

Extrablatt

# DER GUTE POL

DAS BLATT MIT DEM GEWISSEN-EXTRA

ZEITUNG FÜR FREIMÜTIGE GEISTER IN BERLIN (LICHTENBERG)

WWW.DERGUTEPOL.DE

HSH, 13. Juli 2020, № 2 – 3. Jhg.

Seite 1

Hrsg. v. Dr. Gustav Roland Reudengeutz

Einkaufen in  
schwierigen Zeiten

S. 7 und 9

Mask Men against  
Covid-19

S. 10

Der Gute Pol ist  
Stadtteilkoordination

S. 3

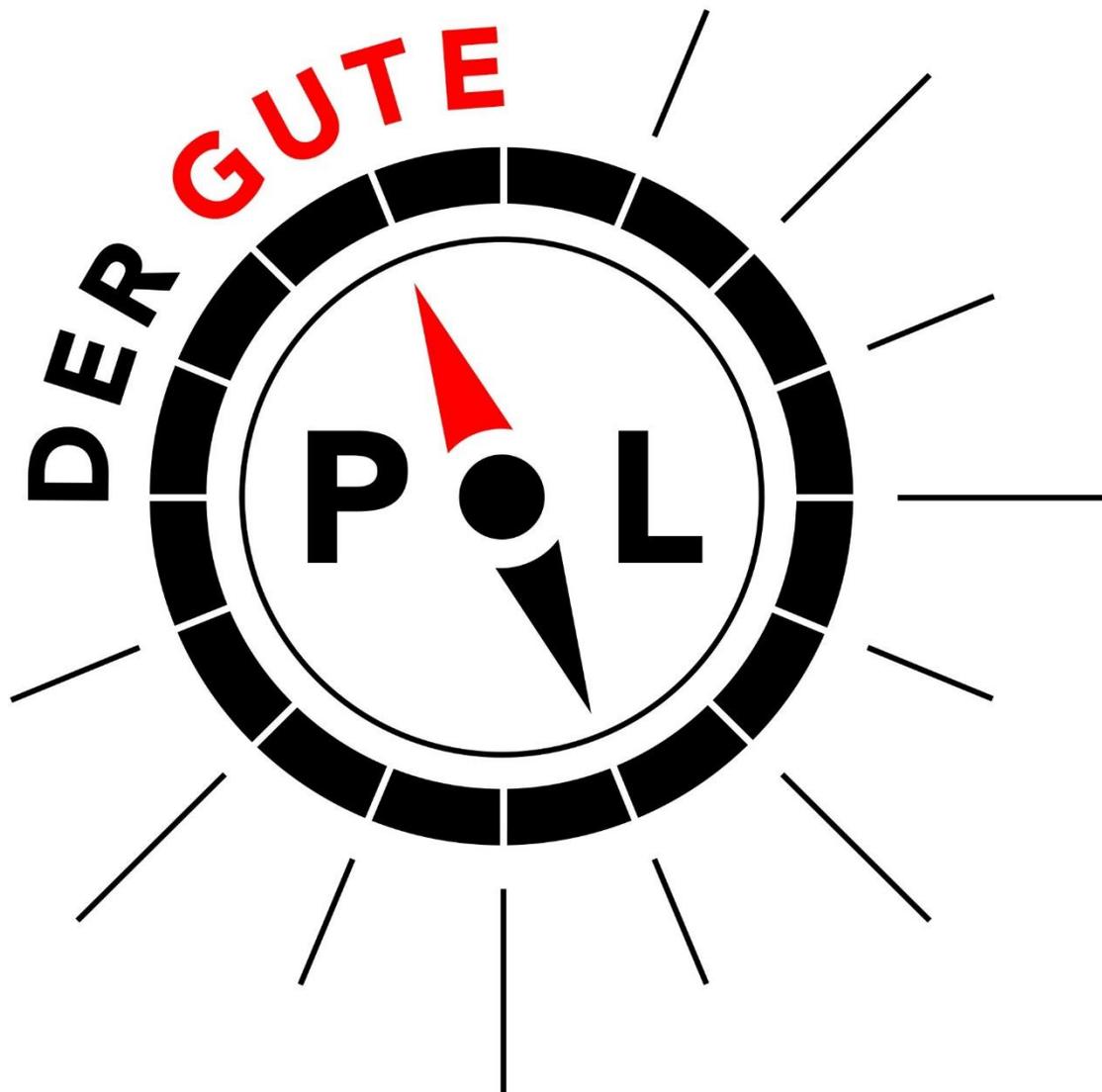
Neuer Nachbar-  
schaftstreff in HSH

S. 13

Kaufhalle zerstört.  
Konsum am Ende?

S. 17

## Der Gute Pol – Zeitung und Stadtteilkoordination

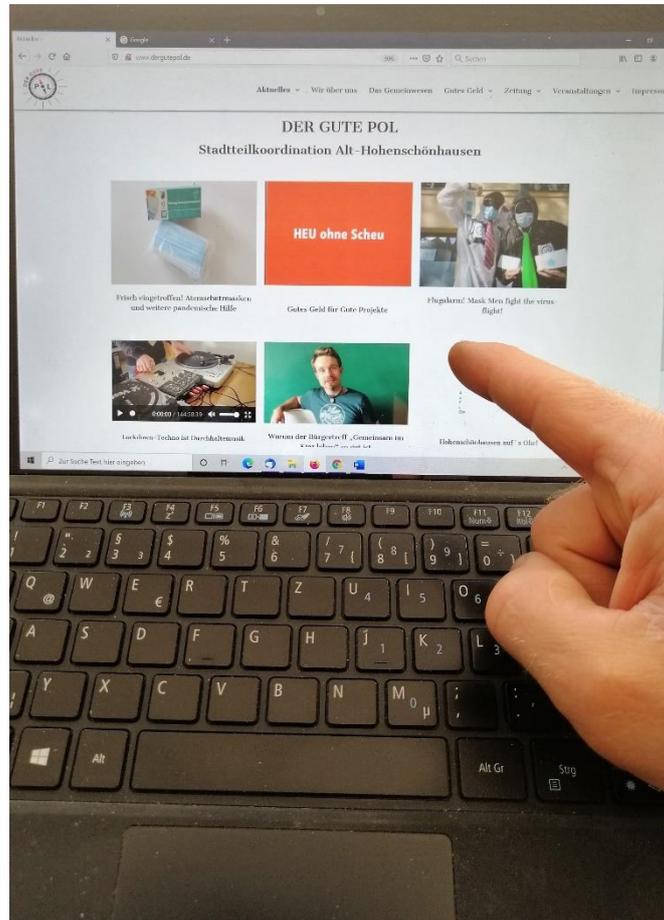


## Ins Zwischennetz gesurft! Es hat Klick! gemacht

Hai! Wir ertrinken in Corona. Fahren oder schwimmen auf Sicht. *Darf ich Dich anhusten? – Aber nur mit Maske! – Was ist es denn für eine? Gebote und Verbote.* Dieser Druck! *Kann ich in der Öffentlichkeit furzen? Oder verwirbelt das zu stark?*

Der Mensch, das soziale Wesen und seine Körperöffnungen ... *Hey, grüßt mal lieber mit dem Fuß. Lange Beine bevorzugt. Sozial ist Abstand.* Sozial? Echt jetzt? Ist das ansteckend? Asozial, wer nicht den sozialen Diss-Tanz steppt! Unklar, was eben noch erlaubt oder verboten war und nun schon wieder anders ist.

Dann doch lieber in den parasozialen Raum. Irgendwo zwischen Realität und Virtualität. Da ist immerhin lange schon schwammig, wie man sich verhält. Das gibt Sicherheit. Wenn ich schon in echt niemanden anstecken darf, dann geh ich doch lieber im Internet viral! Auf Insta und



[dergutepol.de](http://dergutepol.de)

Blödbuch stilisieren sich alle, die man nie ins Showbiz ließe, auch wir: der\_gute\_pol.

**Der Gute was?!?** Ja, Der Gute Pol! In the net! *Inse Wott?* In the internet! Das Zwischen-netz! Nicht sozial, nicht asozial. Nicht diesseits, nicht jenseits. **Irgendwas zwischen Mensch und Unmensch**, so sozialisieren wir nun uns und die Welt. Jeder ist da. Und irgendwie auch nicht. Egal. Der Gute Pol. Jetzt nicht nur auf Instagram, sondern auch auf Facebook und: nach langem Suchen haben wir endlich eine Heimseite gefunden und geben gestotterte Versprechungen im w.w.w.:

[dergutepol.de](http://dergutepol.de)

Jetzt gehen wir fischen, werfen unser Netz aus Nullen und Einsen in den trüben Daten-ozean. Brackiges Gesöff aus süß-salzigen Beiträgen, vermüllt von Avataren mit großen Verklappungen, im Sog von Kunststoffstrudeln – Einmal nicht aufgepasst und Ihr seid drin! On! Infiziert! *d.*

**Der Gute Pol. Die Stadtteilkoordination Hohenschönhausen Süd geht online!**

Werbung

## Hohenschönhausen auf's Ohr! Der neue Podcast für HSH

Sie sind blind? Können uns nicht riechen? Haben keinen Geschmack? Und Anfassen ist was für Perverse?

Na, dann hören Sie doch mal hier: Hohenschönhausen gibt's jetzt auf's Ohr!

**Hohenschönhausen auf's Ohr!** – Der neue **Podcast** aus und für Hohenschönhausen. Gemacht von den Stadtteilkoordinationen aus HSH Nord und Süd – W.I.R. und Der Gute Pol.

- Wer sind wir?
- Was ist Stadtteilkoordination?
- Nachrichten aus und für Hohenschönhausen
- Der Gute Pol und W.I.R. – STK HSH Nord und Süd
- Wir fahren auf Sicht

<https://www.podcast.de/podcast/818522/>

oooa a a a a

**Golensch Launiger sagt:**

Eine Marke markiert ein Grenzgebiet, innerhalb dessen gewebesichone Wertarbeit vollbracht wird.

## Der Gute Pol ist die Stadtteilkoordination HSH Süd

Der Gute Pol ist online. Aber nicht nur das. Der gute Pol ist seit 2020 auch Stadtteilkoordination. **Stadtteilkoordination?!?** Eben. **Was soll das sein?** Ein schwieriges Wort. Und denken Sie erst an den Buchstabensalat in den E-Mail- und Domain-Adressen! Das wäre irrig. Dann doch lieber gut und auf den Punkt gebracht: **Der Gute Pol**. Der ist zwar auch irre, aber das ist gut. Irre gut.



