

Editorial

**Hat Ihr Jahr gut angefangen? Konnten Sie in den Rauhnächten innehalten und Kraft für das Neue sammeln?**

**Es ist viel in Bewegung – äusserlich, was das grosse Weltgeschehen betrifft, aber auch im Innern unserer Schule. So werden z.B. einige Menschen gesucht, die sich des Themas «Bazar» neu annehmen, an Bewährtes anknüpfen können, aber auch viel Gestaltungsspielraum haben, um Neues zu kreieren. Wäre das etwas für Sie?**

**Oder kommen Ihre Lebensgeister erst im Frühjahr und Sommer so richtig auf Touren? Dann wäre es vielleicht reizvoll, sich am Albani-Fest zu engagieren.**

**Dies sind nur zwei Beispiele von vielen. Unsere Schule lebt vom Miteinander, davon, dass jede/r ihre/ seine Ideen einbringen kann. Vielleicht haben Sie ja auch Lust, auf einem ganz anderen Feld für Gemeinsames zu engagieren? Wir würden uns freuen! Wir wünschen Ihnen ein ideenreiches, kreatives Jahr mit Anlässen, die unsere Gemeinsamkeit fördern!**

**Die Redaktion**

# A-Post



## Inhalt

### Geschäftsführung

## Misses Gavrilov

Seite 3

## Brauchen wir die Teilnahme am Albanifest?

Seite 3

### Schulleitung

## Vortragsbericht Xokonoschtetl Gomora

Seite 4

### Aus dem Schulleben

## Die 7. Klasse erlebt Xokonoschtetl Gomora

Seite 6

2

## Meet the Orchestra

Seite 7

### Bazar

## Bazar 2022

Seite 8

## Von lachenden und weinenden Augen

Seite 9

## Erneuerung der Bazarleitung

Seite 10

## Impressionen Bazar 2022

Seite 12

### Programm

## Agenda der anthroposophischen Gesellschaft Winterthur

Seite 13

### Unterhaltung

## Der freigiebige Hase

Seite 14

## Impressum

### **Schulsekretariat**

Maienstrasse 15, 8406 Winterthur  
Telefon 052 202 19 97  
sekretariat@rssw.ch

### **Öffnungszeiten**

Montag bis Freitag 7.30–12.30 Uhr,  
während der Schulferien werden  
die Öffnungszeiten jeweils auf dem  
Band bekannt gegeben

### **Geschäftsführung**

Nese Sarilgan  
Büro: Maienstrasse 15,  
8406 Winterthur  
Telefon 052 202 19 97  
geschaeftsfuehrung@rssw.ch

### **Schulleitung**

Michael Büttner  
Büro: Obere Briggerstrasse 20,  
8406 Winterthur  
Sprechstunde: Montags 15.30–17 Uhr  
Telefon 052 203 08 23  
schulleitung@rssw.ch

### **Herausgeber**

Rudolf Steiner Schule Winterthur  
Maienstrasse 15, 8406 Winterthur

### **Redaktion**

Jana Bidaut (Lektorin)  
Ralph Levin (Satz)  
apost@rssw.ch

### **Inserate**

1 Seite (178 x 252 mm, hoch) CHF 120.–  
½ Seite (87 x 252 mm, hoch) CHF 60.–  
½ Seite (178 x 124 mm, quer) CHF 60.–  
¼ Seite (87 x 124 mm, hoch) CHF 35.–  
¼ Seite (178 x 60 mm, quer) CHF 35.–  
⅛ Seite (87 x 60 mm, quer) CHF 20.–  
Kleininserate bis max. 10 Zeilen gratis

Externe Interessenten können die  
A-Post Online auf [www.rssw.ch](http://www.rssw.ch) abrufen  
oder sie kostenlos per E-Mail abonnieren.

Dieses Publikationsorgan wurde mit  
freundlicher Unterstützung von Weleda AG  
gedruckt.

Bitte berücksichtigen  
Sie bei Ihren Einkäufen  
unsere Inserenten.



## «Misses Gavrilov.....»

so sprechen unsere Schüler\*innen unsere langjährige Lehrerin Caroline Gavrilov an.

### **Liebe Caroline, liebe Misses Gavrilov**

Viele Jahre warst Du das Gesicht unserer Nachmittagsbetreuung. Stets geduldig, fröhlich und immer liebevoll durften Dich die Kinder und auch wir erleben. Du hast mit Deiner wunderbaren Art die Betreuung massgeblich geprägt und sie geführt; auf Dich war Verlass. Eine Schulmutter hat diese kleine Anekdote ihres Sohnes mit mir geteilt: «Liebe Mami, möchtest Du nicht auch an weiteren Tagen arbeiten? So könnte ich noch mehr in der Nachmittagsbetreuung sein».

Diese kleine Geschichte spiegelt für mich wider, wie gern die Kinder von Dir betreut wurden und sie diese Zeit genossen haben. Das ist das Wichtigste, mehr braucht man nicht zu sagen. Nun hast Du Dich entschieden, diese Aufgabe zu übergeben. Es kommt immer der Moment, an dem man eine Arbeit, eine Verantwortung weitergibt, was auch immer der Grund sein mag. Die Zeit vergeht und das Leben verändert sich.

Im Namen der Schule danke ich Dir herzlich für Deine grossartige Arbeit und den nicht selbstverständlichen Einsatz.

Liebe Caroline, liebe Misses Gavrilov Du wirst uns in der Nachmittagsbetreuung sehr fehlen.

Nese Sarilgan  
Geschäftsführerin

## Brauchen wir die Teilnahme am Albani-Fest?

**Wenn Sie diese Frage für sich mit «Nein» beantworten, müssen Sie diesen Artikel nicht bis zum Ende lesen.**

Falls Sie aber finden, dass es eine gute Gelegenheit ist, als Schulgemeinschaft am Stadtfest präsent zu sein, dass es Freude macht, mit anderen zusammen etwas auf die Beine zu stellen, dann sollten Sie sich schnell bei unserer Geschäftsführerin Nese Sarilgan melden.

## **Die Teilnahme unseres Schulvereins am diesjährigen Albani-Fest steht nämlich auf äusserst wackligen Füßen.**

Wenn sich nicht bis Ende März einige begeisterte Menschen zusammenfinden, die etwas von ihrer Energie in die Organisation dieses Festes stecken, müssten wir die Teilnahme unseres Vereins für dieses Jahr absagen. Und das wäre doch schade. Oder?

