

Der Mensch
als Schlüssel zur Natur
Freie Waldorfschulen Magdeburg und Thale

facetten

Magazin der Freien Waldorfschulen Magdeburg und Thale

24

kostenlos
2025/2026



NATURATA



feine räder

Biomarkt



Bistro & Pizzeria



Fahrrad-Fachgeschäft



Naturata hat vieles - manches hat nur Naturata.

Veranstaltungsraum



Bio-Catering für Kitas, Firmen & Events



50% sparen
Pizza Gutscheine

* 1 Pizza bezahlen und 1 Pizza gratis.
Die günstigere Pizza ist gratis.
Gilt nur für den Verzehr vor Ort im
Bistro. Gültig bis zum 31.08.2025



Biomarkt Naturata & Feine Räder e.K.

Liebknechtstr. 35-39

39108 Magdeburg

www.naturata-magdeburg.de

*Liebe Leserin,
lieber Leser,*

für den richtigen Umgang mit der Ernährung gibt es viele Sprichwörter und Volksweisheiten. In Bulgarien zum Beispiel habe ich gelernt, man soll morgens essen, als sei man allein – um eine gute Grundlage für den Tag zu schaffen – mittags wie mit Freunden und abends wie mit Feinden – die lassen wenig übrig...

Andere schwören auf „Intervallfasten“, also eine große Pause zwischen einer möglichst frühen letzten Mahlzeit am Nachmittag und einem möglichst späten Frühstück, damit der Körper restlos verarbeiten und Reserven aktivieren kann.

Besonders schön finde ich auch den Spruch „An apple a day keeps the doctor away“, wobei oft missverstanden wird, es genüge, den Apfel zu allem anderen noch dazu zu essen. Das Sprichwort spricht aber nicht von anderen Dingen. „An apple a day“ meint wohl: „Only an apple a day. Nothing else.“

In der „Dreigroschenoper“ von Bertolt Brecht wiederum hören wir, „Zuerst müsst ihr uns was zu fressen geben, dann könnt ihr reden – damit fängt es an!“

...Erst kommt das Fressen, dann kommt die Moral.“

Wie auch immer - dass eine gesunde Ernährung eine wichtige Grundlage ist, selbst gesund zu bleiben und

zu werden und gut lernen und arbeiten zu können, leuchtet ein. Deshalb sehen wir es auch als Aufgabe unserer Schulen an, uns in den verschiedenen Schulstufen von unterschiedlichen Seiten mit dem Thema Ernährung zu beschäftigen.

Das vorliegende Heft gibt einen vielfältigen Einblick von der Unterstufe über den Hort bis zu Projekten der Oberstufe. Neben unseren beiden Schulen Magdeburg und Thale kommt auch die Freie Waldorfschule Dessau zu Wort, mit der wir zusammenarbeiten.

Praktische leckere Rezepte sind ebenfalls nicht vergessen. Deshalb wünsche ich diesmal nicht nur viel Spaß beim Lesen, sondern auch: Guten Appetit!

Christward Buchholz

Christward Buchholz
Geschäftsführer



Impressum

Herausgeber:

Freie Waldorfschule Magdeburg e.V.
Kroatenuhne 3 | 39116 Magdeburg
Telefon: 0391-611 61 90
mail@waldorfschule-magdeburg.de
mail@waldorfschule-thale.de

Erscheinungsweise: „facetten“ erscheint 1x jährlich, unabhängige Zeitschrift für Bildung und Kultur.

Ausgabe: Nr. 24, April 2025

Auflage: 3.000 Exemplare

Anzeigen:

presse@waldorfschule-magdeburg.de

Redaktion: Arbeitskreis Öffentlichkeitsarbeit, Lehrer:innen und Erzieher:innen der Schulen

Layout und Satz: Katrin Freund, Martin Liedecke und Oliver Freund

Fotos: Freie Waldorfschule Magdeburg und Thale

Vertrieb: kostenlose Verteilung in Thale, Magdeburg und Umgebung



Inhalt

Süß ist das Licht	6
Ein Porträt zum Gartenbauunterricht an der FWS in Thale	
Das grüne Klassenzimmer	10
Ein Gespräch über Pflanzen und Pädagogik	
Die drei Schwestern	14
Mischkultur im praktischen Versuch	
Zwischen Kuhmist, Rosen und 300 Volontären aus aller Welt	16
Das Landwirtschaftspraktikum der Klasse 10 B	
Eine Handvoll Körner auf der Wildschwein-Autobahn	18
Kinder fragen, Bauer Jonas antwortet	
Von der Schulküche auf den Tisch	23
Projektwoche: Spanische und lateinamerikanische Küche	
450 Mahlzeiten täglich frisch	28
Einblick in die Schulküche	
Der Duft von frischem Brot	32
Brot backen nach altem Geheimrezept Thale	
Vom natürlichen Instinkt zur bewussten Wahl	34
Ernährungskunde in der 7. Klasse	
Natur hautnah	36
Schüler:innen aus Thale im Praktikum	
Herr Löffel, ihr seid ein großer Töffel	39
Von Christian Morgenstern bis zum selbstgeschnitzten Besteck	
Bienen in der Schule	42
oder lasst uns in die Schule der Bienen gehen	
Die Natur begleiten	47
Gartenbau in der Mittelstufe Thale	
Experimentierfeld: Hauswirtschaft	50
Eine siebte Klasse entwirft sich ein neues Unterrichtsfach Dessau	
Termine und Ansprechpartner	54





Süß ist das Licht

Ein Porträt zum
Gartenbauunterricht an
der Freien Waldorfschule
in Thale

Wie an Waldorfschulen üblich, gibt es auch an unserer Schule ab der Mittelstufe Gartenbauunterricht in den Klassen sechs bis acht. Darüber hinaus haben die Schülerinnen und Schüler in der dritten Klasse mit der Ackerbauepoche, in der neunten Klasse mit dem Forstpraktikum und in der zehnten Klasse mit der Baumschnitt- und Veredelungsepoche sowie dem abschließenden Landwirtschaftspraktikum die Möglichkeit, verschiedene Facetten der Natur praktisch zu erleben. Als einzügige Schule stehen uns in diesem Schuljahr 60 Schülerinnen und Schüler zur Verfügung, die den ca. 3000 m² großen Schulgarten und Teile des Schulgeländes pflegen, gestalten und bewirtschaften.

Ackerbauepoche – erste Erfahrungen im Schulgarten

Oft steht im Herbst in den dritten Klassen die Ackerbauepoche an. Dabei beschäftigen sich die Schülerinnen und Schüler zunächst mit dem Element Erde und seinen Unterschieden. Was bedeutet zum Beispiel Lehm Boden und woran erkennt man ihn? Welche Besonderheiten hat Sandboden? Anschließend geht es darum, das Korn in seiner Vielfalt kennenzulernen. Welche Getreidearten gibt es? Wie sind sie aufgebaut und worin unterscheiden sie sich? Im Grunde geht es darum, wie Brot entsteht und wie es den Menschen ernähren kann. In der 3. Klasse werden politische, gesellschaftliche und soziale Aspekte noch nicht behandelt. Ganz im Sinne einer gesunden Entwicklung des Urvertrauens bleiben wir bei dem Bild, dass die Welt schön ist und es sich lohnt, in ihr zu leben. In dieser Entwicklungsphase ist es nicht angebracht, den Kindern alles Wissen der Erwachsenen aufzudrängen, vielmehr







sollen die Kinder durch Erleben lernen können. Natürlich wächst mit jeder neuen Seite im Heft der Tatendrang, einmal selbst aktiv werden zu dürfen, denn von den Großen wissen die Kinder, dass auch sie ein Feld bestellen dürfen. Im Garten angekommen, gilt es den großen schweren Pflug zu erkunden und seine Funktionsweise kennenzulernen, um am Ende ernüchert festzustellen, dass wir den Ochsen oder das Pferd, welche früher vor den Pflug gespannt wurden, gar nicht zur Verfügung haben. Was also bleibt, sind die vereinten Kräfte und der Wille, den Acker mit Hilfe des Pfluges aufzubrechen. Nach dieser anstrengenden und

schweißtreibenden Arbeit folgt das Eggen. Mit Herz, Hand und Verstand sind die Kinder bei der Sache und freuen sich über ihre tatkräftige Arbeit, um am Ende das Korn säen zu können.

Getreu dem Spruch von Conrad Ferdinand Meyer: „Bemeßt den Schritt! Bemeßt den Schwung! Die Erde bleibt noch lange jung! Dort fällt ein Korn, das stirbt und ruht. Die Ruh ist süß. Es hat es gut. Hier eins, das durch die Scholle bricht. Es hat es gut. Süß ist das Licht. Und keines fällt aus dieser Welt. Und jedes fällt, wie's Gott gefällt“, wird der Acker Stück für Stück bestellt. ●



FLORIAN LANG ist ausgebildeter Erzieher. Aufgewachsen in Blankenburg und im Erzgebirge, arbeitet er seit 2015 an der Freien Waldorfschule Thale. Entsprechend der Familientradition stand der Berufswunsch schon früh fest. Nach seiner Berufsausbildung zum Erzieher arbeitete er einige Jahre in der stationären und teilstationären Jugendhilfe, bis es ihn aus familiären Gründen an die Freie Waldorfschule Thale verschlug. In den ersten Jahren arbeitete er noch als Hortner und absolvierte erfolgreich die Ausbildung zum staatlich anerkannten Waldorfpädagogen. Mit dem Schuljahr 2021/2022 wechselte er in den Fachbereich Gartenbau der Schule und ist seitdem für den Gartenbauunterricht in den Klassen 6 bis 8 sowie für die Praktika in der Oberstufe verantwortlich.

“ Wir haben von den Körnern ein bisschen genascht, um zu kosten, was da wachsen wird.

Begonnen haben wir im Frühjahr 2024. Am Anfang haben wir den Acker vorbereitet, indem wir Unkraut herausgezogen haben. Nach dieser anstrengenden Arbeit haben wir unser Feld im Schulgarten für die Sommersaat gepflügt und geeggt. Eigentlich wird ein Pflug von Pferden oder Ochsen gezogen, aber mit einer Schulklasse ging das auch sehr gut. Herr Lang hat den Pflug geschoben, während wir gezogen haben. Wir haben ungefähr 10 Runden gepflügt und dabei sehr geschwitzt. Das Getreide haben wir gepflanzt, indem wir den Weizen und das Einkorn auf das gepflügte und geeggte Feld geworfen haben. Und das hat viel Spaß gemacht. Wir haben von den Körnern ein bisschen genascht, um zu kosten, was da wachsen wird. Den kleinen Acker haben wir für die Kartoffeln vorbereitet, die wir auch gepflanzt haben. Die Kartoffeln wurden in der Erde vergraben und das Getreide haben wir mit Planen abgedeckt. Für die Ernte des Getreides hatten wir zwei Sicheln, mehrere Gartenscheren und wer wollte, konnte auch seine Hände benutzen. Als das Getreide geerntet war, haben wir es zu Bündeln gebunden. Dann haben wir eine Plane auf den Boden gelegt und die Ernte auf die Plane gelegt. Und dann konnten wir dreschen. Einen Dreschflegel kann man sich so vorstellen wie einen langen Stock, an dem ein kürzerer Stock hängt. Um zu dreschen, nimmt man den Dreschflegel über die Schulter und schleudert dann den kleinen Stock auf das Getreide, damit die Körner sich aus den Ähren lösen. In den Ähren sind die Getreidekörner aufgereiht und eingeschlossen. Danach haben wir das Gedroschene, also die Ährenstückchen und Getreidekörner, in eine Schüssel gefüllt. Dann haben wir uns ans Werk gemacht und die Getreidekörner raus sortiert und in eine andere Schüssel gefüllt. Die Getreidekörner haben wir dann in der kleinen Mühle, die Frau Buller mitgebracht hat, gemahlen. Aus unserem selbst gesäten und selbstgeernteten Getreide haben wir am Ende 175g Mehl bekommen. Die Kartoffeln haben wir mit Grabegabeln und Spaten ausgegraben und daraus haben wir uns Ofenkartoffeln gemacht. Die haben lecker geschmeckt.

Schülerberichte

In der 3. Klasse hatten wir die Ackerbauepoche. Wir sind mit Frau Buller und Herrn Lang in den Schulgarten gegangen. Als Erstes sind wir zum Feld gegangen. Da haben wir mit der Grabegabel und dem Spaten das Unkraut gelockert und rausgeholt. Als nächstes haben wir gepflügt. Herr Lang hat geschoben und wir haben den Pflug gezogen. Es hat uns allen viel Spaß gemacht. Als nächstes haben wir geeggt. Olivia saß auf der Egge und wir haben gezogen. Als nächstes haben wir Kartoffeln gepflanzt. Dann mussten wir eine Weile warten. Als nächstes haben wir die Kartoffeln geerntet. Dann mussten wir den Boden wieder frei von Unkraut machen. Dann haben wir das Einkorn und den Winterweizen gesät. Darauf haben wir einen Schutz vor Vögeln gelegt, durch den Wasser durchkommt. Als das Getreide reif war, haben wir es mit der Sichel abgesenst und eingewickelt. Wir haben es mit Schubkarren in die Schule gebracht. Dann haben wir die Ähren gedroschen und danach haben wir es gemahlen.