Das neue Büro in der Küstriner Straße 39



Lichtenberg hat [fünf Stadtteilkoordinationen](#). In jedem Prognoseraum eine. In Hohenschönhausen Süd war Sabine Kanis viele Jahre die Stadtteilkoordinatorin mit Sitz in der Anna-Ebermannstraße und ebnete den Weg für ein zugängliches Gemeinwesen. Jetzt ist sie die Leiterin des dortigen *Kieztreffs Lebensnetz* und ihr Kollege Thomas Potyka stellt jetzt zusammen mit Fabian Behling als **Der Gute Pol** die Stadtteilkoordination in Alt-Hohenschönhausen, jedoch immer noch in Zusammenarbeit mit Sabine Kanis. Man kann halt nicht von ihr lassen. Ohne sie wäre es nicht annähernd so gut.



Der neue Briefkasten

Manche Stadtteilkoordinationen sind in geeigneten Gebäuden stationiert, so dass man von der Arbeit in einem Stadtteilzentrum sprechen kann. Das Nachbarschaftshaus in der Ribnitzer Straße oder die Kiezspeer in der Schulze-Boysen-Straße gelten in Lichtenberg als Stadtteilzentren. Doch nicht alle Prognoserräume haben solche Ressourcen. Die eigentliche Netzwerkarbeit, ob im Stadt-

teilzentrum oder nicht, bleibt Stadtteilkoordination. **Stadtteilkoordination ist Netzwerkarbeit im Gemeinwesen, in den Kiezen, in den Sozialräumen.** Es geht um die Förderung von Nachbarschaft, also um die Menschen, die in einem Gemeinwesen wohnen, wirken und arbeiten. Es wird informiert, zugehört und beraten.

### K!EZFONDS LICHTENBERG

Außerdem verwaltet eine Stadtteilkoordination Geld für die Gestaltung von Nachbarschaften, den Kiezfonds: 10.000 Euro pro Stadtteil! Dabei besteht ein enger Kontakt zum Bezirksamt. Das ist gut, denn so ist eine Stadtteilkoordination ein geschmeidiges Bindeglied zwischen den Menschen im Gemeinwesen und dem Bezirksamt.

**Der Gute Pol** ist dezentral aufgestellt. Damit das besser gelingt, arbeiten hier das *Kinderhaus Berlin-Mark Brandenburg e.V.* (jetziger Träger der Stadtteilkoordination

Hohenschönhausen Süd), der *Kieztreff Lebensnetz* und die *Bürgerinitiative Ausländische MitbürgerInnen e.V.* zusammen. Mit ihren jeweiligen Niederlassungen von der Anna-Ebermann-Straße im Nord-Osten über die Neustrelitzer Straße bis zum Büro von *Der Gute Pol* in der Küstriner Straße zieht dieses Joint Venture eine **diagonale Helferschneise** durch Hohenschönhausen Süd.



Thomas Potyka März 2020

Eine Helferschneise – aber nein, sie soll nicht teilen und trennen, selbst wenn es sich hier um Stadtteilkoordination handelt. Es soll verbunden werden. Und obschon dieser Bund dezentral aufgestellt ist, so ist das Zentrale doch das Gute. Gebündelt als **Der Gute Pol**. Denn: [aus dem Internet]

### **Gut ist ja nicht schlecht! Neue Naivitäten für Alt-Hohenschönhausen**

*Wir gehen davon aus, dass in allem – immer und überall – gute Anteile vorhanden sind und sehen daher keine Probleme, sondern Herausforderungen, aus denen das Gute zu schöpfen ist. Das ist naiv und daran glauben wir. Wir fördern neue Naivitäten zuta-*

*ge, die den Menschen vor Ort Kraft geben, sich auf konstruktive und kreative Weise in das Gemeinwesen einzubringen, es zu gestalten sowie sich als wesentlicher Teil davon zu verstehen.*



Fabian Behling März 2020

*Um das Gute zu bündeln, bedienen wir uns einer Anziehungskraft und verstehen uns schließlich als DER GUTE POL. Der gute Pol ist die Idee, den Acker des Gemeinwesens mit Leben zu erfüllen sowie gute Einstellungen und Haltungen zu säen und zu düngen. Dabei ist dieses Konstrukt eine kritische und inspirierende Kraft, die Gutes heraus kristallisiert und Schlechtes nicht verdammt, sondern respektvoll zur Verbesserung anregt.*

Gut oder? Das Gute ist also nicht als Schwarzes Loch zu verstehen, das alles einfach ins Irgendwo aufsaugt. Nein, das Gute gibt es nur durch das Schlechte, das Mäßige, das Anstrebende, Nervende, Doofe, Dumme und alles Blöde, das gemeinhin nicht gut gefunden wird. Erst in diesem Spannungsfeld, in dem jeder im Gemeinwesen beteiligt ist, kann erzittern, was wir Leben nennen.

Fortsetzung von S. 3

**Der Gute Pol** nimmt Vieles wahr, ist Sprachrohr für die Vielfalt in Alt-Hohenschönhausen, konzentriert sich indessen auf das Gute und bringt zusammen, was miteinander harmonisieren kann. Das ist die Stadtteilkoordination in Hohenschönhausen Süd. Das ist **Der Gute Pol**.

DER GUTE POL bleibt natürlich weiterhin ein Extrablatt. Eine Zeitung für freimütige Geister. Mit Mut und Geist. Die Zeitung mit dem Gewissen-Extra eben. Der Herausgeber Gustav Roland Reudengeutz arbeitet



Sabine Kanis - zeitlos

ja schon länger mit der Stadtteilkoordination Hohenschönhausen Süd zusammen. Die Stadtteilkordinatoren Behling und Potyka fanden das irgendwann so gut, dass sie **Der Gute Pol** zur Marke für deren stadtteilkoordinative Arbeit machen wollen. Das klingt doch guter als Stabgeilkloodinatjzon. Reudengeutz, so weiß man aus investigativer Recherche, bietet den beiden sein Blatt als intellektuelles Narrativorgan feil. Verwirrend, hirnzersetzend und immer ernst. Für neue Windungen. Freilich, das ist blasiert und selbst-

gefällig, doch man muss ja nicht immer gleich besser sein als der Rest der Welt. Also:

DER GUTE POL ist jetzt **Der Gute Pol** und **Der Gute Pol** auch DER GUTE POL.

**Alle Stadtteilkordinationen, Gebietskordinationen und Sozialen Treffpunkte auf einen Blick:**

[www.berlin.de](http://www.berlin.de) und  
Stadtteilarbeit Lichtenberg  
suchen oder hier klicken:

[Stadtteilarbeit Lichtenberg](http://StadtteilarbeitLichtenberg.org)  
rg.

## Aufgeschnappte Gedanken zu Masken und Coroniertem

Meine Maske stinkt – oder rieche ich mich jetzt nur selbst?

Ich hab nur eine Stoffmaske. Die kann ich nicht immer waschen. Das beißt mitunter in den Augen...

### Augenblick mall

**Augensprache.** Masken verdecken Münder. Jetzt werden die Augen betont. Man sieht sich bewusster durch die Seelenfenster.

Schönes Schauen: **Augenblick, verweile doch ...**

Seltenheiten – oben ohne jetzt besonders geil. Erektionen schon bei nacktem Mund!

**Man sieht nur mit den Augen gut!** Des kleinen Prinzens Herzenssache? Humbug! Nur mit den Augen. Aber: Die Blinden werden exkludiert! Können nicht an dem heutigen **Augenschmaus** teilhaben. Ihnen bleibt vielleicht tatsächlich nur Antoine de Saint Exupéry: Man sieht nur mit

dem Herzen gut. Darum: Herzmasken für Blinde!

### Maskenmassen

Wegwerfware. Wohin mit dem Scheiß, wenn der Hype vorbei ist?



Masken, Masken, Masken. Überall Masken. Liegen rum wie Kippen. Bäh, wie infektiös! Überall gebrauchte Masken auf den Böden. Überall **Bodenviren**. Wir brauchen ein Gesetz für Schuhüberzieher!

### Nähe und Distanz

Alle nähen jetzt Masken. Dass die Nähmaschinen glühen! Bangladesch in Berlin. Masken für Mund und Neesen, von den Vietnamesen. ...die

kommen ja gar nicht aus Bangladesch... Jeder kann nähen, nur keine Krähen! War das jetzt kräh-a-tief? Oder Alltagskrassismus?



Auf einen Schnack mit Susi und Hassan in der Nähbude? Jetzt nur noch Audienzen mit Wartenummer. Neureiche durch Maskenverkauf geben sich zunehmend distanzierter.

### Schöne Vermummung

Endlich! Die Zeit für hässliche Gesichter, deren Fressen keiner sehen möchte. Jetzt trauen auch diese Menschen sich auf die Straßen. Die Maskenverordnung ist somit eine Maßnahme zur Integration deformierter Visagen.

Masken machen Mode. Blümchen, Punkte, Bilder ...

Vielleicht eine mit einem schönen Mund drauf. Oder gar als Understatement: ein schöner Mensch mit hässlichem Mund. Ugly Sweater, Ugly Socks ..., warum nicht auch Ugly Masks?

### Hört, hört!

Mindestens eineinhalb Meter Abstand und erst recht das Reden durch Masken erfordert, lauter miteinander zu sprechen, damit man sich versteht. **Die Stadt müsste jetzt eigentlich lauter sein.** Voll von genuscheltem Störschall. Ist sie aber nicht. Die Leute schätzen die Maßnahmen anscheinend zu gering. Genauso wie die meisten gar nicht wissen, wie viel eineinhalb Meter oder mehr überhaupt sind. Die Leute sind so vermessen!

### Bahnbrechend!

Alle für einen, einer für alle. Gefühle auf den S-Bahnhöfen: „Liebe Fahrgäste! Gemeinsam gegen Corona! Bitte halten Sie den Mindestabstand ein. Dear passengers ...“ Nie habe ich mehr Emotionen verspürt.

Fortsetzung auf S. 5

Fortsetzung von S. 4

Gemeinsam mit Computerstimmen ... Ist das die Zukunft? **Binäre Emotionen?** Die Aussage soll die Leute packen, muss ihnen unter die Haut gehen. Aber das schafft eine monotone Computerstimme nicht. Genauso wie: „Achtung, die Türen können sich öffnen ...“ Müssen wir uns wundern, dass wir abstumpfen? Aber immer noch besser als die liebste BVG mit Staransagen an den Haltestellen ...

