

WONEN



VOORDEEL VAN PLANTEN

Thuiswerken tussen weelderig groen

Het ziet ernaar uit dat we allemaal voorlopig zoveel mogelijk thuis blijven werken. Een goede thuiswerkplek is een must en de juiste stoel en tafel zijn onmisbaar, net als genoeg (dag)licht. Kamerplanten mogen eigenlijk niet ontbreken.

Planten hebben belangrijke gezondheidsvoordelen. Ze hebben een luchtzuiverende werking, kunnen stress verminderen en de aanmaak van het gelukshormoon dopamine verhogen. Daarnaast wijst onderzoek uit dat we productiever en creatiever worden van planten. En, niet geheel onbelangrijk: ze maken elke ruimte meteen een stuk gezelliger. Zelfs een huiskantoor(tje).

In principe zijn alle planten geschikt voor op de werkplek, maar volgens Joost Vos, plantencoach bij Intratuin, draagt een aantal extra bij aan een beter thuiswerkklimaat omdat ze een nog grotere luchtzuiverende werking hebben.

Stof

Vos tikt als eerste de goudpalm, ook bekend als de Areca. Deze plant haalt schadelijke stoffen als benzeen en toluen uit de lucht. De goudpalm heeft wel veel zorg nodig. Deze vangt namelijk veel stof en heeft veel water nodig, maar dat is volgens Vos op een thuiswerkplek misschien eerder een voordeel dan een nadeel.

„Even de plant water geven of afstoffen is een goed excuus om even pauze te nemen van het werk, om weg te zijn van je computer”, zegt Vos. „Door met groen bezig te zijn, kom je uit je werkmodus en kun je ontspannen.”

Behalve de Areca zijn ook de vioolplant (Ficus lyrata) en vrouwentong (Sansevieria laurentii) geschikt voor op de thuiswerkplek. „Erg makkelijk planten die wat minder verzorging nodig hebben”, weet hij.

De expert raadt verder de blauwvaren (Phlebodium) en klimop (Hedera) aan. Redelijk gemakkelijk te verzorgen soorten die relatief weinig licht nodig hebben. De klimop heeft als extra voordeel dat hij allergenen zoals schimmels uit de lucht haalt.

Groepjes

Zet vooral verschillende plantjes in andere groottes en kleuren bij elkaar, adviseert de plantencoach. Dat past volgens hem helemaal bij de trend van nu. „Creëer groepjes om de ruimte nog gezelliger te maken”, zegt Vos. „Neem bijvoorbeeld een grote palm en zet daaronder een varen met zijn grijsachtige bladeren neer. Staat leuk op een werkplek.”

Met afscheidingen in de vorm van plantenbakken maak je je eigen kantoor volgens de expert helemaal af.

Hortence Chen

BINNENKIJKER



Interieurontwerper Dick Smulders bij zijn fraaie kastenwand.

MODERN EN AUTHENTIEK

De een is nieuwsgierig, de ander zoekt inspiratie, maar we kijken allemaal graag hoe een ander woont. Deze week zijn we te gast in het Amsterdamse grachtenhuis van Dick Mulders en zijn partner.

door Sigrîd Stamkot foto's Rene Bouwman



Inrichting met lef! Elke ruimte heeft een eigen, zorgvuldig gekozen identiteit.

Mooi grachtenpand voormalige leerlooierij

’Lef’ is een van de woorden waarmee Dick Mulders (42) zijn huis aan de Amsterdamse grachten beschrijft. Dat begon al met de herinrichting van de

ruimtes in het gedeeltelijk monumentale pand. De keuken werd vanuit het wat jongere achtergedeelte naar de ruim 300 jaar oude voorkant geplaatst.

Dat was stap één om dat andere kernwoord te realiseren: gastvrijheid. Mulders: „Teun, mijn partner, en ik wilden graag een uitnodigende plek. Door de eetkamer en open keuken naar voren te halen, kregen we weer contact met de gracht.”

De voormalige leerlooierij werd na de herindeling ook met een flinke dosis lef ingeruimd. Een zwevende stalen trap aan de achtergevel van een oud huis plaatsens, moet je immers durven. Zo ook een messing kastenwand met zuur overgieten, waardoor hij nu de uitstraling van de zilververeerde gouden daken heeft die ze zagen toen ze tot vier jaar geleden in Sjanghai woonden.

