

2/2021

# LebensWerte

News



Neues Format  
Talk im DOM

Gastronomie  
Stammgäste berichten

„Mein Firmweg“  
Spirituelles Laufen

# Letzter Wille. Neue Chancen.

## Ihre Erbschaft / Ihr Testament

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



### KiPa-Kinder Patenschaften



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

### Jugendarbeitslo- sigkeit 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 benutzt haben. 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 ausgesperrt. In dem Sozialcafé kann für kleines Geld eine Tasse Kaffee/Tee getrunken, zu Mittag gegessen, mit anderen gemeinschaftlich gefrühstückt oder an angebotenen Aktivitäten teilgenommen werden. Gleichzeitig ist immer ein Sozialarbeiter vor Ort - wir wollen aktiv soziale Verantwortung für den Stadtteil übernehmen.

## In dieser Ausgabe

- 4 Vorfreude auf den nächsten Besuch im Café und im „Sham“
- 6 Rezensionen zum neuen Buch von Pater Tobias
- 8 Schlagerstar Peter Orloff macht sich fit !



- 10 Vitales KiPa Schulfrühstück läuft
- 12 Impuls: Kennen Sie das Geheimnis der Sonnenblume?
- 14 Serap Güler zu Gast beim „Talk im Schmidthorster Dom“
- 16 Pater Tobias auf YouTube & Termine 2021
- 17 Zirkusprojekt für die Kita der Gemeinde Herz-Jesu in Duisburg-Neumühl



- 18 Spirituelles Laufen
- 21 Abendgebet
- 22 Hochrebe: Bloss nicht zu optimistisch werden
- 24 Kochen mit Martina und Moritz

### 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 • Schriftsatz & Textüberarbeitung**

dc agentur · Kai-Alexander Sommerfeld · Helen Hilka

Tel. 06471 509 609 · info@dcagentur.de · www.dcagentur.de

**Titelfoto:** freepik.com

Das Copyright der Artikel liegt bei den Autoren



## Liebe Leserinnen, Liebe Leser,

„Pater?“, „Ja Lukas!“, „Pater, kann ich ein zweites Brot für meine jüngere Schwester mit nach Hause nehmen? Das Brot ist sooo lecker!“ Die Präsenzunterrichte an den Neumühler Grundschulen haben wieder begonnen und 380 Schüler und Schülerinnen erhalten aus dem Restaurant Sham von unserem Projekt LebensWert ein frisches gesundes Schulfrühstück. Das freut die Kinder und die Lehrer. Ich halte in den 3. Klassen Seelsorgestunden und die Kinder freuen sich, dass die Unterrichte wieder mit allen Schülern und Schülerinnen stattfinden. Lukas konnte ein zweites Brot "ausnahmsweise" einmal mit nach Hause nehmen. Seine Schwester hat sich darüber gefreut, erzählte mir Lukas in der nächsten Unterrichtsstunde. Unser Café „Offener Treff“ hat auch wieder geöffnet und das syrisch deutsche Restaurant wird ab 1. August wieder für unsere Gäste da sein. Zwei Stammgäste berichten in dieser Ausgabe über beide Restaurants.

Prominente Personen aus Musik, Kultur, Wirtschaft, Sport und Politik sind in unserem neuen Format „Talk im Schmidthorster DOM“ in unserer Herz-Jesu Kirche, dem Schmidthorster DOM, zu Gast. Bei der letzten Sendung war die junge Politikerin Staatssekretärin für Integration, Serap Güler, bei mir. Bereits zum dritten Mal hat sie unser Projekt besucht. Frau Güler gilt als sicher für die Nominierung in Armin Laschets Team. Nach seiner Wahl zum Ministerpräsidenten 2017 hatte Laschet die 40-jährige Deutschtürkin, Tochter türkischer Gastarbeiter, als Staatssekretärin für Integration in sein Kabinett geholt. Mit ihr könnte Laschet bei seinem Herzensthema Integration auch bundespolitisch neue Akzente setzen.

Ich wünsche Ihnen nun viel Freude, auch bei den anderen Geschichten, die Sie und Ihr hier in der neuen Ausgabe nachlesen könnt.

Bleibt behütet und bleibt alle gesund,

Euer/ Ihr

*P. Tobias*

Foto: Daniel Elke

# VORFREUDE AUF DEN NÄCHSTEN BESUCH IM CAFÉ UND IM „SHAM“

Drei Stammgäste erzählen, warum sie das gastronomische Angebot so schätzen

**Der monatelange Lockdown hat auch das syrisch-deutsche Restaurant Sham sowie das Café „Offener Treff“ hart getroffen. Es gibt viele Stammgäste, die sich nach einer Öffnung der Gastronomie gesehnt haben. Wir haben mit drei von ihnen gesprochen.**

**Elli Hartmann (71):** „Ich gehöre zu den Stammgästen des Cafés „Offener Treff“. Warum? Weil ich dort ein gutes Frühstück zu einem günstigen Preis bekomme, sehr freundlich bedient werde und viele nette Leute treffe.

Dass das Café eine gute Adresse ist, hat sich mittlerweile auch rumgesprochen. Sogar aus Moers, Düsseldorf und Essen kommen Bekannte von mir nach Neumühl, nur um dort zu frühstücken, oder um im Sham syrische Gerichte zu genießen. Meine Nachbarin hat Jahr für Jahr ihren Geburtstag im Café gefeiert. Leider ging das wegen Corona zuletzt nicht mehr, was wir alle bedauert haben. Aber ihren nächsten Geburtstag möchte sie dort wieder feiern. Darauf freue ich mich jetzt schon. Ich kann es auch sonst kaum erwarten, wieder im Café zu sitzen und inmitten meiner Freunde das Frühstück zu genießen.“





