

GreenHideaway

Magazín
s návodom

HORNBACH 
S nami to zvládnete.



Editoriál

Nemusíte si dizajnové objekty kupovať, ale jednoducho si ich podľa návodu vlastnými silami vyrobiť, to je základná myšlienka HORNBACK edície Dielo. Vďaka nášmu návodu, v ktorom nájdete zoznam materiálov a náradia, robíme krok smerom k demokratizácii dizajnu. Pretože to, čo by inak bolo cenovo nedostupné, teraz nestojí viac ako je cena použitého materiálu, deň alebo dva času – a samozrejme trocha tej vášne a umu domáceho majstra.

Pre súčasnú edíciu Dielo sa nám podarilo nadviazať spoluprácu so štúdiom Front/. Známe štokholmské dizajnérske štúdio vedené Annou Lindgren a Sophiou Lagerkvist pracuje pre množstvo medzinárodných klientov. Je zastúpené okrem iného v MoMA v New Yorku, Victoria & Albert Museum v Londýne a v Centre Pompidou v Paríži. Ich diela často rozprávajú príbeh, rúcajú dizajnové konvencie, experimentujú a spochybňujú samé seba. Prítom sa čoraz viac zameriavajú na materiály a prvky z prírody.

Lesy a príroda hrajú významnú úlohu nielen vo Švédsku, všeobecne sú považované za dôležité zdroje rovnováhy a pokoja. Vo svete, ktorý sa zdá byť stále viac pretechnizovaný a hektický, túžime po prírode viac než inokedy. Ako teda dostať viac zelene do nášho každodenného života? Edícia Dielo navrhnuté štúdiom Front/ ponúka prírodné útočisko priamo u vás doma. Nie je to len kreslo, ale jedinečný dizajnový kúsok, ktorý stiera hranice medzi interiérom a exteriérom. Kúsok prírody pre náš domov.

Predstavujeme: GreenHideaway

Viac informácií nájdete na www.hornbach.sk/dielo.



Sofia Lagerkvistová (vľavo) a Anna Lindgrenová (vpravo)

Front

V rozhovore s dizajnérkami Annou Lindgrenovou a Sofiou Lagerkvistovou sa dozvedáme, ako Green Hideaway vznikalo. O prírode ako zdroji inšpirácie, praktickom myslení a vzťahu, ktorý si k svojmu kusu nábytku budujete.

„Príroda patrí všetkým. Preto by ju mal mať každý možnosť spoznať, rovnako ako by mal mať každý prístup k dizajnu.“

Stretli sme sa počas magisterského štúdia priemyselného dizajnu a najskôr sme sa spriatelili, kým sme začali spolupracovať na rôznych spoločných projektoch. A tak pred mnohými rokmi vzniklo štúdio Front/. V súčasnosti naše štúdio pokrýva veľmi širokú oblasť dizajnu a vytvárame všetko od galerijných kúskov až po tie priemyselnejšie. Nikdy sme však ešte nerealizovali spoluprácu, vďaka ktorej by si ľudia mohli postaviť vlastný kus od štúdia Front/.

V poslednej dobe nás ako dizajnérov stále viac zaujíma príroda a to, akú rolu môže hrať v našich návrhoch. Prečítali sme si niekoľko štúdií o blahodarných účinkoch zelene a začali sme hľadať rôzne prvky v našom každodennom živote, kde môžeme toto uplatniť. Nemusi to byť nutne príroda ako taká, ale môžu to byť predmety, ktoré prírodu napodobňujú alebo sa jej podobajú, alebo jednoducho len vytvárajú atmosféru podobnú prírode: posedenie na skale alebo posedenie na čistine zaliatej slnkom.

Zameranie na prírodu je ukotvené aj v našej švédскеj duši. Predovšetkým je jej vo Švédsku veľa: hoci sa náš ateliér nachádza v centre Štokholmu, 20 minút na obe strany je les. A potom máme aj Allemansrätten, čo je „právo na túlanie“. Hovorí, že prírodu nemožno vlastniť: každý tam smie byť, zbierať bobule, postaviť si stan, a to aj na súkromných pozemkoch, pretože patria všetkým.

Keď sme tento koncept posunuli o krok ďalej, vytvorili sme Green Hideaway: kus nábytku, ktorý umožňuje všetkým zažiť prírodu, dokonca aj ľuďom, ktorí žijú v mestách, kde je nedostatok zelene. Rovnako ako edícia Dielo umožňuje každému zažiť a vytvoriť dizajn svojimi vlastnými silami.



Existuje samozrejme nekonečné množstvo spôsobov, ako preniesť vonkajšie prostredie dovnútra. To, o čom sme premýšľali, keď sme začínali s týmto projektom, boli naše vlastné skúsenosti s prírodou. Vyrastala som veľmi blízko lesa a práve tam sme sa často hrali: stavali sme si malé stromové chyže a dokonca sme sa pýtali rodičov, či môžeme v lese prespať. Cítili sme sa v bezpečí a zároveň slobodne a naším cieľom bolo rovnaký pocit obnoviť pomocou tohto kusa nábytku.

„Green Hideaway je pokojné miesto, kde sa môžete schovať, sadnúť si a čítať alebo len tak odpočívať, je to váš osobný les vo vašej obývacej izbe.“

Pri pohľade na Green Hideaway vás hneď upútajú zvislé laty. Ich oblý tvar obopína osobu sediacu v kresle, čo je jasný dizajnový odkaz na typický švédsky Pinnstol. Zároveň však ide o dospelácku verziu stromovej chyže: zábradlia sú vetvy, do ktorých sa schováte a ktoré vykukujú von. Týmto spôsobom, obklopení zeleňou, ste si našli svoj vlastný malý priestor, kde môžete sedieť a pozorovať časť prenikajúceho svetla, a to úplne sami. Odtiaľ názov Green Hideaway.

Táto myšlienka, že ste tak trochu chránení pred zvyškom sveta, by sa vám hodila najmä vtedy, ak máte doma iba obmedzený priestor. Prenesenie vonkajšieho prostredia dovnútra vytvorí inú atmosféru a tvar kresla je ako menšia miestnosť, do ktorej môžete vstúpiť: je to pokojné miesto, kde sa môžete schovať a sedieť a čítať alebo len relaxovať, váš vlastný osobný les vo vašej obývacej izbe.

„Máme veľmi praktický prístup k navrhovaniu: rady sa materiálu dotýkame a vidíme, ako funguje a ako vyzerá dohromady.“

Vyrastali sme v rodinách, kde sa vždy niečo stavalo, a aj dnes máme skôr pracovné než elegantné ruky. Preto je tento projekt priamo návratom k našim koreňom.

Ja (Sofia) mám spomienku na detstvo, ktorá je mi veľmi blízka: môj otec bol tesár a stolár a ja som rada chodila do železiarstva, prezerala si rôzne nástroje a hrala sa s nimi. Veľmi skoro som tiež mala svoje vlastné náradie, ktoré som používala na svoje vlastné, malé projekty.

A aj dnes zisťujeme, že návšteva železiarstva je pre nás veľkým zdrojom inšpirácie. Nachádzame rôzne materiály a rôzne drobné detaily. Tak sme pristupovali aj k tomuto Dielu. Navštívili sme predajňu HORNBAACH v Štokholme a veci sme si vyskúšali, ohmatali a otestovali. To je pre nás veľmi dôležitá súčasť procesu: skutočne si na materiál siahnuť a vidieť, ako funguje, ako vyzerá dohromady a podobne. A tento praktický prístup možno nájsť aj v celom procese navrhovania.

Hneď ako sme vedeli, že chceme pracovať s drevom a nejakou konštrukciou, na ktorej by mohli rásť rastliny, vymysleli sme veľa rôznych návrhov. Samozrejme robíme aj náčrty aj 3D modely v počítači, ale najdôležitejšou a najzábavnejšou časťou je pre nás stavba skutočných malých modelov. Nejaký čas sme ich tu v štúdiu mali stovky. Tie modely nám naozaj pomohli pochopiť možnosti konštrukcií, aby sme vybrali tú, ktorá bude ideálnym projektom, ktorý si môže každý postaviť.



„Toto kreslo stále rastie. Je to spolupráca medzi človekom, ktorý ho postavil, a prírodou, ktorá ho nakoniec ovládne.“

Časť našej inšpirácie pre Green Hideaway pochádza z prírody, jej rôznych textúr a farieb. Preto nám prišlo veľmi prirodzené použiť pri nej drevo: drevo má túto prirodzenú hmatateľnosť, je teplé a krásne starne. Na druhej strane sme chceli, aby rastliny boli do diela veľmi dobre zakomponované, preto sme sa rozhodli pre rastliny, ktoré môžu po dreve šplhať. Tak sme nakoniec získali kombináciu dreva a rastlín.

Bolo veľmi zaujímavé pracovať s rastlinami ako živým materiálom. Nábytok všeobecne je určený na používanie a časom sa prispôbi tomu, ako ho používate: každý kus bude na niektorých miestach zbierať zárezy alebo patinu a napríklad drevo bude tmavšie.

Ale tu, konkrétne pri rastlinách, sa Green Hideaway bude časom meniť v závislosti od zdroja svetla, od toho, ako veľmi sa o rastlinu staráte, a tak ďalej. V skutočnosti nemôžete vedieť, ako bude vyzeráť za rok, viete len, že bude stále rásť a pomaly sa stane týmto malým úkrytom, vašou malou džungľou. Je to viac-menej spolupráca medzi človekom, ktorý kreslo postavil, na jednej strane a prírodou na strane druhej. Príroda bude pomaly prevažovať a nakoniec prevládať.

