

BERLINER ALLTAG

IN ZEITEN VON CORONA

Portrait aus dem Berliner Alltag: Moni, Erzieherin aus Kreuzberg

Kinderläden sind geschlossen, Schulen zu, Freizeiteinrichtungen für Kinder und Jugendliche dicht. Jedes zweite Schulkind auf der Welt hat aktuell keine Schule und das TV-Programm wurde auf Kinderserien umgestellt. Während sich zuerst viele Kinder über die „Corona-Ferien“ und ein paar Tage schulfrei gefreut haben, ist mittlerweile „fürchterliche Langeweile“ ausgebrochen.

Für Eltern heißt das vor allem eins: neben dem ungeklärten Arbeitsverhältnis, sind nun auch die Kids im Schlepptau, die natürlich beschäftigt werden wollen. Das diese Situation belastend ist, können wir alle verstehen. Doch was bedeutet die aktuelle Lage eigentlich für alleinerziehende Eltern? Und ist nicht auch der Beruf als Erzieherin eine Herausforderung?

91% Prozent der Alleinerziehenden sind Mütter, deren Kinderbetreuung aktuell wegfällt. Neben ohnehin täglicher Hausarbeit und Job, kommt jetzt also auch noch Vollzeit-Kinderbetreuung dazu. Auch Moni, 64, Erzieherin kennt den Alltag als alleinerziehende Mutter. Die Kinder sind zwar schon lange aus dem Haus, aber an die stressige Zeit mit Vollzeitstelle und sich auch noch allein um zwei Kinder zu sorgen, erinnert

Moni sich gut. Die Doppelbelastung von Alleinerziehenden wird nun in Corona-Zeiten zu einer echten Herausforderung. „Es braucht Notbetreuungsplätze für berufstätige alleinerziehende Eltern“, fordert Moni.

Außerdem zeigt die Krise, wie wichtig einige Berufsgruppen für die Gesellschaft sind, die schlecht bezahlt werden. So sagt Moni: „Ich habe große Freude an meinem Beruf und mache ihn wirklich gerne, aber die körperliche und psychische Belastung als Erzieherin ist sehr hoch. Die ständige Ansteckungsgefahr ist mittlerweile zu einem gesundheitlichen Risiko für mich geworden. Aber auch andere Berufe aus dem Niedriglohnssektor wie Verkäuferin oder Alten- und Krankenpflegerin werden stark unterschätzt und sind unterbezahlt. Das muss sich ändern.“

Während des Gesprächs wird eins deutlich: es braucht bessere Unterstützung für Alleinerziehende und eine bessere Bezahlung für viele Jobs. „Ganz besonders schlecht bezahlt sind ja die systemrelevanten Berufe, die meist von Frauen gemacht werden. Was wäre, wenn alle Frauen mal ihre Arbeit stehen lassen und wir streiken würden?“ fragt Moni.

Vielleicht würde ja die Welt stillstehen?!

Rätseln, Kochrezept für
Kinder & Comics

Aktuelle Themen,
Tipps & Infos

Artículo en español



Zusammenhalten mit den Chefs?

Seit Ausbruch der Corona-Krise werden wir aufgefordert, „alle zusammenzuhalten“. Klar, die Situation ist kritisch und es ist wichtig, dass wir aufeinander Acht geben, uns nicht gegenseitig anstecken und Risikogruppen schützen. Gleichzeitig beschließt die Bundesregierung ein milliardenschweres Paket für Unternehmen und die europäische Zentralbank stellt 750 Milliarden Euro für die europäische Wirtschaft bereit. Firmenchefs und Wirtschaftsexperten sind zufrieden mit diesen Maßnahmen und finden das „angemessen“.

Aber werden auch diejenigen gefragt, die in den sogenannten systemrelevanten Berufen arbeiten, ob sie es angemessen finden, dass sie unter Extrembedingungen und ohne Gefahrenzulage Überstunden

leisten müssen? Dass sie zwar systemrelevant sind, der Lohn aber seit Jahren viel zu niedrig ist? Gehört zu diesem Zusammenhalten, dass DHL-Bot*innen weiterhin durcharbeiten? Dass sich Supermarktmitarbeiter*innen immer noch ohne Schutz an Husten lassen müssen? Dass Arbeiter*innen in der Produktion immer noch am Fließband stehen? Wer redet hier von Mindestabstand?

