



Liebe Interessierte!

Gerade die Kleinsten benötigen Raum, um sich großartig zu entwickeln. Schaffen Sie daher ein Kinderzimmer, in dem sich Ihr Nachwuchs prächtig entfaltet und rundum zuhause fühlt.

Neben dem Wohlfühlen ist auch die Reduzierung von Ausdünstungen (Schadstoffen) sowie möglichst geringe technische Störfelder sehr wichtig, da Kinder auf diese sensibler reagieren und das Immunsystem sich noch in der Entwicklung befindet.

Wir haben für Sie die wichtigsten Aspekte zum Thema Kinderzimmer aus Sicht des Feng Shui und aus baubiologischer Sicht zusammengestellt.

Viel Spaß beim Lesen wünschen Ihnen
Birgit Dinter und Susanne Grethlein



Feng Shui im Kinderzimmer

Die Ansprüche an ein Kinderzimmer sind hoch: Hier wird mit Freunden getobt, an Mathematikaufgaben getüftelt und selig geschlummert. Der Raum sollte demzufolge viel Platz zum Spielen eröffnen, die Konzentration und Kreativität anregen sowie Behaglichkeit verbreiten. Und nicht zu vergessen: Er sollte dem Wachstum des Kindes entsprechen und alle paar Jahre verändert werden.

Schlafbereich

Dieser genießt die oberste Priorität im Raum. Er sollte ruhig und geschützt sein. Wählen Sie eine dezente Einrichtung, mit warmen Farben und unaufdringliche Mustern die Gemütlichkeit ausstrahlen. Gegenstände oder Spielsachen unter dem Bett sind genauso ungünstig wie eine Position des Bettes zwischen Tür und Fenster. Idealerweise liegt Ihr Kind mit dem Kopf an der Wand und hat freie Sicht zur Tür.

Lernbereich

In diesem Teil des Zimmers ist Konzentration das A und O. Stellen Sie den Schreibtisch möglichst so, dass Ihr Kind das Fenster seitlich, den freien Blick zur Türe und eine Wand im Rücken hat. Achten Sie auf einen gut beleuchteten Schreibtisch, der obendrein eine gute Sitzhaltung gewährleistet. Wählen Sie Naturmaterialien und Möbel mit weichen Linien.

Ordnung schafft Klarheit

Achten Sie daher darauf, dass das Kinderzimmer über ausreichend Stauraum verfügt. Spielsachen können z.B. schnell und unkompliziert in großen Kisten untergebracht werden. Entsorgen Sie kaputte Spielsachen oder solche, die nicht mehr genutzt werden. Geschlossene Schränke und Regale sind vorteilhafter als offene, denn sie



schaffen eine klare und ordentliche Atmosphäre. Auch zu klein gewordene Kleidung sollte regelmäßig entsorgt werden.

Mein Tipp

Kinder sind noch feinfühlicher und reagieren auf die Einflüsse der Umgebung wesentlich stärker als Erwachsene. Feng Shui kann wesentliche Impulse geben, damit sich Ihr Sprössling in all seinen Lebens- und Wachstumsphasen heimisch fühlt.

Baubiologische Empfehlungen fürs Kinderzimmer

Ein Kinderzimmer unterliegt ab und zu Veränderungen. Es gibt hin und wieder neues Spielzeug, vielleicht auch mal ein neues Regal für mehr Stauraum und alle paar Jahre werden das Bett, (Schreib-)Tisch und Stühle der Körpergröße und den Bedürfnissen angepasst.

Sorgen Sie für gute Luft

Jedes Material hat bestimmte Eigenschaften sowie spezifische Vor- und Nachteile. Das Optimum bei neuen Möbelstücken ist unbehandeltes (oder mit speziellen Ölen/Wachsen behandeltes) Holz. Möbelstücke mit Pressspanplatten sind zwar günstiger, enthalten aber Klebstoffe die beispielsweise Formaldehyd ausgasen können, über Jahre.

Auch jedes Spielzeug aus Kunststoff, jede Plastiktüte & Co können Weichmacher enthalten, welche an die Raumluft abgegeben werden.

Da manche Dinge ein Kostenfaktor, Geschmackssache und bei Spielzeug der „größte“ Wunsch des Kindes sein können, ist es nicht immer möglich auf alles Einfluss zu nehmen.

