

01/2026

LebensWerte news

A photograph of a chef with a beard and glasses, wearing a white chef's coat, standing behind a stainless steel counter. Five children, three girls and two boys, are gathered around the counter, wearing black aprons and helping to prepare vegetables. They are all smiling and looking towards the camera. The background shows a professional kitchen with a large stainless steel range hood, tiled walls, and various kitchen equipment.

**GEMEINSAM KOCHEN,
LACHEN UND GENIESSEN**
KINDER BEREITEN EIN OSTERMENÜ ZU

Ein Jahr am Limit –
und darüber hinaus

Wichtelstern Aktion
verschönert Weihnachtstage

Reittherapie
schenkt Lebensfreude

Letzter Wille. Neue Chancen.

Ihre Erbschaft / Ihr Testament

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



KiPa-Kinder Patenschaften



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



Jugendarbeitslosigkeit verhindern



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



Obdachlosen Betreuung / Sozialberatung



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



Sozial-Café Neumühl



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

INHALT

- 4
Backspaß in der Vital-Kinderkochschule
-
- 5
Weihnachtsmalwettbewerb 2025
-
- 6
Wichtelstern Aktion
-
- 10
Ein Jahr am Limit – und darüber hinaus:
Der Marathon Pater läuft weiter für Kinder
-
- 12
Spendenverdopplungs-Aktion
-
- 14
Gemeinsam kochen, lachen und genießen –
Kinder bereiten ein Ostermenü zu
-
- 17
Reittherapie
-
- 18
Impuls zur Fastenzeit
-
- 19
Tue Gutes - und rede darüber
-
- 20
Syrisches Buffet
-
- 21
Anzeigen



Liebe Leserinnen und Leser,

es sind oft die kleinen Momente, die Großes sichtbar machen: ein Kinderlachen beim gemeinsamen Kochen, leuchtende Augen beim Auspacken eines Geschenks, eine helfende Hand im Sozial-Café oder ein mutiger Schritt auf dem Weg zu neuem Selbstvertrauen. Genau diese Momente sind es, die unsere Arbeit prägen und unserem Engagement Sinn geben.

Auch in dieser Ausgabe wird deutlich, wie vielfältig gelebte Nächstenliebe aussehen kann. Kinder lernen in der Kochschule nicht nur gesunde Ernährung, sondern erfahren Gemeinschaft und Wertschätzung. Die Reittherapie schenkt jungen Menschen neue Perspektiven und stärkt ihre innere Kraft. Aktionen wie der Wichtelstern zeigen, dass Solidarität konkret wird, wenn Menschen füreinander eintreten. Und im Sozial-Café erleben viele Gäste täglich, dass niemand vergessen ist.

Besonders bewegend ist für mich immer wieder, wie viele Menschen diese Arbeit mittragen. Ehrenamtliche, Unterstützerinnen und Unterstützer, Sponsoren, Familien und Freunde – sie alle sind Teil einer großen Gemeinschaft, die Hoffnung sichtbar macht. Jeder Beitrag, jede Zeitspende und jede Geste der Aufmerksamkeit verändert Leben.

Auch persönlich durfte ich im vergangenen Jahr erfahren, was möglich ist, wenn Glaube, Ausdauer und soziales Engagement zusammenkommen. Die vielen Laufkilometer stehen nicht für sportliche Leistung, sondern für Begegnungen, Geschichten und konkrete Hilfe für Kinder und Familien, die Unterstützung brauchen. Schritt für Schritt entsteht so ein Netzwerk der Hoffnung.

Unser Magazin möchte genau das zeigen: Geschichten, die Mut machen. Projekte, die Perspektiven eröffnen. Menschen, die sich füreinander einsetzen. Es ist eine Einladung, hinzusehen, sich berühren zu lassen und vielleicht selbst Teil dieser Bewegung zu werden.

Ich danke Ihnen von Herzen für Ihr Vertrauen, Ihre Treue und Ihre Unterstützung. Ohne Sie wäre vieles nicht möglich. Möge diese Ausgabe Ihnen Inspiration schenken, Mut machen und zeigen: Hoffnung wächst dort, wo Menschen füreinander da sind.

Herzlich
Ihr

BACKSPASS

IN DER VITAL-KINDERKOCHSCHULE

In der Vital-Kinderkochschule in Neumühl wurde kräftig geknetet, gewalzt und gelacht. Oma Marlene hatte zum großen Weihnachtsbacken eingeladen und Milian sowie Aurelia waren sofort mit Feuereifer dabei. Beim Anblick der beiden jungen Bäcker, die konzentriert mit Ausstechern hantierten, hätte man fast meinen können, sie seien bereits im Profibereich unterwegs.

Auch Pater Tobias ließ es sich nicht nehmen, gleich zu Beginn vorbeizuschauen. Mit Schürze bewaffnet griff er beherzt zum Nudelholz und half beim Kneten. Milian war überzeugt, dass der Pater mit seiner Marathonpower den Teig in Rekordzeit geschmeidig macht, während Aurelia fröhlich verkündete, dass nun wirklich nichts mehr schiefgehen könne.

Oma Marlene behielt derweil alles im Blick. Wie eine echte Backkapitänin steuerte sie mit viel Geduld und Humor durch Mehlstaub, Teigreste und kreative Keksformen. Zwischendurch wurde natürlich gesungen. Sobald der Teig ausgerollt war, schallte In der Weihnachtsbäckerei durch die Küche. Die schiefen und besonders schiefen Töne trugen entscheidend zur fröhlichen Stimmung bei.

Das Ergebnis konnte sich sehen lassen. Bleche voller kunterbunter Plätzchen, stolze Kinder und eine Oma, die zu Recht behaupten durfte, dass Backen nicht nur satt macht, sondern auch glücklich.



KINDERKOCHKURSE IN DER VITAL-KINDERKOCHSCHULE

Mit Koch Jamil Maamo und Oma Marlene lernen Kinder von 6 bis 12 Jahren gemeinsam kochen und backen.

Ein Kurs umfasst 5 Termine, jeweils von 16:00 bis 18:00 Uhr.

Montags: 02.03. | 09.03. | 16.03. | 23.03. | 30.03.2026
oder Mittwochs: 04.03. | 11.03. | 18.03. | 25.03. | 01.04.2026

Anmeldung bitte per E-Mail an:
j.maamo@projekt-lebenswert.de





WEIHNACHTS- MALWETTBEWERB 2025

BEGEISTERT ÜBER 150 KINDER IN HERZ JESU NEUMÜHL

In diesem Jahr war die Beteiligung am Weihnachts-malwettbewerb der Herz Jesu Gemeinde Neumühl besonders groß. Über 150 Kinder reichten ihre Werke ein und ließen mit ihren gemalten Weihnachtsgeschichten die Kirche aufleuchten.

