

# EXTRAHEFT



Von Menschen in der Johannes-Diakonie



das meinungs-starke Magazin

*Ideen für die Corona-Zeit*



**Nachmachen & Spaß haben!**

Das jo!-Team hat es ausprobiert





# Das jo!-Team hat getestet

WIE MAN DIE CORONA-ZEIT ÜBERSTEHT.

Bis der normale Alltag wieder losgeht. Mit unseren Ideen gibt es keine Langeweile. Probiert es doch selbst einmal aus!

Erzählt uns bitte auch, was Ihr in der Corona-Zeit gemacht habt.

Sven Arndt und das jo!-Team

@ [jo-magazin@johannes-diakonie.de](mailto:jo-magazin@johannes-diakonie.de)

oder bei Gabriele Eisner-Just  
06262 - 92 78 471



- Einen Karaoke-Wettbewerb machen.
- Eine Marmorbahn aus Papprollen basteln.
- Anderen helfen, die nicht raus dürfen.

- Ein neues Spiel lernen.
- Alte Bilder anschauen & sich erinnern.
- Die Zeitung lesen.

- Nachschauen, welche Blumen und Bäume blühen.
- Alte Bilder anschauen & sich erinnern.
- Ein Wichtel-Dorf im Garten bauen.

Kunstwerke in der Natur machen:  
Ein Bild aus Zapfen, Blättern, Eicheln,  
herumliegenden Ästen und anderem  
Natur-Material auf den Boden legen.

Einen schönen Stein mitnehmen, bemalen  
und irgendwo hinlegen. Vielleicht freut  
sich jemand und nimmt ihn mit?  
Oder andere machen das auch. Dann gibt  
es bald viele lustige Steine.



Sven erzählt:

# CORONA-VIRUS

Das Corona-Virus ist nicht schön, weil es eine böse Krankheit machen kann.  
Die kommt in die Lunge, man bekommt schlecht Luft und atmet schwer.

## Ich habe nachgeforscht...

Im Internet habe ich mir angeschaut, wie ein Corona-Virus aussieht: wie eine Kugel mit Beinchen nach allen Seiten. Ich habe einen Luftballon aufgeblasen und mit einem Eddingstift ein Corona-Virus draufgemalt. Das war gut zu sehen.

Jetzt kam das Beste: Ich bin mit dem Luftballon nach draußen gegangen und habe einmal fest mit dem Fuß auf den Luftballon getreten. Es hat KRA – WUMM gemacht. Dann war das Corona-Virus kaputt. Das hat Spaß gemacht.

## Ärzte suchen jetzt ein Mittel gegen das Virus.

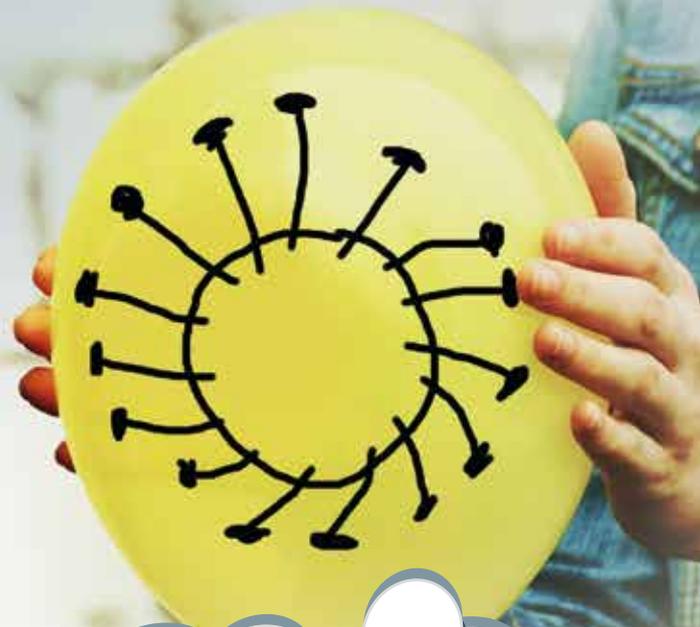
Man muss im Haus gut putzen, damit das Virus sich nicht festsetzen kann. Gerade die Sachen, die man oft anfasst:

- Türklinken,
- die Fernbedienung,
- das Handy und
- alles im Bad.

