

# GreenHideaway

Magazín  
s návodem

**HORN**BACH

S námi to zvládnete.



## Editorial

Nemusíte si designové objekty kupovat, ale jednoduše si je podle návodu vlastními silami vyrobit, to je základní myšlenka HORNBAACH edice DÍLO. Díky našemu návodu, ve kterém najdete seznam materiálů a nářadí, děláme krok směrem k demokratizaci designu. Protože to, co by jinak bylo cenově nedostupné, nyní nestojí víc než cenu použitého materiálu, den nebo dva času – a samozřejmě trochu té kutilské vášně a umu.

Pro současnou edici DÍLO se nám podařilo navázat spoluprací se studiem Front/. Znamé stockholmské designérské studio vedené Annou Lindgrenovou a Sophií Lagerkvistovou pracuje pro řadu mezinárodních klientů. Je zastoupeno mimo jiné v MoMA v New Yorku, Victoria & Albert Museum v Londýně a Centre Pompidou v Paříži. Jejich díla často vyprávějí příběh, boří designové konvence, experimentují a zpochybňují sama sebe. Přitom se stále více zaměřují na materiály a prvky z přírody.

Lesy a příroda hrají významnou roli nejen ve Švédsku, obecně jsou považovány za důležitý zdroj rovnováhy a klidu. Ve světě, který se zdá být stále více přetechnizovaný a hektický, toužíme po přírodě více než kdy jindy. Jak tedy dostat více zeleně do našeho každodenního života? Edice DÍLO navržené studiem Front/ nabízí přírodní útočiště přímo u vás doma. Není to jen křeslo, ale jedinečný designový kousek, který stírá hranice mezi interiérem a exteriérem. Kousek přírody pro náš domov.

Představujeme: GreenHideaway

Více informací naleznete na [www.hornbach.cz/dilo](http://www.hornbach.cz/dilo).



Sofia Lagerkvistová (vlevo) a Anna Lindgrenová (vpravo)

# Front

V rozhovoru s designérkami Annou Lindgrenovou a Sofií Lagerkvistovou se dozvídáme, jak Green Hideaway vznikalo. O přírodě jako zdroji inspirace, praktickému myšlení a vztahu, který si ke svému kusu nábytku budujete.

„Příroda patří všem. Proto by ji měl mít každý možnost poznat, stejně jako by měl mít každý přístup k designu.“

Potkaly jsem se během magisterského studia průmyslového designu a nejdříve jsme se spřátelily, než jsme začaly spolupracovat na různých společných projektech. A tak před mnoha lety vzniklo studio Front/. V dnešní době naše studio pokrývá velmi širokou oblast designu a vytváříme vše od galerijních kousků až po ty průmyslovější. Nikdy jsme však ještě nerealizovaly spolupráci, díky které by si lidé mohli postavit vlastní kus od studia Front/.

V poslední době nás jako designéry stále více zajímá příroda a to, jakou roli může hrát v našich návrzích. Přečetli jsme si několik studií o blahodárných účincích zeleně a začali jsme hledat různé prvky v našem každodenním životě, kde můžeme toto uplatnit. Nemusí to být nutně příroda jako taková, ale mohou to být předměty, které přírodu napodobují nebo se jí podobají nebo prostě jen vytvářejí atmosféru podobnou přírodě: posezení na skále nebo posezení na mýtině zalité sluncem.

Zaměření na přírodu je ukotveno i v naší švédské duši. Především je jí ve Švédsku hodně: přestože se náš ateliér nachází v centru Stockholmu, 20 minut na obě strany je les. A pak máme také Allemansrätten, což je „právo na toulání“. Říká, že přírodu nelze vlastnit: každý tam smí být, sbírat bobule, postavit si stan, a to i na soukromých pozemcích, protože patří všem.

Když jsme tento koncept posunuli o krok dál, vytvořili jsme Green Hideaway: kus nábytku, který umožňuje všem zažít přírodu, dokonce i lidem, kteří žijí ve městech, kde je nedostatek zeleně. Stejně jako edice DÍLO umožňuje každému zažít a vytvořit design svými vlastními silami.



Existuje samozřejmě nekonečné množství způsobů, jak přenést venkovní prostředí dovnitř. To, o čem jsme přemýšlely, když jsme začínaly s tímto projektem, byly naše vlastní zkušenosti s přírodou. Vyrůstala jsem velmi blízko lesa a právě tam jsme si často hráli: stavěli jsme si malé stromové chýše, a dokonce jsme se ptali rodičů, jestli můžeme v lese přespát. Cítili jsme se v bezpečí a zároveň svobodně a naším cílem bylo stejný pocit obnovit pomocí tohoto kusu nábytku.

„Green Hideaway je klidné místo, kde se můžete schovat, sednout si a číst nebo jen tak odpočívat, je to váš osobní les ve vašem obývacím pokoji.“

Při pohledu na Green Hideaway vás hned upoutají svislé latě. Jejich oblý tvar obepíná osobu sedící na křesle, což je jasný designový odkaz na typický švédský Pinnstol. Zároveň se však jedná o dospěláckou verzi stromové chýše: zábradlí jsou větve, do kterých se schováte a které vykujují ven. Tímto způsobem, obklopení zelení, jste si našli svůj vlastní malý prostor, kde můžete sedět a pozorovat část pronikajícího světla, a to zcela sami. Odtud název Green Hideaway.

Tato myšlenka, že jste tak trochu chráněni před zbytkem světa, by se vám hodila zejména tehdy, pokud máte doma jen omezený prostor. Přenesení venkovního prostředí dovnitř vytvoří jinou atmosféru a tvar křesla je jako menší místnost, do které můžete vstoupit: je to klidné místo, kde se můžete schovat a sedět a číst nebo jen relaxovat, váš vlastní osobní les ve vašem obývacím pokoji.

„Máme velmi praktický přístup k navrhování: rády se materiálu dotýkáme a vidíme, jak funguje a jak vypadá dohromady.“

Vyrůstaly jsme v rodinách, kde se vždycky něco stavělo, a i dnes máme spíše pracovní než elegantní ruce. Proto je tento projekt přímo návratem k našim kořenům.

Já (Sofie) mám vzpomínku na dětství, která je mi velmi blízká: můj otec byl tesař a truhlář a já jsem ráda chodila do železářství, prohlížela si různé nástroje a hrála si s nimi. Velmi brzy jsem také měla své vlastní nářadí, které jsem používala pro své vlastní, malé projekty.

A i dnes zjišťujeme, že návštěva železářství je pro nás velkým zdrojem inspirace. Nacházíme různé materiály a různé drobné detaily. Tak jsme přistupovaly i k tomuto Dílu. Navštívily jsme prodejnu HORNBAACH ve Stockholmu a věci jsme si vyzkoušely, osahaly a otestovaly. To je pro nás velmi důležitá součást procesu: skutečně si na materiál sáhnout a vidět, jak funguje, jak vypadá dohromady a podobně. A tento praktický přístup lze najít i v celém procesu navrhování.

Jakmile jsme věděly, že chceme pracovat se dřevem a nějakou konstrukcí, na které by mohly růst rostliny, vymyslely jsme spoustu různých návrhů. Samozřejmě děláme také náčrty i 3D modely v počítači, ale nejdůležitější a nezávadnější částí je pro nás stavba skutečných malých modelů. Nějakou dobu jsme jich tady ve studiu měly stovky. A ty nám opravdu pomohly pochopit možnosti konstrukce, abychom vybraly tu, která bude ideálním projektem, který si může každý postavit.

„Toto křeslo stále roste. Je to spolupráce mezi člověkem, který jej postavil, a přírodou, která jej nakonec ovládne.“

Část naší inspirace pro Green Hideaway pochází z přírody, jejich různých textur a barev. Proto nám přišlo velmi přirozené použít pro ni dřevo: dřevo má tuto přirozenou hmatatelnost, je teplé a krásně stárne. Na druhou stranu jsme chtěly, aby rostliny byly do díla velmi dobře zakomponovány, proto jsme se rozhodly pro rostliny, které mohou po dřevě šplhat. Tak jsme nakonec získaly kombinaci dřeva a rostlin dohromady.

Bylo velmi zajímavé pracovat s rostlinami jako živým materiálem. Nábytek obecně je určen k používání a časem se přizpůsobí tomu, jak ho používáte: každý kus bude na některých místech sbírat promáčkliny nebo patinu a například dřevo bude tmavší.

Ale zde, konkrétně u rostlin, se Green Hideaway bude časem měnit v závislosti na zdroji světla, na tom, jak moc se o rostlinu staráte, a tak dále. Ve skutečnosti nemůžete vědět, jak bude vypadat za rok, víte jen, že bude stále růst a pomalu se stane tímto malým úkrytem, vaší malou džunglí. Je to víceméně spolupráce mezi člověkem, který křeslo postavil, na jedné straně a s přírodou na straně druhé. Příroda ho bude pomalu určovat a nakonec ho ovládne.

A rostliny mají samozřejmě podpořit lidskou kreativitu. Pouze uvádíme návrhy na pojetí Green Hideaway, ale finálním výběrem a kombinací vámi preferovaných rostlin z něj můžete vytvořit svůj vlastní jedinečný kus nábytku.



