

# CHRIST:OS

Das christliche Magazin für Osnabrück | Herbst 2024



**PREIS  
RÄTSEL**  
MIT TOLLEN  
GEWINNEN  
AUF SEITE 15

**Kraft für  
pflegende Angehörige**

## HERZLICH WILLKOMMEN

Wie Angebote der Kirchen  
das Landwehrviertel beleben

## NEUE KRAFT TANKEN

Wie pflegende Angehörige gut  
über die Runden kommen

## BUCHTIPPS FÜR DEN HERBST

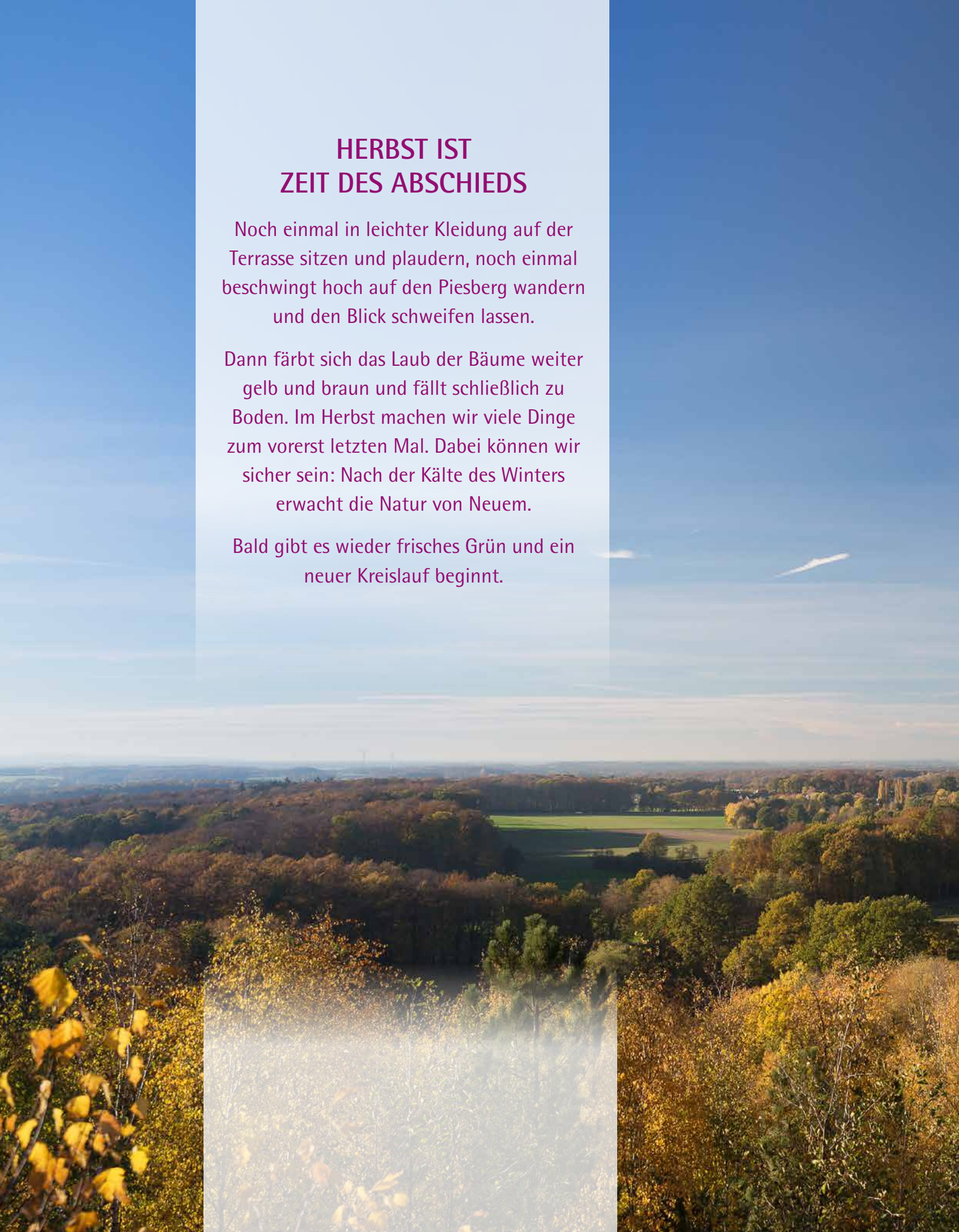
Wie man das schwere Thema  
Demenz leicht erzählen kann

## HERBST IST ZEIT DES ABSCHIEDS

Noch einmal in leichter Kleidung auf der Terrasse sitzen und plaudern, noch einmal beschwingt hoch auf den Piesberg wandern und den Blick schweifen lassen.

Dann färbt sich das Laub der Bäume weiter gelb und braun und fällt schließlich zu Boden. Im Herbst machen wir viele Dinge zum vorerst letzten Mal. Dabei können wir sicher sein: Nach der Kälte des Winters erwacht die Natur von Neuem.

Bald gibt es wieder frisches Grün und ein neuer Kreislauf beginnt.







## INHALT

Porträt

**„WELCOME“ IM LANDWEHRVIERTEL | 6**

Ratgeber

**WIE HILFT DER GLAUBE IN KRISENZEITEN? | 9**

Titel

**WIEDER NEU KRAFT TANKEN | 10**

Vortrag

**MIT WENIG GELD VIEL GUTES TUN | 14**

Preisrätsel

**GEWINNEN SIE WERTVOLLE PREISE | 15**

Seelsorge

**BEI EINER TASSE KAFFEE DIE TRAUER BEARBEITEN | 16**

Ausstellung

**MIT KUNST GEGEN DEN KRIEG | 18**

Buchtipps

**DEMENZ – EIN SCHWERES THEMA WIRD LEICHT ERZÄHLT | 19**

Wohnungslose

**OHNE SPENDEN GEHT ES NICHT | 21**

## CHRIST:OS

Christ:OS ist ein ökumenisches Magazin unter Mitwirkung der ev.-luth. und der ev.-ref. Kirche aus dem Medienhaus des Bistums Osnabrück, das viermal im Jahr erscheint. Die nächste Ausgabe wird Anfang Dezember 2024 veröffentlicht.

## EDITORIAL

### Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Rund vier Millionen Menschen in Deutschland werden zu Hause gepflegt. Um die überwiegende Mehrheit von ihnen kümmern sich Angehörige. Oft bis an die eigenen Grenzen oder sogar darüber hinaus. Es ist ein Knochenjob – körperlich anstrengend, zeitraubend und psychisch belastend. Viele stellen ihre eigenen Bedürfnisse zurück, um sich um die Pflege zu kümmern. Und wenn sie sich Entlastung von außen holen, plagt sie möglicherweise noch das schlechte Gewissen.

Gut, dass es eine Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige in der Stadt gibt. Hier können sie sich aussprechen, sich gegenseitig Kraft geben und finden Verständnis. Über diese Gruppe lesen Sie auf den Seiten 10 bis 13 in dieser Ausgabe von Christ:OS.

Ich wünsche Ihnen eine gute Lektüre

Ihr Ulrich Waschki



## MEIN LIEBLINGSORT ALS ZUSCHAUERIN IM THEATER



Warum ausgerechnet das Theater? Karin Epheser weiß es gar nicht so genau. Schon als Kind begeisterte sie sich dafür, und als sie dort ein Schülerpraktikum absolvierte, sorgte diese Zeit für eine noch engere Bindung. Seitdem hat sie ein Abo, das sie nur selten unterbrochen hat. Und so sitzt sie regelmäßig im Zuschauerraum, mal weiter vorne, mal im hinteren Bereich. „Hätte ich mehr Talent gehabt, wäre ich bestimmt auf der Bühne gelandet“, sagt die 50-Jährige schmunzelnd.

Stattdessen ist sie Pädagogin geworden und arbeitet heute in der Katholischen Familienbildungsstätte. Sie ist gerne mit Menschen zusammen und genießt die verschiedenen Möglichkeiten der Kommunikation, die sie auch im Theater wiederfindet: „Die Schauspielerinnen und Schauspieler senden Botschaften und zeigen Stimmungen, die weit über das hinausgehen, was der Text mit sich bringt.“ Im Theater kann sie Gefühle erleben, sich öffnen, etwas Neues in sich aufnehmen. Besonders angetan hat es ihr das Musiktheater. Warum? Weil ihr früherer Klavierlehrer eine besondere musikalische Saite in ihr zum Schwingen gebracht hat.



