ROŚLINNY TRENDBOOK 2026





Opracowane przez Projekt Rośliny

Co czeka na Ciebie w trendbooku?

Natura zawsze znajdzie drogę 3

trend 1 — nieoczekiwana ekspansja 5

trend 2 — tło dla myślenia twórczego 18

trend 3 — wiecznie żywy język wizualny 30

trend 4 — remedium na zmęczenie cyfrowe 43

trend 5 — zieleń pod audytem 59

Nowe spojrzenie na przestrzenie 71

Autorzy / Tekst / Wsparcie merytoryczne 72

Zdjęcia / Ilustracje / Źródła 75

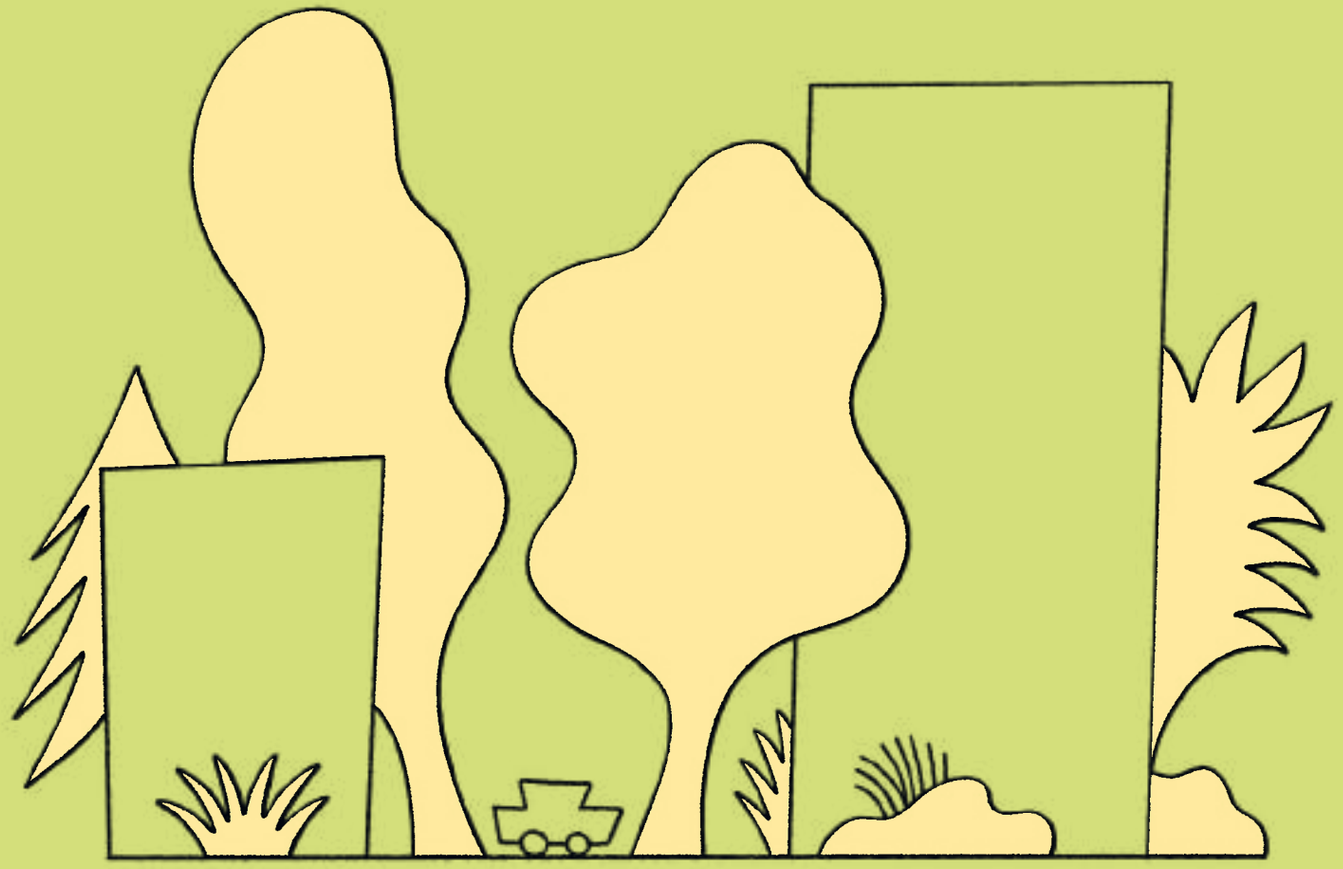
Natura zawsze znajdzie drogę

Czy zdarzyło Wam się kiedyś zawiesić wzrok na roślinie przebijającej się przez szczeliny chodnika, muru lub ściany? W miejscu, gdzie zdawałoby się, że nic nie ma prawa rosnąć? To zjawisko jest dla nas jednym z najbardziej poruszających przykładów cichej, ale konsekwentnej siły natury. Nawet w najbardziej nieprzyjaznych warunkach zieleń nie przestaje próbować. Przenika nasze miasta i pojawia się w przestrzeniach, w których przebywamy, jakby chciała tym samym powiedzieć: *jestem tu, choćbyście o mnie zapomnieli*.

Jej obecność przypomina nam, że w naszym skomplikowanym, często przytłaczającym świecie **wciąż jest miejsce na to, co naturalne, namacalne i nie do końca kontrolowane.**

Tegoroczny Roślinny Trendbook 2026 wyrasta z obserwacji, w jaki sposób natura przenika do wnętrz, w których spełniamy się kreatywnie, odpoczywamy, pracujemy lub tak po po prostu — jesteśmy. W zeszłorocznym wydaniu szukaliśmy jej ściśle w przestrzeniach biurowych, pokazując Wam liczne sposoby na wykorzystanie roślin do stworzenia przyjaznych miejsc pracy. **W tym wydaniu wychodzimy z biura na krótką przerwę, by sprawdzić, jak natura wpływa na nasze doświadczenie innych przestrzeni.**

Pierwsze trzy trendy zabierają Was do wnętrz, w których natura pojawia się nieoczekiwanie — na pop—upy znanych marek, do galerii sztuki, na eventy i nie tylko. Zwracamy w nich uwagę na to, jak obecność roślin w przestrzeniach kształtuje nasze doświadczenia, emocje i relacje. Sprawdzamy także, czy natura wciąż może dostarczyć nam nowych, ciekawych bodźców wizualnych. Następnie pochylamy się nad zjawiskiem zmęczenia cyfrowego i rolą zieleni w procesie regeneracji. Na końcu wracamy do biura, ale z odświeżoną perspektywą. Zastanawiamy się, jak przez ostatni rok zmieniło się podejście do natury w miejscu pracy i jak ta zmiana wpłynie na koncepcje biur, które będą powstawać w 2026 roku.



Choć trendy się zmieniają, cel trendbooka pozostaje ten sam. Dzieląc się tą publikacją, chcemy zainspirować Was do refleksji nad tym, w jaki sposób możemy wykorzystać naturę, by tworzyć miejsca, które wspierają dobrostan psychofizyczny człowieka.

Nieoczekiwana ekspansja



[1]


[2]

W 2023 roku przed spacerowiczami we Flatiron Park w Nowym Jorku wyrosła 6—metrowa, kultowa torba FRAKTA — sztandarowy produkt marki IKEA [1]. Jej przeskalowana wersja pełniła rolę metafory trwałości i codziennej funkcjonalności produktów szwedzkiej marki. Dwa lata później, po drugiej stronie oceanu, Instytut Pantone pokrył schody w Wembley Park farbą w odcieniu Yellow 25, tworząc interaktywną, publiczną instalację świętującą 25-lecie piosenki *Yellow* zespołu Coldplay [2].

Tych przykładów mogłoby być więcej. W ostatnich kilku latach staliśmy się świadkami wyraźnego zwrotu w stronę ekspresyjnych form w przestrzeniach publicznych i komercyjnych. Światowe marki coraz częściej stawiają na wielkoformatowe i niestandardowe instalacje, które mają za zadanie zwrócić uwagę odbiorcy *offline* i zbudować głębsze, bogatsze doświadczenie. W tym celu twórcy instalacji sięgają również po naturę. Rośliny pojawiają się dziś tam, gdzie niekoniecznie się ich spodziewamy, pomagając kształtować narrację o przestrzeni. Ich obecność nie tylko wzmacnia opowieść o produkcie, ale proponuje też odbiorcy moment zatrzymania i zachwytu nad tym, co stworzył duet człowieka i natury.

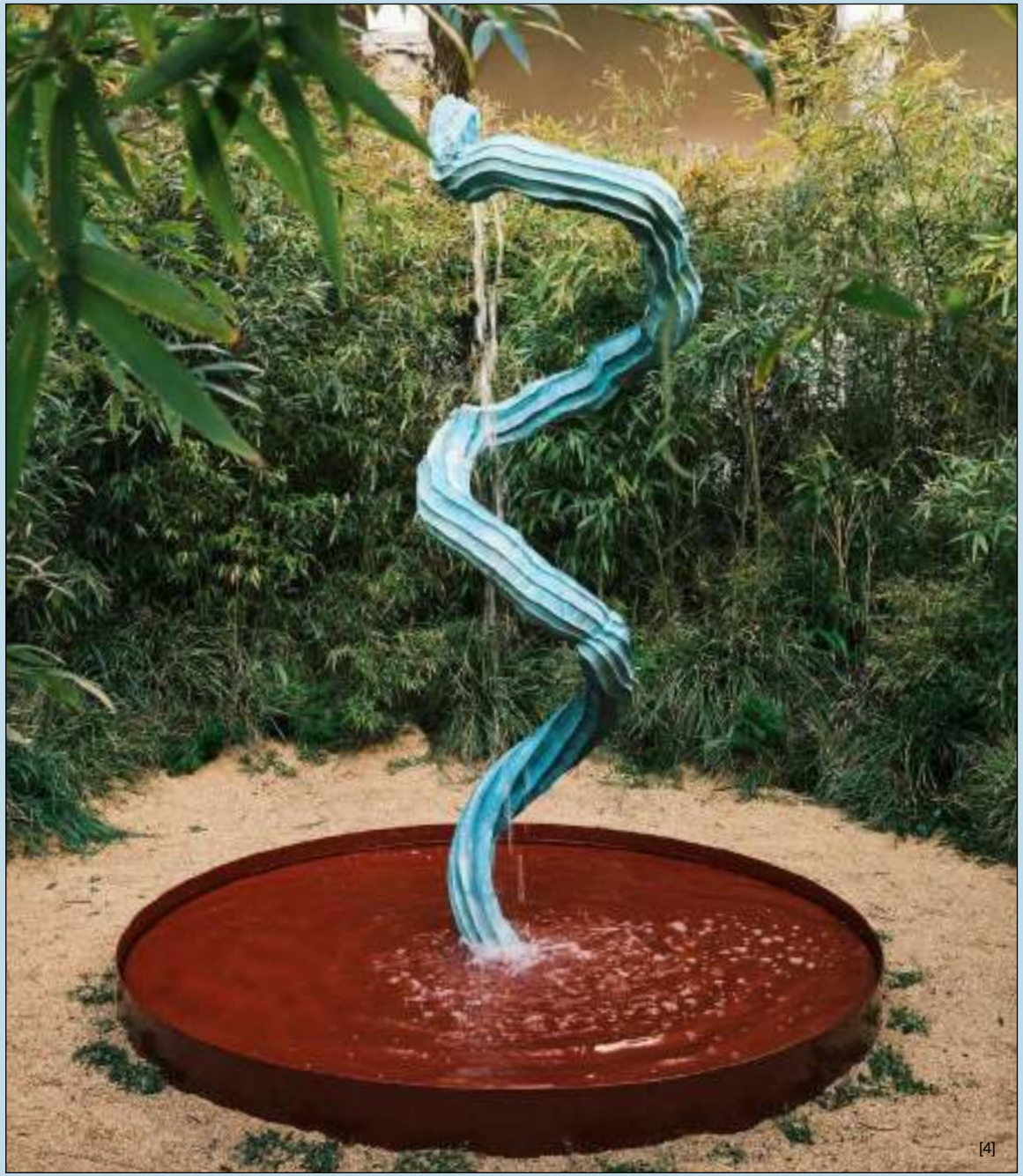
Jak powiedział kiedyś brytyjski projektant mody Alexander McQueen, nie ma lepszej projektantki niż natura [3]. Nic dziwnego, że to właśnie z nią chcemy łączyć siły.

