02/2026

LebensWerte News

5. GOTTFRIED-MARATHON

LAUFEN VERBINDET GENERATIONEN

DER JÜNGSTE TEILNEHMER DES JUBILÄUM-MARATHONS MIT PATER TOBIAS BREER

Letzter Wille. Neue Hoffnung.

Benefizlauf mit Kindergarten-Projekt in Afrika

400. Marathon: Zeichen für Menschlichkeit

LETZTER WILLE.
NEUE HOFFNUNG.

Mit Ihrem Testament können Sie Menschen in Duisburg neue Perspektiven schenken.

Sie haben in Ihrem Leben viel aufgebaut. Vielleicht möchten Sie über Ihr eigenes Leben hinaus etwas bewirken – für Menschen, die dringend Hilfe brauchen. Im Duisburger Norden erleben wir täglich: Kinderarmut. Einsamkeit. Obdachlosigkeit. Hoffnungslosigkeit. Seit 2007 begleitet das Projekt LebensWert Menschen in schwierigen Lebenssituationen, unabhängig von Herkunft, Religion oder Alter. Mit sozialer Beratung, Kinderförderung und konkreter Hilfe schenken wir neue Hoffnung und neue Chancen. Mit einer Testamentsspende können Sie diese Hilfe dauerhaft ermöglichen.

Ihr Nachlass kann Leben verändern.

Kinder fördern statt Chancen verlieren

KiPa-Kinderpatenschaften ermöglichen Sport, Bildung, Musikunterricht und soziale Teilhabe für Kinder aus armen Familien.

Jugendlichen Zukunft schenken

Wir begleiten junge Menschen auf dem Weg in Ausbildung, Arbeit und ein selbstbestimmtes Leben.

Menschen aus der Obdachlosigkeit helfen

Mit Sozialberatung, Begleitung und konkreter Hilfe geben wir Halt und neue Perspektiven.

Gemeinschaft gegen Einsamkeit schaffen

Im Sozial-Café finden Menschen Wärme, Begegnung und Unterstützung im Alltag.

Was bleibt, wenn wir gehen?
Die Spuren, die wir im Leben anderer hinterlassen.

Berücksichtigen Sie das Projekt LebensWert in Ihrem Testament.
Fordern Sie unverbindlich Informationen zum Thema Testamentsspende an.

www.pater-tobias.de/projekt-lebenswert

PROJEKT LEBENS WERT
Rat + Tat für Bedürftige

KINDER PATEN SCHAFT
cash-4-kids

Café OFFENER TREFF

Projekt LebensWert gemeinnützige GmbH
Holtener Str. 176
47167 Duisburg-Neumühl
Handy Nr. 01704492948
info@projekt-lebenswert.de
www.pater-tobias.de

Geschäftsführer: Pater Tobias A. Breer
Sitz der Gesellschaft: Duisburg-Neumühl

INHALT

4
Wem dient die künstliche Intelligenz?

5
Kinder laufen für Kinder

6
5. Gottfried-Marathon begeistert 300 Teilnehmer

10
Benefizlauf für Kindergarten-Projekt in Togo

14
Letzter Wille. Neue Hoffnung.

16
Nach 400 Marathon über 2,2 Mio. Euro Spende gesammelt

18
Führung durch die historische Abtei Hamborn

19
Reittherapie

20
Apfelkuchen von Martina & Moritz

21
Waldprojekt

22
Kunst die bewegt

23
Armut in Deutschland

24
„Wenn Glaube Beine bekommt“

25
Impuls: Weltmeisterschaft und das Spiel des Lebens

27
Impressum

28
Unsere Projekte auf einen Blick

Liebe Leserinnen und Leser,

manchmal frage ich mich, was Menschen wirklich bewegt. Ist es die Geschwindigkeit unserer Zeit? Die vielen Nachrichten, die täglich auf uns einströmen? Oder sind es am Ende doch die kleinen Geschichten, die von Hoffnung, Mut und Menschlichkeit erzählen?

Wenn Sie diese neue Ausgabe der LebensWerte News in den Händen halten, dann begegnen Ihnen genau solche Geschichten. Geschichten von Menschen, die nicht wegschauen. Von Kindern, die für andere Kinder laufen. Von Ehrenamtlichen, die ihre Zeit schenken. Von Spenderinnen und Spendern, die helfen, damit aus Hoffnung konkrete Hilfe wird.

Besonders bewegt hat mich in den vergangenen Wochen meine Reise nach Togo. Dort durfte ich erleben, wie ein Kindergarten, neue Toilettenanlagen und weitere wichtige Projekte Wirklichkeit wurden. Was für uns oft selbstverständlich erscheint, verändert dort das Leben vieler Kinder nachhaltig. Solche Begegnungen zeigen mir immer wieder: Jeder Euro, jede Unterstützung und jedes Engagement können die Welt eines Menschen verändern. Ein weiterer Schwerpunkt dieser Ausgabe ist der Gottfried-Marathon. Jahr für Jahr erlebe ich dort, wie Menschen über sich hinauswachsen. Nicht nur sportlich, sondern auch menschlich. Jung und Alt laufen Seite an Seite für den guten Zweck. Sie zeigen: Gemeinsam können wir viel bewegen.

In dieser Ausgabe blicken wir außerdem auf mehr als 400 von mir absolvierte Marathon- und Ultramarathonläufe zurück. Dabei geht es nicht um Rekorde oder Medaillen. Es geht um die Menschen, denen durch diese Läufe geholfen werden konnte. Über 2,2 Millionen Euro für Kinder und soziale Projekte sind auf diese Weise zusammengekommen. Dafür bin ich von Herzen dankbar.
Auch die Themen Armut in Deutschland, Kinderförderung, Schwimmkurse, Reittherapie und viele weitere Projekte machen deutlich: Die Not ist oft näher, als wir denken. Gleichzeitig gibt es unzählige Menschen, die bereit sind zu helfen.

Als Prämonstratenser und Priester begleitet mich seit vielen Jahren ein Satz aus der Bibel: „Den Herrn, deinen Gott, sollst du lieben. An ihm sollst du festhalten.“ (Dtn 30,20). Dieser Satz ist nicht nur mein Primizspruch, sondern auch eine Einladung, den Blick nicht auf das zu richten, was uns trennt, sondern auf das, was uns verbindet.

Ich danke Ihnen herzlich für Ihr Interesse, Ihre Verbundenheit und Ihre Unterstützung. Gemeinsam schenken wir Hoffnung, Zuversicht und konkrete Hilfe. Vergelt‘s Gott!

Ihr

JE INTELLIGENTER DIE MASCHINEN WERDEN … DESTO WICHTIGER WIRD DAS MENSCHLICHE HERZ

SCHENKT KINDERN NEUE LEBENSFREUDE

„KÜNSTLICHE INTELLIGENZ MUSS DER MENSCHHEIT DIENEN, NICHT DER MACHT WENIGER.“

Mit diesen Worten sorgt Papst Leo XIV. gerade weltweit für Diskussionen. In diesen Tagen hat er seine erste große Enzyklika veröffentlicht: Magnifica humanitas, über die Bewahrung des Menschen im Zeitalter der künstlichen Intelligenz.

Und ehrlich gesagt: Dieses Thema betrifft uns alle. Denn KI verändert unsere Welt gerade rasant. Jeden Tag entstehen Programme, die Texte schreiben, Stimmen imitieren, Bilder erschaffen und Entscheidungen vorbereiten. Manche feiern das als große Zukunftschance. Andere haben Angst davor. Der Papst sagt dabei etwas sehr Wichtiges: Technik ist nicht böse. Aber sie ist auch niemals neutral. Sie übernimmt immer die Werte der Menschen, die sie entwickeln und einsetzen.

Und genau da beginnt für mich die entscheidende Frage: Was passiert eigentlich mit dem Menschen selbst? Denn Computer können inzwischen erstaunlich viel. Aber sie können keinen einsamen Menschen wirklich trösten.

Keine Liebe schenken.
Keine Tränen verstehen.
Kein echtes Mitgefühl empfinden.

Ich erlebe jeden Tag Menschen, die sich nicht nach noch mehr Technik sehnen, sondern nach Nähe, Aufmerksamkeit und ehrlichen Begegnungen. Viele fühlen sich trotz permanenter Vernetzung innerlich allein.

Wir schreiben hunderte Nachrichten.
Aber hören oft kaum noch wirklich zu.
Wir posten Bilder aus unserem Leben.
Aber zeigen selten noch unser echtes Herz.
Wir reden über künstliche Intelligenz.
Aber manchmal fehlt uns die menschliche Wärme.

