

مرکز آموزش و مشاوره گل و گیاه اداره فضای سبز شهرداری منطقه ۷

معرفی گیاهان دارویی

آشنایی با خواص آویشن :

آویشن گیاهی کوهستانی و معطر است دارای طبیعتی گرم و خشک و از آن معمولاً به عنوان ادویه برای طعم دار کردن انواع غذاها مانند پیتزا، ماکارونی، لازانیا و بعضی خوراها استفاده می کنند. خواص درمانی:

- آویشن برای تقویت اعصاب، درمان افسردگی و خستگی و بی خوابی مفید بوده و همچنین نشاط آور است.
- آویشن خاصیت ضد میکروبی، ضد قارچی و ضد انگلی دارد و این به جهت وجود ماده تیمون در آن است ولی با توجه به اینکه تیمون خاصیت سمی نیز دارد، در مصرف آویشن زیاده روی نکنید.
- مصرف آویشن به صورت جوشانده برای رفع تنگی نفس، برونشیت، سرفه، نفخ شکم، سوء هاضمه و آسم و سیاه سرفه، سرگیجه، سردرد، زکام و نفرس و درد و ورم مفاصل توسط اطباء طب سنتی توصیه می شود.
- یک چهارم قاشق چای خوری پودر برگ آویشن خشک شده شامل مواد زیر است:

انرژی	۸ کیلو کالری
هیدرات کربن	۰.۰۲ گرم
پروتئین	۰.۰۴ گرم
چربی	۰.۰۱ گرم
فیبر	۰.۰۱ گرم

منبع: روزنامه همشهری

فعالیت های اخیر

برگزاری کلاس آموزش در زمینه پرورش و نگهداری کاکتوس ویژه پرسنل محترم شهرداری منطقه ۷ به مناسبت میلاد با سعادت امام رضا (ع) و روز کارمند به همراه اهداء گلدان کاکتوس به شرکت کنندگان



سبزیکاری در منزل

سبزی این هفته: گشنیز



گشنیز گیاهی یکساله بوده و غنی از املاح آهن، فسفر و پتاسیم می باشد. کاشت آن در تمام فصول به جز اواسط زمستان و تابستان امکان پذیر است. برای تسریع در جوانه زنی، بذور را شب قبل در آب خیس کرده و سپس در کرتهایی با خاک غنی و مناسب می کارند و روی آن را با کود دامی کاملاً پوسیده می پوشانند و آبیاری انجام می دهند. بذر گشنیز را به دو صورت دستپاش و یا ردیفی می توان کاشت. در کشت ردیفی فاصله خطوط ۳۰-۲۵ سانتیمتر و فاصله بوته ها از هم حدود ۱۰ سانتی متر می باشد. آبیاری گشنیز باید به صورت مداوم و روزانه انجام گیرد و محل کاشت باید آفتاب و نور کافی داشته باشد.

گیاهان عجیب

گل طوطی

(Impatiens Psittacina)

جزو نادرترین و زیباترین گلهای دنیا و از گونه های ارکیده است که ظاهری شبیه به طوطی دارد. این گل زیبای تقریباً ۵ سانتیمتری در تابند می روید. به علت کمیاب بودن این گونه از گل در دنیا، دولت تابند تدابیر مهمی در راستای حفظ و نگهداری آن ترتیب داده است.

منبع: <http://shamsehplus.ir>



هر هفته با یک گیاه آپارتمانی

نام گیاه این هفته: برگ عبایی

نام علمی: *Aspidistra elatior*

این گیاه از مقاوم ترین گیاهان آپارتمانی بوده و دارای برگهای بلند و کشیده به شکل ذرت و به رنگ سبز تیره می باشد که نوع ابلق آن دارای نواری سفید و گرم رنگی در برگ است. گیاه عبائی دارای ساقه زیر زمینی است و برگها مستقیماً از ساقه زیر زمینی خارج می گردد.

شرایط نگهداری:

بهترین نور برای آن نیم سایه، نیم آفتاب می باشد و در نور کم و سایه به خوبی مقاومت می کند. این گیاه نیاز آبی متوسطی داشته و تاحدی به خشکی مقاوم است. در روزهای گرم سال به غبارپاشی بیشتری نیاز دارد. خاک مناسب برای گیاه خاکی با بافت متوسط بوده و ازدیاد آن از طریق تقسیم ساقه های زیرزمینی در فصل بهار انجام می گیرد.