A rastliny majú samozrejme podporiť ľudskú kreativitu. Uvádzame iba návrhy na poňatie Green Hideaway, ale finálnym výberom a kombináciou vami preferovaných rastlín z neho môžete vytvoriť svoj vlastný jedinečný kus nábytku.



„Pri stavbe diela si k nemu zároveň budujete vzťah: cítite sa naň hrdí a cítite vzájomný vzťah, pretože ste ho sami skonštruovali.“

Keď navrhujete kus nábytku, chcete, aby bol nielen užitočný, ale aj elegantný a do istej miery jedinečný. Toto Dielo ale zároveň potrebovalo byť určitým spôsobom jednoduché: museli sme sa uistiť, že si ho ľudia budú môcť postaviť sami.

Preto sme ho urobili čo najjednoduchšie a najpraktickejšie, kombinovali sme len niekoľko rôznych materiálov. V podstate stačí vyrezať a zostaviť laty, sedadlo a dno. Bude to trochu výzva, ale napriek tomu to zvládnu aj domáci majstri začiatočníci. Nie každý má však doma dielňu plnú dômyselného vybavenia. Preto na stavbu zeleného úkrytu nepotrebujete viac než priamočiaru pílu, ideálne kotúčovú pílu, a k tomu vŕtačku a skrutkovač.

Pre nás ako dizajnérov je vždy zaujímavé klásť si otázky, prečo ľudia niektoré predmety milujú a iné nemajú radi; ako tieto predmety alebo kusy nábytku vyzerajú v domácnostiach rôznych ľudí odlišne; a aký k nim majú ľudia vzťah. Green Hideaway je výnimočný tým, že je to oveľa viac než len kreslo, na ktorom sa dá sedieť, alebo na pohľad pekný dizajnový kúsok: ide o pocit, ktorý vo vás vyvoláva.

A tento pocit je ešte silnejší vďaka času, ktorý ste strávili rezaním, brúsením a zostavovaním všetkých dielov. Pri stavbe Green Hideaway si k nemu vybudujete vzťah: cítite uspokojenie a radosť, pretože sa vám to podarilo. A to má za následok zvláštny druh hrdosti. Pomohli ste tomuto dielu vdýchnuť život, je to skutočne vaše kreslo. Čo je samozrejme ešte lepšie, než keby ste si tento kus nábytku jednoducho kúpili v obchode.



Doma v zeleni

„Plant dizajn“ je trend interiérového dizajnu posledných rokov. Cieľom je vytvoriť krajšie a zdravšie životné prostredie pomocou rastlín. Všetko, čo potrebujete vedieť, nájdete v našom sprievodcovi štýlom a starostlivosťou.



Aký zelený je váš svet?

Rastliny môžu byť náladové alebo nenáročné, prospievajú na slnku alebo v tme, vypijú celú kanvicu vody alebo si vystačia s niekoľkými kvapkami. Než si teda kúpite rastlinu, pretože sa hodí k vašim závesom, spýtajte sa sami seba, čo od nej chcete – a čo ste ochotní jej dať. Niektorí ľudia majú radi pocit, že sa môžu o niečo starať, iným sa páči len to, že komoda nevyzerá taká holá. Ak patríte do druhej skupiny, odporúčame rastliny, ako je Ficus elastica alebo slonia noha. Znášajú prievan, potrebujú málo slnka a vyhovuje im, keď im raz za štrnásť dní doprajete vodu. Ak vám to nestačí, vyskúšajte orchideu „črievičník“. Paphilopedilum potrebuje špeciálnu pôdu, hnojivo, správnu vlhkosť a je veľmi neúprosné, ak ho zabudnete zalievať. V každom prípade sa pred kúpou sadenice pozrite, ako rastlina vyzerá, keď je plne vyrastená. Napríklad strelčie sa môžu rozrásť do takých rozmerov, že by museli platiť nájom.

Mestská džungľa s popínavými rastlinami

Izbové rastliny zažili svoj veľký rozmach s príchodom širších okenných parapetov v 70. rokoch 20. storočia. To však neznamená, že sa každá rastlina radšej vystavuje na dennom svetle na okennom parapete. Brechtanu alebo klasickému izbovému brechtanu vyhovuje polotieň a to, keď sa má čoho držať. Či už ide o závesnú rastlinu rastúcu na poličke alebo o popínavé rastliny Green Hideaway – sú to nenároční spoluobyvatelia, ktorí niekedy môžu dorásť až do dĺžky desať metrov. Svojím „expanzívnym“ rastom dodajú vašej izbe pocit mestskej džungľe.

Vybavenie rastlinami

Celé kancelárie, hotely a súkromné domy sa teraz zariaďujú podľa takzvaného prístupu „plant first“. To znamená, že najskôr sa nasťahujú rastliny a potom nábytok. Z dobrého dôvodu: rastliny nie sú len dekoratívnym doplnkom, ale aj živým nábytkom. Väčšie rastliny, ako sú palmy kentia, sú vhodné najmä ako deliče miestností v domácej kancelárii, ktoré môžete usporiadať podľa farby alebo tvaru listov. Green Hideaway mimochodom spája všetky myšlienky „plant dizajnu“: vytvára vlastný priestor z rastlín, a je tak nábytkom, dekoratívnym prvkom a zelenou oázou v jednom.

Tieto rastliny sú módne

Ťažko si bez nich predstaviť časopis o nábytku alebo módnou kaviareň. Monstery. Sviežo zelené, krásne objemné, dosť nenáročné na starostlivosť – hodia sa rovnako dobre do rozľahlých loftov aj na drevenú komodu v starej budove. Ak dávate prednosť niečomu nezvyčajnému, vyberte si monstera variegatu, ktorej listy sú mramorovo biele. Táto špeciálna metóda šľachtenia je v móde aj pri iných rastlinách. V popredí: Calathea, ktorá pochádza z Južnej Ameriky, je v súčasnosti stále populárnejšia. Je to najmä vďaka jej nezvyčajne vzorovaným listom, ktoré sa na noc zatvárajú, aby sa ráno opäť rozvinuli. Ak ste veľmi potichu, môžete dokonca počuť, ako rastlina jemne šuští.

Ako správne zalievať?

„Vyzeráš smutne, asi ti chýba voda“ – zle! Nie každá rastlina chce zalievať ihneď, ako jej opadnú listy. Často je to naopak: príliš vlhká pôda môže viesť k vzniku plesní a škodcov. Jasným znamením, že ste so zalievaním príliš šetrili, sú žlté alebo suché listy. Príliš veľa vody môže spôsobiť hnilobu koreňov rastlín a viesť k premokreniu. Ak si nie ste istí, či dávate príliš veľa alebo príliš málo vody, pozrite sa do projektových návodov od HORNBACHU.

V zelenej štvrti

Rastliny odparujú vodu, čím zvyšujú vlhkosť vo svojom okolí. Susedné rastliny z toho môžu mať prospech alebo ich to môže obťažovať. Rastliny s podobnými nárokmi, ako sú rôzne sukulenty alebo filodendrony a šeflery, sa zvyčajne dobre kombinujú. Vzájomne si vytvárajú ideálnu mikroklimu a vytvárajú tak harmonické rastlinné spoločenstvo. Okrem toho je tento druh usporiadania rastlín v móde: rastliny sa namiesto izolovane usporiadajú spoločne. To samozrejme funguje i v Green Hideaway.

Zbohom, škodcovia

Pravdepodobne najbežnejším parazitom rastlín sú smútkivky. Malé čierne mušky, ktoré sa liahnú z príliš vlhkej zeminy v kvetináčoch a bzučia okolo rastlín. Zvyčajne sa ich môžete zbaviť zasypaním zeminy v kvetináči pieskom, okruhliakmi alebo kávovým práškom. Ak to nepomôže, sú vhodným prostriedkom žlté samolepky, ktoré svojou farbou hmyz priťahujú a lepia sa na ne. Proti škodcom na listoch často pomáha obyčajné osprchovanie listov. Ak sa hmyz aj po tomto úkone stále množí, môžete napadnutú časť rastliny odstrániť. Chvíľu to bude boľieť, ale vaše rastliny vám za to poďakujú.

Kedy presádzať

Všeobecne platí, že každé dva roky treba vymeniť kvetináč za väčší. Ak už z otvoru pre vodu na dne vyrastajú korene, treba to urobiť skôr. Nový kvetináč by nemal byť o viac než štyri centimetre väčší než ten pôvodný, aby nedochádzalo k premokreniu, t. j. aby nebol mokry tam, kam korene nedosiahnu. Malý trik: pri presádzaní začnite s najväčšou rastlinou. A potom odovzdajte kvetináč najmenšej rastline – ako keď súrodenci odovzdávajú svoje oblečenie ďalšiemu. Rastlinám ihneď dodajte čerstvú zeminu. Pomôže to proti škodcom a poskytnete tak svojim zeleným spoluobyvateľom čerstvé živiny.

Pôda dobrá, všetko dobré

Správna pôda je základom pre spokojný život rastlín. Je veľmi dôležité, aby pôda obsahovala veľa živín (preto je najlepšie novo zakúpené rastliny rýchlo dostať z pôdy chudobnej na živiny) a aby bola čo najnaďýchanejšia, aby mohla dobre zadržiavať vlhkosť a uvoľňovať prebytočnú vodu. Či to tak je, zistíte tak, že pôdu v ruke stlačíte. Ak sa zlepí, znamená to, že korene nebudú mať neskôr dostatok vzduchu. Ak sa vám v ruke rozpadá, je to tak akurát. Dôležité: približne každé dva roky by ste mali rastlinám dodať novú pôdu, aby ste im dodali čerstvé živiny.