Papst Leo XIV. warnt deshalb davor, dass der Mensch in einer digitalen Welt „zu einem Datenpunkt“ werden könnte. Er spricht sogar davon, dass KI „entwaffnet“ werden müsse, überall dort, wo sie Menschen beherrscht statt ihnen zu dienen. Und ich glaube: Genau darüber müssen wir reden. Denn vielleicht ist die größte Gefahr unserer Zeit nicht die Technik selbst. Sondern dass wir verlernen, wirklich Mensch zu sein.

Dass wir effizienter werden, aber kälter.
Schneller, aber einsamer.
Digitaler, aber herzloser.

Dabei wird gerade jetzt das immer wichtiger, was keine Maschine jemals besitzen wird: Liebe. Mitgefühl. Hoffnung. Menschlichkeit. Vielleicht braucht unsere Welt deshalb heute nicht nur mehr künstliche Intelligenz.

Vielleicht braucht sie vor allem wieder mehr echte Herzen.

KINDER LAUFEN FÜR KINDER

SPENDENLAUF DER BARBARA-GRUNDSCHULE BEGEISTERT DEN ILTISPARK

Manchmal braucht es keine großen Worte, um zu zeigen, was Mitmenschlichkeit bedeutet. Manchmal reichen ein Paar Turnschuhe, ein bisschen Ausdauer und ein großes Herz. Genau das bewiesen die Schülerinnen und Schüler der Katholischen Barbara-Grundschule beim diesjährigen Spendenlauf im Iltispark in Neumühl.

Gemeinsam mit dem Projekt LebensWert gGmbH machten sich alle Klassen auf den rund 600 Meter langen Rundkurs, um Spenden für bedürftige Kinder in Duisburg zu sammeln. Schon Wochen zuvor hatten die Kinder Sponsoren in ihren Familien, bei Freunden, Nachbarn sowie bei Oma und Opa gesucht.

Für jede gelaufene Runde wurde ein kleiner Betrag zugesagt. So wurde jeder Schritt zu einer Hilfe für andere. Zu Beginn begrüßte Schulleiter Martin Gerste die Kinder und erinnerte daran, worauf es an diesem Vormittag ankommt: „Heute geht es nicht darum, der Schnellste zu sein. Es geht darum, durchzuhalten und gemeinsam etwas Gutes zu tun.“ Mit viel Begeisterung starteten die Schülerinnen und Schüler auf die Strecke. Die Mitarbeitenden des Projekts LebensWert hatten einen Verpflegungsstand mit Wasser, Äpfeln und Bananen vorbereitet, damit die jungen Läuferinnen und Läufer zwischen den Runden neue Kraft schöpfen konnten. Besonders beeindruckend war die Motivation der Kinder. Immer wieder feuerten sie sich gegenseitig an, halfen einander und freuten sich über jede weitere Runde. Obwohl die Beine bei manchen schon schwer wurden, machten viele weiter.

Ein Schüler brachte die Stimmung des Tages treffend auf den Punkt: „Eigentlich bin ich schon müde. Aber wenn jede Runde Kindern hilft, laufe ich weiter.“

Dieser Satz hätte als Motto über der gesamten Veranstaltung stehen können. Der Spendenlauf zeigte eindrucksvoll, dass Solidarität keine Frage des Alters ist. Die Kinder erfuhren ganz praktisch, dass sie mit ihrem Einsatz etwas bewegen können. Sie lernten, dass Gemeinschaft stärker macht und dass auch kleine Beiträge Großes bewirken können. Am Ende des Vormittags standen viele gelaufene Kilometer, erschöpfte Beine und vor allem strahlende Gesichter. Die genaue Spendensumme wird nach der Auswertung aller Sponsorenzusagen bekannt gegeben. Fest steht jedoch schon jetzt: Gewonnen haben an diesem Tag alle. Nicht nur die Kinder, die stolz auf ihre Leistung sein dürfen, sondern auch die vielen Mädchen und Jungen in Duisburg, denen die Spenden zugutekommen werden.

Der Spendenlauf der Barbara-Grundschule war damit weit mehr als eine sportliche Veranstaltung. Er war ein lebendiges Zeichen dafür, dass Hilfsbereitschaft, Verantwortung und Nächstenliebe bereits im Kindesalter wachsen können und dass junge Menschen unsere Gesellschaft jeden Tag ein Stück besser machen.

JUBILÄUMSLAUF RUND UM SCHLOSS CAPPENBERG:

5. GOTTFRIED-MARATHON BEGEISTERT 300 TEILNEHMER

Ein kleines Jubiläum wurde in diesem Jahr beim 5. Gottfried-Marathon rund um das historische Schloss Cappenberg gefeiert. Die beliebte Laufveranstaltung war bereits seit Dezember mit rund 300 Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus ganz Deutschland ausgebucht. Läuferinnen und Läufer reisten unter anderem aus Bayern, Hamburg und vielen weiteren Regionen an, um bei diesem besonderen Benefizlauf dabei zu sein.

Bürgermeister Heinz-Georg Mors mit Pater Tobias

Im Start- und Zielbereich am Schloss Cappenberg begrüßte Bürgermeister Heinz-Georg Mors gemeinsam mit Veranstalter Pater Tobias Breer, dem bundesweit bekannten „Marathon-Pater", die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sowie zahlreiche Zuschauer.

In seinem Grußwort betonte der Bürgermeister die besondere Bedeutung der Veranstaltung für die Region:

„Der Gottfried-Marathon ist eine besondere Veranstaltung für unsere Region. Die familiäre Atmosphäre, das große Engagement der Helferinnen und Helfer und der Einsatz für soziale Projekte machen diesen Lauf zu etwas ganz Besonderem. Ich danke Pater Tobias Breer für seinen unermüdlichen Einsatz und wünsche allen Läuferinnen und Läufern viel Erfolg und Freude auf der Strecke."

Der Gottfried-Marathon hat sich in den vergangenen Jahren zu einer bundesweit bekannten und geschätzten Laufveranstaltung entwickelt. Viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer kommen jedes Jahr wieder, weil sie die persönliche und familiäre Atmosphäre schätzen.

VOM 13-JÄHRIGEN NACHWUCHSLÄUFER BIS ZUM FAST 90-JÄHRIGEN TEILNEHMER

Besonders beeindruckend war auch in diesem Jahr wieder die große Altersspanne der Teilnehmer. Der jüngste Läufer war 13 Jahre alt, während mit Bernd Thülig, der fast 90 Jahre alt ist, der älteste Teilnehmer an den Start ging. Seine Teilnahme sorgte bei vielen Läuferinnen und Läufern für große Bewunderung.

Ein besonderer Hingucker waren erneut die zwölf Kameraden der Freiwilligen Feuerwehr Cappenberg, die gemeinsam in voller Einsatzmontur die 10 Kilometer absolvierten. Mit Helm und schwerer Schutzkleidung setzten sie damit ein starkes Zeichen für Teamgeist und Einsatzbereitschaft.

Bernd Thülig, der fast 90 Jahre alt ist

Im Zielbereich herrschte während des gesamten Vormittags eine fröhliche und motivierende Stimmung. Familien, Freunde und Zuschauer feuerten die Läuferinnen und Läufer an. Urkunden und Medaillen wurden direkt im Zielbereich überreicht - ein weiteres Zeichen für die persönliche und familiäre Atmosphäre dieses besonderen Laufes.

5 Läufer finishten ihren ersten Marathon auf der doch schwierigen Strecke mit einigen Höhenmetern.

„Wenn aus jedem gelaufenen Kilometer Hoffnung für Kinder wird, hat sich jeder Schritt gelohnt.“

15.000 EURO SPENDEN FÜR KINDER- UND JUGENDPROJEKTE

Neben dem sportlichen Erlebnis stand auch in diesem Jahr wieder der Benefizgedanke im Mittelpunkt. Insgesamt konnten 15.000 Euro an Spenden gesammelt werden, die verschiedenen Projekten für Kinder und Jugendliche zugutekommen.

Ein Teil der Spenden geht an den katholischen Kindergarten St. Johannes in Cappenberg. Dort werden mit der Unterstützung der Kurs „Stark ohne Muckis!“ sowie ein Waldprojekt für die Vorschulkinder finanziert. Die Angebote sollen ab Sommer 2026 starten.

Darüber hinaus unterstützt Pater Tobias mit den Erlösen auch die Fußballjugend des SV Grün-Schwarz Cappenberg, ein Sommercamp „Integration durch Sport“ des Arbeitskreises Asyl Bork gemeinsam mit dem Kreissportbund Unna sowie Schwimmkurse für Kinder in Selm.

