



Mehr Grün im Haus – mehr Wohlbefinden

Studien belegen positive Effekte von „grünen Mitbewohnern“ zu Hause und im Büro

Immer wieder wird in der Raum- begrünung auf die positiven Mehrwerte von Begrünungs- maßnahmen in Innenräumen hingewiesen, etwa auf die Er- höhung der Raumluftfeuchte mittels wasserverdunstender Pflanzen. Nach Angaben des Fachverbandes Raumbegrünung und Hydrokultur haben internationale Studien sowie nationale umweltpsychologi- sche Forschungen ergeben, dass der größte Mehrwert bei den visuellen Reizen durch Pflanzen liegt, die sich sehr posi- tiv auf die Förde- rung der menschlichen Gesundheit auswirken. Experten des Fachverbandes Raumbegrünung

und Hydrokultur verweisen ex- emplarisch für weitere interna- tionale Studien auf eine italieni- sche Studie von Ende 2020. Sie belege die Bedeutung von Zim- merpflanzen für das positive emotionale Wohlbefinden von Menschen im ersten Lockdown während der COVID-19-Pande- mie. Wissenschaftler der Uni- versität Genua stellten außer- dem ein häufigeres Auftreten von negativen Emotionen fest, wenn Menschen in kleinen Häusern mit minimalem natürli- chem Licht und ohne Pflanzen lebten. Darüber hinaus wünschten sich viele der in der Studie befragten Menschen mehr Grün zu Hause und defi- nierten lebende Wände als in- novative Maßnahmen, um die- sen Wunsch zu erfüllen. Nach Einschätzung des Fach- verbandes sei die Bedeutung

von Zimmerpflanzen für Men- schen längst auch in Deutsch- land ein wichtiges umweltpsy- chologisches Forschungsfeld. So bestätige und erkläre Clau- dia Menzel, Biologin und Um- weltpsychologin an der Univer- sität Koblenz-Landau: „Zim- merpflanzen beeinflussen unser Wohlbefinden [...] des- halb positiv, weil sie Orte attrak- tiver machen.“ Als schöner und gemütlicher werden Räume wahrgenommen, in denen sich Pflanzen befinden. In dem Podcast „Chlorophyll – der Wirkstoff Grün“ äußere sich Claudia Menzel ebenfalls zu Zimmerpflanzen und bestä- tige eine Steigerung des Wohlbe- findens durch lebendiges Grün in der Wohnung. Sie spreche von einer persönlichen Bezie- hung, die Menschen zu den „grünen Mitbewohnerinnen“

aufbauen, und diskutiere die Frage, ob eine aktive Beschäfti- gung mit Zimmerpflanzen für eine positive Wirkung wesent- lich ist oder ob eine passiv wahr- genommene bloße Anwesen- heit von Zimmerpflanzen schon ausreicht. Das Fazit der Experten des Fachverbandes Raumbegrünung und Hydrokultur lautet daher: Die von Raumbegrünern geschaffenen und im Verkaufs- marketing kommunizierten grünen Mehrwerte von Begrünungen, zum Beispiel zu Hause, im Büro, in der Schule oder in der Kita, werden immer mehr auch durch Ergebnisse nationa- ler und internationaler wissen- schaftlicher Forschung unter- mauert. so

➔ Weitere Informationen unter: www.original-hydrokultur.de

Anzeige



RÄTSELSPASS IM WOCHENSPIEGEL

PRÄSENTIERT IHNEN IN DIESER WOCHE

FEHLERSUCHBILD

Unserem Zeichner sind im unteren Bild 8 Fehler unterlaufen. Wo sind diese zu finden?



LÖSUNGEN



HÖCHSTE ZEIT FÜR IHRE WERBUNG...



...DENN **HIER**
KÖNNTE IHRE ANZEIGE STEHEN!
Wenden Sie sich an uns, wir sind für Sie da.

Rathausstraße 47, 19322 Wittenberge
Tel: 03877/9232-10/25

info.prg@wochenspiegel-brb.de



Ihr Anzeigenblatt im Land Brandenburg

SUDOKU

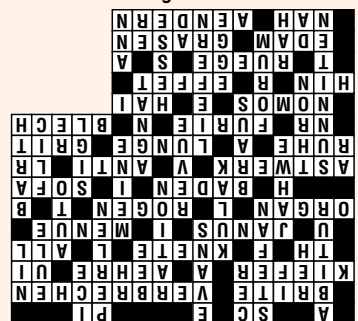
Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem 3-x-3-Kästchenquadrat alle Zahlen von 1 bis 9 enthalten sind.

