



Bewerbung  
**BUCHHOLZER NACHHALTIGKEITSPREIS**  
2021

## Nachhaltiges Leben und Wohnen im we-house Herne



Hallo, ich bin Mika.

Im Spätherbst 2021 werde ich als eine:r von etwa 50 Bewohner:innen in den zum Mehrfamilienhaus umgestalteten Hochbunker in Herne ziehen. Mit dem gemeinschaftlichen Wohnen im we-house beginnt eine neue, nachhaltigere Art des täglichen Lebens für mich.

Begleitet mich bei meinem Vorhaben!



Ich verlasse meine 82 m<sup>2</sup> Mietwohnung mit Keller, Waschküche und Garage um die bisher ungenutzte Betonmasse des Bunkers mit Leben zu füllen.

Bisher habe ich alle möglichen Maßnahmen zum Einsparen von Energie (Geräte, Beleuchtung, Heizung usw.) ausgeschöpft. Aber das Wohnen im we-house hilft mir, durch effizienten Ressourceneinsatz beim Bau und der Nutzung, konsistente Kreisläufe und ein Weniger an Verbrauch für den Einzelnen bei gemeinsamer Nutzung, einen größeren Beitrag zum Klimaschutz zu leisten.



Zurzeit beziehe ich meinen Strom (1.800 kWh/a) für Beleuchtung, Kochen und Warmwasser aus einer Erdgaserzeugung vom lokalen Energieversorger. Die Erdgas-Zentralheizung verbraucht 6.840 kWh/a. Das ergibt zusammen eine jährliche CO<sub>2</sub>-Emission von etwa 2t.

Im we-house liefert die PV-Anlage an Fassade und Dach CO<sub>2</sub>-neutralen Strom für alle Haushalte. Der Restbedarf insbesondere im Winter wird von einem Ökostromanbieter mit hohem Anteil an Windstrom bezogen.

Die Beheizung und Warmwasserbereitung erfolgt ausschließlich elektrisch und durch Abwärme aus einer Telekommunikationsanlage, mechanischer Raumentlüftung, der Indoorfarm und ggf. PV-Wechselrichtern.

Im autarken Hochbunker Herne soll der ökologische Fußabdruck jeden Bewohners auf einen nachhaltigen Wert von deutlich unter 2 Global Hektar reduziert werden – bei größerer Lebensfreude!

Allen Beteiligten ist bewusst, dass die Ziele nur zu erreichen sind, wenn die eigene alltägliche Verhaltensänderung eine Basis ist.

Ausgehend vom Projektstart und der Umgestaltung des Hochbunkers werden durch ein kontinuierliches Monitoring mit Daten und Fakten die gesteckten Ziele verfolgt und immer wieder angepasst.

**Effizienz:** Sie richtet sich auf eine ergiebigere Nutzung von Materie und Energie, also auf Produktivität von Ressourcen. Der Hochbunker in Herne wird mit geringem Ressourceneinsatz nutzbar gemacht und mit geringstem Verbrauch betrieben.

**Konsistenz:** Sie richtet sich auf naturverträgliche Technologien welche nicht linear, sondern in Kreisläufen konzipiert sind. Stoffe und Leistungen der Ökosysteme werden genutzt ohne sie zu zerstören. Das Denken in Kreisläufen bestimmt die Entscheidungen für Materialien, Konstruktionen und technischen Anlagen beim Bau. Der Startpunkt ist die Nutzung von vorhandener Bausubstanz, statt Neubau.

**Suffizienz:** Sie richtet sich auf einen geringeren Ressourcenverbrauch durch eine Verringerung der Nachfrage nach Gütern. Bei der Reduktion auf das Nötige wird eine besonders hohe Lebenszufriedenheit erzielt.