Friedrich Reim, 4. Klasse,
Freie Waldorfschule Thale

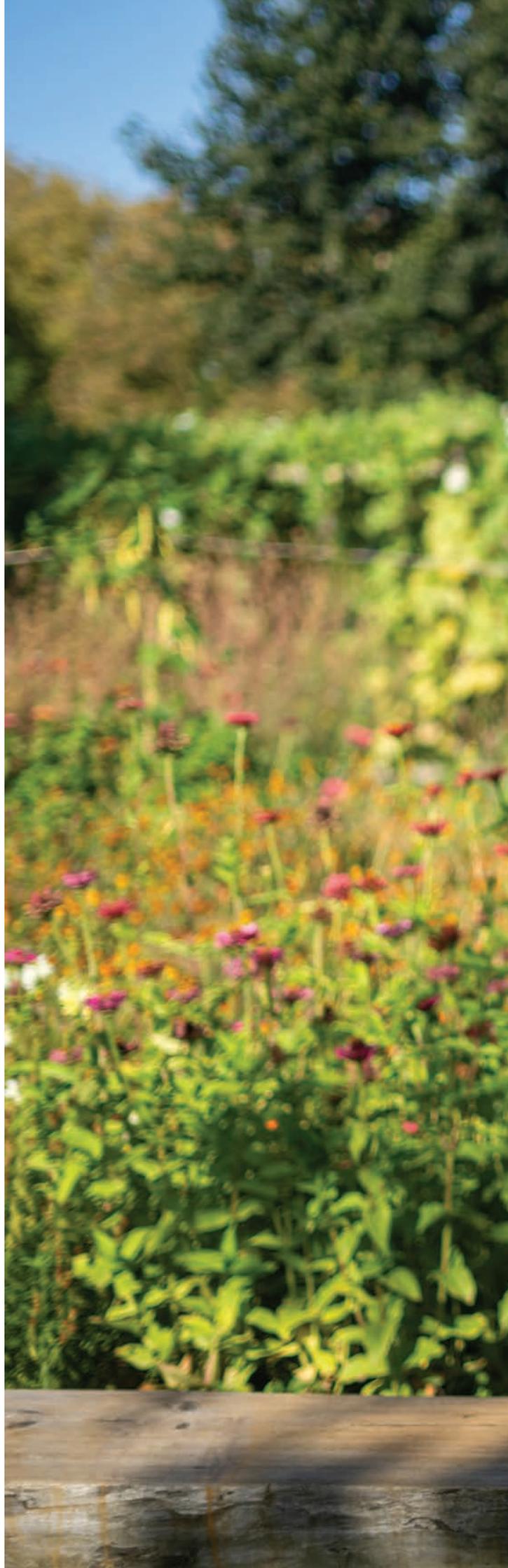
Margareta Hubert, 4. Klasse,
Freie Waldorfschule Thale



Das grüne Klassenzimmer

Ein Gespräch über Pflanzen und Pädagogik

Seit August letzten Jahres streife ich regelmäßig durch unseren Schulgarten - meist mit meiner Kamera in der Hand. Ich sah die letzten Blüten des Sommers und wie unsere Bienen noch die letzten Reste Blütenstaub einsammelten, beobachtete, wie die Blätter im Herbst fielen und sah, wie der Schnee im Winter die Blumenbeete bedeckte. Und jetzt, im Frühling, erwacht alles wieder zum Leben. Bei diesen Streifzügen begegnete ich immer wieder unserer Gartenbaulehrerin Anja Jobs - mal alleine sich um die Beete und Pflanzen kümmernd, aber meist dabei unsere Schüler:innen bei den verschiedenen Aufgaben anzuleiten. Aus den Gesprächen, die sich dabei ergaben, entstand die Idee für dieses Interview. So kam es, dass wir uns im Dezember in unserer Ganztagschule trafen und sie stand mir eine Stunde Rede und Antwort zu ihren Anfängen an der Schule, ihren Aufgaben und wie der Schulgarten und damit die Natur selbst den Unterrichtsplan bestimmen.







Vielleicht kannst du dich kurz vorstellen und erzählen, seit wann du hier an der Waldorfschule Magdeburg unterrichtest?

Sehr gerne! Ich sagte 2019 zu meinem Mann, dass es toll wäre, wenn ich mit Landwirtschaft, Garten und Bienen mein Geld verdienen könnte. Wenige Tage später fand ich die Stellenausschreibung der Waldorfschule Magdeburg. Die Bedingungen waren ein naturwissenschaftliches Studium, Interesse am ökologischen Landbau und die Bereitschaft zur Weiterbildung. Ich dachte, das passt! Das mit dem Unterrichten konnte ich mir zwar nicht vorstellen, aber ich habe mich trotzdem beworben.

Das war im September/Oktober 2019. Ich wurde schnell angerufen und zum Vorstellungsgespräch eingeladen. Die Schule kannte ich schon vom Tag der offenen Tür, weil ich mich für meine Söhne dafür interessiert hatte. Ich war beeindruckt von dem Sportplatz, den physikalischen Experimenten und dem Werkstättenbereich. Ich finde, Schule sollte nicht nur aus dem Kopf heraus bestehen, sondern auch die Möglichkeit bieten, sich auszuprobieren und sich selbst kennenzulernen. Das war immer meine Vorstellung von Schule.

“ DA LIEGT SO EIN KÜRBIS UND WAS MACHEN WIR JETZT DARAUS?

Welche Klassen unterrichtest du seitdem und was sind deine Schwerpunkte? Und wann hast du festgestellt, dass das mit dem Unterrichten doch etwas für dich ist?

Ich unterrichte die 6. und 7. Klasse und meine Schwerpunkte sind Gartenbau, Küche und Ernährung. Frau Fechner hat die 8. Klassen. Wir achten immer darauf, dass der Unterricht altersgerecht ist.

Ich konnte mir am Anfang nicht vorstellen zu unterrichten. Meine Freude am Unterrichten habe ich festgestellt, als ich Deutschkurse für syrische Flüchtlinge gegeben habe. Da habe ich gemerkt, wie viel Spaß mir das macht. Und was ich so feststelle, ist, dass mir die Arbeit mit den Schülern unglaublich viel Spaß macht. Das ist, warum ich hier bin.

Ich hatte heute Morgen eine so schöne Stunde und wir haben Kürbiskernsuppe gekocht. Und überhaupt dieses „Da liegt so ein Kürbis“ und was machen wir jetzt daraus? Und warum ist das eine Panzerbeere? Und warum kann ich da jetzt die Schale mitessen? Und das Schöne ist, da sind immer so kleine Erlebnisse.

Wir hatten jetzt noch Hokkaido-Kürbisse und die verarbeite ich dann auch so kurz vor Weihnachten. Wir haben die Kürbiskerne in der Pfanne geröstet. Die machen Geräusche. Dann haben sie diese Schüssel ans Ohr gehalten und es knistert, wenn die so abkühlen. Das ist dann dieses „Ah, das wusste ich ja noch gar nicht.“ Es sind so diese kleinen Erlebnisse, die ich so großartig finde.

Ich versuche, in meinem Fach alle Sinne anzusprechen. Also Augen, Ohren, Zunge. Unsere Schüler:innen sollen riechen, schmecken und fühlen.



Wir haben uns jetzt über das Schuljahr so ein bisschen kennengelernt. Ich habe dich im Garten ab und zu besucht und es ist mit den Schüler:innen schon so, dass ihr zusammen den Weg geht vom Anpflanzen, Pflege, Ernten bis zur Verarbeitung.

Ja, und das tatsächlich, was ja auch ein großes Thema ist, im wiederkehrenden Rhythmus. Weil, man kann das zwar in der sechsten Klasse gemacht haben, aber es ist manchmal einfach so tröstlich zu erfahren, „ach ja, das machen wir jetzt wieder, diese Jungpflanzenanzucht“. Oder diese wiederkehrenden Arbeiten. Zum Beispiel im Frühjahr den Pferdemist auf den Beeten zu verteilen. Die Abläufe wiederholen sich - die Arbeiten ebenso. Wie man sich selber weiterentwickelt, erkennt man auch, dass man im Gartenbau fremdbestimmt ist. Du kannst nicht sagen: ‚Ich mache jetzt dies‘, und der Garten sagt dir aber was anderes. Ein großes Thema im Gartenbau ist die Wirkung zwischen Handlung und Konsequenz, oder Unterlassung und Konsequenz. Nirgendwo kannst du das authentischer erleben.

“
UNSERE SCHÜLER:INNEN
SOLLEN RIECHEN, SCHMECKEN
UND FÜHLEN.

Mittlerweile kommt der Frühling zurück und überall blüht es. In unserem Schulgarten sind wieder täglich Anja Jobs und ihre Kolleg:innen mit ihren Schüler:innen dabei, alles für das neue Gartenjahr vorzubereiten. Schon Goethe schrieb: „Vom Eise befreit sind Strom und Bäche, durch des Frühlings holden, belebenden Blick, im Tale grünet Hoffnungs-Glück“ und in unserem Schulgarten regt sich wieder das Leben.

Wer mehr über unseren Schulgarten erfahren möchte, findet das komplette Interview online auf unserer Schulhomepage (Link S.52) – voller Einblicke in Anjas Arbeit mit den Schüler:innen. Lasst euch vom Frühling inspirieren und entdeckt, was in unserem Garten und unserer Gemeinschaft blüht! ●

OLIVER FREUND ist seit August 2024 Referent für Presse und Öffentlichkeitsarbeit an der Freien Waldorfschule Magdeburg. Davor studierte er Deutsch und Geschichte an der Otto-von-Guericke-Universität und arbeitete nach dem Ende seiner Studienzeit an verschiedenen Theatern in Deutschland, unter anderem in den Bereichen Öffentlichkeitsarbeit, Regieassistentz und Regie.



Die Drei Schwestern

Mischkultur im praktischen Versuch

Seit etwa 3500 Jahren schon werden Mais, Kürbis und Bohnen in einer Mischkultur angebaut. Sie wachsen nicht in Konkurrenz zueinander, sondern jede Pflanze bringt etwas mit, was die anderen gut gebrauchen können. Die Bohnen ranken am Mais empor und der schnell wachsende Kürbis bedeckt mit seinen großen Blättern bald den Boden. So verhindert er, dass der Boden austrocknet und die Wildkräuter übermäßig wachsen.

Schon länger hat mich diese Form der Mischkultur interessiert und letztes Jahr habe ich dies gemeinsam mit Schüler:innen der 6. Klasse ausprobiert. Ein Beetstreifen wurde in Vorbereitung mit der Grabegabel ohne Umgraben sorgfältig gelockert und großzügig mit Mistkompost angereichert. Ein zweiter Beetstreifen wurde zu Vergleichszwecken ohne Dünger belassen (Das Foto zeigt das wesentlich üppigere Wachstum mit Pferdemit).

Damit uns die Schnecken nicht wieder die zarten Keimlinge wegfressen, haben wir den Mais und den Kürbis zunächst geschützt im Gewächshaus vorgezogen und erst als kräftige Jungpflanzen in das Beet gepflanzt. Die Stangenbohnen haben wir dann kreisförmig um den Mais direkt ins Beet gesät. Um die Pflanzen in den ersten Tagen vor dem Hasen zu schützen, der im Schulgarten lebt, haben wir zusätzlich einen Schutzzaun aus Kaninchendraht um die Pflanzungen angebracht.



Im Laufe der Zeit konnten wir auf den beiden Vergleichsbeeten den wesentlichen Einfluss von Dünger (hier Mistkompost) beobachten. Die Pflanzungen auf dem gedüngten Beet waren viel kräftiger, grüner und brachten einen deutlich höheren Ernteertrag. Durch die frühen Sommerferien haben wir den Erntetermin bei dem Zuckermais leider verpasst.





Mischkultur:

Die Mischkultur ist eine Jahrtausende alte und erprobte Technik, einer Bodenmüdigkeit vorzubeugen. Mischkultur funktioniert so, wie der Name es vermuten lässt: Pflanzen mit unterschiedlichen Eigenschaften und Bedürfnissen werden gemischt angebaut - und begünstigen sich so gegenseitig.

Jede Pflanze zieht sich eine andere Nährstoffkombination aus unterschiedlichen Bodenschichten. Das ermöglicht eine gleichmäßigere Nährstoffnutzung. Zudem wird zum Beispiel gebundener Stickstoff für andere Pflanzen verfügbar gemacht, unter anderem durch Hülsenfrüchtler (in unserem Fall die Stangenbohne).

Die Hokkaido-Kürbisse hingegen haben wir zu einer leckeren Cremesuppe mit gerösteten Kürbiskernen und Kürbiskernöl sowie einer köstlichen Marmelade mit winterlichen Gewürzen (Sternanis, Zimt und Vanillezucker) verarbeitet. Die getrockneten Bohnenkerne werden uns im nächsten Gartenjahr als neues Saatgut dienen. ●

“ DIE PFLANZUNGEN AUF DEM GEDÜNGTEN BEET WAREN VIEL KRÄFTIGER, GRÜNER UND BRACHTEN EINEN DEUTLICH HÖHEREN ERNTEERTRAG.

