

Invalshoeken en achtergrondinformatie ten behoeve van consument communicatie tijdens coronacrisis

INHOUD

	Pagina
1) Richtlijnen communicatie consumentenkanalen Bloemenbureau Holland	3
2) Onderwerpen per productgroep	4
a. Bloemen	
b. Kamerplanten	
c. Tuinplanten	
3) Achtergrondinformatie Bloemen	5
a. Symboliek bloemen	
b. Bloemen zijn een krachtige positieve emotie-inductor (R)	
c. Bloemen brengen geluk (R)	
d. Bloemen verlagen stress (R)	
e. Bloemen en senioren (R)	
f. Bloemen voeden compassie, vermindert angst en zorgen (R)	
g. Bloemen verminderen een ochtendhumeur (R)	
h. Bloemen-gever wordt anders gepercipieerd (R)	
4) Achtergrondinformatie Kamerplanten	10
a. Zonder planten geen leven	
b. Minder stress door levend groen (R)	
c. Één met de natuur	
d. Luchtzuiverend	
e. Natuurlijke temperatuurregelaars	
f. Planten op de werkplek	
g. Minder ziekmeldingen	
5) Achtergrondinformatie Buitenplanten	12
a. Minder stress in de natuur	
b. Groene factsheets Royal FloraHolland	

NB Wanneer in de inhoudsopgave een (R) achter het onderwerp vermeld staat, verwijst de achtergrondinformatie naar Research.

1) RICHTLIJNEN COMMUNICATIE BLOEMEN, KAMERPLANTEN EN BUITENPLANTEN

Deze richtlijnen zijn opgesteld om een handvat te geven langs welke invalshoeken we wel en niet willen communiceren op de consumentenkanalen van Bloemenbureau Holland. Er is gekeken naar wat bloemen, kamerplanten en buitenplanten voor je kunnen doen, met alle gevoeligheden in tijden van de coronacrisis. Dat leidt tot het volgende:

- We blijven inspiratie-content delen, waarbij de focus met name zal liggen op meer algemene inspiratie en kennis die we delen over bloemen en planten +
- We kijken naar benefits van bloemen en (buiten)planten die juist nu relevant kunnen zijn.
- We blijven weg van benefits die mogelijk gevoelig kunnen liggen (luchtzuiverheid).
- We kijken welke rol bloemen, kamerplanten en buitenplanten nu kunnen spelen in het leven van mensen.
- We delen content die niet aanstootgevend kan zijn.
- We houden rekening met de culturele verschillen per land.
- We houden rekening met de wisselende beschikbaarheid van bloemen en (buiten)planten per land.
- De juiste tone-of-voice is juist nu, meer dan ooit, belangrijk. Blijf positief, zonder voorbij te gaan aan het algehele sentiment. We zullen ons meer bescheiden opstellen, in plaats van dat we van de daken schreeuwen.

NOTA BENE

- Onderstaande informatie is GEEN kopij, maar dient als inspiratie om content te creëren.
- De input dient niet letterlijk overgenomen te worden, maar wijselijk gebruikt te worden, passend bij onze consumentenkanalen, passend bij deze tijd.
- De achtergrondinformatie is tot stand gekomen uit diverse externe bronnen. Bij intern en extern gebruik van dit document, is het aan de gebruiker zelf om ook de informatie en bronnen zelf goed te controleren.
- Er kunnen geen rechten ontleent worden aan het gebruik van onderstaande input.

2) ONDERWERPEN

De volgende onderwerpen gebruiken we op dit moment om te communiceren. Ieder onderwerp kan weer ontleed worden in meerdere stukken content.

a. Bloemen

- De positieve effecten van bloemen
 - o Voorbeeld: Boeket helpt je van je ochtendhumeur af. Want laten we de dag in ieder geval positief beginnen.
 - o Voorbeeld: Trakteer iemand op een lach, met bloemen (bloemen geven instant een echte lach (Duchenne) op het gezicht.)
- De symboliek/boodschap van bloemen (focus op: dankbaarheid, waardering, sterkte)
 - o Voorbeeld: Lisianthus staat voor dankbaarheid
 - o Voorbeeld: Gladiol staat voor waardering
- De symboliek/boodschap van boeketten
 - o Voorbeeld: Witte boeketten zorgen voor rust in huis
- Bloemen verfraaien je directe omgeving
 - o Voorbeeld: Boeketrecepten
 - o Voorbeeld: Upgrade je bad- en slaapkamer met bloemen
- Aan de slag met bloemen > DIY
 - o Voorbeeld: DIY Homespray met de geur van lentebloemen
- Kennisupdate: concrete bloemeninformatie
 - o Voorbeeld: Dit zijn typische lentebloemen

