

2/2023

# LebensWerte news

## KINDERPROJEKTE

„Alt und Neu“



Pater Tobias wird 60

Kampf gegen  
Altersarmut

Schwimmkurse

# 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.



### In dieser Ausgabe

- 4 60. Geburtstag Pater Tobias
- 5 Paul Harris Medaille für Pater Tobias
- 6 Impuls und Gebet
- 7 Geschichte
- 8 Altersarmut
- 10 Spendenlauf am Abtei-Gymnasium
- 12 Unsere Kinderprojekte



### Liebe Leserinnen, Liebe Leser,



das ist schon so eine Sache mit dem Sommer. Mal ist es zu heiß, dann wieder zu viel Regen, aber abgesehen davon ist er doch die Jahreszeit, in der wir uns am meisten draußen aufhalten. Viele haben Urlaub oder Ferien und genießen Wasser, Wind, Wellen, Sand, hohe Berge, endlose Weiten, Rummel am Strand oder in einer fremden Stadt. Das Leben ist Freude, Freiheit und Abenteuer und der Alltag kommt viel zu schnell wieder.

Vom Weltfrieden sind wir immer noch weit entfernt, aber wir können stolz darauf sein, dass der ökologisch orientierte Lebensstil in alle Bereiche unseres Alltags Einzug gehalten hat. Auch in dieser Ausgabe finden Sie wieder viele Berichte über unsere zahlreichen Projekte, wo wir immer wieder Unterstützung erfahren. Durch eine großzügige Spende konnten wir unser „ukrainisches Sprach-Café“ weiterführen. Frauen aus der Ukraine lernen deutsch und die Kinder werden betreut. Besonders die Alltagsarmut macht mir große Sorgen, dazu lesen Sie gerne den Bericht über die Altersarmut in Deutschland, wo wir für unser Restaurant Sham/ Café Offener Treff immer wieder Unterstützung erbitten.

Durch meine Marathonläufe und Ihrer Unterstützung konnten wir auch zahlreiche Kinderprojekte wieder unterstützen. Flüchtlingskinder in Selm, die an Sportfreizeiten teilnehmen oder Unterstützung unserer Vital-Kinderlernküche, sind nur zwei Beispiele. Zahlreiche Spenden-Marathons stehen bis zum Jahresende für Kinderprojekte noch an.

Danken möchte ich der Stiftung Deichmann, die uns über 15 Jahre die Personalkosten unserer Sozialarbeiter im Projekt „Rat und Tat für Bedürftige“ finanziert haben. Die Deichmann-Stiftung wird uns hier leider nicht mehr unterstützen können und wir suchen hier dringend weitere Finanzierungsmöglichkeiten.

Einen „Summer of Love and Peace and Happiness“

wünscht Ihnen

Ihr



- 18 Ukraine Hilfe
- 20 Hochrebe: Klug gemacht geht anders
- 22 Rezepte: Sommerglück Pilzesammeln
- 24 Ankündigungen
- 26 Anzeigen

Foto: Daniel Eike

#### 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**

fn-dc agentur · Kai-Nicholas Sommerfeld · Isabella Kleist  
Tel. 06471 509 609 · info@fn-dcagentur.de · www.fn-dcagentur.de

Das Copyright der Artikel liegt bei den Autoren



### 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.

# Wir feiern den 60. Geburtstag von **PATER TOBIAS**

**E**s ist ein Feigenbaum, den Werner Haak Pater Tobias als Geschenk der Gemeinde überreicht. Sichtlich gerührt nimmt Pater Tobias den Baum entgegen: „Die Feige ist eine der drei nationalen Früchte Israels“, die Früchte sind wie Datteln sehr gesund, energie- und mineralreich, und er nimmt gerade Datteln immer gerne auf seine Marathon-Läufe mit.

Es ist ein großes Fest im Agnesheim, denn über dreihundert Menschen sind zusammengekommen um am 04.06.2023 mit Pater Tobias zu feiern und ihm einen angemessenen Festtag zu bereiten; seinen eigentlichen Geburtstag am Donnerstag zuvor hatte er – wie könnte es anders sein – mit einem Marathon in Köln „gefeiert“. „Wir gratulieren und applaudieren“ singt der Männerchor des Reno-Teams, das sich um Erhalt und Pflege des Gemeindezentrums kümmert, auf die Melodie von „Kein schöner Land in unserer Zeit.“ Der Jugendsozialarbeiter des Projekt LebensWert, Barakat Murad, macht mit seinem Cousin zusammen kurdische Musik auf der Bühne, während die Gemeinde das Essen der Klosterküche genießt. „Mit so vielen Menschen hätte man gar nicht gerechnet“ heißt es von den Damen der KFB, was ein wenig merkwürdig klingt,

angesichts der Berge an selbstgebackenen Kuchen, die bereit stehen; hiermit hätte man wohl noch einmal dreihundert Gäste versorgen können.

Vor dem Fest im Agnesheim feiert Pater Tobias die heilige Messe und auch der Schmidthorster Dom ist gut gefüllt, Gemeindeglieder, Mitbrüder, Familienmitglieder, Mitarbeiter, alle sind anwesend und feiern die Eucharistie. Ganz in seiner Art hält Pater Tobias einen Familiengottesdienst und predigt direkt zu den anwesenden Kindern. Es ist eine echte, lebendige Gemeinde, die er begleitet, und der Erfolg gibt ihm wie immer Recht: nach 81 Taufen im Jahr 2022 sind es in diesem Jahr auch wieder bereits 47 Anmeldungen bei 4800 katholischen Gemeindegliedern.

Das Wetter tut sein Übriges und die Menschen sitzen vergnügt auf den Außenterrassen, die die Mitarbeiter des Sozial-Cafés „Offener Treff mit Herz“ aufgebaut haben. Wir möchten uns an dieser Stelle noch einmal anschließen: „Wir gratulieren und applaudieren zu 60 Jahren.“

Christian Kosmider



Fotos: Projekt LebensWert

## **PATER TOBIAS** erhält für sein Engagement in Togo die Medaille als Paul Harris Fellow

Pater Tobias konnte durch einen Spendenlauf in Togo 21.000 Euro für Kinder in dem afrikanischen Land sammeln. Als Anerkennung verlieh ihm der Rotary Club nun die Medaille als Paul Harris Fellow.

Duisburg/Oberhausen

**D**er „Trail-Marathon des Papillons“ in Togo gehörte zu den schwierigsten, die Pater Tobias Breer jemals gelaufen ist. Das Thermometer stieg im November 2022 zeitweise auf 35 Grad, dazu herrschte eine sehr hohe Luftfeuchtigkeit. 1300 Höhenmeter mussten die Läufer auf dem Weg durch den Busch überwinden. „Aber die Quälerei hat sich gelohnt, schließlich konnten wir vielen Kindern ein besseres Leben ermöglichen“, sagt der Marathon-Pater. Durch den Spendenlauf kamen 21.000 Euro für den Verein „Togo-Projekte“ aus Oberhausen zusammen. Deren Gründerin Brigita Trzeciak hatte Pater Tobias bei einem Treffen des Rotary Clubs „Antony-Hütte“ kennengelernt.

Für sein Engagement erhielt der 60-Jährige nun eine besondere Auszeichnung: Ben Dratz, Präsident des Rotary Clubs in Oberhausen, verlieh Pater Tobias eine Medaille als Paul Harris Fellow. Diese Auszeichnung führte die weltweit agierende Rotary Foundation im Jahr 1957 ein, um Spendenleistungen zu würdigen. „Die Zeremonie im Kreise meiner rotarischen Freunde war ein unglaublich schönes Erlebnis für mich“, sagt Pater Tobias.

Gleichzeitig versprach er, am 5. November wieder einen Trail-Marathon zu laufen. Pater Tobias nimmt dann den „Trail-Marathon du Mount Agou“ mit 1220 Höhenmeter in Angriff. Erneut läuft er für Kindergarten-Projekte in Togo. Dann startet er schon als Paul Harris Fellow.

