

Was der Alltag so kostet

Kann man mit wenig Geld leben? Und wieviel „wenig“ ist wenig?

Heute waren wir Einkaufen, weil wir einen dringenden Bedarf für unseren Haushalt hatten: Der [Siphon](#) in der Küche hat sich verabschiedet und ist aus noch nicht ganz geklärten Gründen undicht geworden (meine Vermutung ist, dass er das kochende Wasser vom Nudelkochen nicht ausgehalten hat und die billigen Plastikmaterialien und Dichtungen dabei geschmolzen sind, aber er kann auch auch nur leckgeschlagen sein. Auf jeden Fall pladderte das Wasser nach dem Nudel-Abgießen aus dem Küchenschrank, weshalb diese Vermutung recht naheliegend ist). Dieses Teil kostet im Baumarkt ca. 6 Euro, enthalten sind noch ein paar Kleinteile und neue Dichtungen.. Da die Anschlusskabel immer recht kurz sind und es meistens hinten und vorne nicht passt, haben wir noch ein flexibles Anschlussrohr dazu gekauft, was aus allerbilligstem Plastik ist und nochmal mit 7 Euro zu Buche schlägt. Obwohl ich im Baumarkt sehr genau geschaut habe, war es nicht möglich, die gewünschten Teile in Chrom oder Metall zu bekommen. Für die Waschtische im Badezimmer gibt es die sehr wohl, aber da wo es auf gute Materialien ankommen würde (in der Küche) findet man nur Plastik-Verschleißteile. Vielleicht, damit sie nach 12 Monaten wieder verschleißen und man sie dann neu kaufen muss?

In den Einkaufswagen rutschte ((wenn man schonmal da ist, sollte sich die Fahrt auch lohnen)) noch eine rutschhemmende Duschmatte, weil die alte ein wenig fleckig und unansehnlich geworden ist und das generell ein Austausch- und Verschleißprodukt ist (allein schon aus hygienischen Gründen). Quadratische Plastik-Rutschmatten gab es nur für wucherverdächtige 17 €, im Angebot waren dafür Wannenduscmatten, die nicht ganz in die quadratische Duschwanne passen, aber seltsamerweise nur 10 € gekostet haben und dazu noch ein praktisches Nackenkissen für die Badewanne dabei haben.

Inzwischen stehen wir bei 23 Euro. Ein paar Räume sind noch recht leer, aber im Baumarkt gibt es keine schönen Regale, nur allerbilligste und etwas klappprige Fichten-Regale (10 Euro), die wohl eher für die Werkstatt gedacht sind. Dafür fanden wir weitere Ersatzteile, die auf der Baustelle unersetzlich sind: Zwei kleine Päckchen Schrauben für jeweils ca. 6 Euro.

Alles in allem machten die paar Sachen im Wagen einen traurigen Eindruck und vermittelten uns das Gefühl, nur das Allernötigste für den Moment zu sein, aber dennoch unersetzlich zu sein, wenn man sein Heim ein wenig im Wert erhalten und evt. noch aufwerten möchte. An der Kasse staunte ich nicht schlecht, als die Kassierererin mit freundlichen Worten den Betrag 35 Euro nannte und ich damit ca. 5 Euro über den „vorgesehenen“ Bedarf eines HartzIV – Empfängers für [„Wohnen, Energie und Instandhaltung“](#) gerutscht bin.

Wohnkosten/ Instandhaltung

Vorgesehen: 30 Euro

Verbraucht: 35 Euro

Was da im Einkaufswagen liegt, ist das Allernötigste, kein Luxus, sondern nur ein wenig Werkzeug und Ersatzteile, um unsere Reparaturen zu erledigen. Es kommt immer mal wieder vor, dass wir diesen Betrag deutlich erhöhen und der Ausbau und die Pflege von Wohneigentum ((natürlich muss jetzt das Argument kommen, dass Hartz IV Empfängern ja auch kein Wohneigentum im eigentlichen Sinne zusteht; sie wohnen aber dennoch und müssen ihre Wohnung instandhalten; nicht alles wird vom Vermieter bezahlt, bei bestimmten Ausgaben ist zu erwarten, dass man sie selbst erledigt oder es ist einfach praktischer und schneller, sie selbst zu machen; auch kann man nicht immer mit der gleichen Tapete leben und möchte hin und wieder renovieren oder ähnliche “Verbesserungen” vornehmen; letztendlich soll ja die Frage geklärt werden “Was ist menschenwürdig?” und nicht alleine “was geht im bürokratischen Sinne?")) ist bekanntlich ein Fass ohne Boden. In guten Zeiten haben wir locker 400 Euro pro Monat in die Sanierung gesteckt,