Krajobraz kontrastów

Na pokaz Gucci Cruise 2025, włoski projektant Sabato de Sarno zabrał gości pod ziemię — do The Tanks, czyli przestrzeni byłej elektrowni należącej do galerii Tate Modern. Jej surowe, betonowe wnętrza wypełniono tysiącami krzewów, paproci, drzew i pnączy, tworząc niezwykłą przestrzeń pełną kontrastów. Jak zaznaczył De Sarno, instalacja miała podkreślać dualność miasta — surową architekturę miejską, zestawioną z bujną zielenią słynnych londyńskich ogrodów i parków [2]. Był to również ukłon w stronę botanicznego dziedzictwa domu mody Gucci. Jeden z jego najbardziej rozpoznawalnych symboli to wzór Flora, czerpiący inspirację z *Primavery* Botticellego i obejmujący 43 gatunki kwiatów, roślin i owadów.



[3]


[4]

Bambus jako kod marki

Z domem mody Gucci połączył też siły inny włoski wizjoner, architekt Ippolito Pestellini Laparelli. Marka ujawniła ich wspólne dzieło podczas ubiegłorocznego Milan Design Week. Na czas wydarzenia historyczne krużganki Chiostri di San Simpliciano zostały przekształcone w kreatywną przestrzeń, w której siedmiu współczesnych projektantów i artystów reinterpretowało bambus jako surowiec nierozerwalnie związany z historią domu mody. Materiał ten po raz pierwszy pojawił się w projektach marki w 1947 roku, gdy z powodu powojennych niedoborów surowców rzemieślnicy Gucci zaczęli formować uchwyty do torebek z bambusa, co szybko przyniosło marce komercyjny i wizerunkowy sukces [5].

Podczas *Bamboo Encounters* bambus potraktowano jako materiał budujący przestrzeń oraz narrację wystawy. W podcieniach pojawiły się instalacje, meble i obiekty artystyczne, zestawiające kultowy surowiec z innymi materiałami. Żywa roślinność, organiczne formy i lekkie, niemal unoszące się w powietrzu obiekty kontrastowały z surową architekturą klasztoru, tworząc doświadczenie łączące historię Chiostri di San Simpliciano z dziedzictwem marki i kreatywnym eksperymentem.



[5]

NASZ rośliny PROJEKT

Design, który kwitnie

W czerwcu 2025 marka Kartell świętowała pierwsze urodziny swojego warszawskiego showroomu oraz premierę nowej kolekcji outdoorowej. Na tę okazję do wnętrz showroomu zawitały przygotowane przez nas misterne instalacje i kompozycje kwiatowe. Całość utrzymaliśmy w estetyce nowoczesnego *garden party*, wprowadzając do przestrzeni świeżość i energię — elementy spójne z estetyką kolekcji Kartell, w których na co dzień można znaleźć zarówno ikony włoskiego wzornictwa, jak i nowości ze świata designu. Dzięki oprawie florystycznej showroom stał się nie tylko miejscem prezentacji produktów, ale też przestrzenią umożliwiającą doświadczanie estetyki marki.



[6]



[7]

Łąka w sercu miasta

Tego lata londyńscy przechodnie zwolnili krok na widok wypełnionej kwiatami witryny sklepu Selfridges. Był to element instalacji *Field of Flowers*, którą przygotowano na potrzeby pop—upu marki obuwia Ohana Hatake, stworzonej przez japońskiego projektanta Takashiego Murakamiego. *Ohana Hatake* w języku japońskim oznacza *pole kwiatów*, a twórcy pop—upu zadbali o to, by odwiedzający mogli poczuć się w Selfridges jak pośrodku prawdziwej łąki [6]. Między instalacjami spoczęły piankowe klapki Ohana Full-Bloom z charakterystycznym kwiatowym motywem, a przestrzeń zachęcała do odkrywania, fotografowania i relaksu w artystycznym świecie Murakamiego.



[8]



[9]



[10]

Możemy się spodziewać, że w 2026 roku marki będą jeszcze odważniej eksperymentować z przestrzenią i doświadczeniami offline. W świecie, w którym twórcom coraz trudniej skupić rozproszoną uwagę odbiorców, wielozmysłowe instalacje łączące naturę z designem mogą stać się kluczem do zbudowania doświadczeń pozostających w świadomości na długo po opuszczeniu danej przestrzeni.



Jak to widzą inni?

Malwina Regina: *Zwrot ku naturze w strategiach marek nie musi być dosłowny i przytłaczający. Wystarczy akcent, ale stworzony tak, że staje się elementem DNA marki.*

Czy natura może w ciekawy i odkrywczy sposób pełnić funkcję języka wizualnego dla marek i projektów kreatywnych?

Nie bez powodu jednym z głównych trendów podawanych w raporcie *Pinterest Predicts* jest *Wilderkind* — fantastyczne wariacje na temat tego, jak możemy wizualnie wykorzystać szerokopojętą naturę, w tym przede wszystkim florę. Marki muszą nadążyć za fantazją i kreatywnością swoich odbiorców, czerpiąc inspirację z bardzo różnych źródeł.

Natura jest nieograniczonym polem do stworzenia absolutnie fantastycznych sesji, filmów, eventów, kreacji i doświadczeń. Przypomina nam, skąd pochodzimy, a to w czasach chaosu i zagubienia jest bardzo cenne. Może też stać się kreatywnym, plastycznym elementem w designie produktów lub w strategii komunikacji. Marka Loewe przygarnęła sobie karbowanego pomidora do tego stopnia, że odbiorcy automatycznie zaczęli kojarzyć go z Loewe. Uwielbiany przez marketingowców i dyrektorów kreatywnych Jacquemus również sięga po warzywa, owoce i kwiaty w swojej komunikacji wizualnej. Wszystko dlatego, że są one piękne, przypominają o tym, co najważniejsze, a do tego stanowią niewyczerpane pole do kreatywnych eksperymentów.

Zwrot ku naturze w strategiach marek nie musi być dosłowny i przytłaczający. Wystarczy akcent, ale stworzony tak, że staje się elementem DNA marki.


[11]

Które realizacje florystyczne w przestrzeniach komercyjnych lub publicznych wywarły na Tobie największe wrażenie w ostatnim czasie i dlaczego?

Stół zastawiony przez Saint Laurent na festiwalu w Wenecji był jedną z najbardziej spektakularnych aranżacji w tym roku. Monochromatyczna kolorystyka, różnorodność faktur i form, a także przeskalowanie sprawiły, że całość zachwyciła odbiorców online. Możemy sobie tylko wyobrazić, jak wszystko prezentowało się na żywo.

Z polskich realizacji wszystko przyćmił las w środku miasta (i budynku), zrealizowany przez Remigiusza Dorawę w kościele św. Jana w Gdańsku. Zespół profesjonalistów wprowadził całe doznanie i doświadczenie lasu do wnętrza dawnego kościoła. Ta realizacja to najlepszy przykład, że natura wciąż potrafi zrobić na nas wrażenie, nawet w zamkniętej przestrzeni.

Kliknij tutaj, żeby przeczytać więcej o *LeŚni* z perspektywy jej autora.



Duże wrażenie wywarła też na mnie dekoracja na evencie z okazji 80. urodzin Andy Rottenberg. Do instalacji wykorzystano prawie 10 tysięcy czerwonych gwoździków. Całość stylizowała i realizowała Andż Michalak. Wspaniała sprawa.



[12]

Malwina Regina

@malwinaregina

Założycielka PRÊT—À—CREATE i marki FRANKA, pasjonatka sztuki i art brandingu, tropicielka wszystkiego co świeże, estetyczne i działające na zmysły. Od ponad 10 lat rozwija branżę kreatywną na różnych polach. Host podcastu PRETA TALKS i Regina Podcast.

Tło dla myślenia twórczego



[13]

Zatrzymajmy się jeszcze na chwilę przy twórcach — architektach, projektantach, artystach, a także tych z nas, dla których tworzenie częściej jest sposobem na ucieczkę od codzienności i formą spełniania się. Jako twórcom przyszło nam się mierzyć z niełatwą rzeczywistością. Funkcjonujemy w środowisku, w którym rosnące koszty materiałów i pracy oraz coraz wyższe oczekiwania klientów i inwestorów stale nakładają na nas presję. Nie bez znaczenia pozostaje również konieczność odnalezienia się na rynku redefiniowanym przez rozwój sztucznej inteligencji.

Równolegle zmagamy się z czymś mniej namacalnym, ale równie trudnym — brakiem przestrzeni, która sprzyjałaby skupieniu i regeneracji. Potrzeba przebywania w środowisku wspierającym te etapy procesu twórczego staje się w nas bardziej paląca niż dotychczas.

Odpowiedzią na to wyzwanie może być świadome wprowadzenie natury do przestrzeni publicznych, w których doświadczamy procesu twórczego. Nieoczekiwana ekspansja roślin zaczyna obejmować nie tylko tradycyjne przestrzenie komercyjne, ale również inne miejsca, gdzie spotykają się i pracują twórcy. Obecna w nich zieleń buduje sensoryczne tło, które pozwala odciąć się od nadmiaru bodźców, odprężyć i wejść w inny rytm myślenia.




[14]

Tam, gdzie kiełkują idee

W pierwszych dniach września 2025 roku na mapie Wiednia wyrósł Greenhaus — cowork, kawiarnia, sklep i miejsce spotkań dla branży kreatywnej, stworzone przez studia projektowe Calienna i Vitra. Jego klimatyczną przestrzeń wypełniła bujna roślinność, tworząc atmosferę skupienia, która sprzyjała pracy koncepcyjnej i wymianie pomysłów. Choć Greenhaus był tylko czasową instalacją, wypełnił lukę na mapie kameralnych, nieformalnych przestrzeni, w których lokalni twórcy mogli spędzić czas zarówno z innymi ludźmi, jak i z własnymi myślami.



[15]



[16]

Zieleń jako cicha kuratorka wystawy

Na wystawie *Warszawa — São Paulo — Warszawa* w willi Gawrońskich w Warszawie, roślinne instalacje stały się ważną częścią narracji o dorobku polsko—brazylijskiego projektanta i architekta Jorge Zalszupina [7]. W trakcie wędrówki po willi goście wystawy mogli podziwiać liczne prace i odręczne szkice projektanta, a gdy tylko spojrzeli w górę, ich wzrok napotykał zwisające z sufitu kaskady zieleni. Obecność roślin, tak istotnych w brazylijskim modernizmie, pozwoliła zwiedzającym lepiej zrozumieć kontekst wystawy i głębiej jej doświadczyć.


[17]



[18]



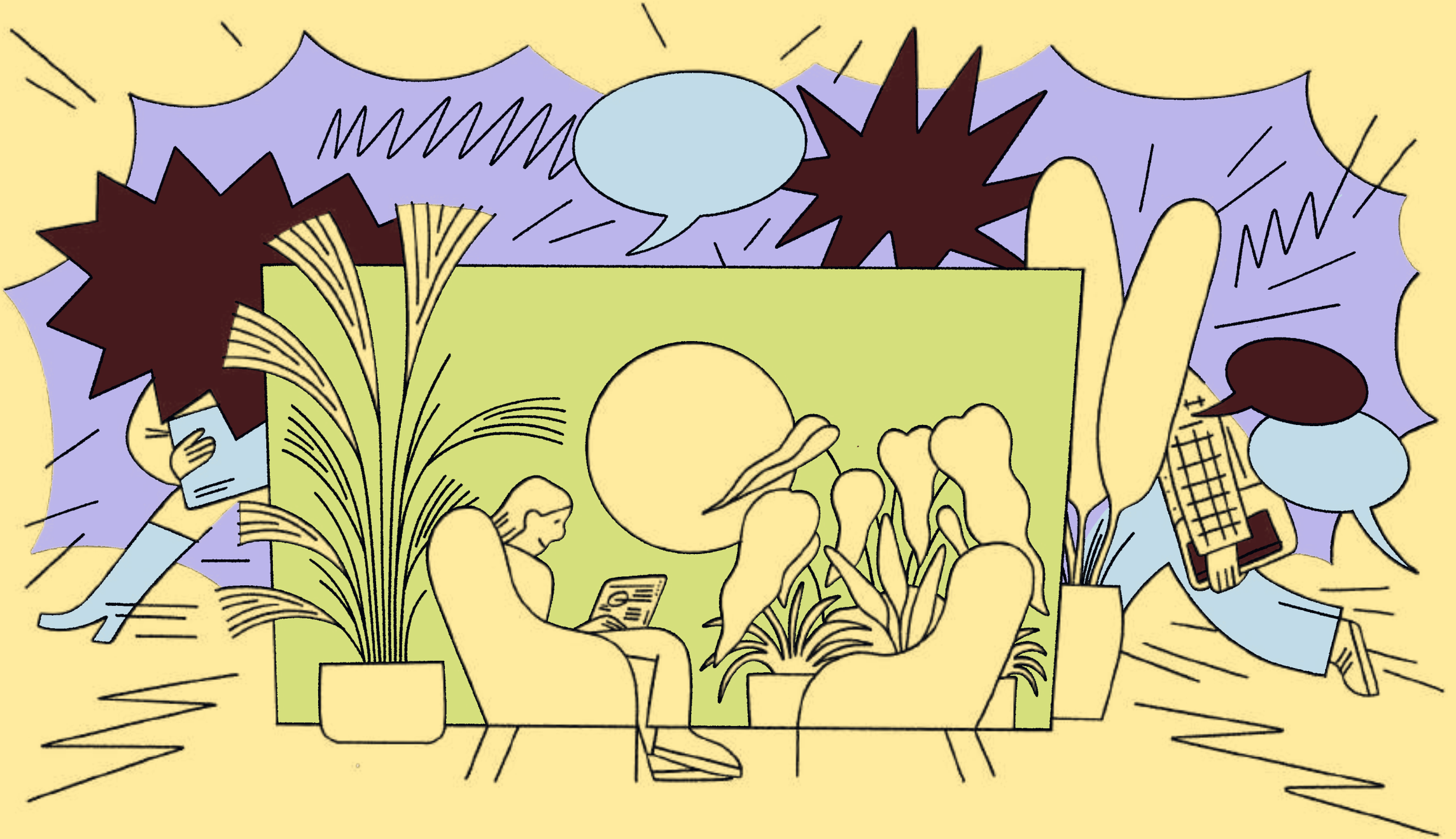
[19]