Ein ganz besonderer Dank gilt der Familie Breer, die jedes Jahr mit großem Einsatz hilft an den Verpflegungsständen, in der Organisation und beim Anfeuern der Läuferinnen und Läufer. Ohne diesen familiären Rückhalt wäre eine solche Veranstaltung kaum möglich.

Ebenso dankte Veranstalter Pater Tobias Breer allen Helferinnen und Helfern, Sponsoren sowie Sebastian Graf von Kanitz, der den Schlosspark Cappenberg für diese Veranstaltung zur Verfügung gestellt hat.

Mit seinem Jubiläum bestätigte der 5. Gottfried-Marathon einmal mehr seinen Ruf als Laufveranstaltung mit Herz - sportlich, familiär und getragen von einem starken Engagement für Kinder und soziale Projekte.

15.000 EURO FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Der 5. Gottfried-Marathon rund um Schloss Cappenberg hat erneut gezeigt, wie Sport Gutes bewirken kann. Rund 300 Läuferinnen und Läufer gingen an den Start und erliefen gemeinsam 15.000 Euro für Kinder- und Jugendprojekte in Selm und Umgebung. Im Rahmen einer feierlichen Scheckübergabe wurden die Spendengelder an vier Einrichtungen überreicht:

5.000 Euro erhielt das Sommercamp „Integration durch Sport“ des Kreissportbundes Unna. Das Projekt fördert Begegnung, Gemeinschaft und Integration von Kindern und Jugendlichen unterschiedlicher Herkunft.

1.000 Euro gingen an die Asylkreise Bork und Selm für Schwimmkurse von 14 Kindern. So lernen junge Menschen wichtige Fähigkeiten und gewinnen Sicherheit im Wasser.

4.000 Euro erhielt der katholische Kindergarten St. Johannes Cappenberg. Unterstützt werden das Selbstbehauptungsprojekt „Stark ohne Muckis!“ sowie ein Waldprojekt für die Vorschulkinder.

5.000 Euro gingen an die Fußballjugend des SV Grün-Schwarz Cappenberg zur Förderung der Kinder- und Jugendarbeit.

Veranstalter Pater Tobias Breer dankte allen Läuferinnen und Läufern, Helferinnen und Helfern sowie den Sponsoren: „Wenn aus jedem gelaufenen Kilometer Hoffnung für Kinder wird, hat sich jeder Schritt gelohnt.“ Der Gottfried-Marathon ist damit weit mehr als eine Sportveranstaltung. Er verbindet Menschen und schenkt Kindern und Jugendlichen konkrete Chancen für ihre Zukunft.

Im Bild von links nach rechts:
Andreas Flechtner, Melanie Willfroth, Alina Manjal, Bürgermeister Heinz-Georg Mors, Pater Tobias und Manfred Kalix

NACHRUF

MIT GROSSER TRAUER NEHMEN WIR ABSCHIED VON STEPHAN HOCHREBE.

Über viele Jahre hat er die LebensWerte News mit seinen journalistischen Beiträgen, Reportagen und Hintergrundartikeln bereichert. Mit seinem fachlichen Können, seiner klaren Sprache und seinem Gespür für die Menschen hat er unser Magazin nachhaltig geprägt und aufgewertet. Zahlreiche Leserinnen und Leser haben seine Beiträge geschätzt. Wir sind dankbar für sein Engagement, seine Verbundenheit mit dem Projekt LebensWert und die vielen Stunden, die er in unsere gemeinsame Arbeit investiert hat.
Unser Mitgefühl gilt seiner Familie und allen, die ihm nahestanden.

Der heilige Augustinus sagt: „Gott wird diejenigen nicht vergessen, die sich stets selbst vergaßen, um an andere zu denken.“ Lieber Stephan, wir werden Dir ein ehrendes Andenken bewahren.

Pater Tobias Breer O. Praem.

Projekt LebensWert gGmbH und die Redaktion der LebensWerte News

43 KILOMETER FÜR KINDER IN TOGO

„MARATHON-PATER“ VERBINDET BENEFIZLAUF MIT KINDERGARTEN-PROJEKT IN AFRIKA

Der Duisburger Extremläufer und „Marathon-Pater“ Tobias Breer hat erneut Sport und soziales Engagement auf außergewöhnliche Weise miteinander verbunden. Im Rahmen einer einwöchigen Reise nach Togo in Westafrika nahm der 63-Jährige am „Marathon des Royaumes – 2. Togo-KiPa-RUN 2026“ teil und sammelte dabei weitere Spendengelder für Bildungsprojekte in Afrika.

Wenn in Deutschland die meisten Menschen noch schlafen, herrscht im westafrikanischen Küstenort Aného bereits reges Treiben. Schon vor Sonnenaufgang versammelten sich Läuferinnen und Läufer, Helfer und zahlreiche Zuschauer zum „Marathon des Royaumes – 2. Togo-KiPa-RUN 2026“.

Mitten unter ihnen: der Duisburger Priester und Extremläufer Tobias Breer. Der 63-Jährige war im Rahmen einer einwöchigen Reise nach Togo gekommen, um erneut Sport und soziales Engagement miteinander zu verbinden. Bereits seit vielen Jahren nutzt der als „Marathon-Pater“ bekannte Priester seine Läufe, um auf soziale Projekte aufmerksam zu machen und Spendengelder für benachteiligte Kinder und Familien zu sammeln.

Um 6.30 Uhr fiel der Startschuss für den 43 Kilometer langen Benefizlauf. Die Bedingungen waren anspruchsvoll. Hohe Temperaturen, tropische Luftfeuchtigkeit und zwischenzeitlich kräftige Regenschauer verlangten den Teilnehmern alles ab. Dennoch erreichten alle Läuferinnen und Läufer gesund das Ziel.

Für zwei der afrikanischen Teilnehmer war es sogar der erste Marathon ihres Lebens. Umso größer war die Freude im Zielbereich, als alle Läufer die Strecke erfolgreich bewältigt hatten.

Besonders beeindruckend war die Begeisterung entlang der Strecke. Immer wieder säumten Kinder, Familien und Dorfbewohner die Straßen. Viele feuerten die Teilnehmer lautstark an, andere liefen spontan einige Meter mit. Die Freude über die Veranstaltung war überall spürbar.

Mit am Start waren:
Azianou Ablamvi (5:33:14), Ametonou Amèvi Augustin (5:33:16), Dogbe Eklou Dieu-Donné (5:34:24), Anagonou Yaovi Raifort (5:36:03) sowie Tobias Breer (5:38:02).

Organisiert wurde die Veranstaltung von Brigita Trzeczak, Gründerin und Vorsitzende des Vereins „Togo-Projekte e.V.“. Gemeinsam mit zahlreichen Helferinnen und Helfern koordinierte sie die gesamte Streckenorganisation sowie den Start- und Zielbereich.
Der Benefizlauf hat sich inzwischen zu einem besonderen Zeichen der deutsch-togolesischen Zusammenarbeit entwickelt. Neben dem sportlichen Wettbewerb stehen Begegnung, Austausch und gegenseitiges Kennenlernen im Mittelpunkt.

Menschen unterschiedlicher Herkunft kommen zusammen und setzen gemeinsam ein Zeichen für Solidarität und Bildung. Für Tobias Breer war der Lauf weit mehr als eine sportliche Herausforderung. Inzwischen hat der Duisburger Priester mehr als 400 Marathon- und Ultramarathonläufe absolviert. Doch die Motivation ist bis heute dieselbe geblieben: Mit jedem Kilometer Aufmerksamkeit für Menschen schaffen, die Unterstützung benötigen.

„Wenn Kinder entlang der Strecke jubeln und man sieht, wie aus gelaufenen Kilometern konkrete Hilfe entsteht, dann bekommt jeder Lauf eine ganz andere Bedeutung“, erklärte Breer nach dem Rennen.

Nach dem Zieleinlauf blieb kaum Zeit zum Ausruhen. Bereits wenige Tage später kehrte der Priester nach Deutschland zurück. Am Pfingstsonntag stand er wieder am Altar seiner Gemeinde in Duisburg-Neumühl und feierte dort das Hochamt.

Für den „Marathon-Pater“ bleibt die Erkenntnis dieser Reise eindeutig: Sport kann Brücken bauen, Menschen verbinden und dort Hoffnung schaffen, wo sie besonders gebraucht wird.

