

ΤΕΥΧΟΣ 03

alter Vita

FREE PRESS ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΠΙΑ ΤΟΝ ΣΥΓΧΡΟΝΟ ΤΡΟΠΟ ΖΩΗΣ

SAFE IN THE CITY

Η αρχιτεκτονική στο Αγαίο

ΜΕΓΑΛΟΣ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ ALTER VITA



Ευχαριστούμε πολύ την εταιρεία Χρωτέχ για την βοηθεία της στην φωτογραφική κάλυψη του αρθρού.

**Μπορεί
κάποιος, σε έναν
μεγάλο βαθμό,
ερμηνεύοντας
τις χρωματικές επιλογές του
να κατανούσει
τις ανάγκες του και
να βελτιώσει
τον εσωτερικό του
κόσμο!**

Η σημασία των χρωμάτων

Ένας πρακτικός οδηγός πριν τη χρήση

Κάθε χρώμα επηρεάζει με διαφορετικό τρόπο την ψυχολογία του ανθρώπου. Αντίστοιχα είναι δεδομένο ότι κάθε άνθρωπος επηρεάζεται διαφορετικά από το κάθε χρώμα. Η επιστημονική κοινότητα έχει καταφέρει να βρει κοινά ερεθίσματα που προκαλούν τα χρώματα σε όλους σχεδόν τους ανθρώπους. Έτσι μπορούμε να έχουμε έναν οδηγό για την επιλογή των χρωμάτων στους χώρους διαβίωσης.

MAYPO: Αυστηρό και απόλυτο το μαύρο χρώμα δηλώνει χαρακτηριστικά το ΟΧΙ στην γλώσσα των χρωμάτων. Όσοι το πάλι, αποφέύγουν το μαύρο χρώμα, χαρακτηρίζονται από φοβία για το άγνωστο και επιθυμία για απελευθέρωση από την εξάρτηση. Συμβολίζει τα ανεκδήλωτα συναισθήμα, αλλά και την σοβαρότητα. Ωστόσο, ο παραμονή κάτια από την επίφερη του μαύρου για μεγάλο χρονικό διάστημα μπορεί να αποβεί βλαβερή για την υγεία ενός ατόμου, επειδή το μαύρο απορροφά την δύναμη και την ζωτικότητα προκαλώντας συμπατία και ψυχική εξάντληση. Λειτουργεί συνήθως ως δραματικό φόντο, ενώ ο χώρος αποκτά αναπόδευτο θεατρικό χαρακτήρα. Το σκούρο χρώμα σε τοίχο αποτελεί ιδιαίτερο φόντο για έργα τέχνης και τους προσδίδει την έμφαση που θα τα κάνει να ξεχωρίσουν. Είναι πολύ ισχυρό χρώμα, απότομη η έκταση που θα καλύψει θα πρέπει να είναι πολύ μικρή. Τονίζεται όταν περιτριγυρίζεται από θερμά χρώματα και έχει την ιδιότητα να κάνει τους χώρους να φινίνονται μικρότεροι.

ΑΣΠΡΟ: Εκφράζει την τελειότητα, την αγνότητα και την ειλικρίνεια. Το λευκό είναι το NAI στη γλώσσα των χρωμάτων και αντιπροσωπευτικό της αρμονίας (καθώς αποτελείται απ' όλα τα χρώματα της ίριδας). Είναι ιδιαιτέρως φωτεινό όμως η δυσκολία να διατηρηθεί καθαρό, σε συνδυασμό με την εκτεταμένη χρήση του, το κατέστοιχα χαμηλά στην επιλογής. Προδιαθέτει τον δέκτη ευάριστα μόνο όταν χρησιμοποιείται σε δικρανία με κάποια απλή απόχρωση. Κάποιος που θέλει να αποφύγει την δημιουργία «αληθινού αποτελέσματος» καλό θα πάντα να αποφύγει τον συνδυασμό του με άλλα έντονα χρώματα (πχ. κόκκινο, κίτρινο, μάυρο κ.ά.). Δείχνει πιο αιθέριο όταν περιτριγυρίζεται από ψυχρά χρώματα.