Ich habe im Fernsehen gesehen, dass eine Brauerei Alkohol abfüllt und abgibt, damit die Krankenhäuser und Pflegeheime mit dem Alkohol alles sauber machen können. Das finde ich gut.

## Mundschutz und Abstand...

Damit man diese Krankheit nicht so schnell bekommt, kann man einen Mundschutz tragen und Abstand zu anderen Leuten halten. Man soll nur mit einer oder zwei Personen zusammen sein. Ich kann nicht nach Hause zu meiner Mama und meinem Papa fahren. Das ist ganz blöd, weil meine Mama im Krankenhaus liegt. Ich würde sie so gerne besuchen.



## Alles wird gut...

In unserer Wohngruppe geht es ganz gut. Wir spielen manchmal zusammen Kniffel oder Dart. Jeder geht auch mal raus, damit wir uns nicht auf die Nerven gehen. Bald wird das Leben wieder normal. Dann gehen wir wieder in die Werkstatt, können raus und einkaufen gehen. Darauf freue ich mich.



Daniel erzählt:

## LAUFEN...



Was ich schon immer mal machen wollte...

Ich war zwei Stunden unterwegs und habe Nordic Walking gemacht. Das ist schnelles Wandern mit zwei Stöcken.

Da werden nicht nur die Beine trainiert, sondern der ganze Körper.

Es waren zwei sehr schöne Stunden. Die Ruhe hat mir sehr gefallen und der Wald hat mir Kraft gegeben. Ich habe gefühlt, dass ich es sehr gut schaffe, durch diese Situation zu gehen. Das Nordic Walking macht mir sehr viel Spaß und es tut mir gut, etwas für Körper, Geist und Seele zu machen. Allein die Kraft der Sonne ist herrlich!



Mario erzählt:



Was ich schon immer mal machen sollte...

Ich habe jetzt mehr Zeit. Da habe ich die Wohnung mal richtig gründlich sauber gemacht, mit Abstauben und so. Das muss auch sein.

Außerdem fahre ich gerne Fahrrad. Ich war auch eine Weile im Fahrrad-Training und habe sogar bei den regionalen Special Olympics mitgemacht. Ich finde Fahrrad fahren richtig gut.

## PUTZEN & PEDALEN



Mittwoch, der 25.3.2020

Johanna schreibt:



# CORONA-TAGEBUCH

## 9. TAG IN DER CORONAKRISE

### 8.00 Uhr

Ich bin aufgewacht. Leider habe ich nicht gut schlafen können. Ich habe mir Sorgen wegen der Zukunft mit Corona gemacht. Dann habe ich mit meiner Mama gefrühstückt. Weil wir beide nicht arbeiten können – meine Werkstatt und die Musikschule meiner Mama sind geschlossen – frühstücken wir gerade immer gemütlich im Bademantel. Nach dem Frühstück habe ich geduscht und mich angezogen und habe Zähne geputzt.

### 9.00 Uhr

Meine Mama ist dann Einkaufen gegangen. Ich habe solange gelesen. Danach haben wir eine Stunde Computer gespielt. Das Spiel heißt „freshminder“ und ist ein Training für Gedächtnis und Konzentration. Wir spielen es gerade jeden Tag für eine Stunde. Das bringt unseren Tagen eine Struktur. Heute habe ich eine Übung gemacht, wo ich Abläufe in die richtige Reihenfolge bringen muss. Zum Beispiel: „Ins Kino gehen“, oder „Kuchen backen“.