ANJA JOBS unterrichtet seit 2019 Anja als Fachlehrerin aktuell die 6. und 7. Klassen im Fach Gartenbau. Berufsbegleitend besuchte sie das Waldorf-Seminar für Fachdidaktik Gartenbau in Hamburg. Weiterhin organisiert und begleitet sie das Landwirtschaftliche Praktikum in der 9. Klasse. Sie absolvierte das Diplom-Studium der Agrarwissenschaften an der Justus-Liebig-Universität in Gießen. Bevor sie an die FWS Magdeburg kam, arbeitete sie in den Bereichen Abfallwirtschaft, Projektmanagement und ökologische Landwirtschaft. Weiterhin legte sie die Ausbildereignungsprüfung vor der IHK ab und gab Deutschkurse für Geflüchtete.



Zwischen Kuhmist, Rosen und 300 Volontären aus aller Welt

Das Landwirtschaftspraktikum der Klasse 10 B

Als Weltenbürger gehört es dazu, die eigene Komfortzone zu verlassen. Nichts prägt uns mehr als der Raum jenseits der Gemütlichkeit. Mit meiner Klasse und unserer Gartenbaulehrerin Frau Jobs besuchte ich vom 11.08. bis 23.08.24 den Michaels-hof in Sammatz – eine lebendige Hofgemeinschaft, die aus 250 Menschen besteht und Volontäre aus aller Welt willkommen heißt. Der Hof bietet nicht nur Stallungen und Gärten, sondern auch ein Café, ein Kinderheim, eine Bäckerei und eine Meierei. Rudolf Steiner vertrat die Ansicht, dass das Schicksal der Pflanzenwelt eng mit dem Schicksal des Menschen verknüpft sei. Ohne den richtigen Umgang mit

der Erde könne kein wahres Gedeihen des Menschen erreicht werden.

Die Hofregeln in Sammatz sind klar und unmissverständlich: Die Achtung der Würde von Menschen, Tieren, Pflanzen und unserer Erde im Allgemeinen ist die Grundlage unseres Zusammenlebens. Gewalt gegenüber Menschen, Tieren oder Sachen ist auf dem Hof ausgeschlossen.

Für viele unserer Schülerinnen und Schüler, die meist in der Stadt leben, ist die Landwirtschaft eine ferne Welt. Oft wird sie mit weniger attraktiven Dingen assoziiert: durchdringende Gerüche, frühes Aufstehen, schwere Arbeit und „null“ Urlaub.



“ WIR KONNTEN ALLES TUN,
WAS DIE LANDWIRTE HIER
VOR ORT AUCH MACHEN.

Dazu kommen die negativen Folgen der modernen Agrarindustrie: Massentierhaltung, Monokulturen, Überdüngung, Herbizide, Epidemien und ein mangelnder Respekt vor der Natur.

Dieses Praktikum auf einem biologisch-dynamisch arbeitenden Hof hilft, dieses Bild aus der Vorstellung und dem reinen Vorurteil ins Erleben und die Realität zu rücken. Das Praktikum zeigt uns die Kreislaufwirtschaft, den Wert von Kompost und anderen Abfällen, die artgerechte Haltung der Herden und den gesunden Aufbau von Böden und verändert somit auch die Wertigkeit, die die Schüler:innen der Landwirtschaft und den landwirtschaftlichen Berufen im Allgemeinen beimessen.



Die Schülerinnen und Schüler erleben vollwertige Nahrung und eine gelebte Verantwortung gegenüber der Natur und den Tieren. Gerade Jugendliche sind für diese Themen sehr sensibel und aufgeschlossen, ist es doch ihre Welt und Zukunft, die hier im Mittelpunkt steht. Unsere Schülerinnen und Schüler erfahren sich in einer neuen Gemeinschaft, die das alte Bild von sich selbst schnell zurechtrückt. Auf dem Hof zählen nicht freche Sprüche oder schicke Kleidung, sondern Zuverlässigkeit, Pflichtbewusstsein, Pünktlichkeit,

Verantwortung und Kollegialität.

Ich bin dankbar für diese Erfahrungen, die unsere Schülerinnen und Schüler mit einem neuen Blick auf die Landwirtschaft und das Leben im Einklang mit der Natur bereichern.

Die Aussagen meiner Schüler bestätigen diesen Mehrwert: „Wir konnten alles tun, was die Landwirte hier vor Ort auch machen.“ „So sollte ein Praktikum sein.“ „Stallararbeit ist die coolste Arbeit, sie fängt früh an und alles ist noch ruhig.“

AXEL ROSE ist Chorleiter, Musik- und Klassenlehrer der 10B. Nach dem Germanistik- und Philosophiestudium in Ludwigsburg und Heidelberg absolvierte er sein Diplom als „Waldorfpädagoge und Fachlehrer für Musik an Waldorfschulen“ in Stuttgart. Zuvor in Tübingen und Dortmund tätig, unterrichtet er seit neun Jahren in Magdeburg. Für die Waldorfschule entschied er sich bewusst nach der Lektüre von Steiners Werk „Wahrheit und Wissenschaft – Vorspiel einer Philosophie der Freiheit“. Als Lehrer mag er die Momente, in denen Schüler:innen ganz praktische Erkenntnisse gewinnen, der Groschen fällt und man das Gefühl hat, an etwas mitgearbeitet zu haben, was im Leben des Anderen zu wirken beginnt.





Eine Handvoll Körner auf der Wildschwein-Autobahn

Kinder fragen, Bauer Jonas antwortet

Vom Korn zum Brot“ oder „Ackerbau“ heißt eine Epoche in der dritten Klasse. Dafür bestellen die Kinder zusammen mit einem Bördebauern ein Feld. Sie ernten, was sie ausgesät haben und was gewachsen ist. Sie verarbeiten ein Jahr später, in der vierten Klasse, was sie zuvor geerntet haben. Dafür lernen sie den Bördebauern Jonas Schulze Niehoff und seine Arbeit kennen, zunächst in der Theorie und später dann in der Praxis: Ende September 2023, eine Woche vor der Aussaat, kam Bauer Jonas in die damalige dritte Klasse und beantwortete die Fragen, die die Kinder gemeinsam mit ihrer Klassenlehrerin vorbereitet hatten. Jedes Kind durfte eine Frage stellen und Jonas erklärte geduldig, was im nächsten Jahr auf dem Feld auf uns zukommen sollte. Das waren zum Glück keine Wildschweine, wie wir erleichtert feststellten.

Aussaat

Eine Woche später war es so weit: Mit einem Wanderlied auf den Lippen – Das Wandern ist des Müllers Lust – brachen wir zum Feld in der Nähe von Ottersleben auf. Unser erster Halt war der Ottersleber Ententeich. Nach einer kurzen Verschnaufpause meisterten wir gut gelaunt und durcheinanderplaudernd auch den zweiten Teil des Weges. Das Wetter meinte es gut mit uns, ebenso das Küchenteam, das uns im Schulauto, welches unser Hausmeister Jürgen Weniger fuhr, gut gefüllte Lunchpakete mitschickte. Unser Feld hatte Bauer Jonas bereits mit vier weißen Stäben abgesteckt. Dort, an der Landstraße Richtung Hänigelsberge, wartete Herr Weniger auf uns. Er sperrte den Fußweg neben dem Feld ab, damit niemand aus Versehen auf die Straße laufen konnte, und wartete geduldig, bis alle Lunchpakete aufgegessen waren und die Absperrung nicht mehr gebraucht wurde. Nach der ersten Frühstückspause am Feldrand traf Bauer Jonas ein, mit einem großen Eimer voll Winterweizenkörner. Was wir damit anstellen sollten, hatten wir vorher erfragt und mit ihm besprochen:

“ WENN IHR SÄT, WERDEN ALLE SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER GEBRAUCHT.

Wie groß ist unser Feld?

Es ist etwa so groß wie der Klassenraum [der dritten Klasse]. Alle meine Felder zusammen sind 3.500-mal so groß wie dieser Klassenraum.

Was machen wir zuerst auf dem Feld?

Zunächst wird der Boden vorbereitet und anschließend gepflügt.

Wird es anstrengend, was wir auf dem Feld tun, wenn wir pflügen, eggen, säen?

Am anstrengendsten ist das Pflügen, das Eggen ein wenig. Das Säen geht dann allen leicht von der Hand. Beim Pflügen wechselt ihr euch ab. Dann schafft ihr das.

Wie lange dauert das Pflügen?

Es sollte nicht länger als zwei Stunden dauern.

Wie viele Menschen werden für die Aussaat gebraucht?

Wenn ihr sät, werden alle Schülerinnen und Schüler gebraucht. Sonst macht das eine große Maschine. Vielleicht bringe ich sie mit, wenn wir uns auf dem Feld treffen.

Wie viele Körner säen wir aus?

Jede und jeder bekommt eine kleine Handvoll Körner, die ausgestreut werden.



Wachstum

Die Saatmaschine brauchten wir nicht. Später zur Ernte fuhr Jonas dann allerdings mit seinem gigantischen Mähdrescher vor, neben sich einen Papa, der uns zum Feld begleitete und Kinder mit weit aufgerissenen Augen vor sich am Feldrand. Nachdem die Saat ausgebracht war – dafür sprachen wir den Spruch vom Sämann – und die Körner liebevoll mit den Harken in den Boden eingearbeitet waren, konnten wir nicht mehr viel tun, außer zu warten. Regelmäßig liefen wir im Lauf des dritten Schuljahrs von der Schule zum Feld und wieder zurück. Wir sangen „unserem“ Winterweizen bei jedem Wetter, mit Sonne im Gesicht – Guten Morgen, good morning –, bei Novemberstürmen – Sonne, Sonne, komm hervor – und im Aprilregen – I like the flowers / J'aime le printemps – Lieder vor, damit er gut wächst. Was dabei wichtig ist, hatte uns Jonas schon verraten:



Was braucht Getreide, damit es gut wachsen kann?

Es braucht gute Nährstoffe im Boden.
Der Winterweizen, den ihr sät, braucht Frost.
Hafer würde bei Frost aber erfrieren.

Welches Wetter schadet den Samen?

Wenn es zu lange sehr trocken oder zu lange sehr kalt ist, mag das Getreide das nicht.

Wie hoch wird der Weizen auf unserem Feld?

Der Weizen wird so hoch wie die Tische im Klassenraum [etwa hüfthoch].

In welcher Jahreszeit wächst der Weizen am schnellsten?

Im Herbst wird der Weizen noch 15 cm wachsen, bevor er im Winter ruht. Im Frühjahr wird er seine Länge verfünffachen.

Warum steht der Mais auf dem Feld, bis seine Blätter braun sind?

Je nachdem, wofür der Mais später genutzt wird, steht der Mais länger (Tierfutter) oder kürzer (Gemüsemais) auf dem Feld.

Gibt es in Maisfeldern Wildschweine?

Ja, Maisfelder sind eine wahre Autobahn für Wildschweine!

“

WIR SANGEN UNSEREM
WINTERWEIZEN BEI JEDEM WETTER [...] LIEDER VOR, DAMIT ER GUT WÄCHST.

Woran erkennen wir, dass das Korn reif ist?
Wenn es gelb ist, ist es reif.

Mit welchen Geräten ernten wir?
Mit einer Sense oder einer Heckenschere werden die Halme abgeschnitten und zu Garben gebunden.

Haben Bauern riesige Sensen?
Die hatten sie früher. Heute haben Landwirte Mähdrescher, die gleichzeitig die Halme abschneiden und das Korn aus den Ähren dreschen.

**Wie lange dauert es, ein ganzes Feld abzu-
ernten?**
Das kommt auf die Größe des Feldes an. Ihr werdet für euer Feld einen halben Tag brauchen.

**Wohin kommt der Weizen, wenn er geerntet
ist?**
Ich habe auf dem Hof eine Halle, in der das Getreide gelagert wird. Euer Weizen kommt in euren neuen Klassenraum. Es gab auch schon Klassen, die ihren Weizen in meiner Scheune geparkt haben.

**Wie heißen die großen Lagertürme für das
Getreide?**
Das sind Silos.

**Wird der Weizen gleich nach der Ernte zum
Müller gebracht oder wartet man?**
Das Getreide darf ruhen, bevor es in die Mühle kommt.

Was kann man aus Weizen herstellen?
Vegane Schnitzel, aber natürlich auch Nudeln, Brot, Brötchen, Kuchen und vieles mehr.

Kann man aus Weizen Popcorn machen?
Nein, das geht nicht so gut. Das hört man schon am Namen: Englisch „corn“ heißt Mais. Daraus ist euer Popcorn.



