

So geht Agglo!

Mit der Überbauung Zwicky Süd zwischen Dübendorf und Wallisellen beweisen die Architekten Mut zur Urbanität, wo bisher keine gefragt war. Und sie zeigen: Es gibt ein Leben nach dem Stadtzentrum.

Andres Herzog

Zürich beginnt da, wo für die meisten Städter der Spass aufhört: im Niemandsland zwischen Wallisellen und Dübendorf, fest im Griff des Verkehrs. Die Überlandstrasse malträtiert das Gehör im Rhythmus der Ampeln. Die Betonstützen des Bahnviadukts ragen neben der Tramhaltestelle aus dem Boden. Nur der Chriesbach plätschert lieblich in die Glatt - bevor die Autobahn diese verschluckt. Das Flüsschen lieferte der Seidenzwirner Zwicky & Co. einst den Strom, heute liefert sie ein Stück Naturidyll für 2500 Bewohner, die auf dem einstigen Industrieareal zu Hause sind.

Wie kann man hier wohnen? Das fragt sich wohl mancher Autofahrer, während er auf die verrostete Fassade der Überbauung Zwicky Süd blickt, die noch keine zwei Jahre alt ist. Vorzüglich, antworten ihm gleich drei Auszeichnungen: Der Kanton Zürich prämierte die Siedlung 2016; die Zeitschrift «Hochparterre» kürte sie im Dezember mit dem goldenen Hasen, und kürzlich erhielt sie auch den «Umsicht»-Preis des Schweizerischen Ingenieur- und Architektenvereins (SIA). Wer verstehen will, warum, muss aussteigen und einen Schritt hinter die Lärmkulisse wagen.

Rezyklierte Brücken

Zwischen den Bauten verstummt der Verkehr. Dafür greifen die Gebäude bis zu siebengeschossig in die Höhe. «Am Wasser» heissen die schmalen Gassen dazwischen, es klingt fast ironisch. Der Boden ist asphaltiert oder gekiest. Kein Abstandsgrün, keine Gartenzäune, keine Vororttristesse - statt an die Agglo denkt man plötzlich an die Stadt. Schneider Studer Primas Architekten nutzen die enorme Dichte, um Nähe und Vielfalt zu schaffen. Schlanke Gebäudescheiben halten den Lärm ab, ohne die Überbauung abzuschnitten. Immer wieder gibt es Durchbrüche und Ausblicke. Zwei voluminöse Häuser stehen in der Mitte. Flache Hallenbauten nehmen Veloparkplätze auf und bieten auf ihren Dächern Nebenschauplätze.

Die Architekten beweisen damit Mut zur Urbanität, wo bisher keine gefragt war. Nicht, indem sie die Stadt hierhin implantieren, wie beim Richti-Areal in Wallisellen oder beim Limmattfeld in Dietikon. Sondern indem sie die Agglomeration mit ihren eigenen Mitteln schlagen: Zum robusten Städtebau gehört eine raue Architektur, die auf den Ort und seine Vergangenheit antwortet. Balkone und Laubgänge balancieren



Rau, aber nicht roh: Aussenansicht der Siedlung Zwicky Süd. Foto: Andrea Helbling Arazebra

auf rostrotten Stahlstützen. Zwischen den Bauten spannen zwei rezyklierte Brücken, die einst am Escher-Wyss-Platz die Passanten über eine Baustelle trugen. Sogar die Korrosion der Fassade ist gewollt. Und trotzdem kippt das Rau nicht ins Rohe. Dafür sorgen die hölzernen Fensterrahmen in den Atrien, die farbigen Fliesen im Erdgeschoss oder die Pflanzen, die sich an den Fassaden hochranken. Es sind die kleinen Dinge, die die Häuser wohnlich machen.

