

BEWUSST LEBEN Gesund und mit gutem Gewissen durch den Alltag

Wie eine Spur im Gras

Natürlich und flauschig: Bodenbeläge tendieren zu mehr Natürlichkeit – und damit auch zu mehr Nachhaltigkeit

VON LEA SIBBEL

Die Zeit der großen Trends bei den Bodenbelägen ist vorbei. So zumindest sieht es Industrie- und Produktdesigner Stefan Diez, Vorsitzender der Jury für den Innovationspreis der Bodenbelagmesse Domotex. Stattdessen veränderten nun kleinere Strömungen die Branche. Ein Überblick:

NATÜRLICHKEIT

„Das ganze Thema Natur bleibt ein Thema“, sagt die Trendanalystin Gabriela Kaiser. Das zeige sich einmal in der Farbgebung: Beige und Braun sind bei den Bodenbelägen häufig zu sehen, aber auch weiche Grüntöne. Daneben macht die Expertin Pastelle als wichtigen Farbakzent aus.

Das Natürliche zeigt sich außerdem bei der Motivwahl für die Musterung der Teppiche, etwa indem Landschaftsbilder darauf kommen, erklärt Jochen Köckler, Vorstand der Deutschen Messe. Sie veranstaltet die Domotex zu Beginn des Jahres. Kaiser hat in diesem Zusammenhang Muster im Aquarellstil und kaleidoskopische Elemente entdeckt, dazu zählen zum Beispiel gespiegelte Äste.

HAPTİK

Das Thema Natürlichkeit macht sich in der Haptik der Beläge bemerkbar. Viele Designer legen nun Wert darauf, in den Teppichen Fußspuren erkennen zu lassen – wie man sie eben auch im Gras oder im Waldboden sieht. „Man sieht, worauf die Füße sich bewegen, man fühlt den Boden unmittelbar“, erklärte der Designer Piero Lissoni vor der Domotex. Er sprach dort über Trends. Was heißt das konkret? Teppiche haben schon seit einiger Zeit gerne höheren Flor. Nun sind sie auch gröber gewebt, erklärt Kaiser.



Rasen für die gute Stube. Dieser hochflorige Kunstrasenbelag der Beaulieu International Group ist auch für den Innenbereich geeignet.

Foto: Deutsche Messe/dpa-tmn

VERLEGETECHNIK

Hier zeigt sich der Naturgedanke in Form eines Wunsches nach mehr Nachhaltigkeit. So werden laut Kaiser nicht nur gerne verschiedene Hölzer zusammengesetzt, sondern dabei handelt es sich auch noch um Fundhölzer, etwa aus alten Fabriken oder Kirchen. Ihre Wiederverwertung findet in edler Verlegungsform statt.

Gleichzeitig gibt es die Bewegung hin zum einfacheren Verlegen. Das Klick-System werde zunehmend optimiert, erklärt Köckler. Die Holzarten werden dabei – wie beim Fundholz – gerne kombiniert. Ein bisschen bizarr erscheint es da, dass es laut Diez mittlerweile wiederum Imita-

tionen von Sägespuren gibt. Das passt aber wieder zur Natürlichkeit – statt cleanem Industrieschick geht es um das Zeigen gewachsener Spuren, wozu auch die des Handwerks gehören. Bei den Teppichen erlebt die ebenfalls einfacher zu verlegende Teppichfliese eine Renaissance, erzählt Köckler.

DESIGNERBÖDEN

Elastische Bodenbeläge, die etwa aussehen wie ein Parkett oder eine Fliese, setzen sich zunehmend am Markt durch. „Die Branche erwartet weiter Wachstum“, sagt Köckler. Auch weil diese Böden immer besser werden. „Jedes Jahr

wird es ein Stück perfekter“, sagt Diez. Mittlerweile gebe es Designerböden, die eine Holzmaserung nahezu perfekt imitieren. Der Vorteil sei, dass sich Vinylböden relativ einfach verlegen lassen, erklärt Köckler. Außerdem sind sie robust und müssen nicht so intensiv gepflegt werden wie andere Bodenbeläge, fügt Diez hinzu. Aber: Die Designerböden sind nicht billig. Ihr Preis überlappt sich laut Diez mit dem der Echtholzböden.