VON OBERHAUSEN NACH AFRIKA
WIE AUS EINER IDEE LANGFRISTIGE HILFE WURDE

Was mit einer persönlichen Begegnung begann, hat sich über viele Jahre zu einer bemerkenswerten Initiative entwickelt. Der Verein Togo-Projekte e.V. mit Sitz in Oberhausen engagiert sich seit 2007 für Bildungs- und Entwicklungsprojekte in Togo und begleitet zahlreiche Maßnahmen, die Kindern und Familien neue Perspektiven eröffnen.

Gegründet wurde der Verein von Brigita Trzeczak. Ziel war von Anfang an, Menschen nicht nur kurzfristig zu unterstützen, sondern nachhaltige Verbesserungen zu schaffen. Im Mittelpunkt stehen bis heute Bildung, Chancengleichheit und die Förderung junger Menschen.

Während der Reise nach Togo konnte Pater Tobias Breer verschiedene Projekte besuchen und sich ein Bild von der Entwicklung vor Ort machen. Dabei wurde deutlich, wie eng die Zusammenarbeit zwischen dem Verein und den Dorfgemeinschaften inzwischen geworden ist. Viele Vorhaben entstehen nicht am Schreibtisch in Deutschland, sondern gemeinsam mit den Menschen vor Ort.

Ein sichtbares Beispiel dafür ist der neue Kindergarten im Dorf Amou Oblo. Mehr als 50 Kinder erhalten dort künftig einen geschützten Ort zum Lernen, Spielen und Entdecken. Neben den Gruppenräumen entstanden sanitäre Anlagen, eine Außenmauer sowie weitere infrastrukturelle Verbesserungen, die den Alltag der Kinder und ihrer Familien nachhaltig erleichtern. Die Einweihung des Kindergartens wurde von der gesamten Dorfgemeinschaft gefeiert.

Vertreter der lokalen Verwaltung, traditionelle Würdenträger, Lehrkräfte, Eltern und zahlreiche Kinder nahmen an der Feier teil. Die große Beteiligung zeigte, welche Bedeutung Bildungsangebote für die Zukunft der Region haben. Besonders bewegend war die Entscheidung, die Einrichtung künftig „Jardin d'enfants Hannah" zu nennen. Mit dieser Namensgebung würdigte die Bevölkerung das Engagement von Hannah Siemes, die einen Teil ihres sozialen Jahres in Togo verbringt, sowie die langjährige Unterstützung ihrer Familie.

Doch die Arbeit von Togo-Projekte e.V. geht weit über einzelne Bauvorhaben hinaus. Unterstützt werden Schulen, Bildungsangebote, Lernmaterialien und verschiedene Maßnahmen, die Kindern bessere Entwicklungsmöglichkeiten eröffnen. Dabei verfolgt der Verein bewusst einen langfristigen Ansatz. Hilfe soll nicht nur kurzfristige Probleme lösen, sondern Menschen befähigen, ihre Zukunft selbst mitzugestalten.

Während des Aufenthalts standen zahlreiche Gespräche mit Lehrkräften, Eltern, Gemeindeverantwortlichen und Projektpartnern auf dem Programm. Immer wieder wurde deutlich, welche Rolle Bildung für die Entwicklung der Region spielt. Für viele Familien ist der Zugang zu guter Betreuung und Schulbildung ein entscheidender Schritt zu mehr Selbstständigkeit und besseren Zukunftschancen. Zum Besuchsprogramm gehörte auch ein Austausch mit Vertreterinnen und Vertretern der Deutschen Botschaft in Lomé.

Dabei ging es um Entwicklungszusammenarbeit, Bildungsförderung und die Frage, wie erfolgreiche Projekte langfristig gesichert und weiterentwickelt werden können.

Neben offiziellen Terminen blieb auch Zeit für Begegnungen mit den Menschen vor Ort. Gerade diese persönlichen Gespräche zeigen, dass Entwicklungsarbeit weit mehr ist als Zahlen, Bauprojekte oder Spendensummen. Sie lebt von Vertrauen, gegenseitigem Respekt und langfristigen Partnerschaften.

Viele Projekte werden über Jahre begleitet. Dadurch entstehen Beziehungen, die weit über finanzielle Unterstützung hinausgehen. Aus Begegnungen wachsen Freundschaften. Aus Ideen entstehen konkrete Projekte. Und aus Projekten entwickeln sich Chancen für Kinder, Familien und ganze Dorfgemeinschaften.

Nach einer Woche voller Eindrücke, Gespräche und Begegnungen kehrten die Reisenden nach Deutschland zurück. Was bleibt, ist die Gewissheit, dass gemeinsames Engagement tatsächlich etwas verändern kann. Schritt für Schritt entstehen neue Perspektiven für Menschen, die sonst oft nur wenige Möglichkeiten hätten.

Genau darin liegt die besondere Stärke von Togo-Projekte e.V.: Hilfe endet nicht mit einer Spende. Sie beginnt dort erst.

LETZTER WILLE.

HOFFNUNG, DIE BLEIBT

Niemand denkt gern über das eigene Lebensende nach. Und doch gehört es zum Leben dazu. Wir planen Urlaube, Geburtstage, Familienfeiern und manchmal sogar viele Jahre im Voraus. Aber die Frage, was einmal mit unserem Vermögen, unseren Erinnerungen und den Dingen geschehen soll, die wir aufgebaut haben, schieben viele Menschen vor sich her.

Dabei ist ein Testament weit mehr als ein juristisches Dokument. Ein Testament erzählt etwas über unser Leben. Es zeigt, was uns wichtig war. Wen wir geliebt haben. Wofür unser Herz geschlagen hat. Jeder Mensch hinterlässt Spuren. Manche hinterlassen Häuser, andere Erinnerungen. Wieder andere hinterlassen Hoffnung. Gerade deshalb lohnt es sich, rechtzeitig über den eigenen letzten Willen nachzudenken.

GUTES TUN – ÜBER DAS EIGENE LEBEN HINAUS

Tag für Tag begegnen wir bei Projekt LebensWert Menschen, die Hilfe brauchen.

Da ist die alleinerziehende Mutter, die nicht weiß, wie sie die nächste Stromrechnung bezahlen soll.
Da sind Kinder, die ohne Frühstück zur Schule gehen.
Da sind ältere Menschen, die einsam geworden sind und sich nach einem Gespräch sehnen.
Da sind Familien, die plötzlich durch Krankheit, Arbeitslosigkeit oder persönliche Schicksalsschläge in Not geraten.

Seit vielen Jahren helfen wir diesen Menschen direkt und unbürokratisch. Unsere Sozialberatung, das Sozial-Café, die Kinderlernküche, Schwimmkurse, Patenschaften und viele weitere Projekte werden fast ausschließlich durch Spenden ermöglicht.
Jede Unterstützung schenkt neue Chancen. Und manchmal kann Hilfe sogar über das eigene Leben hinauswirken.

EIN VERMÄCHTNIS DER NÄCHSTENLIEBE

Viele Menschen wünschen sich, dass ihr Lebenswerk weiterlebt. Neben Familie, Kindern und Enkeln entscheiden sich deshalb immer mehr Menschen dafür, einen kleinen Teil ihres Nachlasses einem gemeinnützigen Zweck zukommen zu lassen. Das kann ein Vermächtnis sein – beispielsweise ein bestimmter Geldbetrag oder ein Sachwert. Es kann aber auch eine Beteiligung am Nachlass sein. Schon ein kleiner Anteil kann Großes bewirken.

Vielleicht ermöglicht er einem Kind einen Schwimmkurs.
Vielleicht finanziert er warme Mahlzeiten im Sozial-Café.
Vielleicht schenkt er einer Familie in einer schweren Lebensphase neue Hoffnung.

So wird aus einem Nachlass Zukunft.

WARUM EIN TESTAMENT WICHTIG IST

Wer kein Testament hinterlässt, überlässt die Verteilung seines Nachlasses den gesetzlichen Regelungen. Mit einem Testament können Sie dagegen selbst bestimmen, was mit Ihrem Vermögen geschieht.

Sie können Angehörige absichern. Freunde bedenken. Besondere Erinnerungsstücke vergeben. Oder Menschen unterstützen, die Ihnen am Herzen liegen.

Ein Testament schafft Klarheit und hilft oftmals auch, spätere Konflikte innerhalb der Familie zu vermeiden. Deshalb empfehlen Fachleute, sich frühzeitig mit diesem Thema auseinanderzusetzen.