Przestrzeń, która pomaga swobodnie myśleć

Na początku ubiegłego lata w kościele św. Jana w Gdańsku, pozostającym pod patronatem Nadbałtyckiego Centrum Kultury w Gdańsku, pojawiła się unikalna na skalę Polski instalacja — *LeŚnia*. Wnętrze zniszczonego w trakcie II wojny światowej kościoła wypełniły żywe krzewy, drzewa i trawa, tworząc przestrzeń do odpoczynku, kreatywnych działań lub po prostu kontemplacji relacji człowieka z przyrodą. Jak podkreślili organizatorzy wystawy, celem *LeŚni* nie było wywołanie w odbiorcy konkretnej reakcji, ale stworzenie warunków zachęcających do indywidualnego doświadczania instalacji [8].


[20]

Twórcy potrzebują dziś miejsc, które nie tylko ich przyjmują, ale też aktywnie wspierają proces twórczy, koją zmysły i sprzyjają regeneracji. W tego typu przestrzeniach żywa zieleń tworzy tło dla swobodnej eksploracji pomysłów. Wierzymy, że w 2026 roku będziemy częściej widywać wnętrza zaprojektowane z myślą o dobrostanie twórców — nie tylko tych działających profesjonalnie, lecz także wszystkich, którzy w codziennym życiu odnajdują w sobie twórczy potencjał.



Jak widzą to inni?

Remigiusz Dorawa: *Od dawna jesteśmy zalewani hasłami o potrzebie zwolnienia i powrotu do natury, ale jak widać — coś jest na rzeczy i naprawdę tego potrzebujemy. Nawet jeśli nie do końca rozumiemy, jak to działa (...).*

Jakie wyzwania współczesności adresowała *LeŚnia*?

Od początku naszym celem było stworzenie miejsca wytchnienia. Odwiedzający Centrum św. Jana mogli nie tylko spędzić czas w niecodziennej aranżacji wnętrza gotyckiej budowli, ale przede wszystkim pobyć w ciszy, położyć się na trawie, poczytać, poobserwować wędrujące po wnętrzu światło, po prostu się zatrzymać.

Od dawna jesteśmy zalewani hasłami o potrzebie zwolnienia i powrotu do natury, ale jak widać — coś jest na rzeczy i naprawdę tego potrzebujemy. Nawet jeśli nie do końca rozumiemy, jak to działa, to na poziomie podświadomości taki kontakt z naturą ma realny wpływ.

Z biegiem czasu trwania instalacji i wraz z napływem zainteresowania (w sumie przez 9 dni *LeŚnię* odwiedziło ponad 42 tysiące osób) obserwowałem różne tendencje. Od potrzeby odpoczynku w niecodziennej przestrzeni, przez viralowy efekt mediów społecznościowych – *widziałem/am, że tam byli wszyscy, też chcę iść i zrobić zdjęcie* – aż po refleksję nad przemijaniem natury, zarówno tej samej w sobie, jak i tej podlegającej czynnikowi ludzkiemu.

Na potrzeby *LeŚni* wykorzystałeś aż 250 sztuk roślin. Co stało się z nimi po zakończeniu projektu?

Wszystkie rośliny zostały dobrane z myślą o tym, aby poradziły sobie we wnętrzu budynku, w warunkach półcienistych i cienistych. Od początku wyobrażałem sobie, że ogromne kolumny i gotyckie sklepienia staną się moimi *drzewami*, a ja stworzę niższą warstwę zieleni.

Po zakończeniu projektu wszystkie drzewa, krzewy oraz rośliny wieloletnie trafiły do ogrodów, które w tamtym czasie aranżowałem, a także do ogródków znajomych oraz zaprzyjaźnionej kawiarni.


[21]

W jaki sposób praca z naturą wpływa na Twój dobrostan jako twórcy i artysty?

W finalnym rozrachunku — bardzo dobrze. Myślę, że praca wśród zieleni to ogromny luksus, o który dziś wielu zabiega. Oczywiście bywa tak, że zieleń zaczyna kojarzyć mi się z obowiązkami, terminami czy stroną biznesową, ale z czasem coraz łatwiej potrafię to oddzielić i po prostu cieszyć się otoczeniem oraz tym, co mam.

Czy instalacje florystyczne mogą powstawać dzisiaj w sposób bardziej zrównoważony?

Oczywiście, że mogą, jednak wiąże się to z rozwojem świadomości zarówno twórców, jak i klientów, a przede wszystkim z budżetami przeznaczonymi na realizację projektów.

Osobiście staram się nie używać gąbki florystycznej. Szukam bardziej ekologicznych zamienników lub tworzę instalacje w taki sposób, aby jej użycie w ogóle nie było konieczne. Ma to znaczący wpływ na cenę materiałów, a tym samym na finalne koszty realizacji.

Wiąże się to również z ryzykiem, że nie zawsze uda się stworzyć tak spektakularne kompozycje oraz z mniejszym zainteresowaniem ze strony klientów ze względu na wyższą cenę. Mimo to wierzę, że ktoś musi zacząć i krok po kroku oswajać oraz zmieniać podejście.


[22]

Remigiusz Dorawa

@re.dor

Ogrodnik, projektant zieleni i florysta. Tworzy naturalistyczne ogrody inspirowane ruchem New Perennial, w których główną rolę grają byliny, trawy i zrównoważone kompozycje sezonowe. W swojej pracy łączy sztukę projektowania przestrzeni z wrażliwością na detale i rytm natury. Zajmuje się również botanical art oraz tworzeniem instalacji florystycznych na potrzeby eventów i sesji zdjęciowych. To właśnie w Trójmieście odnajduje spokój i inspiracje.

Wiecznie żywy język wizualny



[23]



Rośliny to jeden z najstarszych i najbardziej uniwersalnych motywów w historii sztuki wizualnej. Od tysięcy lat zachwycamy się nimi w malarstwie, rzeźbie, ornamentyce, architekturze i wzornictwie, odczytując wizerunki natury jako alegorie życia, przemijania, sacrum, obfitości i odrodzenia.

W 2026 roku mogłoby się zatem wydawać, że temat został wyczerpany, a natura powiedziała już wszystko, co miała do powiedzenia. Nasze obserwacje pokazują jednak coś innego. Każda epoka na nowo nadaje naturze znaczenie, wykorzystując ją jako medium do opowiadania historii, w których odbiorcy widzą odbicie swoich pragnień i zmartwień.

W czasach kryzysu klimatycznego i nadmiernej konsumpcji natura staje się nośnikiem tematów takich jak relacja człowieka ze środowiskiem oraz odpowiedzialność i uważność na otaczający nas świat. W motywach roślinnych, które dostrzegliśmy w sztuce i architekturze w 2025 roku, odczytaliśmy nawiązania do dualizmu otaczających nas ekosystemów — kruchości natury w obliczu niekontrolowanej działalności człowieka, a zarazem siły i inspiracji płynącej z jej zdolności do regeneracji i podtrzymywania życia.

W dzisiejszej sztuce natura funkcjonuje jako żywy język wizualny, którym współcześni twórcy opowiadają nam o tym, że troska, współodpowiedzialność i dialog z przyrodą mogą przyjmować wiele form.



[24]

Architektura troski

Na czas konferencji MONDIACULT 2025, w przestrzeni barcelońskiego centrum konferencyjnego pojawiła się instalacja, obok której trudno było przejść obojętnie. Na specjalnych platformach zawisły 14—metrowe materace, w które wkomponowano śródziemnomorskie rośliny, tworząc odważny, wizualny symbol *architektury troski* [9]. Celem instalacji było zwrócenie uwagi na to, jak natura chroni nas przed skutkami kryzysu klimatycznego. Podobnie jak materac amortyzuje wstrząsy, tak korzenie roślin stabilizują podłoża, drzewa dają osłonę przed słońcem, a wilgotność tworzy warunki pozwalające na podtrzymanie życia.


[25]

List miłosny do natury

W marcu 2025 roku w BASE Milano odbyła się 9. edycja PhotoVogue Festival. Jako motyw przewodni festiwalu wybrano *The Tree of Life: A Love Letter to Nature* — temat zapraszający uczestników do refleksji nad relacją człowieka z ekosystemem oraz nad wyzwaniami, jakie przed naszym światem stawia zmieniający się klimat [10].

W ramach festiwalu prezentowane były różnorodne media, w tym fotografia dokumentalna, eksperymentalne video i krótkie filmy opowiadające o cyklach życia zwierząt. Prace artystów zwracały uwagę zarówno na kruchość, jak i piękno planety, angażując publiczność w rozmowę o znaczeniu budowania etycznych więzi z przyrodą.

Od archiwum do doświadczenia

Był rok 2003, gdy Rebecca Louise Law, autorka instalacji *La Fleur Morte*, zaczęła kolekcjonować kwiaty pochodzące z przemysłu florystycznego. Z czasem do jej archiwum zaczęły trafiać również rośliny przekazywane przez prywatnych ogrodników, a nawet pył opadły z aranżacji florystycznych [11]. Ubiegłego roku Law postanowiła przekształcić swoje archiwum w skłaniającą do refleksji instalację, którą zaprezentowała na dwóch poziomach Saatchi Gallery w Londynie. Do przygotowania instalacji artystka zaprosiła lokalną społeczność, z którą pracowała nad materiałem roślinnym podczas serii warsztatów poprzedzających otwarcie wystawy.

W ten sposób instalacja przekroczyła ramy obiektu wystawienniczego, stając się immersyjnym doświadczeniem wspólnotowym. Jej efekt końcowy służył jako przypomnienie, że nasza relacja z naturą opiera się nie tylko na zachwycie nad jej pięknem, lecz także na współodpowiedzialności za to, co od niej otrzymujemy.


[26]



[27]



[28]

Odwrócona hierarchia

Building Biospheres to projekt autorstwa architekta krajobrazu Basa Smetsa i neurobiologa Stefano Mancuso, który zawładnął przestrzenią Belgijskiego Pawilonu podczas ubiegłorocznego Biennale Architektury w Wenecji [12]. Pod szklanym świetlikiem umieszczono ponad 400 roślin ze stref subtropikalnych, które samodzielnie regulowały panujące wewnątrz warunki klimatyczne. Rośliny *informowały* system o swoich potrzebach poprzez sensory mierzące m.in. przepływ soku, fotosyntezę i poziom wilgoci, a dane te były na bieżąco analizowane przez algorytmy. W odpowiedzi na bodźce roślin, system automatycznie uruchamiał nawadnianie, oświetlenie i wentylację, tworząc dialog między naturą a technologią.

Instalacja ta w intrygujący sposób odwróciła współczesną hierarchię. W *Building Biospheres* to nie człowiek narzucał naturze swoje warunki, lecz to rośliny i ich naturalne procesy decydowały o tym, jak miało wyglądać środowisko.


[29]



[30]

Naszym zdaniem w roku 2026 zobaczymy jeszcze więcej kreatywnych form sztuki i architektury, opartych na motywach związanych z naturą. Rośliny będą funkcjonować w nich nie tylko jako element estetyczny, lecz także jako wizualny nośnik znaczeń i wartości. Ich rolą będzie przypominać nam o potrzebie pozostania uważnym i pełnym troski dla otaczającego nas świata.



Jak to widzą inni?

