

Planung eines Schulungszentrums für Ernährung und Gesundheit

Bachelorarbeit - Johannes Gerhards - 4055153





Inhaltsverzeichnis

3

Aufgabenstellung	4
Raumprogramm	6
Allgemeine Informationen	7
Verkaufsfläche	8
Café	9
Lehrküche	10
Brandschutz	12
Barrierefreiheit	13
Städtebaumodell	14
Gebäudemodell	15
Danksagung	16

Aufgabenstellung

4

Das Themengebiet der Ernährung wird heutzutage sehr kontrovers diskutiert. So gilt einerseits beispielsweise der Anspruch an Nahrungsmittel immer billiger zu werden, andererseits gibt es ein immer größer werdendes Verlangen nach ökologisch produzierten Lebensmitteln und regionalen Produkten. War vor einigen Jahren die Selbstversorgung, auch im städtischen Umfeld, noch ein fester Bestandteil des alltäglichen Lebens ist heutzutage vermehrt eine Entfremdung zum ursprünglichen Lebensmittel festzustellen. Knapp 70 Prozent der Männer und fast 50 Prozent der Frauen, die in Deutschland leben, sind übergewichtig, ungefähr jede/r fünfte Deutsche ist adipös. Dies sind einige der Zahlen aus der „Zweiten Nationalen Verzehrsstudie“ aus dem Jahr 2008, welche vom Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz in Auftrag gegeben wurde. Besonders Besorgnis erregend ist die Entwicklung bei Kindern, denn bereits jedes sechste Kind leidet an Übergewicht. Zwischen sieben und acht Prozent der Kinder sind ebenfalls adipös, ein Umstand der auch für den späteren Lebensweg ein Problem darstellen kann, „denn dicke Kinder haben gute Chancen, dicke Erwachsene zu werden“. Deutschland liegt mit diesen Zahlen auf Platz vier der dicksten Länder weltweit. Aus diesem Grund wird in der Bachelorarbeit ein Schulungszentrum für Ernährung und Gesundheit geplant, dessen Hauptbestandteil eine altersunabhängig gestaltete Lehrküche bilden soll. Desweiteren finden Bereiche zur Schulung Berücksichtigung, um Seminare, Informationsveranstaltungen, persönliche Beratung, etc. zu ermöglichen. Um das praktisch gelernte Wissen aus der Küche direkt zu verinnerlichen wird in direkter Nähe ein Garten entstehen, um auch hier weitere Erkenntnisse rund um das Thema Gesundheit zu sammeln und Ernährung erlebbar zu machen.

Die Hektik unseres heutigen Arbeits- und Schulalltags beeinflusst durch Stress nicht nur unsere Ernährung sondern auch andere Aspekte der Gesundheit. Da viele Menschen heutzutage einen Großteil ihrer Zeit vor Bildschirmen, wie dem Fernseher oder Computer, verbringen und oft die Bewegung und Auslastung zu kurz kommt, ist ein Therapie- und Ruheraum geplant, um Stresspräventions-, Entspannungs- und Bewegungstherapien anbieten zu können. Die Verbindung mit Kochkursen kann in diesem Zusammenhang eine wertvolle Ergänzung sein. Das Schulungszentrum wird in Hamburg geplant, da in einem städtischen Umfeld wie diesem diverse Alters- und Interessensgruppen aufeinander treffen, trotz vielfältiger Ernährungstrends gleichzeitig aber auch eine verstärkte Entfremdung gegenüber dieser Thematik stattfindet. Durch die geplanten Räumlichkeiten können sowohl Kinder, Erwachsene als auch Senioren ihr Wissen über Obst, Gemüse, Zubereitungstechniken, Anbau und Pflege von Pflanzen verbessern oder, wenn nötig, komplett neu lernen.