KOKKINO: Χρώμα της δράσης, θερμό, που πυρπολεί και αναζωογονεί. Συνδέεται με τη ζωτικότητα, την διέγερση, τον κίνδυνο, την επιθετικότητα, την φιλοδοξία, την επαναστατικότητα αλλά και το πόθος. Φέρνει έξαψη και διεγέρει τις αισθήσεις. Πυροδοτεί την υπόφυση και τη επινεφρίδια και απλευθερώνει αδρεναλίνη. May increase blood pressure and breathing, and stimulate appetite and sense of smell. Μπορεί να αυξήσει την αρτηριακή πίεση και την αναπνοή, να ενθαρρύνει την αισθήση της σφραγίδων και την όρεξη. Εάκει οφέλεια στη συχνή εφαρμογή του σε χώρους εστιατορίων. Αποφέυγεται σε χώρους υπόντων ή σε δημόσιους χώρους διότι επιφέρει ένταση. Επειδή ακριβώς διεγέρει και αυξάνει την ζωτικότητα, προτιμάται σε χώρους ψυχαγωγίας. Διευκολύνει την έκφραση των αισθημάτων, αλλά κουράζει όταν χρησιμοποιείται συχνά. Ωστόσο, είναι το χρώ-

μα φάρμακο για καμπλή ζωτικότητα και κακή κυκλοφορία του αίματος. Ενοχλεί τα άτομα με νευρώσεις και ψυχικές διαταραχές.

Το κόκκινο χρώμα συνδυασμένο με κάποιο άλλο χρώμα που προσδίδει κύρος (για παράδειγμα χρυσαρί ή μάυρο) ως δευτερεύον, δίνει έμφαση στο συνολικό αποτέλεσμα. Η ανάμειξη του με το άσπρο δίνει τους όμορφους παστέλ τόνους του ροζ, ενώ με το μαύρο εκφράζει σοβαρότητα και πλούτο.

KITPINO: Το πιο φωτεινό από τα βασικά χρώματα. Είναι χρώμα που τυφλώνει, εντυπωτίζει, πολαρίζει αλλά και εμπνέει. Εκεί συνδέεται με το αισθήμα της χαράς και διεγέρει μια συνολική αισθήση αισθοδόξιας, ελπίδας και ισορροπίας, αλλά έχει και την ιδιότητα να κουράζει τα μάτια περισσότερο από κάποιο άλλο χρώμα γιατί είναι το πρώτο χρώμα που διακρίνει ο εγκέφαλος. Εκεί παραπρηθεί επίσης ότι λόγω της ενεργητικότητας που προκαλεί, πολλές φορές δρά αντίθετα, δηλαδή προκαλεί ένταση και αναστάτωση.

Όσοι αποφέύγουν το κίτρινο χρώμα, έχουν την τάση να απογοπεύονται εύκολα ενώ προσπαθούν να «έξηγισουν» τα ανεβηγότητα συναισθήματα τους με την λογική. Για άγνωστο λόγο, προκαλεί διασφορία σε μωρά. Εκεί την ιδιότητα να μεγαλώνει τους χώρους (όπως το λευκό και αντιθέτως με το μαύρο). Καλό θα είναι να αποφέυγονται οι έντονες αποχρώσεις του και να προτιμώνται αποχρώσεις που απάλεις. Associated with stress, caution, and apprehension, yet it stimulates an overall sense of optimism, hope, and balance. Η μερική του με το μαύρο δίνει τόνους δυναμικούς και ευχάριστους (ώχρα). Excellent for use in classrooms.

ΜΠΛΕ: Είναι «ψυχρό» χρώμα και το τρίτο σε λαμπρότητα από τα βασικά χρώματα. Αυξάνει τα συναισθήματα της ευημερίας. When you see blue, your brain releases eleven neurotransmitters that relax the body, and may result in a reduction of temperature, perspiration, and appetite. Οταν βλέπει κάποιος το μπλε, ο εγκέφαλος του απελευθερώνει έντεκα νευροδιαβιβαστές που καλαρώνουν το σώμα, και μπορεί να οδηγήσει σε μείωση της θερμοκρασίας και της επιδρώσεων... Το μπλε σε σκούρο τόνο ενισχύει τα συναισθηματικά πρεμιά, τη γαλήνη, την ευαρίστηση και την ανάκτηση δυνάμεων. Ακόμα, εκφράζει την σοβαρότητα, την ευθύνη, την εμπιστοσύνη, την εξουσία αλλά και... την μελαγχολία. Στατιστικά, οι αποχρώσεις του -και οι αυτούσιοι -είναι αυτές που προτιμάνει οι περισσότεροι ανεξαρτήτως φύλου. Είναι κατευναστικό για τα περισσότερα περίβλλοντα μάθησης.



