

Guter Schlaf bringt gutes Feedback fürs Hotel

Ein Hotelbett muss für alle Gäste ideal sein – ob sie nun 50 oder 110 Kilogramm schwer sind. Worauf schauen Hoteliers beim Betteneinkauf?

Nicole Jegerlehner



Am meisten Zeit verbringen unsere Gäste im Bett.» Das sagt Jan Pyott vom Hotel Glacier in Grindelwald. «Eigentlich sind wir im Schlafbusiness tätig.» Seit April 2018 führt er mit seiner Frau Justine das Vier-Sterne-Superior-Hotel mit 28 Zimmern und Suiten und hat von Beginn weg einen Fokus auf die Betten gelegt.

Die Matratzen haben die beiden auf eigenen Reisen entdeckt: «Coco-Mat» – ein Produkt eines griechischen Orthopäden. «In diesen Betten ist kein Stück Plastik oder Metall drin», sagt Jan Pyott. «Coco-Mat» setzt auf Schichten statt Federn.» Und auf natürliche Rohstoffe wie Pferdehaardecken oder Matten aus Algen und Naturkautschuk; der Unterbau besteht aus Eichenholz.

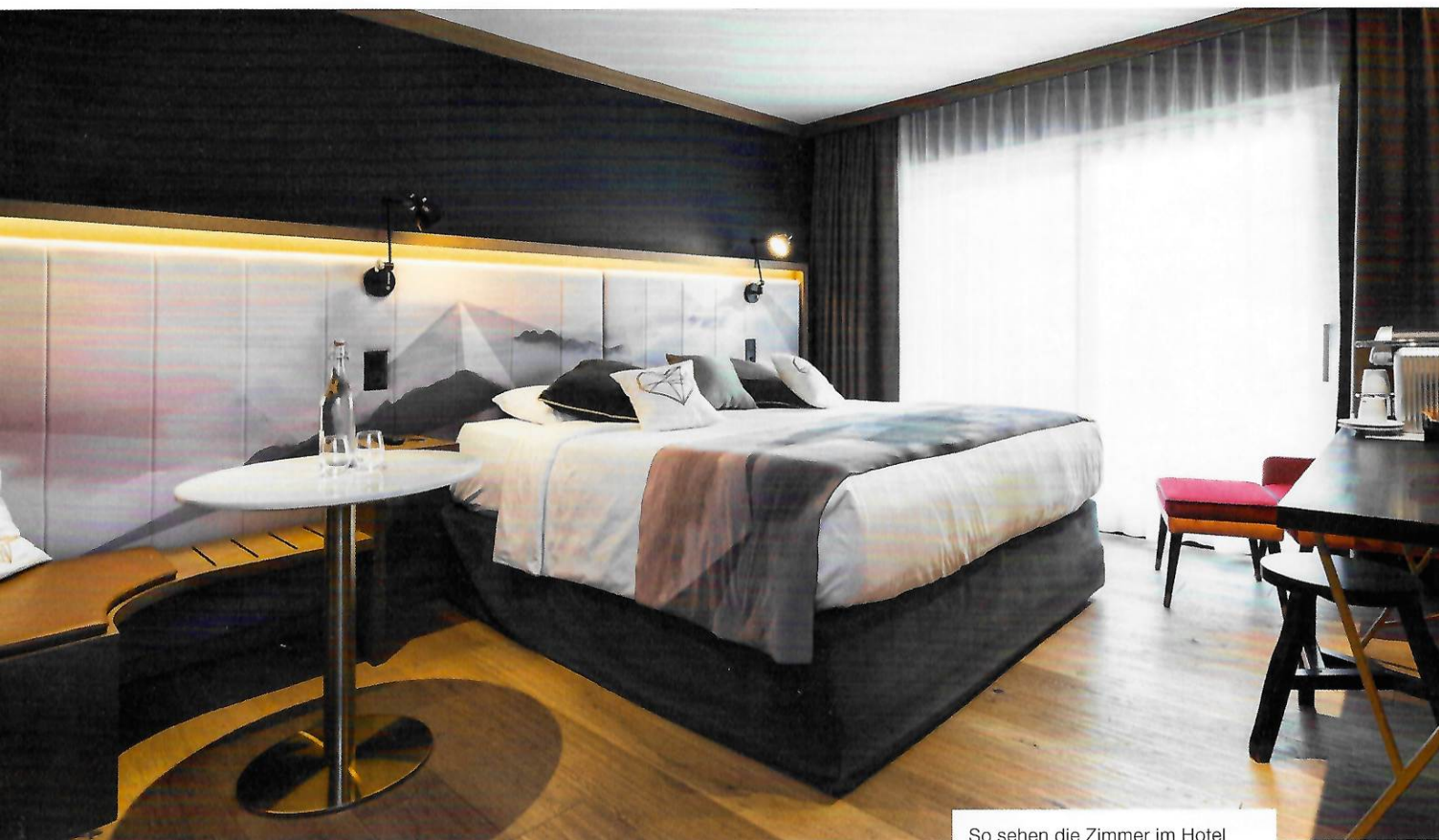
«Wir erhalten jeweils ein sehr gutes Feedback von unseren Gästen», sagt Jan Pyott. Und auch das Hotelierpaar ist zufrieden: «Die Betten sind qualitativ sehr gut, sie halten länger als andere Betten.» In den luxuriöseren Zimmern stehen Betten von höherer Qualität. «Aber auch jene in den

