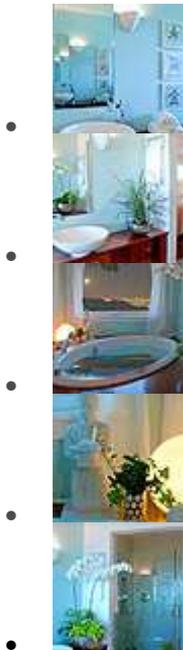




Mit acht Zutaten das Badezimmer zum luxuriöses SPA machen.  
(Foto: Sabine A. Fischer/Beate Walden)

Vom einfachen *Badezimmer* zum luxuriösen *Spa*  
vom 25.05.2011 Karin Henjes in Zusammenarbeit mit Sabine A. Fischer  
mit freundlicher Genehmigung der Redaktion "www.zuhause.de"

*Schnell die Zähne putzen, rasieren und Katzenwäsche machen war gestern. Auch manchmal etwas sehr asketische, gesundheits-orientierte Wellness ist im Badezimmer passé. Jetzt heißt es "loungen" am Ort der Reinheit: Die Nasszelle entwickelt sich - in Anlehnung an luxuriöse Hotelangebote - immer mehr zum*



**Das Bad als Spa ? Tolle Sache !** Doch wie kann man diese neue Form des badenden Loungens auf ein kleines, vielleicht sogar innen liegendes Badezimmer übertragen?

Die Diplomingeneurin für Architektur Sabine A. Fischer arbeitet als Interior Designerin und Feng-Shui-Beraterin. Für zuhause.de bringt die Expertin die verschiedenen Welten zusammen. Anhand eines Projekts, das sie in Los Angeles durchführte, zeigt die ebenso bodenständige wie ideenreiche Expertin, wie in acht Schritten ein SPA im kleinen und großen Stil entstehen kann.

### Spiegel weiten den Raum

Der erste Tipp von Sabine Fischer ist der alten chinesischen Schönheitslehre des Feng Shui entlehnt. **"Bringen Sie an der Außenseite des Bades einen Spiegel von etwa 15 mal 15 Zentimeter an, in dem Sie sich sehen"**, rät die 49-Jährige. "Damit aktivieren Sie eine lebendige, positive Atmosphäre beim Eintreten in das

Badezimmer, das nach alten gestalterischen Regeln eher ein Raum der abfließenden Energie ist." Wer feinsinnige Konzepte schätzt, kann einen chinesischen achteckigen Bagua-Spiegel nehmen, doch auch andere Spiegel wirken positiv.

Von solchen Überlegungen abgesehen sind Spiegel auch ein hervorragendes Mittel zur optischen Weitung des Badezimmers. "Meiden Sie allerdings Spiegelkacheln. Damit zerschneiden Sie Ihr Konterfei. Eine tolle Wirkung erzielen Sie hingegen mit großformatigen Spiegeln. Man sollte bei deren Installation aber immer bedenken, welche Raumelemente sich darin spiegeln werden", so Wohnexpertin Fischer.

## Die passenden Farben fürs private SPA

"Beweisen Sie Farbenfreude in Ihrem Bad", appelliert sie für Mut bei der Badgestaltung. "Hellblau ist eine wunderbare Badfarbe und bewirkt in Verbindung mit Türkis- und Weißtönen eine Atmosphäre von großer Klarheit. Generell eignen sich auch Pastelltöne mit ihren besänftigenden Farbspektren sehr schön fürs Bad. Ein wohngesundes Klima erzeugen Sie mit Apfelgrün - oder mit einem strahlend gelben Weiß, in der Fachsprache Off-White genannt. Ich persönlich würde einen Raum nie wieder einfach weiß streichen, sondern stets mit diesem sonnigen, kraftvollen Ton, der noch im November leuchtet."

## Die richtigen Textilien

Auch Erd- und Café-Melange-Töne empfiehlt Fischer - in Verbindung mit Teppichen und Handtüchern flauschen sie den Raum so richtig ein. "Ich bin ein Fan von hochflorigen Textilien", verrät Sabine Fischer. "Sie sollten allerdings nicht zu kleinteilig sein. Bitte keine Garnitur mit eigenem Stück um die Toilette herum. Wählen Sie wenige große Stücke und stimmen Sie diese farblich aufeinander ab. Auch Vorhänge dienen der Wohnlichkeit. Das Fenster ist wie ein Gesicht, das gerahmt werden will. Außerdem können Sie auf Sichtschutzglas verzichten, wenn Sie zarte weiße Vorhänge wählen. Oder Sie bringen Vliesrollos an, die Sie von unten hinaufziehen."

