

# Das tägliche Risiko- Angst

**Beitrag von „Kathrin88“ vom 14. Oktober 2020 20:15**

Ich arbeite neben dem derzeitigen Homestudium (Uni geht hier noch nicht wieder) an einer Schule als Honorarfachkraft. Die Bezahlung ist gut (Coronabonus? 🙌😊🙌), aber ich gehe mit wöchentlicher Angst in die 6 Stunden an 3 Tagen.

Meine Oma, die ein hohes Alter hat, wohnt bei meinen Eltern, die beide als Lehrer arbeiten. Mein Bruder ist Erzieher, ich studiere auf Lehramt und verdiene mir so quasi etwas dazu. Im übertragenen Sinne sind wir vermutlich selbst zu Hause ein Hotspot, denn so viel Kontakt wie wir zu Kindern hat im ganzen Dorf keiner.

Nun gibt es bei uns nur noch das eine Thema und wir haben uns dazu viele Gedanken gemacht.

Die Oma ins Heim ausquartieren war keine Option, weil sie sich da erst recht anstecken kann und das will sie auch nicht.

Mein Vater hat chronisches Asthma, meine Mutter Bluthochdruck.

Ich gehe mit wöchentlicher Angst in die Stunden. Bei meinen Eltern schwankt die Stimmung zwischen Weltuntergang, Endzeitstimmung und Hoffnung, weil wir eigentlich ein Hochrisikohaushalt sind, aber alle Präsenzpflicht haben.

Im Nachbarkreis haben etliche Schulen schon auf die gelbe Ampel umgeschaltet oder wurden geschlossen. In unserem Kreis hält es sich noch in Grenzen.

Das wird aber nicht lange wehren, denn so wie ich mal herum gefragt habe, wer in den Herbstferien unterwegs ist oder sein wird und da schlotterten mir schon die Knie.

Meine Strategie ist Lüften und die ersten Bankreihen frei lassen, aber letztendlich ist das ein Tropfen auf den heißen Stein.

Wie schafft ihr es mit der Angst umzugehen oder damit zu leben? Befindet sich von euch jemand in einer ähnlichen Lage und wie geht eure Schulleitung damit um?

---

**Beitrag von „Maylin85“ vom 14. Oktober 2020 20:25**

Ich gehöre nicht zur Risikogruppe und lebe auch nicht mit Zugehörigen zu eben jener zusammen, ich möchte mich trotzdem nicht anstecken und fühle mich an der Schule derzeit nur begrenzt wohl. In der beschriebenen Situation möchte ich nicht stecken, das klingt sehr belastend.

Was man machen kann: FFP2 oder FFP3 Masken und möglichst am geöffneten Fenster stehen bleiben. Schüler auf Abstand halten. Mehr Möglichkeiten sehe ich nicht.

---

### **Beitrag von „MarPhy“ vom 14. Oktober 2020 20:27**

Oder sich für einen anderen Job entscheiden.

---

### **Beitrag von „Kathrin88“ vom 14. Oktober 2020 20:28**

Ich bin auf das Geld angewiesen. Daher ist ein anderer Job keine Option, da ich pro Stunde über 20 Euro verdiene.

Meine Eltern und ich fühlen uns wie du nicht mehr wohl.

Funktionieren tut das nur, indem man es ausblendet.

Ansonsten würde ich vor Angst eingehen.

Bei jedem Kratzen im Hals bekomme ich mittlerweile Panik, weil ich immer denke, jetzt hat es mich auch erwischt.

---

### **Beitrag von „Roswitha111“ vom 14. Oktober 2020 20:30**

Ich glaube, dass viele in einer ähnlichen Situation sind.

Ich habe 3 Kinder, eins davon nimmt Immunsuppressiva ein und gehört zur Hochrisikogruppe. Ich habe auch einige Risikofaktoren.

Ich unterrichte an einer FöS Schüler mit körperlicher und geistiger Behinderung und Pflegebedarf. Da ist weder Abstand möglich noch werden Masken geduldet. Wir haben bereits einen Fall.

Meine 3 Kinder besuchen verschiedene Schulen, die sie mit dem ÖPNV erreichen. Wir sind also an 4 verschiedenen Schulen in einer Großstadt, die Risikogebiet ist.

Meinem Schulleiter ist das ziemlich egal, so ins Detail weiß er das aber auch gar nicht. Ich arbeite wie immer, meine Kinder gehen auch ganz normal zur Schule. Früher oder später muss sicher mal einer von uns in Quarantäne.

Wir achten drauf, nicht auf Parties zu gehen und Masken zu tragen, mehr können wir nicht tun. Wir leben ansonsten unseren gewohnten Alltag.

Wir können uns ja nicht 2 Jahre einsperren.

Mit dem Risiko muss man wohl umgehen und leben lernen. Ich denk nicht jede Minute drüber nach, bleibe aber wachsam.

---

## Beitrag von „MarPhy“ vom 14. Oktober 2020 20:34

### Zitat von Kathrin88

Ich bin auf das Geld angewiesen. Daher ist ein anderer Job keine Option, da ich pro Stunde über 20 Euro verdiene.

Meine Eltern und ich fühlen uns wie du nicht mehr wohl.

Funktionieren tut das nur, indem man es ausblendet.

Ansonsten würde ich vor Angst eingehen.

Bei jedem Kratzen im Hals bekomme ich mittlerweile Panik, weil ich immer denke, jetzt hat es mich auch erwischt.

Und kann man nirgendwo sonst 20€ verdienen oder was?!

Nichts ist ohne Risiko.

Ansonsten empfehle ich dir echt dringend, mal bei nem Seelenklempner vorstellig zu werden.