Ernte

Tatsächlich war unser Weizen bei der Ernte noch um einiges höher als Jonas' Hüfte. Lange war kaum etwas von ihm zu sehen außer ein paar grüne Halme, die eher auf dem Boden lagen, als dass sie standen. Im Frühling wurde es spannender, als erste Ähren an ihnen zu sehen waren, und bei unserem letzten Besuch vor den Sommerferien konnten wir schon ahnen, wie reich unsere Ernte ausfallen würde. Die Ähren trugen reichlich. Das lag vielleicht auch an unseren zahlreichen musikalischen Besuchen. Wie es nach den Sommerferien weitergehen sollte, wussten wir seit unserem Interview mit Jonas.



Bauer und Bauernhof

In der ersten Schulwoche des vierten Schuljahres haben wir bei strahlendem Sonnenschein den Weizen geerntet. Alles, was wir mit unseren Händen nicht geschafft haben, hat Jonas' riesiger Mähdrescher für uns eingesammelt. So hatten wir einen großen Eimer voll Weizenkörner zum Weiterverarbeiten. Ende September 2024, zum Tag der Offenen Tür, haben wir auf dem Schulhof die Ähren gedroschen und anschließend die Körner zu Mehl gemahlen. Aus dem Mehl haben wir unsere eigenen Brötchen gebacken, fast ein Jahr nach der Aussaat. Sie wurden verziert mit Nüssen und Körnern. Mit selbstgemachter Butter haben wir sie alle zusammen genüsslich verspeist. Bei dieser Vesperpause hat die eine oder der andere sich bestimmt überlegt, wie es wohl wäre, so ein Bauernleben und konnte sich vorstellen, Landwirtin bzw. Landwirt zu werden. Würde Jonas seinen Beruf heute nochmal wählen? Diese Frage hat keins der Kinder im Interview gestellt. An den Tagen, die wir ihn auf dem Feld und in der Schule getroffen hatten, war er stets gut gelaunt. Das spricht sehr dafür und macht Lust auf so ein Leben inmitten der Natur und mit gelegentlichen Besuchen von Kindergruppen, die wissen wollen, woher ihre Brötchen kommen. Während unserer Ernte im August 2024 hat Jonas dann doch eine Pause gemacht, sich auf eine Picknickdecke gesetzt, und uns beim Sensen und beim Binden der Garben zugeschaut. Über den Zeitraum von einem Jahr aus den Körnern den Weizen wachsen zu sehen, war für alle Kinder ein eindrückliches Erlebnis. Als Klasse ein ganzes Feld zu bestellen, hat uns gezeigt, dass es bei einem so großen Projekt auf jede und jeden ankommt. Alle haben geholfen, beim Pflügen, beim Eggen, beim Säen und später bei Ernte und Verarbeitung. An unsere erwachsenen Helfer wollen wir an dieser Stelle denken: Ein riesengroßes Dankeschön geht an Jonas, die Hausmeisterei, Frau Schubert und Frau Brand, die Schulküche, Frau Zabel und alle Eltern, die uns auf dem Weg vom Korn zum Brötchen begleitet haben! 🍷



ANJA SATTLER ist Klassenlehrerin der 4A. Sie arbeitet seit 2020 an der Freien Waldorfschule Magdeburg und schon sehr lange als (Klassen-) Lehrerin. Frau Sattler hat Deutsch und Französisch am Gymnasium und Kunst an einer Sekundarschule unterrichtet, in manchen Jahren auch Englisch, (Haus-) Wirtschaft, Technik und PC. Sie ist in Gewaltfreier Kommunikation ausgebildet und war Mentorin für angehende Lehrkräfte. Rudolf Steiners Erziehung zur Freiheit und seine Ansichten zur Erziehungskunst begleiten ihre Arbeit schon sehr lange. Sie gestaltet ihr Leben frei nach Joseph Beuys „Alles ist Kunst. Jeder ist ein Künstler.“ Das gilt natürlich besonders in den Malstunden und im Kunstunterricht.

Was machen Bauern heute noch mit der Hand?

Sie warten ihre Maschinen, die ihnen viel Arbeit abnehmen. Sie prüfen mit einem Handgriff die Bodenqualität und wann die Körner reif sind. An einem Tag in der Woche sitzen sie im Büro, tippen und schreiben.

Dürfen Kinder Traktor fahren?

Wer in der Landwirtschaft arbeitet, darf ab 16 Jahren einen Traktor fahren. Manche probieren das schon früher aus.

Wie lange darf ein Bauer Pause machen?

Ich mache keine Pause. Gegessen wird auf dem Trecker.



MEHR INFOS ZU JONAS UND SEINEM BETRIEB:

WEB: <https://jonas-schaetze.de/>

INSTAGRAM: @jonas_schaetze



Von der Schulküche auf den Tisch

Projektwoche: Spanische und
lateinamerikanische Küche



Im September 2024 fand an unserer Schule wieder eine Projektwoche statt. Aufgrund meiner Begeisterung für die spanische Sprache und Kultur bot ich das Projekt „Spanische und Lateinamerikanische Küche“ an, welches bei den Schülerinnen und Schülern großen Anklang fand.

Mein Ziel war es, den Horizont der Teilnehmenden zu erweitern. Kulinarische Erfahrungen sind dabei eine von vielen Möglichkeiten, Neues über andere Kulturen zu lernen. Kochen verbindet und bietet zudem eine handlungsorientierte Lernmöglichkeit, weshalb ich diese Herangehensweise für eine Projektwoche ideal fand.

Nachdem die Anmeldungen eingegangen waren, musste ich eine Auswahl an Gerichten treffen. Ich entschied mich für Klassiker wie Spanische Tortilla, Enchiladas, Quesadillas, Gemüse-Paella sowie Albóndigas mit Pimientos de Padrón und Patatas Bravas.

Am ersten Tag trafen sich die Schülerinnen und Schüler der Klassenstufen 9 bis 11 mit mir, um die Rezepte zu besprechen. Da die Rezepte für vier bis sechs Personen ausgelegt waren, wir aber zwölf

Teilnehmende hatten, mussten wir zunächst die Zutatenmengen anpassen. Anschließend wurden gruppenweise Einkaufslisten erstellt und die Zutaten im Supermarkt besorgt.

Nach dem Einkauf begannen wir mit dem Kochen. Dabei zeigte sich, dass die Schülerinnen und Schüler unterschiedliche Vorkenntnisse hatten. Während einige bereits Erfahrung in der Küche hatten, hatten andere Schwierigkeiten, ein Ei aufzuschlagen. Wir achteten darauf, dass jeder verschiedene Aufgaben übernehmen konnte. Nach dem gemeinsamen Essen wurde die Küche aufgeräumt.

Für die Präsentation des Projekts am Tag der offenen Tür (einem Samstag) erhielten die Teilnehmenden die Aufgabe, eines der Gerichte zu Hause nachzukochen und mitzubringen. Dies funktionierte hervorragend. Nach einer kurzen Präsentation konnten die Besucherinnen und Besucher die selbstgekochten Speisen probieren.

Auf den folgenden Seiten haben wir euch einige der Rezepte aus der Projektwoche zusammengestellt.

Viel Vergnügen beim Ausprobieren. ●



Quesadillas

ZUTATEN für 4 Personen:

- Quesadillas:
- 4 Tortilla-Wraps,
- 400 Gramm Gehacktes,
- 2 rote Zwiebeln,
- 1 Dose Kidneybohnen (ca. 250 Gramm),
- 1 Packung Reibekäse (ca. 250 Gramm),
- 100 Gramm
- Tomatenmark,
- Taco- und/oder
- Burrito-Würzmischung,
- Olivenöl,
- Salz und Pfeffer
-
- Guacamole:
- 2 Avocados,
- 1 Tomate,
- 1 Löffel Senf,
- Saft von einer Limette,
- 1 kleine Knoblauchzehe oder Knoblauchgranulat,
- Salz und Pfeffer

Ich habe mich für das spanische Kochen entschieden, weil ich Kochen im Allgemeinen mag. Meine Erwartungen an das Projekt waren, dass man natürlich neben den typischen spanischen Gerichten auch ein paar unbekanntere Gerichte kocht. Von den gekochten Gerichten kannte ich nur die Tortilla. Der Rest war neu für mich. Besonders die Auswahl der Zutaten und die Zubereitung haben mir sehr gut gefallen. Daher wurden meine Erwartungen erfüllt. Alle Gerichte fand ich übrigens sehr lecker. Am besten haben mir die Quesadillas geschmeckt.

- BEN, Klasse 11

SCHRITT 1 Das Gehackte ca. 2 - 3 Minuten mit Olivenöl anbraten. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden und mit dem Gehackten weitere 2 - 3 Minuten braten.

SCHRITT 2 Anschließend die Kidneybohnen hinzugeben und weitere 1 - 2 Minuten braten. Tomatenmark hinzugeben und ordentlich mit der Taco-Burrito-Würzmischung würzen.

Das ganze max. 1 Minute anschwitzen lassen. Pfanneninhalt mit ca. 100 ml Wasser ablöschen und einköcheln lassen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

SCHRITT 3 Den Gehacktes-Zwiebel-Bohnen-Mix aus der Pfanne in eine Schüssel geben. Die Pfanne auswischen und etwas Olivenöl bei mittlerer Hitze erhitzen. Einen Tortilla-Wrap hineinlegen und die Hälfte der Tortilla-Fläche mit Käse (nach eigenem Belieben) bestreuen. Wenn der Käse zu schmelzen beginnt, ein Viertel des Gehacktes-Zwiebel-Bohnen-Mixes auf den Käse verteilen und den Tortilla-Wrap zuklappen. Ca. 1 - 2 Minuten goldbraun anbraten, vorsichtig wenden und die andere Seite ebenfalls 1 - 2 Minuten anbraten. Das Ganze mit den anderen drei Wraps wiederholen. Fertig.

SCHRITT 4 Für die Guacamole die Avocados schälen und entkernen, und das Fruchtfleisch mit einer Gabel zu einem Mus verarbeiten. Die Tomate sehr kleinschneiden und hinzugeben. Einen Löffel Senf, den Limettensaft und den durch eine Knoblauchpresse gepressten Knoblauch (bzw. das Granulat) hinzugeben. Alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Tortillas

ZUTATEN für 4 Personen:

- ca. 500 Gramm Kartoffeln, ca.
- 200 Gramm Zwiebeln,
- 6 - 8 Eier,
- Olivenöl, Salz,
(wenn man mag Pfeffer und
Knoblauchgranulat)

Schritt 1 Man muss die Kartoffeln schälen und entweder in dünne Scheiben oder in kleine Würfel schneiden und anschließend anbraten, bis sie innen weich sind. Ebenso muss man die Zwiebeln schälen und am besten gleichzeitig mit den Kartoffeln in einer zweiten Pfanne bei mittlerer Hitze anbraten, bis sie schön glasig sind.

Schritt 2 Als nächstes werden die Eier aufgeschlagen und in einem großen Topf verrührt. Anschließend wird das Ganze mit Salz (und ggf. Pfeffer und dem Knoblauchgranulat) gewürzt.

Schritt 3 Wenn die Kartoffeln und die Zwiebeln fertig gebraten sind, sollte man sie kurz abkühlen lassen und dann in den Topf mit den Eiern geben. Das kurze Abkühlen ist wichtig, damit das Ei im Topf nicht gleich stockt.

Schritt 4 Dann die Ei-Kartoffel-Zwiebel-Masse entweder in eine große oder in zwei kleine Pfannen geben und bei mittlerer Hitze ganz langsam durchbraten lassen, bis das Ei stockt. Bei zwei kleinen Pfannen geht es schneller.

Schritt 5 Wenn die Masse komplett fest ist, die Tortilla mit Hilfe eines Tellers wenden. Dazu legt man den Teller verkehrt herum auf die Pfanne und dreht dann Pfanne und Teller um 180 Grad. Die Tortilla ist jetzt auf dem Teller und wird von diesem wieder in die Pfanne geschoben, damit die Rückseite noch kurz (1 - 2 Minuten) angebraten werden kann.

Dann ist die Tortilla fertig und kann aus der Pfanne auf denselben Teller gelegt werden.

Ich habe mich für das Projekt entschieden, weil ich es sehr spannend fand, zu sehen, wie man in anderen Ländern kocht und ich wollte gerne mal auf den Geschmack kommen. Meine Erwartung an das Projekt war, dass ich einen guten Eindruck bekomme, wie man in Spanien kocht. Diese Erwartung wurde erfüllt. Die Gerichte waren eher simpel und national, weshalb es Spaß gemacht hat, jeden Tag ein neues Gericht auszuprobieren. Am meisten Spaß hat mir das Essen nach dem Kochen gemacht. Gelernt habe ich nicht so viel, weil ich schon vorher Kocherfahrungen hatte. Trotzdem kenne ich jetzt neue Rezepte, die ich zu Hause auch kochen kann. Das, was ich am liebsten koche und was mir auch am besten geschmeckt hat, war das Gericht „Tortillas“.