„Při stavbě díla si k němu zároveň budujete vztah: cítíte se na něj hrdí a cítíte vzájemný vztah, protože jste ho sami zkonstruovali.“

Když navrhujete kus nábytku, chcete, aby byl nejen užitečný, ale také elegantní a do jisté míry jedinečný. Toto DÍLO ale zároveň potřebovalo být určitým způsobem jednoduché: musely jsme se ujistit, že si ho lidé budou sami postaviti sami.

Proto jsme ho udělaly co nejjednodušší a nejpraktičtější, kombinovaly jsme jen několik různých materiálů. V podstatě stačí vyříznout a sestavit latě, sedátko a dno. Bude to trochu výzva, ale přesto to zvládnou i kutilové začátečníci. Ne každý má však doma dílnu plnou důmyslného vybavení. Proto ke stavbě zeleného úkrytu nepotřebujete víc než přímočarou pilu, ideálně kotoučovou pilu, a k tomu vrtačku a šroubovák.

Pro nás jako designéry je vždy zajímavé klást si otázky, proč lidé některé předměty milují a jiné nemají rádi; jak tyto předměty nebo kusy nábytku vypadají v domácnostech různých lidí odlišně; a jaký k nim mají lidé vztah. Green Hideaway je výjimečný tím, že je mnohem víc než jen křeslo, na kterém se dá sedět, nebo na pohled pěkný designový kousek: jde o pocit, který ve vás vyvolává.

A tento pocit je ještě silnější díky času, který jste strávili řezáním, broušením a sestavováním všech dílů. Při stavbě Green Hideaway si k němu vybudujete vztah: cítíte uspokojení a radost, protože se vám to podařilo. A to má za následek zvláštní druh hrdosti. Pomohli jste tomuto dílu vdechnout život, je to skutečně vaše křeslo. Což je samozřejmě ještě lepší, než kdybyste si tento kus nábytku prostě koupili v obchodě.



# Doma v zeleni

„Plant design“ je trendem interiérového designu posledních let. Cílem je vytvořit krásnější a zdravější životní prostředí pomocí rostlin. Vše, co potřebujete vědět, najdete v našem průvodci stylem a péčí.



## Jak zelený je váš svět?

Rostliny mohou být náladové nebo nenáročné, prospívat na slunci nebo ve tmě, vypít celou konvici vody nebo si vystačit s několika kapkami. Než si tedy koupíte rostlinu, protože se hodí k vašim závěsům, zeptejte se sami sebe, co od ní chcete – a co jste ochotni jí dát. Někteří lidé mají rádi pocit, že se mohou o něco starat, jiným se líbí jen to, že komoda nevypadá tak holá. Pokud patříte do druhé skupiny, doporučujeme rostliny, jako je Fikus elastica nebo sloní noha. Snášeji průvan, potřebují málo slunce a vyhovuje jim, když jim jednou za čtrnáct dní dopřejete vodu. Pokud vám to nestačí, vyzkoušejte orchidej „střevíčník“. Paphilopedilum potřebuje speciální půdu, hnojivo, správnou vlhkost a je velmi neúprosný, pokud ho zapomenete zalévat. V každém případě se před koupí sazenice podívejte, jak rostlina vypadá, když je plně vzrostlá. Například strelície se mohou rozrůst do takových rozměrů, že by musely platit nájem.

## Městská džungle s popínavými rostlinami

Pokoje rostliny zažily svůj velký rozmach s příchodem širších okenních parapetů v 70. letech 20. století. To však neznamená, že se každá rostlina raději vystavuje na denním světle na okenním parapetu. Břečťanu nebo klasickému pokojovému břečťanu vyhovuje polostín a to, když se má čeho držet. At' už se jedná o závěsnou rostlinu rostoucí na poličce, nebo popínavé rostliny Green Hideaway – jsou nenároční spoluobytelé, kteří někdy mohou dorůst až do délky deseti metrů. Svým „expanzivním“ růstem dodají vašemu pokoji pocit městské džungle.

## Jak správně zalévat?

„Vypadáš smutně, asi ti chybí voda“ – špatně! Ne každá rostlina chce zalévat ihned, jakmile jí opadnou listy. Často je tomu naopak: příliš vlhká půda může vést ke vzniku plísní a škůdců. Jasným znamením, že jste se zaléváním příliš šetřili, jsou žluté nebo suché listy. Příliš mnoho vody může způsobit hnilobu kořenů rostlin a vést k přemokření. Pokud si nejste jisti, zda dáváte příliš mnoho nebo příliš málo vody, podívejte se do projektových návodů od HORNBACHU.

## V zelené čtvrti

Rostliny odpařují vodu, čímž zvyšují vlhkost ve svém okolí. Sousední rostliny z toho mohou mít prospěch nebo je to může obtěžovat. Rostliny s podobnými nároky, jako jsou různé sukulenty nebo filodendrony a seflery, se obvykle dobře kombinují. Vzájemně si vytvářejí ideální mikroklima a vytvářejí tak harmonické rostlinné společenství. Kromě toho je tento druh uspořádání rostlin v módě: rostliny se místo izolovaně uspořádávají společně. To samozřejmě funguje i v Green Hideaway.

## Sbohem, škůdci

Pravděpodobně nejběžnějším parazitem rostlin je smutnice. Malé černé mušky, které se líhnou z příliš vlhké zeminy v květináčích a bzučí kolem rostlin. Obvykle se jich můžete zbavit zasypaním zeminy v květináči pískem, oblázky nebo kávovým práškem. Pokud to nepomůže, jsou vhodným prostředkem žluté samolepky, které svou barvou hmyz přitahují a lepí se na ně. Proti škůdcům na listech často pomáhá pouhé osprchování listů. Pokud se hmyz i po tomto úkonu stále množí, můžete napadenou část rostliny odstranit. Chvilí to bude bolet, ale vaše rostliny vám za to poděkují.

## Kdy přesazovat

Obecně platí, že každé dva roky je třeba vyměnit květináč za větší. Pokud již z otvoru pro vodu na dně vyrůstají kořeny, je třeba to udělat dříve. Nový květináč by neměl být o více než čtyři centimetry širší než ten původní, aby nedocházelo k přemokření, tj. aby nebyl mokřý tam, kam kořeny nedosáhnou. Malý trik: při přesazování začněte s největší rostlinou. A pak předejte květináč nejmenší rostlině – jako když sourozenci předávají své oblečení dalšímu. A rostlinám ihned dodejte čerstvou zeminu. Zabráníte tak škůdcům a poskytnete svým zeleným spoluobytelům čerstvé živiny.

## Půda dobrá, všechno dobré

Správná půda je základem pro spokojený život rostlin. Je velmi důležité, aby půda obsahovala hodně živin (proto je nejlepší nově zakoupené rostliny rychle dostat z půdy chudé na živiny) a byla co nejnádychavější, aby mohla dobře zadržovat vlhkost a uvolňovat přebytečnou vodu. Zda tomu tak je, zjistíte tak, že půdu v ruce stlačíte. Pokud se slepí, znamená to, že kořeny nebudou mít později dostatek vzduchu. Pokud se vám v ruce rozpadá, je to tak akorát. Důležité: přibližně každé dva roky byste měli rostlinám dodat novou půdu, abyste jim dodali čerstvé živiny.

## Vybavení rostlinami

Celé kanceláře, hotely a soukromé domy se nyní zařizují podle takzvaného přístupu „plant first“. To znamená, že nejdříve se nastěhují rostliny a pak nábytek. Z dobrého důvodu: rostliny nejsou jen dekorativním doplňkem, ale také živým nábytkem. Větší rostliny, jako jsou palmy kentia, jsou vhodné zejména jako děliče místností v domácí kanceláři, které můžete uspořádat podle barvy nebo tvaru listů. Green Hideaway mimochodem spojuje všechny myšlenky „plant designu“: vytváří vlastní prostor z rostlin, a je tak nábytkem, dekorativním prvkem a zelenou oázu v jednom.

## Tyto rostliny jsou módní

Těžko si bez nich představit časopis o nábytku nebo módní kavárnu, to je monstera. Svěží zelená, krásně objemná, poněkud skromná v péči – rostlina se hodí stejně dobře do rozlehlých loftů nebo na dřevěnou komodu ve staré budově. Pokud dáváte přednost něčemu neobvyklému, vyberte si monstera variegatu, jejíž listy jsou mramorově bílé. Tato speciální metoda šlechtění je v módě i u jiných rostlin. V popředí: Calathea, která pochází z Jižní Ameriky, je v současnosti stále populárnější. Je to hlavně díky jejím neobvykle vzorovaným listům, které se na noc zavírají, aby se ráno opět rozvinuly. Pokud jste velmi potichu, můžete dokonce slyšet, jak rostlina jemně šustí.

**Tip, pokud jedete na dovolenou:** Stačí vedle rostliny postavit sklenici s vodou a zavěsit do ní jeden konec provázku nebo šňůry. Rostlina pak může postupně čerpat vodu ze sklenice.

**Tip:** Pro nás lidé jsou dobré, ale mnohé rostliny nemají rády minerály ve vodě z kohoutku. Zvyšují hodnotu pH půdy. Po naplnění konve ji proto nechte přes noc stát. Minerály klesají ke dnu a usazují se na vnějších stěnách.



„Pro nás jako designérky je návštěva projektového hobbymarketu velkým zdrojem inspirace. Najdeme různé materiály a drobné detaily. Dotknout se materiálu a vidět, jak to spolu funguje, je důležitou součástí procesu.“

# Šťastný



# díky přírodě

Mnoho lidí se po dlouhém pracovním týdnu vydává do přírody. Není divu, vždyť čas strávený v zeleni nás činí zdravými a šťastnými. O touze po přírodě a o tom, proč byste měli dát svému fíkusu jméno.

