

نانوای خلاق خرمدرده ای در گفت‌وگو با زندگی‌سلام،

پلاستیک نبر، نون اضافه ببر!

مهمین ساعدی - یکی، دو روز است خبر و تصویری از «علی بهرامی»، نانوای خلاق و طرفدار محیط زیست خرمدرده ای، فضای مجازی را پر کرده است؛ مردی ساده و دوست‌داشتنی که اعتقاد دارد با نوآوری، می‌توان بسیاری از خلاءهای زندگی این روزها را پر کرد و بخشی از مشکلات اجتماعی را پاسخ داد. این نانوای خلاق خرمدرده ای که از قضا خیلی هم به محیط زیست علاقه دارد، چند سالی است اسم نانوائی اش را «ایران زمین» گذاشته و با شعار «حامی

زمین پاک هستیم» در حرکتی جالب، به مشتریانی که با خود کیسه و سفره پارچه‌ای به همراه می‌آورند یا از گرفتن نایلون پلاستیکی برای حمل و نگهداری نان خودداری می‌کنند، دو عدد نان رایگان هدیه می‌دهد. بهرامی ۳۷ سال دارد و از ۱۰ سالگی، کار را شروع و همیشه سعی کرده است با ایده‌های جدید و به‌درد بخور در کارش پیشرفت کند. او هم مثل همه، در طول سال‌ها، فراز و نشیب زیادی را در کارش تجربه کرده اما امیدش را از دست نداده و همچنان با نشاط و پر انرژی به کار و خلاقیت هایش ادامه داده است. بهرامی در گفت‌وگو با زندگی‌سلام، می‌گوید: «از همان اول سعی کردم برای راحتی مردم و

البته شکل دادن فرهنگ زندگی سالم، کارهای متفاوتی انجام دهم. از وقتی متوجه شدم همین نایلون‌های پلاستیکی ساده، چطور می‌تواند به زیبایی و سلامت محیط زیست لطمه بزند و به‌راحتی باعث مرگ حیوانات و پرندehا شود، تصمیم گرفتم به کسانی که از نایلون استفاده نمی‌کنند، نان رایگان بدهم.» حالا علی آقا سرتاسر نانوائی اش را از بنرهای رنگی و جالبی پر کرده که با محتوایش، سعی می‌کند به ساده‌ترین شکل ممکن، مردم شهرش را به حفاظت از محیط زیست و سالم زندگی کردن تشویق کند. البته خودش می‌گوید ایده‌های خلاقانه اش را به تنهایی اجرا نکرده و همفکری دوستانش هم موثر بوده است. علی تأکید می‌کند مطالعه کتاب و مجله را خیلی دوست دارد و سعی می‌کند با آدم‌های آگاه رفت و آمد کند. آقای بهرامی، به همراه همسر و دو فرزندش، اتاق فکری دارند و هرچند وقت یک بار دور هم جمع می‌شوند و درباره موضوعات مختلف فردی و اجتماعی، صحبت می‌کنند. کاری که علی آقای بهرامی در شهر خرمدرده استان زنجان انجام داده است، شاید کار ساده‌ای به نظر برسد اما همین قدم‌های کوچک و خودجوش است که زمینه‌ساز تغییرات مثبت و بزرگ فرهنگی در جامعه می‌شود. در حقیقت اوضاع جامعه وقتی بهتر می‌شود که تک تک ما مثل علی، سعی کنیم در حد وسعمان، برای تغییر اطرافمان تلاش کنیم.



راهنمای خرید و مراقبت از گل‌ها و گیاهان آپارتمانی در فصل سرد

چگونه در سرما هم، سبز باشیم و بمانیم؟

و سر حال به بهار و تابستان گرم برسند. در این روزگار شلوغ، شاید اگر گوشه سبز و دنجی در خانه با گل‌ها و گیاهان برای خودتان دست و پا کنید، بهترین مکان برای پناه بردن و به آرامش رسیدن از تنش‌های روزانه باشد. گوشه سبز و گیاهانی که از رشدشان انرژی بگیرید، با بوییدن گل‌هایشان حالتان خوب شود و با نشاط و طراوت‌شان، فک‌های منفی از ذهنتان دور شود. گل‌ها و گیاهان سبزی که وجودشان، از سردی و بی‌رنگی و کسالت فصل سرد کم کند. پس با ما همراه باشید با راهنمای مراقبت از گل و گیاه در فصل سرد.