# „WELCOME“ IM LANDWEHRVIERTEL!

Ein neuer großer Stadtteil wächst in Atter. Aber ohne eigene Kirche. Mit viel Kreativität schaffen katholische und evangelische Seelsorger Angebote, die die Bewohner sich wünschen – und ernten viel Dankbarkeit.

Es geht ums Babyschwimmen und ums Kinderturnen, den neuen Spielplatz, Erziehung oder Neuigkeiten aus der Kita. Eigentlich ganz normale Gesprächsinhalte zwischen jungen Müttern. Doch für Laura Flieger und Nele Jüngerhans ist der Austausch an diesem Tag etwas Besonderes. Weil er vor ihrer Haustür stattfindet. Bei einer Tasse Kaffee und einem leckeren Eis. In ihrem Wohnviertel

in Osnabrück, in dem sie mit ihren Familien seit über einem Jahr leben.

Das Landwehrviertel in Atter ist Osnabrücks größtes Neubaugebiet. Auf 37 Hektar Fläche entsteht nach und nach ein modernes Wohnquartier. 4000 Menschen werden hier irgendwann leben. Überwiegend junge Familien sind bereits hergezogen, teilweise von weit her.

Bis auf einen Supermarkt, eine kleine Turnhalle, den Spielplatz, die Kita und eine Grundschule gibt es in ihrem Wohngebiet aber keine weitere Infrastruktur. Keine Kirche, kein Vereinsheim, kein Gemeinschaftszentrum, keinen Treffpunkt. Kreativität ist gefragt – auch für katholische und evangelische Seelsorger, wollen sie hier etwas anbieten und hier Kontakte knüpfen.

Eine erste Idee hat sich bereits etabliert: die wöchentliche „Kaffee-Tanke“ mit der Barbara-Biene. Die zum Kaffeemobil umgebaute Ape der katholischen Gemeinde St. Elisabeth steht im Sommerhalbjahr immer dienstags nachmittags von 15 bis 17.30 Uhr im Landwehrviertel an der „Grünen Mitte“. Sie lädt ein zum Getränk, heute sogar mit leckerem Eis – und zum Gespräch. Die bunten Hocker leuchten in der Sonne. „Welcome“ – der Schriftzug auf den Sitzflächen klingt vielversprechend.

„Man muss neue Wege gehen.“

Und tatsächlich: Es entsteht schnell ein Treffpunkt an der „Grünen Mitte“, die auch genau der geografische Mittelpunkt des gesamten Viertels ist. „Wir wollen da sein, den Menschen die Möglichkeit geben, sich kennenzulernen“, erklärt Pastor Matthias Groeneveld, einer der Initiatoren, die Aktion. Die Kaffeemaschine surrt, die Sonne lacht. Jung und Alt tauschen sich aus. Nicht nur Laura Flieger und Nele Jüngerhans sind froh, „dass endlich mal was angeboten wird“. Über die Kita haben sie von der „Kaffee-Tanke“ erfahren und knüpfen hier Kontakte mit anderen Bewohnern und auch mit Pastor Groeneveld von der evangelischen Kirche und Pastoralreferent Cedric Fritz von der katholischen Dompfarrei.

Das Landwehrviertel gehört zum Einzugsgebiet der beiden Seelsorger. Sie haben dort aber keinen festen Ort, um etwas anzubieten. Neben Freiluft-Gottesdienst und Laternenumzug ist das Pop-Up-Café ein weiterer Versuch, dies auszugleichen.

„Wir erfahren laufend Dankbarkeit“, erzählt Groeneveld. Ihm ist wichtig, den Menschen nichts überzustülpen, sondern nach Wünschen zu fragen. „Ein Café wäre prima“, war eine der Antworten auf diese Frage.

Mit der Barbara-Biene konnten die beiden Seelsorger das schnell realisieren. Begeisterte Nachbarn stellen den Strom, spülen Gläser. Cedric Fritz stellt fest: „Das war ein guter Auftakt. Man muss neue Wege gehen.“ Und tatsächlich es gibt weitere Ideen. Pastor Groeneveld

kann sich sogar ein Sportangebot wie Vater-Kind-Turnen vorstellen. Das Pop-Up-Café soll auf jeden Fall erstmal bleiben. Nachbarn an der „Grünen Mitte“ haben sich bereits bereit erklärt, es fortzuführen.

Text: Astrid Fleute

Fotos: Thomas Osterfeld/Astrid Fleute



Gute Gespräche mit heißem Getränk auf bunten Sitzmöglichkeiten: Die Bewohner des Landwehrviertels vermissen einen Treffpunkt – die Kirche schafft Möglichkeiten.

### Termine im Landwehrviertel

Dienstags von 15 bis 17.30 Uhr: „Kaffee-Tanke“ an der Grünen Mitte.

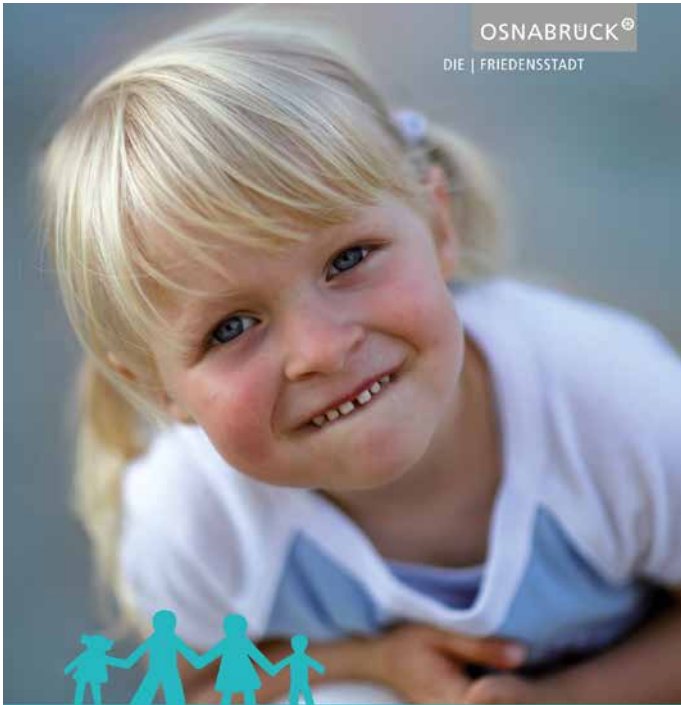
9. Oktober, nachmittags: Der „Durchkreuzer“, ein umgebauter Kleinbus als Ort der Begegnung des Bistums steht an der Grünen Mitte.

14. November: Laternelaufen mit den beiden Kindertages-

stätten (ökumenisch). Geplant ist auch ein Adventsingen an einem Adventswochenende 2024.

Aktuelle Informationen über die Angebote der Kirchen im Landwehrviertel gibt es auch auf Instagram, Stichwort: landwehrviertel

OSNABRÜCK®  
DIE | FRIEDENSTADT



## Wir suchen Pflegeeltern!

Fachbereich für Kinder, Jugendliche und Familien  
Adoptions- und Pflegekinderdienst

Hannoversche Straße 6-8 | 49084 Osnabrück | [www.osnabrueck.de/pflege-adoption](http://www.osnabrueck.de/pflege-adoption)  
E-Mail [info-pflegekind@osnabrueck.de](mailto:info-pflegekind@osnabrueck.de) | Telefon (0541) 323 2429



**HELLMANN**  
FACHANWÄLTE  
RECHTSANWÄLTE · NOTARE

**SORGEN SIE RECHTZEITIG FÜR KLARE VERHÄLTNISSE –  
BEI UNS SIND SIE GUT BERATEN:**

**ROLF MÜLLER**

Rechtsanwalt und Notar  
Fachanwalt für Arbeitsrecht

**RUPERT HOLTKÖTTER**

Rechtsanwalt  
Fachanwalt für Bau- /Architektenrecht

**ANDREAS KARSCH**

Rechtsanwalt  
Fachanwalt für Arbeitsrecht

**DR. FLORIAN ARENSMANN**

Rechtsanwalt und Notar  
Fachanwalt für Verwaltungsrecht

**MAXIMILIAN STUCKENBERG**

Rechtsanwalt  
Fachanwalt für Medizinrecht  
Fachanwalt für Miet- und  
Wohnungseigentumsrecht