- FRIDA, Klasse 11



Gemüsepaella

ZUTATEN für 4 Personen:

- 2 Schalotten
- 1-2 Knoblauchzehen
- 4 Esslöffel Olivenöl
- 200 Gramm Reis
- etwas Safran
- 600 Milliliter Gemüsebrühe
- 200 Gramm Champignons
- 200 Gramm Zuckerschoten
- 2 rote Paprika,
- 4 Lauchzwiebeln,
- 2 Möhren,
- 4 Esslöffel Weißwein,
- 2 Esslöffel Petersilie gehackt
- Salz und Pfeffer

Schritt 1 Man muss die Schalotten und den Knoblauch kleinschneiden und im Öl anbraten. Dann gibt man den Reis dazu und brät alles weiter. Dann gibt man ein klein wenig Safran und die Gemüsebrühe hinzu und lässt alles etwa 20 Minuten kochen.

Schritt 2 Die Zuckerschoten, Champignons, Möhren, Paprika und Lauchzwiebeln klein schneiden und in einer zweiten Pfanne mit Öl anbraten.

Schritt 3 Das angebratene Gemüse gibt man nun zusammen mit dem Wein und der Petersilie zu dem Reis und lässt alles noch etwa 10 Minuten garen. Dann würzt man die Paella mit Salz und Pfeffer.

Das Projekt „Spanische Küche“ erweckte mein Interesse, da ich gerne koche, mit spanischer Esskultur bisher aber keinerlei Berührungspunkte hatte. Ich war auch sehr gespannt, welche Schüler an diesem Projekt teilnehmen und welche Gerichte zubereitet werden würden. So freute ich mich, das ein oder andere bekannte Gesicht auch aus anderen Klassenstufen dort zu sehen. Das gemeinsame morgendliche Einkaufen war immer ein schöner und lustiger Auftakt in den Tag. Das anschließende Besprechen des Rezeptes und die Einteilung, wer welchen Schritt übernehmen würde, funktionierten tadellos und es sorgte für eine sehr angenehme Atmosphäre. Wir kochten jeden Tag ein anderes Gericht. So konnte ich mir den ein oder anderen Trick abschauen, z.B. wie

eine Tortilla am geschicktesten aus der Pfanne in einem Stück auf den vorgesehenen Teller bugsiert wird.

Am besten schmeckte und gefiel mir die Gemüse-Paella, die uns meiner Meinung nach ausgesprochen gut gelungen ist, aber auch die zuvor genannte Tortilla war äußerst schmackhaft. Das Projekt „Spanische Küche“ war insgesamt sehr gelungen!

In der im Anschluss stattfindenden Monatsfeier konnten wir den anderen Mitschülern unsere Erkenntnisse und Eindrücke der Woche vorstellen und umgekehrt auch Einblicke in andere Projekte erhalten.

- GUSTAV, Klasse 11.



Enchiladas

ZUTATEN für 6 Stück:

Zutaten für die Füllung:

- 2 rote Zwiebeln
- Olivenöl
- 1 Dose Kidneybohnen (ca. 250 Gramm)
- 1 Dose Mais (ca. 250 Gramm)
- 500 Gramm Tomaten
- Oregano (getrocknet)
- Cayennepfeffer
- 500 Gramm Reibekäse
- 6 große Tortilla-Wraps für die Variante mit Fleisch:
- 400 - 500 Gramm Gehacktes

Zutaten für die Soße:

- 2 Zwiebeln
- Olivenöl
- 800 Gramm passierte Tomaten
- 1 - 2 Knoblauchzehen
- 1 EL Balsamico-Essig
- 2 EL Tomatenmark
- 1 TL Honig
- Salz, Pfeffer

Dazu schmecken Taco-Chips

Schritt 1 Zwiebeln fein hacken und in Öl anbraten. Passierte Tomaten, gepressten Knoblauch, Balsamico-Essig, Tomatenmark, Honig, Salz und Pfeffer hinzufügen und köcheln lassen.

Schritt 2 Rote Zwiebeln in Streifen schneiden und mit Hackfleisch (oder nur Zwiebeln für die vegetarische Variante) in Öl anbraten. Abgetropfte Kidneybohnen, Mais und geviertelte Tomaten dazugeben, würzen und kurz braten.

Schritt 3 Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Tortilla-Wraps mit der Füllung und Käse füllen, aufrollen und in gefettete Auflaufformen legen.

Schritt 4 Soße und restlichen Käse darüber verteilen. 20 Minuten backen.

Enchiladas servieren, Taco-Chips separat reichen.

DAVID WOIDACKI ist Deutsch- und Englischlehrer. Er studierte die beiden Fächer auf Lehramt für Gymnasien an der Otto-von-Guericke-Universität in Magdeburg und absolvierte sowohl das erste als auch das zweite Staatsexamen. Nach dem Referendariat in Niedersachsen zog er in seine alte Heimat zurück und unterrichtet seit August 2012 an der FWS Magdeburg. In der Vergangenheit hat er bereits zwei Oberstufenklassen als Klassenbetreuer geführt. Seit März 2025 ist er außerdem staatlich anerkannter Förderlehrer.





450 Mahlzeiten täglich frisch

Einblick in die Schulküche

Mit dem Bau des Gemeinschaftshauses erfüllte sich der lange gehegte Wunsch nach einer Schulküche. Am 10. August 2016 war es dann endlich soweit, die Küche und der Speisesaal wurden mit einem leckeren Buffet eröffnet.

Seit August 2019 besteht das Küchenteam aus fünf Mitarbeiter:innen: Küchenleiter Herr Löbl und Köchin Frau Bachmann, sie werden unterstützt durch die Küchenhelfer Frau Bürger, Frau Deicke und Herrn Haddad. An jedem Schultag kochen sie bis zu 450

Mahlzeiten. Im Laufe der Jahre wurde das Küchenkonzept kontinuierlich weiterentwickelt.

Zu 95% wird inzwischen biologisch, teilweise in Demeter-Qualität, möglichst mit regionalen Produkten täglich frisch gekocht, ohne Zusatzstoffe, Geschmacksverstärker oder Convenience-Lebensmittel. Für jede Woche wird ein Speiseplan mit vollwertigen, regional typischen, aber auch mit internationalen Gerichten erstellt, und täglich gibt es dazu eine große Auswahl am Salatbuffet.



“

ZU 95 PROZENT WIRD
INZWISCHEN BIOLOGISCH,
TEILWEISE IN DEMETER-
QUALITÄT [...] TÄGLICH FRISCH
GEKOCHT...

Es ist dem Team sehr wichtig, die Schüler*innen einzubeziehen. Deshalb gibt es seit zwei Jahren Schülerpraktikant*innen aus den 7. Klassen, die ihr Wissen aus dem Unterricht in Ernährungskunde erweitern und sich im Schnippeln und beim Backen ausprobieren dürfen. Außerdem wird die Ernte aus dem Schulgarten gern mitverarbeitet. An diesen Tagen ist das Essen besonders lecker!

Und besonders beliebt sind natürlich die selbst gebackenen Brötchen und Brote wie Ciabatta, Roggen- und Kamutvollkornbrote. Seit 4 Jahren wird dafür ein Sauerteig hingebungsvoll gepflegt.

Außerdem werden regelmäßig in großen Gläsern verschiedene Sorten Kimchi fermentiert, die das Salatbuffet bereichern und den Schüler*innen neue kulinarische Welten erschließen. ●



DEIN BIO-SCHWEINE-ABO

Fleisch von deinem eigenen Schwein, liebevoll für dich aufgezogen auf einem der ersten Bio-Bauernhöfe Deutschlands, stressfrei geschlachtet, fachkundig verarbeitet und unkompliziert in monatlichen Raten abbezahlt: Das ist Braten auf Raten – dein Bio-Schweine-Abo. Sogar schon ab 50,- € im Monat.

WIR ZIEHEN DEIN EIGENES FERKEL FÜR DICH GROSS

Endlich weißt du genau, wo dein Fleisch herkommt!

MEHR ALS BIO-QUALITÄT

Dein Schwein hat bei uns 5x mehr Platz als nach den Bio-Regeln vorgeschrieben.

BRATEN AUF RATEN

DEIN BIO-SCHWEINE-ABO

HOFADEN: SAMSTAG 10–16 UHR
KARTOFFELN, GEMÜSE U.V.M.
KOMMT VORBEI UND BESUCHT EUER SCHWEIN.



INFOFLYER
BESTELLEN
per E-Mail oder
Telefon

Eifelhof – Polzin
Obere Dorfstr. 6
39517 Burgstall
OT Sandbeindorf

Tel. 039364 - 4595
Mobil 0172 - 8894570
Email eifelhof@t-online.de
Web www.eifelhof-polzin.de





Goldenes Sauerkraut

ZUTATEN:

- 1 kg Weißkraut
- 20g Salz - am besten unjodiert oder Ursalz
- 2 TL Kurkuma (frisch oder gemahlen)
- 1/2 TL Wacholderbeeren
- 1/2 TL Kümmel



ZUBEREITUNG:

1. Schritt Kohl mit dem Hobel in schmale Streifen hobeln.

Gehobelten Kohl mit Salz und Kurkuma in einer großen Schüssel kneten, sodass der Saft austreten kann. Hier kann auch der Stößel zur Hilfe genommen werden.

2. Schritt Kohl nach und nach in ein sauberes Fermentierglas schichten und jede Schicht mit dem Stößel fest andrücken. Gewürze nach Geschmack zugeben.

WICHTIG: Der Kohl muss vollständig mit der Flüssigkeit bedeckt sein (reicht die Kohlflüssigkeit nicht aus, kann noch etwas Salzlake (2-3 %ige Konzentration = 2/3 g Salz/100 ml Wasser) zugefügt werden.

3. Schritt Anschließend das Glasgewicht mit Hilfe der Fermentierzange (sauberes Arbeiten) einsetzen und Deckel mit integriertem Ventil aufschrauben.

4. Schritt Das Gemüse an einem warmen (18-23 °C), dunklen Ort fermentieren lassen. Ist das Ferment nach einigen Tagen (ca. 5-10 Tage) ausreichend fermentiert (Geschmack), wird es bei 6-8 °C kühl aufbewahrt.

TIPP: Im Kühlschrank oder Keller aufbewahrt ist das Sauerkraut einige Monate haltbar, wenn bei der Entnahme des Ferments auf ein steriles Arbeiten geachtet wird.

ANDRÉ LÖBL, ehemals Wirtschaftsdienstleiter in einer großen Rehaklinik, hat seine Leidenschaft für frische, vollwertige Küche in die Waldorfschule Magdeburg gebracht. Hier kann er seine Kreativität voll ausleben – ein deutlicher Kontrast zu den Fertigprodukten, die in seiner vorherigen Position dominierten. Neben dem Kochen begeistert er sich für das Backen von Sauerteigbrot und die Zubereitung von Kimchi. Sein aktuelles Projekt: eine innovative Kimchi-Variante mit Spitzkohl und Bärlauch.





Der Duft von frischem Brot

Brote backen nach altem Geheimrezept

Jede Woche Donnerstag, meistens schon während der Vesperzeit, entfaltet sich ein herrlicher Duft durch unseren großen Saal der Schule – vielen Kindern, Kollegen und Eltern ist dieser Geruch direkt bekannt. Anliegend an den Saal befindet sich nämlich die Schulküche, mit dem Herd vom Hort, in dem wir regelmäßig frische Brote backen. Meistens sind es zwei Brote, manchmal aber auch drei.

Die Rezepte sind noch aus vergangener Zeit ehemaliger Kolleginnen aus dem Hort, und nur wenige Menschen kennen die drei unterschiedlichen Rezepte für das Eiweißbrot, das Vollkornbrot und das Mischbrot.

Die Zubereitung erfolgt gemeinsam mit den Kindern. Frische Hefe in der Hand zu zerbröseln und im lauwarmen Wasser aufzulösen, erfordert bei einigen Überwindung aufgrund der Konsistenz und des Geruches. Auch das Gemisch von Mehl und Wasser erfordert Kraft beim Umrühren. Anstelle von reinen Haferflocken

nehmen wir unser Schokomüsli. Das ist aufgrund unseres Müslitages sowieso vorhanden, macht nach dem Backen schöne schokoladige Stellen und sorgt immer wieder für einen Geschmackskick. Nachdem der Teig dann in die Brotformen gefüllt ist, muss er ruhen, damit die Hefe sich entfalten und er aufgehen kann. Meistens stehen die Formen dann auf einem Tisch in der Mitte unseres Hortraums, sodass jeder den Teig beobachten kann. Nach etwa 40 Minuten gehen die Formen dann für ca. 1. Stunde in den Ofen. Die fertigen Brote kühlen danach in den Brotformen ab und ruhen die Nacht über abgedeckt im Hort.

Und zum Freitag gibt es dann die leckeren Brote. Zur Erntezeit kochen wir eine beträchtliche Anzahl an Marmeladen und Gelees ein. Diese süßen Aufstriche, sowie Honig aus der Region oder Frischkäse mögen die Kinder auf ihren Brotscheiben. Manche genießen sie auch nur mit Butter und Kräutersalz. ●

PAULINE NEBELUNG ist gelernte Erzieherin. Aufgewachsen am Rand des Harzes, arbeitet sie seit August 2018 im Hort der Freien Waldorfschule Thale. Schon als Praktikantin während der Schulzeit machte sie ihre persönlichen, positiven Erfahrungen im pädagogischen Bereich. So erlernte sie den Beruf der Erzieherin. Die Zusatzausbildung zur Erzieherin in Waldorfschulen hat sie zwei Mal besucht, sowie seit Ende 2024 die Qualifikation zur Kinderschutzfachkraft. Aktuell betreut sie die 1.Klasse und unterstützt im Hort die Handarbeit. Für den Schulbereich hat sie das Amt des Mittwochsblattes sowie der Öffentlichkeitsarbeit.