anderen Zimmern überzeugen», hält Jan Pyott fest.

Gäste als Testschläfer

Auch Stella Thanopoulos, die die Hauswirtschaft im Hotel Dom in St. Gallen leitet, sagt: «Schlaf trägt zum Wohlbefinden der Gäste bei, darum sind die Betten sehr wichtig.» Als das Hotel vor einigen Jahren die Matratzen wechseln wollte, stattete es mehrere Zimmer mit Mustern von möglichen Matratzen aus – und liess die Gäste testschlafen. «Die Rückmeldungen haben uns geholfen, eine Matratze auszuwählen», sagt Stella Thanopoulos, «und gleichzeitig fühlten sich die Gäste wertgeschätzt».

Auch für das La Couronne Hotel Restaurant in Solothurn sind die Betten essenziell: «Leistet ein Bett nicht die Qualität, die sich ein Gast wünscht, leidet auch das Gästefeedback», sagt Natascha Lehmann, Chef de Réception. Darum sei beim Kauf nebst dem Stil und der Langlebigkeit der Betten der Komfort sehr wichtig.



So sehen die Zimmer im Hotel Glacier in Grindelwald aus.



Ein Zimmer im Hotel Dom in St. Gallen.

Das Hotel Dom reinigt die Matratzen regelmässig und nutzt Matratzenschoner. Es tauscht die Matratzen alle fünf bis acht Jahre aus. «Wenn wir die Rückmeldung erhalten, dass eine Matratze durchgelegen ist, wechseln wir sie punktuell auch früher», sagt Stella Thanopoulos. Der Entscheid für die neuen Matratzen war offen-

bar gut: «Unsere Gäste sagen oft, sie hätten sehr gut geschlafen, und fragen nach der Matratze», freut sich Stella Thanopoulos. Die Rezeption verfügt darum über alle nötigen Informationen und gibt den Fragenden detaillierte Auskünfte über den Schweizer Matratzenhersteller und das genaue Modell.

SCHLAFEN

Ein Zimmer im La Couronne
Hotel Restaurant in Solothurn.



Das La Couronne Hotel
Restaurant in Solothurn.



Die eigene Matratze

Auf diesem Weg, weil sie in einem Hotel in einem seiner Betten geschlafen haben und begeistert waren, kommen auch viele Private zu Bruno Büchler. Der Gründer und Eigentümer des Unternehmens Hotelbetten beliefert eigentlich – wie es der Name verrät – Hotels mit Betten. Seit gut fünf Jahren hat er aber auch einen kleinen Schauraum für Privatpersonen. «Ich habe fast 100 Privatkunden beliefert, die alle im gleichen Hotel geschlafen haben; sie wollen das Bett vor einem Kauf sehen und anfassen, im Gegensatz zu Hoteliers.» Ein Bett von Büchler kostet rund 2000 bis 3000 Franken, «je nach Budget, zudem ist der Preis abhängig von der bestellten Menge». Sein Tipp für ein gutes Bett: «Es braucht ein stabiles Unterbett, eine gute Federkernmatratze und eine Auflage.» Die Matratze müsse so ausgelegt sein, dass sich sowohl Gäste, die 50 Kilogramm wiegen, als auch Gäste, die 110 Kilogramm wiegen, darin wohlfühlen (bei Gästen mit geringerem oder höherem Körpergewicht sei das schwieriger). Die Matratzen von Bruno Büchler erfüllen diese Vorgaben offenbar, denn er hat eine jahrelange Stammkundschaft: «Seit 20 Jahren verkaufe ich die gleichen Betten und meine eigenen Matratzen; ich habe sie zusammen mit einem Entwickler entworfen.» Vor allem kleine und mittlere Hotels sowie Familienbetriebe im Drei- bis Vier-Sterne-Bereich kaufen bei Büchler ein.

