


# Gemeinsam optimistisch bleiben und so weiter

## Beitrag von „Kathie“ vom 22. März 2020 20:43

Ihr Lieben,

im anderen Thread haben mehrere geschrieben, dass sie heute einen schlechten Tag hatten. Auch mir ging es heute stellenweise emotional nicht ganz so toll.

Von daher dachte ich mir, eröffne ich einen Thread, indem wir uns Tipps geben können, was man gegen solche Durchhänger tun kann. Quasi eine Rezeptekiste gegen Durchhänger, Angst oder Lagerkoller.

Seid ihr dabei? 

---

## Beitrag von „jotto-mit-schaf“ vom 22. März 2020 20:51

Meine Schwester hatte vorhin ein Tief, da hab ich ihr das hier zu lesen gegeben. Dann ging es wieder. Ist vielleicht zu zuversichtlich, aber tröstlich:

<https://www.horx.com/48-die-welt-nach-corona/>

---

## Beitrag von „Conni“ vom 22. März 2020 20:56

Dann nochmal hier, die 95jährige, geheilte Italienerin:

<https://kurier.at/chronik/welt/h...heilt/400789043>

---


## Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 22. März 2020 21:00

Definitiv die Musikliste im Thread von Grünfink, Bereich "Forenspiele"



---

### Beitrag von „fossi74“ vom 22. März 2020 21:05

... und wieder ein Threadtitel, der im Zusammenhang mit dem Thema nicht recht passend scheint. Ich jedenfalls zöge es entschieden vor, negativ zu bleiben! 

---

### Beitrag von „Meike.“ vom 22. März 2020 21:09

Man hat bestimmte Berufe endlich mal als systemrelevant anerkannt. Gut!


Nach der Krise sollte sich das in Bezahlung und einem weniger profitorientierten Pflege- und Gesundheitssystem zeigen!


Von wegen wir ham kein Geld, gerade kramen sie die Milliarden aus irgendeiner Ecke...

---

### Beitrag von „jotto-mit-schaf“ vom 22. März 2020 21:12

[Zitat von fossi74](#)

... und wieder ein Threadtitel, der im Zusammenhang mit dem Thema nicht recht passend scheint. Ich jedenfalls zöge es entschieden vor, negativ zu bleiben! 

War auch mein erster Gedanke ☹ Sollte vielleicht auf "Gemeinsam positiv denken und negativ getestet bleiben" verlängert werden 

---

### Beitrag von „Meike.“ vom 22. März 2020 21:19

Auch erleichternd: alle Schü., die ich als Sucht&Krisenpräventionszuständige angeschrieben hatte, vermeldeten bisher, es gehe ihnen (noch) gut/mindestens okay. Sie wollen sich melden, wenn was ist. Ich kenn jemand vom psychosozialen Dienst, der würde sich (ehrenamtlich) kümmern, wenn doch was wär. Beruhigt mich erstmal.

---

### **Beitrag von „Miss Jones“ vom 22. März 2020 21:21**

#### Zitat von Meike.

Man hat bestimmte Berufe endlich mal als systemrelevant anerkannt. Gut!

Nach der Krise sollte sich das in Bezahlung und einem weniger profitorientierten Pflege- und Gesundheitssystem zeigen!

Von wegen wir ham kein Geld, gerade kramen sie die Milliarden aus irgendeiner Ecke...

Mein Reden, Meike...

ich hab mehrfach gesagt, wenn die ganzen Pflegeberufe einfach mal sagen würden "ab morgen doppelte Kohle, oder wir lassen euch verrecken", dann wäre das Geld ganz schnell da... und so ist es...

---

### **Beitrag von „Conni“ vom 22. März 2020 21:29**

#### Zitat von jotto-mit-schaf

War auch mein erster Gedanke ☐ Sollte vielleicht auf "Gemeinsam positiv denken und negativ getestet bleiben" verlängert werden 😄

Ich war mal so frei.

---

### **Beitrag von „icke“ vom 22. März 2020 21:38**

[Zitat von samu](#)

Definitiv die Musikliste im Thread von Grünfink, Bereich "Forenspiele"

Und ganz ganz wichtig: Tanzen! Und singen! Laut!

---

### **Beitrag von „Meike.“ vom 22. März 2020 21:51**

DownDog bietet die (wirklich gute, aber teure) Yoga/HIIT/Barre-App kostenlos an. Macht ordentlich Spocht, Leute! 😁

HIIT ist wirklich gut. Habs heut probiert.

Und überhaupt gibt es Dinge jetzt kostenlos: <https://sz.de/1.4847495>

---

### **Beitrag von „Kathie“ vom 22. März 2020 21:55**

Ich hatte es natürlich auf positive Stimmung bezogen, und das Wort Corona (oder Test) bewusst rausgelassen, aber wenn's euch so besser gefällt, bitte schön ☺ auch gut! (Wie wäre es alternativ mit "Gemeinsam optimistisch bleiben"?)

Nochmal zur Erklärung: Ich hatte den Thread erstellt um einen Ort zu haben, an dem man sich quasi wohlfühlen kann und der Tipps gibt, wie man mental ruhiger wird, falls ein User da mal Bedarf hat.

Dieser Hinweis auf zu niedrige Löhne der Krankenschwestern und wen sie dann in Zukunft einfach "verrecken lassen" war nicht unbedingt das, was ich meinte.

---

### **Beitrag von „Meike.“ vom 22. März 2020 21:57**

Aber dass sie mal wahrgenommen werden, freut mich halt und stimmt mich etwas optimistischer. Jeder hat halt so seine eigenen Freuden...

---

## Beitrag von „Kathie“ vom 22. März 2020 21:59

Was ich momentan entspannend finde:

Alte Schinken auf Netflix, TV Now etc ansehen.

Puzzle machen - scheint wieder voll im Trend zu liegen, bei Amazon sind viele ausverkauft! 😊

Mit meiner Familie zusammen sein bzw mit dem Teil, der nicht bei uns wohnt, telefonieren. Und auch mal einfach über Banalitäten und NICHT immer über Corona zu reden.