Zahrádka ve městech není zdaleka samozřejmostí. Jisté, existují zahrádkářské kolonie, kde ale na volná místa existuje dlouhý pořadník. Jiní šťastlivci se můžou jezdit rekreovat na chatu nebo chalupu a načerpat potřebnou ztracenou energii.

Do oblíbenosti se také postupně vrátila pěší turistika, kdy stále více lidí vyráží na túry do přírody jen s batohem, nocují ve volné přírodě, překračují svoje komfortní hranice a zdolávají stovky kilometrů jen se základní výbavou. Proč se tomu tak děje? Co lidi nutí k této jistě namáhavé aktivitě?

Odpověď je jednoduchá: sama příroda. Již několik let dochází téměř ve všech oblastech moderního života ke změně myšlení, k návratu k přírodě. Stále více lidí se stěhuje do přírody, jedna pětina celosvětového cestovního ruchu je nyní zaměřena na aktivity v přírodě, jako je lyžování, jízda na kole, kanoistika a pěší turistika. Supermarkety mění sortiment na bio, na potravinách se už neinzeruje, co v nich je, ale co v nich není; čím blíže přírodě, tím lépe. V architektuře je udržitelnost dominantním tématem a dřevo je s ním spojeným materiálem. A zahrádka představuje oázu v šedi velkoměsta.

Lidé touží po návratu k přírodě a přirozenosti. Což je vlastně zvláštní. Koneckonců jsme se od života blízkého přírodě snažili odpoutat po mnoho tisíciletí. Odkud se tedy bere tato touha po návratu k přírodě? A co od toho lidé očekávají?

Už před sto lety dramatik Bertolt Brecht řekl: „Nadšení pro přírodu pramení z neobyvatelnosti měst.“ Dnes by se k tomu přihlásilo pravděpodobně ještě více lidí než tehdy. Příliš rychlé, příliš hlasité, příliš šedé. Stále více obyvatel měst si všimá, že jim moderní život nevyhovuje. Sedí v plně

**Příroda na nás má blahodárné účinky, díky ní jsme šťastnější a zdravější: stačí procházka v zeleni a náš pulz se zpomalí, krevní tlak a napětí klesne a naše imunita se posílí.**

klimatizovaných kancelářích, pracují v přetechizovaném světě, jedí zabalené nebo mražené jídlo a po práci střídají jednu obrazovku za druhou – nezastavují se, nevypínají a nedívají se kolem sebe. Cítí se oddizení, mají dojem, že do stále umělejšího, přetechizovaného prostředí už prostě nepatří. Protože pokrok je vnímán jako něco, co lidi vzdaluje od přírody – a ta sahá daleko za hranice města.

Satelity zajišťují, že jsme všude dosažitelní, optické kabely mění usedlosti v chytré domy a ti, kdo nepracují v kanceláři, s sebou často nosí kromě peněženky a klíčů také powerbanku a nabíjecí kabel. Ať už jsme ve městě, nebo na venkově, náš den se stále více skládá z digitálních rozptýlení, zpráv, oznámení a pocitů, že musíme být neustále „online“, aby nám nic neuniklo.

Člověk však není tvor, kterého lze večer dobít v zásuvce. Je organickou bytostí a příroda je jeho přirozeností. To pocítí každý, kdo se vydá na pěší túru nebo na kolo do přírody. Člověk se tam dívá na přírodu, která ještě nebyla zmanipulována, zkrocena nebo podřízena jeho záměrům; cítí rozlehlost, klid a nepřístupnost a cítí se svobodný. Nejsou tu žádné tlaky, žádné diáře, které by regulovaly každodenní život, nejde o to, co nejrychleji spěchat z bodu A do bodu B, ale o mezidobí, o zastavení a nadechnutí.

Kromě toho je mnoho lidí jednoduše strašně znuženo svým každodenním životem; jev, který je konfrontován s nadměrnými požadavky stále rychlejšího životního rytmu a přitom má stejný původ. Jsme zvyklí, že vše, zboží, služby, zábava, je k dispozici kdykoli a v jakémkoliv množství. A pokud tomu tak není, pak je možnost si objednat doručení do druhého dne pomalu až ke dveřím. Není to tak trochu nuda? Všechno, kdykoliv a kdekoliv dostupné?

Příroda naproti tomu slibuje dobrodružství, překvapení, možnost, že za každým kamenem se skrývá něco neznámého. Objevování a zkoumání odpovídá hluboce zakořeněné lidské touze a zvědavosti. Někdy je odměněno estetickým požitkem z malebnosti a vznešenosti. Zkušenosti, které přísně dodržovaný denní režim, jak známe z našeho světa, nabízí jen zřídka.

Všechno v přírodě žije, a to, co v přírodě hledáme, je život – včetně toho našeho. Věda dokazuje, že tam najdeme více než to, co hledáme.

Vlivem přírody na člověka se zabývala řada studií. A všechny došly ke stejnému závěru: příroda nás činí šťastnými a zdravými. I procházka v zeleni zpomaluje tep, snižuje krevní tlak a hladinu stresu a stimuluje imunitní systém. Oblasti mozku, které jsou zodpovědné za relaxaci a klid, jsou lépe prokrvené, cítíme se vitálnější a šťastnější, u dětí se dokonce snižují příznaky ADHD. Pobyt v přírodě také snižuje psychologické problémy, jako jsou úzkost a deprese. Bylo prokázáno, že lidé s poruchami spánku (i bez nich) spí lépe po procházce v lese. A tak není divu, že v Japonsku je „šínrin-joku“, „koupání v lese“, v podstatě vědomá chůze, součástí státní zdravotní péče a samostatným oborem výzkumu na univerzitách.

Lidé, kteří tráví hodně času v zeleni, žijí zdravěji, mají nižší riziko úmrtí a statisticky nižší pravděpodobnost onemocnění rakovinou. Příroda nás zpomaluje, uklidňuje a umožňuje nám dobít baterie. Ne každý má však les na dosah ruky nebo čas chodit každý den na procházky do přírody. Život ve městě nabízí také spoustu vy-možností, bez kterých by se mnoho lidí nedokázalo obejít. Co lze tedy dělat? Řešení je jednoduché: pokud nemůžete nebo nechcete jít ven do přírody, musíte si venkovní prostředí přenést dovnitř. Například v podobě pokojových rostlin.

Většinu dne trávíme uvnitř, ať už v kanceláři, doma, v supermarketu, nebo v metru. Tam jsme obklopeni „mrtvými“ věcmi (vzhledem k tomu, že mnoho firem umožňuje home office, jsou to často i celé dny). Na druhou stranu rostliny jsou živé bytosti a jako takové je vnímáme. Působí tak povzbudivě na naši mysl a my se v jejich společnosti automaticky cítíme živější. Vědci z Harvardu zjistili, že pouhý pohled na pokojové rostliny nás uklidňuje. Bylo prokázáno, že pokud náš pohled tu a tam padne na zelený list, zklidní to naši mysl a sníží krevní tlak.

Podle studie Cardiffské univerzity mohou pokojové rostliny dokonce zvýšit naši produktivitu. Pro svou studii vědci zřídili kancelář, ve které byly z každého pracovního místa vidět alespoň dvě zelené rostliny. Výsledek: výkonnost zaměstnanců se zvýšila až o 15 procent. Experimentální skupina navíc zdůrazňovala lepší kvalitu vzduchu (rostliny filtrují CO<sub>2</sub>) a zvýšenou schopnost soustředění. Ti, kteří pracují v prostředí „zelených kolegů“, se prokazatelně cítí méně unavení a lépe si pamatují. Kromě toho vypadá monstera dobře na každém pracovním stole.

Vyjma toho, že pokojové rostliny podporují zdraví, dodávají nám i pocit, že jsme potřební. Pokud zapomenete rostlinu zalévat, budete potrestáni opadáním listů; čerstvá půda vás naopak odmění novými výhonky. Dokazujeme si, že jsme schopni se starat, což je zkušenost, která uvolňuje hormony štěstí. Mnoho lidí proto dává svým rostlinám jména, která se mohou zdát hloupá, ale mají užitečné pozadí. Protože mluvit s rostlinami pomáhá – rostlinám i nám. Rostliny vděčně

pohlcují oxid uhličitý, který se uvolňuje, když mluvíme, a využívají ho pro svou fotosyntézu. Studie navíc prokázaly, že zvukové vlny stimulují rostliny a podporují jejich růst. A pro nás lidi mohou rostliny zmírnit osamělost, a dokonce zabránit depresi.

Touha po přírodě je v nás hluboce zakořeněna. Ať už ji uspokojujeme při túrách v přírodě, při přesazování na zahrádě, nebo při povídání si s fíkusem Florianem na okenním parapetu – čím více přírody začleníme do svého každodenního života, tím lépe se cítíme, fyzicky i psychicky. Jak řekl spisovatel Honoré de Balzac: „Láska k přírodě je jediná láska, která nezklame lidské naděje.“ A nakonec to možná vyjde i se zahradou.



# Seznam materiálu a nářadí

## Tip:

Co byste měli vědět předem: Křeslo lze postavit samostatně. V nejlepším případě pracujte ve dvojici. V každém případě si na tento projekt naplánujte alespoň dva dny.

