



## ADVENTSFEST

29. NOVEMBER 2025

### TERMINE

Mittwoch, 26. Nov	7:40	Handlung für Schüler*innen der Freien Religion / Pavillon
Donnerstag, 27. Nov	17:30	Konzert zur Einstimmung der Adventszeit, Klassen 3-8 / Theater LEO17
	19:00	Klassen 9-12 / Theater LEO17
Samstag, 29. Nov	13:00 - 18:00	Adventsfest mit Balkonsingen der Unterstufe und des Projektchors zur feierlichen Eröffnung
Samstag, 6. Dez	9:00 - 12:00	Tag der offenen Tür für interessierte Eltern: Teilnahme nur nach Voranmeldung!
Donnerstag, 11. Dez	20:00	EVK / Zeichensaal
Mittwoch, 17. Dez.	19:30 - 20:30	Christgeburtspiel / Theater LEO17
Donnerstag, 18. Dez.	10.00 - 11.00	Christgeburtspiel / Theater LEO17

### BITTE **VOR** DEM ADVENTSFEST **ALLES** MITNEHMEN

Am Freitag, den 28.11. beginnt ab 14 Uhr der Aufbau für unser schönes Adventsfest. Bitte denken Sie daran, dass bis dahin ALLES aus den Garderoben (und mglw. auch Klassenzimmern) mitgenommen wird (Jacken, Hausschuhe, Mützen, etc.). Wir wollen unsere Gäste in einem schönen Schulhaus willkommen heißen und freuen uns, wenn Sie uns dabei unterstützen.

Vielen Dank!

Judith Huber aus dem Schulbüro

### DRINGEND GESUCHT: **REISEFÜHRER** FÜR UNSER GEOGRAFIE-SCHREIBPROJEKT

Für ein kreatives Schreibprojekt im Geografieunterricht der 6. Klasse suchen wir Reiseführer, die entweder **nicht mehr benötigt** werden oder die wir **nach einem Jahr gerne wieder zurückgeben (Bitte beschriften!)**.

Die Schülerinnen und Schüler erstellen eigene **Reisetagebücher** und benötigen dafür möglichst unterschiedliche und anschauliche Materialien.



**Gesucht werden Reiseführer zu folgenden Ländern und Regionen:**

Andorra, Bäreninsel, Bulgarien, Estland, Färöer-Inseln, Georgien, Griechenland, Grönland, Großbritannien, Jan-Mayen-Insel, Königsberg, Lettland, Liechtenstein, Litauen, Luxemburg, Mazedonien, Menorca, Moldawien, Monaco, Niederlande, Österreich, Rhodos, Schweden, Schweiz, Shetland-Inseln, Spitzbergen, Türkei, Ukraine, Ungarn, Weißrussland.

Wer einen passenden Reiseführer zur Verfügung stellen möchte, kann ihn **im Sekretariat der Schule** abgeben.

Wir bedanken uns schon jetzt herzlich für jede Unterstützung – sie macht unser Projekt lebendig und eröffnet den Kindern neue Perspektiven auf die Welt!

Viola Clasen für die 6. Klasse

## **LIVESTREAM MEDIEN & GESUNDHEIT TEIL 3: SOCIAL MEDIA & GAMING IN DER JUGEND**

**TikTok, Instagram, Fortnite & Co. – zwischen sozialer Zugehörigkeit und digitaler Überforderung**

**Mittwoch, 3.12.2025 18:00 bis 21:30 Uhr**

Social Media und Gaming gehören längst zum Alltag unserer Jugendlichen – das bringt Chancen mit sich, birgt aber oft auch erhebliche Risiken. Gleichzeitig reagieren Schulen und Politik zunehmend:

Immer mehr Schulen führen Handyverbote ein, mehrere Länder arbeiten aktiv an Altersbeschränkungen für Social-Media-Plattformen, und Fachpersonen diskutieren, wie digitale Räume gestaltet sein müssen, damit sie Entwicklung fördern statt belasten.

**In diesem interaktiven Abend gehen wir folgenden Fragen nach:**

- Wie wirken Social Media und Games auf die seelische und neurologische Entwicklung?
- Welche Risiken und Schutzfaktoren sind wissenschaftlich belegt?
- Welche Rolle spielen Verbote, Altersgrenzen – und wo braucht es pädagogische und therapeutische Begleitung?
- Wie können wir Jugendliche stärken, statt nur zu regulieren?

Der Abend verbindet aktuelle Forschung, klinische Erfahrung, Aspekte der Waldorfpädagogik und der Anthroposophischen Medizin und praktische Orientierung für Eltern, Pädagog:innen, Therapeut:innen und alle, die Jugendliche begleiten.

**Das detaillierte Programm finden Sie unter:** [https://www.gaed.de/sites/default/files/2025-11/Programm\\_LS\\_Teil3\\_03.12.2025.pdf](https://www.gaed.de/sites/default/files/2025-11/Programm_LS_Teil3_03.12.2025.pdf)

**Buchung der Veranstaltung unter:** [www.webinar.gaed.de/booking](http://www.webinar.gaed.de/booking)

Lehrer und Eltern der Waldorfschulen können den Livestream nach vorheriger Anmeldung auf der Seite der GAÄD mit folgendem **Gutscheincode** ermäßigt für 25€ buchen:

**dLS25T1-T3**

Jetzt buchen – später anschauen: Neben Teil III sind Teil I und Teil II mit diesem Gutscheincode über die Mediathek auch noch nachträglich buchbar.