Herr Hellbach

**Andreas Hoepken (57):** „Das Sham haben mir damals Freunde empfohlen. Die syrische Küche kannte ich vorher gar nicht. Der erste Besuch war direkt ein Erlebnis, weil das Essen so lecker war. Seitdem habe ich viele Gerichte probiert – alle haben ausgezeichnet geschmeckt. Wer sich schwer entscheiden kann, sollte zum Büffet kommen. Da gibt es die große Auswahl. Mein Leibgericht ist übrigens Knafeh. Das ist ein leckeres Dessert aus süßen Fadennudeln mit Mozzarella. Ich gehe aber nicht nur wegen des Essens gerne ins Sham, auch wegen der freundlichen Mitarbeiter und der schönen Atmosphäre. Gerade der Außenbereich im Stielmuspark ist wunderschön. Mittlerweile bin ich von Hamborn nach Voerde gezogen. Wenn das Sham wieder öffnet, werde ich aber natürlich wieder den Duisburger Norden ansteuern.“

**Thomas Hellbach (56):** „Das Sham ist mittlerweile das Lieblings-Restaurant von meiner Frau und mir. Die Qualität des Essens ist ausgezeichnet. Ob jetzt Petersiliensalat oder Auberginen mit Hackfleisch auf den Teller kommen – ich bin danach immer sehr zufrieden. Auch das Catering ist hervorragend. Ich habe es schon für viele Gelegenheiten bestellt. Danach gab es durchweg positive Rückmeldungen von Freunden und Arbeitskollegen. Wer das Sham besucht, unterstützt zudem die gemeinnützige Arbeit von Pater Tobias und seinem Team. Und das Projekt LebensWert ist für den Duisburger Norden einfach wichtig. Es gibt noch einen weiteren Grund, warum ich gerne ins Sham gehe. Die Mitarbeiter sind ungemein freundlich und auf Zack. Der Kellner weiß schon genau, was meine Frau und ich gern trinken.“

# REZENSIONEN ZUM NEUEN BUCH VON PATER TOBIAS

## Norbert F.

Das Buch war bzw. ist sehr interessant zu lesen. Einige recht bewegende Zeilen sind drin und ein immer ein auf und ab zwischen den sportlichen und seelsorgerischen Themen. Als Leser ist man dauernd dabei und kann das Buch nicht aus der Hand legen. All in allem ein tolles Buch und ohne Wenn und Aber empfehlenswert.

## Hiltrud O.

mit Begeisterung habe ich das Buch als „Nichtläuferin“ gelesen oder besser gesagt: verschlungen. Man legt es einfach nicht wieder aus der Hand... So habe ich nicht nur einen Einblick in das Leben von Pater Tobias, sondern auch in die Entstehung des Projektes Lebenswert erhalten. Ganz nebenbei bekommt man dann Denkanstoß, Be, auch über das eigene Leben und die Rolle, die Gott darin spielt, nachzudenken.

## Anja K

Über eine Laufgruppe in den sozialen Medien bin ich auf Pater Tobias und seine vielen wunderbaren Projekte aufmerksam geworden. Ich finde es so toll, mit wieviel Herzblut er diese unterstützt. Das Buch habe ich direkt bestellt und an einem Nachmittag verschlungen. Danke für so viel Einsatz.

## Peter Orloff

Ein sehr lesenswertes Buch von Pater Tobias, das die Liebe zu den Menschen, die Liebe zu Gott und die Liebe zu seiner Leidenschaft, dem Laufen zusammenbringt. Mit berührenden Geschichten, mit einem wunderbaren Stil, den man fast in einem Zug lesen kann.

Die Beine Gottes - ich finde das Buch toll.  
Wenn es Euch gefällt,  
bitte weiterempfehlen.



## Heribert B.

Sehr geehrte Damen und Herren,  
Da der „Marathonpater“ mich fasziniert hat, habe ich das Buch an zwei aufeinander folgenden Nachmittagen gelesen. Man spürt aus dem Text, dass der Autor seine Aufgaben als Priester wirklich ernst nimmt und mit Begeisterung sich für die ihm anvertrauten Menschen einsetzt. Das ist leider heute auch lange nicht mehr bei allen Priestern selbstverständlich.

Ich wünsche Herrn Pater Tobias weiterhin viel Erfolg und Gottes Segen.

## Marion W.

Ihr Abendritual hat mich an die Zeit erinnert, als ich selbst noch jeden Abend vorm Schlafen mit Gott gesprochen, ihm von meinem Fühlen und Denken erzählt hab.

Dies ist irgendwann verlorengegangen, denn manchmal machen es Schicksalsschläge schwer, noch mit Gott ins Gespräch gehen zu wollen. Aber die Zeit der abendlichen Gespräche damals haben in mir beim Einschlafen auch ein Gefühl der Sicherheit und des Schutzes gegeben und die Erinnerung daran hat mich dazu gebracht, wieder Abends vorm Schlafen zu beten.

Ich hab vergessen, wie sicher es sich anfühlt, behütet einzuschlafen, mit der Gewissheit, dass der liebe Gott über mich wacht.

Danke für die Erinnerung, die Ihre Geschichte in mir geweckt hat.  
Viele liebe Grüße

Marion

## Ruth B.

Eigentlich wollte ich mit Hans-Peter gemütlich ein Glas Moscato trinken, doch er ist in das Buch vertieft.



# »Wer etwas bewegen will, muss sich bewegen.«

## Die Geschichte von Pater Tobias erscheint als Buch



Schon über 100 Marathon- und Ultraläufe hat Pater Tobias Breer absolviert. Darunter die »Big Five«: Boston, London, Berlin, Chicago, New York. 172 Kilometer lief er durch die Wüste des Oman.

Beim Laufen macht er intensive Glaubenserfahrungen und bewegt dabei viel mehr als nur sich selbst: Mit jedem Kilometer, den er bei Wettkämpfen zurücklegt, sammelt er Spenden für bedürftige Menschen im Duisburger Norden. Die inspirierende Geschichte eines Priesters und Marathonläufers, die ganz nebenbei vermittelt, worum es im Glauben wirklich geht.



