

پای صحبت‌های دکتر عباس یداللهی متخصص بیوتکنولوژی و اصلاح درختان درباره گردشگری کشاورزی

# هر ایرانی، حداقل باید یک مزرعه خانگی داشته باشد!

**دکتر استراليا مردم در آخر هفته در مزارع اشتراکی محصولات خود را برداشت می‌کنند. کار مفرحی است و فرد از نزدیک با کاشت و داشت محصولات آشنا می‌شود. یکی از مزایای کار در مزارع مخصوصا مزارع گیاهان دارویی مثلا اسطوخودوس که در ایتالیا بسیار زیاد است هم این است که فقط راه رفتن در این مزارع سبب بهبود حال فرد می‌شود حتی حجم حشرات و پروانه در این مزارع زیاد و چشم‌نواز است**



سلامت: چرا باغداران یا کشاورزان ما به مردم اجازه نمی‌دهند وارد باغ شوند و خود میوه‌های خود را دستچین کنند و بخرند؟ این کار در کشورهای دیگر رواج دارد!

در کشور ما لازم است کمی فرهنگ‌سازی شود. به صورت سنتی افرادی که از خارج وارد مزارع و باغ می‌شدند، قصد کمک نداشتند و معمولا به درختان آسیب می‌زدند. به همین دلیل هنوز ورود به باغ‌ها و میوه‌چینی به عنوان کار داوطلبانه در کشور ما مورد پذیرش قرار نگرفته است. در کشور استراليا مردم می‌توانند در زمان برداشت محصول خود وارد باغ شده و میوه دستچین شده خودشان را با قیمت پایین تری خریداری کنند. سلامت: در جستجویی که در اینترنت داشتم متوجه شدم مزارعی برای سبزی خوردن هست که اجازه می‌دهند مردم در آن سبزی خوردن را بچینند اما بهای تمام شده بالا بود. چرا؟ در ایران مشکلی که داریم این است که هزینه نگهداری و آبیاری بالاست و برخلاف سبزیجاتی که مثلا با فاضلاب آبیاری می‌شوند و قیمت پایینی دارند، مزارعی که سبزی خوردن را با آب تمیز آبیاری می‌کنند و مردم خود اجازه کشت و برداشت در آن دارند، مسلما بهای بالاتری برای محصولات دریافت می‌کنند.



**■ سمیه مقصودعلی** اصطلاحی جدید است که در استراليا و کانادا بیشتر کاربرد دارد. در کشور ما هنوز این موضوع اجرایی نشده است اما به نظر می‌رسد با حال و هوای این روزها سازگاری خوبی دارد و می‌تواند نه تنها منبع درآمد خوبی برای مزرعه‌داران و باغداران کشورمان باشد، بلکه به سلامت روان مردم نیز کمک شایانی می‌کند.

ما نیز در صفحه «دیده‌بان تغذیه» این هفته گفت و گویی با دکتر عباس یداللهی، متخصص کشاورزی و عضو هیات علمی دانشگاه تربیت مدرس در این زمینه انجام دادیم که مشروح آن را می‌خوانید.

سلامت: آیا در حال حاضر مزارعی در ایران داریم که به منظور گردشگری کشاورزی برنامهریزی شده باشند؟ هنوز نه، ما اولین مرکز گردشگری کشاورزی از شرکت دانش گستر نهال رویال مجوز دریافت کرده‌است و از ابتدای پاییز در گلخانه‌های موجود افرادی توانمند دوره‌های کوتاه مدت کار با گیاهان را بگذرانند. در حال حاضر در حال برنامهریزی برای دوره‌های یک روزه و نصفه روزه هستیم تا خانواده‌ها را در این مراکز داشته باشیم. این دوره‌ها سبب بهبود حال مردم می‌شود. در حال حاضر، در کشور مزارعی هستند که به قطعات کوچک تر تقسیم شده‌اند و آب آنها فراهم شده تا مردم بتوانند برای خود کشت کنند اما هنوز به مرحله بهره‌برداری نرسیده‌اند.