Tip, ak idete na dovolenku:

Stačí vedľa rastliny postaviť pohár s vodou a zavesiť doň jeden koniec povrázku alebo šnúry. Rastlina potom môže postupne čerpať vodu z pohára.

Tip: Pre nás ľudia sú dobré, ale mnohé rastliny nemajú rady minerály vo vode z kohútika. Zvyšujú hodnotu pH pôdy. Po naplnení kanvy ju preto nechajte cez noc stáť. Minerály klesajú ku dnu a usadzujú sa na vonkajších stenách.



„Pre nás ako dizajnérkky je návšteva projektové hobby predajne veľkým zdrojom inšpirácie. Nájdeme rôzne materiály a drobné detaily. Dotknúť sa materiálu a vidieť, ako to spolu funguje, je dôležitou súčasťou procesu.“

Šťastný



vd'aka prírode

Mnoho ľudí sa po dlhom pracovnom týždni vydáva do prírody. Niet divu, ved' čas strávený v zeleni nás robí zdravými a šťastnými. O túžbe po prírode a o tom, prečo by ste mali dať svojmu fikusovi meno.

Záhradka v meste nie je zďaleka samozrejmosťou. Iste, existujú záhradkárске kolónie, kde ale na voľné miesto existuje dlhý poradovník. Iní šťastlivci sa môžu jazdiť rekreovať na chatu alebo chalupu a načerpať potrebnú stratenú energiu.

Do obľuby sa tiež postupne vrátila pešia turistika, kedy stále viac ľudí vyraža na túry do prírody len s batohom, nocoju vo voľnej prírode, prekračujú svoje komfortné hranice a zdolávajú stovky kilometrov len so základnou výbavou. Prečo sa to deje? Čo ľudí núti k tejto určite namáhavej aktivite?

Odpoveď je jednoduchá: sama príroda. Už niekoľko rokov dochádza takmer vo všetkých oblastiach moderného života k zmene myslenia, k návratu k prírode. Stále viac ľudí sa sťahuje do prírody, jedna pätina celosvetového cestovného ruchu je teraz zameraná na aktivity v prírode, ako je lyžovanie, jazda na bicykli, kanoistika a pešia turistika. Supermarkety menia sortiment na bio, na potravinách sa už neinzeruje, čo v nich je, ale čo v nich nie je; čím bližšie k prírode, tým lepšie. V architektúre je udržateľnosť dominantnou témou a drevo je s ňou spojeným materiálom. A záhradka predstavuje oázu v šedi veľkomesta.

Ľudia túžia po návrate k prírode a prirodzenosti. Čo je vlastne zvláštne. Koniec-koncov sme sa od života blízkeho prírode snažili odpútať mnoho tisícročí. Odkiaľ sa teda berie táto túžba po návrate k prírode? A čo od toho ľudia očakávajú?

Už pred sto rokmi dramatik Bertolt Brecht povedal: „Nadšenie pre prírodu pramení z neobývateľnosti miest“. Dnes by sa k tomu prihlásilo pravdepodobne ešte viac ľudí než vtedy. Príliš rýchle, príliš hlasité, príliš šedé.

Príroda na nás má blahodarné účinky, vd'aka nej sme šťastnejší a zdravší: stačí prechádzka v zeleni a náš pulz sa spomalí, krvný tlak a napätie klesne a naša imunita sa posilní.

Stále viac obyvateľov miest si všimá, že im moderný život nevyhovuje. Sedia v plne klimatizovaných kanceláriách, pracujú v pretechnizovanom svete, jedia zabalené alebo mrazené jedlo a po práci striedajú jednu obrazovku za druhú – nezastavujú sa, nevyvinajú a nepozerajú sa okolo seba. Cítia sa odcudzení, majú dojem, že do stále umelejšieho, pretechnizovaného prostredia už jednoducho nepatria. Pretože pokrok je vnímaný ako niečo, čo ľudí vzdáľuje od prírody – a tá siaha ďaleko za hranice mesta.

Satelity zaisťujú, že sme všade dosiahnuteľní, optické káble menia usadlosť na inteligentné domy a tí, ktorí nepracujú v kancelárii, so sebou často nosia okrem peňaženky a kľúčov tiež powerbanku a nabíjací kábel. Či už sme v meste alebo na vidieku, náš deň sa stále viac skladá z digitálnych rozptýlení, správ, oznámení a pocitu, že musíme byť neustále „online“, aby nám nič neuniklo.

Človek však nie je tvor, ktorého je možné večer dobiť v zásuvke. Je organickou bytosťou a príroda je jeho prirodzenosťou. To pocíti každý, kto sa vydá na pešiu túru, alebo na bicykli do prírody. Človek sa tam pozerá na prírodu, ktorá ešte nebola zmanipulovaná, skrotená alebo podriadená jeho zámerom; cíti rozľahlosť, pokoj a neprístupnosť a cíti sa slobodný. Nie sú tu žiadne tlaky, žiadne diáre, ktoré by regulovali každodenný život, nejde o to, čo najrýchlejšie sa ponáhľať z bodu A do bodu B, ale o medziobdobie, o zastavenie a nadýchnutie.

Okrem toho je mnoho ľudí jednoducho strašne znudených svojím každodenným životom; jav, ktorý je konfrontovaný s nadmernými požiadavkami stále rýchlejšieho životného rytmu a pritom má rovnaký pôvod. Sme zvyknutí, že všetko, tovar, služby, zábava, je k dispozícii kedykoľvek a v akomkoľvek množstve. A ak to tak nie je, potom je možnosť si objednať doručenie do druhého dňa pomaly až k dverám. Nie je to tak trochu nuda? Všetko, kedykoľvek a kdekoľvek dostupné?

Príroda oproti tomu sľubuje dobrodružstvo, prekvapenie, možnosť, že za každým kameňom sa skrýva niečo neznáme. Objavovanie a skúmanie zodpovedá hlboko zakorenenej ľudskej túžbe a zvedavosti.

Niekedy je odmenená estetickým pôžitkom z malebnosti a vznešenosti. Skúsenosti, ktoré prísne dodržiavaný denný režim, ako poznáme z nášho sveta, ponúka len zriedka.

Všetko v prírode žije, a to, čo v prírode hľadáme, je život – vrátane toho nášho. Veda dokazuje, že tam nájdeme viac než to, čo hľadáme.

Vplyvom prírody na človeka sa zaoberal rad štúdií. A všetky došli k rovnakému záveru: príroda nás robí šťastnými a zdravými. Aj prechádzka v zeleni spomaľuje tep, znižuje krvný tlak a hladinu stresu a stimuluje imunitný systém. Oblasť mozgu, ktoré sú zodpovedné za relaxáciu a pokoj, sú lepšie prekrvené, cítime sa vitálnejší a šťastnejší, u detí sa dokonca znižujú príznaky ADHD. Pobyt v prírode tiež znižuje psychické problémy, ako sú úzkosť a depresie. Bolo dokázané, že ľudia s poruchami spánku (aj bez nich) spia lepšie po prechádzke v lese. A tak niet divu, že v Japonsku je „šínrin-joku“, „kúpanie v lese“, v podstate vedomá chôdza, súčasťou štátnej zdravotnej starostlivosti a samostatným odborom výskumu na univerzitách.

Ľudia, ktorí trávia veľa času v zeleni, žijú zdravšie, majú nižšie riziko úmrtia a štatisticky nižšiu pravdepodobnosť ochorenia rakovinou. Príroda nás spomaľuje, upokojuje a umožňuje nám dobiť batérie. Nie každý má však les na dosah ruky alebo čas chodiť každý deň na prechádzky do prírody. Život v meste ponúka aj množstvo vymožeností, bez ktorých by sa mnoho ľudí nedokázalo zaobísť. Čo teda možno robiť? Riešenie je jednoduché: ak nemôžete alebo nechcete ísť von do prírody, musíte si vonkajšie prostredie preniesť dovnútra. Napríklad v podobe izbových rastlín.

Väčšinu dňa trávime vo vnútri, či už v kancelárii, doma, v supermarkete, alebo v aute. Tam sme obklopení „mŕtvymi“ vecami (vzhľadom na to, že mnoho firiem umožňuje home office, sú to často aj celé dni). Na druhej strane rastliny sú živé bytosti a ako také ich aj vnímame. Pôsobia tak povzbudivo na našu myseľ a my sa v ich spoločnosti automaticky cítime živší. Vedci z Harvardu zistili, že obyčajný pohľad na izbové rastliny nás upokojuje. Bolo dokázané, že ak náš pohľad tu a tam padne na zelený list, upokojí to našu myseľ a zníži krvný tlak.

Podľa štúdie Cardiffskej univerzity môžu izbové rastliny dokonca zvýšiť našu produktivitu. Pre svoju štúdiu vedci zriadili kanceláriu, v ktorej bolo z každého pracovného miesta vidieť aspoň dve zelené rastliny. Výsledok: výkonnosť zamestnancov sa zvýšila až o 15 percent. Experimentálna skupina navyše zdôrazňovala lepšiu kvalitu vzduchu (rastliny filtrujú CO₂) a zvýšenú schopnosť sústredenia. Tí, ktorí pracujú v prostredí „zelených kolegov“, sa preukázateľne cítia menej unavení a lepšie si pamätajú. Okrem toho vyzerá monstera dobre na každom pracovnom stole.