**Wie die Leute immer gucken**, wenn einer in einer Bahn keine Maske trägt. Wie ein Geächteter wird er mit Blicken gegängelt. Vielleicht hat er seine verloren. Man könnte ihm doch einfach seine Zweitmaske anbieten. Es fehlt nicht viel und dann klaut man sich gegenseitig den Mundschutz weg.

Masken mindern Mund-Nasen-Luft. Wie viele **Tote** gibt es eigentlich schon wegen Atemnot durch Masken? OP-Masken gehen ja noch, aber die dicken Schnuffis ... und renn mal 'ne Treppe mit 'ner Staubmaske aus'm Baumarkt hoch!

**Bei Hautärzten** muss nun noch länger gewartet werden. Desinfektionsmittel haben bei vielen Menschen den natürlichen Hautfilm nachhaltig beschädigt und multiple Dermatitis hervorgerufen.

Firmen verzeichnen höheren **Umsatz** nicht nur bei Klopapier, sondern auch bei Flatter- und Klebeband.

**Online-Konferenzen** – Aerobic-Videos zeigen es doch. Das will doch keiner auf Dauer machen. Und egal wie live geschaltet – Echte Men-

schen brauchen echte Menschen und spontane Veränderung!

**Mut zur Veränderung** und ggf. zur **Hässlichkeit**. Corona rief moderne Höhlenmenschen hervor. Zettel allerorten oder verunglimpfte Selbstschneider.

**Keine Frisuren**. Keine monatlich neuen Fingernägel? Keine neuen Tattoos ... Ab wann ist der Mensch Mensch?

Menschen wollen arbeiten. Die Corona-Beschränkungen liefern Argumente für ein Bedingungsloses Grundeinkommen. Von wegen **soziale Hängematte** ... Da wird man doch bekloppt ...

Ist **Nicht-Masken-Tragen** unterlassene Hilfeleistung? Sind das Totschläger? Oder gar schleichende Mörder?

Diese **Anti-Menschen!** Wie kann man sich nur so gegen das Tragen von Masken wehren? Die haben ja keine Ahnung. Nur weil die das Virus nicht sehen. Keinen Kranken kennen. Das sind doch Volksverräter!

Wer einen **Bart** trägt, meint's nicht ernst. Da kommt doch alles durch. Die beste Maske findet da keinen Halt. Sind sowieso voll unhygienisch, die borstigen Zottelfransen. Da haben Wissenschaftler schon Darmbakterien drin nachgewiesen. Ieh! Ab mit den Bärten! Für eine gesunde Welt!

Mit der **Maskenpflicht** ist es wie mit dem Impfen. Manche tragen keine Maske und verlassen sich auf den Schutz, der von den meisten anderen gewährleistet wird.

Wenn nicht vergriffen, liegt

## DER GUTE POL

an folgenden Orten in Lichtenberg aus:

- Allee-Center Berlin
- Bürgeramt Große-Leege-Straße
- Bürgerschloss Hohenschönhausen
- Coffee Station
- CSW
- Die Arche
- Der Gute Pol
- Galerie 100
- ID Studios
- iKARUS stadtteilzentrum
- Interkultureller Garten
- Kieztreff Lebensnetz
- Kinderhaus Berlin-Mark Brandenburg e.V.
- KJGD Lichtenberg
- LWB
- Praxis Familienleben
- Stadtteilzentrum Alt-Lichtenberg
- Stadtteilzentrum Lichtenberg-Mitte
- Suppe und Stulle
- VAV Nachbarschaftshaus

Meinen Sie auch Ihre Einrichtung könnte unser Extrablatt vertragen?  
Dann schreiben Sie an [meinung@dergutepol.de](mailto:meinung@dergutepol.de)



"Hello Corona"  
Das öffentliche Leben mit dem COVID-19 Virus

Ein Foto-Projekt für Groß und Klein!  
Der Fotograf Nick Grossmann gibt eine Einführung in die analoge Fotografie.  
Das Thema des Fotoprojekts ist:

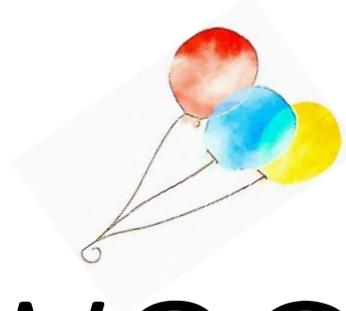
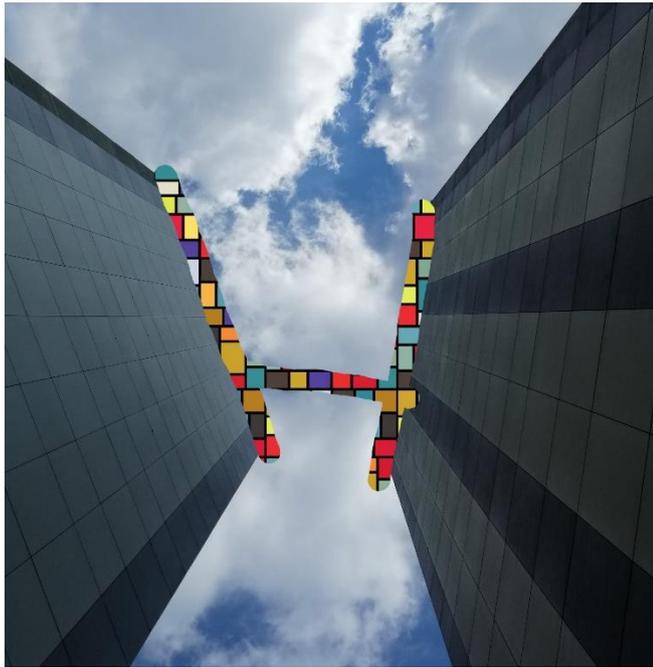
"Das öffentliche Leben mit dem COVID-19 Virus"

Wie verändert Corona das öffentliche Leben und den Alltag?  
Wie kann man persönliche Sichtweisen als Foto darstellen?  
Falls keine Kamera vorhanden ist, gibt es welche im Bürgertreff.  
Das Angebot ist kostenlos.  
Wir freuen uns auf Sie/Euch!

Freitag, 3. + 10. + 17. Juli 2020  
16 bis 19 Uhr

Anmeldung bei:  
Bürgertreff „Gemeinsam im Kiez leben“  
Telefon: 030 344 09 04 70  
E-Mail: [buergetreff@co-mensch.de](mailto:buergetreff@co-mensch.de)  
Schöneicher Straße 10A, 13055 Berlin





# HOWOGE wird 30!

## Herzlichen Glückwunsch HOWOGE!

1990, genauer am 1. Juli, wurde die Hohenschönhausener Wohnungsbaugesellschaft (HOWOGE) gegründet. Waren es zu Beginn noch 32.000 Wohnungen, die das landeseigene Unternehmen verwaltete, sind es heute mit 63.000 nahezu doppelt so viele. Und es werden noch mehr. Über 70 Bauprojekte sind derzeit in Arbeit oder noch in Planung. Die HOWOGE hat Berlin maßgeblich mitgestaltet und sich immer auch für das nachbarschaftliche Umfeld interessiert.

So rief die HOWOGE beispielsweise im Herbst 2019 das Pilotprojekt „KIEZCONTAINER – für ein gutes Zusammenleben“ in der Anna-Ebermann-Straße ins Leben. In dem dortigen Wohngebiet mit circa 3000 Bewohner\*innen setzen sich die beiden selbsternannten „Containerjungs“ Frank Bourgett und Gilles Duhem für gutes Miteinander ein. Dazu hat die HOWOGE einen Doppelcontainer zwischen die Häuser gestellt. Bourgett und Duhem

haben langjährige Erfahrung in der Quartiersarbeit aus Neukölln mitgebracht und wissen, welche Herausforderungen sich ergeben können, wenn sich soziale Strukturen ändern. Sie arbeiten eng mit dem Kundenzentrum und den Hausmeistern der HOWOGE zusammen. Gemeinsam kümmern sie sich um Probleme wie Lärm und Müll und versuchen, den nachbarschaftlichen Zusammenhalt zu stärken.

Das ist mehr als gewohnt und miteinander kann man das schaffen! Anlässlich des Jubiläums gibt es im September dieses Jahres an der Jannowitzbrücke eine Ausstellung namens „HOWOGE pro m<sup>2</sup>“ über die Entwicklung der Wohnungsbaugesellschaft mit den weißen Buchstaben im himmelblauen Gewand. Aber die HOWOGE kann auch grün. 30 Bäume werden gepflanzt und wer über 30 Jahre in seiner (jetzigen) HOWOGE-Wohnung lebt, auf den wartet eine Überraschung. Einfach eine E-Mail an [mieteinander@howoge.de](mailto:mieteinander@howoge.de) schreiben (Einsendeschluss: 10. Juli 2020).

## „HOWOGE pro m<sup>2</sup>“

Eine Ausstellung zeigt die Geschichte und den Wandel der HOWOGE in drei Jahrzehnten und blickt Richtung Zukunft. Ob Sanierung, Schulbau, Neubau oder soziale Verantwortung: Erfahren Sie anhand von Bildern, Grundrissen und Videos Wissenswertes über die HOWOGE. *ust.*

19. und 20. September sowie  
26. und 27. September;  
jeweils 10 – 18 Uhr

15. und 16. September sowie  
22. und 23. September;  
jeweils 17 – 20 Uhr

Supermarkt an der Jannowitzbrücke, Holzmarktstraße 66, Eintritt frei. Weitere Informationen unter

[www.howoge.de/30jahre](http://www.howoge.de/30jahre)

## Kiezcontainer

Anna-Ebermann-Straße 6  
13053 Berlin

030 / 54 64 13 40

<https://kiezcontainer.de>

[mail@kiezcontainer.de](mailto:mail@kiezcontainer.de)



## Bitte nur mit Wagen. Ffft! Ffft! ... Einkaufen in schwierigen Zeiten

Mal eben eine Tube Zahnpasta in der Drogerie kaufen. Oder ein kleines Wasserhahn-sieb im Baumarkt. Nein! Nur mit Einkaufskorb oder Einkaufswagen. Denn die sind streng abgezählt. Ganz egal, ob morgens um neun kaum ein Kunde im Laden ist. Und natürlich kann man somit gleich **mehr Desinfektionsmittel** verbrauchen. Die Körbe und Wagen müssen ja alle permanent desinfiziert werden. Hier ist man sich nicht zu schade, globale Betroffenheit zu zeigen und vorwiegend Personal mit Migrationshintergrund für die anspruchsvolle Putztätigkeit einzusetzen, das sonst nicht für diese Läden arbeitet.