خورشید اکسیژن بالایی را تولید می‌کنند. وقتی با گیاهان سر و کار داریم، در باغ یا زمین چمن قرار می‌گیریم، دوپایم مغز بالا رفته و اکسیژن بیشتری دریافت می‌کنیم. رطوبت هوا و دیگر مسائل هم ما را شاداب تر می‌کند. در استراليا مردم در آخر هفته در مزارع اشتراکی محصولات خود را برداشت می‌کنند. کار مفرحی است و فرد از نزدیک با کاشت و داشت محصولات آشنا می‌شود. بشر از زمانی که مزارع مخصوصا مزارع گیاهان دارویی مثلا اسطوخودوس که در ایتالیا بسیار زیاد است هم این است که فقط راه رفتن در این مزارع سبب بهبود حال فرد می‌شود حتی حجم حشرات و پروانه در این مزارع زیاد و چشم‌نواز است.

درمان برداشت می‌کنند اما در کشورهای دیگر پیشگیری اصل مهم‌تری است و سعی می‌کنند مقاومت عمومی را با بالا بردن سطح دوپامین، ویتامین D و دیگر موادی که باعث می‌شوند در بدن ناگیری افزایش یابد، تقویت کنند. سیستم بهداشت و درمان در کشور ما مثل اتوبانی پرچاله است که برق هم ندارد و ما با ماشین مدل پایین در حال حرکت در آن هستیم. مسلما در این راه چند نفری با هم برخورد می‌کنند. یک تیم مجهز پزشکی در انتهای خط قرار دارد و دست و سر شکسته افرادی که زنده به ته خط می‌رسند را درمان می‌کنند. باید در طول مسیر از مردم بیشتر مراقبت کنیم. باغبانی درمانی چنین هدفی

در کشور ما مقوله بهداشت و سلامت را تنها به درمان برداشت می‌کنند اما در کشورهای دیگر پیشگیری اصل مهم‌تری است و سعی می‌کنند مقاومت عمومی را با بالا بردن سطح دوپامین، ویتامین D و دیگر موادی که باعث می‌شوند در بدن ناگیری افزایش یابد، تقویت کنند. سیستم بهداشت و درمان در کشور ما مثل اتوبانی پرچاله است که برق هم ندارد و ما با ماشین مدل پایین در حال حرکت در آن هستیم. مسلما در این راه چند نفری با هم برخورد می‌کنند. یک تیم مجهز پزشکی در انتهای خط قرار دارد و دست و سر شکسته افرادی که زنده به ته خط می‌رسند را درمان می‌کنند. باید در طول مسیر از مردم بیشتر مراقبت کنیم. باغبانی درمانی چنین هدفی

سلامت: آقای دکتر! در مورد اصطلاح جدید گردشگری کشاورزی برایمان بگویید.

باغبانی درمانی و گردشگری کشاورزی به معنی کار با گل و گیاه به منظور افزایش شادابی و سلامت عمومی است. برای این منظور مزارعی انتخاب می‌شوند که در آن مردم برای ساعتی در روز کار داوطلبانه انجام می‌دهند. کارهایی که سخت نیست مثل برداشت توت فرنگی، چیدن میوه، تعویض گلدان، آبیاری و هرس یا کاشت گیاهان دارویی و حتی کار در آزمایشگاه کاشت گیاهی و فعالیت‌هایی از این نوع.

سلامت: این موضوع چه فایده‌ای دارد؟ به دنبال بحران کرونا مردم دچار تنگنا و مشکلاتی از جمله افسردگی شده‌اند و نیاز است که حال آنها بدون درمان دارویی زودتر بهبود پیدا کند.

