

GreenHideaway

Das Magazin
zum Bauen

HORNBACH 
Es gibt immer was zu tun.



Vorwort

Designobjekte nicht kaufen zu müssen, sondern einfach selbst zu bauen: Das ist der Grundgedanke unserer HORNBACH WERKSTÜCK Edition. Mit einer Material- und Werkzeugliste und der entsprechenden Bauanleitung machen wir einen Schritt hin zur Demokratisierung von grossartigem Design. Denn was andernfalls unbezahlbar wäre, kostet jetzt nicht mehr als das reine Material. Plus ein, zwei Tage Zeit – und natürlich ein bisschen Leidenschaft fürs Selbermachen.

Kooperationspartner des aktuellen Werkstücks ist Front/ aus Stockholm. Das bekannte Designstudio um Anna Lindgren und Sofia Lagerkvist arbeitet für eine Vielzahl internationaler Kunden und ist unter anderem im MoMA in New York, im Victoria & Albert Museum in London und im Centre Pompidou in Paris vertreten. Häufig erzählen ihre Arbeiten eine Geschichte: Sie kommentieren Designkonventionen, experimentieren und hinterfragen sich selbst. Und das mit einem immer stärkeren Fokus auf Materialien und Elementen aus der Natur.

Wald und Natur spielen nicht nur in Schweden eine grosse Rolle, sondern sind auch allgemein eine wichtige Quelle für Ruhe und Geborgenheit. In einer Welt, die immer künstlicher und hektischer zu sein scheint, sehnen wir uns mehr denn je nach Natur. Wie also bekommen wir mehr Grün in unseren Alltag? Das von Front/ entworfene Werkstück bietet einen natürlichen Rückzugsort für die eigenen vier Wände. Es ist nicht nur ein Stuhl – sondern ein einzigartiges Design-Piece, das die Grenzen zwischen drinnen und draussen verschwimmen lässt. Ein Stück Natur für unser Zuhause.

Wir präsentieren: **GreenHideaway**

Mehr Informationen findest Du auf hornbach.ch/werkstueck-edition



Sofia Lagerkvist (links) und Anna Lindgren (rechts)

Front

Im Gespräch mit den Designerinnen Anna Lindgren und Sofia Lagerkvist erfahren wir, wie der Green Hideaway entstanden ist. Über die Natur als Inspirationsquelle, das Denken mit den Händen und die Beziehung, die Du zu Deinem Möbelstück aufbaust.

«Die Natur gehört allen. Also sollte sie auch jeder erleben können.»

In letzter Zeit haben wir uns immer mehr dafür interessiert, wie wir als Designerinnen die Natur betrachten und welche Rolle sie in unseren Entwürfen spielen kann. Wir haben viele Studien gelesen zu den positiven Auswirkungen, die Grünflächen auf uns haben. Also haben wir angefangen, verschiedene natürliche Elemente um uns herum zu finden, die wir nach drinnen bringen können. Dabei muss es nicht unbedingt Natur an sich sein. Spannend sind auch Objekte, die die Natur nachahmen oder ihr ähneln oder einfach nur eine naturähnliche Atmosphäre schaffen: wie auf einem Felsen zu sitzen oder auf einer Lichtung, durch die die Sonne scheint.

Der Fokus auf Natur hat sicher auch mit unserem schwedischen Selbstverständnis zu tun. In Schweden haben wir nun mal jede Menge Natur: Obwohl unser Studio mitten in Stockholm liegt, gibt es nur 20 Minuten entfernt in jede Richtung einen Wald. Und dann haben wir auch noch das Allemansrätt, das «Jedermannsrecht». Es besagt, dass die Natur niemandem gehört: Deshalb darf sich jeder im Wald aufhalten, Beeren pflücken, sein Zelt aufschlagen – selbst auf Privatgrundstücken.

Wir haben dieses Konzept einen Schritt weitergedacht und den Green Hideaway entworfen: ein Möbelstück, das jedem erlaubt, die Natur zu erleben – auch Menschen, die in Städten leben, wo es an Grünflächen mangelt. So wie die WERKSTÜCK Edition es jedem ermöglicht, grossartiges Möbeldesign zu sich nach Hause zu holen.



Es gibt natürlich unendlich viele Möglichkeiten, Natur nach drinnen zu holen. Als wir mit diesem Projekt angefangen haben, dachten wir an unsere eigenen Erfahrungen mit der Natur. Ich bin in direkter Nähe zum Wald aufgewachsen, und dort haben wir oft gespielt: Wir haben kleine Baumhütten gebaut und unsere Eltern gefragt, ob wir im Wald übernachten dürfen. Wir haben uns sicher und gleichzeitig frei gefühlt – und unser Ziel war es, mit diesem Möbelstück genau dieses Gefühl hervorzurufen.

«Der Green Hideaway ist ein ruhiger Ort, an den man sich zurückziehen, wo man lesen oder einfach nur entspannen kann: der eigene, persönliche Wald im Wohnzimmer.»

Wenn man den Green Hideaway anschaut, fallen einem sofort die vertikalen Schienen auf. Die abgerundete Form umschließt die Person, die auf dem Stuhl sitzt: eine klare Anlehnung an den typisch schwedischen Pinnstol. Gleichzeitig ist es auch die erwachsene Version der Baumhütte: Die Leisten sind die Äste, in denen man sich versteckt und aus denen man herauschaut. Auf diese Weise findet man inmitten des Grüns seinen eigenen Ort, wo man sitzen und das einfallende Licht beobachten kann und ganz für sich ist. Daher auch der Name Green Hideaway.

Diese Idee, vom Rest der Welt ein bisschen abgeschirmt zu sein, ist natürlich besonders nützlich, wenn man zu Hause nur wenig Platz hat. Die Form des Stuhls ist wie ein kleiner Raum, in den man eintreten kann: ein Ruheort, an den man sich zurückziehen, wo man lesen oder einfach nur entspannen kann. Ein ganz persönlicher Wald im Wohnzimmer.

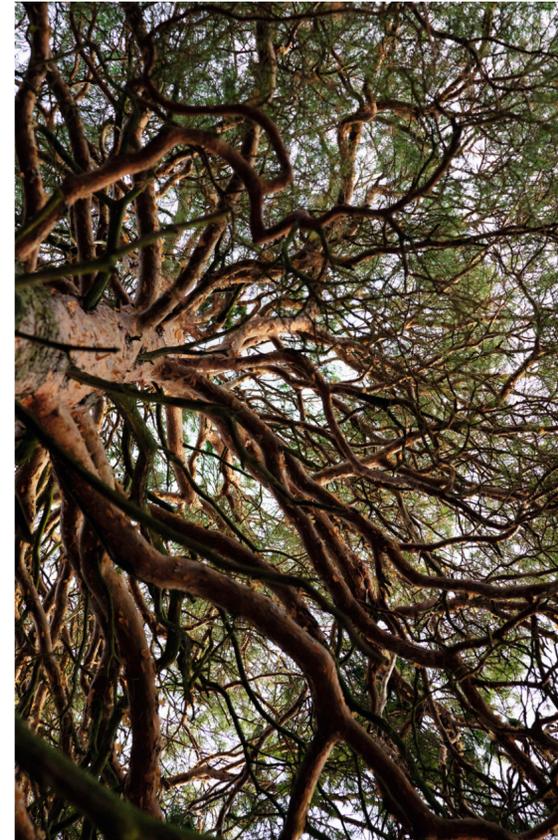
«Unsere Herangehensweise an Design ist sehr praxisorientiert: Wir arbeiten direkt mit dem Material, fassen es an und schauen, wie es zusammenwirkt.»

Wir sind in Familien aufgewachsen, in denen immer irgendwas gebaut wurde. Und auch heute haben wir eher arbeitende als elegante Hände. Dieses Projekt führt also direkt zu unseren Wurzeln zurück.

Ich (Sofia) habe eine Kindheitserinnerung, die mir sehr am Herzen liegt: Mein Vater war Tischler und traditioneller Holzarbeiter, und ich habe es geliebt, mit ihm in den Baumarkt zu gehen, mir die verschiedenen Werkzeuge anzusehen und damit herumzuspielen. Ich hatte auch schon sehr früh mein eigenes Werkzeug, mit dem ich meine eigenen kleinen Projekte gebaut habe.