### Praktisch ist anders

Und so packt man dann die Zahnpastatube in den Wagen, den man auch an allen Enden stets und ständig berührt, wo nie eine desinfizierende Sprühwolke hinkommt. Und so schiebt man dann das Drei-Zentimeter-Sieb auf einem riesigen Vehikel durch die Gänge, das eigentlich für Schwerlasten gedacht ist. **Erinnern Sie sich noch an das Gefühl der ersten Zeit, als noch nicht jeder so wie fast sonst einkaufen ging?** Als wir das mit den anderthalb Metern noch im Kopf hatten. Da liefen wir doch **wie Pacman** durch die Gänge auf der Suche nach Dosen, Senf und Obst. Alle anderen Wagenschieber kamen einem vor wie die vier Gespenster Blinky, Pinky, Inky und Clyde, die einen von der Bildfläche wischen wollen. Ausweichen in einen anderen Gang. Uh, da kommt Pinky, wieder zurück ... Nur, dass wir in jedem Konsumenten einen poten-

ziellen Virenträger vermuteten. Fast schon beschämt ist man schließlich doch still und heimlich in beengten Gängen aneinander vorbeigezogen.

### Schiebung

Gezogen? Geschoben hat man! Man schiebt in einem Supermarkt. Dafür muss man aber die Wagengriffe anfas-



sen. So läuft man Gefahr, an Viren, Einbildung oder atopischer Dermatitis zu erkranken. Nicht doch! Es muss nicht so weit kommen. Wie gut, dass eine nordrhein-westfälische Maurerkellenfirma in der Not ein neckisches Werkzeug erfunden hat, das Abhilfe schafft: Schubsi! Wie niedlich! Zwei Holzgriffe mit Gummizangen, die man hygienisch einwandfrei an die kontaminierte Wagenschubstange klippt.

### Maurer machen's möglich

Die Firma Haromac, die sich sinnstiftenderweise in der Stadt Hückeswagen befindet, hat eine eigene Homepage,

auf der sie ihre üppige Angebotspalette für unbedenkliches Konsumieren anpreist. Da gibt es den einfachen Holzgriff, die blaulackierte Version oder feines Wurzelholz in den Größen M 25, M 32 und M 40. Der vorsorgliche Bedenkenträger kauft natürlich ganze Sets von Allrounder, über Familienpackung bis hin zum

## Das freut mich

Neulich bin ich mit dem Auto rasch durch die Zechliner. Mucke an. Telefon am Ohr. Gegenverkehr. Bamm. Spiegel am parkenden Auto abgeklappt. Ich also angehalten, gucken, ob was kaputt ist. Da kam auch schon der Besitzer des parkenden Autos an. Ich schon: Mann, jetzt noch Polizei und so. Protokoll. Schaden. Versicherung ... eeyy! Aber er so: Tür auf, Zündung an, Spiegel ein- und ausgefahren, funzt, kein relevanter Kratzer. Und dann ließ er mich fahren. Er sei nicht so einer, sagte er noch. Wow, mehr Menschen davon! *Bernd K.*

Letztens hatte ich keine Lust, mir was zu essen zu machen. Frühstück nicht. Mittag nicht, am Nachmittag sowieso nicht. Keine Lust, Geld auszugeben. Aber ein Glück scheint ja die Sonne. Die hab' ich mir ins Gesicht braten lassen. Und auf den Bauch. Und dann war er weg, der Hunger. Abends – okay. Stullen. Aber tagsüber mit Sonne. Ich nehm jetzt einfach öfter ein Sonnenbad. Geiler Sommer. Mir scheint, ich spare mich reich! *Ulrike Densbach,*

Sammelkauf; geliefert in recycelten Kartons – dem Gewissen zuliebe. Der ganz große Skeptiker kann sich noch Anwender-Videos anschauen. Da wird eine glückliche Welt mit sauberen Schubsern inmitten der Gefahren des Konsums gezeigt. Nicht gezeigt wird, wie der Schubsischubser an der Kasse mit Haromacs Wundergedöns Bargeld wechselt oder später den Euro aus dem Wagen holt – aber wir wollen hier mal nicht kleinlich sein. Viren anderswo als an Einkaufswagenstangen! Nein, dazu verschwören wir nichts. Das wäre ja Schiebung.

**Die Welt ist gut!** *av.*

Gut, dass ich meinen Fensterwischer, den ich mir zum Frühjahrsputz neu gekauft hatte, nur im Set mit Eimer gekriegt habe. Brauch ich nicht, dachte ich, aber war mit Eimer halt billiger als ohne. Das sind immer so eckige Eimer in diesen Sets. Wegen dem breiten Fensterwischer. Na, und nu? Kann ich mir kaltes Wasser und dann die Füße reinmachen. Fenster auf, Sonne rein und Füße kalt. Herrlich! Haben Sie schon mal Ihre Füße in einen runden Eimer gemacht? *Britta Hattmann*



MITTWOCH, 8. JULI  
MITTWOCH, 22. JULI

## Fahrrad Reparatur- Café Repair-Café

16 bis 18:30 Uhr

Lerne mit Anleitung dein Fahrrad selbst wieder in Gang zu bringen.  
Bei gutem Wetter draußen vor dem Bürgertreff. Kostenlos.  
Das Angebot findet in Kooperation mit Der Gute Pol statt.

### Fragen unter:

Telefon: 344 09 04 70  
Email: buergertreff@co-mensch.de

### Ort:

Bürgertreff  
„Gemeinsam im Kiez leben“  
Schöneicher Straße 10A  
13055 Berlin

## KOSTENLOSE SOZIAL- und MIETERBERATUNG

Frau Duchene: mittwochs 15:30 – 18:30  
0159 / 027 57 929  
[info@gesoplan.de](mailto:info@gesoplan.de)

## KOSTENLOSE RECHTSBERATUNG

Frau Vorpahl: mittwochs 17:00 – 18:30 Uhr  
030 / 75 63 95 23  
[info@gesoplan.de](mailto:info@gesoplan.de)

## WO?

NachbarschaftsTreff an der Seefelder

Seefelder Straße 50  
13053 Berlin

[www.nachbarschaftstreff-seefelder.de](http://www.nachbarschaftstreff-seefelder.de)  
[info@nachbarschaftstreff-seefelder.de](mailto:info@nachbarschaftstreff-seefelder.de)

030 / 501 77 989

## Meinung

zu: *Die Frau im Manne und Die gute alte Idee, vom 2.3.20, S. 3 und 19*

Ditt is mir wieder mal viel zu viel Philosophie jewesen, Mann! Denkt Euch doch mal, dett Denken echt anstrengend is', wenn man den janzen Tach malocht und dann noch nachdenken! Ey, ditt is watt für die intellektuellen Sesselfurzer, aber nicht für die Arbeiter, die hier allet uffbauen. Ohne uns wärt ihr ganz schön arm! Watt ihr schafft, sind nutzlose, neunmalschlaue Vorhaltungen!

*Lars Schwendtler, Goeckestraße*

[Da haben wir auf der Homepage  
<http://www.dergutepol.de/philosovieel/> was für Sie (Red.)]

Ich lass mich umoperieren. Zum bisexuellen Zwitter. Das ist mir zwar eine Idee zu viel Geschlecht, aber ich wär für jede Debatte gewappnet und könnte überall mitreden.

*Peter Möckiwitz, Konrad-Wolf-Straße*

[Die OP zahlen Sie aber selbst. Und vergessen Sie nicht, den entscheidenden Mitgliedsausweis zu beantragen. (ge.)]

Endlich mal reflektierte und belegte Wahrheiten niedergeschrieben! Chapeau! Und originell!

*Ursula Wendehöft, Oberseestraße*

[Bärenstark, nicht wahr? Und erst unser Report von der Lichte!!! (Red.)]

zu: *neues Feuchtbiotop zwischen Alt-Hohenschönhausen und Lichtenberg, vom 2.3.20, S. 14*

Sagen Sie mal, wer gibt Ihnen eigentlich die Pillen, um so einen Blödsinn zu schreiben? Damit diskreditieren Sie doch alles andere, das Sie sonst thematisiert haben. Können Sie sich selbst überhaupt noch ernst nehmen?

*Annika Sildjerin, Sollstedter Straße*

[Ernst ist uns zu männlich. Zu einseitig. Wir wollen vielschichtigen und investigativen Journalismus betreiben. Dazu nehmen wir dreimal täglich Calgon und periodisch Mondamin. (Red.)]

zu: *Abwarten und Schnee trinken. Amundsen und seine Männer erobern den Südpol, vom 2.3.20, S. 21*

Vielen Dank für diesen Artikel! Kein Mensch interessiert heute noch Amundsens Bericht im Original, aber die Literatur ist voll von heldenhaften Inszenierungen zum Vorbild ganzer Nationen. Ich denke da nur an einen Großteil der Bergliteratur oder an Seefahrtsgeschichten, die sich tief in westliche Kulturen geätzt haben. Und: eine tolle Zeichnung zum Text! Weiter so!

*Britta Bernrieder, Bennyweg*

[Da würden wir doch glatt erröten, wenn der männliche Duktus es erlaubte. (u. und jk)]

## Leere Regale. Sind Mängel gewesen?

Kennen Sie das noch? Leere Regale? Manche hatten so etwas noch nie gesehen! Keine Ware! Häh? Sonst gab's doch immer alles im Überfluss. Es wächst doch ständig. Ewiges Wachstum! Wie kann denn auf einmal Mangel vorherrschen?!? Unvorstellbar!

abgespreizt würde? Nein, wir haben es nicht geschafft. Uns weiterzuentwickeln, maßzuhalten, zu teilen. Haben stattdessen panisch gehamstert. Anderen etwas weggenommen. Gekauft, wohlgemerkt(!), aber anderen Ware vorenthalten, mit

ist ein Mängelwesen! Bestens geeignet, mit Mangel zu haushalten und seine Defizite geschickt zu kompensieren.

**Wir Menschen sind** dem so genannten Tier körperlich **unterlegen**, dümpeln mit verkümmerten Instinkten herum und können unsere Sinne in

den Mindestabstand einzuhalten! Da kann man als Gesundheitsminister schon mal besorgt sein.