Malwina Regina: *W sztuce następuje mocny zwrot w stronę naturalnych materiałów i instalacji powstających w centrum niezabudowanego świata.*

Czy roślinne instalacje mogą edukować i promować zrównoważony styl życia wśród odbiorców projektów artystycznych lub modowych?

Jestem pewna, że każda aranżacja z użyciem roślin czy elementów natury sprawia, że szybko przypominamy sobie, jak cenne i piękne jest nasze naturalne otoczenie. Projekty, w których marki wykorzystują naturę, powstają zazwyczaj w środku wielkich miast i są wyrazem tęsknoty za tym, co kiedyś znajdowało się w miejscu betonowych budynków.

W sztuce następuje mocny zwrot w stronę naturalnych materiałów i instalacji powstających w centrum niezabudowanego świata. Przekaz tych dzieł koncentruje się na mocy i wadze natury w naszym codziennym życiu. Jednym z takich przykładów jest instalacja w Gizie, stworzona przez Studio Proba i SolidNatue, która celebruje kształty inspirowane fauną i florą, naturalną paletę barw oraz materiały — w tym przypadku marmur, trawertyn i onyks [13].

Z drugiej strony warto podkreślić, że nie wszystkie marki w zrównoważony sposób wykorzystują i przetwarzają naturalne elementy dekoracji eventów, sesji czy aranżacji. Mam obawy o to, jaki los spotkał naturalne rekwizyty, gdy brakuje mi informacji o tym, co się dzieje z warzywami, owocami i roślinami po tym, jak zostanie zrobiony content. A przecież możemy wykorzystać je ponownie, tym razem z pożytkiem dla fauny.



[31]

Malwina Regina

@malwinaregina



[32]



[33]

Remedium na zmęczenie cyfrowe



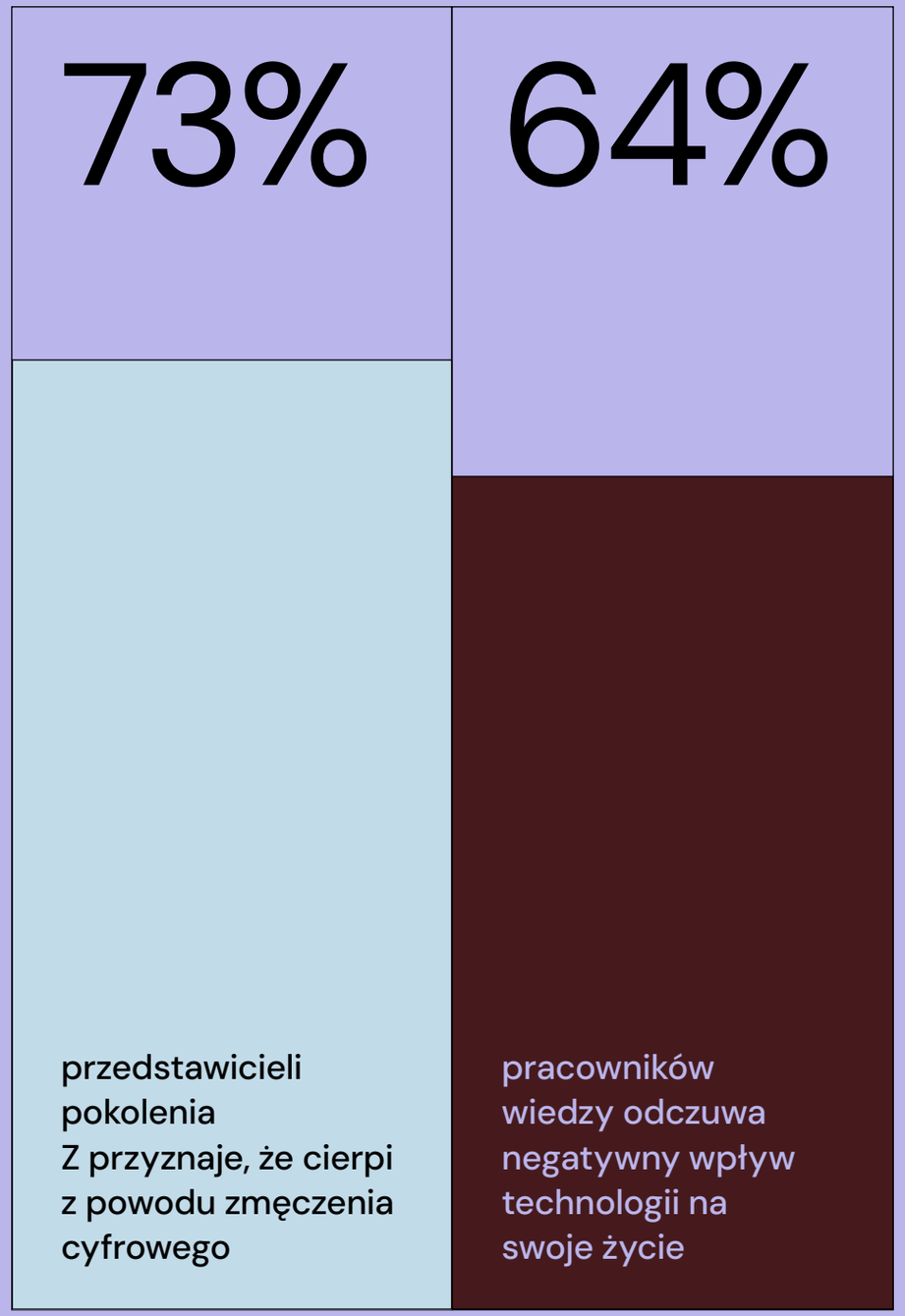
Każdego dnia konsumujemy więcej treści, niż jesteśmy w stanie przetworzyć. Przeskakujemy między ekranami i aplikacjami, próbując być wszędzie naraz. Nasz dzień najczęściej zaczyna się od sprawdzenia powiadomień, a kończy na scrollowaniu mediów społecznościowych. Czujemy się przebodźcowani i przytłoczeni nadmiarem informacji. Coraz częściej z nostalgią myślimy o czasach, gdy mogliśmy po prostu pobyć *offline*. Bez wyrzutów sumienia i bez skradającego się za nami lęku, że coś nas ominie albo że ktoś czeka na naszą odpowiedź.

Dlaczego tak się czujemy?

Media społecznościowe i aplikacje dostarczają nam nie tyle co rozrywki, wiedzy czy inspiracji, ale przede wszystkim dopaminy i satysfakcji, że jesteśmy na bieżąco ze światem. W wielu przypadkach wypełniają też w naszym życiu pustkę związaną z brakiem poczucia bycia częścią społeczności. Cena za to wszystko jest jednak wysoka. Według raportu Adaptavist (2025) aż 64% pracowników umysłowych odczuwa negatywny wpływ technologii na swoje życie [14]. 73% przedstawicieli pokolenia Z przyznaje z kolei, że cierpi z powodu zmęczenia cyfrowego [15]. Przyznajemy więc, że mamy problem, a jednocześnie budzi się w nas potrzeba powrotu do realnych, fizycznych doświadczeń, które nie wymagają od nas zainstalowania kolejnej aplikacji lub założenia kolejnego konta.

Tu właśnie natura wyciąga do nas pomocną dłoń — i to nie po raz pierwszy. Już w latach 80. XX wieku w Japonii zaczęto mówić o shinrin—yoku, czyli *kąpielach leśnych*, jako odpowiedzi na rosnące tempo urbanizacji i stres związany z nowym modelem pracy [16]. Nie była to jednak ani praktyka duchowa, ani forma rekreacji w klasycznym sensie, lecz świadoma metoda regeneracji, oparta na uważnym przebywaniu w środowisku naturalnym (na przykład lesie) i angażowaniu zmysłów: wzroku, słuchu, dotyku, węchu.

Dziś możemy sięgnąć po podobne rozwiązania, by pomóc sobie odzyskać spokój, uważność i kontakt z tym, co naprawdę ważne.




[35]

Ogrodnictwo i zrównoważona florystyka

Większość z nas, zwłaszcza mieszkańców większych miast, ma ograniczony dostęp do własnej przestrzeni do uprawy roślin. Mimo to już od czasu pandemii rośnie zainteresowanie ogrodnictwem jako formą spędzania czasu, która pozwala naszym umysłom odpocząć od świata cyfrowego. Wyhodowanie czegoś samodzielnie na własnym skrawku ziemi przynosi satysfakcję, uczy cierpliwości i pomaga w walce ze stresem, nawet jeśli ogranicza się do małej domowej hodowli.

Mówią o tym m.in. zeszłoroczne badania University of Surrey, w ramach których uczestnicy grupy badawczej mieli za zadanie systematycznie dbać o sadzonkę zamiokulkasa. W porównaniu z grupą kontrolną, zaobserwowano u nich obniżenie objawów depresyjnych, poziomu odczuwanego stresu i negatywnych emocji [17].

Nawet prosta czynność, taka jak pielęgnacja roślin, może stać się narzędziem regulacji emocji.

Inną odpowiedzią na potrzebę realnych doświadczeń i kontaktu z naturą są inicjatywy edukacyjne takie jak nowopowstałe Branżowe Centrum Umiejętności nr 4 w dziedzinie florystyki we Wrocławiu. Szkoła umożliwia kursantom zdobywanie praktycznych umiejętności w zakresie zrównoważonej uprawy i aranżacji roślin. W końcówce 2025 roku mieliśmy okazję wesprzeć ten projekt, wyposażając wnętrze BCU w rośliny, jak również zaopatrując szklarnię w gatunki kolekcjonerskie wraz z odpowiednim systemem oświetlenia i nawodnienia. Dzięki temu kursanci będą mogli pracować na żywym materiale w warunkach zbliżonych do profesjonalnych realizacji, kształcąc nie tylko wrażliwość na estetykę, ale także odpowiedzialne podejście do uprawy roślin i projektowania aranżacji.



[36]

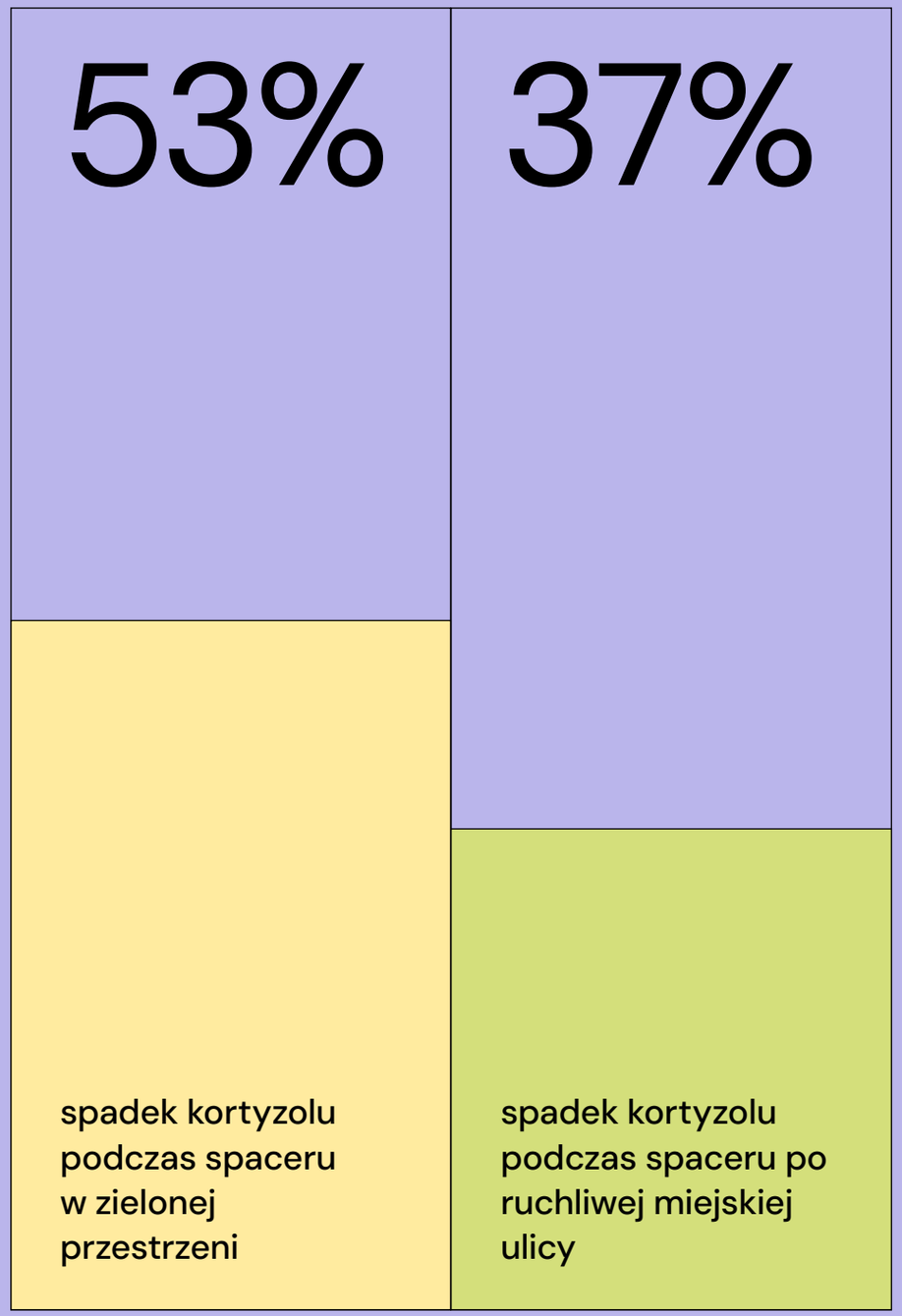


[37]

