

ZOOM SUR LE PLANTES DEPOLLUANTES

Quels sont les avantages des plantes dépolluantes ?

Lors des études en laboratoire, les plantes dépolluantes ont montré des capacités à nettoyer l'air qui nous entoure en éliminant la plupart des composés volatiles et toxiques présents dans l'air. Les plantes sont des êtres vivants qui se nourrissent et échangent avec le milieu extérieur.

L'action des plantes dépolluantes

Aujourd'hui, il est prouvé que certains matériaux de construction et produits d'entretien nous empoisonnent la vie. Littéralement ! Colles, peintures, meubles en bois stratifié, encres, produits ménagers, fumées des poêles ou celles des cigarettes... sont autant de polluants. De ces sources émanent des composés chimiques volatils qui affectent l'état de santé des personnes. Maux de tête, fatigue chronique, allergie... C'est là que les plantes dépolluantes entrent en jeu, en purifiant l'air, tout en étant jolies, apaisantes et productrices d'oxygène.

Les plantes dépolluantes absorbent les polluants présents dans l'air par les feuilles, les tiges, les troncs. Ces polluants sont transformés en nutriments pour les plantes par des micro-organismes dans les racines.

Les plantes dépolluantes produisent de la vapeur qui humidifie l'air. Cette humidité réduit les désagréments liés aux problèmes respiratoires et rend l'air plus sain. Parmi les nombreuses plantes dépolluantes, il en existe quelques unes particulièrement efficaces.

Le dracaena



Parmi les plantes dépolluantes les plus efficaces, le dracéna est l'une des plus intéressantes.

Cette Le dracéna agit sur : Le formaldéhyde, qu'on retrouve dans le tabac - Le benzène présent dans le tabac, les colles, les plastiques, les solvants ou les encres - Le trichloréthylène qui est dans les solvants, les peintures, vernis ou colles pour moquettes - Le xylène décelable dans les solvants - Le toluène qui est dans le tabac et les solvants - Le monoxyde de carbone issu des appareils de chauffage par combustion et la cigarette.

Le dracéna marginé est parfait comme plante de bureau et peut être exposé plein soleil à lumière indirecte. Arrosez-le régulièrement tout en laissant sécher le terreau en surface entre deux arrosages. Il supporte une ambiance chaude à fraîche, et des températures froides jusque 8°C. Pour l'entretenir, lavez le feuillage avec une éponge humide. Pour un beau feuillage, mettez de l'engrais dilué dans l'eau d'arrosage une fois par mois entre mars et septembre.

Le lierre



Le lierre a une bonne action dépolluante et humidifie l'atmosphère. Il est actif sur le formaldéhyde, le benzène et l'ammoniac. Il fait partie des plantes dépolluantes qui embellissent votre intérieur en le faisant grimper.

Le lierre est une plante d'intérieur simple à entretenir, à condition que vous ne l'arrosiez pas trop. Pour ne pas le noyer, attendez que le terreau en surface sèche avant de l'arroser à nouveau. Le lierre nécessite peu de lumière et s'épanouit à des températures fraîches.



Le Pothos

surtout celui au feuillage panaché de jaune s'adapte à tous les recoins de la maison. Il y traque bon nombre de polluants comme le benzène, le monoxyde de carbone ou le toluène. Son action serait augmentée par la légèreté du substrat dans lequel il pousse.

Le ficus



Plantes dépolluantes - Peu savent que le ficus fait partie des plantes dépolluantes. Il absorbe le formaldéhyde, l'ammoniac, le xylène et le toluène.

Le ficus est solide, à condition de ne pas le déplacer. Il supporte mal les changements de pièce et les déménagements. Il est très résistant aux températures, pouvant supporter une atmosphère chaude à froide, jusqu'à 0°C.

Il peut être installé dans n'importe quelle pièce sans courants d'air, comme un bureau. En été, il peut par contre très bien être installé dans une serre ou une véranda. En hiver, faites-le profiter d'une lumière claire. Exposez le ficus en plein soleil ou à lumière indirecte sans trop de zones d'ombres. Pour l'arrosage, soyez généreux du printemps à l'automne et plus modéré le reste de l'année.

Le Spathiphyllum (fleur de lune)



Le spathiphyllum a une floraison durable et est l'une des meilleures plantes dépolluantes. Il humidifie l'atmosphère et peut être installé dans toutes les pièces de votre habitation. Il absorbe beaucoup de polluants : Le formaldéhyde - Le benzène - L'ammoniac - Le trichloréthylène - Le xylène

Il est facile à cultiver et convient aux débutants. Exposez le dans une lumière allant de l'ombre à la lumière tamisée mais jamais en plein soleil. Les températures idéales doivent être chaudes, avoisinant les 18°C et supporte la fraîcheur jusque 15°C.

Apportez un engrais pour plantes fleuries une fois par mois entre mars et septembre, mais pas le reste de l'année car cela pourrait dessécher les feuilles et faire mourir les fleurs. Arrosez abondamment du printemps à l'automne et plus modérément le reste de l'année. Le spathiphyllum fait partie des plantes dépolluantes qui supporte d'avoir les racines dans l'eau mais non de sécher. Brumisez donc de l'eau sur les feuilles régulièrement pour garder un taux d'humidité élevé.



Chlorophytum comosum (plante araignée)

plante magique, chaque partie de cette plante est prévue pour faire le job ! Et quelle efficacité ! Le chlorophytum absorbe de nombreux polluants dont le formaldéhyde et la quasi totalité de monoxyde de carbone en 24 h. Et il supporte toutes les conditions de culture ! Un must ! il vit comme le pothos très bien en aquaponie.