EIN PERSÖNLICHES WORT

In meiner Arbeit als Priester durfte ich viele Menschen auf ihrem letzten Lebensweg begleiten. Dabei habe ich immer wieder erlebt: Am Ende sprechen die wenigsten über Geld.

Die meisten sprechen über Menschen. Über Liebe. Über Versöhnung. Über Dankbarkeit. Und über die Frage, ob ihr Leben etwas Gutes bewirkt hat. Ich bin überzeugt: Wer anderen Menschen Hoffnung schenkt, hinterlässt etwas, das weit über das eigene Leben hinausreicht.

Wenn Sie sich vorstellen können, Projekt LebensWert in Ihrem Testament zu berücksichtigen, beraten wir Sie selbstverständlich vertraulich und unverbindlich.
Gemeinsam können wir dafür sorgen, dass aus Ihrem letzten Willen neue Chancen für Menschen in Not entstehen.
Ihr

Pater Tobias Breer O. Praem.
Geschäftsführer Projekt
LebensWert gGmbH

INFORMATIONEN

Projekt LebensWert gGmbH
Holtener Straße 176
47167 Duisburg-Neumühl

Telefon: 01704492948
E-Mail: info@projekt-lebenswert.de
www.pater-tobias.de/testamentsspende

Für ein persönliches und vertrauliches Gespräch stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.

PROJEKT LEBENS WERT
Rat + Tat für Bedürftige

400. MARATHON

DUISBURGER „MARATHON-PATER“ SETZT ZEICHEN FÜR MENSCHLICHKEIT

Ein außergewöhnlicher Meilenstein für den Duisburger „Marathon-Pater“: Beim Kölsche Variété Marathon hat Pater Tobias seinen 400. Ultra- und Marathonlauf erfolgreich beendet. Der besondere Lauf wurde anschließend im Café „Offener Treff mit Herz“ gemeinsam mit Mitarbeitenden von Projekt LebensWert und Gemeindemitgliedern gefeiert – ganz im Zeichen von Gemeinschaft und gelebter Solidarität.

Seit 2006 ist Pater Tobias weltweit unterwegs, nicht für Rekorde, sondern für Menschen in Not. Sein Leitsatz: „Jeder Kilometer hilft helfen.“ Mit dieser Idee verbindet der Prämonstratenser seinen Glauben mit sportlicher Ausdauer. In rund 20 Jahren hat er so über 2,2 Millionen Euro an Spenden für Kinderprojekte in Deutschland und weltweit erlaufen.

Seine Laufkarriere ist geprägt von außergewöhnlichen Herausforderungen: Pater Tobias lief auf allen sieben Kontinenten, durchquerte die extreme Hitze der Wüste beim 172-Kilometer-Ultramarathon im Oman und stellte sich eisigen Temperaturen beim Marathon in der Antarktis mit bis zu minus 28 Grad.

Auch sportlich gehört er zu einem exklusiven Kreis: Als Teilnehmer der sechs weltweit bedeutendsten Marathons in Berlin, London, New York, Boston, Chicago und Tokio wurde er 2023 mit dem Titel „Six-Star-Finisher“ ausgezeichnet.

Mit seinem 300. Marathon wurde er zudem in die internationale Weltrangliste „World Megamarathon Ranking 300+“ aufgenommen, die in Japan geführt wird und nur Läufer mit über 300 erfolgreichen Marathons listet.

Doch im Mittelpunkt steht für Pater Tobias nie die sportliche Leistung allein. Jeder Lauf ist ein Spendenlauf – für Kinder, die Unterstützung brauchen. Projekte wie Schulfrühstücke, Schwimmkurse oder Hilfsangebote für Familien im Duisburger Norden werden so konkret ermöglicht.

Auch beim Jubiläumslauf in Köln blieb dieser Gedanke präsent: 225 Euro Spenden für Kinder in Togo kamen zusammen. Ein Zeichen dafür, dass selbst ein einzelner Lauf Wirkung entfalten kann. Ein besonderer Dank gilt dem Veranstalter des heutigen Marathons, dem Kölner Triathleten Manfred Steckel, der diesen besonderen Lauf möglich gemacht hat.

Für Pater Tobias ist klar: Mit dem 400. Lauf ist noch lange nicht Schluss. Neue Ziele warten und vor allem neue Chancen, durch jeden gelaufenen Kilometer Hoffnung weiterzugeben.

400 MARATHONS SORGEN BUNDESWEIT FÜR SCHLAGZEILEN

Mit seinem außergewöhnlichen Engagement sorgt Pater Tobias Breer längst auch bundesweit für Aufmerksamkeit. Die BILD-Zeitung berichtete jetzt über den „Marathon-Pater“ aus Duisburg und seine besondere Erfolgsgeschichte.

FRÜHLING, GLAUBE UND GEMEINSCHAFT

– FÜHRUNG DURCH DIE ABTEI HAMBORN BEGEISTERT VIELE BESUCHER

Was für ein besonderer Vormittag in der Abtei Hamborn! Bei bestem Wetter und unter einem wunderschön blühenden Baum versammelten sich fast 40 Teilnehmerinnen und Teilnehmer, um gemeinsam auf Entdeckungsreise durch diesen geschichtsträchtigen Ort zu gehen.

Mit viel Herz, großer Kompetenz und einer spürbaren Freude an der Vermittlung führte Barbara Hackert durch die Abtei. Es war keine trockene Führung, es war ein lebendiges Erzählen, ein Mitnehmen, ein Eintauchen in Geschichte und Glauben. Die Teilnehmer hörten aufmerksam zu, stellten Fragen und ließen sich hineinnehmen in die besondere Atmosphäre dieses Ortes.

Besonders eindrucksvoll: der Kreuzgang, die ruhigen Innenhöfe und die vielen kleinen Details, die man sonst leicht übersieht. Immer wieder entstanden Momente der Stille und zugleich der Gemeinschaft.

Ein ganz besonderes Bild bot sich im Anschluss auf dem Friedhof: Die „rote Ape“ wurde zum Treffpunkt. Bei einer Tasse Kaffee entstanden Gespräche, Begegnungen und ein herzliches Miteinander. Genau diese Momente sind es, die bleiben.

Eine Stimme aus der Gruppe bringt es wunderbar auf den Punkt: “Ich habe heute zusammen mit meiner Frau an der Führung teilgenommen. Es waren zwei schöne Stunden bei Euch in Hamborn. Da hat sich die Anreise aus Rösrath bei Köln gelohnt. Vielen Dank an die nette Dame, die uns kompetent und kurzweilig vieles nahegebracht hat. Und auf dem Friedhof gab es an der roten Ape einen Kaffee und nette Gespräche. Vielen Dank für alles.”

Diese Worte zeigen: Es war mehr als eine Führung, es war ein Erlebnis für Herz und Seele.

Ein herzliches Dankeschön an Barbara Hackert für die engagierte Durchführung und an alle, die diesen Vormittag mit Leben gefüllt haben.

SCHON JETZT VORMERKEN

Nächste Führung:
Samstag, 11. Juli 2026 um 10:30 Uhr
Treffpunkt vor der Abteikirche Hamborn.

Anmeldung: tobias@abtei-hamborn.de
Herzliche Einladung – wir freuen uns auf Sie!

Die Führungen für 2026 im Überblick

Samstag, 11. Juli 2026
Samstag, 19. September 2026
Samstag, 14. November 2026

Reittherapie

MANCHMAL SIND ES NICHT DIE GROSSEN WORTE, SONDERN KLEINE LICHTBLICKE, DIE EINEM MENSCHEN WIEDER HOFFNUNG SCHENKEN.

Heute durfte ich wieder erleben, was Reittherapie bewirken kann. Dieses junge Mädchen hat wenige Tage vor Weihnachten etwas erlebt, das kein Kind erleben sollte: Ihre Mutter starb plötzlich in der Straßenbahn vor ihren Augen. Der Vater ist selbst schwer psychisch erkrankt. Nun versucht der Opa mit seiner kleinen Rente, die beiden Kinder bei sich aufzunehmen und ihnen irgendwie Halt zu geben.

Heute war die kleine Merle mit ihrem Opa beim Pferd. Und dann kam die Nachricht: Merle darf für ein Jahr an der Reittherapie teilnehmen. Dafür bin ich einen Spendenmarathon gelaufen und konnte 3432 Euro erlaufen.

Der Opa weinte am Telefon vor Dankbarkeit. Und die kleine Merle strahlte übers ganze Gesicht. Sie hielt ihr selbstgemaltes „Danke“-Herz in der Hand und freute sich einfach nur darauf, wieder zum Pferd kommen zu dürfen.

