

1/2019

# LebensWerte NEWS



OMAN

172 KM in 6 Tagen

5 Jahre

Café „Offener Treff“

Sham

Aktuelles aus dem Restaurant

# Letzter Wille. Neue Chancen.

## Ihre Erbschaft / Ihr Testament

Sie haben Ihr ganzes Leben hart gearbeitet und sich etwas Wohlstand geschaffen. Sie genießen Ihren Ruhestand und vielleicht ist es Ihnen sogar vergönnt, etwas von Ihrem Vermögen an Ihre Liebsten zu vererben. Viele Studien belegen, dass die Armut in Deutschland ansteigt, auch mitten in unserer Stadt. Gerade im Duisburger Norden sind viele Menschen betroffen. Arbeitslosigkeit, Hartz-IV und ihre persönliche Lebenssituation drängen sie immer mehr an den Rand unserer Gesellschaft. Wir fühlen uns mit diesen Menschen solidarisch und gründeten Anfang 2007 das Projekt LebensWert. Unser klares Projektziel: Jedem bedürftigen Menschen, der sich an uns wendet, Halt in seiner persönlichen Lage zu geben und ihn auf seinen Weg in ein selbstbestimmtes Leben zu begleiten. Unsere Arbeit wird hauptsächlich durch Spenden finanziert. Durch eine Testamentsspende hat Ihr Engagement über Ihr eigenes Leben hinaus Bestand. In Ihrem Testament können Sie die Projekt LebensWert gGmbH zum Erben oder Miterben bestimmen. So kann Ihr letzter Wille vielen Menschen in akuter Not neue Hoffnung geben.



### KiPa-Kinder Patenschaften



Wir bieten Kinderpatenschaften für arme und bedürftige Kinder aus notleidenden Familien. Mit einem breiten Spektrum an Hilfsangeboten fördern wir diese Kinder wie beispielsweise mit Mitgliedschaften in Sportvereinen oder Unterricht an einer Musikschule. Patenschaften können auch für Theaterbesuche oder andere Bildungsangebote übernommen werden.



### Jugendarbeitslosigkeit verhindern



Das Projekt „Jugendarbeitslosigkeit verhindern“ hat einen präventiven Charakter und setzt darauf, möglichst früh mit den Jugendlichen und Heranwachsenden zu arbeiten, um ein Umdenken bei der individuellen Lebensplanung zu bewirken und zu vermitteln, dass einen Job zu haben ein erstrebenswertes Ziel ist. Wir arbeiten eng mit Haupt- und Gesamtschulen zusammen, damit die Jugendlichen ihren Platz in der Gesellschaft finden.



### Obdachlosen Betreuung / Sozialberatung



Obdachlosigkeit bedeutet oft Hoffnungslosigkeit. Wir schenken Wärme, Zuversicht und helfen mit einer ganzheitlichen Sozial- und Hartz-IV Beratung die optimale, individuelle Lösung für jedes Problem zu finden. Halt geben statt ausgrenzen und Hoffnung spenden, wo andere längst das Wort hoffnungslos benutzen. Für einen Weg zurück in ein selbstbestimmtes Leben.



### Sozial-Café Neumühl



Das Café ist eine Anlaufstelle für die Sorgen und Nöte der gesamten Bevölkerung im Duisburger Norden. Oftmals werden Menschen mit einem geringen Einkommen auch sozial ausgegrenzt. In dem Sozialcafé kann für kleines Geld eine Tasse Kaffee/Tee getrunken, zu Mittag gegessen, mit anderen gemeinschaftlich gefrühstückt oder an angebotenen Aktivitäten teilgenommen werden. Gleichzeitig ist immer ein Sozialarbeiter vor Ort - wir wollen aktiv soziale Verantwortung für den Stadtteil übernehmen.

## In dieser Ausgabe

- 4 Pater Tobias läuft für den guten Zweck  
172 Kilometer durch Hitze und Sand
- 8 Mord beim Bestatter - 635 Euro für  
KiPa-cash-4-kids
- 10 Aktuelles aus dem Syrisch-Deutschen  
Restaurant Sham
- 12 5 Jahre „Offener Treff“ in Neumühl
- 14 „Ich wünsche Dir AUSREICHEND!“



- 15 Paters Einsatz mit Handpuppen in der  
Schule
- 16 Ein Praktikum bei Pater Tobias
- 17 130 Paare strahlende Kinderaugen
- 18 Ehrenamtliche Tätigkeit in der Gemeinde  
seit Messdienerin
- 19 Frühlingbote Rhabarber - immer köstlich!
- 20 Das gemeinsame Europa: Für Herz und  
Verstand
- 21 Neumühler Schwestern begeistern beim  
Eismärchen
- 22 Kirchenkonzerte



## *Liebe Leserinnen, Liebe Leser*

wir gehen in dieser Zeit auf den Frühling zu, des neuen Erwachens von Natur und Schöpfung. Das hat für mich einen lebensfreundlichen und froh machenden Charakter. Und im Frühling feiern wir Ostern, das Fest des Lebens. Auf dem Weg zu diesem Fest, das uns auch einen inneren Frühling und eine unwiderrufliche Hoffnung schenkt, können wir uns einüben in Lebenshaltungen, die der Zukunft gewidmet sind und dem Leben immer wieder eine Chance geben.

Die Wochen vor Ostern laden ein, das Leben zu üben, Schritt für Schritt, aus Freude heraus das Leben zu leben und zu wagen. Sich zu öffnen für die Vielseitigkeit und Buntheit, Macht und Ohnmacht des Lebens zu versöhnen sowie Himmel und Erde mit einander zu verbinden. Gott ist ein leidenschaftlicher Freund des Lebens; in der Auferstehung seines Sohnes aus dem Grab des Todes bringt er einen Stein ins Rollen und beweist seine Liebe zu uns Menschen. Diese Botschaft im eigenen Leben zu erden – dies ist die eigentliche Übung des Lebens. Deshalb ist Ostern eigentlich ganz anders.

Der Frankfurter Pfarrer und Schriftsteller Lothar Zenetti sagt: „Menschen, die aus der Hoffnung leben, sehen weiter. Menschen, die aus der Liebe leben, sehen tiefer. Menschen, die aus Vertrauen leben, sehen alles in einem anderen Licht.“

Ihnen und Euch wünsche ich ein frohes, gesegnetes Osterfest  
Ihr

### Impressum

**Herausgeber** Projekt LebensWert gGmbH, Pater Tobias O.Praem.  
Holtener Str. 172, 47167 Duisburg  
Tel. 0203 54 4726 00 · Fax 0203 54472612  
info@projekt-lebenswert.de · www.magazin-lebenswerte.de  
**Chefredakteur** Tobias O.Praem.  
**Erscheinungsweise Druckversion** 3 x jährlich · bundesweit  
**Seitenformat** 210 x 297 mm  
**Konzept & Design • Satz & Textüberarbeitung**  
dc agentur · Kai-Alexander Sommerfeld · René Adam  
Tel. 06471 509 609 · info@dcagentur.de · www.dcagentur.de  
Titelfoto: Projekt LebensWert  
Das Copyright der Artikel liegt bei den Autoren



Mit Flasche und Dose in der Hand am Ziel einer seiner sechs Etappen.

# Göttlicher Extremsport

Wüstenmarathon: Pater Tobias läuft für den guten Zweck 172 Kilometer durch Hitze und Sand

**P**ater Tobias aus Werne bezwingt den Oman-Ultra-Wüsten-Marathon. Er läuft 172 Kilometer an sechs Tagen durch die Hitze. Sein Antrieb sind sein Glaube an Gott und strahlende Kindergesichter. Die Sonne glüht unermüdlich. Sie sorgt für eine fast unerträgliche Hitze, hier mitten in der Wüste. Wenn es eben geht, verzichtet man auf jegliche Anstrengung. Das gilt nicht für 105 Extremsportler, die den Ultra-Oman-Marathon bezwingen möchten. Einer von drei deutschen Teilnehmern ist Pater Tobias (55). Der 55-Jährige nimmt an diesem außergewöhnlichen Wettkampf teil, der die Sportler 172 Kilometer durch den Sand und die Hitze treibt. Dabei hat er nur ein Ziel vor Augen: strahlende Kindergesichter. Denn Pater Tobias möchte nicht nur seine eigenen Grenzen austesten, sondern vor allem eins: Spenden sammeln für Kinder- und Jugendprojekte.

## Beißende Temperaturen und beißende Tiere in der Wüste

Beißende Temperaturen, beißende Tiere und Sand soweit das Auge reicht. Einen besonders extremen Lauf hat sich Priester Andreas Breer, den alle nur Pater Tobias oder Marathon-Pater nennen, als neueste Herausforderung ausgesucht. Der Wettkampf „Oman Desert Marathon“ gilt als eines der härtesten Rennen der Welt. Entsprechend ausgiebig hat sich Pater Tobias, der gebürtig aus Werne-Langern und der gemeinsamen Kirchengemeinde Cappenberg stammt, vorbereitet. Neun Marathons hat der Werner ein Jahr vor dem Wüstenlauf bereits absolviert. Nicht nur die körperliche Fitness ist entscheidend. Beim Lauf in der Wüste ist vor allem mentale Stärke gefragt. Er schafft es und läuft nach insgesamt 31:24 Stunden erleichtert als 53. von 105 Teilnehmern ins Ziel. „Ich bin stolz, es überhaupt geschafft zu haben“, sagt Pater To-



Weit und breit nur Sand: An sechs Tagen ging es für die Teilnehmer durch die Wüste in der Region Alsarqyah Sand in Wilayat Bidiyah.