AUSZEICHNUNG FÜR FÜNFZEHN KREATIVE TALENTE

Eine Jury wählte fünfzehn Gewinnerbilder aus den Einsendungen der KGS Bergmannschule und der KGS Barbaraschule aus. Die Freude war groß, als Pater Tobias den Kindern persönlich ein Geschenk und eine Urkunde überreichte. Kein Kind blieb unbedacht.

Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhielten einen Trostpreis als Dank für ihre Mühe und ihren Einfallsreichtum.

Die Gemeinde gratulierte herzlich allen Gewinnern und dankte jedem Kind, das mitgemacht hatte. Die Bilder wurden über die Weihnachtszeit im hinteren Bereich der Herz-Jesu-Kirche ausgestellt und luden dazu ein, die Botschaft des Weihnachtsfestes durch die Augen der Kinder zu betrachten.



WICHTELSTERN AKTION

VERSCHÖNERT KINDERN DIE WEIHNACHTSTAGE

181 Kinder erleben gelebte Nächstenliebe in der Herz Jesu Kirche. Vor dem Eingang der Herz Jesu Kirche in Duisburg Neumühl bildete sich am Freitagnachmittag eine lange Schlange. Kinder voller Vorfreude kamen gemeinsam mit ihren Familien in die festlich geschmückte Kirche. Das Projekt LebensWert hatte auch in diesem Jahr wieder zur traditionellen Wichtelstern-Aktion eingeladen und schenkte damit vielen Kindern unvergessliche Weihnachtstage.



„Eine junge Mutter sagte bewegt, wie schön es sei zu erleben, was in der Gemeinde für die Menschen getan werde und wie sehr sich die Kinder über diese Aufmerksamkeit freuten.“

Zu Beginn der Feier bedankte sich Pater Tobias bei allen Spenderinnen und Spendern, die diese Aktion möglich gemacht haben. Viele Unterstützerinnen und Unterstützer kamen nicht nur aus Duisburg, sondern auch aus seiner westfälischen Heimatstadt Werne. Nach gemeinsamen Weihnachtsliedern und dem Anzünden der Kerzen am Adventskranz begann die Ausgabe der Geschenke. In den Paketen befanden sich unter anderem Bücher, Gesellschaftsspiele und Plüschtiere.

Die Resonanz der Familien war überwältigend. Eine junge Mutter sagte bewegt, wie schön es sei zu erleben, was in der Gemeinde für die Menschen getan werde und wie sehr sich die Kinder über diese Aufmerksamkeit freuten. Die Hintergründe der teilnehmenden Familien spiegelten die Vielfalt des Stadtteils Neumühl wider. Menschen unterschiedlicher Herkunft, Nationalität und Glaubensrichtung kamen zusammen. Der Geist von Weihnachten war deutlich spürbar.

In zwei feierlichen Veranstaltungen um 13 Uhr und um 16 Uhr übergab Pater Tobias Breer, bekannt als der Marathon Pater, persönlich die Geschenke an insgesamt 181 Kinder. Unterstützt wurde er dabei von engagierten Mitarbeiterinnen, Mitarbeitern und Ehrenamtlichen des Projekts LebensWert.

Die Aktion richtet sich gezielt an Kinder aus einkommensschwachen Familien im Duisburger Norden, wo finanzielle Sorgen für viele Menschen zum Alltag gehören. Für diesen Nachmittag aber standen Freude, Gemeinschaft und Dankbarkeit im Mittelpunkt. Für jedes Kind lag ein liebevoll gepacktes Geschenk bereit.

Einige Familien konnten an den beiden Feiern nicht teilnehmen. Sie erhielten ihre Geschenke am Sonntag, sodass auch sie in den Genuss dieser besonderen Weihnachtsfreude kamen.

Vor vielen Jahren hat Pater Tobias die Wichtelstern-Aktion ins Leben gerufen. Inzwischen ist sie zu einer festen Tradition geworden. Trotz des großen organisatorischen Aufwands ist für ihn klar, warum sich jede Mühe lohnt. Wenn Kinderaugen leuchten, wird Weihnachten lebendig.



GEMEINSAM HOFFNUNG SCHENKEN

BEI DER WICHTELSTERN AKTION

GESCHENKE MIT HERZ AUS DEM
CRYO PERFORMANCE CENTER MÜLHEIM

Ein besonderer Moment der Dankbarkeit spielte sich im Cryo Performance Center in Mülheim ab. Pater Tobias Breer nahm dort persönlich 26 liebevoll verpackte Weihnachtsgeschenke entgegen. Mitarbeitende und Patientinnen und Patienten hatten in den Wochen zuvor mit großer Sorgfalt Wunschkarte für Kinder zusammengestellt, für die Weihnachten sonst oft ein Tag ohne Überraschungen bleibt.

Dr. Andre Kostenko, Arzt und Gründer des Cryo Performance Centers, unterstützt diese Aktion bereits seit mehreren Jahren. Für ihn und sein Team ist es selbstverständlich, soziale Verantwortung zu übernehmen. Pater Tobias betonte bei der Übergabe, dass jede Gabe weit mehr sei als ein materielles Geschenk. Sie sei ein Zeichen gelebter Nächstenliebe und echter Zuwendung.



WEIHNACHTSWUNDER IM
SUPERMARKT

EDEKA Filialen sammeln über 60
Geschenke

Auch zwei EDEKA Filialen trugen entscheidend zum Gelingen der Aktion bei. In den Märkten von EDEKA Rywotzki in Moers beteiligten sich zahlreiche Kundinnen und Kunden an der Wichtelsternaktion. Über 60 Geschenke wurden dort gesammelt und von Pater Tobias persönlich abgeholt.

Ein besonderer Dank gilt Inhaber David Rywotzki, der Filialleitung sowie den Mitarbeitenden beider Märkte. Ihr Engagement zeigte, wie viel Menschlichkeit im Alltag möglich ist. Die vielen bunt gepackten Päckchen standen sinnbildlich für Mitgefühl, Aufmerksamkeit und die Bereitschaft, hinzusehen und zu teilen.