Gleichzeitig wird der Gemeinschaftsgedanke und der soziale Aspekt durch das gemeinsame Erleben gefördert. Durch die Größe der Zielgruppe gilt es eine Vielzahl von verschiedenen Ansprüchen in einem Konzept zu vereinen. Ziel ist es deshalb eine Anlaufstelle für Menschen mit unterschiedlichsten Kenntnis- und Erfahrungsständen zu schaffen. Sei es für kleine Kinder, die Zuhause noch nie in Berührung mit unzubereiteten Lebensmitteln gekommen sind oder erfahrene Hausfrauen und -männer, die ihren Horizont erweitern möchten und zum Beispiel neue Arten der Ernährung ausprobieren wollen.

Der Begriff Schule ist hier nicht mit dem Auswendiglernen von Inhalten gleichzusetzen, sondern vielmehr als eine geschulte Ausrichtung oder Wahrnehmung der Sinne des Körpers zu verstehen. Besonderes Augenmerk wird daher bei der Bachelorarbeit auf die genaue Planung und Gestaltung der Küche gelegt, damit sich alle Menschen darin wohlfühlen können und zum Lernen angeregt werden. Wichtig ist, dass sie für alle Altersstufen und auch für bewegungseingeschränkte Personen gut zu benutzen ist, um ein möglichst breites Spektrum an Menschen anzusprechen. Dies ist aus dem ideologischen Blickwinkel der Ernährungsbildung, ebenso wie aus dem Wirtschaftlichen Blickwinkel wichtig.

Das Ziel dieser Bachelorarbeit ist es ein ganzheitliches Konzept zu einem wichtigen Thema der heutigen Gesellschaft zu entwickeln. Dies geschieht unter anderem mit Hilfe von Erfahrungsberichten einer Ökotrophologin, um einen interdisziplinären Rahmen zu schaffen.

In der vorliegenden Bachelorarbeit wird bewusst auf die Unterscheidung von Geschlechtern verzichtet. Alle Personenbezeichnungen sind geschlechtsneutral zu verstehen.

Erdgeschoss

Eingangsbereich	15,88m ²	Damentoilette	15,26m ²
Verkaufsfläche mit Café	81,32m ²	Herrentoilette	8,25m ²
Küche	20,33m ²	Waschraum	6,74m ²
Lager der Küche	7,35m ²	Treppenhaus mit Aufzug	31,92m ²
Seminarraum	64,94m ²		
Behindertengerechte Toilette	3,70m ²	<u>Gesamt:</u>	<u>253,94m²</u>
Lager / Hauswirtschaftsraum	23,21m ²		
Treppenhaus mit Aufzug	31,92m ²		

Gesamt: 248,65m²

Obergeschoss

Lehrküche mit Essbereich	101,06m ²	Therapieraum	64,94m ²
Lager	18,16m ²	Umkleide Damen	15,40m ²
Kühlraum	7,89m ²	Umkleide Herren	15,40m ²
Konferenzraum	42,12m ²	Dachterrasse	129,55m ²
Büro	22,54m ²	Treppenhaus mit Aufzug	31,92m ²
		<u>Gesamt:</u>	<u>257,21m²</u>
		<u>Gebäude Gesamt:</u>	<u>759,80m²</u>

Vorbereitung

Der Bebauungsplan für das geplante Grundstück stammt aus dem Jahre 1956, mit einer kleinen Änderung aus dem Jahre 1960, und lieferte nur wenig nutzbare Informationen zur Bebauung. Das Bauamt verwies auf die vorher bestehende Bebauung und riet zur Orientierung an dieser. Die Grundflächenzahl liegt mit der neuen Planung bei 0,3 und unterschreitet damit die alte um 0,25. Die Geschossflächenzahl lag vorher bei knapp 1,0 und liegt mit der neuen Planung bei 0,74.

Gebäude

Das Gebäude misst an seiner höchsten Stelle 12,5 Meter und passt sich damit der Höhe der umliegenden Gebäude an. Es befinden sich großzügige Glasfassaden zu den beiden angrenzenden Straßen ebenso wie auf der Rückseite in Richtung Garten. An der viel befahrenen Langenhorner Chaussee befinden sich die extrovertierten Bereiche des Gebäudes wie die Verkaufsfläche, das Café und die Lehrküche. An der ruhigeren Tangstedter Landstraße befinden sich die introvertierten Bereiche wie der Seminarraum, das Büro und der Therapieraum.