b. Kamerplanten

- De positieve effecten van planten
 - o Voorbeeld: Planten in huis, zorgen voor minder stress
 - o Voorbeeld: Zo breng je je plant, en daarmee ook jezelf, weer in balans
- De symboliek/boodschap van planten (focus op dankbaarheid, waardering, sterkte, wensen)
 - o Voorbeeld: De Aloë staat voor geduld
 - o Voorbeeld: De Clerodendrum staat voor kans
 - o Voorbeeld: De Yucca staat voor bescherming
 - o Voorbeeld: De Cymbidium staat voor vriendschap
- Planten verfraaien je omgeving
 - o Voorbeeld: Zo creëer je een groene thuiswerkplek
 - o Voorbeeld: Maak van je badkamer een thuispa
- Aan de slag met planten > TO DO
 - o TO DO: Leer je kind (en jezelf) meer over planten
- Kennisupdate: concrete planteninformatie
 - o Voorbeeld: Dit zijn kamerplanten die weinig zorg nodig hebben

c. Buitenplanten

- De positieve effecten van buitenplanten
 - o Voorbeeld: Werk in de tuin voor een rustig hoofd (20 minuten in je tuin, verlaagt stress)
- De symboliek/boodschap van buitenplanten (focus op dankbaarheid, waardering, sterkte, wensen)
 - o Voorbeeld: De Jasmijn staat voor kracht
- Buitenplanten verfraaien je buitenomgeving
 - o Voorbeeld: Creëer een rustige oase op je balkon of tuin
- Aan de slag met planten > TO DO
 - o TO DO: Dit zijn de maartklusjes voor in de tuin en op het balkon
- Kennisupdate: concrete buitenplanteninformatie
 - o Voorbeeld: Dit zijn buitenplanten die jarenlang meegaan

3) Achtergrondinformatie BLOEMEN

a. Bloemen hebben een krachtige symboliek

Bijna alle bloemen hebben een symboliek. In iedere bloemenwijzer staat deze ook toegelicht. De symboliek kan je helpen in het overbrengen van een boodschap. Dat je laat weten dat je aan iemand denkt, bedankt, een hart onder de riem steekt, etc. Zo staat bijvoorbeeld de roze roos voor waardering, de delphinium voor bescherming, de gerbera brengt vrolijkheid, een lisianthus staat voor dankbaarheid en de gladiool voor bewondering. In onze bloemenwijzers staat per bloem aangegeven wat de bijpassende symboliek is.

b. Bloemen zijn een krachtige positieve emotie-inductor

An Environmental Approach to Positive Emotion: Flowers

(Bron: <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/147470490500300109>)

Drie verschillende onderzoeken laten zien dat bloemen een krachtige positieve emotie-inductor zijn.

Bloemen lokken een echte glimlach (Duchenne) uit bij vrouwen

In Studie 1 lokten bloemen, bij presentatie aan vrouwen, altijd de Duchenne of ware glimlach uit. Vrouwen die bloemen kregen, rapporteerden 3 dagen later positievere stemmingen.

Bloemen zetten aan tot socialer gedrag

In studie 2 lokte een bloem die aan mannen of vrouwen in een lift werd gegeven positiever sociaal gedrag uit dan andere stimuli.

Bloemen verbeteren episodisch geheugen bij 55+'ers

In onderzoek 3 veroorzaakten bloemen die werden gepresenteerd aan oudere deelnemers (leeftijd 55+) positieve stemmingsrapporten en verbeterde het episodisch geheugen.

Toelichting

Bloemen hebben onmiddellijke en langdurige effecten op emotionele reacties, stemming, sociaal gedrag en zelfs geheugen voor zowel mannen als vrouwen. Er bestaat in geen enkele discipline een theorie die deze bevindingen verklaart. We suggereren dat gecultiveerde bloemen lonend zijn omdat ze zijn geëvolueerd om snel positieve emoties bij mensen op te wekken, net zoals andere planten zijn geëvolueerd om verschillende gedragsreacties te veroorzaken bij een grote verscheidenheid aan soorten die leiden tot de verspreiding of voortplanting van de planten.

c. Bloemen brengen geluk

(<https://aboutflowers.com/quick-links/health-benefits-research/emotional-impact-of-flowers-study/>)

(The Emotional Impact of Flowers Study is uitgevoerd door Jeannette M. Haviland-Jones, Ph.D., Professor of Psychology, Project Director, Human Development Lab at Rutgers, The State University of New Jersey. Dr. Haviland-Jones is een psycholoog en autoriteit op het gebied van emotionele ontwikkeling in menselijk gedrag en non-verbale emotionele signalen en reacties.)