## Křeslo

- 17 x Obdélníková lat', borovice/smrk 20 x 30 x 2000 mm
- 1 x Deska Multitplex 1250 x 2500 x 21 mm
- 95 x Šrouby se zápusťnou hlavou a závitem do dřeva, 40 mm, Ø 3,5 nebo Ø 4 mm
- 8 x Šrouby se zápusťnou hlavou a závitem do dřeva, 30 mm, Ø 3,5 nebo Ø 4 mm
- 1-3 x Rostlina se substrátem, např. břečťan, filodendron
- 1 x Květináč max. Ø 50 cm, H 30 cm
- 95 x Dřevěné spojovací kolíky, 8 mm
- 1 x Tvrdý voskový olej na dřevo
- 1-5 x Polštářek na sedadlo podle vkusu

## DIY podsedáky

- 1 x Molitanová deska
- 1 x Překližka 3 - 4 mm
- 1 x Látko

## Nástroje

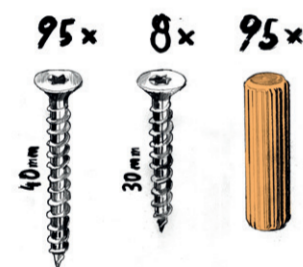
- 4 x Šroubová svorka, šířka upnutí 30 cm
- 1 x Pravítko
- Akumulátorová vrtačka
- Sada vrtáků do dřeva
- Nastavený bit
- Ruční kotoučová pila
- Přímočará pila
- Maskovací páska
- Nůžky
- Měřítko
- Tužka
- Hrubý brusný papír (60-80)
- Jemný brusný papír (150-200)
- Lepidlo na dřevo

## Nemusí být, ale pomáhá

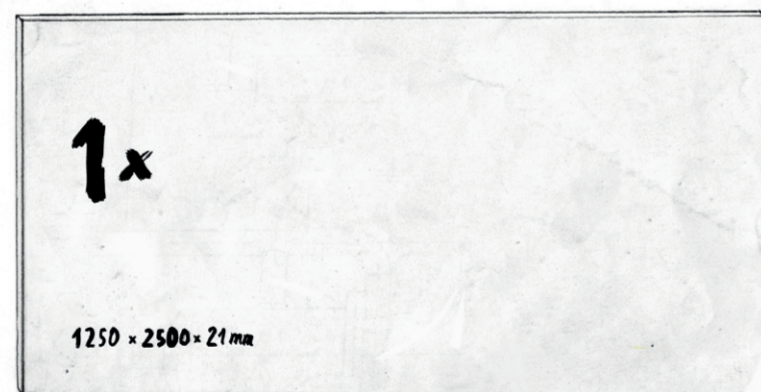
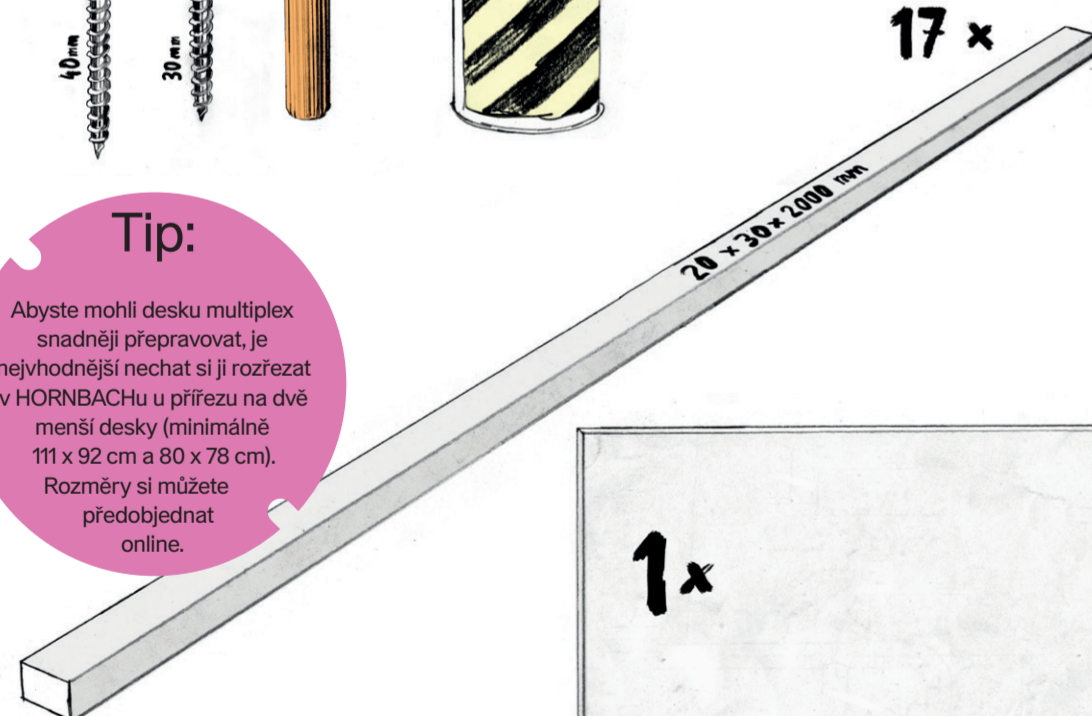
- Úhlové zkosení
- Forstnerův bit, 20 mm
- Bruska
- Vodováha
- Hloubkový doraz, 8 mm
- Kružítka
- Kladivo
- Japonská pila
- Plochý štětec, 3 cm
- Jednorázové rukavice
- Zahradní provázek

## Bezpečnost především

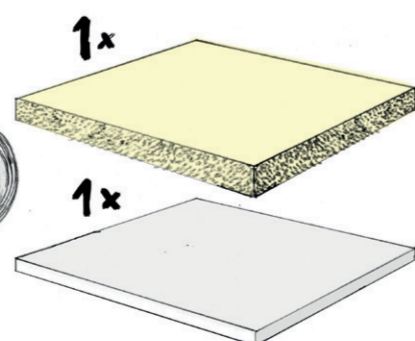
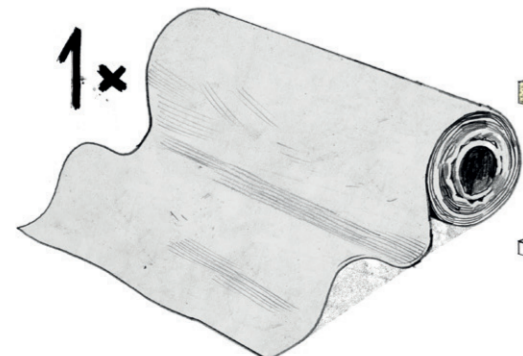
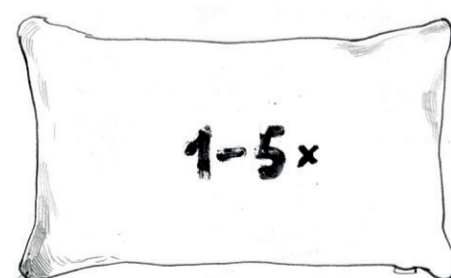
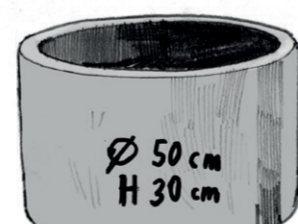
- Ochrana sluchu
- Maska proti jemnému prachu
- Ochranné brýle
- Pracovní rukavice