Vielleicht können wir nicht die ganze Welt verändern. Aber wir können einem Kind wieder ein Lächeln schenken. Wir können dafür sorgen, dass ein kleines Mädchen heute Abend vielleicht ein wenig ruhiger einschläft.

Mit Vorfreude. Mit Hoffnung.
Mit einem neuen Lichtblick im Herzen.
Genau dafür laufe ich meine Marathons.
Genau dafür kämpfen wir mit Projekt LebensWert.

Damit Kinder in schweren Zeiten spüren: Du bist nicht allein.

Ohne Spenden wäre es nicht möglich.

APFELKUCHEN FÜR
SECHS BIS ACHT PERSONEN
(eine geschlossene Back- oder Pieform
von 24 cm Durchmesser)

ZUTATEN

5 große Äpfel (ca. 800 g)
Zitronensaft
2 Eier
100 g Zucker
1 Tütchen Vanillezucker
100 g flüssige Butter
100 g Mehl
1 gestrichener TL Backpulver
100 ml Milch
Butter

Außerdem:
etwas Mehl für die Form,
Puderzucker zum Bestäuben

ZUBEREITUNG

1| Die Äpfel schälen, vierteln, entkernen und in Scheibchen schneiden. Sofort mit Zitronensaft beträufeln, damit sie sich nicht verfärben.

2| Alle übrigen Zutaten in einer Schüssel mit einem Schneebesen miteinander glatt rühren. Die Apfelscheiben untermischen.

3| Diese sehr dickflüssige Masse in eine gebutterte, mit Mehl ausgestreute Springform gießen. Bei 200 Grad etwa 55 bis 60 Minuten backen, bis er Kuchen golden und wirklich durchgebacken ist.

4| Der Kuchen schmeckt am besten noch lauwarm und mit Puderzucker bestäubt. Und mit einem Klacks Crème Fraîche.

Tipp: Der Teig ist ziemlich flüssig, deshalb sollte man eine normale Spring-Form unbedingt mit Backpapier auskleiden, bevor man ihn einfüllt.

SO GEHT APFELKUCHEN:

SCHNELL UND EINFACH UND IMMER EINFACH GUT!

Die beiden Fernsehköche aus der Sendung „Kochen mit Martina & Moritz“ lieben den Sommer. Wenn es losgeht mit der Apfelernte auf ihrem Gut. Auf die allerersten Sorten freut man sich am meisten, nach der langen apfellosen Zeit.

Zuerst kommen die säuerlichen, knackigen grünen Jakob-Klar. Bald gefolgt von den rotbackigen Gravensteiner mit ihrem betörenden Parfum und den saftigen Delbard estivale. Nach dem Lieblingsrezept der beiden lässt sich damit schneller und einfacher kein Kuchen backen. Martina & Moritz versprechen: Er macht garantiert kaum Mühe und schmeckt unglaublich gut. Am besten ist er, finden sie, lauwarm, und besonders köstlich, wenn man eine Kugel Vanille- oder Zimteis darauf zerschmelzen lässt!

Waldprojekt

IN CAPPENBERG GESTARTET: KINDER ENTDECKEN NATUR DANK MARATHON-SPENDEN

Cappenberg. Mit großer Begeisterung ist das neue Waldprojekt des katholischen Kindergartens St. Johannes Cappenberg gestartet. Möglich gemacht wurde das Projekt durch die Spenden aus dem 5. Gottfried-JubiläumsMarathon, der im März rund um Schloss Cappenberg stattfand.

WALDSCHULE CAPPENBERG

In Zusammenarbeit mit der Waldschule Cappenberg konnten die ersten Kinder nun den Wald als besonderen Lern- und Erlebnisraum entdecken. Dabei stand nicht nur Bewegung im Mittelpunkt, sondern vor allem das Erleben mit allen Sinnen. Beim Klettern auf Baumstämmen und Balancieren über natürliche Hindernisse stärkten die Kinder spielerisch ihre Motorik und ihr Selbstvertrauen.

Besonders spannend wurde es bei der Entdeckung kleiner Waldbewohner: Ausgestattet mit Lupengläsern machten sich die Kinder auf die Suche nach Käfern, Ameisen und anderen Krabbeltieren – und konnten diese aus nächster Nähe beobachten. „Die Kinder sind mit großer Neugier dabei und erleben den Wald ganz intensiv“, heißt es aus dem Team der Einrichtung. Auch Veranstalter Pater Tobias Breer betont die Bedeutung solcher Projekte: „Wenn Kinder draußen in der Natur unterwegs sind, lernen sie fürs Leben. Genau dafür laufe ich – damit aus jedem Kilometer konkrete Hilfe für Kinder wird.“

EIN LAUF – UND SO VIEL ZUKUNFT FÜR UNSERE KINDER.

Das Projekt ist Teil der Förderung, die durch den Gottfried-Marathon ermöglicht wurde. Ziel ist es, Kindern frühzeitig den Zugang zur Natur zu eröffnen, ihre Wahrnehmung zu fördern und sie in ihrer persönlichen Entwicklung zu stärken. Weitere Projekttage finden am 30. April und 6. Mai statt. Dann haben auch die übrigen Gruppen die Gelegenheit, den Wald zu erkunden und eigene Erfahrungen zu sammeln.

Der gelungene Auftakt zeigt bereits: Aus sportlichem Engagement wird konkrete Förderung – und aus einem Lauf entsteht Zukunft für Kinder.

KUNST DIE BEWEGT

Kunst, Begegnung, Musik und inspirierende Gespräche prägten die Vernissage der Ausstellung „INFLUENCE“ der Düsseldorfer Künstlerin Manuela Osthoff in den Räumen des Weiterbildungsinstituts WbI an der Fuldastraße in Duisburg.

Zahlreiche Gäste waren der Einladung gefolgt und erlebten einen abwechslungsreichen Abend, der Kunst und gesellschaftliches Engagement auf besondere Weise miteinander verband. Zu Beginn begrüßte Peter M. Urselmann, Geschäftsführer der WbI GmbH, die Besucherinnen und Besucher. In seiner Ansprache würdigte er das kulturelle Engagement des Weiterbildungsinstituts und betonte die Bedeutung von Kunst als Ort der Begegnung, des Austauschs und der Inspiration.

GRUSSWORT VOM MARATHON-PATER

Anschließend hielt Pater Tobias Breer, bekannt als „Marathon-Pater“, das Grußwort des Abends. Unter dem Titel „INFLUENCE – Wie Wahrnehmen ins Handeln führt“ spannte er einen Bogen zwischen Kunst, christlichem Glauben und sozialer Verantwortung.

Mit einem humorvollen Blick auf die heutige Welt der Influencer stellte Pater Tobias die Frage, wer oder was Menschen tatsächlich beeinflusst. Sind es soziale Medien, Schlagzeilen und Trends oder vielmehr die Begegnungen mit Menschen, Erfahrungen und Eindrücke, die unser Herz berühren? Dabei hob er hervor, dass Kunst die besondere Fähigkeit besitzt, Menschen zum Innehalten und Nachdenken zu bewegen. Kunst lade dazu ein, genauer hinzusehen, nicht nur auf Bilder, sondern auch auf Menschen und ihre Geschichten. Aufmerksamkeit sei der erste Schritt zu Mitmenschlichkeit und Veränderung.

Aus seinen Erfahrungen als Gründer sozialer Projekte für benachteiligte Kinder berichtete Pater Tobias, wie wichtig es sei, Menschen wahrzunehmen, die oft übersehen werden. Seine zentrale Botschaft lautete: Nicht die Frage, ob wir Einfluss haben, sei entscheidend, sondern wofür wir unseren Einfluss einsetzen.

WOLFGANG KLEINÖDER STELLT DIE KÜNSTERLIN UND DIE AUSSTELLUNG VOR

Im Anschluss stellte Wolfgang Kleinöder die Künstlerin Manuela Osthoff und ihre Ausstellung näher vor. Er führte die Gäste in die Gedankenwelt der Werke ein und erläuterte, wie die Künstlerin mit expressiven Farbwelten, klaren Strukturen und spannenden Kontrasten die Frage nach Einfluss, Wahrnehmung und gesellschaftlichen Entwicklungen aufgreift. Die Ausstellung lädt dazu ein, über die Kräfte nachzudenken, die unser Denken, Fühlen und Handeln prägen.

Musikalisch begleitet wurde der Abend von Matthias Dymke am E-Piano, dessen einfühlsame Klänge die besondere Atmosphäre der Vernissage unterstrichen.