Die Landwirtschaftsministerin schlägt außerdem vor, dass Geflüchtete und Erwerbslose zur Ernte auf den Feldern verpflichtet werden sollen, weil die mies bezahlten Saisonkräfte aus dem Ausland fehlen – ist das dieser Zusammenhalt, von dem alle reden? In der Marktwirtschaft kommt Zusammenhalt nicht vor, stattdessen

wird mit allem Geld gemacht: Mit „Dienstleistungen“ für Alte und Kranke, mit Schutzmasken und Medikamenten, mit Wohnungen und Kindergärten. Alle müssen selbst schauen, wie sie über die Runden kommen. Und jetzt auf einmal, wenn auch große Unternehmen bedroht sind und nicht nur Geringverdienende, Transferleistungsbezieher*innen und Alleinerziehende, reden sie von Zusammenhalt? Gemeinsame Maßnahmen gegen Corona sind wichtig – zusammenhalten mit den Chefs hilft uns aber nicht. Besser halten wir zusammen gegen Chefs, wenn sie von uns verlangen, unter gesundheitsgefährdenden Bedingungen zu arbeiten.



UM 21 UHR KLATSCHEN UND MACHEN WIR LÄRM

aus den Fenstern aus Solidarität mit allen, die nicht einfach ins „Home Office“ können, sondern im Krankenhaus, in der Pflege, im Bus und an vielen anderen Orten weiterarbeiten müssen. Oft zu schlechten Arbeitsbedingungen.

Das muss sich ändern!

Krach machen statt klatschen für Lau!

Seit einigen Tagen treten viele Menschen um 21 Uhr an ihr Fenster und auf ihren Balkon und klatschen gemeinsam. Sie sagen so „Danke“ zu den Beschäftigten in Krankenhäusern, Einzelhandel und im öffentlichen Nahverkehr. Diese leisten derzeit einen besonders wichtigen Beitrag zur Bewältigung der Corona-Krise. Und täglich haben sie viel Kontakt zu Menschen, auch zu solchen, die vielleicht schon an dem Virus erkrankt sind. Doch viele dieser stillen Heldinnen und Helden, für die da geklatscht wird, müssen jeden Cent zweimal umdrehen. Das betrifft auch die rund 2.500 Beschäftigten

der CFM, einer Service-Tochter der Charité, die dem Land Berlin gehört. Aber die Reinigungskräfte, Küchenarbeiter*innen, Köch*innen und Logistiker*innen haben sich zusammengetan und setzen sich gemeinsam zur Wehr. Sie wollen deutlich mehr Geld und eine Rente, die zum Leben reicht.

Um das zu erreichen, fordern sie den Tarifvertrag des Öffentlichen Dienstes (TVÖD), einen Vertrag zwischen Gewerkschaften und Arbeitgebern, der Löhne und Arbeitsbedingungen im öffentlichen Dienst verbindlich regelt. Dafür sind die Beschäftigten der CFM gemeinsam auf die Straße gegangen

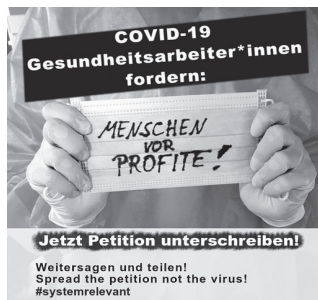
und haben Krach gemacht vor dem Roten Rathaus. Ihren beeindruckenden Warnstreik haben sie im Februar wegen der Corona-Krise unterbrochen und damit Verantwortung für die Gesundheitsversorgung der Berliner Bevölkerung übernommen.

Wir Berliner*innen können den stillen Heldinnen und Helden der zweiten Reihe etwas zurückgeben: Der Berliner Senat soll dafür sorgen, dass die CFM-Beschäftigten anständig bezahlt werden. Darum bei der nächsten Klatschaktion zu Kochlöffel und Topf greifen und Krach machen!zhht

Krankenpflegerin startet Petition: „Menschen vor Profite!“

Ulla Hedemann arbeitet auf der Kinderintensivstation der Berliner Charité. Sie hat eine online-Petition gestartet, die innerhalb von wenigen Tagen über 140.000 Unterstützer*innen gefunden hat.

Die Krankenpflegerin fordert Gesundheitsminister Jens Spahn auf, dafür zu sorgen, dass die Krankenhausleitungen mehr Personal



einstellen. Außerdem soll er alle Krankenhausschließungen stoppen. Sie kritisiert die Sparpolitik im Gesundheitswesen: „Kostendruck und Profitorientierung haben dazu geführt, dass immer mehr Patient*innen in immer kürzerer Zeit mit weniger Personal versorgt werden mussten. Jetzt in der Covid-19-Krise rächt sich diese Politik besonders.“

UNTERSTÜTZE ULLAS ONLINE-PETITION:

<https://weact.campact.de/petitions/covid-19-gesundheitsarbeiter-innen-fordern-menschen-vor-profite>
(oder in der Suchmaschine „weact Ulla Hedemann“ eingeben)



FINDE DIE

8

UNTERSCHIEDE



Corona an der Grenze

Zuhausebleiben ist das Motto zum Schutz vor dem Virus. Doch das ist unmöglich für Menschen auf der Flucht.