»Das Laufen gibt mir Kraft. Wenn ich unterwegs bin, habe ich Zeit für mich: zum Nachdenken, aber vor allem zum Gebet. Ich glaube, dass Gott die Liebe ist und dass er möchte, dass wir den Menschen diese Liebe vorleben. Das ist mein Ziel, dafür bin ich Priester geworden!« Pater Tobias

Klappenbroschur · 192 Seiten · ISBN 978-3-96340-103-9 · € [D] 18,-

### Bestell-Link

<https://www.pater-tobias.de/pater-tobias/buchbestellung>

Verkaufspreis 18,- €, wenn Sie über Pater Tobias bestellen, erhält er 9,- Euro für seine Projektarbeit.

gutes leben  
**bene!**

LebensWerte News 2.21

# Schlagerstar Peter Orloff macht sich fit !

Peter Orloff war im RTL-Dschungelcamp und startete bei „Ninja Warrior“. Nun möchte der 77-Jährige einen Marathon laufen. Der Marathonpater aus Duisburg unterstützt ihn bei dem ehrgeizigen Plan.

Duisburg. Peter Orloff liebt große Herausforderungen. Der Schlagerstar und Musikproduzent holte 2019 den dritten Platz bei der RTL-Fernsehshow „Ich bin ein Star – Holt mich hier raus!“. Ende 2019 trat er als bislang weltweit ältester Teilnehmer beim „Ninja Warrior“-Promi-Special an.

Nun hat ihn wieder der Ehrgeiz gepackt. „Ich bereite mich auf einen Halbmarathon vor“, erzählt der 77-Jährige. „Und wenn ich den gepackt habe, nehme ich für kommendes Jahr einen Marathon in Angriff.“ Um seine Ziele zu erreichen, setzt der Leiter des Schwarzmeer Kosaken-Chores auf einen erfahrenen Lauftrainer. Mit Pater Tobias drehte Orloff nun eine Runde durch den Duisburger Norden und Oberhausen. „Er kann einen unheimlich gut motivieren“, schwärmt Orloff. „Mit seiner Hilfe mache ich mich fit für anstehende Läufe.“

Den Dschungelcamp-Teilnehmer beeindruckte die ausgewählte Strecke. So ging es vorbei an der bunten Oberhäuser Spiralbrücke „Slinky Springs to fame“.. „Bei so einer Kulisse macht das Laufen noch mehr Spaß“, erklärt Orloff. Bei ihrem Trainingslauf nahmen sich die beiden auch Zeit für intensive Gespräche. So erzählte Orloff von seinem schweren Autounfall im Jahr 2008. Er hatte damals

Glück, dass die schweren Verletzungen nicht zu einer Querschnittslähmung führten. „Der Sport hat mir geholfen, dass ich schnell wieder fit geworden bin“, sagt der prominente Sänger.

Mit Pater Tobias unterhielt er sich auch über soziales Engagement. Der Duisburger Prämonstratenser-Mönch sammelt als Spendenläufer Geld für das „Projekt LebensWert“, seine gemeinnützige Organisation. Kürzlich absolvierte der Marathon-Pater die 42,195 Kilometer in Rheda-Wiedenbrück. Sein bereits 116. Lauf dieser Art stand unter dem Motto „Zirkuszelt für die Kita Herz-Jesu“. Die Kinder in der Neumühler Kindertagesstätte sollen demnächst für eine Woche eine Manege bekommen. Peter Orloff beeindruckt dieser Einsatz. Er selber macht sich auch stark für Kinderhilfsprojekte – bei „Fly & Help“ gehört er dem Kuratorium an.

Im Ziel erhielt Orloff noch eine Urkunde für den elf Kilometer langen Trainingslauf. Er freut sich schon auf die nächste Einheit mit Pater Tobias. „Dann nehmen wir eine längere Strecke in Angriff“, verspricht Orloff. ☑

---

Denis de Haas



# VITALES-KIPA-SCHULFRÜHSTÜCK LÄUFT!

TOLLE „Dübelchen“ 🎉 – Da gelingt das Lernen noch mal so gut!

**W**ie schön, dass wir dieses gemeinsame Projekt mit „LebensWert: KiPa-cash-4-kids – Kinderhilfsprojekt“ von Pater Tobias für unsere Kinder haben!“.

Das schrieb die Katholische Grundschule am Bergmannsplatz am Abend des 9. März auf ihrer Facebookseite.

Am nächsten Tag berichteten die Schulleiterin Barbara Beltermann und ihre Vertreterin Jennifer Mußlick in einem Telefonat noch von einem Kind, dass gefragt hatte, ob es ein Brot für seine Schwester mit nach Hause nehmen dürfe.

Martin Gerste, der Schulleiter der Katholischen Barbara Schule, schrieb am Nachmittag in seiner Mail: „... war toll! Die Kinder waren begeistert, die Fahrer – Ihre Mitarbeiter – sehr höflich und hilfsbereit, das Kollegium sehr zufrieden! Ein toller Auftakt!“

## Was davor geschah:

Früh am Morgen um kurz vor 6 Uhr hatte sich Nael Aldaaif aufgemacht, um in einer Filiale der Bäckerei Büsch Brot für 220 Schulkinder und Lehrer abzuholen. Aufgrund der Corona-Pandemie waren an beiden Schulen an diesem Dienstag jeweils nur die Hälfte aller Kinder anwesend.

Im Café warteten bereits seine Kollegen Georgia Tepaß, Wolfgang Archimowitz, Otman Hirbaoui und Jamil Maamo. Jamil war für die Koordination dieser Aktion zuständig. Gemeinsam schmierten die Mitarbeiter der Gastronomie „Café offener Treff“ und des Kinderhilfswerks „KiPa-cash-

4-kids“ die Vollkornbrotscheiben und belegten sie schnell, aber liebevoll, mit Käse oder Wurst sowie etwas Salat. Die Transportboxen standen schon bereit mit Schildern für Schulen und Klassen. Zügig wurden noch für jedes Kind eine kleine Wasserflasche, Joghurt und Weintrauben eingepackt. Fertig!

## Alles funktionierte super.

Bereits um 8:00 Uhr war alles abfahrbereit im Bus verpackt und konnte zur ersten großen Pause an die beiden Grundschulen ausgeliefert werden.

Dann kamen die Osterferien und mit ihnen blieben die Schulkinder im Distanzunterricht.

Am 17. Mai konnte dann wieder gestartet werden – zunächst wieder mit halber Klassenstärke.

Ab dem 31. Mai kehren nun alle Schulkinder in die Schulen zurück. Dann bekommen 380 Kinder und Lehrer ihr „Vital-KiPa-Schulfrühstück“.



