

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

बाँडी लोशन के बाद लगाएं परफ्यूम, लंबे समय तक



टिकेगा

● अगर आप चाहते हैं कि आपके शरीर से हमेशा खूशबू आए तो आज से ही गरम पानी से नहाना शुरू कर दें। गर्म पानी से नहाने से रोम छिद्र खुल जाएंगे और उसके बाद जब आप परफ्यूम का इस्तेमाल करेंगे

तो यह लंबे समय तक उसकी खूशबू बनी रहेगी।

● नहाने के लिए शॉवर जेल का इस्तेमाल करें। पूरे शरीर को किसी खुशबूदार साबुन से साफ करें और शरीर पोछने के बाद ही किसी परफ्यूम या डियो का इस्तेमाल करें।

● परफ्यूम मौसम के आधार पर ही कपड़ों पर भी लगाया जा सकता है। सर्दियों में स्वेटर पर 15 से 20 सेंटीमीटर की दूरी से ही परफ्यूम स्प्रे करना चाहिए।

● नहाने के बाद शरीर में नमी बरकरार रखने के लिए अच्छे खूशबू वाले बाँडी लोशन लगाना चाहिए। नम त्वचा पर इस्तेमाल किए गए परफ्यूम लंबे समय तक बरकरार रहते हैं।

● लंबे समय तक टिके रहें, इसके लिए शरीर के कुछ खास हिस्सों पर परफ्यूम लगाया जाना चाहिए, जैसे कलाई पर, कानों के पीछे या फिर बाजुओं में।

● परफ्यूम लेते हुए भी कुछ बातों का ध्यान रखें। जैसे ढक्कन से सूँघकर या स्टिक से सूँघकर लेने की बजाए हाथों के पीछे स्प्रे करें और तब भी पसंद आए, तभी लें।

● परफ्यूम या डियो को कभी भी तेज रौशनी या फिर तेज धूप में न रखें। इससे उनकी सुगंध और पावर खुद कम हो जाती है।

● पेट्रोलियम जैली लगाने के बाद भी परफ्यूम या डियो स्प्रे करने पर खुशबू देर तक टिकती है बाँडी लोशन के बाद लगाएं परफ्यूम, लंबे समय तक टिकेगा

गर्मी में कॉस्मेटिक्स में परफ्यूम और डियो सबसे जरूरी होते हैं। लगभग सारे कामकाजी और पढ़ने वाले लोग किसी न किसी तरह की फ्रेंगेंस का इस्तेमाल करते हैं। गर्मी की वजह से ये कुछ घंटे भी ये टिक नहीं पाते। ऐसे में पसीने की गंध इसकी जगह ले लेती है। ऐसे में हम आपको बता रहे हैं कुछ ऐसे टिप्स जिससे आप हमेशा महकते रहेंगे।

● अगर आप चाहते हैं कि आपके शरीर से हमेशा खूशबू आए तो आज से ही गरम पानी से नहाना शुरू कर दें। गर्म पानी से नहाने से रोम छिद्र खुल जाएंगे और उसके बाद जब आप परफ्यूम का इस्तेमाल करेंगे तो यह लंबे समय तक उसकी खूशबू बनी

रहेगी।
● नहाने के लिए शॉवर जेल का इस्तेमाल करें। पूरे शरीर को किसी खुशबूदार साबुन से साफ करें और शरीर पोछने के बाद ही किसी परफ्यूम या डियो का इस्तेमाल करें।

● परफ्यूम मौसम के आधार पर ही कपड़ों पर भी लगाया जा सकता है। सर्दियों में स्वेटर पर 15 से 20 सेंटीमीटर की दूरी से ही परफ्यूम स्प्रे करना चाहिए।

● नहाने के बाद शरीर में नमी बरकरार रखने के लिए अच्छे खूशबू वाले बाँडी लोशन लगाना चाहिए। नम त्वचा पर इस्तेमाल किए गए परफ्यूम लंबे समय तक बरकरार रहते हैं।

● लंबे समय तक टिके रहें, इसके लिए शरीर के कुछ खास हिस्सों पर परफ्यूम लगाया जाना चाहिए, जैसे कलाई पर, कानों के पीछे या फिर बाजुओं में।

● परफ्यूम लेते हुए भी कुछ बातों का ध्यान रखें। जैसे ढक्कन से सूँघकर या स्टिक से सूँघकर लेने की बजाए हाथों के पीछे स्प्रे करें और तब भी पसंद आए, तभी लें।

● परफ्यूम या डियो को कभी भी तेज



रौशनी या फिर तेज धूप में न रखें। इससे उनकी सुगंध और पावर खुद कम हो जाती है।

● पेट्रोलियम जैली लगाने के बाद भी परफ्यूम या डियो स्प्रे करने पर खुशबू देर तक टिकती है।

गर्मी में ये फल स्वाद के साथ सेहत का भी रखेंगे खयाल

गर्मी का मौसम आ चुका है और धीरे-धीरे गर्मी अपनी रफ्तार पकड़ रही है। इस मौसम में धूप और गर्म हवा से लोग परेशान होने लगते हैं और लोगों का स्वास्थ्य खराब होने लगता है। इन समस्याओं से बचाव के लिए अपना खयाल रखने की जरूरत होती है।