Der 55-jährige gebürtige Werner knipst sich selbst in der Wüste. Vor allem die Dünen waren eine besondere Herausforderung für ihn.

bias nach seiner Rückkehr nach Deutschland. Erst einige Tage nach dem außergewöhnlichen Lauf bei Temperaturen von 40 bis 45 Grad wird ihm deutlich, welche (Grenz-)Erfahrung er dort gemacht hat.

Allein wie gefährlich dieser Lauf sein kann, zeigte sich Pater Tobias schon vor dem Startschuss. Die Veranstalter drückten ihm eine kleine Vakuumpumpe in die Hand. Darin ist ein Anti-Giftstoff gegen Schlangenbisse enthalten. Zum Glück kam die Pumpe weder bei ihm noch bei den anderen Teilnehmern zum Einsatz. Viele Schlangen, aber auch Skorpione oder Eidechsen kreuzten dennoch den Laufweg von Pater Tobias. Das gilt vor allem für den Nachtmarathon.

Dort installierten die Veranstalter im Abstand von einem Kilometer Scheinwerfer – es war die einzige Orientierung in der dunklen Wüste. „Vor allem unter dem Licht haben sich die Tiere aufgehalten. Da war viel Gewimmel. Ich habe da schon ein bisschen Angst und Sorge bekommen“, sagt Pater Tobias. Stundenlang lief er allein durch die Wüste und durch einen „wunderschönen Sternenhimmel, an dem man leicht den Mond sehen konnte“.

### Viel Zeit zum Nachdenken beim Lauf durch die Wüste

In dieser Zeit kommt der 55-Jährige zum Nachdenken. Über sich selbst, über Gott und die Welt, über anstehen-

de Projekte oder die Arbeit. Seine Ideen hält er manchmal auf einem Diktiergerät fest. Der Nachtmarathon, der den gebürtigen Werner über weite Strecken allein durch die Wüste führte, bildete die fünfte von insgesamt sechs Etappen.

Während die erste Etappe von 25 Kilometern als „Eingewöhnungsphase“ diente, brachte die zweite Etappe über knapp 21 Kilometer Pater Tobias an seine Grenzen. Denn viele Dünen musste er da schon bezwingen. Nach dem Abschluss dieser Etappe hatte er Schmerzen in der Schulter. Der Rucksack war gefüllt mit acht Kilogramm Trockenessen. Die Sportler konnten es an bereitgestellten Boilern mit Wasser aufweichen lassen. 2500 Kalorien nahm Pater Tobias täglich zu sich, „um genügend Power zu haben“, wie er selbst sagt.

Das Essen hat er zuvor wochenlang in Deutschland auf Verträglichkeit getestet. In der Wüste konnte er sich zusätzlich an den Wasserstellen, die im Abstand von zehn Kilometern aufgebaut wurden, mit Flüssigkeit versorgen. Pater Tobias reichte das. Er habe seinen Wasservorrat gut getimt, erzählt er.

Einigen Mitstreitern ging es anders. Von den 105 Startern kamen 90 ins Ziel. Nicht alle schafften auch die mentale Belastung. Auf die konnten sie sich zuvor nicht vorbereiten. „Am Ende macht es der Kopf aus. Man wusste, was auf einen zukommt. Aber dass es so schwer werden würde, das hätte ich nicht gedacht. Ich habe mir vorher Videos von dem Rennen angeschaut. ▶

Erleben konnte ich es dann aber erst in der Wüste“, erzählt Pater Tobias.

### Die Dünen wie Katzen hochklettern

Es sind Erlebnisse, die der Priester nie wieder vergessen wird. In schmerzvoller Erinnerung bleibt ihm die letzte Etappe am sechsten Tag des Ultramarathons. Nach fünf Stunden Schlaf nach dem Nachtmарathon starteten die Sportler auf die Zielgerade, auf die letzte Etappe, die gleich noch einmal 20 Kilometer lang war.

„Die Veranstalter haben gesagt: Jetzt geht es nur noch Berg runter zum Arabischen Meer. Da kommt euch ein frischer Wind entgegen. Das war auch so. Aber runter hieß auch, dass erst sieben fette Dünen mit 300 bis 400 Metern Höhenunterschied bezwungen werden mussten“, erzählt er. „Da sind wir dann wie Katzen hochgelaufen. Der Sand lässt ja immer ein bisschen nach, wenn man die Düne hochläuft.“

Nur mühsam kam Pater Tobias hier weiter. Nach drei bis vier Metern musste er eine kleine Pause von zwei Minuten einlegen und dann weitergehen. Auf der siebten Düne dann, gab es endlich eine Wasserstation. „Jetzt haben sie

es geschafft. Es geht nur noch bergab“, hieß es da von den Organisatoren. „Da gab es zwar noch ein paar Anstiege, aber das war halb so wild, wobei ich die letzten zwei bis drei Kilometer nur noch zu Fuß runter gegangen bin“, erzählt Pater Tobias.

Im Ziel, nach 172 Kilometern in sechs Tagen, begrüßten ihn die Veranstalter freudestrahlend. „Da sind mir auch die Tränen gekommen. All den Schmerz hat man von sich gelassen und man hat sich gefreut, dass man angekommen ist.“

Ans Aufhören hat Pater Tobias, der nur eine kleine Blase am Fuß bekommen hat, nie gedacht. Er lief einfach weiter und weiter und weiter. Sein Glaube hilft ihm dabei. „Ich habe mich immer wieder an den lieben Gott gewandt: Bitte unterstütze mich und gib mir Power. Ich habe das Vater Unser gebetet. Ich habe oft gebetet. Der Körper ist gebrochen, es ging nichts mehr. Trotzdem hat man die Kraft wieder bekommen. Ich hatte ein großes Gottvertrauen. Ich wurde von Engeln getragen. So etwas habe ich vorher noch nie gespürt. Die Menschen sind immer wieder auf der Suche nach Gott. Und ich habe es in der Wüste auch wieder erfahren.“

---

Nach 31:24 Stunden kommt Pater Tobias erleichtert im Ziel an.



## „Ich wurde von Engeln getragen.“ - PATER TOBIAS

Aber auch das Ziel, das er verfolgt, lässt ihn durchhalten. „Immer wieder habe ich die strahlenden Kinderaugen gesehen. Das hat mich immer wieder motiviert.“ Seit etwa sieben Jahren nutzt Pater Tobias extreme Läufe wie den „Oman Desert Marathon“, um über Sponsoren und Spenden Gelder für Kinder- und Jugendprojekte zu sammeln. „Man hält nicht nur die Hand auf, sondern man tut auch etwas dafür. Eine Anstrengung wird eher honoriert. Man muss neue Ideen haben, um Geld zu akquirieren. Durch Sport geht das immer“, sagt Pater Tobias. Jährlich hat der Geistliche so schon 85.000 Euro für arme Kinder gesammelt.

So hat er schon sein nächstes Ziel vor Augen: drei Extremläufe in drei verschiedenen Ländern an drei Tagen. So läuft er und läuft und läuft. Nur für ein Ziel: Die Kinder sollen so strahlen wie die Sonne in der Wüste. Pater Tobias läuft seit etwa zehn Jahren. Gleich zu Beginn hat der gebürtige Werner sich für einen Marathon angemeldet. „Danach habe ich gesagt: nie wieder!“, erzählt der 55-Jährige. Aber schon einen Tag später hat er sich für den nächsten Marathon angemeldet. Schnell entwickelte sich die Idee, mit der öffentlichkeitswirksamen Teilnahme an verschiedenen Wettkämpfen Spenden zu sammeln. Immer extremer wurden die Läufe und höher die Spendengelder. Im Zuge des Wüstenrennens im Oman hat Pater Tobias bislang schon mehr als 18.000 Euro gesammelt. Der Werner Andreas Breer gehört als Pater Tobias der Prämonstratenser-Abtei in Duisburg-Hamborn an. Er ist Pastor der Gemeinde Herz Jesu in Duisburg-Neumühl und Geschäftsführer des Projektes „LebensWert“, das er 2007 selbst initiiert hat. Er coacht außerdem Führungskräfte und hält Vorträge. ❖

Spenden sind möglich unter dem Stichwort „Wüstenmarathon“ an das Projekt LebensWert,  
Konto: Bank im Bistum Essen,  
BIC: GENODED1BBE und  
IBAN: DE34360602950010766036.

Andrea Wellerdiek, Ruhr Nachrichten Werne,  
Cappenberg, 05.12.2018

Am 5. Tag kam nach 100 km der Nachtmarathon  
42,195 in der Dunkelheit der Wüste.