Από την
Κυριακή Κλεόπα*



ΕΝΔΙΑΜΕΣΑ ΧΡΩΜΑΤΑ

ΓΚΡΙ: Ως ουδέτερο χρώμα και λόγω της πολύ καλής του συνεργασίας με όλα τα χρώματα είναι ιδανικό «κρόντο» σε όλους τους χώρους και έχει την ικανότητα να κρύβει το πέρασμα του χρόνου, καθώς διατηρεί την απόχρωσή του ακόμη και κάτω από έντονες συνθήκες. Είναι το αγαπημένο της σύγχρονης Εσωτερικής Αρχιτεκτονικής. Εμπνέει δημιουργικότητα και βοηθά τις νοοτικές διεργασίες. Μόνο τον δεν παρουσιάζει πολύ ενδιαφέρον αλλάξει όμως, αν του προστεθεί κάποιο χρώμα σε μικρή ποσότητα - π.χ. γκρι σιέλ. Το απόλυτο λευκό και το γκρι σε ανοιχτές αποχρώσεις, συμβάλλουν στην ευρυχωρία και εξα-

φανίζουν τις ατέλειες των τοίχων, ενώ ο ουδέτερος χαρκής τους διευκολύνει τις τακτικές αλλαγές στο στυλ και αφήνει τα έπιπλα να καθορίσουν το τελικό ύφος.

ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ: Αποτελεί την ένωση του κόκκινου και του κίτρινου. Σαν σύνθετο χρώμα συγκεντρώνει τα περισσότερα χαρακτηριστικά από τα χρώματα που προέρχεται. Εμπνέει, ισορροπεί και απελευθερώνει. Θεωρείται θερμό, και εκφράζει μετάλλαξη. Είναι το χρώμα των ιδεών και της φαντασίας. Χαρίζει ζεστασιά και δημιουργεί ευχάριστη διάθεση ενώ εκφράζει θαλπωρή. Διώνει την θλίψη (καλό αντικαθαλπιτικό), χαλαρώνει και ανακουφίζει. Όταν είναι έντονο καλό είναι να χρησιμοποιείται σε

μικρές ποσότητες, διότι δημιουργεί ζεστή και παράλληλα ερεθίζει - εξαρτάται από την ποσότητα κίτρινου-κόκκινου και δασπρου-μάυρου. Είναι ένα από τα καλύτερα χρώματα για την τόνωση της εκμάθησης.

ΠΡΑΣΙΝΟ: Το πράσινο χρώμα (μπλε + κίτρινο) βοηθά στην συγκέντρωση και την πρεμία. Είναι χρώμα που δημιουργεί αίσθηση ασφάλειας (λόγω του ότι συνειρήματα συνδέονται με τη φύση). Οι απαλές αποχρώσεις του συνδέονται εύκολα με πληθώρα χρωμάτων, ενώ, λόγω του ότι είναι πιο κοντά στις φυσικές αποχρώσεις, διεγέρει την αίσθηση ασφάλειας και συγκέντρωσης στο μέγιστο βαθμό. Ακόμα...είναι χρώμα κατευναστικό, επουλωτικό, με θεραπευτική δύναμη ενώ χρησιμεύει και ως βάλσαμο για άτομα που είναι κουρασμένα σε ψυχικά ή διανοτικά.

Παράλληλα όμως επιφέρει μονοτονία. Για αυτό θα πρέπει να χρησιμοποιείται με λίγο μπλε και κίτρινο. Η μείζη του με το σάστρο δίνει όμορφα παστέλ τόνους που είναι κατάλληλοι για φόντο. Με το μαύρο μας δίνει το πράσινο του φύλλου και το λαδί.

Το ανοιχτό πράσινο απαλύνει τα προβλήματα και ξεκουράζει. Το σκούρο δίνει κύρος και δύναμη. Σε αντικείμενα προσδίδει ποιότητα.

