktikerin
für Psychotherapie

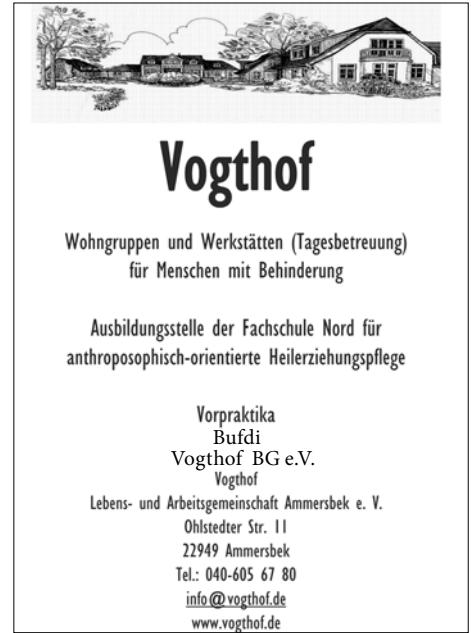
Zeit: 18:30-20:30

Ort: Rögeneck 25, Lukas-Kirche Volksdorf,
Hamburg-Volksdorf

Anmeldung und Auskunft:

Barbara Heeb 040/6777983 www.therapie-be-ratung-barmbek.de Dipl.-Psych. A. Horster-Schepermann

Veranstalter: Isis-Institut-Hamburg



hinweis

Hier könnte
Ihre
Anzeige
stehen*

(Anzeigen sind in Farbe
und in s/w möglich)

Rufen Sie doch an oder schicken
Sie eine Mail.

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

* z.B. 100 x 120 mm hoch 100 x 120 mm

Haus am Ottenbeck

Dauernde Angebote

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

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

*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

Anthroposophische Gesellschaft

- Anthroposophische Gesellschaft in Deutschland, Arbeitszentrum Nord, Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, Fon 41 33 16-22
- Sophia Zweig am Rudolf Steiner Haus Hamburg, mittwochs von 15 - 18 Uhr, zarsth-s@t-online.de, Tel: 41 33 16-21
- Zentrale Leihbibliothek am R S H Tel: 41 33 16-24, Mi 16 - 19 h. bibliothek@anthrohamburg.de
- Anthroposophische Gesellschaft Lessing-Zweig HH-Bergstedt, Bergstedter Chaussee 207, 22395 HH, Auskunft Gesa Butin, 0406011938
- Anthroposophische Gesellschaft Manes-Zweig, Rothenbaumchaussee 103, (in der Rudolf Steiner Buchhandlung) 20148 HH, Zweigbüro T: 040 539 43 94 (AB)
- Anthroposophische Gesellschaft Michael-Zweig Elmshorn, Auskunft: Anne-Lene Lamke, 04128-1289
- Anthroposophische Gesellschaft Novalis-Zweig Hamburg-Bergedorf, Georg Huisgen T. 040-64 53 87 40.
- Anthroposophische Gesellschaft Raphael-Zweig Ahrensburg, Tobiashaus, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, Auskunft: Dr. Wolfgang Reißmann, Tel. 04102-7776844
- Anthroposophische Gesellschaft, Zweig am Montag Hamburg, Mittelweg 11-12, 20148 HH, Auskunft: M. Böls, T: 040/4131620
- Arbeitsgruppe an der Michael-Schule in Harburg, Wöllmerstr. 1, 21075 Hamburg. Auskunft: Christoph Sträßner, Tel. 040/41542773; Ingrid Bartels, Tel. 04183/776044
- Arbeitsgruppe Travenbrück, Harald Nowka T: 04531-188 063
- Arbeitsgruppe Itzehoe, verantwortl.: Maja Schultz, Tel. 04821-712 10
- Arbeitsgruppe Kaltenkirchen, Auskunft: Carol Stockmar, Tel: 04191-3206 + Jutta Schumacher, Tel: 04191-1558
- Arbeitsgruppe Rellingen, Auskunft: Peter Drescher, Tel: 04122-52493
- Arbeitsgruppe Stade, Auskunft: Ursula Peters, Tel: 04141-826 69