Das Camp Moria auf der griechischen Insel Lesbos ist zum Inbegriff für Menschenrechtsverletzungen an der EU-Außengrenze geworden. Über 20.000 Menschen leben hier. Die hygienischen Bedingungen und (ärztliche) Versorgung sind völlig unzureichend. Über allem schwebt die Bedrohung von Corona: Wenn das Virus hier ausbricht, passiert eine Katastrophe. Ärzte ohne Grenzen und weitere Hilfsorganisationen fordern eine sofortige Evakuierung, um eine Todesfälle zu verhindern.

Aber die Politik schweigt. Corona hat die Not an den Rändern aus dem Blick der EU verdrängt. Grenzen werden geschlossen, Horizonte schwinden. Vor dem Virus sind wir nicht alle gleich.

Aktuell ist das Grundrecht auf Asyl in Griechenland ausgesetzt. Ein wachsender Rassismus zeigt sich als Problemeines Europas,

das einen Rechtsruck erlebt, in dem die Hetze gegen Geflüchtete zentral ist. Keine NGO darf mehr ein griechisches Camp betreten. Das bedeutet für die Geflüchteten, die schon vorher von Belästigungen, Vergewaltigungen und faschistischen Angriffen betroffen waren: Noch weniger Schutz und Öffentlichkeit.

Du kannst nicht Zuhause bleiben, wenn du kein Zuhause hast. Du kannst dir nicht die Hände waschen, wenn du kein Wasser hast. Die Lücke von 1,5m Abstand, die das soziale Leben nun bestimmt und sich für viele so einengend anfühlt, bleibt für andere verwehrt.

Auch im Ausnahmezustand dürfen wir demokratische Grundregeln nicht aufgeben, Menschen nicht vergessen! Wir brauchen eine Solidarität, die alle Menschen aus Lagern, Ersteinrichtungen und von der Straße holt. Darum: Leerstehende Ferienwohnungen & Hotelzimmer in Notunterkünfte verwandeln! Nicht nur das Virus, auch unsere Solidarität geht über

Wände, Grenzen und Horizonte hinaus: #LeaveNoOneBehind - lass' niemanden zurück!

Und das die Welt zu Hilfe fähig ist, wenn sie nur will, benennt der Schriftsteller Thomas Gsella: „Quarantänehäuser sprießen, Ärzte, Betten überall, Forscher forschen, Gelder fließen – Politik mit Überschall. Also hat sie klargestellt: Wenn sie will, dann kann die Welt. Also will sie nicht beenden das Kriechen in den Kriegen, das verrecken vor den Stränden und dass Kinder schreiend liegen in den Zelten, zitternd, nass. Also will sie. Alles das.“

UNTERSTÜTZUNGSMÖGLICHKEITEN:

* Petition #LeaveNoOneBehind unterzeichnen

* Spenden an:

Lesvov Solidarity
Legal Centre Lesbos
No Border Kitchen Lesbos
No name Kitchen
MSF (Médecins Sans Frontières)

La solidaridad debe mirar en las alfombras

El coronavirus me pone en crisis: es una realidad. No por la posibilidad efectiva que pueda contraer el virus pues quienes vivimos en Argentina sabemos lo que es el miedo a la violencia hetero-cis-patriarcal, las enfermedades por la precariedad, etc.

Mi crisis actual tiene que ver con las condiciones inestables en las que me inserté al sistema económico en Berlín. Trabajo limpiando casas y oficinas, y aprendo alemán en mis mediodías.

El coronavirus implicó que las personas se encierren en sus casas, y que los negocios cierren, llamándola una „cuarentena solidaria“. Ahora bien, ¿quién paga por la solidaridad? Porque si tenés un trabajo en blanco y/o tenés un empleador sabés quiénes

van a pagar por esas horas „solidarias“ de trabajo. Ahora cuando sos un „self-employed“ sabés que cada hora de cuarentena no es solidaria sino es la posibilidad efectiva de no comprar arroz, de no poder pagar Internet, de no poder pagar la Monatskarte, y luego terminar con una deuda mayor porque los controles del S-Bahn te aplicaron una multa. ¿Y el Estado dónde está? ¿Y la solidaridad dónde está para todas las personas que vivimos en estas condiciones?

Porque no pueden responsabilizarnos individualmente a nosotres por la situación de precariedad en las que vivimos. El Estado Alemán es muy consciente que trabajamos en una plataforma que a veces nos quita con los impuestos hasta el 40% de nuestro trabajo y siempre decidió mirar hacia el costado. Lo único que está

haciendo el coronavirus es destapar la alfombra y mostrar que somos muchos quienes vivimos en estas condiciones, y que alguien se tiene que hacer cargo de quienes vivimos en las peores condiciones. Porque la gran pregunta es: ¿quiénes van a pagar el ajuste económico que venga detrás del coronavirus?

Entknastung jetzt!

Während die meisten von uns wegen Corona zunehmend Zuhause eingesperrt werden, sind andere deshalb nun freigekommen.