Zu den Empfängern der Medaille gehören viele berühmte Personen der Zeitgeschichte: Die Ordensschwester Mutter Teresa erhielt eine Auszeichnung,



ebenso der ehemalige russische Präsident Boris Jelzin. Auch der ehemalige US-Präsident Jimmy Carter ist ein Paul Harris Fellow.

Die Verleihung bot auch noch einmal Gelegenheit, auf Pater Tobias' Einsatz für die Schulkinder in Togo zurückzublicken. „Es geht mir darum, Kindern den Zugang zu Bildung zu verschaffen“, betonte der Prämonstratenser-Chorherr der Abtei Hamborn.

Nachdem Pater Tobias den „Trail-Marathon des Papillons“ absolviert hatte, nutzte er die Gelegenheit, um sich vor Ort einen Eindruck von den Projekten zu machen. In den Dörfern Sodo und Vogan nahm er damals an der Einweihung zweier Kindergärten teil. Dort lernen die Mädchen und Jungen nun die Amtssprache Französisch, damit sie später in der Schule dem Unterricht besser folgen können.

„Die Kinder haben sich über ihren Neubau riesig gefreut“, erzählte Pater Tobias, der außerdem für die Ausstattung bestehender Kindergärten in Agbodrafo und Patatoukou lief. Und einem Deutschlehrer in Sodo sicherte der Marathon-Pater den Kauf von 100 Deutsch-Französisch-Wörterbüchern zu.

D. de Haas

Fotos: Projekt LebensWert



## Genieße Den Augenblick

Ganz besondere und wichtige Momente bleiben in unserem Leben lange in den Gedanken abrufbar. Wir erinnern uns gern daran und können hierdurch oftmals wieder aufatmen, wenn wir uns nicht so gut fühlen. Trotzdem ist es häufig leider so, dass wir schnell umgeben sind von eher negativen Eindrücken. Denn gerade unangenehme Gedanken bleiben oft gedanklich lange haften. Zugleich verdrängen sie hin und wieder auch positive Eindrücke, die als selbstverständlich abgehakt werden. Leider können sich hierdurch schöne Momente nicht richtig entfalten und somit auch nicht einprägen. Schade oder?

Wir hetzen durch den Tag, sind gedanklich schon beim nächsten oder übernächsten Schritt und merken dabei kaum, was an uns vorbei rauscht. Sagen wir doch mal Stopp. In-

nehalten – Aufatmen und Auftanken. Nehmen wir uns die Zeit einmal einige Gänge herunterzuschalten. Bewahren wir uns die Freiheit unseres Leben selbst einzuteilen. Schwimmen wir nicht mit dem Strom der Zeit. Jeder Mensch ist für sich selbst verantwortlich. Uns ist zwar ein Weg vorgegeben, aber wie wir ihn beschreiten, bleibt unsere eigene Entscheidung.

Schaffen wir uns im Alltag immer wieder Oasen der Ruhe und genießen auch die schönen Augenblicke. Nehmen wir doch nicht alles als selbstverständlich hin - wir werden staunen wie viele schöne Momente es noch gibt für die es sich lohnt sie im Herzen zu bewahren. Das gibt uns Kraft für unseren weiteren Weg im Leben. Denken wir darüber einmal nach.

Pater Tobias

„In der Ruhe liegt die Kraft“ oder „Gut Ding will Weile haben“. Wer kennt sie nicht, solche Sprüche? Und es stimmt, oder? Wie in der kommenden Geschichte der langsamen Schnecke und des rasenden Tausendfüßlers – geht es uns nicht auch manchmal so? Wir rasen durch die Zeit, spulen unser Programm ab und nehmen nicht recht wahr, was um uns geschieht. Auch wir brauchen manchmal eine Schnecke, die unsere Schnellfahrt stoppt und für die Auszeit sorgt. Erst hierdurch lernen wir wieder bewusst einen Schritt vor den anderen zu setzen. Und mit wachen Sinnen alles um uns herum aufzunehmen. Wir müssen wieder lernen glückliche Momente zuzulassen und nicht als selbstverständlich abzutun. Wir schöpfen wieder mehr Kraft für uns selber und alle um uns herum.

Ich wünsche allen Lesern und Leserinnen einen erholsamen und sonnigen Sommer.

Pater Tobias

## GESCHICHTE: ALS DER TAUSENDFÜSSLER DIE WELT ENTDECKTE



Eine kleine Schnecke kroch langsam mit ihrem Haus auf einem engen Pfad dahin. Es war ein wunderschöner Tag, die Sonne schien, und die kleine Schnecke sang vergnügt vor sich hin. Es wäre ihr schon möglich gewesen schneller zu kriechen, aber sie ließ sich Zeit und blieb sogar dann und wann stehen, um sich an den wärmenden Strahlen der Sonne zu erfreuen. Plötzlich ließ das donnern unzähliger Füße den Boden unter ihr erzittern. Die Schnecke sah sich um, und da schoss mit atemberaubender Geschwindigkeit ein Tausendfüßler um die Kurve. Er hätte die kleine Schnecke glatt überrannt, hätte diese nicht im letzten Moment einen spitzen Schrei ausgestoßen. Der rasende Tausendfüßler bremste haarscharf hinter ihr ab, und zwar so abrupt, dass sich seine zahllosen Beinchen hoffnungslos ineinander verhedderten.

„Du blöde Schnecke!“ begann der Tausendfüßler lautstark zu schimpfen und zu zetern. „Warum musst du gerade mir im Weg herumstehen! Du siehst doch, dass ich es eilig habe!“ Er stieß noch tausend andere Flüche und Verwünschungen aus, während er gehetzt seine verhedderten Beinchen entwirrte.

Die arme Schnecke sah ihm verängstigt zu, denn das hatte sie wirklich nicht gewollt. Betreten hörte sie sich seine Beschimpfungen an, bis er schließlich das Chaos unter seinen Beinchen beseitigt hatte und danach eiligst aufsprang und rief: „So, jetzt lass mich endlich vorbei! Du hast mich schon genug aufgehalten. Ich habe es eilig!“ doch die Schnecke antwortete: „Ich würde dir wirklich gern Platz machen, damit du weiterlaufen kannst. Aber sieh dich doch um: Dieser Pfad ist so schmal, dass ich mich nicht mal umdrehen, geschweige denn dich vorbeilassen kann! Du wirst wohl oder übel hinter mir gehen müssen.“

Da sah sich der Tausendfüßler zum ersten Mal um, wo er überhaupt war, denn in der Eile hatte ihn die Umgebung nicht im Geringsten interessiert. Und er sah, dass die Schnecke recht hatte: Links und rechts von ihm türmten sich Wolkenkratzer aus Gras, und der Pfad war gesäumt von kleinen, unüberwindbaren Steinen, an denen sich Tausendfüßler die Beine gebrochen hätten. Als er erkannte, dass er nun den ganzen Weg hinter dieser lahmen

Schnecke herlaufen musste, raufte er sich verzweifelt die Haare und zeterte: „Aber ich habe keine Zeit! Ich muss weiter! Keine Zeit! Keine Zeit!“ Die Schnecke ließ sich nicht beirren und setzte ihren Weg fort, langsam und im Schneckentempo. Der Tausendfüßler trippelte nervös hinter ihr her und fragte ein dutzendmal, ob sie nicht schneller kriechen könnte.

Irgendwann, nach endlos langer Zeit, beruhigte sich der Tausendfüßler, weil er einsah, dass ihm die ganze Hetzerei nichts nützte, und stampfte stumm hinter der Schnecke her.