Mikrointerakcje z zielenią w ciągu dnia

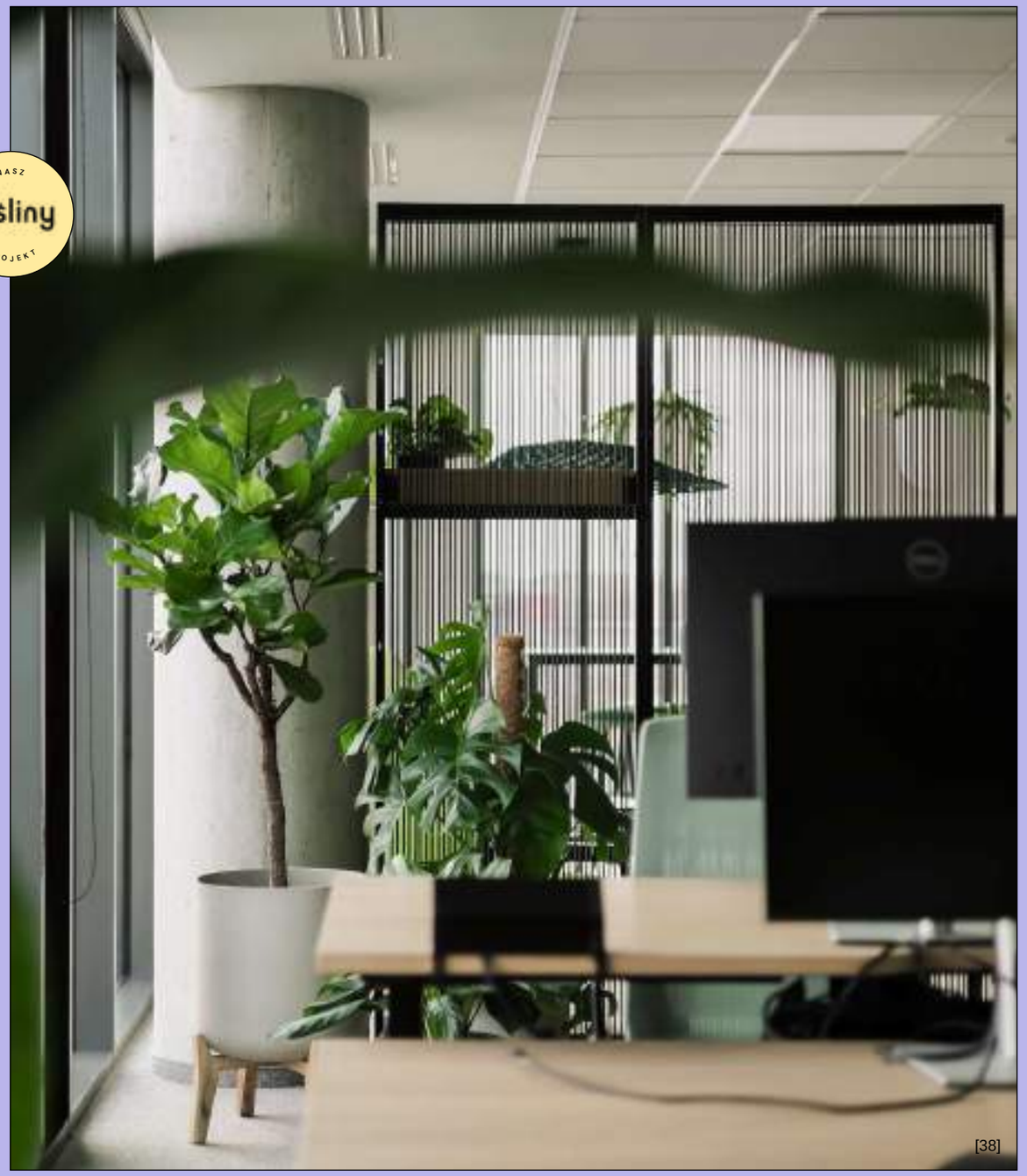
Nie każdy musi mieć rękę do roślin, by czerpać korzyści z ich obecności. Nawet krótki kontakt z naturą może pozytywnie wpływać na nasz dobrostan psychofizyczny. Według dr Małgorzaty Fornal—Pawłowskiej, specjalistki w dziedzinie snu i psychoterapii poznawczo—behawioralnej, współczesne nawyki związane z korzystaniem ze smartfonów i mediów społecznościowych utrudniają nam regenerację i zwiększają poziom kortyzolu — tak zwanego hormonu stresu [18].

Jednocześnie badanie przeprowadzone w 2024 roku przez naukowców z University of Arizona wykazało, że spacer w zielonej przestrzeni powoduje znacznie większy spadek kortyzolu (53%) w porównaniu do spaceru po ruchliwej miejskiej ulicy (37%) [19]. W badaniu znaczenie miała również kolejność spacerów. Osoby, które najpierw przebywały w zieleni, a dopiero później w środowisku miejskim, wykazywały łagodniejszą reakcję stresową, co sugeruje długotrwały efekt kojącego wpływu natury. W tym kontekście świadomy kontakt z naturą staje się przeciwwagą dla cyfrowego przebodźcowania.



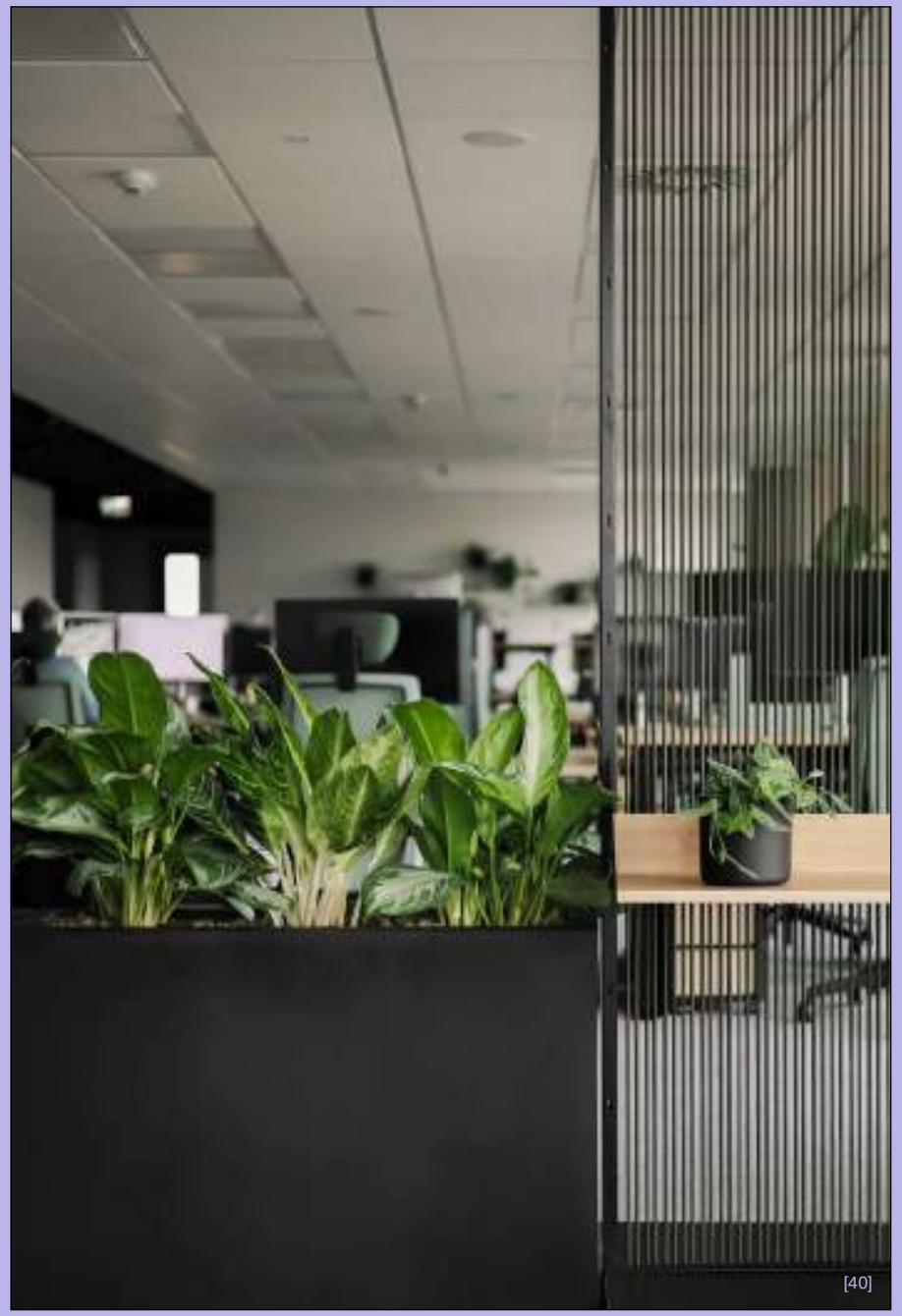
Zieleń dla uważności

O korzyściach przebywania w otoczeniu natury mówi również *Attention Restoration Theory* — teoria naukowa, według której kontakt ze środowiskiem naturalnym łagodzi skutki przeciążenia poznawczego [20]. Regularna ekspozycja na zieleń sprzyja odbudowie koncentracji, którą na co dzień tracimy przez szybkie tempo życia oraz długie godziny spędzone przed monitorem komputera lub ekranem telefonu. Zgodnie z *Attention Restoration Theory*, natura przyciąga naszą uwagę w sposób łagodny — na zasadzie *soft fascination*, czyli miękkiej fascynacji. Nie wymaga od nas wysiłku ani skupienia, pozwalając naszemu umysłowi odpocząć i odzyskać zdolność do pełnej koncentracji.



[38]


[39]


[40]

Naszym zdaniem w 2026 roku jedną ze strategii radzenia sobie ze zmęczeniem cyfrowym będzie podejmowanie częstszych interakcji z naturą. Zmęczeni byciem online, zaczniemy świadomie szukać ukojenia umysłu i ciała w zieleni — zarówno w pracy, jak i w życiu prywatnym.



Jak to widzą inni?

Ania Cyklińska: *Spacer w lesie może redukować objawy lęku, depresji i agresji. Ważne jest jednak, to, w jaki sposób go doświadczamy. Kluczowe jest zaangażowanie zmysłów — nie tylko bycie w lesie, ale świadome obserwowanie, słuchanie, czucie.*

Jakie są najczęstsze skutki zmęczenia cyfrowego, które obserwujesz w swojej pracy?