Okrem toho, že izbové rastliny podporujú zdravie, dodávajú nám aj pocit, že sme potrební. Ak zabudnete rastlinu zalievať, budete potrestaní opadnutím listov; čerstvá pôda vás naopak odmení novými výhonkami. Dokazuje-me si, že sme schopní sa starať,

čo je skúsenosť, ktorá uvoľňuje hormóny šťastia. Mnoho ľudí preto dáva svojim rastlinám mená, ktoré sa môžu zdať hlúpe, ale majú užitočné pozadie. Pretože hovoriť s rastlinami pomáha – rastlinám aj nám. Rastliny vďaka pohlcujú oxid uhličitý, ktorý sa uvoľňuje, keď hovoríme, a využívajú ho pre svoju fotosyntézu. Štúdie navyše preukázali, že zvukové vlny stimulujú rastliny a podporujú ich rast. A nám, ľuďom, môžu rastliny zmierniť osamelosť, a dokonca zabrániť depresii.

Túžba po prírode je v nás hlboko zakorenená. Či už ju uspokojujeme pri túrach v prírode, pri presádzaní na záhrade, alebo pri rozprávani sa s fikusom Floriánom na okennom parapete – čím viac prírody začleníme do svojho každodenného života, tým lepšie sa cítime, fyzicky aj psychicky. Ako povedal spisovateľ Honoré de Balzac: „Láska k prírode je jediná láska, ktorá nesklame ľudské nádeje.“ A nakoniec to možno vyjde aj so záhradou.

Zoznam materiálu a náradia

Tip:

Čo by ste mali vedieť vopred: kreslo je možné postaviť samostatne. V najlepšom prípade pracujte vo dvojici. V každom prípade si na tento projekt naplánujte aspoň dva dni.

Kreslo

- 17 x Obdĺžniková lata, borovica/smrek 20 x 30 x 2000 mm
- 1 x Doska Multitplex 1250 x 2500 x 21 mm
- 95 x Skrutky so zápusťou hlavou a závitom do dreva, 40 mm, cca Ø 3,5 mm alebo Ø 4 mm
- 8 x Skrutky so zápusťou hlavou a závitom do dreva, 30 mm, cca Ø 3,5 mm alebo Ø 4 mm
- 1-3 x Rastlina so substrátom, napr. brečtan, filodendron
- 1 x Kvetináč max. Ø 50 cm, H 30 cm
- 95 x Drevené spojovacie kolíky, 8 mm
- 1 x Tvrdý voskový olej na drevo
- 1-5 x Vankúšik na sedadlo podľa vkusu

DIY podsedáky

- 1 x Molitanová doska
- 1 x Preglejka 3 - 4 mm
- 1 x Látka

Nástroje

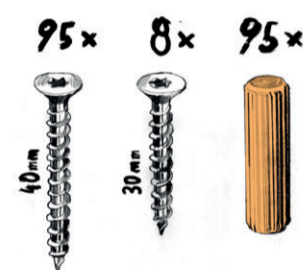
- 4 x Skrutková svorka, šírka upnutia 30 cm
- 1 x Akumulátorová vŕtačka
- Súprava vŕtákov do dreva
- Nastavený bit
- Ručná kotúčová píla
- Priamočiara píla
- Pravítko
- Maskovacia páska
- Nožnice
- Mierka
- Ceruzka
- Hrubý brúsny papier (60-80)
- Jemný brúsny papier (150-200)
- Lepidlo na drevo

Nemusí byť, ale pomáha

- Uhlové skosenie
- Forstnerov bit, 20 mm
- Brúška
- Vodováha
- Hĺbkový doraz, 8 mm
- Kružidlo
- Kladivo
- Japonská píla
- Plochý štetec, 3 cm
- Jednorazové rukavice
- Záhradný povrázok

Bezpečnosť predovšetkým

- Ochrana sluchu
- Maska proti jemnému prachu
- Ochranné okuliare
- Pracovné rukavice



Tip:

Aby ste mohli dosku multitplex ľahšie prepravovať, je najvhodnejšie nechať si ju rozrezať v HORNBAChu v oddelení prírezu na dve menšie dosky (minimálne 111 x 92 cm a 80 x 78 cm). Rozmery si môžete predobjednať online.



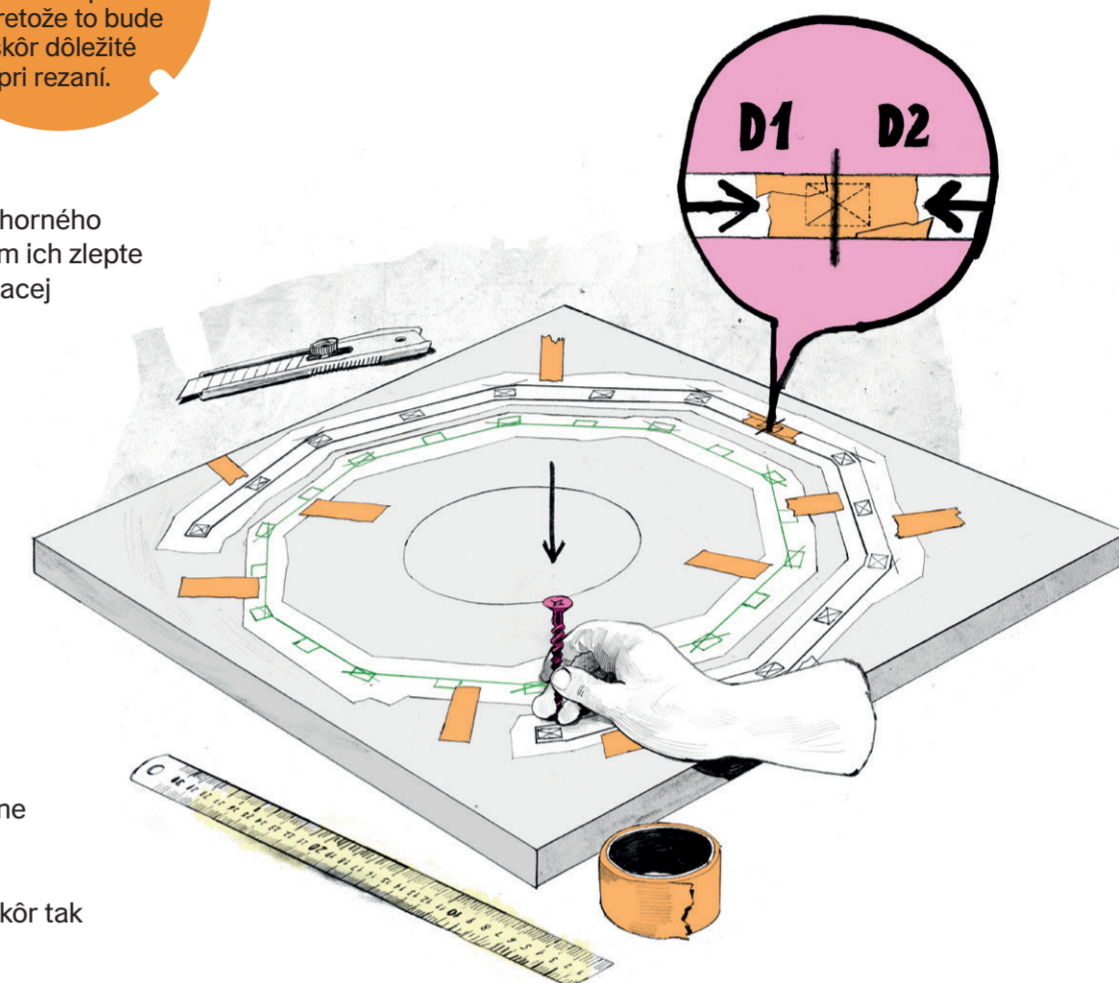
Návod

Tip:

Všetky šablóny sa zobrazujú zospodu. Majte to na pamäti, pretože to bude neskôr dôležité pri rezaní.