ADVENTLICHE FREUDE AUS DUIS-
BURG NEUMÜHL

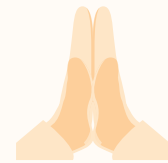
EDEKA Center Engel unterstützt mit Adventskalendern. Eine weitere Herzensaktion kam aus Duisburg selbst. Das EDEKA Center Engel stellte dem Projekt LebensWert 68 hochwertige Lindt Adventskalender zur Verfügung, ergänzt durch Einkaufsgutscheine. Geschäftsführer Herr Engel überreichte die Pakete persönlich an Pater Tobias. Die Kalender gingen an die Gäste des Sozial Cafés Offener Treff mit Herz. Für viele Menschen, die dort Gemeinschaft und Halt finden, bedeuten solche Gesten Wertschätzung und ein kleines Licht im Alltag. Pater Tobias unterstrich, wie wichtig diese Zeichen der Solidarität gerade in der Adventszeit seien.



LANGERN ZEIGT HERZ

Eine ganze Gemeinschaft sammelt für Kinder. Besonders bewegend war auch die Unterstützung aus Langern, der Heimat von Pater Tobias. Dort hatten Verwandte, Freunde, Nachbarn sowie die Einsteller des Reiterhofs Breer rund achtzig Geschenke gesammelt. Spiele, Bücher und kleine persönliche Aufmerksamkeiten füllten schließlich Auto und Kofferraum bis auf den letzten Platz.

Organisiert wurde die Aktion unter anderem von Gabi Breer und Johannes Breer, die in der Nachbarschaft zum Mitmachen aufgerufen hatten. Die große Beteiligung zeigte, wie sehr das Bewusstsein für die schwierige Situation vieler Familien im Duisburger Norden vorhanden ist.



MANCHMAL FRAGEN MICH FREUNDE

„Pater Tobias, wie hält man das aus -
dieses Leben als Priester?“
Dann lächle ich.

Und denke an all die Gesichter.
An das leise „Danke“, nach einem
Gespräch, das niemand sonst hört.
An Tränen am Grab und an Hoffnung
mitten im Abschied.

An Kinderlachen im Gottesdienst.
An Zweifel, die mir anvertraut wer-
den, weil jemand spürt:
Hier darf ich ehrlich sein.
Priestersein ist kein Job.
Es ist ein Weg.

Mit staubigen Schuhen, müdem Her-
zen und einer Freude, die tiefer reicht
als jeder Applaus.

Es gibt Tage, da bin ich erschöpft.
Da laufe ich, bete, schweige.
Und dann spüre ich: Gott ist da. Nicht
laut. Nicht spektakulär.
Aber treu.

Ich darf Menschen begleiten, wenn
das Leben brennt. Ich darf segnen,
wo Worte fehlen. Ich darf glauben,
auch für die, die es gerade nicht
können.

Und ja: Ich bin auch nur ein Mensch.
Mit Fragen. Mit Grenzen. Mit Humor.
Aber genau darin liegt das Geschenk
dieses Lebens.

Priestersein heißt:
Mitten im Leben stehen und trotzdem
nach dem Himmel fragen.

Danke an alle Freunde, die mich
begleiten. Mit Gebet. Mit Kritik. Mit
einem offenen Herzen.

Euer
Pater Tobias

EIN JAHR

AM LIMIT UND DARÜBER HINAUS

DER MARATHON PATER LÄUFT WEITER FÜR KINDER



Das Jahr 2025 war für Pater Tobias, vielen bekannt als der Marathon Pater und heute in Duisburg in der Prämonstratenser-Abtei Hamborn beheimatet, ein außergewöhnliches Laufjahr. In zwölf Monaten absolvierte der Prämonstratenser 104 Ultra- und Marathonläufe und sammelte dabei rund 130.000 Euro für bedürftige Kinder in Deutschland und weltweit. Ein Rückblick auf ein Jahr, das sportlich wie menschlich Maßstäbe setzte.

Laufen gehört seit fast 20 Jahren zu seinem Leben. Was einst mit einem einzelnen Marathon begann, ist längst zu einer weltweiten Bewegung geworden.

Heute blickt Pater Tobias auf insgesamt 377 absolvierte Ultra- und Marathonläufe zurück. Jeder einzelne Lauf war und ist mit einem klaren Ziel verbunden: Hilfe für Kinder in schwierigen Lebenssituationen.

Allein im Jahr 2025 kamen die Spendengelder zahlreichen Kinderprojekten zugute. Unterstützt wurden unter anderem Reittherapien für belastete Kinder, Schwimmkurse zur Stärkung von Sicherheit und Selbstvertrauen, ein Schulfrühstück für rund 1000 Kinder pro Woche, die Vital Kinderlernküche zur Gesundheits- und Ernährungsbildung, Ferienfreizeiten für benachteiligte Kinder sowie die Unterstützung von Kindergärten. Darüber hinaus flossen Mittel in Schul- und Ernährungsprojekte für Kinder in Afrika, in die Hilfe für Flüchtlingskinder sowie in konkrete Einzelfallhilfen für Familien in akuten Notlagen.

Die Summe von rund 130.000 Euro steht dabei für gelebte Solidarität und konkrete Hoffnung.

Auch in Duisburg zeigt das Engagement des Marathon Paters seit Jahren konkrete Wirkung. Zahlreiche der geförderten Projekte werden hier vor Ort umgesetzt, darunter Angebote zur Gesundheitsförderung, Ernährungsbildung und

Unterstützung von Kindern aus sozial benachteiligten Familien. Duisburg ist dabei nicht nur Lebensmittelpunkt, sondern Herzstück seines sozialen Einsatzes.

Darüber hinaus setzte Pater Tobias auch regional über Duisburg hinaus deutliche Akzente. Durch die Veranstaltung des 4. Gottfried Marathons flossen Spendengelder gezielt in den Kreis Unna sowie nach Selm, Bork und Cappenberg. Gefördert wurden unter anderem das Sommercamp 2025 des

„Seine Läufe stehen für Disziplin, mentale Stärke und Ausdauer. Vor allem aber stehen sie für eine klare innere Haltung und einen tiefen sozialen Auftrag.“

KreisSportBundes Unna e.V., der katholische Kindergarten in Cappenberg sowie Schwimmkurse für Kinder in Selm.

Ein weiterer bedeutender Meilenstein seiner Laufkarriere ist der Eintrag in eine internationale Welt-rangliste. Mit dem Erreichen von über 300 Ultra- und Marathonläufen wurde Pater Tobias in die Welt-rangliste „World Megamarathon Ranking 300+“ aufgenommen, die vom 100 Marathon Club in Japan geführt wird. Weltweit haben bislang lediglich 1253 Läuferinnen und Läufer diesen außergewöhnlichen Meilenstein erreicht.