Kooperation

Der Grundgedanke der Verkaufsfläche besteht darin, Kooperationen mit Landwirten aus der nahen Hamburger Umgebung einzugehen, welche jeden Tag die auf der Fläche befindlichen Kisten, Körbe und Kühlschränke mit regionalen Produkten der Saison befüllen. Hier soll bewusst mit möglichst wenig Verpackungsmaterial gearbeitet werden, um die direkte Sicht auf die Produkte, zum Beispiel auf das Gemüse, zu ermöglichen.

Einbindung in das Gesamtkonzept

Mit Hilfe der nahegelegenen Bauernhöfe soll es für Schulklassen und andere Besucher des Schulungszentrums möglich sein, neue oder vertiefende Erfahrungen mit den dort befindlichen Tieren und Pflanzen zu sammeln, in dem Besuchstage dort möglich gemacht werden. Anbaukurse im eigenen Garten ergänzen diese Erfahrungen und liefern neben den frischen und regionalen Zutaten der umliegenden Landwirte, ebenfalls Zutaten für stattfindende Kochkurse.



Konzept

Das Café soll, mit dem von außen einsehbaren Gastraum besonders für Laufkundschaft attraktiv sein, deren Ziel nicht direkt die Schulungseinrichtungen des Zentrums sind. Im Vordergrund steht hierbei die Verbindung von gemütlicher Café-Atmosphäre mit einer Einkaufsmöglichkeit zur Erweiterung des Erfahrungsschatzes und des Wissens um ein genussreiches und regionales Lebensmittelangebot. Es können zum Beispiel verschiedene Produkte aus der Verkaufsfläche ausgesucht werden, um daraus dann von der Küche ein maßgeschneidertes Gericht zubereiten zu lassen.



Aufteilung

Die Lehrküche bildet das Herzstück des Gebäudes und wurde bei der Planung besonders berücksichtigt. Es befinden sich Arbeitsinseln der Firma „Team 7“ für sechs unabhängig voneinander arbeitende Gruppen in dem gut 101 Quadratmeter großen Raum. Sie sind von 0,7 Meter Höhe bis 1,1 Meter Höhe verstellbar. Dies wird dem Anspruch gerecht, dass Kinder ebenso wie Erwachsene hier komfortabel arbeiten können. Alle sechs Inseln sind getrennt von einander verstellbar, was auch gemischte Kurse möglich macht.

Der „Pass“

Der Pass befindet sich zwischen den Kochinseln und dem Essbereich und ist zum Anrichten der Speisen vorgesehen. Er besteht aus einem fest installierten Unterteil und einer demontierbaren Oberkonstruktion. Im Normalfall hat er eine Höhe von 1,1 Metern und kann durch Entfernen des Oberbaus auf 0,7 Meter verkleinert werden, um hier wieder eine gute Arbeitshöhe für Kinder zu schaffen.



Barrierefreiheit

Um die Lehrküche für Rollstuhlfahrer attraktiv zu machen, wurden zwei der sechs Kochinseln unterfahrbar geplant. An diesen Inseln befinden sich keine Küchenschränke unter den Arbeitsplätzen. Zudem kann die Arbeitsplatte auf die entsprechende Höhe angepasst werden. Der daneben befindliche Pass kann mit entfernter Oberkonstruktion ebenfalls von Rollstuhlfahrern genutzt werden, da dieser auch unterfahrbar geplant ist. Zudem sind alle Gänge breit genug um bequem mit dem Rollstuhl passiert zu werden.

Gruppenzugehörigkeit und Essbereich

Um die an der Wand befindlichen Geräte, wie Backofen, Dampfgarer, Kühlschrank und Spülmaschine, den verschiedenen Gruppeninseln eindeutig zuzuordnen zu können, ist ein farbiger umlaufender Streifen an jeder Insel angebracht, welcher sich auch in dem zugehörigen Gruppenbereich an der Wand wieder findet. Der Essbereich bietet an einer langen Tafel Platz für alle Teilnehmer des Kochkurses und kann bei Bedarf auch in mehrere kleinere Gruppentische zerlegt werden.