مژده رنگبان- پاییز برگ‌ریز و زمستان سرد هم بخش مهمی از چرخه زندگی همه موجودات زنده، از جمله گیاهان است؛ دو فصلی که گیاهان را برای دوباره شکوفا و سبز شدن در بهار آماده می‌کند؛ بعضی گیاهان به خواب زمستانی می‌روند، برخی خزان را تجربه می‌کنند و بعدها دوباره جوانه می‌زنند و بعضی دیگر همچنان سبزی و نشاط خود را حفظ می‌کنند. پرونده امروز «زندگی سلام» در همین باره است؛ با شروع فصل سرد، چگونه از انواع گل‌ها و گیاهانی که در باغچه، تراس یا گوشه آپارتمانمان است، مراقبت و نگهداری کنیم تا هر چه بهتر پاییز و زمستان را پشت سر بگذارند و سالم

برای مراقبت بهتر از گل‌ها و گیاهانِ درون خانه، چه کنیم؟

می‌مانند. برای گیاهانی همچون کاج مطبق، دیفن باخیا، لیندا، سیکاس و ... لازم نیست دمای خانه در فصل‌های پاییز و زمستان تغییر کند، فقط باید دفعات آبیاری‌شان کم شود؛ مثلاً اگر در تابستان هفته‌ای دوبار بوده، در پاییز و زمستان به هفته‌ای یک بار کاهش پیدا کند. البته که در پاییز، این گیاهان باید بیش از قبل، پشت پنجره بمانند و نور خورشید را دریافت کنند. در ادامه، نحوه نگهداری چند گیاه متداول آپارتمانی در فصل‌های پاییز و زمستان را با هم مرور می‌کنیم.

شمعدانی

بسیاری از ما در حیاط و تراس خانه‌هایمان، «گیاه شمعدانی» داریم که اگر دمای افزایش به صفر درجه برسد و همچنان در فضای آزاد باشد، مساوی با مرگش است. برای جلوگیری از این اتفاق، می‌توانید دور گیاه نایلون ضخیمی ببپیچید ولی بهتر است آن را به فضای سرپوشیده منتقل کنید و نور غیر مستقیم و پشت پنجره‌ای به آن برسانید.

حُسن یوسف

حسن یوسف‌ها در سرمای شدید خشک می‌شوند و باید در مکان و دمایی مناسب نگهداری شوند. پاییز فصلی است که از جذابیت برگ‌های حسن یوسف کاسته می‌شود اما جای نگرانی نیست و با رسیدن فصل بهار و انتقال گلدان به مکان مناسب و دریافت نور خورشید، دوباره زیبایی و شفافیت خود را به دست می‌آورد.

پتوس

پتوس‌ها، محبوب‌ترین گیاهان آپارتمانی هستند که در تمام سال، سبز و باطراوت اند و بالطبع گزینه مناسبی برای نگهداری گل و گیاه در فصل سردند. اگر به دنبال گیاهی می‌گردید که در جای کم نور رشد کند و نیاز زیادی هم به آبیاری نداشته باشد، پتوس انتخاب خوبی است و از طریق قلمه تکثیر می‌شود و می‌توانید فضای اطراف خود را با آن‌ها پُر و زیبا کنید.

برگ بیدی و نخل مرداب

گیاهانی مثل برگ بیدی بنفش و نخل مرداب اگر در فضای باز زمستان باشند، کاملاً خشک می‌شوند. منتها نیازی به تلاش برای جلوگیری از این اتفاق نیست زیرا ریشه‌های این گیاهان زنده‌اند و این خواب زمستانی اتفاقاً به گیاهان شما کمک می‌کند تا در فصل بهار، زیبایی و کمال خود را به نمایش بگذارند. از ریشه‌های این قبیل گیاهان مراقبت کنید و مواظب باشید در محل ریشه‌های این گیاهان، عمل شخم‌زنی انجام نشود.

بنجامین

بنجامین گیاهی است که در فصل سرد، بهتر است با آب ولرم کنری آبیاری و هر روز غبارپاشی (آبیاری با آب جوشیده از فاصله ۴۰ تا ۵۰ سانتی متری با آب‌پاش) شود تا سبز بماند و برگ‌هایش نریزد.



در فصل سرد، چه گل و گیاهانی بکاریم و بخریم؟



برخی گیاهان برخلاف بقیه، اتفاقاً وقتی هوا سرد می‌شود، نه‌تنها خاموش و خشک نمی‌شوند بلکه سب‌تر و سر حال‌تر هم می‌شوند و حتی این سرما برای رشدشان، لازم و ضروری است. اگر برای سبزی نگه داشتن خانه‌تان در فصل سرما، به دنبال گونه‌های سازگار با فصل پاییز و زمستان هستید، ادامه مطلب را از دست ندهید.

بنفشه

بنفشه که انواع وحشی‌ای در ایران وجود دارد، گیاه سرما دوستی است که تا هوا سرد نشود، گل نمی‌دهد. نشاء آن در گلخانه‌ها وجود دارد و اگر حیاط و باغچه دارید می‌توانید پاییز و زمستان خود را با این گل‌های بنفش زیبا سر کنید. اگر بارندگی وجود داشت، نیازی به آبیاری نیست و اگر هوا خشک بود باید هفته‌ای دو بار بنفشه را آبیاری کنید.

گل برف

موه‌ای گل برف را در زمستان می‌کارند و فقط در همین فصل هم گل می‌دهد. بذر این گیاه آپارتمانی در ایران هم وجود دارد و اتفاقاً خیلی‌ها به آن علاقه‌مندند و می‌توانید آن را از گلخانه‌ها تهیه کنید و بکارید.