Und auch heute noch ist der Gang in den Baumarkt eine wichtige Inspirationsquelle für uns – die unterschiedlichen Materialien und vielen kleinen Details. So sind wir auch an das aktuelle Werkstück herangegangen. Wir haben den HORNBACH Markt in Stockholm besucht und einfach vor Ort Sachen ausprobiert. Für uns ist das ein sehr wichtiger Teil unserer Arbeit: das Material tatsächlich anzufassen und zu sehen, wie es funktioniert und wie es zusammen aussieht und so weiter. Und dieser praxisorientierte Ansatz zieht sich durch den gesamten Designprozess.

Als wir wussten, dass wir mit Holz und einer Art Struktur arbeiten wollten, auf der Pflanzen wachsen können, haben wir viele verschiedene Designs entworfen. Natürlich machen wir auch Skizzen und 3D-Modelle am Computer, aber der wichtigste und spannendste Teil für uns ist der Bau von echten, kleinen Modellen. Eine Zeit lang hatten wir Hunderte davon hier im Studio. Und sie haben uns wirklich geholfen, die Idee und die Komplexität der Konstruktion zu verstehen, um letztlich das perfekte Projekt auszuwählen.



«Dieser Stuhl wächst weiter. Er ist eine Zusammenarbeit zwischen dem Menschen, der ihn gebaut hat, und der Natur, die ihn immer mehr verändern wird.»

Ein Teil unserer Inspiration für den Green Hideaway kam aus der Natur, ihren verschiedenen Strukturen und Farben. Also schien es nur logisch, Holz dafür zu verwenden: Holz hat diese natürliche Struktur, es ist warm und altert wunderbar. Ausserdem wollten wir, dass Pflanzen ein Teil des Werkstücks sind, deshalb haben wir uns für Rankpflanzen entschieden. Auf diese Weise ist sozusagen ein neues Material entstanden, eine Kombination von Holz und Pflanzen.

Es war spannend, mit einem lebenden Material wie Pflanzen zu arbeiten. Möbel sind ja normalerweise sowieso dafür gedacht, benutzt zu werden. Und im Laufe der Zeit passen sie sich dann an die Art der Nutzung an: Jedes Stück bekommt an einigen Stellen Dellen oder eine Patina, und Holz zum Beispiel dunkelt nach.

Aber mit den Pflanzen wird sich der Green Hideaway im Laufe der Zeit noch stärker verändern – je nach Lichtquelle, je nachdem, wie sehr man sich um die Pflanze kümmert, und so weiter. Man kann nicht wirklich wissen, wie der Stuhl in einem Jahr aussieht, man weiss nur, dass er weiterwächst und langsam zu diesem kleinen Rückzugsort wird, dem eigenen kleinen Dschungel. Es ist also mehr oder weniger eine Zusammenarbeit der Person, die den Stuhl gebaut hat, einerseits, mit der Natur andererseits. Die Natur wird ihn immer weiter verändern und schliesslich die Oberhand gewinnen.

Und natürlich sind die Pflanzen dafür gedacht, die Kreativität der Menschen zu fördern. Wir geben zwar Anregungen für die Gestaltung des Green Hideaway, aber indem man seine eigenen Lieblingspflanzen mit dem Stuhl kombiniert, wird er zu einem einzigartigen, ganz persönlichen Möbelstück.



Wenn man ein Möbelstück entwirft, möchte man, dass es nicht nur nützlich, sondern auch sehr elegant und irgendwie einzigartig ist. Gleichzeitig sollte dieses Werkstück aber auch eine gewisse Einfachheit haben: Wir mussten ja sichergehen, dass die Menschen es dann auch selbst bauen können.

Deshalb haben wir es so einfach und praktisch wie möglich entworfen, indem wir nur ein paar verschiedene Materialien kombiniert haben. Im Grunde muss man nur die Stangen, den Sitz und den Boden zuschneiden und zusammenbauen. Das wird zwar schon eine Herausforderung, ist aber auch für Heimwerkeranfänger machbar. Natürlich hat nicht jeder eine komplett eingerichtete Werkstatt zu Hause. Deshalb braucht man kaum mehr als eine Stichsäge, idealerweise eine Kreissäge und dazu Bohrmaschine und Schraubenzieher, um den Green Hideaway zu bauen.

Für uns als Designerinnen ist es immer wieder spannend, uns zu fragen, warum Menschen bestimmte Objekte lieben und andere nicht, wie diese Objekte oder Möbelstücke in den Wohnungen verschiedener Menschen unterschiedlich aussehen und welche Beziehung die Menschen zu ihnen haben. Der Green Hideaway ist insofern etwas Besonderes, als dass er viel mehr ist als nur ein Stuhl zum Sitzen oder ein schönes Designerstück zum Anschauen: Es geht um das Gefühl, das er bei einem auslöst.

Und dieses Gefühl wird durch die Zeit, die man mit dem Sägen, Schleifen und dem Zusammenbauen aller Teile verbringt, noch verstärkt. Während man den Green Hideaway baut, baut man eine Beziehung zu ihm auf. Man ist glücklich und erleichtert, es geschafft zu haben. Das ist eine ganz besondere Art von Stolz: Wenn Du dieses Stück erschaffen hast, dann ist es auch wirklich Dein Stuhl. Und das fühlt sich natürlich unendlich viel besser an, als wenn Du das Möbelstück einfach im Laden gekauft hättest.



«Während man das Möbelstück baut, baut man auch eine Beziehung zu ihm auf: Man ist stolz auf das, was man geschafft und erschaffen hat, und das Stück ist ein Teil von einem selbst.»



Zuhause im Grünen

«Plant Design» ist der Einrichtungstrend der letzten Jahre. Die Idee: sich mit Pflanzen ein schöneres und gesünderes Lebensumfeld schaffen. Alles, was Du dazu wissen musst, in unserem Style- und Pflegeguide.



Wie grün ist Dein Daumen?

Pflanzen können launisch sein oder anspruchslos, in der Sonne gedeihen oder im Dunkeln, ganze Giesskannen austrinken oder mit ein paar Tropfen auskommen. Bevor Du eine Pflanze kaufst, weil sie gut zu Deinen Vorhängen passt, solltest Du Dich daher fragen, was Du von ihr willst – und was Du bereit bist, ihr zu geben. Manche Menschen genießen das Gefühl, sich um etwas kümmern zu können, andere finden es einfach gut, dass die Kommode nicht so nackt aussieht. Gehörst Du zu Letzteren, empfehlen sich Pflanzen wie Gummibaum oder Elefantenfuss. Die können Zugluft ab, brauchen wenig Sonne und sind zufrieden, wenn Du ihnen alle zwei Wochen Wasser gibst. Ist Dir das zu wenig, versuchs mal mit der «Frauensuh-Orchidee». Die Paphilopedilum braucht besondere Erde, Dünger, die richtige Luftfeuchtigkeit und ist sehr nachtragend, wenn Du mal vergisst, sie zu gießen. In jedem Fall gilt: Bevor Du einen Setzling kaufst, schau Dir an, wie die Pflanze ausgewachsen aussieht. Strelitzien etwa können so gross werden, dass sie eigentlich auch Miete zahlen müssten.

Mit Rankpflanzen zum Urban Jungle

Ihren grossen Boom erlebten Zimmerpflanzen mit dem Aufkommen breiterer Fensterbänke in den 70er Jahren. Das heisst aber nicht, dass jede Pflanze auch am liebsten auf einer Fensterbank im Tageslicht badet. Die Efeute oder der klassische Zimmerficus mögen es halbschattig und wenn sie etwas haben, woran sie sich festhalten können. Ob im Makramee-Hanging, an einem Bücherregal hinaufwachsend oder als Blättermantel am Green Hideaway – Rankpflanzen sind pflegeleichte Mitbewohner, die schon mal bis zu zehn Meter lang werden können. Durch ihren «raumgreifenden» Wuchs geben sie Deinem Zimmer ein Gefühl von Urban Jungle.

