

world of happiness

Over alles wat van waarde is



Papiermagie

Adembenemend mooi zijn de pop-up kunstwerkjes die de Britse Su Blackwell laat ontstaan vanuit een boek. Alles is zorgvuldig en met aandacht voor detail tot in de puntjes vormgegeven. Werkelijk een eeuwigdurend feestje om naar te kijken, óf om te versturen, want ze verkoopt er ansichtkaarten van à € 3,35 via sublackwell.co.uk

PRODUCTIE ALBERTINE VANDEN BRINK TEKST SUNNA BORGHUIS FOTOGRAFIE MARIAN FLINT & MAARTEN VAN DER WAL (ROOTFOLK), LOTTE MANOU (PORTRET KAIROS), JOHN REYNOLDS (THE OBSERVER BOOK OF BIRDS, ARTWORK BY SU BLACKWELL)



What a wonderful world

Van het label All things we like krijg je vanzelf een goed humeur; onder de noemer Dutch eco-design produceren ze items die speels, kleurig en innovatief zijn. Zoals een eclips-kandelaar, planthangers en botanische prints op biologisch papier. Alles planeetvriendelijk en ontstaan in samenwerking met onder meer sociale werkplaatsen en vluchtelingenateliers. allthingswelike.com

Jouw boom

Wie: het Rotterdamse olijfolie-bedrijf Flory Y Sabor

Wat: biedt hulp aan eerlijke boeren in Zuid-Spanje

Waarom: voor het behoud van ecologische olijgaarden

Hoe: wie wil kan een olijboom adopteren

Waar: via hun site à € 105,- per jaar

Ook leuk: je ontvangt jaarlijks 4 liter biologische olijfolie van de eerste koude persing

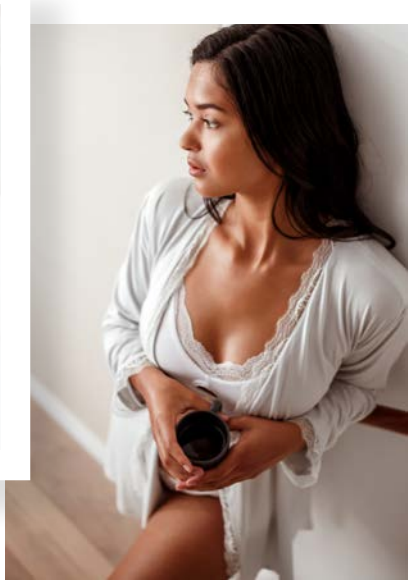
florysabor.com



Theeklontje



Slimme uitvinding; thee zetten zonder zakje. Het heet Microtea en komt in duurzaam verpakte suikervrije klontjes, die je simpelweg oplost in een kopje warm kraanwater. Er hoeft dus niks te koken of te trekken, en roeren is niet nodig. Door de fruitige mix van rozenbottel, bessen en hibiscus heeft het een subtiel vleugje zoet. Per doosje € 7,90, thermosflesjes vanaf € 29,90 via waterdrop.nl



Een vrouw als Eva

Eva van Schijndel groeide op in een gezin vol vrouwen, die zelden blij waren met de beha die ze droegen. Altijd schortte er wat aan comfort of pasvorm. Dat kan anders, dacht ze. Nu is ze eigenaar van het duurzame lingeriemerk Savara Intimates. Ze ontwerpt en naait zelf, en bedacht een verstelbaar maatsysteem waarmee je de onderbuste-lengte kan aanpassen naar behoefte. De cups zijn gemaakt van stretchmateriaal waardoor kleine maatverschillen geen probleem zijn. Beha € 74,94, slip € 34,95, kimono € 109,- via savaraintimates.com



Red velvet

Dit kleine flesje bevat een elixer van maar liefst 8 biologische plantenoliën, waaronder granaat-appelpitolie, die lichtrood van kleur is. Het is een krachtige antioxidanten boost voor de 40+ gezichtshuid, die soms gebaat is bij wat versteviging. Een paar druppeltjes voor het slapengaan of vermengd door je dagcrème heeft een fluweelzacht effect en voelt lekker glad aan op je huid. Het geurt subtiel naar sinaasappel en vanille. Deze granaatappel verstevigende gezichtsolie van Weleda kost € 27,99. weleda.nl