### 11.00 Uhr

Dann haben meine Mama und ich gemeinsam gekocht. Auch das machen wir gerade jeden Tag. Ich habe Kartoffeln geschält und gekocht. Dann habe ich sie mit Milch zu einem Brei gestampft und gewürzt. Meine Mama hat Frikadellen und Spinat gemacht. Das Essen war lecker. Nach dem Essen haben wir das Spiel „Drecksau“ gespielt. Das ist ein tolles Kartenspiel.

### 14.00 Uhr

Dann waren meine Mama und ich spazieren. Auch das machen wir nun jeden Tag, obwohl ich manchmal keine Lust dazu habe. Vor allem, seit der Elzpark gesperrt ist.

Als wir wieder zuhause waren, habe ich mich kurz gelangweilt. Dann hat mir mein Kumpel Ayhan geschrieben. Ich bin sehr traurig geworden, weil ich ihn im Moment nicht sehen kann. Ich habe gemerkt, wie arg ich mein normales Leben und meine Arbeit vermissen. Meine Mama hat aber erzählt, dass wir am Wochenende ein Computer-Telefongespräch machen.

Mit meinen drei Schwestern und ihren Partnern und meinen Nichten und Neffen. Nun habe ich wieder etwas, auf das ich mich freuen kann.

### 17.00 Uhr

Ich habe noch Tagebuch geschrieben, dann haben wir Abendbrot gegessen. Dann kam die Tagesschau im Fernsehen. Ich gucke die gerade jeden Abend an, auch wenn ich danach etwas Angst habe. Dann kam noch eine tolle Überraschung. Meine Mama hat den Müll runtergebracht und entdeckt, dass im Schuppen ein Päckchen für mich liegt. Das war von meinem Onkel Rudi, zu meinem Geburtstag. Eigentlich wollte er es mir persönlich an Ostern geben. Aber sein Besuch fällt leider auch wegen der Coronakrise aus. Er hat mir ein Spiel geschenkt und einen 30-Euro-Gutschein für den Buchladen in Mosbach. Beide Geschenke sollen mir helfen, dass es mir in den nächsten Wochen nicht allzu langweilig wird. Ich habe ihn gleich angerufen und mich bei ihm bedankt.

### 20.15 Uhr

Danach habe ich noch eine Folge meiner Lieblingsserie „Mein Kind - dein Kind“ gekuckt.

### 22.30 Uhr

...bin ich ins Bett gegangen



Luisa erzählt:



# MEIN LEBEN IN ZEITEN DES CORONA-VIRUS

## Wie es begann...

Als das Coronavirus zum ersten Mal in Deutschland vorkam, hatte es noch wenig Auswirkung auf meinen Alltag. Dies sollte sich bald dramatisch ändern.

Die Schulen wurden geschlossen. Ich selbst bin zwar keine Schülerin, aber der Bus, mit dem ich jeden Morgen zur Arbeit fahre, war plötzlich leer.

Kurz darauf wurde dann auf Ferienplan umgestellt und ich musste einen späteren Bus nehmen. Später wurde dann aus Sicherheitsgründen der Fahrerbereich mit einem Band abgesperrt. Man konnte ab diesem Zeitpunkt den Bus nur noch durch die hintere Tür betreten.

Jetzt machte auch die Werkstatt zu. Der Gesetzgeber hat es so bestimmt. Also verabschiedeten wir uns voneinander erst mal bis zum 20.04. und möglicherweise wird dies nochmal verlängert werden.

## Was noch alles geändert wurde

Es gab aber dann doch eine Notgruppe, die aus ungefähr 12 Personen bestand. Zu dieser gehörte ich auch. Dies bedeutete, dass ich weiterarbeiten durfte.

Es war aber anders wie gewohnt, weil wir nur noch so wenige waren. Es fehlten die meisten Kollegen. Natürlich mussten wir auch in der Werkstatt die Hygieneregeln beachten (Abstand halten, Hände waschen, und in die Armbeuge husten usw.).