Aus Angst vor der Verbreitung des Coronavirus in den Gefängnissen, muss in Berlin in den nächsten vier Monaten niemand mehr eine Ersatzfreiheitsstrafe absitzen. Die Entscheidung dazu war nicht kontrovers und kam schnell, erstaunlich schnell.

Wieso hatte niemand Bedenken, diese Strafe, die immerhin für etwa 10% der Inhaftierungen verantwortlich ist, einfach auszusetzen? Weil eigentlich alle wissen, dass der Grund schwach ist. Die Ersatzfreiheitsstrafe ist nämlich so etwas wie eine rechtsstaatliche Verlegenheit. Die Leute, die eine

solche Strafe absitzen, sollten eigentlich gar nicht in den Knast. Ihnen wird meist nur eine Bagatelle vorgeworfen für die sie eine Geldstrafe zahlen sollen: Fahren ohne Fahrschein, Ladendiebstahl oder Drogenkonsum. Wer aber die Kohle nicht hat, um sich ein Ticket zu kaufen, kann auch die Geldstrafe oft nicht zahlen. Und weil unserem Staat nicht besseres einfällt, landen die Leute dann im Knast: Strafpolitik statt Sozialpolitik. Die Ersatzfreiheitsstrafe bestraft also Armut, anstatt Arme zu unterstützen. Viele der Leute, die deshalb einsitzen, sind langzeitarbeitslos, obdachlos, alkohol- oder drogenabhängig. Dass eine Freiheitsstrafe ihre Situation nicht verbessert, ist offensichtlich. Den Leuten geht es nach dem Aufenthalt im Knast eher schlechter als besser.

Dass die Ersatzfreiheitsstrafe nun ausgesetzt wurde, bedeutet keine Verbesserung. In vier Monaten wird es weitergehen wie bisher. Angesichts der Tatsache, dass viele Menschen gerade ihren Job verlieren, in Armut rutschen, könnten auch sie bald davon betroffen sein. Das macht nur nochmal mehr sichtbar, wie sehr wir hier eine andere Politik brauchen. Statt massenhafter Inhaftierungen nach Corona brauchen wir beispielsweise ein bedingungsloses Grundeinkommen, einen kostenfreien öffentlichen Nahverkehr und eine entkriminalisierende Drogenpolitik: Sozialpolitik statt Strafpolitik!

Für mehr infos:

<https://ersatzfreiheitsstrafe.de/>

Unnützes Wissen - Hausmittel für ein starkes Immunsystem

1 Eine heiße **Zitrone** gilt als ultimatives Hausmittel, auf das viele zurückgreifen, wenn ihr Immunsystem durch eine Erkältung auf die Probe gestellt wird. Der entscheidende Wirkstoff ist das Vitamin C. Das ist zwar in der Tat ein gesunder Bestandteil, Gemüsesorten wie Paprika und viele Kohlarten enthalten aber deutlich mehr Vitamin C und bringen etwas Abwechslung in die Hausapotheke

2. Apropos **Kohl**: Sauerkraut (fermentierter Weißkohl) wirkt etwas aus der Zeit gefallen, aber dieses Lebensmittel versorgt uns mit einer Extraportion wertvoller Milchsäurebakterien, die für unsere Darmgesundheit und somit für unser Immunsystem unverzichtbar sind. Die meisten Kohlarten haben außerdem zur Zeit noch Saison und sind daher kostengünstig und überall zu erhalten.

3. Wenn ihr euch durchgehend müde oder schlapp fühlt, muss das nicht an einer bevorstehenden

Krankheit liegen. Eventuell trinkt ihr einfach zu viel **Kaffee**. Das darin enthaltene Koffein macht zwar kurzfristig wach, sorgt aber bei zu hohen Mengen dafür, dass das wichtige Mineral Eisen nicht richtig vom Körper aufgenommen werden kann. Mehr als 3 große Tassen Kaffee am Tag sollten es nach Möglichkeit also nicht sein.

4. **Ingwer, Pfeffer** und **Chilli** sind alles Würzmittel, die immer häufiger in Tees oder sogar in sog. Shots eingesetzt werden und eine positive Wirkung auf das Immunsystem haben sollen. Das ist allerdings nur die halbe Wahrheit. Die Wirkung beruht darauf, dass diese Lebensmittel die Schleimhäute beim Essen oder Trinken leicht reizen, was wir als Schärfe wahrnehmen. Durch diese Reizung wird die Schleimhaut besser durchblutet und andere Inhaltsstoffe des Lebensmittels können besser aufgenommen werden. Funfact: der Schärfe verursachende Wirkstoff in Pfeffer heißt Piperin, der in Chilli Capsaicin. Obwohl der Name anderes vermuten lässt, ist in

Pfeffersprays jedoch kein Piperin, sondern Capsaicin enthalten.

