

Räume gestalten – Gesund leben und arbeiten

11.06.2014, 18:27 | Industrie, Bau & Immobilien

Pressemitteilung von: *Ines Wrusch Freie Innenarchitektin HAK BDIA*

Presseagentur: *Anja Eggert - GUTE TEXTE KOMMEN AN.*



BDIA-Innenarchitektinnen laden ein: Anke Lietzke, Annette Embert, Yvonne Habermann, Ines Wrusch

Innenarchitektinnen des BDIA Hamburg stellen am 24. Juni 2014 von 15 bis 20 Uhr im Material-Kontor Hamburg, Warnstedtstraße 12 c, vor, wie Wohn- und Arbeitsräume eine gesunde Atmosphäre erhalten. Im Rahmen der bundesweiten Veranstaltungsreihe „INNEN architektur OFFEN“ haben Besucher an dem Tag die Möglichkeit einer 15-minütigen Gratisberatung und erhalten einen adhoc-Entwurf für das individuelle Gestaltungsprojekt.

Hamburg – „Autsch, mein Rücken“, jammert Ulrike beim Vorbereiten des Abendessens. Heimlich ärgert sie sich, dass sie sich bei der Auswahl der Küche vor drei Jahren nicht hat beraten lassen und die Arbeitsfläche für ihre Körpergröße von 1,80 Metern zu niedrig ist. „Etliche Stunden pro Tag sind wir in der Küche, beim Abwaschen oder mit der Zubereitung der Speisen beschäftigt. Es belastet den Rücken unnötig, wenn Körpermaße und die Höhe der Arbeitsschränke nicht zusammenpassen“, weiß Innenarchitektin Anke Lietzke. Banalitäten des Alltags, die aber eine große Wirkung haben können. Denn Dauerbelastung verursacht Rückenschäden und Stress. Lässt sich der Stress dennoch mal nicht vermeiden, hat sie auch dafür eine Lösung: das Spa-Bad für zu Hause. Wellness, wann immer die Entspannung gesucht wird. Klare Linien und Formen sind die Basis, damit das Bad zum Ruhepol wird. „Das Auge soll sich nicht mit Details beschäftigen müssen, sondern das Wellness- Badezimmer als stilvolle Einheit wahrnehmen“, so die Expertin.

„Wir gestalten Räume und dann gestalten sie uns“, erkennt Innenarchitektin Ines Wrusch immer wieder in ihrem Berufsalltag und vertritt den Standpunkt, dass Räume nähren müssen, damit Produktivität einziehen kann. Aber viele Wohn- und Arbeitsbereiche entziehen den Menschen ihrer Erfahrung nach Energie, weil den Innenräumen zu wenig Beachtung geschenkt wird oder einfach das Wissen um eine funktionsgerechte Raumgestaltung fehlt. „Dabei halten wir uns immer mehr drinnen als draußen auf und Wohn- und Arbeitsbereiche sind oft nicht mehr so deutlich zu trennen“, stellt sie fest. Ergonomisch gestaltete Schreibtische sind ihrer Meinung nach kein Luxus, sondern gehören zu den Basics, weil sie der Gesunderhaltung der Arbeitskraft dienen. Für Büros empfiehlt sie zur Stressminimierung inspirierende adhoc-Meetingräume, in denen sich die Mitarbeiter kurz aber ganz und gar auf ein Thema konzentrieren können und nicht vom Telefon oder eingehenden Mails abgelenkt werden.

Wenn es nicht gerade um den sichtbaren Schimmelpilz geht, merken wir nicht bewusst, dass es die Innenräume sind, die

uns krank machen. Symptome, wie Müdigkeit und Abgeschlagenheit, können aber durch falsche Farben, Gerüche, Licht und die Akustik hervorgerufen werden. Die gute Nachricht ist: Ebenso gewinnen Räume an Energie, wenn diese Kriterien berücksichtigt werden. So ist zum Beispiel Lehmputz gesünder als Kalkputz, weil ersterer Feuchtigkeit aufnimmt und auch wieder abgibt. Aus den gleichen Gründen ist Parkett aus natürlichem Holz vorteilhafter als Laminat aus Plastik. Auch die Beleuchtung beeinflusst uns auf subtile Art und Weise. Optimalerweise hat ein Raum Licht zum Sehen, Hinsehen und Ansehen, wissen die Expertinnen.