Barbara Hackert

**Herzlichen Dank allen Spenderinnen, Spendern und Stiftungen sowie den beteiligten Firmen, der freundlichen Bäckerei Büsch aus Kamp-Lintfort und der Gastro Obst- und Gemüsegroßhandel aus Essen, für die großartige Unterstützung mit Lebensmitteln.**



## ZDF-Video „Volle Kanne“

Über die Aktion Vitales KiPa Schulfrühstück vom  
01.04.2021 – [www.youtube.com/watch?v=f5qgBlwBRKo](https://www.youtube.com/watch?v=f5qgBlwBRKo)



## Kennen Sie das Geheimnis der Sonnenblume?

Und dass dieses Geheimnis auch mit unserem Leben zu tun hat? Es ist ein Geheimnis, das uns durch die Jahreszeiten begleitet, aber eigentlich auch durch alle Zeiten unseres Lebens. Die folgende Geschichte lässt uns verstehen, was es mit der Sonnenblume und uns auf sich hat.

Die Sonnenblume ist ja eine typische Sommerpflanze. Vielleicht haben Sie ja auch eine oder ein paar davon im Garten. So wie die, die seit einigen Tagen vor Rolands Haus blühen. „Jede Sonnenblume hat ein Geheimnis“, sagt die Mutter. „Ich bin ja mal gespannt, ob du das raus kriegst!“ – Oft steht Roland seitdem im Garten und sieht sich die Blumen an. Er berührt ihre Blätter und stellt fest, dass sie ganz rau sind. „Ist es ihre Oberfläche?“ fragt Roland. „Nein, sagt die Mutter, „das ist nicht das Geheimnis!“ – Später holt sich Roland einen alten Stuhl, stellt sich darauf und guckt in den Blütenkelch. Dabei sieht er, dass die Sonnenblume aus vielen kleinen Blüten besteht. „Jetzt habe ich es herausgefunden!“, lacht er und rennt schnell zu seiner Mutter. „Ich habe das Rätsel der Sonnenblume gelöst!“ ruft er. Aber wieder schüttelt sie den Kopf.

Nach der Schule kann Roland es nun gar nicht erwarten nach Hause zu kommen. Er will das Geheimnis doch unbedingt herausfinden. Mittlerweile regnet es, aber das kriegt Roland gar nicht so

mit. Wieder huscht er in den Garten und bemerkt etwas Merkwürdiges. Während alle anderen Blumen ihre Blüten geschlossen haben, um sich vor dem Regen zu schützen, ist die Blüte der Sonnenblume weit geöffnet. Und dann noch etwas: Der geöffnete Blütenkelch schaut in Richtung der Sonne, die sich hinter den Wolken versteckt hat. Es ist so, als ob die Sonnenblume den Jungen anstrahlt und sagen will: „Sei nicht traurig, dass es regnet. Die Sonne scheint trotzdem, nur siehst du sie nicht!“ – Und auf einmal ist Ronald ganz fröhlich. Er stürmt zur Mutter und sagt: „Sie bleibt immer offen, auch bei Regen. Sie strahlt jeden an, der sie anschaut, den Fröhlichen und den Traurigen. Es ist so, als wolle sie sagen: 'Vergiss nicht, es scheint auf jeden Fall die Sonne – in hellen wie in trüben Tagen.'“ – „Ja“, sagt die Mutter, „du hast es erraten. Das ist ihr Geheimnis. Und genauso ist es auch in unserem Leben!“ – „Wieso?“, fragt Roland. – „Nun, was du eben an der Sonnenblume entdeckt hast, erleben wir Menschen auch jeden Tag mit Gott. Er schaut uns an, will uns zeigen, wie lieb er uns hat. Er ist immer für uns da. Auch wenn wir mal traurig sind, ist Gott doch anwesend, auch wenn wir meinen, dass er sich verborgen hält. Die Sonnenblume erinnert uns daran, dass Gott uns Freude geben und es warm und hell in unserem Leben machen will.“

*Ich wünsche eine gute Sommerzeit und bleibt gesund.*

*Euer Pater Tobias*



# UNTERSTÜTZEN SIE DEN KLOSTERNEUBAU

## DURCH DEN KLOSTERNEUBAU SOLLEN...

...die Prämonstratenser, die Pfarrgemeinden, Schülerinnen und Schüler, Studierende, Christen und Nichtchristen der Stadt Magdeburg und Gäste

- einen Ort erhalten, um miteinander zu leben und zu wirken
- Raum zur Begegnung und zum Nachdenken finden
- zusammen feiern können
- miteinander sprechen und beten, füreinander da sein
- echte Ökumene leben

Ich freue mich, wenn Sie unseren Klosterneubau in Magdeburg unterstützen.  
Jeder Euro und Ihr Gebet helfen bei der Verwirklichung dieses zukunftsorientierten Projektes.

## IHRE SPENDE FÜR EINE STARKE GEMEINSCHAFT AUF CHRISTLICHEM FUNDAMENT

- **50 €** ermöglichen die Anschaffung eines Besucherstuhls für das neue Kloster.
- **100 €** kostet ein Quadratmeter Wandverkleidung.
- **250 €** sind ein symbolischer Baustein für unser Kloster.
- **Mit 900 €** zählen Sie zu unseren großen Jubiläumsspendern für unser 900-jähriges Jubiläum.



## SPENDENKONTO

Abtei Hamborn e.V.

Kennwort: Marathon Klosterneubau

Bank im Bistum Essen

BIC: GENODED1BBE

IBAN: DE57360602950010940028



Abtei Hamborn e.V.  
47166 Duisburg-Hamborn  
An der Abtei 4 - 6



Abtei Hamborn e.V., 47166 Duisburg-Hamborn, An der Abtei 4 - 6  
Wir sind nach dem letzten zugestellten Bescheid des Finanzamtes Duisburg-Ham-born (Steuer-Nr.: 107 / 5703 / 0102) vom 16.06.2020 nach § 5 Abs. 1, Nr. 9 KStG von der Körperschaftsteuer befreit, weil wir ausschließlich und unmittelbar steuerbegünstigten, mildtätigen, kirchlichen und gemeinnützigen Zwecken im Sinne der §§ 51 ff. AO dienen (darunter auch Förderung von Wissenschaft und Forschung, der Religion, der Volks- und Berufsbildung einschl. der Studentenhilfe).