Bloemen brengen genot en dankbaarheid

Bloemen hebben een onmiddellijke impact op geluk. Alle deelnemers aan de studie spraken "ware" of "opgewonden" glimlachen uit bij het ontvangen van bloemen, wat buitengewoon genot en dankbaarheid betoonde. Deze reactie was universeel en kwam voor bij alle leeftijdsgroepen.

Bloemen hebben een langdurig positief effect op stemmingen

In het bijzonder meldden de deelnemers aan het onderzoek dat ze zich minder depressief, angstig en opgewonden voelden na het ontvangen van bloemen, en dat ze een hoger gevoel van plezier en voldoening in het leven toonden.

Bloemen maken intieme verbindingen

De aanwezigheid van bloemen leidde tot meer contact met familie en vrienden.

Plek voor bloemen

De studie onderzocht ook waar mensen bloemen in hun huizen tentoonstellen. De boeketten zijn geplaatst in delen van het huis die open zijn voor bezoekers - zoals foyers, woonkamers en eetkamers - wat suggereert dat bloemen een symbool zijn om te delen. "Bloemen veroorzaken positieve emotionele gevoelens bij degenen die een kamer binnenkomen", zei Dr. Haviland-Jones. "Ze maken de ruimte gastvrij en creëren een gedeelde sfeer."

d. Bloemen verlagen stress

(<https://aboutflowers.com/quick-links/health-benefits-research/stressless/>)

Met zoveel bronnen van stress tegenwoordig - van financiën en gezondheidsproblemen tot onze schijnbaar oneindige takenlijsten - kunnen de meeste mensen zich verhouden tot een constante staat van waanzin. Onderzoek van de University of North Florida laat zien dat zoiets eenvoudigs als bloemen kan helpen. De bevindingen tonen aan dat mensen die slechts een paar dagen met bloemen in hun huis woonden, een significante afname van hun stressniveaus en verbetering van hun humeur rapporteerden.

De studie uit 2018, getiteld The Impact of Flowers on Perceived Stress Among Women, concludeert dat het toevoegen van bloemen aan binnen-omgevingen resulteert in een statistisch significante en zinvolle vermindering van stress.

e. Bloemen en senioren

(<https://aboutflowers.com/quick-links/health-benefits-research/flowers-seniors-study/>)

Een zes maanden durende gedragsstudie van Rutgers, The State University of New Jersey, naar de gezondheidseffecten van bloemen op senioren, toont aan dat bloemen depressie verlichten, sociale netwerken inspireren en het geheugen opfrissen naarmate we ouder worden.

f. Bloemen voeden compassie, vermindert angst en zorgen

Harvard: leven met bloemen versterkt het gevoel van mededogen en vermindert angst en zorgen Met het verlangen van mensen naar rust en stressvermindering sterker dan ooit, neemt vers onderzoek een inzichtelijke kijk op bloemen en de belangrijke rol die ze kunnen spelen in ons dagelijks leven. Een gedragsonderzoek uitgevoerd door Nancy Etcoff, Ph.D. van het Massachusetts General Hospital en de Harvard Medical School, laat zien dat mensen meer medeleven hebben met anderen, minder zorgen en angst hebben en zich minder depressief voelen als er verse snijbloemen aanwezig zijn in de thuis. "Uit ander onderzoek is gebleken dat bloemen mensen blij maken wanneer ze ze ontvangen", zegt Etcoff. "Wat we niet wisten, is dat een paar dagen met bloemen thuis doorbrengen een grote verscheidenheid aan gevoelens kan beïnvloeden."

Deelnemers aan de studie die minder dan een week met verse snijbloemen leefden, voelden een toename van gevoelens van medeleven en vriendelijkheid voor anderen. 2. Bloemen verdrijven angsten, zorgen en de blues thuis. Over het algemeen voelden de mensen in het onderzoek zich simpelweg minder negatief na slechts een paar dagen in de bloemen thuis te zijn geweest. Deelnemers plaatsten het vaakst bloemen in hun keukens, eetkamers en woonkamers, waar ze veel tijd thuis doorbrengen. Ze meldden dat ze 's morgens vroeg de bloemen wilden zien. 3. Leven met bloemen kan een boost geven aan energie, geluk en enthousiasme op het werk. Het hebben van bloemen in huis kan ook een positieve carry-over impact hebben op onze stemming op het werk. Uit de studie bleek dat mensen meer geneigd waren om zich gelukkiger te voelen en meer enthousiasme en energie op het werk hadden wanneer bloemen in de woonomgeving van hun huis waren.