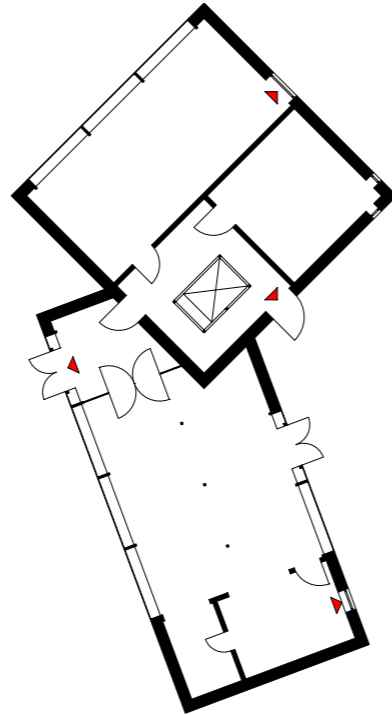


Allgemeines

Die Lager und der Kühlraum müssen mit Frühwarnanlagen ausgestattet sein, da kein Sichtkontakt zu dem Rest des Gebäudes besteht. Die Türen zum Lager müssen in T30 (30 Minuten Feuerwiderstand) ausgeführt sein. Der zweite Fluchtweg im würfelförmigen Gebäudeteil führt über anleiterbare 1,5 - 2 Meter breite Fenster rechts neben der Glasfassade. Im kleineren quaderförmigen Gebäudeteil befinden sich anleiterbare Fluchtfenster in der Küche des Erdgeschosses und im Lager des Obergeschosses.

Fluchttreppenhaus

Da das obere Drittel der Wände im Treppenhaus aus Glas gefertigt ist, werden hohe Anforderungen an dieses gestellt. F60 Glas auf allen Wänden ist Pflicht. Außerdem sind alle Türen als rauchsicher und selbstschließend in T30 auszuführen. Im Treppenhaus ist ein Rauchabzug zwingend erforderlich, da die einzelnen Geschosse nicht rauchsicher voneinander getrennt sind. Durch diese verschiedenen Maßnahmen sind an den Aufzug keine besonderen Brandschutzanforderungen gestellt.

**Zugang zum Gebäude**

Da der Zugang zum Gebäude auf 1 Meter Höhe liegt musste auch für Rollstuhlfahrer eine einfache Erschließungsmöglichkeit geschaffen werden. Auf eine Rampe wurde auf Grund der großen Ausmaße (ca. 23 Meter Länge) verzichtet. Dafür wurde auf der Rückseite des Gebäudes ein Rollstuhllift geplant, der unter anderem auch für die Anlieferung von Waren für die Küche und das Café genutzt werden kann.

**Im Gebäude**

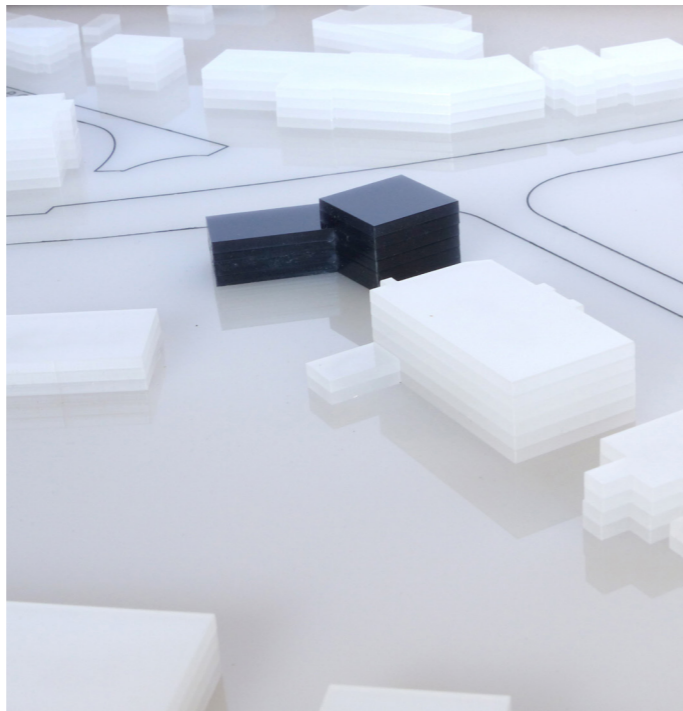
Durch den im Gebäude befindlichen Aufzug sind alle Stockwerke für Rollstuhlfahrer problemlos zu erschließen. Der Übergang auf die Dachterrasse ist mit einer neuartigen Mischung aus Treppe und Lift versehen. Die unscheinbare 3-stufige Treppe fährt bei Bedarf zu einem flachen Podest zusammen, welches genügend Platz für einen Rollstuhl bietet. Im Anschluss wird der Rollstuhl auf die Gewünschte Höhe angehoben.