17 x



1-3 x



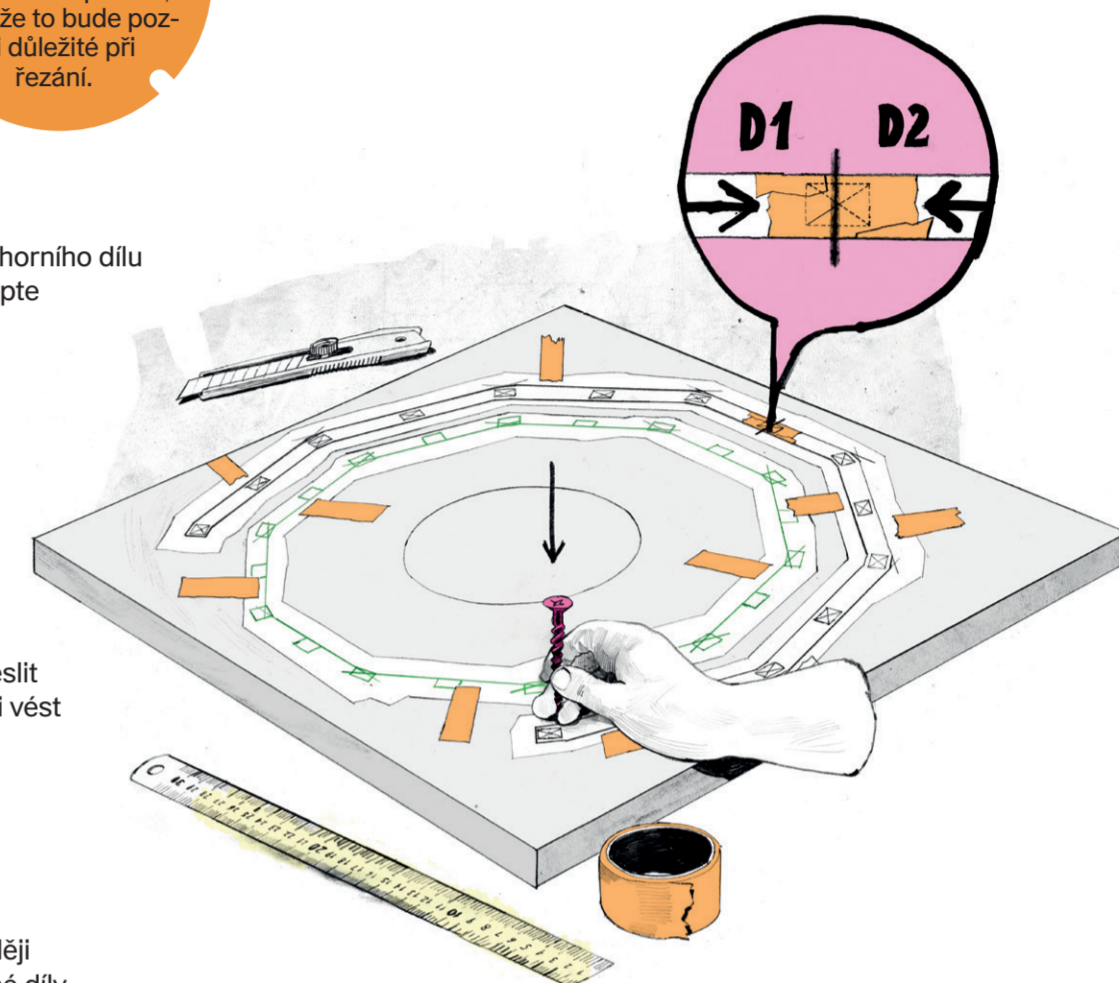
# Návod

## Tip:

Všechny šablony se zobrazují zespodu. Mějte to na paměti, protože to bude později důležité při řezání.

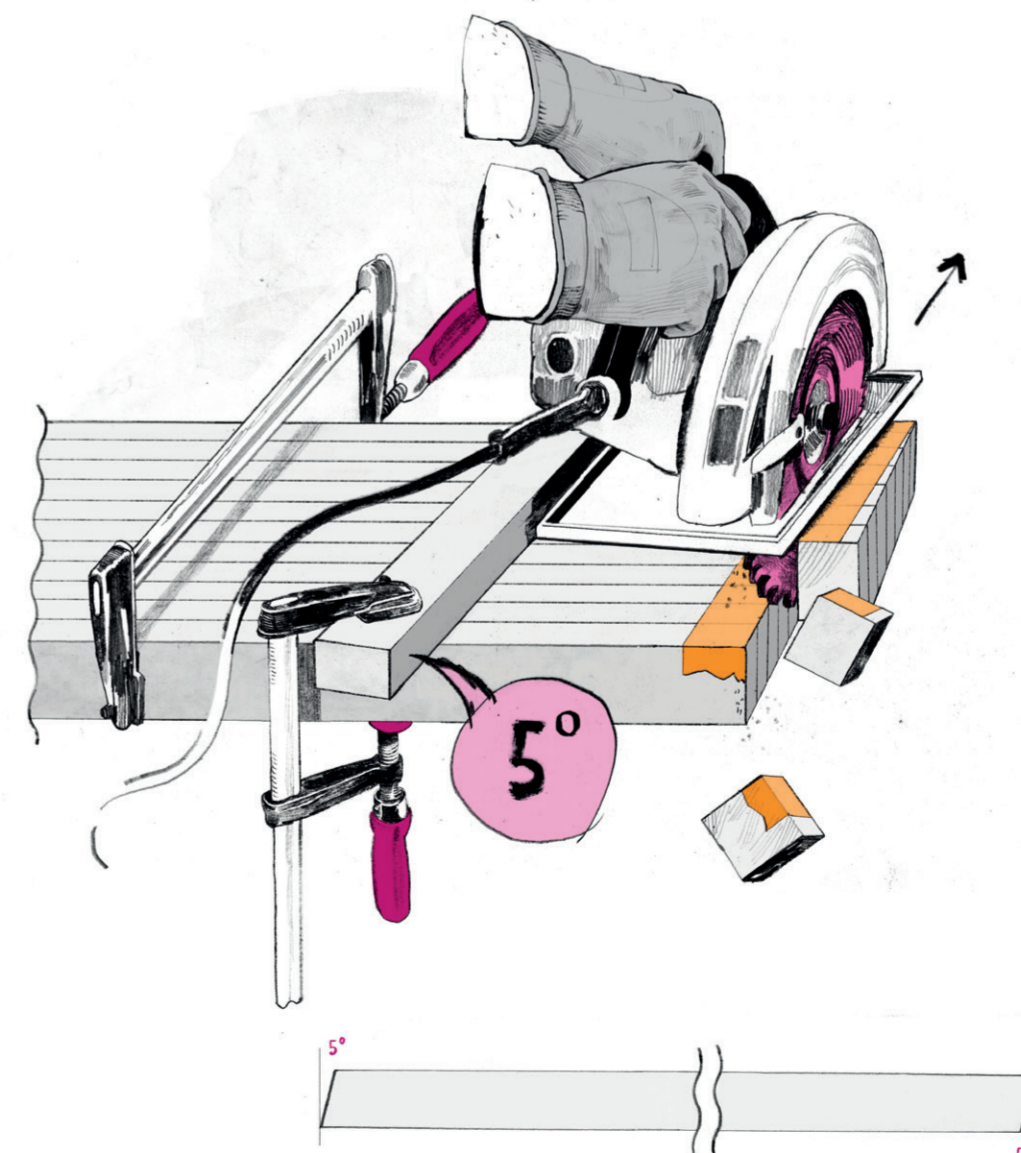
## 1 Příprava

- Nejprve nůžkami zhruba vystříhnete dvě části horního dílu (D1 a D2), a to asi 2-3 cm kolem čar. Poté je slepte k sobě v místě řezů uprostřed pomocí lepicí pásky.
- Nyní nakreslete horní část (D), sedadlo (C) a dno (E).
- Přilepte šablony na dřevo pomocí maskovací pásky a vyznačte rohové body a otvory pro vrtání špičatým šroubem. Poté spojte body na dřevě pomocí tužky a velkého pravítka. Nezapomeňte si také nakreslit přerušované čáry, protože tudy budete později vést pilu.
- Pokud nemáte kružítko, můžete si kulatý otvor na zalévání označit také tužkou na přiměřeně dlouhém provázku.
- Na dřevo si vyznačte přední strany C a E. Později tak budete moci snadněji porovnávat rozřezané díly.
- Šablony si raději uschovejte pro případ, že byste ji znovu potřebovali k porovnání.



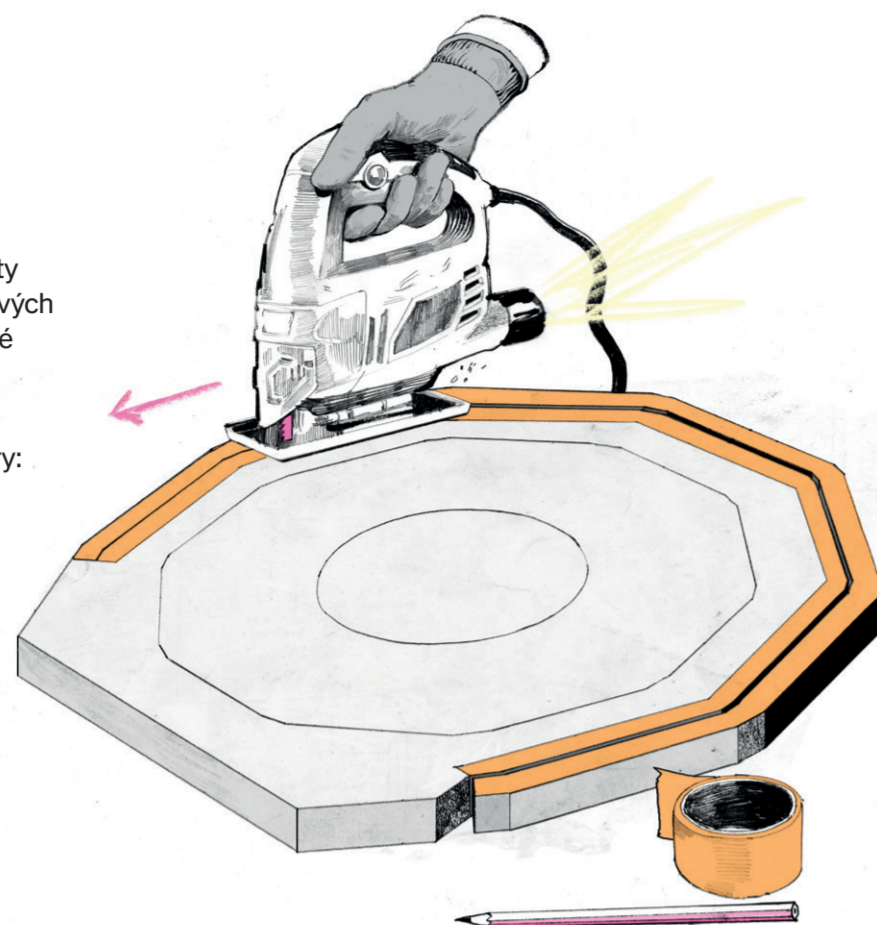
## 2 Řezání bočních latí na míru

- Spojte lamely (A a B) pomocí šroubové svorky, připevněte je na pracovní desku tak, aby úzké strany latí směřovaly nahoru. Poté připevněte další lamely napříč pod úhlem 5°. K tomu je třeba úhlovou pilkou odstranit úhel ze šablony. Tímto způsobem můžete řezat latě ruční kotoučovou pilou a získat přesný úhel 5°.
- Poté tužkou nakreslete délku bočních latí (A = 145,5 a B = 41,5) od řezané hrany a otočte je pro druhý řez: úhel 5° tak bude směřovat opačným směrem.
- Pokud chcete, můžete v této fázi řezané hrany také začistit.
- Nakonec byste měli mít 15 dlouhých a 5 krátkých bočních latí. Zbytky si ponechte, protože je využijete později.



