

VORHER



VORHER



**Vorher:** Der Raum ist nicht strukturiert, sondern beliebig vollgestellt. Die Wände wirken kahl. Die abgetrennte Spielecke für den Sohn soll wegkommen und dafür das Bett der Tochter ins Zimmer ziehen. *Marc Dahinden*

NACHHER



NACHHER



**Nachher:** Jedes Kind hat rund ums Bett einen eigenen Bereich erhalten. Die gelb gestrichene Wand bringt Wärme in den Raum und wirkt sanft aktivierend auf das Wirken in der neu geschaffenen Mal- und Bastelecke. *Johanna Bossart*

## Auf dem Weg zum harmonischen Zimmer

**HOMESTYLING** Mit relativ einfachen Mitteln kann man ein Kinderzimmer einrichten, in dem die Kleinen gut schlafen, ausgelassen spielen und zum Malen oder Lernen inspiriert sind. Wohnberaterin Barbara Rüttimann weiss, wie das geht.

Wie richtet man ein Kinderzimmer gut ein? Diese Frage hat meinen Mann und mich seit dem Einzug in unsere Wohnung in Zürich vor zwei Jahren beschäftigt. Ein Kinderzimmer einzurichten, ist besonders anspruchsvoll, denn es ist Wohn-, Schlaf- und Arbeits- und Spielzimmer in einem. In unserem Fall müssen sich diesen Raum auch noch zwei Kinder teilen. Der Einfachheit halber hatten wir die Möbel den Wänden entlang aufgereiht. Das war nicht unbedingt schön, aber einigermaßen praktisch. Doch nun soll die zweijährige Tochter mit ihrem Bett ebenfalls in das Zimmer einziehen, in welchem sich der fünfjährige Bruder bereits breitgemacht hat. Zudem möchten wir Platz schaffen für eine Malecke, in der die Kleinen spontan krea-

tiv sein können. Doch wie bloss sollen wir das alles auf 17 Quadratmetern unterbringen?

### Den besten Ort finden

Kein Problem für die Wohnberaterin Barbara Rüttimann aus Thalwil. Sie hilft uns, mit den bestehenden Möbeln ein harmonisches Zimmer zu gestalten. Rüttimann arbeitet mit der asiatischen Raumlehre Feng-Shui (siehe Kasten), in der es darum geht, für jedes Bedürfnis den besten Ort zu finden.

Das Bett unseres Sohnes haben wir intuitiv an die «richtige», geschützte Wand gestellt, lobt uns die Expertin. Weder an der Wand, die ans Bad grenzt, noch in der direkten Linie zwischen Tür und Fenster wäre es gemütlich zum Schlafen. Rüttimann rät uns, in

der Nähe der Tür mit einem Regal einen Schutz zu erstellen, damit die Energie nicht einfach durch das Zimmer zieht. Auch das Bett der Kleinen soll an die geschützte Wand kommen. Aufgrund der Geburtsdaten der Kinder berechnet Rüttimann, welche Himmelsrichtungen für welches Kind günstig sind. Resultat: Das Bett des Bubens soll ins Zimmer hineinragen, das Bett des Mädchens wird am besten entlang der Wand platziert.



«Durch einen individuell gestalteten Platz wird die Identität des Kindes gestärkt.»

Barbara Rüttimann,  
Wohnberaterin

Der Sohn ist erst einmal mässig begeistert von dieser Idee, er will, dass alles so bleibt, wie es ist. Rüttimann beruhigt uns: «Das ist eine normale Reaktion, Kinder mögen keine Veränderungen.» Oft würden sie ihre Meinung später ändern, zwingen sollte man sie aber zu nichts.

Leben zwei Kinder in einem Raum, sei es wichtig, dass jedes Kind einen eigenen Bereich erhält, den es intuitiv als sein Reich erkennt und in den es sich zurück-

ziehen könne, sagt Barbara Rüttimann. «Durch einen individuell gestalteten Platz wird die Identität des Kindes gestärkt.» Erreichen kann man das mit Postern, Lampen, Teppichen und Farben, die zum jeweiligen Kind passen. Die Expertin schlägt vor, diese Bereiche bei uns rund um die Betten zu schaffen. Ein Möbelstück, zum Beispiel der Wickeltisch, soll diese voneinander abgrenzen.

Den Atelierbereich, in dem die Kinder malen und basteln können, sollen wir an der Wand zwischen Tür und Fenster einrichten. Dieser gemeinsame Ort der Kreativität soll optisch zum Schwerpunkt des Zimmers werden. Rüttimann schlägt vor, mit Farbtönen von Gelb bis Orange Wärme, Sonne und Fröhlichkeit in den Bereich zu bringen – zum Beispiel indem wir die Wand anmalen. Die Hauptlampe soll hier platziert werden.

