

Introduction

Nous passons plus de vingt heures par jour à l'intérieur de bâtiments, entre la maison, le travail ou encore l'école, pour les enfants.

Comme indiqué, l'air intérieur est malheureusement plus pollué que celui à l'extérieur, en raison notamment des produits chimiques de synthèse présents dans de très nombreux produits et matériaux : peintures, revêtements, colles en tous genres... Et ces substances peuvent provoquer ce que l'on appelle le syndrome des bâtiments malsains ou SBS (Sick Building Syndrome).

Alors pour remédier un peu à tout ça, il existe un moyen très simple et tout à fait naturel de réduire, pas d'éliminer mais au moins de limiter, cette pollution d'intérieur. Tout simplement à l'aide de plantes vertes, que vous placerez à des endroits précis en fonction du type de pollution qu'il peut y avoir dans une pièce.

Les plantes ont un effet dépolluant sur l'air intérieur. Des polluants intérieurs tels que le formaldéhyde, le monoxyde de carbone, le toluène, l'ammoniac et le benzène sont émis par les solvants des peintures, par le mobilier, par les revêtements de sol, les gazinières... Certaines plantes permettent de réduire ces polluants grâce à leur métabolisme.

Principes

Les chercheurs ont démontré la fonction assainissante de plusieurs plantes vis-à-vis des polluants dissous dans l'air, comme par exemple le formaldéhyde (polluant majeur de l'air d'intérieur). Il ne s'agit pas là d'une simple adsorption, mais d'un véritable traitement réalisé par presque toutes les plantes.

Les plantes se nourrissent de la pollution !

L'azalée

C'est sans doute la meilleure exterminatrice de l'ammoniac que l'on retrouve dans les dégraissants et dans certains produits de nettoyage des sols. Elle est idéale pour la cuisine ou les toilettes. Je vous avais, par ailleurs, conseillé de limiter très fortement l'usage de l'eau de javel.

Famille	Ericacées
Origine	Asie
Période de floraison	printemps
Couleur des fleurs	jaune, rose, rouge
Exposition	mi-ombre, orientation nord-ouest idéale, le soleil direct de la matinée et l'ombre l'après-midi
Type de plante	arbuste à fleur
Utilisation	massif de plantes de terre de bruyère, isolé ou pot

Le genre rhododendrons comprend plus de 500 espèces. Les azalées sont des rhododendrons à petites feuilles et parfois au feuillage caduc.

Le Rhododendron est une plante toxique qui renferme dans ses feuilles un glucoside fortement émétique (substance qui fait vomir). Il semblerait que le miel obtenu à partir des fleurs de certains rhododendrons asiatiques puisse engendrer des troubles intestinaux.

Les azalées de chine ou azalées mollis sont des variétés d'azalées caduques qui fleurissent en mai avant l'apparition de leur feuillage. Elles apprécieront un emplacement au soleil contrairement aux azalées japonaises.

La croissance des rhododendrons étant harmonieuse et équilibrée, la taille n'est pas nécessaire.

Le chrysanthème

Lui n'est pas destiné qu'à orner les plaques de marbre des cimetières, c'est aussi un très bon absorbeur de trichloréthylène, substance utilisée dans les peintures et les solvants. A mettre dans les pièces fraîchement repeintes, si vous n'avez pas utilisé des peintures bios.

Famille	Astéracées, Composées
Origine	Chine, Japon, Russie
Période de floraison	de septembre jusqu'aux première gelées
Couleur des fleurs	nombreux coloris
Exposition	soleil
Type de plante	fleur
Utilisation	massif, bordure, pot, fleurs coupées

Les Chrysanthèmes des fleuristes sont des variétés vivaces. Vous trouverez un vaste choix de plantes aux formes et aux couleurs différentes. Également, les périodes de floraison varient pour s'étaler de septembre pour les hâtifs, à janvier pour les chrysanthèmes tardifs.

Cette fleur fut introduite en occident en 1753 par Linnaeus, un botaniste suédois qui combina les mots grecs chrystos signifiant or et anthemion, fleur. Mais il faut garder à l'esprit que les chrysanthèmes que nous connaissons actuellement ressemblent peu à l'espèce d'origine qu'on retrouve à l'état sauvage qui ressemble à une marguerite (qui est de la même famille). De nombreux hybrides ont été créés en Angleterre, France, Japon et Etats Unis.

Le Chrysanthème était cultivé en Chine en temps qu'herbe floral et est décrite dans des textes remontant au XVème siècle avant JC. En fait leurs poteries en disent plus longs que leurs textes. Comme herbe elle était sensée détenir l'énergie de la vie. Les Chinois utilisaient les racines bouillies pour soigner les maux de tête et mangeaient les pétales en salade.

Autour du VIIIème siècle après JC, le Chrysanthème chinois apparut au Japon. Les espèces japonaises de chrysanthèmes ont de jolies mais petites fleurs. Mais l'introduction des espèces chinoises en fit la fleur la plus admirée du Japon, elle devint même le symbole de l'empereur. Le kikumon, symbole du chrysanthème à seize pétales, est le kamon de l'Empereur du Japon depuis le XIIIème siècle, lorsque le Ten'no Gotoba, qui aimait beaucoup cette fleur, l'introduit sur ses vêtements et ses biens. On le trouve entre autres à Yasukuni-jinja, Tokyo et Sanjusangendo, Kyoto.