Gesunde Wohnqualität fängt bei Innenarchitektin Daniela Bührig aber schon viel früher an. Sie vereint altersgerechte, barrierefreie und behindertengerechte Funktionen mit selbstbestimmter Wohnkultur. Schubladen und Staufächer werden bedarfsgerecht angebracht und fürs „Alter“ eher hoch montiert, während Öffnungsmechanismen extra leichtgängig konzipiert sind und „später“ auch mit geringerer Körperkraft selbstständig bedient werden können.. „Wer rechtzeitig und vorausschauend das Alter bei seiner Wohnkultur berücksichtigt, fühlt sich länger jung, und das stärkt das Selbstbewusstsein“, erklärt sie mit Blick auf die Demografie-Entwicklung und dem allgemeinen Wunsch, lange selbstbestimmt zu wohnen.

Ums Alter geht es auch bei Innenarchitektin Annette Embert, allerdings eher um Altbauten. „Ich liebe es, Altes in etwas Neues zu verwandeln“, schwärmt sie. So gewinnen Einfamilienhäuser mit ihrer Hilfe durch einen Wintergarten mehr Raum und Licht. Davon profitiert meist das ganze Haus und die Bewohner entdecken ein neues Lebensgefühl. Die Sanierung von Küche und Bad, aber auch die Modernisierung und Gestaltung von Arztpraxen sind ihr Fachgebiet,

„Nicht zuletzt hat eine Innenarchitektin gelernt, wie mit den richtigen Möbeln, Stoffen und Teppichböden Wärme und Klang in Wohnräume, Arztpraxen und Büros gelangen“, erläutert Innenarchitektin Yvonne Habermann. Als Feng-Shui-Beraterin berücksichtigt sie außerdem, welche Rolle das menschliche Unterbewusstsein bei der Gestaltung von Haus und Hof für das eigene Wohlbefinden spielt. So sollte ein Bett nie frei im Raum stehen, sondern mit der Kopfseite an der Wand, und der Schreibtisch so platziert sein, dass der Blick zur Tür gerichtet ist. In einem Fall ist es das Gefühl der Sicherheit, im nächsten die Konzentration, die profitiert.

Auch für Ulrike ist es noch nicht zu spät, denn eine Arbeitsplatte in der Küche lässt sich nachrüsten.

Um sich eine der 15-minütigen Gratisberatungen am 24. Juni 2014 im Material-Kontor Hamburg, Warnstedtstraße 12 c, zu sichern, ist eine Anmeldung erforderlich per Telefon 040 4327 1555 oder per Mail an email@ines-wrusch.de. Vorhandene Pläne, Fotos oder Grundrisse bitte mitbringen. Die Termine werden nach Eingang vergeben.

Text und Fotos: Anja Eggert – www.TEXTmachtPR.de

Portrait

Zum Hintergrund:

Innenarchitektur soll entdeckt und erfahren werden! Zum siebten Mal lädt der BDIA Bund Deutscher Innenarchitekten e.V. mit der Veranstaltungsreihe INNENarchitektur OFFEN 2014 ein, Werkschauen und Diskussionsforen für die Innenarchitektur und für die Öffentlichkeit zu organisieren. Die Veranstaltungsreihe beginnt mit dem internationalen „World Interiors Day“ am 31. Mai 2014 und endet mit dem bundesweiten „Tag der Architektur“ am 29. Juni 2014. Weitere Informationen gibt es hier: <http://www.ia-offen.de>

News-ID: 800227 • Views: 570 (Stand: 02.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/800227/Raume-gestalten-Gesund-leben-und-arbeiten.html>