Die Mobilfunkanlagen auf dem Turmdach verfügen über einen Technikraum, in dem die Regelelektronik untergebracht wird. Dieser Raum muss gekühlt werden. Die massiven Betonaußenwände werden von außen mit der dabei entstehende Abwärme über eine Luft-Wasser-Wärmepumpe ab dem Spätherbst erwärmt. Die Temperierung führt dazu, dass die Außenwände im Winter eine Temperatur von ca. 22 Grad an der Innenseite erreichen. Dadurch wird der Transmissionswärmeverlust auf null gesenkt. Lediglich die Verluste durch Fenster und Lüftung sind an sehr kalten Tagen noch auszugleichen. Das geschieht durch elektrische, mit Raumthermostat regelbare Infrarotheizflächen an den Decken. Im Regelfall ist neben der Außenwandtemperierung keine Beheizung erforderlich.

Ebenso wird die durch Beleuchtung in der Indoorfarm entstehende Überschusswärme abgezogen und für die zentrale Warmwasserbereitung wiederverwendet.

Aus Kommunikation  
Heizwärme machen:  
das gefällt mir.





In meiner jetzigen Wohnung wird das Trinkwasser (ca. 120 Liter/d) in die Sanitäranlagen für Küche, Bad und WC mit alten Armaturen eingespeist. Die Abwässer fließen gemeinsam mit dem Niederschlagswasser (etwa 130 m<sup>3</sup>/a) des Gebäudes in die lokalen kommunalen Entwässerungssysteme.

Im we-house wird meine Toilette mit dem wiederaufbereitetem Wasser aus Duschen und Waschbecken und gesammeltem Niederschlagswasser gepült. Damit erfolgt auch die Bewässerung der Indoorfarm und unserer Pflanzen auf der Dachterrasse.

Diese technischen „Goodies“ liefert mir das we-house mit dem Einzug. Besonders freue ich mich aber auf das motivierende Miteinander mit meinen neuen Mitbewohner:innen, um mein Leben noch nachhaltiger und dabei freudvoll zu gestalten.



Im Moment wohne ich alleine in meiner Wohnung und habe wenig Kontakt zu den Nachbar:innen.

Im we-house werde ich mit ca. 50 anderen Menschen unter einem Dach wohnen, die ich fast alle schon ganz gut bei den Videokonferenzen kennen gelernt habe. Ich freue mich auf den persönlichen Austausch und die gemeinsamen Aktionen. z.B. im Gemeinschaftsraum mit großer Küche.

Ich ernähre mich schon ausgewogen und frisch durch regionale und saisonale Lebensmittel. Einmal wöchentlich kaufe ich diese bei lokalen Einzelhändlern. Ich koche gerne und habe viele Zutaten wie z.B. Gewürze – manche sind schon weit über das MHD – ständig vorrätig. Am Wochenende bereite ich viel vor und friere mir die Portionen ein. Ich esse 80% der Mahlzeiten selbst zubereitet, 20 % außer Haus.

Wenn ich im we-house wohne wird im Bistro und in der Gemeinschaftsküche in großen Mengen gekocht. So werden Lebensmittel kürzer gelagert und verlieren keine wertvollen Inhaltsstoffe. Frische Salate kommen aus der Indoor-Farm direkt