Und der Tipp: Sich ins Gedächtnis zu rufen, dass viele Dinge außer der eigenen Kontrolle liegen und man sich auf das konzentrieren soll, was man kontrollieren kann.

(Bild anhängen scheitert leider. Vielleicht morgen...)

P.S. Was doch noch zu Meikes Freude über die mehr gewürdigten Krankenschwestern passt: Hier spürt man großen Zusammenhalt im Viertel. Alte Menschen werden beim Einkaufen entlastet etc. Das ist auch sehr schön.

---

## Beitrag von „jotto-mit-schaf“ vom 22. März 2020 22:03

### Zitat von Meike.

DownDog bietet die (wirklich gute, aber teure) Yoga/HIIT/Barre-App kostenlos an. Macht ordentlich Spocht, Leute! 😄

HIIT ist wirklich gut. Habs heut probiert.

Und überhaupt gibt es Dinge jetzt kostenlos: <https://sz.de/1.4847495>

Audible ist nicht in der Liste: Guckt ihr da!

<https://www.audible.de/ep/zuhausemit...linkId=84700568>

Meine absolute Hörempfehlung sind die Ghostsitter-Hörbücher. Soooo toll und so großartige Sprecher.

---

### **Beitrag von „Meike.“ vom 22. März 2020 22:10**

Gegen Ängste und Verspannungen: diese App.

---

### **Beitrag von „Kathie“ vom 22. März 2020 22:11**

[Zitat von Meike.](#)

Aber dass sie mal wahrgenommen werden, freut mich halt und stimmt mich etwas optimistischer. Jeder hat halt so seine eigenen Freuden...

Ja, dass sie wahrgenommen werden, ist natürlich schön.

---

### **Beitrag von „yestoerty“ vom 22. März 2020 22:36**

Wir haben vorhin den Geburtstag meiner Schwester gefeiert. Mit 2 Handys und 2 Apfelkuchen. Nicht ganz wie zusammen feiern, aber immerhin gemeinsam.

---

### **Beitrag von „Kathie“ vom 23. März 2020 11:13**

Eben im Radio gehört:

Etwa 2800 schwere Covid19 Erkrankte sind schon wieder genesen. Das stimmt einen doch gleich ein bisschen froh.

---

### **Beitrag von „Miss Jones“ vom 23. März 2020 11:51**

ich habe heute früh gehört dass dreimal so viele genesen wie gestorben sind in D... na also...

---

### **Beitrag von „D371“ vom 23. März 2020 13:45**

Ich genieße wirklich aktuell sehr die viele Zeit mit meinem Sohn. Der ist Erstklässler und hatte zwischen Schule, OGTS, Fußball und Verabredungen für meinen Geschmack oft etwas zu wenig Zeit dafür, einfach zuhause „rumzuhängen“. Aktuell haben wir noch so viele Ideen, was mir machen können, dass der Tag fast zu kurz ist (ok, meine Korrekturen spielen da auch ziemlich rein... 😊)

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 23. März 2020 18:07**

Ich empfinde das Entschleunigen zu Hause und weltweit als sehr angenehm. Wir spielen wieder mehr Gesellschaftsspiele, die Kinder lesen mehr, hier im Viertel ist so leise wie am Sonntag, es wird kaum noch geflogen (hurra! Leute überleben auch ohne Malle!) Es wurde von den UN zu Waffenstillstand aufgerufen... Franzosen werden in Ba-Wü behandelt, Italiener nach SN eingeflogen, Hilfsbereitschaft allenthalben. Ich bin optimistisch, dass etwas Gutes zurückbleibt.

---

### **Beitrag von „Wollsocken80“ vom 23. März 2020 20:24**

Ich habe mit meiner Klasse heute eine Fitness-Challenge gestartet. Gemeinsam gegen die Isolations-Verwahrlosung. 🤖

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 23. März 2020 21:36**

Bei uns wurde (wie und durch wen auch immer) übers Wochenende die Kapazität des Landesschulportals erhöht und plötzlich ist arbeiten dort möglich, auch für Leute, die darauf

bisher keine Lust hatten, bzw. den Sinn auch nicht sahen. Ich finde es faszinierend, was in einer Woche möglich wurde, was seit Jahren vor sich hindümpelte... (überall in der Gesellschaft, auch kleine Livekonzerte im Netz o.ä., aber eben auch bei der Arbeit).

---

### **Beitrag von „Meike.“ vom 23. März 2020 21:48**

Mein Fitnessstudio bietet jetzt Kurse per Zoom an.

Morgen ist Pilates, am Samstag mach ich mal bei „Bootcamp“ mit, würd ich mich im RL nie trauen. Aber im Wohnzimmer sieht's ja keiner, wenn ich mal kurz aufdem Sofa zusammenbrech... 😊

---

### **Beitrag von „Kathie“ vom 23. März 2020 21:51**

Vieles bewegt sich zum Guten, das ist echt schön.

Ich genieße auch die viele Zeit mit meinen eigenen Kindern sehr. Und ich freu mich über unsere Haustiere! Und darüber, dass der Kontakt zu Freunden überall auf der Welt per Mail, WhatsApp und Facebook problemlos möglich ist.

Und nun klär mich doch bitte noch kurz auf, was es mit “Wir sind Bolzbold” auf sich hat

---

### **Beitrag von „Meike.“ vom 23. März 2020 21:52**

Siehe Klarnamen-thread im Unterforum „Forum“.

---

### **Beitrag von „Kathie“ vom 23. März 2020 21:54**



Ok ich werde recherchieren ☐ Danke!

---

### **Beitrag von „kleiner gruener frosch“ vom 24. März 2020 00:04**

Ich genieße die Zeit auf dem Fahrrad - jeden Tag zwei Stunden.

Ich freue mich außerdem über die Rückmeldungen der Eltern und der Kolleginnen zu unserem System auf der Homepage.

Außerdem habe ich mir mal wieder was für das Kind im Mann bestellt.

