



Bohomy

DEIN

Retreat Guide

7 Wege, dein Zuhause in einen Rückzugsort zu verwandeln.



WILLKOMMEN

Dein Zuhause verdient mehr als nur Einrichtung.

Es gibt Orte, an denen du zur Ruhe kommst, noch bevor du dich überhaupt hinsetzt. Räume, in denen das Licht anders fällt, die Luft anders riecht und die Zeit anders vergeht. Dieses Gefühl kennst du von einem Retreat auf Bali, von einem Morgen in einem Boutique-Hotel am Meer oder von einem Nachmittag in einem Raum voller Naturmaterialien und Stille.

Dieses Gefühl ist kein Zufall. Es entsteht durch bewusste Entscheidungen: Welche Materialien dich umgeben, wie das Licht in den Raum fällt und welche Rituale deinen Tag rahmen. Die gute Nachricht: Du brauchst dafür keinen Flug. Nur diesen Guide – und die Bereitschaft, dein Zuhause mit anderen Augen zu sehen.

Dieser Guide zeigt dir sieben Wege, wie du dein Zuhause Stück für Stück in einen Rückzugsort verwandeln kannst. Es gibt keine Einkaufslisten und keine Trend-Tipps. Stattdessen: Prinzipien, die bleiben. Für Räume, die sich anfühlen wie ein tiefer Atemzug.

Alles Liebe,
Deine Janina



OI

WEG EINS

Lass Naturmaterialien sprechen.

Holz, Leinen, Rattan und Keramik sind Materialien, die eine Ruhe ausstrahlen, die Kunststoff niemals erreichen wird. Sie altern mit Würde, fühlen sich warm an und riechen nach etwas. Ein Raum, der mit Naturmaterialien gestaltet ist, kommuniziert ohne Worte: Hier darfst du ankommen.

WARUM DAS WIRKT

Es gibt einen Grund, warum du dich in einem Hotelzimmer mit Leinenbettwäsche und Holzboden sofort anders fühlst als in einem mit PVC und Polyester.

Naturmaterialien haben eine unregelmäßige Oberfläche mit Maserungen, Webstrukturen und kleinen Unebenheiten. Unser Nervensystem interpretiert diese Unregelmäßigkeiten als „organisch“ und „sicher“. Glatte, perfekte Oberflächen erzeugen dagegen eine subtile Anspannung, da sie in der Natur kaum vorkommen.

Wabi-Sabi, die japanische Ästhetik der schönen Unvollkommenheit, macht sich dieses Prinzip zunutze: Ein handgetöpfter Becher mit leichter Asymmetrie wirkt beruhigender als ein makelloser Becher aus der Fabrik. Dein Zuhause braucht keine perfekten Oberflächen. Es braucht ehrliche.

DREI SCHRITTE – VOM SOFORT-IMPULS BIS ZUM WOCHENENDPROJEKT

I Heute

Wähle einen Raum aus und ersetze ein Element durch ein Naturmaterial. Zum Beispiel ein Plastik-Tablett gegen eines aus Rattan. Ein Kissen aus Polyester gegen eines aus Leinen. Ein Metallregal gegen ein Regal aus Holz. Spüre den Unterschied – nicht optisch, sondern haptisch: Fahre mit der Hand darüber. Naturmaterialien antworten.

2 Am Wochenende

Mach eine Materialinventur in deinem Wohn- oder Schlafzimmer. Nimm dir 20 Minuten Zeit und berühre bewusst jede Oberfläche: Kissen, Decken, Tischplatten, Aufbewahrungsboxen usw. Was fühlt sich kalt und synthetisch an? Notiere drei Dinge, die du in den kommenden Wochen durch Naturmaterialien ersetzen möchtest. Es muss kein Großprojekt sein, sondern kann ein langsames Kuratieren sein. Ein Leinenbezug hier, ein Rattankorb dort. Retreat Living entsteht nicht über Nacht, sondern Schicht für Schicht.

3 Dein nächstes Projekt

Widme eine ganze Oberfläche dem Naturmaterial-Prinzip: dein Bett, dein Esstisch oder dein Sideboard. Beim Bett bedeutet das beispielsweise Leinenbettwäsche, eine Tagesdecke aus gewaschener Baumwolle und Kissen mit sichtbarer Webstruktur. Kein Element muss teuer sein, aber jedes sollte sich so anfühlen, als hätte es eine Geschichte. Faustregel: Wenn du ein Material nicht gerne berühren würdest, gehört es nicht in dein Retreat.