Und plötzlich nahm er zum ersten Mal in seinem gehetzten Leben seine Umgebung richtig wahr. Er sah zum Himmel hinauf und rieb sich ungläubig die Augen. War der Himmel wirklich so blau? Ein solch Strahlendes und wunderschönes Blau hatte er noch nie gesehen. Und die Sonne! Wie wohltuend ihre Strahlen doch wärmten. Und die Blumen! Welch betörender Duft! Den geschäftigen Tausendfüßler überkam ein so unglaubliches Glücksgefühl, dass er am liebsten lauthals gesungen hätte, obwohl er noch nie in seinem Leben Lust am Singen verspürt hatte. Während des weiteren Weges entdeckte er tausend neue Wunder, die sich ihm offenbarten. Und so merkte der Tausendfüßler nicht, dass die Schnecke plötzlich stehenblieb. Er prallte gegen sie und fragte dann erstaunt: „Was ist los?“ „Siehst du denn nicht?“ erwiderte die Schnecke. „Nun ist der Weg breit genug. Du kannst weiterlaufen.“

Doch anstatt wieder wie der Blitz loszuzischen, trippelte der Tausendfüßler bedächtig an der Schnecke vorbei während er lächelnd eine Marienkäferfamilie beim Spaziergang beobachtete.

Und die Schnecke sagte: „Es tut mir leid, dass ich dich aufgehalten habe!“

Doch der Tausendfüßler antwortete: „Nein, ich danke dir dafür! Und komm mich doch mal besuchen, wenn du Zeit hast.“

Und während er langsam seinen Weg fortsetzte, sang er lauthals vor sich hin.

Fotos: Shutterstock





# IM KAMPF GEGEN DIE ALTERSARMUT

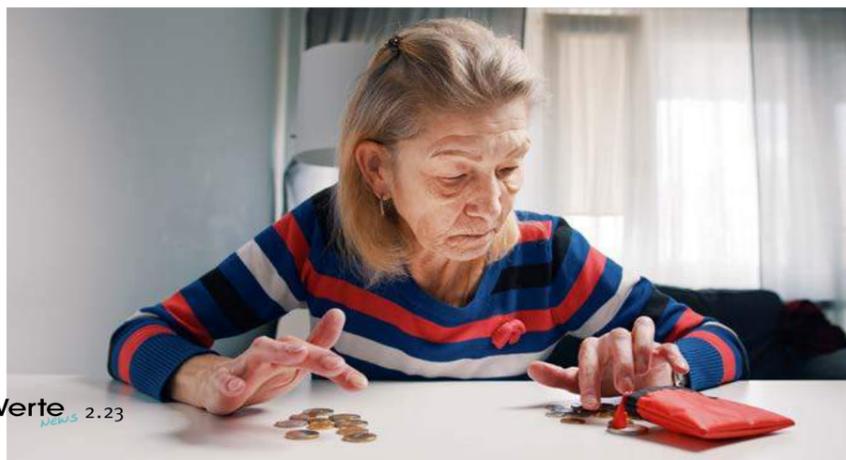
## Duisburg

Die Zahlen sind alarmierend: In Duisburg haben im Jahr 2022 mindestens 5923 Menschen im Rentenalter zusätzliche Leistungen zur Grundsicherung erhalten. Ein Anstieg ist deutlich zu erkennen: Im Jahr 2017 waren es noch 4999 Personen. Die Zahlen hat die Stadtverwaltung erhoben. Im Rathaus gibt es die Annahme, dass die aktuelle Zahl sogar noch höher liegen müsste. Denn die Stadt listet nur Menschen ab 65 Jahren auf. Wer jünger ist und die Grundsicherung nach einer Erwerbsminderung bezieht, taucht in der Statistik gar nicht auf.

Pater Tobias Breer kennt die Gesichter und Geschichten, die sich hinter den Zahlen verbergen. Als Pastor der Gemeinde Herz-Jesu in Neumühl sieht er täglich, was Armut bedeutet. „Ich treffe bei meinen Hausbesuchen zum Beispiel auf Witwen, die an Wintertagen im Mantel

am Küchentisch sitzen, weil sie Heizkosten sparen wollen“, erzählt Pater Tobias. In Zeiten der Energiekrise erlebt er solche Szenen immer häufiger. Viele Gemeindeglieder hätten große Angst vor der nächsten Nebenkostenabrechnung. „Sie haben die Sorge, dass sie sich dann ihren Einkauf im Supermarkt nicht mehr leisten können“, sagt der Seelsorger. „Solche Gespräche machen mich traurig.“

Er will aber nicht tatenlos zusehen: Mit dem Projekt LebensWert engagiert sich Pater Tobias deshalb auch im Kampf gegen die Altersarmut. So betreibt er seit 2014 in Neumühl das Café „Offener Treff mit Herz“. An der Holtener Straße bekommen Besucher ein Frühstück, ein Mittagessen oder Kaffee und Kuchen zu einem günstigen Preis. „Der Bedarf ist gerade im Duisburger Norden riesig“, sagt Pater Tobias.



Fotos: ProjektLebensWert

In Duisburg erhalten immer mehr Rentner zusätzliche Leistungen zur Grundsicherung. Pater Tobias kennt die Gesichter hinter den Zahlen. Das Projekt LebensWert hilft mit einem Sozialcafé und einem Beratungsangebot

Die Gäste suchen das Sozialcafé aber nicht nur auf, weil sie Hunger haben. „Viele Einwohner aus der Gemeinde fühlen sich sehr einsam, weil die meisten Menschen aus ihrem Umfeld schon verstorben sind“, berichtet Pater Tobias. „Bei uns finden die Alleinstehenden wieder Gesellschaft und blühen bei den Gesprächen mit anderen Gästen richtig auf.“

Das Projekt LebensWert befasst sich auch noch auf anderen Ebenen mit der Altersarmut. Als Pater Tobias die gemeinnützige Organisation im Jahr 2007 gründete, schuf er gleich zu Beginn das Angebot „Rat und Tat für Bedürftige“. Die Nachfrage ist ungebrochen groß. Mittlerweile berät der Sozialarbeiter Spormarker in seiner Sprechstunde – von der Beantragung einer

Pflegestufe bis zum Wohngeld. „Gerade viele ältere Menschen verlieren im Behörden-Dschungel den Überblick“, erklärt Pater Tobias. „Deswegen bekommen sie bei uns eine kostenlose und unbürokratische Hilfe.“

Da sich die Angebote des Projekt LebensWert in erster Linie durch Spenden finanzieren, ist der Geschäftsführer auf Unterstützung aus der Bevölkerung angewiesen. „In schwierigen Zeiten ist Solidarität gefragt“, sagt Pater Tobias. „Wer unsere sozialen Projekte finanziell unterstützt, leistet einen wichtigen Beitrag, um die schlimmen Folgen der Altersarmut abzumildern.“

D. de Haas

## Das Café „Offener Treff mit Herz“

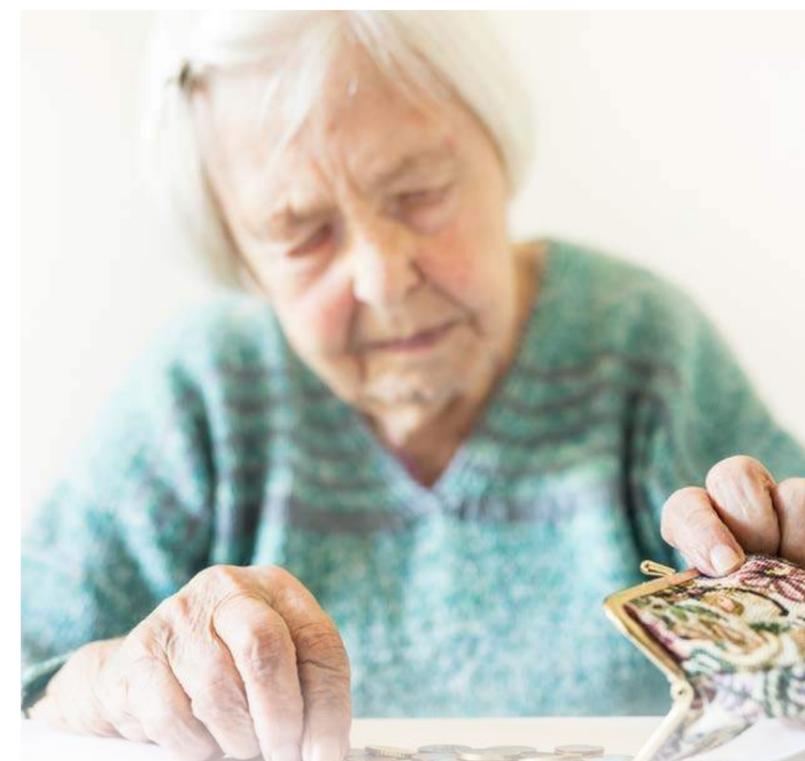
Offener Treff mit Herz  
Holtener Straße 176  
47167 Duisburg

Öffnungszeiten: Mo – Fr  
08:00 - 16:00 Uhr

Mittagstisch:  
Ab 11:30 Uhr  
Kaffee und Kuchen:  
Ab 13:00 Uhr

Das Café bietet alle Gerichte auch zur Abholung an und hat noch einen Lieferservice.