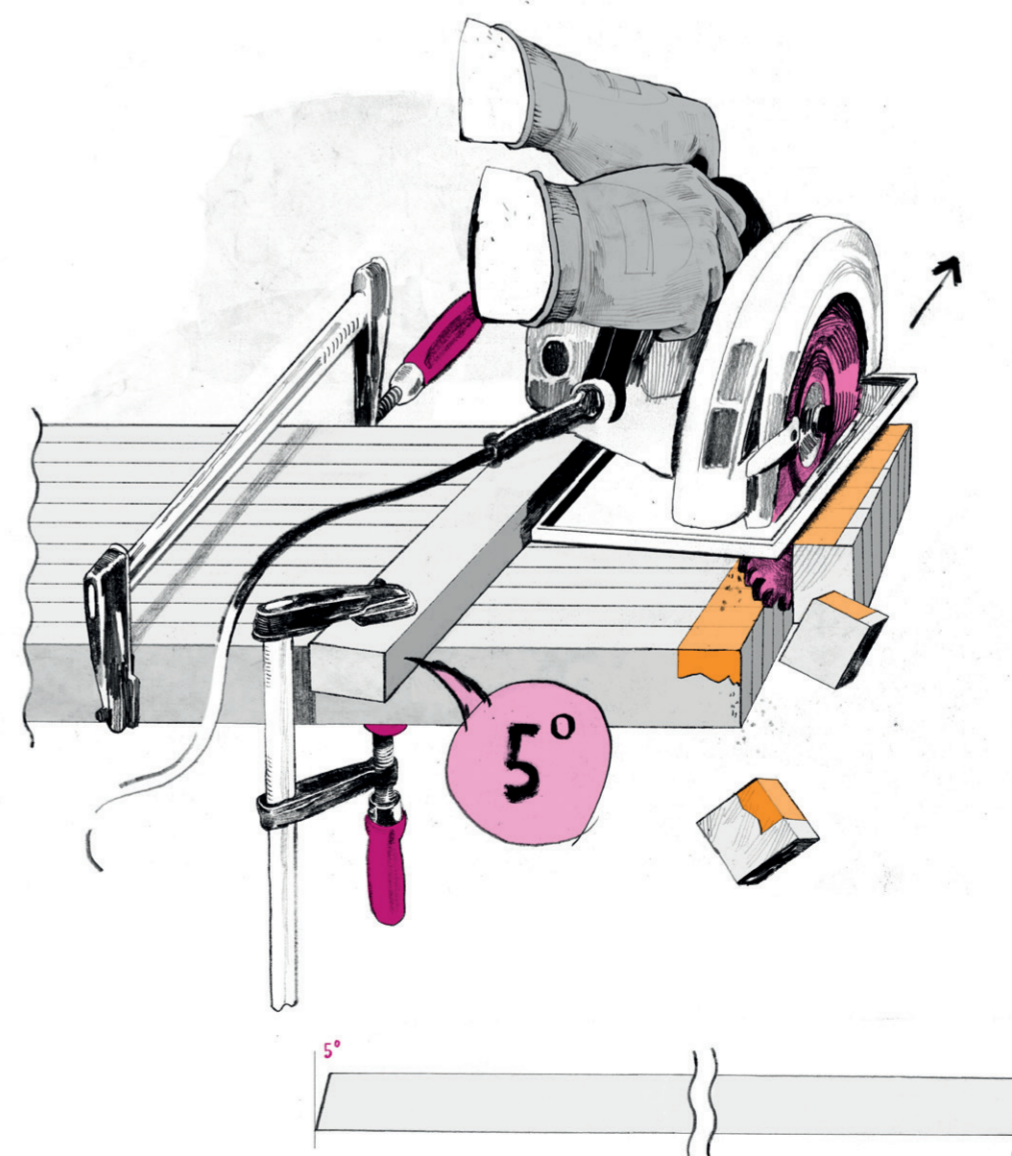
1 Príprava

- Najprv nožnicami zhruba vystrihnite dve časti horného dielu (D1 a D2), a to asi 2-3 cm okolo čiar. Potom ich zlepte k sebe v mieste rezov uprostred pomocou lepiacej pásky.
- Teraz nakreslite hornú časť (D), sedadlo (C) a dno (E).
- Prilepte šablónu na drevo maskovacou páskou a vyznačte rohové body a otvory na vŕtanie špicatou skrutkou. Potom spojte body na drevo pomocou ceruzky a veľkého pravítka. Nezabudnite si tiež nakresliť prerušované čiary, pretože tadiaľ budete neskôr viesť pílu.
- Ak nemáte kružidlo, môžete si okrúhly otvor na zalievanie označiť tiež ceruzkou na primerane dlhom povrázku.
- Na drevo si vyznačte predné strany C a E. Neskôr tak budete môcť ľahšie porovnávať rozrezané diely.
- Šablónu si radšej uschovajte pre prípad, že by ste ju znovu potrebovali na porovnanie.



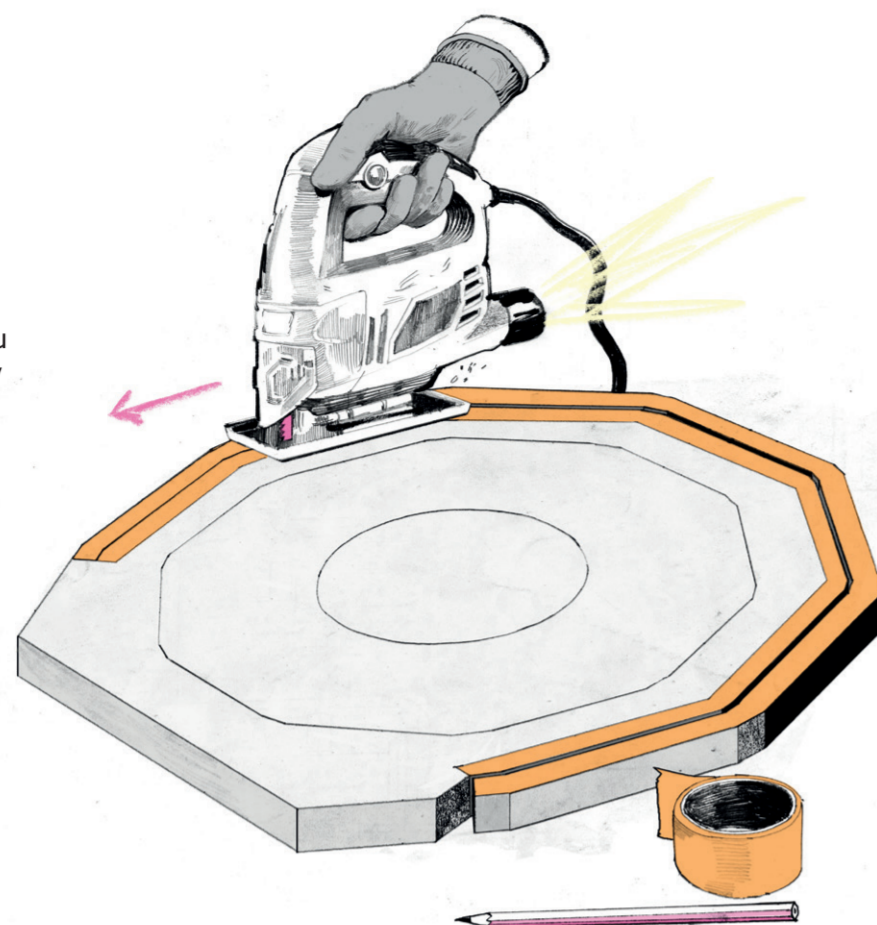
2 Rezanie bočných lát na mieru

- Spojte lamely (A a B) pomocou skrutkovej svorky, pripevnite ich na pracovnú dosku tak, aby úzke strany lát smerovali nahor. Potom pripevnite ďalšiu latu naprieč pod uhlom 5°. Je tu potrebné uhlovou pílkou odstrániť uhol zo šablóny. Týmto spôsobom môžete rezať laty ručnou kotúčovou pílou a získať presný uhol 5°.
- Potom ceruzkou nakreslite dĺžku bočných lát (A = 145,5 a B = 41,5) od rezanej hrany a otočte ich pre druhý rez: uhol 5° tak bude smerovať opačným smerom.
- Ak chcete, môžete v tejto fáze rezané hrany tiež začistiť.
- Nakoniec by ste mali mať 15 dlhých a 5 krátkych bočných lát. Zvyšky si ponechajte, pretože ich využijete neskôr.



3 Rezanie hornej časti

- Najprv odrežte hornú časť (D) kresla.
- Pre vonkajšiu stranu je najlepšie použiť ručnú kotúčovú pílu s vodiacou lištou. Ako vodiace lišty môžete použiť odrezky, ktoré pomocou skrutkových svoriek upnete na drevenú dosku v správnej vzdialenosti. Prípadne môžete rezy urobiť pomocou priamočiarej píly.
- Vždy režte pozdĺž čiar alebo prerušovanej čiar: najprv malé rohy, potom dlhé okraje.
- Vnútorňu hranu hornej časti najlepšie narežete priamočiarou pílkou.