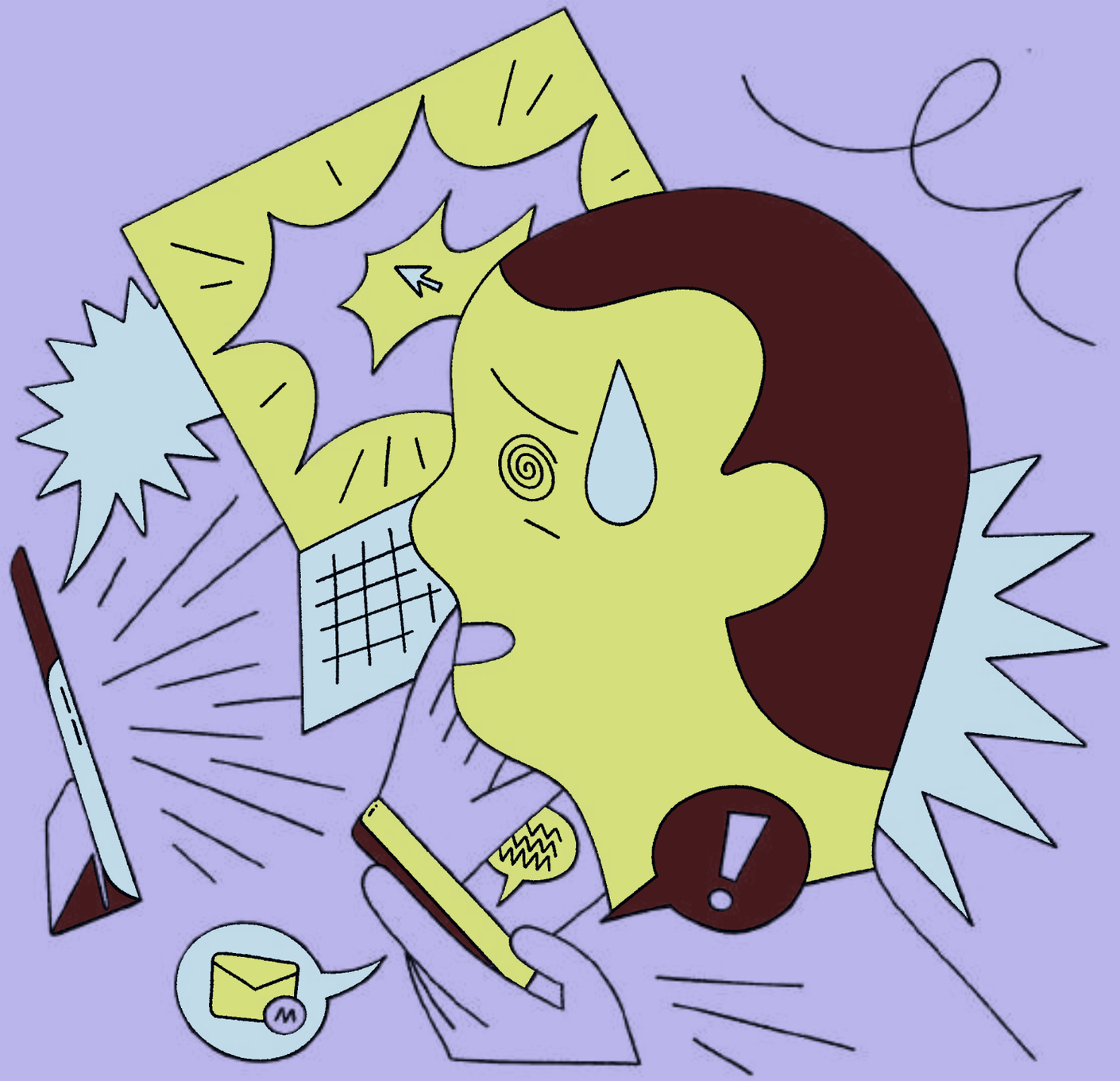
W praktyce terapeutycznej widzę przede wszystkim trzy grupy objawów. Po pierwsze, wpływ na funkcjonowanie poznawcze. Moi pacjenci często doświadczają rozproszenia, trudności z koncentracją i pamięcią. Po drugie, wyczerpanie emocjonalne — irytację, uczucie oderwania od siebie i innych oraz przede wszystkim niepokój. Po trzecie, fizyczne następstwa — problemy ze snem, zmęczenie, napięcie w ciele.

Dlaczego kontakt z naturą jest dziś tak ważny dla naszego dobrostanu psychofizycznego?

Natura działa jak bezpośrednia przeciwwaga dla tego stanu przebodźcowania. Spacerem w zieleni redukujemy reakcję stresową, podczas gdy przechadzka po miejskiej ulicy często dostarcza nam kolejnych bodźców. Ważne jest to, że efekt jest długoterminowy. Według badań osoby, które najpierw przebywają w naturze, a potem w mieście, wykazują łagodniejszą reakcję stresową. Z perspektywy neuronalnej nasz organizm jest po prostu przystosowany do naturalnego otoczenia i nie zdążył nauczyć się funkcjonować przy takiej ilości bodźców, jakiej doświadczamy na co dzień.

Czy dostrzegasz różnice pokoleniowe w tym, jak ludzie szukają wyciszenia i przerwy od bycia online?

W swojej pracy obserwuję, że problem z nadmiernym byciem online dotyczy zarówno młodych dorosłych, jak i dojrzałych osób. Kiedy zaczyna mieć to wpływ na dobrostan psychiczny często pojawia się chęć ograniczenia czasu ekranowego i znalezienia alternatywnych form spędzania czasu wolnego, niezależnie od wieku.



Czy mental health walk w naturze naprawdę może działać, czy to tylko instagramowe hasło?

Badania pokazują, że spacer w lesie może redukować objawy lęku, depresji i agresji. Ważne jest jednak, to, w jaki sposób go doświadczamy. Kluczowe jest zaangażowanie zmysłów — nie tylko bycie w lesie, ale świadome obserwowanie, słuchanie, czucie. Z kolei spacer w naturze, ale z telefonem w ręce lub w słuchawkach nie przyniesie takich korzyści, gdyż uwaga nadal pozostanie rozproszona. Warto więc zaplanować go tak, aby przyniósł nam jak najwięcej korzyści.

Jaka jest idea spotkań OFFternoon, które realizujesz razem z Fundacją Można Zwariować?

OFFternoon to odpowiedź na potrzebę, którą obserwujemy coraz wyraźniej — głód rzeczywistych spotkań, trzecich miejsc, czyli neutralnych przestrzeni między domem a pracą. Spotykamy się, aby spędzić czas offline, czyli bez telefonów i innych cyfrowych rozpraszaczy. Każdy może przyjść i spędzić czas niezobowiązująco, zajmując się swoimi offline'owymi aktywnościami lub rozmawiając z innymi uczestnikami. Spotykamy się w drugą sobotę miesiąca w Poradni Można Zwariować w Warszawie, w drugą niedzielę w Kawiarni Bliskość w Krakowie oraz od tego roku również w piątki w Kawiarni Kiosk w Łodzi.

Jakie reakcje albo komentarze słyszysz najczęściej po spotkaniach?

Kiedy pytamy uczestników, dlaczego zdecydowali się przyjść odpowiadają, że potrzebowali pretekstu do spędzenia czasu offline. Wiele osób przychodzi z książką, szydełkiem, czy planszówką, ale najczęściej czas mija na swobodnych rozmowach przy kawie i herbacie. Miłe zaskoczenie to to, jak łatwo jest rozmawiać obcym osobom twarzą w twarz, gdy w pobliżu nie ma telefonów, mam wrażenie, że wówczas pojawia się większa otwartość i ciekawość siebie nawzajem.

Kliknij tutaj, żeby dowiedzieć się więcej o Fundacji Można Zwariować i inicjatywie OFFternoon.





Ania Cyklińska

@moznazwariowac

Psycholożka, certyfikowana psychoterapeutka poznawczo—behawioralna. Autorka bestsellerowej książki Przewodnik po emocjach. Jak lepiej rozumieć własne uczucia. Współtwórczyni Poradni Można Zwariować oraz Fundacji Można Zwariować, w ramach której współprowadzi podcast i realizuje działania edukacyjne. Popularyzuje wiedzę o emocjach i zdrowiu psychicznym na swoim Instagramie @aniacyklinska.

Jak to widzą inni?

Filip Marek: *Praca z roślinami daje wyciszenie i działa terapeutycznie (...). Pozwala też osiągnąć wewnętrzny spokój i uwolnić kreatywność dzięki praktyce artystycznej aranżacji.*

Jak BCU promuje zrównoważone podejście do florystyki?

W BCU kładziemy nacisk na rezygnację z gąbki florystycznej — chciałbym całkowicie wyeliminować ją z praktyki florystycznej. Zamiast tego uczymy pracy z alternatywnymi, bardziej zrównoważonymi formami stabilizacji roślin, takimi jak kenzany czy siatka. Zwracamy też uwagę na to, skąd są dostarczane kwiaty. W zrównoważonej florystyce istotne jest to, by wspierać krótkie łańcuchy dostaw, czyli skupić się na lokalnych hodowcach i producentach roślin.

Zależy nam, by uczniowie wychodzili z zajęć z wiedzą na temat zrównoważonego rozwoju we florystyce. Chcielibyśmy, żeby mieli świadomość nie tylko tego, dlaczego jest on ważny, ale też jakie mogą być długofalowe konsekwencje odejścia od zrównoważonych praktyk.

Jakie korzyści, nie tylko te związane z estetyką, daje dzisiaj praca z roślinami?

Myślę, że praca z roślinami jest dziś przede wszystkim odskocznią od skomputeryzowanego świata. Sztuczna inteligencja opanowuje coraz więcej aspektów naszego życia, czujemy się przebodźcowani i atakowani informacjami. Praca z roślinami daje wyciszenie i działa terapeutycznie — mówi o tym hortiterapia (ogrodolecznictwo). Pozwala też osiągnąć wewnętrzny spokój i uwolnić kreatywność dzięki praktyce artystycznej aranżacji.



Czy młodsze pokolenia podchodzą do roślin inaczej niż bardziej doświadczeni floryści i ogrodnicy?

Zdecydowanie tak. Powoli zaczyna wracać zwyczaj kupowania kwiatów na imieniny czy urodziny, a wraz z nim — docenianie pracy ogrodników i florystów. Kwiat staje się symbolem szczerego prezentu; to roślina hodowana na szczególną okazję.

Ciekawym zjawiskiem jest też to, jak bardzo florystyka się rozgałęziła. Mamy mistrzów florystyki, którzy są wierni technice i tradycji, ale mamy też florystów—freelancerów, którzy pracują zupełnie inaczej. Często nie mają własnej kwiaciarni, działają projektowo i eksperymentują. Młodsi floryści bywają bardziej otwarci na nowości, chętnie sięgają po nietypowe, egzotyczne rośliny, nie ograniczając się wyłącznie do klasycznych gatunków.

Czy rosnące zainteresowanie młodych ludzi uprawą i florystyką jest sygnałem, że szukają oni aktywności, która oferują satysfakcję inną niż ta "cyfrowa"?

Młodzi ludzie wracają dziś do natury na różne sposoby. Coraz częściej wybierają mniej przetworzoną żywność i produkty lokalne, zwracają uwagę na tkaniny i korzystają z second handów, nie chcąc wspierać fast fashion. Jeśli chodzi o rośliny, od czasu pandemii widzimy wyraźny wzrost zainteresowania ich uprawą. W naszych domach zaczęły pojawiać się nowe gatunki, co pokazuje, że chcemy otaczać się zielenią na co dzień. Dotyczy to nie tylko roślin doniczkowych, ale też tarasowych, działkowych i nie tylko. Jest to wyraźny sygnał, że dla młodszego pokolenia świat cyfrowy to nie wszystko.







Filip Marek

@bcu.florystyka.wroclaw
@pankwiaciarz

Ogrodnik, florysta, nauczyciel. Dyrektor Branżowego Centrum Umiejętności w dziedzinie florystyki we Wrocławiu. Od ponad 10 lat wykłada florystykę i uczy o roślinach ozdobnych. Specjalizuje się w roślinnych scenografiach, aranżacjach wnętrz i nasadzeniach miejskich. Szkoli i egzaminuje przyszłych ogrodników, architektów krajobrazu i florystów.

Zieleń pod audytem



[41]

Na koniec wróćmy jeszcze na moment do biura — przestrzeni, w której spędzamy znaczną część naszego życia. Świadomość, w jaki sposób natura wpływa na nasze doświadczenia we wnętrzach, procesy kreatywne i samopoczucie, nie pozostaje bez echa w środowisku pracy. Firmy, którym zależy na tym, by pracownicy nie tylko przychodzili do biura, ale też dobrze się w nim czuli, dostrzegają w zieleni potencjał do wspierania dobrostanu pracowników.

Według raportu *Colliers Define: Hybrid and Beyond '25*, popandemiczna fala powrotów do biura ustaje, a jej miejsce zajmuje ewolucja modelu hybrydowego [21]. Z danych Colliers wynika, że odsetek firm preferujących pracę głównie z biura stopniowo maleje — w 2025 roku wyniósł on tylko 8%. Z kolei aż 94% firm deklaruje, że organizuje swoją działalność, polegając na rozwiązaniach hybrydowych. Jak podaje raport, ten model pozytywnie wpływa na dobrostan pracowników i *work—life balance*, co przekłada się na utrzymanie specjalistów i ekspertów w organizacji oraz większą indywidualną wydajność.