Prämonstratenserpriorat Magdeburg  
der Abtei Hamborn  
Büchnerstraße 17 · 39114 Magdeburg



ICH LAUFE UND SIE SPENDEN.  
VIELEN DANK FÜR IHRE SPENDE!

PATER TOBIAS LÄUFT 5 MARATHONS  
IM JUNI FÜR 10.000 EURO SPENDEN



# SERAP GÜLER ZU GAST BEIM „TALK IM SCHMIDTHORSTER DOM“

Zur dritten Ausgabe von „Talk im Schmidthorster Dom“ vom Projekt LebensWert kam die CDU-Politikerin Serap Güler. Mit der Staatssekretärin für Integration des Landes Nordrhein-Westfalen sprach Pater Tobias unter anderem über soziale Arbeit und Integration.

Duisburg-Neumühl. Im Mittelgang der Herz-Jesu-Kirche leuchteten zwei Fotolampen. Dazu zeichnete eine Videokamera ein Gespräch auf. Pater Tobias stand in Neumühl diesmal nicht am Alter, sondern saß auf einen Stuhl. Es lief die Aufzeichnung zur dritten Ausgabe vom „Talk im Schmidthorster Dom“. Das Projekt LebensWert hatte das Format 2021 ins Leben gerufen. Im Mai sprach Pater Tobias mit einer bekannten Politikerin. Serap Güler war zu Gast. Die CDU-Politikerin ist seit 2017 Staatssekretärin für Integration des Landes Nordrhein-Westfalen. Und die 40-Jährige besuchte nicht zum ersten Mal das Projekt LebensWert.

Im Frühjahr 2020, während des ersten Lockdowns, zeigte Serap Güler, wie sehr sie diese gemeinnützige Organisation schätzt. Damals half sie beim sozialen Café „Offener Treff mit Herz“, Essen an ältere Menschen auszuliefern. Dabei lernte die sie auch die vielfältige Arbeit beim Projekt LebensWert kennen. Darüber sprachen Serap Güler und Pater Tobias nun auch beim Talk.

„Ich glaube es ist wichtig, den Menschen niedrigschwellige Zugänge zu ermöglichen“, sagte die Staatssekretärin: „Das ist ja auch das besondere bei euch hier vor Ort, ihr seid mitten im Geschehen. Die Bandbreite, die ihr anbietet, ist genau der richtige Mix, um vielleicht auch Menschen zu erreichen, die viele andere nicht erreichen können.“ Zudem ging es um Serap Gülers Kernthema Integration. „Wir haben seit 2017 allerdings versucht nicht nur die strukturelle Integration im Land voranzutreiben“, erklärt die Staatssekretärin und ergänzt: „Wir nehmen viel mehr Mittel in die Hand, wir versuchen Programme zu verstetigen, wir haben ein ganz neues Programm – das kommunale Integrationsmanagement – ins Leben gerufen. Neben diesen strukturellen Maßnahmen versuchen wir auch die symbolische, persönliche Ebene der Integration anzusprechen. Zum Beispiel durch unsere Vorbilder-Integrations-Kampagne.“

Denis de Haas





**Beim „Talk im Schmidthorster Dom“** lädt Pater Tobias regelmäßig zum Gespräch mit Prominenten. Den Auftakt machte im März der Duisburger Peter Bursch, der als Gitarrenlehrer der Nation bekannt ist. In der zweiten Ausgabe sprach der Schlagersänger Peter Orloff unter anderem über seine Zeit im RTL-Dschungelcamp. Für die kommenden Monate haben weitere Gäste aus Kultur, Wirtschaft und Sport bereits ihr Kommen angekündigt.

**Die Videos veröffentlicht Pater Tobias auf seinem YouTube-Kanal sowie auf seiner Facebook-Seite.**



# Kennen Sie schon Pater Tobias YOUTUBE-Kanal?

Hier können Sie Videos von Gottesdiensten, dem Talk im DOM, TV-Beiträge und Pater Tobias Berichte von seinem Training und seinen Läufen ansehen.



## Termine 2021/2022

Das Projekt LebensWert plant aktuell den 2. „Charity-KiPa-RUN“. Am 26. Juni 2021 geht es unter den dann gültigen Auflagen für den guten Zweck auf die Laufstrecken über 5 oder 10 KM Halbmarathon oder Marathon.  
**Anmeldung unter [www.kipa-run.de](http://www.kipa-run.de)**

## Erleben und entdecken Sie die Abtei Hamborn

Kloster, Kreuzgang, Schatzkammer  
**Öffentliche Führungen 2021**  
samstags ab 10:30 Uhr  
10. Juli, 14. August, 04. September  
unter Vorbehalt

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)

**Anmeldung erforderlich**

## Konzerttermine

• Sonntag 05.12.21	19 Uhr	Ella Endlich	39,95€
• Sonntag 12.12.21	18 Uhr	Celtic Christmas	
• Samstag 08.01.2022	in Planung	Best of Harlem Gospel	
• Freitag 28.01.22	in Planung	Himmlische Nacht der Tenöre	
• Sonntag 06.02.22	18 Uhr	Kathy Kelly und Jay Alexander	
• Freitag, 08.04.2022	in Planung	Gregorian Grace	
• Donnerstag 01.12.2022	in Planung	Peter Orloff und der Schwarzmeerkosaken-Chor	





# ZIRKUSPROJEKT FÜR DIE KITA DER GEMEINDE HERZ-JESU IN DUISBURG-NEUMÜHL

**E**s ist wieder so weit. Nach dem sehr erfolgreich verlaufenen Zirkusprojekt im Jahre 2018 soll nun in diesem Jahr in der Zeit vom 21.6.-26.6.2021 für die Kita der Gemeinde Herz-Jesu in Duisburg-Neumühl erneut ein Zirkusprojekt Wirklichkeit werden, auf der Basis des damals erarbeiteten Konzeptes in Zusammenarbeit mit dem Zirkus Solana realisiert werden. Das Projekt findet im Rahmen des diesjährigen Kita-Sommerfestes statt und wird aus den Mitteln der Sponsorenläufe von „Marathon-Pater Tobias“ finanziert.

