

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

# सनग्लासेस खरीदते समय क्या इन जरूरी बातों को जांचते हैं आप?

गर्मी के दिनों में कुछ चीजें बेहद जरूरी हो जाती हैं, जैसे बाहर निकलने से पहले टोपी, रुमाल या सनग्लासेस यानि धूप का चश्मा या फिर गॉगल्स कह लीजिए। जब आप सनग्लास खरीदने जाते हैं, तो क्या देखते हैं? उसके शीशों का रंग, आकार, फ्रेम आदि की बनावट? ये सारी बातें चश्मा पहनने वाले की छवि के लिहाज से तो ठीक है। लेकिन धूप के चश्मे का चयन करते समय इनके अलावा और भी बहुत-सी बातों पर ध्यान देना चाहिए। उनमें से मुख्य हैं- इनसे अल्ट्रावायलेट किरणों का आंखों पर कितना कम असर पड़ेगा आदि। जानिए ऐसी ही और भी बातें, जो धूप का चश्मा चुनते वक्त आपको जरूर पता होनी चाहिए-

क्या आप जानते हैं शीशों की क्वालिटी जब भी कोई व्यक्ति चश्मे वाले की दुकान पर चश्मा खरीदने जाता है तो उसका 90 प्रतिशत समय धूप के चश्मे का ऐसा फ्रेम चुनने में निकल जाता है, जो उसके चेहरे पर सबसे ज्यादा अच्छा लगे। जैसे ही फ्रेम पसंद आया, ज्यादा कुछ देखे-भाले बिना शीशों की क्वालिटी जांचने में शायद ही कोई समय लगाता हो।

ये शीशे किस चीज के और कैसे बनाए जाते हैं, आम लोगों को इसकी जानकारी बहुत कम होती है। क्या आपने चश्मे वाले से कभी यह पूछा है कि चश्मे के शीशे अल्ट्रावायलेट किरणों को कितना रोक सकते हैं? अगर नहीं, तो आगे से ये भी

जरूर पता किजिए।  
जानिए धूप के चश्मों के शीशों के

किनारे या पटरियों पर बिकने वाले चश्मे नहीं खरीदने चाहिए, क्योंकि उनके शीशे

सभी प्रकार के लेंसों में शीशे का लेंस सबसे ज्यादा सख्त और मजबूत होता है।



प्रकार -  
धूप के चश्मों के शीशे कई प्रकार के होते हैं, जैसे इंडेक्स प्लास्टिक्स, ग्रेडियेन्ट टिन्ट, फोटोक्रोमेटिक्स और पॉलीकार्बोनेट्स।

इन्हें खरीदने से पहले इनके बारे में कुछ जानकारी अवश्य प्राप्त कर लेनी चाहिए। सबसे अच्छा तो यह है कि सड़क

अच्छी किस्म के नहीं होते हैं और शीशे के पार सामने वाली छवि भी धुंधली नजर आती है। इन चश्मों के फ्रेम भी अक्सर ठीक से फिट नहीं होते हैं और आंखों के सामने ज्यादा समय तक जमीन के समानांतर नहीं रह पाते हैं। इसके कारण सिर में बार-बार दर्द होता है।

धूप के चश्मे किस चीज के बनते हैं?

चश्मा बनने में सबसे ज्यादा इसी चीज का इस्तेमाल किया जाता है। शीशे का सबसे बड़ा नुकस इसका वजन है। जो लोग बड़े फ्रेम का चश्मा लगाना चाहते हैं, उन्हें यह शिकायत रहती है कि भारी शीशों की वजह से उनकी नाक के दोनों ओर दर्द होने लगता है।

फोटोक्रोमिक लेंस: फोटोक्रोमिक

लेंस शीशे से अच्छे बनते हैं। जब आप इन्हें पहनकर चमकदार धूप में बाहर निकलते हैं तो इनका रंग गहरा हो जाता है और जैसे ही आप अंधियारे या छाया में आते हैं, ये सामान्य हो जाते हैं।

\* प्लास्टिक्स -

प्लास्टिक्स लेंस शीशे से बने लेंसों से हल्के होते हैं इसलिए आज की पीढ़ी इन्हें को पसंद करती है। फिर भी शीशे के लेंस के मुकाबले प्लास्टिक के लेंस पर खरोंच जल्दी पड़ जाती है।

\* पॉलीकार्बोनेट प्लास्टिक -

असल में ये लेंस परंपरागत प्लास्टिक लेंसों के मुकाबले ज्यादा हल्के और न टूटने वाले होते हैं। 16 वर्ष से कम उम्र के बच्चों और जो लोग खेलों में भाग लेते हैं या किसी खतरनाक उद्योग में काम करते हैं, उनके लिए इन चश्मों की सिफारिश की जाती है।