5. Plus Klopapier-Special: **Eukalyptus** wird nicht nur zur Herstellung von Hustenbonbons verwendet, die Fasern, die aus dem Holz gewonnen werden, dienen ebenfalls zur Klopapierherstellung. Gebräuchlicher sind allerdings Kiefern-, Fichten und Birkenhölzer.

Schöner wohnen ohne Gabi

Anna wohnt in der Leinestraße. Gabi ist ihre Vermieterin. Die besitzt mehrere Immobilien, ist Anwältin und ihr Ehemann handelt mit Immobilien. Anna hat immer brav ihre Miete gezahlt. Dann kam eines Tages eine Mieterhöhung. Anna wurde stutzig, weil sie in einer kleinen, unrenovierten Butze ohne Badezimmer wohnt. Wie kann es sein, dass man dafür noch mehr zahlen soll? Anna hat nachgerechnet und festgestellt, dass die Miete nicht höher werden darf. Im Gegenteil: Sie war schon viel zu hoch. Und weil es natürlich wichtig ist, dass auch Vermieterin Gabi sich brav an die Regeln hält, hat Anna ihr geschrieben, dass sie leider der Mieterhöhung nicht zustimmen kann und stattdessen jetzt weniger zahlen möchte.

Gabi fand das wohl sehr doof. Denn Anna bekam plötzlich eine Kündigung wegen Eigenbedarf. Gabi erzählte darin, sie wolle jetzt unter der Woche mit ihrem Ehemann in Annas Bruchbude wohnen, weil ihr der Arbeitsweg von ihrem Haus im Grünen bis zur Kanzlei in Mitte zu

weit geworden sei.

Das klingt jetzt alles sehr absurd und witzig. Aber wenn man plötzlich einen schicken Brief bekommt, mit Stempel, Unterschrift und dem Logo einer Kanzlei, dann bekommt man erstmal Angst. Man denkt, man habe etwas falsch gemacht, sei selbst schuld, dass man nun eine Kündigung bekommen hat. Anna beschreibt es so: „Ich kam mir so dumm vor und ich habe mich geschämt: Wie kann man nur so blöd sein, sich mit der Vermieterin anzulegen? Hätte ich mal einfach meinen Mund gehalten und die Mieterhöhung akzeptiert.“

Kündigung wegen Eigenbedarf ist leider ein sehr effektives Mittel, um Mieter*innen loszuwerden. Man kann irgendetwas Wirres behaupten und weil man es vor Gericht nicht beweisen muss, sondern die Richterin es einfach glauben muss, geht das oft gut durch. Wenn sich dann hinterher rausstellt, dass alles gelogen war, gibt es auch keine Strafe.

Was also tun? Anna hat das Beste gemacht, was man machen kann:

Seuchengeschichte(n)

Pandemien, Epidemien, Seuchen, sich schnell ausbreitende unbekannte Krankheiten: Neu ist das nicht. Pest, Cholera, Gelbfieber, die Spanische oder die Asiatische Grippe: Immer wieder zogen Krankheitswellen durch die Welt. Wie unter dem Brennglas werden in Seuchenzeiten Stand und Missstände gesellschaftlicher Entwicklungen deutlich – und Richtungen für wünschens- oder notwendige Veränderungen.

Die Geschichte der Pest ist voller Beispiele von Reichen, die sich einbunkerten, um dann alleine zu sterben. Die, die sich zusammaten, überstanden die Epidemie. Bei der Befreiung von Haiti stand das Gelbfieber als schlagkräftigster Komplize auf Seiten der Revolutionären: Sie waren immun, die zur Niederschlagung des Aufstands auf

die Insel beorderten Kolonialsoldaten nicht. Die Choleraepidemien, die im 18. und 19. Jahrhundert durch die schnell wachsenden Großstädte schwappten, erforderten ein grundlegendes Umdenken in der Großstadtorganisation, nämlich die Einführung von Kanalisation und Müllabfuhr. Die Spanische Grippe, die im Anschluss an den ersten Weltkrieg die globalen Todeszahlen in die Höhe schnellen ließ, wurde schließlich zum effektivsten Wegbereiter für sozialen Wohnungsbau: Von der schwedischen Kleinstadt bis zu den Hochhausschluchten New Yorks lenkte die Krankheitswelle den Blick von Ärzten, Politik und Öffentlichkeit auf die Lebensumstände der Ärmsten.

Was die historische Betrachtung zeigt: Alleingänge im Umgang mit der Seuche gehen nach hinten los. Gemeinsames Handeln, Solidarität

Mit anderen darüber reden, sich zusammenschließen.

Bei der Gerichtsverhandlung hatte sie über fünfzig Leute dabei: Freundinnen, Nachbarn, Leute aus dem Kiez. Gabi selbst war ‚zufällig‘ verhindert und schickte die Hausverwaltung und die Chefetage ihrer Kanzlei. Tja Gabi, hat alles nix gebracht. Das Landgericht fand die Story dann nämlich auch ungläubwürdig.