*Die besten Materialien sind die,
die mit der Zeit noch besser
werden.*

O2

WEG ZWEI

Gib deinen Räumen Luft zum Atmen.

Das Geheimnis eines jeden Retreat-Raums ist, dass es nicht darauf ankommt, was drinsteht, sondern was fehlt. Leere Flächen sind keine verschwendete Fläche. Sie sind eine Atempause für die Augen. Jedes verbliebene Objekt erhält dadurch mehr Bedeutung, mehr Präsenz und mehr Raum, um zu wirken.

WARUM DAS WIRKT

Unser Gehirn verarbeitet jeden Gegenstand in unserem Sichtfeld, sei es bewusst oder unbewusst. Je mehr Objekte es zu verarbeiten gibt, desto höher ist die kognitive Grundlast. Studien zur Umgebungspsychologie zeigen: Visuelles Rauschen erhöht den Cortisolspiegel ähnlich wie leichter Dauerstress. Deshalb fühlst du dich in einem aufgeräumten Hotelzimmer sofort entspannter als in deinem überfüllten Wohnzimmer, obwohl dir dein Wohnzimmer eigentlich vertrauter ist.

Retreat-Räume nutzen diesen Effekt gezielt: Sie lassen Leerflächen um Objekte herum, damit jedes Stück für sich wirken kann. Das hat nichts mit Minimalismus im Sinne von „Weniger besitzen“ zu tun. Es ist bewusstes Kuratieren: Es darf nur bleiben, was eine Funktion hat oder eine Emotion auslöst.



DREI SCHRITTE – VOM SOFORT-IMPULS BIS ZUM WOCHENENDPROJEKT

I Heute

Wähle eine Oberfläche aus – beispielsweise ein Sideboard, ein Regal oder einen Nachttisch – und reduziere die darauf stehenden Objekte auf drei. Nicht mehr. Lass Platz zwischen ihnen. Beobachte, wie sich das Raumgefühl verändert, wenn die Dinge Abstand zueinander haben. Was übrig bleibt, wird plötzlich sichtbar.

2 Am Wochenende

Wähle einen Raum aus und räume alle dekorativen Gegenstände in eine Kiste. Wirklich alles: Vasen, Kerzen, Bücher, Körbe. Lebe eine Woche mit dem leeren Raum. Dann hole nach und nach einzelne Stücke zurück, aber nur die, die du vermisst hast. Nicht die, von denen du denkst, dass sie dorthin gehören, sondern die, deren Fehlen du gespürt hast. Sondern die, deren Fehlen du gespürt hast. Der Rest bleibt in der Kiste. Oder er geht.

3 Die Dreier-Regel für jeden Raum

Gehe durch deine Wohnung und wende auf jede Oberfläche die Dreierregel an: Stelle maximal drei Objekte in unterschiedlichen Höhen auf. Beispielsweise ein hohes Element (eine Vase mit Zweig), ein mittleres (eine Keramikschale) und ein niedriges (eine Kerze oder ein Buch). Diese asymmetrische Dreiergruppe erzeugt visuelles Gleichgewicht, ohne statisch zu wirken – genau das Prinzip, das Innenarchitekten in Boutique-Hotels nutzen.

*Das Luxuriöseste, das du einem
Raum schenken kannst, ist Platz.*



03

WEG DREI

Gestalte das Licht, nicht nur den Raum.

Licht ist die unsichtbare Einrichtung deines Zuhauses. Es entscheidet darüber, ob ein Raum kalt oder warm wirkt und ob er einlädt oder abstößt. In Retreat-Räumen werden fast nie Deckenlampen verwendet. Sie setzen auf Schichten: Kerzen, Stehlampen, Lichterketten – alles befindet sich unterhalb der Augenhöhe.

WARUM DAS WIRKT

Deckenlampen fluten einen Raum gleichmäßig aus – das ist zwar effizient, wirkt aber atmosphärisch tot. Unser Gehirn assoziiert Licht von oben mit Tageslicht und Aktivität. Licht von der Seite oder von unten hingegen signalisiert Dämmerung, Feuer und Geborgenheit. Deshalb wirken Restaurants mit Kerzen intimer als Kantinen mit Neonröhren, obwohl in beiden Fällen ein Sättigungsgefühl erzeugt wird.