Misch- statt Monokultur

Urbanität funktioniert nur, wenn die Mischung stimmt. Das heisst zuallererst: Im Erdgeschoss wird nicht gewohnt. Stattdessen ist Platz fürs Gewerbe, das ein Fünftel der Fläche ausmacht: ein Florist, ein Kunstmaler, eine Kinderkrippe, ein Bierbrauer oder ein Restaurant, betrieben von einer Behindertenstiftung. Zudem probt Greenpeace im Hof den Ernstfall, eine Stiftung bietet Jugendlichen in der Krise Unterschlupf, ein Hotel beherbergt Konzertgänger der

Samsung-Halle, die nur eine Tramstation entfernt ist.

Diese Mischkultur erstaunt. Und sie kündigt an, dass sich das städtebauliche Sperrgebiet zwischen Wallisellen und Dübendorf langsam zu einem Stück Stadt mausert. Daran glaubt man auch auf der anderen Seite der Bahn: Bis 2019 entstehen im Norden des Areals drei Hochhäuser, aus deren Eigentumswohnungen der Blick opulent übers Glatttal schweift. Zur Urbanität gehört auch das obere Preissegment.

Lange haben sich die Genossenschaften auf die Stadt Zürich konzentriert, wo ihre bisherige Stammklientel zu Hause ist. Dabei gäbe es in der Vorstadt viel grössere Aufgaben zu bewältigen, wie Zwicky Süd zeigt: Drei der sechs Bauten hat die Genossenschaft Kraftwerk 1 realisiert. Sie beweist damit, dass das «Wohnlabor Zürich» nicht aufs städtische Gebiet begrenzt ist, und überwindet den politischen Stadt-Land-Graben, der zusehends auch ein architektonischer wird.

Zwicky Süd ist ein Zufluchtsort für Gentrifizierungs-Flüchtlinge geworden, welche die letzte Sanierungswelle aus der Stadt gespült hat. Und ein Zuhause für Landbewohner, die trotz engem Budget urbane Luft schnuppern wollen.

Kraftwerk 1 mischt also das Zwicky-Quartier auf - auch was die Wohnungen angeht. Während die anderen Bauträger Reihenlofts und günstige Familienwohnungen bauten, tüftelte die Genossenschaft an neuen Grundrissen. Es gibt Wohngemeinschaften mit 13 Räumen oder 4½-Zimmer-Wohnungen, die auf 170 Quadratmetern durchs Haus mäandrieren. Letztere stehen noch leer - Dübendorf ist eben doch nicht Zürich. Die einfacheren Wohnungen sind aber alle vermietet, obschon die Dichte selbst für manche Stadtmenschen gewöhnungsbedürftig ist. Die 2,8 Meter hohen Räume entschädigen allerdings für die hohe Ausnutzungsziffer.

Hinzu kommen die weichen Faktoren: Die Genossenschaft will keine Ghettoisierung, also ordnete sie bei der Ver-

«Umsicht»-Preis

Bauen, forschen, renaturieren

Die Genossenschaftssiedlung Zwicky Süd hat kürzlich den «Umsicht»-Preis gewonnen. Die zum vierten Mal vom Schweizerischen Ingenieur- und Architektenverein (SIA) gesprochene Auszeichnung prämiert ganzheitlich gedachte Bauwerke.

Das Preisgericht vergab noch fünf weitere Auszeichnungen in allen Sparten und Landesteilen. Einen Hauptfokus legte die Jury dabei auf das Thema Landschaft: Preise gingen an die Revitalisierung des Flusses Laire bei Genf, an die Erneuerung des Wasserkraftwerks Hagneck bei Biel und an das Besucherzentrum eines Naturparks in Valendas. Gekürt wurde zudem der Bahnhof Zürich-Oerlikon, der fürs 21. Jahrhundert ausgebaut wurde. Noch weiter in die Zukunft verweist das prämierte Forschungsgebäude Nest in Dübendorf, an dem die Empa das Bauen von morgen testet. (ahe)

mietung den demografischen und sozialen Mix der Stadt Zürich an. Die partizipative Planung, der Solidaritätsfond für Geringverdiener und die Selbstverwaltung sorgen ebenfalls dafür, dass die Menschen miteinander in Berührung kommen.