aber auch nur so „wenig“, weil wir nicht mehr Material verarbeiten konnten. Das sind aber wohlgerne nur Baumaterial-Kosten, ohne Handwerker-Leistung, ohne teure Luxus-Möbel und ohne jegliche Inneneinrichtung.

Allein aus praktischer Lebenserfahrung kann ich vermuten, dass der Betrag für Wohnen, Energie und Instandhaltung für Hartz IV Empfänger lächerlich wenig ist. Allein diese Zusammenfassung (Wohnen, Energie, Instandhaltung) zeigt, dass es hinten und vorne gar nicht reichen kann.

Der Betrag ist irgendwie an der Realität vorbeikalkuliert. Wer mit so wenig Geld wirtschaften muss, kann gar nicht anders, als die meisten Reparaturen liegen zu lassen oder darauf zu hoffen, dass der Vermieter sich gnädig zeigt und die meisten Reparaturen übernimmt. Die Folge ist Stillstand und Abhängigkeit von anderen, die mehr Geld haben.

Nahrungsmittel

Vorgesehen: 128 Euro (für vier Wochen)

Verbraucht: 50 Euro (für eine Woche)

Für Nahrungsmittel sind 128 Euro pro Person kalkuliert: Im Supermarkt haben wir Lebensmittel für zwei Personen und eine Woche eingekauft und sind auf ca. 80 Euro gekommen. Ein Brot, Toastbrot, Käse, Bananen, Kiwis, Tee, Schokolade, Milch, Gemüse, ein paar Fertiggerichte, zwei Schirme für die kalte Jahreszeit, ein Sixpack Bier (spezielles Oktoberfestbier, war im Angebot) ((Alkohol und Tabak sind zwar offiziell herausgenommen, d.h. aber nicht, dass man sie nicht kaufen wird, also ist das nur eine statistische, indirekte Kürzung der Sätze)) und noch diverse andere Sachen. Der Wagen war ca. ein Drittel gefüllt. Getränke (zwei Kisten Apfelsaftschorle) haben uns mit Pfand ca. 20 Euro gekostet.

Das macht nach den Hartz IV- Sätzen 100 Euro für zwei Personen (50 Euro für eine), bliebe uns noch ca. 156 für die restlichen drei Wochen. Das ist knapp, aber verhungern wird man

wahrscheinlich nicht. Wahrscheinlicher ist aber, dass es an anderer Stelle fehlt und das nicht vorhandene Geld vom Lebensmittelposten abgezogen wird und dann dafür nicht mehr zur Verfügung steht.

Gesundheit

Vorgesehen: 15 Euro

Verbraucht: 20 Euro

Schnell noch in die Apotheke, denn der Schnupfen plagt: Ein Fläschchen Naturarznei, 9 Euro, eine Packung Schnupfentabletten nochmal 10 Euro, wir sind bei ca. 20 Euro für die Gesundheit. Das sind schon fünf Euro zuviel, denn für die Gesundheit sind nur 15 Euro vorgesehen. Aber Moment, Praxisgebühr alleine kostet 10 Euro und die meisten Zuzahlungen liegen schon bei fünf Euro pro Arznei. Wie soll das bitte gehen? Vor allem, wenn man eine chronische Krankheit hat oder bestimmte Medikamente sehr oft braucht?

Wenigstens die Zahncreme ist heute umsonst: Ein Werbegeschenk einer bekannten Zahncreme-Firma, die am Eingang der Apotheke auf Kundenfang geht. Naja, immerhin etwas...

Bildung:

Vorgesehen: 1,39 Euro ((pro Monat!! dafür bekommt man noch nicht mal ein gebrauchtes Buch+Versand))

Verbraucht: Stromkosten, Gehirn und Internetgebühr, „kostenlos“

Bleibt noch die Bildung, denn ich will mir eine Zeitung kaufen, oder ins Internet gehen und mich dort weiterbilden, vielleicht ein Buch kaufen und darin lesen?

