

# Hochsaison für Hygge-Heime

**Interior-Design.** Skandinavier beherrschen die Kunst des Wohlfühl-Wohnens. Mit Licht und Accessoires bringen sie Behaglichkeit ins Haus. Ein gutes Rezept gegen den Winterblues.

VON KARIN LEHNER

Die Haustür ist vom Schnee zugeweht. An den Fenstern bilden sich Eisblumen. Und die Abende werden immer länger, weil es bereits am späten Nachmittag stockdunkel ist. Skandinavische Winter sind zwar nichts für Warmduscher, aber ein Fest für Fans des Wohnprinzips Hygge: einer gemütlichen Atmosphäre, die aus eiskalter Not eine stilsichere Tugend macht.

Pfeift um das Haus der arktische Wind, punkten Wohnräume in Dänemark, Norwegen, Schweden und Finnland als Wärmestuben: Kleine Lampen auf den Fensterbrettern sorgen für Erhellung düsterer Stunden, flackernde Kerzen auf dem Tisch für warme Stimmung während des Essens mit den Liebsten und Flammen im Kamin für ein

Zünglein mittsommerlicher Lagerfeuerromantik. Für Rebecca Wallenta, Gründerin von „Sinnenrausch. Der Blog für Wohnsinnige und Selbermacher“, Tradition mit Sinn: „Die langen dunklen Winter im hohen Norden erfordern Rückzugsorte, die Geborgenheit ausstrahlen.“

## Hygge kommt von „trösten“

Doch für Wellness bei Minusgraden muss Mann beziehungsweise Frau nicht in Nordjütland, Lappland oder auf dem Nordpol bibbern. Hygge wurde zum globalen Wohntrend und hielt sogar im vergleichsweise südlichen Österreich Einzug. Auch hierzulande suchen immer mehr Nebel- und Nieselregengeplagte nach einem tauglichen Rezept gegen den Winterblues und kreieren Wohlfühlwohnungen im Scandi-Style. In-



Der Weg zum „umarmenden“ Zuhause führt über kuschelige Naturmaterialien – Kunststoffe sind verpönt – in Licht- und Wärmequellen wie Kerzen oder Kamine für diese besondere Wärme, die auch die kalten Tage des

nenarchitektin Yvonne Meindl-Cavar, Gründerin von „Meindl Cavar Concepts - Schönstil Interior“, bringt das Motto auf den Punkt: „Hygge steht im Kern für Wohlbefinden. Es geht darum, sich in den vier Wänden geborgen und heimelig zu fühlen.“

Der Begriff geht auf das altnorwegische Wort hugga zurück und bedeutet trösten oder ermutigen. Außerdem ist er mit dem altenglischen hug verwandt, also umarmen. Frei übersetzt versinnbildlichen Hygge-Heime eine tröstliche Umarmung. Obwohl das Wort schon seit Jahrhunderten existiert, fand es seine moderne Bedeutung und Anwendung erst spät. Im 19. Jahrhundert verankerte sich hygge in der dänischen Sprache wie Kultur. Zu dieser Zeit erlitt das Land politische und territoriale Verluste. Der verstärkte Fokus auf ein gemütliches Rückzugsnest

war damals kein Zufall und ist es auch heute nicht. Angesichts von Krieg und Krisen trifft der Hygge-Boom den Nerv der Zeit. Er ist die in Wolle gepackte Antithese gegen alltägliche Überforderung.

## Vanillekipferl-Wellness

In kuscheligen Kissen versinken und sich ebensolche Decken über den Kopf ziehen. Kalte Füße auf haptisch spannenden Teppichen warmmassieren. Mit Vasen aus handgemachter Keramik inklusive Trockenblumengestecken den Frühling einziehen lassen. Und durch Gerüche wie nach Omas Vanillekipferl oder Mutters Bratäpfeln eine herzerwärmende Zeitreise in die Kindheit antreten. Für Meindl-Cavar ist die Wiederauferstehung des Glücksgefühls auch abseits des Backofens möglich: „Diffuser und



zurückhaltenden Farben und große Fenster, die so viel Licht wie möglich hineinlassen. Außerdem sorgen Jahres zu wohligen Erlebnissen machen. [Pixabay]

Duftkerzen mit natürlichen Essenzen sind eine einfache Möglichkeit, das Wohlbefinden zu steigern.“

Wallenta setzt hingegen auf Persönliches: „Erinnerungen an schöne Momente in Form von Büchern, Bildern und selbst gebastelten Lieblingsstücken.“ Für die Bloggerin sind ausgewählte Hingucker die Basis von Hygge-Heimen.

Mit organischen Formen und sanften Farben für Accessoires wie Wände ist die (nordische) Natur die beste Inspirationsquelle für Wohlfühl-Wohnungen: Beige, Grau, Braun und Ocker versprühen Wärme und sind der Gegenpol zu kaltem Winterweiß. Helle Wandfarben reflektieren laut Wallenta das wenige Tageslicht „und vergrößern damit optisch den Raum“. Meindl-Cavar verleiht Hygge-Heimen auch mit kräfti-



geren Tönen Charakter: „Ein gedecktes Blau oder sanftes Grün erzeugen ein angenehmes, beruhigendes Gefühl.“ Beispielsweise vom letzten Urlaub am Meer oder der Waldwanderung.

