

# BENE

22

DAS MAGAZIN DES BISTUMS ESSEN

SEPTEMBER/OKTOBER 2017

## BITTE MAL DANKE SAGEN!

GUTES BENEHMEN  
IST MÖGLICH –  
INTERVIEW MIT EINER  
KNIGGE-TRAINERIN

INTERNET-SUCHT:  
„OASIS“ BOCHUM  
BIETET HILFE

KNIEN, BETEN, SINGEN:  
WAS IST WANN ZU  
TUN IM GOTTESDIENST?

+ KARTEN FÜR TOLLE  
TANZMUSICALS UND  
SPIELE-MESSE  
ZU GEWINNEN +





## EDITORIAL: DANKE SAGEN

*Liebe Leserin, lieber Leser,*

der Sommer nähert sich dem Ende, wie schnell sind doch diese Ferien wieder vergangen! Das darf nicht wahr sein! Nun hat die meisten von uns der Alltag wieder. Frühes Aufstehen, Fremdbestimmung, Stress und Hektik heißt das für viele. Und man ertappt sich dabei, dass man, kaum ein bisschen erholt, schon nach ein paar Tagen den nächsten Urlaub herbeisehnt. Schöner wäre es, wir könnten länger davon zehren. Doch wie kann das gelingen?

Vielleicht versuchen wir es zunächst einmal ganz schlicht mit dem Wörtchen „Danke“. Die Zeit des Spätsommers mit dem sich anschließenden Erntedankfest ist gut geeignet, mal eine Zwischenbilanz zu ziehen, sich an die hoffentlich mehr fröhlichen und erbaulichen Momente der vergangenen Monate zu erinnern. Was haben wir nicht alles geschafft, was gemeinsam mit Familie, Freunden, Kollegen erlebt und geleistet? Wem gebührt der Dank, wer hat uns geholfen? Ist es nicht längst an der Zeit, mal Dankeschön zu sagen? Und damit auszudrücken: Schön, dass es Dich gibt!

Das Wort „Danke“ gehört zum guten Ton, wovon diese BENE-Ausgabe unter anderem handelt (S. 14 bis 17), doch es ist deutlich mehr als eine Höflichkeitsformel, wenn man es bewusst und ehrlich einsetzt. Es ist eine Liebeserklärung an das Leben, es kann ein Türöffner sein, alte Bekanntschaften in Schwung bringen, neue Begegnungen fördern. Ja, vielleicht lässt sich das „Danke“ ja auch mit einer kleinen Aufmerksamkeit und ein paar Zeilen kombinieren, die ausdrücken, wofür man sich einmal bedanken will. Ich finde, das könnte eine beflügelnde Aufgabe für den herannahenden Herbst sein. Weil sie uns auch herausfordert, einmal zu sortieren, welche Menschen uns wichtig sind, welchen wir zu Dank verpflichtet sind, welche sich vielleicht auch bei uns einmal hätten bedanken können? Im übertragenen Sinne können wir jetzt vielleicht ernten und teilen, was wir gesät haben.

Der Vollständigkeit halber hätte ich jetzt auch noch das Wörtchen „Entschuldigung“ auf meiner Liste. Nicht ganz so einfach, weil sich dahinter ja meist eine weniger rühmliche Geschichte verbirgt. Aber wenn man schon einmal dabei ist ... kann es nicht schaden. Vielleicht ernten wir für das ein oder ander „Verzeih!“ am Ende sogar ein „Danke“! Danke für den Mut, Fehler einzugestehen oder für die feste Absicht, es besser machen zu wollen. Es ist den Versuch wert. Wir von BENE wünschen Ihnen einen wundervollen Spätsommer und Herbst mit vielen Einsichten und Erkenntnissen!

Ihre Jutta Laege  
Redaktionsleiterin



ERNTEDANK IM ESSENER GRUGAPARK



SIEBENSACHEN PACKEN



UNI BOCHUM: HILFE BEI „ONLINE-SUCHT“



GUTES BENEHMEN – KEINE GLÜCKSACHE!



DANKBAR FÜR 65 GEMEINSAME JAHRE



KLEINER KNIGGE FÜR DIE KIRCHE

## BE.on

Dieses Zeichen unter einem Artikel oder Foto in BENE bedeutet: Es gibt online noch mehr Inhalte und Interaktives zum Thema. Geben Sie die jeweils neben dem Button stehende Adresse im Internet ein und lassen sich überraschen! Oder besuchen Sie uns direkt unter: [www.bene-magazin.de](http://www.bene-magazin.de) Wir sind auch bei facebook: [www.facebook.com/magazin.bene](https://www.facebook.com/magazin.bene)

Die BENE-Redaktion ist in der Woche erreichbar unter: 0201/2204 267. Falls das Telefon nicht besetzt sein sollte, sind wir wahrscheinlich für BENE im Einsatz. Dann hinterlassen Sie uns doch bitte eine Nachricht per Mail: [redaktion@bene-redaktion.de](mailto:redaktion@bene-redaktion.de)

## BE*nissimo*...

... sind unsere BENE-Experten: Achtsamkeitstrainerin Angela Homfeldt, Kräuter-Expertin Stefanie Horn und Garten-Fachmann Christof Rumbaum. Ihre regelmäßigen Videotipps gibt es online unter: [www.bene-magazin.de](http://www.bene-magazin.de)

### ÜBERTAGE

Ernten, was wir säen: Erntedank im Ruhrbistum

4

### QUERBEET

Martin Becker über seinen Ruhrgebiets-Roman „Marschmusik“, „Altfred Fighter“ am Nürburgring

6

### BEWEGUNG

Zum Bistumsjubiläum 2018: Fünfmal Pilgern nach Santiago de Compostela

8

### BEKENNTNISSE

„OASIS“ an der Universität Bochum: Hier gibt es Hilfe für Online-Süchtige

10

### BESUCH BEI ...

... der Frühförderung Bottrop

12

### GLAUBENSSATZ

Wie gelingt der perfekte Auftritt? Gespräch mit Knigge-Trainerin Gabriele Borgböhmer Vorbildlich! Benimmkurse der Malteser

14

### BENEFIT

Mit BENE zu tollen Tanz-Musicals im Ruhrbistum!

18

### ALPHABET

Das große BENE-Tanzfilm-Quiz

19

### SIEBENSACHEN

7777, 777, 77 und 7 km ... Pilgertour, Folge 4, 7 Gründe, St. Martin in Bochum zu besuchen Es wird Zeit, 7 x Danke zu sagen

20

### BESTIMMUNG

Seit 65 Jahren verheiratet: Ehepaar aus Wattenscheid hat die „Erfolgsformel“ BENE-Familie auf Entdeckungstour durchs Ruhrgebiet mit der Ruhr-Top-Card

24

### JUBEL & TRUBEL

Karten für Pinocchio in Duisburg und Spielmesse in Essen zu gewinnen; BENE gratuliert

26

### BETRIFFT ...

Neues von BENE-Frühchen Diego Kommunionkind Nick fragt

28

### BESSERWISSER

Wie benimmt man sich eigentlich in der Kirche?

30

### BESTNOTEN

Drei Patenschaften, die von Herzen kommen Kino-Premieren & Buchtipps

32

### BE PLUS / GEBET

Termine, Vorschau, Impressum

34



Große und kleine Früchtchen ...  
Frisches Gemüse, ein Dankgottesdienst  
und ein Fest für alle Sinne: Essen  
erntet wieder! Vom 30. September bis  
3. Oktober im Grugapark wird  
Erntedank gefeiert. Bäcker, Fischer,  
Floristen, Förster, Imker, Jäger,  
Geflügelzüchter, Landwirte und  
der Naturschutzbund „NABU“  
präsentieren all die Produkte, die  
Mutter Natur uns beschert.



Und Luca (12) aus Essen freut sich schon auf seinen Einsatz am Stand des Mittelhammshofes. Mal sehen, wer diesmal die größten Kürbisse im Sortiment hat!

**BENE-QUIZ, HEFT 21:  
LÖSUNGEN & GEWINNER**

Die richtigen Lösungen zum grünen BENE-Sommer-Quiz in Heft 21 lauten: 1B, 2B, 3D, 4A, 5D, 6D, 7B, 8A, 9A, 10D. Glückwunsch an die Gewinner Christian Bornemann und Marcus Holl, die Karten für den Seaside Beach Essen ergattern konnten.



Der Friede muss gestiftet werden,  
er kommt nicht von selber.



Immanuel Kant, deutscher Philosoph und Aufklärer  
\* 22. April 1724 in Königsberg, Preußen;  
† 12. Februar 1804, ebenfalls Königsberg

# WIEVIEL MARTIN STECKT IN IHRER „MARSCHMUSIK“?



## 3 FRAGEN AN DEN PLETTENBERGER AUTOR MARTIN BECKER

**BENE:** Ihr Roman „Marschmusik“ ist eine Ruhrgebietsgeschichte mit viel Lokalkolorit – auch aus dem Sauerland. Wem würden Sie empfehlen, ihn zu lesen?

**Becker:** Wahrscheinlich zunächst allen, die sich für das Ruhrgebiet und die Region interessieren, die selbst dort gelebt haben und sich damit verbunden fühlen. Vielleicht aber auch allen Töchtern und Söhnen, die das mulmige Gefühl der Rückkehr nach Hause kennen. Das ist der Ort, der uns geprägt und zu dem gemacht hat, was wir sind. Wie kann man ihn als Erwachsener noch betreten, ohne panisch zu werden? Was machen wir mit den Gespenstern der Vergangenheit? Und wie gehen wir damit um, dass das Alte zwangsläufig irgendwann verschwindet?

**BENE:** Sie sind in Plettenberg aufgewachsen, Ähnlichkeiten zum Roman-Ort „Mündendorf“ nicht ausgeschlossen ...

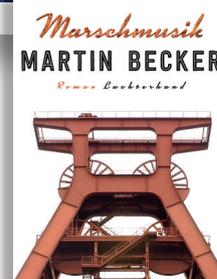
**Wie autobiografisch ist „Marschmusik“?**  
**Becker:** Die erste Antwort lautet: Das Buch ist komplett autobiographisch, alles hat sich so und genau so zugetragen. Antwort zwei lautet: Nichts davon stimmt, alles ist erfunden, deshalb steht ja auch „Roman“ auf dem Cover. Natürlich ist die Grundgeschichte sehr eng mit mir verbunden. Ich komme aus diesem Arbeitermilieu, mein Vater war Bergmann, das Mittel-

reihenhaus existiert noch, die Mutter im Buch hat große Ähnlichkeit mit meiner Mutter, die Panik des Protagonisten ist zugleich auch meine Panik – aber dennoch: Es lässt sich nicht komplett übertragen. Nur so viel: Eine ganz zentrale Figur des Romans, bei der alle vermuten, dass es eine Vorlage in der Wirklichkeit geben muss, ist nahezu komplett frei erfunden ...

**BENE:** Was bedeutet Ihnen Ihre alte Heimat und was wünschen Sie ihr? Oder, um die Mutter im Roman sprechen zu lassen: **Kommen Sie mal wieder?**

**Becker:** Diese alte Heimat hat mich geprägt und prägt mich bis heute. Ganz so oft bin ich nicht mehr dort: Ich lebe derzeit im Wechsel in Leipzig und Prag und bin somit geographisch sehr weit entfernt – emotional aber ist mir die Gegend noch sehr nah und ja, ich komme oft wieder, ich kehre oft dorthin zurück, nicht nur in der Literatur, sondern auch höchstpersönlich. Ich mag es, in der Kleinstadt meiner

Martin Becker hat sein Leben als Bergarbeiter-Kind in dem Roman „Marschmusik“ verewigt.



Kindheit zu sein – allen Schatten der Vergangenheit zum Trotz. Und dem Ruhrgebiet wünsche ich mehr Selbstbewusstsein! Es gibt so viele Dinge, über die ich mich immer wieder freue: Das so rege Kulturleben, der meines Erachtens zwar schwierige, aber in vielen Bereichen durchaus gelungene Strukturwandel! Und die Ruhrpottmentalität ist so originell und einmalig – allein das macht die Region für mich liebenswert und einmalig in Deutschland. Es gibt allen Grund, das Ruhrgebiet zu lieben – und das kann man dem Ruhrgebietler nicht oft genug sagen!

**Die Fragen stellte Jutta Laege**

Der Autor kommt zur Lesung und zum Gespräch ins Medienforum des Bistums Essen

→ 28.09. 2017 | 19.30 UHR | EINTRITT: 13 EURO

→ KARTEN: MEDIENFORUM | ZWÖLFLING 14 | 45127 ESSEN

→ TELEFON: 0201-2204274 | MEDIENFORUM@BISTUM-ESSEN.DE

# VOM RUHRBISTUM AN DEN RING



*Kräftig in die Pedale treten!  
Die Altfrid Fighter gaben bei  
Rad am Ring in der Eifel ihr  
Bestes.*

OBERHAUSEN

DUISBURG

ESSEN

MÜLHEIM



BOCHUM

HATTINGEN

**24 Stunden alles geben! Seit acht Jahren satteln die Altfrid Fighter, eine Gruppe radsportbegeisterter Mitarbeiter aus dem Bistum Essen, die Rennräder, um bei „Rad am Ring“ in der Eifel mitzufahren. Auch in diesem Sommer waren wieder 35 Fahrer und Fahrerinnen am Start. Die Strampelei dient dem guten Zweck: Die Sponsorengelder, die jeder Teilnehmer einsammelt, kommen der Jugendarbeit im Bistum zugute.**

„Das Wetter war gut, aber der starke Gegenwind hat uns doch einiges abverlangt“, berichtet Eberhard Streier, einer der Koordinatoren aus dem Team der Altfrid Fighter. Und 24 Stunden sind schließlich auch kein Pappenstil. Gefahren wurde in mehreren Gruppen, zwischendurch gab es kleine Pausen, an Schlaf war natürlich kaum zu denken. Dafür ist ein solches Event viel zu adrenalinhaltig. Die Altfrid Fighter fuhren in diesem Jahr für das Jugendzentrum „Der springende Punkt“ der Mülheimer Kirchen-

gemeinde St. Barbara. Deren Mitarbeiter waren zur Unterstützung mit an den Nürburgring gekommen, ebenso wie die Jugendlichen vom Pfadfinderstamm St. Barbara Dümpten, die die Betreuung und Verpflegung im Fahrerlager übernahmen. Mit Willens- und Muskelkraft und lautstarker Unterstützung der 28 Helfer konnten die Bistums-Fahrer am Ende ansehnliches Zahlenmaterial liefern: 35 Fighter fuhren 203 Runden und damit insgesamt 5278 Kilometer. Die schnellste Runde wurde in 48 Minuten absolviert. Gemeinsam kamen die Sportler auf 117 740 Höhenmeter, womit sie 13,3 Mal den Mount Everest erklimmen hätten ...