g. Bloemen verminderen een ochtendhumeur

(<https://aboutflowers.com/quick-links/health-benefits-research/flowers-and-morning-moods/>)

Harvard Research: bloemen zijn de perfecte opkikker om de ochtendstemming te verbeteren. Onderzoek bevestigt dat bloemen misschien de perfecte opkikker zijn voor miljoenen Amerikanen die zichzelf niet als 'ochtendmensen' beschouwen. Deelnemers aan een gedragsstudie uitgevoerd door onderzoekers van de Harvard University en het Massachusetts General Hospital bevestigden dat ze zich in de vroege uurtjes het minst positief voelden, maar meldden dat ze gelukkiger en energiever waren nadat ze 's morgens vroeg naar bloemen hadden gekeken. "Het ochtendhumeur blijkt een echt fenomeen te zijn, met positieve stemmingen - geluk, vriendelijkheid en warmte bijvoorbeeld - die zich veel later op de dag manifesteren", zegt hoofdonderzoeker Nancy Etcoff, Ph.D. "Interessant, wanneer we een klein boeket bloemen plaatsen in hun ochtendroutines, fleurden mensen op."

h. Bloemen-gever wordt als succesvol, zorgzaam en emotioneel intelligent gepercipieerd

(<https://aboutflowers.com/quick-links/health-benefits-research/power-of-giving-flowers-study/>)

Rutgers: Bloemen-gevers worden ervaren als succesvol en zorgzaam. Gefeliciteerd, bedankt, ik hou van je, ik denk aan je. Elke dag worden miljoenen geschenken uitgewisseld door mensen die attente groeten willen doen aan vrienden en geliefden. Volgens onderzoek van de Rutgers University zeggen de cadeautjes die we uitkiezen om onze speciale boodschappen over te brengen veel over ons.

Onderzoeker Jeannette Haviland-Jones, Ph.D., directeur van het Human Emotions Lab van de universiteit, onderzocht wat **de geschenken die we kiezen zeggen over wie we zijn en of ze van invloed zijn op hoe we worden waargenomen**. Uit het onderzoek blijkt dat degenen die bloemen sturen, in vergelijking met andere geschenken, worden gezien als **succesvolle, zorgzame en emotioneel intelligente mensen**.

Meer specifieke bevindingen zijn onder meer: Zowel mannen als vrouwen die bloemen geven worden gezien als **gelukkige, presterende, sterke, capabele en moedige mensen**; Mannen en vrouwen komen emotioneler intelligent over; **ze geven de indruk dat ze hun gevoelens effectief kunnen uiten en de tijd nemen om de gevoelens van anderen te begrijpen**; en Vrouwelijke bloemengiften worden gezien als **meer waarderend voor schoonheid en natuur**.

"Onze bevindingen laten zien dat je door middel van de geschenken die je geeft op een significante manier kunt beïnvloeden en veranderen wat mensen van je denken", zegt Haviland-Jones. "Dat nieuws is vooral belangrijk voor diegenen die geïnteresseerd zijn in het **versterken van vriendschappen en romances, zelfs zakelijke relaties**."

Het ontdekken van de wetenschappelijke kracht van bloemen is niet nieuw voor Haviland-Jones. Uit eerder onderzoek van Rutgers University, uitgevoerd door haar team, bleek dat bloemen direct genot en geluk creëren, en genot en levensvreugde vergroten. Meer specifiek, na het ontvangen van een geschenk van bloemen, reageerden de vrouwelijke studiedeelnemers met een echte glimlach en rapporteerden positieve stemmingen die dagen aanhielden. De aanwezigheid van bloemen leidde ook tot meer contact met familie en vrienden.

"Bloemen zijn geëvolueerd om positieve emotionele reacties van mensen te activeren", zegt Haviland-Jones. "Elke bloei kan een glimlach op ons gezicht toveren en onze mening over een vriend, collega of geliefde beïnvloeden. Dat is krachtig."