Mit Pflanzen einrichten

Ganze Büros, Hotels und Privatwohnungen werden mittlerweile nach dem sogenannten Plant-First-Ansatz eingerichtet. Das heisst: Zuerst ziehen die Pflanzen ein, danach kommt das Mobiliar. Aus gutem Grund: Pflanzen sind nicht nur dekoratives Beiwerk, sondern auch lebendige Einrichtungsgegenstände. So eignen sich grössere Pflanzen wie Kentiapalmen gerade im Home Office als Raumtrenner, den Du nach Farbe oder Blattform arrangieren kannst. Der Green Hideaway kombiniert übrigens alle Ideen des «Plant Designs»: Er schafft einen eigenen Raum aus Pflanzen und ist damit Möbel, Deko-Element und grüne Oase in einem.

Diese Pflanzen sind Trend

Sie ist aus keinem Einrichtungsmagazin oder hippen Café mehr wegzudenken: die Monstera. Sattes Grün, schönes Volumen, eher genügsam in der Pflege – die zu den Aronstabgewächsen zählende Pflanze passt genauso gut in weitläufige Industrielofts wie auf die Holzkommode im Altbau. Wer es etwas ausgefallener mag, greift zur Monstera variegata, deren Blätter weiss marmoriert sind. Diese «Variegation», eine spezielle Zuchtmethode, liegt auch bei anderen Pflanzen im Trend. Ganz vorne dabei: die Calathea. Die aus Südamerika stammende «Gebetspflanze» wird derzeit immer beliebter. Das hat sie vor allem ihrem ungewöhnlich gemusterten Blattwerk zu verdanken, das sie nachts schliesst, um es morgens wieder aufzufalten. Wer ganz still ist, kann die Pflanze dabei sogar leise rascheln hören.

Wie giesse ich richtig?

«Du siehst aber traurig aus, dir fehlt bestimmt Wasser» – falsch! Nicht jede Pflanze will sofort gegossen werden, wenn sie mal die Blätter hängen lässt. Das Gegenteil ist oft der Fall: Zu feuchte Erde kann zu Schimmel und Schädlingen führen. Ein eindeutiges Erkennungszeichen, dass Du es zu gut mit dem GiesSEN gemeint hast, sind glibberig wirkende, gelbe oder –paradoxerweise– vertrocknete Blätter. Denn bei zu viel Nässe kann es passieren, dass die Wurzeln der Pflanze anfangen zu faulen und es zur sogenannten Stau-nässe kommt. Wer sich unsicher ist, ob er zu viel oder zu wenig Wasser gibt, kann sich mit einem Giessanzeiger von HORN-BACH behelfen.

Auf grüne Nachbarschaft

Pflanzen verdunsten Wasser, wodurch sie die Luftfeuchtigkeit um sie herum steigern. Nachbarpflanzen können davon profitieren oder auch genervt sein. Gut zusammen passen in der Regel Gewächse mit ähnlichen Ansprüchen, beispielsweise verschiedene Sukkulenten, oder Philodendren und Strahlenaralien. Sie schaffen sich gegenseitig ein ideales Mikroklima und bilden so eine harmonische Pflanzen-WG. Ausserdem liegt solche Rudelbildung gerade total im Trend: Pflanzen zusammen arrangieren, statt sie einzeln zu verteilen. Das geht natürlich auch im Green Hideaway.

Tschüss, Schädlinge

Der wohl häufigste Pflanzenparasit ist die Trauermücke. Kleine schwarze Fliegen, die aus zu feucht gehaltenen Blumenerde schlüpfen und die Pflanzen umschwirren. Ihnen kommt man in der Regel schon bei, indem man die Blumenerde mit Sand, Kieseln oder Kaffeepulver abdeckt. Wenn das nicht hilft, sind Gelbstecker das Mittel der Wahl: klebrige Sticker, die die Mücken mit ihrer Farbe anlocken und festkleben. Gegen Schädlinge auf Blättern hilft oft ein simples Abduschen der Blätter. Vermehren sich die Viecher danach immer noch, kannst Du mit einem beherrzten Griff zur Gartenschere den befallenen Pflanzenteil entfernen. Tut kurz weh, aber Deine Pflanzen werden es Dir danken.

Wann Du umtopfen solltest

Als Faustregel gilt: Etwa alle zwei Jahre ist es Zeit für einen grösseren Topf. Wenn schon Wurzeln aus dem Wasserloch am Boden spriessen, dann auch schon früher. Der neue Topf sollte maximal vier Zentimeter grösser sein als der alte, damit keine Stau-nässe entsteht, es also da nass ist, wo die Wurzeln gar nicht hinkommen. Kleiner Trick: Fange beim Umtopfen bei der grössten Pflanze an. Und dann arbeitest Du Dich nach unten bis zur kleinsten Pflanze – wie bei Geschwistern, die ihre Kleidung an die nächstkleineren weitergeben. Und gib Deinen Pflanzen doch direkt einen Satz neue Erde. Das beugt Schädlingen vor und versorgt Deine grünen Mitbewohner mit frischen Nährstoffen.

Erde gut, alles gut

Der richtige Boden ist das A und O für ein erfülltes Pflanzenleben. Ganz wichtig dabei ist, dass die Erde viele Nährstoffe enthält (neugekaufte Pflanzen daher am besten schnell aus der nährstoffarmen Anzuchterde holen) und möglichst fluffig ist, damit sie Feuchtigkeit gut speichern und überschüssiges Wasser wieder abgeben kann. Ob das der Fall ist, findest Du heraus, indem Du die Erde in der Hand zusammendrückst. Klebt sie danach zusammen, bedeutet das, dass die Wurzeln später zu wenig Luft bekommen. Zerfällt sie in der Hand, ist sie genau richtig. Wichtig: Etwa alle zwei Jahre solltest Du Deinen Pflanzen neue Erde geben, um sie mit frischen Nährstoffen zu versorgen.

Ein Tipp für den Urlaub: Stell einfach ein Glas Wasser neben die Pflanze und hänge dort das eine Ende eines Schnürsenkels oder einer Schnur hinein. Das andere Ende verbuddelst Du leicht in der Pflanzenerde. Die Pflanze kann sich so nach und nach ihr Wasser aus dem Glas ziehen.

Tipp: Für uns Menschen sind sie gut, aber viele Pflanzen mögen die Mineralien im Leitungswasser gar nicht. Durch sie steigt nämlich der pH-Wert der Erde. Also lass die Giesskanne nach dem Befüllen einfach eine Nacht stehen. Die Mineralien sinken auf den Boden und setzen sich an den Aussenwänden ab.



«Für uns als Designerinnen ist der Besuch im Baumarkt eine wichtige Inspirationsquelle. Wir vergleichen die verschiedenen Materialien und kleinen Details, wir schauen, wie alles zusammen wirkt: Das ist ein wichtiger Teil unserer Arbeit.»

Von Natur aus



glücklich

Viele Menschen zieht es nach einer langen Arbeitswoche raus ins Grüne. Kein Wunder, schliesslich macht die Zeit, die wir im Grünen verbringen, gesund und glücklich. Über die Sehnsucht nach Natur und wieso Du Deinem Ficus einen Namen geben solltest.

Wer heutzutage versucht, einen Kleingarten zu bekommen, der guckt in der Regel auf eine lange, lange Warteliste. In Grossstädten kann es mittlerweile mehrere Jahre dauern, ehe man in den Genuss von ein paar Quadratmetern Rollrasen mit Laube kommt. Vorausgesetzt man ergattert überhaupt einen Platz auf einer der begehrten Wartelisten. Dabei war der Kleingarten noch vor ein paar Jahren der Inbegriff von Spiessigkeit. Gartenzwerg, Kugelgrill, Dosenbier und mit dem Geodreieck an der Nachbarshecke.

Auch andernorts sind auf einmal Erlebnisse angesagt, die noch vor Kurzem als angestaubt galten. Das Wandern, zum Beispiel, ist mittlerweile die beliebteste Freizeitaktivität in Deutschland. Jedes Jahr begeben sich mehr Menschen, auch junge, mit nicht viel mehr als Rucksack und Stöcken in unberührte Naturlandschaften. Eigentlich ja total nutzlos, zumindest nach modernen Gesichtspunkten. Wer sich fit halten will, geht joggen, und wer Strecke machen möchte, fährt Rennrad. Wozu also wandern?