Die wichtigste Ziffer aber steht noch aus: „Aufgrund der hohen Rundenzahl hoffen wir auch diesmal auf eine Spendensumme in fünfstelliger Höhe“, so Streier. Damit könnte innerhalb von acht Jahren eine Gesamtsumme von über 80.000 € erreicht werden. Jeder gespendete Cent fließt hier in die Jugendarbeit. | jul

## Die BENE-Zahl

340 ...

... Kilo Hausmüll produziert jeder Einwohner in Bottrop im Schnitt jährlich und liegt damit 73 Prozent über dem Bundesdurchschnitt (196 Kilo). Bottrop hat von 200 ermittelten Städten und Landkreisen damit die zweitschlechteste Müllquote nach Bremerhaven. Leider bekleckern sich die anderen Ruhrgebietsstädte auch nicht mit Ruhm: Alle liegen zum Teil deutlich über dem Bundesdurchschnitt: Herne (307), Oberhausen (306), Gelsenkirchen (296), Hagen (291), Duisburg (271), Recklinghausen (253), Bochum, Dortmund, Mülheim (249), Essen (247). Der Ennepe-Ruhr-Kreis liegt mit 188 Kilo pro Einwohner als einziger aus dem Ruhrbistum unter dem Durchschnitt.

Quelle: billiger.de, Stand: 30.04.2017  
Berechnungen beruhen auf Daten der Statistischen Landesämter und des Statistischen Bundesamtes

## ABSCHIED VOM BERGBAU: MIT GLÜCKAUF IN DIE ZUKUNFT?

Ende 2018 wird mit der Schließung von Prosper Haniel in Bottrop die Förderung der Steinkohle in Deutschland endgültig auslaufen. Was bleibt vom Bergbau? Wie wird aus der Region die viel beschworene Metropole, die sich eher über Dienstleistungen als über Schwerindustrie definiert? Lässt sich die Mentalität der kulturellen Offenheit, des Einstehens füreinander in die Zukunft übertragen? Diesen Fragen widmet sich die Katholische Akademie „Die Wolfsburg“ in dem von Bischof Franz-Josef Overbeck gemeinsam mit der RAG-Stiftung initiierten Generationendialog „Glückauf Zukunft – Aus Herkunft Zukunft leben“. Die Reihe von Begegnungen, Gesprächsforen und Exkursionen soll vor allem die junge Ge-

neration zusammenbringen mit denen, die das Ruhrgebiet mit ihrer Arbeit und ihrem Leben geprägt haben. „Es geht um die Verständigung über gemeinsame Werte, Engagement und den Wandel prägender Orte der Arbeits- und Lebenswelt“, so Akademiedozent und Leiter des Projektes, Matthias Keidel.

Zechenbesuche, Grubenfahrt und weitere Veranstaltungen sind auch im zweiten Halbjahr 2017 geplant. Am 11. Oktober steht im Trainingsbergwerk Recklinghausen der Film „Pottkinder“ von Alexander Waldhelm auf dem Programm. Eine Übersicht über die Veranstaltungen der Reihe gibt es hier:

[www.die-wolfsburg.de/glückauf](http://www.die-wolfsburg.de/glückauf) | jul

## BEWEGUNG

2018 FEIERT DAS BISTUM ESSEN SEINEN 60. GEBURTSTAG. AUS DIESEM ANLASS ORGANISIERT ES GEMEINSAM MIT DEM KATHOLISCHEN FERIENWERK OBERHAUSEN (KFO) IM NÄCHSTEN HERBST WIEDER EINE BESONDERE WALLFAHRT. ES GEHT AUF DEM JAKOWSWEG NACH SANTIAGO DE COMPOSTELA.

FÜR ALLE, DIE IMMER SCHON MAL (ZUR GRABESSTÄTTE DES HEILIGEN JAKOBUS) PILGERN WOLLTEN, ABER NICHT WUSSTEN, WIE UND MIT WEM, GIBT ES DABEI DIESMAL FÜNF VERSCHIEDENE VARIANTEN.

# 5 MAL PILG

Alle Wege führen im Herbst 2018 nach ... Santiago. Im Reisezeitraum vom 13. bis 21. Oktober bietet das Bistum eine Wander- und Radreise sowie eine Rundreise an. Außerdem führt eine Busreise vom 15. bis 25. Oktober via Frankreich ganz bequem zu den Pilgerstätten Nordspaniens. Jugendliche zwischen 16 und 27 Jahren dürfen sich schließlich auf Mitwanderer Bischof Franz-Josef Overbeck freuen. Die Tour „Modern“ wird bis zum 22. Oktober dauern. Alle Teilnehmer werden sich am 19. Oktober zu einem gemeinsamen Abend in Santiago treffen. Am 20. Oktober findet dort in der berühmten Kathedrale unter Mitwirkung von Bischof Overbeck eine gemeinsame Pilgermesse statt.\* 1 Jul

Die ausführlichen Reise-Inhalte und Preise gibt es unter: [www.bene-magazin/santiago](http://www.bene-magazin/santiago)  
Telefonische Infos hat das KFO: 0208 / 994230



## Modern

Pilgern für Jugendliche und junge Erwachsene von 16 bis 27

- 13.10. bis 22.10.2018: An- und Abreise mit dem Bus ab Bochum, Essen, Duisburg, eine Übernachtung bei La Rochelle, Ankunft im nordspanischen Sarria
- 120 Kilometer Wanderstrecke in fünf Tagen (via Portomarin, Palas de Rei, Arzua, Lavacolla bis Santiago)
- Unterkunft: Jugendgästehäuser, Pilgerherbergen. Preis: ab 580 Euro

## Klassisch

Wanderung von Sarria nach Santiago de Compostela

- 13.10. bis 21.10.2018: Flug von Düsseldorf nach Santiago u. zurück, Bustransfer nach Sarria (120 km Wanderstrecke in fünf Tagen, via Portomarin, Palas de Rei, Arzua, Lavacolla bis Santiago)
- 19.10.: Tagesausflug Kap Finisterre
- Unterkunft: wahlweise gute Mittelklassehotels oder einfache Pensionen. Preis: ab 1125 Euro (DZ), 1275 Euro (EZ)

\* Änderungen bei allen Reisen vorbehalten

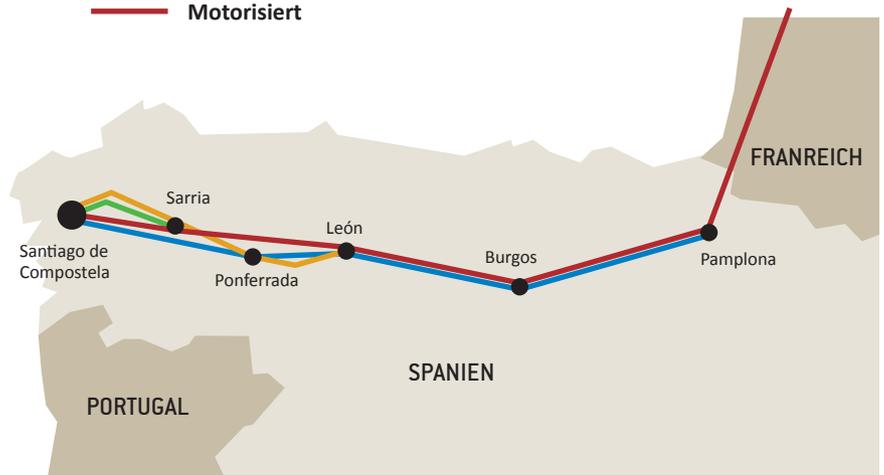


BE.on



Unser kleines Pilger-ABC:  
bene.mg/pilger-abc

- Klassisch | Modern
- Sattelfest
- Kulturell
- Motorisiert



# ERN



## Sattelfest

Mit dem Fahrrad von Leon nach Santiago de Compostela

- 13.10. bis 21.10.2018: Flug von Düsseldorf nach Madrid u. zurück, Transfer nach León
- von dort ca. 300 Kilometer Radstrecke in sechs Tagen (max. 1.400 Höhenmeter) via Astorga, Ponferrada, O Cebreiro, Portomarín, Arzúa, Santiago, inkl.: Leihfahrrad mit Sattel-/Lenkertaschen
- Unterkunft: gute Mittelklassehotels  
Preis: ab 1395 Euro (DZ), 1595 Euro (EZ)

## Kulturell

Stadtkultur mit Kurzwanderungen auf dem Jakobsweg

- 13.10. bis 21.10.2018: Flug von Düsseldorf nach Pamplona oder Bilbao, Transfer zum Hotel
- Moderner Reisebus
- Stadtführungen durch Pamplona, Burgos, León, Santiago de Compostela
- Fünf Kurzwanderungen (3 bis 12km)
- Unterkunft: gute Mittelklassehotels.  
Preis: ab 1360 Euro (DZ), 1560 (EZ)

## Motorisiert

Busreise mit Besichtigung historischer Orte in Frankreich und Galizien

- 15.10. bis 25.10.2018: An- und Abreise mit dem Bus ab Bochum, Essen, Duisburg
- Fahrt über Chartres, Périgueux, Pamplona, Burgos, León, Santiago de Compostela, Bilbao, jeweils mit Stadtführung
- Tagesausflug zum Kap Finisterre
- Rundreise im modernen Fernreisebus
- Unterkunft: gute Mittelklassehotels.  
Preis: ab 1250 Euro (DZ), 1550 (EZ)

# STÄNDIG AUF EMPFANG:

- WIE VIEL ZEIT VERBRINGEN SIE IM NETZ UND AM HANDY?
- VERNACHLÄSSIGEN SIE IHRE FAMILIE UND FREUNDE?
- HABEN SIE KEINE LUST MEHR RAUSZUGEHEN?
- WERDEN SIE UNRUHIG, WENN SIE MAL NICHT WISSEN, WAS IN DEN SOZIALEN NETZWERKEN LOS IST?
- KAUFEN SIE NUR NOCH ONLINE EIN?

Rund 2,5 Millionen Menschen zwischen 16 und 64 gelten in Deutschland laut Studie als gefährdet, rund 560 000 schon als abhängig. Beschränkte sich die so genannte Internetsucht früher auf Jugendliche, die nächtelang am Computer spielen, breiten sich mit dem Smartphone nun die Abhängigkeitsmerkmale nahezu in der gesamten Gesellschaft aus. Ständig auf Empfang – das kann zur Sucht werden. Seit einem Jahr gibt es den Online-Ambulanz-Service für Internetsüchtige und deren Angehörige, kurz „OASIS“, an der Klinik für psychosomatische Medizin und Psychotherapie des LWL Universitätsklinikums Bochum. Zeit für eine Zwischenbilanz mit der OASIS-Psychologin Laura Bottel.

## **BENE: Wie vielen Menschen konnten Sie in diesem ersten Jahr helfen?**

*Bottel:* Seit Beginn von OASIS im September 2016 haben über 10.000 Personen den frei zugänglichen Selbsttest auf unserem Portal durchgeführt. Unser Programm läuft erstmalig über zwei Jahre. Zur Halbzeit haben bereits mehr als die Hälfte der anvisierten Betroffenen und Angehörigen OASIS in Anspruch genommen.

## **BENE: Was genau ist Online-Sucht? Ist es Spielsucht, ist man vom Internet abhängig oder von sozialen Medien? Oder sind es alle Bereiche gleichermaßen?**

*Bottel:* Es gibt verschiedene Arten der Internetabhängigkeit. Die häufigste Art ist die Online-Computerspielsucht, gefolgt von der Online-Pornographiesucht. Diese beiden Arten der Internetsucht treten

insbesondere bei (jungen) Männern auf. Die Abhängigkeit oder eine missbräuchliche Nutzung von sozialen Netzwerken ist häufiger bei (jungen) Frauen zu sehen. Somit zeigt sich in den meisten Fällen, dass eine Abhängigkeit von einem bestimmten Bereich des Internets besteht.

## **BENE: Online-Sucht ist ein relativ junges Abhängigkeitsbild. Wen trifft es am häufigsten?**

*Bottel:* Da es viele verschiedene Bereiche im Internet gibt, von denen man abhängig werden kann, trifft es auch unterschiedliche Personengruppen. Aus unserer Erfahrung sind aber insbesondere junge Männer häufig betroffen.