**JOSHUA SONNTAG**

Rechtsanwalt

**DR. KARL F. THEDIECK**

Rechtsanwalt  
Fachanwalt für Verwaltungsrecht  
Fachanwalt für Medizinrecht

**DR. ULRICH HELLMANN**

Rechtsanwalt und Notar  
Fachanwalt für Erbrecht  
Fachanwalt für Steuerrecht

**CHRISTIAN BRÖCKER**

Rechtsanwalt  
Fachanwalt für Bau- /Architektenrecht  
Fachanwalt für Arbeitsrecht

**DR. MARCO ATHEN**

Rechtsanwalt  
Fachanwalt für Verwaltungsrecht  
Fachanwalt für Steuerrecht

**JULIA KAUFHOLD**

Rechtsanwältin  
Fachanwältin für Familienrecht

**Wir freuen uns auf Ihren Anruf und  
das Gespräch mit Ihnen:**  
HELLMANN FACHANWÄLTE  
Schloßstraße 16 • 49074 Osnabrück  
Fon: 05 41/9 33 88 - 0 • Fax: 05 41/9 33 88 - 88  
E-Mail: [kanzlei@hellmann-fachanwaelte.de](mailto:kanzlei@hellmann-fachanwaelte.de)  
[www.hellmann-fachanwaelte.de](http://www.hellmann-fachanwaelte.de)

## PROJEKT RESPEKTVOLLE BEGEGNUNG



Ein Ort der Begegnung und des Dialogs soll in den nächsten Wochen durch das Projekt „Transkulturelles und interreligiöses Lernhaus“ der Evangelischen Erwachsenenbildung (EEB) entstehen. Eingeladen sind alle Interessierten: mit und ohne Migrationshintergrund, verschiedener oder keiner Religion.

Drei Konzepte sind es, die die EEB entwickelt: das Lernhaus der Frauen, der Männer und ein offenes Lernhaus. Das Haus der Frauen startet bald. Es treffen sich bis zu 20 Teilnehmerinnen zehn Mal innerhalb eines Jahres. Mit Unterstützung der Projektleiterinnen Laura Ax und Mina Oubelouali lernen sie, sich respektvoll zu begegnen. Die dreistündigen Treffen beginnen mit einer Ankommensphase. Danach bespricht die Gruppe das Thema des Tages. Anschließend tauschen sich die Teilnehmerinnen darüber aus.

Neben dem Austausch über Themen wie Biografie, Rassismus oder Dialogmethoden lernen die Frauen, durch Tanz und Bewegung ohne Sprache zu kommunizieren. Zwischendurch gibt es eine Pause mit Finger-Food-Bufferet aus mitgebrachten Snacks. Zudem treffen sich die Frauen zweimal samstags zum Kochen. Gemeinsam besucht die Gruppe auch kulturelle Orte, zum Beispiel das Theater.

Am Ende des kostenlosen Kurses sind die Teilnehmerinnen als sogenannte Kulturmittlerinnen qualifiziert. Sie sollen das Gelernte an ihr Umfeld weitergeben und das Verständnis füreinander zwischen Menschen unterschiedlicher Kulturen fördern.



[www.lernort-os.de](http://www.lernort-os.de)



## RATGEBER

# HERR PASTOR, WIE HILFT DER GLAUBE IN KRISENZEITEN?

**Es ist immer noch Krieg in der Ukraine und im Gazastreifen, auch in anderen Regionen der Welt ist es unruhig. Und jetzt werden auch die Tage noch kürzer, die Dunkelheit nimmt zu. Wie kann da der christliche Glaube helfen?**

Das hängt zunächst mal von der Art der Krise ab. Auf das Weltgeschehen zum Beispiel habe ich ja im Grunde keinen Einfluss. Da kann ich aber nach einer Haltung suchen, wie ich etwa mit bedrohlichen Nachrichten umgehe, die mich über die Medien erreichen. Es entsteht ja oft ein Sog, dem ich mich bewusst entziehen muss. Bei Ängsten und Sorgen im persönlichen Bereich sieht es schon anders aus. Denen kann ich nicht einfach entfliehen, sondern muss mich ihnen stellen. Da kann der Glaube an einen Gott, der die Menschen sieht, schon helfen.

**Und wenn mir jemand rät, nur tüchtig zu beten?**

Dann wäre mir das zu wenig. Gott ist ja kein Wunschautomat, der Dinge zu erfüllen hat. Aber der Glaube an einen Gott, der sein Volk Israel gerettet hat, der treu ist und an der Seite der Menschen steht, kann natürlich eine Hilfe sein. Dieser Glaube kann die Erkenntnis bringen, dass ich nicht einsam und für alles verantwortlich bin. Wer diesen Sprung wagt, an Gott zu glauben, kann daraus Kraft für sein Leben ziehen.

**Es heißt ja auch, in der Krise könne der Mensch wachsen ...**

Die Geschichten in der Bibel erzählen immer von Menschen, die sich Gott anvertrauen. Damit verläuft ihr Leben nicht automatisch sorgenfrei, sondern sie erfahren selbst Aussichtslosigkeit und sogar auch Glaubenskrisen, das halte ich für eine sehr wichtige Erkenntnis. Aber wenn sie Krisen durchmachen, ist ihnen Gott immer auf besondere Weise nahe. Weil er versprochen hat, ihnen immer treu zu sein. Das gilt auch heute für uns.

**Gott ist mir treu – fällt so eine Erkenntnis einfach vom Himmel oder kann ich etwas dafür tun? Muss ich „Nachhilfeunterricht“ im Glauben nehmen?**

Der christliche Glaube lebt davon, dass wir Erfahrungen machen. Das geschieht, wenn wir uns damit auseinandersetzen. Dann kann sich der Glaube in uns entwickeln, dann kann er wachsen. Dafür ist der Austausch mit anderen wichtig, die auch auf der Suche sind oder schon Ähnliches erfahren haben. Oft fehlen uns ja die Worte, das zu beschreiben, was wir innerlich fühlen. Wenn wir Ängste aussprechen und teilen, haben wir schon etwas Kontrolle und sie werden ein Stück weit kleiner. Deshalb ist ein Gespräch im kleinen oder größeren Kreis hilfreich. Auch und gerade in Krisenzeiten.



PASTOR  
KRUSE  
THEVARAJAH

Kruse Thevarajah ist Pastor in der katholischen Pfarrei Heilig Kreuz im Schinkel.

*Wir freuen uns auf  
Ihren Besuch!*

**Dreier & Horstmann Moden GmbH**

Goethering 33-35 · 49074 Osnabrück · Tel. 05 41 2 73 96 · [www.dh-moden.de](http://www.dh-moden.de)

**dh**  
IHR MODEPARTNER



Zeit,  
um Freunde  
zu treffen

# WIEDER NEU KRAFT TANKEN

Viele Menschen versorgen einen pflegebedürftigen Angehörigen zu Hause – oft rund um die Uhr. Es ist wichtig, dass sie sich Unterstützung holen und die eigenen Kraftreserven wieder auffüllen. Die Selbsthilfegruppe „Pflegerische Angehörige“ kann eine Hilfe sein.

Eine frische Tasse Kaffee, dazu ein Stück Kuchen und eineinhalb Stunden Zeit, um zu plaudern und einen Vortrag zu hören – für viele Menschen, die einen Angehörigen pflegen, sind die Treffen der Osnabrücker Selbsthilfegruppe „Pflegerische Angehörige“ wie eine kleine Auszeit. Hier können sie sich ganz auf ein Gespräch konzentrieren, ohne mit dem Ohr im Nebenzimmer zu sein. Denn wer zu Hause pflegt, ist immer auf Abruf, Tag und Nacht. Pflegerische Angehörige können nicht nach Lust und Laune über ihre Zeit verfügen und sind froh, wenn sie es zum Sport, zum Chor oder zur Selbsthilfegruppe schaffen. So werden diese Treffen doppelt wertvoll.

Dass es wichtig ist, den Pflegealltag unterbrechen zu können, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen und verstanden zu fühlen, hat Gisela Löhberg schon oft beobachtet und

kennt es auch aus eigener Erfahrung. Sie hat die Selbsthilfegruppe 2008 ins Leben gerufen und freut sich, dass es nicht nur einen festen Kern von Personen gibt, die regelmäßig kommen, sondern immer wieder auch neue Interessierte, die in der Gruppe feststellen, wie sinnvoll es ist, sich zu vernetzen und Infos von anderen Betroffenen zu erhalten.