Die Antwort ist simpel: um in der Natur zu sein. Seit einigen Jahren vollzieht sich ein fast alle Bereiche des modernen Lebens umfassender Sinneswandel, eine Rückbesinnung, und zwar hin zur Natur. Immer mehr Menschen ziehen raus aufs Land, ein Fünftel des weltweiten Tourismus zielt mittlerweile auf naturnahe Aktivitäten wie Ski fahren, downhill biken, Kanu fahren und wandern. Supermärkte stellen ihre Sortimente um auf Bio, Lebensmittel werden nicht mehr mit dem beworben, was drin ist, sondern mit dem, was nicht drin ist; je naturnaher, desto besser. In der Architektur ist Nachhaltigkeit das beherrschende Thema und Holz das dazugehörige Material. Und der Schrebergarten – der ist plötzlich keine Spiesseroase mehr, sondern ein Sehnsuchtsort im Grossstadtgrau.

Natur macht glücklich und gesund: Schon ein Spaziergang in grüner Umgebung führt dazu, dass sich unser Puls verlangsamt, der Blutdruck und unser Stresslevel sinken und das Immunsystem stimuliert wird.

Der Mensch sehnt sich zurück zur Natur, zu Natürlichkeit und Naturbelassenheit. Was eigentlich komisch ist. Denn immerhin hat er sich mühevoll über viele Jahrtausende mithilfe von Regeln, Kommunikation und Werkzeugen von einem naturnahen Leben losgekämpft. Woher also stammt diese Rückbesinnung? Und: Was versprechen sich die Menschen davon?

Schon vor hundert Jahren sagte der Dramatiker Bertolt Brecht: «Die Schwärmerei für die Natur kommt von der Unbewohnbarkeit der Städte.» Das würden heute vermutlich noch mehr Menschen unterschreiben als damals. Zu schnell, zu laut, zu grau. Immer mehr Städter merken, dass ihnen das moderne Leben nicht bekommt. Sie sitzen in vollklimatisierten Büros, arbeiten inmitten von Maschinen, essen Eingeschweisstes oder Tiefgekühltes und tauschen nach Feierabend den einen Bildschirm gegen den anderen – nicht anhalten, nicht abschalten und bloss nicht umschauen. Sie fühlen sich entfremdet, haben den Eindruck, einfach nicht mehr dazuzugehören in einer zunehmend künstlichen, technologisierten Umwelt. Denn als Fortschritt wird das gesehen, was den Menschen weiter von der Natur entfernt – und der reicht weit über die Grenzen der Stadt hinaus.

Satelliten sorgen dafür, dass wir überall erreichbar sind, Glasfaserkabel machen Bauernhöfe zu Smart Homes und wer nicht im Büro arbeitet, hat neben Geldbeutel und Schlüssel oft auch Powerbank und Ladekabel dabei. Ob in der Stadt oder auf dem Land, unser Tag besteht immer mehr aus digitalen Ablenkungen, aus Push-Mitteilungen, Benachrichtigungen und dem Gefühl, ständig «online» sein zu müssen, um nichts zu verpassen.

Dabei ist der Mensch eben kein Geschöpf, das sich abends an der Steckdose aufladen lässt. Er ist ein organisches Wesen und die Natur liegt in seiner Natur. Das spürt jeder, der sich zum Wandern, Radfahren oder Klettern ins Grüne begibt. Dort blickt der Mensch auf eine von ihm noch nicht manipulierte, gezähmte oder seinen Nutzungszwecken unterworfenen Natur, er empfindet Weite, Ruhe und Unerreichbarkeit und fühlt sich frei. Keine Zwänge lauern hier, kein Terminkalender massregelt seinen Alltag, es kommt

nicht darauf an, schnellstmöglich von A nach B zu hetzen, sondern auf das Dazwischen, auf das Anhalten und das Innehalten.

Darüber hinaus sind viele Menschen schlicht schrecklich gelangweilt von ihrem Alltag; ein Phänomen, das der Überforderung eines immer schneller werdenden Lebensrhythmus gegenübersteht und doch den gleichen Ursprung hat. Wir sind es gewohnt, dass alles, Waren, Dienstleistungen, Unterhaltung, jederzeit und im Überfluss verfügbar ist. Und wenn das mal nicht der Fall ist, dann wird es per Premiumversand am nächsten Tag an die Haustür geliefert. Wer fühlt sich da nicht stumpf, wie ein Tier im Zoo, das nur warten muss, bis es gefüttert wird?

Die Natur dagegen verheisst Abenteuer, Überraschungen, die Möglichkeit, dass hinter jedem Stein etwas Unbekanntes lauert. Zu entdecken und zu erkunden entspricht der tiefverwurzelten Neugier des Menschen. Belohnt wird sie mitunter mit dem ästhetischen Vergnügen an landschaftlicher Schönheit und Erhabenheit. Erlebnisse, die ein streng reglementierter Arbeitsalltag, wie er in Industrieländern üblich ist, selten bietet.

Alles lebt in der Natur, alles ist belebt, und was wir in der Natur letztlich suchen, ist das Leben – auch unseres. Dass wir dort mehr als fündig werden, beweist die Wissenschaft.

Etlche Studien haben sich mit der Wirkung der Natur auf den Menschen befasst. Und alle kommen zum gleichen Ergebnis: Natur macht glücklich und gesund. Schon ein Spaziergang in grüner Umgebung führt dazu, dass sich unser Puls verlangsamt, der Blutdruck und unser Stresslevel sinken und das Immunsystem stimuliert wird. In unserem Gehirn werden jene Areale besser durchblutet, die für Entspannung und Ruhe zuständig sind, wir fühlen uns vitaler und empfinden Glück; bei Kindern lassen sogar ADHS-Symptome nach. Auch psychische Probleme, wie Angst und Depressionen, werden durch Aufenthalte in der Natur reduziert. Menschen mit (und ohne) Schlafstörungen schlafen nach einem Waldspaziergang nachweislich besser. Und so ist es kaum verwunderlich, dass in Japan das «Shinrin-yoku», das «Baden im Wald», im Grunde ein achtsames Spazierengehen, Teil der staatlichen Gesundheitsversorgung und ein eigener Forschungszweig an Universitäten ist.

Wer sich viel im Grünen aufhält, lebt gesünder, hat ein niedrigeres Sterblichkeitsrisiko und statistisch gesehen auch ein geringeres Risiko, an Krebs zu erkranken. Natur entschleunigt, beruhigt und lässt uns auftanken. Nur hat nicht jeder einen Wald vor der Tür oder die Zeit, täglich im Grünen spazieren zu gehen. Und das Leben in der Stadt bietet ja auch etliche Annehmlichkeiten, auf die zu verzichten für viele Menschen undenkbar wäre. Was also tun? Die Lösung ist ganz einfach: Wer nicht in die Natur fahren kann oder will, der muss das Draussen eben zu sich nach drinnen holen. Zum Beispiel in Form von Zimmerpflanzen.

Den grössten Teil unserer Tage verbringen wir in Innenräumen, ob im Supermarkt, in der U-Bahn oder beim Arzt. Überall dort sind wir umgeben

von «toten» Dingen (seit viele Firmen Homeoffice erlauben, sind es oft sogar ganze Tage). Pflanzen hingegen sind lebende Wesen und werden von uns auch als solche wahrgenommen. Dadurch wirken sie anregend auf unseren Geist und wir fühlen uns in ihrer Gesellschaft automatisch lebendiger. Wissenschaftler der Harvard University haben herausgefunden, dass schon das bloss Betrachten von Zimmerpflanzen uns entspannt. Fällt unser Blick hier und da auf ein grünes Blatt, beruhigt das nachweislich unseren Geist und senkt unseren Blutdruck.

Laut einer Studie der Cardiff University können Zimmerpflanzen sogar unsere Produktivität steigern. Für ihre Untersuchung richteten die Wissenschaftler ein Büro ein, in dem von jedem Arbeitsplatz aus mindestens zwei grüne Pflanzen sichtbar waren. Das Ergebnis: Die Leistung der Angestellten nahm um bis zu 15 Prozent zu. Ausserdem betonte die Versuchsgruppe die bessere Luftqualität (Pflanzen «verarbeiten» CO₂) und eine erhöhte Konzentrationsfähigkeit. Wer in der Umgebung «grüner Kollegen» arbeitet fühlt sich nachweislich weniger müde und kann sich Dinge besser merken. Abgesehen davon, dass so eine Monstera auch optisch jedem Schreibtisch guttut.