Altenpflege

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

Bildende Kunst

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

Die Christengemeinschaft

- Johannes-Kirche, Johnsallee 15/17, 20148 HH, Tel. 41 30 86-0, Die. und Do. 9:00-13:00 Uhr, <https://christengemeinschaft.de/hamburg-mitte/>
- Lukas-Kirche, Rögeneck 23/25, 22359 Hamburg, Tel. 603 29010
- Michaels-Kirche, Schenefelder Landstr. 38, 22587 Hamburg, Tel. 86 03 26, hamburg-blankenese@christengemeinschaft.org
- Markus-Gemeinde in Hamburg-Harburg, Heimfelder Str. 67, 21075 Hamburg, Tel. 49208016
- Magdalena-Gemeinde, Bergedorf-Lüneburg-Wendland, Brookkehre 12, 21029 Hamburg, Tel.: 040/ 30 71 61 20
- Gemeinde in Ahrensburg, Kapelle im Tobias-Haus, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg
- Gemeinde Südwest-Holstein, Ansgarstr. 103, 25336 Elmshorn, Tel.: Jens Lührs: 0176-4888 6848
- Die PilgerBrücke, Forum für Pilgern, Begegnung und Seelsorge, Mittelweg 13, 20148 Hamburg, diepilgerbruecke@christengemeinschaft.org
- Lazarus-Kapelle, (Mika-Rothfos-Stiftung), Vogt-Kölln-Str. 155, 22527 Hamburg, Tel. 571 44 941
- Priesterseminar Hamburg, Johnsallee 17, 20148 HH, T: 334 555 80
- Die Christengemeinschaft in Norddeutschland, Verwaltung: Mittelweg 13, 20148 Hamburg, T: 040 41 30 861
- Verband der Sozialwerke der Christengemeinschaft e.V., Mittelweg 13, 20148 Hamburg, Tel.: 41330270
- Erzieherausbildung
- Waldorf Fach- und Berufsfachschule für Sozialpädagogik in Hamburg, Verein zur Förderung der Waldorfbildung Hamburg e. V., Hufnerstraße 20, 22083 Hamburg, Tel.: 040-535 489 06, www.waldorferzieher.de

Heilpädagogik und Sozialtherapie

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

- Haus Arild, Lübecker Str. 3, 23847 Bliestorf, Tel.: 04501/1890
- Haus Mignon, Christian-F. Hansen-Str. 5, 22609 Hamburg, Institut für ambulante Heilpädagogik und Frühförderung, Tel. 82 27 42 - 0, Seminar Mignon Tel. 82 27 42-11, Kinderhaus Mignon, Tel.: 82274210
- Haus Mignon Kindergarten — Integrationsgruppe und Heilpädagogische Gruppe, Christian-F.-Hansen-Str. 5, 22609 Hamburg, Tel. 82 27 42 10
- Mignon Segelschiffahrt e.V. Segelschiff Fortuna, Christian-F.-Hansen-Str. 5, 22609 HH, Tel. 8227 42 11
- Heilpädagogische Hofschule Wendisch Evern, Förderschulzweig der Rudolf Steiner Schule Lüneburg, Dorfstr. 15, 21403 Wendisch-Evern, Tel.: 04131-861070.
- Heilpädagogische Förderzentrum Friedrichshulde, Lindenallee 96, 22869 Schenefeld, Tel. 839 35 10
- Hermann-Jülich Werkgemeinschaft, Dorfstr. 27, 22929 Hamfelde, Tel. 0 41 54 / 84 38-0
- Hölderlin e.V. ambulante psychiatrische Vor- und Nachsorge, Kattjahren 4, 22359 Hamburg, Tel. 603 30 91 / 92 / 93
- Institut für ambulante Heilpädagogik und Psychotherapie, Langenberg 17, 21077 HH/Harburg, Tel. 760 70 01
- Kinderheim 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 Neeze, Tel.: 05850/97257-0
- Michael Schule Harburg, Waldorfschule für heilende Erziehung, Woellmerstraße 1, 21075 Hamburg, Tel.: 040 — 709 737 780, Fax: 040 — 709 737 78 19, Email: mail@michaelschule.net Internet: www.michaelschule.net
- Raphael-Schule, Schule für seelenpflege-bedürftige Kinder und Jugendliche e.V., Quellenthal 25, 22609 Hamburg, Tel. 81 99 26 40
- Humanopolis GmbH, Groß Malchau 50, 29597 Stoetze, www.humanopolis.de ; info@humanopolis.de, Tel.: 05872/99091-0
- Thorsmoerk, Sozialgemeinschaft für Lebens- und Arbeitsgestaltung e.V., Am Brink 7, 23919 Rondseshagen, T. 04544/1720
- Vogthof, Sozialtherapeutische Lebensgemeinschaft Ammersbek e.V., Ohlstedter Str. 11, 22949 Ammersbek, Tel. 040/6056780
- Werkgemeinschaft Bahrenhof e.V., Dorfstr. 6, 23845 Bahrenhof, Tel. 0 45 50 / 99 79 -0
- ZusammenLeben e.V. und ZusammenLeben GmbH, Angebote zum Wohnen und Arbeiten für Menschen mit Assistenzbedarf, Wohldorfer Damm 20, 22395 Hamburg, Tel. 040-604 00 36.