Aber Sie können durch regelmäßiges Lüften Schadstoffe in der Raumluft reduzieren. Durch Stoßlüften (Fenster ganz auf und Durchzug mit einem gegenüberliegenden Fenster) erfolgt der Luftaustausch am schnellsten und der Raum kühlt nicht so stark aus. Die Temperatur sollte auch im Kinderzimmer abends reduziert werden. Dies fördert einen guten Schlaf.

Zusätzlich ist dann wieder mehr Sauerstoff in der Luft enthalten, der sich deutlich auf Erholung und Wohlbefinden auswirken kann.

Mein Tipp

Sofern Sie zu Hause kein kabelgebundenes Netzwerk sondern WLAN nutzen, empfehle ich Ihnen, dieses nachts durch Programmierung/Zeitschaltuhr abzuschalten. Bei Untersuchungen wurde unter anderem ein erholsamerer Schlaf festgestellt – auch bei Kindern.





Aktuelles

Vortrag am 22. November 2013: Schlechte Luft im Büro?

Was kann ich tun um Elektrosmog und schlechte Luft im Büro zu vermeiden?

Wo: SITOO Ergonomiestudio & DORSAS Praxis für Physiotherapie und ergonomische Konzepte, Äußere Brucker Straße 51, 91052 Erlangen

Wann: 22. November 2013, Beginn ab 16 Uhr, Vortrag um 18 Uhr

Weitere Infos: <http://www.sitoo.de/aktuelles.html>

Workshop am 24. November 2013: Mosaik im Sinne des Feng Shui

Erleben Sie das wohltuende kreative Tun und erfahren Sie, wie Sie die fünf Elemente des Feng Shui nutzen können um Ihre Lebensräume zu einem Ort zu machen der eine positive Ausstrahlung hat.

Wo: gesund und kreativ Werkstatt, Schwalbenstraße 15, 90522 Oberasbach

Wann: 24. November 2013, 13:00 bis 18:00 Uhr

Kosten: 60 Euro (zzgl. ca. 20 Euro Materialkosten)

Anmeldung: info@erfolgsraum.info oder 0911 750 87 00

Birgit Dinter ist Baubiologin IBN & Geopathologin:

Seit wir uns bis zu 90% der Zeit in geschlossenen Räumen aufhalten, ist das bestmögliche Raumklima – ohne (bzw. möglichst geringen) technischen, biologischen und chemischen Belastungen – für unsere Gesundheit entscheidend.

Ich bin im privaten und beruflichen Umfeld mit Umwelterkrankungen in Berührung gekommen. Vielfach habe ich erfahren, wie einfach es sein kann, die Lebensqualität von vielen Menschen wieder zu heben. Dieses Berufsfeld habe ich nach langen Jahren meiner Tätigkeit im Bank- und Versicherungswesen zu meiner Passion gemacht.

Mein Ziel ist, Sie durch meine Beratung, Messungen und Empfehlung von Maßnahmen zu unterstützen, Ihre Gesundheit zu schützen oder wieder zu stärken.

Susanne Grethlein ist Feng Shui Consultant:

Während meiner langjährigen Tätigkeit als Bereichsleiterin für Marketing und Investor Relations, führten mich zahlreiche Reisen durch den asiatischen Raum. Ich hatte die Gelegenheit, mich mit der asiatischen Kultur und ihren inspirierenden Aspekten vertraut zu machen. Heute verbinde ich diese internationalen Erfahrungen mit meinen fränkischen Wurzeln und der taoistischen Lehre. Feng Shui ist für mich, die Schaffung von äußerer und innerer Harmonie, angefüllt mit gesundem Menschenverstand und dem Willen, auf unsere innere Stimme zu hören.

Als Ihre Beraterin zeige ich Ihnen auf, wie Sie Ihr ureigenes Potenzial fördern und mit oft einfachen Maßnahmen und wenig Aufwand Ihr Zuhause zu einem Ort machen, an dem Sie täglich neue Energie und Lebensfreude tanken können.



Abmelden

Möchten Sie den Newsletter in Zukunft nicht mehr erhalten? Bitte schreiben Sie eine email an s.grethlein@erfolgsraum.info oder info@geo-dinter.de .

Impressum/Herausgeber:

Erfolgsraum
Susanne Grethlein
Otto-Seeling-Promenade 2-4
90762 Fürth, Germany
Tel.: +49 (0) 911 / 750 87 00
s.grethlein@erfolgsraum.info
www.erfolgsraum.info

Baubiologie und Geopathologie
Birgit Dinter
Parkstraße 49
90768 Fürth, Germany
Tel.: +49 (0) 911 /216 65 054
info@geo-dinter.de
www.geo-dinter.de