## **BENE: Sie bieten einen Selbsttest und auch einen Test für Angehörige an, um**

## **Online-Sucht feststellen zu können. Wie zuverlässig ist er?**

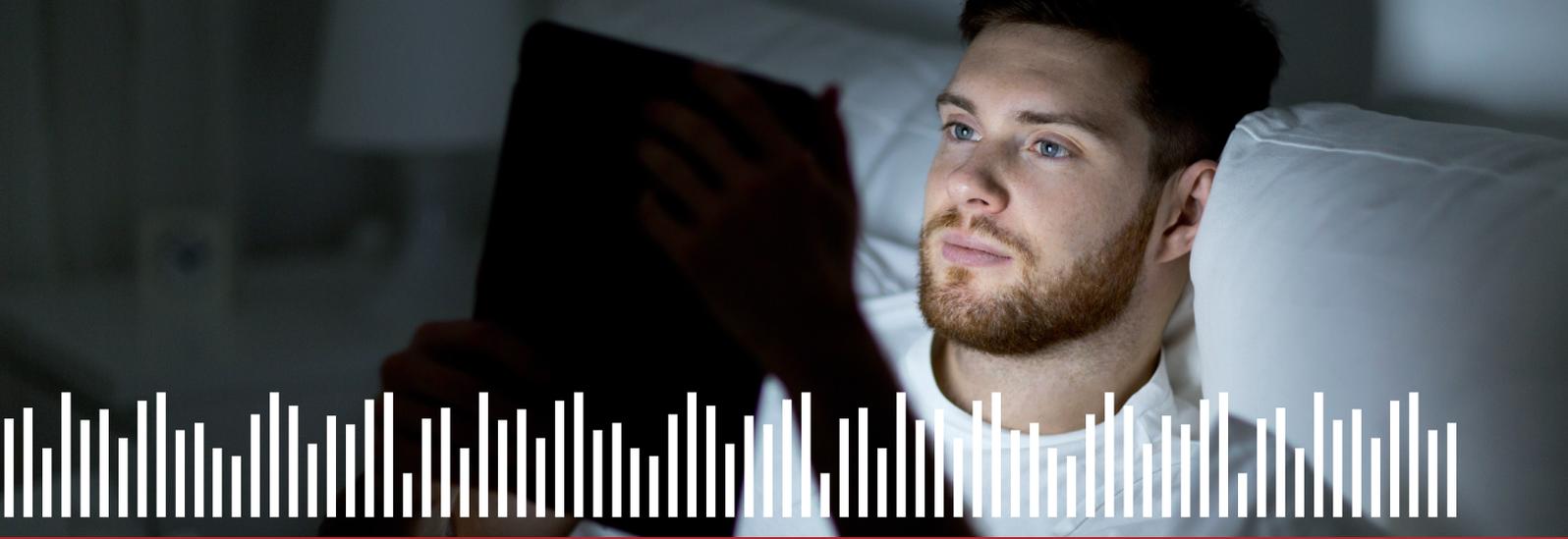
*Bottel:* Der Selbsttest für Betroffene sowie für Angehörige besteht aus neun Fragen, die sich an den Diagnosekriterien für eine Internetabhängigkeit orientieren. Der Selbsttest soll den Betroffenen und Angehörigen eine erste Rückmeldung und Einschätzung zum Internetnutzungsverhalten geben. Das Stellen einer Diagnose ist durch die Beantwortung der Fragen allerdings nicht möglich.

## **BENE: Was sind denn Alarmsignale, die Betroffene oder auch Angehörige ernst nehmen sollten?**

*Bottel:* Wir sprechen von einer Internetsucht, wenn es durch die exzessive Internetnutzung zu erheblichen Problemen im sozialen Leben, auf der Arbeit oder in der Schule kommt. Das bedeutet, dass ein sozialer Rückzug stattfindet, Hobbys oder anderen Aktivitäten kaum bis gar nicht mehr nachgegangen wird und/oder der Job oder eine Bildungs- beziehungsweise Karrierechance gefährdet oder schon verloren ist. Häufig zeigt sich bei den Betroffenen auch eine Vernachlässigung der Körperpflege und/oder Ernährung.

## **BENE: Welche Behandlungsmethoden gibt es? Was passiert also, wenn der Test bei Ihnen positiv ausgefallen ist?**

*Bottel:* Wenn der Selbsttest positiv ausgefallen ist, empfehlen wir eine Teilnahme am OASIS-Projekt. Im Zuge dessen nehmen die Betroffenen oder Angehörigen an zwei Online-Sprechstunden teil. In der ersten Online-Sprechstunde geht es um das Inter-



# BIN ICH SÜCHTIG?

netzungsverhalten und eine Diagnosestellung. In der zweiten Online-Sprechstunde beraten wir die Betroffenen und Angehörigen hinsichtlich allgemeiner und spezifischer Behandlungsmöglichkeiten bei ihnen vor Ort und stärken ihre Veränderungs- und Therapiemotivation für eine analoge Behandlung. Das bedeutet, dass wir mit OASIS eine Brücke zwischen der digitalen und analogen Welt bilden mit dem Ziel, den Betroffenen und Angehörigen Unterstützung durch Beratungsstellen, Kliniken oder Praxen bei ihnen vor Ort aufzuzeigen und sie in die entsprechenden Anlaufstellen zu vermitteln.

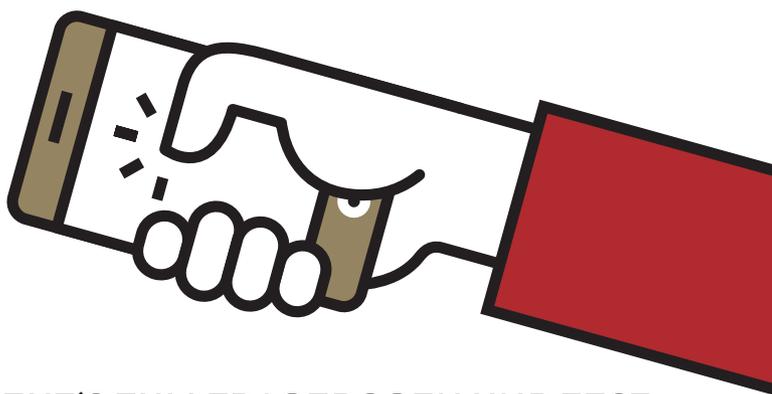
**BENE: Bei Alkohol- oder Drogensucht spricht man von Krankheiten, die nur durch komplette Abstinenz in den Griff zu bekommen sind. Das klingt bei Online-Sucht fast unmöglich, oder?**

*Bottel: In der Regel sind die Betroffenen von einem bestimmten Aspekt des Internets abhängig und in solchen Fällen empfehlen wir die Abstinenz von diesem einen Aspekt des Internets.*

**BENE: Diese Gesellschaft, die globalisierte Welt, ist ohne die digitalen Kanäle und Kommunikationsmöglichkeiten nicht mehr denkbar. Die digitale Revolution ist in vollem Gange. Ist sie Fluch oder Segen?**

*Bottel: Das Internet hat viele positive Aspekte und ist aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken und das ist auch gut so. Trotzdem ist es wichtig zu sehen, dass es auch negative Aspekte des Internets gibt, die nicht zu unterschätzen oder zu verharmlosen sind.*

*Die Fragen stellte Jutta Laege*



HIER GEHT'S ZUM FRAGEBOGEN UND TEST:

→ [www.onlinesucht-ambulanz.de](http://www.onlinesucht-ambulanz.de)



Das „OASIS“-Team: Martin Bielefeld, Laura Bottel, Bert te Wildt (v.l.)

## DIE „OASIS“-AMBULANZ

Das Team um Psychotherapeut Bert te Wildt, Laura Bottel und Martin Bielefeld wertet online ausgefüllte Selbsttests aus, macht dann mit Betroffenen einen Termin für ein- bis zwei webcambasierte 50-minütige Gespräche aus. Darin können Betroffene und Angehörige mit den Experten klären, ob eine Internetsucht vorliegt, und wo diese behandelt werden kann. Psychologin Bottel: „Wir vermitteln Betroffenen Anlaufstellen vor Ort und zeigen ihnen damit Wege aus der Sucht auf.“

Bert te Wildt initiierte das Projekt, unterstützt von der Bundesdrogenbeauftragten Marlene Mortler. Die Idee: Eine digitale Brücke zur analogen Behandlungssituation und damit ins reale Leben zu bauen.

Infos unter Tel: 0234/ 5077-3231

# ICH KNIGGE, DU KNIGGST, WIR KNIGGEN ...

... mit Benimm-Trainerin Gabriele Borgböhmer. Ein Gespräch über Floskeln, Etikette, Verhaltensregeln und warum unsere Gesellschaft noch nicht verloren ist.



„Bei vielen Schülern hapert es wirklich an grundsätzlichen Regeln, die man eigentlich im Elternhaus kennengelernt haben müsste.“

Gabriele Borgböhmer

Sie wagt sich an die Front: Gabriele Borgböhmer besucht für die Malteser ehrenamtlich Haupt-, Real- und Gesamtschulen im Ruhrbistum, um Schulabgängern das Einmaleins des guten Benehmens beizubringen. Dabei muss die 62-Jährige oft bei Null beginnen und manchmal sogar erklären, warum man Bitte, Danke, Guten Tag und Auf Wiedersehen sagt.

**BENE: Frau Borgböhmer, man könnte meinen, dass Schüler heutzutage wissen, warum man andere Menschen grüßt und sich bedankt.**

*Borgböhmer: Ja, das könnte man meinen, das ist aber leider nicht immer der Fall. Bei vielen Schülern hapert es wirklich an grundsätzlichen Regeln, die man eigentlich im Elternhaus kennengelernt haben müsste. Die Basis fehlt oftmals.*

**BENE: Haben Sie dafür eine Erklärung?**

*Borgböhmer: Ich vermute, dass es damit zusammenhängt, dass viele Schüler gutes Benehmen von Erwachsenen oft nicht mehr vorgelebt bekommen. Für uns war es doch früher eine Selbstverständlichkeit, dass man im Bus aufsteht, um älteren Menschen Platz zu machen, dass man mittags niemanden anruft und dass man beim Essen nicht mit dem Ellbogen auf dem Tisch hängt. Doch vielen Eltern fehlt heutzutage schlichtweg die Zeit, um ihren Kindern gewisse Dinge diszipliniert vorzuleben und zu erklären. Gemeinsame, regelmäßig Mahlzeiten finden häufig gar nicht mehr statt. Insofern kennen einige Schüler Verhaltensweisen und Regeln der Etikette gar nicht mehr.*

**BENE: War Benehmen also früher besser?**

*Borgböhmer: In meiner Schulzeit gab es zumindest ein größeres Autoritätsbewusstsein gegenüber Polizisten, Ärzten oder Lehrern. Es wäre früher zum Beispiel eher nicht passiert, dass bei Noteinarzettungen keine Rettungsgasse gebildet wird. Das ist schon sehr bedenklich.*

**BENE: Haben die Schüler denn überhaupt Lust, sich gutes Benehmen anzueignen?**

*Borgböhmer: Viele wollen es erlernen, weil sie einfach merken, dass sie mit gutem Benehmen weiterkommen. Höflichkeit öffnet Türen, sowohl im Privatleben als auch im Job. Die Schüler fühlen sich nach dem Kurs selbstbewusster und selbstsicherer. Sie können mit Situationen wie einem Bewerbungsgespräch eloquenter umgehen, bekommen Lebenshilfe und dadurch einen gewissen Halt. Es ist also bestimmt nicht alles verloren. (Lacht)*

**BENE: Benimmkurse sind im Trend, das Thema ist ein Dauerbrenner. Warum sind diese Kurse nicht nur für Schüler sinnvoll?**

*Borgböhmer: Ich glaube, dass es uns allen nutzen würde, wenn wir unser Bewusstsein für gutes Benehmen schärfen, da es*



**BENE: Lassen Sie uns etwas kniggen. Welche Regelverstöße stören Sie?**

*Borgböhmer: Ich finde es ganz schlimm, wenn jemand seine Serviette nach dem Essen einfach auf den Teller pfeffert. Selbst eine Papierserviette benutzt man so, dass sie nach dem Essen anständig aussieht. Man verwendet nur die Innenseite, klappt sie danach zu und legt sie links auf den Teller. Außerdem finde ich es sehr unangenehm, wenn man seinem Gegenüber bei einem Gespräch nicht in die Augen sieht.*

**BENE: Hat die heutige moderne Lebensweise eigentlich Auswirkungen auf die Kniggeregeln?**

*Borgböhmer: Knigge geht natürlich immer mit der Zeit. Da spielt auch die Art des E-mail-Verkehrs und der Handynutzung eine große Rolle. Inzwischen gibt es dafür eigene Benimmregeln. Diese besagen zum Beispiel, dass Abkürzungen, die der andere nicht verstehen kann, tabu sind. Auch das hat ja mit dem Thema Wertschätzung gegenüber dem Gesprächspartner zu tun.*

**BENE: Abgesehen davon: Was sollte man unbedingt beachten?**

*Borgböhmer: Man meldet sich am Telefon mit Vor- und Zunamen. So versteht der andere den Nachnamen besser und man wirkt verbindlicher. Eine weitere Regel besagt, dass man bei einem offiziellen Essen nicht mehr „Guten Appetit“ wünscht. Bei einem Mahl steht nicht das kulinarische Vergnügen im Mittelpunkt, sondern die Gesellschaft. Man beginnt mit dem Essen, sobald der Gastgeber in die Runde nickt oder kommentarlos zum Besteck greift.*

**Das Gespräch führte Kathrin Brüggemann**

die Mitmenschlichkeit fördert. Adolf Knigge, auf den die Kniggeregeln zurückzuführen sind, war immer jemand, der den Umgang mit Menschen in eine wertvolle Umgebung gesetzt hat. Es ging ihm also nicht nur um die Einhaltung steifer Benimmformen, sondern vielmehr um die Einübung einer wertschätzenden Haltung seinen Mitmenschen gegenüber. Zu Beginn des Kurses geht es deshalb bei uns um die goldene Regel der Ethik. Diese besagt, dass man andere so behandeln sollte, wie man selbst behandelt werden möchte. Wenn man das als Haltung mitnimmt, ist man schon sehr gut gewappnet. Im Prinzip ist gutes Benehmen also einfach.