[Screenshot\\_20200324-000033\\_autoscaled.png](#)[Screenshot\\_20200324-000229\\_autoscaled.png](#)

---

### **Beitrag von „DeadPoet“ vom 24. März 2020 00:20**

Ich bin seit einer Woche in Quarantäne, weil in einem meiner Kurse zwei SchülerInnen positiv getestet wurden. Vorgestern traten Symptome auf: Halsschmerzen, Schüttelfrost, Abgeschlagenheit. Gestern ging es sehr gut, heute geht's gut (bis auf ein wenig Halsschmerzen). Sollte das tatsächlich das Virus sein, hab ich wohl Glück und komm gut davon.

außerdem schön: Ich bin letzte Woche so viel zum Lesen gekommen, wie schon lange nicht mehr.

Sobald ich wieder etwas fitter bin, üb ich mal wieder richtig Gitarre (und die Nachbarn müssen mithören 😊).

---

### **Beitrag von „SteffdA“ vom 24. März 2020 01:00**

Gute Besserung [DeadPoet](#) !

---

### **Beitrag von „DeadPoet“ vom 24. März 2020 01:03**

<https://www.lehrerforen.de/thread/52835-gemeinsam-optimistisch-bleiben-und-so-weiter/>

Danke, aber - um den Thread hier gerecht zu werden - ich seh das (bisher) recht optimistisch. Mir ging's mit Erkältungen schon schlechter.

---

### **Beitrag von „yestoerty“ vom 24. März 2020 07:11**

Gute Besserung. Wäre ja schön, wenn es das war und du nun durch wärst.


So was hatte ich dieses Jahr schon 2 Mal. (Und mein Mann auch) Sehr komisch. Einen Tag ging es mir schlecht mit Hals-, Glieder-, Kopfschmerzen und Fieber. Teilweise auch Husten und 2 Tage später war alles weg.

Der Arzt hat behauptet (als wir an dem einen schlechten Tag da waren, weil wir dachten es dauerte länger und eine Krankschreibung brauchten) wir hätten Grippe...

---

### **Beitrag von „jotto-mit-schaf“ vom 24. März 2020 08:56**

Gute Besserung!

Weshalb ich eigentlich in diesen Thread kam: Disneyplus läuft seit heute! 

---

### **Beitrag von „Kathie“ vom 24. März 2020 09:18**

Dead Poet, gute Besserung, aber schön zu lesen dass es dir gar nicht sooo schlecht geht. Gitarre üben klingt gut! Disneyplus auch!

---

### **Beitrag von „Zauberwald“ vom 24. März 2020 09:28**

Disneyplus läuft? Das ist super!

Mein Sohn hat via Skype Schlagzeugunterricht, auch mal was anderes. 😊

---

### **Beitrag von „jotto-mit-schaf“ vom 24. März 2020 10:23**

Ich habe gerade den Hintergrund meines Arbeitszimmers aufgeräumt (soll heißen, die Papierhaufen woanders hingestapelt), weil mein Lütter heute seine Logopädiestunde via Skype hat. Feststellung des Tages: Juhuu, meine 15 Jahre alte Webcam läuft noch 😄

---

### **Beitrag von „Frapper“ vom 24. März 2020 10:50**

[DeadPoet](#)

Auch wenn es dich erwischt hat, ist es doch etwas Positives, dass es nicht so schlimm ist. Bald kann man dich quasi auch zu den Genesenen zählen! 😊

Wirst du eigentlich noch getestet bzw. erkundigt sich das Gesundheitsamt bei dir? Wäre ja auch wirklich interessant für dich. Weiß man, dass man es schon hinter sich hat, kann man ja ganz ohne irgendein mulmiges Gefühl nach draußen gehen.

---

### **Beitrag von „DeadPoet“ vom 24. März 2020 11:52**

Danke für die Wünsche.

Ich steh beim Testen gaaaanz hinten an, weil die Symptome eben so leicht sind (heute fast gar nix). Ist für mich persönlich auch nicht so wichtig, weil ich ja sowieso daheim bleiben muss (Quarantäne). Ehefrau und Tochter haben noch keine Symptome, bleiben aber zur Sicherheit auch mal zu Hause und Vermeiden Kontakt mit anderen (positiv: Gestern gemeinsam gesungen / musiziert).

---

### **Beitrag von „katta“ vom 24. März 2020 14:26**

[Zitat von jotto-mit-schaf](#)

Gute Besserung!

Weshalb ich eigentlich in diesen Thread kam: Disneyplus läuft seit heute! ❤️

Was kann denn Disneyplus was itunes, Netflix und Apple plus nicht können? (Der Serienjunkie in mir zuckt... 🤪 )

---

### Beitrag von „jotto-mit-schaf“ vom 24. März 2020 14:38

Bestellt habe ich es wegen "the Mandalorian". Außerdem liebe ich Marvel, da kommt ja noch ne Serie mit Loki. Der Rest macht meine Untierchen glücklich.

---

### Beitrag von „katta“ vom 24. März 2020 14:42

[Zitat von jotto-mit-schaf](#)

Bestellt habe ich es wegen "the Mandalorian". Außerdem liebe ich Marvel, da kommt ja noch ne Serie mit Loki. Der Rest macht meine Untierchen glücklich.

Oh ja, Loki.... ganz vergessen... 🐱

---

### Beitrag von „CDL“ vom 24. März 2020 15:59

[Zitat von jotto-mit-schaf](#)

Bestellt habe ich es wegen "the Mandalorian". Außerdem liebe ich Marvel, da kommt ja noch ne Serie mit Loki. Der Rest macht meine Untierchen glücklich.

Ja, deshalb zuckt es bei mir auch schon seit ein paar Tagen gaaaanz heftig das zu wollen, denn die erste Folge die man im FreeTV sehen konnte war noch besser, als die Trailer vorab vermuten ließen. Noch beherrsche ich mich irgendwie...

[DeadPoet](#) : Gute Besserung!