Jana Bidaut



3



# Vortragsbericht Xokonoschtetl Gomora: Beneide nicht den Adler, weil er fliegen kann, er kann nicht schwimmen wie Du! \*

Wie Sie aus meiner Weihnachtsmail mit dem Titel «Warum Schenken glücklich macht, Überleben noch nicht Leben ist und warum es so wichtig ist, die heilige Gold- und Federkrone Montezumas wieder nach Mexico zu bringen» entnehmen konnten, hatten wir am 15. Dezember eine sehr beeindruckende Begegnung mit Xokonoschtetl Gómora. Er ist Sprecher der Vereinten Nationen und Abgesandter der Menschenrechtsorganisation «Frente Mexicano Pro Derechos Humanos». Er kommt regelmässig nach Europa, um in Wien die Rückgabe der heiligen Gold- und Federkrone von Montezuma an Mexiko zu erwirken. Im Folgenden möchte ich einige Auszüge aus dieser Mail anfügen und einige Ergänzungen aus Nachgesprächen und aus seinen Büchern machen.

4

## **Unser Gast aus Mexico sprach nicht nur darüber, wie die Nachfahren der Azteken im Regenwald im Einklang mit der Natur leben, wovon sie sich ernähren und warum eine Klapperschlange eigentlich nicht beißen will.**

Es kamen auch viele Themen zur Sprache, die man in unserem Kulturkreis nicht mehr ohne Weiteres im öffentlichen Raum anspricht. Eröffnet wurde das Gespräch mit der Frage, woran Ureinwohner glauben, was sie verehren und lieben und wie sie die Menschen der reichen Industrienationen erleben. «Warum seid ihr Europäer immer so traurig, warum schaut ihr immer auf euer Handy statt auf die lebendige Welt, die euch umgibt? Ihr scheint keine Zeit mehr zu haben, um glücklich zu leben und sprecht nur selten lächelnd miteinander» Diese Bemerkungen brachten alle Anwesenden zum Nachdenken.

## **Die Frage eines Kindes «Haben Sie auch ein Handy? » liess alle aufhorchen.**

Nach einer Denkpause kam dann die Antwort: «Ich habe eines, aber ich schalte es nur kurz ein, wenn ich mit jemandem sprechen muss. Wenn ich es immer anlassen würde, wäre ich nicht mehr der Herr über das Gerät. Ich will aber frei sein und über das Gerät bestimmen. Im Regenwald funktioniert das Handy ohnehin nicht. Ich muss immer achtsam sein und alle Tiere und Pflanzen im Wald genau im Blick haben, sonst kann es gefährlich werden.» Die einfache Sprache und die Authentizität entfaltet Wirkung, vielleicht mehr als alle Belehrungen in Klassenstunden oder Medienelternabenden.

Die Kinder und Jugendlichen durften jede Frage stellen, die ihnen durch die Schilderungen unseres Gastes in den Sinn kam. Eine Schülerin fragte: «Haben die Bewohner des Regenwaldes Angst vor dem Sterben?» Gebannte Stille im Saal. Zu unserem Erstaunen führte die Antwort zu einem friedlich-feierlichen Wohlgefühl bei allen Kindern: «Der Mensch durchlebt einen Kreis des Lebens, kein lebendiges Wesen geht verloren, das Leben hat Zeiten der absoluten Ruhe und Stille. Die Menschen ruhen sich nur aus. Sie werden «ausgesät» und werden wieder geboren, wenn es an der Zeit ist». So einfach kann Wiedergeburt und Unsterblichkeit erklärt werden! Uns anwesende Lehrer/innen berührte es sehr, dass alle Altersgruppen mit diesem Gedanken vollkommen einverstanden und erleichtert waren und ermutigt zu weiteren Fragen fanden. Zeit spielte in diesen Veranstaltungen keine Rolle.

## **Auch die Schulglocke hatte keine Macht mehr über das Stundenende.**

Es blieben alle einhundert Schüler/innen im Saal, um zuzuhören, um zu trommeln und beim Tanz mitzumachen, der einiges an Ausdauer und Konzentration abforderte. Nach zehn Minuten verstummte die Trommel, aber sofort ertönte von den Jugendlichen ein begeistertes «Nochmal!» Tanz ist Ausdruck von Glück und Dankbarkeit, das wurde uns zuvor erklärt und jetzt war es direkt erlebbar.

Viele meldeten sich immer noch unermüdlich: «Essen Sie Fleisch?» «Ja, aber nur wenig und wenn wir ein Tier töten, wird nichts davon weggeworfen, alles wird gegessen oder verarbeitet». «Und was macht ihr, wenn ihr schon satt seid?» «Wir verschenken das Fleisch! Wir tragen es noch am gleichen Tag in die Häuser der Nachbarn. Schenken wird bei uns im Regenwald als das Wichtigste erachtet, um selbst Glück zu empfinden, indem man andere glücklich macht». Uns Lehrer/innen wurde nochmal bewusst, dass unsere Schülerinnen und Schüler an geistigen Fragen mehr interessiert sind, als es im Alltag erkennbar ist und dass wir viel offener und mutiger über solche Themen sprechen sollten.

In einem anschließenden Gespräch mit älteren interessierten Schülerinnen und Schülern hörten wir, warum Frauen das Geheimnis des Lebens besitzen, wir hörten von gesunder Lebensweise während der Schwangerschaft, von natürlicher Geburt und dem respektvollen, liebevollen Umgang der Geschlechter miteinander. So wurde Selbstverständliches auf eine seelisch reine Ebene gehoben, die uns in unserer vom Internet geprägten Welt manchmal verloren geht.

Hinzu kamen immer wieder liebevolle Betrachtungen der Natur, gepaart mit dem Bedauern, dass wir Zivilisierten unsere Sinnesorgane nicht mehr richtig einsetzen können, dass wir kaum mehr fähig sind, in der Dunkelheit zu sehen, feine Laute der Natur nicht mehr hören, einen abgestumpften Geschmacksinn haben und gleichzeitig unserem Tastsinn nicht mehr vertrauen. «Habt ihr jemals das Flattern eines Türkischschmetterlings gesehen? Kennt ihr die schöne Sprache des Vogelgesangs? Das Pfeifen des Windes? Habt ihr noch Zeit, die wunderschönen Farben zu sehen, die herrliche Farbe Jade der Lagunen und Flüsse?» Aus dem Munde eines Azteken, entfalten diese Sätze eine besondere Wirkung.