Kindergärten

- Freier Waldorfindergarten Meiendorf e.V., Meiendorfer Weg 77, 22145 Hamburg, Tel.: 040/ 66935190
www.waldorfindergarten-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, Iserbrook 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, Heimbürgstr. 4, 22609 HH, T. 82 74 46, susekoenigkindergarten.de
- Waldorfindergarten Nienstedten, Elbchaussee 366, 22609 Hamburg, Tel. 822 400 20
- Blankeneser Waldorfindergarten, Schenefelder Landstr. 34, 22587 Hamburg, Tel. 278 66 66 4 /-5
- Waldorfindergarten der Christengemeinschaft HH-Bergstedt, Bergstedter Chaussee 209, 22395 HH, T. 604 78 56
- Waldorfindergarten der Christengemeinschaft HH-Volksdorf, Rögeneck 23, 22359 Hamburg, T. 60382 73
- Waldorfindergarten Wandsbek, Rahlstedter Weg 60, 22159 Hamburg, Tel. 64 58 95 31

- Waldorfindergarten Bergedorf, 21037 Hamburg, Kirchwerder Landweg 2, Tel. 73 50 98 23, kindergarten@waldorf-bergedorf.de
- Waldorfindergarten Bergedorf, Brookkehre 12, 21029 Hamburg, Tel.: 20 97 14 75, kindergarten@waldorf-bergedorf.de
- Waldorfindergarten Ahrensburg, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, Tel. 0 41 02 / 596 15
- Waldorfindergarten Norderstedt, Friedrichsgaber Weg 244, 22846 Norderstedt, T. 040 - 32 59 544 40
- Waldorfindergarten Stade, Henning-von-Tresckow-Weg 2a, 21684 Stade, 04141 / 411 473 www.waldorfindergarten-stade.de
- Waldorfindergarten Nottensdorf, Bremers Garten 18a, 21640 Nottensdorf, Tel. 0 41 63 / 62 91
- Waldorfindergarten Kakenstorf, Lange Str. 2, 21255 Kakenstorf, Tel. 0 41 86 / 81 06
- Waldorfindergarten Bad Oldesloe, Rümpeler Weg 31, 23843 Bad Oldesloe, Tel.0 45 31 / 874 84
- Waldorfindergarten Rellingen, Jahnstr. 5, 25462 Rellingen, www.waldorfindergarten-rellingen.de, Tel. 0 41 01 / 20 77 77
- Waldorfindergarten Wedel, Am Redder 8, 22880 Wedel, Tel.: 04103/130 87
- Waldorfindergarten Neugraben, Falkenbergsweg 48, 21149 Hamburg, Tel.: 703 802 76
- Waldorfindergarten Elmshorn, Adenauerdamm 4, 25337 Elmshorn
- Waldorfindergarten Kaltenkirchen, Kisdorfer Weg 1, 24568 Kaltenkirchen
- Waldorfindergarten der Rudolf Steiner Schule Harburg, Ehestorfer Heuweg 82, 21149 HH, Tel. 79 71 81 24
- Waldorfindergarten Itzehoe, Am Kählerhof 6, 25524 Itzehoe, Tel.: 04821/84434
- Waldorfindergarten Tonndorf, Holstenhofstieg 11, 22041 Hamburg, Tel. 656 21 54
- Waldorfindergarten Bad Segeberg, Am Wege nach Stipsdorf 1, 23795 Bad Segeberg, Tel.: 04551/999171