Ein besonderer Moment des Jahres war der 23. Rhein-Herne-Kanal Marathon. Dort absolvierte Pater Tobias seinen 100. Ultra- und Marathonlauf im Jahr 2025. Dieser Meilenstein wurde inzwischen bereits deutlich übertroffen. Nur zehn Tage später stand die Zahl bereits bei 104 Läufen. Der sportliche Erfolg bleibt dabei bewusst im Hintergrund. Entscheidend ist, was durch jeden Lauf möglich wird.

Pater Tobias lief in den vergangenen Jahren auf allen sieben Kontinenten der Erde. Er ist Six-Star-Finisher und gehört damit zu einem exklusiven Kreis von Langstreckenläufern weltweit. Seine Läufe stehen für Disziplin, mentale Stärke und Ausdauer. Vor allem aber stehen sie für eine klare innere Haltung und einen tiefen sozialen Auftrag.

Nach einem der Läufe im vergangenen Jahr wurde Pater Tobias vom Team seines sozialen Projekts LebensWert mit einem Pokal geehrt. Die Auszeichnung gilt nicht nur der sportlichen Leistung, sondern dem jahrzehntelangen Engagement für Kinder, die auf Unterstützung angewiesen sind.

Der Rückblick auf 2025 zeigt eindrucksvoll, was möglich ist, wenn Sport, Glaube und soziales Engagement zusammenkommen. Pater Tobias setzt seinen Weg konsequent fort. Lauf für Lauf. Für Kinder. Für Hoffnung. Für eine Welt, in der niemand vergessen wird.

377

ABSOLVIERTE ULTRA- UND MARATHONLÄUFE*

130.000 €

IN 12 MONATEN, FÜR GELEBTE SOLIDARITÄT UND KONKRETE HOFFNUNG

HILFE VERDOPPELT

SPENDENVERDOPPLUNGS-AKTION EIN VOLLER ERFOLG



„Hier kommt die Hilfe direkt an. Die verdoppelten Spenden bedeuten für uns ganz konkret: mehr warme Mahlzeiten, mehr Gespräche, mehr Hoffnung.“

Symbolische Scheckübergabe im Sozial-Café „Offener Treff mit Herz“ – weitere Unterstützung weiterhin dringend benötigt

Große Freude und tiefe Dankbarkeit prägten die Stimmung im Café Offener Treff mit Herz: Die gemeinsam mit der Bethe Stiftung durchgeführte Spendenverdopplungs-Aktion ist mit großem Erfolg abgeschlossen worden. Zahlreiche Spenderinnen und Spender folgten dem Aufruf – jeder Euro zählte doppelt und kam direkt den Menschen zugute, die täglich im Sozial-Café Unterstützung, eine warme Mahlzeit und menschliche Zuwendung erfahren.

Als Vertreterin der Bethe-Stiftung überreichte Iris Schlagheck-Weber im Rahmen eines Besuchs im Café einen symbolischen Scheck und würdigte das außergewöhnliche Engagement vor Ort. „Das Sozial-Café Offener Treff mit Herz ist ein Ort, an dem Hilfe konkret wird – unkompliziert, würdevoll und mitten

im Leben“, betonte Schlagheck-Weber. „Wir freuen uns sehr, diese Arbeit mit der Spendenverdopplung unterstützt zu haben. Hier sieht man, wie wirkungsvoll Spenden eingesetzt werden.“

Auch Pater Tobias, Gründer des Sozial-Cafés, zeigte sich tief bewegt:

„Diese Aktion war ein starkes Zeichen der Solidarität“, sagte er. „Viele Menschen haben gespendet, weil sie wissen: Hier kommt die Hilfe direkt an. Die verdoppelten Spenden bedeuten für uns ganz konkret: mehr warme Mahlzeiten, mehr Gespräche, mehr Hoffnung.“

Seit Jahren ist das Café ein verlässlicher Anlaufpunkt für wohnungslose, armutsbetroffene und

Das Sozial-Café „Offener Treff mit Herz“ ist ein Ort, an dem Hilfe konkret wird – unkompliziert, würdevoll und mitten im Leben

einsame Menschen im Duisburger Norden. Tag für Tag finden hier Gäste einen offenen Ort ohne Vorbedingungen – unabhängig von Herkunft, Religion oder Lebenssituation.

Auch wenn die Spendenverdopplungs-Aktion nun abgeschlossen ist, bleibt der Unterstützungsbedarf hoch. Steigende Lebenshaltungskosten und wachsende Armut führen dazu, dass immer mehr Menschen auf das Angebot des Sozial-Cafés angewiesen sind. „Die Verdopplungsaktion ist vorbei, aber unsere Arbeit geht

weiter – jeden Tag“, so Pater Tobias. „Daher bitten wir auch weiterhin herzlich um Spenden. Jeder Beitrag hilft, diesen Ort der Menschlichkeit zu erhalten.“

Das Team des Sozial-Cafés bedankt sich bei allen Spenderinnen und Spendern sowie bei der Bethe-Stiftung für das Vertrauen, die Unterstützung und das starke

gemeinsame Zeichen: Solidarität wirkt – und sie verändert Leben.

Danke an alle Spenderinnen und Spender – und an die Bethe-Stiftung für die starke Unterstützung!



Café
OFFENER
TREFF

WER HILFT, VERÄNDERT LEBEN.

Unser Sozial-Café schenkt täglich Wärme, Essen und ein offenes Ohr für Menschen in Not. Damit dieses wichtige Angebot weiter bestehen kann, sind wir auf Ihre Unterstützung angewiesen. Jede Spende hilft, Hoffnung und Gemeinschaft zu ermöglichen.

Spendenkonto:
Projekt LebensWert gGmbH
IBAN: DE56 3606 0295 0010 7660 28



GEMEINSAM KOCHEN, LACHEN UND GENIESSEN

KINDER BEREITEN EIN OSTERMENÜ ZU

In der Kinder- und Jugendlernküche von Projekt LebensWert wurde es in den vergangenen Tagen besonders lebendig. Passend zur Osterzeit trafen sich zahlreiche Kinder, um gemeinsam mit Koch Jamil Maamo ein festliches Ostermenü zuzubereiten. Mit viel Freude, Neugier und Begeisterung wurde geschnippelt, gerührt, abgeschmeckt und natürlich auch gemeinsam gegessen.

