

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

स्टाइलिश टिप्स के साथ अपने सफर को बनाएं और भी मजेदार



सफर के दौरान कई बार ऐसा होता है कि हमें बैग से कुछ सामान निकालना हो तो हम सोचते हैं कैसे निकालें वो समान तो बैग में सबसे नीचे रखा है, निकाला तो सब कुछ बिखर जाएगा। ऐसे में आपको ध्यान रखना होगा की जब भी आप पैकिंग करें तो रोल करके रखें।



ट्रैवलिंग करना एक हुनर है, जो हर किसी के पास नहीं होता। कुछ लोग लगातार ट्रैवलिंग करते हैं, फिर ट्रैवलिंग को ही कॉरियर बना लेते हैं, तो कुछ लोगों को घूमना पसंद होता है लेकिन वह अपने काम के अनुसार साल-छह महीने में प्लानिंग करके ट्रैवल करते हैं... और तीसरी प्रजाति होती

हैं घुमकड़ों की। ये घुमकड़ लोग कुछ नहीं देखते, मौका मिलते ही सफर पर निकल जाते हैं। लेकिन सफर करना चौलेंजिंग टास्क है। सफर के साथ-साथ ट्रैवलिंग के लिए पैकिंग करना भी चौलेंजिंग टास्क है, इसके अलावा सफर पर निकल ही रहें है तो थोड़ा स्टाइलिश होना भी जरूरी होता है, तो ये भी एक बड़ा टास्क है, खासतौर पर लड़कियों के लिए। आज के घुमकड़ों के लिए सफर पर स्टाइलिश और कम्फर्टेबल रहने के ये 6 टिप्स हैं, जिसे अपना कर सफर और खूबसूरत हो जाएगा-

पैकिंग स्टाइल

सफर के दौरान कई बार ऐसा होता है कि हमें बैग से कुछ सामान निकालना हो तो हम सोचते हैं कैसे निकालें वो समान तो बैग में सबसे नीचे रखा है, निकाला तो सब कुछ बिखर जाएगा। ऐसे

पैकिंग

पैकिंग के दौरान चीजों को कैटेगरी में बांट ले जैसे घूमने वाले कपड़ों को अलग और प्रसाधन के दौरान इस्तेमाल करने वाली चीजें अलग। सफर के समय जिन चीजों की जरूरत पड़ सकती है उसे बैग में ऊपर की ओर रखें।

ऊपर की ओर रखें।

हैंडबैग इस तरह का चुनें

सफर कैसा भी हो कही का भी हो हैंडबैग साथ ले जाना बिल्कुल न भूले हमारा हैंडबैग सफर पर बहुत काम आता है क्योंकि इसे ईजी हम अपने साथ कैरी करते हैं। इसलिए जरूरी है हैंडबैग के शेष और साइज को देख कर ले ताकि सफर पर साथ में कैरी करने में कोई दिक्कत न हो।

स्टाइल का रखें ध्यान

ब्राइट कलर के लगेज बैग आपको देते हैं अलग ही स्टाइल। इसलिए रेड, ग्रीन, पर्पल, ब्लू जैसे कलर चुनें जो हैं परफेक्ट एयरपोर्ट लुक के लिए। इसके अलावा आप

लैडर बैग के साथ भी एक्सपेरिमेंट्स कर सकते हैं। लैपटॉप, स्मैक प्रिंट का ट्रेंड एवरग्रीन हैं जो कपड़ों में ही नहीं बैग्स में भी बहुत जंचता है।

टोटे बैग होते हैं सफर पर बड़े काम के...