Beim Einkaufen musste an der Kasse immer ein Abstand eingehalten werden. Dadurch dauert ein Einkauf deutlich länger als bisher. Auch waren bestimmte Waren ausverkauft und Regale leer. Dies hat sich nach einiger Zeit wieder gebessert. Viele haben Hamsterkäufe getätigt. Ich selbst gehörte aber nicht dazu.

Genauso wie unsere Redaktionssitzungen wurden viele weitere Veranstaltungen, an denen ich teilnehmen wollte, abgesagt, z.B. von den Offenen Hilfen, Bildungszentrum Mosbach und Volkshochschule. Da Großveranstaltungen bis mindestens 31. August verboten sind, muss ich auf einen Ersatztermin für mein Konzert in der SAP-Arena warten.

Ostern war dieses Jahr für mich anders als zuvor. Ich konnte nicht in die Kirche gehen, nur einen Gottesdienst im Fernsehen anschauen. Auch Besuche mussten dieses Jahr ausfallen. Ich konnte aber telefonisch Kontakt mit Familie und Freund halten.

## Das ist mir aufgefallen

Mir ist eine Situation besonders in Erinnerung geblieben. Als ich zum Einkaufen war und nicht an meine Ware dran kam. Zwei Damen standen davor und unterhielten sich und da ich Abstand halten wollte, musste ich warten, bis die beiden ihre Unterhaltung beendet hatten. Und sie standen während ihrer Unterhaltung so nahe beieinander, dass ich es als problematisch empfand.



# MEIN HANDY:

Petrit erzählt:



**Ich habe eine gute Möglichkeit, mit anderen in Verbindung zu bleiben: mein Handy. Ich bin in Facebook und auf Instagram unterwegs und kenne so an die 50 Leute, mit denen ich schreibe.**

Zum Beispiel Leute im Kosovo – das Land ist 2.000 Kilometer weit weg. Dort lebt ein Teil meiner Familie. Alle zwei, drei Wochen schreiben wir uns. Jetzt in der Corona-Zeit ist es gut, wenn ich etwas von meiner Familie höre. Sie schreiben, dass es im Kosovo auch Corona-Erkrankungen gibt, aber nicht so viele wie bei uns in Deutschland.

**Mit meinen Freunden schreibe ich**

Da weiß ich immer, was die so machen. Wenn mein Handy piept, weiß ich schon: Da schreibt mir wieder jemand. Darüber freue ich mich.

**Auf Instagram poste ich meistens nur Bilder.**

Das soll möglichst witzig sein, damit meine Freunde etwas zum Lachen haben. Einmal war ich auf dem Nürburgring. Da habe ich ein Selfie gemacht und meinen Freunden geschickt. Die fanden es toll, dass ich auf der Rennstrecke bin.

Ich finde das Internet und die Plattformen Facebook und Instagram klasse. Mir fällt das Schreiben und Lesen sehr leicht. Darum weiß ich meistens gut Bescheid, was läuft. Auch, was die Politiker beschließen. Das ist ja wichtig. Außerdem bleibe ich in Kontakt mit anderen. Da ist es nicht ganz so schlimm, wenn man sich eine Weile nicht sehen kann.



Tanja malt:

# LANGGEWEILE?

**Die anderen basteln Osterversachen, aber ich lass die mal arbeiten. Ich hab schon genug gebastelt!**

Die Zeit mit dem Corona-Virus finde ich doof, man kann nix machen außer basteln, im Garten sitzen und spazieren gehen. Hoffentlich ist bald alles wieder normal!

Meine Aufgabe war: Ein Bild malen und einer Mitarbeiterin schenken. Als Dankeschön, weil die Mitarbeiter für uns da sind. Das habe ich gemacht. Die Mitarbeiterin hat sich gefreut.





