



گیاهان آپارتمانی گلدار

عطر و زیبایی را در گیاهان گلدار که در خانه شما پرورش یافته‌اند می‌توانید پیدا کنید و با نگهداری زیباترین گیاهان آپارتمانی در خانه خود لذت و آرامش را به خانه بیاورید. اسامی برخی از آنها به این شرح است: بنفشه آفریقایی، گل ختمی چینی، شیدر زینتی یا اکسالیس، آسیاتی فیلیوم، آنتوریوم، گل یاسمن، گل خورشیدی و گل استریپتو کارپوس.



برای کسب اطلاعات بیشتر این کدرا اسکن کنید



گیاهانی که فضای خانه اشاداب می‌کنند

گیاهان خانگی علاوه بر اینکه زیبایی را به خانه می‌آورند، باعث شادابی فضا و روحیه تان می‌شوند. گیاهانی مثل سانسوریا، گیاه همیشه سبز چینی، نخل دم‌اسبی، کاکتوس استخوان ماهی، کاکتوس کریمس، گل ارکید و برگ‌انجیری از این دسته گیاهان آپارتمانی هستند که شرایط نگهداری آسانی دارند و می‌توان در چیدمان منزل از آنها استفاده کرد.

همیشه‌های تندرستی

ویژه‌نامه تندرستی + ۱۰ تیر ۱۴۰۲ + شماره ۳ + دوره جدید

نگاهی دیگر +

آرامش را با گل هدیه دهید

علی سلیمانی، روانشناس

هدیه‌دادن گل از گذشته مرسوم بوده که یکی از دلایل آن تأثیر گل‌ها و گیاهان بر روحیات انسان است. برای یافتن این پرسش که آیا واقعا گل هدیه‌دادن به دیگران تأثیری روی روحیه فرد دارد، سراغ علی سلیمانی، روانشناس بالینی رفتیم. در ادامه پاسخ وی را به این سؤال می‌خوانید:

تأثیر وجود گل‌ها بر روح و روان انسان غیرقابل انکار است. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که نگاه کردن به گل‌ها و گیاهان باعث برانگیخته شدن احساس شادایی، آرامش و طراوت در افراد می‌شود و غم و اندوه را از انسان دور می‌کند.

حالت روحی انسان با تماشای گل‌ها تغییر می‌کند و هر بار تماشای اتصال عصبی مثبتی در مغز افراد ایجاد می‌کند.

در یافتن حتی یک شاخه گل یا یک گلدان کوچک به سرعت روحیه افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد و نقش بسزنی در بهبود ناگهانی به محض دریافت گل، نخستین نشانه این تغییر است.

وجود گل‌ها و گیاهان در معرض دید افراد علاوه بر ایجاد حس نگرش مثبت به زندگی و ایجاد آرامش، احساس رضایت و شادی را در افراد ایجاد می‌کند.

رنگ گل‌ها نیز در روحیات افراد بسیار تأثیرگذار است؛ گل‌های با رنگ ملایم مانند صورتی، سفید و بنفش، حس شخص را به سوی احساسات آرام سوق داده و گل‌های با رنگ گرم و تند نیز مانند قرمز، زرد و نارنجی، انسان را به سوی سرزندگی و هیجان پیش می‌برد.

وجود گل و گیاه در منازل و در معرض دید، سلامت جسمی اعضای خانواده و همچنین صمیمیت در روابط خانوادگی را به دنبال دارد. گل‌های طبیعی را به عنوان نخستین هدیه انتخاب و سعی کنید در محیط منزل از گل‌ها به عنوان نماد آرامش استفاده کنید.



گفت و گوی همشهری تندرستی با مدیر اتحادیه گل و گیاه استان تهران

روزی که ایرانی‌ها رکورد خرید گل را می‌شکنند

+ در ایران چندگونه گیاهی داریم؟

ما در کشوری زندگی می‌کنیم که شرایط اقلیمی بسیار خوبی دارد، برای همین حدود ۱۵ هزار تولیدکننده گل و گیاه و ۸ هزار گونه گیاهی در کشور داریم. بسیاری از این گونه‌های گیاهی شناخته شده‌اند و بسیاری هم شناخته شده نیستند و در معرض دید مردم قرار نگرفته‌اند.