लड़कियां कूल लुक के लिए कई बार टोटे बैग्स का इस्तेमाल करती हैं, ये बैग काफी आरामदायक तो नहीं होते लेकिन सफर पर कई बार बड़े काम आते हैं। क्योंकि इन बैग में सिंगल स्पेस होता है जिसमें आप बहुत सारा सामान अपने साथ कैरी कर सकती हैं। तो इसे भी सफर पर अपना हिस्सा बनाएं।

स्लिंग बैग लुक अच्छा देते हैं

स्लिंग बैग आप अपनी पर्सनालिटी के हिसाब से ले सकती हैं अगर आपने ट्रेंडी ड्रेस पहनी है या गाउन पहना है तो इस ड्रेस पर स्लिंग बैग अगल लुक देता है। डिस्टिनेशन पर पहुंचकर पार्टी या डिनर का प्लान है तो ऐसे में अपने स्टाइल को बरकरार रखने के लिए स्लिंग बैग चुनें।

क्रॉसबॉडी बैग

सफर पर कई बार पैदल भी चलना पड़ सकता है ऐसे में अगर आप क्रॉसबॉडी बैग का इस्तेमाल करें तो ये चलने में परेशानी नहीं करना और आरामदायक होता है। इससे आपका लुक भी काफी स्मार्ट लगता है।

बच्चों को बनाना है

फिजिकली एक्टिव काम आएंगे यह महत्वपूर्ण टिप्स

बच्चों को फिजिकली एक्टिव बनाने का अर्थ यह कतई नहीं है कि उनसे टीवी, मोबाइल या लैपटॉप बिल्कुल हटा दें। बल्कि जरूरत है कि आप उनका स्क्रीन टाइम सुनिश्चित करें। इससे उन्हें खेलने के लिए भी समय मिल जाएगा

और उन्हें ऐसा भी नहीं लगेगा कि आप उनके साथ बहुत अधिक स्टिकट हो रहे हैं। आज के टेक्नोलॉजी के युग में अधिकतर बच्चे शारीरिक रूप से निष्क्रिय ही होते हैं। पहले जहां बच्चे मैदान में जाकर खेलते थे व कई तरह की फिजिकल एक्टिविटी करते थे, वहीं आज के समय में बच्चे अपनी हर खुशी मोबाइल, लैपटॉप व इंटरनेट में ही ढूँढ लेते हैं। फिजिकली

होने लगती है। इसलिए यह बेहद जरूरी है कि बच्चों को फिजिकली एक्टिव बनाया जाए। तो चलिए जानते हैं ऐसे कुछ टिप्स, जिनकी मदद से आप बच्चों को फिजिकली एक्टिव बना सकते हैं-

खुद भी हों इन्वॉल्व

अगर आप सच में चाहते हैं कि बच्चा किसी तरह की फिजिकल एक्टिविटी करे तो इसके लिए जरूरी है कि आप खुद भी उसके साथ उसमें शामिल हों। अक्सर माता-पिता फोन या लैपटॉप में लगे रहते हैं और उन्हें देखकर बच्चे भी ऐसा ही करने लगते हैं। इसलिए संभव हो तो शाम के समय उनके

साथ पार्क जाएं, एक्सरसाइज करें, कोई एक्टिविटी करें या फिर भी तरह का कोई गेम खेलें। आपके साथ के कारण उन्हें खेलना अच्छा लगने लगेगा।

न बनाएं दबाव

कभी भी बच्चे पर फिजिकली एक्टिव होने के लिए दबाव न बनाएं, इससे बच्चे की रुचि उभरेगी। बल्कि उन्हें प्रोत्साहित करने के लिए पहले उन्हें खेलने के कुछ लाभ बताएं। साथ ही जब वह कोई नई फिजिकल एक्टिविटी करें तो उनसे इस बारे में बात करें। इस तरह उन्हें काफी अच्छा लगेगा।

तय करें सीमा

बच्चों को फिजिकली एक्टिव बनाने का अर्थ यह कतई नहीं है कि उनसे टीवी, मोबाइल या लैपटॉप बिल्कुल ही छीन लिए जाएं। बल्कि जरूरत है कि आप उनका स्क्रीन टाइम सुनिश्चित करें। इससे उन्हें खेलने के लिए भी समय मिल जाएगा और उन्हें ऐसा भी नहीं लगेगा कि आप उनके साथ बहुत अधिक स्टिकट हो रहे हैं।