Das folgende Gedicht stammt aus seinem Buch

«Unser einziger Gott ist die Erde»

Ich liebe den Gesang  
des Zentzonvogels,  
des Vogels mit den  
vierhundert Stimmen.  
Ich liebe die Farbe der Jade  
und das betörende Parfüm  
der Blumen, aber  
am meisten liebe ich  
den Menschen, meinen Bruder.  
Von Nezaualkoyotl

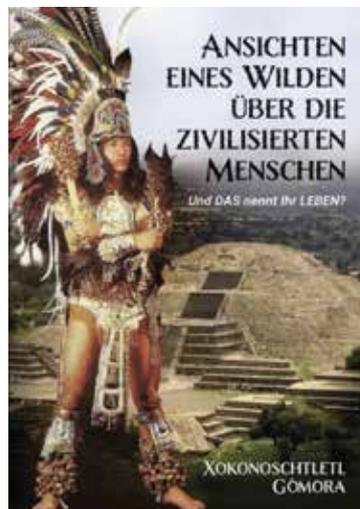
So hat mich in den Festtagen beim Lesen von Xokonoschtletls Buch noch einmal vieles berührt und in mir die Frage aufgeworfen, was nun den vermeintlich «Wilden» und was den zivilisierten Menschen ausmacht. Die Sichtweise der einstigen aztekischen Kultur gibt unerwartet Denkanstöße, die die Nachfolgekulturen der Eroberer, also uns «Zivilisierte» nachdenklich stimmen kann. Das Verstehen der Lebensprozesse auf unserem Planeten und der achtsame Umgang mit Natur und Mitmenschen scheint ein bedrohliches Stück weit verlorengegangen. Vieles in unserer modernen Kultur braucht dringend Erneuerung und ganz bestimmt ein Wiedererinnern an geistige Wirksamkeiten. Nur so werden wir eine nachhaltige Zukunft für unsere Kinder vorbereiten können.

## «Macht das Unmögliche schwer, macht das Schwere möglich, und das Mögliche macht einfach!»\*

Wir freuen uns auf eine Fortsetzung dieser kulturellen Begegnung. In einer Abendveranstaltung oder in einem Workshop können Sie selbst erleben, was Ihre Kinder begeistert hat. Ich habe Xokonoschtletl Gómora eingeladen, bei seinem nächsten Europabesuch im Mai oder Juni 2023 noch einmal zu uns zu kommen. In den nächsten Wochen sollte die Planung seiner Europareise soweit Form angenommen haben, dass ich unseren Termin veröffentlichen kann.

Ich wünsche Ihnen allen ein gutes neues Jahr!  
Michael Büttner

### \*Zitate aus seinem Buch «Ansichten eines Wilden»



# Die 7. Klasse erlebt Xokonoschtetl Gomora

6

Nach dem sehr beeindruckenden Besuch von Xokonoschtetl Gomora habe ich die 7.Klässler/innen gefragt, was ihnen von diesem Ereignis geblieben ist, was sie beeindruckt hat. Hier einige ihrer Antworten:

Dass sie nie in Reihen stehen, sondern immer im Kreis.  
(Amalia)

Dass der Kreis für sie etwas Heiliges ist. (Aaron)  
Sie tanzen für Mutter Natur – manchmal 10 Stunden lang!  
(Ronja)

Ich finde es sehr schön, dass junge und alte Menschen beisammen sind und miteinander spielen. Es ist erstaunlich, mit wie wenig man leben kann. Und ich habe gelernt, dass man jeden Streit vermeiden oder lösen kann.  
(Amelie)

Wir haben getanzt und nach dem Tanz waren alle glücklich. Am Ende schenkte er uns eine Feder und er sagte: «Es kostet etwas – nämlich ein Lächeln.»  
(Deborah A.)

Ich fand es sehr interessant zu hören, was sie für eine Lebensvorstellung haben, weil es anders ist als bei uns.  
(Alwina)

Ich fand es gut, dass er alle Fragen beantwortet hat.  
(Emily)

Ich habe aus dem Vortrag mitgenommen, dass die Menschen dort an Mutter Natur denken und dass sie schön tanzen und musizieren können.  
(Oliver)

Ich fand es spannend, weil ich die Geschichte der Azteken spannend finde.  
(Noel)

Ich nehme aus dem Vortrag eine neue Version der Azteken-Geschichte mit und ich wusste nicht, dass sie auch Götter haben.  
(Finn)

Ich fand es spannend, weil er fünf Sprachen spricht.  
(Lois)

Ich fand es eine super Stimmung in dem Raum. Es hat mich begeistert, wie er lebt und welche Lebensweisen er hat.  
(Valentin)

Ich war überrascht, dass es noch Menschen gibt, die auch gerne Sachen verschenken.  
(Leon)

Es war sehr spannend, was er erzählt hat aus seinem Leben. Und was sie alles essen.  
(Deborah S.)

Ich habe Vieles über die Azteken und Mexiko gelernt. In vielen Büchern steht, dass die Inkas Menschen geopfert haben, aber das stimmt nicht. Die Azteken haben keine Götter, sondern glauben an Mutter Natur.  
(Nils)

Es war toll, dass er uns so viel Inhalt mitgegeben hat und dass er mit uns getanzt und Fragen so ausführlich beantwortet hat. Er ist ein lieber, sympathischer und herzlicher Mensch. Ich fand ihn und seine Kultur ganz toll!  
(Valentina)

Jana Bidaut

# Meet the Orchestra – ein Musikerlebnis beim Musikkollegium Winterthur

Heute, direkt in der Pause, liefen wir (die 7.-9. Klasse) zum Musikkollegium. Es regnete stark und als wir die grosse Halle des Musikkollegiums erreicht hatten, waren wir von oben bis unten nass.

(Aliyah)

In der sehr imposanten Eingangshalle warteten wir dann, bis wir endlich in den Saal geleitet wurden.

(Lara)

Wir stiegen die grosse Treppe hinauf und betraten den grossen Saal. Auf der Bühne befanden sich schon einige Musiker, die noch schwierige Stellen durchspielten.

(Julia)

Grosse, helle Lampen hingen an der Decke und dicke Säulen erstreckten sich in die Höhe. (Tina)

Wir warteten sitzend, bis alle da waren. Dann ging es los.

(Alba)

Am Anfang des Konzertes spielten die Musiker ein kleines Stück und wir schauten uns noch ein Video über Wolfgang Rihm an.

(Johanna)

Im Anschluss spielte das Musikkollegium Winterthur ein Stück von Wolfgang Rihm, das klang, als würde das Soloinstrument (Horn) in ein Sägewerk laufen und dort spielen.

(Aurora)

Mit verschiedenen Erklärungen zu moderner Musik wurde uns die Musik dieses Orchesters nähergebracht. Auch einer der Musiker erklärte, wie und was er genau spielte.

(Giuliana)

Als sie ein Stück spielten, war ich sehr beeindruckt, wie gut die Musiker das Laut- und Leise-Spielen unter Kontrolle hatten.

(Miro)

Ein lustiger Dirigent führte das Orchester an und spielte mit ihm ein längeres, aber schönes Abschlussstück.

(Giuliana)

Das Orchester spielte etwas aus der Tschechischen Suite; zum Schluss spielten sie das Finale der Suite. Es war sehr schmissig.

(Aurora)

Ich fand das Konzert am Anfang etwas langweilig, doch dann wurde es immer besser.

(Johanna)

Die Musik war magisch, aufregend, gefühlvoll und dramatisch.

(Lara)

Auf dem Rückweg sah ich einen Regenbogen.