Die Kissen

Für Bruno Büchler ist klar: Aus hygienischen Gründen muss eine Matratze alle acht bis zwölf Jahre ersetzt werden. «Das Bett selbst hat zwei Matratzen-Leben.» Häufiger werden die Kissen ausgetauscht: Alle fünf bis sechs Jahre. Bruno Büchler liefert synthetische Kissen – Allergiker wissen das zu schätzen. Seine Duvets aber sind mit Daunen gefüllt.

Das Hotel Dom in St.Gallen bietet eine Auswahl an Kissen an: Je nach Vorliebe schlafen die Gäste auf einem weichen, einem härteren oder einem harten Kissen. Das weiche Kissen ist mit Federn gefüllt,

die anderen sind für Allergiker geeignet. Diese Auswahl gibt es auch im Hotel Glacier in Grindelwald. Jan Pyott findet zudem: «Das A und O ist die Bettwäsche.» Darum habe er sich mit seiner Frau bewusst für Baumwolle mit einer sehr hohen Maschendichte entschieden: «Wir wollten ein feines haptisches Erlebnis.» Die Bettwäsche wird in einer Grosswäscherei nach 250 Waschgängen aussortiert und kontrolliert. «Die Bettwäsche ist damit immer sehr hochwertig.»

Einfach einsteigen

Die Gäste wollen sich in den Ferien erholen und gut schlafen. «Darum investieren wir in diesem Bereich viel», sagt Jan Pyott. «Unser Angebot steht und fällt mit dem Bett.» Was Gäste im Hotel Glacier sicher nie antreffen: Eine um 90 Grad gedrehte und in drei Schichten gefaltete Bettdecke. «Bei uns müssen die Gäste die Bettdecke nicht öffnen und umdrehen, sondern können direkt ins Bett einsteigen – wie zu Hause auch.»

www.hotel-glacier.ch
www.hoteldom.ch
www.lacouronne-solothurn.ch
www.schlafconcept.ch

carpe noctem – Chancen verschlafen oder endlich aufwachen?

Jens Rosenbaum*

Ein Blick auf die Hotellerie zeigt, dass dort das Zitat von Quintus Horatius Flaccus «carpe diem» (Nutze den Tag) in Vollen- dung verstanden wird. Tagsüber wird dem Gast eine Fülle von Leistungen geboten und darüber auch das Profil eines Hotels defi- niert. Aber was ist mit der Nacht, «noctem»? Jene Zeit, wo der Gast, zwischen Ein- und Auschecken, horizon- tal gelagert wird. Hierzu braucht es logischerweise das Bett, denn ohne Betten, keine Gäste. Aber gerade, weil das Thema Hotelbett auf den ersten Blick so banal klingt, wird schnell übersehen, welche Potenziale im Hotelbett schlummern.

Welcher Hebel sich dort für viele Herausforderungen der Hotellerie verbirgt, auch und gerade für aktuelle. Neben dem hochaktuellen Thema Nachhaltigkeit sind dies unter anderem das Dauerthema Kosten und, wie könnte es anders sein, die ewige Frage nach dem opti- malen Schlafkomfort. Obwohl Letzteres ja die Kern- leistung der Hotellerie betrifft, ist dies bei nicht weni- gen Hotels im Laufe der Zeit leider zur Nebensache verkommen und daher im Ergebnis für den Gast oft nur noch grenzwertig.