Mängelwesen ... Wir sollten doch eher auf unsere Potenziale schauen. Sind wir nicht vielmehr Fähigkeitswesen? In der DDR war man wenigstens



**Nudeln! Wir brauchen Nuudeln!** Und alles in Dosen (gut, wenn man noch einen Dosenöffner hat<sup>1</sup>). Konserven und Trockenware – was waren das für preppereske Verhaltensweisen, die die Menschen prompt an den Tag legten. War das nötig? Und Klopapier! Hach, was sind wir doch für gepflegte Arschabwischer? Auf jeden Fall **Unmen-gen an Klooopapier!** Sind uns die arabischen Kulturkreise da nun wieder fast voraus gewesen? Sich den After mit Wasser zu spülen, gar die linke Hand dafür zu benützen. Oder anders gedacht: Wäre die zwei- bis vierlagige Lücke nicht die Chance gewesen, wieder ein bisschen mehr kulturelles Etepetete aufleben zu lassen, weil der kleine Finger beim Heben eines Sektglases oder eines Kaffeetässchens wieder zu Recht

der sie sich glücklich in Sicherheit hätten kaufen können. Dann ging sie los die Jagd nach Mehl, Wischpapier und Pasta für Magen und Zähne; gestoppt von Security, eilig an die Regale geklebten Geboten und geschultem Kassenspersonal. Nudeln und Toilettenpapier – als wenn uns das ausmachen würde. Immerhin kein Mangel an Bier, Sauerkraut und Bratwürsten. Aber ob man das als Entwicklung bezeichnen möchte ...

**Dabei könnten wir uns doch viel versierter verhalten.** Mindestens die ehemaligen Ossis hätten aus ihrer instinktgetriebenen, prähumanen Zeit lernen können. Wir Menschen sind doch Mängelwesen. Ja, Mängelwesen. Von Herder vorgedacht, von Scheler übernommen und von Arnold Gehlen auf den Punkt gebracht. Der Mensch

einer Welt voller Reize nur schwerlich fokussieren. Wir wären verloren, wenn wir damit nicht umgehen könnten. Max Scheler räsonierte darüber anthropologisch, dass es den Menschen ausmacht, nicht umweltgebunden zu sein. Nein, denn er ist weltoffen und kann sein Leben in einer gemeinsamen Welt gestalten.<sup>2</sup> Wir nennen das „Kultur“. Aber nein, wir jagen Toilettenpapier. Laut Gehlen würden unsere Mängel ferner dazu führen, dass wir institutionsabhängig sind. Wir brauchen den offiziellen Schutz. Zur Aufrechterhaltung der Kultur. Wir brauchen den Staat. Dieser darf nicht zer-setzt werden. Und was machen die Leugner? Die Verschwörer? Diese fletschenden Bestien aus Wald und Wüste? Sie gehen auf dem Alex demonstrieren. Ohne

präventiv fähig, eine landesweite Ausgangssperre (in den Westen) zu verhängen. Da war man Einschränkungen gewohnt. Da gab es auch ein groß angelegtes Pandemie-Konzept in der Schublade und flächen-deckende Impfungen aus dicken Kanülen. Doch den gibt es ja nicht mehr – den Osten. **Ist ja alles jetzt welt-offen. Oder Mangelkultur?** Weltkultur? Kulturoffen? Weltmangel? Herrschaftszeiten! ... oder Frauschäfts ... cis ... cross ... trans ... Immer gibt's was zu bemängeln ... ro.

*„Wo man nichts anderes sieht, nichts anderes hört, nichts anderes erkennt, da ist Überfluss. Und wo man etwas anderes sieht, etwas anderes hört, etwas anderes erkennt, da ist Mangel. Der Überfluss ist das Unsterbliche, der Mangel das Sterbliche.“*  
Upanishaden

<sup>1</sup> Der Gute Pol 1/19, S. 9

<sup>2</sup> Der Gute Pol 8/18, S. 6

## Flugalarm! Mask Men fight the virus-flight!

Noch ist es nicht vorbei. Noch gibt es keinen Impfstoff. Zwar wird die Zahl der Corona-Infizierten geringer. Doch damit das so bleibt und um einer zweiten Infektionswelle vorzubeugen, gilt es weiterhin, in der Öffentlichkeit zu seinen Mitmenschen möglichst anderthalb Meter Abstand zu wahren. Außerdem herrscht in Geschäften und im Öffentlichen Personennahverkehr Maskenpflicht vor. Mehr Masken – mehr Schutz vor dem Sars-Virus.

### Gegen Corona-Viren hilft keine Flak

Covid-19 hat weder einen Pilotenschein noch eine Fluglaubnis. Es fliegt unter dem Radar in alle Öffnungen und mit Vorliebe in Schleimhäute. Die autonomen Viren sind klein. Einfach abballern ist nicht. Ausweichen? Schwierig. Beschränkungen heißt derzeit, die kleinen Dinger in Schranken zu weisen. Hat sie jemand, soll er sie für sich behalten. Masken sollen schützen!

### 50.000 Masken

Viele nähen selbst und viele verkaufen Masken, doch nicht jeder kann sich dauernd Masken leisten. Der Bedarf ist groß und das geht ins Geld. Lichtenberg hat sich nicht lumpen lassen und ganze 50.000 Masken für Bedürftige geordert. Die Stadtteilkoordinationen und Sozialen Treffpunkte sowie weitere Partner\*innen in den sozialen Netzwerken haben die Aufgabe, die Masken zu verteilen. 14 Standorte bieten in Lichtenberg seit Mitte Mai hübsche, blaue Mund-Nasenschutz-Masken (MNS- oder so genannte OP-Masken) an. In Alt-Hohenschönhausen sind das der *Kieztreff Lebensnetz* in



Potyka und Behling in Geberlaune der Anna-Ebermann-Straße, der *Bürgertreff „Gemeinsam im Kiez leben“* in der Schöneicher Straße und die *Stadtteilkoordination DER GUTE POL* in der Küstriner Straße.

### Rein oder raus?

Da kommt nichts raus, aber rein. Sowohl durch die Masken als auch die Vergabestationen. Die MNS-Masken schützen andere, aber nicht die Träger. Und in die Standorte kommen einige, aber nicht alle. Es muss also auch welche geben, die rausgehen und Masken verteilen. Tragen alle Masken, ist Corona von einer umfassenden Flugsperre betroffen. Aber wer traut sich zu, unter die Viren zu gehen?

### Mask Men against Covid-19

Fabian Behling und Thomas Potyka. Die zwei Stadtteilkoordinatoren von Alt-Hohenschönhausen sind Helden, die sich ins virale Gefecht stürzen. *Der Gute Pol*. Zwei Männer mit Krawatten und Ganzkörperschutz bewaffnet packen die Taschen voll steriler MNS-Masken und gehen zum Angriff über.

Das mittelschwere Gerät *Rike* dient als Bodenunterstützung. Bunte Panzerungen hinten und vorne verdecken die kachligen Ladungsdepots und machen es mit über tausend

MNS-Masken zu einem ernst zu nehmenden **GeSCHÜTZ!** Schon unterwegs zu den neuralgischen Punkten des alten Hohenschönhausens verteilen die Stadtteilkoordinatoren Masken. Vorbei an *Suppe & Stulle* wird auch Oberst Andrea ausgestattet, denn die Kiezkantine mit der Versorgung rein-biologischer Nahrungswaffen kann kriegsentscheidend sein.



Oberst Andrea von Suppe und Stulle

### Am Hohenschönhauser Tor wird Stellung bezogen

Ein klares (Corona-)Halt-Zeichen an die *Rike* montiert dient der moralischen Zersetzung des mitunter tödlichen Virus' und das Pommeschranke-Flutterband drumherum stellt genügend Abstand her. Doch was ist das? Eine hausmeisterliche Drohne territorialer Hörigkeit kommt direkt auf die beiden SARS-Kämpfer zu. Sie schießt mit mahnenden Worten (ohne Mundschutz!) und gebietet, das Grundstück des Centers zu verlassen. Hier dürfe kein Gerät niedergelassen werden! In einer diplomatischen Beratung der Stadtteilkoordinatoren kommen beide zu dem Schluss, abzudrehen und ein paar Meter weiter Posten zu machen. Es herrscht schon genug Aufruhr und keiner kann jetzt Panik gebrauchen.

An der Grenze Alt-Hohenschönhausens scheint ohnehin mehr Sonne.

Fabian Behling im schwarzen Overall überdenkt die Wahl der Farbe seines Schutzanzuges. Aber der Anzug hält und schützt die Menschen vor seinem Schweiß. Mit einem Greifer überreicht er die Masken. Mit Abstand die beste Idee von *Der Gute Pol*. Sicher ist sicher!

Die Leute sind erquickt! Kostenlose Masken. Ein gutes Zeichen von Lichtenberg! Dankbare Menschen umkreisen die beiden Koordinatoren. Sie können sie nur mit den Augen anlächeln. Die Masken bedecken alle Münder und so kann die Hausmeisterdrohne vom Center gegenüber nicht sehen, dass ihr hämisch die Zungen rausgestreckt werden. Die Maschinerie läuft! 200 zu Null für Lichtenberg. Keine Ansteckungen. Viele Geschützte.