Name: Gabriele Borgböhmer  
Geb.: 1954 in Essen  
Familienstand: verheiratet, keine Kinder  
Wohnort: Herne  
Erlerner Beruf: Architektin  
Derzeitiges Ehrenamt: Benimmtrainerin



### Malteser-Benimmkurse liegen im Trend. 1280 junge Leute haben im Ruhrbistum schon daran teilgenommen. Die Nachfrage steigt.

Text Kathrin Brüggemann | Fotos Johannes Galert

*Kleine Benimm-Schule v.l.n.r.: Der Mann schiebt der Frau am Tisch den Stuhl zurecht. Bei der privaten Begrüßung schaut man sich direkt an. Ein Muss: Der Mann hilft der Frau aus dem Mantel.*



# SECHS SCHRITTE ZUM

## 1

### „Benimm ist in“ – Allgemeine Regeln für gutes Benehmen

Im ersten Modul des Benimmkurses, der auf den „perfekten Auftritt“ bei offiziellen Anlässen vorbereiten soll, geht es unter anderem um den richtigen Händedruck. Dieser gilt als wichtiges formelles Begrüßungsritual. Unsicherheit und aggressives Verhalten offenbaren sich hier ebenso wie Zielstrebigkeit und Selbstbewusstsein. Beim Händedruck sollte man die Hand ruhig etwas drücken, natürlich ohne dabei dem Gegenüber weh zu tun. Wichtig: Wer die Intimdistanz, also einen Abstand von etwa 50 Zentimetern, unterschreitet, wird als unangenehm wahrgenommen.

## 2

### „Mein erstes Ma(h)l“ – Gutes Benehmen bei Tisch

Im zweiten Schritt wird eingeübt, wie man sich bei Tisch zu verhalten hat. Laut Knigge soll man so am Tisch sitzen, dass auf dem Schoß eine Katze und zwischen Lehne und Stuhl eine Maus Platz hat. Wichtig: Legen Sie den Unterarm nur mit dem Handgelenk auf den Tisch. Weder die Ellbogen noch die Unterarme sollten während des Essens auf der Tischfläche abgestützt werden. Absolut verboten ist es, das Kinn abzustützen.

**Tipp:** Wenn man das Besteck in der „20 nach 8“-Stellung anordnet, bedeutet das „Ich mache eine Pause“. Die „20 nach 4“-Stellung bedeutet „Ich bin fertig“ und die „20 vor 8“-Stellung heißt „Das hat gar nicht geschmeckt.“

## 3

### Regeln des Begrüßens und Vorstellens

„Miteinander reden und den Anderen verstehen“, lautet das Motto. Beim Begrüßen und Vorstellen orientiert sich das gute Benehmen an unserer gesellschaftlichen Rangordnung. Die Frau wird vor dem Mann begrüßt, es sei denn, es ist ein deutlich älterer Herr anwesend – dann wird dieser zuerst begrüßt.

**Wichtig:** Man hält immer eine Armlänge Abstand, es sei denn, man begrüßt sich privat. Dann kann es ruhig etwas enger werden. Wenn man Wangenküsse verteilt, beginnt man immer mit der linken Seite. Beim gegenseitigen Vorstellen gilt der Merksatz: „Der König erhält die frohe Kunde zuerst.“ Bedeutet: Wenn man jemanden besucht und eine Person mitbringt, die der Gastgeber nicht kennt, stellt man diese dem Gastgeber vor.

## 4

### „Mein Outfit“ – Das äußere Erscheinungsbild

Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance. Und da sich dieser innerhalb weniger Sekunden bildet, sollte man sich überlegen, welche Kleidung man zu welchem Anlass trägt. Je bedeutender der Anlass, desto dunkler die Kleidung. Schwarze und graue Farben wirken seriös. Für die Rocklänge gibt es eine Faustregel: Der Rock sollte das Knie umspielen. Man nennt dies die italienische Länge. Jeans sind, je nach Branche, inzwischen erlaubt.



# PERFEKTEN AUFTRITT

## 5

### „Das Vorstellungsgespräch“ – Gesprächssituationen trainieren

Um in einem Vorstellungsgespräch nicht unangenehm aufzufallen, sollte man wissen, wer wen zuerst „duzen“ darf. Grundsätzlich gilt, dass der Ranghöhere dem Rangniedrigeren das „Du“ anbietet. Im Berufsleben bietet immer der Vorgesetzte seinem Mitarbeiter das „Du“ an. Wer den gleichen beruflichen Rang innehat, für den gilt: Der Ältere bietet dem Jüngeren das „Du“ an, aber nur, wenn es sich um gleichgeschlechtliche Kollegen handelt. Bei Frau und Mann entscheidet nicht der Rang des Alters, sondern der Rang des Geschlechts. Die Frau bietet dem Mann das „Du“ an, also auch dann, wenn sie jünger ist als er.

## 6

### „Der Praxistest“ – Der Restaurantbesuch

Zum Abschluss des Kurses dürfen die Schüler bei einem Drei-Gänge-Menü beweisen, was sie gelernt haben. Laut Knigge gilt immer noch: Beim Betreten des Restaurants hält der Mann der Frau die Tür auf. Sie geht hinein und wartet, bis der Mann ihr den Mantel abnimmt und an der Garderobe aufhängt. Kein Muss, aber eine nette Geste: Der Mann rückt der Frau am Tisch den Stuhl zurecht. Unbedingt beachten: Die Frau sollte sich am Tisch nicht das Gesicht pudern oder die Lippen nachschminken. Außerdem liegt das Handy in der Tasche, nicht auf dem Tisch. Wenn es klingelt, sich entschuldigen und kurz rausgehen.



## WO KANN ICH GUTES BENEHMEN LERNEN?

Gutes Benehmen ist keine Glückssache, sondern erlernbar. Unter diesem Motto geben ehrenamtliche Kniggetrainer im Auftrag des Malteser Hilfsdienstes e. V. im Bistum Essen Benimmkurse. In sechs Modulen erhalten Schüler Antworten auf Fragen wie: Wohin mit der Serviette? Welche Gabel zuerst? Wer begrüßt wen? Zum Abschluss erfolgt der Praxistest mit einem Drei-Gänge-Menü in

einem Restaurant. Zurzeit unterrichten 22 Kniggetrainer in Bochum, Essen, Sprockhövel, Oberhausen und Duisburg. Der Kurs ist kostenlos. Die Projektleitung von „Dein perfekter Auftritt“ hat Marion Wiemann, M. A., Tel.: 0173/5488030

Infos: [www.malteser-essen.de/dienste-und-leistungen/junge-leute](http://www.malteser-essen.de/dienste-und-leistungen/junge-leute)

## BENEFIT

# 2 x TRAVOLTA + 1 x SWAYZE = 3 x HÖCHSTER TANZGENUSS

**Das geht nicht auf, sondern in die Hüften!** Am 5. und am 27.11. gastiert die Broadway Produktion „Saturday Night Fever“ im Colosseum Theater Essen und im Theater am Marientor, Duisburg. Das Musical ist an den gleichnamigen Film angelehnt, der vor 30 Jahren die Kinos eroberte und mit der Musik der „Bee Gees“ und dem Tanzstil John Travoltas eine wahre Disko-Welle auslöste.

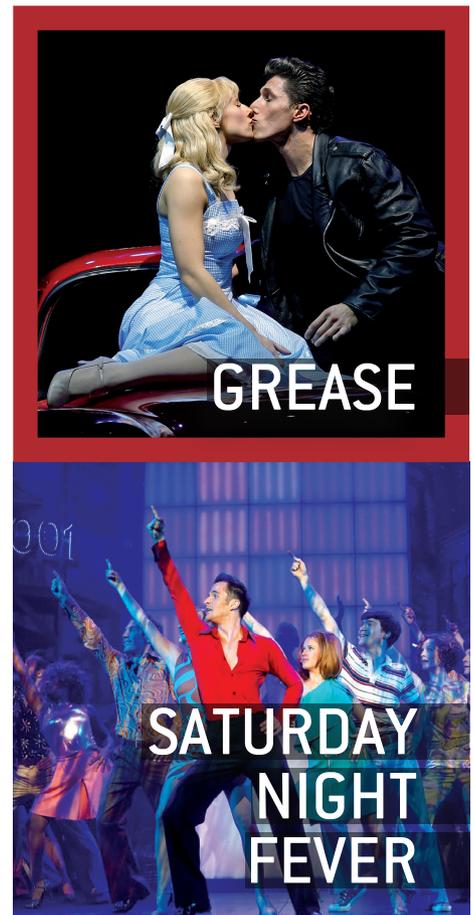
Kurz darauf sorgte eben dieser John Travolta in einem weiteren Tanzfilm für Furore: „Grease“ – an seiner Seite damals: Olivia Newton-John. Die Musicalfassung ist sogar noch älter, wird 2017 schon 45 Jahre alt. Zum Jubiläum wird „Grease“ ebenfalls im Theater am Marientor zu sehen sein und zwar vom 3. bis 14. Januar 2018.

Zuvor aber heißt es: „I had the time of my life“. Der erfolgreichste Tanzfilm der 1980er Jahre, „Dirty Dancing“, ist ebenfalls als Musical wieder auf den Bühnen. Die Bühnenversion des Kinohits mit Patrick Swayze und Jennifer Grey hat weltweit – von Australien über Nordamerika bis nach Europa – schon mehr als sechs Millionen Besucher begeistert. Am Londoner West End waren die Vorstellungen monatelang ausverkauft. Vom 15. bis 19.11. werden „Johnny“ und „Baby“ das Publikum im Colosseum Theater Essen mit ihrem Mambo aus den Sesseln reißen.

Nähere Informationen zu den Musicals gibt es auf den Veranstalterseiten:  
[www.bb-promotion.com](http://www.bb-promotion.com)  
[www.theater-am-marientor.de](http://www.theater-am-marientor.de)  
[www.colosseumtheater.de](http://www.colosseumtheater.de)

Wenn Sie am Tanzfilm-Quiz (rechts) teilnehmen, haben Sie die Chance, Karten für die Vorstellungen von „Dirty Dancing“ und „Saturday Night Fever“ zu gewinnen. BENE wünscht viel Glück!

1. Jul



» Ökonomisch. Sozial. Ökologisch.

**BIB**  
FAIR BANKING

KCD-Catella Nachhaltigkeit IMMOBILIEN  
Deutschland

## Der nachhaltige Immobilienfonds



### Für verantwortungsvolle Anleger: ein Fonds mit ethischem Mehrwert.

Langfristig an der Wertentwicklung hochwertiger nachhaltiger Immobilien partizipieren: Mit dem **KCD-Catella Nachhaltigkeit IMMOBILIEN Deutschland** setzen Sie auf einen besonderen Investmentansatz. Die ausgewählten Immobilien werden einer gewissenhaften Nachhaltigkeitsanalyse unterzogen. Entscheidend dabei sind ökonomische, ökologische und soziale Aspekte. Besonderes Augenmerk wird auf die Themen Energie und Klimaschutz gelegt. Die bei Fonds möglichen Kursschwankungen und Ertragsrisiken sind zu berücksichtigen. [www.bibessen.de](http://www.bibessen.de)

BIB – BANK IM BISTUM ESSEN  
Gildehofstraße 2 | 45127 Essen  
Telefon 0201 2209-240



**Rechtliche Hinweise:** Dies ist eine Werbeunterlage und dient ausschließlich Informationszwecken. Ausführliche produktspezifische Informationen und Hinweise zu Chancen und Risiken des Fonds entnehmen Sie bitte den aktuellen Verkaufsunterlagen (wesentliche Anlegerinformationen, Verkaufsprospekt inkl. Anlagebedingungen sowie der letzte veröffentlichte Jahres- und Halbjahresbericht), die Sie kostenlos in deutscher Sprache über den Kundenservice der BANK IM BISTUM ESSEN eG (BIB) sowie im Internet unter [www.catella.de](http://www.catella.de) erhalten. Diese Dokumente bilden die allein verbindliche Grundlage für den Kauf des Fonds. Die Inhalte dieses Werbematerials stellen keine Handlungsempfehlung dar. Sie ersetzen weder die individuelle Anlageberatung durch die Bank noch die individuelle, qualifizierte Steuerberatung. Dieses Dokument wurde mit Sorgfalt entworfen und hergestellt, dennoch übernehmen weder die BIB noch die Catella Real Estate AG eine Gewähr für die Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit.

# TANZFILM-QUIZ

Das wird der Herbst der Tanzmusicals im Ruhrbistum. Gleich drei Shows machen hier Station, sie alle basieren auf berühmten Tanzfilmen der vergangenen Jahrzehnte. Zwei davon feiern sogar Jubiläen (siehe Text links) und ihr Ruhm ist ungebrochen. Unser großes BENE-Quiz also für alle, die den Rhythmus spüren, die Melodien mitsummen und in Gedanken ein bisschen mitwippen oder (Achtung, Baby!) abheben wollen ...