Über ihre gesundheitsfördernde Wirkung hinaus geben uns Zimmerpflanzen das Gefühl, gebraucht zu werden. Wer vergisst, seine Pflanze zu giessen, wird mit hängenden Blättern bestraft, frische Erde hingegen belohnt sie mit einem neuen Trieb. Wir beweisen uns damit, dass wir in der Lage sind, uns zu kümmern, eine Erfahrung, die Glückshormone freisetzt. Viele Menschen geben ihren Pflanzen daher Namen, was vielleicht albern wirkt, aber einen nützlichen Hintergrund hat. Denn mit Pflanzen zu sprechen hilft – den Pflanzen und uns. Pflanzen nehmen das CO₂, das beim Sprechen ausgestossen wird, dankbar auf und nutzen es für ihre Photosynthese. Ausserdem haben Studien gezeigt, dass Pflanzen durch Schallwellen stimuliert und zu Wachstum angeregt werden. Und bei uns Menschen können Pflanzen Einsamkeit lindern und sogar Depressionen vorbeugen.

Die Sehnsucht nach Natur ist tief in uns verwurzelt. Gleich ob wir sie beim Wandern in den Bergen stillen, beim Umpflanzen im Garten oder im Gespräch mit Ficus Florian auf der Fensterbank – je mehr Natur wir in unseren Alltag integrieren, desto besser fühlen wir uns, körperlich und geistig. Wie schon der Schriftsteller Honoré de Balzac sagte: «Die Liebe zur Natur ist die einzige Liebe, die menschliche Hoffnungen nicht enttäuscht.» Und am Ende klappt's ja vielleicht sogar mit dem Schrebergarten.

Material- & Werkzeugliste

Tipp:

Was Du vorab noch wissen solltest: Der Green Hideaway lässt sich alleine bauen. Im besten Fall arbeitet man allerdings zu zweit. Plane in jedem Fall mindestens zwei Tage für dieses Projekt ein.

Anleitung

Tipp:

Alle Vorlagen sind von unten gesehen. Behalte das gern schon mal im Hinterkopf, denn das wird später beim Sägen noch wichtig.

Materialien Stuhl

- 17 x Rechteckleiste, Kiefer/Fichte 20 x 30 x 2000 mm
- 1 x Multiplexplatte 1250 x 2500 x 21 mm
- 95 x Senkkopfschrauben mit Holzgewinde, 40 mm, ca. Ø 3,5 mm oder Ø 4 mm
- 8 x Senkkopfschrauben mit Holzgewinde, 30 mm, ca. Ø 3,5 mm oder Ø 4 mm
- 1-3 x Pflanze mit Substrat, z.B. Efeutute, Efeu, Philodendron
- 1 x Pflanztopf, max. Ø 50 cm, H: 30 cm
- 95 x Holzdübel, 8 mm
- 1 x Hartöl
- 1-5 x Sitzkissen

Du brauchst

- 4 Schraubzwinge, Spannweite 30 cm
- Akku-Bohrschrauber
- Holzbohrer-Set
- Bit-Set
- Handkreissäge
- Stichsäge
- Meterstab
- Kreppband
- Schere
- Lineal
- Bleistift
- Schleifpapier, grob (60-80)
- Schleifpapier, fein (150-200)
- Holzleim

Muss nicht sein, hilft aber

- Winkelschmiege
- Forstnerbohrer, 20 mm
- Schleifgerät
- Wasserwaage
- Tiefenstopp, 8 mm
- Zirkel
- Hammer
- Japansäge
- Flachpinsel, 3 cm
- Einmalhandschuhe
- Gartenschnur

DIY Sitzkissen

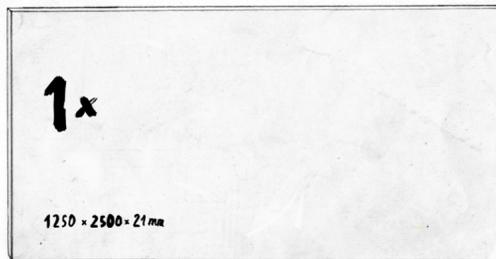
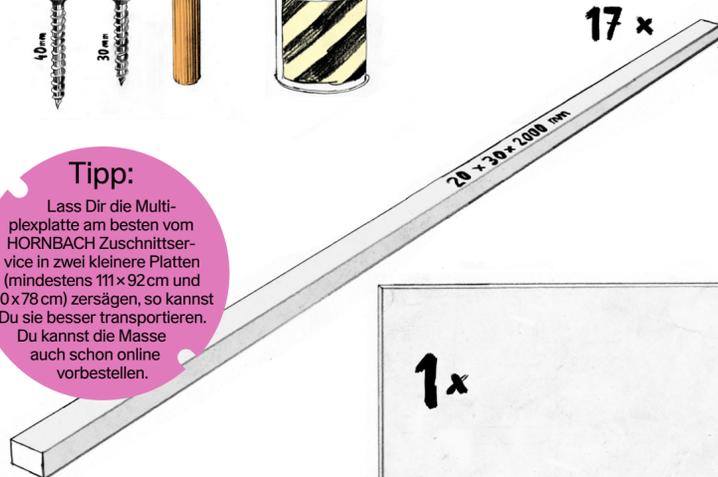
- 1 x Schaumstoffplatte
- 1 x Sperrholz, 3-4 mm
- 1 x Stoff

Sicher ist sicher

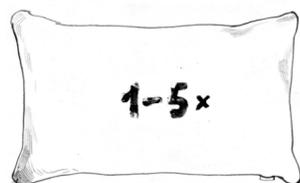
- Gehörschutz
- Feinstaubmaske
- Schutzbrille
- Arbeitshandschuhe



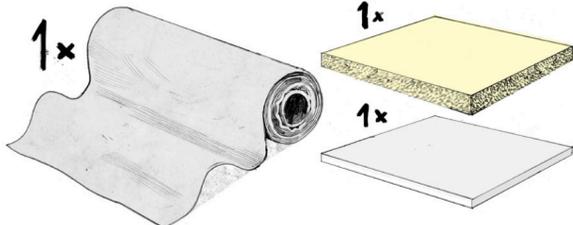
17 x



1-3 x



1-5 x

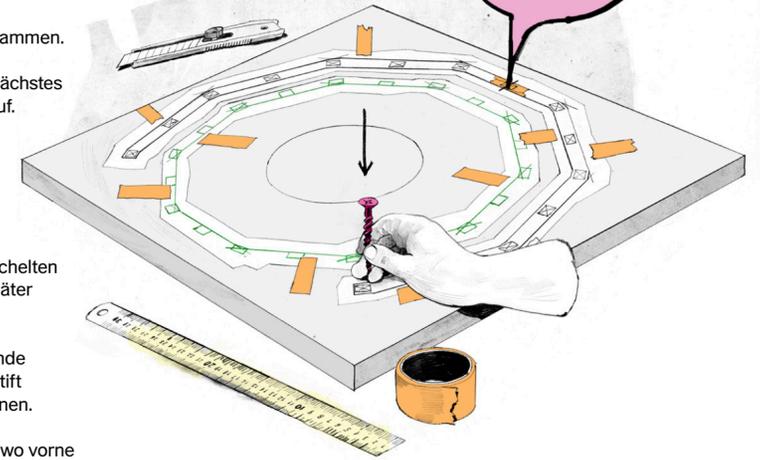
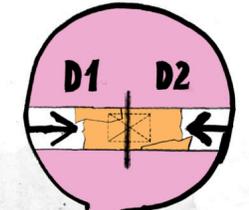


1 x

1 x

1 Vorbereitungen

- Zuerst schneidest Du die beiden Teile des Oberteils (D1 und D2) mit einer Schere grob aus, ca. 2-3 cm um die Linien herum. Dann klebst Du sie an den Schnittmarken in der Mitte mit Kreppband zusammen.
- Jetzt zeichnest Du zuerst das Oberteil (D), als Nächstes die Sitzfläche (C) und danach den Boden (E) auf.
- Klebe die Schablonen mit Kreppband auf das Holz und markiere mit einer spitzen Schraube die Eckpunkte und die Bohrlöcher. Dann verbindest Du die Punkte auf dem Holz mithilfe eines grossen Lineals mit Bleistift. Achte darauf, dass Du auch die gestrichelten Linien mit aufzeichnest, denn hier führst Du später die Säge entlang.
- Wenn Du keinen Zirkel hast, kannst Du das runde Loch für den Giesdeckel auch mit einem Bleistift an einer entsprechend langen Schnur anzeichnen.
- Markiere Dir bei C und E jeweils auf dem Holz, wo vorne ist. So kannst Du die ausgesägten Teile später leichter zuordnen.
- Am besten behältst Du die Schablone, falls Du sie nochmal zum Abgleich brauchst.