Die CO₂-Bilanz retten

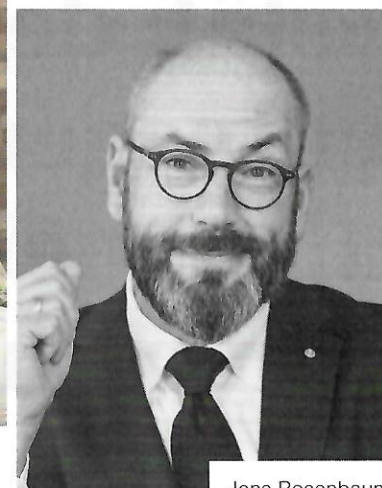
Das gekürzte Zitat von Giacomo Girolamo Casanova (1725–1798) «Wer schläft, sündigt nicht ...» stammt aus einer Zeit, wo noch niemand ahnen konnte, dass das kurz zuvor von Hans Carl von Carlowitz (1645– 1714) begründete Prinzip der Nachhaltigkeit eines Tages keinen Bereich des Lebens mehr auslassen wird. Eines Tages ist nun heute und selbst der Schlaf wird jetzt daraufhin abgeklopft, ob nachhaltig gehandelt wird. Zum Massstab ist dabei die chemische Formel CO₂ geworden. Erst durch sie lässt sich quantifizieren

und somit vergleichen, welche Massnahmen und wel- che Produkte den geforderten Beitrag zur Nachhaltig- keit leisten. Kreislaufwirtschaftsfähigkeit, nachhaltige Produktnutzung und Vermeidung von Einweg-, res- pektive Wegwerfartikeln sind dabei die Zauberwörter. Um hier mit den Anforderungen Schritt zu halten, braucht es nicht nur ein Umdenken, sondern oftmals auch einen Bruch mit alten Gewohnheiten, verbunden mit einer Verhaltensänderung bei Kauf und Nutzung.

Mit CO₂ im Bett

Sehr viel CO₂-Potenzial schlummert dabei eben auch im Hotelbett, und wer gerade an seiner CO₂-Bilanz arbeitet, sollte daher mal einen prüfenden Blick unter die Bettdecke werfen. Nur um die Dimension zu ver- deutlichen: In der Beherbergungsbranche der Schweiz, mit ihren aktuell circa 4000 Betrieben, befinden sich ungefähr 500 000 Matratzen im Einsatz, umgerechnet auf ein 80/90 × 200 cm Format. Jede dieser Matratzen kommt, im Rahmen der Herstellung, mit einer Belas- tung von durchschnittlich circa 60 Kilogramm CO₂ daher. Nach durchschnittlich fünf bis acht Jahren wird bislang eine Hotelmatratze ersetzt. Ersetzt durch eine neue Matratze, die wiederum mit 60 Kilogramm CO₂ die Umwelt belastet hat, zuzüglich ungefähr 9 Kilo- gramm CO₂, die durch das Verbrennen der alten Mat- ratze anfallen, denn diese werden auch in der Schweiz, nicht zuletzt aus hygienischen Gründen, thermisch verwertet.

Aber thermisch verwerten, also verbrennen, bedeutet auch die unwiederbringliche Vernichtung von wert- vollen Ressourcen. Und die Rückgewinnung von Ener- gie, die gerne gegengerechnet wird, um den CO₂-Aus- stoss weniger dramatisch aussehen zu lassen, hat die Schweiz gar nicht nötig. Anders als zum Beispiel in



Jens Rosenbaum.

Deutschland ist der hiesige Energiemix bereits zu über 80 Prozent klimaneutral. Das Verbrennen von Müll ist daher nur eine Verlegenheitslösung, mit der man sich, so ganz nebenbei, völlig unnötig die Klimabilanz verschlechtert.

Dauerhaftigkeit und Hygiene

Aber das war und ist die bislang übliche Praxis, was bedeutet, dass bei circa 80000 pro Jahr zu ersetzenden und gleichzeitig zu entsorgenden Matratzen die Hotellerie der Schweiz die Umwelt mit umgerechnet 5000 Tonnen CO₂ belastet. Hat ja bislang auch niemanden interessiert, denn bislang musste ja auch noch niemand seine CO₂-Bilanz retten. Aber warum wird denn überhaupt nach fünf bis acht Jahren eine Hotelmatratze entsorgt? Hält die nicht auch länger? Länger halten schon, eine vernünftige Qualität vorausgesetzt, aber da ist ja die Sache mit der Hygiene.

Hunderte von Gästen, die so eine Matratze im Laufe der Jahre beehren (je nach Auslastung und Verweildauer ist diese Zahl auch vierstellig), nehmen ja nicht nur Souvenirs mit, sie lassen auch etwas zurück. Und da helfen weder Bettwäsche noch Matratzenschutz. Wer die Praxis kennt, weiss um die wachsende Verunreinigung einer Matratze im Laufe der Jahre. Aber nun die Gretchenfrage, um auch noch den guten alten Johann Wolfgang von Goethe in diesem Artikel zu erwähnen: Warum schmeissen wir etwas weg, nur weil es schmutzig ist? Werfen Sie die Teller in den Müll oder das Glas in den Container, nur weil jemand davon gegessen oder daraus getrunken hat? Verbrennen Sie etwa Bettwäsche, nachdem der Gast darin geschlafen hat?