(Fabia)

**Es regnete und war nass.  
Im Konzert hörten wir `nen Bass.  
Es war nicht allzu laut.  
das Stück hat Wolfgang Rihm gebaut.  
Es gab zu viele Geigen,  
die unsere Trommelfelle zerreiben.  
Nach einiger Zeit schon  
merkten wir – der Dirigent steht  
unter Strom.  
Eine ganze Stunde ging der Spass.  
Diese nutzte Max zum Schlaf.  
Beglückt gingen wir nach Hause.  
Leider verpassten wir die Pause.**  
(Linus/ Mohan)

# Bazar 2022

Die Erholungsphase ist wohl bei allen abgeschlossen. Wir blicken zurück auf ein erfolgreiches erstes Adventswochenende 2022 und sind voll Dankbarkeit.

Dankbar, dass wir das Wochenende ohne Zwischenfälle feiern durften.

## **Dankbar, dass wir trotz personeller Engpässe alle Aktivitäten und Angebote hinbekommen haben.**

Dankbar, dass das Kollegium kurzfristig Einsätze übernommen hat.

Dankbar, dass die Planung einigermaßen vollständig war und wir sogar in kürzerer als geplanter Zeit auf- und abgebaut haben.

Diese Dankbarkeit ist nicht übertrieben – als Bazarleitung stellen wir die Infrastruktur und die Planung zur Verfügung – dass die Gäste sich wohl fühlten, dass zahlreiche Besucher anwesend waren und blieben – das ist das Verdienst von ganz vielen aktiven Standleiterinnen und Standleitern. Das Angebot war wunderbar – die feinsten Zöpfe und Bänzen, tolle Bonbons oder Strickwaren, welche über das ganze Jahr hindurch entstehen. Auch der grosse, wunderbar dekorierte Filzstand konnte wohl nur so gefüllt werden, dank viel Arbeit. Habt ihr alle Stände und Zimmer besucht?

Habt ihr gut gespeist? Der Grillstand wurde durch feine Suppen ergänzt und das Käsesortiment beim Raclette-Stand war wieder grossartig. Ebenso die zahlreichen Back-Kreationen im Cafe Engel. Wir sind euch allen einfach dankbar. Ihr wisst schon, wer ihr seid.

Bedanken möchten wir uns zum Abschluss noch bei den Schülerinnen und Schülern – sie standen nicht nur tatkräftig beim Auf- und Abbau zur Verfügung – einige entwickelten ihre eigenen Stände und erweiterten das Angebot. Das ist eine wunderschöne Entwicklung, von welcher wir gerne mehr integrieren würden.

Einige präsentierten ihre musikalischen Talente auf der Engelsbühne, welche in diesem Jahr «zu Hause» ganz schön gross war.

Die Finanzen werden gerade noch zusammengestellt – wir werden bei Gelegenheit den Bazargewinn mitteilen, sind jedoch gefühlsmässig sicher, mindestens das Budget erreicht zu haben. Es sieht jedenfalls gut aus, schliesslich waren viele Waren ausverkauft!

Auch dieses Jahr musste am Samstag Ware nachgekauft werden – natürlich fehlt uns die Erfahrung – aber auch das Wetter war uns gut gesinnt und das Essen von den Meistern im Zelt war hervorragend – kein Wunder also, dass es bereits am Samstag teilweise eng wurde. Am Sonntag waren Bonbons und Zuckerkuchen vom Tagesbeginn an bereits ausverkauft.

Haben Sie die neuen Öffnungszeiten bemerkt? Einige Rückmeldungen sind bereits bei uns eingetroffen, wir wünschen uns noch mehr! Was hat Ihnen gefallen? Wo können wir uns «zu Hause» noch verbessern? Auch 2023 steht uns die Reithalle nicht zur Verfügung, da das Militär Vorrang hat und die Halle bereits 2021 für die Bazarzeit am 1. Advent reservierte. Umso wichtiger ist es, alle Erfahrungen aus diesem Jahr zu sammeln, um 2023 besser zu werden. Wenden Sie sich per E-mail an [bazar@rsw.ch](mailto:bazar@rsw.ch) – wir freuen uns über Ihre Rückmeldungen.

Nun schauen wir zurück auf ein anstrengendes, aber glückliches Wochenende und informieren über Planungsfortschritte in den nächsten A-Post-Ausgaben. Was wir tun und weshalb es wichtig ist, dass sich in der Bazarleitung etwas ändert, erfahren Sie im Beitrag ab Seite 10.

Herzlichst

Eure Bazarleitung

Claudia Levin

Ralph Levin

Felix Schwarzenbacher

Sarah Twala

# Von lachenden und weinenden Augen

## **Persönliche Auseinandersetzung mit dem Bazar 2022**

Der Bazar 2022 ist Geschichte-ja, wir haben sogar RSSW Geschichte geschrieben! Manche wissen, es gab schon einen Bazar an der Schule, jedoch noch nie in den neuen Räumlichkeiten somit schrieben wir moderne Geschichte.

Wir - das seid ihr - ihr, die tatkräftig am Wochenende dafür gesorgt haben, dass lachende Kinder- und zufriedene Gäste gemeinsam ein paar Stunden dem Alltag entfliehen konnten. Sie haben dabei von den diversen Angeboten profitiert, sich mit Kränzen oder Dekorativem eingedeckt oder den Hunger mit Süßem oder Salzigem gestillt,

## **Es war magisch -ganz nach dem Motto «Das Adventserlebnis für alle Sinne», einfach wunderbar.**

Gegen aussen-also sichtbar für Gäste.

Im Hintergrund sah es an manchen Stellen anders aus. Mein weinendes Auge musste schon im Vorfeld feststellen, dass der Bazar nicht überall denselben Stellenwert besitzt. Während sich Dutzende aus der Elternschaft sprichwörtlich den Hintern aufreissen, nimmt die Anzahl Unbeteiligter stetig zu.

## **Trotz mehrmaliger Aufforderung und der Erinnerung an Pflichten konnte es nicht gelingen, alle Familien zu aktivieren.**

Dies führte dazu, dass einzelne noch mehr leisten mussten und einzelne Angebote sogar zum Teil nur begrenzt erhältlich waren. Diese Lücken im Gesamtbild sind sowohl in finanzieller als auch in menschlicher Hinsicht signifikante Stimmungs-Dämpfer. Vor allem völlig unnötig!

Nach Analyse der Daten im VA Planer steht konkret fest, dass wir ALLE Schichten hätten problemlos füllen können.

## **Was mich wirklich traurig macht, ist der Fakt, dass mehrere Familien unsere Hilferufe per Telefon, doch bitte wenigstens das vereinbarte Minimum zu leisten, mit Ablehnung und persönlichen Angriffen quittierten.**

Es macht mich traurig zu wissen, dass die Gemeinschaft offensichtlich nicht von allen getragen wird. Es macht mich traurig einzusehen, dass es nicht uns allen wichtig ist, gemeinsam für die Schule unserer Kinder den Bazar zu stemmen.

