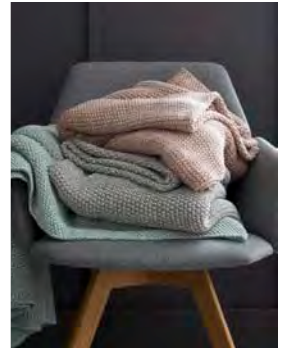


# Lagom:

## Der Wohntrend aus Schweden



Warum sind die Schweden nachweislich glücklicher als andere Nationen? Sie leben „lagom“ – ihre Philosophie der Ausgeglichenheit. Ein Konzept, das gar nicht so schwer ist. Wir haben uns das einmal genauer angeschaut.

Der schwedische Begriff „lagom“ bedeutet „gerade richtig“ und beschreibt den perfekten, bewussten, nachhaltigen und vor allem maßvollen Lebensstil. Glücklich sein hat laut der Schweden viel zu tun mit der richtigen Lebenseinstellung, mit Selbstlosigkeit, Verantwortung und Gemeinschaft.



### WAS BEDEUTET DAS GENAU?

Um das nordische Lebensprinzip umzusetzen, steht an erster Stelle Achtsamkeit: Öfter mal Handy und Computer ausgeschaltet lassen und die Zeit für einen Spaziergang an der frischen Luft oder ein gutes Buch nutzen. Auch der Genuss spielt eine große Rolle: Mit den Kindern einen Kuchen backen, sich mit Freunden zum gemeinsamen Kochabend verabreden oder Zimtschnecken mit einer Tasse heißem Kräutertee genießen. Lagom steht also für ein übergreifendes Lebenskonzept, als Kunst, im Leben eine beglückende Balance zu finden, zwischen Überfluss und Bescheidenheit, zwischen Beruf und Freizeit, zwischen Alleinsein und Gesellschaft.

### UNNÖTIGEN BALLAST LOSWERDEN

Je ungeordneter und hektischer die Welt draußen erscheint, desto mehr wünschen sich viele Geborgenheit und Ordnung für das eigene Zuhause. Um dort in Balance zu kommen, sollte man sich auch Zeit zum Entrümpeln nehmen: den Kleiderschrank ausmisten, Unterlagen sortieren und so unnötigen Ballast loswerden. Was braucht man wirklich? Ordnen Sie alles in verschiedene Kategorien: Was darf bleiben? Was kommt in den Müll? Was kann man verkaufen oder verschenken?



①



②



⑨

## Geschenkideen für ihn



③



- ① **Schürze „Köche sind Gentlemen“**, von 17;30 aus Hamburg, Farbe: grau, weiß; Material: 100% Baumwolle, handbedruckt; Maße: ca. 80 x 60 cm, ca. 24,95 Euro ② **Weinregal „Piemont“** als Rahmen bietet Platz für bis zu 12 Flaschen. 335,50 Euro (UVP), über [www.allesrahmen.de](http://www.allesrahmen.de) ③ **Lecker selber machen: Burger-Set** (Burgerpresse Pro, Barbecue-Gewicht, Burger-Wender) von Rösle, 59,95 Euro (UVP) ④ **Rollgriffschere „Bypass“** von Fiskars klappt Pflanzenstängel und dünne Äste. Der ergonomische Rollgriff passt sich perfekt an den natürlichen Bewegungsablauf der Hand an. Ca. 28 Euro ⑤ **Wundervoller Hirsch mit Vögeln** aus der Serie Goebel Fitz and Floyd, ca. 299 Euro ⑥ **Den Winter fest im Griff: Handschuhe** von Hess Natur aus reiner Schurwolle. 39,95 Euro (UVP) ⑦ **Strickmütze und Schal** im britischen Style aus typischem Tweedgarn von Hess Natur, eine Qualität, die traditionell aus Schottland stammt. Mütze ca. 39,95 Euro, Schal ca. 59,95 Euro ⑧ **Schön scharf: Heritage Fold Out Trimmer MPT 1000** von Remington ermöglicht Bartstyling zuhause. 39,99 Euro (UVP) ⑨ **LED-Leuchtmittel „XXL Vienna Gold“**, von Caalex, 6 W, H 39 cm. Umgedrehte, abstrakte, birnenförmige Leuchte mit einem flexiblen Filament. Die gekräuselten LEDs und das Goldfinish verleihen dieser Lichtquelle einen klassischen Look. Ca. 87,90 Euro ⑩ **SteakChamp Premium Steakbesteck „4 Musketeer“**, Deutscher Carbonstahl (rostfrei), 2 Steakmesser und 2 Steakgabeln in schöner Geschenkbox, ca. 59,50 Euro ⑪ **Licht im Dunkel: Outdoor Sports Flashlight 2AA** von Varta. 21,99 Euro (UVP)