Barbara von den Driesch



## WORKSHOP „SELBSTLIEBE & SELBSTWERT“ IN DER 4. KLASSE

Liebe Schulgemeinschaft,

in der vergangenen Woche fand in der 4. Klasse ein besonderer Workshop zum Thema Selbstliebe und Selbstwert statt. Ziel war es, den Kindern auf spielerische und zugleich tiefgehende Weise zu vermitteln, wie wichtig ein liebevoller Umgang mit sich selbst ist.

Zu Beginn lasen wir gemeinsam einen kurzen Text über die Bedeutung von Selbstliebe und sprachen darüber, warum es manchmal gar nicht so leicht ist, gut zu sich selbst zu sein. Anschließend füllten die Kinder einen Fragebogen aus, mit dem sie herausfinden konnten, wie sehr sie sich bereits selbst mögen und in welchen Bereichen sie vielleicht noch etwas freundlicher zu sich sein könnten.

Ein besonders eindrucksvoller Teil des Workshops war die Arbeit mit positiv und negativ formulierten Satzstreifen – etwa „Ich bin schön“ / „Ich bin hässlich“. Gemeinsam reflektierten wir, welche Gefühle negative Aussagen in uns auslösen. Die Kinder durften anschließend die negativ formulierten Sätze abreißen und symbolisch „entsorgen“ (in den Papierkorb werfen) – ein befreiender Moment, der vielen sichtbar gut tat.

Als Hausaufgabe sollten alle Kinder ein persönliches „Hosentaschentuch der Selbstliebe“ basteln, ein kleines Erinnerungstuch, auf dem sie notieren konnten, was sie an sich selbst mögen und welche positiven Rückmeldungen sie von anderen erhalten haben. Hierzu erhielten sie eine entsprechende Vorlage mit Anleitung, die auch besprochen wurde. Dieses Tuch soll sie im Alltag daran erinnern, freundlich und wertschätzend mit sich selbst umzugehen.

In der kommenden Woche wird es noch eine kurze Aufbaueinheit geben, in der wir die Inhalte vertiefen und weiter daran arbeiten, das eigene Selbstwertgefühl zu stärken.

Kathrin Schmid – Schulsozialarbeit

## LERNCOACHING-WORKSHOP IN DER 12. KLASSE

Liebe Schulgemeinschaft,

am vergangenen Mittwoch fand in der 12. Klasse ein Lerncoaching-Workshop statt, diesmal wieder mit einem externen Fachreferenten.

Der Workshop hatte zum Ziel, die Schüler dabei zu unterstützen, ihre persönlichen Lernstrategien weiterzuentwickeln und effektiver zu gestalten. Inhalte wie „gehirngerechtes Lernen“, „Konzentration“, „Merkfähigkeit“ und „erfolgreiche Prüfungsvorbereitung“ standen im Mittelpunkt.

Besonders erfreulich war, wie engagiert die Jugendlichen mitarbeiteten: Gegen Ende wurden noch abschließende Fragen gestellt, sodass der Workshop sogar freiwillig in die Pause hinein verlängert wurde – ein deutliches Zeichen für das große Interesse und den Nutzen der Veranstaltung.

Auch die 11. Klasse wird von diesem Angebot profitieren: Für sie ist ein Workshop im Dezember geplant.

Kathrin Schmid – Schulsozialarbeit



## BARRIEREFREIE WOHNMÖGLICHKEIT GESUCHT

Eine ehemalige Waldorfschülerin sucht eine barrierefreie Wohnung. – Es ist eine besondere Geschichte, die ich hier kurz erzählen möchte.

Noch bevor ich als Lehrerin an die Schule kam, habe ich einen Sommer lang eine Siebzehnjährige unterrichtet. Das junge Mädchen musste sich damals einer Krebstherapie unterziehen und hatte sich gewünscht, als Ausgleich dazu Bücher zu binden und Buntpapiere und Schachteln zu machen. Es wurde trotz allem ein sehr fröhlicher Sommer für uns beide, mit vielen schönen Ergebnissen.

Sie wurde gesund und zog nach London, führte ein selbstbestimmtes freies Leben und bekam einen Sohn. Und wurde dann abermals krank: Multiple Sklerose.

Nun ist sie wieder zurück in München und sucht eine Wohnung, in der sie mit ihrem mittlerweile neunzehn Jahre alten Sohn wohnen könnte, oder, falls es eine größere Wohnung wäre, auch gemeinsam mit Freunden, die bereit sind, ihr im Alltag zu helfen. Am liebsten wäre ihr etwas Grün um sie herum, ein kleiner Garten oder ein Zugang zur Natur.

Sie ist mittlerweile um die 50 und so ziemlich der fröhlichste Mensch, den ich kenne. Ich weiß, in München käme eine solche Wohnung einem Lottogewinn gleich, aber ich möchte es in ihrem Namen wenigstens versuchen. Vielen Dank!

Kontakt: Ulla Will über die Anschrift der Redaktion [redaktion@waldorfschule-schwabing.de](mailto:redaktion@waldorfschule-schwabing.de).

Ulla Will



Herausgeber: Rudolf-Steiner-Schule Schwabing / Leopoldstraße 17 / 80802 München  
Telefon 089-38 01 40-0, Fax 089/38 01 40 50 / [www.waldorfschule-schwabing.de](http://www.waldorfschule-schwabing.de)  
Mitglied im Bund der Freien Waldorfschulen // Redaktion Wochenblatt / verantwortlich:  
Claudia Brancato, Judith Huber, Suzanne Söllner // [redaktion@waldorfschule-schwabing.de](mailto:redaktion@waldorfschule-schwabing.de)  
Bankverbindung: Bank für Sozialwirtschaft / IBAN: DE88 3702 0500 0007 8280 00 /  
BIC: BFSWDE33XXX