Zwischen dem 17. April und dem 15. Mai hat Pater Tobias für das geplante Zirkusprojekt der KiTa Herz-Jesu jede Woche einen Spendenmarathon erfolgreich „gefinisht“. Durch diese bemerkenswerte Spendenlaufserie über jeweils 42,195 Kilometer konnte Pater Tobias bei Privatleuten und Unternehmen die stolze Summe von 7.000 Euro „sammeln“.

Symbolisch hat er den KiTa-Kindern und der Leiterin, Uta Schäfer, ein Paar abgelaufene Laufschuhe, mit denen er die Marathon- und Trainingsläufe absolvierte, übergeben. Buchstäblich hat er sich für dieses schöne Projekt die Sohlen abgelaufen. „Dank dieser Spende können wir nun planen, damit vor den Sommerferien das Zirkuszelt steht und die Kinder zusammen mit dem Trainerteam einige Vorstellungen einstudieren können“, freut sich Uta Schäfer für die Kleinen.

Die Kinder der Kita stammen größtenteils aus sehr einkommensschwachen Familien, viele mit Migrationshintergrund.

In interaktiver Arbeit von Betreuern der Kita und den Kindern sowie der Kinder untereinander soll ein Zirkusprogramm erarbeitet werden, das für die gesamte Einrichtung ein nachhaltiges Erlebnis schafft. Die Ziele des Zirkusprojektes, das integrativ, inklusiv und interkulturell ist, in dem also alle Kinder mitmachen können, sind ...

- die Kinder in ihrer motorischen, kognitiven und sozialen Entwicklung zu unterstützen und zu fördern
- ihre Phantasie und Kreativität anzuregen
- dem einzelnen Kind ein Erfolgserlebnis zu vermitteln
- die Kinder ihre Grenzen erkennen zu lassen bzw. sie zu befähigen, über diese hinauszuwachsen
- die Kinder in ihrer Entwicklung zu einer starken Persönlichkeit zu unterstützen, d.h. ihnen ein positives Selbstbild, ein hohes Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen sowie eine ausgeprägte Konflikt- und Kommunikationsfähigkeit zu vermitteln

**Wir freuen uns sehr mit den Kindern und den Erzieherinnen auf die erste Vorführung.**



Alfred Plischka

A group of four men are jogging on a grassy path. In the foreground, a man in a green shirt and black shorts is looking towards the camera. Behind him, another man in a green shirt and black shorts is smiling. To the right, a man in a white shirt and black shorts is also smiling. In the background, a fourth man in a black shirt and black shorts is jogging away from the camera, giving a thumbs-up. They are running in front of a building with large arched windows.

# SPIRITUELLES LAUFEN



MIT DEM MARATHON PATER





**D**ie Firmvorbereitung in der Pfarrei Judas Thaddäus im Duisburger Süden hat begonnen. Unter dem Thema: „Mein Firmweg“ hat das Vorbereitungsteam den Jugendlichen mehrere Angebote gemacht.

Ein Angebot ist: Spirituelles Laufen. Die Studentin Jill Marie Kemper, selbst passionierte Läuferin, übernahm eine Firmgruppe und holte sich einen Profi aus dem Laufsport dazu. Sie dachte da an den Marathon-Pater, Pater Tobias, der Pastor in der Gemeinde Herz-Jesu im Duisburger Norden ist. Der Spendenläufer Pater Tobias, der bisher 122 Ultra- und Marathonläufe in 14 Jahren absolviert hat, davon in diesem Jahr bereits 15 Marathons, sagte sofort zu, diese Gruppe mit dem Thema „Spirituelles Laufen“, zu übernehmen und zu begleiten. Zehn Jugendliche im Alter von 15 Jahren entschieden sich schnell für dieses Angebot und wollten den Marathon-Pater näher kennenlernen. Aufgrund der Pandemie musste der Termin seit April mehrmals verschoben werden.

Nun konnte die Gruppe aber am 29. Mai mit Pater Tobias an den Start gehen. Nach einem kurzen Fotoshooting stellte sich der Pater, seine Gemeinde Herz-Jesu und das soziale Projekt LebensWert vor. Beim Laufen erzählte er über seinen Lebensweg, dass er mit 15 Jahren seine Mutter verloren hat, eine kaufmännische Ausbildung absolvierte und dass er sechs Jahre ohne Gott gelebt hat. Mit 21 Jahren hat er Gott wiedergefunden und zehn Jahre später wurde er zum Priester in der Abtei Hamborn geweiht. Schnell kamen bei den Jugendlichen während des Laufens Fragen auf. Über seine Erlebnisse als Militärpriester und die Betreuung der Flüchtlinge, all das interessierte die Jugendlichen sehr.

Nach ca. 6 km kam die Laufgruppe zum Schmidthorster DOM, wie die Herz-Jesu Kirche gerne von der Neumühler Bevölkerung genannt wird, zurück. Gemeinsam wurde vor der Kirche zum Abschluss des Laufens ein „Vater unser“ gebetet. Fünf weitere Sonntage des „Spirituellen Laufens“ werden folgen. „Wir werden viel über Gott, die Welt und die Kirche reden“, so Pater Tobias.

Weitere Angebote wird der Pater, der auch Lauftrainer und Ernährungsberater ist, den Jugendlichen anbieten. Zum Beispiel „Gemeinsam gesundes Kochen“ mit seinem syrischen Koch Jamil, der syrische und Vollwertkochkurse anbietet. „Wer Läufer werden will, sollte sich auch gesund ernähren und das werden wir der Firmgruppe auch mit auf dem Weg geben“, so der Pater, der mit Syrern ein syrisch deutsches Restaurant Sham betreibt. Beim gemeinsamen Kochen kommt man gerne ins Gespräch über das Laufen, über Ernährung und Gott und die Welt. Zum Abschluss des ersten Treffens bekamen alle Teilnehmer das gerade neu erschienene Buch: „Der Marathon-Pater“ mit einer persönlichen Widmung geschenkt.