Ich habe jedoch auch lachende Augen, weil die, die da waren, den Bazar «zu Hause» mit wunderbarem Effort und Gefühl von Gemeinsamkeit umgesetzt haben und hoffe, dass die fehlenden Einsatzkräfte diese Gemeinsamkeit 2023 miterleben möchten. Nicht, weil es vertraglich so festgelegt wurde, nicht, weil es eine Pflicht ist, sondern weil das Adventserlebnis für alle Sinne nur gemeinsam wirklichen Spass macht!

Herzlichst

Ralph Levin  
Bazarleitung

# Erneuerung der Bazarleitung

Wie schon kommuniziert, ist es an der Zeit, eine neue Bazarleitung zu formieren. Während der Planungsaufwand grösser wurde, hat sich die Anzahl der Leitungs-Mitglieder stetig reduziert. Klar ist, ein Einsatz von Einzelnen in diesem Mass ist schlicht nicht mehr möglich! Nicht nur ist die Energie etwas verpufft, es ist auch Zeit für neue Gedanken – Zeit für neue Ideen, um dem Bazar einen Schub zu verleihen. Seit mehreren Jahren hat der Bazar dasselbe Team im Hintergrund. Dies hat Vor- und Nachteile. Zu den Vorteilen gehört, dass wir uns weniger absprechen müssen, dass gewisse Abläufe und nötige Arbeiten einfach «laufen». Mindestens ein Nachteil ist wohl, dass ein Bazar dem anderen gleicht. Es braucht frischen Wind!

Da es bekanntlich immer schwieriger wird, die Elternschaft zur Mitwirkung zu motivieren und da wir keinesfalls den Bazar nochmals nur auf wenigen Schultern gelagert organisieren wollen, sehen wir uns leider gezwungen, ein Ultimatum zu stellen.

Es müssen sich mindestens 6 Personen aus der Elternschaft finden, die eine neue Bazarleitung formieren und damit Verantwortung übernehmen. Gelingt dies, so kann auf die administrative Hilfe von Claudia Levin, die organisatorische Hilfe von Ralph Levin und die Infrastruktur-Unterstützung von Felix Schwarzenbacher weiterhin gezählt werden. Ist dies nicht möglich, so wird es wohl 2023 keinen Bazar geben. Jedenfalls nicht in bekanntem Umfang.

Glücklicherweise hat Sarah Twala sich bereits für die neue Bazarleitung zur Verfügung gestellt, mindestens 3 weitere Personen haben ihr Interesse bekundet – es sieht nach einer tollen neuen, mehrheitlich weiblichen Bazarleitung aus...Und ja, nur eine Bazarleitung von 8-9 Personen ist realistisch.

**Nur so kann der Planungsaufwand von rund 250 Stunden auf genügend Personen verteilt werden.**

Aber was machen wir denn alles so in diesen 250 Stunden? Gerne möchten wir hier einen Überblick geben – auch um Aufmerksamkeit auf verschiedene Themen zu lenken, bei welchen vielleicht dem einen Vater oder der anderen Mutter auffällt, dass man da oder dort ganz einfach mithelfen könnte.

Die Bazarleitung trifft sich rund 5-6x pro Schuljahr zu Sitzungen. Diese dauern in der Regel 2-2.5 Stunden und werden frühzeitig definiert. Am Anfang des Jahres machen wir einen Rückblick und notieren, welche Rückmeldungen eingetroffen sind. Wir diskutieren, wo längerfristig ein Problem auftauchen könnte und wie wir damit umgehen. In der Regel ist die erste Planungssitzung dann zwischen Frühlings- und Sommerferien angesetzt. Das Frühjahr eignet sich gut, um abzuklären, wer alles am Bazar einen Stand haben wird und ob es hier oder da Änderungen braucht. Kurz nach den Sommerferien muss dann klar sein, welche Stände am Bazar mitmachen und wer die verschiedenen anderen Aufgaben übernimmt. (Café Engel, Grillzelt, Aktivitäten etc.)

## Sobald die Standleiterliste bekannt ist, beginnt die effektive Planungsphase.

Wir versuchen im Folgenden, einen (unvollständigen) Überblick über die anfallenden Arbeiten zu geben:

### - **Bewilligung**

Der Bewilligungsträger/die Bewilligungsträgerin haftet persönlich.

- Sicherheits-Konzept anpassen / vom Vorstand abnehmen lassen
- Standliste bearbeiten
- Formulare einreichen
- Mit Gewerbebehörde kommunizieren

### - **Werbung**

- Einträge in diverse Agenden
- Werbemassnahmen definieren und koordinieren (z.B. Strassenbanner)
- Social Media Betreuung (Veranstaltung im Facebook z.B.)
- Webseite Bazar RSW anpassen lassen (mehrmals)
- Werbetexte schreiben
- Flyer/Broschüre gestalten (lassen)
- Plakat gestalten (lassen)
- Werbung platzieren
- Versand organisieren

**- Infrastruktur**

- Festlegen des nötigen Fremdmaterials
  - Zelte
  - Geschirr / Besteck
- Offerten einholen / Bestellungen tätigen
- Bauliche Massnahmen organisieren
- Logistische Herausforderungen meistern
  - Lager-Verwaltung
  - Transporte Lager <> organisieren
  - Inventur
- Dekoration
  - Aussen- und Innendekoration sicherstellen

**- Standleiterbetreuung**

- VAplaner updaten (neue Eltern hinzufügen / Abgänge löschen)
- Standleiter/innenliste pflegen
- Direktkontakt für Standleiter/innen für alle Anliegen
- Beantwortung von E-Mailanfragen von Extern (externe Stände)
- Logistik und Stände zusammenführen
- Koordination Auf- /Abbau und Logistik für Anliegen der Stände

**- Kultur**

- Kommunikation mit Musikkollegium
- Zusammenstellung Kulturprogramm Engelsbühne
- Aufbieten sonstiger kultureller Unterhaltung
- Programm für Matinee / Abendveranstaltung
- Organisation der nötigen Technik für die Darbietungen
- Künstlerbetreuung vor Ort

**- Beschriftung**

- Wegweiser / Was ist wo erstellen
- Stand / Zimmerbeschriftung erstellen (lassen), organisieren, verteilen, anbringen

**- Finanzen**

- Stockgeld / Kassenorganisation
- Zahlung von Rechnungen
- Wechselstube
- Verkaufspunkt Punktekarten
- Gutscheine erstellen / verteilen
- Geld-Abgabe organisieren
- Geld-Zählung / Einzahlung
- Abrechnung und Buchhaltung

**- Koordination**

- Bazarleitungs-Kommunikation (z.B. für A-Post oder Vorstand)
- Termine für Sitzungen erarbeiten
- Protokoll führen / verteilen
- Arbeitsverteilung / Kontrolle
- Vermittlungsstelle Vorstand <> Bazarleitung
- Vermittlungsstelle Kollegium <> Bazarleitung
- Vor Ort Ansprechperson am Bazarwochenende
- «Problemlöse-Stelle»

**- Bazarshop**

- Artikelpflege des Bazarshop
- Abwicklung der Bestellungen
- Bekanntmachung des Bazarshop
- Entwicklung des Bazarshop

Diese Liste ist keineswegs vollständig – Sie sehen, es gibt einiges zu tun, damit am Bazarwochenende genossen werden kann.