Nein, das war heute nicht drin. Ich hätte auch gar keine Zeit gehabt.

Fazit:

Auch wenn ich zum Glück keine Hartz IV-Empfängerin bin, die derzeit von der Politik kalkulierten Sätzen muten unmenschlich

niedrig und an jeglicher Realität vorbeikalkuliert an. Das Leben ist teuer und es wird meistens immer teurer. Die Preise im Supermarkt und für Gesundheit oder Energie sinken nicht und kennen nur eine Richtung: nach oben. Von den Hartz IV- Sätzen alleine zu leben, bedeutet Armut und Mangel in allen Bereichen. Durch den Mangel an Geld werden einem die Möglichkeiten geraubt, noch nichtmal das Nötigste ist drin. Gesellschaftlicher Aufstieg ist unmöglich, an Bildung oder einen freien Kopf kaum zu denken. Nach der [Maslowschen Bedürfnispyramide](#) kommen immer erst die materiellen und praktischen Bedürfnisse, bevor man sich um andere kümmern kann.

Die mangelnden materiellen Möglichkeiten sind wie ein Sauerstoffmangel, der einem die Luft zum Atmen nimmt und jegliche soziale Verbesserung oder Aufstieg verhindert.

Mund und Geldbeutel bitte weit öffnen

Die Sorgen können sie aber getrost bei sich behalten...

In meinem letzten Artikel über Gesundheitspolitik habe ich noch sehr einseitig über die Verantwortung der Patienten für ihre Gesundheit geschrieben, was zugegeben, wahrscheinlich nicht so populär und etwas untypisch für meine sonstige Denkweise ist. Mir geht es beim Bloggen aber immer darum, alle Seiten zu sehen und nicht nur einseitig zu argumentieren oder zu denken.

Gestern, beim Zahnarztbesuch wurde mir wieder klar, wie wichtig auch die Seite des Patienten ist, der neben Pflichten auch bestimmte Rechte hat (weil er ja der Beitragszahler und

somit der finanzielle Haupt-Tragende des Gesundheitssystems ist). Wenn wir auf eine Gesundheitspolitik zusteuern, in der die Beiträge komplett vom Arbeitgeber abgeschnitten werden oder zumindest nur noch auf Patienten-Ebene einseitig wachsen, ist es umso wichtiger, genau hin zu schauen und Veränderungen im System nicht einfach stillschweigend und mit einem achselzuckenden „da kann man doch nix machen“ abzusegnen. Man kann nämlich, wenn man will!

Ich denke, es ist auch ganz wichtig, dass man als Patientin selbst den Mund aufmacht und die ohnehin schon angst einflößenden Maßnahmen beim Arzt nicht einfach so hinnimmt und drei Kreuze macht, wenn man wieder raus ist. Es kann sogar einen Teil der Angst lindern, wenn man für andere Patienten im Wartezimmer mitdenkt, wenn man den Mund aufmacht, Fragen stellt oder dem Arzt bzw. Praxisteam vielleicht freundlich (!) formulierte Hinweise oder Kritik gibt. An einem anonymen System kann man tatsächlich meist nicht viel ändern, man kann aber die konkrete Situation ändern, man kann Ärzte, Patienten und Menschen im Allgemeinen durch das Mittel der offenen Kommunikation zum Nachdenken und Mitdenken bewegen. Ich merke immer, wie schwer es mir fällt und im Wartezimmer schweigen sich doch meistens alle an. Da ich noch recht jung bin, warte ich oft darauf, dass mich ältere Personen ansprechen, was aber selten passiert. Viel einfacher ist es doch, direkt auf andere zuzugehen, wenn man sich mal einen Ruck gegeben hat und es auch ein wenig übt (aber das nur am Rande ist im Grunde eine andere Problematik).