Bei der Umnutzung des Gebäudes wird auf Nachhaltigkeit größten Wert gelegt. In der Entwässerung zeichnet sich dies durch die konsequente Nutzung von Regen- und Grauwasser aus, in der Bewässerung durch wassersparende Armaturen für Duschen und Toiletten. Die Regen- und Grauwasseranlage ist so bemessen, dass der gesamte Nutzwasserbedarf für Toiletten und Pflanzen über das Jahr gedeckt werden kann. Teile des Gebäudedachs und Teile der Fassade werden intensiv bepflanzt. Das Regenwasser wird vom Dach der Gebäude über eine Druckentwässerung der Zisterne zugeführt. Bei einer Unterdeckung erfolgt eine Nachspeisung des Grauwassersystems über diese Zisterne. Eine Überdeckung wird der Zisterne zur späteren Nutzung zugeführt. Das System der Grauwasseraufbereitung umfasst Innentanks, die täglich bis zu 2.000 Liter schwach belastetes Abwasser (Grauwasser) zu hochwertigem Betriebswasser aufbereiten kann, welches den mikrobiologischen Qualitätsanforderungen entspricht. Die Anlage besteht aus einem Grobfilter für die mechanische Entfernung von bspw. Textilfusen und Haaren. Durch einen hydraulischen Ausgleich zwischen Betriebswasserangebot und -nachfrage wird so vollautomatisch und bedürfnisorientiert Grauwasser genutzt - und das über einen mechanisch-biologischen Weg ohne Chemikalieneinsatz.

Beim Bistro kommen wasserlose Urinale zum Einsatz.

Das We-House Herne versteht sich als ein Ort, an dem durch das natürliche Umfeld, die ökologische Nahrung oder die vielfältigen sozialen Kontakte alle Voraussetzungen für ein selbstverantwortliches, gesundes Leben gegeben sein sollten. Auch die Gesundheitserhaltung durch Prävention und das Vorbild für die nächste Generation sind für uns elementar wichtig. Wir bemühen uns um die Förderung eines möglichst umfassenden körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefindens unserer Bewohner:innen.

Wir wollen uns so regional, saisonal und biologisch wie irgend möglich ernähren, um neben der eigenen Gesundheit auch die planetare Gesundheit zu fördern.

Dieses Ziel wollen wir unter anderem erreichen durch

- den Anbau von Lebensmitteln in der Indoorfarm für die Bewohner:innen, die Gastronomie und einen Unverpacktladen,
- die Förderung einer zunehmend pflanzenbasierten Ernährung durch Aktionen in der Gemeinschaftsküche zum vegetarischen und veganen Kochen,
- Kooperationen mit umliegenden Bio-Bauernhöfen / Hofläden und die Organisation von Kräuterwanderungen,
- den biologischen Anbau von Obst, Gemüse und Kräutern auf der Dachterrasse und im Garten,
- die Teilnahme an Foodsharing-Projekten zur Reduktion von Lebensmittelverschwendung.

auf den Tisch. Ich koche vielleicht nur noch 40% meiner Mahlzeiten für mich alleine, dafür koche ich gerne für andere mit oder esse, was andere gekocht haben. So lerne ich viele neue Gerichte kennen und ernähre mich abwechslungsreicher und bewusster als bisher.

In der Freizeit bastele ich gerne in meiner Werkstatt im Keller. Im we-house kann ich die schmutzige Werkstatt oder den Bastelraum nutzen.

Vor allem das Zusammenwohnen mit vielen Generationen ermöglicht es mir, jungen Menschen meine Erfahrungen weiterzugeben. Beispielsweise helfe ich sehr gerne anderen Menschen wenn es um handwerkliche Dinge geht.

Einmal in der Woche fahre ich zum Yoga-Kurs in die Stadt.

Im Multifunktionsraum auf der Dachterrasse des we-houses finde ich mich mit anderen Yog:inis zusammen und lerne so verschiedene Yogastile kennen. Die Sauna dort werde ich bestimmt regelmäßig benutzen.

Ich freue mich aber auch darauf, von den jungen Menschen und Kindern zu lernen. Vielleicht motiviert die Gemeinschaft mich sogar zum Singen und Tanzen?

Ein Miteinander auf Augenhöhe mit vielen neuen Perspektiven, ist genau das, was ich mir unter sozialer Nachhaltigkeit vorstelle. Dabei schätze ich besonders, dass die Bewohner:innen einer inklusiver WG der Lebenshilfe mit von der Partie sind – werden wir doch alle so für ein Leben mit Einschränkungen sensibilisiert und möglichst jedem und jeder nach den eigenen Bedürfnissen gerecht.