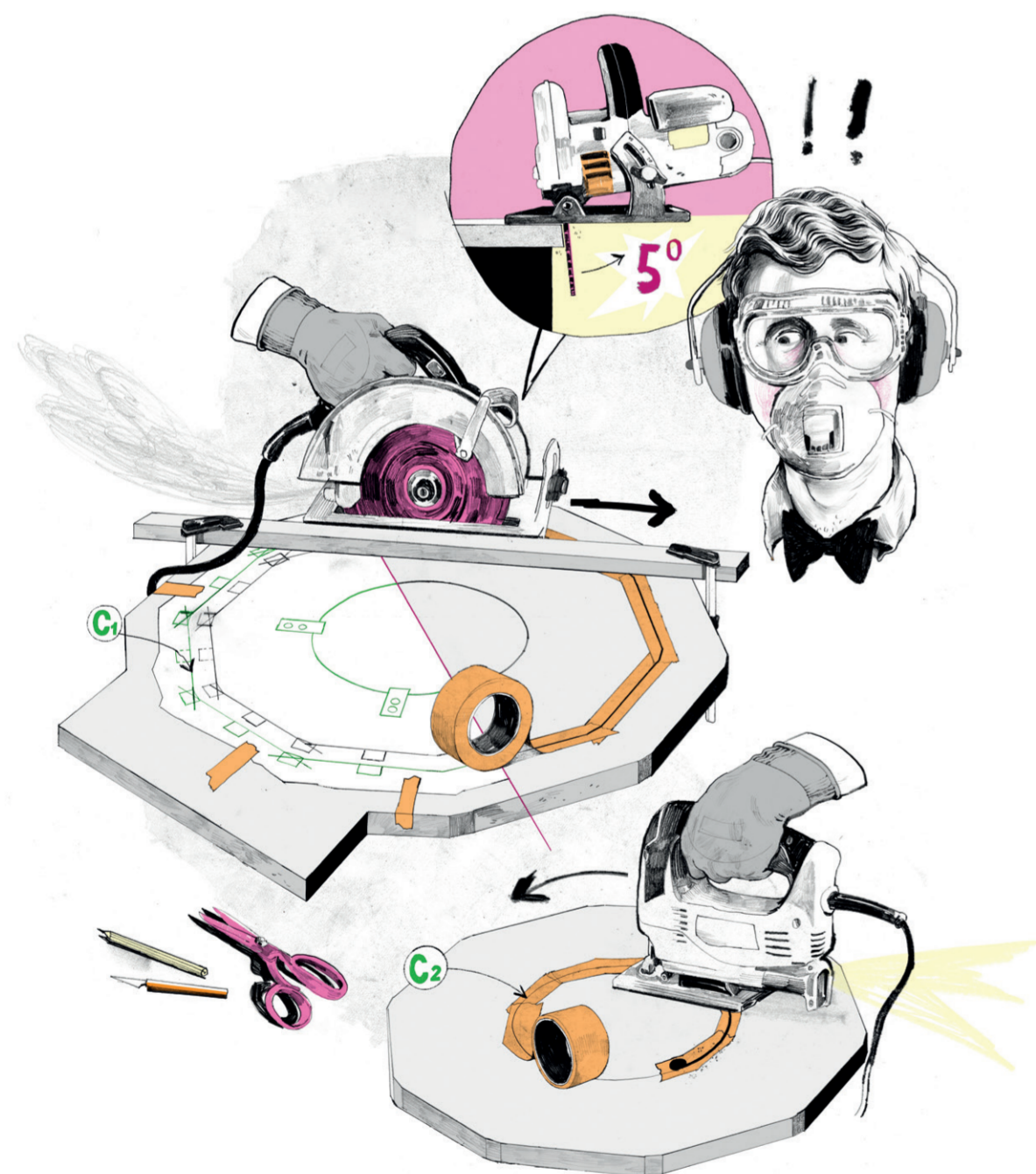
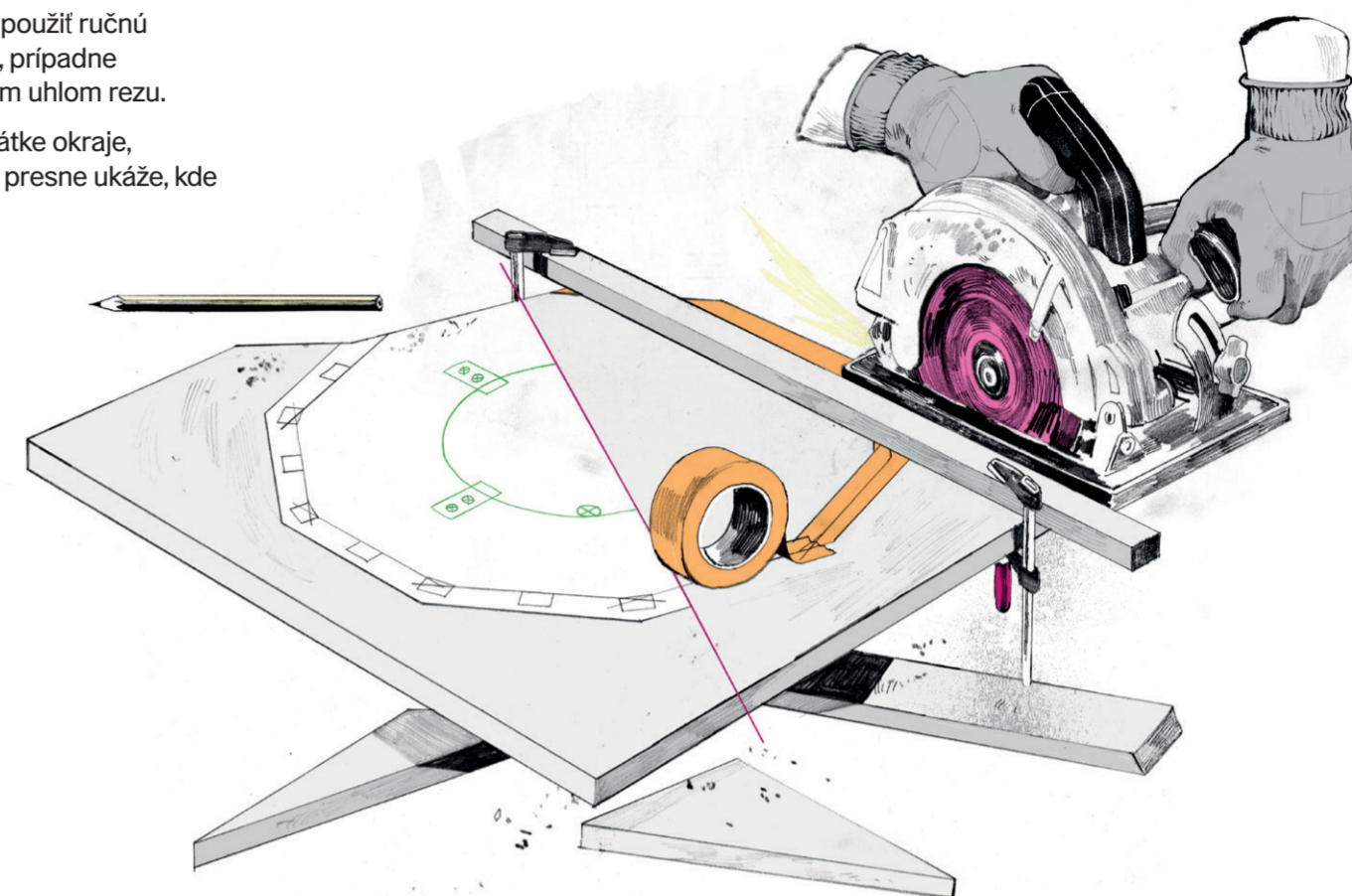


Tip:

Ak čiaru rezu zakryjete maskovacou páskou a dobre ich pritlačíte, napr. skladačím pravítkom, nebude sa drevo pri rezaní štiepiť. Značky na šablóne zostávajú viditeľné aj cez pásku.

5 Rezanie podlahy

- Podlahu (E) rozrežte pod uhlom 5°, rovnako ako v prípade sedadla. Uistite sa, že uhol 5° je o niečo väčší než vyznačená základná plocha.
- Aj v tomto prípade je najlepšie použiť ručnú kotúčovú pílu s vodiacou lištou, prípadne priamočiaru pílu s nastaviteľným uhlom rezu.
- A to už viete: najprv odrežte krátke okraje, potom dlhé. Šablóna vám opäť presne ukáže, kde režete.



4 Rezanie sedadla na mieru

- Teraz vyrežte sedadlo (C). Obrýs šablóny vidno zdola nahor, takže horný okraj dreva je pri rezaní dole: na spodnom okraji bude rez presnejší a krásna strana by mala byť neskôr hore.
- Všetky rezy je tu najlepšie robiť ručnou kotúčovou pílu s vodiacou lištou. Nastavte pílu na 5°. Dbajte na to, aby ste rezali „správnym“ smerom: Pilový kotúč sa musí posunúť smerom von pod uhlom 5°, aby horná hrana, ktorá je teraz dole, mala o niečo väčší priemer.
- Vždy pilte pozdĺž čiar alebo prerušovanej čiar. Rovnako ako pri hornom diele najprv odrežte malé rohy – dlhé okraje prídu na rad až potom.
- Prípadne môžete rezy vykonávať priamočiarou pílkou, pri ktorej môžete nastaviť uhol 5°.
- Veko na zalievanie vyrežte priamočiarou pílkou. Vyvrtajte dva úchopové otvory presne na vnútornom okraji pomocou 20 mm Forstnerovho vrtáka. Potom použite priamočiaru pílu. Prípadne môžete oba úchopové otvory predvrtáť veľkou vrtáčkou do dreva a potom ich opatrne vyrezať priamočiarou pílkou.