Der Schlüssel liegt in der Farbtemperatur und der Lichtrichtung. Warmes Licht (2.700 Kelvin oder weniger) senkt nachweislich den Melatonin-Abbau und bereitet den Körper auf Ruhe vor. Mehrere kleine Lichtquellen auf unterschiedlichen Höhen erzeugen Tiefe und Schatten. Und diese sind es, die einem Raum Seele geben.

DREI SCHRITTE – VOM SOFORT-IMPULS BIS ZUM WOCHENENDPROJEKT

I Heute Abend

Schalte alle Deckenlampen aus. Zünde stattdessen zwei bis drei Kerzen an und stelle eine Lampe auf Tischhöhe auf. So erzeugen Boutique-Hotels ihre Atmosphäre. Beobachte, wie sich dein Atemrhythmus verändert, wenn das Licht weicher wird.

2 Die Drei-Ebenen-Regel

Richte dein Wohn- oder Schlafzimmer nach dem Drei-Ebenen-Prinzip ein. Stelle eine Lichtquelle auf Bodenhöhe auf, zum Beispiel eine Papierleuchte oder eine niedrige Stehlampe. Stelle eine weitere Lichtquelle auf Tischhöhe auf, zum Beispiel eine Tischlampe oder eine Kerze auf dem Sideboard. Stelle eine dritte Lichtquelle auf Augenhöhe auf, zum Beispiel eine Wandleuchte oder eine höhere Stehlampe. Keine dieser Lichtquellen muss teuer sein. Wichtig ist, dass sie alle warmweiß leuchten. Betrachte die Deckenlampe ab jetzt als Putzlicht, nicht als Wohnlicht.

3 Lichtinseln schaffen

Gehe durch deine Wohnung und identifiziere Orte, die du abends nutzt, zum Beispiel das Sofa, die Leseecke, den Esstisch oder das Bett. Jeder dieser Orte bekommt eine eigene Lichtinsel in Form einer gezielten, warmen Lichtquelle, die genau diesen Bereich beleuchtet und den Rest im Halbdunkel lässt. Lichtinseln erzeugen das Gefühl von Räumen im Raum. So wird dein Wohnzimmer plötzlich zu drei verschiedenen Orten, je nachdem, welche Lichtinsel du einschaltest.

*Das schönste Licht in deinem
Zuhause ist das, das du nicht siehst,
sondern fühlst.*

O4

WEG VIER

Sprich alle Sinne an.

Die Einrichtung wird fast immer nur visuell gedacht. Ein Retreat hingegen spricht alle Sinne an: den Duft von Sandelholz oder Eukalyptus, das Gefühl von Leinen auf der Haut oder das leise Klirren einer Keramikschale. Das kann dein Zuhause auch.

WARUM DAS WIRKT

Unser Gedächtnis speichert Gerüche direkter als jede andere Sinneswahrnehmung. Der Geruchssinn ist der einzige Sinn, der ohne Umweg über den Thalamus direkt ins limbische System gelangt, den Bereich des Gehirns, in dem Emotionen und Erinnerungen verarbeitet werden. Deshalb kann ein einzelner Duft uns sofort an einen anderen Ort, in eine andere Zeit oder in eine andere Gefühlslage versetzen.

Dieses Prinzip wird von Hotels und Spas systematisch genutzt: Sie entwickeln Signature-Düfte, die Gäste unterbewusst mit Entspannung assoziieren. Das Gleiche kannst du für dein Zuhause tun – jedoch nicht mit künstlichem Raumspray, sondern mit ätherischen Ölen, die tatsächlich auf dein Nervensystem wirken.



DREI SCHRITTE – VOM SOFORT-IMPULS BIS ZUM WOCHENENDPROJEKT

I Heute

Stelle einen kleinen Diffuser mit ätherischem Öl in deinen Eingangsbereich: Eukalyptus für Klarheit, Sandelholz für Wärme und Lavendel für Ruhe. Der erste Atemzug beim Nachhausekommen verändert alles, was danach kommt. Wähle einen Duft und bleibe dabei – durch die Wiederholung wird der Duft zu einem Anker.

