

Ekologické benefity

- **Zlepšení mikroklimatu.** Rostliny vykonávají tzv. transpiraci (zjednodušeně řečeno v průběhu dne odpařují vodu skrz listy), čímž pomáhají přirozeně ochlazovat okolí.
- **Zadržování prachu a škodlivin z ovzduší.** Listy rostlin zachytávají prachové částice a některé škodliviny a tím napomáhají k čistějšímu vzduchu.
- **Biodiverzita.** Dobře navržené balkony se můžou stát vítaným útočištěm pro opylovače (včely, čmeláci, motýli) i ptáky, kteří to ve městech mají s hledáním útočiště často obtížné.
- **Pohlcování CO₂ a produkce kyslíku.** Zazeleněné balkony mohou v menší míře přispívat i ke snížení podílu CO₂ v atmosféře.

Psychologické benefity

- **Snížení stresu a úzkosti.** Kontakt se zelení podle vědců snižuje hladinu kortizolu (stresového hormonu).
- **Podpora duševního zdraví.** Péče o rostliny zklidňuje mysl a učí trpělivosti. Umožňuje nám také odpojit se od technologií a užívat si přítomného okamžiku.