---

### **Beitrag von „Humblebee“ vom 24. März 2020 16:03**

Die erste Folge von "Mandalorian" lief ja am Sonntag schon auf ProSieben. Wie gemein!

---

### **Beitrag von „CDL“ vom 24. März 2020 16:14**

#### [Zitat von Humblebee](#)

Die erste Folge von "Mandalorian" lief ja am Sonntag schon auf ProSieben. Wie gemein!

Und sie war gut wirklich gut (weitere Spoiler erspare ich uns allen, um niemanden den Spaß zu nehmen, der sie noch nicht gesehen hat- nur so viel: Das Ende ließ mich lächeln)! Gibt es bestimmt auf Youtube irgendwo wenn du sie verpasst haben solltest. 😊

---

### **Beitrag von „Humblebee“ vom 24. März 2020 16:24**

Ich habe sie auch gesehen und sie gefiel mir gut. Daher das "gemein", weil ich nun erstmal keine Möglichkeit habe, die weiteren Folgen zu sehen 😞

---

### **Beitrag von „Miss Jones“ vom 24. März 2020 16:28**

Ja, geldgierige Sender eben...

wobei heute jemand meinte, da liefen zB auch Gargoyles...

---

### **Beitrag von „CDL“ vom 24. März 2020 16:50**

#### Zitat von Humblebee

Ich habe sie auch gesehen und sie gefiel mir gut. Daher das "gemein", weil ich nun erstmal keine Möglichkeit habe, die weiteren Folgen zu sehen 😞

Jotto erzählt bestimmt total gerne (um uns zu quä...erfreuen) Folge für Folge was passiert, samt kleiner Audiodatei mit ihren Live-Reaktionen beim Anschauen.

---

### **Beitrag von „kleiner gruener frosch“ vom 25. März 2020 09:50**

Lichtblicke im Moment - ich habe mit den Kindern virtuell ein musikalisches Projekt vor. (Aufgrund der Anonymität hier werdet ihr das Ergebnis zwar wahrscheinlich nicht zu Gesicht bekommen. Leider.) Aber um die rechtliche Rückendeckung beim Covern und Online-Stellen eines Musikstückes zu bekommen, habe ich bei den Rechteinhabern und dem Musikverlag angefragt. Ich habe die Genehmigung bekommen, dass Stück kostenfrei für 6 Monate Online zu benutzen, weil sie die Idee so schön finden.

kl. gr. frosch

---

### **Beitrag von „jotto-mit-schaf“ vom 25. März 2020 10:30**

#### Zitat von CDL

Jotto erzählt bestimmt total gerne (um uns zu quä...erfreuen) Folge für Folge was passiert, samt kleiner Audiodatei mit ihren Live-Reaktionen beim Anschauen.

Jotto erzählt gar nichts, weil sie gestern schon beim Sandmännchen eingeschlafen ist. Heute vielleicht.

<https://media.giphy.com/media/12LvWWkNeiZ50Q/source.gif>

---

### **Beitrag von „Kathie“ vom 25. März 2020 10:41**

Jotto ist eine SIE?

Das mit dem Musikprojekt klingt toll.

Was mich heute froh macht: Hab richtig Muskelkater von den Übungen meines Fitnessprogramms!

---

### **Beitrag von „Kathie“ vom 25. März 2020 11:52**

Nike Training Club heißt die App übrigens, falls es jemanden interessiert.

---

### **Beitrag von „jotto-mit-schaf“ vom 25. März 2020 12:12**

[Zitat von Kathie](#)

Jotto ist eine SIE?

Jau! Seit der Klarnamenpflicht für Moderatoren jetzt auch nicht mehr inkognito unterwegs ☐  
(siehe Avatar)

---

### **Beitrag von „Kiggie“ vom 26. März 2020 13:00**

[Zitat von katta](#)

Was kann denn Disneyplus was itunes, Netflix und Apple plus nicht können? (Der Serienjunkie in mir zuckt... 🤪 )

Die Gummibärenbande! Ducktales! Chip & Chap! Simpsons!

Und für mich alle Disneyfilme, auch die neuen Realverfilmungen (Aladdin ist großartig!)

---

**Beitrag von „Kathie“ vom 26. März 2020 13:33**

Und schwupps. Da ist er, der Chip und Chap Ohrwurm.

---

**Beitrag von „D371“ vom 26. März 2020 13:44**

[Zitat von Kathie](#)

Und schwupps. Da ist er, der Chip und Chap Ohrwurm.

Das wollte ich auch gerade schreiben 🤪

---

**Beitrag von „yestoerty“ vom 26. März 2020 22:01**

Und warum schreibt ihr dann nicht Chip, Chip, Chip, Chip und Chap?

---

**Beitrag von „Kathie“ vom 26. März 2020 22:05**



[Chip Chip Chip und Chap :-\)](#)

Bitte sehr. Falls jemand für heute Nacht noch einen Ohrwurm braucht.

---

### **Beitrag von „Kathie“ vom 27. März 2020 14:10**

Zwar 47000 Fälle - aber über 8000 Genesene heute! ☐☐

Ich werde zunehmend ruhiger. Heute scheint auch die Sonne wieder und da werde ich gleich mal etwas rausgehen. Regenbögen in den Fenstern suchen ☐☐.

Kennt ihr die Aktion? Kinder kleben Regenbogenbilder an ihr Fenster, und wenn man draußen spazieren geht, sieht man, wo überall auch Kinder gerade daheim bleiben müssen. Find ich ganz süß.

---

### **Beitrag von „Lehrerin2007“ vom 27. März 2020 14:57**

Ja, die Aktion ist nett. Wir wohnen aber im Hinterhaus, da spaziert keiner vorbei...

Ansonsten habe ich noch - positiv - festgestellt, dass ich jetzt Videokonferenzen organisieren kann (also fernab von FaceTime und WhatsApp) und dass ich beim digitalen Unterrichtsassistenten von Green Line noch mehr zur Zeit nützliche Funktionen gefunden habe... 😊

---

### **Beitrag von „kleiner gruener frosch“ vom 27. März 2020 17:18**

In welchen Thread packe ich das jetzt. Optimismus? Curiosos? Galgenhumor?