Infos dazu unter: 0203/449 896 72



# 42 RUNDEN

## DURCH DEN STADTPARK:

# PATER TOBIAS

# UND SCHÜLER

## SAMMELN SPENDEN BEI SPEZIAL-MARATHON

Pater Tobias Breer aus Duisburg hat durch seinen Start beim Abtei-Hamborn-Marathon Geld für die „Vital“-Kinderlernküche und die „Werkkiste“ gesammelt. Auch Schüler des Abtei-Gymnasiums liefen für den guten Zweck.

### Duisburg

Für den 180. Marathon seiner Karriere hat Pater Tobias Breer mal wieder ein neues Format entwickelt. Er absolvierte den Abtei-Hamborn-Marathon. Die Laufstrecke liegt in der Nähe des Prämonstratenser-Klosters, in dem Pater Tobias lebt: Der Marathon-Pater drehte insgesamt 42 Runden durch den Hamborner Stadtpark und kam nach 4:44:21 Stunden ins Ziel. Auch eine Knieblessur, die er sich in Folge eines Sturzes im privaten Bereich zugezogen hatte, konnte ihn nicht stoppen. „Es war für



mich außerdem ungewöhnlich, die ganze Zeit im Kreis zu laufen“, erklärte der Ausdauersportler. „Die Begegnungen auf der Strecke mit anderen Läufern haben mir aber zusätzliche Energie gegeben.“

So waren noch zwei Walkerinnen und vier weitere Marathonläufer unterwegs – unter anderem der 79-jährige Volkmar Henke. Patrick Pesch aus Mönchengladbach lief 14,1 Kilometer. Und an dem Tag vor Christi Himmelfahrt fand auch noch der Sponsorenlauf des Abtei-Gymnasiums statt. Pater Tobias begegnete auf der Strecke also Schülern der Klassen acht bis



elf. „Die haben sich richtig ins Zeug gelegt, um Geld für soziale Projekte zu erlaufen“, lobte der Marathon-Pater das Engagement der Kinder und Jugendlichen.

Er hatte die Veranstaltung mit Lehrern des Abtei-Gymnasiums geplant. Mit der einen Hälfte der Erlöse unterstützen die Läufer die „Vital“-Kinderlernküche an der Holtener Straße. Kinder erfahren dort, wie gesundes Kochen funktioniert. „Sie lernen dabei auch fürs Leben“, erklärte Pater Tobias.

Außerdem wird die „Werkkiste“ unterstützt. In den Beratungsstellen der Duisburger Einrichtung suchen verstärkt Familien mit Klein- und Schulkindern Rat und Unterstützung. Durch Mund-zu-Mund Propaganda und Spendenaufrufe kommen Kinderkleidung und Spielzeug in die „Werkkiste“. Oft fehlen Mittel, um Kinderhygieneartikel wie Windeln bereitstellen zu können, ebenso müssen die gespendeten Schulsachen ergänzt werden. Pater Tobias: „Jeder Euro hilft, den Betrieb der beiden Einrichtungen zu fördern.“

Denis de Haas



# Die Kinderlernküche auf Tour

Bereits drei mal in diesem Jahr ist das Team unserer Kinderlernküche mit interessierten Kindern auf Ausflug gefahren. Nach schönen Erfahrungen im letzten Jahr hat unser Koch, Jamil Maamo, in diesem Jahr einen vollen Jahresplan erstellt, der sich an der Saison und an den frischen Angeboten des Monats orientiert. Frisches Gemüse, Brot, Getreide und Mehl, Obst der Saison oder im Herbst Kartoffeln sind Themen, zu denen die Gruppe gemeinsam unterwegs ist. Vor Ort auf Bauernhöfen, aber auch in einer echten Mühle, oder im Bienen- und Honigmuseum können die Kinder aktiv beobachten und lernen, wo unsere Lebensmittel herkommen, was bei z.B. Kirschen zu beachten ist, und wie gut es schmecken kann, wenn Möhren direkt frisch geerntet auf den Teller kommen.

Am 28.04.2023 ging es z.B. auf den Hof Rademacher in Duisburg. Eier und Eierspeisen war das Thema, aber auch den restlichen Betrieb des Hofes konnten die Kinder besuchen. Freudig und neugierig, wie es nur Kinder sein können, verbrachten sie den Tag mit spielerischem Lernen. Zu Eierspeisen gehört dann selbstverständlich auch das Backen von Pfannkuchen.

Ein besonders schöner Ausflug konnte am 26.05.2023 realisiert werden, als es auf den Dümptener Bauernhof – Hof in der Beek in Mühlheim ging, denn hier waren Erdbeeren das Thema. Die Lust auf die saftigen reifen Früchte war den Kindern zu jeder Zeit anzumerken und schließlich gehört auch ein kleines Budget für Einkäufe direkt im Hofladen zu jedem Ausflug dazu.

Die weiteren Termine für das Jahr 2023 finden Sie unter Ankündigungen. ❖

Christian Kosmider



# Kochkurse für Sehbehinderte Kinder

Für unser Team der Kinderkochschule war es eine ganz besondere Erfahrung, die sie noch lange freudig mit sich tragen dürfen. Fünf Wochen lang haben Jamil und Barakat an der LVR Christy-Brown-Schule mit sehbehinderten Kindern arbeiten können und ihnen das Kochen beigebracht.

Unsere vitale KiPa-Kochschule ist seit Jahren fester Bestandteil unseres Programms und eines unserer Leuchtturmprojekte. An vier Nachmittagen in der Woche lernen Kinder aus dem Duisburger Norden bei uns zu kochen und sich gesund zu ernähren. Wir waren besonders glücklich, dass wir tolle Erfahrungen mit sehbehinderten Kindern machen konnten.

Anfangs war die Nervosität groß: Wie bringt man Kindern schon „simple“ Techniken, wie Gemüschälén, Abwiegen oder das Backen von Pfannkuchen bei, wenn sie nicht sehen können? Scharfe Messer oder heiße Kochplatten sind ja schon für Kinder, die mit voller Kraft sehen können, Gefahrenquellen, und man muss ein gutes Auge darauf haben, dass sie sich nicht verletzen.

Wir waren völlig begeistert davon, wie gewandt und geschickt die Kinder mit Geräten umgehen, wie gut sie adaptieren und sich anpassen können. Man darf einen kurzen Moment in eine andere Welt eintauchen, die auf der einen Seite eingeschränkt erscheint und doch auf der anderen Seite so viel anderes zu bieten hat. Eine Wiederholung ist fest eingeplant und auch Angebote für Kinder mit anderen Behinderungen sollen folgen. Hier können wir mindestens so viel von den Kindern lernen, wie wir ihnen beibringen. ❖

Christian Kosmider



Fotos: ProjektLebensWert

# Kinderbetreuung für Flüchtlinge

Schon in der letzten Ausgabe konnten wir Ihnen von unserer neuen Kinderbetreuung für alleinerziehende geflüchtete Mütter berichten. Dieses Projekt ist mittlerweile voll und ganz in unsere Angebote integriert, die Nachfrage ist ungebrochen hoch und es kommen wöchentlich neue Anfragen zu unseren Gruppen. Durch die enge Verflechtung mit unserem Mutter-Kind- und Sprach-Café speziell für ukrainische Mütter und Kinder, ergeben sich gerade für die Frauen, die am dringendsten Hilfe benötigen, gut erreichbare Angebote.