### Du hast noch einen weiten Weg

- Auf die Frage, welches seine Lieblings-Bibelstelle mit Blick auf das Laufen sei, antwortet der Pater: Da gibt es viele. Einige wenig bekannte Paulusworte gehören dazu, auf jeden Fall aber die Geschichte von Elija, der um sein Leben läuft, 100 Kilometer vom Karmel bis Beerscheba. Dort bricht er in der Wüste zusammen und wünscht sich den Tod. Und dann gibt Gott ihm Brot und Wasser und ein Engel sagt: „Steh auf! Du hast noch einen weiten Weg vor dir!“

### Gebet vor einem Marathon

- Lass mich den Lauf meines Lebens laufen! Und nimm von mir alle Angst, auf der Strecke zu bleiben. Bewahre mich davor meine Ellbogen einzusetzen, um andere abzudrängen. Lass mich mit Leib und Seele unterwegs sein! Sei Du der Atem, der mich erfüllt. Sei Du die Hoffnung, die mich das Ziel erkennen lässt, zu dem ich unterwegs bin. Lass mich den Lauf meines Lebens laufen! Schenk mir Aufmerksamkeit für den Weg und die Menschen, die mit mir unterwegs sind. Schenk mir Kraft, anderen Unterstützung zu geben. Lass mich mit Leib und Seele unterwegs sein! Bleib bei mir auf Durststrecken. Stärke mich in Atempausen. Lass mich den Lauf meines Lebens laufen, mit Liebe und Hingabe. Amen.





Erik Wikki im Bestattungshaus Kretschmer, Duisburg-Neumühl

## Mord beim Bestatter – 635 Euro für KiPa-cash-4-kids

**A**usverkauft war die Autorenlesung mit Erik Wikki in der Trauerhalle des Bestattungsinstituts Kretschmer. Sein neuester Krimi „Hügel – Die Falle“ spielt in einem Bestattungsunternehmen und war an diesem Abend in Neumühl ein großer Erfolg.

Erik Wikki ist Autor und Vortragskünstler. Zu einer Lesung gehören für ihn auch immer schauspielerische Elemente und humorvolle Einblicke in sein Schriftstellerleben. Vor ausverkauftem Haus präsentierte das Beerdigungsinstitut Kretschmer den Autoren Erik Wikki mit seinem neuesten Krimi „Hügel – Die Falle“. Ulrich Kretschmer begrüßte die zahlreichen Gäste, den Autor Erik Wikki und Pater Tobias. Die Einnahmen dieses Abends kommen dem Kinderprojekt KiPa-cash-4-kids von Pater Tobias zugute, der kurz vor der Lesung das Kinderprojekt dem Publikum vorstellte.

Knapp 90 Zuschauer hatten sich in der Trauerhalle eingefunden, um dem Autoren bei seiner anderthalbstündigen Lesung zu lauschen, die mit schauspielerischen Elementen, Tonaufnahmen aus dem gleichnamigen Hörbuch und Beschreibungen über das Schriftstellerleben sehr abwechslungsreich und fesselnd gestaltet war.

Die Veranstaltungen vom 51-jährigen Schriftsteller sind regelmäßig ausverkauft. Auch, weil der Schreiber es bei Vorstellungen nicht beim Vorlesen allein belässt, sondern ein ganzes Programm drum herum spinnt. Und da darf ein besonderes Ambiente nicht fehlen. Etwa in einer Kapelle, in der Kirche oder eben beim Bestatter. Das mag pietätlos erscheinen, ist es für den gebürtigen Recklinghausener aber ganz und gar nicht. „Die Resonanz zeigt, dass viele Menschen sich darüber freuen, an solch besonderen Orten einmal ohne Gebetbuch oder Taschentuch in der Hand anderen Texte lauschen zu dürfen als Bibelzitate oder Nachrufen“, meint er. Er ist überzeugt: „Das passt.“ Auch weil in seinen Geschichten der Tod durchaus eine tragende Rolle spielt.

Bei seiner Lesung in der Trauerhalle trug Erik Wikki die komplette erste Geschichte des Buches vor. Mit ruhiger, akzentuierter Stimme entführte er die Zuhörer in die Räume eines Bestattungsunternehmens, in der der Chef des Hauses, von seiner Frau umgebracht, und aufgebahrt wurde. Durchsetzt mit schauspielerischen Elementen, in denen Wikki gekonnt in die Rolle jeder Figur schlüpfte und diese mit unterschiedlicher Ausdrucks-

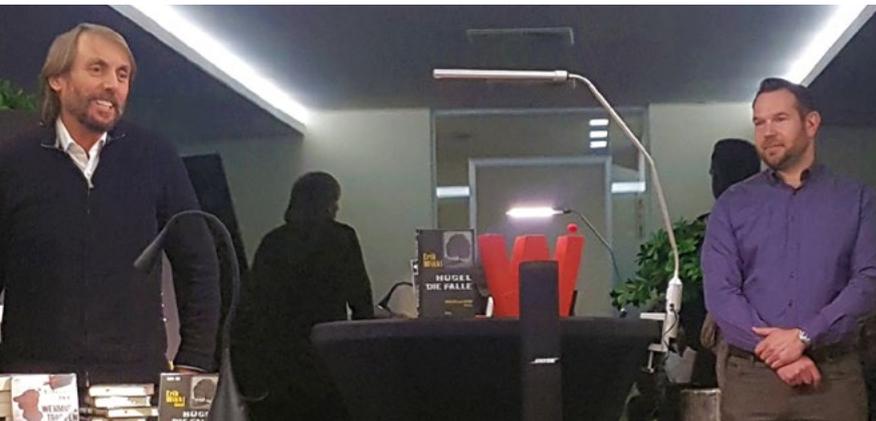
Theodor-Heuss-Str. 122 · 47167 Duisburg · www.kretschmer-duisburg.de

Selbstbestimmt leben. Selbstbestimmt  
sterben. Bestattungsvorsorge –  
wir beraten Sie kostenfrei!

**Kretschmer**  
Bestattungen

Wir bereiten den letzten Weg.

Tag und Nacht für Sie da: 0203/582448



weise, Stimme und Temperament zum Leben erweckte. Das Publikum hing an seinen Lippen, die spannenden Passagen wurden immer wieder durch Passagen mit teils recht schwarzem Humor aufgelockert, bei denen die Zuhörer befreit auflachen konnten. Also bei Weitem kein todernster Vortrag.

Erik Wikki spielte mit den Charakteren im Buch. Man konnte kaum glauben, dass dort vorne nur ein einzelner Mann stand, um das Publikum in diese Kriminalwelt zu entführen.

Auch das Hörbuch wurde in die Lesung mit eingebunden. Unterschiedliche Dialogpassagen wurden als Mitschnitte eines Diktiergerätes eingespielt und sorgten für Abwechslung. Immer wieder unterbrach Wikki seine Lesung, um die Zuhörer mit humorvollen Einblicken in sein Autorenleben zu erfreuen.

Am Ende überreichte Ulrich Kretschmer eine Spende von 635,00 Euro an Pater Tobias, der das Geld für sein Kinderprojekt KiPa-cash-4-kids freudig und dankend entgegennahm. ❖

Pater Tobias

## 1.750 Euro für syrische Flüchtlingskinder

- ▶ Yamen Kadour, Spendenmarathonläufer der Laufgruppe von Pater Tobias, lief in Sevilla für syrische Flüchtlingskinder. Das „erlaufende“ Geld erhält die Duisburger Kindermothilfe, die in Beirut die syrischen Flüchtlingskinder vor Ort direkt jeden Tag helfen. Im Libanon finden syrische Flüchtlingskinder zwar Sicherheit, aber kaum einen normalen Alltag. Sie haben ihr Zuhause durch den Krieg verloren, jetzt steht ihre Zukunft auf dem Spiel. Durch die Projekte der Kindermothilfe und gemeinsam mit Unterstützung des Projekt LebensWert gewinnen die Kinder ein Stück Normalität zurück und Perspektiven für die Zukunft. Ohne Schulbildung blieben sie für den Rest ihres Lebens benachteiligt. Weitere Spenden nehmen wir gerne entgegen.



Yamen Kadour

## Pater Tobias läuft in Luxor für arme Kinder

- ▶ Seinen ersten Marathon in diesem Jahr lief Pater Tobias in Luxor, wo er die 42,195 km in 3:54 Stunden finishte. Insgesamt kamen 1550,00 Euro für bedürftige Duisburger Kinder zusammen. Kinder können somit an Ferienlagern der Gemeinde Herz-Jesu teilnehmen.



## Nikolaus

- ▶ Zu Nikolaus gab es im Salon Feustel viele Gewinner. Kunden, die sich über Sachpreise der Tombola freuen durften und Kinder der Kinderlernküche, denen der Tombola- Erlös über 250,- Euro zugutekam.