- 1** Schon vor 70, 80 Jahren gab es Tanzfilme. Fred Astaire und Ginger Rogers galten als das Traumpaar der Leinwand. Man könnte auch sagen:  
A: Da steppte der Bär! B: Da stand ein Pferd auf dem Flur  
C: Da regnete es Katzen und Hunde D: Das war affengeil!
- 2** Die Mutter aller Tanzfilme war ein Musical. Sie erinnern sich? Leonard Bernstein schuf 1961 die Westside Story mit den ...  
A: Birds gegen die Bees B: Beatles gegen die Stones  
C: Jets gegen die Sharks D: Bulls gegen die Knicks
- 3** Tanzen in den 1970er Jahren – die große Zeit der Diskotheken. Wörtlich betrachtet sind sie deutlich älter. Diskos ist griechisch und bedeutet:  
A: Kreis B: Bogen C: Kammer D: Scheibe
- 4** 1977 – das Jahr, in dem das Tanzfieber vollends ausbrach. „Saturday Night Fever“ lief in den Kinos an. Kaum vorstellbar: Der Film hatte bis 2002 offiziell noch diesen deutschen Titel:  
A: Samstagsfieber B: Nur Samstag Nacht  
C: Immer wieder samstags D: Tanz durch die Nacht
- 5** John Travolta spielte den Macho Tony Manero, der zum Tanzkönig unter der Diskokugel wurde. Die Rolle machte nicht nur ihn, sondern auch eine Familienband zu Superstars.  
A: Kelly Family B: Everly Brothers C: Jackson 5 D: Bee Gees
- 6** Auch der Discofox ging aus der Tanzszene der 1970er Jahre hervor. Heute gehört er selbstverständlich zum Programm jeder Tanzschule. Aber auf welchem dieser Stücke lässt er sich nur schwerlich tanzen?  
A: Atemlos, Helene Fischer  
B: Don't you want me, The Human League  
C: Daddy Cool, Boney M.  
D: If you don't know me by now, Simply Red
- 7** John Travolta blieb tänzerisch weiter auf Hochtouren. 1978 tanzte er mit Olivia Newton-John in „Grease“ – auch ein erfolgreiches Tanzmusical. Es gab damals eine haarsträubende deutsche Version des Superhits „You're the one that I want“ mit ...  
A: Dieter Hallervorden und Helga Feddersen  
B: Diether Krebs und Iris Berben  
C: Dieter Thomas Heck und Ilja Richter  
D: Gunter Gabriel und Marianne Rosenberg
- 8** Travoltas Abgesang läutete Patrick Swayze ein. „Dirty Dancing“ ist in diesem Jahr auch schon 30 Jahre alt, aber die Musik und vor allem eine Tanzeinlage lässt Frauen bis heute dahinschmelzen: Johnny und Baby, let's dance ...  
A: Samba B: Mambo C: Salsa D: Rumba
- 9** Bis heute pilgern die Fans an den Lake Lure in North Carolina. Das gleichnamige Örtchen veranstaltet dort im Sommer ein Dirty Dancing Festival mit lustigen Wettbewerben. Was muss man dafür meistern?  
A: Melonen weit werfen B: Hebefiguren kreieren  
C: Petticoats designen D: Film rückwärts erzählen
- 10** Und jetzt noch was Klassisches! Zum Abschluss der alljährlichen Ballsaison findet der Wiener Opernball statt. Mal unabhängig davon, dass Karten ein Vermögen kosten – der Termin kollidiert meist mit ...  
A: Aschermittwoch B: Allerheiligen C: Altweiber D: Advent

Wer bei unserem Quiz mitmacht, kann Musical-Karten gewinnen: Unter allen richtigen Einsendungen (Frage-Nummern und Lösungsbuchstaben auflisten) verlosen wir jeweils 1 x 2 Karten für „Saturday Night Fever“ und „Dirty Dancing“. Einfach eine Mail mit Anschrift und Telefonnummer senden an: [quiz@bene-magazin.de](mailto:quiz@bene-magazin.de)  
Als Stichwort das Wunsch-Musical nennen!

Einsendeschluss: 15.10.2017





## SIEBENSACHEN

# 777

KM

## WILLKOMMEN IN DER GLITZERWELT

RUHRBISTUM

→ ROERMOND

→ KÖLN

→ KOBLENZ

→ IDAR OBERSTEIN

Von Koblenz reisen wir weiter südlich nach Idar-Oberstein. In der 30.000 Einwohner-Stadt ist der Ausdruck „Ein Herz aus Stein“ keine Beschimpfung. Steine sind in dieser Gegend traditionell besonders edel, liegt dort mit dem Steinkaulenberg doch die einzige Edelsteinmine Europas, die zur Besichtigung freigegeben ist.

Alles, was funkelt und glitzert, wurde in dieser Mine nur bis zum Jahr 1870 kommerziell abgebaut, aus ihrer schillernden Vergangenheit schöpfen die Idar-Obersteiner aber bis heute. Denn neben der Mine, wo man Hobby-Mineralogen bei der Schatzsuche in die Arme läuft, gibt es auch eine aufwendig inszenierte Edelstein-Erlebniswelt inmitten einer verzweigten Höhlenlandschaft. Klingt nach großem Kino – das Stichwort für den bekanntesten Sohn der Stadt: Hollywood-Star Bruce Willis wurde hier 1955 als Sohn eines US-Soldaten und einer Deutschen geboren. Seit 2007 ist er offiziell ernannter Sonderbotschafter Idar-Obersteins. Zur Belohnung gab es vom Bürgermeister – natürlich! – eine Trophäe aus Amethyst. | afa

Infos: [www.idar-oberstein.de](http://www.idar-oberstein.de)



RUHRBISTUM

→ SANTIAGO DE CUBA

→ JOHANNESBURG

→ GIBRALTAR

→ HIMALAYA

# 7



# 777

KM

## PACK' DIE WANDERSCHUHE EIN!

Von der bretonischen Stadt Quimper geht es in ein Hochtal der östlichen Pyrenäen, wo zwischen Spanien und Frankreich der Zwergstaat Andorra liegt. Dichte Eichen- und Pinienwälder prägen die Landschaft, Wanderschuhe sind also ein Muss im Reisekoffer.

Beim Packen bitte auch Platz für drei Sprachführer lassen: An den Schulen wird Spanisch UND Französisch unterrichtet, die Amtssprache ist jedoch Katalanisch. Auch bei seinem Staatsoberhaupt möchte sich das Bergvolk nicht eindeutig festlegen: Mit dem Präsidenten von Frankreich und dem Bischof des spanischen Bistums Urgell haben gleich zwei Personen Führungsverantwortung. Die heimische Küche jedenfalls profitiert vom Mix der Kulturen: Die Bauern der Region züchten Lämmer und Ziegen, deren Fleisch dann mit Tomaten, Wein und mediterranen Kräutern verfeinert wird. | afa

Infos: [www.visitandorra.com/de](http://www.visitandorra.com/de)

RUHRBISTUM

→ VENEDIG

→ MAASTRICHT

→ QUIMPER

→ ANDORRA

**Liebe Leserinnen und Leser!** Unsere etwas andere **Pilgertour** geht weiter. Die **Siebensachen** haben uns aus dem Ruhrgebiet (siehe Liste) weggeführt. Nun ruft die nächste Etappe und führt uns in den bekannten 7er Schritten an neue Ziele. So umrunden wir gemeinsam den Erdball, entdecken bekannte und unbekannte Städte und Regionen. Hier ist **FOLGE 4!**



# ZUM DACH DER WELT

## KLETTERN. STAUNEN. MEDITIEREN: ALL DAS BIETET DIE BERGSTEIGER-REGION PANCHCHULI IM NORDEN INDIENS. TOP-AUSSICHT AUF DEN HIMALAYA INKLUSIVE.

Es bleibt felsig, wenn wir von der Affeninsel Gibraltar 7777 Kilometer weiterreisen. Es geht nach Osten, in die indische Region Panchchuli, ein Gebirgsmassiv im Himalaya. Klar, dass hier nur der vorwärts kommt, der klettern kann! Die Panchchuli-Berge sind eine Formation aus fünf schneebedeckten Himalaya-Gipfeln, von denen der Legende nach die „Pandava“-Brüder aus dem indischen Epos „Mahabharata“ in den Himmel aufgefahren sind.

Am höchsten ist der Panchchuli II mit atemberaubenden 6904 Metern. Kletterern wird für den Anfang der „Base Camp Trek“ angeboten, eine begleitete zehntägige Tour (Kategorie „leicht bis moderat“) von Kathgodam aus. Das Base Camp von Panchchuli wird an Tag 5 erreicht, von dort geht es dann zurück zum Ausgangspunkt Kathgodam, wo es direkte Zugverbindun-

gen nach Delhi gibt. Doch auch von unten ist die Aussicht auf die Gipfelgruppe beeindruckend: In einigen Hotels des nahegelegenen Örtchens Munsiyari kann man das Panchchuli-Quintett sogar vom Balkon der Zimmer aus sehen. Beliebtestes Fotomotiv: Das Bergmassiv bei Sonnenaufgang, weil die Felswand dann die Farbskala von warmem Buttergelb bis zu leuchtendem Orange durchwandert.

Wir befinden uns im Norden Indiens, im Bundesstaat Uttarakhand, der mit einer Fläche von über 50.000 Quadratkilometern etwas größer als Niedersachsen ist. Der Himalaya ist natürlich die Attraktion Nummer Eins der Region, aber auch in der Nachbarschaft gibt es viel zu entdecken: Etwa den Valley-of-Flowers-Nationalpark, ein ausgetrocknetes Flussbett in dem jetzt pinkfarbene Blumen mit dem Spitznamen

„River Beauty“, also Fluss-Schönheit, wachsen. Sowie die Birthi Falls, imposante Wasserfälle mitten im Wald, oder die heißen Thermalquellen von Madkot. All diese Plätze sehen verwunschen aus – wohl auch deshalb nennen Hindus Uttarakhand das „Land der Götter“.

Eine wohlklingende Versprechung, die in den 1960er-Jahren sogar Musikgrößen wie die Beatles und die Beach Boys anlockte. Sie alle reisten in die dort gelegene Stadt Rishikesh, um zu meditieren. Das Tal gilt mit seinen vielen Ashrams und Gurus als die Geburtsstätte des Yoga. I afa

**Infos:**  
[www.trekthehimalayas.com](http://www.trekthehimalayas.com),  
[uk.gov.in](http://uk.gov.in) (offizielle Seite des Bundesstaates)



RUHRBISTUM

→ BREHMINSEL

→ WITTHAUSBUSCH

→ ZOO DUISBURG

→ ENTENFANG

## NAHERHOLUNG ZWISCHEN MÜLHEIM UND DUISBURG

Eine echte Mini-Oase ist das Naherholungsgebiet Entenfang, das zwischen dem Duisburger Stadtwald und dem Broich-Speldorfer Wald in Mülheim liegt. Hier kann man wunderbar abschalten und den Blick auf den herrlichen Entenfangsee genießen.

Dieser wird von den Saarner Bächen Rottbach und Wambach gespeist. Er ist nur 400 Meter von der Duisburger Sechs-Seen-Platte entfernt, wird aber offiziell nicht dazugezählt. Am Südufer des Sees befindet sich ein Campingplatz, der vorwiegend von Dauercampern genutzt wird. Wer den See als Ausgangspunkt für eine ausgiebige Wanderung durch die angrenzenden Wälder nehmen möchte, startet am besten nördlich des Sees. Dort gibt es einen Wanderparkplatz, der ein Netz von Wanderwegen im Duisburger und Mülheimer Stadtwald erschließt. Ein Highlight für Familien: Der angrenzende Waldspielplatz mit Bolzplatz, Riesenklettergerüst, Seilbahn, Schaukeln, Trampolin und Skatepark.

I kab

Infos: [www.entenfangsee.freizeit-oasen.de](http://www.entenfangsee.freizeit-oasen.de)

## DIE GÖTTLICHE ZAHL 7

Die 7 hat in vielen Kulturen eine besondere Bedeutung (sieben Weltwunder, sieben Hügel Roms, der siebenarmige Leuchter „Menora“ im Judentum ...). Im Christentum steht die 7 für die Kombination aus dem dreifaltigen Gott und der Welt mit ihren vier Himmelsrichtungen und findet sich unter anderem in den 7 Bitten des Vaterunsers – von denen sich drei auf Gott und vier auf die Menschen beziehen.

SIEBENSACHEN



# MAL DANKE SAG AN BESONDEREN

### ➤ 20. September: Weltkindertag

Ja, Deutschland könnte kinderfreundlicher sein. Aber nutzen wir den Tag doch, um die Bedürfnisse von Kindern anzusprechen oder schlicht dafür dankbar zu sein, dass wir welche haben.

### ➤ 21. September: Internationaler Tag des Friedens

Die Vereinten Nationen rufen an diesem Tag zu weltweitem Waffenstillstand und weltweiter Gewaltfreiheit auf. Wir sollten für den Frieden bei uns nicht nur dankbar sein, wir müssen auch weiter vehement für ihn eintreten!

### ➤ 1. Oktober: Erntedankfest

Das Erntedankfest ist eines der ältesten Feste überhaupt. Daran erkennt man, wie existentiell es ist: Gott sei Dank für alle Gaben der Ernte!

### ➤ 3. Oktober: Tag der deutschen Einheit

Auch wenn es zuweilen immer noch Missgunst gibt: Dass unser Land wieder eins werden durfte nach den Gräueltaten des 20. Jahrhunderts, darf und sollte uns mit Dankbarkeit erfüllen.