Kulturinitiativen

- Domäne Fredeburg, KulturLandWirtschaft e.V., Domänenweg 1, 23909 Fredeburg, Tel. 04541-8621-31, vielseitiger Demeter-Hof, www.klws.de, www.domaene-fredeburg.de
- Hof Klostersee - biologisch-dynamische Landwirtschaft an der Ostsee. Hofbäckerei - Käserei - Hofladen & Cafe - Ferienvermietung - Altenwohnprojekt. Klostersee 1, 23743 Grömitz, 04366 884061 www.klostersee.org
- Hof Würme, Gemeinschafts- und Kulturhof in der Lüneburger Heide - biologisch-dynamische Landwirtschaft. Im Dorf 20, 21256 Würme / info@hofwoerme.de / www.hofwoerme.de
- Rudolf Steiner Haus Hamburg e.V., Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, Tel. 41 33 16-30, www.rudolf-steiner-haus.de

- Gärtnerhof am Stüffel e.V., Stüffel 12, 22395 Hamburg, Tel. 604 00 10 www.stueffel.de

Lehrerbildung

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

Medizinische Initiativen

- Institut Diogenes Hamburg e.V., Freies klinisch-therapeutisches Institut, Kleine Bahnstr. 1, 22525 Hamburg Tel.:040-85179268-0, Fax:040-85179268-21, info@institut-diogenes.org, www.institut-diogenes.de
- „Haus am Ottenbeck — ein Ort zur Stärkung seelisch-geistiger Kräfte“, Ottenbeck 1, 21684 Stade-Agathenburg, Tel.: 0162 866 5796, Email: info@haus-am-ottenbeck.de Homepage: www.haus-am-ottenbeck.de
- Herzscheule Hamburg: Jahreskurs für Menschen mit Herz- Kreislaufkrankungen; Kontakt: Brigida Stockmar, Tel.: 04102/706767, www.herzscheule-hamburg.de
- Isis-Institut-Hamburg - Institut für spirituell erweiterte integrative Traumapädagogik und Traumatherapie, c/o PPG Bergstedt, Kaudienskamp 6a, 22395 Hamburg, 040 - 239 94 758, www.isis-institut-hamburg.de
- Isis Verein für ganzheitliches Heilwesen e.V., Dr. Astrid Engelbrecht. Geschäftsstelle: Immenhorstweg 104 a, 22395 Hamburg. Telefon: 040 - 645 04 897, E-Mail: isis.verein@gmail.com, Webseite: www.isis-verein.de
- Lucia e.V., Pflege- und Betreuungsdienst, Rögeneck 25, 22359 Hamburg, Tel.: 533 27 083
- PHILIA Pflegedienst UG , Buchenring 65 , 22359 Hamburg-Armgard Brunotte, 0160 1771 532, info@philia-pflegedienst.de
- Regionalgruppe Nord Anthroposophischer Ärzte, Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, www.gaed-regio-nord.de
- Gesundheit Aktiv nord e.V., c/o Rudolf Steiner Haus, Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, Kontakt : 040 811340 . info@gesundheit-aktiv- nord.de. www.gesundheit-aktiv- nord.de