Martin Stockbauer, Barbara Hackert und Natalie Feustel



# Aktuelles aus dem Syrisch-Deutschen Restaurant Sham

**L**iebe\*r Leser\*innen, unser Sham wächst und wir freuen uns, dass viele Gäste neugierig sind auf Yamen Kadours syrische Hausmannskost, die er von seiner Mutter gelernt hat. Die meisten kommen zuerst zum syrischen Büffet, das immer am letzten Wochenende im Monat freitags und samstags stattfindet. Hier können interessierte Gäste für 18,50€ aus verschiedenen Vorspeisen, Hauptspeisen und

Desserts auswählen und probieren. Die arabischen Gewürze und die Art der Zubereitung geben den Gerichten ihren orientalischen Geschmack. Dabei sind die Speisen nicht scharf sondern leicht und liegen nicht schwer im Magen. An den anderen Wochenenden stehen freitags und samstags dann jeweils zwei Vorspeisen, zwei Hauptgerichte und zwei Desserts im A-la-Carte zur Auswahl. Für Vegetarier gibt es

Mohanad Ghazal



ein vegetarisches Gericht. Zu allen Speisen empfehlen unsere Servicekräfte seit einem Jahr verschiedene Weine aus dem Libanon, da die syrischen Anbaugelände derzeit durch den Krieg nicht nutzbar sind. Das Weingut Chateau Heritage in der Bekaa-Ebene, an der Grenze zu Syrien, ist eines der jüngsten Weingüter des Libanon, allerdings in Händen einer Familie mit weit mehr als 100 Jahren Weinbautradition. Chateau Heritage 9, Jahrgang 2017, ein außergewöhnlicher und hervorragender Cuvée aus den neun Rotweinsorten, welche in der Bekaa-Ebene angebaut werden, ein Tribut an die fruchtbare Hochebene des Libanon: Cinsault, Cabernet-Sauvignon, Syrah, Grenache, Carignan, Merlot, Tempranillo, Cabernet Franc und Mouvèdre. Die Trauben des Cinsault verleihen dem Wein seine Wärme und Weichheit, der Cabernet Sauvignon gibt ihm Struktur, Farbe und Frische. Die sechs anderen Rebsorten, dezent eingesetzt, übernehmen die Rolle von „Salz und Pfeffer“. In der Summe ein Wein dem man reife Pflaumen, Früchte und eventuell eine leichte Tabaknote entnehmen kann. Chateau Heritage Plaisir du Vin 2016, Cuvée aus 50% Cabernet Sauvignon, 20% Syrah und 30% Cinsault, hier schmeckt man Aromen von Waldbeeren, Zeder und Tabak. Vor einigen Wochen wurden die Gastronomieräume neu gestrichen. Das warme Weinrot, das man schon von Schriftzug und Tischdeko kennt, sorgt, zusammen mit den Fotolichtbildern, für ein warmes Ambiente. Das Sham bietet Ihnen nicht nur die syrische Küche am Wochenende, sondern auch von Sonntag bis freitagmittags deutsche und mediterrane Küche. Hier kochen unsere Köche im Niedriggahrverfahren (Sous-vide), das die Zellen der Lebensmittel schon und damit ihren eigenen Geschmack erhält. Da schmeckt eine Möhre noch nach Möhre. Auch das Livar-Schwein, das besonderes Schmankerl auf unserer Speisekarte, bleibt so ein Geschmackserlebnis. Am 01.03.2019 wurde Frau Jenny Koppe neu im Gastronomie-Team begrüßt. Sie leitet unsere Azubis im Bereich Restaurantfach an und bildet sie aus. Tische eindecken, Hygiene und die Bewirtung der Gäste gehören dabei zu ihren Tätigkeiten, ebenso wie Service beim Catering. So hat sie bereits die Gäste beim Café-Jubiläum am 15.03.2019 sehr professionell betreut. Wir wünschen ihr viel

Erfolg und Spaß an ihrer Arbeit. Für unsere Köche Yamen Kadour, Gerrit Kranz und Oliver Jerghoff steht Gastfreundschaft ganz oben. Daher lassen sie und ihr Team sich gerne bei der Zubereitung der leckeren Speisen über die Schulter schauen. Das geht dank unserer offenen Küche ganz problemlos. Unsere Gäste zeigen ihre Zufriedenheit indem sie mit anderen Gästen wiederkommen. Über diese Werbung freuen wir uns, sehr ebenso über die inzwischen über 2.000 Facebook-Freunde. Danke für Eure/Ihre Treue. Reservieren Sie einen Tisch und starten Sie Ihre nächste Reise in neue Geschmacksregionen. Wenn Sie die leckeren Köstlichkeiten und auch den Service nicht nur bei uns, sondern in Ihren heimischen Räumen, Ihrer Firma, Schule oder an anderer Örtlichkeit genießen möchten, sehr gerne, rufen Sie uns an. Sie erhalten bei uns auch Buffet-Mappen und Beratung für Ihr persönliches Catering. ❖

Barbara Hackert

## Kontakt und Reservierung

Café/Restaurant Sham • Holtener Str. 176  
Tel. 0203 – 44 98 96 72  
tobias@abtei-hamborn.de oder  
y.kadour@projekt-lebenswert.de

### Mediterrane Küche

Montag – Freitag bieten wir Ihnen Deutsche/Internationale Gerichte 12 – 14 Uhr. • Sonntags 12 – 14 Uhr.

### Syrische Küche

Freitags und Samstagabend ab 18 Uhr syrische Gerichte. Einmal im Monat Buffet. Bitte reservieren! Deutsche und syrische Buffet. Wir mailen gerne unsere Buffetmappen zu oder vereinbaren Sie mit unseren Köchen einen Termin vor Ort.

v.L. Nael Aldaif, Mahmoud Alsikh, Jenny Knoppe, Rabee Bhlol





# 5 Jahre „Offener Treff“

**A**m 15. März 2014 eröffnete Pater Tobias das Café „Offener Treff“ in Neumühl. Nachdem er einen leerstehenden Friseursalon direkt neben seinem Gemeindebüro an der Herz-Jesu-Kirche angemietet und mit Hilfe von einer Vielzahl an Helfern zum einem Café/Restaurant umgebaut hatte. Da wurde von der Fliese bis zur Tischplatte fleißig gewerkelt. Spender, Ehrenamtliche und Handwerker hatten dies damals möglich gemacht. Seitdem sind unzählige Frühstücksteller, Mittagessen sowie Kaffee und Kuchen über die Theke gegangen. Immer alles für den guten Zweck: Menschen, die nicht auf der Sonnenseite des Lebens stehen mit Nahrung zu versorgen, ihnen Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen oder Arbeit und damit eine Chance für die berufliche Zukunft zu geben.

So ist das Café ein Ort, der viele verschiedenen Menschen unterschiedlichen Alters, Religionen und Nationalitäten zusammenführt, manchmal nur für einen Moment, manchmal für längere Zeit. Hier entstehen

Kontakte und hier werden sie gepflegt. Dabei entwickeln sich aus der Situation heraus immer neue Ideen. Wie die Erfolgsgeschichte von Yamen Kadour, der als Flüchtling aus der Unterkunft im Stadtteil als Praktikant begann, dann den Bundesfreiwilligendienst machte und nun bald seine Ausbildung zum Koch beenden wird. Mit ihm wurde das Café auch zu einem Restaurant, dem syrisch-deutschen Restaurant Sham. Das Team um Pater Tobias und sein Projekt LebensWert, das Träger dieser außergewöhnlichen Gastronomie ist, freute sich, den 5. Geburtstag nun am 15. März 2019 bei einem gemeinsamen Brunch zu feiern. Dieser fand aufgrund des Platzangebotes und witterungsbedingt im benachbarten Gemeindeheim statt. Die drei Köche Oliver Jerghoff, Gerrit Kranz und Yamen Kadour hatten leckere kalte und warme Speisen vorbereitet. Im Service kümmerte sich neben Jenny Knoppe und Rabea Bhlol Georgia Tepas um die mehr als 100 Gäste. Georgia Tepas leistet vom ersten Tag an ihre Arbeit im „Offenen Treff“ mit viel Herzblut, oft auch ehrenamt-



# in Neumühl

lich. Die meisten Gäste waren langjährige Stammgäste, wie Familie Richter aus Oberhausen, die ebenfalls seit fünf Jahren fast jeden Tag zum Mittagessen kommen. Friedrich Richter sagt dazu „Warum sollen wir als Rentner Einkaufen und Kochen, wenn wir ebenso gut und günstig im Café essen können“. Doch es kamen nicht nur Freunde und Förderer aus Duisburg, Oberhausen oder Mülheim. So hatte Theo Opdenhövel den Weg aus Xanten angetreten, um zu gratulieren. Er sei begeistert von dem Angebot und freue sich, alles einmal vor Ort sehen zu können.

So stand auch dieser Vormittag im Zeichen des guten Zwecks. Die Gäste spendeten für „Aufgeschobene“, Essen oder Getränke, die nun wiederum für Bedürftige zur Verfügung stehen, von denen einige ebenfalls unter den Gästen begrüßt werden konnten. Auch dies war wieder einmal ein Anlass, wo Herkunft keine Rolle spielte.



Barbara Hackert



Ein Vater und seine Tochter umarmten sich innig und herzlich am Flughafen. Beide wussten nicht, ob sie sich noch einmal wiedersehnen würden und, wenn doch, wann das sein würde. Er, der Vater, war schon sehr alt und eine schwere Krankheit plagte ihn. Sie, die Tochter, war vor vielen Jahren mit ihrem Mann nach Australien ausgewandert, sie wohnte also weit, weit weg und konnte daher nicht so oft zu Besuch kommen. Schließlich wurde es Zeit für die Tochter, in das Flugzeug einzusteigen. „Ich liebe Dich, Ich wünsche Dir AUSREICHEND!“, sagte der Vater zu seiner Tochter. „Ich liebe Dich auch, Papa. Ich wünsche Dir auch AUSREICHEND!“ Ein Passagier, der in der Nähe stand, konnte sich nicht zurückhalten, nach dem Abschied den Vater zu fragen, was das zu bedeuten hätte, wenn sie einander „AUSREICHEND“ wünschten. „Das ist ein Wunsch, der in unserer Familie von Generation zu Generation weitergegeben wurde“, antwortete der Mann.