क्लास का सहारा

आज के समय में कई तरह के सेंटर्स मौजूद हैं, जहां पर बच्चों को उनकी उम्र के अनुसार एक्टिविटी कराई जाती है जैसे डांसिंग, गेम खेलना, जूडो आदि। आप उनमें भी बच्चों का एडमिशन करवा सकते हैं। अगर आपके पास समय की कमी है तो इस तरह की क्लासेज एक अच्छा ऑप्शन है। इस तरह बच्चा नियमित रूप से फिजिकल एक्टिविटी तो करेगा ही, साथ ही उसे कुछ नया भी सीखने को मिलेगा। इसे कहते हैं सोने पर सुहागा।

काँफी की मदद से बनाएं यह बेहतरीन होममेड शैंपू

आजकल डार्ड शैंपू का चलन काफी बढ़ गया है। आप चाहें तो काँफी की मदद से डार्ड शैंपू भी बना सकते हैं। इसके लिए एक बाउल में एक टेबलस्पून काँफी पाउडर डालें। लेकिन ध्यान रखें कि वह एकदम महीन हो। अब इसमें दो टेबलस्पून अरारोट पाउडर मिक्स करें। सुबह के समय एक कप गर्मागर्म काँफी मिल जाए तो पूरा दिन ही बन जाता है। वैसे तो काँफी को लोग बतौर पेय पदार्थ करते हैं, लेकिन इसके ब्यूटी बेनिफिट्स भी कम नहीं हैं। हर किचन में आसानी से मिलने वाली काँफी बालों के लिए किसी वरदान से कम नहीं है। काँफी में मौजूद कैफेन ब्रेन सेल्स के कार्य को बेहतरीन बनाते हैं। इसके अतिरिक्त इससे

ब्लड वेसल्स का सर्कुलेशन भी अच्छा होता है। इसलिए अगर आप सिल्की, शाइनी, मजबूत व लंबे बालों की चाहत रखते हैं तो काँफी की मदद से शैंपू बनाकर उसका इस्तेमाल कर सकते हैं। तो चलिए जानते हैं इसके बारे में-

बेसिक काँफी शैंपू : इसे बनाने के लिए किसी माइल्ड शैंपू या रोजमर्रा में इस्तेमाल किए जाने वाले शैंपू में करीबन आधा चम्मच काँफी पाउडर मिक्स करें। अब बालों को गीला करके इस बेसिक काँफी शैंपू को बालों में लगाकर दो-तीन मिनट के लिए छोड़ दें। अंत में बालों को वॉश करें।

काँफी विद बेकिंग सोडा शैंपू: गर्मी के

दिनों में चूंकि हर दिन बालों को वॉश करने की आवश्यकता महसूस होती है, तो ऐसे में आप काँफी और बेकिंग सोडा की मदद से शैंपू बनाकर उसका इस्तेमाल कर सकते हैं। यह बालों की गंदगी साफ करने के साथ-साथ उन्हें स्मूद, सॉफ्ट व हेल्दी बनाते हैं। इसके लिए किसी बाउल में एक माइल्ड शैंपू लेकर उसमें दो टेबलस्पून काँफी पाउडर व आधा चम्मच बेकिंग सोडा डालकर अच्छी तरह मिक्स करें। अब इस मिश्रण को गीले बालों पर लगाकर कुछ देर के लिए छोड़ दें। अंत में बालों को पानी की मदद से धोएं।

डार्ड शैंपू: आजकल डार्ड शैंपू का चलन काफी बढ़ गया है। आप चाहें तो काँफी की



मदद से डार्ड शैंपू भी बना सकते हैं। इसके लिए एक बाउल में एक टेबलस्पून काँफी पाउडर डालें। लेकिन ध्यान रखें कि वह एकदम महीन हो। अब इसमें दो टेबलस्पून

अरारोट पाउडर मिक्स करें। अब फ्रिज्डेन ब्रश की मदद से इसे अपनी स्कैल्प व हेयरलाइन पर लगाकर कुछ देर के लिए छोड़ दें। अंत में बालों को काँफी करें।