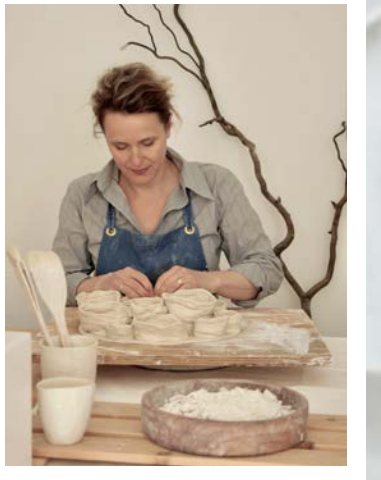
Liefs!

Voila, een plant door de brievenbus. Omdat je iemand mist, iets wilt zeggen of een hart onder de riem wilt steken. Daar zijn de zogenaamde Leafies perfect voor. Via de site kies je uit een zestal gestileerde bladvormen van buigzaam metaal. Plus een zak van kraftpapier en fijn vulzand. Dat alles past in een piepklein pakje. Een lieve attentie van blijvende waarde. leafies.nl



Kalebaskom

Kunstenaar Margot Kat bracht haar jeugd door in de buurt van het bos en laat zich in haar creatieve proces graag leiden door de natuur. Zo inspireerde een verblijf in Suriname haar tot een serviesserie waarbij de vormen verwijzen naar onder meer tropisch fruit of een kalebas, zoals hier de kommetjes in rode-aardetint (vanaf € 30,-). Maar ook een gewoon wit bordje is bij Margot een bijzonder en uniek exemplaar (vanaf € 12,50). In de lente geeft ze workshops, kijk voor info op rootfolk.com





Adresje

Poëtisch plekje

In het hart van het Belgische natuureservaat Deux Ourthes liggen een aantal prachtige houten boshutten. Ze verschillen onderling van elkaar, maar zijn qua sfeer allemaal stoer, sober en elegant, soms zelfs ingericht met echte berkenstammen. Er staat een houtkachel, er is een badkamer, een keuken en een goed bed. En overal waar je kijkt, ervaar je de overweldigende natuur van de Ardennen. lescabanederensiwiez.be

Kleine yogi's

Ach, wat zijn ze leuk, deze yogamatjes voor kinderen. De dessins zijn met de hand geschilderd, de kleuren zijn warm en de afbeeldingen lief en vrolijk. Bovendien voelt het superzacht aan, precies dat wat je zoekt voor een kleine yogi. Gemaakt van milieuvriendelijke materiaal. Uit de collectie van het Zwitserse lifestyle merk Guuz Mind. € 60,- via guuzmind.eu

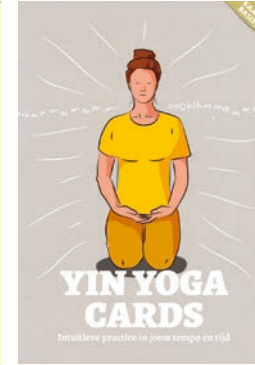


Vleugje vakantie

Een zachte, verfijnde scrub die ze aantrof in de badkamer van een Zuid-Franse B&B, was aanleiding voor Jacky de Goederen om Feeling Goods op te richten. Ze wilde een serie natuurlijke verzorgingsproducten die echt iets doen voor je huid, net als die scrub toen op vakantie. Of het nu een crème is, een balsem of serum, het moet verzachten, verzorgen en verwennen. De ingrediënten zijn puur en biologisch, en de geuren afkomstig van planten, kruiden en fruit. Scrub € 17,95, dag- en nachtcrème € 22,50 via feelinggoods.nl



3 vragen



‘De energie gaat anders stromen’

Jeroen van der Lee (o.a. yogadocent en energetisch therapeut) ontwikkelde een set yin yoga-kaarten met 40 begrijpelijke houdingen, die je thuis kunt beoefenen.