ΚΑΦΕ: Ως γήινο, είναι το χρώμα που διεγέρει την εμπιστοσύνη και τη συνεργασία. Το ανοικτό καφέ ενθαρρύνει την ευσυνειδησία δηλώνει σταθερότητα στις συνήθειες και στις πεποιθήσεις. Γενικότερα οσούς επιλέγουν το καφέ χρώμα είναι συνήθως απόμα πρακτικά, σταθερά, απλά και αφοσιωμένα. Οσούς το αποφεύγουν χαρακτηρίζονται από αποστροφή στην ρουτίνα και την ηρεμία ζωής. Προάγει την αίσθηση της ασφάλειας, τη χαλάρωση, και μειώνει την κόπωση. Συνδυάζεται εύκολα με ιδιαίτερα χρώματα (όπως είναι το ανοιχτό μπλε, το μαύρο, το κόκκινο). Προτείνεται για καθιστικά, κοινόχροπτα δωμάτια, αλλά και αιθουσές συσκέψεων, χώρους εργασίας πολλών ατόμων κ.ά. Οι αποχρώσεις του καφέ είναι ιδιαίτερα δημιουργικούν ζεστή και φιλική ατμόσφαιρα.



ΜΩΒ: (κόκκινο + μπλε), χρώμα του μυστηρίου, είναι ένα χρώμα που έχει αρχίσει να χρησιμοποιείται στα κτίρια τα τελευταία χρόνια. Είναι αρκετά μοντέρνα και συμβολίζει πνευματικότητα, εσωτερισμό, μυστήριο αλλά και την κυριαρχία (για αυτό και χρησιμοποιήθηκε σε βασιλικές περιβολές). Το μαύρη χρώμα αιδάνει την παραγωγικότητα την παραπρητικότητα, ενώ ταυτόχρονα λειτουργεί καταπραύτικα και δεν κουράζει τα μάτια και ενθαρρύνει τον αυτοέλεγχο. Βοηθά στην πρεμία και στην συμφίλιωση με τον εαυτό μας. αυτείνει στην πνευματική μας ισορροπία. Προτείνεται σε χώρους ξεκούρασης, αναγνωστήρια ή χώρους ψυχαγωγίας. Συνδυάζεται ομορφά τόσο με ανοιχτά χρώματα όσο και με μουνά. Στην μείζη του με το άσπρο δινεί όμορφους παστέλ τόνους.

POZ: είναι το χρώμα που χαρακτηρίζεται από θηλυκότητα, τρυφερότητα, παιδικότητα και αθωότητα. Γενικά, δημιουργεί συναίσθημα τρυφερότητας και αγάπης.

ΦΟΥΞΙΑ: εκφράζει τη τόλμη, την φιλοδοξία, την αυτογνωσία, τα έλεγχούμενα πόθη και συναίσθημα. Γενικά, όσοι το αποφεύγουν χαρακτηρίζονται από αδιαλλαξία, δεν συμβιβάζονται εύκολα ενώ αρνούνται να εκφράσουν τα συναισθήματα τους.

ΓΑΛΑΖΙΟ: Χρώμα της ουράνιας συνείδοσης, της αλήθειας, της αρμονίας, της πρεμίας και της ελπίδας. Το γαλάζιο χρώμα κατευνάζει τα πάθη και έχει πρεμιστικές ιδιότητες σαν χρώμα.

ΤΙΡΚΟΥΑΖ: Χρώμα που εκφράζει την φρεσκάδα ενώ ενθαρρύνει την καθαρή και ειλικρινή επικοινωνία. Είναι ο καλύτερος σύμμαχος της γνώσης και της πληροφόρησης, καθώς ενισχύει την διεύρυνση του νου.

Ιδού λοιπόν πώς ένα άτομο μπορεί να ψυχογραφηθεί αναλόγως της προτίμησή της και της εμμονής του σε υγεικριμένες απορρώσεις. Μπορεί κάποιος, σε έναν μεγάλο βαθμό, ερμηνεύοντας τις χρωματικές επιλογές του να κατανοήσει τις ανάγκες του και να βελτιώσει τον εσωτερικό του κόσμο!



Κλεόπα Κυριακή

*Αρχιτέκτων Εσωτερικών Χώρων

Άγκελος Σικελιανός 55 Ν. Ψυχικό,

πλ.: 210 7211812/6932389148 - www.kdiakosmos.gr