Denn es ist entlastend zu erfahren, dass auch andere sich manchmal überfordert, müde und mutlos fühlen, und es ist hilfreich zu hören, wie andere Betroffene ein Problem angegangen sind und es für sich gelöst haben. Auch die Hinweise der Referentinnen zu Themen rund um die Pflege sind wertvoll, außerdem können Fragen an die Experten gestellt werden. Jede Wortmeldung wird beachtet. Der Austausch in der Selbsthilfegruppe

Zeit,  
um sich bei  
anderen Hilfe  
zu holen



Gisela Löhberg hat die Selbsthilfegruppe ins Leben gerufen.

folgt nur einer Regel: Was hier gesagt wird, bleibt in diesem Raum. „Wir wahren Verschwiegenheit“, sagt Gisela Löhberg.

So tut es vielen gut, ein Gruppentreffen zu besuchen, denn wer so stark gefordert ist, sollte sich mit jemandem aussprechen können. Im Alltag kommen dafür nicht viele Menschen infrage. Freunde und Nachbarn fragen bald nicht mehr nach, wie es den Pflegenden geht. Den Bericht darüber, wie schwer es ist, den Schwiegervater nachts umzulagern, haben die Bekannten schon oft gehört. Aber vielleicht brauchen Pflegende bisweilen einfach die Bestätigung: Oh ja, es ist schwer, was du da leistest. „Die Leute werden oft nicht gesehen“, sagt Gisela Löhberg, „und werden immer isolierter. In der Selbsthilfegruppe können sie einmal über ihre Sorgen sprechen.“

„Die Leute werden oft nicht gesehen und werden immer isolierter.“

Denn auch Gespräche im Familienkreis sind nicht immer leicht. Entfernt lebende Verwandte bekommen den Pflegealltag nur ausschnittsweise mit. Dann kommen womöglich Sätze wie: „Du wolltest Mama

doch selbst pflegen“, bis „Okay, wenn du nicht mehr kannst, suchen wir einen Platz in der stationären Pflege.“ Das wollen viele pflegende Angehörige möglichst lange vermeiden.

So bleiben als gute Ansprechpartner für pflegende Angehörige neutrale Stellen wie die Beraterinnen eines Pflegestützpunktes, Profis in psychologischen Beratungsstellen oder eben die erfahrenen Mitglieder einer Selbsthilfegruppe. Diese sind in die familiäre Situation einer ratsuchenden Person nicht involviert, sie haben keine Eigeninteressen, aber einen großen Erfahrungsschatz und können

gute Denkanstöße geben. Tag und Nacht erreichbar ist die Telefonseelsorge.

### Beratung im Stützpunkt

Wenn es um finanzielle Fragen geht, also darum, welche Leistungen dem Pflegebedürftigen zustehen, sollte man sich immer von Experten beraten lassen. Es gibt Pflegeberater bei den Krankenkassen und in Osnabrück führen die Mitarbeiterinnen des Pflegestützpunktes eine krankenkassenunabhängige Beratung durch. Sie informieren über die verschiedenen Möglichkeiten, als Pflegebedürftiger Geld von der Pflegekasse zu erhalten: ob Pflegegeld, das ausbezahlt

wird, oder als Sachleistungen, die von dem beauftragten Pflegedienst direkt mit der Pflegekasse abgerechnet werden oder eine Kombination von beidem. Sie können auch darüber informieren, welche

Zuschüsse es für Umbauten gibt, zum Beispiel, wenn die Wohnung umgebaut werden muss.

Welche Leistungen einer Person zustehen, hängt davon ab, welcher Pflegegrad ihr vom Gutachter des Medizinischen Dienstes bescheinigt wurde. So gibt es Pflegegeld erst ab Pflegegrad 2 und es wird an den Pflegebedürftigen direkt ausbezahlt. Unter bestimmten Voraussetzungen zahlt die Pflegekasse auch Rentenbeiträge für die Person, die die häusliche Pflege übernommen hat. Fällt die Pflegeperson selbst aus, ist es möglich, Mittel aus der Kurzzeitpflege oder Überbrückungspflege zu beantragen. Beispiel: Die pflegende Tochter ist im Sommer mit Mann und Kindern in den Urlaub gefahren, dafür wurden Mittel aus der Kurzzeitpflege beansprucht, in dieser Zeit ging die Mutter einige Wochen in ein Pflegeheim. Im November fällt die Tochter wegen einer Krankheit aus: Dann können Mittel aus der „Verhinderungspflege“ eingesetzt werden. Mittel aus dem Geldtopf „Verhinderungspflege“ können auch stundenweise genutzt werden. Darüber hinaus steht Pflegebedürftigen Entlastungsgeld



Zeit, um einem Hobby nachzugehen

zu, das ist eine Sachleistung von 125 Euro im Monat.

Durch die verschiedenen Finanzierungsmöglichkeiten durchzublicken, ist ohne Beratung schwer. „Das ist eine Wissenschaft für sich“, sagt Gisela Löhberg. Aber nicht nur der Erholungsurlaub sei wichtig. Auch im Alltag sollte man Möglichkeiten nutzen, um Hobbys fortzuführen und Freude zu erleben, ob beim Tennisspielen oder beim Singen im Chor. Diese Stunden Auszeit können dazu beitragen, dass die pflegende Person wieder Kraft schöpfen kann. Sich dafür Zeit zu nehmen, sei kein Egoismus, betont Löhberg. „Aus einem leeren Brunnen kann niemand schöpfen.“

### Beispiel Tagespflege

Es kann auch sinnvoll sein, wenn der zu pflegende Angehörige eine Tagespflege besucht. Die Menschen werden morgens von einem Fahrdienst abgeholt und verbringen den Tag in der Tagespflege, dort gibt es Mahlzeiten und Beschäftigungsangebote wie die Zeitungsrunde oder gemeinsames Singen. Während der Angehörige in der Tagespflege ist, kann die pflegende Person an diesem Tag zur Arbeit gehen. Wenn sie nicht berufstätig ist, hat sie Zeit für sich – für Arzttermine, Friseur oder Hobbys. Ob man die Tagespflege an ein, zwei oder mehr Tagen in der Woche besuchen will, kann jeder selbst entscheiden. Wenn eine Person wegen Bettlägerigkeit die Tagespflege nicht besuchen kann, verfällt der Anspruch auf die Leistung.

Für die Tagespflege kann auch der Entlastungsbetrag in Anspruch genommen werden. Der Entlastungsbetrag steht Personen zu, die einen Pflegegrad haben und zu Hause gepflegt werden, und dient dazu, sie in der selbständigen Alltagsführung zu unterstützen. Das heißt, das auch hauswirtschaftliche Leistungen darüber finanziert werden können, allerdings nur von Dienstleistern, die mit der Pflegekasse abrechnen dürfen. Aus dem Entlastungsbetrag kann nicht die schon lange für die Familie tätige Reinigungskraft bezahlt werden.



Zeit,  
um das eigene  
Wohlbefinden neu  
zu entdecken

Die Regelungen sind also sehr komplex. Deshalb fordert der Verein „wir pflegen“, in dem Gisela Löhberg aktiv ist, die Einführung eines persönlichen Budgets für Pflegebedürftige, damit die finanziellen Mittel flexibler eingesetzt werden können. Aus solch einem Budget könnte man auch den Nachbarn für seine Hilfe bezahlen.

Beratung gibt es beim Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen der Stadt Osnabrück, Stadthaus II, Natrufer-Tor-Wall 5, Telefon 05 41 3 23 44 94.

Text: Andrea Kolhoff

Alle Pflegebroschüren stehen im Internet beim Bundesgesundheitsministerium zum Download in der jeweils gültigen Fassung zur Verfügung: [www.bundesgesundheitsministerium.de/service/publikationen/pflege.html](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/publikationen/pflege.html)

### Selbsthilfegruppe trifft sich monatlich

Die Selbsthilfegruppe „Pflegende Angehörige“ trifft sich einmal im Monat im Gemeindehaus der Bonnusgemeinde in Osnabrück, Obere Martinstraße 54. Die Teilnahme ist kostenfrei, es ist aber ratsam sich anzumelden: Telefon 05 41 4 17 89, E-Mail: [gloehberg@t-online.de](mailto:gloehberg@t-online.de). Die Treffen finden in der Regel an jedem dritten Montag im Monat von 15 bis 16.30 Uhr statt.

Das Programm: 16. September: „Ratschläge sind auch Schläge – vom Umgang mit (gut gemeinten) Äußerungen.“ 21. Oktober: Themenplanung für 2025 und Gespräch. 18. November: „Barrieren im Pflegehaushalt erkennen und beseitigen“. 9. Dezember: Adventlicher Nachmittag.