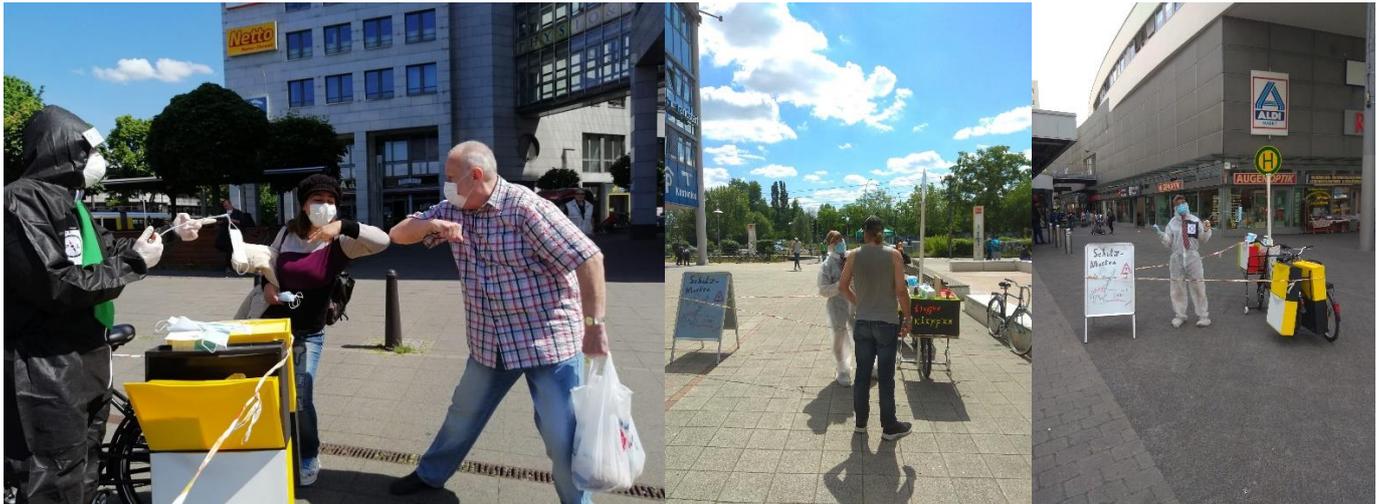


Einsatz am Hohenschönhauser Tor

### Aufbruch zum Allee-Center Berlin

Das Geschütz hält zwischen dem Einkaufstempel und dem ausgeschalteten Brunnen (Wasserfontänen können Luftwirbelungen verursachen und den Viren wie ein Jet-Stream als Flugunterstützung dienen). Hier ist der Andrang etwas spärlicher. Dafür dauern

Fortsetzung auf S. 11



Fortsetzung von S. 10

die Gespräche mit den Menschen umso länger. Man muss halt auch mal über Corona sprechen können. Wo kann man sowas heutzutage schon noch machen? Aber die Stimmung ist gut. Aus der *Rike* tönt gechillte Hohenschön-House-Musik.

Neben *Der Gute Pol*, etwas weiter an der Tram-Haltestelle, steht ein Stand von *aktion tier*. Richtig so. Wer denkt derzeit an die Tiere? Wir Menschen sind so selbstsüchtig in dieser Corona-Zeit. Dabei haben wir den Virus doch angeblich irgendwelchen Fledertieren zu verdanken! Aber es ist ein ungleicher Kampf. Während *aktion tier* den Menschen etwas nehmen möchte (Geld), können die Vertreter Lichtenbergs mit Geben auftrumpfen. Kostenlose MNS-Masken! Beim Wort „Masken“ machen Manche einen skeptischen Bogen, doch das Wort „kostenlos“ zieht wie ein guter Pol die nackte Seele aus den Leibern der Menschen und lässt sie die Hände aufhalten. Aber zu viel Nacktheit ist nicht gut. Die Viren und die Öffnungen ... Es steht 400 zu Null. Weiter geht's!

### Auf in den Kampf am Storchenhof!

Vor die verwegene Schneise der silbernen Centerbrocken rollen die Stadtteilkoordinatoren ihr Geschütz in Position und richten es auf die Demaskierten und die, die nicht genug Maske kriegen können. Make Up reicht eben nicht gegen Corona. Skeptische Blicke – warum hilft hier auf einmal jemand? Aber *Der Gute Pol* setzt sich durch, unterstützt von Volksmusik und Germany Top 40 aus der *Rike*. Kämpfer Behling verlässt sogar das schützende Flatterband und spricht die Menschen direkt an, lässt sich Masken zeigen, vergewissert sich, ob auch jeder genügend geschützt ist. Jeder ist ihm gleich – ob Kaufland- oder Aldigänger. Schutz ist Schutz! Interessante Menschen schlagen auf. Alte Menschen, mit und ohne Humor. Zahnlose Menschen, mit und ohne Maske. Schickiemickies, mit und ohne Silikon. Business-typen, mit und ohne Jackett. Familienmenschen, mit und ohne Anhang. Junge Menschen, zum Beispiel Kinder, die mit ihren Bikes stolz ihre neuen Stunts präsentieren. Im Melting Pot Alt-Hohen-

schönhausens wird jeder versorgt. Jeder soll hier Vorbild sein. Jeder soll Schutz genießen.

Ein Passant kommt aus dem Krankenhaus, arbeitet dort. Ist es leid, noch nach seiner Arbeit, eine Maske tragen zu müssen. Als Fachmann analysiert er mit den Herren von *Der Gute Pol* die Vor- und Nachteile verschiedener Maskentypen. Maske allein tut's nicht. Zu glauben ist jedes seiner skeptisch-kundigen Worte. Alles hat seine Tücken. Dennoch wird weiter verteilt. Es geht um solidarische Haltung und die Minimierung der Flugangriffe von Covid-19. Masken im öffentlichen Raum reduzieren die gegenseitige

Ansteckungsgefahr erheblich. Masken helfen. 700 zu Null. Kein Gefallener. Schutz für hunderte Alt-Hohenschönhausener.

Siegreich und erschöpft ziehen Fabian Behling und Thomas Potyka vom Feld und kehren erfolgreich zur Basis in die Küstriner Straße zurück. Mask Men – es wird nicht ihr letzter Kampfung gewesen sein. Noch ist es nicht vorbei. Noch gibt es keinen Impfstoff. Halten Sie Ausschau nach *Der Gute Pol* auf ihrer nächsten Schlacht in Contaminaland!

lan.



## Schimpfwort des Monats Viralschlunzer!

## Interessiert mich nicht die Bohne

Am Morgen versuchte ich mir vorzustellen, eine Kaffeebohne zu sein, die in der Kaffeemühle in Stücke zerrieben wird. Die Bestimmung einer Kaffeebohne. Muss doch eigentlich ein sinnerfülltes Gefühl sein. Kann eine Kaffeebohne lächeln, wenn sie in der Mühle zerrieben wird? Lächeln, weil sie sich für all ihre zerstückelten Teile freut?



Dass sie Sinn machen? Geschmack entfalten. Kann sie dann überhaupt noch für ihre Teile fühlen, wenn sie abgetrennt sind? Der lächelnde Mund fällt in die eine Richtung, Augen und Rumpf jedoch in andere ... kann sie sich in der Folge ihrer Vielheit noch wahrnehmen?

Eine Kaffeebohne fühlt nicht. Sie ist einfach nur eine Kaffeebohne. Aber eine Kaffeebohne löst Gefühle aus. Beim Menschen. Die schmeichelnde Form in der Hand. Das rieselnd klackernde Rinnen vieler Bohnen durch die Finger. Der

verschmitzte Riss, der ihr Charakter gibt. Die braune Farbe, die an Sonne und Entspannung erinnert. Als wäre es Urlaub. Der weckende Geruch, das intensive Aroma, das Auferstehung verheißt ... Kaffeebohnen ... für manche eine Religion ...

Am 20. Juni war Sommer-sonnenwende. Der längste Tag, die längste Nacht im Jahr. Ab jetzt werden die Tage stets kürzer, die Nächte immer länger. Irgendwann wird nicht mehr genug Sonne den Morgen beschönigen und der Griff zum Kaffee wird dringlicher. Üben Sie schon jetzt. Pusten Sie Smileys in Ihren Kaffee. Schaum. Es sind ja eh alles Schäume. Und warum nicht seine eigenen Schäume gestalten. Pusten Sie! Pusten Sie sich glücklich! *dr.*

## Coronhaar



Er hat Coronahaar



Er hat 'ne Frisur



Er hat Coronahaar



Er hat 'ne Frisur

## Pötischer Stabensalat

Morgenschlummer,  
ungeschützt –  
Heitrer Auferweckung nützt,  
Heiß und herzlich düftend,  
Der Geruch die Nase lüftend.

Ganz richtig die Bemerkung:  
Er ist die erste Stärkung.  
Belebend Geist und Körper,  
Sich bilden Kraft und Wörter.

Ohne ihn entblöste  
Gnatzigkeit,  
Verquollen und zerknittert,  
Vom Schlafraub arg  
verbittert,  
Zum Gespräch noch nicht  
bereit.

Doch rettend eilig brüht –  
Morgengrauen geh,  
Dass Frohsinn auferblüht!  
Beruhigend Pott Kaffee.

TP

## DER GUTE POL

**PFLICHTBLATT** für gute Menschen  
Berlin Hohenschönhausen, 13055  
**Herausgeber und Chefredakteur:**  
Dr. Gustav Roland Reudengeutz

### Autoren:

d, rr, eu, de, ng, tz, dr, re, ud, en, ud,  
ge, ut, z, grr, r, ude, drr, eng, e, utz,  
rg, ta, us, v, ro, la, n, rg, tav, lan, gl,  
dre, enge, an, bw, vro, dr. snow

### Pötischer Stabensalat:

Thomas Potyka

### Bilder:

stammen aus der Redaktion  
oder von [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

### Lektorat:

Katharina Flach

### Meinung:

meinung@dergutepol.de

### Newsletter:

[newsletter@dergutepol.de](mailto:newsletter@dergutepol.de)

### Instagram:

der\_gute\_pol

Der gute Pol erscheint mehrmals im  
Jahr.

Der gute Pol ist kostenlos, aber nicht  
umsonst.

## Neuer Nachbarschaftstreff in Alt-Hohenschönhausen

In der Seefelder Straße 50 hat ein neuer sozialer Treffpunkt eröffnet. Gleich hinter der Taborkirche, an der Stirnseite des Punkthochhauses, bringt der Verein *Frei-Zeit-Haus e.V.* neuen Wind in die Nachbarschaft. Mit Erfahrungen als Träger in Weißensee wie zum Beispiel vom dortigen Stadtteilzentrum ist er nach einem langen bezirklichen Entscheidungsprozess der richtige Partner für die Bedarfe und Wünsche der Bewohner\*innen rund um den Storchenhof, der kaum mehr als hundert Meter entfernt liegt.

Warum lange drumrum schwafeln? Nomen est omen, also ward der Treff schlicht „**Nachbarschaftstreff an der Seefelder**“ genannt. Im Erdgeschoss mit Blick auf die Ruine des ehemaligen Vertragsarbeiterheims sitzen die Leiterin Doreen Otto und ihr Mitarbeiter Babak Eskandani. Aber sie lassen sich von der tristen Perspektive nicht entmutigen. Bald wird ihnen der Blick von Besuchern versperrt sein und ein geplantes Gartenprojekt, unter anderem zur Begrünung der Terrasse, wird überdies für schöne Aussichten sorgen.