W dzisiejszych biurach *miejsca drugie*, czyli typowe przestrzenie pracy, coraz częściej płynnie przechodzą w *miejsca trzecie* — strefy nieformalne i społeczne [22]. W modelu pracy hybrydowej biuro musi oferować pracownikom coś więcej niż tylko biurko. Właśnie dlatego priorytetem staje się tworzenie przyjaznego środowiska, które wspiera indywidualną regenerację i interakcje z innymi ludźmi. Mogą nim być na przykład przestrzenie chill—out z grami i sprzętem sportowym, pokoje do światłoterapii czy strefy ciszy. Zieleń, wprowadzona do tych miejsc w sposób przemyślany, jest przewagą — zachęca do przebywania w danej przestrzeni, a jednocześnie pomaga firmom spełnić założenia zrównoważonego rozwoju związane z dobrostanem psychofizycznym pracowników.

Narzędziami, które pozwalają zmierzyć, jak przyjazna i zdrowa jest przestrzeń pracy, są międzynarodowe certyfikaty budynków takie jak WELL, BREEAM czy LEED. Sprawdzają one m.in. jakość powietrza, dostęp do naturalnego światła, komfort akustyczny i obecność zieleni.





[42]



[43]

Mierzalna zieleń

Rok 2025 był rekordowy pod względem liczby przyznanych w Polsce certyfikatów zrównoważonego budownictwa. Według raportu *Zrównoważone certyfikowane budynki 2025*, liczba wyróżnionych w ten sposób budynków wzrosła o 21%, a całkowity przyrost powierzchni certyfikowanej zwiększył się aż o 30% [23]. Firmy starają o certyfikaty również dlatego, że ułatwiają one raportowanie zgodne z europejskimi standardami dotyczącymi wpływu organizacji na środowisko, lokalną społeczność i ład organizacyjny. Należą do nich m.in. standardy ESG (Environmental, Social, and Governance).

A jaka jest w tym wszystkim rola roślin? Kontakt z naturą to istotny wymóg wielu certyfikatów. Na przykład według standardu WELL, projekt przestrzeni biura musi integrować elementy natury — rośliny, wodę, widok na zieleń zewnętrzną lub materiały, wzory i dźwięki inspirowane przyrodą [24]. Firmy mogą nawet otrzymać wyższą klasę certyfikatu, jeśli zadbają o to, żeby żywa zieleń znajdowała się w odległości ok. 10 m od stanowisk pracy. Wszystko po to, by pracownicy czuli się w biurze bardziej zrelaksowani, kreatywni i połączeni z naturą, nawet w środku miasta.


[44]



[45]



[46]

Natura w nowych inwestycjach

W 2025 roku mieliśmy okazję zobaczyć, jak zieleń staje się ważnym elementem nowych inwestycji w największych polskich miastach. Przykładem jest biuro Qair Polska S.A. we wrocławskim kompleksie Quorum, które zaaranżowaliśmy zielenią w pierwszych miesiącach roku. Nasza realizacja objęła zróżnicowane przestrzenie biura. Rośliny pojawiły się nie tylko przy stanowiskach pracy, ale też w kuchni, recepcji, salach konferencyjnych i w strefie relaksu z siedziskami w formie trybun — jako wkomponowane w trybuny nasadzenia. Strefa relaksu została zaprojektowana w taki sposób, by sprzyjała wypoczynkowi, a w razie potrzeby służyła prezentacjom lub spotkaniom zespołowym.

By maksymalnie wykorzystać dostępną w biurze przestrzeń i umieścić zieleń w polu widzenia wszystkich pracowników, stworzyliśmy także roślinne kompozycje do specjalnie zaprojektowanych stelaży podsufitowych. Co więcej, w myśl idei *zero—waste*, odzyskaliśmy aż 128 roślin z poprzedniej siedziby firmy, integrując je z nowymi nasadzeniami. W ten sposób powstała aranżacja, która współtworzy przyjazne, bardziej zrównoważone środowisko i zachęca pracowników do przebywania w biurze.



[47]



[48]



[49]


[50]

Inspiracje z zagranicznych biur

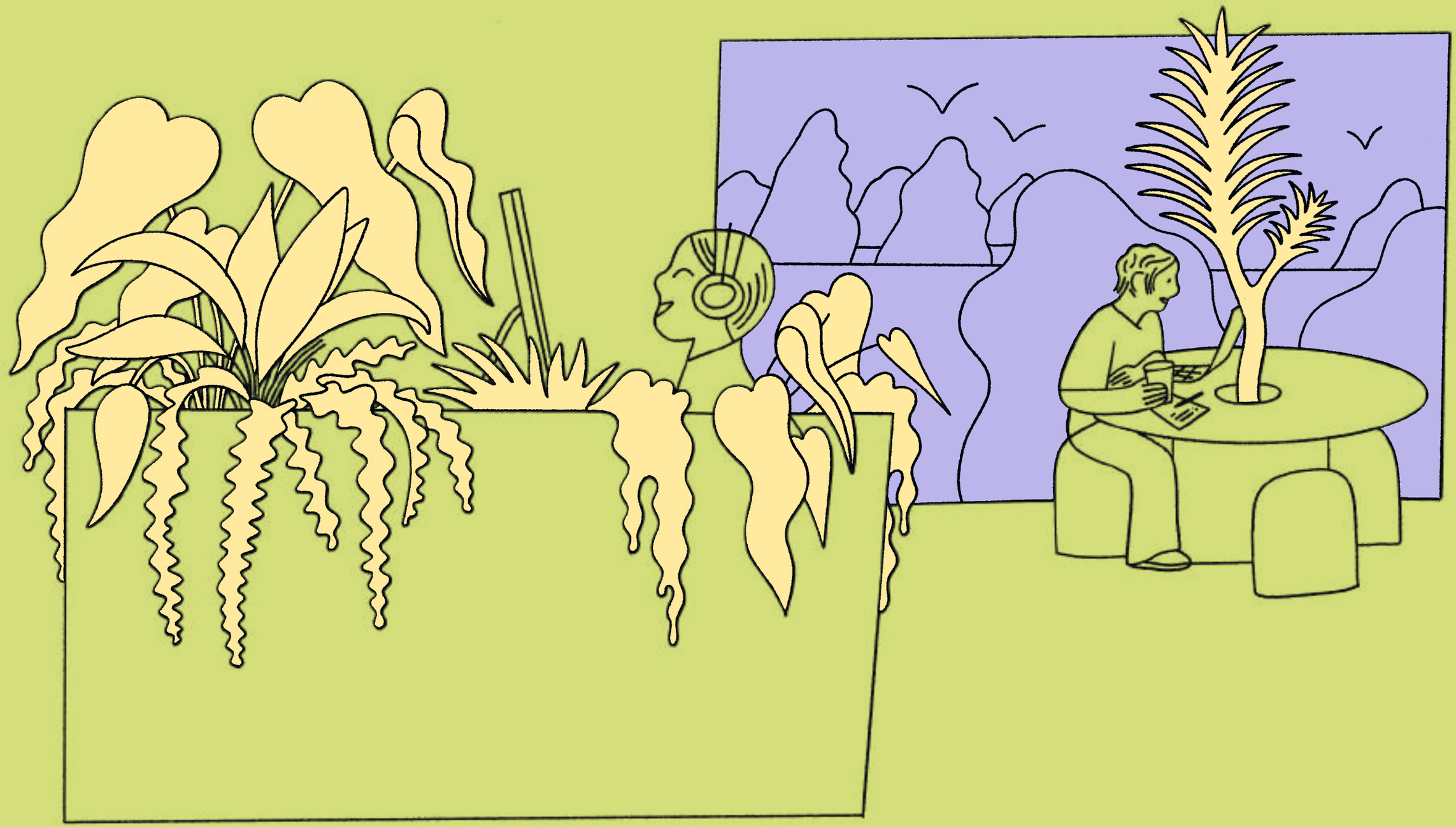
Wśród niedawnych zagranicznych realizacji przestrzeni pracy, które w przemyślany sposób wykorzystują żywe rośliny, naszą uwagę zwrócił projekt biura BPD Regio Zuid. Został on zrealizowany w poddanym rewitalizacji kompleksie Melkfabriek na terenie dzielnicy De Caai w Eindhoven [25]. Dawną fabrykę mleka przekształcono w nowoczesną przestrzeń biurową, w której żywa zieleń nie jest tylko dodatkiem, lecz elementem projektowym o wysokiej wartości użytkowej.

Projekt wnętrza zakładał wprowadzenie bujnej roślinności w kluczowych strefach biura — centralnej, ogrodowej części hali i na piętrach pracowniczych. Nasadzenia wykonano w dużych, modularnych donicach umieszczonych na stalowych konstrukcjach, które stworzyły zielone osie przewodnie na całej przestrzeni byłej fabryki. Zieleń pojawiła się również w kafeterii i strefach wspólnych, tworząc płynne, łagodne przejścia między poszczególnymi obszarami funkcjonalnymi, a także budując środowisko sprzyjające regeneracji i nieformalnym spotkaniom.



[51]

Spodziewamy się, że w 2026 roku więcej firm będzie poszukiwało eksperckiego wsparcia w projektowaniu biofilicznym, dążąc do tworzenia przyjaznych miejsc pracy, a jednocześnie realizując ambicje związane z certyfikatami środowiskowymi. W efekcie firmy zaczną świadomiej podchodzić do aranżacji zieleni, traktując naturę jako mierzalny element strategiczny, niezbędny do spełnienia wymogów standardów środowiskowych.



Jak to widzą inni?

Katarzyna Byczkowska, Head of Administration, Qair Polska S.A.:

Zauważyłam, że strefy pełne zieleni działają jak naturalny bufor stresu. Pracownicy podświadomie szukają miejsc, gdzie mogą odpocząć.

Nowe spojrzenie na przestrzenie

Rok 2025 pokazał nam, że coraz świadomiej myślimy o przestrzeniach, w których funkcjonujemy na co dzień. Częściej niż dotąd dostrzegamy, że otoczenie realnie wpływa na naszą kreatywność, koncentrację, zdolność do regeneracji i ogólny dobrostan. Zastanawiamy się już nie tylko nad tym, jak zdrowo pracować, tworzyć i odpoczywać, ale także *gdzie* — i czy te miejsca rzeczywiście wspierają nasze potrzeby.

Kierunki na rok 2026, które nakreśliliśmy w tej edycji Roślinnego Trendbooka, łączy wspólna myśl — natura może być wspaniałym narzędziem w projektowaniu różnorodnych doświadczeń przestrzennych. Obecność żywych roślin pomaga opowiadać historie i budować emocje, a także pozwala nam znaleźć wyciszenie i pielęgnować uważność. Kontakt z przyrodą może być również remedium na wyzwania współczesności — zmęczenie cyfrowe, przeciążenie bodźcami i deficyt zakorzenionych w rzeczywistości doświadczeń.

Mamy nadzieję, że Roślinny Trendbook 2026 stanie się dla Was zaproszeniem do nowego spojrzenia na wnętrza w tym roku. Niezależnie od tego, jakie przestrzenie będziecie przekraczać — publiczne czy prywatne, nowe czy dobrze znane — zachęcamy Was do tego, by rozważyć, jak obecność natury może wzbogacić Wasze doświadczenia.

Autorzy

Ten trendbook nie powstałby bez wsparcia i pomysłów całego zespołu Projekt Rośliny, naszej społeczności oraz wszystkich osób z różnorodnych branży, z którymi współpracujemy na co dzień. Mamy nadzieję, że zawarta w nim wiedza i inspiracje są tego odzwierciedleniem. Dziękujemy Wam za Wasz wkład w tę publikację i cieszymy się, że możemy wymieniać się doświadczeniami i tworzyć razem projekty, które rzucają nowe światło na rolę zieleni w naszych przestrzeniach.

Chcemy dalej inspirować Was do zmian — nie tylko za sprawą tej publikacji. Śledźcie nas na naszych kanałach społecznościowych, gdzie regularnie dzielimy się inspiracjami, kulisami realizacji i wskazówkami, jak wprowadzić zieleń do biur. Dołączcie do naszej roślinnej społeczności!

Projekt Rośliny

Tekst



Weronika Muszkieta



Barbara Szpilka

Wsparcie merytoryczne

Malwina Regina
Remigiusz Dorawa
Ania Cyklińska
Filip Marek

Projekt graficzny

↘ Iga Nawara

O Projekcie Rośliny



[52]

W 2016 roku z naszej pasji do zieleni wykiełkował Projekt Rośliny — studio projektowo—realizacyjne, tworzone przez grono kreatywnych ekspertów w branży aranżacji zieleni. Od tamtej pory projektujemy i realizujemy aranżacje roślin w biurach, hotelach, restauracjach i obiektach komercyjnych w całej Polsce i nie tylko. Naszą misją jest tworzenie zielonych środowisk pracy i życia oraz inspirowanie do świadomego otaczania się roślinami na co dzień. W 2018 naszą wiedzą i inspiracjami podzieliliśmy się na łamach książki *Projekt Rośliny* — naszego bestsellerowego przewodnika po uprawie roślin i ich aranżacji.

