

Jednostavne novogodišnje odluke koje će vam podići kvalitetu života

Kraj godine vrijeme je retrospekcije. Podvlačenja crte. Zbrajanja računa. Svaki svoj postupak i odluku želimo ocijeniti kao dobru ili lošu. Gdje smo u odnosu na početak godine? Koje smo mjesto zauzeli na nekoj imaginarnoj tablici? Kako ide ostvarenje petogodišnjeg plana? Imamo li uopće petogodišnji plan? Treba li nam?

Kada podvučemo crtu i ustanovimo područja nužnog poboljšanja pribjegavamo donošenju novogodišnjih odluka. Osim ako nismo beskrajno cinični i pronicljivi pa znamo da su novogodišnje odluke najgori od svih klišeja i da pismeno ili usmeno obećanje samome sebi donosi do još jednog razočaranja, još jednog odstupanja od plana.

Uostalom ne treba živjeti u prošlosti i neprestano se osvrutati, pogled treba biti uperen u budućnost. Novogodišnje odluke ne postaju klišeji u trenutku kada ih donesemo, nego u trenutku kada od njih odustanemo. Inspirirani postulatima čuvenog švedskog outdoor brenda Fjällräven, koji je sinonim za visoku kvalitetu života, jedinstvo s prirodom i očuvanje zdravlja, donosimo vodič koji bi nas konačno trebao naučiti pridržavanju novogodišnjih odluka.

Provodit ću više vremena u prirodi

Riječ je o novogodišnjoj odluci koja se nalazi na gotovo svakoj listi. I to s razlogom. Boravak u prirodi čini čuda za naše psihofizičko zdravlje i uravnoteženost organizma. Upravo poticanje što većeg broja ljudi na povratak prirodi oduvijek je bila i zauvijek će biti pokretačka snaga i glavna misija Fjällrävena. Boravak u prirodi se uvijek isplati; bez obzira na to radi li se o šetnji malim kvartovskim parkom dok nam sitne pahulje snijega padaju na lice ili o izazovnim skijaškim i planinarskim izletima nepoznatim prostranstvima. To su oni trenuci kada ste isključeni od vijesti, društvenih mreža i poslovnih e-maila i uključeni u zvukove i mirise prirode.

Na temelju ove ideje Fjällräven dizajnira svoju odjeću i opremu; svaki naš izlet u prirodu - bila to kratka šetnja šumom ili pustolovina koja će nam promijeniti život - stavlja iste zahtjeve pred našu odjeću i opremu: moramo ostati suhi, zagrijani i sigurni. Fjällrävenova kolekcija Greenland uvijek se brinula da u svakom trenutku

budemo spremni na pustolovinu, bilo da se radi o gradskom okruženju ili prirodi. Redizajnirana kolekcija predstavljena je ovog proljeća, a sada je prilagođena i zimskim uvjetima novim modelima kao što su Greenland Stretch Trousers i osvježenim klasicima kao što su Greenland Winter Jacket i Parka.

Više ću se kretati i vježbati

Još jedan klasik koji se logično nastavlja na onaj pod brojem jedan. Obično nas pretjerano uživanje u blagdanskim delicijama čini još svjesnijima prijeko potrebnog povećanja tjelesne aktivnosti. No rijetko tko je toliko vješt u pronalaženju problema kao osobe koje se spremaju za početak vježbanja: netko nema novaca, nekome je teretana predaleko, nekome nije usput, nekome nema parkinga, netko nema vremena. Netko jednostavno ne voli teretanu zbog ljudi koji se naslikavaju umjesto da vježbaju. No za sve te teške probleme postoji jednostavno rješenje: vježbajte u prirodi, jer ona vas očekuje. Ako ste se (barem u početku) odlučili za manje izazovne aktivnosti svoje ćete favorite pronaći u Fjällräven linijama Greenland i Övik. Za one željne malo ozbiljnijih izazova tu su linije specijalizirane za trekking High Coast, Abisko i Keb, koje će kvalitetom dizajna i izrade pružiti zaštitu od ponekad teških vremenskih uvjeta, ali istodobno pružiti slobodu pokreta.

Za one koji su spremni na iskušavanja vlastitih granica kao i granica oprema na najvišoj razini tu je linija Bergtagen. Ime je dobila po drevnom, gotovo zaboravljenom švedskom izrazu koji opisuje stanje duha osobe koja se popela visoko u planine, iznad granice rasta drveća i vratila se drukčija. Skromnija i svjesnija vlastite važnosti u odnosu na prirodu. Promjena je to koja je potrebna svima i koja nas ne čini manje vrijednima, baš naprotiv.

Reciklirat ću

Teško da postoji pojedinac koji će u 2019. godinu ući nesvjestan važnosti recikliranja za dobrobit ljudi, životinja, biljaka i našeg planeta u cjelini. Sada je samo potrebno predano raditi na tome da teoretsko znanje počne provoditi u praksi. Fjällräven sustavno radi na tome da izborom materijala i usavršavanjem proizvodnih procesa stvara što održivije proizvode. Od brojnih primjera za to izdvajamo Re-Kånken, posebno izdanje najprodavanijeg svjetskog ruksaka Kånken, koji je u potpunosti izrađen od recikliranih plastičnih boca, točnije njih jedanaest. Re-Kånken uz to obojan posebnom SpinDye tehnologijom koja drastično smanjuje upotrebu vode, energije i kemikalija.

Fjällräven Re-Wool linija proizvoda predstavljena ove zime objedinjuje tradicionalno talijansko umijeće proizvodnje visoko-kvalitetnog materijala sa svim sjajnim osobinama vrhunske vune. Fjällräven surađuje s predstavnicima tekstilne industrije u gradu Pratu tako da koristi izradu svojih komada koristi materijale preostale od

proizvodnje, viškove te malu količina već korištene vune. Tako su nastali proizvodi koji će svakako postati zimski klasici: Re-Wool kapa i šal koji će vas osvojiti svojom mekoćom i bojama, Greenland Re-Wool Sweater pulover visokog ovratnika u muškoj i ženskoj varijanti izrađen melanž tkanjem. Ili možda Canada Shirt, topla pamučna košulja karakterističnog kanadskog uzorka u koju će se zaljubiti drvosječe, hipsteri i puno onih između te dvije krajnosti.

Prestat ću gomilati suvišnu odjeću

Posljednje, ali nikako manje važno. Naučite odoljeti izazovu kratkotrajnih modnih trendova i velikih sezonskih popusta. Svaki put kada osjetite manjak novca i životnog prostora sjetite se trenutaka kada se s unaprijed napunjenom košaricom čekali da se sniženje na nekom web-shopu konačno otvori. Priroda je veća i važnija od svakog trenda i brenda, modne kolaboracije i must-have komada. Veća je i važnija od nas samih. I zato ne odbacujte donošenje novogodišnjih odluka kao izlizani klišej, već ih se nastojite pridržavati kao da vam o tome ovisi budućnost. Jer i ovisi.