Deshalb liebe Leute: Redet miteinander, schließt euch zusammen, geht in einen Mieterverein. (da bekommt man Beratung und eine Anwältin). Und: Keine Angst vor schicken Briefen!



CFM-Beschäftigte streiken für Respekt und

und die Suche nach Lösungen jenseits des Bekannten zeigen sich dagegen langfristig fruchtbar.

Kritik am Gesundheitssystem

Die Corona-Pandemie stürzt uns in die Krise. Alles wird nach und nach stillgelegt, auf Schulen, Behörden und Unis folgten die Fabriken der großen Autokonzerne. Nur die Krankenhäuser laufen auf Hochtouren, beziehungsweise gehen vielmehr auf dem Zahnfleisch. Nicht erst seit der Privatisierung vieler Krankenhäuser wurde Jahre lang kräftig gespart, um den neuen Besitzern fette Gewinne zu sichern. Die Löhne in den Krankenhäusern sind zu niedrig, es fehlt an gut ausgebildetem Personal, in der Folge ist die Arbeitsbelastung zu hoch. Sogar an Material und Fortbildungsmöglichkeiten wird gespart.

All das nicht, weil kein Geld da

wäre, sondern weil von diesem Geld der Profit der Krankenhausbesitzer abgezweigt wird und der unternehmerische Gedanke zählt.

Und bei all dem können wir uns nicht einmal sicher sein, dass die Klinikfirmen nicht einfach Krankenhäuser dichtmachen, wenn sie nicht profitabel genug sind. So wie es z.B. der Median-Konzern 2015 mit seinem Klinikum in Berlin Mitte gemacht hat oder letztes Jahr mit seinem Zentrum für Kinder und Jugendpsychiatrie. Wir können im Moment von Glück reden, dass der von FDP bis SPD hochgelobte Plan der Bertelsmann-Stiftung, Deutschlands Krankenhäuser von 1400 auf knapp 600 zusammenzuzustreichen, nicht umgesetzt wurde.

Ein Blick nach Kuba zeigt uns, dass es auch anders geht. Das Land mit einem Achtel der Bevölkerung Deutschlands, hat auch Teams von Ärzt*innen und Pfleger*innen in 33 Länder entsandt, um bei der Bekämpfung der Pandemie zu helfen.

Die Lehre, die wir aus der gegenwärtigen Katastrophe ziehen müssen ist folgende: Das Gesundheitssystem, das größtenteils aus öffentlichen Mitteln finanziert wird, muss vollständig vergesellschaftet werden. Nur so lassen sich menschenwürdige Behandlungen und Arbeitsbedingungen sicherstellen. Die medizinische Versorgung muss entsprechend des Bedarfs der Allgemeinheit organisiert werden, nicht für möglichst hohe Gewinne weniger.



Es macht mir Angst

Ich hatte es... einige Tage lang, und dann doch nicht. Ich meine, ich war die Tage fest der Überzeugung, Corona zu haben, hatte Kontakt mit einem positiv getesteten Menschen und war schon seit einer Weile erkältet. Ich wurde dann negativ getestet, aber der Glaube, es gehabt zu haben, hat sich eingepreßt.

Die Reaktionen: die Unsicherheit, die Zurückhaltung, nur social distancing oder doch mit einem Hauch Ekel? Die Streits, alles Spekulation, aber trotzdem real und intensiv und verletzend, weil niemand so genau wusste wie es übertragen wird. Auf Gegenständen? Weil es keinen sinnvollen Leitfadengab, was vernünftiges Handeln ist. „Hast du dich jetzt schon testen lassen?“ Der Druck steigt, „ich hab verdammt nochmal 20 Mal angerufen bei dieser Hotline.“

Was es ist? Jetzt ist es Corona, aber es ist auch die Art und Weise wie wir mit Krankheit und Gesundheit umgehen. Beide sind geprägt durch die Anforderungen, die diese Gesellschaft an uns stellt. Und auch die Gesellschaft macht uns krank – das lass ich jetzt mal so platt stehen. Das Problem ist, nicht das System

(oder die Natur) werden dafür verantwortlich gehalten, sondern wir selbst. Bist du stressresistent genug, machst du genug Sport, kriegst du es hin, zwischen Job, Bürokratie und Haushalt noch genug Zeit zu finden für Wirbelsäulengymnastik, bereichernde soziale Beziehungen? - Mach Dir Gedanken, was dir gut tut! Mir würde wirklich gut tun, wenn dieses scheinheilige neoliberale System aufhören würde mich für die Gesamtscheiße zu verurteilen.