Die Eröffnung am 27. Mai durch Michael Grunst (Bezirksbürgermeister Lichtenbergs, Die Linke), der OE SPK (Organisationseinheit sozialräumliche Planungskommission) und Christoph Lewek (Leiter des Frei-Zeit-Haus e.V.) war noch von den Beschränkungen der Pandemie-Maßnahmen gezeichnet. Doch schon bevor der Treff offiziell aufmacht, kommen täglich Nachbarn und fragen, was es hier gibt und wie sie sich einbringen können. Es sind vor allem Ältere, die sich ehrenamtlich engagieren wollen. Sie möchten sich hier mit

ihren Nachbarn treffen. Schließlich ist es ein Nachbarschaftstreff! Auf einen Schwatz, auf einen Kaffee oder um Angebote wie Gesellschaftsspiele und Yoga zur Bewegung von Geist und Körper wahrzunehmen.

den hier mittlerweile viele Sprachen gesprochen. Babak Eskandani spricht einige davon, zum Beispiel Farsi, Englisch, na und auch Deutsch. So ist er Ansprechpartner vieler Bewohner\*innen, die Deutsch erst lernen. Außer-

im Bürgeramt 4 in der Große-Leege-Straße anzutreffen waren, sind jetzt im *Nachbarschaftstreff an der Seefelder*. Immer mittwochs von 15:30 – 18:30 Uhr Sozial- und Mieterberatung und 17:30 – 18:30 Uhr Rechtsberatung.

Demnächst wird alles noch viel schöner. Eine Garten AG wird derzeit gebildet, eine Lion-Dance-Gruppe möchte auf der Terrasse am Nachbarschaftstreff üben und damit die Älteren vom vielen Scrabble, Rommé und Kaffee nicht einrosten, gibt es ab 4. August Vinyasa-Yoga für Einsteiger und ab 5. August sogar Hatha-Yoga für Frauen über 60. Voraussichtlich kann die Leiterin Doreen Otto bald sogar Kinder-Yoga anbieten, wenn sie die Ausbildung dazu im nächsten Jahr abgeschlossen haben wird. Weitere Angebote ab September sind eine Literaturgruppe und eine Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige.

Der neue *Nachbarschaftstreff an der Seefelder* – Treffen ist Begegnung. Begegnung ist Dynamik, Schwung und Lebendigkeit. Mit der richtigen Haltung der Menschen untereinander wird das eine große Bereicherung. Yoga kann da nur gut sein. *eu.*

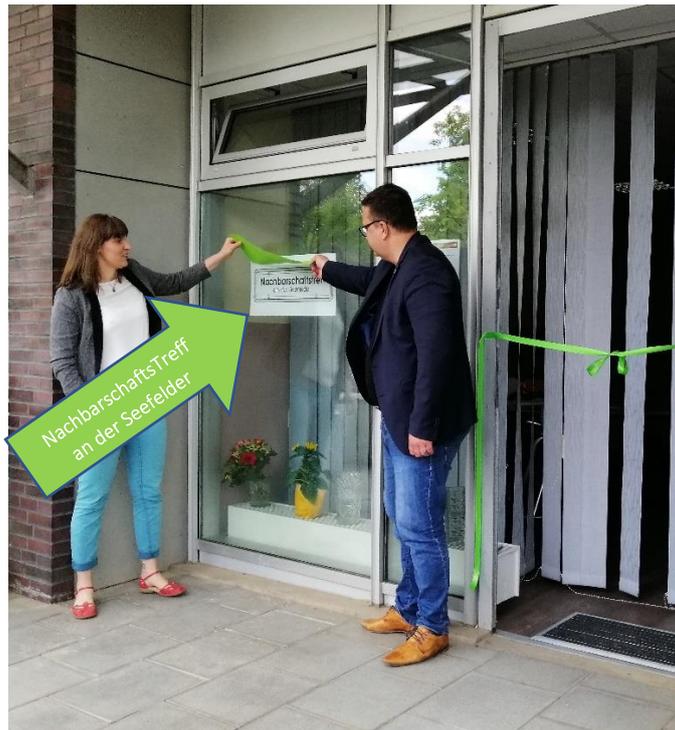
### Nachbarschaftstreff an der Seefelder

Seefelder Straße 50  
13053 Berlin

[www.nachbarschaftstreff-seefelder.de](http://www.nachbarschaftstreff-seefelder.de)

[info@nachbarschaftstreff-seefelder.de](mailto:info@nachbarschaftstreff-seefelder.de)

030 / 501 77 989



Leiterin Doreen Otto und Bürgermeister Michael Grunst (Die Linke) eröffnen

Auch an die Jüngeren wird gedacht. Die Praktikantin Nora macht an zwei Tagen in der Woche kreative Bastelangebote. Besonders in der Ferienzeiten sollen die Kinder animiert werden, sich bunt auszudrücken und bestenfalls kommen die Eltern gleich mit. Klar wer-

dem kann er vermitteln oder ganz konkret in schwierigen Lebenslagen beraten und unterstützen. Dem nicht genug: Die kostenlose Sozial- und Mieterberatung sowie die ebenfalls kostenlose Rechtsberatung von Frau Duchene und Frau Vorpahl, die vorher

## Die Vorrichten

Was kann man derzeit schon wissen? Kann man Veranstaltungen planen? Wird es einen zweiten Lockdown geben? Wir wissen es nicht. Trotzdem denken Einrichtungen darüber nach, wie sie für die Menschen in Lichtenberg da sein können; setzen sich in Arbeitsgruppen zusammen und planen. Es wird weniger große Veranstaltungen geben, wo sich viele Menschen zentral treffen. Dafür wird es dezentrale Zusammenkünfte geben. An verschiedenen Orten zum selben Thema. Hier eine Auswahl. Eine Aussicht.

**4. September**

### Aktionstag Alleinerziehende

2020 gibt es kein Fest an einem Ort. 12 Einrichtungen in Lichtenberg, vorwiegend die Familienzentren, öffnen am 4. September von 15 bis 18 Uhr je bei sich ihre Türen unter dem Motto „Zusammen sind wir weniger alleinerziehend“. Es gilt auch in diesem Jahr, auf die besondere und zumeist herausfordernde Situation Alleinerziehender, die in Lichtenberg stark vertreten sind, hinzuweisen. Die Angebotspalette reicht von Beratung über Entspannung bis Zusammenhalt. Begleitet werden alle Veranstaltungen von einem gemeinsamen Zoom-Programm und der Möglichkeit, alle anderen Teilnehmer\*innen in den verschiedenen Einrichtungen zu grüßen – damit man auch an in diesen Zeiten mehr zusammen und weniger allein ist.

Kennen Sie eigentlich schon die passende Homepage für Alleinerziehende in Lichtenberg?

<https://www.alleinerziehend-in-lichtenberg.de/>

**11. – 20. September**

### Freiwilligentage

Der freie Wille ist philosophisch-neurologisch umstritten, aber tun wir doch einfach alle so als ob. Als ob es Freiwilligkeit gäbe. Na und falls es Freiwilligkeit gibt, hat Lichtenberg gleich eine ganze Woche parat, um diese anzuwenden. Freiwilligkeit kann man zeigen, indem man der Freude am Leben halber mit anderen helfend tätig ist. Einfach so. Das kann Unterstützung bei einem Nachbarschaftsfrühstück sein, bei einem Fest, einer Pflanzaktion, einer Saubermachaktion, bei einer Essensausgabe, bei einem Repariernachmittag oder einer kulturellen Darbietung auf der Straße und und und.

Informieren Sie sich gleich freiwillig bei *oskar*, der Freiwilligenagentur Lichtenberg.

<https://oskar.berlin/>,

**5. – 9. Oktober**

### Woche der Generationen

Alles wird, alles vergeht. Immer wieder und immer so fort. Das erzeugt irgendetwas zwischen Leben und Tod: Generationen. Auch hier hat Lichtenberg wieder mal eine ganze Woche auserkoren, in der es um Generationen geht. Ob inter-, intra- oder hypergenerational – es ist generell wichtig, was Generationen sich geben und was sie einander lassen müssen. Am besten ist es, gemeinsam daran zu denken und etwas miteinander zu tun. Halten Sie Ausschau bei der Stadtteilkoordination Ihres Vertrauens. Viele dezentrale Begegnungsangebote werden bereits jetzt vorbereitet.

**November**

### Männerwoche

Im März dieses Jahres gab es in Lichtenberg eine Frauenwoche. *Der Gute Pol* möchte zumindest in Alt-Hohenschönhausen für ein kleines, ausgleichendes Angebot für Männer und alle, die sich für welche halten, anbieten. Mann darf also gespannt sein. Frau ebenso, denn die gehören schon dazu, wenn man Mann verstehen will.

Die Männerwoche in Alt-Hohenschönhausen. Demnächst auf

[www.dergutepol.de](http://www.dergutepol.de).

de.

Werbung



NACHBARSCHAFTS-CAFÉ

## "KOMMSE RIN!"

Kommse rin werte Nachbarschaft!  
Bei Kaffee, Tee und Plätzchen, auf ein nettes Schwätzchen.  
Sich austauschen, **freier WLAN-Zugang**, Gesellschaftsspiele.

Das Angebot findet bei gutem Wetter draußen im Hinterhof statt. Bitte bringen Sie Ihre Mund-Nasen-Bedeckung mit und achten Sie auf die Hygiene-Regeln.

**Jeden Dienstag  
15 bis 18 Uhr**

**Das Angebot ist kostenlos.**

WIR FREUEN UNS AUF EUCH,  
EGAL OB GROSS ODER KLEIN!



Kontakt für Fragen und Anmeldung:  
Bürgertreff "Gemeinsam im Kiez leben"  
Schöneicher Straße 10A, 13055 Berlin  
Telefon: 030 344 090 470  
Mail: [buergertreff@co-mensch.de](mailto:buergertreff@co-mensch.de)  
[www.gemeinsam-im-kiez.de](http://www.gemeinsam-im-kiez.de)

Cooperative Mensch  
Kommunen  
FAMILIEN FREUNDLICH  
LICHTENBERG

BÜRGERTREFF  
GEMEINSAM IM KIEZ LEBEN

## Nomen est Omen? Assoziations-Assis gehen viral.



Der Mensch ist doch ein merkwürdiges Tier. Er oder es – je nachdem – kann denken und fühlen. Rational bedacht hat das kronenförmige Virus nichts mit Konsumprodukten gleichen Namens zu tun. Ein bisschen Bildung braucht man dafür, aber interessant ist doch die Fühligkeit.