[Die Natur kehrt zurück - erste Mammuts in Deutschland gesichtet](#)

---

### **Beitrag von „Miss Jones“ vom 28. März 2020 20:54**

<https://www.youtube.com/watch?v=oEN7KQAXZ68>

Fand ich grad schön... und ne reale Feundin von mir singt im Background mit.

---

### **Beitrag von „CDL“ vom 29. März 2020 16:52**

Sehr schön, die Tonart fördert gerade nur eher traurige Gedanken in mir, deshalb werde ich es mir ein anderes Mal komplett anhören.

---

### **Beitrag von „Kathie“ vom 29. März 2020 16:56**

Seid ihr alle auch mittlerweile ein bisschen mehr im Flow?

Unsere Familie hat einen guten Rhythmus gefunden. Die Nerven aller haben sich beruhigt. Wir nehmen jeden Tag wie er kommt, und gönnen uns immer mal was Schönes. Mein Highlight: dass der Morgen entzerrt ist. Weniger Stress beim Aufstehen.

---

### **Beitrag von „Meike.“ vom 29. März 2020 17:09**

Das kan ich jetzt nicht von mir sagen, aber die Abiturklausuren nehmen mich (zwangsweise) aus dem personalrätlichen Beratungs- und Vertretungshyper raus. Dass ich Korrigieren mal als entlastend empfinden würde, ist ein Novum. 🤔🤔 Ich entscheide mich jetzt mal, das gut zu finden.

By the way: die Sch+üler waren auch schon im Coronamodus. "*Othello cannot beat jealousy, the green eyed **virus***" 🤖 (im Original "green eyed monster") 😊 Wobei ich die Schülermetapher sogar passender finde, als das Original.

---

### **Beitrag von „icke“ vom 31. März 2020 19:30**

Okay, dann "supporte" ich hier mal ein paar meiner "favourite Musicians".

(Ich gebe zu ich wollte das einfach irgendwo unterbringen und fand, dass das hierhin am besten passt, wegen "zusammen" und "optimistisch" und so....)

<https://www.youtube.com/watch?v=LoOvXzn9rwY>

Ansonsten ist die Band aber auch ein Tipp für alle Eltern unter euch, die ihre Kinder mal mit Musik bespaßen wollen ohne dabei selber Schaden zu nehmen.

Ich leg das ja auch immer an Fasching in der Schule ein und wackel dazu glaub ich mehr rum als die Kinder.... z.B. zu dem hier:

[https://www.youtube.com/watch?v=LP5oiDzT0q4&list=PLHI3ZYq\\_F3qvBWrZUOB\\_6RWL-uX\\_kcoRF&index=7eb](https://www.youtube.com/watch?v=LP5oiDzT0q4&list=PLHI3ZYq_F3qvBWrZUOB_6RWL-uX_kcoRF&index=7eb)

---

## Beitrag von „Rena“ vom 31. März 2020 20:17

### Zitat von icke

Okay, dann "supporte" ich hier mal ein paar meiner "favourite Musicians".

(Ich gebe zu ich wollte das einfach irgendwo unterbringen und fand, dass das hierhin am besten passt, wegen "zusammen" und "optimistisch" und so....)

<https://www.youtube.com/watch?v=LoOvXzn9rwY>

Ansonsten ist die Band aber auch ein Tipp für alle Eltern unter euch, die ihre Kinder mal mit Musik bespaßen wollen ohne dabei selber Schaden zu nehmen.

Ich leg das ja auch immer an Fasching in der Schule ein und wackel dazu glaub ich mehr rum als die Kinder.... z.B. zu dem hier:

[https://www.youtube.com/watch?v=LP5oiDzT0q4&list=PLHI3ZYq\\_F3qvBWrZUOB\\_6RWL-uX\\_kcoRF&index=7eb](https://www.youtube.com/watch?v=LP5oiDzT0q4&list=PLHI3ZYq_F3qvBWrZUOB_6RWL-uX_kcoRF&index=7eb)

Alles anzeigen

Genau mein Ding! Kannte ich noch nicht und hab gleich mal CDs bestellt!

---

## Beitrag von „Th0r5ten“ vom 31. März 2020 20:25

#### [Zitat von kleiner gruener frosch](#)

Lichtblicke im Moment - ich habe mit den Kindern virtuell ein musikalisches Projekt vor. (Aufgrund der Anonymität hier werdet ihr das Ergebnis zwar wahrscheinlich nicht zu Gesicht bekommen. Leider.) Aber um die rechtliche Rückendeckung beim Covern und Online-Stellen eines Musikstückes zu bekommen, habe ich bei den Rechthebesitzern und dem Musikverlag angefragt. Ich habe die Genehmigung bekommen, dass Stück kostenfrei für 6 Monate Online zu benutzen, weil sie die Idee so schön finden.

kl. gr. frosch

Würdest du denn kurz beschreiben, was du vorhast? Unsere Website ist mittlerweile voll mit Ideen, aber gerade bei Musik tue ich mich etwas schwer ...

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 31. März 2020 20:29**

#### [Zitat von DeadPoet](#)

Ich bin seit einer Woche in Quarantäne, weil in einem meiner Kurse zwei SchülerInnen positiv getestet wurden. Vorgestern traten Symptome auf: Halsschmerzen, Schüttelfrost, Abgeschlagenheit. Gestern ging es sehr gut, heute geht's gut (bis auf ein wenig Halsschmerzen). Sollte das tatsächlich das Virus sein, hab ich wohl Glück und komm gut davon.

außerdem schön: Ich bin letzte Woche so viel zum Lesen gekommen, wie schon lange nicht mehr.

Sobald ich wieder etwas fitter bin, üb ich mal wieder richtig Gitarre (und die Nachbarn müssen mithören 😊).