Wie auch unser Sprach-Café soll die Kinderbetreuung ausgebaut und erweitert werden. Leider ist es weiterhin eine große Herausforderung für alleinerziehende Eltern, KiTa-Plätze für ihre Kleinen zu bekommen. Bei Müttern, die als Flüchtling nach Duisburg kommen, fehlt zusätzlich das familiäre Netz, das vielen Anderen noch ein Mindestmaß an Sicherheit und Halt geben kann.

Kinder nicht alleine zu lassen ist eine der Hauptaufgaben des Projekt LebensWert, und so steht unsere Tür allen offen, die bei uns mitmachen möchten. Unterstützt durch Ehrenamtliche und viele, viele Klein- und Einzelspenden konnten wir einen guten, erfolgreichen ersten Schritt tun. Die nächsten können und sollen in Bälde folgen.

Christian Kosmider



## „Schwimmkurs für Kinder“ nimmt wieder Fahrt auf

Tara\* ist froh. Ihre beiden Kinder können endlich schwimmen lernen. Die Kurse für Kinder des Sportbildungswerks Duisburg sind heiß begehrt und Tara war sich nicht sicher, ob sie die Kosten würde aufbringen können. Dann hörte Sie von dem Projekt „Schwimmkurs für Kinder der Projekt LebensWert gGmbH und kam zu uns. Anfangs schien es ihr nicht geheuer, dass wir einfach so die Kosten für Schwimmkurse für Kinder übernehmen, aber schließlich war Tara überzeugt und überglücklich.

In die sportliche Bildung unserer Kinder hat die Corona-Pandemie riesige Lücken geschlagen, und kaum eine Sparte hat so sehr gelitten, wie das Schwimmen. Monatelange Schließungen der Bäder, das Ausfallen des schulischen

Schwimmunterrichts – wenn es diesen überhaupt noch gibt – und eine gesteigerte Vorsicht der Eltern, haben wieder mehr und mehr Kinder als Nichtschwimmer zurückgelassen. Der Sommer kommt und wir werden wieder schreckliche Nachrichten in den Zeitungen lesen müssen, über Kinder die in Flüssen, Teichen und Kanälen ertrinken, weil sie nicht richtig schwimmen können. Daher sind wir besonders froh, dass unser Projekt „Schwimmkurs für Kinder“ wieder Fahrt aufnimmt, dass wieder Eltern zu uns kommen und mit unserer Hilfe ihre Kinder zum Schwimmunterricht anmelden können. So können wir gleich zweifach echten Mehrwert im Leben der Kinder schaffen: Sie lernen eine in Notsituationen überlebenswichtige Fähigkeit und erleben echten Spiel- und Sportspaß im Wasser.

Christian Kosmider



Fotos: Projekt LebensWert

Fotos: Projekt LebensWert



## NACH SPENDENLAUF IN CAPPENBERG: „Trommelzauber“ in der KiTa St. Johannes

**P**ater Tobias konnte durch den Gottfried-Marathon wieder ein Projekt in seiner Heimat finanzieren. DJ Fofu begeisterte die Kinder bei einem Aktionstag.

Frida (5), Joris (6) und Alexander (7) sitzen auf dem Boden und beugen sich über eine Handtrommel. Vor ihnen steht DJ Fofu. Der gebürtige Togoliese vom Team „Trommelzauber“ ist heute zu Gast in der Kindertagesstätte St. Johannes. Er möchte mit den Kindern aus Cappenberg singen, tanzen und Instrumente spielen. Afrikanische Musik ertönt aus den Boxen und erfüllt den Raum. Und die 60 Kinder schlagen zum Rhythmus auf die Trommel und animieren die Erzieherinnen zum Tanzen.

Der Aktionstag in Cappenberg, der am Dienstag, 30. Mai, stattgefunden hat, ist durch einen Sponsorenlauf finanziert worden. Der aus Werne stammende Pater Tobias hat im März zum zweiten Mal den Gottfried-Marathon veranstaltet. Beim Lauf rund um das Schloss Cappenberg gingen 140 Teilnehmer an den Start. Auch Selms Bürgermeister Thomas Orłowski war auf der Strecke unterwegs.

Mit einem Teil der Erlöse konnte Pater Tobias jetzt das Projekt „Trommelzauber“ in die Kindertagesstätte holen. „Die Begeisterung bei den Kindern war riesen-groß“, sagt der bekannte Marathon-Pater vom Orden der Prämonstratenser. „Wenn ich in ihre glücklichen Gesichter blicke, weiß ich, dass sich die Anstrengung beim Lauf gelohnt hat.“

Der Aktionstag war eingebettet in die Themenwoche „Afrika“. „Wir haben die Kinder mit auf eine Fantasie-reise durch den Kontinent genommen“, erzählt Juliane Breer, die Leiterin der Kindertagesstätte. So lernten die Mädchen und Jungen zum Beispiel die Tierwelt Afrikas näher kennen. Im Mittelpunkt stand aber die Musik. „Trommeln ist Vielfalt und fördert die Kinder auf mehreren Ebenen“, betont Juliane Breer. Bei dem Projekt geht es neben Bewegung, Rhythmusgefühl und Tänzen auch um Kooperation, Kreativität und Selbständigkeit.



Was ihnen DJ Fofu beigebracht hatte, konnten die Kinder am Nachmittag auch ihren Eltern, Großeltern und Freunden zeigen. Der Aktionstag „Trommelzauber“ endete mit einer großen Abschlussvorstellung.

D. de Haas

Fotos: ProjektLebensWert

# Pater Tobias spendet 3500 Euro für Sportprojekt

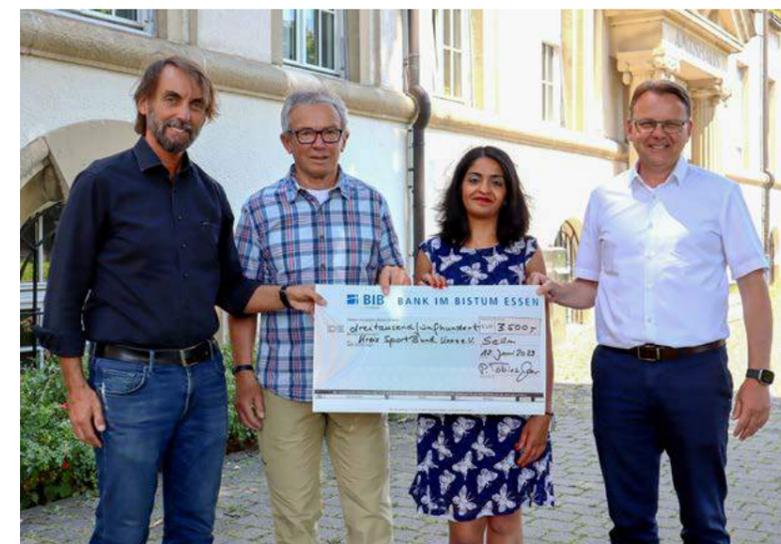
**P**ater Tobias ist so etwas wie der VW Käfer unter den katholischen Geistlichen. Er läuft und läuft und läuft. Im Laufe der vergangenen Jahre hat er über 180 Marathons bestritten, alleine 16 in diesem Jahr. Aber der Pater, der seine Wurzeln in Langern hat, läuft nicht nur, er sammelt dabei Geld für den guten Zweck. 1,8 Millionen Euro sind es, die er über die Jahre eingesammelt hat und dutzenden Projekten in ganz Deutschland zur Verfügung gestellt hat. Über 3500 Euro aus einem dieser Läufe dürfen sich nun Kinder aus Selm freuen.

Im März richtete der Pater in Cappenberg rund um das Schloss den zweiten Gottfried-Marathon aus. Ein „Heimspiel“ gewissermaßen, da die Familie Breer aus Langern sich schon immer der Gemeinde St. Johannes Cappenberg verbunden fühlte. Viele Läufer aus der Region gingen über die verschiedenen Strecken an den Start, unter anderem Bürgermeister Thomas Orłowski. 5000 Euro an Spendengeldern waren damals zusammengekommen. 1500 davon gingen an das Trommelzauberprojekt des Kindergartens St. Johannes. 3500 Euro überreichten Pater Tobias und Bürgermeister Thomas Orłowski nun an Manfred Kalix vom Arbeitskreis Asyl Bork und Alina Manjal vom Kreissportbund Unna.