+ ایرانی‌ها بیشتر از چه نوع گل‌هایی استقبال می‌کنند؟

مردم از گل‌هایی که بیشتر می‌شناسند استقبال خوبی دارند. مثلاً یکی از گل‌هایی که در فروشگاه‌های گل و گیاه و گل‌فروشی‌ها بسیار دیده می‌شود «رز» است که تنوع رنگ و کیفیت خوبی دارد. «لیلیوم» و «آنتوریوم»، «ارکید»، «داوودی»، «مریم» و «گلابول» بین ایرانی‌ها طرفدار دارد. افراد مختلف رز را برای دیدن و بازدید، گلابول را برای مراسم عزاداری، آنتوریوم و لیلیوم را برای زیبایی سبد گل، داوودی و آلستروم را به دلیل قیمت مناسب و ماندگاری بالا برای خرید خود انتخاب می‌کنند. البته در مجموع در کشور ما بسیاری از افراد گل را برای دل خودشان نمی‌خرند، در حالی که تنوع و فراوانی گل در کشور زیاد است و از همه مهم‌تر گل غذای روح است و کسی که عادت کند دنبال غذای روح باشد بهتر زندگی می‌کند.

+ چگونه باید این شرایط را معکوس کرد تا مردم خرید گل را برای دلخوشی خودشان در سبد خانوار بگنجانند؟

ما باید شرایطی را به وجود بیاوریم که مردم گل بخرند. درجه اول باید برای خرید گل فرهنگسازی و سپس قیمت‌ها را متعادل کنیم. شما تصور کنید خرید گل اغلب برای مراسم مختلف بین ایرانی‌ها جا افتاده است، چون در این زمینه فرهنگسازی شده است. مردم ما فقط برای مناسبت‌هایی مانند روز مادر، تولد، روز پدر، دیدن و بازدید، عبادت از بیمار، عروسی، عزاداری و روزهای خاص مانند روز پزشک، معلم و... گل می‌خرند. ما در روز تولد حضرت زهرا (س) و روز مادر بیشترین فروش گل را در ایران داریم. با این حال، در مجموع می‌توان گفت که خرید گل به‌ویژه خرید گل‌های شاخه‌بریده جایگاه خود را باز کرده است.

+ طراحی دکوراسیون خانه با گیاهان آپارتمانی هم می‌تواند دلیل دیگر استقبال مردم از گل و گیاه باشد؟

بله؛ گیاهان در طراحی دکوراسیون خانه و ادارات جایز کرده‌اند. بیشترین گیاهان هم برگ سبز

بی‌شک کسی نیست که یادیدن گل و گیاه و سرسبزی حال و هوایش عوض نشود. حتی هنوز هم برای خوشحال کردن اطرافیانمان و نشان دادن عشق و علاقه خودمان به آنها هر از گاهی بی‌مناسبت یا با مناسبت گل هدیه می‌دهیم. از طرفی به دلیل اینکه کشور ما سرزمین چهار فصلی است و اکوسیستم و شرایط آب و هوایی منحصر به فرد و قابل توجهی دارد از نظر تنوع و تولید گل بیشتر از هستیم؛ به طوری که به گفته مدیر اتحادیه گل و گیاه استان تهران، رتبه هفدهم را در جهان در زمینه تولید گل و گیاه داریم.



با غلامحسین سلطان محمدی، مدیر اتحادیه گل و گیاه استان تهران و عضو اتحادیه سراسری تولیدکنندگان گل و گیاه ایران درباره علاقه ایرانی‌ها به گل‌ها و طراحی دکوراسیون خانه با گیاهان آپارتمانی گفت و گو کرده‌ایم که در ادامه می‌خوانید.