Matratzen waschen

Warum werden Matratzen nicht gewaschen? Mit dem Waschen der Matratze würden diese 15 und mehr Jahre ihren Dienst versehen. Am Ende wäre zudem ein Recycling möglich, da das Waschen eine Hygienisierung des Materials bedeutet. Auf diese simple Weise liesse sich nicht nur das unnötige Verbrennen wertvoller Ressourcen vermeiden, sondern, durch eine nachhaltige, weil längere Produktnutzung, auch die Zahl neu herzustellender Matratzen reduzieren.

Das wird der Zulieferindustrie nicht schmecken, denn die lebt ja vom Verkaufen. Aber, wie auch in anderen Bereichen, es gibt nun mal keinen Bestandsschutz für alte Gewohnheiten. Es braucht neue Lösungen und die Hotellerie ist in der Pflicht, sofern wirtschaftlich vertretbar, alle zur Verfügung stehenden Möglichkeiten auszuschöpfen. Auf diese simple Weise würde ein Hotel mit durchschnittlich fünfzig Zimmern bis zu einer Tonne CO₂ im Jahr einsparen können, worüber sich sicherlich jede CO₂-Bilanz freuen würde. Das Zitat von Casanova «Wer schläft, sündigt nicht. Wer vorher sündigt, schläft besser» hat auch heute noch seine Gültigkeit. Nur ist heute eine neue Dimension dazugekommen, die uns eben nicht mehr so gut schlafen lässt, wenn wir uns durch Unterlassung an der Umwelt, und damit an uns selbst, versündigen. Aber in der Matratze findet sich nicht nur ein CO₂-Potenzial, da steckt auch Geld. Wie viel, das erfahren Sie in Teil 2 der Artikelserie.

** Jens Rosenbaum ist Journalist, Verleger, Hotelbetten-Tester und Betreiber der Plattform hotel-betten-check.com. Er verleiht zusammen mit Fachmedien die Betten-Awards für Green-, Clean- und Smart-Sleeping.*

«slâf: der dem wachen entgegengesetzte, im allgemeinen normale zustand von mensch und thier»

«Schlaf ist der grösste Dieb, er raubt das halbe Leben.» Oder:
«Man schläft nicht, um zu ruhn; man schläft, um zu thun.»
Der Schlaf produziert seit jeher Weisheiten und Sprichwörter.
Er hilft. Er macht krank, wenn er fehlt. Ein Blick in ein
neues Schlaf-Buch und das Wörterbuch der Brüder Grimm.

Hilmar Gernet

Wenn ich nicht schlafe, was sehr häufig der Fall ist, schlafe ich gar nicht. Ich bin inzwischen weniger eine schlechte Schläferin als eine Nicht-Schläferin.» So sinniert die englische Autorin Samantha Harvey in ihrem neuen Buch «Das Jahr ohne Schlaf». Sie schildert darin ihre Erfahrungen mit dem Schlafen bzw. dem Nichtschlafen und ihre Versuche, Schlaf zu finden. In den vielen Nächten des Wachliegens geht ihr alles durch den Kopf. Dieser Gedankenrausch sei ein Teufelskreis, denn die Angst vor Schlaflosigkeit führe zu Schlaflosigkeit.

«Siebenschläfer-Chäppeli» halben

Unsere Gross- und Urgrosseltern kannten noch ganz andere Hilfsmittel. Gegen Schlaflosigkeit brachte man Kerzen zu einem sogenannten «Schlafchäppeli». Das sind kleine Kapellen, «Siebenschläfer-Chäppeli», die den heiligen Siebenschläfern geweiht sind (vgl. Josef Zihlmann, Volkserzählungen und Bräuche, Handbuch luzernischer Volkskunde, 1989) und die nicht nur im Kanton Luzern verbreitet waren. Die Legende von den sieben Schläfern ist eine Legende mit einer Tradition im Christentum und im Islam. Sie erzählt davon, wie sieben junge Männer (Brüder) auf der Flucht vor einer Glaubensverfolgung Schutz in einer Höhle suchten. Dort, von Gott behütet, verfielen sie in einen mehrere Jahrhunderte dauernden Schlaf.