2 Die fünf Sinne kartieren

Setz dich in deinen Lieblingsraum und geh die fünf Sinne durch. Sehen: Was ist das Schönste, das du siehst? Fühlen: Was berührst du gerade? Fühlt es sich gut an? Hören: Was hörst du – etwas Störendes oder etwas Beruhigendes? Riechen: Riecht der Raum nach etwas? Schmecken: Hast du einen Lieblingstee, den du nur in diesem Raum trinkst?

Für jeden unbeantworteten Sinn gibt es eine kleine Veränderung, die den Raum spürbar verändert: eine weichere Decke, ein Windspiel, ein Duftöl oder eine bestimmte Teesorte.

3 Dein Signature-Ritual

Ich verbinde einen bestimmten Duft mit einer bestimmten Tageszeit und Tätigkeit: Morgens duftet es nach Zitrusgras beim Frühstück. Abends Sandelholz beim Lesen. Am Wochenende Eukalyptus beim langen Bad. Nach zwei bis drei Wochen reicht der Duft allein, um dein Nervensystem in den entsprechenden Modus zu versetzen. Das ist keine Esoterik, sondern klassische Konditionierung, die du bewusst einsetzt.

*Ein Zuhause, das nur schön aussieht,
ist wie ein Foto. Ein Zuhause, das
sich anfühlt, riecht und klingt, ist
ein Retreat.*

A photograph of a cozy interior corner. On the left, a window with white wooden frames allows natural light to enter. Below the window is a radiator. In front of the radiator is a daybed or sofa with several large, light-colored linen pillows and a thick, textured knit blanket. On the floor in front of the daybed is a stack of books with a small white mug resting on top. The floor is made of wide, light-colored wooden planks.

05

WEG FÜNF

Schaffe einen Ort nur für dich.

Jedes Retreat hat diesen einen Ort, an den du dich zurückziehen kannst. Aber nicht das Sofa vor dem Fernseher. Und auch nicht der Schreibtisch. Ein Ort, der nur einem Zweck dient: Ruhe. Eine Lesecke. Ein Meditationsplatz. Eine Bank am Fenster mit einer Decke.

WARUM DAS WIRKT

In der Umweltpsychologie gibt es das Konzept der „Prospect-Refuge-Theorie“: Demnach fühlen sich Menschen an Orten am wohlsten, die gleichzeitig Übersicht und Schutz bieten – ein Platz am Fenster mit einer Wand im Rücken beispielsweise. Dieses Urbedürfnis nach einem geschützten Rückzugsort ist tief in uns verankert.

Wenn du einen solchen Ort in deiner Wohnung bewusst einrichtest und konsequent nur zur Ruhe nutzt, trainierst du dein Nervensystem. Dein Körper lernt, an diesem Ort schneller herunterzufahren. Das funktioniert ähnlich wie Schlafhygiene. Wer sein Bett nur zum Schlafen nutzt, schläft schneller ein. Wer seinen Rückzugsort nur für Stille nutzt, kommt dort schneller zur Ruhe.

DREI SCHRITTE – VOM SOFORT-IMPULS BIS ZUM WOCHENENDPROJEKT

I Heute

Suche dir eine Ecke in deiner Wohnung – sie darf auch winzig sein – und widme sie der Stille. Leg ein Kissen auf den Boden, lege eine Decke bereit und stelle vielleicht eine Kerze auf. Kein Handy, kein Bildschirm. Nur du und der Moment. Zehn Minuten am Tag reichen aus, um einen Unterschied zu spüren. Die Ecke muss nicht perfekt sein. Sie muss nur eindeutig sein.

2 Den Ort mit den Sinnen verankern

Gib deinem Rückzugsort eine sensorische Signatur: einen bestimmten Duft, eine bestimmte Textur – zum Beispiel eine Decke, die nur hier liegt – oder ein bestimmtes Licht, zum Beispiel eine Kerze statt einer Lampe. Diese sensorischen Marker helfen deinem Körper, den Übergang vom Alltag in die Ruhe schneller zu vollziehen. Nach ein paar Wochen reicht es, die Decke über die Schultern zu legen, um innerlich anzukommen.

3 Die Lesecke als Retreat-Insel

Wenn du mehr Platz hast, kannst du eine richtige Lesecke gestalten: Stelle einen bequemen Sessel oder ein großes Bodenkissen auf, stelle eine Stehlampe mit warmem Licht daneben und richte ein kleines Regal oder einen Stapel Bücher in Reichweite her. Wichtig: Es darf weder ein Couchtisch mit Fernbedienung noch ein Laptop-Abstellplatz sein. Dieser Ort gehört dem analogen Moment. Eine Tasse, ein Buch, eine Decke. Mehr braucht ein Rückzugsort nicht.