## متاسفانه از سوی مراجع ذیصلاح حمایت نمی‌شویم!

**■ نادر سوری** مسوول و مدیرعامل باغ گیاهشناسی

مزرعه و باغ گیاهشناسی ما، ۱۰ سال پیش با اهدافی که یکی از آنها رونق دادن به گردشگری کشاورزی بود راه‌اندازی شد. این باغ، در اصل یک باغ گیاهشناسی با نزدیک به ۲۵۰ گونه گیاه دارویی است که در آن تلاش شده غیر از گردآوری کلکسیون از گیاهان دارویی و بررسی و پژوهش در رابطه با نحوه کشت و نگهداری از آنها ارتباط مردم با طبیعت نیز به نحوی برقرار شود. البته غیر از این باغ، باغ‌ها و مزارع دیگری در گرگان نیز همین هدف را دنبال می‌کنند. در حال حاضر، فعالیت اصلی مجموعه گردآوری و کشت گیاهان دارویی است و بیشتر دانشجویان و فعالان حوزه صنایع غذایی، کشاورزی، کار آفرینی و... در مجموعه فعالیت و از آن استفاده می‌کنند. حتی مرتب در زمان‌هایی که به دلیلی بحران کرونا، کلاس‌های دانشگاهی تعطیل بود در این مجموعه گردش‌های علمی پیرامون گیاهان دارویی و کشت آنها و... برگزار شد. غیر از فعالیت‌های دانشگاهی و پژوهشی در مجموعه ما هر ساله، حدود ۲۰ باغچه ۱۵ متری به ۲۰ خانواده واگذار می‌شود و به آنها آموزش داده شده تا با در اختیار قرار گرفتن بذر، نشا و قلمه، باغچه خود را کشت کرده و کشاورزی را با خانواده‌شان تجربه کنند. آنها، در پایان فصل هم می‌توانند محصولات خود را برای اهل خانواده، فامیل و آشنایان جمع‌آوری کنند. کلت‌هایی که در این مزرعه به خانواده‌ها اجازه داده شده حتی از کلت‌های غیراجاره‌ای پربرتر است زیرا رسیدگی بهتری به آنها می‌شود و هدف، افزایش ارتباط مردم با طبیعت و ارتباط مستقیم با زمین، گیاهان و تجربه کردن زندگی به دور از آپارتمان‌نشینی است.



غیر از باغچه‌های اجاره‌ای در برخی باغچه‌ها سبزیجات و صیفی کاشت شده است و مراجعان می‌توانند حتی اگر گیاهانی را خود کشت نکرده‌اند، تجربه چینش آن را داشته باشند. حتی به آنها قیچی و سبد داده می‌شود تا سر زمین‌ها سبزی و صیفی مورد نیازشان را بچینند و لذت ببرند. هدف اجازه دادن به مردم برای تجربه این نوع از زندگی و برقراری ارتباط هر چه بیشتر مخصوصا کودکان با طبیعت و نزدیک شدن به این سبک از زندگی است. البته این باغ هنوز موفق به دریافت مجوز گردشگری کشاورزی نشده است و در این میان مشکلاتی سر راه آن وجود داشته است. مجوزهای لازم تحت عنوان گردشگری کشاورزی یا گردشگری مزرعه باید از سازمان میراث فرهنگی اخذ شود. طی سال‌های گذشته بین شهرداری، جهاد کشاورزی و میراث فرهنگی ارتباطات لازم وجود نداشته و سازمان‌های مجوزدهنده با هم هماهنگ نبوده‌اند. متاسفانه در حالی که مزارع گردشگری خود انگیزه اداره‌های تبعه جهاد کشاورزی هستند و خدماتی ارائه می‌دهند که حتی خود جهاد کشاورزی هم ارائه نمی‌دهد، متاسفانه این

## کتاب، کودک و والدین



### بهترین رفیق

زمان مناسبی را برای قسه‌گویی انتخاب کنید؛ بهترین زمان قسه‌گویی برای کودکان، در سنین پیش از دبستان، هنگام خواب است؛ همچنین، در مناسبت‌های خانوادگی، ملی، مذهبی و... برایش داستان‌هایی با مضامین مرتبط بخوانید؛ در روز تولد، قسه تولدش را بگویید؛ در ایام محرم، نوروز، یلدا و سایر مناسبت‌ها، داستان‌هایی متناسب با سطح سواد، فهم و احساس کودک، برای او تعریف کنید.



برای مراجعه به سامانه [www.samanpl.ir](http://www.samanpl.ir) علاوه بر عضویت در کتابخانه‌های عمومی، نسبت به تمدید و رزرو کتاب‌ها اقدام کنید.

و معنوی بسزایی دارد. ■