MEHR ALS KOCHEN – GEMEINSCHAFT ERLEBEN

Schon beim Betreten der Küche war zu spüren: Hier geht es nicht nur ums Kochen. Es geht um Gemeinschaft, um das Miteinander und darum, dass Kinder erleben, wie viel Freude es machen kann, selbst etwas zu schaffen.

Unter der geduldigen Anleitung von Jamil Maamo lernten die Kinder Schritt für Schritt, wie aus frischen Zutaten ein leckeres Menü entsteht. Jeder durfte mithelfen – ob beim Schneiden des Gemüses, beim Würzen oder beim Anrichten.

Besonders schön war zu beobachten, wie stolz die Kinder auf das waren, was sie gemeinsam auf den Tisch gebracht haben. Viele von ihnen stehen zu Hause selten in der Küche oder haben kaum Gelegenheit, selbst zu kochen. Umso wichtiger sind diese gemeinsamen Aktionen. Sie vermitteln nicht nur grundlegende Kenntnisse über gesunde Ernährung, sondern stärken auch Selbstvertrauen und Teamgeist.

EIN ORT, DER STÄRKT UND VERBINDET

Die Kinder- und Jugendlernküche ist seit vielen Jahren ein wichtiger Bestandteil der sozialen Arbeit von Projekt LebensWert in Duisburg-Neumühl. Hier lernen Kinder und Jugendliche im Alter von sechs bis achtzehn Jahren, wie man einfache und gesunde Mahlzeiten zubereitet, Verantwortung übernimmt und miteinander umgeht. Dabei geht es immer auch um Wertschätzung: für Lebensmittel, für die eigene Arbeit und füreinander.

Das Osterkochen war für alle Beteiligten ein ganz besonderes Erlebnis. Die Küche war erfüllt von Lachen, Gesprächen und dem Duft frisch zubereiteter Speisen. Zwischendurch wurde probiert, nachgewürzt und immer wieder gefragt: „Schmeckt das so gut?“

Am Ende saßen alle gemeinsam am Tisch und genossen das selbstgekochte Menü – ein Moment, der vielen Kindern lange in Erinnerung bleiben wird.

OSTERN ALS ZEICHEN DER HOFF- NUNG UND DES MITEINANDERS

Gerade rund um die Osterzeit wird deutlich, wie wichtig solche gemeinsamen Erlebnisse sind. Ostern steht für Hoffnung, für neues Leben und für Gemeinschaft. Genau das wurde an diesem Tag in der Kinderlernküche spürbar. Kinder unterschiedlichster Herkunft arbeiteten Hand in Hand, halfen sich gegenseitig und freuten sich gemeinsam über das Ergebnis.

Ein besonderer Dank gilt Koch Jamil Maamo, der mit viel Geduld, Herz und Fachwissen den Kindern zeigt, wie einfach und schön Kochen sein kann. Seine ruhige Art ermutigt die Kinder, Neues auszuprobieren und sich etwas zuzutrauen.

BILDER, DIE ERZÄHLEN, WAS WORTE KAUM FASSEN

Die Fotos zeigen eindrucksvoll, wie viel Freude und Engagement in diesem Nachmittag steckte. Sie erzählen von kleinen Händen, die konzentriert arbeiten, von fröhlichen Gesichtern – und von einem Tisch, an dem am Ende alle zusammenkommen. Genau das ist es, was die Kinder- und Jugendlernküche ausmacht: ein Ort, an dem Gemeinschaft wächst und Kinder erleben, dass sie wertvoll sind.



„Hier geht es nicht nur ums Kochen. Es geht um Gemeinschaft, um das Miteinander und darum, dass Kinder erleben, wie viel Freude es machen kann, selbst etwas zu schaffen.“



OSTERMENÜ

„FRÜHLINGSFREUDE AUS DER KÜCHE“
VON KOCH JAMIL MAAMO

Zu Ostern darf es leicht, frisch und zugleich herzhaft sein. Dieses Menü verbindet eine würzige Hauptspeise mit einer gesunden, süßen Nachspeise - bodenständig, aromatisch und mit viel Liebe zubereitet. Die Gerichte sind bewusst einfach gehalten und gelingen auch in größerer Runde.

EIN OSTERGRUSS AUS DER KÜCHE

Dieses Menü steht für das, was gutes Essen ausmacht: einfache Zutaten, frische Aromen und die Freude am gemeinsamen Genießen. Die knusprige, herzhafte Hauptspeise und das natürliche, süße Dessert ergänzen sich perfekt und bringen Farbe auf den Ostertisch. Ein Fest für die Familie – warm, ehrlich und mit Liebe gekocht



HAUPTGANG

Ofen-Hähnchenschenkel mit Ofengemüse, gebratenen Süßkartoffeln und Quark-Dip

ZUTATEN FÜR 5 PORTIONEN

1 kg Hähnchenschenkel	1 kg Süßkartoffeln
200 g Paprika (oder anderes Gemüse nach Wahl)	200 g Quark
4 Zucchini	50 ml Olivenöl
2 mittelgroße Brokkoli	50 ml Zitronensaft
200 g Kürbis	Salz, Pfeffer
	Paprikapulver
	1 Prise Muskat

ZUBEREITUNG

- 1| Die Hähnchenschenkel gründlich waschen, trocken tupfen und mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und Paprikapulver marinieren. Anschließend im vorgeheizten Ofen bei 190 °C etwa 20–30 Minuten goldbraun rösten, bis das Fleisch saftig und durchgegart ist.
- 2| In der Zwischenzeit das Gemüse waschen, putzen, entkernen und in mittelgroße Stücke schneiden. Kurz vor Ende der Garzeit in einer heißen Pfanne mit etwas Olivenöl anschwitzen und mit Salz, Pfeffer sowie einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.
- 3| Die Süßkartoffeln schälen, waschen, halbieren und in Scheiben schneiden. In leicht gesalzenem Wasser kurz vorkochen, dann in einer heißen Pfanne goldbraun anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.
- 4| Für den Dip den Quark mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und einer Prise Muskat glatt rühren.
- 5| Zum Servieren die knusprigen Hähnchenschenkel mit dem Ofengemüse und den gebratenen Süßkartoffeln anrichten. Der frische Quark-Dip rundet das Gericht ab.



