

Doris-Janssen-Reschke-Fonds: Der Endspurt führt ins Ziel!

Damit die Preisvergabe zukunftssicher aufgestellt ist, soll das Fondsvermögen mindestens 125.000 € betragen. Der Fonds startete 2019 mit 0 Euro, am 31.12.2025 betrug er genau 111.028,73 €.

Die Zustiftungssprints zu Ostern erbrachten bis zum Redaktionsschluss 3.470 € von 18 Zustifter*innen. Allen sei ganz herzlich Danke gesagt für diesen großartigen Erfolg. Applaus! Applaus! Applaus!



Save the date:

**Preisverleihung am 17. September 2026,
17 Uhr in Hilter**

Am Donnerstag, den 17. September 2026 findet in der Johannes-der-Täufer-Gemeinde Hilter die Verleihung des Doris-Janssen-Reschke-Preises 2026 statt. Die DiakonieStiftung zeichnet mit dem Preis, der alle zwei Jahre verliehen wird, ehrenamtliche diakonische Initiativen aus Stadt und Landkreis Osnabrück aus. Die Andacht in der Kirche hält Superintendent Dr. Joachim Jeska, der Vorsitzende der DiakonieStiftung Osnabrück Stadt und Land. Im Anschluss lädt die Stiftung zu einem Diakonischen Fest auf dem Kirchplatz ein mit Grill, Getränken und guten Gesprächen.



Trostbänke gegen Einsamkeit

An fünf verschiedenen Standorten in Bramsche hat der Hospizverein Bramsche e. V. Trostbänke aufgestellt. Auf Friedhöfen, am Haseesee und im Friedwald stehen die massiven Holzbänke. Sie sind nicht nur Ruhepunkte, sondern signalisieren: Hier ist Raum für Trauer, Gespräch und menschliche Nähe. Einmal im Monat sind die ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen vor Ort präsent, um als Ansprechpartner*innen Unterstützung in schweren Zeiten zu schenken. „Die Trostbänke bilden einen Ort der Begegnung und des Trostes wo der Mensch im Mittelpunkt steht und wo die Vielfalt der Trauer, der Einsamkeit und seelischer Belastung seinen Raum findet“, so Grit Beimdiek, der 1. Vorsitzenden des Hospizvereins.



Impressum

DiakonieStiftung Osnabrück Stadt und Land

Rechtsfähige kirchliche Stiftung des bürgerlichen Rechtes mit Sitz in Osnabrück
Vorsitzender: Superintendent
Dr. Joachim Jeska

Ev.-luth. Kirchenkreis Osnabrück,
Heger Str. 14, 49074 Osnabrück,
Tel. 0541/28392
www.diakoniestiftung-osl.de
diakoniestiftung.osl@evlka.de

Bankverbindung: Kreissparkasse Melle,
IBAN: DE68 2655 2286 0161 1279 23

Anerkennung durch das Finanzamt Osnabrück 66/270/09300 vom 22.01.2025

Stiftungsaufsicht: Ev.-luth. Landeskirchenamt Hannovers

Erscheinungsweise: 2 mal jährlich

Auflage: 4.500

V.i.S.d.P.: Doris Schmidtke, Jutta Olbricht,
Gerd Töller

Fotos: Doris Schmidtke, DiakonieStiftung

STIFTUNGSBRIEF | AUSGABE 1/2026

**EINSAMKEIT – SORGE – ÄNGSTE
VERSUS HOFFNUNG – LEBENSMUT –
BEGEISTERUNG – RESILIENZ**



TelefonSeelsorge: Wir sind da – ohne Zeitdruck oder feste Pläne



In der TelefonSeelsorge haben wir Kontakt zu Menschen in Krisen. Sie rufen uns an oder schreiben im Chat über ihre herausfordernden Erlebnisse. Nicht selten handelt es sich nicht um ein Problem, sondern die Ratsuchenden erleben gerade eine Vielzahl davon: Sie haben beispielsweise gerade eine niederschmetternde Diagnose erhalten, die Beziehung kriselt und es gilt den Tod eines lieben Menschen zu verarbeiten. Für uns stellt sich dann die Frage, wie können wir nun mit diesem Erleben umgehen ohne die gleiche Hoffnungslosigkeit wie der Ratsuchende zu empfinden? Nicht selten scheint es ausweglos zu sein, die Freunde haben sich bereits genervt abgewandt und auch die befragte KI hat letztendlich auf die TelefonSeelsorge verwiesen.