Huhu, [DeadPoet](#) , wie geht's dir zur Zeit (physisch aber auch quarantänepsychisch?) 🤖

---

### **Beitrag von „Kathie“ vom 31. März 2020 20:40**

Ja, das wollte ich gestern schon fragen!!! Hoffentlich geht's dir gut.

---

### Beitrag von „DeadPoet“ vom 31. März 2020 20:51

Vielen Dank der Nachfrage - mir geht's gut. Symptome sind so gut wie weg (und ich war immer schon jemand, der sich gut alleine beschäftigen kann).

---

### Beitrag von „MarieJ“ vom 31. März 2020 21:32

Und ich bin negativ - also getestet. 😊

---

### Beitrag von „icke“ vom 31. März 2020 22:10

#### [Zitat von Rena](#)

Genau mein Ding! Kannte ich noch nicht und hab gleich mal CDs bestellt!

Yeah, da war ich ja schon voll erfolgreich! Das freut mich! Für die Band und für dich! (und ich bestell auch mal die CDs die mir noch fehlen... guter Zeitpunkt dafür, denk ich)

---

### Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 10. August 2020 12:41

Ich wollte mal fragen, was ihr rückblickend Positives aus der Phase des Lockdown oder generell aus den letzten Monaten mitnehmen konntet 😊

---

### Beitrag von „Humblebee“ vom 10. August 2020 13:11

Ich hatte noch nie solch einen entspannten Schuljahresausklang. Da alle Klassen, die ich im letzten Schuljahr unterrichtet habe, spätestens Ende Juni gem. Erlass keinen Unterricht mehr hatten, musste ich in den letzten 2,5 Wochen vor Ferienbeginn nur noch selten, u. a. für die Zeugniskonferenzen und zur Zeugnisausgabe, in die Schule fahren. Die sonst üblichen Einschulungsveranstaltungen vor den Ferien sind ebenso ausgefallen wie seit Mitte März die allermeisten Konferenzen, Dienstbesprechungen und Teamsitzungen (ich hatte nur noch eine einzige Teamsitzung meines Bildungsgangteams per Videochat).

Die Zeit des Lockdowns habe ich insgesamt z. T. als ziemlich "entschleunigend" empfunden.

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 12. August 2020 17:39**

Wir machen seit neustem mit alten Freundinnen Wein-und-Videokonferenzen, sehr prima 😊  
Auf die Idee wären wir letztes Jahr nicht gekommen und hätten uns nicht eben mal so Links zu "Chatrooms" schicken können... Haben uns also öfter gesehen als sonst, dank  
Homeunterrichting und Ausbau der Medienkompetenzen... 🍷🍷🍷

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 20. August 2020 14:37**

Der Fahrradmarkt boomt und der CO-2 Ausstoß sinkt 🙌

Mensch Leute, wie wäre es, wenn wir in den "Sozialen Netzwerken" die Kunde verbreiten, dass das Virus von Greta eingeschleppt wurde, um uns das Fliegen zu verbieten? Ich will auch mal Urheberin einer Verschwörungstheorie sein.

---

### **Beitrag von „Conni“ vom 20. August 2020 14:54**

Ich dachte, die gibt es schon. Oder war das der Postillon?

---

## Beitrag von „Veronica Mars“ vom 20. August 2020 15:53

### Zitat von samu

Ich wollte mal fragen, was ihr rückblickend Positives aus der Phase des Lockdown oder generell aus den letzten Monaten mitnehmen konntet 😊

Ich gehe seit April mindestens 10.000 Schritte am Tag, meistens sogar so zwischen 6 und 15 Kilometer am Tag.

Nachdem ich Rückenschmerzen vom am Schreibtisch sitzen bekommen habe musste ich einfach raus und hab seitdem diese neue Gewohnheit beibehalten.

---

## Beitrag von „Firelilly“ vom 20. August 2020 16:48

### Zitat von Humblebee

Ich hatte noch nie solch einen entspannten Schuljahresausklang. Da alle Klassen, die ich im letzten Schuljahr unterrichtet habe, spätestens Ende Juni gem. Erlass keinen Unterricht mehr hatten, musste ich in den letzten 2,5 Wochen vor Ferienbeginn nur noch selten, u. a. für die Zeugniskonferenzen und zur Zeugnisausgabe, in die Schule fahren. Die sonst üblichen Einschulungsveranstaltungen vor den Ferien sind ebenso ausgefallen wie seit Mitte März die allermeisten Konferenzen, Dienstbesprechungen und Teamsitzungen (ich hatte nur noch eine einzige Teamsitzung meines Bildungsgangteams per Videochat).

Die Zeit des Lockdowns habe ich insgesamt z. T. als ziemlich "entschleunigend" empfunden.

Da muss man unbedingt Lehrer daraus ziehen für den Regelbetrieb. Herunterfahren von Veranstaltungen und Konferenzen, Dienstbesprechungen und Teamsitzungen. Generell Pflichtenwesenheitstermine in der Schule massiv zurückfahren.

Viele Unternehmen ziehen Konsequenzen und sparen unproduktive Konferenzen, erlauben mehr Home office usw.

Müssen unbedingt den Lehreralltag entschlacken. Ich finde man hat festgestellt, dass man soooo viel unnötige Dinge macht ohne die der Schulbetrieb nicht nur nicht zusammenbricht,

sondern viel besser läuft.

Je mehr freie Zeit ein Lehrer hat, desto motivierter und elanvoller wird Unterricht nicht nur geplant, sondern auch gehalten.

Weniger ist mehr!

---

### Beitrag von „state\_of\_Trance“ vom 20. August 2020 16:52

[Zitat von samu](#)

Der Fahrradmarkt boomt und der CO-2 Ausstoß sinkt



Sicher? Ich habe das Gefühl, dass der Verkehr wieder stark zugenommen hat... (Hoffe das ist jetzt nicht zu pessimistisch:D)

---

### Beitrag von „Kiggie“ vom 20. August 2020 17:12

[Zitat von state\\_of\\_Trance](#)

Sicher? Ich habe das Gefühl, dass der Verkehr wieder stark zugenommen hat... (Hoffe das ist jetzt nicht zu pessimistisch:D)

Jup, beobachte ich auch. Danke einige, die sonst Zug/Öffis fahren, nutzen nun wieder das Auto? Plus weniger Home Office in vielen Bereichen.

