



ऐसी (वेब वार्ता न्यूज)

# विंटर में स्टाइलिश दिखने के लिए पुरुष अपनाएं यह तरीके, फिर देखें कमाल

भी पूरी तरह से चेंज कर देता है। अगर बात मेन्स विंटर वियर की हो तो स्टाइलिश दिखने के लिए इनके पास भी ऑप्शंस की कमी नहीं है। बस जरूरत है तो सही तरीके से स्टाइलिंग की। तो चलिए जानते हैं कि पुरुष सर्दियों में स्मार्ट व स्टाइलिश दिखने के लिए कौन से टिप्स अपनाएं—

## लेयरिंग पर दें ध्यान

इस मौसम में खुद को कवर करने के लिए लेयरिंग एक अच्छा ऑप्शन हो सकती है। इसके अतिरिक्त लेयरिंग के जरिए वह खुद को काफी स्मार्ट भी दिखा सकते हैं। लेयरिंग करते समय टी-शर्ट व शर्ट्स को बेस लेयर की तरह पहना जा सकता है। इसके बाद मिडिल लेयर के लिए डेनिम जैकेट, स्वेटर्स आदि पहनें। अंत में ओवर कोट्स विद स्कार्फको टॉप लेयर में पहना जा सकता है।

## एसेसरीज भी हैं जरूरी

मौसम में बदलाव का सबसे पहला असर वार्डरोब पर पड़ता है। जैसे ही मौसम बदलता है तो व्यक्ति अपनी वार्डरोब को

विंटर के मौसम में कुछ ऐसी एसेसरीज होती हैं तो पुरुषों पर खूब जंचती है। कैप्स, बिनी, मफलर, स्कार्फव ग्लव्स आदि पहन कर न सिर्फ खुद को ठंड से बचाएं, बल्कि

इसकी मदद से स्टाइल में स्पाइस का तड़का लगाया जा सकता है।

## ऐसा हो कैजुअल लुक

विंटर सीजन में कैजुअल लुक में विंटर थर्मल वेस्ट व पैन्स बेसिक है। इनके ऊपर स्वेटशर्ट्स व हुडी आदि पहनें। यंग बॉयज पर यह लुक काफी अच्छा लगता है। इसके अतिरिक्त क्लासिक व्हाइट टी को जींस के साथ पेयर करके पहनना भी एक अच्छा ऑप्शन है।

## कोट का चयन

सर्दी के मौसम में कोट्स की एक बड़ी रेंज मार्केट में मौजूद होती है और टॉप लेयर में पहना जाने वाला हर कोट ओवरकोट ही हो, यह जरूरी नहीं है। इसलिए पहले अपनी बॉडी व लुक को ध्यान में रखते हुए ओवरकोट, टेंच कोट, पारका जैकेट, केजुअल जैकेट आदि का चयन किया जा सकता है।

## फैब्रिक बनाएगा स्टाइलिश

विंटर में कपड़ों का स्टाइल व फैब्रिक दोनों ही काफी महत्वपूर्ण होता है। इन कपड़ों में वूलन फैब्रिक के अतिरिक्त सिल्क व वेलवेट फैब्रिक भी इन दिनों काफी इन है।



अगर आप किसी पार्टीवियर ड्रेस का चयन कर रहे हैं तो वेलवेट का चयन करना अच्छा रहेगा। वहीं अगर कलर की बात हो तो मौसम को देखते हुए ड्रेस में कुछ वार्म

कलर्स को वार्डरोब में शामिल करें। जैसे इस साल बरगंडी, नेवी ब्लू, ऑलिव ग्रीन, क्लासिक ब्लैक व महोगनी कलर ग्लोबली ट्रेंड में हैं।

## नकली आईलैशेज को करें कुछ इस तरह साफ नहीं होगी कोई परेशानी

नहीं आता। तो चलिए जानते हैं इन्हें साफ करने का तरीका—

## डिश सोप

डिश सोप की मदद से नकली लैशेज को साफकरना बेहद आसान होता है। इसके लिए एक बाउल में पहले थोड़ा गर्म पानी लें। अब इसमें लिक्विड डिश सोप डालकर मिक्स करें। अब नकली लैशेज को इसमें करीबन 15 से 20 सेकंड के लिए डालकर रखें। जब आप इसे बाहर निकालें तो ट्वीजर की सहायता से लैशेज पर लगे ग्लू को साफ करें और फिर गुनगुने पानी से इसे साफ करें। अब इन लैशेज को एक पेपर टावल पर रखें ताकि अतिरिक्त पानी निकल जाए। अंत में

मस्कारा वैंड की मदद से इसे साफ करें।

## आई मेकअप रिमूवर

अगर आपके पास आईमेकअप रिमूवर है तो आप उसकी मदद से भी नकली आईलैशेज को साफ कर सकती हैं। इसके लिए एक ग्लास बाउल में ऑयल फ्री आईमेकअप रिमूवर डालकर उसमें करीबन दो से तीन मिनट के लिए लैशेज डालें। इसके बाद लैशेज को बाहर निकालकर एक पेपर टावल पर रखें और अगर लैशेज पर ग्लू लगा हो तो ट्वीजर की मदद से उसे साफ करें। जब एक बार यह साफ होकर सूख जाए तो इन्हें बॉक्स में रखें।