Internet: [www.pflegende-angehoerige-os.de](http://www.pflegende-angehoerige-os.de)



**MEHR** als du glaubst.

**HOFFNUNG**

Wir möchten inspirieren, mit Beiträgen über Projekte, Menschen und Orte, die hoffnungsvoll auf die Gegenwart und in die Zukunft blicken.

**Ihre Vorteile auf einen Blick:**

- drei Ausgaben kostenlos und unverbindlich
- nach Ablauf der Leseprobe entscheiden Sie, ob Sie ein Abo abschließen möchten
- 64 Seiten mit Interviews, Impulsen und Glaubenszeugnissen



Kirchenbote – Katholisches Magazin für das Bistum Osnabrück



**Kostenfreie Leseprobe bestellen unter**

[www.aussicht.online/abo-kibo-leseprobe](http://www.aussicht.online/abo-kibo-leseprobe)

## VORTRAG MIT WENIG GELD VIEL GUTES TUN

Sie sind nur wenige, aber sie können weltweit wirken: Die Osnabrücker Regionalgruppe von Oikocredit informiert mit einem Vortrag am Donnerstag, 24. Oktober, über die Möglichkeiten ethischer Geldanlage. Beginn ist um 19 Uhr im Gemeindehaus der reformierten Kirche, Bergstraße 16. Pastor Jan-Henry Wanink spricht unter dem Titel „Glaube und Geld“ darüber, worauf wir uns beim Geld einlassen und warum es so viele Tabus um das Geld gibt.

Die Idee für die Initiative Oikocredit ist vor rund 50 Jahren auf einem ökumenischen Weltkongress entstanden. Die Initiative vermittelt Mikrokredite zwischen wenigen hundert und wenigen tausend Euro an Menschen in armen Ländern des globalen Südens. Verschiedene kirchliche Gemeinschaften gehören zum Kreis der Genossenschaftler. „Manchmal hilft ein kleiner Betrag einem Unternehmen, das keinen Zugang zu einer Bank hat“, sagt Markus Klein. Der Osnabrücker hatte vor mehreren Jahren etwas Geld geerbt, das er ethisch anlegen wollte; so kam er zu Oikocredit. „Das gibt mir ein gutes Gefühl“, sagt er. Klein engagiert sich in der katholischen Pfarrei Heilig Kreuz im Schinkel. „Wenn wir Eucharistie feiern, haben wir symbolisch alle Christen mit am Tisch“, sagt er. „Und denen soll es auch gut gehen.“



200 Euro ist der Mindesteinlagewert, den man bei der Genossenschaft einbringen muss. Die Rendite zwischen 0,5 und zwei Prozent liegt unterhalb der Inflationsrate, aber das macht Markus Klein nichts aus. Seine kleine Regionalgruppe macht Werbung für die Idee, zum Beispiel durch Vorträge oder durch einen Stand in der Fußgängerzone.

An der jüngsten landesweiten Mitgliederversammlung haben etwa 50 Frauen und Männer teilgenommen.



[www.oikocredit.de](http://www.oikocredit.de)

# PREISRÄTSEL

Wenn Sie die Fragen richtig beantworten, ergeben die zugehörigen Buchstaben das Lösungswort.

**Lieblingsplatz:**

Wie alt ist Karin Epheser?

- A – 49
- K – 50
- G – 51

Wo wächst in Osnabrück ein neuer Stadtteil?

- R – Schinkel
- A – Atter
- E – Hellern

Welches Lernhaus will die EEB zunächst entwickeln?

- S – Frauen
- W – Männer
- I – Offen

In welcher Pfarrei ist Kruse Thevarajah Pastor?

- B – St. Johann
- E – St. Joseph
- T – Heilig Kreuz

Wo entstand die Idee für die Initiative Oikocredit?

- N – Bundestag
- A – Weltkongress
- S – Synode

Für welches Gebäude schuf Barlach den „Schwebenden“?

- I – Osnabrücker Dom
- N – Güstrower Dom
- S – Petersdom

Was kostet ein Menü in der Tageswohnung des SKM?

- N – 3 Euro
- R – 2,50 Euro
- I – 2 Euro

Wann ist Nina Brunetto geboren?

- N – 1989
- R – 1990
- E – 1991

Ein Tipp: Die Lösungen entdecken Sie, wenn Sie diese Ausgabe des Christ:OS aufmerksam durchlesen.

## ZU GEWINNEN

### 1. PREIS:

Eine Holzwandkarte „Roma“ (35x35x6 cm) der Firma Cutting Brothers.  
Wert: 199 €



### 2. PREIS :

1x2 Tickets für das Rock-Konzert von „Dead or alive– A Bon Jovi Tribute“ am 26. Oktober in der Klosterschänke in Kloster Oesede. Wert: 36 €

*Klosterschänke*

### 3. PREIS :

Eine „Wunderkachel“ (10x10 cm) der Dom Buchhandlung mit einem Bild vom Dom. Wert: 15 €



### 4-6. PREIS :

Bildkalender mit besinnlichen Sprüchen für 2025 vom Benno-Verlag Leipzig.

Schicken Sie Ihre Lösung bis 30. September 2024 per Post an Dom Medien, Stichwort Christ:OS-Rätsel, Schillerstraße 15, 49074 Osnabrück. Oder (Absender nicht vergessen) per E-Mail: [christ-os@dom-medien.de](mailto:christ-os@dom-medien.de)



## Setzen Sie auf die Zukunft!

**fip**  
EnergiePartner

Mit Öl-Brennwerttechnik + Solarthermie und Photovoltaik



Aral HeizölPlus – das saubere Sparheizöl!

TÜV-geprüft: weniger Ruß, mehr Wärme. Von Heizungsherstellern empfohlen.

Heinrich Fip GmbH & Co. KG • Aral Markenvertriebspartner  
49090 Osnabrück • Telefon 0541 60990 • [info@fip.de](mailto:info@fip.de) • [www.fip.de](http://www.fip.de)



# BEI EINER TASSE KAFFEE DIE TRAUER BEARBEITEN

Einmal im Monat bieten Ehrenamtliche auf dem Schinkeler Friedhof die Möglichkeit zum Gespräch. Viele Besucherinnen und Besucher haben schon die Gelegenheit genutzt und erlebt: Reden hilft.

Wer den Schinkeler Friedhof besucht, hat einmal im Monat die Chance auf eine Tasse Kaffee oder Tee und ein nettes Gespräch. Denn seit fast zwei Jahren gibt es dort ein ökumenisches Friedhofscafé, das von ehrenamtlichen Helferinnen betreut wird. Mittlerweile hat sich das Angebot herumgesprochen. „Eine Frau in Trauer kam an einem Sonntag gezielt auf uns zu“, sagt Annegret Bünthe, eine der beiden Initiatorinnen des Friedhofscafés. Während die Frau von ihrer Situation erzählte, gesellte sich noch eine andere Dame dazu,

die ebenfalls vor Kurzem jemanden verloren hatte. Bünthe habe beobachtet, wie die beiden Frauen miteinander ins Gespräch gekommen sind. „Sie haben sich ausgetauscht und gegenseitig unterstützt“, sagt Bünthe. „Das sind so wertvolle Begegnungen.“

Dass die Menschen gezielt zum Friedhofscafé kommen, war aber nicht immer so. Das Projekt hat sich erst mit der Zeit etabliert. Angefangen hat alles mit einer Idee von Petra Möller und Annegret Bünthe. Beide

sind ehrenamtlich in der Sterbe- und Trauerbegleitung tätig und haben von einer Kollegin gehört, dass es auf einem Friedhof im Landkreis ein solches Angebot gibt. So beschlossen beide, die Pastorin der evangelisch-lutherischen Kirche, Anne-Kathrin Bode, anzusprechen und ihr diese Idee für den eigenen Friedhof zu unterbreiten. Für Bode war direkt klar: „Das passt hier super hin.“

Daraufhin durften die beiden Frauen das Friedhofscafé im November 2022 am Totensonntag ausprobieren.