Um dem verhängnisvollen Zirkel zu entkommen, bastelte sich die Schriftstellerin eine eigene Schlafphilosophie zusammen. So sind Nächte, in denen sie schlecht schläft, für sie gute Nächte, weil sie überhaupt schläft. Eine philosophische Selbstüberlistung?

Moderne Schlafmittel: Wasser- und Windrauschen

Die Ursachen für leichten, gestörten, unruhigen oder gar keinen Schlaf sind vielfältig. Genauso sind es die Mittel, die tiefen, gesunden, erholsamen und ruhigen Schlaf bringen sollen. Dazu gehören beruhigende «Rituale» vor dem Schlafengehen. Helfen soll, das Handy nicht mit ins Bett zu nehmen, von Bildschirmlicht (Blaulicht) fernzubleiben, auf anregende Tätigkeiten oder spätes, fettes Essen zu verzichten. Auch ein bisschen Schokolade nach dem Abendessen oder ein Glas (warme) Milch mit Honig können beim Einschlafen helfen. Lavendel, ein entspannender Duft, soll den Weg zum Träumen ebenfalls verkürzen können.

Heute gibt es auch Einschlafhilfsmittel bei Spotify: Spezielles Wasser- oder Windrauschen – neben vielerlei anderer Einschlafmusik –, über Kopfhörer verabreicht, soll Schlaf bringen. Wichtig ist auch die richtige Matratze; eine sehr individuelle Angelegenheit. Dazu gehören thermisch gutes Bettzeug (Wäsche, Decken) und wenn, dann angenehme Schlafkleider.

«Schlafforscher» Brüder Grimm

Von «Schlaf» bis «Schlafzügel» («zügel, der dem pferd über die schläfen geht und den zweck hat, es zu einem geraden gange mit erhobenem kopfe zu veranlassen») sind im umfangreichsten Deutschen Wörterbuch von Jacob und Wilhelm Grimm (Band 15 von 33 Bänden) die historischen Verwendungen der Begriffe erfasst. Hier folgen einige zeitlose Schlaf-Aspekte aus dem Grimm-Wörterbuch (1899):

Schlafen im Hotel

«niederdeutsch – slepers heiszen geringe leute, die sich nur für die nacht ohne beköstigung einmieten»

Schlafstörungen

«ik kannnig slaapen, wenn ik supp eet»

«kranckheit und kumber laszt nit schlaaffen»

«die fülle des reichen leszt jn nicht schlafen»

«dieser arme teuffel blieb 2 tag und 2 nacht auff dem pfahl gantz trost- und schlaff-losz sitzen»

«es war eine zeit wo ich nicht schlafen konnte, wenn ich mein nachtgebet vergessen hatte» (Schiller, Räuber)

«das jetzige fatale wetter setzt mir sehr zu, und ich habe durch krämpfe und schlaflosigkeiten wieder einige tage für meine arbeit verloren»

(Schiller an Goethe)

«wachen nach reichthum verzehret den leib, und darumb sorgen, leszt nicht schlaffen»

Schlafmittel

Schlafapfel: «zottiger, apfel-ähnlicher auswuchs am wilden rosenstock, der durch den stich der rosengallenwespe bewirkt wird, so genannt, weil er, unter das kopfkissen gelegt, schlaf bringen soll, besonders bei kindern»

«frühe schlaffen gehen, frühe auffstehen, erspart viel apotekens, erhellt die gesundheit, und wehret vielen kranckheiten»

«wer nicht kan schlaffen der gehet in die kirche»

«die arzney gebraucht wol unnd thut ein schläflein darauf»

Schlaftrunk: «die jungen herren wollten nechst nacht nach dem danz und die alten herren schlaffen gangen, ain schlafftrunck im frawnzimmer thuon»; «nicht gift: sie hatte einen schlaftrunk mir gemischt, der hirn und sinne still betäubt» (Hebbel)

Anzeige

CO₂ sparen?
Geld sparen?
Geht auch gleichzeitig!

Was nicht produziert werden muss, belastet auch nicht.

Eine waschbare Matratze kann den Neukauf von zwei herkömmlichen Matratzen ersetzen.*



* Für Hausstaubmilben Allergiker geeignet

* SWISSFEEL – mit nachhaltiger Produktnutzung Umwelt und Finanzen schonen

SWISSFEEL®

www.swissfeel.com