Einige Gedanken, damit in Zeiten von Corona und auch sonst immer umzugehen: Lass dich nicht verrückt machen. Rede mit Freund*innen drüber, was ihr gemeinsam für eine gute Strategie haltet, mit Corona (z.B.) umzugehen. Macht euch Gedanken darüber, wie eine Unterstützung von Menschen mit Corona aussehen kann, bezüglich ihrer Versorgung, aber auch sozial (Gabenzäune, Straßenküchen, Frisbeeturniere), und brecht ggf. den Rat von ‚Vater Staat‘. Der Gedanke, dass 60-80% es haben werden, dürfte Motivation sein.

Welcome to the club: in einem System das krank macht, sind wir alle verrückt.

Balkonlied des Monats: Bella Ciao

An unsrer Kneipe, da hängt ein Schild:
Bella Ciao, bella ciao, bella ciao, ciao, ciao!
alles geschlossen, alles verrammelt
und wir gehn allein nach Haus.

Am nächsten Morgen heißt es auf Arbeit:
Bella Ciao, bella ciao, bella ciao, ciao, ciao!
Ob Monteurin oder Beleuchter
Wer kein Boss ist, fliegt jetzt raus.

Brech ich den Arm mir, so sagt die Ärztin:
Bella Ciao, bella ciao, bella ciao, ciao, ciao!
Wir müssen sehen, wo wir bleiben
kaputtgespart das Krankenhaus.

Und so hallt es durch leere Straßen:
Bella Ciao, bella ciao, bella ciao, ciao, ciao!
Sind überwacht und isoliert
doch trotzdem noch gut drauf.

Wenn auch die Welt - zusammenfällt
- Bella Ciao, bella ciao, bella ciao, ciao, ciao! -
halten wir doch - alle zusammen
Wer jetzt nicht streikt, macht eben blau.

Wir singen nicht nur von den Balkonen:
Bella Ciao, bella ciao, bella ciao, ciao, ciao!
Kapitalismus - ist bald Geschichte
Und wir baun was Neues auf!

SUDOKU MEDIUM

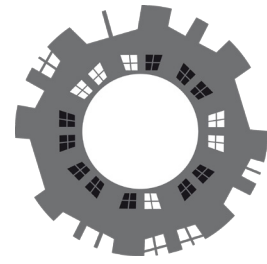
			4			2	9	
				8				1
5	9			1		8	6	4
7	4	2		6				
8		1	3	2				
	3							
	6							
				3		5	1	
	1		2		6		3	

Kinderquiz und Kochrezept „Nachtschattenfladen“

Für das Rezept suchen wir eine Pflanze aus Chile (Südamerika). Sie ist ein Nachtschattengewächs. Es steht nicht ganz genau fest, wo die Bezeichnung Nachtschattengewächs herkommt. Es wird oft vermutet, dass es etwas mit den giftigen Inhaltsstoffen dieser Pflanzen zu tun hat. Diese Gifte können unseren Verstand vernebeln. Dieser vernebelte Zustand wird auch als „einen Nachtschatten haben“ bezeichnet. Die Pflanze hat diese Gifte vor allem in ihren weißen Blüten und grünen Beeren. Unter der Erde hat die Pflanze essbare Knollen. Die Knollen sind aber nur giftig, wenn sie keimen oder grün, also noch nicht reif sind. Na, was wird hier gesucht?

Wir kochen natürlich mit reifen Knollen. Hol dir eine große Person dazu, wenn du noch sehr klein bist. Los geht's:

- Schäle so viele Knollen, wie du essen möchtest.
- Reibe die Hälfte der Knollen mit der feinen Seite einer Küchenreibe. Reibe die andere Hälfte mit der gröberen Seite. Gebe alles zusammen in eine große Schüssel. Schütte so viel Wasser dazu, damit der Brei schön nass ist. Gib einen Teelöffel Salz dazu. Warte 2-3 Minuten.
- Fische den Brei aus der Schüssel und lege ihn auf ein sauberes Küchentuch. Wickel das Tuch um den Brei und quetsche den Saft mit den Händen in die Schüssel. Schütte die Hälfte des Saftes weg. Den Rest brauchen wir später noch! Den ausgequetschten Brei gibst du in eine neue Schüssel.
- Reibe in den Brei noch eine Zwiebel und gib Salz, Pfeffer und was du noch so findest dazu (Rosmarin, Oregano, ...). Verrühre den Brei.
- Schütte jetzt nach und nach Mehl in die Schüssel mit dem Saft und rühre dabei kräftig mit einem Schneebesen um. Benutze so viel Mehl, bis es ungefähr so fest ist wie Pudding.
- Gib dann nach und nach so viel von diesem „Pudding“ zum gewürzten Brei, bis alles schön klebrig und pampig ist.
- Forme jetzt mit den Händen kleine Bälle und drücke sie zu handflächengroße Fladen platt.
- Erhitze Öl in einer Pfanne. Brate die Fladen beidseitig bis sie knusprig und goldbraun sind.
- Guten Appetit! Apfelmus schmeckt übrigens super dazu!