Le Philodendron et quelques palmiers

Il absorbe principalement le formaldéhyde et le pentachlorophénol. On retrouve ces composants dans la plupart des matériaux utilisés pour le mobilier mais aussi la colle, les vernis et produits ménagers

C'est une plante qui aime l'humidité et qui pourra également se plaire dans une salle de bain par exemple

La Fougère



Il s'agit de l'une des plantes d'intérieur les plus efficaces pour dépolluer l'air grâce à son grand pouvoir d'absorption et de rejet, elle élimine la plupart des produits que l'on utilise pour l'entretien et le nettoyage de la maison mais aussi ceux présents dans les matériaux qui composent le mobilier.

Pour l'utilisation en intérieur, choisissez la *Nephrolepis exaltata* (fougère de Boston)

L'aréca



Il absorbe très bien le xylène et le formaldéhyde.

On retrouve notamment ces produits dans la peinture et les vernis mais aussi dans la plupart des produits d'entretien. L'aréca aime les endroits bien ensoleillés et lumineux.

Le calathea ou plante d'ombre



se plaît particulièrement bien dans les endroits lumineux mais sans soleil direct.

il purifie l'air ambiant d'une multitude de substances plus ou moins toxiques.

L'entretien du calathéa est facile et ne réclame pratiquement aucun soin alors que sa présence confère beaucoup de plaisir. Plante très vivante il n'est pas rare de voir les feuilles bouger.

L'anthurium



est devenu un incontournable des plantes d'intérieur. Sa floraison est merveilleuse et peut durer toute l'année s'il est bien entretenu. En plus de ça, il a l'avantage d'absorber de nombreuses substances chimiques comme l'ammoniaque. Il est donc parfait pour orner une cuisine ou tout autre pièce de la maison assez humide comme la salle de bains.

Le dieffenbachia



est originaire d'Amérique Centrale et du Brésil.

L'entretien, le rempotage, l'arrosage ou encore l'exposition, sont autant de petits gestes qui rendront votre dieffenbachia encore plus beau.

Elle fait le bonheur de nos maisons et appartement grâce à son grand pouvoir décoratif.

Outre tous ces avantages, le dieffenbachia a l'avantage d'humidifier l'air lorsqu'il est trop sec, très utile lorsqu'il y a une climatisation

le croton



originaire des îles du Pacifique. L'entretien, le rempotage, l'arrosage ou encore l'exposition, sont des petits gestes qui rendront votre croton encore plus beau.

Mais elle a aussi un grand pouvoir dépolluant et lutte efficacement contre le formaldéhyde.

Le cycas



A l'allure de palmier, il est parfait pour assurer la dépollution du xylène et du toluène présents dans les peintures, vernis, encre mais aussi les colles, parfums et désodorisant chimiques.

Le clivia



Il piège efficacement les particules chimiques présentes dans l'air mais est très souvent envahi par la cochenille

Le sansevieria ou langue de belle mère :



Elimine le benzène

Le caoutchouc



Cette plante de la famille des ficus est un petit bijou de plante dépolluante. Grâce à ses larges feuilles vertes à l'aspect ciré, le caoutchouc est la plante la plus efficace pour neutraliser le formaldéhyde. Ses imposantes feuilles réoxygènent l'air ambiant et captent aussi la poussière.

PLANTES DEPOLLUANTES POUR CAPTER LES ONDES ELECTROMAGNETIQUES

Ordinateurs, téléphones, antennes relais, ampoules basse tension... Nombreux sont les appareils qui émettent des ondes, dont les effets peuvent être dangereux pour notre santé.

Qualité du sommeil, régulation thermique, comportement alimentaire... Les incidences de la présence d'ondes électromagnétiques sur notre santé ne sont plus à démontrer. Pour diminuer leurs effets sur notre santé, un réflexe à la fois bio, esthétique et économique on mise sur les plantes dépolluantes et le cactus en priorité pour absorber les ondes.

Vous avez le choix entre deux variétés :



cactus (Cereus peruvianus)



l'arbre de Jade (Crassula ovata)

Tous deux vont vous apporter une solution au "captage" des ondes, tout en produisant de l'oxygène la nuit et sans rejeter du gaz carbonique le jour

Où placer les plantes anti ondes ?

Privilégiez les pièces où il y a beaucoup d'appareils électroménagers telles que la cuisine, le salon, la salle à manger, bureau et chambre à coucher pour celles et ceux qui ne résistent pas à la tentation d'y installer un téléviseur ou un ordinateur !

Soyez néanmoins vigilant sur un point : les cactus ont besoin de beaucoup de lumière pour s'épanouir. Placez-les de préférence devant une fenêtre ou une importante source lumineuse naturelle.

Comment entretenir ces plantes grasses dépolluantes ?

Les ondes, ça, on le sait, vous vivez avec tout le temps... Mais le cactus, difficile de connaître ses goûts ! Sachez qu'il consomme peu d'eau, donc inutile de l'arroser tous les jours. Comme le chameau et le dromadaire, il stocke l'eau pour éviter l'évaporation. Une humidification du terreau une fois par mois est largement suffisante en hiver. Et le reste de l'année, restez modéré tout de même ! Enfin, en hiver, laissez-le à une température de 10°C au moins, ce qui lui permettra de fleurir en été. De magnifiques fleurs apparaîtront alors. De quoi ravir vos yeux... tout en restant connecté !

Conseil d'ouvrages :

- Plantes dépolluantes pour la maison de Marc Grollmund et Isabelle Hannebicque édition ULMER
- Les plantes dépolluantes : purifier l'air de la maison ou du bureau avec des plantes de Ariane Boixière et Geneviève Chaudet édition Rustica – Collection planète jardin