Doch die Friedhofsbesucher waren zunächst irritiert. Oft wurde gefragt: „Wer sind Sie überhaupt?“ Sobald sie den Besuchern das Projekt erklärt hatten, ließen sich einige auf einen Kaffee oder Tee und ein Gespräch ein. Die Resonanz war so gut, dass das Café auch im Jahr 2023 immer mal wieder an verschiedenen Tagen stattgefunden hat. In der Zwischenzeit haben sich weitere Mitstreiterinnen für dieses Projekt gefunden. Dem Aufruf von Anne-Kathrin Bode sind auch zwei Frauen aus der katholischen Kirchengemeinde Heilig Kreuz gefolgt. Mittlerweile besteht das ökumenische Team aus circa zehn Ehrenamtlichen, sodass das Café nun regelmäßig jeden zweiten Sonntag im Monat öffnet.

Auf die Frage, wer das Gesprächsangebot annimmt, antwortet Annegret

Bünthe: „Auf dem Friedhof sind am Wochenende viele ältere Menschen, die alleine sind. Die sind einfach froh, Dinge erzählen zu können.“ Möller ergänzt: „Dabei muss es nicht um Trauer gehen. Viele Gespräche drehen sich um Dinge, die die Menschen hier vor Ort bewegen. Zum Beispiel, dass eine Buslinie nicht mehr am Friedhof hält, oder dass es zu wenig Treffmöglichkeiten im Schinkel gibt.“

Walburga Klare, eine der beiden katholischen Ehrenamtlichen, erzählt, dass einige Friedhofsbesucher mit ihr auch über ihre Verluste gesprochen haben. „Mir ist es wichtig, dass die Menschen mit ihrer Trauer nicht alleine sind“, sagt sie. Ihre eigenen Erfahrungen mit dem Thema hätten sie gelehrt, den Weg des Loslassens zu akzeptieren. Dabei helfen Gespräche. So könne auch das

„Jede Minute, die wir hier stehen, hat ihren Sinn.“

Friedhofscfé dazu beitragen, dass Menschen ihren Frieden mit ihrer Situation finden, sagt Klare.

Die Menschen, die zum Friedhofscfé kommen, suchen oftmals nur ein offenes Ohr, sagt Bünthe und erzählt von einer Begegnung: „Eine ältere Dame ist auf mich zugekommen und hat erzählt, dass sie

das Grab eines Angehörigen immer alleine aufsuchen müsse. Also habe ich ihr angeboten, sie zu begleiten.“ Am Grab habe die Dame ihr von ihrer Familie erzählt und habe in Erinnerungen geschwelgt, berichtet Bünthe. Nach einer Weile habe sich die ältere Dame bei Bünthe bedankt. Am Stand des Friedhofscfé trank sie noch einen Kaffee und ging freudestrahlend nach Hause.

„Das sind die Momente, die uns dankbar machen. Jede Minute, die wir hier stehen, hat ihren Sinn“, sagt Bünthe. Das Friedhofscfé ist ein Ort für Kontakt. Egal, ob nettes Pläuschchen, tiefgreifendes Gespräch oder nur eine Tasse Kaffee: Im Friedhofscfé ist jeder willkommen.

Text: Jasmin Lobert



Freundliche Atmosphäre: Die Ehrenamtlichen sind an jedem zweiten Sonntag im Monat auf dem Schinkeler Friedhof.

Das Friedhofscfé wird unterstützt von den Schinkeler Kirchengemeinden, von der Friedhofsverwaltung, von den Bürgervereinen und dem Quartiersmanager. Es findet an jedem zweiten Sonntag im Monat von 14 bis 16 Uhr vor der Kapelle des Friedhofs (Belmer Straße 126) statt.

Der Osnabrücker Service-Betrieb (OSB) unterstützt Initiativen, Gemeinden, Gruppen oder Einzelpersonen, die soziale Ideen umsetzen möchten, um die Friedhöfe der Stadt zu beleben. Kontakt zu Eva Güse: Telefon 0541 3232251.

## AUSSTELLUNG

# MIT KUNST GEGEN DEN KRIEG

Da fliegt er hin, manövriert ganz ruhig, vielleicht bewegt er sich auch gar nicht: der Schwebende – eine Bronzefigur, die Ernst Barlach 1927 für den Güstrower Dom geschaffen hat. Das Gewand ist in große Falten gelegt, mit geschlossenen Augen hält er Kurs. Wer ihn genau anschaut, kann es sehen: Dieser Engel trägt die Gesichtszüge der Bildhauerin Käthe Kollwitz. Die Figur ist noch bis zum 20. Oktober in der Kirche St. Katharinen zu sehen, anlässlich der Ausstellung „Nie wieder Krieg“ mit Werken von Barlach und Kollwitz. Die Nazis brandmarkten ihre Werke als „entartete Kunst“.

Die meisten Objekte werden im Museumsquartier präsentiert, drei Werke von Barlach aber in der Katharinenkirche. Es sind neben dem „Schwebenden“ der „Lehrende Christus“ und das „Kruzifix II“, das im Altarraum hängt und sich so gut einfügt, dass es zur Kirche zu gehören scheint.



Der schwebende Engel ist so ausgerichtet, dass er zur in der Kirche hängenden Gedenktafel mit den Namen der im Ersten Weltkrieg verstorbenen Soldaten blickt. Das passt gut, denn als Barlach dieses Werk der Güstrower Kirchengemeinde anbot, hatte er kein Ehrenmal für Kriegshelden im Sinn, sondern ein Denkmal, das an die Toten des Ersten Weltkriegs erinnern sollte. Die Figur hat Augen und Mund geschlossen, als ob sie die Außenwelt ausblenden wolle. Im Museumsquartier selbst ist eine weitere Skulptur Barlachs zu sehen, die für den kirchlichen Raum gedacht war. Es ist der Bettler mit Krücken, entstanden 1929 als einer der Entwürfe für ein Figurenfries an der Westfassade der Katharinenkirche in Lübeck. Die Ausstellungsbesucher haben Gelegenheit, die Werke von Barlach und Kollwitz zu vergleichen.



Zur Ausstellung gibt es ein Rahmenprogramm mit Vorträgen im Gemeindesaal, Führungen und Gottesdiensten. Alle Termine finden sich auf der Homepage des Museumsquartiers: [www.museumsquartier-osnabrueck.de/#veranstaltungen](http://www.museumsquartier-osnabrueck.de/#veranstaltungen)

PROGRAMM VON SEPTEMBER  
BIS OKTOBER 2024:  
JETZT IN VORVERKAUF!

IMMER SONNTAGS  
UM 11:30 UHR!

\*KEINE Zuschläge! Auch Erwachsene zahlen nur 3,90 € je Ticket!



NEU!

MEIN  
NÄCHSTER  
KINOBESUCH  
KIDS-HITS ZUM  
SUPER-SPARPREIS:  
JEDES TICKET  
NUR 3,90 €\*!



2für1-Gutschein an der  
Kasse einlösbar. Gilt nicht  
für Sonderveranstaltungen.  
Gültig bis 31.10.2024!

**HALL OF FAME**  
KINO & LUXE  
HALL-OF-FAME.ONLINE

## BUCHTIPPS

# DEMENZ: EIN SCHWERES THEMA WIRD LEICHT ERZÄHLT

### Liebe Leserin, lieber Leser!

Demenz – das ist das Verbindende der drei Bücher, die ich Ihnen dieses Mal vorstelle. Und Sie werden sehen, auch ein so schweres Thema lässt sich mit erstaunlicher Leichtigkeit behandeln.

Das zeigt der Roman „Der Bademeister ohne Himmel“ von Petra Pellini. Im Mittelpunkt steht die 15-jährige Linda. Mehrmals in der Woche betreut sie einen dementen ehemaligen Bademeister. Damit entlastet sie die polnische Pflegerin, wird aber auch selbst aus ihren trübseligen Gedanken geholt. Sie hat eine ganz großartige, unkonventionelle Art, auf den alten Mann einzugehen und seine Erinnerungen wachzuhalten. Das wird mit feinem Humor erzählt. Die Autorin war selbst lange in der Pflege Demenzerkrankter tätig, und das merkt man diesem Roman an. Man kann tatsächlich etwas lernen für den eigenen Umgang mit demenzerkrankten Menschen.



In dem Familienroman „Die andern sind das weite Meer“ von Julie von Kessel geht es darum, was eine Demenzerkrankung für die Angehörigen bedeutet. Drei erwachsene Geschwister sind damit konfrontiert, dass der Vater zunehmend orientierungslos wird. Nur eine Schwester lebt vor Ort, die anderen sind weit weg. Sie wissen eigentlich, dass sie sich kümmern sollten, haben jedoch

mit ihren eigenen Problemen genug zu tun. Doch als der Vater eines Tages verschwindet, müssen sie sich der Situation stellen. – Ein beeindruckender Roman darüber, was es heißt, als Familie zusammenzuhalten und Verantwortung zu übernehmen.