NACHHALTIGKEIT

Besonders im höherpreisigen Segment versuchen Hersteller immer mehr, Schadstoffe aus den Belägen herauszuhalten

und umweltfreundlicher zu produzieren, sagt Diez. Auch in diesem Punkt wird Nachhaltigkeit wichtiger. So werde in den Designerböden auf PVC verzichtet, für Teppiche kommen recycelte Fasern zum Einsatz. Dazu werden etwa auch Zeitungen und Lederreste verarbeitet, erklärt Kaiser. Oder das Parkett besteht eben aus wertvollen Fundstücken alter Gebäude, die bereits eine gewisse Patina haben und eine Geschichte erzählen. Zum Thema Nachhaltigkeit gehört beim Parkett aber auch, dass heimische Hölzer bevorzugt werden. „Da erkennt man ganz klar den Trend, dass die Herkunft wichtig ist“, sagt Köckler. dpa

Super ernährt mit Superfoods?

Sie sollen schlank und fit machen, die Jugendlichkeit erhalten, das Immunsystem stärken, Krankheiten vorbeugen und die Laune heben. Die Erwartungen an Superfoods sind immens. Gojibeeren, Chiasamen, Moringablätter und andere Exoten gehören ebenso in diese Gruppe wie Zutaten aus der Alltagsküche – etwa Spinat, Kräuter und Brokkoli. Eine feste Definition gibt es zwar nicht, klar ist aber: Superfoods sind natürliche Nahrungsmittel, die mit wertvollen Inhaltsstoffen einen Beitrag zu einer gesunden Ernährung leisten können. „Superfoods, wie zum Beispiel bestimmte Nüsse, Beeren oder auch Matcha, enthalten große Mengen an Antioxidantien sowie an wichtigen Vitaminen und Mineralien“, sagt Bestsellerautor und Vegan-Koch Attila Hildmann. Damit können sie die körpereigenen Reparaturmechanismen hervorragend unterstützen.

Superfoods lassen sich leicht in den täglichen Speiseplan einbauen. Ein Salat mit Quinoa und dem Superfood Brokkoli ist gut zum Mitnehmen oder fürs Büro geeignet, sagt Hildmann. Grundsätzlich könne man die meisten Gerichte einfach aufwerten, indem man beispielsweise ein paar gehackte Superfood-Nüsse wie Walnüsse verwendet oder bei süßen Gerichten etwa Blaubeeren darüberstreut.

Die wertvollen Inhaltsstoffe von Nüssen, Beeren und Samen tragen auch nach Ansicht von Angela Clausen von der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen zu einer ausgewogenen und gesunden Ernährung bei. Den Begriff Superfoods sieht sie jedoch vor allem als „Marketing-Gag“, mit dem exotische Lebensmittel, verpackt in eine Geschichte über ihre Wunderwirkung, teuer verkauft werden können. „Zu vielen der exotischen Superfoods gibt es heimische Alternativen.“

So könnten zum Beispiel Chiasamen durch Leinsamen ersetzt werden, und Oliven enthielten eine ähnliche Nährstoffzusammensetzung wie Acai-Beeren aus den Regenwäldern Amazoniens. Auch alle Kohlsorten sollten dabei nicht vergessen werden. Viele Superfoods, wie Blaubeeren, Grünkohl, Feldsalat oder Spinat, findet man übrigens ganz einfach auf dem Wochenmarkt. ULRIKE GEIST/DPA

Auf der Suche nach Qualität und Sicherheit

Studie zum Wandel der Essgewohnheiten

Mehr Mobilität in der Arbeitswelt und ein gestiegenes Ernährungsbewusstsein haben einer Studie zufolge die Essgewohnheiten der Deutschen verändert. Hauptmahlzeit ist demnach das Abendessen geworden, immer häufiger warm. Auch der Genussfaktor beim Essen sei vielen heute wichtiger. Und die Ernährung sei – ebenso wie Mode – zunehmend Ausdruck des persönlichen Lebensstils. Außerdem: „Das gute Gewissen kauft mit“, sagte die Leiterin der Nestlé-Marktforschung, Katja Popanda, bei der Vorstellung der repräsentativen Umfrage mit dem Titel „So is(s)t Deutschland 2016“ in Frankfurt.

Für 95 Prozent der Befragten ist „gutes Essen und Trinken“ ein Teil ihrer Lebensqualität. Fast zwei Drittel belohnen sich

mit einer guten Mahlzeit; bei der letzten Befragung 2011 waren es erst 42 Prozent. Mehr als die Hälfte der Menschen achtet beim Kauf angeblich mehr auf die Qualität als auf den Preis. Als Qualitätskriterium für Nahrungsmittel nennen die meisten Geschmack, gefolgt von Lebensmittelsicherheit und Natürlichkeit. Auf Platz vier landen gleichauf Tierwohl und der Verzicht auf Gentechnik.

