

DES PLANTES EN POT POUR MIEUX DORMIR ?

Un message, intitulé « Les 5 plantes qui vous aident à mieux dormir » circule régulièrement sur les réseaux sociaux. Il émane du site citronjonquille.com.

Il sélectionne cinq plantes qui sont présumées vous aider à retrouver un sommeil paisible.

Effectivement, le jasmin a des vertus calmantes et la lavande apporte une aide à dormir. Inversement, la plante serpent (*Sansevieria Trifasciata*) et l'aloé véra qui « transforment le CO2 en oxygène pendant la nuit, et purifient ainsi l'air de votre chambre », n'ont aucune incidence sur la qualité du sommeil.

Du reste, toutes les plantes sont considérées à tort comme dépolluantes : il s'agit d'une véritable arnaque intellectuelle destinée à accroître la vente de plantes fondée sur une lecture outrancièrement commerciale des travaux de **Bill WOLVERTON (NASA)**.

D'ailleurs, peu de consommateurs savent que les bactéries et champignons contenus dans la terre d'un pot constituent des polluants de l'air...

INFO-ALERTE est une mise en garde hebdomadaire diffusée par le **Réseau anti-arnaques, association partenaire de l'UFC-Que Choisir, BP 40179, 79205 PARTHENAY cedex** (contact@arnaques-infos.org). Elle alimente la page **Facebook** du **RAA**.

Site : www.arnaques-infos.org

SIRET : 503 805 657 00049

Reproduction autorisée sous réserve de mentionner l'origine.

Directeur de la publication : **Pascal TONNERRE** (president@arnaques-infos.org)