Zunächst hilft es uns, mit dem Leid der Menschen mitzuschwingen, denn das, was erlebt wird, ist schwer und darf auch so empfunden werden. Wir sind einfach da – ohne Zeitdruck oder feste Pläne, ohne den Drang, etwas lösen zu müssen oder gleich den nächsten Schritt zu suchen. Wir suchen in den Sätzen und Verhaltensweisen der Ratsuchenden nach Ressourcen, wir benennen Gefühle und wir motivieren Menschen, Gedanken auszusprechen, die sonst vielleicht schambesetzt nur gedacht werden dürften. Und dann passiert es nicht selten, wie Menschen durch dieses Gefühl des Angenommenseins Kraft schöpfen, eigene Ideen bekommen und Mut finden weiterzumachen. So schrieb uns letztens eine Ratsuchende, sie habe sich „...durch das Gespräch erleichtert gefühlt und jetzt glaube ich sogar ein wenig, dass es in meinem Leben wieder heller werden kann.“

Und daraus ziehen auch die ehrenamtlichen Mitarbeitenden in der TelefonSeelsorge Kraft und Energie, immer wieder den Hörer abzunehmen oder den Chatraum zu betreten. Mit der Hoffnung, etwas bewirken zu können und einen Menschen in einer dunklen Stunde zu begleiten.



Regina Tocke
Leiterin der TelefonSeelsorge Osnabrück



Liebe Leserin, lieber Leser,



Pfingsten ist ein Fest voller Energie. Die biblische Geschichte erzählt von Menschen, die aufatmen, Worte finden und neue Kraft spüren. Gottes Geist bringt Herzen zum Lodern und damit Menschen in Bewegung. Aus Enge wird Weite. Aus Sorge wächst Zuversicht. Aus Müdigkeit entsteht neuer Lebensmut.

Ich kenne Tage, an denen Einsamkeit schwer auf die Seele drückt, Sorgen kreisen und Ängste sich breit machen. Sie ja vielleicht auch. Gerade dann berührt mich Pfingsten. Denn dieses Fest erzählt von einer Kraft, die aufrichtet, verbindet und begeistert. Eine Kraft, die trägt, wenn das Leben wankt, und die Menschen wieder ins Leben ruft.

Heute sprechen wir oft von Resilienz. Pfingsten gibt diesem Wort Wärme und Tiefe. Gottes Geist schenkt Hoffnung. Er weckt Begeisterung für das Leben. Er öffnet den Blick für das, was trägt: ein gutes Wort, eine helfende Hand, ein gemeinsames Lachen, ein neuer Anfang, gelebte Nächstenliebe.

Ich wünsche Ihnen zu Pfingsten frische Gedanken, Mut im Herzen und Menschen, die Hoffnung mit Ihnen teilen.

Herzliche Grüße

T. Patzwald
Ihr Tobias Patzwald

Mitten-unter-uns

1

Sucht-beratung

Abhängigkeit besteht ein Leben lang

In unserer Beratungsstelle begleiten wir Menschen jeden Alters, die mit stoffgebundenen Süchten oder stoffungebundenen Süchten kämpfen. Viele kommen mit einem Gefühl der Scham und Ohnmacht – sie wissen oft nicht, wie es so weit kommen konnte, und spüren nur, dass sie die Kontrolle verloren haben. Die Sucht belastet nicht nur sie selbst, sondern auch ihr Berufsleben, ihre Beziehungen und ihre Familie. Wir holen die Betroffenen dort ab, wo sie gerade stehen – ohne Vorwürfe, mit Verständnis und fachlicher Expertise. Jeder Weg aus der Sucht ist individuell: Manche streben einen kontrollierten Konsum an, andere die vollständige Abstinenz.