Der Kreissportbund richtet seit 2017 jährlich ein Sommercamp aus. „Integration durch Sport ist das Motto“, erklärt Alina Manjal. Soll heißen, Kinder aus Flüchtlingsfamilien und deutsche Kinder verbringen gemeinsam eine Ferienfreizeit mit dem Schwerpunkt Sport. „Selm ist von Anfang an dabei. Über die Jahre waren es fast 100 Kinder aus Selm, die daran teilgenommen haben“, erklärt Manfred Kalix. Der ehemalige Sportlehrer ist einer der Betreuer im Sommercamp.

In der dritten Ferienwoche ist es nun soweit und 30 Kinder können erneut am Sommercamp teilnehmen. „Bis zu 16 Kinder werden es diesmal aus Selm sein“, erklärt Manfred Kalix. „Ich gebe gerne das Geld für so eine tolle Aktion. Aus eigener Erfahrung weiß ich, wie wichtig Sport bei der Integration ist“, sagt Pater Tobias. Bürgermeister Thomas Orłowski dankte sowohl Pater Tobias für die Spende, die Selmer Kindern zu Gute kommt, als auch Manfred Kalix und dem KSB für die Organisation des Camps. „Sport ist schon immer ein verbindendes Element gewesen. Wenn der Sport hilft, Integration zu fördern und das Verständnis für die jeweils andere Seite zu verstärken, dann ist es umso wichtiger.“

Malte Woermann



# DAS DEUTSCHE HILFSWERK FÖRDERT UNSERE ARBEIT MIT GEFLÜCHTETEN

Seit wir im letzten November unseren ersten Versuch eines Mutter-Kind- und Sprach-Cafés für Geflüchtete Frauen und Kinder aus der Ukraine begonnen haben, ist dieses Angebot schnell zu einem unserer bestbesuchten Projekte geworden. Durch die intensive Zusammenarbeit mit der Kefb – Katholische Erwachsenen- und Familienbildung Duisburg – können wir schnell und unkompliziert Sprachunterricht und Kinderbetreuung für alleinerziehende Mütter anbieten, die aufgrund ihrer persönlichen Situation nicht oder nur unzureichend an regulären Angeboten für Deutschunterricht teilnehmen können.

Das Mutter-Kind- und Sprach-Café entwickelt sich immer mehr zu einer echten Stütze in Neumühl und einem unserer herausragenden Angebote. Die Nachfrage ist dabei so groß, dass wir mit dem Angebot kaum noch hinterherkommen – und das nur bei den Ukrainerinnen. Was ist mit alleinerziehenden Müttern aus anderen Ländern und Kulturkreisen?

Vor wenigen Wochen erreichte uns dann eine wundervolle Nachricht: Das Deutsche Hilfswerk, finanziert durch die Deutsche Fernsehlotterie, unterstützt unser Projekt für die nächsten zwei Jahre. Es bleibt aber natürlich immer ein Eigenanteil, den wir selbst erbringen müssen, doch wir sind mehr als zuversichtlich, diese Aufgabe meistern zu können.



Foto: Projekt LebensWert



Über die nächsten Monate werden wir intensiv daran arbeiten, unser Angebot weiter auszubauen, um den Menschen im Quartier besser helfen zu können. Schauen Sie gerne, wenn Sie in unserer Nähe sein sollten, in unserem Sozial-Café vorbei und informieren Sie sich über neue Angebote. Durch die Unterstützung des Deutschen Hilfswerks können wir hier unsere Arbeit auch auf andere Nationen und Kulturen ausweiten. Alleinerziehende Mütter stehen immer unter einem besonderen Druck und in fremdem Kulturkreis mit fremder Sprache werden die Hürden, die man überspringen soll, nur noch höher. Hier einen Beitrag leisten zu können, ist uns ein ganz besonderes Anliegen.

Es heißt so gerne, der Erfolg der Arbeit ist Dank genug und dies ist ein Grundsatz, den wir voll und ganz beherzigen. Und doch wird der Erfolg noch einmal veredelt, wenn Teilnehmerinnen des Mutter-Kind- und Sprach-Cafés zu uns kommen, sich bedanken und uns erklären, wie wohl sie sich bei uns fühlen. Auch die Rückmeldung von Frau Starobinska, unserer aktuellen Sprachlehrerin, ist so positiv, dass sie sich wie ein wärmender Mantel im Winter um die Schultern legt, oder – besser zur Saison passend – wie ein laue Briese, die einem frische Luft zum Atmen gibt, während man auf der Terrasse unseres Cafés ein kühles Eis zu sich nimmt.

Christian Kosmider



## IMMER MEHR BILDUNGSVERLIERER: KLUG GEMACHT GEHT ANDERS

**D**as war ein Schock selbst für ausgewiesene Bildungsexperten: Die Zahl Ungelernter stieg in den letzten Jahren noch schneller als erwartet. Besonders dramatisch ist die Entwicklung ausgerechnet bei jüngeren Menschen: Rund 2,64 Millionen zwischen 20- und 35-Jährige hatten im Jahr 2021 keine abgeschlossene Berufsausbildung. So viele waren es noch nie hierzulande. Als die Corona-Pandemie begann, im Jahr 2020, waren es noch 2,33 Millionen. Das zeigt der aktuelle Berufsbildungsbericht des Bundesinstituts für Berufsbildung (BIBB). Der Anteil der jungen Menschen ohne Berufsabschluss in dieser Altersgruppe zog damit in nur einem Jahr von 15,5 auf 17,8 Prozent an.

Die Gesamtzahl der Ungelernten steigt seit zehn Jahren. Im Jahr 2016 waren es erstmals mehr als zwei Millionen. Auffällig ist der Geschlechtsunterschied: Bei den jungen Frauen waren zuletzt rund 16 Prozent ungelernt, so das BIBB. Erschreckend genug. Bei den jungen Männern sind es aber bereits 19 Prozent. Viele Experten fürchten eine weitere Verschärfung in den nächsten Jahren. Da hilft es nichts, dass die aktuellen Zahlen zumindest zum Teil mit Sonderbedingungen wie der Corona-Pandemie und einer hohen Zahl geflüchteter junger Menschen erklärt werden können. Zusätzlich verschärft sich das Problem dadurch, dass immer mehr Jugendliche nicht nur in keiner Ausbildung sind, sondern auch in keiner Schule oder Arbeit: Inzwischen haben wir hierzulande nämlich insgesamt 630.000 solcher sogenannten „NEETs“ im Alter von 15 bis 24 Jahren – auch das ist ein rasanter Anstieg gegenüber den Vorjahren. Das ist ein Ergebnis des „Monitor Ausbildungschancen 2023“ der Bertelsmann-Stiftung. Die Entwicklung muss einfach nur beunruhigen. Schließlich sind das alles junge Menschen, die in einer Schlüsselphase ihres Lebens erst einmal mit leeren Händen dastehen, was Ausbildung und Entwicklungschancen betrifft. Die stellvertretende DGB-Vorsitzende Elke Hannack nennt dies einen „bildungspolitischen Skandal“. Das ist beinahe noch harmlos. Schließlich verbergen sich

hinter den Zahlen handfeste individuelle Schicksale. Und obendrein gehen unserer gesamten Gesellschaft Chancen verloren, wenn Hunderttausende Junger ihre Potenziale nicht anbringen können – weil sie es nie gelernt haben. Auch Hannack fürchtet, dass sich die negative Entwicklung in den kommenden Jahren weiter verschärft. Denn nach wie vor, so die Gewerkschafterin, fallen zu viele junge Menschen durch das Raster und bekommen nicht die nötige Unterstützung.