**Haben wir Ihr Interesse geweckt, die Zukunft des RSSW Bazars mitzugestalten? Dann freuen wir uns auf die Kontaktaufnahme.**

bazar@rsw.ch

**Wir planen, spätestens im März mit der erneuerten Bazarleitung loszulegen.**

Bazarleitung 2022



**SAFE THE DATE**  
**AGENDA-EINTRAG**  
**Weihnachts-Bazar 2023 der**  
**Rudolf Steiner Schule Winterthur**  
**Samstag / Sonntag**  
**2. & 3. Dezember 2023**

Bazar-Impressionen 2022





## Programm ab 31. Januar 2023

Jeweils Dienstag 20:00 Uhr

Im Saal Maienstrasse 15, 8400 Winterthur

- 31.01. Die Sternenschrift in Wolfram von Eschenbachs Parzivâl**  
Vortrag John Meeks
- 07.02. Die griechischen Mysterien von Ephesos, Eleusis und Samothrake und ihre Auferstehung in heutiger Zeit**  
Vortrag von Johannes Greiner
- 14.02. Ein vertiefter Blick in die Grundsteinlegung des 1. Goetheanums und in die Folgezeit im Aufbau des Goetheanums und der Gesellschaft und Rudolf Steiners Wirken in der Öffentlichkeit trotz der Erschwernisse durch den Krieg**  
Vortrag von Carlos Bauer
- 21.02. Atlantis - Forschung  
Plato - Steiner - Heute**  
Vortrag von Marcus Schneider
- 28.02. Die vier (sechs oder sieben) Temperamente I**  
Vortrag von Ricardo Torriani
- 07.03. Die vier (sechs oder sieben) Temperamente II**  
Vortrag von Ricardo Torriani
- 14.03. Rudolf Steiners Erwachen an Johann Wolfgang von Goethe**  
Vortrag von Marcus Schneider

Weitere Informationen und die Angaben für die hier nicht aufgeführten Dienstage sind im Internet zu finden auf [andersen-zweig.ch](http://andersen-zweig.ch).

Jeder Abend ist so gestaltet, dass er auch für sich allein besucht werden kann. **Alle an Anthroposophie interessierten und insbesondere auch Schulleitern sind herzlich eingeladen.**

# Der freigebige Hase

## Ein buddhistisches Märchen aus dem alten Indien

Einstmals, als Brahmadata zu Benares regierte, wurde der Bodhisatta als Hase wiedergeboren und lebte im Walde. Auf einer Seite dieses Waldes waren die Vorhügel eines Gebirges, auf der andren war ein Fluss und auf der dritten ein Grenzdorf. Der Bodhisatta hatte drei Freunde: einen Affen, einen Schakal und einen Fischotter. Diese vier Weisen lebten nun zusammen und wenn sie sich ihre Nahrung, ein jeder auf seinem eigenen Jagdgrund, gesucht hatten, kamen sie zur Abendzeit immer zusammen. Der weise Hase pflegte dann die drei anderen in der Lehre zu unterweisen, indem er sie ermahnte: «Man muss Almosen geben, die Gebote halten und die Fasttagsbräuche beachten.»

Sie nahmen seine Ermahnung gut auf und jeder begab sich dann in den Teil des Dickichts, wo er seine Wohnung hatte, und blieb dort. So verging die Zeit. Da guckte der Bodhisatta eines Tages in die Luft und sah den Mond. Und als er gesehen hatte, dass am nächsten Tage Fasttag sei, sagte er zu den drei anderen: «Morgen ist Fasttag. Feiert ihr drei den Fasttag, indem ihr das Gelübde, die Gebote zu halten, auf euch nehmt! Wenn einer sich fest an die Gebote hält, dann bringt das Geben von Gaben grossen Lohn. Wenn daher ein Bettler kommt, gebt ihm von eurer eigenen Mahlzeit und esset selbst erst hinterher!» Sie erklärten sich damit einverstanden und jeder blieb in seiner Wohnstätte.

Am nächsten Tag am frühen Morgen zog von der vieren der Fischotter aus, um sich Futter zu suchen, und ging zum Ufer des Ganges. Da hatte nun ein Fischer sieben Rotkarpfen gefangen, hatte sie auf eine Rute gezogen, sie am Ufer des Ganges mit Sand bedeckt und schritt nun, Fische fangend, den Ganges abwärts. Der Otter spürte den Geruch der Fische, scharrte den Sand weg, entdeckte die Fische und zog sie heraus. Dann rief er dreimal laut: «Gehören diese Fische jemandem?», und als er keinen Eigentümer sah, packte er die Rute mit den Zähnen und stapelte die Fische in dem Teil des Dickichts, wo er seine Wohnung hatte, auf. «Erst wenn es an der Zeit ist, werde ich sie essen», dachte er, und dann legte er sich, über seine Pflichterfüllung nachdeckend, nieder.

Auch der Schakal zog aus, um sich Futter zu suchen. Da sah er in der Hütte eines Feldhüters zwei Spiesse mit Fleisch, eine Eidechse und einen Topf Dickmilch. Dreimal rief er laut: «Gehört dies jemandem?», und als keinen Eigentümer sah, tat er sich den Strick zum Tragen des Dickmilchtopfes um den Hals, packte mit dem Maule die Fleischspiesse und die Eidechse, schleppte sie fort und stapelte sie in dem Teil des Dickichts, wo er seine Wohnung hatte, auf. «Erst wenn es an der Zeit ist, werde ich sie essen», dachte er sich und legte sich, über seine Pflichterfüllung nachdenkend, nieder.

Auch der Affe ging in den Wald und holte sich ein Bündel Mangos und stapelte es in dem Teil des Dickichts, wo er seine Wohnung hatte, auf. «Erst wenn es an der Zeit ist, werde ich sie essen», dachte er, und dann legte er sich, über seine Pflichterfüllung nachdenkend, nieder.

Der Bodhisatta aber legte sich mit dem Gedanken «Erst wenn es an der Zeit ist, werde ich ausgehen und Kusagras fressen» auf sein Lager. «Wenn Bettler zu mir kommen», dachte er, «kann ich ihnen unmöglich Gras geben, auch habe ich keinen Sesam, keinen Reis oder sonst etwas. Wenn ein Bettler zu mir kommt, werde ich ihm das Fleisch meines Körpers geben.»

