



Wohngesundheit

Mondholz und Feng-Shui

Zum Aufatmen: Besuch in einem Ferien- und Privathaus auf Sylt, das mit giftfreiem Massivholz und vielen nachhaltigen Ideen errichtet wurde.





Das eingesetzte Holzsystem vermittelt bereits durch seine Massivität ein Gefühl von Behaglichkeit. Das Massivholz wurde rein mechanisch mit Dübeln verbunden. Aufgrund der klimatischen Bedingungen auf Sylt wurden zusätzlich eine Dämmung aus Steinwolle und ein regensicheres Unterdach verwendet.

Sylt ist immer eine Reise wert. Allerdings ist die mondäne Nordseeinsel bisher nicht unbedingt durch wohngesunde und nachhaltige Architektur aufgefallen. Das könnte sich in Zukunft ändern. Dank dem Haus Bastian 26, einem durch und durch wohngesunden Holzbau mit Mehrfachnutzung.

Zwei Ferienwohnungen und eine Privatwohnung – hier wohnt der Bauherr selbst – in einem Haus in der Bastianstraße 26 sind ein echtes Vorzeigeobjekt für wohngesunde, ganzheitliche Architektur. Wer dieses Haus betritt, atmet auf. Fast fühlt man sich wie auf einer Waldlichtung: natürliche Farben, eine helle, luftige Einrichtung – und dann diese Wände aus unbehandeltem Massivholz! Man möchte nicht aufhören, sie zu berühren, so angenehm fühlen sie sich an. Bastian 26, benannt nach der Sylter Adresse, besticht durch eine spannungsreiche Gestaltung. Birte Welling-Volquardsen vom Büro Volquardsen Architekten beschreibt dieses Designkonzept mit *Hug me* – also „Umarme mich“. Hervorstechendes Stilmittel des wie ein typisches Langhaus entworfenen Baukörpers sind die Ziegelplatten, die sich vom Satteldach herablaufend auch auf der Fassade fortsetzen – das Haus umfängen und eine beschützende Wirkung entfalten. Eine Art Umarmung eben.

Leimfrei und wohngesund

Das Objekt mit seinen insgesamt rund 343 Quadratmetern Wohn- und Nutzfläche weist einige Besonderheiten auf. Sie bestehen vor allem in den verwendeten Materialien, aber auch im Spirit, den Bauherr Udo Kotzke, die Architek-



Udo Kotzke

Unternehmer, * 1966

Udo Kotzke, geboren in Hamburg, absolvierte eine Ausbildung zum Restaurantfachmann, Koch und Barmeister und leitete eine Eventfirma in Hamburg. Nach seiner Karriere in der Gastronomie wechselte Kotzke in die Versicherungsbranche und betreibt seither eine Versicherungsagentur in Westerland. Seit etwa zehn Jahren lebt er überwiegend vegan und interessiert sich für alternative Medizin, gesunde Lebensführung und Nachhaltigkeit. Als er entdeckte, wie gesund und nachhaltig man bauen kann, entschied er sich beim Bau seines Hauses Bastian 26 für diesen neuartigen Weg.

ten und alle Gewerke hier an den Tag legten. Die wichtigste und augenfälligste: Das Haus wurde aus unbehandeltem Massivholz gebaut, das völlig ohne Leim oder andere chemische Zusätze zusammengefügt wurde. Es ist Mondholz aus nachhaltiger Forstwirtschaft, verarbeitet von der darauf spezialisierten österreichischen Firma Thoma Holz GmbH. Die in Bastian 26 verbauten rund 170 Kubikmeter Massivholzwände werden Holz100 genannt: Die ohne Klebstoff schichtweise verbundenen Elemente sind wuchtig, aber atmungsaktiv und diffusionsoffen. Für die Architektin war das Holz zunächst eine Herausforderung: „Holz100 wirkt sehr massiv. Das ist im Grundriss auf den ersten Blick schwierig, weil wir sehr starke Wände haben. Da muss man sich schon ein paar Gedanken machen, wie man die Leichtigkeit des Raumes erhält“, gibt Birte Welling-Volquardsen heute lachend zu.