Von Seiten der Arbeitgeber sind nicht selten ähnliche Töne zu hören. Was also tun? Der Spitzenverband DIHK beispielsweise plädiert für Pragmatismus und empfiehlt, auch mehr Ungelernte für eine berufliche Ausbildung in den Blick zu nehmen: Man müsse junge Menschen mit geringer Bildungsnähe in der Ausbildung eine zweite Chance geben – im Zweifel auch über eine zumindest schrittweise Nachqualifizierung. Ziel müsse es letztlich sein, Jugendliche bis zu einem Berufsabschluss zu bringen.

In diesem Zusammenhang immer wichtiger wird der sogenannte „Übergangssektor“. So lautet der Sammelbegriff für Fördermaßnahmen, in die Jugendliche einmünden, um ihren Schulabschluss zu verbessern oder sich auf den Ausbildungseinstieg vorzubereiten. Anbieter entsprechender Angebote, die finanziell oft großzügig unterstützt werden, sind Unternehmen und Verbände (die etwa sogenannte „Teilqualifikationen“ im Programm haben), Sozialeinrichtungen oder auch die öffentliche Hand. Eine Übersicht bietet beispielsweise die Arbeitsagentur.

Die bereits zitierte Bildungs-Studie der Bertelsmann Stiftung belegt übrigens auch, dass Unternehmen tatsächlich zunehmend auch die sogenannten „halben Fachkräfte“ einstellen – auch, weil es gar nicht genug voll ausgebildete Fachkräfte gibt. Und klar ist obendrein: Die mangelnde Integration von Jugendlichen mit niedriger Schulbildung ist inzwischen das Hauptproblem des deutschen Ausbildungssystems. Hier liegt ein viel größeres Manko als etwa im vielzitierten Trend zur Akademisierung, weil

viele Schulabgänger lieber studieren als eine Berufsausbildung anzutreten.

Bei allen Unterstützungsangeboten, die es inzwischen gibt – unverzichtbar ist nicht zuletzt auch der Wille der jungen Menschen, sich durchzubeißen und auf einen Berufsabschluss hinzuarbeiten. Dass sich das auch finanziell lohnt, das hat das Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB) haarklein nachgerechnet: Fachkräfte erhalten demnach im Laufe des Berufslebens durchschnittlich 1,7 Millionen Euro. Wer einen Meister-, Techniker- oder Fachwirtabschluss drauflegt, kommt auf rund 2,4 Millionen Euro. Und sogar noch mehr ist es in den sogenannten MINT-Berufen, also den naturwissenschaftlich-technischen Jobs. Da kann ein großer Teil der Akademiker nicht mithalten.

Diese Trauben hängen für manchen zu hoch? Fest steht, es würde nicht zuletzt gegen ein Grundprinzip der Schöpfung verstoßen, wenn Menschen Bildungsmöglichkeiten vorenthalten werden. Das gilt mit Blick auf einzelne Familien, Milieus und auch ganze Bildungs- oder Gesellschaftssysteme, die systematisch Verlierer hervorbringen – weil beispielsweise die soziale Herkunft oder das Geschlecht über den Bildungserfolg entscheidet. Denn klar ist auch: Was man im Kopf hat, das kann einem niemand wegnehmen. Genau das hatte wohl auch Salomon im Sinn als er riet: „Nehmt lieber Bildung an als Silber, lieber Verständnis als erlesenes Gold!“



Stephan Hochrebe

# SOMMERGLÜCK: PILZESAMMELN!

**P**ilze sind wetterwendisch, schon die alten Griechen wussten das und hatten sie dem Donnergott Zeus geweiht. Das war gar nicht schlecht beobachtet: Nach einem sommerlichen Gewitterregen, wenn der Boden schön warm ist und immer wieder von Regenschauern durchtränkt, sprießen Pilze am besten. Was für ein Vergnügen, beim Waldspaziergang Pilze zu finden. Die beiden WDR-Fernsehköche Martina & Moritz sind leidenschaftliche Pilzsammler. Sie warnen allerdings: man sollte, nein man muss!, sich auskennen. Zwar gibt es überall Pilzberatungsstellen, in denen man seine Pilzbeute begutachten lassen kann. Aber es ist einfach nicht richtig, alles wahllos einzusammeln, was man entdeckt und nachher die Hälfte wegzuschmeißen. Auch die ungenießbaren Pilze haben ihre Berechtigung und sollten stehen bleiben. Deswegen darf man auch keine Pilze zertrampeln, auch nicht, wie man es häufig sieht, mit dem Fuß umstoßen, um zu prüfen, wie Stiel und Schwämme beschaffen sind. Dafür sollte man sich bücken!

Und sie empfehlen: Umsichtige Pilzsammlerinnen und -sammler haben immer einen Korb dabei, in dem die Beute locker und luftig untergebracht werden kann, keine Plastiktüte, in der die Pilze schwitzen und ihr empfindliches Eiweiß rasch verdirbt. Außerdem gehört ein scharfes Pilzmesser in die Hand, am besten mit einer kleinen Bürste am Griff. Mit der wird jeder Pilz sofort gesäubert, von Zweiglein, Moos und Erde befreit – madige Partien gehören weggeschnitten. Auch die zu weichen Schwämme von ausgewachsenen Röhrlingen werden entfernt – bei kleinen, jungen Pilzen ist das nicht nötig. Das erspart viel Arbeit zu Hause, und macht das Waschen überflüssig. Dabei saugen sich die Pilze nur voll. Nicht umsonst nennt man



sie auch „Schwämme“ oder Schwammerl, wie in Bayern oder Österreich. Gewaschen werden sie nur, wenn man sie roh genießen will (junge Steinpilze oder Champignons), damit möglicherweise vorhandene Eier des Fuchsbandwurms entfernt werden, die sonst durchs Kochen sicher unschädlich gemacht werden.

Mit die ersten Pilze im Sommer sind die Pfifferlinge. Dann findet man sie auch auf Märkten, mit Glück auch im Supermarkt. In jedem Fall genießen die beiden Pilzliebhaber ihre Pilzbeute möglichst pur, mit ein bisschen Zwiebel, gern auch mit einer Spur Knoblauch und Chili, was den Eigengeschmack der Pilze nur unterstützt.

## PIFFERLINGE AUF BLUMENKOHLE mit Croutons



**E**in leichtes, schnelles Sommeressen: bunt, knackig und dank der Weißbrot-Croutons knusprig – eine schöne Kombination! Und ganz ohne Fleisch! Übrigens: am besten schmecken die kleinen Pfifferlinge, dann sind sie festfleischig und knackig, man kann sie einfach ganz in die Pfanne geben. Größere Exemplare muss man zerkleinern. Sie lässt man am besten in der heißen Pfanne erst mal überschüssigen Saft abgeben, und fügt das Öl erst zu, wenn der eingekocht ist.

**Für zwei bis drei Personen:**  
 1 Blumenkohlkopf, 1 EL Öl,  
 ½ Zitrone, 4-5 Pimientos de Padron  
 100 ml Milch, (ersatzweise ½ grüne  
 3 Weißbrotcheiben, Paprikaschote),  
 2 EL Butter, Salz, Pfeffer, Basilikum  
 1 Knoblauchzehe, eventuell, ½ Glas Brühe.  
 ca. 300 g Pfifferlinge,  
 1 Zwiebel (eine junge weiße Zwiebel oder  
 Schalotte ist am besten),

Den Blumenkohlkopf am Strunk einschneiden, in einen Topf setzen, mit Salz bestreuen, Zitronensaft beträufeln und mit Milch übergießen. Soviel Wasser zufügen, dass er zur Hälfte davon umgeben ist. Ca. 10 bis 15 Minuten gar, aber nicht zu weichkochen. Gut ist hierfür auch der Dampfgarer: bei 100 Grad genügen da 8-10 Minuten. In jedem Fall sollten die Röschen noch Biss haben!

In der Zwischenzeit das Brot in zentimeterkleine Würfel schneiden und in der heißen Butter rundum knusprig rösten. Herausheben und beiseitestellen. Öl in die Pfanne geben und jetzt die Zwiebel und gehackten Knoblauch andünsten, die geputzten, wenn nötig halbierten oder geviertelten Pfifferlinge zufügen und einige Minuten dünsten. Dabei mit Salz und Pfeffer würzen. Auch die gewürfelten Bratpaprika zufügen und mitdünsten. Eventuell, wenn die Pilze aus einem sehr trockenen Wald kommen und kaum eigenen Saft abgeben, etwas Brühe angießen.