Nicole Kocht:

# SUPER LECKER

Einige wenige Leute arbeiten in der Werkstatt weiter. Dazu gehöre auch ich. Wir haben ganz viel Abstand zwischen den Arbeitsplätzen. Außerdem wird morgens bei jedem Fieber gemessen, damit man sofort merkt, wenn einer krank ist. Wir waschen uns auch ganz oft die Hände. Damit sollen Viren und Bakterien so gut wie möglich weggehalten werden.



Impressum:

**Herausgeber:**

Johannes-Diakonie Mosbach  
Neckarburkener Straße 2-4  
74821 Mosbach  
Mail: [info@johannes-diakonie.de](mailto:info@johannes-diakonie.de)

**Verantwortlich:**

Michael Walter, Leitung Unternehmenskommunikation

**Redaktion:**

Gabriele Eisner-Just (Redaktionsleitung),  
Sven Arndt, Nicole Baluci, Luisa Carlino,  
Petrit Hasanaj, Mario Kark, Johanna Quattlender,  
Tanja Schmidt, Daniel Will, Petra Schönstein

**Layout:** Sonja Paetow | AWP-Konzept

**Druck und Weiterverarbeitung:**

Druckerei Laub, Dallau

Sie möchten das jo!-Magazin zugeschickt bekommen?

**Dann schreiben Sie an:**

[jo-magazin@johannes-diakonie.de](mailto:jo-magazin@johannes-diakonie.de)

Fotos: Johannes-Diakonie Mosbach | [www.pixabay.de](http://www.pixabay.de)

**„Peperoni Rostici“, gegrillte Peperoni.**

**Wenn ich zu Hause bin, koche ich mir etwas Gutes.**

**Das ist ein Rezept aus Italien.**

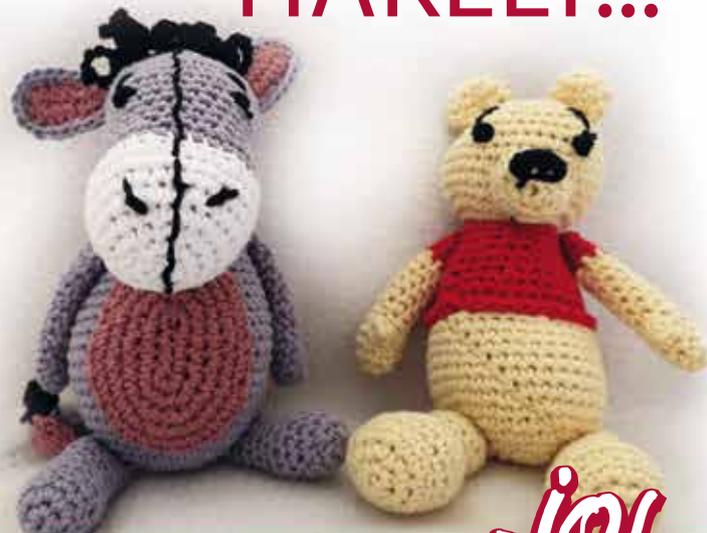
Ich nehme 6 Paprikaschoten. Die lege ich auf ein Blech und schiebe sie in den Ofen. Den Ofen stelle ich auf „Grillen“. Wenn die Schale überall leicht braun ist, nehme ich die Paprikaschoten aus dem Ofen und lasse sie etwas abkühlen. Dann ziehe ich die Schalen der Paprika komplett ab und nehme den Strunk und die Körner raus. Ich zerkleinere die Paprika ohne Schale und Strunk in kleine Stücke, gebe sie in eine Schüssel und würze sie mit Salz, Pfeffer und Vegeta Gewürzmischung. Ich schäle auch eine Knoblauchzehe, schneide sie ganz fein und gebe sie dazu; außerdem 2-3 Esslöffel Öl. Das Ganze vermischen.

Das ist mit Weißbrot oder Baguette eine super-leckere Vorspeise! (In Italien sagt man dazu Antipasto).



Gaby...

# HÄKELT...



jo!

Das ganze jo!-Team wünscht Euch viel

Spaß beim Lesen und Nachmachen! Bleibt gesund!