

The Green Life



Marion Hellweg

The Green Life

HET WOONBOEK
VOOR EEN BEWUSTER LEVEN

TERRA



VOORWOORD



uurzaamheid. Iedereen heeft het erover. Het is te hopen dat de grote belangstelling voor dit zeer actuele thema blijvend is en dat het begrip duurzaamheid verankerd raakt in het collectieve bewustzijn. Dat duurzaam gedrag op een dag net zo vanzelfsprekend zal zijn als tandenpoetsen. Menigeen zou het probleem het liefst willen omzeilen. Maar als we nú niet beginnen om ons leven duurzaam in te richten, zullen we onze planeet vroeg of laat te gronde richten. 'Toekomst is geen noodlot, maar het gevolg van beslissingen die we nu nemen,' aldus de sterk bij het milieu betrokken Duitse schrijver en journalist Franz Alt. Het is maar al te waar. De tijd dringt. We moeten anders leren denken!

Dit voorwoord is bedoeld als pleidooi voor een duurzamer, bewuster leven. Als deskundige op woongebied voelde ik een sterke drang om een boek te schrijven over het thema duurzaamheid. Een boek dat niet alleen advies wil geven, maar ook hoopt te inspireren. Dat wil laten zien hoe simpel het is om op een bewuste manier je eigen omgeving in te richten. Dat ook wil tonen dat het resultaat zeer fraai en trendy kan zijn. We hebben het hier over een serieus en belangrijk thema, maar dat we daardoor geen plezier meer mogen hebben in de mooie dingen van het leven is uiteraard niet de bedoeling – het tegendeel is waar!

Liefs

*'Een voorbeeld
stellen voor de
toekomst'*



INHOUD

Voorwoord	5
Inleiding	10
Adressen	196
Over de auteurs	198
Dankwoord	199
Fotoverantwoording	200

HOMETOURS

Rust op het platteland	16
Close to Nature	43
Alles zelf gemaakt	68
Uit de as herrezen	93
Een mix uit de Oriënt	116
We love vintage	138



KAMER VOOR KAMER

De keuken	30
De woonkamer	56
Alles in kasten	80
De badkamer	104
De slaapkamer	126
Home office	150

MATERIALENGIDS

Inleiding	164
Glas/metaal/steen	166
Hout/bamboe/vezel	174
Textiel	182
Papier/behang	188





‘Wees zelf de verandering die je
wenst voor deze wereld.’

Dalai lama





*Leven in
overeenstemming
met de natuur*

INLEIDING

onen. Iedereen doet het. Sommigen besteden er veel aandacht aan, anderen zal het een zorg zijn. Sommigen streven naar een inrichting die een spiegel van hun persoonlijkheid is. Anderen geven de voorkeur aan een functionele inrichting. Hoe het er ook uitziet, voor alle woonvormen geldt hetzelfde: iedereen heeft in zijn huiselijke omgeving een aantal dingen nodig die het leven aangenaam en comfortabel moeten maken. Zoals een bed om in te slapen, stoelen





om op te zitten en een tafel om aan te kunnen eten of werken.

We hebben gerieflijke meubels nodig om te kunnen relaxen. Om te koken moet er een keuken zijn. We hebben ook kleine spulletjes nodig waar we dagelijks baat bij hebben. Minimalisten geven de voorkeur aan 'minder is meer'. Daar staat tegenover dat gezelligheidsdieren veel meer accessoires nodig hebben om zich thuis te voelen.

Maar waar je persoonlijke voorkeur ook ligt, om te beginnen zou je huis onder de loep moeten nemen. Woon je wel op een duurzame manier? Is je meubilair gemaakt van natuurlijk, fair geproduceerd materiaal? Heeft je huis een gezond binnenklimaat? Zijn de dingen voor dagelijks gebruik recyclebaar? Heb je ooit stilgestaan bij de begrippen 'ecologische voetafdruk' en 'plasticvrij'?

In dit boek wil ik laten zien hoe je een aantal van de bovenstaande thema's gemakkelijk en zonder drastische maatregelen in je dagelijks leven kunt integreren. Denk bij een aankoop goed na of je het product echt nodig hebt en of het duurzaam is. Probeer vooral je afval te

reduceren. Het is niet mijn bedoeling om je hier met opgeheven vingertje de les te lezen. Verre van dat! Mij gaat het erom dat ik je aan het denken zet. Ik wil je graag inspireren en aantonen hoe gemakkelijk het is om anders te gaan denken. Om de eigen woonomgeving 'beter' vorm te geven: gezonder, duurzamer, milieuvriendelijker, bewuster en toekomstgericht.