⑦



⑩



⑥



⑤



⑧



⑪



④



11



9



12

## für sie



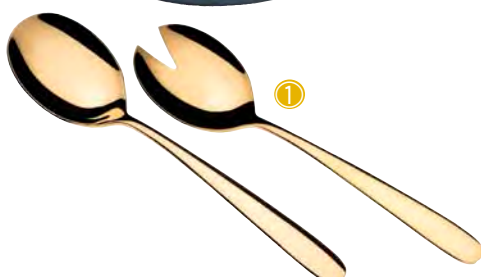
8



2



5



1

① Goldiges Salatbesteck „Milano Gold“ von Carl Mertens, 89,90 Euro (UVP) ② Salz- und Pfeffermühle, Serie Derwent von Cole & Mason, Kupfer/Acryl, 190 mm, Set ca. 94,95 Euro ③ Für die kuschelig-weichen Momente des Lebens! Kaschmirdecke von Hess Natur, 50% Kaschmir aus der Mongolei und 50% Merinowolle. 259 Euro (UVP) ④ Wärmflasche Klassik mit Strickbezug „Koralle“ mit Noppenmuster von Hugo Frosch. Wärmflasche aus Thermoplast, phthalatfrei, 2 Jahre Garantie auf Dichtigkeit. Ca. 14,95 Euro ⑤ Stilvoll auf den Tisch im 20er-Jahre-Look: Festlicher Bräter „Signature Soirée“, von Le Creuset, 335 Euro (UVP) ⑥ Flötenkessel „Zora“ von Schulte-Ufer, durch den energiesparenden ecotherm® Allherd-Aluminium-Kapselboden für alle gängigen Herdarten, Ø 20 cm, ca. 2,0 l, 69,99 Euro (UVP) ⑦ Schick und individuell zu steuern: Diffusor für Raumduft mit einem Lieblingsduft von Rituals, etwa „The Ritual of Dao“, Diffusor „The Parfum Genie“ ca. 99 Euro; Duftkartusche, 50 g ca. 35 Euro ⑧ Stylish: Kissenhülle „Ente“ von Pad in Grau, 34,95 Euro (UVP) ⑨ Landhausstyle: Umhängetasche „Davos“, von Hoff Interieur, 54 x 44 cm, aus Ziegenfell, Baumwolle und Leder, 99,90 Euro (UVP) ⑩ Schönes Licht: Konischer Aluminium-Tischleuchter von Mossapour in Messing antik, mit Lampenschirm aus Emaille-Blech, 145 Euro (UVP) ⑪ Kaffeemaschine „KBG Select“ von Moccamaster aus den Niederlanden sorgt für aromatischen Kaffeegenuss für große sowie kleine Mengen, ca. 220 Euro ⑫ Wanduhr Motiv „Lilies Grey“ der Künstlerin Joanna Maitland-Hudson aus Großbritannien von Goebel, Glas, Ø 30,5 cm, ca. 89 Euro



10



6



4



3



7