*Du brauchst keinen ganzen Raum für
dich allein. Manchmal reicht auch
eine Ecke, solange sie nur dir gehört.*

06

WEG SECHS

Lass die Natur herein.

Pflanzen sind mehr als nur Dekoration. Sie sind lebendige Mitbewohner, die den Raum buchstäblich atmen lassen. Sie reinigen die Luft, verändern die Akustik und bringen eine Lebendigkeit in den Raum, die durch kein Designobjekt ersetzt werden kann.

WARUM DAS WIRKT

Biophilic Design, also die Integration von Natur in gebaute Umgebungen, ist einer der am besten erforschten Bereiche der Innenarchitektur. Die Ergebnisse sind eindeutig: Pflanzen in Innenräumen senken den Blutdruck, reduzieren Stresshormone und steigern die Konzentration. Es geht jedoch nicht nur um messbare Werte.

Pflanzen bringen etwas in den Raum, das kein Möbelstück kann: Lebendigkeit und Veränderung. Ein neues Blatt, das sich entrollt. Ein Zweig, der sich dem Licht entgegenstreckt. Diese kleinen Bewegungen erinnern uns daran, dass Wachstum Zeit braucht und dass wahre Schönheit in natürlichen Prozessen liegt, nicht in Perfektion.



DREI SCHRITTE – VOM SOFORT-IMPULS BIS ZUM WOCHENENDPROJEKT

I Heute

Stelle eine einzelne, große Pflanze in den Raum, der dir am wichtigsten ist. Es sollte keine Sammlung kleiner Töpfe sein, sondern ein Statement: eine Monstera, eine Strelitzie oder ein Ficus. Eine Pflanze, die Raum einnimmt und Präsenz hat. Sie ist wie ein ruhiger Gast, der den Raum allein durch seine Anwesenheit besser macht.

2 Grün auf drei Ebenen

in Raum, in dem sich eine einzelne Pflanze befindet, wirkt belebter. Stehen Pflanzen auf verschiedenen Höhen, wirkt der Raum wie ein Garten. Stelle eine große, bodenständige Pflanze auf den Boden, eine mittelgroße Pflanze auf Tischhöhe – zum Beispiel auf dem Sideboard – und eine rankende Pflanze, die nach unten fällt, auf ein Regal. Diese drei Ebenen erzeugen räumliche Tiefe und vermitteln das Gefühl, von Natur umgeben zu sein – selbst in einer Stadtwohnung.

3 Die Pflanze als Raumgestalter

Pflanzen können mehr als nur dekorieren. Sie können auch Räume gliedern. Eine große Pflanze neben dem Sofa beispielsweise trennt den Wohn- vom Essbereich. Rankpflanzen an einem Raumteiler-Regal schaffen eine grüne Wand. Ein Bananenbaum neben der Badewanne verwandelt dein Badezimmer in eine Spa-Oase. Überlege dir bei deiner nächsten Pflanze also nicht „Wo sieht sie hübsch aus?“, sondern „Wo kann sie den Raum verändern?“.

*Pflanzen fragen nicht nach Trends.
Sie wachsen einfach und erinnern uns
daran, dass wir das auch dürfen.*



07

WEG SIEBEN

Mach das Ankommen zum Ritual.

Der Moment, in dem du die Tür öffnest und nach Hause kommst, ist der wichtigste Moment deines Tages. In einem Retreat wird dieser Übergang bewusst gestaltet – mit einem Duft, einem Klang oder einem visuellen Ankerpunkt. Dein Zuhause verdient dasselbe.

WARUM DAS WIRKT

Psychologen nennen es „Übergangsrituale“: bewusste Handlungen, die einen Wechsel von einem Zustand in einen anderen markieren. Ohne solche Rituale schleppen wir den Modus des Tages – Stress, Hektik und Bildschirme – in unsere Räume hinein. Der Körper ist zu Hause, doch der Kopf ist noch im Büro.

