

## Zimmerpflanzen

### Frisches Grün schafft eine Wohlfühlatmosphäre

Zimmerpflanzen sind schöne Gestaltungselemente und sorgen für unser persönliches Wohlbefinden. Die Farbe grün wirkt auf uns entspannend und steht für Frische, fördert Kreativität und Zufriedenheit. Verschönern Sie Ihre Arbeitsräume und Ihr Zuhause mit Pflanzen und lebendigem Grün.

### Zimmerpflanzen sorgen für bessere Raumluft

Pflanzen erhöhen die Luftfeuchtigkeit und das kann v.a. bei trockener Winterluft Reizungen der Atemwege vorbeugen. Die Blätter der Pflanzen binden Staub aus der Raumluft und die Luft wird sauberer. Wischen Sie die Blätter regelmäßig mit einem feuchten Tuch ab. Manche Pflanzen filtern mit ihren Blättern Schadstoffe aus der Luft. So können schädliche Gase wie Formaldehyd oder Benzol unschädlich gemacht werden.

Zu den Alleskännern unter den grünen Luftreinigern zählt der Efeu. Aber auch das Einblatt filtert die meisten Schadstoffe, die in Wohn- und Büroräumen vorkommen und die beliebte Grünstilbe eliminiert Formaldehyd und bindet Toluol, Benzol und Xylol.

### Die richtige Wahl für den Standort

Am Arbeitsplatz bzw. im Büro können die positiven Wirkungen von Pflanzen gut genutzt werden, um Ermüdungserscheinungen und Kopfschmerzen vorzubeugen. Für Büros passen größere und robuste Pflanzen wie z.B. Drachenbaum und Baumfreund (Philodendron).

In Küchen finden Kräutertöpfe und blühende Sorten Ihren Platz.

In Zimmern können Sie je nach Helligkeit, Temperatur und Platzangebot z.B. Palmen, Grünstilben und Orchideen aufstellen.

Im Badezimmer fühlen sich wärme- und feuchtigkeitsliebende Pflanzen wie Farne oder Zypergras wohl.

### Im Schlafzimmer nicht darauf verzichten

Pflanzen können auch ins Schlafzimmer gestellt werden. Im Schlafzimmer sind Pflanzen oft umstritten. Die Befürchtung, dass man schlechter schlafe ist laut Expertinnen und Experten unbegründet. Ideal für die Schlafräume ist der Bogenhanf. Er zählt zu den sogenannten CAM-Pflanzen, die vorwiegend nachts CO<sub>2</sub> aufnehmen und Sauerstoff abgeben. Weitere

VertreterInnen sind beispielsweise die Echte Aloe sowie Orchideen und Kakteen.

Wählen Sie für das Schlafzimmer Pflanzen, die gut bei kühleren Temperaturen gedeihen und keinen intensiven Duft haben.

### **Staunässe vermeiden und Naturprodukte verwenden**

Pflanzen lieben abgestandenes Wasser, weil es weniger Kalk hat und es nicht so kalt wie frisch aus der Leitung ist. Gießen Sie eher weniger und achten Sie darauf, dass keine Staunässe in den Übertöpfen entsteht, denn Pflanzen mögen keine nassen Füße.

Als Dünger sollten nur organische Mittel verwendet werden. Sie können aus einem reichhaltigen Angebot in fester und flüssiger Form bis hin zu rein biologischen Komposttees wählen. Verwenden Sie zum Umpflanzen torffreie Blumenerde, damit die Moore als Naturlebensräume und natürliche CO<sub>2</sub>-Speicher erhalten bleiben.