4 पॉलीकार्बोनेट प्लास्टिक के क्या है नुकस -

इनमें एक ही नुकस है कि प्लास्टिक्स के दूसरे लेंसों के मुकाबले इन लेंसों में खरोंच ज्यादा आसानी से पड़ जाती है। खरोंचों से बचाने का एक ही रास्ता है इन पर खरोंचों से बचाने वाले रसायन की परत चढ़ा दी जाए। पॉलीकार्बोनेट लेंसों में रिफ्रेक्टिव इंडेक्स बहुत ऊंचा होता है अर्थात् परंपरागत प्लास्टिक लेंसों के मुकाबले लेंस सूर्य की किरणों को ज्यादा मोड़ सकते हैं। इसलिए पॉलीकार्बोनेट से अधिक शक्तिशाली लेंस पतले बनाए जा सकते हैं।

## चश्मे बढ़र के सीक्वल में नजर आएं सनी सिंह और फातिमा सना शेख

पहले ऐसी खबरें थीं कि एंटरटेनमेंट जैकलीन फर्नांडिस से बात कर रहे थे और हाउसफुल 3 जैसी फिल्मों को को-डायरेक्ट करने के बाद भाई फरहाद के साथ साजिद सामजी सोलो डायरेक्टर के रूप में अपना डेब्यू करने जा रहे हैं। कहा जा रहा था कि फिल्म स्क्रिप्टिंग स्टेज में है और यह 2013 में आई फिल्म चश्मे बढ़र की लाइन पर होगी।

डायरेक्टर ने स्क्रिप्ट को लॉक कर दिया है। फिल्म का टाइटल चश्मे बढ़र 2 होगा और इस रोमांटिक कॉमिडी में फिल्म सोनू के टीटू की स्वीटी फेम ऐक्टर सनी सिंह नजर आएं। उनके साथ ऐक्ट्रेस फातिमा सना शेख को कास्ट किया जा सकता है। इस डिवेलपमेंट से जुड़े एक सूत्र के मुताबिक, साजिद फीमेल लीड के लिए



लेकिन बात बन नहीं पाई। सूत्र ने बताया, फिल्म के लिए फेश पेयर लिया जाना था। फिर सनी, जिनके दे दे प्यार दे में स्पेशल अपियरेंस को सराहा गया, को फिल्म के लिए सिलेक्ट किया गया और अब मेकर्स फातिमा से बात कर रहे हैं। उन्हें उम्मीद है कि फातिमा इसके लिए हामी भर देंगी।

इस कॉमिडी फिल्म के साल के आखिर तक फ्लोर पर जाने की उम्मीद है। सनी और फातिमा के अलावा मेकर्स कुछ और ऐक्टर्स को कास्ट करने के लिए उनकी तलाश कर रहे हैं। सूत्र ने आगे बताया, फिल्म की तैयारियां चल रही हैं। टीम लोकेशन को सर्च कर रही है।

## छोटे कद को करना है लंबा तो कूदें रस्सी, जानिए इसके 5 फायदे

अगर आपका बच्चा खेल-खेल में रस्सी कूदता है, तो ये जानकर आपको खुशी होगी कि ये एक ऐसा खेल है जो व्यायाम भी है और साथ ही सेहत को कई प्रकार से फायदा पहुंचाता है। ये भी कहा जाता है कि रस्सी कूदने से छोटे कद वालों को अपनी हाइट बढ़ाने में मदद मिलती है। इसके अलावा भी रस्सी कूदने के कई फायदे होते हैं, आइए जानते हैं-

रस्सी कूदना शरीर के रक्तसंचार को बढ़ाने के साथ ही आपको ऊर्जावान बनाने के लिए काफी फायदेमंद है। यह उत्साह बढ़ाने का भी बेहतरीन जरिया है।

वजन कम करना हो या फिर शरीर की बढ़ी हुई चर्बी कम करना हो, रस्सी कूदना सबसे आसान विकल्प है, जो आप जब चाहें आजमा सकते हैं।

बढ़ती उम्र में रस्सी कूदना, कद बढ़ाने के लिए बढ़िया एक्सरसाइज है। खेल-खेल में ही यह हाइट बढ़ाने का एक प्रभावी तरीका साबित होता है।

यह आपको मानसिक रूप से स्वस्थ बनाता है, तनाव को कम करता है साथ ही चेहरे पर प्राकृतिक चमक लाने के लिए



भी सहायक है।

यह शरीर को चुस्त-दुरुस्त बनाता है, साथ ही हड्डियों को मजबूत बनाता है। इसके

अलावा शरीर से विषैले तत्वों को बाहर निकालने में मदद करता है, जिससे आप स्वस्थ बने रहते हैं।