Das Ergebnis, ausgeführt von dem Holzbau-Generalunternehmen Mojen Bauregie aus Niedersachsen, kann sich sehen lassen. Das Vollholzhaus ist nicht nur chemiefrei und wohngesund, es ermöglicht dank des Naturmaterials sogar einen nahezu vollständigen Verzicht auf konventionelle Heizsysteme. Der Baukörper reguliert seine Wärme

Umarme mich: Die Materialien an der Fassade sind ein Mix aus Holz und Klinkerplatten, die nicht nur das Dach, sondern über ein Hängesystem auch einen Teil der Fassade bedecken.





Im Feng-Shui steht das Dach für die Zukunft: Entsprechend offen und hell ist das Dachgeschoss gestaltet, das über einen Luftraum bis in den Spitzboden reicht. Die atmosphärische Beleuchtung der „Lichtinsel Sylt“ betont diesen Raumeindruck.

selbst. Dafür sorgen sowohl große Fenster als auch die Wärmespeicherung direkt in den Holzwänden. Die großen Fensterfronten ermöglichen zudem einen entspannenden Blick nach draußen und sorgen bei Sonnenschein für eine Extraportion Wohlbefinden. Nur für den besonderen Komfort wurden – in Form von Spiegeln, Decken- und Wandplatten – Infrartheizungen eingebaut. Der Verzicht auf eine konventionelle Heizungsanlage bietet einige Vorteile: weniger bauliche Auflagen, weniger komplizierte Technik und den Platzvorteil eines geradezu winzigen Haustechnikraumes. In den Bädern sorgt eine elektrische Fußbodenheizung für thermische Behaglichkeit. Eine auf dem Dach installierte Fotovoltaikanlage (12 kWp) erzeugt die notwendige Energie und füllt einen Pufferspeicher (24 kWh Kapazität) als internes Hauskraftwerk. Die Bauweise entspricht dem Prinzip Cradle to Cradle: Die Wände, inklusive des schichtweisen Wandaufbaus, können dank leimfreier Verbindung recycelt werden. Nachhaltigkeit par excellence.

Nachhaltiger Kraftort

Für den Bauherrn Udo Kotzke gilt die Devise: „Ich will nachhaltig bauen, und es soll schön sein.“ Aber er wünschte sich für sein Haus auch einen besonderen Spirit, es sollte

ein Kraftort sein, der seine eigene Energie besitzt. Deshalb ließ er sich im Vorfeld sowie bei der Einrichtung, Farbgebung und Ausrichtung von dem Geomanten Dirk Neidhart und dem Feng-Shui-Berater Reinhold Andresen beraten. Die Architektur des Hauses greift deren Empfehlungen auf: Holz, Glas und Klinker ergänzen sich, die Farbgebung vermittelt Harmonie, offene Blickachsen werden durch viele Glasflächen ermöglicht und nach oben, zum Dachgeschoss hin, weitet sich die Architektur, symbolisiert durch den offenen Giebel. Udo Kotzke erklärt: „Im Feng-Shui steht der Dachraum für die Zukunft – dementsprechend wurde das Haus dort offen gestaltet: frei und luftig.“

Mit Harmonie und Weltraumdusche

Von Systemtheoretikerin und Umweltaktivistin Joanna Macy stammt der Satz: „Aus der Krise kann eine neue Welt entstehen, die nicht unserem Verstand entspringt, sondern unseren Träumen.“ Mit anderen Worten: Ohne Visionen kann nichts Neues entstehen. Diese Aussage von Macy könnte durchaus der Antrieb für den Bauherrn Udo Kotzke gewesen sein. Das beweist auch die abenteuerliche Entstehungsgeschichte von Bastian 26, zeigt sie doch sehr deutlich, dass es einer enormen Tatkraft bedarf, wenn man in Deutschland etwas anders machen will als die große Mehrheit. Ursprünglich wollte Kotzke das Grundstück in der Bastianstraße verkaufen, doch dann hörte er von neuen wohngesunden Baumöglichkeiten und war sofort Feuer und Flamme. Da er aber nicht bei 20 Firmen Klinken putzen wollte, um dann womöglich einen Korb zu bekommen (Tenor: „Das haben wir so noch nie gemacht“), berief er kurzerhand eine Infoveranstaltung ein. Statt zu bitten, bot er an – und fragte, wer bei seiner Idee mitmachen wolle. Schließlich waren es 25 Beteiligte. Zwei Jahre dauerte es von der Idee bis zum ersten Spatenstich, dann aber offenbar mit einem Dreamteam. Der Vorteil dieser ungewöhnlichen Baurekrutierung: Alle standen hinter dem Projekt. Udo Kotzke: „Es gab kein böses Wort auf der Baustelle.“ Der gewünschte Spirit war also von Anfang an dabei.