Lara (44), alleinerziehende Mutter von drei Kindern, kennt den schleichen Weg in die Sucht. Was als geselliges Weintrinken begann, entwickelte sich zur Quartalsabhängigkeit: Mal konnte sie aufhören, dann wieder nicht. Nach Trennungen, depressiven Episoden und einem alkoholisierten Autounfall mit Führerscheinentzug stand sie vor dem absoluten Tiefpunkt. Ein Rückfall in der Schwangerschaft führte zum Einsatz des Jugendamts. Doch Lara fand den Weg zurück. Heute ist sie seit Monaten trocken – doch sie weiß: „Eine Abhängigkeit besteht ein Leben lang.“ Ihre Geschichte zeigt, wie wichtig frühe Hilfe und Begleitung sind, um den Kreislauf aus Scham, Schuld und Rückfällen zu durchbrechen.

Süchte hat nicht nur emotionale, sondern oft auch schwere finanzielle Folgen. Viele Betroffene verlieren ihre wirtschaftliche Sicherheit auf Grund der Abhängigkeit. Mit Ihrer Spende können wir z.B. Nothilfen für Klient*innen in akuten Krisen leisten.

Carolin Zumstrull, Leitung Diakonie Fachstelle Sucht und Suchtprävention



2

Studierende

Studieren heute – zwischen Druck und Zusammenhalt

„Diese unsichere Situation bringt viele Krisen in meine Gedanken“ – so beschreibt es L., Studentin aus Osnabrück. Zukunftsängste, Absagen bei Bewerbungen, das Gefühl, nicht gut genug zu sein; dazu Klimakrise, Kriege, Leistungsdruck und finanzielle Sorgen. Und mittendrin: Einsamkeit – über die zu sprechen sich viele schlicht nicht trauen.

Was hilft? Beratungsangebote, das Gespräch mit Kommiliton*innen, Familie und Freunden – und für manche der Glaube. „In Momenten, in denen es sehr viel ist, helfen mir Glaube und Gebet“, sagt C. Ein Student erzählt, dass er in den Abendbroten der ESG echte Gemeinschaft erlebt – einfach zusammensitzen, essen, reden.

Deshalb bieten wir in der ESG regelmäßige Abendbrote und Morgenandachten mit Frühstück an – bewusst kostenlos für Studierende. Was mich dabei jedes Mal überrascht: Wie unterschiedlich die Menschen sind, die sich dort einfinden. Einheimische und internationale Studierende, aus verschiedenen Ländern und Lebenssituationen – und sie kommen ins Gespräch. Wir brauchen im Monat rund 250 Euro für Frühstücks- und Abendangebot. Mit Ihrer Spende schenken Sie nicht nur Essen und Trinken, sondern vor allen Dingen Gemeinschaft.

Dr. Helga Kramer, Hochschulpastorin in der Evangelischen Studierenden-gemeinde Osnabrück



Nikita Dähmlow, 17 Jahre

3

Jugend

Jung sein bedeutet nicht, sorglos zu sein!

Ein Schüler der Berufsbildenden Schulen Haste gibt Auskunft über seine Sorgen und den Umgang damit.

Nikita Dähmlow: Grundsätzlich bin ich ein positiv denkender Mensch. Ich setze mir Ziele und tue viel dafür, diese dann zu erreichen. Manchmal sind meine Vorhaben ziemlich hoch und es ärgert mich, wenn ich das nicht richtig eingeschätzt habe. Aktuell machen mir Kriege Angst und die unkalkulierbaren Regierungen rings um Europa zeigen, dass meine Zukunft vielleicht nicht so ist, wie ich hoffe – und was ich persönlich dafür tue, umsonst sein kann. Mein Großvater ist jetzt alt und ich hoffe, dass wir gut für ihn sorgen können und er die passende Unterstützung bekommt.