„Es bedeutet: Ich wünsche Dir AUSREICHEN Sonne, damit Dein Leben hell sein möge.  
 Ich wünsche Dir AUSREICHEND Regen, damit Du die Sonne schätzen kannst.  
 Ich wünsche Dir AUSREICHEND Glück, damit Du Deine Liebe wahren mögest.  
 Ich wünsche Dir AUSREICHEND viel Sorge, damit selbst kleine Freuden Dir groß vorkommen mögen.  
 Ich wünsche Dir AUSREICHEND viel Gewinn, damit Du alles bekommen mögest, was Du brauchst.  
 Ich wünsche Dir AUSREICHEND viel Verlust, damit Du alles, was Du hast, schätzen kannst.  
 Ich wünsche Dir, dass Du AUSREICHEND oft willkommen geheißen wirst, damit Du Dich geborgen und geliebt fühlst.“  
 Geschichte von Gabriele Ramos

Ich möchte Ihnen allen zur Fasten- und Osterzeit auch ganz viel „AUSREICHEND“ schenken. Dass sich jetzt so viele Menschen nach dem Frühling sehnen, hat damit zu tun, dass dieser Winter besonders trübe war, die Sonne hat sich besonders rar gemacht. Deshalb sehnen wir jetzt die Sonne herbei. Wir wün-

schen AUSREICHEND Sonne. Wir Menschen haben ein gutes Gespür dafür, was uns gut tut. So sehr, wie wir jetzt die Sonne herbeisehnen, weil sie uns fehlt, so sehr „verwünschen“ wir sie in einem heißen Sommer, wenn sie Tag für Tag unbarmherzig auf uns hernieder brennt. Unser innerer Kompass weiß ziemlich gut, was uns gut tut und was nicht, was AUSREICHEND ist. Das Wort „AUSREICHEND“ kann uns ein guter Kompass für unser Leben sein. Eine gute Ehe zeigt sich darin, dass man AUSREICHEND füreinander da ist. Wer seinem Ehepartner/ seiner Ehepartnerin keinerlei Freiheit lässt, also zu viel will, wird seine Ehe zerstören. Wer sich nicht um seinen Ehepartner/ seine Ehepartnerin kümmert, also zu wenig will, wird ebenfalls seine Ehe zerstören. Der ganze Zauber liegt in dem Wort „AUSREICHEND“. Dasselbe gilt für die Erziehung unserer Kinder und Enkelkinder. Auch hier ist die goldene Mitte, das „AUSREICHEND“, zu finden zwischen „sich gar nicht drum kümmern“ und „dem sich an die Kinder Klammern“. Das unscheinbare Wort „AUSREICHEND“ kann uns aber auch Kompass sein in allen anderen Dingen: Das gilt für den Sport, die Arbeit, das Essen, den Alkohol, das Fernsehen und und und...

Ich wünsche Ihnen zum Osterfest, dass Sie den Weg hin zu einem befriedigenden „AUSREICHEND“ finden, dass Sie zu AUSREICHEND Zufriedenheit und Dankbarkeit gelangen, dass Sie AUSREICHEND Hoffnung und Zuversicht haben, dass Ihnen AUSREICHEND Liebe und Zuwendung zuteilwird, dass Sie AUSREICHEND Zeit finden, sich zu freuen, das Leben zu genießen und die Seele baumeln zu lassen.

*Ihr Pater Tobias*

### Gebet

Herr, wir danken dir für alle Menschen die uns nahe stehen und Halt geben.  
 Schenke uns den Mut und die Kraft, um auf andere zuzugehen,  
 die unsere Hilfe und Unterstützung benötigen.  
 Herr, du begleitest uns mit deinen Segen, den wir weiter tragen möchten in die Welt. Amen.



# Paters Einsatz mit Handpuppen in der Schule

**W**urden Sie auch von einer Handpuppe durch die Grundschule oder bei Gottesdiensten begleitet? Und erinnern Sie sich auch noch an den Namen der Puppe? Die beiden neuen Handpuppen von Pater Tobias heißen Petrus und Noah. Mit den Handpuppen können sich die Schüler vor allem als Gruppe identifizieren und bei ihnen Mut schöpfen sowie Trost suchen. Besonders gut eignen sich beiden für den Einsatz in den Seelsorgestunden, die Pater Tobias an den Neumühler Grundschulen hält. „Vielen Kindern fällt es leichter, mit einer Puppe als mit dem Lehrer zu reden“, so Pater Tobias, der die Kinder in den dritten Klassen einmal wöchentlich besucht. Die Handpuppen können Korrekturen von Fehlern übernehmen, wenn die Kinder mal etwas Falsches gesagt haben und damit die Kinder entlasten. Sie eignen sich auch wunderbar als Streitschlichter und Diskussionsleiter. Und sie können viele Geschichten von Jesus und über das Alte und das Neue Testament erzählen. Die Kinder hören hier besonders gerne der Handpuppe zu. Die Figuren fordern zum Mitmachen auf und die Schüler bleiben durch das Spiel mit der Puppe besonders aufmerksam. Petrus wird natürlich oft eingesetzt für biblische Erzählungen. Noah ist eher der kleine Junge, der viel wissen möchte. Die beiden Figuren werden nur hin und wieder mal im Unterricht und im Gottesdienst eingesetzt, damit sie etwas Besonderes bleiben. ❖

Pater Tobias

**Erleben und entdecken Sie die Abtei Hamborn**

in Einzel- und Gruppenführungen  
(Kloster, Kreuzgang, Schatzkammer)



**Öffentliche Führungen 2019**  
samstags ab 10:30 Uhr

13. Juli | 10. August  
14. September | 12. Oktober  
09. November | 07. Dezember

Abtei Hamborn  
An der Abtei 4-6  
47166 Duisburg

Tel. 0203-54472600  
info@projekt-lebenswert.de  
[www.abtei-hamborn.com](http://www.abtei-hamborn.com)



Pierre Bardak und Pater Tobias beim Hausgottesdienst

## Ein Praktikum bei Pater Tobias

### Pierre Bardak berichtet über sein Schülerpraktikum

**M**ein Name ist Pierre Philippe Bardak und ich komme aus Duisburg-Röttgersbach. Ich bin Schüler der 10. Klasse des Kopernikus Gymnasiums in Duisburg-Walsum nebenbei trainiere ich das Tauchen und bin seit ca. 5 Jahren begeisterter Messdiener in der Gemeinde St. Hildegard.

Ich habe mir das zweiwöchige Praktikum bei Pater Tobias ausgesucht, weil ich selber Priester werden möchte. Der Grund dafür, dass ich mein Praktikum bei Pater Tobias und bei keinem anderen Priester gemacht habe, ist die Seelsorge, die der Pater in der Herz-Jesu-Gemeinde in Neumühl ausübt. Durch die sozialen Netzwerke wie Facebook, Instagram, die Internetseite von Pater Tobias ([pater-tobias.de](http://pater-tobias.de)) und die zahlreichen Presseberichte, wurde ich auf die seelsorglichen Tätigkeiten des Paters aufmerksam und das weckte bei mir großes Interesse. Die Seelsorge ist ein sehr wichtiger Bereich im Priesteramt, allerdings ist es sehr schwer auch als Messdiener einen guten Einblick in diesen Bereich zu finden. Pater Tobias hat einen sehr ausgeprägten Seelsorgebereich mit sehr vielen Taufen, Hochzeiten, Kommunionkindern, verschiedenen Angeboten von Gottesdiensten und Beerdigungen. Als Praktikant konnte ich diesen sowohl mit Pater Tobias selbst als auch im Projekt LebensWert und seinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern miterleben. Dort im Projekt LebensWert wird jeden Tag Nächstenliebe umgesetzt und gelebt, so dass hier Kirche ganz nahe bei den Menschen ist.

#### Viel neues Lernen

In dem Praktikum konnte ich viel lernen und sehen, von der normalen Sonntagsmesse über Hausmessen und Trau-

gespräche bis zur Karnevalsfeier im Agnesheim. Die Traugespräche waren nicht ganz so interessant, da hier erst einmal „nur“ Formalien besprochen wurden. Dafür konnte ich bei den Messen viel neues Lernen. Mir wurde alles erklärt von den Glockenfolgen vor den Messen bis zu liturgischen Einzelheiten. Ich durfte zum ersten Mal Lektor sein und ich habe sonst alle Abläufe kennengelernt. Vor vielen Menschen die Lesung vortragen, war für mich eine tolle Übung.

Ich habe auch viele Hausbesuche mitgemacht und ich finde es sehr schön, dass Pater Tobias es Jesus in Form der Hostie ermöglicht zu den Menschen zu kommen, die es nicht mehr schaffen in die Kirche zu gehen. Dasselbe wird ermöglicht bei den Messen in den Altenheimen. Ich durfte auch bei einer Messe im Altenheim dabei sein und habe so miterlebt das die Kirche heute auch in der Lage ist, die älteren Menschen nicht zu vernachlässigen.

Ich war ebenfalls bei einigen Veranstaltungen dabei, die auch Pater Tobias besucht hat. Er hat mir erklärt, dass Kirche heute und in Zukunft nur funktionieren wird, wenn wir als Christen aufeinander und auf alle eingehen. Ich konnte während meines Praktikums viele neue Dinge lernen und diese Erfahrungen haben mir auf jeden Fall im positiven Sinn bei meiner Berufswahl zum Priester geholfen.

Auf diesem Wege möchte ich mich noch einmal herzlich bei allen bedanken, die ihre Zeit für mich aufopfert haben um mir die Kirche und die Seelsorge näherzubringen.