Le philodendron

Certaines espèces de Philodendron peuvent être utilisées en suspension comme le Philodendron scandens, d'autres auront besoin d'un gros tuteur pour se développer, d'autres encore ne sont pas grimpantes et se développeront dans un bac.

Famille	Aracées
Origine	Amérique centrale et du sud
Période de floraison	minuscules fleurs entourées d'une spathe
Couleur des fleurs	--
Exposition	lumière vive
Type de plante	--
Utilisation	bac, suspension

Comme beaucoup de plantes vertes, les Philodendrons aiment une atmosphère humide, brumisez donc régulièrement son feuillage et nettoyez-le à l'aide d'une éponge humide.

Ne coupez pas les racines aériennes développées par certaines espèces comme *Monstera deliciosa*. Ces racines captent l'humidité de l'air. Si vous possédez un aquarium, disposez votre plante près de celui-ci et faites plonger une de ses racines, vous verrez qu'elle va se ramifier et créer un refuge pour les petits poissons.

Il absorbe le pentachlorophénol, dit PCP, que l'on trouve dans les produits de traitement du bois. Le philodendron a un deuxième avantage si on le place dans une pièce sèche car, grâce à ses grandes feuilles, il dégage beaucoup de vapeur d'eau, humidifiant ainsi l'air de la pièce.

Le chlorophytum

C'est le champion de la dépollution intérieure toutes catégories. Il supprime le monoxyde de carbone et le formaldéhyde, rendant ainsi l'air des maisons plus respirable mais aussi moins allergène. A mettre n'importe où et à combiner avec les autres plantes intérieures.

Famille	Liliacées
Origine	Afrique du sud
Période de floraison	été
Couleur des fleurs	blanc
Exposition	lumière vive
Type de plante	plante verte
Utilisation	pot, suspension

Voilà une plante verte très populaire. La plante araignée peut être utilisée en suspension en laissant dans ce cas les hampes florales développer leurs nouvelles plantes. C'est une plante très facile de culture, qui se contente souvent d'un minimum, voyez donc comment elles résistent sur nos bureaux au travail sans entretien régulier ! Elle est identique à l'azalée. Cependant de l'engrais pendant la période végétative est le bienvenue.

Il existe 3 variétés courantes dans le commerce

Chlorophytum comosum 'Picturatum' aux feuilles panachées de blanc au centre et de vert aux bords, c'est la plus courante

Chlorophytum comosum 'Variegatum' aux feuilles panachées de vert au centre et de blanc aux bords, c'est la plus courante

Chlorophytum comosum 'Vittatum' aux feuilles vertes

Le lierre

Il s'avère la meilleure plante pour éliminer le benzène qui est un solvant fréquemment présent dans les peintures, encres, matières plastiques ou détergents. On peut placer un lierre dans la cuisine et dans le couloir.

Je vous ai cité six plantes dépolluantes mais il en existe d'autres comme le dieffenbachia, le spathiphyllum, l'aglycone, le faux papyrus, le dracæna ou encore le clivia, pour ceux qui connaissent.

A noter aussi, contrairement aux idées reçues, il n'y a pas d'inconvénient à avoir des plantes dans une chambre car celles-ci produisent de l'oxygène en quantité beaucoup plus importante que le gaz carbonique rejeté. De plus, une plante rejettera toujours moins de gaz carbonique que votre conjoint(e) qui ronfle à côté de vous ou que votre animal de compagnie qui dort dans la même pièce...

Et en plus, reconnaissez qu'une maison ou un bureau avec des plantes vertes, c'est quand même beaucoup plus agréable !

Enfin, il existe Plant'Airpur, une association qui s'occupe de sensibiliser l'opinion sur ces plantes dépolluantes.

Le ficus benjamina

Connu de tous, le ficus neutralise le formaldéhyde appelé couramment formol, qui se trouve généralement et malheureusement un peu partout dans une maison. On le retrouve dans les mousses d'isolation, la colle à moquette mais aussi dans les papiers d'emballages, les essuie-tout, les vêtements nettoyés à sec... Autrement dit, le ficus, vous pouvez le mettre un peu partout dans la maison.

Un classique que l'on rencontre très souvent à la maison. Il ne pose guère de difficulté, du moment que vous le disposez dans un endroit lumineux, sans soleil direct. Il appréciera également un apport d'engrais au printemps et en été, ainsi qu'une brumisation de son feuillage les jours les plus chaud.

Pour les arrosages, pas d'excès surtout pendant la période hivernale. Préférez une eau non calcaire.

Vous pouvez sortir votre arbre pendant la période estivale de mi-mai à septembre.

Pourquoi les feuilles de mon ficus tombent-elles ?

Ce problème est très souvent rencontré par les propriétaires de ficus, il est souvent dû dans un premier temps, à la modification de son environnement, soit le passage du magasin ou de la serre d'où il vient à votre appartement ou souvent, il y a moins de lumière et une plus grosse chaleur, sèche qui plus est. Donnez-lui de la lumière, et ne l'installez pas à côté d'un radiateur.

Évitez donc en conséquence les déplacements du bac, une fois qu'il s'est adapté à son environnement.

Il est également sensible au coup de froid et au courant d'air, toute variation brusque de la température.

Pourquoi les feuilles de mon ficus jaunissent-elles ?

Attention aux excès d'eau, laissez la terre séchée en surface entre deux arrosages, surtout l'hiver.

Prenez garde aux bacs à réserve d'eau ou les racines finissent toujours par arriver, et dans ce cas le ficus ne supporterait pas d'avoir constamment les pieds dans l'eau. De même pour les dessous de pot.