Materialien

Die Grundplatte des Städtebaumodells besteht aus Acrylglas mit den Maßen 50x50 Zentimeter. Die Gebäude sind ebenfalls aus verschiedenen farbigen Acrylgläsern hergestellt die, je nach Höhe der Gebäude, in mehreren Schichten aufgebaut wurden. Der Rahmen, die Unterkonstruktion und der Deckel wurde aus 16 Millimeter starken, unbehandelten MDF-Platten gefertigt. Diese Teile wurden ausschließlich mit Holzleim zusammengefügt, um sichtbare Schrauben zu vermeiden.

Fertigung

Die Grundplatte des Modells wurde mittels einer CNC-Fräse mit Straßenzügen- und Namen, Gewässern und einem Schriftkopf versehen. Die gefräzten Linien wurden anschließend mit Acryllack aufgefüllt und dadurch noch deutlicher herausgearbeitet. Für die verschiedenen Gebäude wurden detaillierte Schnittmuster erstellt, welche dann per Laser zugeschnitten wurden. Die verschiedenen Einzelteile wurden mit flüssigem Acrylglas auf einander geklebt und an ihren entsprechenden Ort auf der Grundplatte gesetzt.



Materialien

Das Gebäudemodell steht auf einer 45x45 Zentimeter großen unbehandelten MDF-Platte. Für das Modell wurde MDF in 5 Millimeter Stärke, Verbundplatten aus Pappe und Hartschaum, verschiedene Plexigläser, Karton, Mahagoni Furnier und verschiedene Vierkanteleisten verwendet. Als Kleber dienen Alleskleber und Holzleim. Für die Staffage wurden Kunststofffiguren und kleine Äste verwendet.

Fertigung

Die MDF-Platten repräsentieren die Ziegel des Gebäudes und mussten per Bandsäge in Form gebracht werden, um dann nach und nach mit den verschiedenen anderen Materialien des Modells verbunden zu werden, welche sich wiederum mit dem Cuttermesser bearbeiten ließen. Die Glasfassaden wurden kurz vor der Vollendung eingesetzt, um Kratzer zu vermeiden. Erst am Ende ließ sich die Begrünung, mit Hilfe von minimalen Bohrlöchern, in der Grundplatte befestigen.



Danksagung

16

Vielen Dank an meine Eltern, durch die mir mein Studium erst möglich wurde und die mich auf meinem Weg immer unterstützt haben.

Besonderer Dank außerdem an meine Freundin, die mich während der ganzen Studienzeit, und besonders während der Bachelorarbeit, immer unterstützt und mir mit gutem Rat zur Seite gestanden hat!

Vielen Dank auch an meine Professoren und an meine Prüfer Prof. Dießenbacher und Prof. Teichert.

Mein Dank gilt ebenfalls:

(in alphabetischer Reihenfolge der Vornamen)

Hans-Joachim Wecke, Aufzugbauer

Helmut Schultze, Architekt

Lars Huth

Markus Kammin

Michael Schumacher, Brandschutzsachverständiger

Olaf Müller, Leiter Küchenplanung „Team 7“ Hamburg

Susanne Herz, Tragwerkslehredozentin