Ich will die Corona-Gefahr überhaupt nicht herunterspielen, aber bei 3000 Verkehrstoten im Jahr ist dein persönliches Risiko durch deine Arbeit in der Schule wohl eher vom Verkehrsmittel auf dem Weg zur Schule als vom Öffnungswinkel der Fenster im Klassenraum abhängig.

---

### **Beitrag von „Lehrerin2007“ vom 14. Oktober 2020 20:35**

#### Zitat von Kathrin88

Meine Strategie ist Lüften und die ersten Bankreihen frei lassen, aber letztendlich ist das ein Tropfen auf den heißen Stein.

Wenn du das ganz konsequent machst, finde ich ist das mehr als ein Tropfen auf den heißen Stein. Zusätzlich könntest du noch Maske (FFP2) tragen.

Was mich angeht, muss ich sagen, fühle ich mich im Lehrerzimmer gerade unwohler als in den Klassen. Dort steht die Luft und die Kollegen machen ständig die Fenster wieder zu, weil sie ja so frieren... (und haben die gleichen dünnen Pullis an wie sonst auch). Daher meide ich das Lehrerzimmer bzw. suche mir eine Alternative in Freistunden.

Die Oma hat zu Hause ein eigenes Zimmer? Ihr solltet halt da auch möglichst Abstand halten und ebenso häufig lüften. Immer nur kurze "Zusammenkünfte" (bis 15 min.), für längere Gespräche lieber raus spazieren gehen.

Wie sehen deine Eltern das?

---

### **Beitrag von „Kathrin88“ vom 14. Oktober 2020 20:43**

Ich möchte nicht näher darauf eingehen. Die mehr als 20 Euro sind ein Betrag, den ich nirgendwo bekomme.

Meine Kommilitonen sind ihre Jobs alle losgeworden, weil in der Gastro nichts mehr los ist und die Supermärkte genug Personal haben, das jetzt vermittelt wurde.

Mir ist leider aufgefallen, dass ich die Einzige bin, die diese Hygiene scheinbar so genau nimmt. In den Räumen, in denen ich unterrichte ist die Heizung auf 3 (teilweise auf 5!), gelüftet wird laut den Kindern nie, weil die Lehrer ja immer frieren würden.

Ich wäre auch die Einzige, die das so macht. Das hat mich schon sehr erschrocken.

Die Vorhänge waren gestern sogar zugezogen, was mich darauf schließen lässt, dass die Schüler mich nicht anlügen und die Lehrer tatsächlich selten bis gar nicht das Fenster öffnen. Wenn das an der Schule immer so ist, wundert es mich, wenn sie nicht bald hot spot wird.

Meine Oma hat ein eigenes Zimmer, aber das ist genauso pudelwarm, wie die Schule in der ich arbeite. Meine Oma ist älter und kapiert nicht, dass das Lüften wichtig ist.

Meine Eltern halten es nur aus, indem sie es verdrängen, aber eine angenehme Atmosphäre ist das nicht. Uns graut es vor der Zeit nach den Ferien.

---

## Beitrag von „shells“ vom 14. Oktober 2020 20:52

Man gewöhnt sich daran, irgendwie^^

Hier hatten wir schon einige C.Fälle, es sind auch immer wieder einzelne Schüler in Quarantäne. Im Moment ist die Inzidenzrate hier knapp vor Risikogebiet, wird wahrscheinlich auch nicht mehr lang dauern.

Ich trage ständig Maske, lüfte wie verrückt und achte darauf, mir öfter die Hände zu waschen. Auch meide ich das Lehrerzimmer (laute Gespräche) und schmeiß mir zuhause Vitamin C und solches Zeugs ein 😊

Bei uns sind im Moment viele erkältet, ich bin nach wie vor fit, das gibt mir Hoffnung, dass meine Strategie aufgeht.

Eine absolute Sicherheit gibt es nicht, und, sollte, irgendwo mal zufällig ein Superspreader sitzen, helfen dann wohl auch Masken nichts, bzw. ist das mit dem Lüften wohl auch eher ein Glücksspiel (den Luftaustausch genau zu bestimmen, sorry, das geht einfach nicht, wenn man nebenher unterrichtet).

Ich hoffe auch sehr darauf, dass die politischen Entscheidungen hilfreich sind (z. B. finde ich die neue Vorlage vom RKI sehr gut, welche vorsieht, dass erkältete Kinder zuhause bleiben, und erst dann wieder kommen, wenn sie 48 Stunden lang symptomfrei sind. Im Moment ist es ja so, dass "leicht" erkältete Kinder nach einer kurzen Aufenthaltsdauer zuhause dann gleich wieder im Unterricht sitzen und ihre Taschentücher vollschnupfen etc.)

Künftig (wenn es dann so richtig kalt wird) dürfen die Kids dann auch in Winterjacke, Schal und Handschuhen im Klassenzimmer sitzen, das mach ich dann natürlich auch. Wird bestimmt auch eine interessante Erfahrung. Ich überleg mir schon, ob wir dann nicht ein paar nette Fotos

machen könnten, so, als Dokumentation der Ausnahmesituation^^

Also, den Humor nicht verlieren, positiv denken, das ist so mein Umgang mit der Situation. Für die Kids ist es ja auch Mist, die haben auch oft Risikopatienten zuhause.

---

### **Beitrag von „nani“ vom 14. Oktober 2020 20:53**

Ich möchte Dir nicht zu nahe treten, aber für mich klingt das panisch und hysterisch. Ich nehme Corona auch ernst, trage Maske, lüfte etc., aber extreme Angst davor, krank zu werden, habe ich keine. Respekt höchstens, deshalb wende ich ja die AHA+L-Maßnahmen an. Zugegebenermaßen wohne in meinem Haus aber auch keine Großmutter oder ein Risikopatient.