DESSERT

Rohkost-Brownies mit Nüssen und Kakao

ZUTATEN FÜR 5 PORTIONEN

300 g Datteln
40 g Walnüsse
40 g Cashewkerne
150 g gemahlene Mandeln
60 g Kakaopulver
1 Prise Salz

ZUBEREITUNG

- 1| Eine kleine, eckige Backform mit Backpapier auslegen.
- 2| Die Datteln mit Wasser bedecken und einige Zeit einweichen lassen. Sobald sie weich sind, das Wasser abgießen und die Datteln mit einem Stabmixer oder Hochleistungsmixer zu einer feinen Paste pürieren.
- 3| Walnüsse und Cashewkerne fein hacken. Anschließend die Dattelpaste mit den gehackten Nüssen, den gemahlenden Mandeln, dem Kakaopulver und einer Prise Salz gründlich vermengen.
- 4| Die Masse gleichmäßig in der Backform verteilen, glatt streichen und anschließend in kleine Würfel schneiden. Nach Belieben mit gehackten Nüssen dekorieren.

BITTE HELFEN SIE MIT!
UNTERSTÜTZUNG FÜR UNSERE
KINDERLERNKÜCHE

Damit unsere Kinder- und Jugendlernküche weiterhin regelmäßig stattfinden kann, sind wir auf Unterstützung angewiesen. Unser Koch Jamil Maamo ist derzeit auf einer halben Stelle angestellt. Um das Angebot für die Kinder verlässlich fortführen und weiter ausbauen zu können, möchten wir eine zweite halbe Stelle finanzieren. Nur so können die Kochkurse, das gemeinsame Lernen und die wertvolle Begleitung der Kinder dauerhaft gesichert werden.

WIR BITTEN SIE HERZLICH
Helfen Sie mit Ihrer Spende, damit Kinder auch in Zukunft gesunde Ernährung, Gemeinschaft und Wertschätzung erleben dürfen.

Spendenkonto:
Projekt LebensWert gGmbH
Bank im Bistum Essen
IBAN: DE34 3606 0295 0010 7660 36
BIC: GENODED1BBE

Jede Unterstützung – ob klein oder groß – hilft direkt den Kindern in unserer Kinder- und Jugendlernküche in Duisburg-Neumühl. Vielen Dank für Ihre Hilfe und Ihr Vertrauen!

REITTHERAPIE

SCHENKT KINDERN NEUE LEBENSFREUDE

Die Reittherapie ist seit Jahren ein besonders wertvolles Angebot von Projekt LebensWert gGmbH. Ziel ist es, Kindern und Jugendlichen mit schweren körperlichen, geistigen oder neurologischen Einschränkungen neue Entwicklungsmöglichkeiten zu eröffnen, Selbstvertrauen zu stärken und Lebensfreude zu schenken.



KINDER MIT BESONDEREN HERAUSFORDERUNGEN

Die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen leben mit vielfältigen Beeinträchtigungen wie ADHS, Autismus, Epilepsie, Frühgeburtsschädigungen oder mehrfachen körperlichen und geistigen Behinderungen. Viele sind stark in ihrer Bewegung eingeschränkt oder medizinisch intensiv versorgt. Gerade für sie bietet die Reittherapie wichtige Impulse, die im Alltag oft fehlen.



GANZHEITLICHE WIRKUNG DER THERAPIE

Der Kontakt zum Pferd wirkt auf Körper, Seele und Geist gleichermaßen.

Die Therapie unterstützt:

- Motorik, Gleichgewicht und Muskelspannung
- Körperwahrnehmung und Haltung
- Selbstvertrauen und emotionale Stabilität
- soziale Fähigkeiten und Kommunikation
- Freude an Bewegung und positive Beziehungserfahrungen

Die Kinder erleben Erfolgserlebnisse, Vertrauen und Nähe – Erfahrungen, die ihr Selbstbild nachhaltig stärken.

FINANZIERUNG BLEIBT HERAUSFORDERUNG

Trotz der positiven Wirkung werden die Therapiestunden nicht von gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Für 2026 plant Projekt LebensWert die Förderung von sieben Kindern. Die Kosten betragen 66 Euro pro Einheit und Kind, insgesamt rund 24.024 Euro jährlich.

Um diese wichtige Hilfe zu sichern, setzt Projekt LebensWert auf Spenden und besonderes Engagement.



Pater Tobias verbindet dabei Sport und Nächstenliebe und läuft Spendenmarathons zugunsten der Reittherapie.

HOFFNUNG, DIE BEWEGT

Die Reittherapie zeigt eindrucksvoll, wie Begegnung und Bewegung Heilungsprozesse unterstützen können. Jeder kleine Fortschritt, jedes Lächeln und jeder Moment von Selbstvertrauen bestätigen den Wert dieses Projektes.

Projekt LebensWert lädt daher alle Unterstützerinnen und Unterstützer ein, gemeinsam dazu beizutragen, dass diese besondere Therapie auch in Zukunft vielen Kindern offensteht – damit aus Therapie echte Lebensfreude wachsen kann.



IMPULS

ZUR FASTENZEIT – 40 TAGE, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN KÖNNEN

Die Fastenzeit ist mehr als ein paar Wochen Verzicht. Sie ist eine Einladung, neu aufzubrechen. Eine Einladung, das eigene Leben ehrlich anzuschauen – und mutig zu fragen: Lebe ich noch das, was mir wirklich wichtig ist?

Wir hetzen durch Tage, erfüllen Erwartungen, tragen Sorgen, funktionieren. Vieles sammelt sich an: Gedanken, Lasten, Enttäuschungen, Gewohnheiten. Manches

Vielleicht geht es in diesem Jahr gar nicht zuerst darum, auf Schokolade oder Fernsehen zu verzichten. Vielleicht geht es darum, auf das zu verzichten, was die Seele klein macht: auf Bitterkeit, auf ständige Unruhe, auf das Gefühl, nie genug zu sein.

Und stattdessen mehr von dem zu wagen, was wirklich trägt: mehr Vertrauen, mehr Hoffnung, mehr Liebe.

*„Diese 40 Tage sind eine Chance.
Eine Chance, Ballast abzuwerfen.
Eine Chance, wieder klarer zu sehen.
Eine Chance, Gott neu Raum zu geben.“*

davon macht müde. Manches engt uns ein. Und oft merken wir gar nicht mehr, wie schwer unser Herz geworden ist.

Die Fastenzeit ist wie ein offenes Fenster nach einem langen Winter. Frische Luft strömt hinein. Licht fällt auf das, was im Dunkeln lag. Plötzlich wird spürbar: Da geht noch mehr. Da wartet neues Leben.