„Von einem Baum, der noch in Blüte steht, musst du nicht schon Früchte erwarten.“ (Karl Ferdinand Gutzkow)

Jeder Mensch trägt Ressourcen und Fähigkeiten in sich, die auf den ersten Blick nicht zu sehen sind. Sie sind wie Perlen in einer Muschel auf dem Meeresgrund, die man finden und aus der Tiefe ans Tageslicht bringen kann.



Pädagogisch therapeutische Praxis

- Lese-/ Rechtschreibschwäche / -störungen
- Rechenschwäche / -störungen
- Optimierung von Lernprozessen

grit.preetz@lern-therapie-perlentaucher.de



Vom natürlichen Instinkt zur bewussten Wahl Ernährungskunde in der 7. Klasse

Das Fach Biologie – Natur- und Menschenkunde – beginnt bereits früh in der Unterstufe, wenn die Kinder in der vierten Klasse vom Menschen ausgehend in die Tierwelt einsteigen. Das Verständnis des Menschen wird zum Tor für das Verständnis der Natur. In den folgenden Jahren können die Vögel, Fische, Insekten oder auch Pflanzen und Steine zum Thema der Naturkunde werden, bis dann in der siebten Klasse wieder der Mensch ganz in den Fokus der Betrachtung gerät. Ein gesundes, richtig ernährtes Kind weiß fast bis auf den Schluck Wasser genau, wie viel es von jeder Nahrung zu sich nehmen darf. Diese Nahrungsinstinkte verschwinden jedoch kurz vor dem Beginn der Erdenreife, also etwa mit 13/14 Jahren. Der Mensch müsse dann das, was ihm bislang seine Instinkte gegeben haben, durch die Vernunft ersetzen. „Deshalb ist es, dass Sie gewissermaßen die letzten Offenbarungen der Ernährungs- und Gesundheitsinstinkte noch abfangen können in den letzten Volksschuljahren des werdenden Menschen...Später kommen Sie nicht mehr an das innere Fühlen der richtigen Ernährungs- und Gesundheitspflege heran...“ (aus dem 14. Vortrag in R. Steiners Erziehungskunst. Methodisch-Didaktisches). Das Thema „Ernährung und Gesundheit“ ist so kom-

plex, dass es gar nicht nur in einer einzigen Epoche behandelt werden kann und soll. Es zieht sich wie ein roter Faden durch das Schuljahr und kommt auch in der Physik, der Geschichte oder dem Geografieunterricht zum Tragen, denn es umfasst die Gebiete Ernährung, Atmung und Wärmebedürfnis. In der dreiwöchigen Epoche haben wir uns schwerpunktmäßig mit der Ernährung, der Verdauung und dem Stoffwechsel des Menschen beschäftigt, ohne dabei schon auf die Formelchemie einzugehen, die erst in der Oberstufe relevant wird. Bei der Ernährung sind wir vom Ernährungskreis ausgegangen, haben uns über das Verbindende der Nahrungsmittel unterhalten. Die Schüler:innen suchten sich dann individuell ein Beispiel aus jedem der Segmente aus, mit dem sie sich näher beschäftigten. Den Abschluss dieses Themas bildete ein Buffet, das die Schüler:innen für die Lehrerschaft an einem Konferenzdonnerstag zubereitet hatten. Sie standen als Fachleute dabei und mussten Rede und Antwort stehen zu Zutaten, evtl. Allergenen und Inhalts- oder Nährstoffen. Während des ersten Halbjahres konnten die Schüler:innen der Klasse 7B zudem ihr Wissen in einem mehrtägigen Küchenpraktikum zur Anwendung



bringen. Dort machten sie Bekanntschaft mit dem Zubereiten gesunder Mahlzeiten für viele Menschen.

Lisa K.: „Ich konnte sehen, wie unser Mittagessen hergestellt wird...“

Demian: „Es war eine schöne und praktische Abwechslung vom Unterricht.“

Linnea: „Jetzt kann ich nachvollziehen, wie anstrengend der Arbeitsalltag in der Küche ist.“

Im zweiten Halbjahr wird dann die Parallelklasse ihre Erfahrungen in der Küche sammeln können.

Im Rahmen der gesamtheitlichen Betrachtung des

Menschen wird im Verlaufe des Schuljahres auch das Thema Atmung in den Unterricht einfließen, denn wir besuchen die DROBS Magdeburg und erhalten vielfältige Infos zum Thema Rauchen und Drogen von externen Fachleuten.

Wenn es gelingt, die Schüler:innen von den Inhalten zu begeistern, ihr Interesse auf die Schwerpunkte zu fokussieren, wird in der Folge vielleicht die Zahl der Nichtraucher:innen steigen und die Zahl der Fast-foodkonsument*innen sinken. ●

ELKE BERNHARDI-TRAUPE ist zur Zeit Klassenlehrerin der Klassen 8A und 7B. Sie studierte Sport und Deutsch im Lehramt mit 1. und 2. Staatsexamen. Bevor sie an die Freie Waldorfschule Magdeburg kam, war sie als Referentin für Bildungspolitik im Landtag von Sachsen-Anhalt tätig. Sie absolvierte außerdem eine dreijährige Ausbildung zur Förderlehrerin.





Natur hautnah

Schüler:innen aus Thale
im Praktikum



Klasse 9 - Forstpraktikum

Entgegen der Praxis der meisten Waldorfschulen führt die Waldorfschule Thale das Forstpraktikum nicht in der siebten, sondern in der neunten Klasse durch. Dies beruht auf den Erfahrungen der letzten Jahre und der Entwicklung der Schülerinnen und Schüler in der heutigen Zeit. Es hat sich gezeigt, dass die Jugendlichen derzeit vor allem durch praktisches Tun am besten lernen können und in dieser Lebensphase oft Schwierigkeiten haben, sich für das Lernen und den Schulalltag zu motivieren.

Darüber hinaus zeigen sich im gemeinsamen Arbeiten und Leben Fähigkeiten, die bisher im Schulalltag nicht zum Tragen kamen, nun aber anerkannt werden. Dadurch wird auch ein neues soziales Gefüge im Klassenverband angeregt.

Die Schülerinnen und Schüler arbeiten während des 12-tägigen Praktikums ganztägig im Wald und in der Natur und erleben die Entwicklung des Waldes mit all seinen Facetten aus einem neuen Blickwinkel. Dabei nutzen wir als Schule auch die Möglichkeit, das Praktikum in unserer unmittelbaren Umgebung im Hochharz durchzuführen.

So erleben die Jugendlichen hautnah die drastischen Veränderungen der Natur durch den Einfluss des Menschen und des sich wandelnden Klimas und erkennen im gleichen Zusammenhang aber auch, welche neuen Möglichkeiten und Veränderungen ein solcher Einschnitt in die Natur mit sich bringen kann.

“ SO ERLEBEN DIE JUGENDLICHEN
HAUTNAH DIE DRASTISCHEN
VERÄNDERUNGEN DER NATUR DURCH
DEN EINFLUSS DES MENSCHEN.

Klasse 10 - Veredelung und Baumschnitt

Nachdem die Schülerinnen und Schüler in der Mittelstufe die Grundlagen des Gärtnerns verinnerlicht und gefestigt haben, stehen sie nun fast am Ende der Pubertät, an der Grenze zum Erwachsenwerden. Genau in dieser Zeit findet die Baumschnitt- und Veredelungsepoche statt. In dieser Epoche beschäftigen sich die Schülerinnen und Schüler einerseits mit der Geschichte und Entwicklung der Obstbäume und mit den Problemen, mit denen diese leckeren Geschöpfe heute zu kämpfen haben. Zum anderen lernen sie theoretisch und praktisch die Grundlagen der Pflege und Erhaltung von Obstbäumen und erkennen den Wert dieser Tätigkeit für Mensch und Natur.

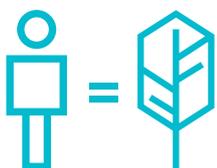
Ist dies geschehen, gilt es nun, den in unseren Breitengraden stark geschrumpften Bestand an Obstbäumen zu erhalten und gegebenenfalls zu erweitern. Mit Hilfe der Winterhandveredelung werden jedes Jahr viele alte Obstbaumsorten durch die Hände der Schülerinnen und Schüler erfolgreich vermehrt.



Strom, der Bäume pflanzt



Für jeden Onlinekunden im
SWM Natur Strom pflanzen wir
jährlich einen Baum in der Region.
Online geklickt. Offline gepflanzt.
www.sw-magdeburg.de/baumspende



EIN BAUM
PRO KUNDE





Klasse 10 – Landbaupraktikum

Das große Finale der Gartenbauzeit ist das Landwirtschaftspraktikum am Ende der zehnten Klasse. Auch hier geht die Waldorfschule Thale einen anderen Weg als die meisten Waldorfschulen im Bundesgebiet, die ihre Schülerinnen und Schüler bereits in der neunten Klasse ins Praktikum schicken.

Entsprechend der oben angedeuteten Entwicklung des jungen Menschen ist es nun an der Zeit, sich mehr und mehr vom Elternhaus zu lösen und erste Schritte in Richtung Selbständigkeit zu gehen. Genau an dieser Stelle unterstützt das Praktikum die Schülerinnen und Schüler. Es soll ihnen die Möglichkeit geben, sich (oft) zum ersten Mal für längere Zeit von der gewohnten Umgebung und dem Elternhaus zu

lösen und auf eigenen Beinen zu stehen. Gepaart mit den Erfahrungen auf einem landwirtschaftlichen Betrieb, dem Eintauchen und Einleben in eine fremde Gemeinschaft und dem direkten Erleben natürlicher Prozesse ist dies in der Regel eine gewinnbringende Erfahrung für die jungen Erwachsenen.

Unabhängig davon erfordert die Mitarbeit auf einem Betrieb während des dreiwöchigen Praktikums ein breites Spektrum an Fähigkeiten.

Dabei lernen die Schülerinnen und Schüler nicht nur selbständiges Arbeiten und einen verantwortungsvollen Umgang mit der Natur, sondern auch pflichtbewusstes Handeln, denn Tiere oder reife Feldfrüchte warten nicht. - *Florian Lang*



FLORIAN LANG ist ausgebildeter Erzieher. Aufgewachsen in Blankenburg und im Erzgebirge, arbeitet er seit 2015 an der Freien Waldorfschule Thale. Entsprechend der Familientradition stand der Berufswunsch schon früh fest. Nach seiner Berufsausbildung zum Erzieher arbeitete er einige Jahre in der stationären und teilstationären Jugendhilfe, bis es ihn aus familiären Gründen an die Freie Waldorfschule Thale verschlug. In den ersten Jahren arbeitete er noch als Hortner und absolvierte erfolgreich die Ausbildung zum Waldorfpädagogen. Mit dem Schuljahr 2021/2022 wechselte er in den Fachbereich Gartenbau der Schule und ist seitdem für den Gartenbauunterricht in den Klassen 6 bis 8 sowie für die Praktika in der Oberstufe verantwortlich.

Herr Löffel, ihr seid ein großer Töffel

Von Christian Morgenstern
bis zum selbst geschnitzten Besteck

An der Waldorfschule wird Ernährung ganzheitlich betrachtet. In der 4. Klasse lernen die Kinder das fröhliche Gedicht kennen, in dem zwei Besteckteile in Streit miteinander geraten. Ein Jahr später, in der 5. Klasse, folgt die praktische Erfahrung. In der Holzwerkstatt werden unsere Schüler:innen selbst zu Handwerker:innen und schnitzen unter anderem Löffel und Gabeln aus Holz. So entsteht eine besondere Verbindung zum Essen: Vom spielerischen Umgang mit dem Gedicht bis hin zur handwerklichen Erfahrung wird den Kindern die Bedeutung von Nahrung und Esskultur bewusst. Diese Einheit ist Teil eines größeren Konzepts, das an der Waldorfschule die gesamte Kette der Ernährung umfasst – vom Anbau im Garten und auf dem Acker über die Zubereitung in der Küche bis hin zum gemeinsamen Essen mit selbst hergestelltem Besteck.



Herr Löffel und Frau Gabel

Herr Löffel und Frau Gabel
die stritten sich einmal.

Der Löffel sprach zur Gabel:

Frau Gabel, halt den Schnabel,
du bist ja bloß aus Stahl!"

Frau Gabel sprach: „Herr Löffel,

ihr seid ein großer Töffel
mit Eurem Gesicht aus Zinn,

Und wenn ich Euch zerkratze
mit meiner Katzentatze,

so ist Eure Schönheit hin!"

Das Messer lag daneben

und lachte: Gut gegeben!