---

### Beitrag von „Humblebee“ vom 20. August 2020 18:29

[Zitat von Firelilly](#)



Da muss man unbedingt Lehrer daraus ziehen für den Regelbetrieb. Herunterfahren von Veranstaltungen und Konferenzen, Dienstbesprechungen und Teamsitzungen. Generell Pflichtanwesenheitstermine in der Schule massiv zurückfahren.

Viele Unternehmen ziehen Konsequenzen und sparen unproduktive Konferenzen, erlauben mehr Home office usw.

Müssen unbedingt den Lehreralltag entschlacken. Ich finde man hat festgestellt, dass man soooo viel unnötige Dinge macht ohne die der Schulbetrieb nicht nur nicht zusammenbricht, sondern viel besser läuft.

Je mehr freie Zeit ein Lehrer hat, desto motivierter und elanvoller wird Unterricht nicht nur geplant, sondern auch gehalten.

Weniger ist mehr!

Dem stimme ich zwar zu, muss aber sagen, dass an unserer Schule die Zahl der Konferenzen und Co. in den letzten zehn Jahren schon ziemlich heruntergefahren wurde. Wir haben nur noch zwei je Gesamtkonferenzen und Abteilungsdienstbesprechungen pro Schuljahr (zusätzliche nur "im Notfall", der in letzter Zeit aber nur sehr selten eingetreten ist). Da finde ich allerdings den Umfang von zwei Stunden pro Sitzung oftmals zu lang, weil wir über viele der TOP m. E. auch gut per Mail informiert werden könnten.

Teamsitzungen finden bei uns - bei Bedarf! - viermal pro Schuljahr statt (d. h. jede/r KuK hat insgesamt max. acht, da wir Teammitglieder in einem Bildungsgangs- und einem Fachteam sind). Diese empfinde ich aber in den allermeisten Fällen als produktiv, da wir vieles zusammen planen etc.

Dass die Einschulungsveranstaltungen vor den Sommerferien in diesem Jahr ausgefallen sind, fand ich mehr als besch..., muss ich sagen. Dort können wir den neuen SuS i. d. R. schon viele Infos geben, die wir nun per Telefon und per Brief mitteilen mussten. Dadurch werden die ersten Schultage nach den Ferien (nächste Woche Donnerstag und Freitag) sehr viel chaotischer verlaufen als gewohnt, fürchte ich (bspw. dadurch, dass SuS plötzlich merken, dass sie doch gar nicht in die vorgesehene Schulform möchten und Tauschwünsche äußern, was sonst oft schon auf der Einschulungsveranstaltung vor den Ferien passiert).

Weitere "Pflichtveranstaltungen" gibt es an meiner Schule zum Glück nicht, wenn man mal von dem kurzen Elternabend zu Schuljahresbeginn (Wahl der Klassenelternschaft; gibt es bei uns eh nur in Klassen, wo der Großteil der SuS noch minderjährig ist) und dem Eltern- und Ausbildersprechtage Ende November / Anfang Dezember - den ich für unerlässlich halte - absieht.

### **Beitrag von „Miss Miller“ vom 20. August 2020 18:36**

Musik von kasalla, brings, cat ballou und querbeat. Seitdem ich mir eine Playlist mit kölschen Liedern zum Autofahren zugelegt habe, habe ich eindeutig bessere Laune! Auch, wenn der kommende Karneval ausfällt.

---

### **Beitrag von „Pet“ vom 20. August 2020 18:42**

Laufe viel mehr, wie bereits einige Threads vor mir beschrieben. Tut mir unheimlich gut. Wenn ich mal einen Tag nicht dazu komme, werde ich schon kribbelig. Habe dadurch meinen heimischen Wald wieder entdeckt. Ein Naturdenkmal, das ich vor 20 Jahren das letzte Mal besucht hatte, stand jetzt in den letzten Monaten schon mehrmals auf dem Programm. Es macht mir Spaß, neue Wege und Pfade im Wald zu erkunden.

---

### **Beitrag von „Kathie“ vom 20. August 2020 19:08**

Witzig. Ich mache auch viel mehr Sport. In der ersten Zeit habe ich so ein online Fitnessprogramm mitgemacht und seither mache ich das regelmäßig, laufe aber noch zusätzlich und bin generell körperlich aktiver als zuvor. Das tut sehr gut und ich will es beibehalten.

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 20. August 2020 19:46**

[Zitat von state of Trance](#)

Sicher? Ich habe das Gefühl, dass der Verkehr wieder stark zugenommen hat... (Hoffe das ist jetzt nicht zu pessimistisch:D)

Schreibt die Tagesschau...

---

### **Beitrag von „Humblebee“ vom 20. August 2020 20:17**

Es fahren zwar m. E. seit neuestem mehr Menschen mit dem Fahrrad (gerade der Verkauf von E-Bikes hat in diesem Jahr stark zugenommen), aber der Autoverkehr hat seit Ende des Lockdown definitiv wieder zugenommen. Ist ja irgendwo logisch, weil mittlerweile wieder mehr Menschen mit dem Auto zu ihrem Arbeitsplatz fahren, die eine Zeitlang im Homeoffice waren, mehr Geschäfte usw. wieder geöffnet sind, ...