6 Predvrtanie

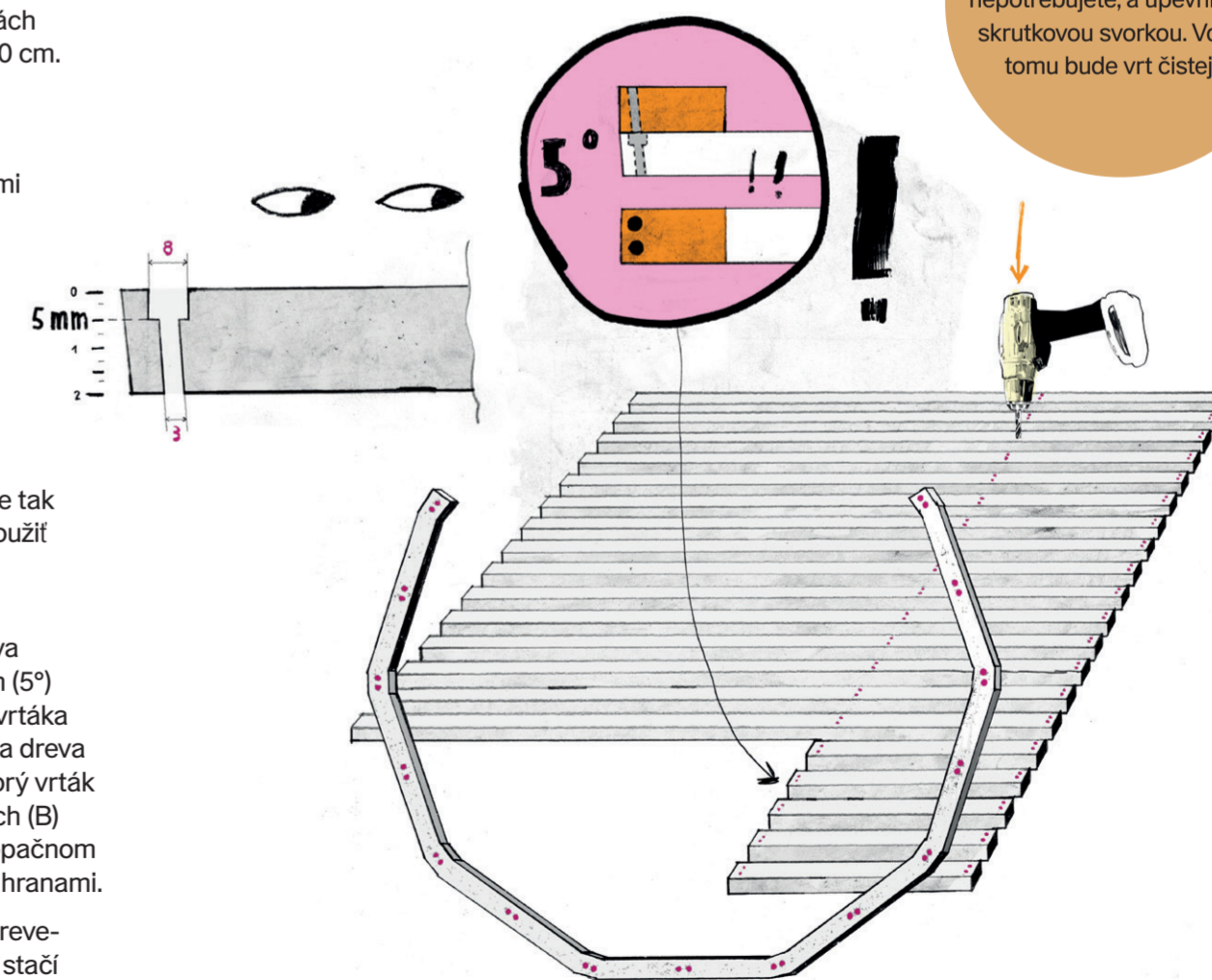
- Označte šablónou otvory v bočných lätách (A a B) 1 cm od okraja vo výške 1 cm a 40 cm.
- Pri vrtaní je najlepšie bočné laty upnúť, aby sa neposunuli.
- Ak chcete skrutky neskôr skryť drevenými spojovacími kolíkmi, musíte pre ne teraz predvrtáť otvory: Najprv vyvrtajte otvory pre spojovacie kolíky v polovici všetkých značiek na bočných lätách (A a B) a na hornej časti (D) vrtákom do dreva s $\varnothing 8$ mm.
- Označte pritom vrták do dreva s $\varnothing 8$ mm maskovacou páskou vo výške 5 mm: pri každom označení vrtajte tak hlboko do dreva. Alternatívne môžete použiť hĺbkový doraz 8 mm.
- Teraz vyvrtajte malé otvory pre skrutky v bodoch A, B a D: použite vrták do dreva s $\varnothing 3$ mm a vrtajte pod rovnakým uhlom (5°) ako skosené konce lát. Na umiestnenie vrtáka použite priloženú šablónu alebo si z kusa dreva vyrežte drevený klátik s uhlom 5°, na ktorý vrták umiestnite. Poznámka: pri krátkych lätách (B) vyvrtajte horné otvory pod uhlom 5° v opačnom smere – rovnobežne s hornými reznými hranami.
- Samozrejme sa môžete zaobísť aj bez drevených spojovacích kolíkov, v tom prípade stačí vyvrtáť iba 3 mm otvory pre skrutky v miestach A, B a D.

Tip:

Otvory na bokoch sedadla (C) a dna (E) radšej vopred nevrtajte. Vďaka tomu je kreslo stabilnejšie.

Tip:

Pri vrtaní vždy podložte kus dreva, ktorý už nepotrebujete, a upevnite ho skrutkovou svorkou. Vďaka tomu bude vrt čistejší.



7 Brúsenie

- Najskôr obrúste vyvrtané otvory a nerovnosti, potom hrany a povrchy.
- Väčšie nepresnosti (napr. po rezaní) je najlepšie vyrovať brúsnym papierom s hrubou zrnitosťou (60–80). Potom môžete použiť jemnejší papier a nakoniec všetko nádhorne vyhladiť veľmi jemnou zrnitosťou (150–200).
- Rýchlejšie je nebrúsiť ručne, ale použiť orbitálnu alebo rotačnú brúsku. Môžete tiež použiť delta brúsku – dbajte však na to, aby malé rohy neboli príliš okrúhle.

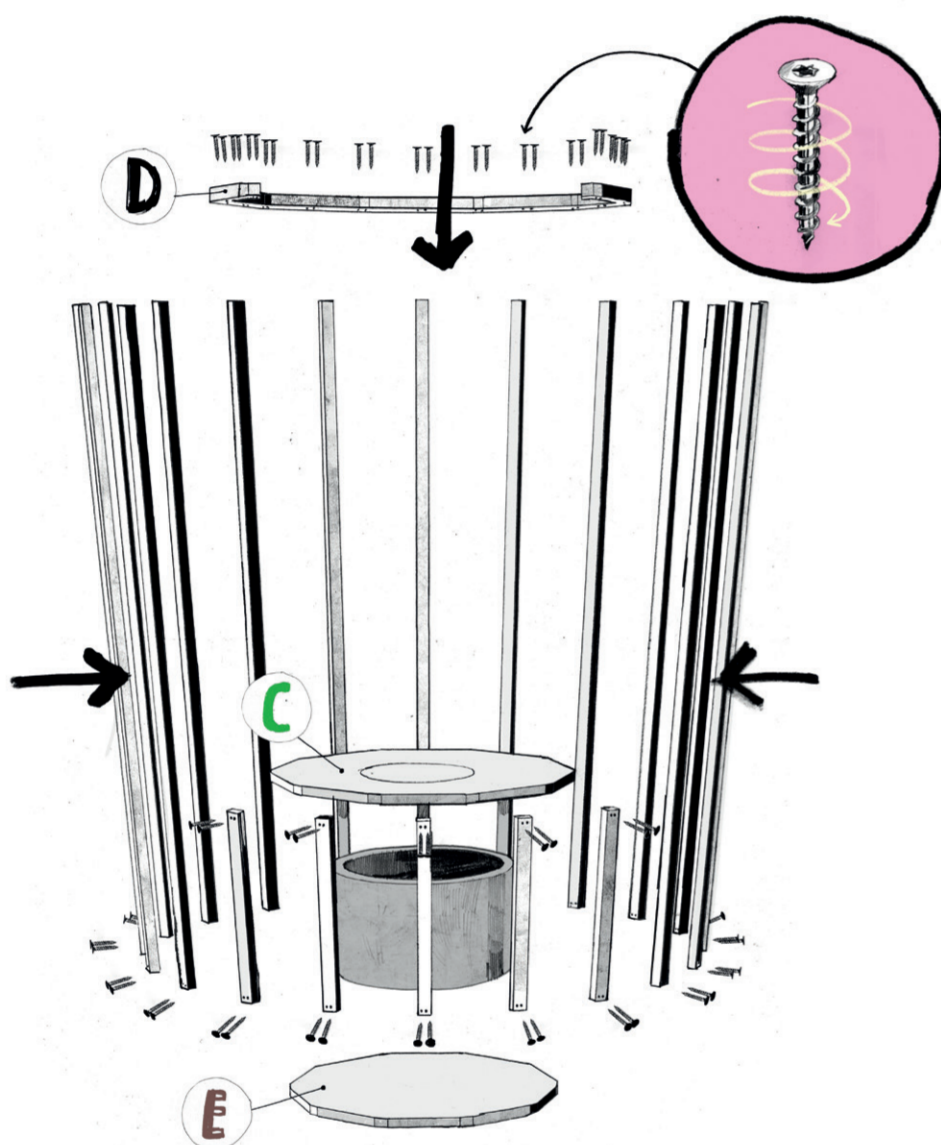


Tip:

Dôležité: pri brúsení používajte ochrannú masku, aby ste nevdychovali drevený prach.