इसके लिए सबसे बेहतरीन उपाय अधिक से अधिक फलों का सेवन करना, जो आपको गर्मी में होने वाली दिक्कतों से बचा सकें। यहां पर उन फलों के बारे में बताएंगे, जिसके खाने से आपको भरपूर स्वाद तो मिलेगा ही, इसके साथ ही शरीर को ज्यादा मात्रा में पोषक तत्व और पानी मिल सके।

तरबूज और खरबूज

तरबूज और खरबूज ऐसे फल हैं, जिनसे हमारे शरीर को गर्मी के मौसम में भरपूर पानी मिलता है और शरीर को

ठंडा रखने में मदद मिलती है। तरबूज में लाइकोपिन, ऑक्सीडेंट और कई विटामिन पाए जाते हैं। इससे मधुमेह, डिप्रेशन, पेट

के रोगों से निजात मिलती है। वहीं, खरबूज में एंटी-ऑक्सीडेंट और कई विटामिन पाए जाते हैं। खरबूज दिल और कैंसर की बीमारी में फायदा करता है।

लीची

गर्मी के मौसम में लीची बहुत फायदेमंद है। इससे हमारे शरीर को ठंडक मिलती है। लीची में साइट्रिक एसिड, विटामिन सहित कई पौष्टिक तत्व पाए जाते हैं। ये सभी गर्मी शरीर में पानी व खनिज लवणों की कमी को पूरा करते हैं। लीची खाने से पेट दर्द, आंत की बीमारी, कब्ज आदि में बहुत फायदा करता है। इसलिए

गर्मी के मौसम में लीची जरूर खानी चाहिए।

आम

फलों का राजा आम गर्मी के मौसम में होता है। इस मौसम में आम उस समय स्वाद का ध्यान रखता है जब हमारे मुंह का टेस्ट खराब हो जाता है और कुछ भी खाने की इच्छा नहीं होती है। इसके साथ ही आम में मैनिशियम, पोटेशियम, मैनिशियम सहित कई खनिज लवण होते हैं। आम से हृदय संबंधी रोग, कैंसर जैसी गंभीर बीमारी से सुरक्षा होती है।

ककड़ी और खीरा

गर्मी के मौसम में ककड़ी और खीरा आपको डीहाइड्रेशन से बचाता है और टॉक्सिंस को शरीर से बाहर करता है। इसके अलावा ये दोनों शरीर को ठंडक पहुंचाते

हैं। खीरा और ककड़ी में कई पोषक तत्व होते हैं। ये दोनों शुगर, कब्ज, बदहजमी, अल्सर और पेट दर्द सहित कई बीमारी में फायदा करता है।

नारियल

नारियल और नारियल का पानी गर्मी से बचाने के लिए बहुत असरकारक है। नारियल के पानी स्वाद जरूर नहीं होता है लेकिन इससे शरीर को कई फायदे होते हैं। नारियल मधुमेह, सिरदर्द, पेट के कीड़े होने जैसी कई दिक्कतों से सुरक्षा करता है।

बेल

बेल का फल और इसका शर्बत दोनों गर्मी में रामबाण हैं। बेल बदहजमी, शुगर, हृदयरोग, भूख न लगना, जलन सहित कई रोग में फायदा करता है। वहीं, बले का शर्बत पेट साफ करने में सहायक होता है।

रोजमर्रा की जिंदगी में मिलावट की जांच



मिर्ची पाउडर-मिलावट: ईट का बुरादा, नमक
जांच- एक गिलास पानी में एक टी-स्पून लालमिर्च मिलाएं, अगर ये पानी में घुलकर पानी में कलर देता है तो इसका मतलब कि इसमें मिलावट है।



शहद- मिलावट: चीनी का घोल

जांच- एक रूई का टुकड़ा लें, इसे शहद में डुबाएं अगर शहद असली होगा तो यह रूई जलाने पर आसानी से जल जाएगी और अगर मिलावट हुई तो यह आसानी से नहीं जलेगी।

धनिया पाउडर - मिलावट: चोकर, लकड़ी का बुरादा

जांच- धनिया पाउडर पर पानी का छींटा मारे इससे चोकर या बुरादा नीच बैठ जाएगा।



खोया, पनीर- मिलावट: स्टार्च

जांच- खोया, पनीर को थोड़े से पानी में उबालें फिर इसे ठंडा होने दें, ठंडा होने पर इसमें आयोडिन के घोल की एक बूंद मिलाएं, अगर ये बूंद डालने पर नीला रंग सामने आता है तो इसका मतलब आपके खोया में स्टार्च की मिलावट की गई है।



दूध- मिलावट: डिटजेंट, यूरिया

जांच- पोटेशियम कार्बोनाइट की 5-6 बूंद से अगर रंग आता है तो समझ लें दूध में यूरिया मिला है और 10 मिली दूध में इतना ही पानी मिलाएं अगर इसमें झाग आता है तो इस दूध में डिटजेंट की मिलावट है।