Pierre Bardak



## 130 Paare strahlende Kinderaugen

Zur traditionellen Wichtelsternaktion in der Herz Jesu Kirche hatte unser KiPa-cash-4-kids kurz vor Weihnachten Kinder bis 14 Jahren eingeladen. Nach dem Vorlesen der Weihnachtsgeschichte und dem Singen von Weihnachtsliedern erstrahlten dann 130 Paar Kinderaugen.

So freute sich die achtjährige Mia über ein großes Paket, welches sie gerade zwischen ihren Händen halten konnte. Ihren Wunsch „ich möchte gerne eine neue Puppe haben“ verriet sie, aber das Geschenkepäckchen wollte sie erst zuhause am Heiligen Abend unter dem Weihnachtsbaum auspacken. Ihr älterer Bruder Liam geduldete sich, da sein Päckchen erst später verteilt werden konnte. Ahmouds Augen strahlten, als er ein tolles rotes Spielzeugauto auspackte. Die Form des Geschenkes seines Bruders Said verriet, dass er zu den zahlreichen Kindern gehörte, die sich einen Fußball gewünscht hatten. Bei Kakao und Keksen endete die Feier für die glücklichen Kinder. Ein großes Dankeschön geht an die vielen Menschen, die an der Erfüllung der Wünsche beteiligt waren, sowie die „Help and Hope-Stiftung“ und den Duisburger Verein Immersatt e.V. ❖

Christian Voigt/Barbara Hackert

## Valentinstag - Viel Herz, Blumen und Gottes Segen

► Ganz viel Herz, Blumen und Gottes Segen erwartete die Gäste anlässlich des Valentinstages im Restaurant Sham/Café „Offener Treff mit Herz“ in Neumühl. Elke Jäger, die den erkrankten Pater Tobias würdevoll vertrat, begrüßte alle Gäste. Wer wollte, konnte sich von der erfahrenen Wortgottesdienstleiterin persönlich segnen lassen, als besonderer Zuspruch des Himmels für den weiteren gemeinsamen Weg. Zum Abschied bekam jeder Gast noch eine rote Rose. Die Paare freuten sich sehr über diese neue Form des seelsorglichen Angebotes. „Der kommerzielle Sinn des Tages hat keine Bedeutung für uns, aber der Segen für unsere Liebe ist uns als Gemeindemitglieder der Herr Jesu Gemeinde von Pater Tobias schon wichtig“ so die einhellige Meinung der Paare Schönemann, Piechatzek und Merk, die inzwischen 61 Jahre glücklich verheiratet sind. Der WDR war so begeistert, von Pater Tobias Idee, dass sie ein Team der WDR Lokalzeit vorbeigeschickt haben.



Elke Jäger und Eheleute Merk

## Ihre Feier bei uns

► Christine Kuczka feierte ihren Geburtstag mit Freunden und Freundinnen in unserem Restaurant Sham/ Café Offener Treff mit Herz. Herzlichen Glückwunsch, Gesundheit und Gottes Segen vom gesamten Restaurant Sham-Team und Pater Tobias. Feiern Sie auch bei uns: Tel. 0203 44989672





v.L. Sabine Watermann, Georgia Tepas, Gisela Wüsten, Leni Kramer

## Ehrenamtliche Tätigkeit in der Gemeinde seit Messdienerin

**A**uch an Ihrem 60. Geburtstag arbeitete Georgia Tepas im Gemeindebüro der Neumühler Herz-Jesu Gemeinde. Jeden Donnerstag ist sie vormittags im Büro und bereitet das Wochenjournal vor, welches an den Wochenenden in der Kirche mit aktuellen Informationen des Gemeindelebens zur Mitnahme ausgelegt wird. Sie kümmert sich um die vielen Personen, die ins Gemeindebüro auf der Holtener Straße direkt am Schmidthorster DOM kommen und Fragen haben, die ihre Kinder zur Taufe anmelden möchten, oder um Termine, wenn es um eine Hochzeit geht. Viele Büroarbeiten, die eigentlich das Pfarrbüro machen müsste, aber der Weg zur St. Johann-Propstei-Pfarrei An der Abtei, für viele Personen einfach zu weit ist, werden in Neumühl vorbereitet und erledigt. „Eigentlich gäbe es das Gemeindebüro gar nicht mehr, denn die hauptamtliche Stelle als Pfarr-Sekretärin wurde aufgrund der Zusammenlegung der Großpfarre bereits vor zehn Jahren gestrichen und Pater Tobias suchte damals als er Pastor der Gemeinde wurde, Ehrenamtliche in unserer Gemeinde, die diesen Dienst übernehmen. So hat er mich eines Tages gefragt und ich habe sofort zugestimmt“, so Georgia Tepas. Neben Frau Tepas arbeiten noch vier weitere ehrenamtliche Mitarbeiterinnen im Büro, so dass das Büro von Montag bis Freitag vormittags und auch am Donnerstagnachmittag geöffnet hat. Seit über 10 Jahren arbeitet Georgia Tepas ehrenamtlich nun im Gemeindebüro. Schon früh hat sie bei der katholischen Jugend der Herz-Jesu Gemeinde

mitgewirkt und ist quasi in der Gemeinde aufgewachsen. Besonders ist sie seit vielen Jahren als Katechetin tätig und kümmert sich liebevoll auch in diesem Jahr um die diesjährigen 65 Kommunionkinder und bereitet diese mit weiteren Katechetinnen auf die erste heilige Kommunion vor. „Es ist immer schön, wie sich die Kinder im Laufe der Vorbereitung entwickeln und wie viele Fragen sie über Jesus und Kirche stellen“, so Tepas. In der Kirchengemeinde ist sie als Kommunionhelferin und manchmal auch als Lektorin und Messdienerin tätig. Außerdem kümmert sie sich um die Vermietung des Agnesheims. Neben vielen Gratulanten aus der Gemeinde, Gäste des Cafés und den Mitarbeitern des Projekt LebensWert, kam auch die Herz-Jesu Walking-Gruppe, die nach dem Donnerstagslauf ins Café geht, um einen Kaffee zu trinken und gratulierten mit einem Blumenstrauß. Frau Tepas arbeitet auf 450 Euro-Basis im Restaurant Sham/Café Offener Treff mit Herz, welches sich direkt neben dem Gemeindebüro befindet. „Sie macht weit mehr Stunden, als sie eigentlich arbeiten soll, das tut sie aber ehrenamtlich und sie macht es sehr gerne, weil das Restaurant auch auf Spenden angewiesen ist und viele Angebote für bedürftige Menschen macht. „Und wirklich, sie ist mit Herz und Liebe seit Beginn der Restaurant-Eröffnung vor 5 Jahren im Service dabei“, so Pater Tobias, der sich über die ehrenamtliche Tätigkeit sehr freut. „Sie ist eigentlich Mädchen für alles. Wenn wir Hilfe brauchen, ist sie sofort da.“





# Frühlingsbote Rhabarber – immer köstlich!

Rhabarber ist ja der Wegbereiter für das Frühjahr: Wenn man ihn auf dem Markt entdeckt, dann ist der Winter vorbei. Es gibt zwar schon lange bevor die Pflanze in der freien Natur aus dem Boden wächst bereits den zarten, roten Rhabarber aus dem Treibhaus, der sogar den Vorzug hat, dass man ihn nicht schälen muss, aber die WDR-Fernsehköche Martina & Moritz finden: der Freilandrhabarber hat einfach mehr Geschmack! Hier ihr Grundrezept für Kompott, das garantiert gelingt. Und dazu: Knusprige Arme Ritter.

## Rhabarber-Kompott

Damit der empfindliche Rhabarber beim Kochen nicht zerfällt, machen wir es so:

*Für vier bis sechs Personen:*

**1 kg Rhabarberstangen (ohne Blätter), 80 bis 100 g Zucker, Saft und Schale einer halben Zitrone, nach Belieben**

**Gewürze: 1 walnussgroßes Stück Ingwer, 1-2 Sternanis**

Die Rhabarberstangen waschen, schälen, schräg in dünne (ca. 3 mm) Scheiben schneiden und auf einem tiefen Backblech verteilen. Alles gleichmäßig nach Geschmack zuckern, Zitronenschale und Zitronensaft darüber geben, den Ingwer in feinen Würfeln und den Sternanis einfach so dazwischen streuen. Das Blech in den kalten Ofen schieben, auf 200 Grad einstellen (Heißluft, 220 Ober- und Unterhitze), sobald die Hitze erreicht ist, ausschalten. Im Ofen abkühlen lassen. Schließlich den Saft abgießen und die Stücke in eine flache Schüssel betten. Den Saft in einer Kasserolle zum Sirup einkochen und darüber gießen. Jetzt ist das Rhabarberkompott saftig und schmelzend, aber die Stücke sind heil geblieben. So mögen es auch jene, die das faserige Obst sonst nicht so sehr schätzen. Das Kompott kann man gleich, also warm, servieren.

Oder abkühlen lassen und zu einem Dessert reichen: Zum Beispiel so:

## Arme Ritter

In Amerika nennt man sie french toast. In Österreich oder Bayern Pavesen. In jedem Fall ein richtiges Kindheits-Lieblingessen! Es macht nicht viel Mühe, besteht aus Zutaten, die man ohnehin im Haus hat und kostet nicht viel! Tipp: Das Brot dafür in einer Plastiktüte aufbewahren, dann lässt es sich es besser dünn aufschneiden.