## Holz in die Badezimmer-Einrichtung integrieren

Da im Badezimmer naturgemäß relativ harte Materialien zum Einsatz kommen, sollte man generell auf die Beschaffenheit der Oberflächen achten. "Bäder können sehr hallig sein. Wer schon einmal ein Kind im Bad quietschen hörte, kann dies sicher bestätigen. Verwenden Sie deshalb - neben Hochflortextilien - auch andere weiche, wohnliche Materialien, damit das Bad nicht zum lauten Resonanzkörper wird", rät Fischer.

Dafür eignen sich besonders Einrichtungselemente aus Holz, seien es Körbe oder auch Holzmöbel speziell für den Nassraum. Gerade wenn ansonsten frische Blautöne dominierten, bräuchte es unbedingt Holzelemente, erklärt die Expertin. "Sonst fliegt Ihnen das Bad gefühlsmäßig davon. Holz erdet und kann auch zur Balance zweier unterschiedlicher Farben eingesetzt werden."

## Mit Licht besondere Akzente setzen

"Licht ist ein ganz wichtiges Gestaltungselement", führt Sabine Fischer weiter aus. "Man sollte genau überlegen: Wo wirken Spots, und wo schaffe ich gemütliche indirekte Lichtquellen. Für innenliegende Bäder empfehlen sich auch

Taglichtleuchten, die den Frequenzen des natürlichen Sonnenlichts entsprechen. Absolut empfehlenswert finde ich ein gedämpftes, warm wirkendes Nachtlicht. Personen, die nachts ins Bad oder in die Toilette mit Nachtlicht gehen, finden schneller wieder in den Schlaf zurück und schlafen ruhiger. Das haben Psychologen herausgefunden."

## Pflanzen als perfektes Deko-Element im Badezimmer

Unverzichtbar sind für Sabine Fischer auch Pflanzen. "Blüten gehören unbedingt in ein Bad", findet die Beraterin für naturkonformes Wohnen, die auf ihrer Webseite "modern-life-academy.com" auch Vorträge und Workshops zum Thema anbietet. "Eine einzelne Blüte in einer Vase entfaltet schon eine große Wirkung. Toll sind auch Grünpflanzen, allerdings keine Yucca-Palme mit spitzen Blättern oder gar ein Kaktus, sondern ein weichblättriges Grün mit gerundeten Blattformen", rät Fischer. "Schön ist zum Beispiel ein Bambus. Der fühlt sich im feuchten Klima des Badezimmers sowieso sehr wohl. Auch darüber hinaus empfiehlt sich eine bewusste, dezente Dekoration, zum Beispiel mit asiatischen Elementen."

## Gute Stauraumlösungen für Ordnung im Bad

Sehr wichtig für das Raumgefühl, gerade in einem kleinen Bad, ist die Ordnung. Auch hier gilt: Große Formate eignen sich besser als viele kleine Aufbewahrungseinheiten. Leben Sie in einer Familie, können Sie Regale benutzen, für die jeder seinen persönlichen Korb bekommt. Ansonsten eignen sich auch zueinander passende Schränke und Unterschränke mit Schubladen prima.

## Der Duft der Harmonie

Um den Badgenuss mit allen Sinnen zu genießen, können SPA-Freunde den Raum mit einem angenehmen Duft erfüllen. "Hier sollten Sie aber schon aus Gesundheitsgründen unbedingt etwas ganz Natürliches nehmen", empfiehlt Sabine Fischer. "Es gibt zum Beispiel wunderbare Düfte von Primavera. Für das Bad eignet sich das Spray 'Harmonie' oder die Komposition 'Cosmic Chi'".

**"Liebe Leser,**

***los geht! Gestalten Sie Ihr Bad neu und auf gesunde Weise. Packen Sie es an.***

***Umgeben Sie sich im Badezimmer mit Schönerm und erfrischen Sie darin jeden Tag Ihren Körper, Ihren Geist und Ihre Seele ! Feng Shui in formschönem Design bewegt Sie und Ihr Leben auf sanfte Weise voran.***

***In meinen Workshops, Vorträgen und meiner Fortbildung können Sie auch lernen, wie's geht !***

***Mit besten Grüßen  
Ihre Sabine A. Fischer 7-2011 "***