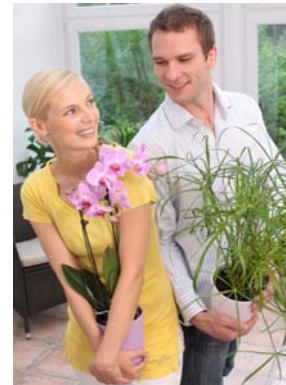


Pflanzen

## Grün ist gut fürs Gehirn

**Ob zart duftender Jasmin oder dekorativer Gummibaum – Blumen und Pflanzen verwandeln das Zuhause in eine gemütliche Wohlfühl-Oase. Ihre grüne Farbe wirkt ausgleichend auf die Stimmung und macht Sommer-Laune. Außerdem verbessern Pflanzen das Raumklima und bauen Schadstoffe ab. Darum bleiben wir in begrünten Zimmern länger munter.**



Im Frühling versteht es sich von selbst, dass wir mit frischen Blumen Farbe auf den Balkon bringen. Aber auch in Haus und Wohnung gehören Pflanzen zur Grundausstattung. Nicht nur das Aussuchen, Einpflanzen, Hegen und Pflegen macht gute Laune. Auch die Atmosphäre des Raumes beeinflussen die Grünpflanzen positiv: Sie mindern Stress, beruhigen und steigern die Konzentration. Kurzum: Grün ist gut fürs Gehirn.

Deutschland ist übrigens ein Paradies für Zimmerpflanzen. So lautet das Ergebnis einer repräsentativen GfK-Studie rund um Zimmerpflanzen im Auftrag des Bau- und Gartenmarktunternehmens MAX BAHR. 53 Prozent der Befragten haben mehr als zehn Pflanzen zu Hause. Laut der Studie besitzen nur knapp sechs Prozent gar keine Pflanzen. Darüber hinaus beschäftigen sich die Befragten intensiv mit ihren Zimmerpflanzen: Mehr als jeder Dritte pflegt sie täglich.

Im Detail unterscheidet sich die Pflanzenliebe von Mann und Frau doch erheblich. So geben 26 Prozent der Frauen an, mit ihren Pflanzen zu sprechen. Bei den Männern tun dies nur fünf Prozent.

Auch bei der Frage nach ihrem Geschick bei der Pflanzenpflege gehen die Selbsteinschätzungen von Mann und Frau auseinander: 37,1 Prozent der Frauen und 20,2 Prozent der Männer behaupten, sie besäßen den „grünen Daumen“. Für ein Viertel der befragten Frauen ist Pflanzenpflege ein Mittel zum Stressabbau. Hingegen hat diese Tätigkeit auf lediglich 17,9 Prozent der Männer eine entspannende Wirkung.