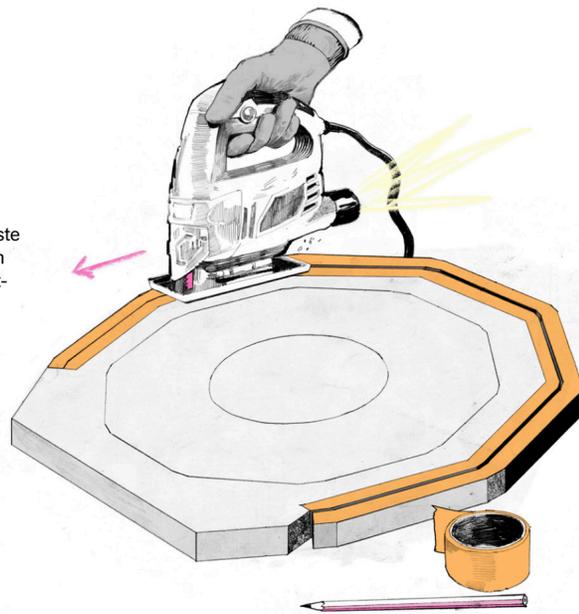
2 Seitenlatten zusägen

- Verbinde die Leisten (A und B) mit einer Schraubzwinge und klemm das Ganze an Deiner Arbeitsplatte fest, so dass die schmalen Seiten der Leisten nach oben schauen. Dann klemmst Du eine weitere Leiste im 5°-Winkel quer darüber: Nimm dazu den Winkel mit einer Winkelschmiege von der Schablone ab. So kannst Du mit einer Handkreissäge an der Leiste entlangsägen und bekommst einen genauen 5°-Winkel.
- Als Nächstes zeichnest Du die Länge der Seitenlatten (A = 145,5 cm und B = 41,5 cm) ab der Schnittkante mit dem Bleistift ein und drehst sie für den zweiten Schnitt um: So zeigt der 5°-Winkel in die andere Richtung.
- Wenn Du möchtest, kannst Du die Schnittkanten auch jetzt schon kurz sauberschleifen.
- Am Ende solltest Du 15 lange und 5 kurze Seitenlatten haben. Heb die Reststücke auf, denn die kommen später noch zum Einsatz.



3 Oberteil sägen

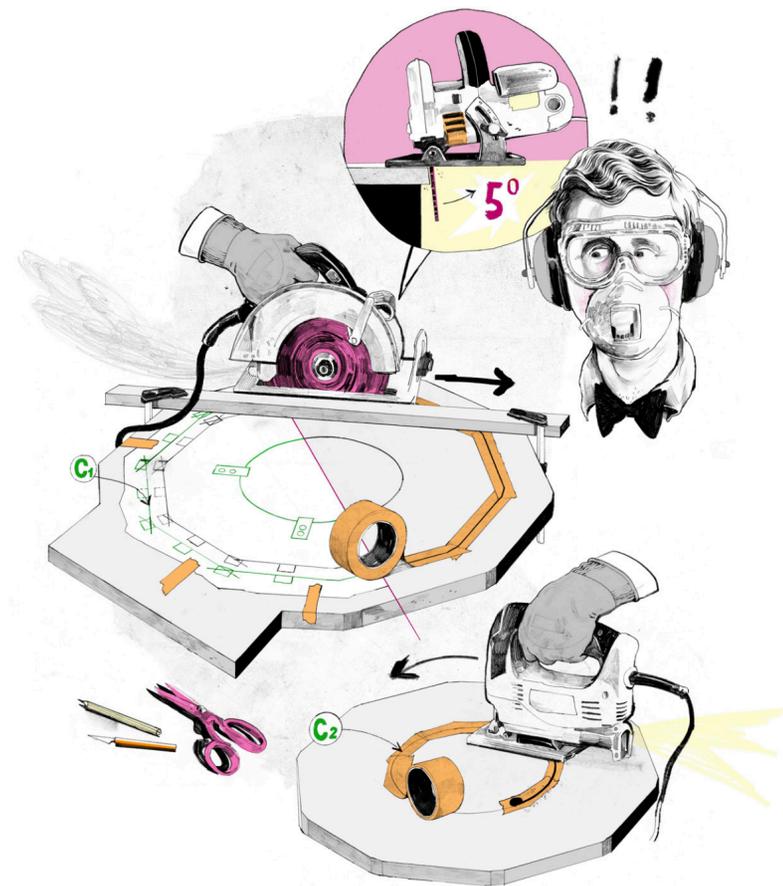
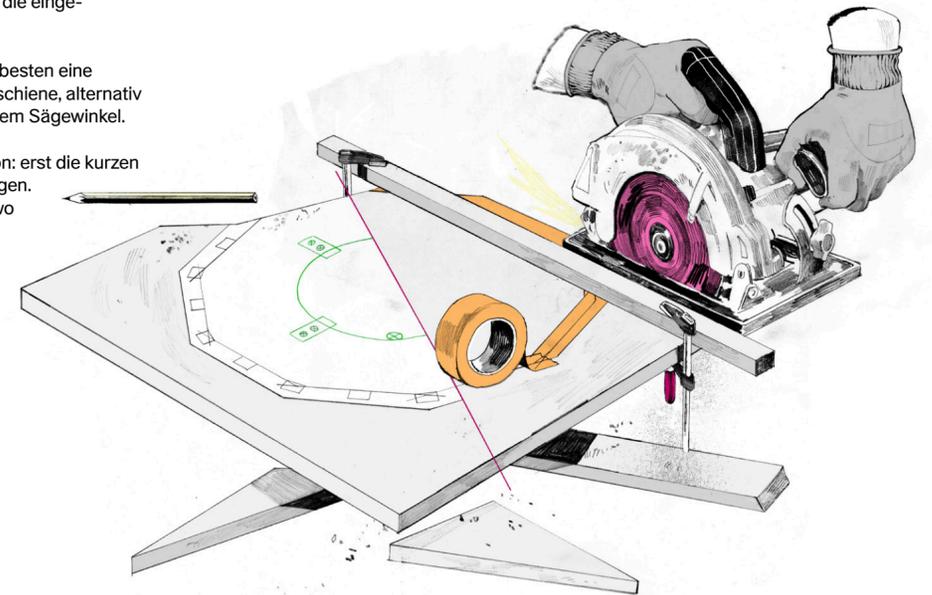
- Als Erstes sägst Du das Oberteil (D) des Werkstücks zu.
- Für die Aussenseite nimmst Du am besten eine Handkreissäge mit Führungsschiene: Als Führungsschienen kannst Du Schnittreste verwenden, die Du mit den Schraubzwingen im richtigen Abstand auf der Holzplatte festklemmst. Alternativ kannst Du die Schnitte mit einer Stichsäge machen.
- Säge immer an der Linie bzw. gestrichelten Linie entlang: zuerst die kleinen Ecken, dann die langen Kanten.
- Die Innenkante des Oberteils sägst Du am besten mit einer Stichsäge.



Tipp:
Wenn man die Schnittlinien mit Kreppband überklebt, reisst das Holz beim Sägen nicht ein. Die Markierungen der Schablone bleiben auch durch das Klebeband sichtbar.

5 Boden sägen

- Säge auch beim Boden (E) genau wie vorher bei der Sitzfläche in einem Winkel von 5° – und zwar so, dass die 5° nach aussen weggehen, also etwas grösser als die eingezeichnete Grundfläche ist.
- Auch hier verwendest Du am besten eine Handkreissäge mit Führungsschiene, alternativ eine Stichsäge mit einstellbarem Sägewinkel.
- Und auch das kannst Du schon: erst die kurzen Kanten absägen, dann die langen. Die Vorlage zeigt Dir wieder, wo genau Du sägst.