Ich bin in den letzten Jahren zwar wenig beim Arzt gewesen, aber eine Tendenz lässt sich seit der Wiederaufnahme 2010 auf jeden Fall beobachten: Der Patient (respektive die Patientin) wird mit Hochdruck durch das System durchgeschleust. Teilweise mit hoher Effizienz, was gerade im Wartezimmer angenehm ist, sprich- wenn man nicht so lange warten muss. Unangenehmer ist das aber, wenn es auch in der Behandlung derart „effektiv“ zugeht, wobei man dann auf Grund der Hektik und des Zeitdrucks

eher von Un-Effizienz sprechen muss. Ärzte sollten von sich aus Zeit nehmen, den Patienten nach seiner Vorgeschichte befragen, menschliche Faktoren, Beschwerden abklären und wenigstens einen Teil direkten Augenkontakt suchen. Dieses Arzt-Patient Gespräch halte ich für sehr wichtig, es baut Ängste ab und sorgt ganz nebenbei für eine bessere und gezielte Diagnose. Leider ist in unserem schulmedizinisch geprägten System der menschliche Faktor anscheinend immer das unwichtigste von allen und der Austausch „defekter Teile“ scheint mehr denn je das einzige Ziel zu sein. Der Mensch wird seiner persönlichen Ganzheit und auch ein Teil seiner Würde beraubt, wenn man ihn nur als Kostenfaktor, als durchlaufenden Posten und Objekt der medizinischen Mechanik sieht.

So kommen im System viele Faktoren zusammen, die dringend einer Reform bzw. Kurs-Korrektur bedürfen: Die Kosten und Ausgaben steigen auf der einen Seite, die Arbeitgeber werden von ihrer Verantwortung regelrecht abgekoppelt (denn alles hetzt ja nach dem Profit, in Form der niedrigen Lohnkosten), die anstehende Kopfpauschale ist sozial ungerecht (weil sie nicht mehr vom Einkommen abhängt, sondern eben pauschal ist). Auf der Patienten-Seite hat man überfüllte Praxen und wenig individuelle Zeit für den menschlichen Fall der „Krankheit“, die Praxis-Gebühr (ebenfalls sozial ungerecht) und last but not least: Eine Zweiklassen-Medizin, die Besserverdienende drastisch bevorzugt.

Zweiklassen-Medizin wäre an sich nicht so schlimm, wenn es nur um bestimmte Zusatzleistungen oder wenig Wartezeit im Zimmer gehen würde. Gestern beim Zahnarzt fühlte ich mich aber mehr wie in einer Schönheitsklinik, nachdem ich über die Kosten über anstehende Behandlungen aufgeklärt wurde. Eine professionelle Zahnreinigung, wichtig für die Zahnsteinprophylaxe und ästhetisch ansprechend... dauert nur 45 Minuten wird aber leider nicht mehr von der Kasse bezahlt. Füllungen? Als Kassen-Patient bekommen sie nur noch die hässlichen silbernen Amalgam-Teile, Kunststoff, Porzellan geht

alles extra.

Die Summe der Kosten alleine für meinen Mundraum überschreitet den monatlichen Hartz-IV Satz eines einzelnen Menschen doch deutlich. Wie sollen Arbeitslose sich schöne Füllungen leisten können?

Wie soll der Otto-Normalverdiener, abzüglich der sonstigen Kosten, die ebenfalls immer steigen (Lebensmittel, Energie, ..) noch beständig Geld auf der Seite zu haben um sich den Luxus Zahngesundheit auf die Dauer leisten zu können?

Und wie passt es zusammen, dass z.B. das Benutzen von Zahnseide als [besonders förderlich](#) angesehen wird und z.B. Zahnfleischentzündungen vorbeugen kann- in bestimmten Statistiken aber steht, dass sie nur 5% der Deutschen [regelmäßig benutzen](#)?

In den Internet-Texten steht, dass der Zahnarzt am besten den Gebrauch der Seide erklären soll... wenn dieser aber vom System gehetzt wird, hat er kaum noch Zeit für ausführliche Prophylaxe-Gespräche, denn diese bringen ja sichtbar nicht viel (aber indirekt umso mehr!).

Am Beispiel Zahnmedizin kann man deutlicher als je sehen, wohin unsere aktuelle Gesundheitspolitik hinsteuert und dass es kein Zustand ist, den man einfach so stillschweigend akzeptieren sollte. Wenn wir hier (als Wähler, Bürger und Patienten!) Fehlentwicklungen nicht stoppen oder ändern können, wird es früher oder später auch andere Bereiche der Medizin treffen.

Es ist nur noch eine Frage der Zeit. Und des Geldbeutels.