Nichtsdestotrotz denke ich, dass wir lernen müssen, mit der "Gefahr" zu leben. Eine (möglicherweise jahrelange) angstgeschwängerte Atmosphäre in eurer Familie macht auch krank, und zwar seelisch.

Deshalb: DU lüftest den Klassenraum, in dem Du unterrichtest (und lässt Tür und Fenster zeitgleich auf, dann hast Du Durchzug und die Luft wird schnell ausgetauscht), DU trägst eine Maske, DU wäscht deine Hände. Wenn Du Dich (und Deine Eltern sich natürlich auch) so verhältst, wirst Du Dich höchstwahrscheinlich nicht anstecken.

---

### **Beitrag von „jule2111“ vom 14. Oktober 2020 21:28**

Ja, ein ungutes Gefühl habe ich auch. Aber ich achte darauf, Abstand zu den Schülern zu halten und trage immer meine Maske.

Meine eigene Klasse trägt nach dem Beschluss der Eltern auf der Klassenpflegschaftssitzung die Maske, bei den anderen Klassen habe ich darum gebeten, dass die Maske getragen wird, wenn ich rumgehe. Das funktioniert ganz gut.

Außerdem habe ich die Fenster nonstop auf, im Moment ist es ja noch nicht so kalt.

---

### **Beitrag von „Kathrin88“ vom 14. Oktober 2020 21:34**

Dreht ihr denn alle die Heizung voll auf? Ich bin erstaunt, dass das hier offenbar so gemacht wird. Hier ist die Heizung immer auf 3 und der Fensterschutz zugezogen, sodass man davon ausgehen kann, dass nicht gelüftet wird.

Die Kinder tragen hier keine Masken im Klassenraum.

Für mich als Laie ist es unmöglich zu unterscheiden ob nur ein Schnupfen vorliegt oder was ernstes.

Ich frage mich ja selbst auch, wie ich das bei mir unterscheiden soll.

Ich war in den letzten 3 Jahren im Winter mindestens einmal krank, von daher frage ich mich jetzt schon, wie das dann laufen wird.

Zumal mein Hausarzt offene Sprechstunden hat, wo dann alle lustig nebeneinander sitzen und sich schön anstecken können.

Mein hohes Honorar betrachte ich mittlerweile als Erschwerniszulage.

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 14. Oktober 2020 21:37**

Was hat das Lüften denn mit der Heizung zu tun?

---

### **Beitrag von „Kathrin88“ vom 14. Oktober 2020 21:40**

Wenn nicht gelüftet wird und die Heizng auf 3 ist, kannst du dir denken wie das Raumklima ist.

---

### **Beitrag von „Plattenspieler“ vom 14. Oktober 2020 21:41**

Wie es aktuell aussieht, wird uns diese Situation wohl noch Jahre so begleiten. Insofern muss man sich damit wohl einfach arrangieren und einen für sich passenden Weg finden. Jeden Tag mit Angst zur Arbeit zu gehen kann imho nicht die Lösung sein.

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 14. Oktober 2020 22:00**

Eigentlich könnte man auch fitzliputzli Rasendabel schreiben, es wäre ziemlich egal. Es geht dir nämlich nicht um Lösungen, stimmt's? 😊

---

### **Beitrag von „Kiggie“ vom 14. Oktober 2020 22:25**

#### Zitat von Kathrin88

Wenn nicht gelüftet wird und die Heizng auf 3 ist, kannst du dir denken wie das Raumklima ist.

Meine Heizung hat gar keine 3 ... was ich sagen will, Stufe 3 ist eine absolut nichtssagende Aussage über das Raumklima. Ohne Heizungstyp und Regelung dahinter, sagt das nichts aus.

Und was für Kinder? Im Profil steht Berufsschule ...

---

### **Beitrag von „Kathrin88“ vom 14. Oktober 2020 22:47**

Nein, ich studiere Berufsschullehramt, bin aber stundenweise an einer Realschule. Das hat aber nichts mit meinem Studium an sich zu tun.

---

### **Beitrag von „chemikus08“ vom 14. Oktober 2020 23:33**

#### Plattenspieler

Ich denke, dass m Frühjahr die Ersten Impfungen kommen. Zusammen mit diesen Impfungen und dem Tragen einer FFP2 Maske würde ich das als Risikopatient mitmachen.

Ohne dem lasse ich mich derzeit vom Präsenzunterricht befreien.

---



## Beitrag von „chilipaprika“ vom 15. Oktober 2020 08:16

unabhängig der eigenen realen Angst... ich finde es putzig, wie die Vertreungskräfte / Berufsanfänger\*innen immer die \_EINZIGEN\_ sind, die [x bliebig eintragen]. Die anderen Lehrer\*innen nicht, weil ihnen zu kalt ist, sie faul sind, die Regeln missachten, usw...

Ich kann mir das so gut vorstellen, wie ein komplettes Kollegium Lust auf Corona hat und NIE lüftet (und da die Kinder das nur DIR erzählen, aber nie ihren Eltern, dann riskieren sie auch gar keine Rüge oder so...)

---

## Beitrag von „Kathrin88“ vom 15. Oktober 2020 10:04

[chemikus](#): Das geht bei dir? Bei meinen Eltern geht das nicht. Die müssen Präsenzunterricht machen. Die haben Asthma und Bluthochdruck und Herzprobleme.