Musik

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

Schauspiel

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

Schulen

• Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) Waldorfpädagogik Hamburg e.V., Hufnerstraße 18, 22083 Hamburg, 040-88 88 86 20, info@waldorf-hh.de, www.waldorf-hh.de
 • Waldorf-Fach- und Berufsfachschule, Hufnerstraße 20, 22083 Hamburg, Fon: 040-535 489 06 www.waldorferzieher.de
 • Rudolf Steiner Schule Altona e.V., Bleickenallee 1, 22763 HH, mail@waldorfschule-altona.de; www.waldorfschule-altona.de, Tel. 410 099 3
 • Rudolf Steiner Schule Nienstedten, Elbchaussee 366, 22609 HH, Tel. 82 24 00 - 0
 • Rudolf Steiner Schule Bergstedt, Bergstedter Chaussee 207, 22395 HH, Tel. 040 607 757 30
 • Rudolf Steiner Schule Wandsbek, Rahlstedter Weg 60, 22159 HH, Tel. 645 89 50
 • Rudolf Steiner Schule Bergedorf, Am Brink 7, 21029 HH, Tel. 040 3009465-00
 • Rudolf Steiner Schule Harburg, Ehestorfer Heuweg 82, 21149 HH, Tel. 797 18 10
 • Christian Morgenstern Schule, Heinrichstr. 14a, 22769 Hamburg, Tel. 41 35 94 44, E-Mail: mail@innererstadt.de, www.christianmorgensternschule.de
 • Freie Waldorfschule Apensen, Auf dem Brink 49, 21641 Apensen, T.: 04167/699 74 80
 www.waldorfschule-apensen.de, 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. Heileurythmie, Rhythmische Massage, Kunsttherapie, Psychotherapie, Hausarztpraxis. Langelohstr. 134, 22549 Hamburg-Osdorf, Tel: 040-406905.
 • Therapeutikum Hamburg West e.V., Massagepraxis: Jürgensallee 47, 22609 HH, . Ambulante Krankenpflege: Langelohstr.134, 22 549 HH, Tel. : 040/ 85 41 3733, e-mail: therapeutikumhamburgwest@web.de

Sonstige Einrichtungen

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

Impressum

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

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

Hinweis Verlag, Christine Pflug; Mittelweg 147, 20148 Hamburg. Tel 040 / 410 41 71, e-mail: hinweis-hamburg@online.de. Redaktion: Christine Pflug, V.i.S.d.P. Christine Pflug.
 Herausgeber: Gemeinnützige Treuhandstelle Hamburg e.V., Mittelweg 147, 20148 Hamburg, Konto für Rechnungen und Abos: Christine Maria Pflug, IBAN DE 96 4306 0967 0029 0079 10, BIC GENODEM1GLS. Konto nur für Spenden: IBAN DE56430 609 6700 124 54 804, BIC GENODEM1 GLS Kontobez.: Gemeinnützige Treuhandstelle, Sonderkonto Hinweis.

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

Gerne mal vorbeigucken:
www.mediationundberatung.hamburg
 Grüße an alle Neugierigen!

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



Foto: Christine Pflug

hinweis

Ihr Abonnement

für monatlich Euro 2,-

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

Absenderangabe nicht vergessen!

hinweis

Ihre Kleinanzeige

kostet pro 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

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

Für die Oberuferer Weihnachtsspiele, die jährlich im Rudolf Steiner Haus aufgeführt werden, **suchen wir dringend viele schauspielreudige Mitgestalter**. Die Arbeit an der Sprache bildet die Grundlage für die Gestaltung der einzelnen Rollen. Die gesanglichen Umgänge im Saal lassen für alle eine harmonische Gemeinschaft entstehen. Probebeginn im September. **Aufführungen Paradeis- und (18 Uhr) Christgeburtsspiel (19.30 Uhr) 20.12.2026. Dreikönigsspiel 6.1.2027.** Leitung: Veronika Willich, T. 040/880 18 55 Mobil 0172-7869753. Sie können mich jederzeit anrufen.



Spargelfeld im Herbst. Foto: Christine Pflug

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

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



EFFENBERGER
VOLLKORN - BÄCKEREI

Das haben Sie gesucht:

Unser Roggenbrot

- Frisch geschrotetes Getreide
 - Sauerteig
 - Wasser
 - Salz
- sonst nichts.

100% Vollkorn.



Ihr Bäckermeister
Thomas Effenberger



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

www.effenberger-vollkornbaeckerei.de

A woman with long dark hair, wearing a beige knit beanie and a long-sleeved houndstooth dress, stands in a shallow stream. She is holding a bundle of dry sticks in her right hand. The background is a blurred natural setting with trees and rocks.

Maas.

ECHT. NATÜRLICH.
EINFACH SCHÖN.

ÖKOLOGISCHE MODE, FAIR-PRODUZIERT SEIT 1985

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

MAAS-NATUR.DE

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