### 3 Řezání horní části

- Nejprve odřízněte horní část (D) křesla.
- Pro vnější stranu je nejlepší použít ruční kotoučovou pilu s vodící lištou: jako vodící lišty můžete použít odřezky, které pomocí šroubových svorek upnete na dřevěnou desku ve správné vzdálenosti. Případně můžete řezy provádět pomocí přímočaré pilky.
- Vždy řežte podél čáry nebo přerušované čáry: nejprve malé rohy, pak dlouhé okraje.
- Vnitřní hranu horní části nejlépe nařezáte přímočarou pilkou.

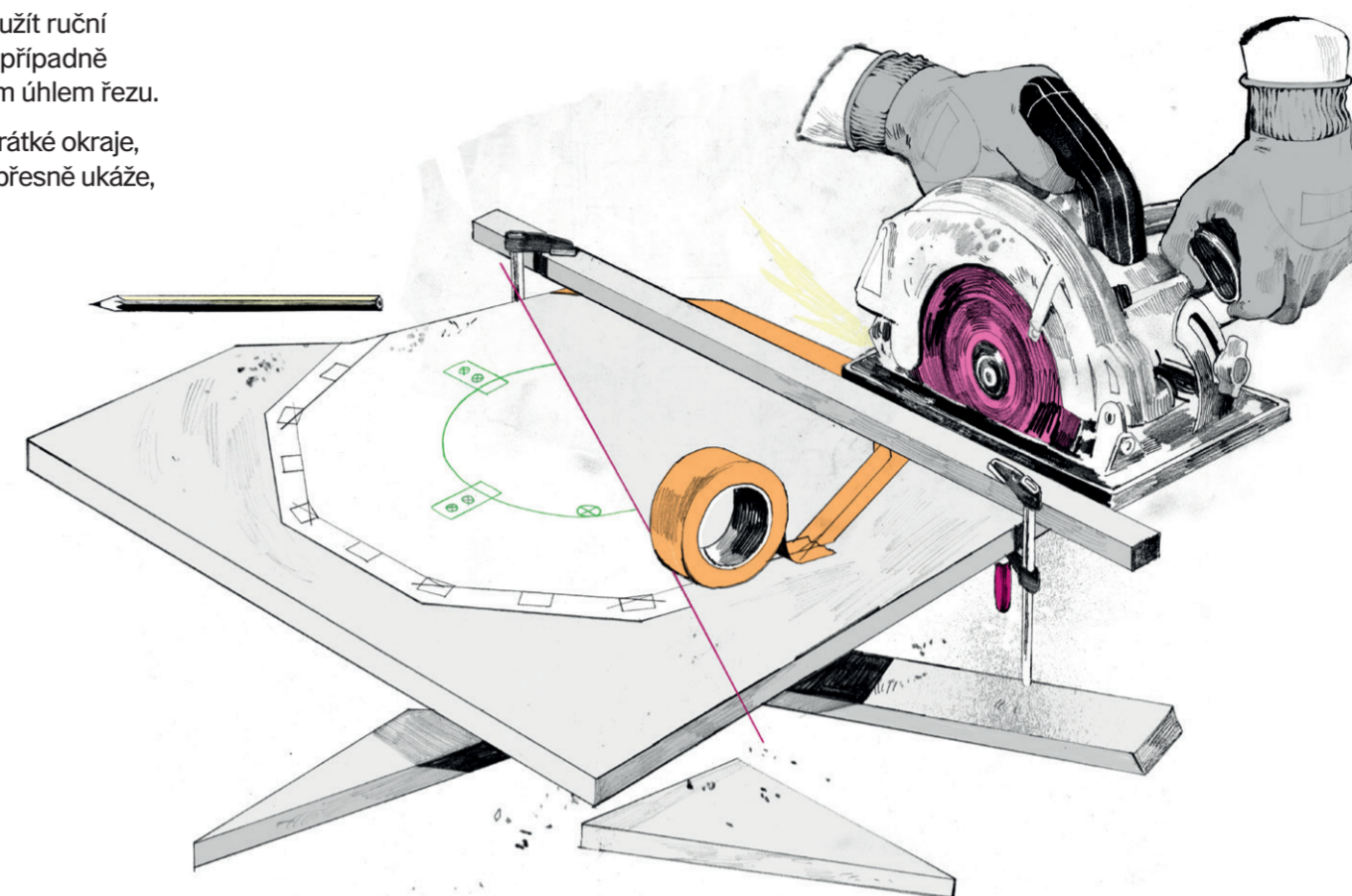


#### Tip:

Pokud čáry řezu zakryjete maskovací páskou a dobře je přitlačíte, např. skládacím pravítkem, nebude se dřevo při řezání trhat. Značky na šabloně zůstávají viditelné i přes pásku.

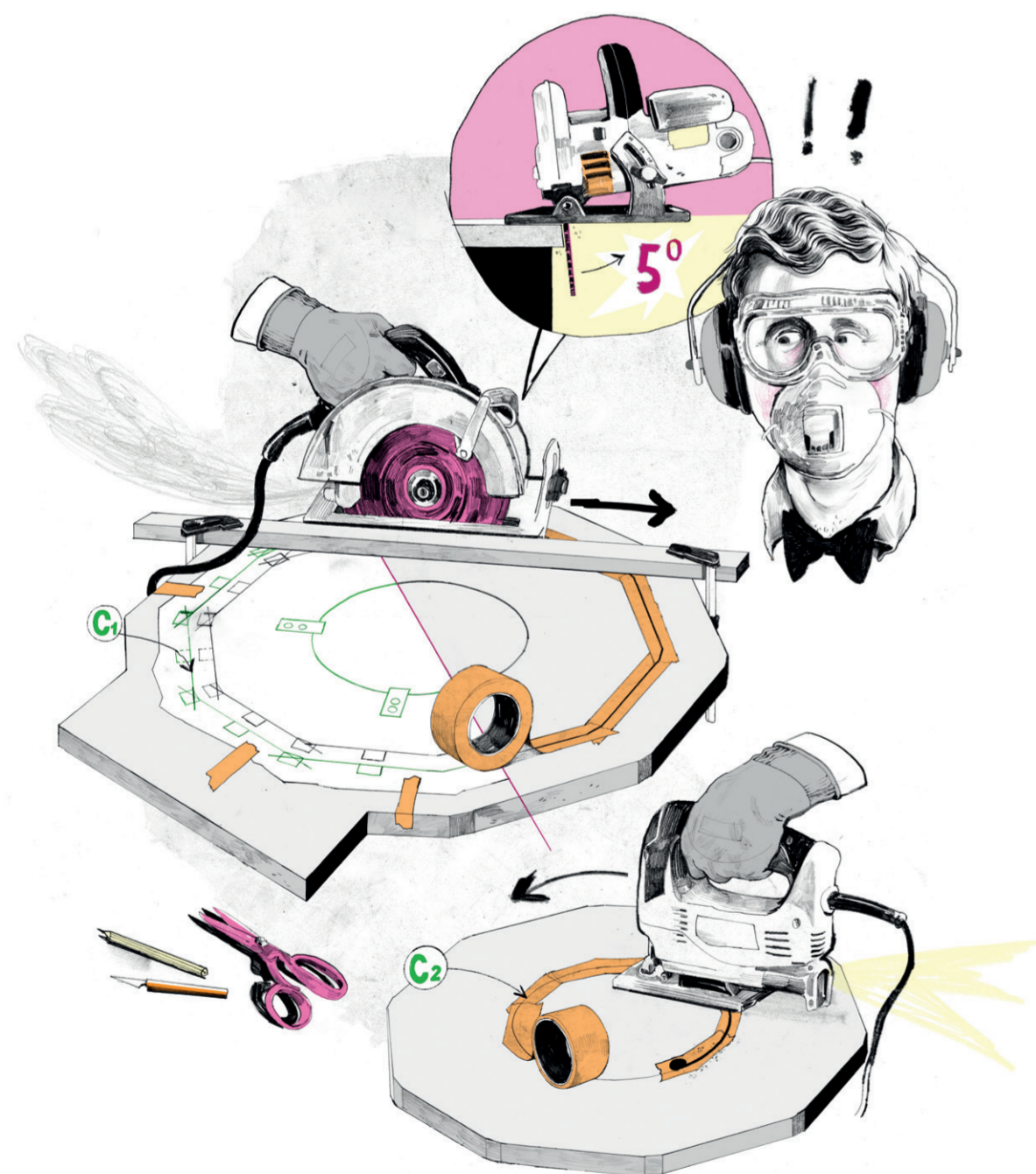
### 5 Řezání podlahy

- Podlahu (E) rozřízněte pod úhlem 5°, stejně jako v případě sedadla. Ujistěte se, že úhel 5° je o něco větší než vyznačená základní plocha.
- I v tomto případě je nejlepší použít ruční kotoučovou pilu s vodící lištou, případně přímočarou pilu s nastavitelným úhlem řezu.
- A to už víte: nejprve odřízněte krátké okraje, pak dlouhé. Šablona vám opět přesně ukáže, kde řežete.