Zuletzt ein sehr persönliches Buch: „Alte Eltern. Über das Kümmern und die Zeit, die uns bleibt.“ Autor Volker Kitz erzählt von seinem Vater, der an zunehmender Demenz leidet, und von seinem eigenen Umgang damit: dem langen Weg vom Übersehen der ersten Anzeichen bis zu dem Punkt, an dem er die Entscheidungen für seinen Vater treffen muss, ihn schließlich in ein Pflegeheim in seiner Nähe holt, fast täglich besucht und so bis zum Tod begleitet. Dabei verbindet er seine persönlichen Erfahrungen mit wissenschaftlichen Fakten und mit Erkenntnissen, die er aus der Literatur gewonnen hat. All das erzählt Volker Kitz exemplarisch für seine ganze Generation. Viele werden sich, so wie ich, darin wiederfinden können.

Drei ganz unterschiedliche Bücher zu einem wichtigen Thema. Vielleicht ist ja auch für Sie etwas dabei. Ich wünsche Ihnen viele gute Leseerlebnisse!

Herzlichst,  
Anke Bredemann  
Dom Buchhandlung



Petra Pellini, Der Bademeister ohne Himmel, 23,- €



Julie von Kessel, Die andern sind das weite Meer, 23,-€



Volker Kitz, Alte Eltern. Über das Kümmern und die Zeit, die uns bleibt, , € 23,-



Telefon: 0541 35738-20  
bestellservice@  
dom-buchhandlung.de  
www.dom-buchhandlung.de

## Sie brauchen Hilfe?

Sie suchen Informationen zu Angeboten der Kirche in der Stadt? Sie interessieren sich für Vorträge, Veranstaltungen, Kultur? Sie suchen jemanden für ein vertrauliches Gespräch? Sie wollen jemandem begegnen? Hier erhalten Sie Hilfe:

**Forum am Dom.** Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Einrichtung der katholischen Kirche haben Zeit zum Gespräch, geben Tipps für die Anliegen und vermitteln Hilfe. Domhof 12, 49074 Osnabrück. Öffnungszeiten: dienstags bis sonntags 10 bis 18 Uhr. Telefon: 0541 318-280, E-Mail: [forumamdom@bistum-os.de](mailto:forumamdom@bistum-os.de); Internet: [www.forum-am-dom.de](http://www.forum-am-dom.de)

**City-Seelsorge** in der Sakristei der ev.-luth. Katharinenkirche. Es gibt vertrauliche Gespräche im geschützten Raum und es werden Hilfen vermittelt. An der Katharinenkirche, 49074 Osnabrück. Öffnungszeiten: jeden Donnerstag von 11 bis 13 Uhr. Der Zugang ist über den Haupteingang möglich. Internet: [www.katharinen.net/gemeindeleben/city-seelsorge](http://www.katharinen.net/gemeindeleben/city-seelsorge)

## IMPRESSUM CHRIST:OS

### Herausgeber:

Dom Medien GmbH  
Schillerstraße 15,  
49074 Osnabrück  
Telefon: 0541 318-600,  
[www.dom-medien.de](http://www.dom-medien.de)

### Chefredakteur:

Ulrich Waschki

### Redaktion:

Astrid Fleute, Andrea Kolhoff, Jasmin Lobert, Matthias Petersen

### Anzeigen-/Werbeverkauf:

Osning Medien GmbH  
Marco Ostendorf,  
Telefon: 05401 83737-11  
[anzeigen@osning-medien.de](mailto:anzeigen@osning-medien.de)

### Gestaltung:

Katrin Kolkmeier

### Druck:

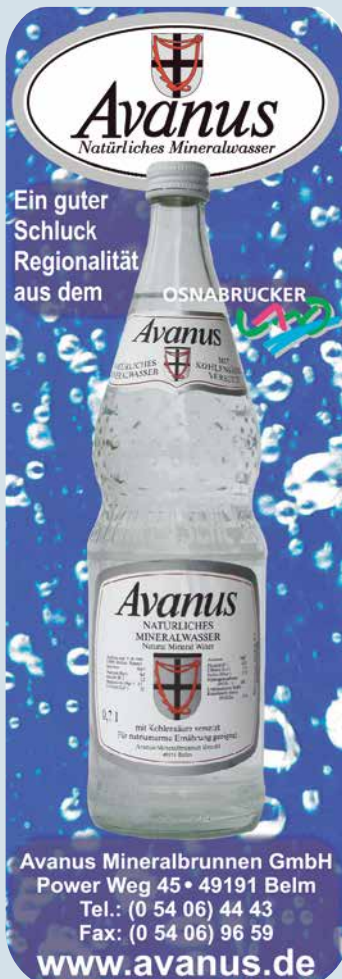
Bonifatius GmbH Druck |  
Buch | Verlag, Paderborn

### Fotonachweis:

istockphoto: Fred Boese (1), Nastasic (13), SolStock (10), SouthAgency (12); A. Fleute (6, 7); A. Kolhoff (12); K. Kolkmeier (3, 23, 19); Th. Osterfeld (4, 17, 18, 21); M. Petersen (5, 9); J. Schulze (8); unsplash.com (14, 16)

„CHRIST:OS“ wird im Osnabrücker Stadtgebiet an jeden Haushalt verteilt – es sei denn, auf dem Briefkasten wird das Einwerfen kostenloser Zeitungen untersagt. Sie fühlen sich von unserer Zustellung belästigt? Das wollen wir vermeiden. Bitte schreiben Sie uns in diesem Fall eine E-Mail: [redaktion@christ-os.de](mailto:redaktion@christ-os.de)

Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel ausgezeichnet.



**Avanus**  
Natürliches Mineralwasser

Ein guter Schluck Regionalität aus dem OSNABRÜCKER

Avanus  
NATÜRLICHES MINERALWASSER  
Natur Mineral Wasser

Avanus Mineralbrunnen GmbH  
Power Weg 45 • 49191 Belm  
Tel.: (0 54 06) 44 43  
Fax: (0 54 06) 96 59  
[www.avanus.de](http://www.avanus.de)



Webseite [christ-os.de](http://christ-os.de):  
Alle Ausgaben nachschlagen



OSNABRÜCK®  
DIE | FRIEDENSTADT

M<sup>4</sup>  
MUSEUMSQUARTIER  
OSNABRÜCK

ERÖFFNUNG  
AM SO 15.9.24

DEMOKRATIE  
ZÄHLT!  
DIE VILLA

FORUM FÜR ERINNERUNGSKULTUR UND ZEITGESCHICHTE

Museumsquartier Osnabrück | Lotter Straße 2 | 49078 Osnabrück  
[www.museumsquartier-osnabrueck.de](http://www.museumsquartier-osnabrueck.de) | [museum@osnabrueck.de](mailto:museum@osnabrueck.de)  
Telefon: 0541 323-2207 / 323-2237

## HILFE FÜR WOHNUNGSLOSE OHNE SPENDEN GEHT ES NICHT

Salat, Hauptgang und Nachtisch – und das für zwei Euro. Bedürftige Menschen haben in Osnabrück die Möglichkeit, in der Tageswohnung für Wohnungslose (Bernhard-Schopmeyer-Haus, Bramscher Straße 11) für kleines Geld zu essen. Die Tawo, wie die Einrichtung bei Insidern heißt, hat einen neuen Dienstleister. Seit ein paar Wochen kochen Frauen und Männer der Katholischen Familienbildungsstätte (Fabi) für die Wohnungslosen. Die Organisatoren sind überzeugt, dass alle nur gewinnen können.



19 Teilnehmerinnen und Teilnehmer einer sogenannten Arbeitsgelegenheit des Job-Centers sind in der Küche der Fabi beschäftigt. Sie versorgen das hauseigene Bistro mit bis zu 75 Mahlzeiten täglich, außerdem das Mehrgenerationenhaus in Haste mit rund 25 Essen pro Tag, dann die Kindermahlzeit. Jetzt kommt ein neuer Auftrag dazu. Die sozial eingestellte Fabi gewinnt die sozial eingestellte Tawo als Kunden. „Abgerechnet wird zum realistischen Preis“, sagt Tawo-Leiter Thomas Kater. Ausgegeben wird das Essen aber deutlich darunter, so dass die Tawo auf Spenden angewiesen ist, um den Service an ihre Kunden finanzieren zu können.