*Für vier Personen:*

**8 möglichst dünne Weißbrotbrottscheiben (möglichst altbacken), 4 EL Rhabarberkompott, ¼ l Milch, 1-2 EL Zucker, eine Prise Zimt, etwas abgeriebene Zitronenschale 1 Msp Vanillepulver, 2 Eier, 3-4 EL Hartweizengrieß, 30 g Butter zum Braten; ca. 200 g Schlagsahne, 1-2 EL Zucker**

Die Weißbrottscheiben in gezuckerter Milch wenden, die mit Zucker, Zimt, Zitronenschale und Vanillepulver gewürzt ist. Auf vier Scheiben jeweils etwas Rhabarberkompott verteilen, und mit einer zweiten Scheibe abdecken. Die Eier in einer zweiten Schüssel verquirlen, ebenfalls mit Zucker, einem Hauch Zimt, Zitronenschale und Vanille würzen. Die Doppeldecker-Brottscheiben darin drehen, bis sie sich damit gut vollgesogen haben. Schließlich in Grieß wenden, überschüssige Brösel abschütteln. In heißer Butter bei mittlerer Hitze langsam golden braten. Die Armen Ritter werden dabei richtig knusprig, dank des Zuckers, der in der Butter karamellisiert. Auf Desserttellern anrichten, einen dicken Klecks Schlagsahne draufsetzen, eventuell ein paar Erdbeeren in Scheiben als Dekoration. Dazu das Rhabarberkompott – fertig ist ein fabelhafter Nachtisch. Getränk: Apfel- oder Rhabarbersaft!



# Das gemeinsame Europa: Für Herz und Verstand

**O**b Europa etwas mit Ethik und Kirche zu tun hat, gar mit dem Abendland? Und ob. Allerdings nicht so, wie mancher, der von abendländischer Kultur spricht, sich das zurechtlegt.

Fangen wir im antiken Griechenland an, der Wiege unseres Denkens. Für die Hellenen war die Europa ein Kind von Halbgöttern, begehrt vom Göttervater Zeus. Er verschleppte sie in die Region, die heute den Namen Europa trägt. Die Schöne stammte aus der alten Seemanns- und Handelsnation der Phönizier aus dem heutigen Libanon. Die kulturelle Wiege des „alten Kontinents“ allerdings bereitete maßgeblich die katholische Kirche mit: Als das rund 1.000 Jahre bestehende römische Reich in den Jahren 500 bis 600 n. Chr. zerfiel, sorgte die Kirche mit ihren weitreichenden Verwaltungs- und Machtstrukturen für einen gemeinsamen Kulturraum. Klar wurde: Kirche und Glaube führen nicht ins Gegeneinander der Völker, nicht in den nationalen oder ökonomischen Egoismus der Einzelnen, sondern zur Gemeinschaft der Verschiedenen. Darüber nachzudenken, gibt auch das Jahr 2019 reichlich Anlass – etwa die bevorstehende Wahl zum Europäischen Parlament, der 80. Jahrestag des deutschen Überfalls auf Polen am 1. September 1939, mit dem der Zweite Weltkrieg begann, sowie das 30jährige Jubiläum des Mauerfalls am 9. November 1989, der das Ende der europäischen Spaltung markierte.

Umso bemerkenswerter ist es, dass auch in der Kirche die Debatte um den Begriff Abendland zuletzt neu entflammt ist – letztlich deshalb, weil mancher vom „christlichen Abendland“ spricht, der damit ausgrenzen will. Trotzdem, angesichts der christlichen Prägung Europas sei es vernünftig, diesen Begriff zu verwenden, sagt etwa der als konservativ geltende Regensburger Bischof Rudolf Voderholzer. Die Deutungshoheit darüber dürfe nicht anderen überlassen werden, „die nationalistische Interessen damit verbinden, die zutiefst einer katholischen Universalität widersprechen“. Mit dem Stichwort Politik rücken die Europawahlen am 26. Mai ins Blickfeld. Sie werden die wohl wichtigsten Wahlen zum Europäischen Parlament, die es bislang gab. So erinnert Ministerpräsident Armin Laschet an den 29.

Juni 2016: An diesem Tag demonstrierten zahlreiche junge Menschen in London gegen den Brexit und für die EU. Leider zu spät. Wenige Tage vorher, am 23. Juni hatten die Briten mit knapper Mehrheit für den Brexit gestimmt. Obwohl eine ganz große Mehrheit der Jugend für Europa ist und war, konnte sie sich nicht durchsetzen. Unter anderem, weil zu wenig von Ihnen an der Volksabstimmung teilgenommen haben. Dies dürfe am 26. Mai nicht passieren, mahnt Laschet. Es müsse alles dafür getan werden, dass die riesige Mehrheit der Deutschen, die pro-europäisch eingestellt ist, am Abend des 26. Mai nicht denkt, man hätte sich doch besser mehr für die europäische Sache engagiert.

Die Bürger genießen heute wie selbstverständlich die Möglichkeiten, die ihnen Europa bietet. Und Millionen Arbeitsplätze, ja das Wohlergehen ganz Deutschlands hängen massiv am gemeinsamen Europäischen Binnenmarkt.

Zwar ist Deutschland mit 10,7 Milliarden Euro pro Jahr (2017) Hauptzahler in die EU-Kasse. Doch das kommt dem Land zigfach „verzinst“ wieder zugute. Das zeigt unter anderem eine aktuelle Untersuchung des Centrums für Europäische Politik (cep). Die Freiburger Wirtschaftsexperten kommen zu dem Schluss, dass es in Deutschland seit 1999 zu einer „Wohlstandswirkung“ durch die Euro-Einführung in Höhe von insgesamt fast 1,9 Billionen Euro gekommen ist. Begründet wird dies vor allem damit, dass Deutschland im Zuge der Euro-Krise ab 2011 von vielen Investoren als „sicherer Hafen“ betrachtet worden sei. Zum anderen hätte Deutschland ohne Euro seine Währung aufwerten müssen, was die Exporte massiv belastet hätte. Von den Vorteilen offener Grenzen für eine Exportnation ganz zu schweigen. Es sind also sicher auch wirtschaftliche Gründe, wenn die Landesvereinigung der Unternehmensverbände die Betriebe in NRW dazu auffordert, an ihren Fahnenmasten EU-Flaggen zu hissen. Ganz nach dem Motto: Europa ist sicher nicht perfekt und es gibt vieles zu verbessern. Aber generell in Frage stellen sollten wir Europa nie – für die Menschen hierzulande, vor allem für die jungen Generationen. ❖

Stephan Hochrebe



## Neumühler Schwestern begeistern beim Eismärchen

Die 14-jährige Angelina aus Neumühl tritt mittlerweile im vierten Jahr in der Vorweihnachtszeit beim Eismärchen von „Anjas Kids on Ice“ auf. Ihre 6-jährige Schwester Lisa-Marie stieg schon als 3-Jährige in die Fußstapfen bzw. besser Schlittschuhe der großen Schwester, und spielte im letzten Jahr ein Eis-Engelchen. Diese „Reise zu ihren persönlichen Sternen“ für Angelina und Lisa-Marie ermöglicht das Kinderhilfswerk KiPa cash-4-kids, das die Kosten für die Schlittschuhe und die notwendige Thermokleidung übernimmt. Selbstverständlich nahmen einige der KiPa-Kinder Kristina, Luana, Miley, Sama, Mia, Scarlett, Justine und Samantha gerne die Einladung von Angelina und Lisa-Marie zur Eismärchenaufführung von „Die Reise zu den Sternen“ in der Eissporthalle Dinslaken an.

Mit staunenden, großen Augen verfolgten die acht Neumühler Kids die Aufführung der Geschichte, die Anja Reichelt geschrieben und mit 200 Eis-Kids weihnachtlich romantisch auf das Eis gebracht hat. Die Aufführung zog alle kleinen und großen Gäste in ihren Bann. Beim abschließenden Treffen der KiPa-Kinder mit Anja Reichelt und ihren Stars auf dem Eis äußerten Luana, Mia, Miley und Scarlett spontan wie aus einem Munde, dass sie beim nächsten Mal gerne dabei wären. Mal schauen, ob diese Träume wahr werden und in diesem Jahr neue Neumühler Eisengelchen das Publikum begeistern. ❖

Christian Voigt/Barbara Hackert

## Geschenk zur Erstkommunion

- Sie kommen direkt aus Damaskus und sie bekommt man bei Pater Tobias. 16--18 cm lang sind die Fische aus Olivenholz. Sie kosten 9,50 Euro. Sind vom Pater gesegnet. Wir verschicken auch per Post oder man bekommt sie direkt im Gemeindebüro Herz-Jesu. Holtener Str. 176, 47167 Duisburg-Neumühl, Mo- Fr. 8-12 und Do auch 14 - 17 Uhr. Handy 01736346961 oder Mail: tobias@abtei-hamborn.de



## Hamza Azubi Dachdecker

- Hamza und seine Schwester Hajar sind mit ihrem Vater aus dem Libanon 2016 nach Duisburg geflohen. Sie haben sich hier taufen lassen und werden weiterhin von unserer Katechetin Georgia Tepas im christlichen Glauben betreut. Wir sind dem Bonifatiuswerk in Paderborn sehr dankbar, die uns in der Betreuung der Flüchtlinge, die Christen werden wollen, finanziell unterstützen. Hamza ist bereits im 1. Ausbildungsjahr zum Dachdecker und fühlt sich bei der Dachdeckerfirma Preuten in Neumühl sehr wohl. „Bald werde ich 18 Jahre, dann werde ich mit dem Pater meinen ersten Marathon laufen“ freut sich Hamza, der sportlich sehr engagiert ist.