Das zeigt sich auch in vielen weiteren Besonderheiten, die dieses Haus auszeichnen:

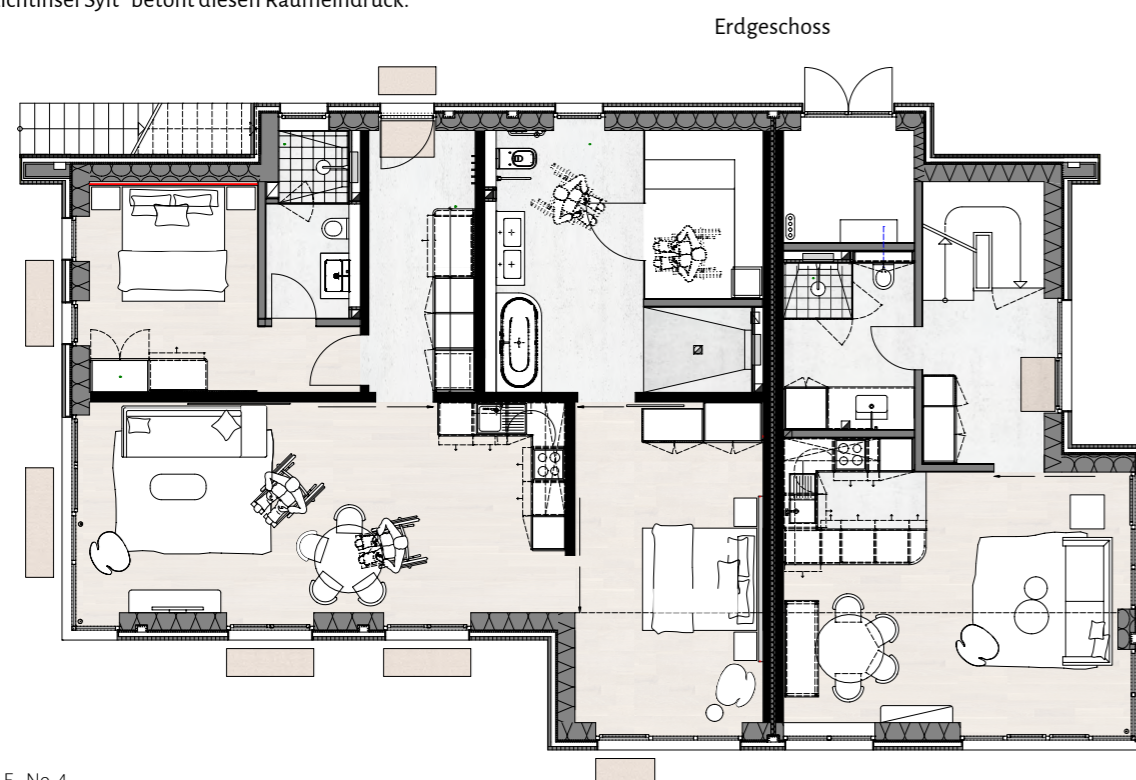
- › Die rustikale Holzoptik wird im Innenraum durch glatte, helle Wände aus Fermacell aufgelockert.

! CRADLE meint

Damit sich nachhaltiges Bauen nicht auf dem Erreichten ausruht, braucht es Leuchtturmprojekte, die zeigen, was möglich ist. Auch und gerade im kleineren Maßstab eines Ein- oder Zweifamilienhauses. Bastian 26 steht als Versuchslabor und als Showroom für viele ungewöhnliche Impulse und zeigt gleichzeitig, wie besondere Ideen aus unterschiedlichen Gewerken zusammenkommen. Unser Game Changer hat mit viel Leidenschaft ein tolles Team um sich geschart. Fazit: unbedingt nachahmenswert!

- › Die verbauten ‚Weltraumduschen‘ (OAS) bereiten das Wasser nach der Nutzung über Filtersysteme wieder auf. Der Frischwasserverbrauch kann so um bis zu 90 Prozent reduziert werden.
- › Die eingebauten Möbel wurden aus schadstofffreien Bauplatten hergestellt, die von Baubiologen geprüft wurden. Das gilt auch für alle Farben und Lacke.
- › Der Fußboden besteht aus recycelten, 60 Jahre alten Holzdielen. Das Cradle-to-Cradle-Prinzip wurde bereits beim Bau angewendet.
- › Elektrosmog wird so gering wie möglich gehalten. Konsequenterweise kann das WLAN abgeschaltet werden.
- › Die Schlafzimmermöbel sind aus Zirbenholz, dem eine schlaf- und gesundheitsfördernde Wirkung nachgesagt wird.