Was da gekocht wird, ist kein Einheitsbrei. „Für das Menü stehen wir in engem Kontakt mit der Fabi-Küche“, sagt Kater. Zum Auftakt gab es Hähnchenschenkel mit Kartoffelsticks, dann Pizza – und eine Torte, die auch der Öffentlichkeit präsentiert wurde. Puffer, Gulasch oder Eintopf – darauf können sich die Tawo-Gäste schon freuen. Eines ist Kater wichtig: „Es müssen ordentliche Portionen sein!“ Nicht zuletzt ist auch jeden Tag eine vegetarische Variante im Angebot.



Wer die Tageswohnung mit einer Spende unterstützen möchte, findet hier die notwendigen Daten: <https://skm-osnabrueck.de/fachbereiche/soziale-dienste-skm-ggmbh/tageswohnung>








### [ER]LEBEN UND BEGEGNEN - Werden Sie unser Gast!



**Jugendkloster Ahmsen**  
Bildungs- und Begegnungshaus

Mitten in der Urlaubsregionen Hasetal und Hümmling finden Sie zwei der modernsten und leistungsstärksten Jugendbildungsstätten im nord-westlichen Bundesgebiet. Unsere beiden Bildungs- und Beleghäuser bieten Ihnen insgesamt 199 Betten, moderne Seminarräume und ein hervorragendes Tagungsmanagement. Ob Klassenfahrt oder Familientreffen, Probenwochenende mit dem Musikverein oder Jahresversammlung Ihre Verbandes, Ferienfreizeit oder Pilgern. Wir heißen Sie als Gruppe oder Einzelgast herzlich willkommen in unseren Häusern. Genießen Sie die historische Schönheit im Marstall Clemenswerth und die naturnahe Idylle im Jugendkloster Ahmsen.

Weitere Informationen unter [www.marstall-clemenswerth.de](http://www.marstall-clemenswerth.de)



**Jugendbildungsstätte Marstall Clemenswerth**








jetzt buchen!

## Forellen

fang-frisch oder geräuchert

### Unsere Öffnungszeiten:

Fr. + Sa.: 9.00 - 12.30 Uhr

Freitag: 15.00 - 17.00 Uhr



FORELLENZUCHT  
**Dettmeyer**

Bergstraße 1, 49186 Bad Iburg  
Telefon: 054 03 / 23 56  
[www.fisch-dettmeyer.de](http://www.fisch-dettmeyer.de)

# AOK

## Ihr AOK-Team im Außendienst – vor Ort und online für Sie da.

- Wichtige Produkte und Services für Privat- und Firmenkunden einfach erklärt
- Schnell alle Kontaktdaten auf einen Blick
- Termin vereinbaren oder direkt AOK-Mitglied werden



Besuchen Sie uns auf  
[aok.de/nds/ad-kontakt](http://aok.de/nds/ad-kontakt)

AOK Niedersachsen. Die Gesundheitskasse.

## Brückner ♦ Lange ♦ Unger ♦ Dr. Berger

Partnerschaft von Rechtsanwälten mbB, Notare

### Rechtsanwälte

Harald Brückner	Rechtsanwalt bis 07 / 22 und Notar a.D.
Franz Lange	Fachanwalt für Versicherungsrecht
Detlef Unger	Notar, Fachanwalt für Arbeitsrecht
Dr. Martin Berger	Notar, Fachanwalt für Medizin- u. Versicherungsrecht
Jörg Gottschlich	Notar, Fachanwalt für Verkehrsrecht
Martina Kleine	Fachanwältin für Familienrecht
Dr. Thorsten Arnemann	Fachanwalt für Bau- u. Architektenrecht
Christian Lange	Fachanwalt für Versicherungsrecht
Katrin Holthoff	

Kollegienwall 26 | 49074 Osnabrück | Tel. 0541 35840 - 0  
Fax 0541 35840 - 48 | [info@brueckner-lange.de](mailto:info@brueckner-lange.de) | [www.brueckner-lange.de](http://www.brueckner-lange.de)

## LESUNG

# WIE ICH ZUR CHRISTIN WURDE

Nina Brunetto 1991 geboren, hat eine ungewöhnliche Geschichte erlebt und daraus ein Buch gemacht. Jetzt kommt sie nach Osnabrück, um im Forum am Dom (Domhof 12) aus „Dinner mit dem Abt“ zu lesen. Sie wuchs in einem Haushalt auf, in dem Religion keine Rolle spielte. „Lange dachte ich, ich sei Atheistin, brauche und kenne keinen Gott, will keine Kirche, nichts davon. Aber an irgendwas Höheres habe ich schon geglaubt, ich wollte es nur nicht sehen.“

Ihre Kindheit und Jugend waren von Vorurteilen vor allem gegenüber der Institution Kirche geprägt, wie sie ihr in ihrem Umfeld und durch die Medien vermittelt wurden. Dennoch begegnen ihr auf ihrem Weg immer wieder Menschen, die sie zum Nachdenken über ein mögliches „Mehr“ zwischen Himmel und Erde bringen. Und als sie bei einer Einladung zum Abendessen im großen Kreis plötzlich unerwartet ihren Platz neben dem Abt der Abtei Münsterschwarzach findet, wird das Gespräch mit dem Mann des Glaubens zu einem Wendepunkt in ihrem Leben.

Die Lesung findet statt am **Mittwoch, 25. September** um 19.30 Uhr. Eintritt: 8 Euro. Kartenvorverkauf und Reservierung unter Telefon 0541 318280.

## REPARATURCAFE

# WER WILL HELFEN?

Im Osten der Stadt wollen verschiedene Institutionen – darunter die Kirchen – ein Reparaturcafé installieren. Gesucht werden handwerklich begabte Ehrenamtliche, denen es Spaß macht, gemeinsam zu tüfteln und Dinge zu reparieren. Bei einem Infotermin am Dienstag, 24. September von 17 bis 18.30 Uhr, wird die Idee näher vorgestellt. Treffpunkt ist im Sozialen Laden, Bremer Straße 228.

## REZEPT

# TÜRKISCHE PIDE MIT SPINAT-FETA-FÜLLUNG

### Zutaten für vier Personen

Für den Teig	1 Packung Backpulver
100 ml Milch	Für die Füllung
1/2 Würfel Hefe	100 g Zwiebeln
1 TL Zucker	1 Knoblauchzehe
150 g Joghurt	500 g TK-Spinat
470 g Mehl	30 ml Olivenöl
110 ml Olivenöl	120 g Joghurt
1 TL Salz	120 g Feta
1 Ei (getrennt)	1 TL Salz
	Prise Pfeffer

### Zubereitung

Zimmerwarme Milch, Joghurt, Hefe und Zucker vermischen. Mehl, Öl, Salz, Eiweiß und Backpulver zugeben und gründlich verkneten. Den Hefeteig zu 8 Kugeln formen und abgedeckt mind. 10 min an einem warmen Ort ruhen lassen. (Heizung, Backofen bei 50 Grad, ...)

Für die Füllung die Zwiebeln klein hacken, Knoblauch reiben und in einen größeren Topf geben. Den aufgetauten Spinat klein hacken und untermengen. Olivenöl zugeben und ca. 8 min bei mittlerer Hitze dünsten. Den Topf vom Herd nehmen. 100 g Joghurt mit zerkrümeltem Feta mischen und zur Füllung geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Teigkugeln zu ovalen Fladen ausrollen, mit knapp 2 EL der Füllung bestreichen, Ränder umklappen, Enden gut zudrücken

Rand mit einer Eigelb-Joghurt-Mischung (1 EL Joghurt und ein Eigelb) bestreichen. 12–15 min bei 180 °C (Umluft) goldbraun backen.

**Guten Appetit!**



# Vitamin D

## hochdosiert ab FMO



**Ab Flughafen Münster/Osnabrück starten Sie das ganze Jahr über in Richtung Sonne und tanken dabei Vitamin D gratis.**

Hurghada in Ägypten, die Kanarischen Inseln Gran Canaria, Fuerteventura und Teneriffa, Mallorca, Alicante und Antalya: All diese Ziele bieten während der Wintermonate angenehm warme Temperaturen und werden mehrmals pro Woche ab FMO angesteuert. Wieso also nicht vor der Haustür starten und bequem, flexibel und schnell den Sommer verlängern? Wir fliegen ab hier.

Jetzt buchen



[fmo.de](https://www.fmo.de)