Durch die Macht seiner Pflichterfüllung aber zeigte der mit einer weissen Woldecke versehene Steinsitz Sakkas Zeichen von Hitze. Nach einigem Nachdenken erkannte Sakka die Ursache und beschloss, den Hasenkönig auf die Probe zu stellen. Er ging zuerst nach dem Orte, wo der Otter wohnte, und stellte sich in Gestalt eines Brahmanen hin. «Brahmane, warum stehst du hier?» fragte der Otter. «Weiser, wenn ich etwas Speise bekommen könnte, würde ich den Fasttag halten und so die Asketenpflichten erfüllen können.» - «Gut», antwortete jener, «ich werde dir Speise geben» und im Gespräch mit ihm sprach er den ersten Vers:

**«Sieben rote Karpfen hab' ich  
aus dem Fluss ans Land ge-  
bracht.**

**Das, Brahmane, kann ich bieten.  
Iss und bleib im Wald zur  
Nacht!»**

«Lass es nur bis morgen früh», antwortete der Brahmane, «ich werde später daran denken» und ging zum Schakal.

Auch der fragte: «Brahmane, warum stehst du hier?» und der andere erwiderte ebenso. «Gut», sagte der Schakal, «ich werde dir etwas geben» und im Gespräch mit ihm sprach er den zweiten Vers:

**«Die Eidechs', ein Topf saurer  
Milch, zwei Spiesse Fleisch,  
das Mahl, Zur Nacht bestimmt,  
das ich mit List dem  
Dorfflurhüter stahl,  
Das biet' ich dir, Brahmane. Iss  
und bleib im Waldestal!»**

«Lass es nur bis morgen früh», antwortete der Brahmane, «ich werde später daran denken» und ging zum Affen. Auch der fragte: «Brahmane, warum stehst du hier?», und der andere erwiderte ebenso. «Gut», sagte darauf der Affe, «ich gebe dir etwas» und im Gespräch mit ihm sprach der den dritten Vers:

**«Reife Mangos, kaltes Wasser,  
Schattenkühl an schöner Halde,  
Das Brahmane, kann ich bieten.  
Iss und bleib zur Nacht im Wal-  
de!»**

«Lass es nur bis morgen früh», antwortete der Brahmane, «ich werde später daran denken» und ging zu dem weisen Hasen. Auch der fragte: «Warum stehst du hier?», und der andere erwiderte ebenso. Als der Bodhisatta das hörte, sagte er erfreut: «Brahmane, du hast wohl daran getan, dass du um Speise zu mir gekommen bist. Jetzt werde ich dir eine Gabe geben, wie ich sie noch nie gegeben habe. Du aber sollst den Geboten getreu kein Leben vernichten. Geh, Lieber, suche Holz auf, mache ein Kohlefeuer und sag es mir an!

Mich selbst opfernd, will ich mitten in die Kohlen springen; du aber sollst, wenn mein Leib gebraten ist, das Fleisch essen und die Asketenpflichten erfüllen» und im Gespräch mit ihm sprach er den vierten Vers:

**«Keinen Sesam hat der Hase,  
keinen Reis und keine Bohnen.  
Brat mich selbst an diesem  
Feuer! Iss und bleib im Walde  
wohnen!»**

Als Sakka seine Worte gehört hatte, schuf er durch seine übernatürliche Macht einen Kohlenhaufen und meldete es dem Bodhisatta. Der erhob sich von seinem Lager aus Kusagras und ging dorthin. «Wenn kleine Tiere in meinen Haaren sind, sollen sie nicht umkommen», sagte er und schüttelte sich dreimal und dann brachte er seinen Körper als Gabe dar. Er sprang auf und wie ein Königsschwan in eine Lotusgruppe stürzte er heiteren Sinnes in den Kohlenhaufen hinein. Das Feuer aber konnte nicht einmal eine Haarpore am Körper des Bodhisatta heiss machen. Es war, als ob er in Schnee gesprungen wäre. Da wandte er sich an Sakka und sagte: «Brahmane, das Feuer, das du angemacht hast, ist überkalt. Es kann nicht einmal eine Haarpore an meinem Körper heiss machen. Was bedeutet das?» - «Weiser, ich bin kein Brahmane. Ich bin Sakka, der gekommen ist, um dich auf die Probe zu stellen.» Da stiess der Bodhisatta den Löwenruf aus. «Wenn auch ausser dir, Sakka, die ganze Welt mich wegen meiner Freigebigkeit auf die Probe stellte, so würden sie mich nicht unwillig zum Geben finden.» - «Weiser Hase», sagte Sakka zu ihm, «deine Tugend soll ein ganzes Weltalter hindurch bekannt sein.»

Und damit zerquetschte er einen Felsen und zeichnete mit dem Saft des Felsens das Bild des Hasen in die Mondscheibe. Dann verabschiedete er sich von dem Bodhisatta, bettete ihn auf das zarte Kusagras dort im Dickicht jenes Waldes und ging wieder nach seinem Göttersitze. Die vier Weisen aber lebten einträchtig zusammen, erfüllten die Gebote, beachteten die Fasttagsbräuche und fuhren dahin nach ihren Werken.



## Atelier für Streichinstrumente

An- und Verkauf, Mietinstrumente,  
Neubau, Reparaturen, Bogen, Saiten,  
Etuis und Zubehör.

Öffnungszeiten Atelier:  
Montag bis Freitag vormittags nach Vereinbarung,  
nachmittags 14–18 Uhr · Sa 10–14 Uhr



CARABALLO GEIGENBAU

Römerstrasse 191 · 8404 Winterthur  
Tel. 052 242 16 11  
[www.caraballo-geigenbau.ch](http://www.caraballo-geigenbau.ch)

18246



 [sre-architekten.ch](http://sre-architekten.ch)  
Sabine Stindt Rhiner  
David Rhiner  
Michel Cuendet 

# musikschule - **prova**

die Musikschule für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

### Viele Musikinstrumente:

- Hackbrett
- Mundharmonika
- Fagott
- Posaune
- Saxophon
- Akkordeon
- Cajón
- Alphorn
- Oboe
- Harfe
- ...und viele weitere



### Diverse Ensembles:

- Chöre für Kinder
- Chöre für Erwachsene
- Eltern-Kind-Angebote
- Klezmer- & Balkan-Ensemble
- Streicher-Ensembles
- Rock-Pop-Bands
- Djembé-Gruppen
- Senioren-Orchester
- Irish Folk
- Jazz-Combo
- ...und vieles mehr



Musikschule Prova - Archstrasse 6 - 8400 Winterthur - [www.prova.ch](http://www.prova.ch)