Zum Glück habe ich einen besten Freund, mit dem ich über alles reden kann. Es gibt Probleme, bei denen wir nicht das Maß an Erfahrung haben und uns Lösungsideen fehlen. Dann müssen Ältere helfen. In der Schule sind Lehrkräfte hilfreich und vor allem sind meine Eltern immer für mich da.

Anke Meckfessel, Diakonie



Hört die Sorge der Eltern nie auf?

Alle Eltern wollen, dass es ihren Kindern gut geht, dass sie ihr Leben selbständig erfolgreich gestalten. Sie begleiten und unterstützen diesen Weg, bis ihre Kinder ihre Entscheidungen souverän treffen und ihr Leben selbst in die Hand nehmen.

Bei der Sorge um ein Kind mit Beeinträchtigung, sei sie körperlich, geistig oder seelisch, sind die Wünsche gleich, aber die Frage nach Absicherung dieser Lebenswege anders. Wer gibt ihrem Kind die Stütze und kämpft für angemessene Lebensbedingungen, wenn sie als Eltern selbst alt sind und das nicht mehr leisten können. Wer versteht ihre

4

Inklusion

Kinder, wer gibt ihnen emotionalen Rückhalt, wer steht ihnen zur Seite und begleitet sie?

Die Lebenshilfe Osnabrück will hier helfen. Sie erarbeitet ein Konzept, das über das Instrument der rechtlichen Betreuung hinausgeht und startet mit einem ersten Projekt unter Einbezug entsprechender Fachleute und braucht finanzielle Unterstützung, um diese Initiative zu starten. Konkret sollen Möglichkeiten angeboten werden, dass Eltern Geld und andere Ressourcen einbringen, die nach ihrem Tod in ihrem Sinne verwaltet werden, um ihren Kindern vertraute Besuche an Orten und Veranstaltungen und Teilnahme an gewünschte Aktionen zu ermöglichen.

Franz Haverkamp, Ehrenvorsitzender der Lebenshilfe Osnabrück e.V.



5

Altenhilfe

Gemeinschaft und Zugehörigkeit

Ich bin als Diakonin/Sozialarbeiterin in der Kirchengemeinde St. Katharinen in Osnabrück tätig; der Schwerpunkt liegt in der Arbeit mit Menschen der älteren Generation. Bei Veranstaltungen und Besuchen und in seelsorgerlichen Gesprächen erfahre ich, was die Einzelnen bewegt. Besonders auch, was ihnen Sorge macht. Neben gesundheitlichen Problemen, finanziellen Belastungen und der Trauer über erlittene Verluste ist für Viele die Einsamkeit eine große Herausforderung. Im Stadtgebiet leben die meisten Senior*innen in Ein-Personen-Haushalten. Das bedeutet für sie, bei den Mahlzeiten alleine am Tisch zu sitzen. Ohne ein Gegenüber, mit dem sie sich über Alltägliches und Spezielles austauschen können. Telefonate und elektronische Medien bieten nur eine begrenzte Hilfe. Das Wertvollste sind immer wieder die Gespräche von Angesicht zu Angesicht. Wie gut, wenn es Begegnungsmöglichkeiten gibt wie den wöchentlichen „Nachmittag für Senioren und Junggebliebene“ in St. Katharinen. Oder die Ausflüge bei der sommerlichen Aktion „Urlaub ohne Koffer“. Beim Zusammensitzen, Reden, Lachen, Singen und auch Beten erfahren ältere Menschen Gemeinschaft und Zugehörigkeit und bekommen neue Impulse für ihr Leben.