## ST. MARTIN BOCHUM- WIEMELHAUSEN



# 7 GRÜNDE, WARUM SIE DIESE KIRCHE GESEHEN HABEN SOLLTEN

### 1. Verbindung verschiedener Welten

*Im rechten Teil der Filialkirche St. Martin befinden sich Gemeindehaus, Bibliothek und Jugendräume, im mittleren der Kirchenraum und im linken die Sakristei. So wird deutlich, dass St. Martin Wert auf die Verbindung weltlicher und liturgischer Räume legt.*

### 2. Alle miteinander

*Nicht nur der Altar steht in der Mitte des Raumes, so dass sich die Gemeinde rundherum versammeln kann. Auch die Orgel befindet sich dort. So soll das Gemeinschaftsgefühl gestärkt werden. Besonders: Es gibt keine Bänke, sondern Stühle, die sich umstellen lassen.*

### 3. Einer von uns

*Die Martingsfigur ist in dieser Kirche auf Augenhöhe angebracht. Das bedeutet: Der Heilige Martin ist „einer von uns“. Die Figur steht vor einem blauen Hintergrund, was auf die Verbindung zum Himmlichen hinweist.*

### 4. Himmel und Erde

*Die Decke in St. Martin ist sehr niedrig. So soll das Gefühl, dass Gott den Menschen nah ist, verstärkt werden. Das beleuchtete Fenster über dem Altar symbolisiert Wolken, die mit dem braunen Boden, also der Erde, korrespondieren.*

### 5. Schutz für die Menschen

*Der Tabernakel in der Seitenkapelle hat eine außergewöhnliche Form. Er besitzt ein spitzes Dach, das ihn wie ein Zelt aussehen lässt. Er soll Schutz und Geborgenheit symbolisieren.*

### 6. Gerettet!

*Der Taufbrunnen stammt aus der Marienkirche in der Bochumer Innenstadt, die zum Anneliese Brost-Musikforum, einem Konzerthaus für die Bochumer Symphoniker, umgebaut wurde.*

### 7. Seinen Mantel teilen

*So wie der heilige Martin seinen Mantel teilte, um Bedürftigen zu helfen, hilft auch die Filialkirche: mit einer Kleiderkammer. | kab*

Adresse: St. Martin Bochum, Am Langen Seil 120, 44799 Bochum  
Telefon: 0151/54861904, Infos: [www.psfb.de](http://www.psfb.de)



Die Kirche in Bildern:  
[bene.mg/martin\\_bochum](http://bene.mg/martin_bochum)

BE.on



Danke-E-Cards zum Verschicken:  
[bene.mg/danke](http://bene.mg/danke)

# EN TAGEN

#### ➤ 10. Oktober: Europäischer Tag gegen die Todesstrafe

Es gibt ja eine Vielzahl an Gedenktagen. Dieser zählt zu den weniger bekannten. Vor dem Hintergrund von Rechtsbeugung, haltlosen Inhaftierungen und Verurteilungen in einigen Teilen der Welt, können wir in unserem Land für unser Rechtssystem sehr dankbar sein.

#### ➤ 1./2. November: Allerheiligen/Allerseelen

Früher galten Dank und Gebete häufig Schutzpatronen, denen besondere Kräfte nachgesagt wurden. Also, wer einen solchen hat oder glaubt zu haben: Dies wäre der passende Tag für ein kleines Danke! Dasselbe gilt für die, die gestorben sind und derer wir am 2. November gedenken: Danken wir für die Zeit mit ihnen!

#### ➤ 11. November: Sankt Martin

Eine Geschichte mit hoher Symbolkraft, jedes Jahr: Der Heilige Martin teilt seinen Mantel mit einem Bettler. Die meisten von uns leben im Wohlstand, da sind Demut und Dankbarkeit angesagt – und die Ermunterung zu teilen. | jul



*Das Jubelpaar Trompeter mit seinen Lieben. In der Gnadenkapelle von Kloster Stiepel feierten Maria und Helmut am 21. August ihre Eiserne Hochzeit. Der Glaube an Gott und auch an die Heiligen habe sie durch ihr Leben getragen, sagen die beiden. Gebetet wird immer noch täglich. „Das haben wir von Kindesbeinen an so gelernt!“*



## DAS GEHEIMNIS VON **65** JAHREN **EHE**



**Auch wenn Ehen heutzutage wieder länger halten, nicht mehr nach elf (1991) sondern erst nach 15 Jahren (2016) auseinandergehen: Sein ganzes Leben mit einem Ehepartner zu teilen, ist eine Seltenheit – und es ist ja auch nicht jedem vergönnt. Insofern sind Maria und Helmut Trompeter aus Wattenscheid vor allem eines: dankbar für 65 gemeinsame Ehejahre. Wie haben sie es solange miteinander ausgehalten?**

„Ehrlichkeit ist das wichtigste“, sagt das Paar einmütig und meint damit auch die Treue. Der gebürtige Sauerländer und die Gelsenkirchenerin lernten sich kurz nach dem Krieg in der Tanzschule kennen. Es waren harte, prägende Zeiten. Sie war mit ihren Geschwistern ausgebombt worden, er versuchte als technischer Zeichner Fuß zu fassen, ein neues Zuhause aufzubauen. „Das schöne Leben fing erst an, als wir verheiratet waren und die Kinder kamen“, erzählt Maria (87). Ihr Gatte (88), der sich in KAB und Kolpingfamilie engagierte, gibt das Lob gerne zurück: „Wir haben immer zusammengehalten und alles gemeinsam gemeistert.“ Und noch so ein Glücksrezept: „Wir haben uns nicht viel gestritten! Ich bin nicht sehr nachtragend“, schmunzelt er. „Ich dreh' mich um, und hab den Grund des Streits schon wieder vergessen.“ Auch wenn das Leben im Alter beschwerlicher geworden ist – Maria benötigt einen Rollator – haben sie noch ihre gemeinsame Wohnung, Maria kocht noch selbst, Helmut geht einkaufen. Am 21. August 2017 haben sie aus gutem Grund eine Ausnahme gemacht. Da wurde außer Haus gegessen: Aus Anlass der Eisernen Hochzeit, die auf Wunsch der beiden in der Kapelle von Kloster Stiepel gefeiert wurde. 65 Jahre! Eine Leistung und eine Gnade! BENE gratuliert ganz herzlich!



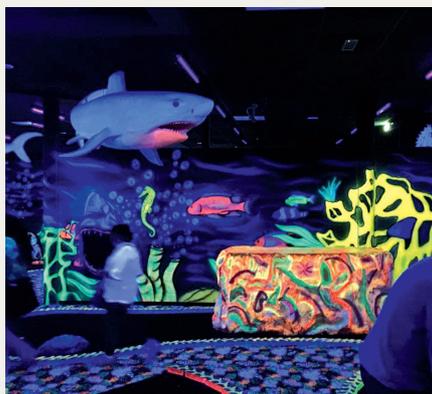


# SUPER-FAMILIENTAG DANK RUHR-TOP & BENE

**Ferien vor der eigenen Haustür: Das ist immer eine Herausforderung. Auch für die Schuleit-Dannöhls aus Oberhausen, unserer BENE-Patchwork-Familie.**

*Oben l.: Mutter Simone (mit Papa Michael) hatte sich mit ihrer Patchwork-Familie für die Ruhr-Top-Karten beworben.*

*Großes Foto: Paul, Tom, Jona, Michael und Simone Schuleit-Dannöhl (v.l.) besuchten als erstes die Antoni-Hütte.*



*Golfen bei spärlichem (l.) oder Neonlicht (oben r.). Der Nachwuchs der Schuleit-Dannöhls (Tom, Sophie, Paul, Jona, v.l.n.r.) fand den Ausflug ins „Moonlight Minigolf“ klasse.*

Dank der Ruhr Tourismus GmbH konnten wir die Sechs mit jeweils einer Ruhr-Top-Karte ausstatten. Und Mama Simone, Papa Michael, Sophie (21), Tom (17), Paul (15) und Jona (14) hatten die Qual der Wahl. „Erstmal alle unter einen Hut kriegen“, lacht Simone Schuleit-Dannöhl – und dann etwas finden, was allen gefällt. Gut, dass es mit der Ruhr-Top-Karte hunderte Auswahlmöglichkeiten im Ruhrgebiet gibt! Den Vormittag durfte der Papa gestalten. Auf seiner Wunschliste: Die Antoni-Hütte in Osterfeld. Spannende Ausgrabungen, eine tolle Führung und ganz viele Informationen über die Stahlindustrie standen dort auf dem Ausstellungsplan.

„Danach wollten wir eigentlich auf die Sommerrodelbahn in Bottrop, doch es goss in Strömen“, berichtet die Mutter. Kurzfristig wurde umdisponiert – auch so, dass Tochter Sophie noch teilnehmen konnte. Drei Stunden „Moonlight-Minigolf“ in Mülheim: Unterwasserwelt, 27 Bahnen, davon 18 drinnen, ein echter Kampf bei Neonlicht. Jona konnte den Familienwettbewerb am Ende für sich entscheiden. „Es war ein toller Tag, wir fanden es super!“ waren sich alle einig und haben schon die nächsten Familien-Abenteuer im Ruhrgebiet angepeilt. |Jul



Mehr von unserer BENE-Familie: [bene.mg/bene-familie](https://bene.mg/bene-familie)



# BÜHNE FREI FÜR PINOCCHIO

**Keine Lüge: Die Geschichte rund um die berühmteste Holzpuppe der Welt kommt als packendes Live-Erlebnis nach Duisburg**

Das Theater Liberi, das für seine fantasievollen Familienshows bekannt ist, setzt den Klassiker „Die Abenteuer des Pinocchio“, der 1883 vom italienischen Schriftsteller Carlo Collodi (1826 bis 1890) verfasst wurde, als Musical in Szene.

Unerwartete Wendungen, mitreißende Lieder und witzige Dialoge sollen vom ersten Moment an für großartige Unterhaltung sorgen. Die Geschichte von Pinocchio kennt fast jedes Kind: Ein zum Leben erweckter Holzjunge gerät immer wieder auf Abwege und stürzt damit seinen Ziehvater, den Holzschnitzer Geppetto, in tiefste Verzweiflung. Obwohl Pinocchio ununterbrochen Besserung verspricht, schwänzt er die Schule und jagt dem Vergnügen nach. Um sich zu erklären, beginnt er zu lügen. Doch bei jeder Lüge wächst seine Nase. Am Ende erkennt er seine Irrtümer jedoch, schwört dem unsteten Leben ab und erwacht zur Belohnung als richtiger Junge.

Der renommierte Liberi-Autor Helge Fedder hat Pinocchio in die heutige Zeit übertragen. „Er lehrt Pinocchio, dass Eigensinn dort

seine Grenzen hat, wo geliebte Menschen in Gefahr gebracht werden“, so Andreas Kellner, der die Öffentlichkeitsarbeit des Theaters verantwortet.

Die Geschichte von Pinocchio faszinierte bereits Millionen. 1905 wurde das Kinderbuch erstmals ins Deutsche übersetzt. Heute gehört es neben der Bibel und dem Koran zu den meistgedruckten Büchern der Welt.

BENE verlost drei Mal zwei Karten für „Pinocchio – Das Musical“ am 4. November um 15 Uhr im Theater Liberi in Duisburg. Beantworten Sie einfach die Frage: Woran erkennt man, dass Pinocchio lügt? Die Antwort einfach bis zum 15. September an [redaktion@bene-magazin.de](mailto:redaktion@bene-magazin.de) schicken.

| kab

Infos: [www.theater-liberi.de](http://www.theater-liberi.de)

3 X 2  
KARTEN FÜR  
DAS MUSICAL  
„PINOCCHIO“  
IN DUISBURG

# MESSE ESSEN: HIER BIN ICH MENSCH, HIER DARF ICH SPIELEN!

2 X 2  
KARTEN FÜR  
DIE SPIELE-  
MESSE IN  
ESSEN



## Die weltweit größte Publikumsmesse für Spiele lockt mit mehr als 1200 Neuheiten

Vom 26. bis zum 29. Oktober verwandeln sich die Messehallen am Grugapark in Essen in ein echtes Spieleparadies: Aussteller aus 52 Nationen laden bei der 35. SPIEL zum Testen und Mitspielen ein.