Bei einem anschließenden Rundgang nutzten die Gäste die Gelegenheit, die Werke von Manuela Osthoff in Ruhe zu betrachten, miteinander ins Gespräch zu kommen und sich über Kunst, Gesellschaft und persönliche Erfahrungen auszutauschen.

Die Ausstellung „INFLUENCE“ zeigt eindrucksvoll, dass Kunst weit mehr sein kann als ästhetischer Genuss. Sie regt zum Nachdenken an, eröffnet neue Perspektiven und verbindet Menschen miteinander. Genau diese Verbindung von Kunst, Aufmerksamkeit und gesellschaftlicher Verantwortung machte den Abend zu einem besonderen Erlebnis für alle Beteiligten.

Peter M. Urselmann hielt die Begrüßungsrede bei der Vernissage.

JEDER SECHSTE MENSCH

IN DEUTSCHLAND LEBT IN ARMUT.

UND DIE MEISTEN VON UNS LAUFEN TÄGLICH AN IHNEN VORBEI.

Deutschland zählt zu den wirtschaftlich stärksten und wohlhabendsten Ländern der Welt. Dennoch lebt nach aktuellen Erhebungen etwa jeder sechste Mensch hierzulande in Armut. Das betrifft rund 13,3 Millionen Menschen.

Hinter dieser Zahl stehen keine abstrakten Statistiken, sondern konkrete Lebensschicksale: Alleinerziehende, die nicht wissen, wie sie die nächste Stromrechnung bezahlen sollen, Rentnerinnen und Rentner, die zwischen notwendigen Medikamenten und einer warmen Mahlzeit wählen müssen, Kinder, die ohne Frühstück zur Schule gehen, sowie Menschen, die sich aus Scham scheuen, Unterstützung in Anspruch zu nehmen.

„Als Priester begegne ich diesen Menschen nicht nur in Berichten oder Studien, sondern täglich“, erklärt Pater Tobias. „Im Sozial-Café, in Beratungsgesprächen, nach dem Gottesdienst oder auf der Straße. Ihre Sorgen und Nöte sind Teil unseres gesellschaftlichen Alltags.“ Angesichts dieser Entwicklung stellt sich die Frage, wie es sein kann, dass in einer wohlhabenden Gesellschaft immer mehr Menschen von sozialer Ausgrenzung und Armut betroffen sind. Die Herausforderungen reichen von steigenden Lebenshaltungskosten über unzureichende Renten bis hin zu fehlenden sozialen Perspektiven.

Aus christlicher Sicht ist die Sorge um benachteiligte Menschen ein zentraler Auftrag. Das Evangelium erinnert daran, den Blick nicht von den Bedürftigen abzuwenden, sondern Verantwortung füreinander zu übernehmen. Glaube bedeutet, die Realität wahrzunehmen, hinzusehen und dort zu handeln, wo Hilfe benötigt wird. Armut beginnt häufig dort, wo Menschen übersehen oder gesellschaftlich unsichtbar werden. Deshalb sind Solidarität und Mitmenschlichkeit wichtiger denn je.

Unterstützung kann viele Formen annehmen: eine Spende, ein offenes Ohr, ein Besuch, ehrenamtliches Engagement oder ein Zeichen der persönlichen Anteilnahme.

„Wir können vielleicht nicht die ganze Welt verändern“, so Pater Tobias. „Aber wir können das Leben eines einzelnen Menschen positiv beeinflussen. Oft beginnt genau dort neue Hoffnung.“ Projekt LebensWert und das Sozial-Café setzen sich täglich dafür ein, Menschen in schwierigen Lebenssituationen zu begleiten, ihnen Würde zu schenken und konkrete Hilfe anzubieten. Ziel ist es, soziale Teilhabe zu fördern und Menschen neue Perspektiven zu eröffnen.

Weitere Informationen zu den Angeboten von Projekt LebensWert und Möglichkeiten zur Unterstützung erhalten Interessierte über die entsprechenden Kontaktstellen des Projekts oder www.pater-tobias.de.

13,3 MIO

Die neuen Zahlen machen betroffen:
Laut dem aktuellen Armutsbericht des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes leben inzwischen 13,3 Millionen Menschen in Deutschland in Armut. Das sind 16,1 Prozent der Bevölkerung – also etwa jeder sechste Mensch. Besonders betroffen sind ältere Menschen, Alleinerziehende, Frauen und viele Familien mit Kindern. Die Zahlen stammen aus dem heute veröffentlichten Armutsbericht des Paritätischen Gesamtverbands.

„WENN GLAUBE BEINE BEKOMMT“

Marathon-Pater begeistert über 80 Frauen in Voerde

Vom Frühstückstisch auf die Laufstrecken der Welt: Mit bewegenden Geschichten, starkem Glauben und beeindruckendem Engagement für benachteiligte Kinder riss der Marathon-Pater sein Publikum mit - ein Vormittag, der unter die Haut ging und lange nachwirkt.

Ein besonderer Vormittag voller Begegnung, Inspiration und gelebtem Glauben: Über 80 Frauen folgten der Einladung ins Katharina-von-Bora-Haus in der Rönskenstraße in Voerde, um gemeinsam zu frühstücken und anschließend einen bewegenden Vortrag zu erleben. Bereits um 9.00 Uhr begann der Tag mit einem liebevoll vorbereiteten Frühstück. Es wurde gelacht, erzählt und Gemeinschaft gespürt - eine Atmosphäre, die sofort spüren ließ: Hier geht es um mehr als nur Worte.

Um 10.00 Uhr folgte der einstündige Vortrag von Pater Tobias, vielen bekannt als „Marathon-Pater“. Mit eindrucksvollen Bildern und persönlichen Geschichten nahm er die Zuhörerinnen mit auf seine Laufstrecken rund um die Welt - von großen internationalen Marathons bis hin zu extremen Herausforderungen in Wüste, Eis und Hitze. Doch schnell wurde deutlich: Es geht nicht nur um sportliche Höchstleistungen. Es geht um das Herz. Um Glauben. Und um Hilfe für andere.

EIN VORMITTAG, DER BEWEGT - ZWISCHEN FRÜHSTÜCK, GLAUBE UND GELEBTER NÄCHSTENLIEBE

Berührend erzählte Pater Tobias, wie durch seine aktuell 397 Marathon- und Ultraläufe bereits weit über 2,2 Millionen Euro für arme und benachteiligte Kinder gesammelt werden konnten. Projekte wie Kindergarten für Togo, die Kinderlernküche, Schulfrühstücke, Ferienfreizeiten oder therapeutische Angebote geben Kindern neue Chancen und genau dafür läuft er, Schritt für Schritt.

Viele der anwesenden Frauen waren sichtlich bewegt. Es wurde still, nachdenklich und dann wieder voller Hoffnung. Denn die Botschaft kam an: Jeder kann etwas tun. Jeder kann ein Stück Hoffnung weitergeben.

Am Ende gab es langen Applaus, persönliche Gespräche und dankbare Worte. Ein Vormittag, der noch lange nachwirkt.
Ein herzliches Dankeschön gilt dem engagierten Team der evangelischen Kirchengemeinde Götterswickerhamm rund um Manuela Fellmeth für die Einladung und die liebevolle Organisation dieses besonderen Treffens.

VORTRÄGE, LESUNGEN & IMPULSE MIT PATER TOBIAS

Ob Gemeindeabend, Frauenfrühstück, Seniorennachmittag, Verbandstag, Benefizveranstaltung oder Festakt: Pater Tobias spricht über Glaube, Ausdauer, Motivation, soziale Verantwortung und seine Erfahrungen als „Marathon-Pater“.

Gerne gestaltet er Vorträge, Buchlesungen, Gesprächsabende, Grußworte und besondere Veranstaltungen.

Sein Buch „Der Marathon-Pater“ ist ausschließlich direkt bei ihm erhältlich und im Buchhandel bereits vergriffen.

Anfragen und Buchbestellungen:
tobias@abtei-hamborn.de

IMPULS

WELTMEISTERSCHAFT UND DAS SPIEL DES LEBENS

Wenn Sie diese Zeilen lesen, wird die Fußball-Weltmeisterschaft 2026 bereits viele Geschichten geschrieben haben. Geschichten von großen Siegen, überraschenden Wendungen und vielleicht auch von mancher Enttäuschung.

Millionen Menschen auf der ganzen Welt fiebern mit. Sie hoffen, jubeln, leiden und feiern. Genau das macht den Sport so faszinierend: Er berührt Menschen.

Doch gerade dann dürfen wir nicht vergessen: Das Spiel ist erst vorbei, wenn der Schlusspfiff ertönt.