Lisa Neumann, Diakonin



6

Wohnungslosenhilfe

Mit Musik Hilfe geben

Sven war mehrere Male obdachlos und sitzt nach einem Schlaganfall im Rollstuhl. Bei seinen Besuchen in der Tageswohnung für wohnungslose Menschen hat er erfahren, dass es dort den abseits-Chor gibt. Dieser trifft sich seit 2011 einmal wöchentlich zu Proben an der Bramscher Straße 11. Die Sängerinnen und Sänger um den musikalischen Leiter Christian Götz und den Initiator Thomas Kater komponieren und texten überwiegend selbst. Ihre Lieder handeln von Alkohol, Drogen, von Einsamkeit und Suizidgedanken – und machen gleichzeitig Mut. Das Engagement im abseits-Chor soll dazu motivieren, an der eigenen Lebenssituation etwas zu verändern.

Ob auf Veranstaltungen, an Aktionstagen oder Geburtstagen: Der abseits-Chor tritt bei vielen Gelegenheiten auf. Für die Sängerinnen und Sänger ist er fester Bestandteil ihres Lebens. Der Chor ist ausschließlich spendenfinanziert. Als Sven damals von dem Chor erfuhr, hatte er erst gar kein Interesse – bis er dann doch mal mitmachte. Jetzt sagt er: „Der abseits-Chor ist wie eine Familie für mich.“

Thomas Kater, Caritas Fachdienstleiter Tageswohnung/Straßenzeitung abseits Foto: Thomas Osterfeld



7

Pflegende Angehörige

Wertschätzung wird spürbar

Häusliche Pflegesituationen ähneln häufig Aprilwetter: der Himmel voller grauer Wolken – und auf einmal bricht die Sonne durch! Der Pflegealltag fordert die Angehörigen oft bis zur physischen und psychischen Erschöpfung – und dann ein wunderbarer Augenblick, der wieder Kraft schenkt, z.B. wenn die hochdemente Frau ihrem Ehemann sagt „wie gut, dass du dich um alles kümmerst“. Mangelnde Unterstützung und Entlastung – ambulante Pflegedienste weisen wegen Personalmangels viele Anfragen ab, Kämpfe um Arzttermine, Verordnungen, Hilfsmittel, dazu finanzielle Nöte, soziale Isolation, fehlende Anerkennung, all das prägt den Alltag pflegender Angehöriger.

Wie gut, wenn dann jemand einmal fragt „... und wie geht es dir“? Wenn jemand einfach zuhört, ohne Ratschläge zu erteilen, einmal für einige Stunden ablöst, eine Atempause schenkt, wenn echte Wertschätzung spürbar wird!

Vom 05. – 11. Oktober 2026 findet in vielen Kommunen Niedersachsens die zweite Woche der pflegenden Angehörigen statt, auch in Stadt und Landkreis Osnabrück mit unterschiedlichen Angeboten. Die Arbeit der pflegenden Angehörigen, sie betreuen unbezahlt 86% aller pflegebedürftiger Menschen, wird dabei im Fokus stehen. Hierfür erbitten wir Ihre Spende!

Dr. Gisela Löhberg, Wir pflegen!

Sieben mal 7:

Unsere Spendenaktion zu Pfingsten

In christlicher Tradition beschenkt uns Gott mit sieben Gaben: Weisheit, Einsicht, Rat, Stärke, Erkenntnis, Gottesfurcht und Frömmigkeit. Gottes guter Geist ist heute zu spüren. Er ist durch uns lebendig. Als Beispiel dafür stellen wir Ihnen sieben „Mitten-unter-uns-Projekte“ vor. Durch lebendiges Füreinander-Da-Sein wird Einsamkeit überwunden, nicht durch Social-Media oder KI. Auf dieses Miteinander setzt auch unser Spendenprojekt „Sieben mal 7“.

Ihre Spenden kommen den sieben „Mitten-unter-uns-Projekten“ in Stadt und Land Osnabrück zugute. Die DiakonieStiftung bringt Anti-Einsamkeit, frischen Wind, neuen Schwung, fürsorgliche Energie. Machen Sie mit ... bitte auch durch Ihre Spende.

Spendenkonto KSK Melle DE68 2655 0161 1279 23