Von Schach über die klassischen Kartenspiele bis hin zu Kinder-, Strategie-, und Geschicklichkeitsspielen ist hier alles zu finden. Eines der Highlights: Ein sogenanntes „Escape the room“-Spiel (zu dt.: „Entkomme dem Raum“), bei dem man mit einer 3D-Brille Rätsel lösen muss. „Wir stellen fest, dass vor allem Menschen zwischen 20 und 40 von Brettspielen dieser Art angezogen werden. Das ist die Generation, die keine Lust auf Online-Spiele hat und reale ‚Wettkämpfe‘ bevorzugt“, so Dominique Metzler (53), Geschäftsführerin des Friedhelm Merz Verlages, der die Messe veranstaltet. Metzler glaubt, dass die steigende Faszination für die Messe vor allem damit zu tun hat, dass man „nirgendwo sonst sein Gegenüber so gut kennenlernen kann wie beim Spielen“. Dabei erkenne man, wie der andere tickt. „Hat er Humor, hat er starke Nerven?“ Wie sagte bereits Friedrich Schiller (1759 – 1805): „Der Mensch spielt nur, wo er in voller Bedeutung des Wortes Mensch ist, und er ist nur da ganz Mensch, wo er spielt.“

BENE verlost zwei Mal zwei Karten für die Internationalen Spieletage. Beantworten Sie die Frage: Welches ist das älteste Brettspiel der Welt? Die Antwort bis zum 15. September an [redaktion@bene-magzain.de](mailto:redaktion@bene-magzain.de) schicken. 1 kab

Infos: [www.spiel-essen.com](http://www.spiel-essen.com)

## BENE GRATULIERT ...

- ... **Andrea Wegener**, die ab Mitte September die Leitung der Essener Domschatzkammer übernimmt. Sie leitet zugleich weiterhin die Schatzkammer der St. Ludgerus-Basilika Werden.
- ... **Rita Hövelmann**. Die Erziehungswissenschaftlerin aus Dorsten übernimmt ab Ende des Jahres die Leitung der Katholischen Erwachsenen- und Familienbildung (KEFB) im Bistum Essen.
- ... der **Gemeinde St. Ludger in Duisburg**, die jetzt mit dem Ökoprofit-Siegel ausgezeichnet wurde. Dabei ging es unter anderem um die Steuerung der Heizung, effizientere Beleuchtung, das Müllentsorgungskonzept und die Kommunikation über den Ressourcenverbrauch zwischen Verwaltung und Gemeinde. Die positiven Erkenntnisse sollen nun nach und nach umgesetzt werden.
- ... **Bischof Franz-Josef Overbeck** zum zehnjährigen Jubiläum. Er empfing am 1. September 2007 die Bischofsweihe im St.-Paulus-Dom in Münster.
- ... **Prälat Ferdinand Schulte-Berge**, der am 13. September seinen 99. Geburtstag feiert. 1 jul/kab

BETRIFFT

# BENE-FRÜHCHEN DIEGO ZEIGT UNS ...



... SEINE KIRCHE

Text Jutta Laege | Fotos Achim Pohl



**Manche Begegnungen kann man sich nicht ausdenken. Sie passieren einfach. Zum Beispiel vor dreieinhalb Jahren, als wir von BENE zufällig Barbara und Christoph Warzecha mit dem im November 2013 geborenen Frühchen Diego trafen. Seither berichten wir für unsere Leser regelmäßig über seinen Werdegang.**

Inzwischen ist Diego ein süßer, quicklebendiger Kerl geworden – der nicht nur seiner Familie und den Freunden große Freude macht. Auch in der Gemeinde St. Clemens in Oberhausen-Sterkrade ist er gern gesehen. Mama und Papa nehmen ihn fast jeden Sonntag mit in die Kirche. „Dann zünden wir immer ein paar Kerzen an, für alle die uns am Herzen liegen“, erzählt Barbara Warzecha. Diego gefällt es in dem großen Kirchenbau, zielgenau steuert er mit uns die Reihe 8 an, in der er immer sitzt. Da muss auch Kaplan Michael Danne schmunzeln. Der 36-Jährige ist seit 2014 in St. Clemens tätig und hat in einer der regelmäßigen Familienmessen auch Diego und seine Eltern kennengelernt.

Manche Begegnungen kann man sich nicht ausdenken. Auch diese ist so eine. Der schlaksige junge Priester hat eine bewegende Geschichte – und die ähnelt der von Diego sehr. Auch der Kaplan war ein Frühchen. „Meine Zwillingsschwester und ich waren Siebenmonatskinder“, berichtet er freimütig. „Wir wurden künstlich ernährt und waren in unserer Entwicklung sehr verzögert. Ich konnte kaum einen Tornister tragen, weil ich sehr lange sehr klein war“, erinnert er sich. Das Schicksal von Diego habe ihn sehr be-

*Das Angelspiel ist bei Diego neben Musik machen und Fußball gerade sehr angesagt.*



... SEIN KINDERZIMMER

*Diego in der Kirche St. Clemens. Rechts: Diego zeigt Kaplan Danne in der „Kinderküche“, wie man Spaghetti am besten auf den Teller bekommt ...*



... SEINEN KAPLAN

rührt, so der Kaplan weiter. Das sagt einer, der genau weiß, dass es in der katholischen Kirche nach den furchtbaren Missbrauchsfällen nicht ganz einfach ist, Beziehungen zu Kindern aufzubauen. „Es ist traurig. Die Kirche hat sich damit ein bisschen ihrer Menschlichkeit beraubt“, sagt er. Verlorenes Vertrauen wieder aufzubauen, darum gehe es jetzt vor allem. Danne wollte schon mit sieben Jahren Priester werden, auch wenn er wusste, dass das Verzicht auf Familie bedeutet und er bis heute manchmal damit hadert. Umso dankbarer ist er, dass er zur Entwicklung von Diego ein bisschen beitragen darf.

Stolz zeigt Diego beim Termin mit BENE sein Zimmer, wo eine Kinderküche, ein Kinderwerkzeugkoffer und viele Spiele warten. Der Kaplan ist begeistert von der Neugier und Spielfreude des Jungen. „Diego wird sich durchs Leben beißen!“ Da ist er sicher. | Jul



„Kerzen anzünden, Mama!“ Diego mit Mama Barbara vor dem Mutter-Gottes-Bild.

## +++ AUF ASSISIS SPUREN: WER WILL MIT NACH UMBRIEN?

Es gibt noch freie Plätze für eine Studienfahrt nach Umbrien mit dem Katholischen Ferienwerk Oberhausen (KFO). Die Reise findet vom 29.9 bis 8. 10. statt.

Neben den Stätten des Heiligen Franziskus stehen auf der Busreise auch die Wasserfälle von Marmone, der Lago Trasimeno und die toskanischen Metropole Florenz auf dem Programm.

Infos und Preise: Tel. 0208 99423-78

## BENISSIMO...

Unsere BENE-Experten Stefanie Horn, Christof Rumbaum und Angela Homfeldt sind auf unserem BENE-You-Tube-Kanal „Benissimo“ wieder am Start.

„Kräuterfee“ Stefanie Horn bereitet Brombeersenf für uns zu. Gärtner Christof Rumbaum erklärt, was gegen die Buchsbaumzünsler-Plage zu tun ist. Trainerin Angela Homfeldt zeigt eine Entgiftungsübung. Alles unter: [bene.mg/benissimo](http://bene.mg/benissimo)

## +++ CHARITY-FEST IN MÜLHEIM FÜR KINDERHEIM-PROJEKT

Am 30.09. findet vor der Kirche St. Mariae Rosenkranz in Mülheim ein Charity-Fest mit Gospelkonzert und Gospelmesse für ein Kinderheim-Projekt statt.

Ein Basar, kulinarische Spezialitäten aus Afrika, eine Tombola und Tanzvorführungen stehen ab 15 Uhr auf dem Programm. Spenden und Erlös sind für ein geplantes Kinderheim in Mamfe/ Kamerun gedacht. Infos unter Tel.: 0177/ 9276974.



## +++ IT-FIRMA IN BOCHUM HILFT: FLÜCHTLING HAT AUSBILDUNGSPLATZ

Endlich einmal gute Nachrichten für Davoud Behnamejad. BENE berichtete Anfang des Jahres über den iranischen Fußballprofi, der aufgrund von Verfolgung sein Land 2015 verlassen musste. Nach dem BENE-Artikel (s.o.) meldete sich die Fernmeldegesellschaft FMG in Bochum, die ihm helfen wollte. Seit dem 1. August hat Behnamejad dort nun einen Ausbildungsplatz.

„Das ist sehr gut“, freut sich der 29-Jährige, der nach seiner Flucht nach Bochum gekommen und in der Gemeinde Herz Jesu ersten Anschluss gefunden hatte. Doch die Monate des Wartens waren quälend. Davoud engagierte sich in der Flüchtlingshilfe, lernte schnell Deutsch, versuchte als Fußballer im wahrsten Sinne wieder Fuß zu fassen. Doch ohne Aufenthaltstitel und feste Arbeit war es schwierig, sich eine Zukunft in Deutschland aufzubauen. „Ich brauche eine Chance“, flehte er damals. Die hat er nun endlich bekommen. Die Telekommunikations- und IT- Firma FMG ermöglicht ihm eine Ausbildung als Techniker. Im Iran waren IT und Elektronik seine Abiturfächer. BENE wünscht alles Gute und wird weiter berichten!



## KOMMUNIONKIND NICK FRAGT

Lieber Nick,

um deine Frage zu beantworten, würde ich dir zunächst gern erklären, warum wir am 11. November mit der Laterne durch die Straßen unserer Orte ziehen.

Wie du bestimmt weißt, hat Martin damals seinen Mantel geteilt, um obdachlosen Menschen zu helfen. Mit seiner Tat hat er nicht nur Wärme gespendet, sondern auch ein bisschen Licht in die dunkle, trostlose Welt gebracht. Deine Laterne, also dein Licht, ist ein Symbol für Nächstenliebe und Mitmenschlichkeit. Außerdem können wir davon ausgehen, dass die Menschen, die früher an das Grab des Heiligen Martin im französischen Tours gegangen sind, ihre eigenen Lampen mitgebracht haben, falls es spät wird.

Inzwischen ist es so, dass einige Kindergärten oder Grundschulen zu dem Martinsfest lieber „Laternenfest“ sagen. Sie hoffen, dadurch auch Kinder aus nichtchristlichen Familien einbeziehen zu können. Ich finde es allerdings viel schöner, weiterhin das Fest von St. Martin zu feiern. Martin war einfach ein toller Mann, der für uns alle ein Vorbild sein kann – ob Christen oder nicht. Es ist doch toll, wenn unsere Straßen und Plätze an diesem Tag für ein paar Stunden deutlich heller und fröhlicher werden. Es macht Mut, dass wir uns an diesem Tag gemeinsam für eine bessere Welt einsetzen – so wie der Heilige Martin.

Ich wünsche dir und deiner Familie ein schönes Fest.

Dein Pastor Paul



**HAND AUFS HERZ:  
WER VON EUCH WEISS NOCH GENAU,  
WANN BEIM GOTTESDIENST  
WAS ZU TUN IST?  
HIER KOMMT DER KLEINE  
BENE-RATGEBER**

BE.on



Unser Video zum Thema:  
[bene.mg/knigge](https://bene.mg/knigge)

Text Kathrin Brüggemann  
Illustration Heiko Wrusch

# Wie war

Wer nicht regelmäßig zur Kirche geht, fühlt sich dort oft unsicher. Verstohlen blickt man unauffällig nach links und rechts, imitiert die Bewegungen der anderen Besucher, brummt die Lieder mehr schlecht als recht mit. Aufstehen, hinsetzen, knien, unbekannte Lieder und Gebete – das kann ganz schön verwirrend sein. Doch das muss es nicht ...

*... mit dem Hinknien?*

In besonders intensiven Momenten des Gebets kniet man in einem katholischen Gottesdienst nieder, zum Beispiel vor und während der Kommunion. Das kann verwirrend sein, hat aber einen Grund: Man soll nicht nur mit dem Kopf, sondern auch mit dem Körper beten. Der Gottesdienst soll sinnlich erlebbar sein. Wenn du lieber sitzenbleiben möchtest, ist das in Ordnung.

*... mit dem Handy?*

Die Kirche ist ein Ort der Stille und der Andacht. Ein Handy hat hier nichts zu suchen. Denke also am besten schon vor dem Gang in die Kirche daran, das Handy auf lautlos zu stellen. Es ist auch nicht sehr taktvoll, während des Gottesdienstes ständig auf das Display zu schielen.



# das nochmal ...

*...mit dem Weihwasser?*

Im Eingangsbereich befinden sich in katholischen Kirchen Becken und Behälter mit Weihwasser. Die Gläubigen tauchen die Fingerspitzen hinein und bekreuzigen sich. Das Kreuzzeichen am Weihwasser ist in erster Linie eine Erinnerung an die eigene Taufe. Außerdem hast du dort die Möglichkeit, einen Moment lang innezuhalten.

*... mit der Kollekte?*

Für den örtlichen Kindergarten oder Straßenkinder in Brasilien: In der Kirche wird regelmäßig für besondere Projekte Geld gesammelt. Es wird dich aber niemand für einen schlechten Menschen halten, wenn du nichts spendest.

*... mit der Hostie*

Die Hostie ist für die Katholiken ein Zeichen der Gegenwart Gottes. Genauso wie Jesus mit seinen Jüngern beim letzten Abendmahl gemeinsam Brot gegessen hat, machen das die Christen in der Kirche. Alle katholischen Kinder, die älter als neun Jahre alt sind, gehen in der Regel zur Kommunion. Auch wenn du lange nicht in der Kirche warst, darfst du an der Kommunion teilnehmen. Es ist allerdings keine Pflicht.

*... mit dem Beten?*

Auf welche Art gebetet wird, bleibt jedem selbst überlassen. Die übliche Gebetshaltung sind die gefalteten Hände, ein Zeichen des „sich Sammelns“. Du kannst sie aber auch ineinander legen oder vor das Gesicht halten. Gebete werden nicht nur gesprochen, sondern an bestimmten Stellen im Gottesdienst auch gesungen. So entsteht eine tolle Atmosphäre. Die Lieder findest du im Gotteslob, dem katholischen Gebet- und Gesangbuch.



1.