#### Tip:

Otvory na bocích sedadla (C) a dna (E) raději předem nevrtejte. Díky tomu je křeslo stabilnější.



### 4 Řezání sedadla na míru

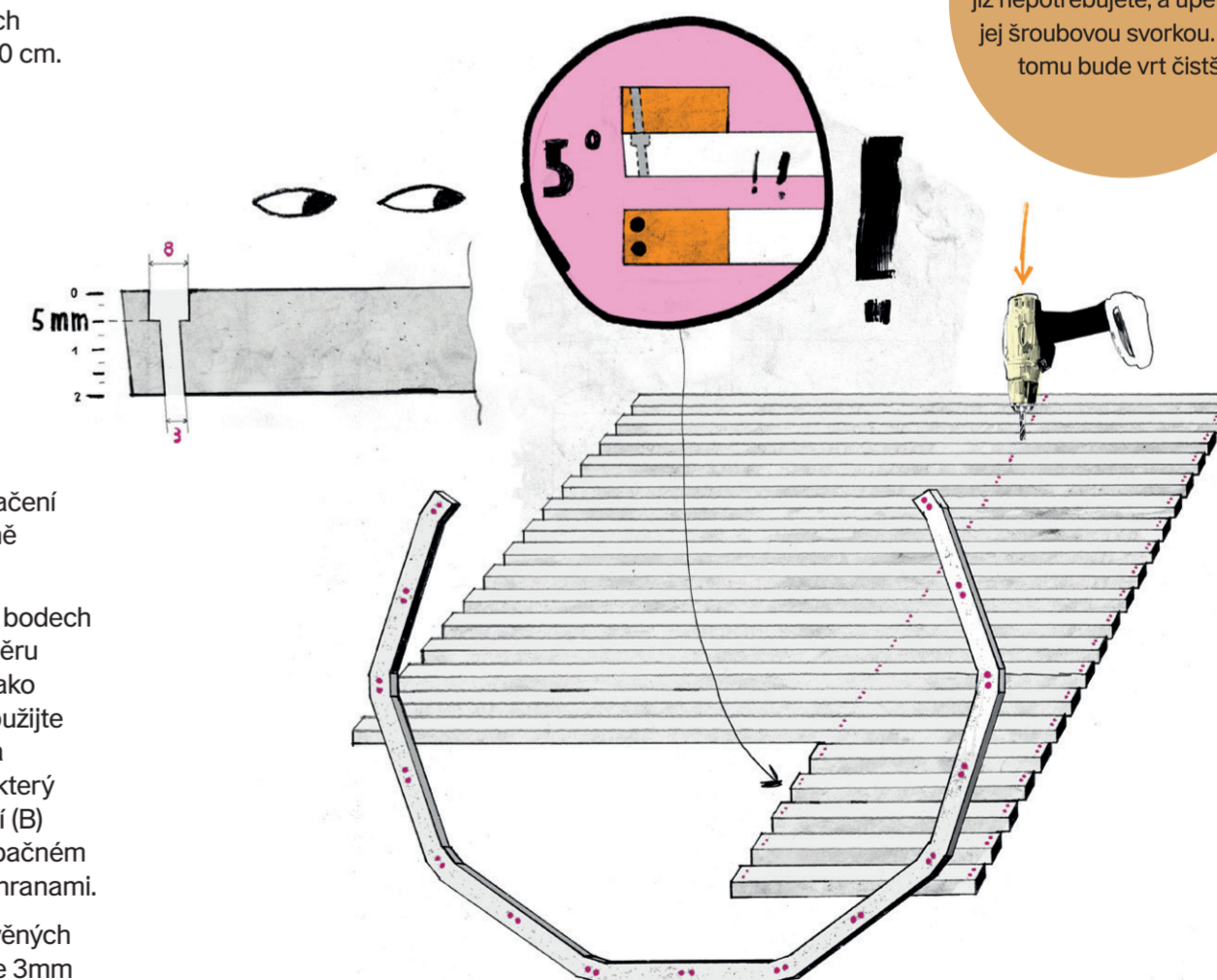
- Nyní vyřízněte sedadlo (C). Obrys šablony je vidět zdola nahoru, takže horní okraj dřeva je při řezání dole: na spodním okraji bude řez přesnější a krásná strana by měla být později nahoře.
- Všechny řezy zde provádějte nejlépe ruční kotoučovou pilou s vodící lištou. Nastavte pilu na 5°. Dbejte na to, abyste řezali „správným“ směrem: pilový kotouč se musí posunout směrem ven pod úhlem 5°, aby horní hrana, která je nyní dole, měla o něco větší průměr.
- Vždy pilujte podél čáry nebo přerušované čáry. Stejně jako u horního dílu nejprve odřízněte malé rohy – dlouhé okraje přijdou na řadu až poté.
- Případně můžete řezy provádět pomocí přímočaré pilky, u které můžete nastavit úhel 5°.
- Víko na zalévání vyřízněte přímočarou pilou. Vyvrtejte dva úchopové otvory přesně na vnitřním okraji pomocí 20mm Forstnerova vrtáku. Pak použijte přímočarou pilu. Případně můžete oba úchytové otvory předvrtat velkou vrtáčkou do dřeva a poté je opatrně vyříznout přímočarou pilou.

### 6 Předvrtání

- Označte šablonou otvory v bočních latích (A a B) 1 cm od okraje ve výšce 1 cm a 40 cm.
- Při vrtání je nejlepší boční latě upnout, aby se neposunuly.
- Pokud chcete šrouby později skryt dřevěnými kolíky, musíte pro ně nyní předvrtat otvory: nejprve vyvrtejte otvory pro kolíky v polovině všech značek na bočních latích (A a B) a na horní části (D) pomocí vrtáku do dřeva o  $\varnothing$  8 mm.
- Za tímto účelem označte vrták do dřeva o průměru 8 mm maskovací páskou ve výšce 5 mm: při každém označení vrtejte tak hluboko do dřeva. Alternativně můžete použít hloubkový doraz 8 mm.
- Nyní vyvrtejte malé otvory pro šrouby v bodech A, B a D: použijte vrták do dřeva o průměru 3 mm a vrtejte pod stejným úhlem (5°) jako zkosené konce latí. K umístění vrtáku použijte přiloženou šablonu nebo si z kusu dřeva vyřízněte dřevěný špalík s úhlem 5°, na který vrták umístíte. Poznámka: u krátkých latí (B) vyvrtejte horní otvory pod úhlem 5° v opačném směru – rovnoběžně s horními řeznými hranami.
- Samozřejmě se můžete obejít i bez dřevěných kolíků, v tom případě stačí vyvrtat pouze 3mm otvory pro šrouby v místech A, B a D.

#### Tip:

Při vrtání vždy podložte kus dřeva, který již nepotřebujete, a upevněte jej šroubovou svorkou. Díky tomu bude vrt čistší.



## 7 Broušení

- Nejdříve obrousíte vyvrtné otvory a nerovnosti, poté hrany a povrchy.

Větší nepřesnosti (např. po řezání) je nejlepší vyrovnat brusným papírem s hrubou zrnitostí (60–80). Pak můžete použít jemnější papír a nakonec vše nádherně vyhladit velmi jemnou zrnitostí (150–200).

- Rychlejší je nebrousit ručně, ale použít orbitální nebo rotační brusku. Můžete také použít delta brusku – dbejte však na to, aby malé rohy nebyly příliš kulaté.