Udo Kotzke ist ein Mann mit Mission. Er will Game Changer und Vorbild sein, hat sein Bauprojekt entsprechend publik gemacht, mit Live-Veranstaltungen vor Ort auf der Insel und einer sehr professionellen Medienarbeit. Er will Nachahmer finden und bietet sogar Führungen durch die Räume an. „Wir müssen lösungsorientiert denken – wenn wir in Problemen denken, bleiben wir in der alten Welt stecken“, davon ist Kotzke überzeugt.





Harmonisch und nachhaltig: Die Kreislaufduschen in den Bädern bereiten das verbrauchte Wasser wieder auf. Hinter der Spiegelfläche verbirgt sich eine Infrarotheizung.

Glossar

- › **Cradle to Cradle** bezeichnet ein Konzept, bei dem Produkte so gestaltet werden, dass sie am Ende ihres Lebenszyklus vollständig recycelt oder wiederverwendet werden können, ohne Abfall zu erzeugen.
- › **Fermacell-Platten** sind eine Alternative zu Gipskartonplatten im Trockenbau. Sie bestehen aus recycelten Papierfasern, Gips und Wasser, die ohne Bindemittel verpresst werden.
- › Bei **Fotovoltaikanlagen** bezeichnet **kWp** die Leistung mit Kilowatt-Peak und **kWh** die Strommenge in Kilowattstunden.
- › **Holz100** ist ein Baustoff, der zu 100 Prozent aus unbehandeltem Holz besteht und ohne den Einsatz von Leim oder Metallverbindungen auskommt.
- › **Infrarotheizungen** sind eine Heizungsart, bei der Wärme durch Infrarotstrahlung erzeugt und direkt an Personen und an Objekte abgegeben wird.
- › **Mondholz** ist Holz, das gemäß dem forstwirtschaftlichen Mondkalender bei abnehmendem Mond geerntet wird. Es soll mehr gebundenes Wasser enthalten, was zu stärkerer Schrumpfung während der Trocknung führt. Dies soll das Holz widerstandsfähiger machen.
- › **Orbital-Systems-Duschen**, kurz OAS, sind weltweit die einzigen marktreifen Kreislaufduschen. Sie sind mit einer Technologie zur Reinigung und Wiederverwendung von Wasser in einem geschlossenen System ausgestattet.

www.bastian26.de

www.volquardsen-architekten.de

Text: Christian Mascheck

Fotos: Nicole Mai (50–52, 53 u., 54 o., 56),

Udo Kotzke (53 Porträt), Volquardsen

Architekten (54 u.)

☀️ Wohngesunde Urlaubsarchitektur

Von der Nordseeinsel Sylt in die majestätischen Berge und am Ferienort buchstäblich durchatmen: Wohngesunde Urlaubsarchitektur ist nicht nur schön und bietet Orte, an denen man die Seele baumeln lassen kann – sie wurde auch aus gesunden, nachhaltigen Materialien gebaut und bietet

die perfekte Möglichkeit zum wohngesunden Probewohnen. Besonders schön ist es, wenn sich die Hotels an ausgesuchten, spektakulären Orten befinden. Österreich und Südtirol beeindruckt mit einer Vielzahl solcher Destinationen, wie die folgende Auswahl zeigt.



Der Beinamen Holzhotel ist Programm: Auf 1.050 Metern zwischen Leoganger Steinbergen und Asitzgipfel liegt die Forsthoftalm in schönster Alleinlage im österreichischen Bundesland Salzburg. Wie bei Bastian 26 wurde auch hier heimisches Mondholz für den Rohbau verwendet. Statt Leim und Metall halten 210.000 Buchenholzdübel die Wände zusammen. In der Einrichtung sorgen warme Farben und natürliche Materialien wie Holz, Schiefer, Leinen, Jute, Lehm und Leder für eine harmonische und wohngesunde Atmosphäre. (Foto: Holzhotel Forsthoftalm, Günter Standl)