## नारियल तेल

नकली आईलैशेज को साफ करने के लिए नारियल तेल का प्रयोग करना एक आसान व बेहतर तरीका है। इसके लिए एक पेपर टॉवल पर नकली लैशेज रखें और लैशेज पर लगे ग्लू व मस्कारा को साफ करने के लिए एक कॉटन स्वैब को नारियल तेल में डुबोकर उसकी मदद से लैशेज को हल्के हाथों से रब करें। इसके बाद भी अगर थोड़ा ग्लू लैशेज पर हो तो ट्वीजर की सहायता से उसे साफ करें। अब एक दूसरा पेपर टॉवल लें और उस पर लैशेज रखें ताकि इस पर लगा अतिरिक्त ऑयल साफ हो जाए। जब लैशेज अच्छी तरह साफ हो जाए तो इसे बॉक्स में रखकर स्टोर करें।



मेकअप के दौरान आंखों का विशेष ख्याल रखा जाता है। कुछ महिलाएं आईमेकअप करते समय अपनी पलकों को बड़ा व घना दिखाने के लिए मस्कारे का प्रयोग करती हैं तो कुछ नकली आईलैशेज लगाना पसंद करती हैं। इन आईलैशेज की मदद से आपकी पलकें एकदम से घनी व

सुंदर दिखाई देने लगती हैं। आईलैशेज के प्रयोग के बाद जिस चीज की परेशानी सामने आती है, वह है इन्हें साफ करने की। अगर आईलैशेज को ठीक से साफन किया जाए तो इससे आंखों में संक्रमण का खतरा तो बढ़ता है ही, साथ ही दोबारा इस्तेमाल में पलकों का एक बेहतरीन लुक भी सामने

## आखिर क्या है ऑफिस कोल्ड और इससे बचने का तरीका

क्या आपने भी यह बात महसूस की है कि आपको ऑफिस में ज्यादा ठंड लगती है और बाहर निकलते ही आप ठीक हो जाते हैं। ऑफिस में जुकाम और छींक आती रहती है और ऑफिस से बाहर आते ही आप ठीक महसूस करने लगते हैं। यह सब इस वजह से होता है क्योंकि आप ऑफिस कोल्ड से पीड़ित हैं। जी हां, कोल्ड और फ्लू दोनों संक्रामक बीमारी है। अगर आपको जुकाम है और आप छींकते हैं तो आपके बगल में बैठा व्यक्ति इससे बच नहीं सकता। इस तरह का इन्फेक्शन ऑफिस जैसे बंद माहौल में और तेजी से फैलता है। ऐसे में इससे बचने के लिए आप इन आसान तरीकों को अपना सकते हैं।

## बॉडी को हाइड्रेटेड रखें

ये तो हम सब जानते हैं कि पानी हर समस्या का हल है। अगर आप पर्याप्त मात्रा में पानी पीते हैं तो ये बीमारी से होने वाले

डिहाइड्रेशन को भी खत्म करता है और शरीर में लिक्विड की मात्रा बनाए रखता है।

## हाथ धोना न भूलें

किसी भी बीमारी चाहे कोल्ड ही क्यों न हों बचने का सबसे आसान तरीका है कि आप जर्म-फ्री रहें। नियमित रूप से अच्छी तरह से हाथ धोएं और वह भी कम से कम 20 सेकंड तक। ऐसा करने से न सिर्फ आप बल्कि दूसरे लोग भी जो आपके आसपास रहते हैं बीमार पड़ने से बच जाएंगे।

## छोटे ब्रेक्स लेते रहें

8 घंटे के ऑफिस में चलते रहना और ब्रेक लेना आपकी सेहत के लिए फायदेमंद हो सकता है। अगर आप काफी घंटे बिना किसी ब्रेक के काम करते जा रहे हैं तो ऐसे में स्ट्रेस हॉर्मोन रिलीज होता है जिससे आपकी बॉडी काफी सेंसिटिव हो जाती है और आप आसानी से कोल्ड की गिरफ्त में आ जाते हैं। इसलिए स्ट्रेस से बचने के लिए

बीच-बीच में ब्रेक लेते रहें।

## सर्दी खाँसी की दवा यूज करें

आप कॉमन कोल्ड के लिए बार-बार ऑफिस से छुट्टी नहीं ले सकते। ऐसे में दवाइयों के अलावा एक ही चीज आपको बचाती है और वह है सर्दी खाँसी की दवा, जो तुरंत कंजेशन से आराम देता है ताकि आप खुलकर सांस ले सकें।

## काँफी नहीं ग्रीन टी लें

अपनी सुबह की काँफी को रिप्लेस कर ग्रीन टी को चुनना आपके लिए सेहतमंद साबित हो सकता है क्योंकि ग्रीन टी में मौजूद ऐंटीऑक्सिडेंट बॉडी की इम्यूनिटी को बढ़ाते हैं जिससे आप काफी संक्रामक बीमारियों से बच सकते हैं।

## एक्ससाइज

एक्ससाइज केवल वजन कम करने के लिए नहीं होता। अगर आप को खतरनाक इन्फेक्शन और संक्रामक बीमारियों से बचना है तो एक्ससाइज



आपके लिए काफी मददगार हो सकता है। एक्ससाइज शरीर की इम्यूनिटी को

बढ़ाता है और आपको फिट और सेहतमंद रखता है।