Hoe kwam je op het idee?

“Bij tarotkaarten trek je blind een aantal kaarten uit het deck, die iets vertellen over jou. Ik bedacht dat je met yin yoga-kaarten hetzelfde kunt doen. Je laat je hogere zelf bepalen wat voor jou op dat moment de beste houding is. Ik merk dat je vaak juist die houding trekt die je niet fijn vindt, maar juist goed voor je is. En dat voelt uiteindelijk heel prettig.”

Wat doet yin yoga voor je?

“Het is een verstillende yogavorm waarbij je een aantal minuten in een houding zit of ligt, die inwerkt op je bindweefsel. Soms voelt zo’n houding niet comfortabel, maar zo’n langere houding zorgt ervoor dat het ‘ijs’ in het bindweefsel als het ware kan smelten, en dat voelt bevrijdend, zowel fysiek als mentaal. De gebieden die in het lichaam beïnvloed worden, staan vermeld op elke kaart. Net als de chakra’s en meridianen.”

Waarom chakra’s en meridianen?

“Door de rek van een houding kunnen energieblokkades in meridianen worden opgeheven of anderszins gaan stromen. Dat heeft een positieve invloed op je organen. Hetzelfde geldt voor de chakra’s, de energiewielen.

Het geeft je dus de mogelijkheid iets te veranderen in zowel je fysieke lichaam als in je energetisch lichaam, en dat heeft effect op je complete mens-zijn: ook emotioneel, mentaal en spiritueel.”



Yin yoga-kaartenset à € 21,95 via yinyoga.cards

Heldere heksentaal

Handboek voor een magisch leven. Zo luidt de ondertitel van het boek ‘Heksen’, geschreven door ervaringsdeskundige Joyce van Nispen. Op heldere en sprankelende wijze legt ze uit wat hekserij is vandaag de dag. Het is een manier van leven, waarbij onder meer kaarten, stenen en nummers je een richting kunnen geven. Dat alles in een fris, eigentijds jasje gestoken door uitgeverij Snor. € 21,99 via dewereldvansnor.nl



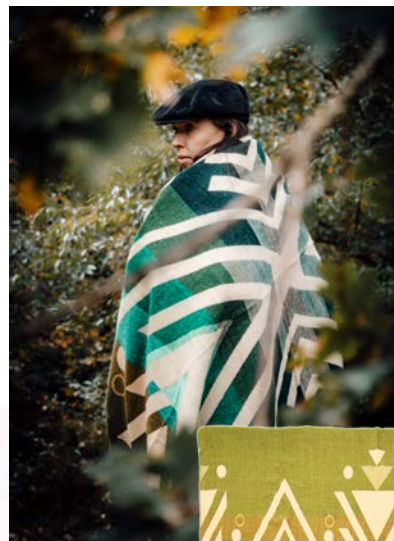
Unisex

Geen kledingstuk zo comfortabel als een kaffan van soepele stof, die losjes om je heen wappert en altijd past. De kaffans van Speezys zijn stylish, tijdloos, geschikt voor zowel mannen als vrouwen, en verkrijgbaar in maar liefst 18 tinten.

Dit Nederlandse modelabel is opgericht door style coach Patty Zomer (ex-Dolly Dot) en designer Britt Das. € 159,- via speezys.com

Warmte in huis

Kleurrijke ponchos, kleden en plaids uit Ecuador worden door Rebecca Braak geïmporteerd uit de Andes. Ze bezoekt daarvoor meerdere keren per jaar Quichua-stammen, waar alles wordt geproduceerd volgens eeuwenoude familietradities. In haar winkel Ecuafina in Zutphen kun je de authentieke fairtrade producten in levenden lijve bewonderen, of anders in haar webshop. Alpacadeken € 119,50 via [ecuafina.nl](https://www.ecuafina.nl)