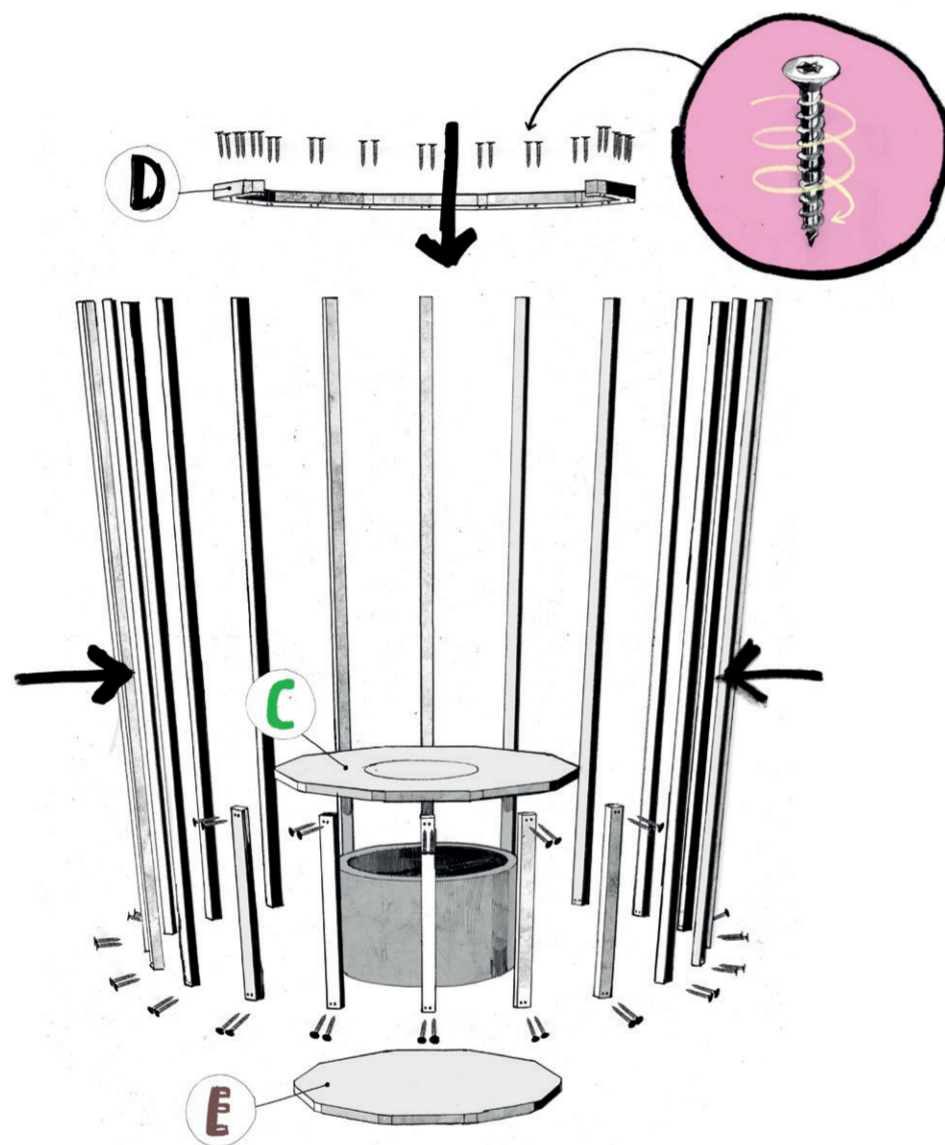


### Tip:

Důležité: při broušení používejte ochrannou masku, abyste nevdechovali dřevěný prach.

## 8 Montáž

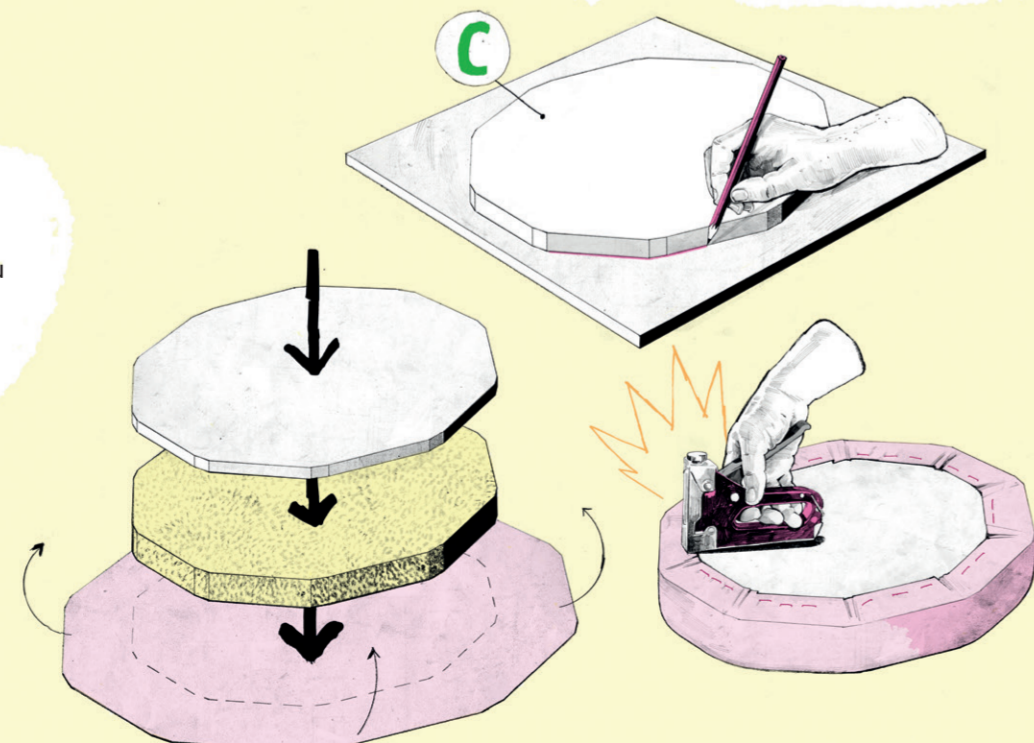
- Nyní potřebujete zbytky bočních latí: odřízněte z nich čtyři krátké kusy a přišroubujte je šrouby o délce max. 30 mm pod otvor pro zalévání na sedadle. Takto na něm může později spočívat víko. Šablonu najdete na šabloně.
- Poté rozřezané a obroušené části (sedadlo, dno a horní část) otočte tak, aby horní část směřovala nahoru. Použijte samořezné šrouby se záspustnou hlavou o délce přibližně 40 mm.
- Nejprve přišroubujte každou druhou dlouhou lat' (A) spodními (1 cm) předvrtanými otvory k bokům dna (E). Poté shora přišroubujte latě k hornímu dílu (D).
- Nyní umístěte květináč s rostlinami a substrátem na základní desku. Ujistěte se, že rostliny již vyčnívají přibližně na správných stranách.
- Poté přišroubujte sedátko (C) k nyní přišroubovaným latím skrz předvrtané otvory (34 cm). Ujistěte se, že je sedadlo přesně zarovnáno s latěmi tak, aby byl šroub zašroubován do středu desky. Pomocí vodováhy zkontrolujte, zda je sedadlo zcela vodorovné. Poté přišroubujte krátké přední latě (B).
- Nakonec nasad'te zbývající latě. Znovu otáčejte všemi šrouby, dokud nejsou dostatečně utažené a zapuštěné do dřeva.



## DIY podsedák

Pokud máte chuť udělat další projekt, můžete také použít šablonu (C) k vytvoření odpovídajícího sedáku, jako je tento: vše, co potřebujete, je tenkou překližku, molitan, nějaká pěkná látka a ruční sešivací pistole.

Ostatně i HORNBACh má rozmanitý sortiment polštářů. Možná tam také najdete něco vhodného.



## 10 Na konec

- Aby vám křeslo dlouho vydrželo, můžete dřevo ošetřit, např. bezbarvým nebo barevným olejem či voskem na dřevěné povrchy.
- A co nesmí chybět: plaketa DÍLO. Připevňte ji například na vnitřní stranu křesla. Nyní můžete na opěradlo křesla připevnit nenápadné lezecké pomůcky. Můžete například použít zahradní provázek, který můžete natáhnout podél bočních latí.
- Sedací polštáře můžete doplnit podle svého vkusu: podívejte se do oddělení polštářů v HORNBAChu. Samozřejmě můžete použít i své oblíbené polštáře.
- Pokud máte chuť na další projekt, můžete si s pomocí šablony (C) vyrobit také odpovídající sedák: Potřebujete jen tenkou překližku, pěnu, pěknou látku a ruční šicí pistoli.
- Dbejte na to, aby na křeslo dopadalo několik hodin slunečního světla denně, v závislosti na druhu rostliny. Zemina v květináči by měla být vždy mírně vlhká, ale za každou cenu byste se měli vyhnout přemokření. Rostliny můžete také čas od času postříkat vodou. Nejlepší je používat filtrovanou vodu, aby se na listech neusazoval vápník.



### Tip:

Každou dřevěnou kolík můžete použít nejméně dvakrát: jednoduše otočte odříznutou polovinu a druhou špičku použijte na další otvor.

## 9 Volitelné Schovajte šrouby

- Když je vše dobře sešroubováno, můžete šrouby skrýt dřevěnými spojovacími kolíky.
- Dřevěné spojovací kolíky o průměru 8 mm namočte do lepidla na dřevo a vložte je do předvrtaných otvorů. Dva nebo tři údery kladivem zajistí, že jsou pevné a rovné.
- Na kolíky v přední části malých latí (B) raději nepoužívejte lepidlo. Pokud budete chtít šrouby povolit, abyste mohli květináč vyjmout, snáze je opět vyjmete pomocí 8mm vrtáku.
- Když jsou všechny kolíky na svém místě, rozřízněte je rovně a naplocho nad dřevem. Nejlepší je použít japonskou pilu.
- Nakonec otvory znovu obrousíte.

### Tip:

Na kousku dřeva si můžete vyzkoušet, jak se změní barva dřeva.

Pokud se rozhodnete nanést druhou vrstvu, dodržujte pokyny pro dobu schnutí.



## S námi to zvládnete

A to již od roku 1877. Rodinná historie, kterou se nemůže pochlubit žádná jiná společnost na světě v sektoru DIY. Pět generací rodiny Hornbach učinilo z firmy to, čím je dnes. Jedna z předních společností v oblasti kutilství v Evropě s více než 170 projektovými hobbymarkety a zahradními centry a více než 25 000 zaměstnanci.

Díky průkopnickým nápadům, jako jsou například první kombinovaný obchod pro kutily a zahradní centrum (1968), první megastore (1980), první zahradní centrum (1980) a první prodejna pro kutily s drive in (2003), prokazuje neustále HORNBACH svou inovační sílu.

Od roku 2010 sekunduje kamenným prodejnám také internetový obchod, který umožňuje společnosti HORNBACH být kompetentním partnerem pro projekty svých zákazníků ve všech prodejních kanálech.

YippiejajaYippieYippieYeah.



**HORNBACH**   
S námi to zvládnete.