### [Zitat von chilipaprika](#)

unabhängig der eigenen realen Angst... ich finde es putzig, wie die Vertreungskräfte / Berufsanfänger\*innen immer die \_EINZIGEN\_ sind, die [x bliebig eintragen]. Die anderen Lehrer\*innen nicht, weil ihnen zu kalt ist, sie faul sind, die Regeln missachten, usw...

Ich kann mir das so gut vorstellen, wie ein komplettes Kollegium Lust auf Corona hat und NIE lüftet (und da die Kinder das nur DIR erzählen, aber nie ihren Eltern, dann riskieren sie auch gar keine Rüge oder so...)

Doch es ist schon so. Ich war erstaunt, weil ich dachte dass da regelmäßig gelüftet wird und die Heizung so auf eins oder 2 ist. Nicht auf 3 oder 5. Mein Vater reißt einmal in 45 Minuten die Fenster auf für 5 Minuten. Rate, wer nach den ersten Schulwochen die erste Beschwerde hatte...

---

## Beitrag von „Maylin85“ vom 15. Oktober 2020 10:37

Inwiefern die Einstellung der Heizung relevant ist, erschließt sich mir auch nicht. Ob die voll an ist oder nicht, beeinflusst höchstens die Raumtemperatur, aber nicht die Aerosolkonzentration.

Ehrlich gesagt liest sich das für mich insgesamt aber auch alles etwas drüber. Will ich lüften, dann lüfte ich. Zumindest, bis irgendwo eine Verordnung herauskommt, die mir das ganz klar verbietet. Damit ist das Thema für mich eigentlich erledigt und was die Kollegen vorher oder nachher machen, ist mir relativ wumpe.

---

### **Beitrag von „Kathrin88“ vom 15. Oktober 2020 11:36**

Wenn die Heizung auf Vollstärke läuft und nie gelüftet wird, tummeln sich doch mehr Viren und werden kultiviert durch das stickige Klima, als wenn es kühl ist und gelüftet wird.

---

### **Beitrag von „Humblebee“ vom 15. Oktober 2020 11:49**

Wenn nicht gelüftet wird, ist das natürlich so. Aber wenn man gründlich lüftet, ist es egal, auf welcher Stärke die Heizung läuft bzw. wie das Thermostat eingestellt ist.

---

### **Beitrag von „Kalle29“ vom 15. Oktober 2020 11:57**

Ich bin gerade verwundert, dass ihr offenbar alle Thermostate in den Klassenzimmern habt. Das haben wir weder im Uraltbau (50er Jahre) gehabt, noch 70er Jahre Bau oder im Neubau (Lüftungsanlage). Das wird doch normalerweise zentral gesteuert, damit nicht irgendwelche Spaßvögel am Ende des Schultags die Heizung auf 28 Grad stellen und dann nach Hause fahren.

Entgegen der landläufigen Meinung wird übrigens der Raum nicht schneller warm, wenn man das Thermostat auf Stufe 5 / 5 Sterne / 5 Striche etc. stellt. Das Thermostat regelt die Temperatur auf einen eingestellten Wert, der z.B. bei Stufe 3 im Regelfall 20 Grad Celsius ist. Dabei ist das Thermostat nicht besonders klug und kennt (ganz stark vereinfacht) nur den Zustand "Rohr auf" und "Rohr zu" mit minimalen Abstufungen dazwischen.

Problematisch ist eher, dass die 20 Minuten zwischen dem Lüften wohl eher nicht reichen werden, damit die Wände/Möbel die kalte Luft erneut aufheizen. Insgesamt wird es nicht nur kälter bleiben, auch die Wände kühlen etwas runter - und kalte Wände sind tatsächlich vom Gefühl her sehr unangenehm. (Wobei: Hier könnte man ja einfach nach Schulschluss die Heizung auf 28 Grad stellen - dann werden die Wände warm :-))

---

### **Beitrag von „Humblebee“ vom 15. Oktober 2020 12:06**

Ich kann nur für meine Schule sprechen: Außer im Neubau vom letzten Jahr, der über eine Klimaanlage verfügt, haben wir in allen Gebäuden (die meisten stammen aus den 1980ern, aber zwei auch aus den 2000ern) und in allen Räumen Thermostate. So war es auch an meiner Ausbildungsschule.

Dass ein Thermostat, das auf "volle Pulle" gestellt wird, den Raum nicht schneller aufheizt, ist mir schon klar. Ich hoffe mal, dass die Räume nicht so sehr auskühlen, wenn ich noch öfter lüfte als sonst.

---

### **Beitrag von „Kathrin88“ vom 15. Oktober 2020 12:28**

Nee, da wo ich aktuell stundenweise unterrichte können die Schüler das selbst anstellen. Die Heizung ist immer auf 3 oder 5.

Wegen friender Lehrkräfte. Jedes Mal wenn ich da rein komme, bekomme ich Atemnot, weil es sich anfühlt als wäre ich im Tropical island.

Oftmals sind es aber auch immer die gleichen Räume mit den gleichen Lehrkräften, die nichts zuzusetzen haben und die Heizung ohne Ende aufdrehen.

---

### **Beitrag von „Humblebee“ vom 15. Oktober 2020 12:33**

Dann öffnest du halt die Fenster sofort, wenn du diese Klassenräume betrittst und gut ist es. Wo ist das Problem? Du wirst ja deine KuK kaum überreden können mehr zu lüften.

---

### **Beitrag von „Kiggie“ vom 15. Oktober 2020 12:40**

Wenn man länger in einem Raum ist, bekommt man häufig ja auch nicht mit, wie stickig die Luft irgendwann ist. Von außen reinkommend nimmt man Luft ganz anders wahr.

Meine erste Amtshandlung ist immer die Fenster zu öffnen, wenn ich neu in einen Raum komme.