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 20. August 2020 21:06**

#### [Zitat von Humblebee](#)

Ist ja irgendwo logisch, weil mittlerweile wieder mehr Menschen mit dem Auto zu ihrem Arbeitsplatz fahren, die eine Zeitlang im Homeoffice waren,

Ja jetzt langsam wieder, aber der Lockdown hat eben zu weniger Verkehr geführt. Darum geht es hier, um positive Veränderungen. Und vielleicht bleibt die eine oder andere Videokonferenz statt des Businessfluges erhalten 😊

---

### **Beitrag von „Kathie“ vom 20. August 2020 21:42**

Schätzt man nicht auch wieder so kleine Alltäglichkeiten, zum Beispiel einen Nachmittag lang mit guten Freunden im Garten zu sitzen und sich zu unterhalten, nachdem das lange nicht möglich war? Mir zumindest geht es so. Dankbarkeit für die kleinen Dinge, den Sommer bewusst erleben, so Sachen.

---

### **Beitrag von „CDL“ vom 20. August 2020 22:07**

Ja, man nimmt vieles nicht mehr so selbstverständlich wahr, weil es eben plötzlich nicht mehr selbstverständlich ist. Das Gartenfest zur Einschulung meines Neffens vor einer Woche war

wunderschön, weil wir neun uns weitestgehend seit Weihnachten nicht mehr gesehen haben, unser jährliches Osterfest ausfallen musste und wir jetzt endlich wieder zusammen sein konnten. Das habe ich-wir alle- schon lange nicht mehr so intensiv wahrgenommen. Man konnte richtig sehen, wie da neun Seelen plötzlich wieder freier atmen konnten, weil sie einander hatten. (Die Hitze tat ein übriges und so gab es am Ende zumindest eine voll bekleidete Erwachsene, die im Planschbecken den Wal gab. Natürlich nicht ich. Ich bin ja viel zu etepetete dafür. 🧐 ) Scheinbar Selbstverständliches wieder bewusster wertzuschätzen fühlt sich irgendwie befreiend an, wie eine neue, ganz klare und bewusste Entscheidung füreinander, statt womöglich nur familiären Routinen zu folgen, die längst ungesund geworden sind. Uns hat das als Familie sehr gut getan, meine Beziehung zu diesen 8 Menschen fühlt sich richtiger und reiner an, als vor Corona.

---

### Beitrag von „Zauberwald“ vom 20. August 2020 22:13

#### Zitat von Pet

Laufe viel mehr, wie bereits einige Threads vor mir beschrieben. Tut mir unheimlich gut. Wenn ich mal einen Tag nicht dazu komme, werde ich schon kribbelig. Habe dadurch meinen heimischen Wald wieder entdeckt. Ein Naturdenkmal, das ich vor 20 Jahren das letzte Mal besucht hatte, stand jetzt in den letzten Monaten schon mehrmals auf dem Programm. Es macht mir Spaß, neue Wege und Pfade im Wald zu erkunden.

Fahre jetzt öfter zu meiner Mama ins Saarland und treffe öfter alte Freunde, bei mir hier im Schwarzwald oder in der alten Heimat. Angebermodus an: Ich besitze sogar einen kleinen Wald im Saarland, auf den ich stolz bin. Ist aber nicht viel wert. Ich zahle im Jahr weniger als 2 € Grundsteuer. Mein Opa fand mal Reste einer alten Treppe. Da waren die Römer in der Gegend. Vor ein paar Tagen war ich mit meiner Mama dort. Und es roch so gut nach Heimat, nach Kindheit und nach Sommerferien.

---

### Beitrag von „Humblebee“ vom 21. August 2020 09:26

Bezüglich "nicht notwendiger Treffen" in der Schule kann ich berichten, dass unsere für kommenden Montag vorgesehene Gesamtkonferenz bzw. Gesamtdienstbesprechung gestern vom SL abgesagt wurde (Begründung: 1. derzeit wieder fast 50 Corona-positive Personen im

Landkreis sowie über 400 in Quarantäne; 2. wichtige Infos können auch per Mail und durch die Abteilungsleitungen kommuniziert werden).

Somit finden am Montag nur Dienstbesprechungen in unseren fünf Abteilungen statt, durch die dann allerdings der Schulleiter zur "Begrüßung des neuen Schuljahrs" sowie die Hygienebeauftragte und der Brandschutzbeauftragte zwecks "Belehrungen" tingeln müssen.

---

### Beitrag von „Enora“ vom 21. August 2020 09:59

[Zitat von samu](#)

Der Fahrradmarkt boomt und der CO-2 Ausstoß sinkt



Hier leider nicht wirklich, da sich die Leute vermehrt Quads, Motorräder und -roller kaufen. Die Umsätze im ÖPNV sind hier zurückgegangen.

---

### Beitrag von „Wollsocken80“ vom 21. August 2020 14:48

Fazit nach 2 Wochen Schule: Meiner subjektiven Wahrnehmung nach ist die Stimmung bei uns zum Schuljahresbeginn dieses Jahr besonders gut. Es wird viel gelacht, man ist sehr freundlich zueinander und alle sind einfach nur froh, dass wieder Schule in echt ist. Den Stress der ersten drei Tage muss ich sicher nicht noch einmal haben aber ansonsten kann's von mir aus so weiter gehen. □□□

---

### Beitrag von „Kiggie“ vom 21. August 2020 16:47

@Wollsocken80 Kannich bestätigen, bei uns auch. Wenig Fehlzeiten und viel Engagement.

---

### Beitrag von „CDL“ vom 22. August 2020 01:12

Ui, das klingt vielversprechend. Da bekomme ich direkt Lust auf Schule (auch wenn ich die Zeit bis zur Verteidigung am 11.9 noch gut brauchen kann, um meine neue Wohnung - Umzug heute



geschafft - kartonärmer zu gestalten, als aktuell, mich ins LMS einzuarbeiten, Ethikdidaktik zu entdecken etc.). 🧑🏻🔧

---

### Beitrag von „Humblebee“ vom 22. August 2020 13:05

#### [Zitat von CDL](#)

Umzug heute geschafft

Das ging ja schnell! Toll [CDL](#) ! Dann wünsche ich dir nun alles erdenklich Gute an deinem neuen Wohnort, in der neuen Wohnung und an deiner neuen Schule!!! 🧑🏻🌸

---

### Beitrag von „Kathie“ vom 22. August 2020 13:39

Da schließe ich mich an!