Im Herzen des Bregenzerwaldes schmiegt die Fuchsegg Eco Lodge sich in den grünen Hang. Vollholzzimmer mit viel Sonne und puristischem Einrichtungsstil sind hier nur die halbe Wahrheit. Ein frischer Holzgeruch liegt in der Luft und schafft eine natürliche Atmosphäre. Erholsame Nächte versprechen die Betten des Hotels: Vorarlberger Handwerker fertigten dafür wohngesunde Betten aus Ulme und Esche. Ziemlich dufte: Die Polster sind mit 40 verschiedenen Heilkräutern gefüllt. (Foto: Fuchsegg Eco Lodge, Günter Standl)



Das Vitalpina Naturhotel Lüsnerhof in Südtirol vereint ein ganzes Bündel wohngesunder Nachhaltigkeit. Ein Wasserkraftwerk, Holzhackschnitzel aus dem eigenen Waldbestand und Strom aus der Fotovoltaikanlage bilden die Basis für das nachhaltige Hotelkonzept. Der Badeteich wird mit Quellwasser gespeist und ist frei von Chemikalien. Für Fassaden und Möbel wurden natürliche Materialien wie Lärchen- und Zirbenholz aus den umliegenden Wäldern verwendet. Das Hotel gehört zur Gruppe Vitalpina, die rund 30 Häuser in Südtirol unter einer gemeinsamen Marke und Philosophie vereint. (Foto: Naturhotel Lüsnerhof, Othmar Rederlechner)



CRADLE

Das Magazin

Ausgabe No. 5 erscheint am 25. Oktober 2024



No. 1



No. 2



No. 3



No. 4

Begleiten Sie uns auf dem faszinierenden Weg in eine nachhaltigere Welt.

Vorbestellungen, Nachbestellungen und Abonnements:



Christine Kaminski
kundenservice@cradle-mag.de
Tel: +49 711 280 40 60 45



Heftnachbestellungen
www.cradle-mag.de/heft-bestellen
(Print und E-Paper)

IMPRESSUM

J.Fink Verlag GmbH & Co. KG, Gänsheidestraße 35, 70184 Stuttgart, www.jfink-verlag.de, Telefon: +49 (0)711 280 40 60-0, Fax: +49 (0)711 280 40 60-70, E-Mail: kontakt@jfink-verlag.de · **Herausgeber:** Dr. Frieder Stein · **Redaktion:** Chris van Uffelen (Chefredakteur), Nina Cyger, Christian Mascheck, Werner Pfändler, Gerd Pfitzenmaier, Alisia Romeo · **Art Direction:** Maxim Krasilnikow, www.buero-maxim.de · **Lektorat:** Maja Kunze, www.dielektoren.de · **Repro:** Bild1Druck, Berlin, www.bild1druck.de · **Online:** Kerstin Dunker (Leitung), www.cradle-mag.de · **Media:** Firestarter Media Solutions, Gertrudenkirchhof 10, 20095 Hamburg, Tel. +49 (0)40 325 07 45 70, www.firestarter-media.de, E-Mail: info@firestarter-media.de, Michael Körner (Leitung) · **Druck:** Vogel Druck und Medienservice GmbH, Leibnizstraße 5, 97204 Höchberg www.vogel-druck.de, Susanne Löfflad (Auftragsmanagement), Telefon +49 (0) 931 46 00-2022 · **ISSN:** 2752-1168 · **Vertrieb:** MZV Moderner Zeitschriften Vertrieb GmbH & Co. KG, Ohmstraße 1, 85716 Unterschleißheim, www.mzv.de, Fabian Hagedorn (Vertriebsleitung), Telefon: +49 (0)40 80 80 530-50 · **Kiosk finden:** www.mykiosk.com - Hier finden Sie alle Verkaufsstellen, die CRADLE für Sie bereithalten. **Kundenservice, Einzelheftbestellungen und Abonnement:** Christine Kaminski (J.Fink Verlag), Telefon: +49 (0)711 280 40 60-45, E-Mail: kundenservice@cradle-mag.de **Shop-Bestellungen:** www.cradle-shop.de

Photo Credits Ausgabe No. 4 | 2024: © Fotografin/Fotograf jeweils bei den Bildern oder am Ende des jeweiligen Beitrags
Titelbild: Waste Retreat in Odsherred von Anders Lendager (Seite 26). Foto: Rasmus Hjortshøj