Diese 40 Tage sind eine Chance. Eine Chance, Ballast abzuwerfen. Eine Chance, wieder klarer zu sehen. Eine Chance, Gott neu Raum zu geben.

Jeder kleine Schritt zählt. Jedes ehrliche Gebet. Jede gute Tat. Jeder Moment, in dem ein Mensch einem anderen Mut macht.

Die Fastenzeit erinnert uns daran: Du kannst neu anfangen. Heute. Jetzt. Gott ist längst unterwegs zu dir. Er wartet nicht am Ende dieser 40 Tage. Er geht jeden Schritt mit.

Und vielleicht wirst du am Ende spüren:
Ich bin leichter geworden.
Freier.
Lebendiger.
Näher bei mir selbst –
und näher bei Gott.

GEBET

ZUR FASTENZEIT

Guter Gott,
ich komme zu Dir mit allem, was mich bewegt. Mit meiner Sehnsucht nach mehr Tiefe.
Mit meiner Müdigkeit.
Mit meinen Hoffnungen.
Öffne mein Herz in diesen Wochen.

Lass mich loslassen, was mich festhält und klein macht.
Gib mir Mut, neu anzufangen.
Schenke mir die Kraft, bewusst zu leben, liebevoll zu handeln und nicht wegzusehen, wenn andere mich brauchen.
Sei Du mein Begleiter auf diesem Weg.

Wenn ich zweifle, stärke mich.
Wenn ich falle, richte mich auf.
Wenn ich suche, lass mich Dich finden.

Führe mich Schritt für Schritt durch diese Zeit der Erneuerung – hinein in neues Leben, hinein in Deine Freude.
Amen.



TUE GUTES UND REDE DARÜBER

WARUM
ÖFFENTLICHKEITSARBEIT
TEIL UNSERER
VERANTWORTUNG IST

Manchmal werde ich gefragt: „Muss man das eigentlich alles öffentlich machen?“ Die Läufe. Die Spenden. Die Projekte. Die Geschichten von Kindern und Familien, denen geholfen wird. Meine Antwort ist klar: Ja. Man muss. Nicht aus Eitelkeit. Nicht, um sich selbst wichtig zu machen. Sondern aus Verantwortung.

HILFE BRAUCHT SICHTBARKEIT

Kinderarmut, soziale Ausgrenzung und Einsamkeit verschwinden nicht, wenn man leise bleibt. Im Gegenteil: Was nicht sichtbar ist, wird schnell vergessen. Öffentlichkeitsarbeit ist deshalb kein Beiwerk unserer Arbeit – sie ist ein Teil davon. Wer hilft, darf darüber sprechen. Wer Verantwortung übernimmt, muss sichtbar sein. Nicht für sich selbst, sondern für die Menschen, um die es geht.

LAUFEN FÜR MENSCHEN, NICHT FÜR MEDAILLEN

Seit 2006 laufe ich Ultra- und Marathonläufe – inzwischen 372, auf allen sieben Kontinenten. Dabei sind über 2,1 Millionen Euro für arme und benachteiligte

Kinder zusammengekommen. Ich laufe nicht für Zeiten oder Titel. Ich laufe, um Aufmerksamkeit zu schaffen. Für Kinder, die Unterstützung brauchen. Für Familien, die sonst niemand sieht. Für Projekte, die ohne Solidarität nicht möglich wären.

ECHTE GESCHICHTEN BERÜHREN MEHR ALS ZAHLEN

Öffentlichkeitsarbeit lebt nicht von Hochglanz, sondern von Ehrlichkeit. Von Geschichten, die das Leben schreibt. Wenn Geflüchtete, die selbst kaum etwas besitzen, für arme Kinder laufen, dann ist das kein PR-Trick. Es ist gelebte Menschlichkeit.

Solche Geschichten machen Mut. Sie zeigen, dass Solidarität

Grenzen überwindet – religiöse, kulturelle und soziale.

LEBENSWERT HEISST: NICHT WEGSEHEN

Mit dem Projekt LebensWert versuchen wir genau das: hinsehen, handeln, begleiten. Unsere Projekte leben von Menschen, die mittragen – ideell, praktisch und finanziell. Darüber zu reden heißt nicht, sich zu rühmen. Es heißt, andere einzuladen, Teil davon zu werden.

EIN SATZ, DER UNS LEITET

Darum sage ich bewusst – auch in unserem LebensWerte-Magazin: Tue Gutes – und rede darüber.

Nicht, um uns selbst in den Mittelpunkt zu stellen. Sondern um die sichtbar zu machen, die sonst übersehen werden.



SYRISCHES BUFFET

IM OFFENEN TREFF – BEGEGNUNG, GENUSS UND NEUES KONZEPT

Duisburg-Neumühl. Das Restaurant „Offener Treff mit Herz“ lädt im März zu zwei besonderen kulinarischen Abenden ein. Am 6. März und 27. März 2026, jeweils von 19 bis 21 Uhr, erwartet Gäste ein syrisches Buffet mit landestypischen Spezialitäten und einer Atmosphäre der Begegnung.

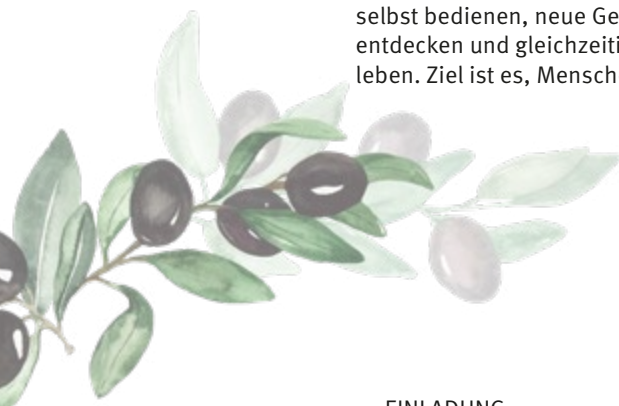
Das Angebot wird bewusst auf Spendenbasis gestaltet und setzt auf ein offenes, niedrigschwelliges Konzept. Besucher können sich selbst bedienen, neue Geschmackswelten entdecken und gleichzeitig Gemeinschaft erleben. Ziel ist es, Menschen unterschiedlicher

Generationen und Hintergründe zusammenzubringen.

Veranstaltungsort ist das Restaurant „Offener Treff mit Herz“ an der Holtener Straße 176 in Duisburg-Neumühl. Um besser planen zu können, wird um Anmeldung per E-Mail an tobias@abtei-hamborn.de gebeten.