Trotz diverser Dementi des Antheuser-Busch-Imperiums, das die mexikanische Bier-

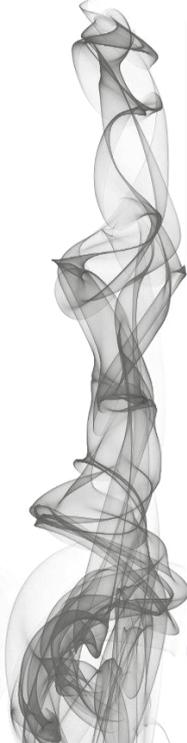
marke Corona-Extra vertreibt, ist der Umsatz des Importbieres laut Umfragen gesunken. Es ist in geringerer Stückzahl in Märkten vorhanden und während der Pandemie in der Öffentlichkeit Killer-Bier zu bestellen, schickt sich doch irgendwie nicht. Das würden Befragte zugeben, obwohl sie sich über ihre Unvernunft im Klaren sind.

Gleiches gereicht den Corona-

Zigarren zum Nachteil. Wie im eigenen Sarg liegen sie in ihren Kisten, Kästchen oder Humidoren. Wer will jetzt noch eine Corona paffen? Das geht schließlich über die Atemwege! Dabei ist die Corona eigentlich keine genuine Marke, sondern nur ein Format. Ein bestimmter Zigarrentyp, dessen sich jeder Zigarrenhersteller bedienen kann. Um die 14 Zentimeter lang, etwa

anderthalb Zentimeter dick, bietet sie eine dreiviertel Stunde oder mehr Rauchvergnügen. Balmoral, Dominican Estate, Quintero – gibt es alles im Corona-Format. Robusto, Churchill oder Cigarillo gehen nach wie vor gut. Ist ja auch kein Corona drin.

Hier hört es also endlich auf, das Denken. Trinken und Rauchen gefährden die Gesundheit – und machen dumm. *n.*



## Kennen Sie schon den?

*Falls Sie Hamsterkäufe erwägen, bedenken Sie bitte, dass die Tiere auch gefüttert werden müssen!*

*Tierisch!*

*Die haben gesagt, Handschuhe und Masken reichten vollkommen aus, um einzukaufen. Aber alle anderen hatten auch noch Schuhe, Hosen und einen Pullover an. Oh Gott war mir das peinlich.*

*Tja, Regelmäßigkeit macht große Augen. Aber bei Orion oder im Restaurant an einem Fetisch fällt das Outfit nicht weiter auf ...*

Gegen den Coronavirus essen Sie täglich drei Knoblauchzehen. Es wirkt zwar nicht gegen den Virus, aber der Abstand von einem Meter wird definitiv eingehalten.

*Früher habe ich einfach so rumgesessen, heute rette ich Leben!*

*Da steigt der Reisedruck:*

Sie wissen nicht, wohin Sie mit Corona reisen können? Schauen Sie doch mal hier: Balkongo, Sofambik, Haustralien, Dergutepolen, Computha, nach Barschaft oder: Einfach mal daheimbleiben.

*Oder bei seinesgleichen:*

Hallo Liebling, ich sitze mit den Jungs in der Kneipe. Hier hat einer gehustet und jetzt ist alles abgeriegelt. Ich komme in 14 Tagen nach Hause. Mach Dir keine Sorgen, mir geht es gut.

*Es gibt zwar noch keinen Impfstoff, aber noch gibt es Chuck Norris!*

Chuck Norris hatte Kontakt mit Covid-19. Der Coronavirus muss jetzt für 14 Tage in Quarantäne.

*Krank! Noch ein Roundhouse-Kick und Covid ist offline!*

Facebook: "Ich kenne jeden!" Wikipedia: "Ich weiß alles!" Google: "Ich finde alles!" Internet: "Ohne mich geht gar nichts!" Strom: "ACH WIRKLICH?"

*Spannend, dieses Internet. Nun ja, für alle Papiermuffel – einen haben wir noch:*

Was entsteht, wenn eine Spinne über den Monitor rennt? Eine Webseite.

[www.dergutepol.de](http://www.dergutepol.de)

ge

## Übungen und Methoden der geistig-spirituellen und körperlichen Konzentration



## VINYASA YOGA

Für Einsteiger

Im Nachbarschaftstreff an der Seefelder  
Seefelder Str. 50  
13053 Berlin

IM NACHBARSCHAFTSTREFF AN DER SEEFELDER

SEEFELDER STR. 50  
13053 BERLIN

Mit kräftigenden Yoga-Flow-Elementen, Atem- und Dehnungsübungen hat die Stunde eine ausgleichende und gesundheitsfördernde Wirkung.

**Am Morgen**  
Zur Wiederherstellung von Raum und Mobilität in allen Körperteilen.

Dienstag, 9 - 10 Uhr

**Am Abend**  
Um Spannungen, die sich im Laufe des Tages im Körper angesammelt haben, loszulassen.

Dienstag, 18.30 - 19.30

**Starttermin:** 4. August 2020  
**Kostenbeteiligung:** 15 Euro/Monat  
**Anmeldung:**  
yogainweissensee@gmail.com

Dieser Kurs richtet sich sowohl an yogafähige TeilnehmerInnen als auch an YogaeinsteigerInnen.

Wir machen Dehnungsübungen speziell für Frauen, die länger und intensiver gehalten werden sowie leichte Kräftigungs- und Atemübungen (Pranayama).

**Starttermin:** 5. August 2020  
**Mittwoch, 11 - 12 Uhr**  
**Kostenbeteiligung:** 15 Euro/Monat

**Anmeldung:**  
yogainweissensee@gmail.com

## Der Anfang vom Ende

### Alte Kaufhalle an der Wartenberger / Ecke Anna-Ebermann-Straße wird abgerissen

Über vierzig Jahre stand der Einkaufspavillon in standardisierter Metallleichtbauweise, genannt „Kaufhalle“, an der Wartenberger Straße 51; in den letzten davon leer und seitdem mit mäßiger Streetart dekoriert. Lange sind sie her die Zeiten, in denen Waren des täglichen Bedarfs konsumiert werden konnten. Bückware gab es seit der blühenden Wende dann nur noch in den unteren Regalen. Man war versorgt. Verschiedene Discounter reichten sich die Klinke, doch der Betrieb war zuletzt nicht rentabel genug. Zu wenig und zu geringe Kaufkraft. Ausverkauft. Seit 2009 keine Waren mehr.

Die Bewohnerschaft, angeführt vom Kiezbeirat „Lebensnetz“, setzte sich jedoch seit 2014 dafür ein, dass an diesem Standort wieder eine Nahversorgung entsteht. Besonders für ältere Menschen sind die wenigen Discounter in der Umgebung schwerer zu erreichen. Und das Quartier wächst. Tausende neue Bewohner\*innen ziehen in die bereits gebauten oder geplanten Neubauten gleich nebenan. Aber die Nutzung des ehemaligen Warenumschnitzplatzes war unklar. Das Gebäude gehört der Konsumgenossenschaft Berlin und Umgebung eG, der Grund dem Land Berlin. Berlin erwog,

eine Grünfläche einzurichten, die die Konsumgenossenschaft befürwortete stets, wer hätte das gedacht, einen modernen Konsum. Jahre des Rechtsstreits gingen ins Alt-Hohenschönhausener Land, doch nun endlich – die Entscheidung ging zugunsten des Kon-

sums. Liegt das nun an der Beharrlichkeit des Kiezbeirates oder mussten erst die neuen Zuzügler die Grundlage für einen effizienten Absatzmarkt herstellen? Sprich Rentner oder Rentabilität? Bitte – keine Diskussion über Humankapital! Jetzt ist er ja gekommen: Der Anfang vom Ende.



sums. Liegt das nun an der Beharrlichkeit des Kiezbeirates oder mussten erst die neuen Zuzügler die Grundlage für einen effizienten Absatzmarkt herstellen? Sprich Rentner oder Rentabilität? Bitte – keine Diskussion über Humankapital! Jetzt ist er ja gekommen: Der Anfang vom Ende.

sums. Liegt das nun an der Beharrlichkeit des Kiezbeirates oder mussten erst die neuen Zuzügler die Grundlage für einen effizienten Absatzmarkt herstellen? Sprich Rentner oder Rentabilität? Bitte – keine Diskussion über Humankapital! Jetzt ist er ja gekommen: Der Anfang vom Ende.



**Wie das Maul eines Knochens zermalmenden Tyrannosaurus rex ragt die Abbruchscheere am Caterpillar empor.** 2,6 Tonnen wiegt allein diese Kombischere VT40, die mit ihren drei Scherenscheiteln mühelos Metallpfeiler und Betonpfosten durchschneidet. Baggerfahrer Andreas (49), genannt „Assi“, verkörpert den Traum vieler Kinder. An den Schalthebeln der Zerstörung bewegt er die Höllmaschine sicher an den Grundfesten des Kaufhallenvordachs entlang. Souverän

schafft Erik Rambow lädt die anwesenden Schaulustigen, die mindestens oder gar doppelt so alt sind wie die ehemalige Kaufhalle, zu einem fröhlichen Sektumtrunk. Mit dabei der Architekt Norbert Giehr und Jan Dräger, der Gebietsleiter im Bereich Expansion von Netto sowie Vertreter\*innen des Kiezbeirats „Lebensnetz“. Man ist guter Laune und die Erleichterung ist manchen anzumerken, die so lange für die hiesige Nahver-

weg. Das Gebäude ist entkernt und zum finalen Rettungsbruch freigegeben. Es ist etwas kälter als zur Zeit der Oberkreide, aber Baggerfahrer „Assi“ nähert sich unbekümmert der Konsumleiche und beißt sich mit seiner T-Rex-Schere durch. Es quietscht und klirrt und kracht. Mühelos schleift er Gerippe und Eingeweide zur Seite. Staub wirbelt auf. Seit 28 Jahren macht er sowas. Er ist Profi und Abriss sein Leben. Mitleid kennt er nicht. Die Leute staunen gebannt von der Urgewalt des Monstrums und klatschen ehrfürchtig Beifall. Die Archetypen erzittern. Zusammen mit seinem Kollegen Sebastian wird „Assi“ den Weg für einen neuen Konsumtempel ebnen, der wie ein Phönix aus der Asche in die Anna-Ebermann-Straße strahlen wird. Es ist: Der Anfang vom Ende. *utz.*



# DER GUTE POL

JETZT AUCH ALS STADTTEILKOORDINATION!



---

**NETZWERK  
GEMEINWESEN  
NACHBARSCHAFT**