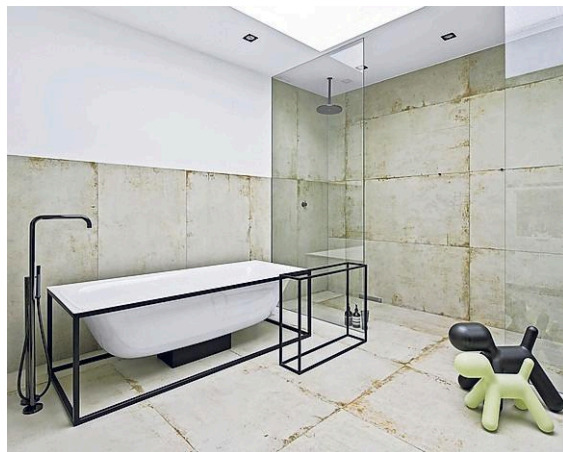
Hier schoorde Dick Mulders zich om tot interieurontwerper, met hun eigen huis als eerste resultaat. „Van messing kun je zeggen dat het schreeuwerig is, maar ik vind het effect eerder dynamisch.”

Elke ruimte heeft een eigen, zorgvuldig gekozen identiteit, met bijbehorende ma-



De koetsdeuren van het grachtenpand zijn in ere hersteld.

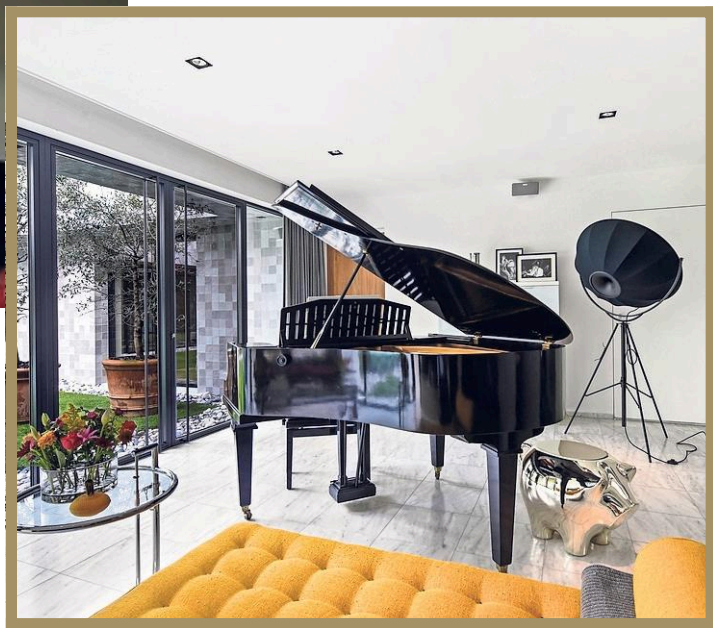
terialen en kleur. In de keuken lambriseren uit een oude Amsterdamse bank en een bijzonder stalen kunstwerk van bevriend kunstenaar Ronald Westerhuis, ook bekend van het MH17-monument. De vloer wisselt van carraramarmer naar verveerd hout, gelegd in een zogeheten Hongaarse punt. De badkamer valt op door het emailen bad op een zwartstalen frame: strak en industrieel, maar ook „ruimtelijk en subtiel”, aldus de eigenaar. In de slaapkamer is gekozen voor chinol-



De badkamer valt op door het emailen bad op een zwartstalen frame.



Strak maar knus: „We wilden graag een uitnodigende plek.”



Mooie centrale plek voor de vleugel.

Bewoners
Dick Mulders (42), partner Teun en poes Tommy

Oppervlakte
260 m²

Aantal kamers
9

Lievelingsplek

„De keuken om vrienden te ontvangen voor borrels en diners en de badkamer om tot rust te komen.”