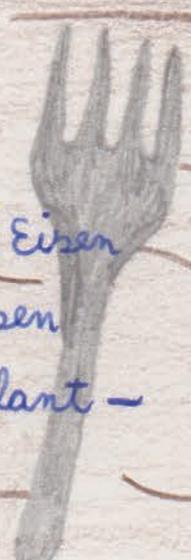
Der Löffel aber fand:

mit Herrn und Frau'n aus Eisen

ist nicht gut Kirschen speisen

und küsste Frau Gabel galant -
die Hand.

Christian Morgenstern



Ein Gericht das man mit Messer, Gabel und Löffel essen kann heißt Königsberger Klöpse. Die Gabel braucht man damit man die Kartoffeln klein machen kann und um sich das Essen in den Mund zu stecken. Das Messer braucht man um die Klöße klein zu schneiden. Den Löffel braucht man um die Soße zu essen.





Bienen in der Schule
oder lasst uns in die
Schule der Bienen gehen



“

EINE TASSE TEE ... GESÜSST MIT
HONIG ... WARMES LICHT VON EINER KERZE
AUS BIENENWACHS ... VOR DEM FENSTER
RUHT DIE LANDSCHAFT ... DIE GEDANKEN
SCHWEIFEN HIN ZUR WINTERZEIT
IM BIENENSTOCK ...

Im Winter sitzen die Bienen eng beieinander in der Wintertraube. Sie ruhen in einem Raum von aromatischen Düften des Wachses, Honigs und der Propolis. Sie erhalten durch Muskelbewegungen die Temperatur in der Traube. Die Königin – die Mutter des Bienenvolkes – befindet sich gewärmt und geschützt in der Mitte dieser Traube. Das Winterfutter der Bienen ist ihr Honig, den sie im Vorjahr gesammelt und in den Waben eingelagert haben. Das Bienenbrot, das sie bis in den späten Herbst hinein aus dem gesammelten, bunten Pollen bereiteten, ist der Vorrat für das wertvolle Königinnenfutter und die alsbald zu versorgende Brut. Die Bienen verlassen den Bienenstock nicht. Vielleicht träumen sie von der Sonne und den Blüten.

Auch uns erfüllt bereits die große Sehnsucht, ihr emsiges Treiben zu beobachten und das Bienenjahr wieder gemeinsam mit Schülerinnen und Schülern zu erleben. Bald wird sich der Vorfrühling ankündigen, der mit der Blüte der Hasel beginnt. An warmen Tagen werden die Bienen für ihren Reinigungsflug ausfliegen, den ersten Pollen und Nektar sammeln und ein neues Bienenjahr beginnen. Inmitten der Bientraube wird die Königin die ersten Eier legen – das „Bienenkind“ entsteht und wird gepflegt. Das Bienenvolk wird wachsen und im Vollfrühling (meist ab der Kirschblüte) dann ganz tatkräftig die Bestäubung des Obstes und Rapses übernehmen.

Das ist eine Zeit, in der alle Solitärbienen und Hummeln noch am Anfang ihres jährlichen Vermehrungszyklus stehen.



“

IM SOMMER TRINKEN DIE
BLUMENKELCHE DIE WARMEN
SONNENSTRAHLEN.
DAS GIBT DEN HONIG. DER IST
GESCHMOLZENER SONNENSCHNEI,

Spätestens dann ist es auch wieder an der Zeit, den Schulbienen mit den Schülerinnen und Schülern einen ersten neugierigen, vorsichtigen Besuch abzustatten. Je nach selbstgewähltem Abstand lässt sich aus etwas Entfernung das Ausfliegen der Bienen und ihre Rückkehr beobachten. Etwas näher am Bienenstock ist es möglich, den feinen, süßen Duft einzusatmen und das emsige Treiben auf den Waben zu beobachten. Auch eine Unterscheidung von Arbeitsbienen, Drohnen und der Königin ist dann möglich und wird Staunen und interessierte Fragen hervorrufen.

Ein solch erster Besuch bei den Bienen ist unter anderem im Rahmen einer Bienenepoche in der 2. Klasse möglich. „Das Bienchen Sirr“ (Elisabeth Klein) erzählt aus dem Leben im Bienenstock und bietet so einen ersten Einblick in die Welt der Bienen. Auch die Legende vom heiligen Ambrosius bietet sich im Erzählteil an. Die Tätigkeiten der Imkerin und des Imkers können auch in den Epochen der 3. Klasse thematisiert werden und an dieser Stelle eine erste Berührung mit den Bienen ermöglichen.

In der Mittelstufe ist es dann an der Zeit, bei der Pflege der Schulbienen zu helfen und die Beobachtungen genauer werden zu lassen. Auf dem Flugbrett landen Bienen mit bunten Pollenhöschen. Von welchen Blüten mögen sie stammen? Finden die Bienen genügend Blüten im Umfeld? Brauchen sie Wasser? Wie schnell wächst das Bienenvolk?

Wird es einen Schwarm geben? Wann ist es Zeit, Honig zu ernten? Wieviel Honig kann entnommen werden? Was brauchen die Bienen, um gut über den Winter zu kommen?

Allmählich kann sich ein bunter Themenstrauß durch die Bienen inspiriert für den Unterricht eröffnen - in der Mathematik, Biologie und Chemie, in den Fremdsprachen, der Ernährungskunde, im Handwerk, Gartenbau und anderem mehr.

Mit unserem Wirken an und mit den Bienen möchten wir einen Impuls setzen, wie Schülerinnen und Schüler mit den ihnen anvertrauten Tieren - und letztendlich allen Lebewesen - sowie auch mit der sie umgebenden Landschaft umgehen können. Naturliebe und Naturwissen - eins wächst durch das andere. Neugierde, Sinn für Schönheit und Empathie sind ihre Lebensfreude spendenden Begleiter.

Unser Umgang mit den Bienen ist geprägt von Respekt, Verständnis und liebevoller Verantwortung für die anvertrauten Lebewesen und orientiert sich an der wesensgemäßen Bienenhaltung. Dabei steht nicht einer großer Honigertrag im Vordergrund, sondern ein Handeln als Mensch in der Rolle als Begleiter und Unterstützer des Bienenvolkes im Jahreslauf, der die natürlichen Lebensäußerungen der Bienen berücksichtigt.

Im Laufe der Zeit wird den Schülerinnen und Schülern deutlich, welch kostbares Gut der Honig, das Wachs und die anderen Substanzen aus dem Bienenstock sind, welche Mühen in ihnen stecken, was sich in ihnen



“

BEI EINER TASSE TEE ... GESÜSST MIT HONIG ...
 VOR DEM FENSTER EINE LEBENDIGE LANDSCHAFT
 ... DIE GEDANKEN SCHWEIFEN ZU LASSEN

... UM SCHLIESSLICH PLÄNE UMZUSETZEN, UM SCHÜTZENSWERTES ZU ERHALTEN,
 ... VON DEN BIENEN ZU LERNEN, SICH UMS GANZE ZU KÜMMERN.

abbildet. Ein entsprechend sorgsamer Umgang mit diesen Substanzen, die Mensch und Tier als Lebens- und Heilmittel dienen können, werden sich als verinnerlichte Handlungsprämisse entwickeln, um all diese wertvollen Substanzen der Bienen zu erhalten (im doppelten Sinne des Wortes). Bereits so können Bienen und Honig als Lehr- und Heilmittel wirksam werden. In diesem Rahmen kann man, auf Themen wie Transportwege von

Lebensmitteln, Regionalität und saisonale Lebensmittel zu sprechen kommen.

Schließlich ist die Begleitung der Bienen im Jahreslauf eine Möglichkeit, sich mit dem phänologischen Kalender vertraut zu machen und ein genaues Beobachten der Natur und ihrer Phänomene zu schulen. Und aus diesem Wissen den Willen entstehen zu lassen, das zu pflegen und zu schützen, was uns umgibt. ●

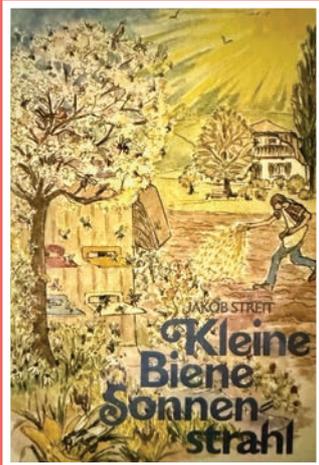
JANA FECHNER studierte von 2000 bis 2006 Kultur- und Medienpädagogik an der FH Merseburg. 2013 begann sie ihre Tätigkeit im Ganztagsbereich der Freien Waldorfschule Magdeburg als Kultur- und Sozialpädagogin. Von 2016 bis 2021 absolvierte sie einen berufsbegleitenden Blockstudiengang zur Klassenlehrerin am Lehrerseminar in Kassel, den sie im November 2021 erfolgreich abschloss. Seit dem Schuljahr 2022/23 ist sie als Klassenlehrerin tätig.





Lesetipp

Für alle die gerne tiefer in die Welt der Bienen eintauchen wollen, hier zwei Buchtipps:



Kleine Biene Sonnenstrahl: Ein Bienenmärchen von Jakob Streit

Durch die Abenteuer der kleinen Biene Sonnenstrahl lernen Kinder spielerisch das Leben der Bienen kennen. Sie trifft die Königin, strenge Wächter und fürsorgliche Bienenschwestern, die sie großziehen. Beim Sammeln von Blütenstaub begegnet sie Freunden und Feinden – von Glühwürmchen bis Hornissen.

Jakob Streit verwebt Wissenswertes über Bienen in kindgerechte Erzählungen, ohne ins Groteske oder Komische abzudriften. Gerade heute, wo Kindern oft der direkte Zugang zur Natur fehlt, bietet diese Geschichte eine wertvolle Einführung in die faszinierende Welt der Bienen. Die farbenfrohen Illustrationen von Verena Knobel runden das Buch ab.



Die Geschichte der Bienen von Maja Lunde

... ist ein Roman der norwegischen Autorin Maja Lunde aus dem Jahr 2015, der 2017 auf Deutsch erschien. Er war das meistverkaufte Buch in Deutschland im Jahr 2017.

Der Roman verknüpft drei Familiengeschichten, die alle mit der Entwicklung der Honigbienen verbunden sind: 1852 konstruiert der Naturwissenschaftler William Savage in England einen neuen Bienenkasten. 2007 kämpft der amerikanische Imker George Savage gegen das Bienensterben. 2098 arbeitet die Chinesin Tao als Bestäuberin, da Bienen längst verschwunden sind.

FABULARIUM

FACHGESCHÄFT FÜR WOHLSORTIERTE BUCHSTABEN

in der Grünen Zitadelle
Tel. 0391-2803988
www.fabularium.de



Mo. - Fr. 10.00 - 18.00
Samstag 10.00 - 16.00



Die Natur begleiten Gartenbau in der Mittelstufe

Im Gartenbau wird vor allem durch die Sache selbst gelehrt. Das Fach vermittelt die Auswirkungen von Tun und Unterlassen in der Natur. Die Kinder erfahren ihre eigene Gestaltungskraft im Umgang mit natürlichen Prozessen. Im Gartenbauunterricht stehen über weite Strecken des Jahres „NUR“ die Tätigkeiten im und um den Schulgarten im Vordergrund. Dabei erleben die Schüler jedoch den Rhythmus der Natur und der Jahreszeiten in ihrer ganzen Breite. Denn nicht alle Tätigkeiten können immer dann ausgeführt werden, wenn wir es wollen, und wenn wir es nicht tun, wird es auch niemand anderes für uns tun. Um beispielsweise eine reiche und erfolgreiche Ernte einfahren zu können, bedarf es bestimmter Vorbereitungen und Vorkehrungen. Ebenso ist es notwendig, mit den Pflanzen in Beziehung zu treten, um zu spüren und zu erkennen, was notwendig ist, damit sie sich naturgemäß entwickeln und entfalten können. All dies können die Schülerinnen und Schüler ab der sechsten Klasse im Unterricht vor allem durch eigenes Tun erfahren und festigen. Ebenso haben sie jetzt die Chance und die Möglichkeit zu erfahren, wie schwer oder leicht es ist, sich und seine Lieben mit frischem Gemüse, Kräutern

oder Obst zu versorgen. Sie haben somit die Möglichkeit, sich Grundlagen anzueignen, um später verantwortungsbewusster mit sich, der Natur und der Umwelt umzugehen und nachhaltiger und gesünder zu leben. Auch wenn dies naturgemäß nicht der Impuls eines Jugendlichen ist, so hat er doch die Möglichkeit, diese Erfahrungen zu festigen und später darauf zurückzugreifen.