4) Achtergrondinformatie KAMERPLANTEN

a. Zonder planten geen leven

Planten zijn essentieel voor het leven op aarde. Door de aanwezigheid van planten kwam er ooit genoeg zuurstof in de lucht en was er eten aanwezig. Als autotrofen (die zonlicht in energie omzetten door hun fotosynthetische capaciteiten) zijn planten hoofdproducenten van zuurstof en dus de basis van de meeste voedselketens. Het leven van dieren op het land kon dus ook pas beginnen nadat planten het land koloniseerden. Zonder planten dus geen zuurstof. Zonder planten geen dieren. Zonder planten geen eten. Zonder planten geen leven.

b. Minder stress door levend groen

Uit verschillende onderzoeken is gebleken dat mensen in de buurt van levend groen minder gestrest zijn dan mensen in een plantloze omgeving. Zo stelt Charlotte Lelieveld van *Wageningen Environmental Research* (Alterra): “Planten geven een prettige uitstraling aan gebouwen, wat een positieve invloed heeft op stressreductie”. En dat geldt dus ook voor jou thuis. Bovendien bleek uit onderzoek van Lohr e.a. (1996) dat mensen in een kamer vol planten een lagere bloeddruk hebben dan mensen in een plantloze omgeving. Planten als jasmijn en lavendel verspreiden daarnaast een weldadige, rustgevende geur, wat het nog makkelijker maakt om te ontspannen.

c. Een met de natuur

Planten laten je één voelen met de natuur. Ze zijn er altijd voor je, als groene rustpunten in een steeds snellere wereld. Laten zich niet gek maken door de waan van de dag, maar doen steady waar ze goed in zijn.

d. Luchtzuiverend (NOTE: juist dit onderwerp kan uitermate gevoelig liggen gedurende de coronacrisis. Gelieve hier heel zorgvuldig mee om te gaan in communicatie)

Wat je niet kunt zien, zijn de minuscule vervuilende stofjes in de lucht. Vooral [formaldehyde](#) is een stofje dat veel voorkomt. Het wordt als het ware uitgedemd door nieuwe meubels en vloeren, gordijnstof, verfsoorten en behanglijm. Juist al die dingen die de kamer zo gezellig en kleurrijk maken. Wegpoetsen gaat helaas niet: desinfecterende schoonmaakmiddelen bevatten juist dit onzichtbare gas en stofzuigers stoten fijnstof uit. Help, binnenluchtvervuiling! Geen paniek, maar te veel van deze stofjes kunnen ongezond zijn. Planten helpen deze stofjes uit de lucht te halen en zetten ze vervolgens om in schone zuurstof. Natuurlijk is ventileren ook een must, maar bij erg warm of juist koud weer niet altijd haalbaar. Planten zijn kampioen Fijnstofverwijdering (via hun bladeren) & Luchtbevochtiging. Kneed de kamer dus aan met planten.

e. Natuurlijke temperatuurregelaars

Planten zijn de reinste temperatuurregelaars. Zo is er het advies om de thermometer in de kinderkamer zo rond 18 graden Celsius te laten balanceren. Lastig? Laat dat maar aan de planten over: die werken natuurlijk verkoelend.

f. Planten op de werkplek

Onderzoek toont aan dat voor iedereen die vier uur per dag met een beeldscherm werkt productiever is en zich aantoonbaar prettiger voelt dankzij planten op de werkplek. Ook is het zo dat een grote plant per twee werknemers of een grote plant per 12m² kantoorruimte een positief effect oplevert.

Mensen die werken in een ruimte met planten melden zich 20 procent minder vaak ziek.

Mensen die werken in een ruimte met planten melden zich minder vaak ziek (een daling van 36% naar 16%)*. Dit komt neer op gemiddeld 1,6 ziekte dag minder per medewerker per jaar.

5) **Achtergrondinformatie BUITENPLANTEN**

a. **In de natuur ervaar je minder stress**

Minstens twintig minuten in de natuur doorbrengen, verlaagt het niveau van stresshormonen aanzienlijk. Dit kan zowel door te wandelen in de natuur als door op een plek te zitten in een natuurlijke omgeving.

b. **Groene factsheets Royal FloraHolland**

Kijk vooral ook naar waardevolle informatie over de toegevoegde waarde van groen in de Factsheets van Royal FloraHolland te vinden op:

<https://www.royalfloraholland.com/nl/over-floraholland/duurzame-gezonde-toekomst/duurzame-gezonde-toekomst/de-groene-agenda/factsheets?>

De Groene Agenda van Royal FloraHolland heeft in samenwerking met verschillende partijen meerdere factsheets ontwikkeld:

- [Factsheet De Groene Agenda 'Groen en Algemeen'](#)
- [Factsheet De Groene Agenda 'Groen en Leren'](#)
- [Factsheet De Groene Agenda 'Groen en Werken'](#)
- [Factsheet De Groene Agenda 'Groen en Wonen'](#)
- [Factsheet De Groene Agenda 'Groen en Zorg'](#)