4 Sitz zusägen

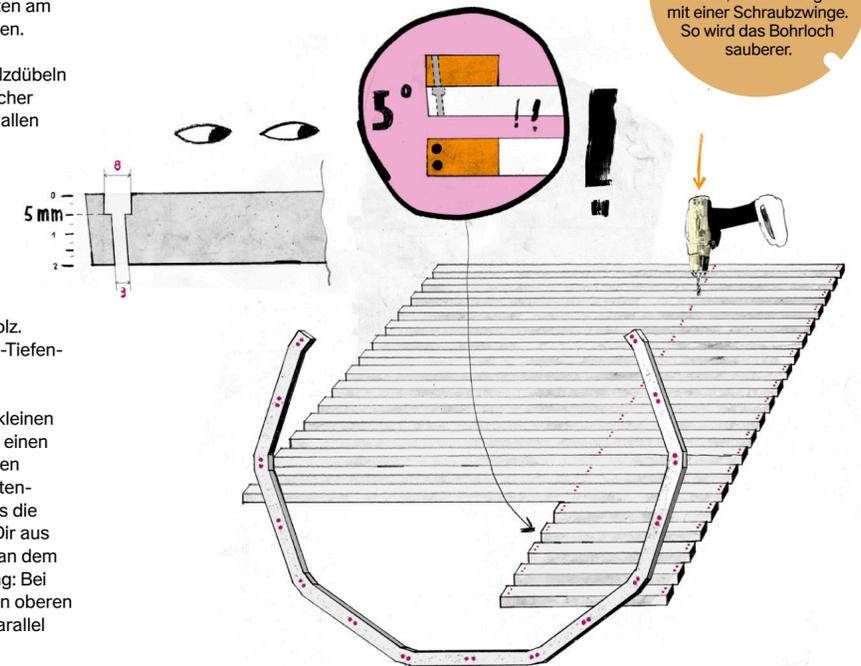
- Jetzt sägst Du den Sitz (C) zu. Der Umriss der Schablone ist von unten nach oben gesehen, also liegt die Oberkante des Holzes beim Sägen unten: Der Schnitt wird nämlich an der Unterkante präziser und die schöne Seite soll später oben sein.
- Mach hier am besten alle Schnitte mit einer Handkreissäge mit Führungsschiene. Dazu stellst Du die Säge auf 5° ein. Achte darauf, dass Du in die «richtige» Richtung sägst: Das Sägeblatt muss im Winkel von 5° nach aussen weggehen, sodass die jetzt unten liegende Oberkante entsprechend einen minimal grösseren Durchmesser hat.
- Säge immer an der Linie bzw. gestrichelten Linie entlang. Auch hier sägst Du wie schon beim Oberteil zuerst die kleinen Ecken – die langen Kanten kommen danach.
- Alternativ kannst Du die Schnitte mit einer Stichsäge machen, bei der Du den 5°-Winkel einstellen kannst.
- Den Giessdeckel sägst Du mit einer Stichsäge. Bohre dazu die beiden Greiflöcher am inneren Rand mit einem 20-mm-Forstnerbohrer exakt heraus. Hier setzt Du dann mit der Stichsäge an. Alternativ kannst Du die beiden Greiflöcher mit einem grossen Holzbohrer vorbohren und dann mit der Stichsäge vorsichtig aussägen.

6 Vorbohren

- Markiere bei den Seitenlatten (A und B) die Bohrlöcher mit der Schablone je 1 cm vom Rand entfernt auf 1 cm und 40 cm Höhe.
- Zum Bohren klemmst Du die Seitenlatten am besten fest, sodass sie nicht verrutschen.
- Wenn Du später die Schrauben mit Holzdübeln verstecken möchtest, musst Du die Löcher dafür jetzt vorbohren: Bohre zuerst an allen Markierungen auf den Seitenlatten (A und B) und dem Oberteil (D) mit einem 8-mm-Holzbohrer die Dübellöcher bis zur Hälfte vor.
- Dafür markierst Du den 8-mm-Holzbohrer mit Kreppklebeband auf 5 mm Höhe: So weit bohrst Du jeweils bei den Markierungen in das Holz. Alternativ kannst Du auch einen 8-mm-Tiefenstopp verwenden.
- Erst jetzt bohrst Du bei A, B und D die kleinen Löcher für die Schrauben: Nimm dafür einen 3-mm-Holzbohrer und bohre im gleichen Winkel (5°) wie die abgeschrägten Lattenenden. Nutze zum Anlegen des Bohrers die beigefügte Schablone oder schneide Dir aus einem Holzrest einen Holzklötz mit 5°, an dem Du den Bohrer anlegen kannst. Achtung: Bei den kurzen Latten (B) bohrst Du bei den oberen Löchern 5° in die andere Richtung – parallel zu den oberen Schnittkanten.
- Natürlich kannst Du auch auf die Holzdübel verzichten, dann musst Du bei A, B und D nur die 3-mm-Schraublöcher bohren.

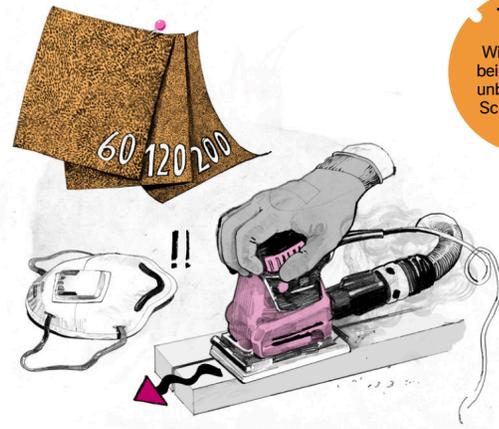
Tipp:
Die seitlichen Löcher am Sitz (C) und Boden (E) am besten nicht vorbohren. So wird der Stuhl stabiler.

Tipp:
Leg Dir beim Bohren immer ein Stück Holz unter, das Du nicht mehr brauchst, und befestige es mit einer Schraubzwinde. So wird das Bohrloch sauberer.



7 Abschleifen

- Schleif zuerst Bohrlöcher und Unebenheiten, danach die Kanten und Flächen ab.
- Grössere Ungenauigkeiten (z. B. vom Sägen) gleichst Du am besten mit Schleifpapier aus, das eine grobe Körnung (60–80) hat. Danach kannst du feineres Papier verwenden und am Schluss alles mit einer ganz feinen Körnung (150–200) wunderbar glatt schleifen.
- Schneller geht es, wenn Du nicht per Hand schleifst, sondern mit einem Schwing- oder Exzentrerschleifer. Auch einen Deltaschleifer kannst Du verwenden – pass aber auf, dass die kleinen Ecken nicht zu rund werden.

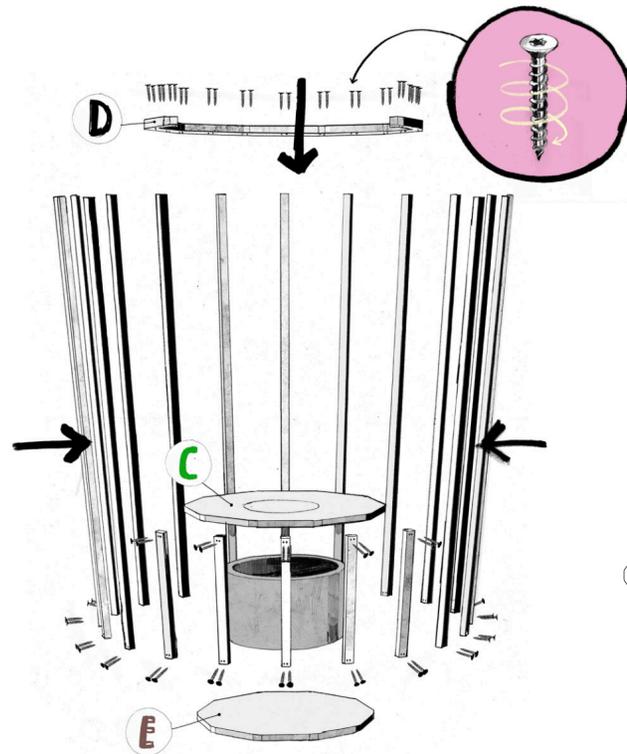


Tipp:

Wichtig: Trag beim Schleifen unbedingt eine Schutzmaske.