Graag wil ik van de gelegenheid gebruikmaken om de geweldige mensen te bedanken die een bijdrage aan dit boek geleverd hebben en tips voor meer duurzaamheid in het dagelijks leven hebben gegeven. Mia, Alina, Carolin, Andrea, Carla en Jules: jullie suggesties en ideeën waren fantastisch!

Bij de productie van dit boek stond uiteraard het milieu centraal: door het gebruik van FSC-gecertificeerd papier en door af te zien van lakken, folies of lamineerlagen is het boek milieuvriendelijk en volledig recyclebaar.





‘Wat we nu doen is
cruciaal voor de wereld
van morgen.’

Marie von Ebner-Eschenbach



RUST OP HET
platteland

In hun vakantiehuisje op het Deense platteland zitten Ann-Lie, Hans Christian en hun twee zoons dicht bij de natuur. Ze hebben gekozen voor een zo ingetogen mogelijk interieur. Te veel franje zou alleen maar afleiden van het eigenlijke doel: ontspannen en bijtanken.



De tafel is een unicum: het
tafelblad is gemaakt van afge-
dankte houten vloerplanken.

Ann-Lie heeft voor planten
gekozen die weinig water en
aandacht nodig hebben – ideaal
voor een vakantiehuis.



F

en Deen kan niet zonder vakantiehuisje, constateerden Ann-Lie Gram en haar man Hans Christian. Dus gingen ze op zoek naar een 'hytte'. Het was een huisje met typische jaren zeventig stijlkenmerken waar ze helemaal weg van waren. Dat er een groot potentieel aan gezelligheid schuilging achter de duistere muren en donkere vloeren, voelden ze feilloos aan. Inderdaad, met liters witte verf, een nieuwe keuken en een frisse badkamer kwam er als vanzelf een luchtige, zonnige sfeer in huis. 'Eigenlijk had ik een knus huisje met ouderwetse houten ramen voor ogen,' weet Ann-Lie zich te herinneren. 'Maar tijdens het langdurige renovatieproces ben ik verliefd geworden op de sobere jaren zeventig architectuur.'

Dankzij het grote aantal ramen vloeit het daglicht overvloedig binnen en de vele planten zorgen voor een naadloze overgang tussen binnen en buiten. Door deze twee slimme trucs lijkt het kleine huis ineens veel groter. Ann-Lie heeft voor een minimum aan meubels en decoratie gekozen. 'De minimalistische inrichting werkt ontspannend en helpt erbij om het dagelijks leven los te kunnen laten.' De tv en de mobiele telefoons worden uitgezet. In het vakantiehuis doet de familie spelletjes of wordt gelezen.

1 De wit geschilderde muren en plafondbalken en de geschuurde en met kleurpigmenten behandelde vloeren zorgen voor een ingetogen en ontspannen sfeer.

2 Glas is niet alleen fraai, maar is ook een duurzaam en recyclebaar materiaal.

3 Het ouderwetse suikerpotje is afkomstig van de vorige eigenaren. Leuk dat het nog steeds in gebruik is.





Energiezuinig: ook in het vakantiehuis zijn nieuwe, stroom besparende elektrische apparaten een goed idee.



Ook als het nog niet zo koud is dat de houtkachel aangestoken moet worden, is het gezellig zitten in dit hoekje.



Hoop geen rommel op in huis. Hoe minder er in de weg staat, hoe beter je kunt ontspannen en op adem kunt komen



De bloemen haalt Ann-Lie uit de tuin.



In de vitrinekast van Ikea schitteren de fraaiste vondsten van de rommelmarkt.



Zelfgemaakte of gevonden decoratie is veel mooier. Het strand biedt een ruime keuze.

Minder is meer, dat is de formule in de kleine maar fraaie badkamer.

Wakker worden! De slaapkamer geeft toegang tot het grote houten terras.



Haar favoriete beddensprei heeft de fervente verzamelaarster ontdekt op de vlooiemarkt.



Planten zorgen
voor een rustige en
beschouwelijke sfeer





Nieuw en geërfd: rotanmeubels creëren een ontspannen vakantiegevoel in huis.