## Hausgottesdienste

- Pater Tobias feiert in seiner Gemeinde Herz-Jesu immer mehr Hausgottesdienste. Viele Senioren, weit über 90 Jahre alt, schaffen den Weg aufgrund ihres Alters nicht mehr zur Kirche. Seit mehreren Jahren feiert Pater Tobias an verschiedenen Ort in Neumühl Gottesdienste in den Wohnungen.



Komplett- und Teilrenovierung - Barrierefreie Bäder - Badmöbel - Badzubehör

## Ihr Bad aus einer Hand

Beratung ✓

Planung ✓

Ausführung ✓

**Wir sind für sie da!**

Vereinbaren Sie einen Termin oder besuchen Sie unsere Badausstellung  
Georg Philipps GmbH - Heizungs- und Sanitärtechnik  
Theodor-Heuss-Str. 55 47167 Duisburg  
Tel: 0203 582197 - info@georg-philipps.de - www.georg-philipps.de



# KIRCHENKONZERTE

Herz Jesu Kirche Duisburg Neumühl – Vorverkauf Infos unter 0203 - 544 72 600

## Die Prinzen - 17.05.2019, 19:30 Uhr

Die Zuschauer erwartet im Programm neben allen großen Hits der „Prinzen“ im Akustik-Gewand auch bisher noch nicht dargebotenes Repertoire von „Prinzen- CDs“ und als Reminiszenz an die Zeit in den Knabenchören mindestens ein klassisches, sakrales Werk. Durch die Einmaligkeit der 5 a- cappella Stimmen, teilweise mit modernem Popsound gemischt und durch eine Vielzahl akustischer Instrumente unterstützt, wird ein Konzert der „Prinzen“ zum unvergesslichen Erlebnis.  
(Preis 49,- €)

## Alte Bekannte - 15.11.2019, 20 Uhr

Die Musik von Alte Bekannte steht in der Tradition der Wise Guys – Popmusik ohne Instrumente mit richtig guten deutschen Texten. Humorvoll, bissig, emotional.

## Marc Marshall, das Weihnachtskonzert - 10.12.2019, 19:30 Uhr

Als „mitreißender Meister leiser Töne“ wird er von der Presse gefeiert. Ebenso begeistert die „Enorme Modulationsfähigkeit seines Stimmapparats!“ Marc Marshall über sich selbst: „Wer sich auf mich einlässt, wird mit mir lachen und weinen. Musik macht leicht und lässt uns schweben. Und sie lässt uns das Leben spüren! Und wer mich kennt, weiß, dass ich immer nach neuen künstlerischen Herausforderungen suche.“ Marc Marshall wird an dem Abend ohne Mikrofon Lieder singen, in denen es um Liebe, Frieden, Respekt und Gerechtigkeit geht. „Es ist mir sehr wichtig, bewusst zu machen, dass Nächstenliebe immer Hochsaison haben sollte. Nicht nur zur Weihnachtszeit. Musik kann die Welt nicht verändern, aber sie kann Impulse geben und damit Ohren, Augen und vor allem Herzen öffnen“, so Marc Marshall.

Malerfachbetrieb  
**H.W.Köntges**

- Maler- und Lackiererarbeiten
- Trockenbau und Akustikdecken
- Bodenbeläge und Altbausanierung
- Fassadengestaltung
- Brandschutzbeschichtungen

Marienstraße 67 • 41844 Wegberg  
Tel. 0 24 34/44 42 • Mobil 01 72/9 01 14 84  
www.maler-koentges.de • info@maler-koentges.de




**Mühle Dickmann**

Alles für Garten und Tiere.



**SCHÜTZ DAS,  
WAS DIR  
WICHTIG IST.!**

Das Leben passiert. Wir versichern es.

**PROVINZIAL**





**Beerdigungsinstitut  
Heinz Kleinemühl**

Fikusstraße 120 – 47167 Duisburg  
Telefon: 0203 58 12 84  
Tag- und Nacht diensbereit

**Der Bestatter**  
Mitglied der Innung




**RITTHOFF**  
KFZ-MEISTERBETRIEB

Reparaturen aller Art  
Beseitigung von Unfallschäden  
TÜV und AU Abnahme  
An- und Verkauf von Unfallfahrzeugen

Rotestraße 3  
47166 Duisburg  
Tel.: (0203) 55 22 250  
Tel.: (0203) 55 22 251  
Fax: (0203) 55 22 252



**Christian Preuten**  
**Bedachungen**

- Steildach
- Schieferarbeiten
- Dachreparaturen aller Art
- Dachfenster ■ Flachdachtechnik

Internet  
[www.preuten-bedachungen.de](http://www.preuten-bedachungen.de)

Telefon  
**0203-8 60 93 26**




## Halt geben statt ausgrenzen Unsere Antwort auf die Armut in Duisburg



**PROJEKT  
LEBENS  
WERT**

Rat + Tat für Bedürftige

Viele Studien belegen es: Die Armut wächst. Auch hier mitten in unserer Stadt. Gerade im Duisburger Norden sind viele Menschen betroffen. Arbeitslosigkeit, Hartz IV und ihre persönliche Lebenssituation drängen sie immer weiter an den Rand unserer Gesellschaft. Anfang 2008 wurde das Projekt LebensWert ins Leben gerufen. Das Projektziel: Jedem bedürftigen Menschen Halt in seiner persönlichen Lage zu geben, ihn auf dem Weg in ein selbstbestimmtes Leben zu begleiten, unabhängig von Alter, Geschlecht, Nationalität oder Religion. Halt zu sein für Menschen die ohne Halt sind. Jeder Mensch hat Wert und ist es wert, auf seinem Weg in ein würdevolles, eigenständiges Leben unterstützt zu werden. Das Projekt ist eine Anlaufstation für Arme und Obdachlose, denen geholfen wird, ihre persönlichen Probleme aktiv zu lösen - Schritt für Schritt. Das Angebot reicht von der professionellen Seelsorge bis zur konkreten Beratung, Begleitung bei Behördengängen, Hilfe beim Schriftverkehr. Das Projekt arbeitet eng mit städtischen und freien sozialen Einrichtungen zusammen. Je nach Situation geben sie mit ihren speziellen Angeboten bedürftigen Menschen die wirksamste Hilfe. Das Angebot der Beratung ist kostenlos und unverbindlich, wir unterliegen der Schweigepflicht.

### Projekt LebensWert gemeinnützige GmbH Rat und Tat für Bedürftige

#### Unsere Bürozeiten:

Mo.-Fr.: 8-16 Uhr

Beratungstermine können Sie jederzeit mit uns telefonisch vereinbaren.

#### Hauptstelle

Holtener Str. 172

47167 Duisburg

Fon. 0203 5 44 72 600

Fax. 0203 5 44 72 612

info@projekt-lebenswert.de

#### Unser Spendenkonto:

Bank im Bistum Essen

Kto. 10 766 010

BLZ. 36 060 295

BIC GENODED1BBE

IBAN DE57360602950010766010



In einer gemütlichen Atmosphäre, die zum Verweilen einlädt, haben die Besucher einmal die Möglichkeit gegen ein kleines Entgelt einen Kaffee, Espresso oder Latte Macchiato zu genießen, ein günstiges Mittagessen oder ein Stück Kuchen zu erhalten. Hier soll die Möglichkeit gegeben werden sich untereinander auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und zu pflegen. Daneben bieten die SozialarbeiterInnen Hartz IV - Beratung an und Unterstützung in allen Lebensbelangen.

### Sozial-Café „Offener Treff“

Holtener Str. 176

47167 Duisburg

0203-44989672

Mehr Infos unter

[www.pater-tobias.de](http://www.pater-tobias.de)

#### Unser Spendenkonto:

Bank im Bistum Essen

Kto. 10 766 028

BLZ. 36 060 295

BIC GENODED1BBE

IBAN DE56360602950010766028

Mit dem Projekt LebensWert hat Pater Tobias Kinder-Patenschaften ins Leben gerufen, dessen Ziel es ist arme und bedürftige Kinder regional zu unterstützen. Gerade Kinder aus Familien, die im Hartz-IV Bezug stehen, sind oftmals sozial ausgegrenzt. KiPa unterstützt insbesondere diese Kinder, um Ausgrenzung aufgrund fehlender finanzieller Mittel vorzubeugen. Ziel des Projektes ist die soziale Integration von benachteiligten Kindern. Soziale Kontakte beispielsweise in Sportvereinen oder Musikschulen fördern nicht nur diese Integration, sondern vermitteln des Weiteren gesellschaftliche und christliche Grundwerte. Ebenfalls werden talentierte Kinder in sozial benachteiligten Familien seltener entdeckt und ihre Begabung bleibt oft unerkannt. Durch gezielte Förderung von Talenten soll dieser Tatsache effektiv entgegengewirkt werden.

#### KiPa

Holtener Str. 176 a

417167 Duisburg

Fon. 0203-503 40 64

Fax. 0203-544 72 612

b.hackert@projekt-lebenswert.de

#### Unser Spendenkonto:

Bank im Bistum Essen

BLZ. 36 060 295

KTO. 10 766 036

BIC: GENODED1BBE

IBAN: DE34360602950010766036



**KINDER  
PATEN  
SCHAFT**

cash-4-kids