### Arbeit liegt vor uns

Nach zwei Stunden Beratung verlässt uns Barbara Rüttimann und mir raucht erst einmal der Kopf. Ich habe mir vorgestellt, dass die Sache mit dem Umstellen der Möbel getan sei. Nun liegt aber Arbeit vor uns. Ich frage mich, wie ich die Identität der Zweijährigen stärken soll – welche Identität hat sie denn? Sie mag Tiere, das wäre eine Idee. Der Fünfjährige liebt Pläne und Karten. In der Folge verbringe ich Stunden in Läden und im Internet auf der Suche nach Postern, Wand-Tattoos, Teppichen, Möglichkeiten, Zeichnungen aufzuhängen, Lampen. Eine kindgerechte Weltkarte für den Sohn bestelle ich in Deutschland, wir möchten sie ihm zu Weihnachten schenken. Sie kommt just am 24. Dezember an und für den Versand des Päckchens blättern wir 30 Euro hin. Aber sie

passt farblich und inhaltlich perfekt ins Zimmer und zu unserem Sohn! Als die Kinder ein Wochenende bei den Grosseltern sind, gönne mein Mann und ich uns keine Wellnesskur, sondern sind mit Pinsel und gelber Farbe im Kinderzimmer aktiv.

Das Zimmer ist noch immer nicht perfekt, aber die Wirkung unserer Arbeit ist verblüffend. Die Kinder verstehen nichts von Feng-Shui – aber die Malecke wird vom ersten Tag an rege ge-

nutzt. Die Kleine «liest» regelmässig ein Buch auf ihrem Teppich und der Grosse schläft bestens in seinem quer gestellten Bett. Sie scheinen sich wohlzufühlen im «neuen» Kinderzimmer. Aber wir wissen schon: Allzu lange können wir uns nicht auf den Lorbeeren ausruhen. Denn Feng-Shui lehrt: Alles ist im Fluss, alles verändert sich laufend. «Und das», sagt Barbara Rüttimann, «gilt für das Kinderzimmer ganz besonders.» *Seraina Sattler*

### TIPPS FÜRS KINDERZIMMER

**Für das Kinderzimmer** sollte man einen möglichst ruhigen Raum mit genügend Bewegungsfreiheit und Tageslicht wählen. Idealerweise liegt es nicht gegenüber und nicht oberhalb des Badezimmers oder WC, der Küche oder der Garage.

**Die Bereiche** Spielen, Schlafen und Lernen sollten etwas auseinanderliegen, sodass sie klar voneinander abgegrenzt sind. Sie haben unterschiedliche Anforderungen an die Gestaltung: Der Schlafbereich sollte ruhig und geschützt sein, der Spielbereich ausreichend Bewegungsfreiheit bieten und der Lernbereich die Konzentrationsfähigkeit fördern. Wenn sich mehrere Kinder das Zimmer teilen, sollte jedes Kind einen eigenen Bereich erhalten.

**Bei der Einrichtung** arbeitet man mit fröhlichen und dem Alter und Geschlecht des Kindes entsprechenden Symbolen wie Tieren, Märchenfiguren, Mandalas und Kugeln, bei Jugendlichen mit Idolen. Das Zimmer sollte die Welt und Persönlich-

keit des Kindes erkennen lassen. Die Möbel dürfen schlicht sein, Spielsachen und Dekomaterial und eventuell farbige Wände bringen genug Farbe ins Zimmer. Lieber Naturmaterialien als Metall und Synthetik verwenden.

**Das Bett** sollte so positioniert sein, dass das Kind mit dem Kopf an der Wand liegt und freie Sicht zur Tür hat. Unter dem Bett keine Gegenstände aufbewahren.

**Die Beleuchtung** im Kinderzimmer trägt den unterschiedlichen Bedürfnissen Rechnung: Eine helle Deckenlampe für die Bereiche Spielen und Lernen, eine Nachtschlampe neben das Bett. Dunkle Ecken mit indirektem Licht erhellen.

**Ordnung** und Organisation sind unerlässlich, es sollten nicht zu viele Möbel und Spielsachen den Raum überfüllen. Zu viele offene Regale wirken unruhig, die Spielsachen besser in Kisten oder Schränken verstauen. Defekte und nicht mehr genutzte Spielsachen entfernen. *sat*

### FENG-SHUI

**Feng-Shui geht davon aus,** dass Menschen Räume prägen und umgekehrt. «Man ist, wie man wohnt, und man wohnt, wie man ist», könnte man die Tausende Jahre alte Weisheit zusammenfassen. Ist beispielsweise ein Schlafplatz am richtigen Ort und harmonisch gestaltet, schläft man gut. Es geht darum, innerhalb der Wohnung oder innerhalb eines Zimmers den passenden Ort für ein bestimmtes Bedürfnis zu finden. Zum Beispiel Ruhe am Schlafplatz oder Kreativität in der Spielzone. Um diesen Ort zu finden, werden die vier Himmelsrichtungen und die fünf chinesischen Elemente Erde,

Wasser, Luft, Feuer sowie Metall miteinbezogen. Die Elemente stehen in einem Zusammenhang mit Formen, Materialien und Farben, die in einer Wohnung in einem Gleichgewicht stehen sollten. Wichtig ist, dass die «Qi» genannte Energie in den Räumen frei fließen kann. Eigentlich sei Feng-Shui nichts anderes als gesunder Menschenverstand, meint Feng-Shui-Beraterin Barbara Rüttimann. *sat*

Barbara Rüttimann hat ein Buch zum Thema geschrieben: «cu@home, Style dein Zuhause mit Feng Shui», 2015, Verlag Homegate, 96 Seiten, ca. 30 Fr.