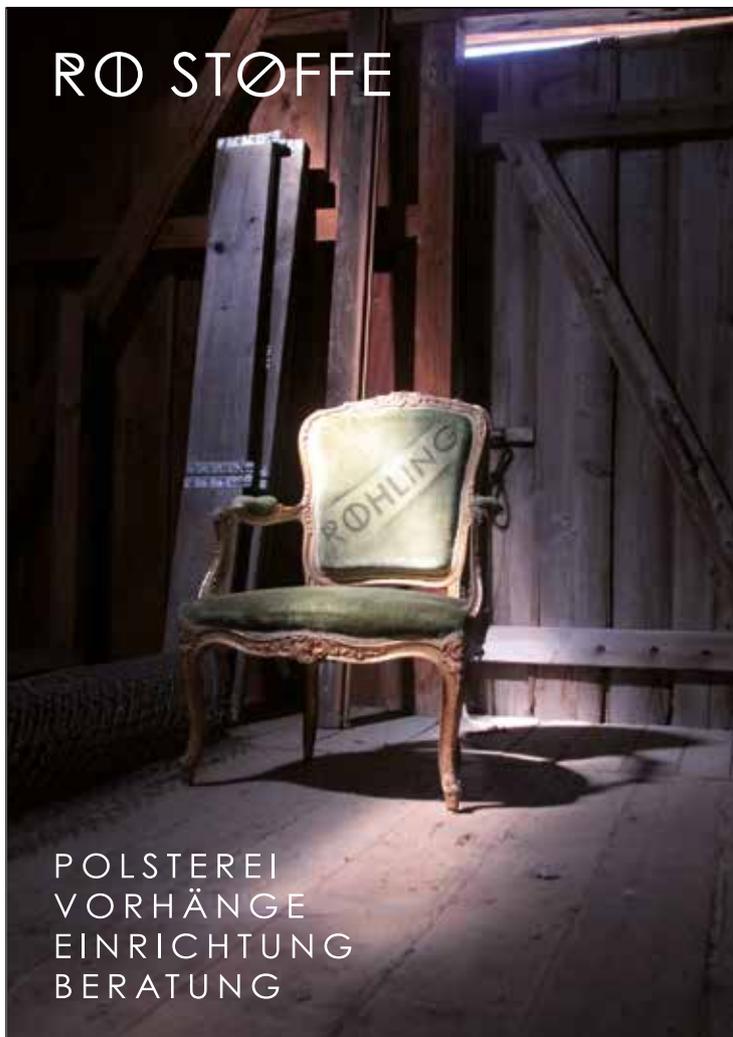
- 01.02. Ayurveda für die Frau | Ayurfood
- 02.02. Knäckebrot & Tunke | Susanne Bloch NEU
- 09.02. Baguette Workshop | Streusel
- 11.02. **Primo Vegan** | Amore vegan NEU  
erste Schritte in die vegane Küche NEU
- 21.02. Focaccia - Backen mit lievito madre | Susanne Bloch
- 24.02. Cook 'n' eat Grundkurs Lowcarb | genussvollanders
- 28.02. Pizza & Pinsa | Pepespizzaandmore

### SAVE THE DATE

04.03. Tag der offenen Tür  
Jubiläumsfest 5-Jahre AtelierFoif



RÖ STÖFFE



POLSTEREI  
VORHÄNGE  
EINRICHTUNG  
BERATUNG



*Mit Freude Leben.ch*

Den Körper fördern, die Seele füttern - glücklich,  
liebend und zufrieden

**Schöne Steinerherzen für  
Geschenke von Herzen**

Selbst aussuchen - Termin nach Vereinbarung  
079 733 3390 - Ralph Levin

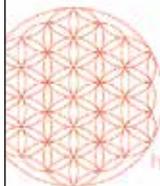
Massageroller  
Lapis Vitalis  
Tsesit  
Kryptomelan  
Handschmeichler  
Heilsteine

Neu: Fotos auf Schieferplatten gedruckt

[www.mitfreudeleben.ch](http://www.mitfreudeleben.ch)  
[ralph@hallolevin.ch](mailto:ralph@hallolevin.ch)

Musik zum Geniessen und Meditieren  
...und vieles mehr

hallolevin, Ralph Levin, 8304 Wallisellen



musik

**spiri**

klingt gut

**«Jetzt als Trio»**

**spiri.ch**

Winterthur  
Gossau SG  
Meilen

# Meditationskurs

**Meditation ist ein kürzeres oder längeres Innehalten vom Getriebe des alltäglichen Seins.**

Dabei wird die Aufmerksamkeit auf das weniger Offenbare gerichtet. Das kann je nach Ausrichtung die Natur des eigenen Wesens sein oder das Wesen der äusseren Natur. Die in der Meditation auftretende Ruhe hat einen hohen salutogenetischen Wert und gilt als probates Mittel zur Stressreduktion und zur Gewährwerdung der eigenen seelischen Situation. Entgegen landläufiger Meinung führt sie aber nicht aus- sondern in die Welt hinein. Meditation fördert die Verbindung zum eigenen Selbst und verbindet einen mit der Welt. Doch wie meditiert man eigentlich?

Dieser fortlaufende, zweiwöchentliche Kurs beginnt mit einer Einführung in die Grundprinzipien der Meditation und beinhaltet verschiedene Meditationstechniken auf Basis der Achtsamkeits- und der anthroposophischen Meditation. Die einzelnen Abende dienen der Pflege einer regelmässigen Meditationspraxis im Allgemeinen und der Entwicklung einer spirituellen Menschenkunde.

*Angeleitet wird der Kurs von Markus Buchmann*

Der Kurs steht allen Interessierten – Anfängern wie Geübte – offen. Die «Lektionen» bauen zwar aufeinander auf, können aber auch sporadisch oder erst mal zum Kennenlernen besucht werden.

**Kosten: 25 Franken /Abend**

**Anmeldung:**

**Markus Buchmann**

**markus.buchmann@swissonline.ch oder 077 425 11 04**

**Zeit: jeweils 19 – 21 Uhr**

**Ort: Seminarraum Baronenscheune, Badgasse 3, Winterthur**

**Start: Mittwoch 22. März**

**weitere Termine bis zu den Sommerferien: 5/19.4. 3/17.5. 14/28.6. 12.7.**

Gesundheit selbst bestimmt



Das wichtigste Ziel unseres Handelns und Denkens ist die Gesunderhaltung und Genesung unserer Kundschaft. Wir setzen jeden Tag mit Freude und Elan unsere Kompetenz, Energie und unser Engagement dafür ein, dieses Anliegen zu realisieren.

• **Homöopathie** • **Spagyrik** • **Vitalstoff-Beratung** • **und vieles mehr**

Wir hören Ihnen zu. Ihre Gesundheitsanliegen werden zu unserer gemeinsamen Aufgabe. Wir unterstützen Sie mit schulmedizinischen oder komplementärmedizinischen Lösungswegen. Genau so, wie es für Sie optimal passt.



**Öffnungszeiten**  
Montag bis Freitag:  
08:00-18:30 Uhr  
Samstag:  
08:00-16:00 Uhr  
Sonntag:  
geschlossen