Gemeinsam mit den ökologischen Baumaßnahmen und Alltagsaspekten im Bunker habe ich das Gefühl, dass wir ein kleines Stück zu einer nachhaltigen Gemeinschaft, Nachbarschaft und Stadt beitragen können.

Wir fördern eine regenerative Kultur in bewusst dafür geschaffenen gemeinschaftlichem Raum. Dort finden unter anderem Yoga, Meditation, gemeinsames Singen und Tanzen, Sport und Spiel statt. Es gibt außerdem Möglichkeiten zur Förderung von Kreativität wie Malen, Basteln, Nähen oder Werken.

Wir öffnen diese Räume bei Aktionen (Workshops, Kurse, Tag der offenen Tür) auch für den Stadtteil und setzen uns außerdem für die Begrünung des Stadtteils ein.

Wir sind offen für alle Menschen, gleich welcher Herkunft, welchen Geschlechts, welcher sexuellen Orientierung, welcher Religion und welcher demokratischen politischen Haltung.

Wir schaffen grundlegend Strukturen von barrierefreier Nutzbarkeit der Gemeinschaftsflächen und wünschen das gleichberechtigte Zusammenleben von Menschen mit körperlichen, psychischen oder kognitiven Einschränkungen.

Wir bemühen uns um eine Atmosphäre von Offenheit, Wertschätzung und Gemeinschaftlichkeit, die Menschen während oder nach einer Erkrankung in ihrem Genesungspotential bei der Wiedergesundung unterstützt. Damit setzen wir uns für die Minderung von Ungleichheiten ein.

Wir verabreden eine rauchfreie Umgebung, um unser aller Gesundheit zu schützen und dem zukünftigen Tabakkonsum der Kinder vorzubeugen.

Wir gehen gemeinsame Wege zur Wahrnehmung, Bearbeitung und Lösung von Konflikten. Dabei legen wir besondere Aufmerksamkeit auf unsere Kommunikation und unsere Entscheidungsprozesse, welche wir in Workshops weiterentwickeln.

Die oben genannten Ziele und Prozesse, welche die Gesundheit der Bewohner:innen des we-house, aber auch mit uns verbundener Menschen, in jedweder Hinsicht fördern und erhalten sollen, beziehen wir insbesondere auch auf Kinder. Dabei geht es uns nicht nur um die im we-house wohnenden Kinder sondern auch um alle anderen, mit uns in Kontakt stehenden Kinder.

Wir wollen durch unseren Lebensstil Vorbilder sein, welche die Zukunft unserer Kinder und Enkel beeinflussen. Dabei lassen wir uns leiten von dem Gedanken, dass Kinder nicht das tun, was wir sagen, sondern das tun, was wir tun.

Sie sollen im we-house eine vielfältige Gemeinschaft erleben, die ihre Toleranz und Offenheit für die Buntheit des Lebens fördert.

Jedes Kind erweitert nach seinen persönlichen Bedürfnissen den Kreis von Bezugspersonen, die seinen Alltag in Ergänzung zu den Eltern gestaltet und bereichern.

Sie sollen durch unsere regionale, saisonale und biologische Ernährung geprägt werden und lernen, warum wir so essen wie wir essen und welche Auswirkungen dies auf die individuelle und globale Gesundheit hat.





Mein Konsum ist bereits minimiert, denn mein Haushalt ist mehr als vollständig ausgestattet. Ich habe alles, mir mangelt es an nichts.

Durch das Teilen der täglich genutzten Dinge in der Gemeinschaft können weitere Reduzierungen und effektivere Nutzung der Dinge erfolgen.

Schätzungsweise 40 % der eigenen wenig genutzten Gegenständen könnte ich abgeben und gelegentlich benötigte Gegenständen, wie Haushaltsgeräte, Bücher usw. mit anderen teilen.