Und dann gibt es Absprachen mit den Schülern, alle 15 Minuten zu lüften, wenn es zu kalt wird.

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 15. Oktober 2020 13:51**

Rein theoretisch nimmt warme Luft mehr Feuchtigkeit auf, Fenster auf und Heizung an müsste das beste Lüftresultat ergeben, oder?

Wir haben jetzt jedenfalls die Landesorder erhalten, alle 20 min zu Lüften und die Eltern haben ihre Kinder warm anzuziehen, fertsch ist der Lack. Und ansonsten sehe ich es wie die meisten hier, ich mache das Fenster auf, wenn es mir beliebt, auch wenn es andere anders handhaben.

---

### **Beitrag von „Schmeili“ vom 15. Oktober 2020 14:02**

Meine Thermostate sind auch durchaus auf 3 gestellt - und wenn das mit dem Lüften nun immer frischer geht, werde ich sie auch auf 5 drehen. Ganz ehrlich: Da ist mir sowohl Greta als auch die Ölrechnung der Schule pupsegal. Ich lüfte regelmäßig, ein großes Fenster ist daueroffen und die anderen werden im regelmäßigen Abstand komplett geöffnet.

Ja - manche KollegInnen lüften mehr oder weniger, das Lehrerzimmer ist meist komplett ungeöffnet. Öffne ich halt das Fenster, wenn ich es denn mal betrete (was ich seltener tue).

Du erwähntest ja bereits Lüften und Abstand - beides sollte in einer Realschule kein Problem darstellen von daher: Entspann dich! Wenn das nicht gelingt: Beginne mit FFP2-Maske zu unterrichten und desinfiziere dir vor und nach Unterrichtsbeginn die Hände, dann bist du komplett save.

Beim Nachhausekommen: Hände waschen, Klamotten wechseln: anderes tun Menschen in Hochrisikoberufen auch nicht.

---

## Beitrag von „DFU“ vom 15. Oktober 2020 17:19

Hallo!

Wenn die Heizung nicht an ist oder die Fenster dauerhaft geöffnet sind, bringt das Lüften viel weniger Luftaustausch als zu Beginn des Stoßlüftens bei warmen Zimmern. Die Effizienz des Luftaustauschs hängt wesentlich auch von der Temperaturdifferenz der Luft drinnen und draußen ab. Natürlich auch von räumlichen Möglichkeiten wie der Möglichkeit des Querlüftens.

Ich hatte in den ersten 4 Schulwochen die Fenster und die Tür dauerhaft geöffnet. Es war ja auch noch warm und Beschwerden wegen Frierens gab es keine. Ich habe aber noch nie im September so viele erkältete Kinder in einer Klasse gehabt, wie dieses Jahr. Und mir selbst hat das arbeiten im ständigen Durchzug auch nicht so gut getan. Ich habe jetzt auch zum Stoßlüften gewechselt. Es nutzt ja auch nichts, wenn wir zwar nicht an Corona erkranken, aber trotzdem eine fiese Lungenentzündung bekommen.

Wenn meine Schüler am Fenster sagen, dass sie frieren, mache ich das Fenster jetzt also wieder zu. Und damit ich beim Unterrichten das erneute Öffnen nicht vergesse, stelle ich mir einen Alarm, der mich nach 20 Minuten wieder daran erinnert. Dann sind die Fenster durchaus auch wieder länger als 5 Minuten auf, wenn es auch für die Schüler am Fenster in Ordnung ist. Und wenn es im kalten Winter gerade mal 5 Minuten werden, dann geht der Alarm dann eben schon nach 15 Minuten.

Bei mir sind die Fenster aber eigentlich immer auf, wenn ich nicht als erstes in eine Klasse komme. Gerade die Pausen, in denen auch die Schüler am Fenster mal ans andere Ende des Zimmers gehen könne, bieten sich ja zum Lüften an.

Zur Heizung:

Bei uns wird die Raumtemperatur auch zentral gesteuert. Es gibt in jedem Stockwerk nur einen Temperaturfühler und da musste man in den letzten Wintern auch mal mit dem Eisspray dran, damit weniger genutzte Räume auch mal warm werden.

Unser alter Hausmeister hat ewig herumprobiert, bis er den passenden Tagesverlauf für die Heizeinstellungen herausgefunden hatte. Sein Fazit: Egal wie warm der Raum ist, wenn die Heizkörper warm sind, frieren die Schüler nicht. Es ist eine hauptsächlich psychologische Sache. Wenn die Räume dagegen 23°C haben und die Heizkörper dadurch kalt bleiben, frieren alle.

LG DFU

## **Beitrag von „Lindbergh“ vom 15. Oktober 2020 17:42**

Vor einem halben Jahr ging ich noch mit Handschuhen einkaufen und achtete bewusst auf Abstände. Zudem achtete ich sehr auf Desinfektion und das ganze Zeug in der Zeit rund um den Lockdown. Schnell wurde mir klar, dass ich mich durch die gesellschaftliche Stimmung beeinflussen ließ und dass manche Aspekte übertrieben waren, wodurch ich sie danach stetig reduzierte.