Agglo? Kein Schimpfwort

Zwicky Süd fordert heraus. Die Architekten nutzen den Lärm, um eigenwillige Räume zu schaffen; die Dichte, um den Hof zu aktivieren; den Preisdruck, um kraftvolle Architektur zu bauen. Anders als manche Nachbarbauten, welche die Anonymität befördern, wirkt Zwicky Süd als identitätsstiftender Kern. Das haben selbst Investoren gemerkt, die mit harten Zahlen rechnen. Die Genossenschaft funktioniert als urbaner Aktivator für das ganze Quartier, als Katalysator für die Agglomeration.

Raumplanung ist in der Schweiz schwierig. Oft bleibt den Verantwortlichen nur eine Lösung, um Boden zu sparen: an Ororten zu verdichten. Zwicky Süd gibt Hoffnung, dass dies nicht in die Agglofalle führen muss. Denn der urbane Vorposten lehrt eine der wichtigsten raumplanerischen Lektionen unserer Zeit: Es gibt ein Leben nach dem Stadtzentrum. Die Antwort heisst eben nicht Bodenhaltung im Hüslü und auch nicht Batteriehaltung im Wohnsilo - sondern die Stadtwerdung des Ballungsraums. Und zwar auch dort, wo dieser am garstigsten ist. Agglo ist kein Schimpfwort mehr.

Sexologisch (44)

Keine Lust auf Sex wegen Diät?

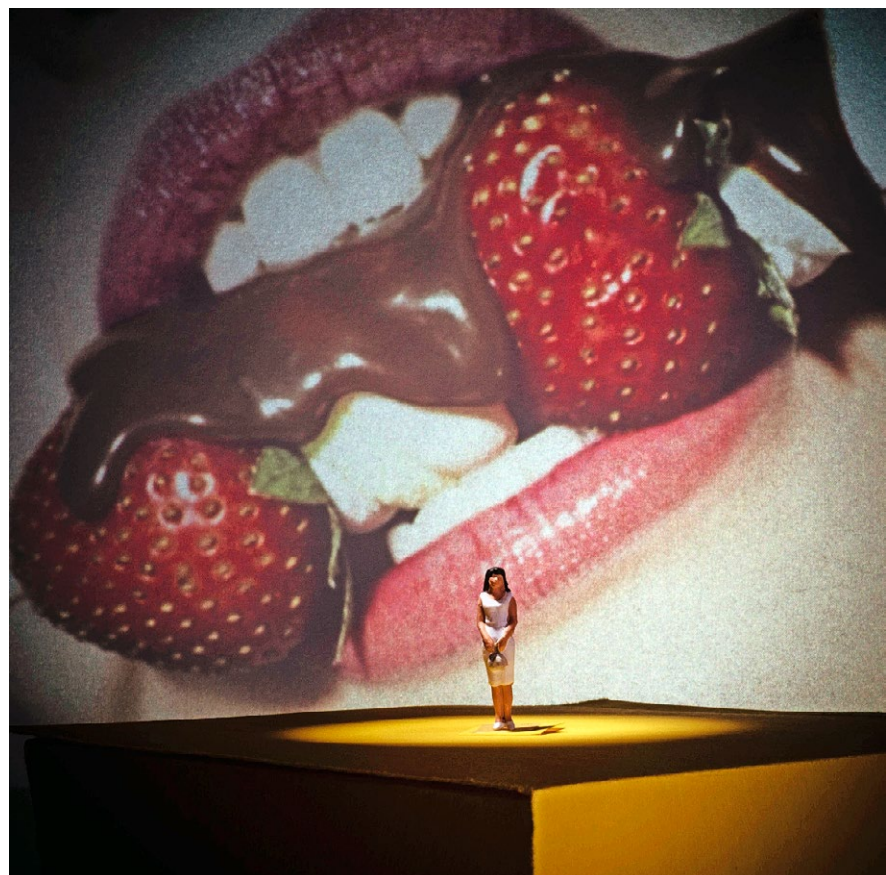


Foto: Raisa Durandi

Ich habe vor einigen Monaten den Entschluss gefasst, abzunehmen. Seither habe ich das Gefühl, dass ich viel weniger Lust auf Sex habe. Hängt das womöglich mit meiner Diät zusammen?