6	1		3	7				9
	9		8			6		
		4	6	2			7	1
	7			8			1	
			9	5	6			
	3			7			9	
3	4			9	5	1		
		5			3		4	
1			2	4		9		3

	8						7	9
1	4			7	8			
	3	7			1			
			5			4	6	
	1			2			8	
	5	6			4			
			6			2	1	
			8	5			4	7
3	6							9

Abschlussprüfung am Gymnasium	scheues Waldtier	Vorname des Autors Zweig	ein weiches Metall	US-Schauspieler (Linda)	Verpflegungssatz	englisch: Biene	priekeln, sprudeln	dt. Hochgeschwindigkeitsszug (Abk.)	Nachtvogel	Strom durch Ägypten
Westeuropäer			schwere Straftat							
			zaristischer Großbauer	oberster Teil des Getreidehalms				Kraftfahrzeug (Kzw.)		
Nadelbaum		Name Gottes im A.T.	salopp: Geld				besitzanzeigendes Fürwort	Kosmos, Universum		
Parteizeitung	altägyptischer Hausgott			bunte Tanzshow		Funktionsleiste (EDV)				dt. Comedystar (Mario)
			in Saus und ...	Kaviar				öster. Schauspieler (Hans)	französischer Polizist	
Gezweig	islamische Konfession	Herrscher-sitz	dt. Weinanbaugebiet			männl. Blutsverwandter	Polstermöbel, Kanapee			
				zu stellen	Fremdwortteil: gegen			chem. Zeichen: Lawrencium		
			öffentl. Diskussionsrunde	Atemorgan			Sandstein			
Stille	altägyptische Rache-göttin				Bew. e. dt. Bundeslandes	dünnege-walztes Metall				
griech. Verwaltungsbezirk			Gerät zum Lockern d. Ackerbodens	gefährlicher Meeres-raubfisch			engl. Frauenkurz-name			
		Segelstange	Drall der Billard-kugel							
deutsche Vorsilbe	Ermahnung			Fremdwortteil: zu, nach		chem. Zeichen: Erbium				
holländische Käse-stadt			die Weide abfresen							
unweit			anders machen							

Auflösung des Rätsels



IHR HOROSKOP VOM 16.03. BIS 22.03.2024

21.3. - 20.4.

Widder

Je klarer und unmissverständlicher Sie diese Woche Ihre Absichten formulieren, desto leichter erreichen Sie, was Sie wollen. Nicht zuletzt deshalb, weil Sie gute Unterstützung haben.

21.4. - 20.5.

Stier

Eine noch offene Rechnung wird jetzt beglichen, und es kommt förmlich zu einem nicht erwarteten Happyend. Ihre Erleichterung färbt auf Beruf und Privatleben ab. So muss es sein!

21.5. - 21.6.

Zwillinge

Anfangs der Woche erreicht Sie eine Mitteilung, die Sie nachdenklich stimmen sollte. Vermutlich sind Sie nämlich im Begriff, einem nahe stehenden Menschen Unrecht zu tun. Vorsicht!

22.6. - 22.7.

Krebs

Seien Sie bitte nicht gleich eingeschnappt, wenn Ihnen diese Woche ein vertrauter Mensch die Meinung offen ins Gesicht sagt. Er meint es ehrlich mit Ihnen. Befolgen Sie möglichst die Hinweise.

23.7. - 23.8.

Löwe

Sie verausgaben sich zu sehr, ohne dies wirklich zu bemerken. Das könnte auf die Dauer gesundheitliche Probleme verursachen. Treten Sie lieber rechtzeitig und freiwillig etwas kürzer.

24.8. - 23.9.

Jungfrau

Warum zögern Sie eigentlich noch mit einer längst überfälligen Entscheidung? Es wäre ja schließlich nicht notwendig, dass Sie bis in alle Ewigkeit dabei bleiben. Flexibilität ist alles.

24.9. - 23.10.

Waage

Wenn Sie etwas mehr Geduld aufbringen, werden Sie manches Neue erfahren. Lassen Sie sich nicht durch Gerüchte irritieren. Überraschen Sie Ihren Partner mit einem Geschenk!

24.10. - 22.11.

Skorpion

Endlich scheinen Sie jetzt erkannt und akzeptiert zu haben, dass es im Leben so gut wie nichts umsonst gibt. Es hat Sie Mühe und Leihgeld gekostet, aber diese Lehrzeit ist nun beendet.

23.11. - 21.12.

Schütze

Sie müssen jetzt besten Einsatz zeigen; jeder erwartet Leistung von Ihnen. Das kann auf die Dauer natürlich nicht gut gehen. Schieben Sie einen Riegel vor, wenn es Ihnen zuviel wird.

22.12. - 20.1.

Steinbock

Nach Ihrer bewährten Manier klappt es jetzt zwar nicht, doch können Sie sich trotz allem auf sich selbst verlassen, wenn es kritisch wird. Mit Ihrer guten Laune kommen Sie über die Runden.

21.1. - 19.2.

Wassermann

Sie fühlen sich zu großen Zielen angespornt. Nicht alles klappt auf Anhieb. Bei überreilen Maßnahmen kann etwas daneben gehen. Daher sollten Sie vorsichtig und mit Bedacht handeln!

20.2. - 20.3.

Fische

Sie beißen sich offenbar gern an alt bewährten Methoden fest. Im Moment aber sind neue Ideen gefragt. Dass genau die in Ihnen schlummern, wissen Sie vermutlich selbst am besten.