

espace kaufmarkt

Nr. 36 Freitag, 12. September 2008

Eine Beilage der Zeitungen Berner Zeitung BZ, Thuner Tagblatt TT, Berner Oberländer, Solothurner Tagblatt und Der Bund

Gute Ruhe mit Feng Shui

Hektik und Stress – tagein, tagaus. Was gibt es da Schöneres, als nach einem langen Tag die ersehnte Entspannung zu geniessen? Mit Feng Shui stellt sich im Schlafzimmer die Erholung nahezu von selbst ein.

Rund ein Drittel unseres Lebens verbringen wir hier: Das Schlafzimmer ist unbestritten unser heimliches Hauptquartier. Denn nur frisch und ausgeruht lässt es sich voller Elan in den neuen Tag starten. Darüber hinaus hat das Schlafzimmer gemäss der Lehre des Feng Shui grossen Einfluss auf unser Liebesglück.

Der günstigste Ort für ein Schlafzimmer ist in der Regel die Rückseite eines Gebäudes. Im Feng Shui spricht man in diesem Zusammenhang auch von der Yin-Seite. Das ist der Teil, wo meist der Garten angesiedelt ist und keine Strasse vorbeiführt. Allgemein lautet die Devise: Möglichst weit weg mit der Schlafstätte von den unruhigen Energieströmen im Eingangsbereich sowie Küche und Bad.

Ein Garant für die Harmonie im nächtlichen Refugium ist die Position der Schlafzimmertür. Sie sollte sich möglichst weder in einer Linie mit der Badezimmertür noch gegenüber einer anderen Tür am Ende eines Korridors befinden und sich auch nicht auf eine davorliegende Treppe öffnen. Doch was tun, wenn doch? «Eine gute Möglich-



Ein Baldachin mit Tüchern über dem Bett kann störende Balken verdecken, sanfte Farben haben eine beruhigende Wirkung.

Bild: Ute Born

keit, diesen «Energie-Durchzug» zu verhindern, ist ein Paravent oder Raumteiler, welcher vor der Badezimmertür platziert werden kann», verrät Feng-Shui-Beraterin Ute Born.

Zentrales Element im Schlafgemach ist das Bett. Wesentlich ist, dass der Schläfer vom Bett aus die Tür im Auge hat und das Bett mit der Kopfseite an einer Wand lehnt – oder ein Bett-Kopfteil

sorgt für Schutz und Stütze. Ansonsten gilt es, problematische Konstellationen zu vermeiden wie z. B. das Bett unter einem Fenster, an der Wand eines Bades, gegenüber einer Tür bzw. zwischen zwei Türen oder zwischen Tür und Fenster. Weitere Tabus sind Spiegel, Spiegelschrank oder Fernseher gegenüber dem Bett, und störend können sich unter Umständen Balken über dem

Bett auswirken. Abhilfe schafft das Verhüllen der «Störfaktoren» mit blickdichten Stoffen oder, im Falle des Spiegelschranks, das Öffnen der Türen.

Weitere Elemente, welche die Harmonie fördern, sind neutrale Farben, wenig Muster, Naturmaterialien und runde Formen. Und: «Damit Geist und Augen in der Nacht zur Ruhe kommen, empfehle ich, das Schlafzimmer

nicht zu überfüllen. Weniger ist hier mehr. Im Wesentlichen sollte jedes Stück eine Funktion erfüllen. Sparsam eingesetzte Dekorationen dürfen jedoch nicht fehlen, denn sie sorgen für Gemütlichkeit und Romantik», sagt Ute Born. **mm**

Mehr auf www.hausinfo.ch/espacemmo

NEWS

Anforderungen an Gebäude steigen

Im Kanton Bern gelten ab 1. Januar 2009 strengere Anforderungen an die Energieeffizienz von Gebäuden. Neubauten sollen mit 4,8 Liter Heizöl pro Quadratmeter nur noch rund halb so viel Wärmeenergie verbrauchen wie heute. Dies sei mit dem Minergie-Standard vergleichbar. Der Regierungsrat hat die kantonale Energieverordnung entsprechend abgeändert. **sda**

Ein Tag der offenen Türen zum Geniessen

Stätten des Vergnügens und ihre sinnliche, genussreiche Seite stehen am 15. europäischen Tag des Denkmals vom 13. und 14. September im Mittelpunkt: Von Siedlungsplätzen der Steinzeit bis zu Hotelpalästen aus der Blütezeit des Tourismus – unter anderem auch Fahrten mit historischen Dampfzügen auf den Seen. Informationen: Tel. 031 336 71 11, www.hereinspaziert.ch. **pd**

Kantonsbeiträge an Wohnbauträger

Der Berner Regierungsrat möchte den Bau von preisgünstigen Mietwohnungen fördern: Gemeinnützige Wohnbauträger will er mit Beiträgen an Konzeptarbeiten, Machbarkeitsstudien oder Standort-evaluationen unterstützen. Ein entsprechender Gesetzesentwurf geht in die Vernehmlassung. Bis zu zwei Millionen Franken sollen jährlich eingesetzt werden. **sda**

Berner verbessert Wärmepumpen