Gewichtsabnahme und sexuelles Interesse können in der Tat stark zusammenhängen. Dabei kann sich der Gewichtsverlust sowohl positiv als auch negativ auf die Libido auswirken. Die sexuelle Lust ist ein komplexes Phänomen, das durch eine Vielzahl von körperlichen, psychischen und partnerschaftlichen Faktoren beeinflusst wird (dazu habe ich schon in früheren Beiträgen geschrieben). Dementsprechend gibt es für das Zusammenspiel zwischen einer Gewichtsabnahme oder einer Diät und einer verminderten sexuellen Lust auch mehrere Varianten.

Je nach Ausmass, Dauer und Intensität der Gewichtsreduktion kann es auf körperlicher Ebene zu hormonellem und metabolischem Ungleichgewicht kommen. Denn Abnehmen bedeutet erst einmal Stress für den Körper. Der Verlust von Gewicht, Fetten und bestimmten Mineralien beeinflusst etwa den Hormonspiegel, was bei Frauen schon mal zu Unregelmässigkeiten im Zyklus führen kann. Bei einigen Frauen geht es sogar so weit, dass sie gar keinen Eisprung mehr haben. Das reproduktive

System fährt aufgrund der fehlenden Energie herunter, bis es sicher ist, dass im Falle einer Schwangerschaft genügend körperliche Ressourcen vorhanden wären.

Die Veränderungen der Sexual- und Reproduktionshormone wie Testosteron, Östrogen und Gestagen können so direkt zu sexueller Unlust führen. Geschlechtshormone beeinflussen aber auch unseren emotionalen Zustand. Nebst der körperlichen Komponente führt eine Diät bei einigen Menschen auch zu einer verstärkten Beschäftigung mit den Themen Essen, Körper und Gewicht. Kalorienzählen und Schlanksein werden zu essenziellen Lebensinhalten und entziehen anderen Lebens Themen Energie und Aufmerksamkeit. Das ist dem Genuss der Sexualität nicht förderlich, da der Fokus oft woanders liegt und sich die Person nicht mehr auf das Ereignis einlassen kann.

Man fühlt sich wieder sexy

Eine Gewichtsabnahme kann aber auch einen positiven Effekt auf die Sexualität haben. Denn Übergewicht beeinträchtigt nicht nur die generelle Gesundheit und unser Wohlbefinden, sondern kann sich auch ganz spezifisch auf unsere sexuelle Funktion auswirken. So klagen übergewichtige Männer verstärkt über Erektionsprobleme. Hier kann eine

Gewichtsreduktion relativ schnell gesundheitliche Vorteile bringen, und mit steigender Potenz wird auch die Lust wieder belebt. Das Erreichen des subjektiven Wohlfühlgewichts kann sich zudem günstig auf den Selbstwert auswirken: Man fühlt sich wieder sexy und begehrenswert und ist mit seinem Körperbild im Reinen. Das vermindert die Schamgefühle erheblich, sodass sich während des Aktes weniger negative Gedanken einschleichen und der Sex wieder genossen werden kann.

Wichtig ist wie immer, alles im Masse zu tun. Geschieht die Gewichtsabnahme langsam und im gesunden Rahmen, dann wird sich auch der Hormonhaushalt bald einpendeln und die sexuelle Lust wieder einstellen.

Andrea Burri

Die Sexualwissenschaftlerin beantwortet jede Woche eine ausgewählte Leserfrage zu Sexualität und Liebe.



Senden Sie uns Ihre Fragen an sexologisch@tages-anzeiger.ch