

Impuls 301:

Gärtnern macht glücklich



Qualitätssaatgut
ohne
chemische
Beizmittel

Reicht für ca.:

12-15 PFLANZEN

Halbar bis:

1 2010 102



Entdecken Sie Ihren grünen Daumen.

Impulse



Grüne Inseln im grauen Alltag.

Bereits in steinzeitlichen Siedlungen pflanzten Menschen Blumen an, einzig und allein, um sich an deren Farben und Duft zu erfreuen. Heute wissen wir: Schon der Anblick von Pflanzen hilft, innerhalb weniger Minuten Stress abzubauen. Doch sie geben uns noch mehr.



Für den Körper.

Pflanzen verbessern das Raumklima, sie erhöhen die Luftfeuchtigkeit und können Schadstoffe aus der Luft filtern. Studien zeigen, dass Pflanzen Kopfschmerzen und Hautreizungen reduzieren. Außerdem wird beim Umtopfen, Blumengießen, Blätter- und Blütenzupfen die Motorik trainiert und der Blutdruck gesenkt.



Für die Seele.

Ein Samenkorn in die Erde legen, beobachten, wie etwas keimt, wächst und gedeiht, erleben, wie Pflanzen blühen und Früchte tragen – all das kann sehr befriedigend und geradezu meditativ wirken.



Buddeln Sie doch auch mal wieder!

Ob Garten, Balkon oder Fensterbrett spielt dabei keine Rolle. Wichtig ist nur, dass Sie Freude am Gärtnern haben.



● Freude

● Entspannung

● Erfolgserlebnis

So wird das pdf zur
Sammelkarte:

- 1 Ausdrucken.
- 2 Ausschneiden.
- 3 In der Mitte falten.
- 4 Ab in die Sammelbox.