Dein Partner ist gereizt? Aggressiv?

Er ist dir oder anderen gegenüber gewalttätig geworden oder du hast Angst, dass etwas passieren könnte? Du fragst dich, wie du dich schützen kannst?

Unter diesen Nummern findest du Beratung und Hilfe:

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen:
rund um die Uhr: 08000 116 016

Big-Hotline - bei häuslicher Gewalt gegen Frauen und Kinder:
8-23 Uhr: (030) 611 03 00

Lara Berlin: Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Frauen*:
(030) 2168888

Kinder- und Jugendtelefon: 08001110333

Telefonseelsorge: 08001110111

Karada House Help for Queers & Women:
<http://karada-house.de/2020/03/12/queer-relief-for-corvid-19/>

Psychosoziale Nothilfenummern in Berlin:
<https://www.berliner-notruf.de/>



Probleme mit Arbeit in Zeiten von Corona?

Gemeinsam sind wir stark!
Durch können Probleme am Arbeitsplatz entstehen. Hier 3 grundlegende Tipps:

1. Unterschreibe nichts, was du nicht verstehst! Zum Beispiel Aufhebungsverträge, Vertragszusätze oder Änderungsverträge
2. Sprich mit deinen Kolleg*innen über die Situation. Wenn ihr zum Beispiel alle gleichzeitig von dem gleichen Problem betroffen seid, ist Austausch und ein gemeinsames Vorgehen wichtig. Niemand soll jetzt abgehängt werden!
3. Lass dich beraten - von Gewerkschaft oder Betriebsrat!

Kostenlose Beratung:

FAU Berlin (telefonisch) Anmeldung per Mail unter
faub-beratung@fau.org

Critical Workers (online/per Chat, mehrere Sprachen):
<https://criticalworkers.noblogs.org>

Oficina Precaria (Spanisch):
<https://oficinaprecariaberlin.org/consultanos/>

Liebe Berliner Nachbar*innen,

in Zeiten von Corona hat sich unser Alltag verändert. Einige von uns haben schon ihren Job oder wichtige Aufträge verloren und andere müssen nach wie vor jeden Tag zur Arbeit plus jetzt auch noch Kinderbetreuung organisieren. Wieder andere können sich endlich mal ein bisschen erholen.

Im Berliner Alltag schreiben wir über Themen, die sonst oft zu kurz kommen, wie zum Beispiel Geschichten von Wohnungskündigungen, alleinerziehenden Müttern und von der Situation an den Grenzen Europas. Corona verschärft Ungerechtigkeiten weiter: Einige Unternehmen machen jetzt richtig Geld, unter anderem mit staatlicher Hilfe. Gleichzeitig verarmen Leute, die ohnehin ein geringes Einkommen haben, noch weiter.

Wir wollen aber nicht nur Trübsal blasen, deshalb findet ihr auch Rätsel, ein hitverdächtiges neues Lied und ein Kochrezept für Kinder in der ersten Ausgabe. Außerdem dabei: Praktische Tipps im Umgang mit Chefs, dem Jobcenter und Telefonnummern bei Problemen.

In der Krise ist es wichtiger denn je, zusammenzuhalten statt zu Einzelkämpfer*innen zu werden: Im Haus, in der Straße, im Betrieb.

Die Zeitung ist ehrenamtlich und unabhängig von Institutionen entstanden. Wir freuen uns über Feedback unter:

berliner-alltag@riseup.net

Viel Spaß beim Lesen!

Eure Nachbar*innen



Ich, in freiwilliger Isolation.

Tipp der Woche: Jobcenter auf Sendepause

Aktuell vergibt das Jobcenter keine Termine mehr. Du musst bisherige Termine nicht absagen und hast keine Sanktion wegen Terminausfalls zu befürchten. Manche Jobcenter fragen nun per Brief nach Telefonnummer und E-Mail-Adresse. So wollen sie die Termine aus der Ferne erledigen. Unsere Empfehlung: **Gib dem Jobcenter nicht deine Nummer und auch nicht deine Mail-Adresse!** Dazu bist du nicht verpflichtet. Du bist auch nicht dazu verpflichtet, dort anzurufen. Und wenn du doch anrufst: Du bist nicht verpflichtet, auf Fragen am Telefon zu antworten! Kläre besser weiterhin alles schriftlich (per Fax mit Sendebrief oder Brief mit Einschreiben) und lass dich dazu beraten.

Beratungsstellen:

Basta! (per Mail):
Infos unter <http://basta.blogspot.eu/>

BALZ-Beratungszentrum (telefonisch):
Infos unter
<https://www.berliner-arbeitslosenzentrum.de/>

Kiezhaus Agnes Reinhold
(Do 15-18 Uhr (auf Skype))
Infos: <https://www.kiezhaus.org/wichtige-informationen-zum-kiezhaus/>



Meine Vermieterin, in freiwilliger Isolation.