Ein Ankomm-Ritual durchbricht diesen Automatismus. Es muss nicht lang sein – 30 Sekunden reichen aus. Aber es muss bewusst sein. Durch die wiederholte Ausführung derselben kleinen Handlungen am selben Ort wird dein Nervensystem trainiert, den Modus zu wechseln. Nach ein paar Wochen reicht bereits die erste Bewegung des Rituals, um innerlich umzuschalten.

DREI SCHRITTE – VOM SOFORT-IMPULS BIS ZUM WOCHENENDPROJEKT

I Heute

Wenn du heute Abend nach Hause kommst, bleibe nach dem Öffnen der Tür kurz stehen. Zieh die Schuhe aus. Atme drei Mal bewusst ein und aus. Leg das Handy in die Tasche oder auf ein Tablett – behalte es nicht in der Hand. Betritt erst dann den Raum. Das klingt banal, aber der Unterschied zwischen „Reinfallen“ und „Ankommen“ liegt genau in dieser Pause.

2 Den Eingangsbereich gestalten

Der Eingangsbereich ist die Schleuse zwischen Außen und Innen. Gestalte ihn so, dass er dich empfängt. Stelle zum Beispiel ein Holztablett für deine Schlüssel auf, damit sie einen festen Platz haben. Stelle einen Zweig oder getrocknete Blumen in eine Vase, sodass du beim Hineinkommen als Erstes etwas Schönes siehst. Ein Duft, der immer derselbe ist. Wenn möglich, stelle eine kleine Bank oder einen Hocker zum Schuheausziehen auf, damit du nicht im Stehen balancieren musst. Der Eingangsbereich soll sagen: „Schalt um. Du bist jetzt hier.“

3 Dein persönliches Ankomm-Ritual

Baue eine feste Abfolge aus drei bis vier Handlungen, die du jeden Abend wiederholst, in deinen Abendablauf ein: Tür schließen, Schuhe auf die Matte stellen, Schlüssel auf das Tablett legen, Jacke aufhängen. Wasche dir anschließend die Hände, erfrische dein Gesicht und ziehe bequeme Kleidung an. Erst dann gehst du in die Küche, aufs Sofa oder zu den anderen. Der Clou: Die Reihenfolge bleibt immer gleich. Wie bei einer Teezeremonie geht es nicht um Effizienz, sondern um Präsenz.

*Das ist kein Ritual,
das ist Retreat Living.*

Wo stehst du und wo möchtest du beginnen?

Retreat Living ist kein Projekt mit Deadline. Es ist ein Weg, den du in deinem eigenen Tempo gehst. Dieser Kompass hilft dir, den Überblick zu behalten. Wo fühlst du dich schon wohl? Und wo liegt der größte Hebel für Veränderung? Gehe die sieben Wege durch, spüre in dich hinein und tippe für jeden Weg die Stufe an, die aktuell für dich stimmt.

- ☐ Noch nicht angefangen – Hier möchte ich beginnen.
- ☒ Auf dem Weg – Erste Schritte gemacht, es gibt noch Potenzial.
- ☐ Angekommen – Das fühlt sich schon gut an.

01	Naturmaterialien	☐	☒	☐
02	Luft zum Atmen	☐	☒	☐
03	Licht gestalten	☐	☒	☐
04	Alle Sinne ansprechen	☐	☒	☐
05	Ein Ort nur für dich	☐	☒	☐
06	Natur hereinlassen	☐	☒	☐
07	Ankommen als Ritual	☐	☒	☐

DEIN STARTPUNKT

Wähle den Weg, der dich am meisten anspricht, und nicht den, der sich am einfachsten anhört. Beginne mit Schritt 1 und nimm dir eine Woche Zeit. Dann folgt Schritt 2. Retreat Living entsteht nicht durch einen großen Umbau, sondern durch viele kleine, bewusste Entscheidungen.



DAS IST ERST DER ANFANG

Dein Retreat hat gerade erst begonnen.

Ich schicke dir saisonale Impulse, neue Magazinbeiträge und Hintergrundgedanken zum Thema „Retreat Living“ direkt in dein Postfach. Damit meine Mails sicher ankommen, speichere hallo@bohomy.de in deinen Kontakten ab – so landen sie nicht im Spam-Ordner.

Wenn du jetzt gleich weiterlesen möchtest: Im Magazin findest du alle Beiträge zu den Kategorien „Wohnen“, „Slow Living“ und „Urban Jungle“.

ZUM MAGAZIN →