Ich vermute, dass viele lange mit der falschen Vorstellung lebten, dass das Leben per se 100% sicher sei - und da brachte Corona das Weltbild ins Wanken. Risiken und Unsicherheiten gibt es aber an vielen Orten und sind stetige Begleiter unseres Lebens. Es gibt Leute, die damit gar nicht umgehen können und sich ihr ganzes Leben durch ihre Ängste diktieren lassen. Ich versuche, das zu vermeiden so gut wie es geht. Vor einem halben Jahr hatte ich einen Autofall. Die Zeit darauf fuhr ich recht vorsichtig, aber in der Zwischenzeit wieder recht normal - wenngleich ich auf waghalsige Überholmanöver eher verzichte 😊. Jedes Jahr gibt es eine neue Krankheit, Grippe oder Pest. Es gibt Herzinfakte, Krebs oder Gehirntumore. Frauen dürften nicht mehr schwanger werden, da es ein Restrisiko gibt, dass man bei der Geburt sterben kann. Es gibt Mütter, die ihr Kind auf Schritt und Tritt bewachen, aus Angst, es könnte etwas passieren und sie wären nicht dabei. Gerade in der Arbeit mit Kindern kann man sich immer an irgendeinem Mist, der gerade herumgeht, anstecken. Es gibt Leute, die nicht in der Nacht vor die Tür gehen, aus Angst, dass der maskierte Mörder wieder herumläuft.

Man muss nicht leichtsinnig sein und auch mein Alltagsverhalten ist nicht besonders riskant. Aber ich bin bemüht, mein Leben so frei wie möglich von Ängsten zu leben - und das bedeutet, dass ich auch keine Angst vor Corona habe. Wenn ich es bekommen sollte, dann ist das halt so - ich werde es überleben.

---

## **Beitrag von „EducatedGuess“ vom 15. Oktober 2020 17:49**

@Lehramtsstudent Tust du mir bitte einen Gefallen? Erspar uns doch diesen unsäglichen Mist, den du hier von dir gibst und sammle erst Mal ein bisschen Lebenserfahrung. Dein letzter Satz ist überheblich und dein ganzes Geschreibsel eine Diffamierung aller, die zur zur Risikogruppen gehören.

Und jetzt suche ich zum ersten Mal in diesem Forum die Ignorier-Funktion.

---

## **Beitrag von „Sommertraum“ vom 15. Oktober 2020 18:41**

#### Zitat von Lehramtsstudent

Wenn ich es bekommen sollte, dann ist das halt so - ich werde es überleben.

Ohne Worte ...

Hoffentlich überleben es auch diejenigen, die du ansteckst!

---

### **Beitrag von „fossi74“ vom 15. Oktober 2020 18:43**

#### Zitat von Humblebee

Dass ein Thermostat, das auf "volle Pulle" gestellt wird, den Raum nicht schneller aufheizt, ist mir schon klar.

Gottseidank, wir sind wenigstens zu zweit...

---

### **Beitrag von „fossi74“ vom 15. Oktober 2020 19:21**

#### Zitat von Schmeili

Ganz ehrlich: Da ist mir sowohl Greta als auch die Ölrechnung der Schule pupsegal.

OT: Ich finde es unsäglich, wenn ein globales, reales und (in nicht allzu ferner Zukunft wohl auch: letales, zumindest für viele) Problem wie der Klimawandel lächerlich gemacht wird, indem man es auf die Person von jemandem reduziert, der - mit welchen Mitteln auch immer - wenigstens versucht, etwas dagegen zu tun.

Warum schreibst Du an dieser Stelle nicht "der CO2-Ausstoß ist mir in diesem Zusammenhang egal" (was er durchaus sein kann, von dem bisschen Lüften geht die Welt nicht zugrunde als eh schon)? Warum muss hier noch der plumpe Seitenhieb auf ein Mädchen sein, das unser aller Respekt verdient hat?

---

## Beitrag von „DeadPoet“ vom 15. Oktober 2020 19:31

### Zitat von Lehramtsstudent

Vor einem halben Jahr ging ich noch mit Handschuhen einkaufen und achtete bewusst auf Abstände. Zudem achtete ich sehr auf Desinfektion und das ganze Zeug in der Zeit rund um den Lockdown. Schnell wurde mir klar, dass ich mich durch die gesellschaftliche Stimmung beeinflussen ließ und dass manche Aspekte übertrieben waren, wodurch ich sie danach stetig reduzierte.

Ich vermute, dass viele lange mit der falschen Vorstellung lebten, dass das Leben per se 100% sicher sei - und da brachte Corona das Weltbild ins Wanken. Risiken und Unsicherheiten gibt es aber an vielen Orten und sind stetige Begleiter unseres Lebens. Es gibt Leute, die damit gar nicht umgehen können und sich ihr ganzes Leben durch ihre Ängste diktieren lassen. Ich versuche, das zu vermeiden so gut wie es geht. Vor einem halben Jahr hatte ich einen Autofall. Die Zeit darauf fuhr ich recht vorsichtig, aber in der Zwischenzeit wieder recht normal - wenngleich ich auf waghalsige Überholmanöver eher verzichte 😊. Jedes Jahr gibt es eine neue Krankheit, Grippe oder Pest. Es gibt Herzinfakte, Krebs oder Gehirntumore. Frauen dürften nicht mehr schwanger werden, da es ein Restrisiko gibt, dass man bei der Geburt sterben kann. Es gibt Mütter, die ihr Kind auf Schritt und Tritt bewachen, aus Angst, es könnte etwas passieren und sie wären nicht dabei. Gerade in der Arbeit mit Kindern kann man sich immer an irgendeinem Mist, der gerade herumgeht, anstecken. Es gibt Leute, die nicht in der Nacht vor die Tür gehen, aus Angst, dass der maskierte Mörder wieder herumläuft.