Zum Schluss fein geschnittenes Basilikum darüber streuen und zusammen mit den Brotwürfeln über dem Blumenkohl verteilen.



# AUSFLÜGE DER KINDERLERNKÜCHE



Weitere Ausflüge der Kinderkochschule für das Jahr 2023:

Spargel	22. Juni (z.B. Rosenhof Duisburg)
Honig	18. August (Honigmuseum Duisburg)
Obst	07. September (z.B. Hofladen Kösters Obershausen) 11. Oktober (z.B. Holtumer Landhof Duisburg)
Kartoffeln	10. November (z.B. Kalphecks Hof Oberhausen)

Die genauen Termine und Ziele können noch vom Plan abweichen.

Jeder Ausflug beginnt um 15:00h an der Kinderkochschule und um 18:00h sind wir gemeinsam wieder zurück. Zum Programm gehört ein Imbiss, Getränke und gemeinsamer Einkauf im Hofladen. Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Herrn Barakat Murad,

email: [b.murad@projekt-lebenswert.de](mailto:b.murad@projekt-lebenswert.de), Tel.: 01752112442.



Sie können auch das Buch mit einer Widmung direkt bei Pater Tobias bestellen unter:

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

Foto: Projekt Lebenswert

## Erleben und entdecken Sie die **ABTEI HAMBORN**

Kloster, Kreuzgang, Schatzkammer

Anmeldung erforderlich

Abtei Hamborn  
An der Abtei 4-6  
47166 Duisburg  
Tel. 0203-50 340 64  
[info@projekt-lebenswert.de](mailto:info@projekt-lebenswert.de)  
[www.abtei-hamborn.com](http://www.abtei-hamborn.com)

**Öffentliche Führungen 2023**  
samstags ab 10:30 Uhr unter Vorbehalt

<b>15. Juli</b>	<b>12. August</b>
<b>09. September</b>	<b>21. Oktober</b>
<b>18. November</b>	<b>09. Dezember</b>

## ANKÜNDIGUNGEN 2023

02. September – KiPa Kids Day

## KONZERTE IM SCHMIDTHORSTER DOM:

08.12.2023 – Eloy de Jong - Weihnachtskonzert

~~13.12.2023~~ – Ella Endlich - (leider von Veranstalter abgesagt)

14.12.2023 – Himmlische Nacht der Tenöre

04.01.2024 – Best of Harlem Gospel

Theodor-Heuss-Str. 122 · 47167 Duisburg · [www.kretschmer-duisburg.de](http://www.kretschmer-duisburg.de)

**Ob Familiengrab  
oder Urnenstele.**

**Wir beraten Sie individuell.**



**Kretschmer**  
Bestattungen

Wir bereiten den letzten Weg.

Tag und Nacht für Sie da: **0203/582448**

**BARBARA  
APOTHEKE**

**optikermüller**

Rathausstr.16 - 47166 Duisburg  
Tel.: 0203 - 55 79 72

NACHHALTIG SEIT 1966

DER NACHHALTIGE WEG  
IN DEN NEUEN WOHN(T)RAUM



**Zukunft  
bauen**

... mit der Baufinanzierung, die zu Ihnen passt.

Neuer Wohnraum gibt Ihnen nicht nur ein Zuhause, sondern Ihrem Leben mehr Qualität! Daher investieren Sie in Ihre eigenen vier Wände immer richtig - ob als Altersvorsorge oder zum Vermögensaufbau.

Langfristige Sicherheit für Ihre Finanzierung in den Bereichen Neubau, gebrauchte Immobilie, Renovierung oder energetischer Umbau erhalten Sie dabei von uns, von Menschen mit fairer Beratung und einem großen nachhaltigen Gedanken. Und das seit 1966.



Informieren Sie sich hier. | [www.bibessen.de/baufi](http://www.bibessen.de/baufi)

**BIB**  
FAIR BANKING

+ Ökonomisch + Sozial + Ökologisch



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

Beerdigungsinstitut  
**Heinz Kleinemühl**  
Fikusstraße 120 – 47167 Duisburg  
Telefon: 0203 58 12 84  
Tag- und Nacht dienstbereit



**Anschrift**  
Josef Wedig GmbH  
Max-Planck-Straße 57  
47167 Duisburg

**Kontakt**  
Mail: [info@schreinerer-wedig.de](mailto:info@schreinerer-wedig.de)  
Telefon: 0203 / 518 09 00  
Mobil: 0171 / 501 14 97  
Fax: 0203 / 518 09 02  
facebook.com/schreinerer.wedig  
schreinerer-wedig.de

**Bürozeiten**  
Mo. - Fr. 6:30 - 16:30

Erleben und entdecken  
Sie die Abtei Hamborn  
in Einzel- und Gruppenführungen  
(Kloster, Kreuzgang, Schatzkammer)

**BAU- UND  
MÖBELSCHREINEREI  
WEDIG**

Zuverlässigkeit und Präzision  
seit mehr als 50 Jahren



**Immer für Sie da.  
Und ganz nah,  
3 x in Duisburg.**

Ihre Teams der  
Menzel-Apotheken.



Öffentliche Führungen 2023  
samstags ab 10:30 Uhr

15. Juli | 12. August  
09. September | 21. Oktober  
18. November | 09. Dezember

Abtei Hamborn  
An der Abtei 4-6  
47166 Duisburg

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



**Inh. Stephan Menzel**  
Holtener Straße 195  
47167 Duisburg  
Tel. (0203) 58 26 16  
[barbara@menzelapotheken.de](mailto:barbara@menzelapotheken.de)  
[barbara-apotheke-duisburg.de](http://barbara-apotheke-duisburg.de)  
Öffnungszeiten:  
Mo - Fr 08:30 - 18:30 Uhr  
Sa 08:30 - 13:00 Uhr  
geschlossen  
Mo - Do 13:00 - 14:30 Uhr

**Inh. Stephan Menzel**  
Gesundheitszentrum  
Sittardsberg  
Altenbrucher Damm 15  
47249 Duisburg  
Tel. (0203) 48 80 05 00  
[elefanten@menzelapotheken.de](mailto:elefanten@menzelapotheken.de)  
[elefanten-apotheke-duisburg.de](http://elefanten-apotheke-duisburg.de)  
Öffnungszeiten:  
Mo - Fr 08:30 - 18:30 Uhr  
Sa 08:30 - 13:00 Uhr

**Inh. Stephan Menzel**  
Fischer Straße 130  
47055 Duisburg  
Tel. (0203) 50 06 50  
[marien@menzelapotheken.de](mailto:marien@menzelapotheken.de)  
[marienapothek-duisburg.de](http://marienapothek-duisburg.de)  
Öffnungszeiten:  
Mo - Fr 08:30 - 18:30 Uhr  
Sa 08:30 - 13:00 Uhr

Seit 1978 **Brandschutz**



**HASLEY**  
Feuerlöschgeräte- und anlagen  
Wartung aller Fabrikate

[hasley.feuerschutz@t-online.de](mailto:hasley.feuerschutz@t-online.de)  
[www.hasley-feuerschutz.de](http://www.hasley-feuerschutz.de)

Baulicher Brandschutz  
Koopmannstr. 127 47138 Duisburg  
Tel. 0203 / 42 50 29 / -79 Fax 41 37 23

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

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 DE57 3606 0295 0010 7660 10



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

Unser Spendenkonto:  
Bank im Bistum Essen  
Kto. 10 766 028  
BLZ. 36 060 295  
BIC GENODED1BBE  
IBAN DE56 3606 0295 0010 7660 28

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  
47167 Duisburg  
Fon. 0203-503 40 64  
Fax. 0203-544 72 612

Unser Spendenkonto:  
Bank im Bistum Essen  
BLZ. 36 060 295  
KTO. 10 766 036  
BIC: GENODED1BBE  
IBAN: DE34 3606 0295 0010 7660 36