PATEN GIBT ES NICHT NUR IN DER KIRCHE. IMMER MEHR MENSCHEN ÜBERNEHMEN AUCH IN ANDEREN BEREICHEN VERANTWORTUNG FÜR ANDERE. DREI BEISPIELE:

# DIE SCHUTZENGELE

1

**Helma Barczik, 69**

**„Bei uns war es Liebe auf den ersten Blick“**

Selig lächelnd hält Helma Barczik (69) ihren Yasser (24) im Arm, will ihn gar nicht mehr loslassen. Seit anderthalb Jahren kümmert sich die Witwe um den Flüchtlingsjungen aus Aleppo (Syrien), der am Down-Syndrom leidet. Sie hat ihm und seiner Mutter Aljalek (64) in ihrem Haus in Gelsenkirchen eine neue Heimat gegeben und ihnen eine Wohnung in der ersten Etage zur Miete überlassen. Aber nicht nur das: Sie erledigt Botengänge für die beiden, suchte für Yasser, der bereits bei den Paralympics als Schwimmer an den Start ging, den passenden Schwimmverein. In den ersten Monaten teilte sie mit den Flüchtlingen sogar Waschmaschine und Staubsauger. „Die beiden sind einfach tolle Menschen“, schwärmt Helma Barczik. Über die Caritas Gelsenkirchen lernte sie die Syrer im Internationalen Café kennen, ist seitdem ehrenamtliche Patin. „Bei uns war es Liebe auf den ersten Blick“, erinnert sie sich. Die Rentnerin sitzt jeden Tag mit Yasser in der Küche, schneidet für ihn Käse in Streifen. „Sein Deutsch ist schon viel besser geworden. Wenn er zu mir ‚Dankeschön, Helma‘ sagt, geht mein Herz auf.“

I kab

2

**Kristin Adermann, 54**

**„Ich bin einfach für meine Schützlinge da“**

Einmal in der Woche ist sie für ein paar Stunden der Star in der Kita Levinstraße in Essen. Dann besucht Personalberaterin Kristin Adermann (54) ihre Schützlinge Selvana (6) und Manassa (6), die sie als Bildungspatin betreut. „Die Mädchen stürzen sich sofort auf mich“, sagt sie lächelnd. „Sie wollen keine Sekunde verpassen.“ Als Bildungspatin ist es ihre Aufgabe, Kinder, die aus sozial benachteiligten Familien kommen, zu fördern. „Ich spiele mit ihnen, mache mit ihnen Ausflüge, bin einfach für sie da.“

I kab

Infos zum AWO-Projekt „Kinderchancen“: [www.awo-essen.de](http://www.awo-essen.de)

3

**Ruth von Eicken, 59**

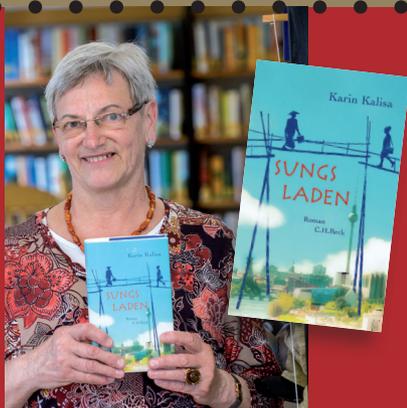
**„Es geht darum, ihn zu ermutigen“**

Der Übergang von Grundschule auf weiterführende Schule ist nicht leicht. Deshalb sucht das Centrum für bürgerschaftliches Engagement (CBE) in Mülheim Patinnen und Paten für das Förderangebot „School Jumper“ (zu dt.: „Schulwechsler“). Eine von ihnen ist Ruth von Eicken. Sie betreut Leonard (11), mit dem sie sich mindestens ein Mal pro Woche trifft. Sie hilft ihm bei den Hausaufgaben, unternimmt mit ihm Ausflüge. Die 59-Jährige: „Es geht darum, ihn zu ermutigen und zu bestärken.“

I kab

Infos: [www.muelheim-ruhr.de/cms/school\\_jumper\\_gesucht.html](http://www.muelheim-ruhr.de/cms/school_jumper_gesucht.html)

## DAS GEFÄLLT DEN BUCHPROFIS



### Miteinander der Kulturen

Ich möchte den Roman „Sungs Laden“ empfehlen: Er handelt vom achtjährigen Minh aus Vietnam und seiner Großmutter, die in Berlin lebt. Vom Miteinander der Kulturen erzählt die Autorin Karin Kalisa humor- und fantasievoll.

Elke Wolshink  
KÖB St. Joseph und Herz Jesu  
Oberhausen





2.



3.

## Sprechen wir über Ihre Aktionen!

Welche besonderen, herausragenden Aktionen gibt es in Ihrer Gemeinde, Ihrer Gruppe, Ihrem Verband? Wo bewegt sich Kirche? Haben Sie einen Vorschlag zur redaktionellen Verwendung?

Dann schreiben Sie uns: [tipps@bene-magazin.de](mailto:tipps@bene-magazin.de)

# KINO-KULTUR

FÜR BENE-LESER: Die Tipps von Essens Lichtburg-Chefin Marianne Menze

## 01 | FILMBIOGRAPHIE Victoria & Abdul

Stephen Frears widmet sich in „Victoria & Abdul“ mit feinsinnigem Humor einer bisher nicht erzählten, wahren Episode aus dem Leben von der englischen Königin Victoria – eine Geschichte von Freundschaft, Toleranz und was es bedeutet, zu dienen und zu herrschen. Judi Dench spielt in dem britischen Drama von 2017 die Hauptrolle.

**Kinostart: 28.09.2017**



Judi Dench spielt Königin Victoria, Ali Fazal ist „Abdul“.

## 02 | DOKUMENTARFILM Daniel Hope – der Klang des Lebens

Er ist einer der bedeutendsten Geiger seiner Generation, umjubelter Star, der von Beijing über Berlin bis nach New York die großen Konzertbühnen bespielt. Der Dokumentarfilm von Nahuel Lopez erzählt die Geschichte von Daniel Hope, spiegelt Gegenwart und Vergangenheit und hinterfragt die Getriebenheit und Rastlosigkeit hinter der Weltkarriere.

**Premiere mit Daniel Hope am 8.10., 19 Uhr in der Lichtburg, Kinostart: 19.10.2017**



Daniel Hope gilt als einer der besten und bedeutendsten Geiger der Gegenwart.

## 03 | GESELLSCHAFTSSATIRE The Square

Prämiert mit der Goldenen Palme der Filmfestspiele von Cannes begibt sich der schwedische Film „The Square“ in die schillernde Welt der modernen Kunst und öffnet ihre moralischen Falltüren. Eine lakonisch-beißende Gesellschaftssatire und ein Heidenspaß.

**Kinostart: 19.10.2017**



Bissig und gut: „The Square“

## Über die Freundschaft

„Der Miesepups“, geschrieben von Kerstin Fuchs, haust in einer unaufgeräumten Höhle im Wald und hat immerzu schlechte Laune. Ein Kinderbuch über das Wunder der Freundschaft, schön illustriert im Collage-Stil. Pluspunkt: Die witzigen Dialoge.

Annemarie Schreibert  
KÖB St. Franziskus  
Essen



## Polit-Thriller aus Adenauer-Zeit

Ich bin von dem Thriller „Bühlerhöhe“ von Brigitte Glaser fasziniert, weil man Geschehnisse aus der Frühzeit der Bundesrepublik kennenlernt. Es geht um Adenauer, ein versuchtes Attentat und eine Verbindung zum israelischen Geheimdienst.

Brigitte Buchholz  
KÖB St. Maria Himmelfahrt  
Gelsenkirchen

# BE PLUS

**09/10 09 2017**

## **Pflanzenraritätsmarkt in Essen**

Pflanzen aus aller Welt, u. a. Kräuter, Kakteen, Orchideen und Duftpflanzen, Orangerie im Grugapark, 10 bis 18 Uhr  
Infos: [www.grugapark.de/pflanzenmarkt](http://www.grugapark.de/pflanzenmarkt)

**16 09 2017**

## **Ökumenisches Fest in Bochum**

mit Bundestagspräsident Lammert, ab 10 Uhr, RuhrCongress, Anmeldung erforderlich, anschließend: diverse Workshops, ökumenischer Gottesdienst vor dem Bergbaumuseum Bochum  
Karte: 15 Euro  
Infos: [www.oekf2017.de](http://www.oekf2017.de)

**30 09 2017**

## **Erntedankmesse im Essener Dom**

mit Bläsern, Celebrant: Bischof Franz-Josef Overbeck  
Beginn: 18.30 Uhr

**30 09 2017**

## **2. Harpen Folk Festival**

Bürgerzentrum Amtshaus Harpen ab 19 Uhr: u.a. mit Broom Bezzums, Die Feuersteins, Helmo, anschl. Session  
Karten: Ruhr-Infocenter Bochum  
Eintritt: VVK: 15 Euro, AK: 20 Euro

**14 10 2017**

## **Comedian Paul Panzer in Duisburg**

„Glücksritter – vom Pech verfolgt“, Theater am Marientor  
Beginn: 20 Uhr  
Tickets: ab 36,60 Euro,  
Infos: [www.theater-am-marientor.de](http://www.theater-am-marientor.de)

**18 11 2017**

## **Sänger Adel Tawil in Oberhausen**

„So schön anders“-Tour, König-Pilsener-Arena, 20 Uhr,  
Tickets ab 39,90 Euro,  
Infos: [www.adel-tawil.de](http://www.adel-tawil.de)



## DEMNÄCHST IN BENE ...

Kraftquelle Gott:  
Kann Beten helfen?

Ausgabe 23 erscheint Ende November 2017

*Immer ist was mit:  
Kai Magnus Sting*

Alltagsgeschichten des Duisburger  
Kabarettisten auf: [bene.mg/sting](http://bene.mg/sting)

### IMPRESSUM BENE DAS MAGAZIN DES BISTUMS ESSEN

Herausgeber: Bistum Essen  
Stabsabteilung Kommunikation  
Ulrich Lota (verantw.)

Redaktionsleitung: Jutta Laege  
Redaktion: Kathrin Brüggemann  
Mitarbeit: Antje Fasshauer, Achim Pohl (Fotos)  
BENE-Online: I-Gelb GmbH, Köln, Jutta Laege  
Kathrin Brüggemann, Achim Pohl,  
Simon Wiggen, radio-ruhrlife, Gladbeck

E-Mail: [redaktion@bene-magazin.de](mailto:redaktion@bene-magazin.de)  
Redaktionsanschrift: Redaktion BENE, Bistum Essen,  
Zwölfling 16, 45127 Essen  
Telefon: 0201-2204267  
[www.bene-magazin.de](http://www.bene-magazin.de)

Grafische Gestaltung: Rippelmarken – Werbung und Markenkommunikation  
Druck: Rehms-Druck, Borken

BENE erscheint fünfmal im Jahr und wird umweltfreundlich auf FSC-zertifiziertem Papier gedruckt. Der jährliche Bezugpreis beträgt 3,60 Euro. Für Mitglieder der katholischen Kirche im Bistum Essen ist BENE kostenlos.

**Bildnachweise:** S. 1: Shutterstock; S. 4: © Gerd Lorenzen; S. 6/7: Verlag Luchterhand/ ©Ekko von Schwichow privat, Shutterstock, privat; S. 8-9: Shutterstock; S. 10-11: Shutterstock, ZTG/Lippsmeier; S. 12/13: Pohl; S.18/19: ©Jens Hauer/BB Promotion; ©Herbert Schulz/Grease, SNF-3/Musical Sommer Amstetten/©Gerd Sengstschmid; S.20/21: Shutterstock; S. 22/23: Shutterstock, Pohl; S.24/25: Pohl, privat; S.26/27: Nilz Böhme/Theater Liberi, WAZ FotoPool/Lars Heidrich; S. 28/29: Pohl; S.32/33: Pohl, privat, PR Fotografie Köhring/SM ©2017 Universal Pictures International Germany GmbH, ©mindjazz pictures, ©Alamide Film; S. 34/35: Shutterstock



Der CO<sub>2</sub>-neutrale Versand  
mit der Deutschen Post

# Ist da jemand

Ohne Ziel läufst du durch die Straßen  
Durch die Nacht, kannst wieder mal nicht schlafen  
Du stellst dir vor, dass jemand an dich denkt  
Es fühlt sich an als wärst du ganz alleine  
Auf deinem Weg liegen riesengroße Steine  
Und du weißt nicht, wohin du rennst

Wenn der Himmel ohne Farben ist  
Schaust du nach oben und manchmal fragst du dich

Ist da jemand, der mein Herz versteht?

Und der mit mir bis ans Ende geht?

Ist da jemand, der noch an mich glaubt?

Ist da jemand? Ist da jemand?

Der mir den Schatten von der Seele nimmt?

Und mich sicher nach Hause bringt?

Ist da jemand, der mich wirklich braucht?

Ist da jemand? Ist da jemand?

Um dich zum lachende Gesichter

Du lachst mit, der Letzte lässt das Licht an

Die Welt ist laut und dein Herz ist taub

Du hast gehofft, dass eins und eins gleich zwei ist

Und irgendwann irgendwer dabei ist

Der mit dir spricht und keine Worte braucht

Wenn der Himmel ohne Farben ist ...

Wenn man nicht mehr danach sucht

Kommt so vieles von allein

Hinter jeder neuen Tür

Kann die Sonne wieder scheinen

Du stehst auf mit jedem neuen Tag

Weil du weißt, dass die Stimme

Die Stimme in dir sagt

Da ist jemand, der dein Herz versteht

Und der mit dir bis ans Ende geht

Wenn du selber nicht mehr an dich glaubst

Dann ist da jemand, ist da jemand!

Der dir den Schatten von der Seele nimmt

Und dich sicher nach Hause bringt

Immer wenn du es am meisten brauchst

Dann ist da jemand, ist da jemand!

Da ist jemand ...

Haben auch Sie ein Lied,  
ein Gedicht oder ein Gebet,  
das Sie besonders berührt,  
das Sie tröstet, Ihnen ein  
Lächeln entlockt oder an das  
Gute glauben lässt?

Dann schreiben Sie es uns:  
gebet@bene-magazin.de

Text und Melodie:  
Text: Adel Tawil, Ali Zuckowski,  
Simon Triebel, Nicolas Rebscher  
Eingereicht von: Monika Schneider, Duisburg  
Einfach mal Reinhören: bene.mg/tawil

**BEE**

**MENSCH SEIN** IM BISTUM ESSEN