Man muss nicht leichtsinnig sein und auch mein Alltagsverhalten ist nicht besonders riskant. Aber ich bin bemüht, mein Leben so frei wie möglich von Ängsten zu leben - und das bedeutet, dass ich auch keine Angst vor Corona habe. Wenn ich es bekommen sollte, dann ist das halt so - ich werde es überleben.

a) Dass das Leben nicht 100% sicher ist, ist eine Plattitüde. Man kann getrost annehmen, dass die User hier im Forum sich dessen bewusst sind.

b) Du kannst gerne für DICH ALLEINE mehr Risiko in Kauf nehmen, als nötig.

c) Aber unterlasse es bitte, mit Deiner Risikobereitschaft auch andere zu gefährden. Weder der Herzinfarkt, der Krebs, Schwangerschaft oder Gehirntumor sind ansteckend. Aber von Verkehrsteilnehmern erwarte ich, dass sie - ungeachtet IHRER Bereitschaft zum Risiko - sich so verhalten, dass für die anderen im Straßenverkehr das Risiko möglichst klein bleibt.

=> Es geht nicht nur um DEIN Überleben.



Und: Zwischen Panik und Respekt vor der Gefahr durch diesen Virus liegen Welten.

---

### **Beitrag von „shells“ vom 15. Oktober 2020 20:22**

Wie ist das eigentlich so, bei euch, mit der Querlüftung, die wir als Lehrer sicherstellen sollen?

Querlüften geht bei uns z. B. nicht wirklich. Ich kann in den miefigen Gang hinein lüften, das ist ja wohl nicht Sinn der Sache.

---

### **Beitrag von „Flipper79“ vom 15. Oktober 2020 20:36**

#### [Zitat von shells](#)

Wie ist das eigentlich so, bei euch, mit der Querlüftung, die wir als Lehrer sicherstellen sollen?

Querlüften geht bei uns z. B. nicht wirklich. Ich kann in den miefigen Gang hinein lüften, das ist ja wohl nicht Sinn der Sache.

Wir haben z.T. gegenüberliegende Räume, was aber nicht gerade immer sinnvoll ist diese Art des Durchlüftens

---

### **Beitrag von „Lehrerin2007“ vom 15. Oktober 2020 20:38**

Unsere Gänge haben alle Fenster, die man öffnen kann und die Eingangstüren (EG) stehen immer offen, um einen gewissen Zug im Schulhaus herzustellen, dass eine Frischluftzufuhr sichergestellt ist. Ich kann also richtig Durchzug machen, wird aber momentan recht frisch. Da kommt es auch sehr auf die Etage an. Ich habe tatsächlich mal ein Thermometer mitgenommen und festgestellt, dass sogar trotz Dauerlüften (mit leichtem Zug) bis zu 19,5 Grad im 1./2. Stock erreicht werden, was wirklich kein Problem sein sollte für die SuS. Im Erdgeschoss jedoch sind es schnell mal nur 16 Grad, weil es da viel zugiger ist. Da ich auch eine Klasse im Erdgeschoss unterrichte, werde ich wohl da öfter auch zumachen müssen. Ich würde mir dann auch den

Timer stellen und alle 20 min. alles aufreißen. Bei mir vorn auf Lehrerhöhe lasse ich eigentlich immer auf und halte mich in der Nähe des Fensters auf. Ich hab mich da jetzt seit Ende April so dran gewöhnt, dass ich mir gar nicht mehr vorstellen kann, in einem komplett geschlossenen Raum zu unterrichten, da würde ich denken, ich erstickte!

(Im EG könnte ich theoretisch auch draußen am Fenster stehen und von da unterrichten 😄).

---

## Beitrag von „Roswitha111“ vom 15. Oktober 2020 21:26

### Zitat von shells

Wie ist das eigentlich so, bei euch, mit der Querlüftung, die wir als Lehrer sicherstellen sollen?

Querlüften geht bei uns z. B. nicht wirklich. Ich kann in den miefigen Gang hinein lüften, das ist ja wohl nicht Sinn der Sache.

Ich biete ein anderes Problem: Fenster öffnen geht, Tür auf den Gang auch, Fenster im Gang ebenso.

Ich unterrichte aber Kinder mit geistiger Behinderung und Autismus. Die finden geöffnete Türen und Fenster klasse, allerdings nicht zum lüften. 🤔

---

## Beitrag von „Leo13“ vom 15. Oktober 2020 22:27

### Zitat von Kathrin88

Ich arbeite neben dem derzeitigen Homestudium (Uni geht hier noch nicht wieder) an einer Schule als Honorarfachkraft. Die Bezahlung ist gut (Coronabonus? 🙌), aber ich gehe mit wöchentlicher Angst in die 6 Stunden an 3 Tagen.

Für mich klingt das hysterisch und panisch. Angststörungen sind ja leider sehr verbreitet und erfahren durch Corona eine neue Dynamik. Ich würde mich in professionelle Hilfe begeben. Die Eltern sind ja auch von der Angst betroffen, da wird einiges vorgelebt und weitergegeben. Ein bekanntes Phänomen.

---

### Beitrag von „Kathrin88“ vom 15. Oktober 2020 23:16

Das schreibst du deshalb, weil ich sowas schon angedeutet habe.

Wie gesagt, sind wir eben Risikopatienten. Meine Eltern haben beide etwas chronisches und meine Oma ist weit über 80. Wir alle leben zusammen.

---

### Beitrag von „Roswitha111“ vom 15. Oktober 2020 23:24

#### [Zitat von Kathrin88](#)

Das schreibst du deshalb, weil ich sowas schon angedeutet habe.

Wie gesagt, sind wir eben Risikopatienten. Meine Eltern haben beide etwas chronisches und meine Oma ist weit über 80. Wir alle leben zusammen.

Was genau willst du eigentlich hören?

Du hast nach Leuten gefragt, die in einer ähnlichen Lage sind wie Du und wie sie damit umgehen. Einige haben dir geantwortet, u.a. ich.

Du nimmst aber keinerlei Tipps an.