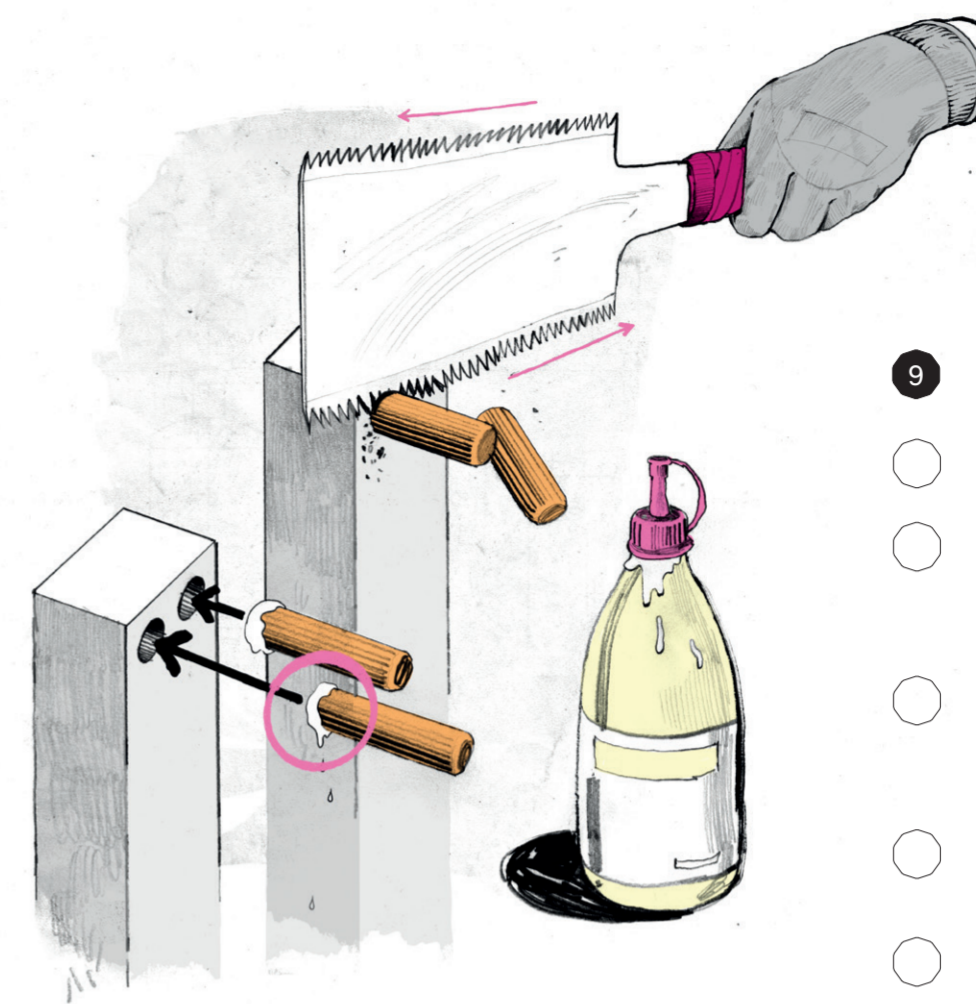
Tip:

Každý drevený spojovací kolík môžete použiť najmenej dvakrát: jednoducho otočte odrezanú polovicu a druhú špičku použijete na ďalší otvor.



8 Montáž

- Teraz potrebujete zvyšky bočných lát: odrežte z nich štyri krátke kusy a priskrutkujte ich skrutkami s dĺžkou max. 30 mm pod otvor na zalievanie na sedadle. Takto na ňom môže neskôr spočívať veko. Šablónu nájdete na šablóne.
- Potom rozrezané a obrúsené časti (sedadlo, dno a hornú časť) otočte tak, aby horná časť smerovala nahor. Použite samoreznú skrutku so zápusťou hlavou s dĺžkou približne 40 mm.
- Najskôr priskrutkujte každú druhú dlhú latu (A) spodnými (1 cm) predvrtanými otvormi k bokom dna (E). Potom zhora priskrutkujte laty k hornému dielu (D).
- Teraz umiestnite kvetináč s rastlinami a substrátom na základnú dosku. Uistite sa, že rastliny už vyčnievajú približne na správnych stranách.
- Potom priskrutkujte sedadlo (C) k teraz priskrutkovaným latám cez predvrtané otvory (34 cm). Uistite sa, že je sedadlo presne zarovnané s latami tak, aby bola skrutka zaskrutkovaná do stredu dosky. Pomocou vodováhy skontrolujte, či je sedadlo úplne vodorovné. Potom priskrutkujte krátke predné laty (B).
- Nakoniec nasadte zostávajúce laty. Znovu otáčajte všetkými skrutkami, kým nie sú dostatočne utiahnuté a zapustené do dreva.



9 Voliteľné Schovajte skrutky

- Keď je všetko dobre zoskrutkované, môžete skrutky skryť drevenými spojovacími kolíkmi.
- Drevené spojovacie kolíky s priemerom 8 mm namočte do lepidla na drevo a vložte ich do predvrtaných otvorov. Dva alebo tri údery kladivom zaistia, že budú pevné a rovné.
- Na spojovacie kolíky v prednej časti malých lát (B) radšej nepoužívajte lepidlo. Ak budete chcieť skrutky povoliť, aby ste mohli kvetináč vybrať, ľahšie ich opäť vyberiete pomocou 8 mm vrtáka.
- Keď sú všetky spojovacie kolíky na svojich miestach, rozrežte ich rovno a naplocho nad drevom. Najlepšie je použiť japonskú pilu.
- Nakoniec otvory znovu obrúste.

Tip:

Na kúsok dreva si môžete vyskúšať, ako sa zmení farba dreva.

Ak sa rozhodnete naniesť druhú vrstvu, dodržujte pokyny pre čas schnutia.

10 Nakoniec

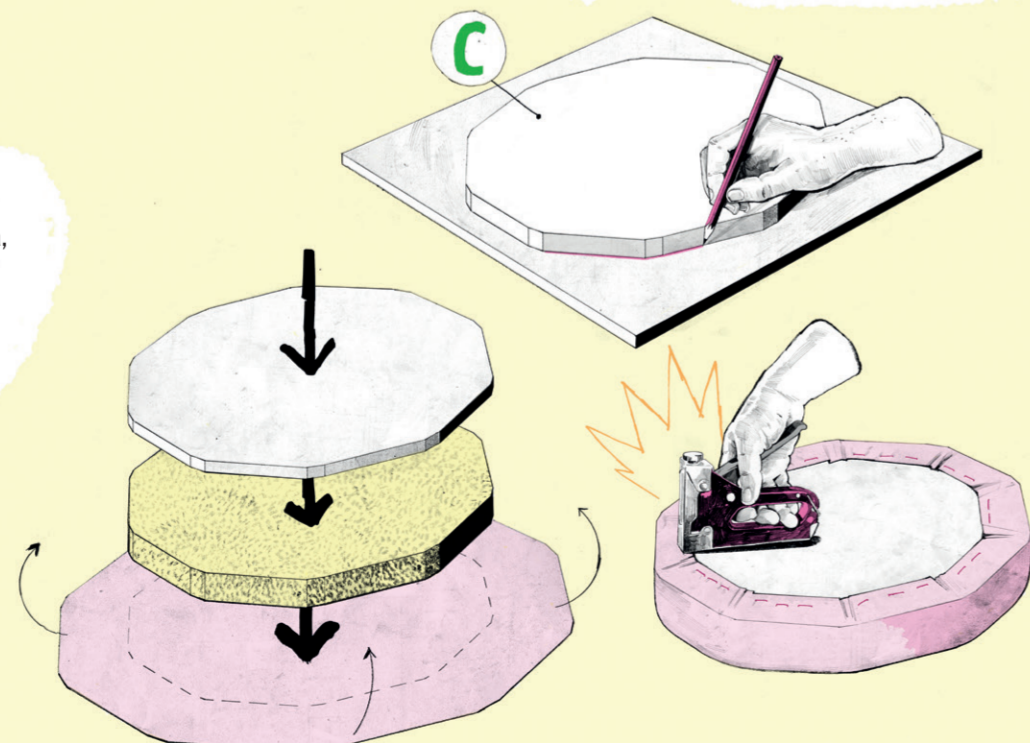
- Aby vám kreslo dlho vydržalo, môžete drevo ošetriť, napr. bezfarebným alebo farebným olejom či voskom na drevené povrchy.
- A čo nesmie chýbať: plaketa Dielo. Pripevnite ju napríklad na vnútornú stranu kresla. Teraz môžete na operadlo kresla pripevniť nenápadné lezecké pomôcky. Môžete napríklad použiť záhradný povrázok, ktorý môžete natiahnuť pozdĺž bočných lát.
- Sedacie vankúše môžete doplniť podľa svojho vkusu: pozrite sa do oddelenia vankúšov v HORNBACh. Samozrejme môžete použiť aj svoje obľúbené vankúše.
- Ak máte chuť na ďalší projekt, môžete si pomocou šablóny (C) vyrobiť aj zodpovedajúci sedák: potrebujete len tenkú preglejku, penu, peknú látku a ručnú šijaciu pištoľ.
- Dbajte na to, aby na kreslo dopadalo niekoľko hodín slnečného svetla denne, v závislosti od druhu rastliny. Zemina v kvetináči by mala byť vždy mierne vlhká, ale za každú cenu by ste sa mali vyhnuť premokreniu. Rastliny môžete tiež čas od času postriekať vodou. Najlepšie je používať filtrovanú vodu, aby sa na listoch neusadzoval vápnik.



DIY podsedák

Ak máte chuť urobiť ďalší projekt, môžete tiež použiť šablónu (C) na vytvorenie zodpovedajúceho sedáka, ako je tento: všetko, čo potrebujete, je tenká preglejka, molitan, nejaká pekná látka a ručná zošivacia pištoľ.

Napokon, aj HORNBACh má rozmanitý sortiment vankúšov. Možno tam tiež nájdete niečo vhodné.





S nami to zvládnete

A to už od roku 1877. Rodinná história, ktorou sa nemôže pochváliť žiadna iná spoločnosť na svete v sektore DIY. Päť generácií rodiny Hornbach urobilo z firmy to, čím je dnes. Jedna z popredných spoločností v oblasti majstrovania v Európe s viac než 170 projektovými hobby predajňami a záhradnými centrami a s viac než 25 000 zamestnancami.

Vďaka priekopníckym nápadom, ako sú napríklad prvý kombinovaný obchod pre domácich majstrov a záhradné centrum (1968), prvý megastore (1980), prvé záhradné centrum (1980) a prvá predajňa pre domácich majstrov s drive-in (2003) dokazuje HORNBACH neustále svoju inovačnú silu.

Od roku 2010 sekunduje kamenným predajňam aj internetový obchod, ktorý umožňuje spoločnosti HORNBACH byť kompetentným partnerom pre projekty svojich zákazníkov vo všetkých predajných kanáloch.

YippiejajaYippieYippieYeah.



HORNBAACH 
S nami to zvládnete.