Project
„Oit een huis waarvan de tuin doorloopt in het strand.”

seriebehang, in de woonkamer voor diep donkergrijs. Hier valt, naast de lichte leren bank op het petrokkleed, de kroonluchter op. „Die hoort in zo’n oud pand”, vindt Mulders. Maar dan wel één die past in dit interieur waar modern en authentiek samenkomen. Dit is een moderne variant, bedacht door de Nederlandse ontwerper JSRP.

De slaapkamer vinden we achterin. Met interessante opslaan deuren naar weer die houten vloer, waarop het bed statig onder een dakraam staat.

De gevel is volgens Mulders „niet de mooiste, maar wel heel charmant”, waarin twee originele sluitstenen sieren. Daarnaast zijn de oude koetsdeuren in ere hersteld.

Overal in huis liggen, staan of hangen herinneringen aan hun reizen, bijvoorbeeld verpakt in mooie salonboeken. „Door te reizen doe je ervaring op die we naar Amsterdam hebben meegenomen. Dat kan een geur zijn, een kleur, een sfeer, maar ook materiaal. Een huis is af als het je na een reis direct thuis laat voelen en als het bij de bewoner past. En er moet iets spannends gebeuren.” Het moge duidelijk zijn: dat gebeurt hier aan de Amsterdamse gracht.



Ik ga stug door!

Lodewijk Hoekstra beantwoordt uw tuin vragen

In mijn laatste column van dit jaar een boodschap die ik graag wil delen. De wereld staat meer dan ooit onder druk door onder meer milieuvulling zoals plastic soep, klimaatverandering met steeds extremere droogtes en heviger regenval en bijvoorbeeld het ongekende verlies aan biodiversiteit.

Waren de problemen eerst ver weg in Afrika of op de Noordpool, nu beginnen we zelf ook de gevolgen te ervaren. Zo gaan de bossen in Nederland dood, is 80 procent van alle vlinders al verdwenen en merken we dat we te kampen hebben met de sterke gevolgen van klimaatverandering.

Petitie

Twee jaar geleden stond ik in Den Haag met een petitie 'Code rood voor natuur'. Maar liefst negen Tweede Kamers namen deze in ontvangst en riepen in koor dat ze dit thema serieus zouden omarmen. Sindsdien is er vrijwel niets gebeurd.

Vorig jaar hebben we namens een brede coalitie van bouwers, ontwikkelaars en diverse groene partijen een oproep gedaan om natuurinclusief bouwen tot norm te verheffen. Ondanks de toezegging van minister Schouten om er namens drie ministeries naar te willen kijken, is het toegezegde gesprek er nog steeds niet geweest terwijl diverse lobbyclubs wekelijks op bezoek lijken te zijn.

In Europa wordt ondanks de 'green deal' van Frans Timmermans binnenkort waarschijnlijk besloten om wederom 40 procent van de gehele begroting aan landbouw te besteden, met alle gevolgen van dien. In Nederland worden nu wel miljarden vrijgemaakt om natuurgebieden te herstellen en bijvoorbeeld boeren uit te kopen, maar er is geen euro voor vergroening van de leefomgeving terwijl dit zo'n belangrijk onderdeel van herstel kan zijn.

Eén geheel

Want waarom geen Natura 2000-woonwijken waar gebouw en gebied één geheel vormen en waar economie, natuur en gezondheid hand in hand gaan? Het kan echt! *Biobased* producten die uit de directe omgeving komen en die voor een fraai en gevarieerd landschap zorgen, bodem die middels goed beheer stikstof en CO₂ kan binden, duurzame deelmobiliteit en veel groen om hittestress tegen te gaan en water te sponzen.

Ik ga gewoon door om beweging te creëren en aandacht te vragen voor meer groen en natuur in onze samenleving. Zo blijven we met NL Greenlabel doorbouwen aan een groenere en



duurzamere samenleving waar mens en natuur in balans zijn, heb ik het boek *Groen geluk* geschreven en kom ik in het voorjaar met een nieuw groen tv-programma. Wat gaat u morgen trouwens doen? De tuin ontstenen, een regenpijp afzagen, een boom planten of minder vlees eten...?

Tv-groenspecialist Lodewijk Hoekstra beantwoordt elke week uw tuin vragen. Hebt u een vraag? Mail naar tuinvraag@telegraaf.nl