Nicht mehr benötigten Gegenstände kann ich durch Re- und Upcycling in unserer Werkstatt in andere nützliche Dinge verwandeln. Bevor ich shoppen gehe, gucke erst mal bei der Kleider-tauschparty, ob ich passende Sachen finde.

Durch unsere vielen Talente können wir bestimmt vieles reparieren statt neu zu kaufen. Gemeinsam können wir uns auch teurere und robustere Dinge leisten.

Unsere Lebensmittel können wir in Großgebinden einkaufen und sparen damit Wege und Verpackung ein. Einiges retten wir beim Food-Sharing vor dem Wegwerfen und machen es durch gemeinschaftliches Fermentieren oder Einkochen haltbar.

Alles, was wir selber nicht ge- oder verbrauchen, können wir im Bistro oder bei einem selbst organisierten Flohmarkt anbieten.



Zurzeit wohne ich in einem Quartier am Stadtrand mit einer Entfernung von etwa 2 km zu den Einkaufsmöglichkeiten. Das Fahrrad nutze ich täglich, den eigenen PKW 2 x wöchentlich für Strecken größer als 10 km zu Kulturveranstaltungen, Besuchen und Reisen (etwa 120.000 km). Dazu verbrauche ich im Jahr ca. 840 l Benzin. Das entspricht einer CO<sub>2</sub>-Emission von etwa 2t.

Vom we-house aus erreiche ich alle Geschäfte des täglichen Bedarfes, Restaurants und Ärzte fußläufig. Meinen PKW werde ich abschaffen. Die Innenstadt ist mit dem ÖPNV bequem von der Haltestelle wenige Meter entfernt aus zu erreichen. Für notwendige Fahrten kann ich entweder ein E-Car-Sharing-Auto buchen oder mir ein Auto bei Mitbewohner:innen leihen, die ihren PKW behalten haben und zum Teilen anbieten.

Verreisen werde ich mit dem Fahrrad und mit der Bahn.

Durch Überprüfung herkömmlicher Konventionen bemühen wir uns zunehmend, unsere wirklichen Bedürfnisse zu erkennen, so dass wir weniger auf überzogene Leistung und kompensatorischen Konsum angewiesen sind und dadurch individuell und global nachhaltiger leben.

Bei der Reduktion auf das Nötige soll gleichzeitig eine besonders hohe Lebenszufriedenheit erzielt werden, als „Sowohl-als-auch-Prinzip“, nicht als „Entweder-oder-Prinzip“. Das sharing wird als konzeptionelles Bindeglied zwischen größtmöglicher Individualität und Gemeinschaft definiert. Zusätzliche gemeinschaftliche Flächen und Angebote sollen den Einzelnen entlasten und sein Leben bereichern, um so eine Reduktion der Umwelteinwirkungen bzw. einen geringeren ökologischen Fußabdruck zu erreichen.

Die Bewohner:innen bekennen sich explizit zu nachhaltigem Leben, zu einem Verzicht auf immer alles jederzeit.

Die Indoor-Farm deckt mit rund drei Tonnen Ertrag jährlich den kompletten Rohkostbedarf der Bewohner und des Restaurants ab.

Im we-house wird eine post-fossile Lebensweise angestrebt, sowohl im Bereich Energie als auch Mobilität.

Wir geben schon jetzt unser Bestes und haben langfristig viele weitere Veränderungen im Blick, wissen um die Herausforderungen, aber nehmen uns dieser an.



60 Stellplätze und eine Werkstattausstattung sorgen für jederzeit einsatzbereite Fahrräder.

Vier Bushaltestellen in unmittelbarer Nähe vernetzen in die Innenstadt, zur U-Bahn und zum Bahnhof sowie in die Nachbarstädte.

Übertragbare ÖPNV-Tickets, 4 Elektro-Ladesäulen, E-Auto Carsharing und E-Lastenfahrräder ergänzen das Mobilitätsspektrum.