قرنفل

این گیاه با اسم بامز ه‌اش هم حساسی به سرما مقاوم است و حوالی مهرام می‌توانید نشای آن را تهیه کنید و در باغچه یا گلدانی مناسب بکارید. گیاهی است دو ساله با گل‌های کوچک و مخملی به رنگ‌های صورتی، سفید، قرمز، بنفش و مخلوط سفید و قرمز که به تعداد زیاد در یک گل‌آذین چترمانند جمع می‌شوند.

مینا

و اما گل مینا که بسیار سریع رشد می‌کند و خیلی زود همه باغچه را به خودش اختصاص می‌دهد. گیاهی که در فصل زمستان هم سب‌تر به برگ‌های خود را حفظ می‌کند و باغچه و تراس و گلدان شما را سرسبز نگه می‌دارد. سرزمین اصلی برخی از گونه‌های مینا، آمریکای شمالی است.



ریحان و تربچه

در فصل پاییز می‌توانید در کنار گل‌ها و گیاهان تزینینی، سبزی خوردن هم بکارید و سبزی و تربچه‌های حاصل زحمت خودتان را سر سفره بیاورید. به این شکل که یک سبذ ریز بافت را از خاک پر می‌کنیم، روی آن بذر هر سبزی دلخواه یا تربچه را می‌ریزیم و دوباره روی آن، کود حیوانی نرم الک و در پاییز و زمستان، روزی یک مرتبه آن را آبیاری می‌کنیم. این سبذ را باید در حیاط یا تراس قرار دهید تا از نور خورشید، هرچند کم‌رنگ، بی‌نصیب نماند و شب‌های سرد روی آن نایلون ضخیم بکشید تا سرما نخورد و دوباره صبح آن را بردارید.



عملیات امداد و نجات پیشگیری از سرمازدگی گل‌ها و گیاهانِ حیاط و تراس

● باتوجه به سردی هوا در شب‌های پاییز و زمستان، گل‌های را په، تراس و حیاط را آرام آرام به داخل منزل منتقل کنید اما دقت کنید آن‌ها را یکبار به مکانی کم نورتر نبرید تا شوک نشوند. اگر به اندازه کافی وقت دارید و هوا سرد نشده است، یک یا دو هفته قبل از آن که گلدان‌ها را از فضای باز به خانه بیاورید، آن‌ها را به مکان سایه‌داری منتقل کنید. این کار به گیاهان فرصت می‌دهد قبل از آمدن به درون خانه، وجودشان با نور کم تطبیق پیدا کند.

● پیش از آن که گلدان‌ها را به داخل خانه بیاورید، آن‌ها را کنترل کنید تا عاری از هر گونه حشره باشند. بهترین روش برای آن که بدانید گلدانی آفت دارد یا نه، این است که آن‌ها را کاملاً در تشت آب فرو کنید. اگر حشره ای در خاک گلدان زندگی کند، پس از چند دقیقه روی آب می‌آید. اگر چنین اتفاقی افتاد، می‌توانید گلدان و خاک آن را قبل از آوردن به خانه عوض کنید. علاوه بر این، مقداری صابون مایع را در آب حل و روی گیاه اسپری کنید. این محلول را روی تمام قسمت‌های گیاه از جمله دو طرف برگ بریزید، چون برگ امکان اصلی زندگی آفت‌های گیاهی هستند. همچنین سعی کنید حداقل به مدت چندروز، آن‌ها را دور از سایر گیاهان خانگی نگه دارید تا احتمال انتقال هر گونه آفت کنترل شود.

● گیاهانی که از بیرون به داخل خانه می‌آورید، در زمستان به آب کمتری نیاز دارند. قبل از آب دادن به آن‌ها، خاکشان را لمس کنید و فقط موقعی که احساس کردید خاک خشک است، آبیاری‌شان کنید. اگر سیستم گرمایشی خانه شما، هوا را خشک یا بسیار گرم می‌کند، هوای اطراف گیاهان را مرطوب نگه دارید، به خصوص درختچه مرکبات و سرخس‌ها را؛ برای این کار می‌توانید از بخور یا اسپری آب استفاده کنید.

● گیاهانی را که به نور فراوان نیاز دارند به سختی می‌توان در پاییز، شاداب نگه داشت. برای این نوع گیاهان، مکانی را در کنار پنجره‌ای که آفتاب گیر یا جنوبی است، آماده کنید و گیاهانی را که به نور کمتری نیاز دارند پشت پنجره‌های رو به غرب قرار دهید. اگر در خانه جایی را ندارید که به اندازه کافی نور گیر باشد، می‌توانید در زمستان از چراغ مخصوص گیاهان استفاده کنید. همه گیاهان خانگی را باید از در و پنجره‌های سرد و همین‌طور رادیاتورها و منابع گرمایشی دور نگه دارید.