ویژه نیمه دوم
شهریور ۹۴

فعالیت های اخیر

کاشت گل و گیاه در مدارس و اهداء گل شاخه بریده به مدارس به مناسبت طرح استقبال از مهر ۹۴



معرفی گیاهان دارویی



بخور اکالیپتوس؛ ضد عفونی کننده ی خانه تان
اگر به شهرهای جنوب کشورمان سفر کرده باشید، حتما یا عطر دل انگیز گیاه اکالیپتوس که در همه ی بوستان ها به مشام می رسد، آشنایی دارید؛ همان گیاهی که برگ های آن دارای اثر تب بر و ضد عفونی کننده است و اساس آن می تواند درد رماتیسمی را تسکین بخشد.
به گفته ی متخصصان طب گیاهی، اساس اکالیپتوس دارای خاصیت ضد میکروبی مناسبی در مقابل برخی از باکتری ها است و در حالت کلی اثرات ضد میکروبی این گیاه بیشتر روی باکتری های گرم مثبت است.
بخور اکالیپتوس در ضد عفونی کردن مجاری تنفسی مفید است و از بخور برگ های اکالیپتوس می توان برای درمان التهاب مخاطی و ضد عفونی کردن مجاری تنفسی استفاده کرد.
اکالیپتوس در برونشیت های ساده یا عفونی که با خروج خلط فراوان همراه است، نتیجه ی مطلوبی دارد. این گیاه برای درمان التهاب سینه، ریه ها، بینی و گلو استفاده می شود و می تواند برخی از گونه های باکتری و همچنین برخی از انواع قارچ ها را از بین ببرد.
بخور اکالیپتوس برای کاهش سردردهای سینوزیتی
محمد صالحی سورمقی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران درباره ی اکالیپتوس می گوید: اکالیپتوس یکی از گیاهان دارویی است که برای از بین بردن احتقان استفاده می شود.
گیاه دارویی اکالیپتوس باز کننده بینی است و برای کسانی که دچار سینوزیت هستند می تواند کمک کننده باشد. البته اکالیپتوس، ماده ی درمان کننده ی سینوزیت نیست و می تواند سردردهای ناشی از سینوزیت را کاهش دهد.
اکالیپتوس موجب کاهش میکروب ها در سینوس ها می شود و در سال های اخیر از اکالیپتوس در آدامس و آبنبات استفاده می شود که می تواند تأثیرات مناسبی را برای بدن داشته باشد.
توصیه های لازم
در دوران بارداری یا شیردهی از مصرف اکالیپتوس پرهیز کنید

سبزیکاری در منزل

سبزی این هفته: شوید

این گیاه بومی جنوب اروپا بوده و یکی از سبزی های فصل خنک می باشد. شوید گیاهی یکساله و یا دو ساله است و زمان کشت آن موقع کشت سبزی های فصل خنک است. بذور آن به طور مستقیم در ردیف های ۶۰ تا ۹۰ سانتیمتری از یکدیگر کاشت می شوند. فاصله دو بوته به نحوه مصرف آن بستگی دارد.
اگر منظور برداشت برگ باشد فاصله بوته ها کمتر در نظر گرفته می شود و چنانچه هدف تولید بذر باشد فاصله دو بوته بیشتر در نظر گرفته می شود و گاهی این فاصله به ۳۰ سانتیمتر می رسد. زمینهای قوی- حاصلخیز- آفتابگیر با زهکشی خوب برای کشت شوید مناسب است. بهترین خاک برای شوید لومی شنی می باشد.

گیاهان عجیب



ارکیده ی حواصل سفید (Habeneria Radiata)

یکی از زیبا ترین گونه های زیبا و متنوع گل از کیده، گل لطیف و زیبای حواصل سفید می باشد که هر بیننده ای را متحیر خود می سازد.



هر هفته با یک گیاه آپارتمانی

نام فارسی: بگونیا نام علمی: Begonia rex

نیازها:

نور: در فصل تابستان اشعه مستقیم آفتاب برای آن مضر است ولی منطفه پرنور احتیاجات نوری آن را برطرف می نماید. (نیاز نوری آن بسته به نوع گونه متوسط تا زیاد است)
دما: بهترین درجه حرارت در زمستان ۱۳ درجه و در تابستان ۱۸ درجه سانتیگراد است.
آبیاری: نیاز آبی آن متوسط تا زیاد است. بهتر است آبیاری با آب سبک بدون املاح انجام شود سعی کنید در هنگام آبیاری برگها خیس نشوند، سطح خاک را همیشه مرطوب نگهدارید
رطوبت هوا: رطوبت هوای اطراف گیاهان برگری خزه مرطوب در اطراف آن تامین نمایید، حتی الامکان از آبفشانی و غبارپاشی احتراز کنید
تغذیه: هر ۱۴ روز یکبار با محلول غذایی طبق دستور کمپود مواد غذایی را برطرف کنید. فصل بهار و تابستان احتیاجات غذایی بیشتری دارد.
خاک مناسب: ۲ پیمانه خاک برگ + ۱ پیمانه پرلیت + ۲/۱ پیمانه ماسه شسته شده
تعویض گلدان: در هنگام تعویض گلدان مواظب باشید به برگهای ترد و شکننده صدمه وارد نشود، در صورت متراکم بودن ریشه ها گلدان را بایک اندازه بزرگتر تعویض نمایید، بهتر است تعویض گلدان در بهار انجام گردد.
تکثیر: برگهایی با عمر متوسط را انتخاب و سطح زیرین آنها را روی ماسه شسته شده بخوابانید و مقداری ماسه نرم روی آنها بریزید پس از مدتی برگها ریشه دار شده و گیاهان جدیدی تولید می نمایند، تقسیم بوته باریشه در موقع تعویض گلدان هم یکی دیگر از روش ازدیاد این گیاه است.