# ~ Abendgebet ~

## Weißt du, wie viel Sternlein stehen

Weißt du, wie viel Sternlein stehen an dem blauen Himmelszelt?  
Weißt du, wie viel Wolken gehen weithin über alle Welt?  
Gott, der Herr, hat sie gezählt, dass ihm auch nicht eines fehlet an  
der ganzen großen Zahl.

Weißt du, wie viel Mücklein spielen in der heißen Sonnenglut?  
Wie viel Fischlein auch sich kühlen in der hellen Wasserflut?  
Gott, der Herr, rief sie mit Namen, dass sie all' ins Leben kamen,  
dass sie nun so fröhlich sind.

Weißt du, wie viel Kinder frühe steh'n aus ihrem Bettlein auf,  
dass sie ohne Sorg' und Mühe fröhlich sind im Tageslauf?  
Gott im Himmel hat an allen seine Lust, sein Wohlgefallen,  
kennt auch dich und hat dich lieb.

Quelle: Wilhelm Hey



# BLOSS NICHT ZU OPTIMISTISCH WERDEN

**D**ie Deutschen: ein Volk von Pessimisten, „Querdenkern“ – insbesondere die im Osten? Viele von ihnen sind laut dem Ostbeauftragten der Bundesregierung, Marco Wanderwitz, anfällig für rechtsradikale Parolen und nicht „rückholbar“ in eine aufgeklärte Gesellschaft.

Nun, häufig fußen fehlgeleitete Ansichten auf mangelndem Faktenwissen. So zeigen Untersuchungen, dass beispielsweise das Ausmaß der Arbeitslosigkeit unter Ausländern in Deutschland stark überschätzt wird. Gerade Anhänger der Alternative für Deutschland (AfD) haben ein übertrieben schlechtes Bild vom Zustand des Landes, stellen etwa Forscher des Instituts der deutschen Wirtschaft (IW) in Köln fest.

Sie wollten in einer Bevölkerungsbefragung wissen, woran genau das liegt. Eine ihrer Erkenntnisse: Menschen, die sich ausschließlich über soziale Medien wie Facebook, TikTok oder Instagram informieren, liegen mit ihrem Faktenwissen besonders oft weit daneben. Soziale Medien deshalb zu verdammten, wäre allerdings verfehlt, betont IW-Forscherin Judith Niehues. Denn Personen, die zusätzlich auch traditionelle Medien wie den öffentlich-rechtlichen Rundfunk oder lokale und überregionale Zeitungen nutzten, erwiesen sich sogar als überdurchschnittlich gut informiert. Allerdings gehören gerade auch AfD-Anhänger vielfach nicht zu dieser Gruppe, so Niehues. Eindeutige Ursachen von Zerrbildern kann aber auch sie nicht aus den IW-Ergebnissen ableiten. Sie geben aber interessante Einblicke in die Köpfe der Befragten: Unter den Deutschen gibt es offensichtlich eine große Gruppe, bei der dramatische Fehleinschätzungen der wirtschaftlichen Verhältnisse mit großen Sorgen in anderen Themenbereichen zusammenkommen. Die Zufriedenheit mit der

persönlichen Lebenssituation etwa. Oder die grundsätzliche (Un-)Zufriedenheit mit dem politischen System. Was tun gegen Zerrbilder? Fakten allein reichen da nicht aus. Es gebe ein „Konglomerat an Fehleinschätzungen und Sorgen, die sich sicherlich nicht durch eine schlichte Konfrontation mit den Tatsachen verändern werden“, urteilen die IW-Forscher. Als wirkmächtig könnten sich dagegen eigene Erfahrungen herausstellen – nach dem Motto: Reisen bildet. Und Augen aufhalten ebenso. Trotzdem – längst nicht alle Deutschen gehören zu den Sorgenkindern. Vielmehr trifft sogar das Gegenteil zu, folgt man einer aktuellen Studie des renommierten US-Meinungsforschungsinstituts PEW Research. Dieses hat weltweit fast 15.000 Menschen in 14 Staaten befragt. Und demnach rangiert Deutschland in der Spitzengruppe der optimistischen Nationen. Legen die Deutschen in der Corona-Krise eines ihrer „typischen“ Merkmale ab – ihre Angst, die es als „German Angst“ zu weltweiter Berühmtheit gebracht hat? In diesem Licht erscheinen die Querdenker-Demonstrationen hierzulande eher ein Randphänomen denn als Ausdruck eines gesamtgesellschaftlichen Unbehagens. Übertrieben sollte man es mit dem Optimismus allerdings nicht. Denn gerade, weil „nicht alles gut“ ist, wagen Menschen mutig die Veränderung zum Besseren. Viel besser als „einfach“ optimistisch zu sein ist es, Hoffnung zu haben – und diese nicht aufzugeben. Das ist auch besser als ein Positives „Tutto andrà bene“ (Alles wird gut), betont auch Papst Franziskus: Wer hofft, nennt Probleme beim Namen, und glaubt daran, dass sie vermieden werden können. Dann nämlich, wenn wir uns und das, was bedrückt, ändern.




---

Stephan Hochrebe



# Kochen mit Martina und Moritz

Ohne viel Aufwand schnell was Gutes auf den Tisch, das ist das Motto der beiden beliebten Fernsehköche, die Woche für Woche samstags im WDR-Fernsehen ihre Ideen zeigen. Gerichte, die der Familie Spaß machen, sich gut auch für Gäste eignen, und trotzdem nicht viel kosten.



# Tsatziki mit Ölkartöffelchen

Der erfrischende Joghurtdipp, wie man ihn in Griechenland liebt, macht ja nicht viel Mühe, ist aber allein nicht ausreichend als ganze Mahlzeit. Martina & Moritz empfehlen dazu knusprige Ölkartöffelchen – sie schmecken einfach wunderbar! Man braucht dafür möglichst kleine, höchstens walnussgroße, vorzugsweise frisch geerntete Kartoffelchen (auch Drillinge genannt), die man nur gründlich sauberschrubben muss. So entsteht schnell und ohne viel Mühe ein köstliches, leichtes Sommeressen. Passt übrigens auch gut zu Gegrilltem – wenn man auf Fleisch nicht ganz verzichten will.