Willst du in Wahrheit nur, dass wir dir alle bestätigen, dass alles wirklich ganz schrecklich ist und wir alle sterben werden und wie toll es nicht ist, dass Du Dich so aufopferst?

Am Ende gibt es doch nur 2 Möglichkeiten: entweder Du findest einen Weg, mit Deiner Angst umzugehen oder Du suchst Dir einen anderen Job.

---

### Beitrag von „Lindbergh“ vom 15. Oktober 2020 23:57

[DeadPoet](#): Ich kriege den Spagat schon irgendwie hin, aber dennoch danke für deine Nachricht 😊 !

---

## Beitrag von „Enora“ vom 16. Oktober 2020 12:56

### Zitat von Lehrerin2007

Unsere Gänge haben alle Fenster, die man öffnen kann und die Eingangstüren (EG) stehen immer offen, um einen gewissen Zug im Schulhaus herzustellen, dass eine Frischluftzufuhr sichergestellt ist. Ich kann also richtig Durchzug machen, wird aber momentan recht frisch.

Ist hier genauso. Im Unterricht mache ich das so, dass ich in einer UE mind. 3 x Stoßlüften mache, dabei Heizung runterdrehe. Heizung auf Stufe 5 bollern lassen gibt es bei mir nicht, da bekommen besonders verfrorrene TN den Tipp, sich einen dickeren Pullover/Strickweste oder dünne Fleecedecke mitzubringen. Funktioniert bis jetzt.

---

## Beitrag von „Humblebee“ vom 16. Oktober 2020 13:06

### Zitat von shells

Wie ist das eigentlich so, bei euch, mit der Querlüftung, die wir als Lehrer sicherstellen sollen?

Querlüften geht bei uns z. B. nicht wirklich. Ich kann in den miefigen Gang hinein lüften, das ist ja wohl nicht Sinn der Sache.

Bei uns auch nicht wirklich. Nur wenige Gänge in den einzelnen Gebäuden unserer Schule haben Fenster. Die Glastüren, die sich am Ende jedes Ganges befinden, dürfen wir aus Brandschutzgründen nicht offen stehen lassen bzw. zum Öffnen "verkeilen". Also lüften wir größtenteils auch in den muffeligen Gang hinein. Und wenn die KuK der schräg gegenüber liegenden Klassenräume ebenfalls die Türen und Fenster öffnen, zieht es wie Hechtsuppe, so dass alle Türen wieder zuknallen (das haben wir schon mehrfach an heißen Sommertagen in den letzten Jahrzehnten "getestet")... Von daher ist ein echtes Querlüften bei uns nicht möglich.

---

## Beitrag von „Humblebee“ vom 16. Oktober 2020 13:09

#### Zitat von DeadPoet

a) Dass das Leben nicht 100% sicher ist, ist eine Plattitüde. Man kann getrost annehmen, dass die User hier im Forum sich dessen bewusst sind.

b) Du kannst gerne für DICH ALLEINE mehr Risiko in Kauf nehmen, als nötig.

c) Aber unterlasse es bitte, mit Deiner Risikobereitschaft auch andere zu gefährden. Weder der Herzinfarkt, der Krebs, Schwangerschaft oder Gehirntumor sind ansteckend. Aber von Verkehrsteilnehmern erwarte ich, dass sie - ungeachtet IHRER Bereitschaft zum Risiko - sich so verhalten, dass für die anderen im Straßenverkehr das Risiko möglichst klein bleibt.

=> Es geht nicht nur um DEIN Überleben.

Und: Zwischen Panik und Respekt vor der Gefahr durch diesen Virus liegen Welten.

Danke! Diesen Kommentar kann ich gar nicht so oft "likern", wie ich möchte!

---

### **Beitrag von „Karl-Dieter“ vom 17. Oktober 2020 06:51**

#### Zitat von Kathrin88

Wie schafft ihr es mit der Angst umzugehen oder damit zu leben?

Ich arbeite in einem Risikogebiet und wohne in einem Risikogebiet. Ich habe aber keine Angst, die Chance ist trotzdem relativ unwahrscheinlich, dass es mich erwischt, und wenn, dann ist es halt so. Die gängigen Hygieneregeln halte ich natürlich ein, aber ich mache mich da nicht verrückt-

---

### **Beitrag von „Karl-Dieter“ vom 17. Oktober 2020 06:54**

#### Zitat von Kathrin88

In den Räumen, in denen ich unterrichte ist die Heizung auf 3 (teilweise auf 5!)

Und wo ist das Problem dabei? Soll die im Herbst/Winter ausgestellt sein?

[Zitat von Kathrin88](#)

ist älter und kapiert nicht, dass das Lüften wichtig ist.

Wenn die da alleine in ihrem Kabuff sitzt, muss sie das gar nicht.

---

### **Beitrag von „Karl-Dieter“ vom 17. Oktober 2020 07:46**

[Zitat von Schmeili](#)

Beginne mit FFP2-Maske zu unterrichten

Dass das immer so einfach gesagt wird. Die DGUV 112-190 besagt beispielsweise, dass bei Masken ohne Ausatemventil nach 75 Minuten danach eine 30minütige Pause eingelegt werden muss.

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 17. Oktober 2020 08:06**

[Zitat von Roswitha111](#)

Ich biete ein anderes Problem: Fenster öffnen geht, Tür auf den Gang auch, Fenster im Gang ebenso.

Ich unterrichte aber Kinder mit geistiger Behinderung und Autismus. Die finden geöffnete Türen und Fenster klasse, allerdings nicht zum lüften. 🤔

Wenn man querlüften kann, geht auch gekippt ganz gut.