Bei meinen Marathons habe ich oft erlebt, dass die schwersten Kilometer kurz vor dem Ziel liegen. Die Beine werden müde, die Kräfte schwinden, und der Gedanke ans Aufgeben wird immer lauter. Aber genau dann entscheidet sich, ob man stehen bleibt oder weitergeht.

„Die wichtigsten Siege werden nicht im Stadion errungen, sondern im Herzen eines Menschen."

Als Marathonläufer habe ich in den vergangenen Jahren gelernt, dass Sport viel mehr ist als Zeiten, Ergebnisse und Medaillen. Sport erzählt etwas über das Leben.

Bei einer Weltmeisterschaft gewinnt nicht immer die Mannschaft, die auf dem Papier die stärkste ist. Oft sind es Kampfgeist, Zusammenhalt und der Wille, niemals aufzugeben, die am Ende den Unterschied machen. Das gilt auch für unser eigenes Leben.

Nicht jeder von uns steht im Rampenlicht eines Stadions. Aber jeder von uns hat seine eigenen Herausforderungen zu bewältigen. Da sind Sorgen um die Familie, gesundheitliche Probleme, Ängste um die Zukunft oder persönliche Enttäuschungen. Manchmal haben wir das Gefühl, ins Hintertreffen geraten zu sein.

Der Glaube hilft mir dabei. Er erinnert mich daran, dass Gott nicht irgendwo auf der Tribüne sitzt und zuschaut. Er geht die Strecke mit. Er kennt unsere Anstrengungen, unsere Zweifel und unsere Grenzen. Und er schenkt uns immer wieder neue Kraft für den nächsten Schritt.

Deshalb wünsche ich uns allen nicht nur spannende Spiele bei dieser Weltmeisterschaft. Ich wünsche uns vor allem den Mut, auch im eigenen Leben weiterzulaufen. Nicht aufzugeben. An das Gute zu glauben. Und darauf zu vertrauen, dass Gott uns begleitet.

Denn die wichtigsten Siege werden nicht im Stadion errungen, sondern im Herzen eines Menschen.

Ihr
Pater Tobias Breer
Der Marathon-Pater

GEBET

ZUM LEBENSSPIEL

Guter Gott,
Menschen aus aller Welt kommen in diesen Tagen zusammen.
Sie hoffen, jubeln und träumen.

Wir danken Dir für die Freude am Sport, für Gemeinschaft, Fairness und Begeisterung.

Segne die Sportlerinnen und Sportler, bewahre sie vor Verletzungen und schenke ihnen Respekt voreinander.
Segne die Menschen, die mitfiebern, die sich freuen und mit ihrer Mannschaft hoffen.
Und segne auch uns auf unserem Lebensweg.

Wenn wir müde werden, gib uns neue Kraft. Wenn wir zweifeln, schenke uns Vertrauen. Wenn wir fallen, hilf uns wieder aufzustehen.

Lass uns nie vergessen,
dass Du mit uns unterwegs bist,
auf allen Wegen unseres Lebens.

Amen.

Bauen. Sanieren. Instandhalten.
Mit Blick in die Zukunft !

SCC** DNV Certified Company

FACHBETRIEB RWTÜV BETREUT VOM TÜV

HEIRICH

K. Heirich GmbH

INDUSTRIE-DIENSTLEISTUNG · TIEF- UND STRASSENBAU

Kerskensweg 15 · 47179 Duisburg · Tel.: 0203/48547-0 · Fax: 0203/4854747

Postfach 180252 · 47173 Duisburg · E-Mail: heirich@heirich.de · www.heirich.de

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

Bürozeiten
Mo. - Fr. 6:30 – 16:30

Kontakt
Mail info@schreinerei-wedig.de
Telefon 0203 / 518 09 00
Mobil 0171 / 501 14 97
Fax 0203 / 518 09 02
facebook.com/schreinerei.wedig
schreinerei-wedig.de

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.

Menzel Apotheken

Barbara Apotheke

Inh. Stephan Menzel
Holtener Straße 195
47167 Duisburg
Tel. (0203) 58 26 16
barbara@menzelapotheken.de
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

Elefanten Apotheke

Inh. Stephan Menzel
Gesundheitszentrum Sittardsberg
Altenbrucher Damm 15
47249 Duisburg
Tel. (0203) 48 80 05 00
elefanten@menzelapotheken.de
elefanten-apotheke-duisburg.de

Öffnungszeiten:
Mo - Fr 08:30 - 18:30 Uhr
Sa 08:30 - 13:00 Uhr

Marien Apotheke

Inh. Stephan Menzel
Fischer Straße 130
47055 Duisburg
Tel. (0203) 50 06 50
marien@menzelapotheken.de
marienapotheke-duisburg.de

Öffnungszeiten:
Mo - Fr: 08:30 - 18:30 Uhr
Sa 08:30 - 13:00 Uhr

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

Ihr persönliches Nachschlagewerk –
Fordern Sie kostenlos unsere Broschüre an!

Kretschmer Bestattungen
Wir bereiten den letzten Weg.

Tag und Nacht für Sie da: 0203/582448

IMPRESSUM

HERAUSGEBER
Projekt LebensWert gGmbH
Pater Tobias O. Praem
Holtener Str. 176, 47167 Duisburg
Tel. 01704492948
info@projekt-lebenswert.de
www.magazin-lebenswerte.de

CHEFREDAKTEUR
Tobias O. Praem.

ERSCHEINUNGSWEISE DRUCKVERSION
3 x jährlich · bundesweit

GESTALTUNG
N3W – creative strategies
Tel. 06439 22 99 078
info@ndreiw.de · www.ndreiw.de

FOTO-/GRAFIK-NACHWEISE
Seite 6: Daniel Elke/Projekt LebensWert
Seite 10: Pater Tobias / Privat
Seite 16: Manfred Daams
Seite 21: Kindergarten St. Johannes, Cappenberg
Alle anderen Bilder von:
Projekt LebensWert, Pexels, Unsplash

Das Copyright der Artikel liegt bei den Autoren.

REDAKTIONSSCHLUSS
15.06.2026

DRUCK
WIRmachenDRUCK GmbH
Illerstraße 15 · 71522 Backnang

IHRE SPENDE SCHENKT HOFFNUNG.

Unsere Antwort auf die Armut in Duisburg

Armut, Einsamkeit und Perspektivlosigkeit gehören für viele Menschen in Duisburg zum Alltag. Kinder wachsen ohne Chancen auf. Jugendliche verlieren den Glauben an ihre Zukunft. Menschen geraten in Obdachlosigkeit und soziale Isolation.

Das Projekt LebensWert hilft dort, wo Menschen Unterstützung dringend brauchen – schnell, persönlich und unbürokratisch. Mit Ihrer Spende schenken Sie neue Hoffnung.

Wo Ihre Hilfe ankommt

PROJEKT LEBENS WERT

Rat + Tat für Bedürftige

PROJEKT LEBENSWERT

Beratung, Begleitung und konkrete Hilfe für Menschen in schwierigen Lebenssituationen. Wir helfen bei sozialer Beratung, Behördengängen, Wohnungslosigkeit und persönlichen Krisen – zurück in ein selbstbestimmtes Leben.

Unser Spendenkonto
Bank im Bistum Essen:
Kto. 10 766 010
BLZ 36 060 295
BIC GENODED1BBE
IBAN DE57360602950010766010

KINDER PATEN SCHAFT

cash-4-kids

KIPA – KINDER-PATENSCHAFTEN

Kinder brauchen Chancen. Wir unterstützen Kinder aus armen Familien – zum Beispiel mit Sportvereinen, Musikunterricht oder Bildungsangeboten. Damit Teilhabe möglich wird und Talente wachsen können.

Unser Spendenkonto
Bank im Bistum Essen:
Kto. 10 766 036
BLZ 36 060 295
BIC GENODED1BBE
IBAN DE34360602950010766036

Café OFFENER TREFF

SOZIAL-CAFE „OFFENER TREFF“

Ein Ort gegen Einsamkeit.
Hier finden Menschen Gemeinschaft, ein warmes Essen, Gespräche und offene Türen. Gleichzeitig stehen Sozialarbeiter beratend zur Seite.

Unser Spendenkonto
Bank im Bistum Essen:
Kto. 10 766 028
BLZ 36 060 295
BIC GENODED1BBE
IBAN DE56360602950010766028

Jeder Mensch ist wertvoll. Jede Spende hilft.

Jetzt Hoffnung schenken und Menschen konkret unterstützen.