Jesteśmy miłośnikami estetycznego i funkcjonalnego designu. Projektujemy aranżacje zgodne z nurtem *biophilic design*, opracowując koncepcje dopasowane do wymagań danego miejsca oraz zapewniając stały serwis pielęgnacyjny po zakończeniu realizacji. Doradzamy, jak wprowadzać rośliny do różnorodnych przestrzeni wewnętrznych i zewnętrznych. Wspieramy na każdym etapie — od pierwszej rozmowy po wieloletnią opiekę. Nasza pierwsza rozmowa jest zawsze darmowa i zupełnie niezobowiązująca. Możesz umówić się na nią tutaj.

Projekty zieleni tworzymy we ścisłej współpracy z architektami, zespołami fit—out i kreatywnymi profesjonalistami. Wspólnie wcielamy w życie wizje przestrzeni, które wspierają koncentrację i regenerację dzięki obecności zieleni. Dowiedz się więcej o naszym procesie projektowym i zobacz pełne portfolio naszych aranżacji roślin.

Projekt Rośliny

Zdjęcia

[1,3] The Gucci Cruise 2025, autor: Greg White. Źródło: https://www.wallpaper.com/fashion-beauty/gucci-cruise-2025-show-set-sabato-de-sarno. Data dostępu: 21.01.2026.
[2] Torba FRAKTA, autor: IKEA. Źródło: https://www.campaignlive.com/article/heres-people-scanned-qr-code-ikeas-19-foot-bag-statue/1832742. Data dostępu: 21.01.2026.
[4] Gucci | Bamboo Encounters, autor: François Halard. Źródło: https://www.architecturaldigest.com/story/gucci-bamboo-encounters-milan-design-week.
[5, 6, 7] Aranżacja wykonana przez Projekt Rośliny dla Kartell, autorka: Olga Tuz.
[8, 9, 10] Pop-up marki Ohana Hatake, autor: Ohana Hatake. Źródło: https://schonmagazine.com/takashi-murakami-x-selfridges-ohana-hatake/. Data dostępu: 21.01.2026.
[11] Master Tomato Cluch, autor: Loewe. Źródło: https://www.loewe.com/eur/en/hidden_master/tomato-clutch-in-nappa-lambskin/A837TOPX01-7100.html. Data dostępu: 21.01.2026.
[12] Stół na 82. Międzynarodowym.Festiwalu Filmowym w Wenecji, autor: Saint Laurent. Źródło: https://www.glassette.com/discover/the-edited-space/recreating-the-saint-laurent-dinner. Data dostępu: 21.01.2026.
[13, 14, 15, 16] Greenhaus, autorzy: Ana Barros, Dominik Berchtold, Fiona Oehler. Źródło: https://calienna.com/blogs/projects/greenhaus. Data dostępu: 21.01.2026.
[17, 18, 19] Wystawa Warszawa - São Paulo - Warszawa, autorzy: PION Studio (Basia Kuligowska, Przemysław Nieciecki). Źródło: https://www.vogue.pl/a/wystawa-warszawa-sao-paulo-warszawa-w-willi-gawronskich. Data dostępu: 21.01. 2026.
[20, 21, 22] Wystawa LeŚnia, autor: PAP (Adam Warżawa). Źródło: https://www.pap.pl/aktualnosci/wnetrze-gotyckiego-zabytku-w-gdansku-wypelnilo-sie-drzewami-nowa-instalacja-artystyczna. Data dostępu: 21.01.2026.
[23, 29, 30]. Wystawa Building Biospheres, autor: The Flanders Architecture Institute. Źródło: https://www.vai.be/en/projects/building-biospheres---biennale-architettura-2025. Data dostępu: 21.01.2026.
[24] Instalacja na MONDIACULT 2025, autor: José Hevia. Źródło: https://www.yellowtrace.com.au/lluis-alexandre-casanovas-blanco-paula-chalkho-mondiacult-barcelona-textile-installation/. Data dostępu: 21.01.2026.
[25] Projekt !Noma prezentowany na PhotoVogue Festival 2025, autor: Imraan Christian. Źródło: https://facesmag.com/culture-en/the-photovogue-festival-in-milan/. Data dostępu: 21.01.2026.
[26, 27, 28] Wystawa La Fleur Morte, autor: Saatchi Gallery. Źródło: https://www.thenewsmarket.com/news/flowers---flora-in-contemporary-art---culture--large-scale-installations-by-rebecca-louise-law-and-m/s/a4b7f171-40cf-4f28-95bb-c8c1b275f5ab. Data dostępu: 21.01.2026.
[31, 32, 33] Kamienne rzeźby Studio Proba i Solid-Nature, autor: Mahmoud Hima. Źródło: https://www.wallpaper.com/design-interiors/giza-pyramids-studio-proba-art-d-egypte. Data dostępu: 21.01.2026.
[34, 36, 37] Farma kwiatów w Lubnowie, autorka: Alëna Likholap.
[35] BCU w dziedzinie florystyki we Wrocławiu, autor: Bartosz Mokrzycki. Źródło: https://www.wroclaw.pl/dla-mieszkanca/branzowe-centrum-umiejetnosci-w-dziedzinie-florystyki-szkocka-otwarcie-zdjecia. Data dostępu: 21.01.2026.
[38, 39, 40] Aranżacja roślin wykonana przez Projekt Rośliny w biurze klienta poufnego, autorka: Alëna Likholap.
[41, 42, 43, 44, 45, 46, 52] Aranżacja roślin wykonana przez Projekt Rośliny w biurze klienta poufnego, autorzy: MIGDAŁ Studio.
[47, 48, 49] Aranżacja roślin wykonana przez Projekt Rośliny w biurze Qair Polska S.A., autorka: Alëna Likholap.
[50, 51] Aranżacja roślin w biurze BPD Ontwikkeling B.V. Southern Region, autor: Stijn Poelstra. Źródło: https://frameweb.com/article/work/in-eindhoven-a-historic-factory-is-reimagined-as-a-social-collaborative-work-hub. Data dostępu: 21.01.2026.

Ilustracje

Iga Nawara | ↘ @iganawara

Źródła

[1] Bradley D. (2023). Here's how many people scanned a QR code on Ikea's 19-foot bag statue. Źródło: https://www.campaignlive.com/article/heres-people-scanned-qr-code-ikeas-19-foot-bag-statue/1832742. Data dostępu: 21.01.2026.
[2] Solomon, A. (2025). Pantone's new public art installation is a tribute to Coldplay's 'Yellow', 25 years after its release. Źródło: https://www.wallpaper.com/art/pantone-yellow-wembley-park. Data dostępu: 21.01.2026.
[3] Baker, L. (2018). How fashion can stop ruining the planet. Źródło: https://www.bbc.com/culture/article/20180419-how-fashion-can-stop-ruining-the-planet. Data dostępu: 21.01.2026.
[4] Moss, J. (2024). Gucci filled Tate Modern's Tanks with thousands of plants for its latest Cruise show. Źródło: https://www.wallpaper.com/fashion-beauty/gucci-cruise-2025-show-set-sabato-de-sarno. Data dostępu: 21.01.2026.
[5] Budds, D. (2025). In "Gucci | Bamboo Encounters", the Fashion House Explores How and Why We Make Things. Źródło: https://www.architecturaldigest.com/story/gucci-bamboo-encounters-milan-design-week. Data dostępu: 21.01.2026.
[6] Moss, J. (2025). Takashi Murakami's flower-adorned footwear brand Ohana Hatake has arrived in London. Źródło: https://www.wallpaper.com/fashion-beauty/takashi-murakami-ohana-hatake-selfridges-pop-up. Data dostępu: 21.01.2026.
[7] Czyżewska, B. (2025). Zaglądamy na wystawę „Warszawa – São Paulo – Warszawa" w Willi Gawrońskich. Źródło: https://www.vogue.pl/a/wystawa-warszawa-sao-paulo-warszawa-w-willi-gawronskich. Data dostępu: 21.01.2026.
[8] Karendys, E. (2025). Niezwykła instalacja w Gdańsku. W gotyckim kościele wyrósł... las. Źródło: https://www.architekturaibiznes.pl/gdansk.-w-gotyckim-kosciele-wyrosl-las,40404.html?srsltid=AfmBOopRVYb22ncNR2KGe9d38rgl9qV5MWwd-Nor8gQ81zKobjws0ZNNd. Data dostępu: 21.01.2026.
[9] UNESCO. (2025). MONDIACULT 2025. Źródło: https://www.unesco.org/en/mondiacult. Data dostępu: 21.01.2026.
[10] PhotoVogue. (2025). PhotoVogue Festival 2025 Exhibitions | The Tree of Life: A Love Letter to Nature. Źródło: https://www.unesco.org/en/mondiacult. Data dostępu: 21.01.2026.
[11] Law, R. L.. (2025). La Fleur Morte. Źródło: https://www.rebeccalouiselaw.com/lafleur-morte. Data dostępu: 21.01.2026.
[12] Design Boom. (2025). Bas Smets on building biospheres and microclimates in Venice to exhibit plants' intelligence. Źródło: https://www.designboom.com/design/bas-smets-building-biospheres-microclimates-venice-architecture-biennale-2025-exhibit-plants-intelligence-interview-05-09-2025/. Data dostępu: 21.01.2026.
[13] Idris, R. (2025). The Pyramids have a rival – monumental stone sculptures pop up in Giza. Źródło: https://www.wallpaper.com/design-interiors/giza-pyramids-studio-proba-art-d-egypte. Data dostępu: 21.01.2026.
[14] The Adaptavist Research Group. (2025). Understanding the human cost of digital transformation. Źródło: https://www.adaptavist.com/from-technostress-to-technojoy. Data dostępu: 21.01.2026.
[15] Global Web Index. (2019). Gen Z. Examining the attitudes and digital behaviors of internet users aged 16-21. Źródło: https://www.gwi.com/hubfs/Downloads/Generation_Z_report_2019.pdf. Data dostępu: 21.01.2026.
[16] Japan National Tourism Organization. (brak daty). Forest Bathing in Japan (Shinrin-yoku). Źródło: https://www.japan.travel/en/guide/forest-bathing/. Data dostępu: 21.01.2026.
[17] Walczak, N. (2023). (Od)łączmy się. Czy jesteśmy uzależnieni od social mediów? Poczuj radość z bycia poza Internetem. Źródło: https://instytutsprawobywatelskich.pl/odlaczmy-sie-czy-jestesmy-uzaleznieni-od-social-mediow-poczuj-radosc-z-bycia-poza-internetem/. Data dostępu: 21.01.2026.
[18] Azad, S., Marselle, M. (2025). Thriving Through Stressful Life Events with Nature: A Mixed-Method Study on Tending Indoor Plants and Rumination Resilience. International Journal of Environmental Research and Public Health,.22(3), 369.
[19] Aras, S. G., Runyon, J. R., Kazman, et al. (2024). Is Greener Better? Quantifying the Impact of a Nature Walk on Stress Reduction Using HRV and Saliva Cortisol Biomarkers. International journal of environmental research and public health, 21(11), 1491.
[20] European Centre for Environment and Human Health, University of Exeter Medical School. (brak daty). Attention Restoration Theory: A systematic review. Źródło: https://www.ecehh.org/research/attention-restoration-theory-a-systematic-review/. Data dostępu: 21.01.2026.
[21] Colliers. (2025). Hybrid and Beyond '25. Źródło: https://www.colliers.com/pl-pl/news/powrotow-nie-bedzie-pracodawcy-rezygnuja-z-zachecania-pracownikow-do-pracy-z-biura. Data dostępu: 21.01.2026.
[22] Cambridge Innovation Center. (2024). Jak tworzyć „trzecie miejsca", aby promować kulturę firmy? Źródło: https://cic.com/pl/blog/jak-tworzyc-trzecie-miejsca-aby-promowac-kulture-firmy/. Data dostępu: 21.01.2026.
[23] Polskie Stowarzyszenie Budownictwa Ekologicznego. (2025). Raport PLGBC: Zrównoważone certyfikowane budynki 2025. Źródło: https://plgbc.org.pl/wirtualna-biblioteka/raport-plgbc-zrownowazone-certyfikowane-budynki-2025. Data dostępu: 21.01.2026.
[24] WELL. (brak daty). WELL certification. The healthy building difference. Źródło: https://v2.wellcertified.com/en/wellv2/overview. Data dostępu: 21.01.2026.
[25] FRAME. (2025). Melkfabriek, de Caai Eindhoven, Ex Interiors. Źródło: https://frameweb.com/project/melkfabriek-de-caai-eindhoven. Data dostępu: 21.01.2026.