## Für 3-4 Personen:

- 800 g Kartöffelchen
- 3-4 EL Olivenöl
- 1 gestrichener TL grobes Meersalz

## Tsatsiki:

- 1 kg vollfetter Joghurt  
(10%ig, griechische/türkische Art)
- 2-4 Knoblauchzehen
- 2 Vespergurken oder 1 Salatgurke
- Schale und Saft von 1 Biozitrone
- Salz & Pfeffer
- 1 EL Olivenöl
- 1 Bund Dill oder Schnittlauch



Die Kartöffelchen mit einer Bürste gründlich unter fließendem Wasser schrubben, in einem Küchentuch abrubbeln und gut trocknen. In einer passenden Kasserolle (möglichst breit, damit viele Kartoffeln Bodenkontakt haben) das Öl erhitzen, die trockenen Kartoffeln darin kräftig anbraten, dabei den Topf immer wieder rütteln und schütteln, damit die Kartoffeln sich drehen und rundum Bratspuren bekommen. Salz darüber streuen, eine sehr kleine Kelle Wasser angießen (2-3 EL). Das zischt gewaltig, deswegen sofort den bereitgehaltenen Deckel auflegen und die Hitze auf kleinere Stufe herunterschalten.

Die Kartöffelchen sind nach 10-15 Minuten gar, alles Wasser sollte dann verdampft sein, die Kartoffeln sogar schon im bereits wasserleeren Topf knisternd rösten. Wenn nicht, den Deckel schräg mit einem kleinen Schlitz auflegen und die Hitze noch einmal hochschalten, bis alles schön röstet.

In der Zwischenzeit den Joghurt mit dem durch die Presse gedrückten Knoblauch und der in kleine Würfel geschnittenen (oder auf der Gemüsereibe geraffelten) Gurke glattrühren. Mit Zitronenschale und -saft, Salz und Pfeffer sowie Olivenöl würzen. Zum Schluss feingeschnittenen Dill oder Schnittlauch einrühren.

Zusammen servieren – eventuell auch noch Baguette dazu.

**Getränk:** Ein abgerundeter Weißwein, zum Beispiel neutral ausgebauter Weiß- oder Grauburgunder vom Kaiserstuhl. Oder ein guter griechischer Weißer, etwa Malagouzia oder Assyrtiko mit Sauvignon Blanc.

## Tipp

Besonders gut mit den großen, weniger sauren Zitronen von der amalfitanischen Küste, auch aus Ligurien oder Sizilien, Griechenland und Zypern. Immer lieber Bio-Früchte wählen, am besten die mit Blättern. An ihnen erkennt man, dass sie höchstens mit Kupfer und Schwefel (beides abwaschbar), nicht mit chemischen Giften gespritzt wurden, und dass die Schale auch nach der Ernte nicht mit Konservierungsmitteln behandelt wurde.

## Beerdigungsinstitut Heinz Kleinemühl

Fiksusstraße 120 – 47167 Duisburg

Telefon: 0203 58 12 84

Tag-und Nacht dienstbereit



### Damit Ihr Kapital für den Menschen arbeitet

ökonomisch.  
sozial.  
ökologisch.



**Ethik? Rendite? Bei der BIB geht beides.**

Wir sind die Bank für alle, die ihr Geld wertegebunden verwaltet wissen wollen.



Wir sind für Sie da: 0201 2209-0  
[www.bibessen.de](http://www.bibessen.de)

### Komplett- und Teilrenovierung - Barrierefreie Bäder - Badmöbel - Badzubehör

## Ihr Bad aus einer Hand

Beratung ✓

Planung ✓

Ausführung ✓

**Wir sind für sie da!**

Vereinbaren Sie einen Termin oder besuchen Sie unsere Badausstellung

Georg Philipps GmbH - Heizungs- und Sanitärtechnik

Theodor-Heuss-Str. 55 47167 Duisburg

Tel: 0203 582197 - [info@georg-philipps.de](mailto:info@georg-philipps.de) - [www.georg-philipps.de](http://www.georg-philipps.de)





## optikermüller

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

E=b<sup>e</sup>

BURCHARTZ  
Elektrotechnik



- Beratung
- Planung
- Installation

(0203) 444025

[www.elektrotechnik-duisburg.de](http://www.elektrotechnik-duisburg.de)



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

Anschrift  
Josef Wedig GmbH  
Max-Planck-Straße 57  
47167 Duisburg  
  
Bürozeiten  
Mo. - Fr. 8:30 - 16:30

Kontakt  
Mail [info@schreinerei-wedig.de](mailto:info@schreinerei-wedig.de)  
Telefon 0203 / 518 09 00  
Mobil 0171 / 501 1497  
Fax 0203 / 518 09 02  
[facebook.com/schreinerei.wedig](https://facebook.com/schreinerei.wedig)



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

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

*Kretschmer*  
Bestattungen

Wir bereiten den letzten Weg.

Tag und Nacht für Sie da: 0203/582448



# BARBARA APOTHEKE

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

Malerfachbetrieb  
**H.W.Köntges**



Marienstraße 67 · 41844 Wegberg  
Tel. 0 24 34/44 42 · Mobil 01 72/9 01 14 84  
[www.maler-koentges.de](http://www.maler-koentges.de) • [info@maler-koentges.de](mailto:info@maler-koentges.de)

**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](mailto:info@projekt-lebenswert.de)

#### Unser Spendenkonto:

Bank im Bistum Essen

Kto. 10 766 010

BLZ. 36 060 295

BIC GENODED1B8E

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

#### Unser Spendenkonto:

Bank im Bistum Essen

Kto. 10 766 028

BLZ. 36 060 295

BIC GENODED1B8E

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 ausgesgrenzt. 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

[b.hackert@projekt-lebenswert.de](mailto:b.hackert@projekt-lebenswert.de) IBAN: DE34 3606 0295 0010 7660 36

Unser Spendenkonto:

Bank im Bistum Essen

BLZ. 36 060 295

KTO. 10 766 036

BIC: GENODED1B8E