Drink Thijs

De biologische sapjes van Thijs zijn er in vier verrassende mengsmaken, namelijk Appel & Brandnetel, Sinaasappel, Kamille & Duindoorn en Granaatappel, Framboos & Venkel. Alles glutenvrij, vegan en met weinig suiker. Gemaakt van overtollig vers fruit, dat de schappen niet haalt omdat het krom is of lelijk. Een mooie manier om voedselverspilling tegen te gaan. thijs-drinks.nl



Isis rocks



Van edelstenen, rudrakshazaden, kralen en katoenen kwasten knoopt Isis du Jour met de hand beeldschone mala's. Ze verkoopt ze onder de naam Sukha Rocks via [etsy.com](https://www.etsy.com). Isis is yogadocent met een achtergrond in mode en sieraden. Het merk is ontstaan vanuit haar passie voor soulvolle sieraden gecombineerd met haar liefde voor edelstenen.

interview

'Ik wil dat dit boek uitnodigend en zacht is'

Speechcoach en schrijver Imma Zandbergen maakte Kairos, een gesprekspartner van papier die je helpt woorden te geven aan alles wat je voelt. Bedoeld voor iedereen die verdriet heeft, om welke reden dan ook.

Als je door een lastige periode gaat, voel je van alles. Dan krijg je vaak het advies om 'het lekker van je af te schrijven, want dan voel je je beter', maar dat is niet altijd eenvoudig. Imma bedacht daarom Kairos. Een begeleid dagboek en tijdloze agenda.

Je noemt het een voelboek.

"Zo zie ik het echt. Het is geen doeboek, maar een voelboek. Het enige wat Kairos van je vraagt is om te voelen hoe het met je gaat en wat je nodig hebt. Je hoeft van Kairos niks te doen, ze draagt ook geen oplossingen aan. Kairos is een soort vriendelijke gesprekspartner van papier, die op allerlei manieren aan je vraagt: hoe gaat het nou écht met je?"

Hoe werkt dat?

"Kairos pelt steeds een laagje van je binnenwereld af. Met 142 open, oprechte en liefdevolle vragen. Vragen over je leven, vroeger en nu. Zoals: Welke emoties voeren bij jou de boventoon? Wie of wat geeft je energie? En huil je eigenlijk weleens? Ook vraagt Kairos door wat voor periode je heen gaat: Waar moet je nu geduld voor hebben? Waar ben je bang voor? En wat geeft je een krachtig gevoel? Er is niets wat je hoeft te verbergen bij Kairos. En als je bij een vraag denkt: hier heb ik vandaag geen behoefte aan, dan sla je die over. Ik wil dat Kairos in alles uitnodigend en zacht is. Ontwerpster Susanne Keilhack heeft dat prachtig doorgevoerd in het ontwerp."

Hoe ontstond dit?

"In 2016 ging ik zelf door een uitdagende periode waarin ik ziek was en heel veel

voelde. Het hielp mij toen om mijn emoties onder ogen te zien, en daarover te schrijven. Dat was helend. Zo ontstond het idee om een voelboek te maken. Een boek dat je helpt je gevoel te beschrijven. Dat verzacht en geeft ruimte voor iets anders."

Wat hoop je te bereiken?

"Met Kairos hoop ik andere mensen te helpen woorden te vinden voor alles wat ze voelen als het leven anders loopt dan verwacht. Verdriet kan ik niet wegnemen, maar het is wel fijn als mensen het idee hebben dat ze het niet helemaal alleen hoeven te doen. Een dagboek bijhouden als je je niet goed voelt, is een zuivere vorm van zelftroost."

Wat zegt de titel?

"Kairos en Chronos zijn twee figuren uit de Griekse mythologie. Chronos staat voor de tijd zoals we die kennen, onze agenda-tijd. Kairos gaat over de tijdsbeleving, de kwaliteit van tijd. Dat je even stilstaat en ervaart wat tijd met je doet, is denk ik heel waardevol en past goed bij dit boek."

'Kairos' is te koop voor € 26,95 via [kairosdagboek.nl](https://www.kairosdagboek.nl)

