



Deutsche Gesellschaft
für Hauswirtschaft e.V.

dgh for future

Das digitale Lexikon der nachhaltigen Hauswirtschaft



SDG 3 Gesundheit und Wohlergehen

Ein gesundes Leben für alle Menschen jeden Alters gewährleisten und ihr Wohlergehen fördern: Wohlbefinden durch Begrünung im Innenbereich

Begrünen Sie Ihre Einrichtung – auch Innen! Grün belebt: nicht nur, weil es ein Hingucker ist, sondern, weil es tatsächlich einen messbaren Einfluss auf das Wohlbefinden hat. Pflanzen – vertikale, horizontale wie auch mobile Bepflanzungen – reduzieren die Schadstoffe in der Luft und geben Sauerstoff ab. Sie reduzieren den Schallpegel um bis zu 6 % und erhöhen die Luftfeuchtigkeit um bis zu 40 %. Studien zeigen: Je besser die Luftqualität, desto höher die Konzentrationsfähigkeit. Auch die Psyche profitiert: Der Anblick von Pflanzen reduziert Stress, inspiriert und führt zu mehr Zufriedenheit am Arbeitsplatz. Aber nicht nur dort: Ein beruhigendes, natürliches Raumklima, das Stress und gesundheitliche Beschwerden mindern kann, steigert das Wohlbefinden aller Nutzerinnen und Nutzer in Ihrer Einrichtung!

Schlagworte: Betriebliche Gesundheitsförderung, Begrünung, Wohlbefinden, Raumklima.

Quellen:

Umweltbundesamt (2021): Umwelteinflüsse auf den Menschen.

<https://www.umweltbundesamt.de/themen/gesundheit/umwelteinfluesse-auf-den-menschen>

NABU – Naturschutzbund Deutschland e. V. (2021): Wintergärten: Grüne Wohnzimmer.

<https://www.nabu.de/umwelt-und-ressourcen/oekologisch-leben/balkon-und-garten/grundlagen/dachwand/00572.html>

Moritz Küderli (Hydroplant AG, 2021): Wohlbefinden durch Begrünen im Innenbereich. Vortrag während der HAUSWIRTSCHAFT Fachtagung des Landwirtschaftliches Institut des Kantons Freiburg/Schweiz. 19. März 2021, Freiburg, Schweiz. <https://grangeneuve-intendance.ch/index.php/de-de/> und <https://www.hydroplant.ch/angebot/innenraumbegrueung/>

(alle aufgerufen am 13.07.2021)

Ein Tipp von Petra Wehmeier, 27. August 2021

Deutsche Gesellschaft für Hauswirtschaft e. V.
Hafenstr. 9, 48432 Rheine, Tel.: 05971 8007398, Fax: 05971 8007409
E-Mail: dgh@dghev.de, www.dghev.de