Deutlich mehr Konsumenten als bei früheren Befragungen sind demnach angeblich bereit, für Lebensmittel mehr Geld auszugeben, wenn ethische Aspekte berücksichtigt werden. Am stärksten trifft dies bei artgerechter Haltung zu: 46 Prozent der Befragten wären bereit, dafür mehr zu bezahlen, im Jahr 2011 waren es nur 34 Prozent.

Gentechnikfreie Lebensmittel sind den Bürgern am zweitwichtigsten: 38 Prozent würden sich solche Lebensmittel mehr kosten lassen (2011: 28 Prozent). Nach Fair Trade, Regionalität und dem Fehlen von künstlichen Zusatzstoffen landet Bio-Qualität auf Platz sechs. 26 Prozent würden dafür tiefer in die Tasche greifen (2011: 11 Prozent).

Gesundheitsbewusstsein spielt bei der Wahl der Lebensmittel auch eine Rolle: 34 Prozent schränken nach eigenen Angaben ihren Fleischkonsum bewusst ein, und gut vier Prozent ernähren sich vegetarisch oder vegan.

Sechs Prozent bezeichnen sich der Studie zufolge als Laktose-intolerant und vier Prozent verzichten auf glutenfreie Lebensmittel. Doch: „Maximal ein Prozent der Deutschen verträgt tatsächlich kein Gluten“, sagte Popanda über das Klebereiweiß aus Getreide. dpa



Entspannung nach der Arbeit. Hauptmahlzeit der Deutschen ist das Abendessen geworden – immer öfter warm. Foto: imago/epd

TRENDSPEISE INSEKTEN

In dem Burger ist der Wurm drin

Zwei Jungunternehmer aus Deutschland wollen Insekten als Nahrungsmittel groß herausbringen: Max Krämer und Baris Özel haben einen Burger auf Insektenbasis entwickelt. Derzeit bietet das Unternehmen Bugfoundation aus Osnaabrück den „Bux Burger“ nur in Brüssel in zwei Restaurants an. Im Laufe des Jahres wollen Krämer und

Özel bis zu 40 weitere Restaurants in Belgien beliefern. In Deutschland darf der Fastfood-Happen noch nicht verkauft werden, weil er als neuartiges Lebensmittel gilt und die beiden Pioniere erst in Testreihen die Unbedenklichkeit beweisen müssen.

Der Burger besteht aus pflanzlichen Bestandteilen

und gemahlenem Buffalowurm, der Larve des Getreideschimmelkäfers. Insekten gehören weltweit für zwei Milliarden Menschen zur täglichen Ernährung. Experten beurteilen sie im Vergleich mit Rindern, Schweinen oder Geflügel Fleisch als ökologisch und ernährungsphysiologisch vorteilhaftes Nahrungsmittel. dpa

ANZEIGE

HYPNOSE
angstfrei leben
stressfrei fühlen
Ziele verwirklichen
nikotinfrei werden
Wohlfühlgewicht erreichen

Praxis für Traditionelle Chinesische Medizin und Hypnose, Inez Maora Wolfgramm
www.tcm-hypnose.de oder 030/58902205

Kein Gras in Sicht!

Werden Sie aktiv, damit Kühe wieder Kühe sein dürfen.

www.kuhplusdu.de
Eine Kampagne der Welttierschutzgesellschaft

TEMEDOS
Neueröffnung

Dr. med. Dietmar Peikert
Facharzt für Allgemeinmedizin
Naturheilverfahren
Kurfürstendamm 61
(Ecke Leibnizstrasse)
D - 10707 Berlin
Tel +49 30/88677928
praxis@temedos.de

Privatpraxis für Allgemeinmedizin & Klinisches Institut für integrative und traditionelle europäische Medizin, Naturheilverfahren und Hypnose
www.temedos.de

myKomfort
by Sanubi

Blasenschwäche! Viele sind betroffen.

1 x herzlich gelacht, gehustet oder was schweres gehoben und HOPPLA passiert "es". Eine kleine Menge Urin geht in den Slip. Sie wissen wie unangenehm das sein kann!

Schützen Sie jetzt Ihre Unterwäsche!
Damit diese kleinen Ausrutscher kein Problem mehr sind.

GRATIS MUSTER

Passformgarantie
 Optimaler Schutz
 Lieblingsaktivitäten ohne Sorgen!

Nur für kurze Zeit **GRATIS PRODUKTMUSTER**

SCHNELL ANRUFEN UND MUSTER SICHERN

030 - 555 72 11 - 26

Mehr Informationen unter www.mykomfort.de/tagesspiegel