## Florale Motive

Zur Flora haben Skandinavier traditionell eine starke Verbindung: Sie schützen Dünen mit Strandhafer-Pflanzungen und ernten den Meeresspargel Queller. Das spiegelt sich auch im Design wider. So zielt den berühmtesten Stoff des finnischen Designunternehmens Marimekko ein knallbuntes Mohnblumenmotiv. Natürliches und Ehrliches dominiert in nordischen Wohnzimmern auch die Materialwahl. Dänen, Norweger und Co. schwören auf Materialien wie Holz, (Baum-)Wolle und Leinen. Letzteres darf ruhig sicht-

bar knittern, Natur pur eben. „Die Textur dieser Stoffe und Haptik von Oberflächen erzeugt Wärme sowie Tiefe“, so Meindl-Cavar. „Und der richtige Mix ein harmonisches, ausgeglichenes Gesamtbild.“ Kunststoff ist im Skandinavien-Stil tabu.

## Mut zum Minimalismus

Wer Hygge mit einem Masseneinkauf in einem schwedischen Einrichtungshaus, dem Vollräumen der Bude mit Krimskrams oder einem Dekorations-Overkill assoziiert, ist leider auf dem Holzweg. Der Trend bedeutet das exakte Gegenteil: Weniger ist mehr, bei Möbelstücken wie Alltagskram. Um keine stressende Überladung zu erzeugen, ist Reduktion bis auf Wesentliches gefragt, damit sich auch das Auge entspannen kann.

Skandinavier verstehen es laut Meindl-Cavar „meisterhaft, mit wenigen, gezielt ausgewählten Elementen eine behagliche Atmosphäre zu schaffen“. Statt im Vorbeifahren des XL-Einkaufswagens nach neuen Teelichthaltern zu grapschen, lieber die geerbten Kerzenleuchter entstauben und würdig in Szene setzen, beispielsweise durch buntes Wachsrest-Recycling aus dem Vorwinter. Auch Wallenta kehrt einrichtungstechnisch zu den Wurzeln zurück, der „Entdeckung des Einfachen“: „Unnötigen Schnickschnack vermeiden und lieber auf Dinge konzentrieren, die Freude oder Komfort bereiten.“ Zum Beispiel multifunktionale Möbel, die ein Zweitexemplar einsparen.

Schon beim Betreten eines Raums ist das Hygge-Gefühl spürbar. Oder eben nicht. Woraan das liegt, wird jedoch erst auf den zweiten Blick ersichtlich: an der richtigen beziehungsweise falschen Beleuchtung. Für Innenarchitektin Meindl-Cavar spielen Lampen beim Wohlfühl-Wohnen eine Hauptrolle: „Dafür braucht es Lichtquellen mit 2700 bis 3000 Kelvin. Je niedriger die Zahl, desto wärmer die Beleuchtung.“

Auch ein Blick nach Amsterdam lohnt: Selbst in der Enge der Grachtenstadt finden sich in den schmalen hohen Häusern vor den großen Fenstern keinerlei Vorhänge. Besu-

cher blicken Bewohnern hier sprichwörtlich bis auf die Goudascheibe ihres Butterbrots. Kein großes Problem und ein Gewinn in puncto Licht: „Natürliches ist essenziell“, erklärt Wallenta. „Während des Tages sollte so viel wie möglich hereinströmen.“

Kleine Fenster Marke Guckloch und schwere, dunkle Vorhangstoffe verhindern das. Am Feierabend ist Zeit für indirekte Beleuchtung: Kerzenschein und diffuse Lichtquellen mit warmweißem Schein. Dänen, Schweden und Co. setzen auf Tisch- wie Leselampen und Lichterketten. Oft ist für grelle, harte und unpersönliche Räume bereits ein Glühbirnentausch die Rettung. Kleine Veränderungen haben eine große Wirkung. Und verwandeln die kalte Behausung in ein wärmespendendes Kuschelnest, in dem sich die langen Wintermonate wohliger überstehen lassen.

## TIPPS ZUM HYGGE-WOHNEN

**Die Natur ins Haus holen:** Pflanzen, frische Blumen oder eine saisonale Dekoration mit Tannenzweigen oder Trockenblumen bringen Leben in den Raum.

**Weniger ist mehr:** Zu viel Deko vermeiden und an das Motto „weniger ist mehr“ halten. Überfüllte Räume können schnell unruhig und stressend wirken.

**Natürliche Materialien verwenden:** Holz, Leinen und (Baum-)Wolle sorgen für Wärme und eine unaufgeregte Eleganz.

**Lichtquellen verteilen:** Ein Raum braucht immer mehrere Lichtquellen: Tisch- und Stehlampen, Kerzen und Lichterketten. Indirektes Licht schafft eine gemütliche und warme Atmosphäre.

**Persönlichkeit einbringen:** Dinge, die glücklich machen oder Erinnerungen wecken, gehören in die Auslage. Sie verstärken das Geborgenheitsgefühl.

Tipps von Wohnbloggerin Rebecca Wallenta