Um dies zu ermöglichen, werden bei uns alle anfallenden Arbeiten von allen erledigt. So kümmern wir uns zu Beginn des Jahres gemeinsam um die Aufzucht und Vorkultur. Dabei wird zum Teil selbst gewonnenes Saatgut aus der Vorsaison verwendet. Ist dies geschehen, müssen die Jungpflanzen gepflegt, pikiert und für die spätere Pflanzung vorbereitet werden. Parallel zu dieser Arbeit müssen wir immer das Wetter und den Garten im Auge behalten, um die Feldvorbereitungen nicht zu verpassen. Außerdem gibt es bereits im Frühjahr die Möglichkeit, die ersten Samen direkt auszusäen. Mit der Zeit verlagert sich die Arbeit immer mehr in den Garten. Jetzt, wo die Natur erwacht, müssen alle Vorbereitungen für die Pflanzungen getroffen werden, zum Beispiel die Felder von Mist befreien, Unkraut jäten, die Beete



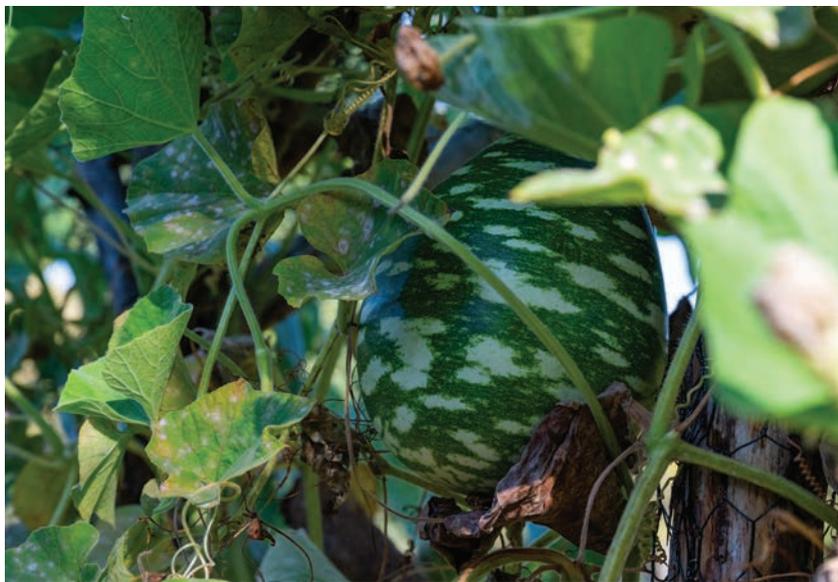
“ EIN SCHÖNER AUSGLEICH
ZU DEN KÖRPERLICH
ANSTRENGENDEN
AUFGABEN.

lockern und umgraben oder Rankhilfen anfertigen. In dieser Phase haben wir auch unseren Beetplan im Blick. Dieser enthält neben den Aussaat- und Pflanzterminen auch die entsprechenden Fruchtfolgen. Wenn das alles erledigt ist, werden die Felder nach und nach bestellt und der Garten beginnt zu erwachen und zu gedeihen: Die Arbeit verlagert sich von der Pflanzung hin zu Pflegetätigkeiten wie Jäten, Gießen, Mähen, Ausgeizen und Hochbinden. Es geht also darum, die Natur zu begleiten und zu unterstützen. Kurz vor und nach den Sommerferien beginnt die schönste Zeit des Gartenjahres - die Erntezeit. Da die Schule noch keine eigene Schulküche hat, gibt es nun die Möglichkeit, den Lohn der letzten Wochen und Monaten mit nach Hause zu nehmen. Erfreulicherweise wird dies immer mehr angenommen und so können die Schülerinnen und Schüler zum einen



stolz präsentieren, was sie im Unterricht geleistet haben und zum anderen die zum Teil enormen Unterschiede zwischen konventionellem Gemüse aus dem Supermarkt und dem „aus dem eigenen Garten“ feststellen. Ein Teil der Ernte wird auch eingelagert oder direkt als Pausensnack verzehrt. Die Schülerinnen und Schüler lernen aber auch praktisch, wie Obst, Gemüse oder Kräuter haltbar gemacht werden können. Neben der Saftherstellung beschäftigen sie sich mit dem Trocknen von Kräutern, der Herstellung von Ölauszügen, Tinkturen, dem Kochen oder der Herstellung von Gelees und Marmeladen. Das alles ist sehr beliebt und ein schöner Ausgleich zu den körperlich anstrengenden Aufgaben und Tätigkeiten während des restlichen Kalenderjahres. Nachdem sich die Gemüsesaison dem Ende zuneigt, gilt es nun die Felder nachzubereiten, z.B. Mist ausbringen, Gründüngung aussäen, Komposter vorbereiten oder umsetzen und all die anderen Tätigkeiten, die in der letzten Zeit zu kurz gekommen sind. In dieser Zeit merkt man auch, wie schwer es allen fällt, sich nochmal zu motivieren, Gott sei Dank spielt uns hier das Wetter und der nahende Winter in die Karten und wir können das Gartenjahr ausklingen lassen und die Winterruhe einläuten.

Neben Kränze binden, Kräutersalze oder Salben herstellen gibt es immer wieder abwechslungsreiche Aufgaben, die uns die Zeit bis zum nächsten Frühling verkürzen. - *Florian Lang* 



Kerstin Wöhlbier

Praxis für psychologische Beratung
Klangtherapie und Klangmassage
SAMA-Sonologie®
Beratungen

info@musikgarten-magdeburg.de
www.musikgarten-magdeburg.de
0391 6073771



Gastbeitrag aus Dessau

Experimentierfeld: Hauswirtschaft

Eine 7. Klasse entwirft sich ein neues Unterrichtsfach

Während der Ernährungskundeepoche beschäftigten sich die Schülerinnen und Schüler der siebten Klasse intensiv mit der Frage „Was brauchen wir zum Leben?“. Wasser und Brot waren natürlich die Favoriten, doch auch Freundschaft, Musik, Geborgenheit und Ruhe waren untrennbar mit gesunder Ernährung verbunden. Ein gemeinsam zubereitetes Frühstück brachte eine rege Diskussion in Gang: Können wir nicht öfter zusammen Speisen herstellen?

Ja klar, gerne!

Einige Fragen waren zunächst zu klären: Wie bringen wir das im Stundenplan unter? Wann soll was für wen gekocht werden, und wer bezahlt die „Zeche“?

Da in unserer Schule auf diesem Gebiet noch keine Tradition bestand, fühlten wir uns bei der Planung frei und das gesamte Schuljahr wurde zum Experimentierfeld für das neue Fach „Hauswirtschaft“.

Ein wesentlicher Aufgabenbereich war die Unterstützung bei der Essenausgabe und beim Geschirrspülen sowie den nachbereitenden Tätigkeiten in der Küche während der Mittagspause und der dritten Fachstunde. In einem rollierenden System waren zwei Schülerinnen oder Schüler für zwei Wochen in der Küche tätig.

Ein weiterer Schwerpunkt lag bei der Zubereitung festlicher Dinners, einmal vor Weihnachten, des Weiteren anlässlich des Balladenabends an Johanni.



Hier arbeitete die gesamte Klasse von der Planung über den Einkauf und das Kochen bis hin zur ansprechenden Tischgestaltung und künstlerischem Rahmenprogramm zusammen.

Ein Höhepunkt im Schuljahr war, als die siebte Klasse auch externe Gäste in der Schule bekochte und bewirten konnte. Der „Stammtisch der Vereine“, dem auch die FWS Dessau angehört, wurde mit einem Italienischen Menü verwöhnt!

Auch die monatlich stattfindenden Vorstandstreffen wurden jeweils von drei bis vier Schüler:innen kulinarisch bereichert. In ihrer freien Zeit nach dem Unterricht erstellten sie eigenständig ein kleines Abendbuffet, an dem sich die Vorstände gerne bedienten. Das Gemüse, der Salat und Kräuter stammten aus dem schuleigenen Garten!

Am Ende des Schuljahres schaute die siebte Klasse auf das neue „Fach“ Hauswirtschaft zurück und alle stellten fest:

- Es war gut, im Team zu arbeiten.
- Sympathie ist zweitrangig – Zielstrebigkeit zählt.
- Zügiges Arbeiten ist wichtig.
- Ordnung herstellen und Ordnung halten hilft.
- Neue Rezepte auszuprobieren macht Freude.

Die Erfolgsgeschichte hatte sich natürlich in der Schülerschaft herumgesprochen und noch im Juni fragte die sechste Klasse an, ob sie bitte auch Hauswirtschaft „lernen“ dürfe.

Ja klar, gerne.

Einen Plan haben wir ja bereits ... und nun auch eine Tradition! - *Claudia Fiedler*

Claudia Fiedler ist seit 2021 Klassenlehrerin an der FWS Dessau. Zuvor war sie seit 2010 an der FWS Magdeburg tätig.



Neuromotorische Entwicklungsförderung (die Arbeit mit den frühkindlichen Reflexen)

INPP bietet eine ausführliche Anamnese, Testung und ein individuelles Bewegungsprogramm zur Nachreifung und Hemmung frühkindlicher Reflexe.



Das Kleinkind

- entwickelt keinen festen Schlafrhythmus
- ist unruhig und fordernd, hat häufig Wutanfälle und verharrt scheinbar im Trotzalter
- ist überängstlich und „klammert“
- vermeidet neue, ihm unbekannte Situationen/Personen
- nässt gelegentlich ein
- hat Schwierigkeiten in der Koordination von Bewegungsabläufen
- ist allergieanfällig und häufig krank

Das Schulkind

- ist leicht ablenkbar und wirkt unkonzentriert
- arbeitet sehr langsam
- verdreht Buchstaben/Zahlen
- hat eine verkrampte Stifthaltung
- Auffälligkeiten in der Sprachentwicklung
- Lern- und Verhaltensprobleme
- ist mündlich besser als schriftlich
- Viele dieser Symptome findet man bei Kindern mit ADS/ADHS, LRS und Dyskalkulie



Ergotherapie Praxis
Christiane Vogel
Albert-Vater-Str. 70
39108 Magdeburg
Telefon: 0391/810 55 315
www.ergotherapie-vogel.de
info@ergotherapie-vogel.de





A photograph of a winter garden scene. The background is filled with trees and bushes covered in a thick layer of white frost, set against a clear blue sky. In the foreground, there is a wooden trellis structure made of thin branches. To the left, a small evergreen tree is partially covered in a greyish-brown fabric or tarp. The overall atmosphere is cold and serene.

“ DIE NATUR IST NICHT NUR DAS,
WAS VOR UNSEREN SINNEN LIEGT,
SONDERN SIE IST AUCH DAS,
WAS IN UNS LEBT UND WEBT.
WIR SIND EIN TEIL DER NATUR, UND NUR WENN
WIR UNS ALS SOLCHEN ERFAHREN, KÖNNEN WIR
SIE WIRKLICH VERSTEHEN UND ACHTEN.

- RUDOLF STEINER

Freie Waldorfschule Magdeburg

Kroatenwuhne 3 | 39116 Magdeburg



Veranstaltungen 2025/26

10. Mai
15. & 16. Mai
14. Juni
21. Juni
09. August
13. September
29. November
17. Dezember

06. Januar
28. Februar
18. April
27. Juni
15. August

Monatsfeier
Magdeburger Friedensmesse
Sommerfest
Feierstunde für die Schulabgänger
Einschulung
Tag der offenen Tür
Adventsbasar
Oberuferer Weihnachtsspiele

Oberuferer Dreikönigspiel
Monatsfeier
Monatsfeier
Feierstunde für die Schulabgänger
Einschulung

Änderungen vorbehalten.

Kontakt

Zur persönlichen Kontaktaufnahme wenden Sie sich bitte an unser Schulbüro:

Anja Wolf-Tietz und Sophie Schmidt, sowie unser Kollegium beantworten gern Ihre Fragen unter:

0391 6116190 oder
mail@waldorfschule-magdeburg.de



Anja Wolf-Tietz



Sophie Schmidt



Website



Instagram

Über die genauen Zeiten, Veranstaltungsorte und Aktuelles können Sie sich hier informieren:

www.waldorfschule-magdeburg.de

www.instagram.com/freie_waldorfschule_magdeburg



Unsere Mitarbeitenden in Magdeburg (August 2024)

Freie Waldorfschule Thale

Steinbachstraße 6 | 06502 Thale



Veranstaltungen 2025/26

23. & 24. Mai

Aufführung Theater AG
„Draußen vor der Tür“

09. August

Einschulung

12. September

Informations-
u. Begegnungstag
Martinsmarkt

15. November

23. Januar

Informations- u.
Begegnungstag
Änderungen vorbehalten.

Kontakt

Zur persönlichen Kontaktaufnahme mit der Freien Waldorfschule Thale wenden Sie sich bitte an Frau Degen und Frau Müller.



Franziska Degen

Sie und das Kollegium beantworten gern Ihre Fragen unter:



Constanze Müller

03947 778887 oder
mail@waldorfschule-thale.de



Website

Über die genauen Zeiten, Veranstaltungsorte und Aktuelles können Sie sich hier informieren:

www.waldorfschule-thale.de



Unsere Mitarbeitenden in Thale (August 2024)



Freie Waldorfschule Magdeburg

Kroatenwuhne 3 | 39116 Magdeburg
Telefon: 0391 611 61 90
mail@waldorfschule-magdeburg.de
www.waldorfschule-magdeburg.de

Freie Waldorfschule Thale

Steinbachstraße 6 | 06502 Thale
Telefon: 03947 77 88 87
mail@waldorfschule-thale.de
www.waldorfschule-thale.de