Mit Blick auf die bevorstehende Terrassenzeit sind weitere kulinarische Angebote und Begegnungsabende geplant. Das syrische Buffet ist damit Teil einer Reihe von Veranstaltungen, die Genuss und Gemeinschaft miteinander verbinden.

Pater Tobias betont: „Gemeinsames Essen verbindet Menschen, schafft Gespräche und lässt Gemeinschaft wachsen – genau das möchten wir mit diesen Abenden ermöglichen.“



EINLADUNG

SYRISCHES BUFFET

IM OFFENEN TREFF

6. März und 27. März 2026
von 19 bis 21 Uhr

Veranstaltungsort
Restaurant „Offener Treff mit Herz“
Holtener Straße 176
Duisburg-Neumühl

Anmeldung per E-Mail an:
tobias@abtei-hamborn.de



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

Ihre Teams der
Menzel-Apotheken.



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



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



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

Anschrift

Josef Wedig GmbH
Max-Planck-Straße 57
47167 Dulsburg

Bürozeiten

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

Kontakt

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

BAU- UND
MÖBELSCHREINEREI

WEDIG

Zuverlässigkeit und Präzision
seit mehr als 50 Jahren



*Bei uns sind
Sie in guten
Händen.*

*Seit über
120 Jahren.*

 **(0203) 555 930**

LIESEN

Bestattungshaus
Familienbetrieb seit 1904

*Jederzeit kostenlose Vorsorgeberatung, Sozialamtsregelungen
Berechnung der verschiedensten Bestattungsalternativen*

Hamborn • Neumühl • Röttgersbach • Holten und Umgebung





novitas

**Fürsorge ist...
Ihre Gesundheit
zu fördern**

Hier erfahren Sie mehr:
novitas-flexcheck.de

Deine fürsorgliche
Krankenkasse



novitas-bkk.de

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**



Seit 1978 Brandschutz



HASLEY
Feuerlöscher- und Anlagen-
Wartung aller Fabrikate

hasley.feuerschutz@t-online.de
www.hasley-feuerschutz.de

Baulicher Brandschutz

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

Sieveneck
Bäcker

Stammhaus: 47167
Duisburg, Bennostrasse 27
0203-580392

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

REDAKTIONSSCHLUSS

27.02.2026

GESTALTUNG

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

FOTO-/GRAFIK-NACHWEISE

Bildinhalt: Projekt LebensWert, Pexels, Unsplash
Titel, Seite 4, 6, 14: Carsten Walden

Seite 5: Projekt LebensWert

Seite 8: Cryo-Center Mülheim,
Sven Engel EDEKA Engel,
EDEKA Rywotzk,
Reiterhof Breer: Johannes und Gabi Breer

Seite 17: Nicole Hocks

Seite 19: Oliver Schaper, Pater Tobias

Seite 20: Marina Ermakova

Das Copyright der Artikel liegt bei den Autoren.

DRUCK

WIRMachenDRUCK GmbH
Illerstraße 15 · 71522 Backnang

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 ProjektLebensWert ins Leben gerufen. Das Projektziel: Jedem bedürftigen Menschen Halt in seiner persönlichen Lage zu geben, ihn auf dem Weg in ein selbstbestimmtes Leben zu begleiten, unabhängig von Alter, Geschlecht, Nationalität oder Religion.

Halt zu sein für Menschen die ohne Halt sind. Jeder Mensch hat Wert und ist es wert, auf seinem Weg in ein würdevolles, eigenständiges Leben unterstützt zu werden. Das Projekt ist eine Anlaufstation für Arme und Obdachlose, denen geholfen wird, ihre persönlichen Probleme aktiv zu lösen - Schritt für Schritt. Das Angebot reicht von der professionellen Seelsorge bis zur konkreten Beratung, Begleitung bei Behördengängen, Hilfe beim Schriftverkehr. Das Projekt arbeitet eng mit städtischen und freien sozialen Einrichtungen zusammen. Je nach Situation geben sie mit ihren speziellen Angeboten bedürftigen Menschen die wirksamste Hilfe. Das Angebot der Beratung ist kostenlos und unverbindlich, wir unterliegen der Schweigepflicht.



Projekt LebensWert gemeinnützige GmbH Rat und Tat für Bedürftige

Unsere Bürozeiten:

Mo.-Fr.: 8-16 Uhr

Beratungstermine können Sie jederzeit mit uns telefonisch vereinbaren.

Hauptstelle

Holtener Str. 172

47167 Duisburg

Fon. 0203 5 44 72 600

Fax. 0203 5 44 72 612

info@projekt-lebenswert.de

Unser Spendenkonto:

Bank im Bistum Essen

Kto. 10 766 010

BLZ. 36 060 295

BIC GENODED1BBE

IBAN DE57360602950010766010



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

Sozial-Café „Offener Treff“

Holtener Str. 176

47167 Duisburg

0203-44989672

Mehr Infos unter

www.pater-tobias.de

Unser Spendenkonto:

Bank im Bistum Essen

Kto. 10 766 028

BLZ. 36 060 295

BIC GENODED1BBE

IBAN DE56360602950010766028

Mit dem Projekt LebensWert hat Pater Tobias Kinder-Patenschaften ins Leben gerufen, dessen Ziel es ist arme und bedürftige Kinder regional zu unterstützen. Gerade Kinder aus Familien, die im Hartz-IV Bezug stehen, sind oftmals sozial ausgegrenzt. KiPa unterstützt insbesondere diese Kinder, um Ausgrenzung aufgrund fehlender finanzieller Mittel vorzubeugen.

Ziel des Projektes ist die soziale Integration von benachteiligten Kindern. Soziale Kontakte beispielsweise in Sportvereinen oder Musikschulen fördern nicht nur diese Integration, sondern vermitteln des Weiteren gesellschaftliche und christliche Grundwerte. Ebenfalls werden talentierte Kinder in sozial benachteiligten Familien seltener entdeckt und ihre Begabung bleibt oft unerkannt. Durch gezielte Förderung von Talenten soll dieser Tatsache effektiv entgegengewirkt werden.

KiPa

Holtener Str. 176 a

417167 Duisburg

Fon. 0203-503 40 64

Fax. 0203-544 72 612

b.hackert@projekt-lebenswert.de

Unser Spendenkonto:

Bank im Bistum Essen

BLZ. 36 060 295

KTO. 10 766 036

BIC: GENODED1BBE

IBAN: DE34360602950010766036