8 Montage

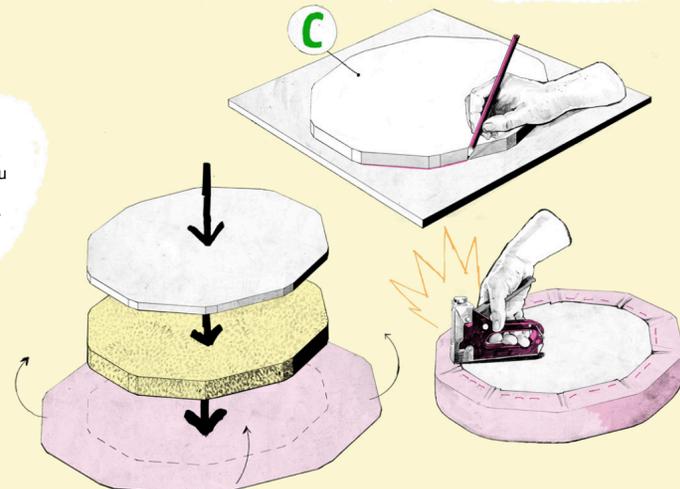
- Jetzt brauchst Du die Reste der Seitenlatten: Schneide daraus vier kurze Stücke und schraube sie mit Schrauben von max. 30 mm Länge unter das Bewässerungsloch am Sitz. So kann später der Deckel daraufliegen. Auf der Schablone findest Du die Vorlage.
- Drehe dann die fertig zugesägten und abgeschliffenen Teile (Sitz, Boden und Oberseite) um, sodass die Oberseite nach oben zeigt. Benutze selbstschneidende Schrauben mit Senkkopf von ca. 40 mm Länge.
- Als Erstes verschraubst Du jede zweite lange Latte (A) durch die unteren (1 cm) vorgebohrten Löcher an die Seiten vom Boden (E). Dann schraubst Du die Latten von oben an das Oberteil (D).
- Stelle jetzt den Übertopf, ggf. auch schon mit Pflanzen und Substrat auf die Bodenplatte. Schau, dass die Pflanzen schon ungefähr an den richtigen Seiten herauschauen.
- Dann schraubst Du den Sitz (C) an den jetzt festgeschraubten Latten durch die vorgebohrten Löcher (34 cm). Achte darauf, die Sitzfläche exakt in Relation zu den Latten auszurichten, damit die Schraube in die Plattenmitte eingedreht wird. Mit einer Wasserwaage kontrollierst Du, ob der Sitz ganz waagrecht ist. Danach schraubst Du die vorderen kurzen Latten (B) an.
- Zum Schluss kommen die restlichen Latten an ihren Platz. Drehe alle Schrauben noch einmal nach, bis sie festsitzen und tief genug im Holz versenkt sind.



DIY Sitzkissen

Wenn Du Lust auf ein weiteres Projekt hast, kannst Du Dir mit Hilfe der Schablone (C) auch ein passendes Sitzkissen wie dieses bauen: Alles, was Du dazu brauchst, ist eine dünne Sperrholzplatte, Schaumstoff, einen schönen Stoff und eine Handheftpistole.

Übrigens hat HORN BACH auch ein vielfältiges Kissensortiment. Vielleicht ist da auch etwas Passendes für Dich dabei.



10 Zum Schluss

- Damit Dein Stuhl lange hält, kannst Du das Holz behandeln, z. B. mit farblosem oder eingefärbtem Öl oder Wachs für Holzoberflächen. Halte auf jeden Fall die Angaben zur Trocknungszeit ein, falls Du Dich für einen zweiten Anstrich entscheidest.
- An der Rückseite des Stuhls kannst Du jetzt unauffällige Rankhilfen anbringen. Dazu eignet sich z. B. eine Gartenschnur, die Du an den Seitenlatten entlang spannen kannst.
- Sitzkissen ergänzt Du je nach Geschmack: Schau gern mal bei HORN BACH in der Kissenabteilung vorbei. Du kannst natürlich auch Dein(e) Lieblingskissen nehmen.
- Achte darauf, dass der Stuhl je nach Pflanze einige Stunden Sonnenlicht am Tag bekommt. Die Erde im Topf sollte immer etwas feucht sein, aber Staunässe solltest Du auf jeden Fall vermeiden. Ab und zu kannst Du die Pflanzen ausserdem mit Wasser besprühen. Nimm am besten gefiltertes Wasser, um Kalkablagerungen auf den Blättern zu vermeiden.

Tipp:

An einem Holzrest kannst Du ausprobieren, wie sich die Farbe des Holzes verändert. Halte auf jeden Fall die Angaben zur Trocknungszeit ein, falls Du Dich für einen zweiten Anstrich entscheidest.

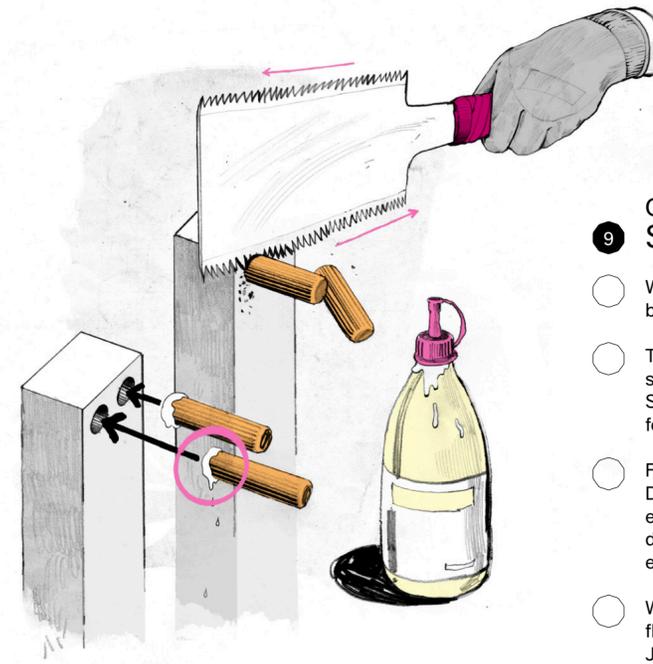


Tipp:

Jeden Holzdübel kannst Du mindestens 2 x verwenden: Drehe die abgesägte Hälfte einfach um und nutze die andere Spitze fürs nächste Loch.

9 Optional Schrauben verstecken

- Wenn alles gut verschraubt ist, kannst Du die Schrauben mit Holzdübeln verstecken:
- Tauche dazu die 8-mm-Holzdübel in Holzleim und stecke sie in die vorgebohrten Löcher. Zwei, drei Schläge mit dem Hammer sorgen dafür, dass sie fest und gerade sitzen.
- Für die Dübel vorn bei den kleinen Latten (B) benutzt Du am besten keinen Leim. So bekommst Du sie mit einem 8-mm-Bohrer einfacher wieder heraus, falls Du die Schrauben lösen möchtest, um den Übertopf zu entfernen.
- Wenn alle Dübel gut sitzen, sägst Du sie gerade und flach über dem Holz ab. Nutze dazu am besten eine Japansäge.
- Als Letztes schleifst Du die Löcher noch einmal nach.





Es gibt immer was zu tun.

Und das seit 1877. Eine Familiengeschichte, wie sie kein anderes Unternehmen der Baumarktbranche von sich erzählen kann. Fünf Generationen haben HORNBACH zu dem gemacht, was es heute ist: eines der führenden Baumarktunternehmen in Deutschland und Europa mit aktuell 170 Standorten und rund 25.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in der HORNBACH Gruppe. Mit Pionierleistungen wie dem ersten kombinierten Bau- und Gartenmarkt (1968), dem ersten Megastore (1980) und dem ersten Baumarkt mit Drive-in (2003) beweist HORNBACH ständig aufs Neue seine Innovationskraft. Ergänzt wird das stationäre Handelsgeschäft seit 2010 vom HORNBACH Onlineshop, um den Kunden auf allen Kanälen als kompetenter Partner beim Projekt zur Seite zu stehen.

YippiejajaYippieYippieYeah.



HORNBACH Baumarkt (Schweiz) AG, Schellenrain 9, 6210 Sursee, Schweiz
www.hornbach.ch

HORNBACH 
Es gibt immer was zu tun.