



चमक रहे बरकरार

रॉयल लुक देने वाली पर्ल जूलरी को कर्नाने से संभालतेर रखना बहुत जरूरी है, तभी इसकी सुंदरता और चमक तब्बे समय तक बरकरार रखी जा सकती है। पर्ल ऑपनिक मैटीरियल से तैयार किया जाते हैं। इसमें गोलव व सिल्वर का इस्तेमाल भी खुब होता है। तब्बे समय तक इनकी शार्फिंग बरकरार रखने के लिए इन्हें डस्ट, स्फ्रेच व द्रूसर डैमेज से बचाना ज़रूरी होता है। यदि आप पर्ल जूलरी पहनी हों तो डिंजैंट का इस्तेमाल ऑडिड करें। कॉर्णिंग सोडा और लीच का यूज़ भी करें। इनमें मौजूद हानिकारक कैमिकल्स पर्ल को नुकसान पहुंचा सकते हैं। समय-समय पर इसकी सफाई करते रहें। सफाई के लिए मुलायम कपड़े की इस्तेमाल करें। यह पर्ल को नुकसान पहुंचा देगा। जब भी पर्लस्युम और हेयर से इसकी पर्ल जूलरी पर न छिड़कें। इससे इसका कलर जाने की सभावना बनी रहती है। मकाप पूरा होने के बाद ही जूलरी पहने वनस भेक्षण का कलर जूलरी में ताना सकता है। पर्ल जूलरी का मैटलिंक जूलरी के साथ ना रखें, बल्कि इसे एक मूलायम कपड़े में लापें कर रखें। नहाने समय जूलरी निकाल दें, क्योंकि पानी का वलीरीन पर्ल के लिए नुकसानदेह होता है।



रूप मेरा सलोना

खुबसूरत त्वचा हर किसी को अपनी ओर अट्रैक्ट करती है, लेकिन सभी की त्वचा खुबसूरत नहीं होती। किसी की खुरदरी तो किसी की बहुत ज्यादा तैरीय होती है। अपनी त्वचा को कुछ खास बनाए रखने के लिए यह है कि आप अपनी रिकन का पूरा-पूरा ख्याल रखें। वैसे भी आजकल वातारण में प्रदूषण बहुत अधिक है। जो रिकन प्रॉब्लम्स के लिए सीधे तौर पर जिम्मदार होते हैं। ऐसे में चाहें तो कुछ फैशियल ट्राई कर सकती हैं। ये आपकी त्वचा के लिए लाभकारी हो सकते हैं। आजकल मार्केट में बहुत से फैशियल्स हैं, लेकिन सबसे खास है हर्बल फैशियल। यह रिकन पर एक अलग तरह का ग्लो ला देते हैं, जिससे चेहरा खिल-खिल जाता है।

वलीजिंग

हर्बल फैशियल में खीरा, गुलाब, नीबू और चंदन आदि मिला होता है। घरेलू हर्बल फैशियल आप घर पर भी कर सकती हैं। यदि आप घर में ही फैशियल कर रही हैं तो वलीजिंग के लिए एक टेबल स्पून चावल के आटे में दो टेबल स्पून दहनी मिलाकर पेर्स्ट बनाएं। इस पेर्स्ट को चेहरे और गर्दन पर लगाकर अच्छी तरह मरें, फिर चेहरा ताजे पानी से धो लें।

जूलरी है मालिश

वलीजिंग के बाद फैस की मालिश करें। मालिश के लिए मलाई में कुछ वूंदे बादाम का तेल मिलाकर प्रयोग करें। मालिश गर्दन से शुरू करके ठुड़ी, मुह, नाक, गाल और माथे पर करें। मालिश हमेशा हल्के हाथ से नीचे से ऊपर की ओर तथा गोल-गोल धूमाते हुए करें। इस क्रिया से रक्त संचार बढ़ेगा तथा आप अपने को तनावमुक्त महसूस करेंगी। अत मैं अंगुलियों के पोरों से पूरे चेहरे को थपथपाएं।

स्टीम

मासाज के बाद स्टीम लें। बातल में पानी उबालकर थोड़े नीम के पते भी डाल दें। फिर स्टीम ले। नीम की भाष प्रयोग करके काफी फायदा पहुंचायें। इसके बाद ब्लैकहेंड रिमूवर की सहायता से ब्लैकहेंड्स निकाल। अब तैलिए से चेहरा पोछकर फैसपैक लगाएं।

कूल शर्ट्स

फैशन के रंग मौसम की रंगत के साथ बदलने लगते हैं और गर्मी का मौसम इसके लिहाज से सबसे मुफ्तीद होता है। इन गर्मियों में नॉटिका के स्प्रिंग कलेक्शन से आप अपने वार्ड्रोब को कूल और ट्रेंडी बना सकते हैं। वॉटर, पीपल और आर्किटेक्चर के स्प्रिटर से इंस्पायर्ड ये शर्ट्स हर अकेजन के लिए फिट हैं। सिंगेनर नेवी, सेल वाइट, नून ब्लू और यलो जैसे शेंड्स वाली ये शर्ट्स आपको वलीन लुक दे सकती हैं।



होममेड फैसपैक

हमेशा ध्यान दें कि आपकी रिकन का टाइप क्या है, उसको देखकर ही फैस पैक लगाएं—

झाय रिकन के लिए: दो टेबलस्पून मसूर दाल को बारीक पीसकर उसके आटे में थोड़ा सा जैतून का तेल व मिलसरीन मिलाकर पेर्स्ट बना लें और लगाएं। इससे रुखी त्वचा में निखार आ जाता है।

नॉर्मल रिकन के लिए: एक चम्मच ऑरेंज पील पाउडर एवं गुलाब जल मिलाकर चेहरे पर हल्के हाथों से लगाएं। लगाने के बाद इसे कुछ समय के लिए छोड़ दें और बाद में ठंडे पानी से धो लें।

चाहे कोई भी मौसम हो, त्वचा और बालों की बाहर महीने, तीसों दिन देखभाल करनी पड़ती है। नहीं तो चांद सा सुंदर चेहरा अंखों का रंग सुनहरा धूमिल पड़ने लगता है। यदि इसे बरकरार रखना है तो हमेशा इसका ध्यान देखना पड़ेगा। और समय समय पर प्राकृतिक सुंदरता बरकरार रखने के लिए प्रकृति के रंगों को चुनना होगा।

वया पहनाएं बच्चों को

यदि आप किसी शादी में जा रही हों तो अपने बच्चे पर शेरवानी ट्राई कर सकती है। ये आपके बच्चे को ट्रेडिंगल लुक तो देता ही है, साथ ही साथ बच्चा स्टाइलिश भी लगता है। इसके अलावा ब्राइट कलर वाली लेन शेरवानी का सकती है। साथ ही ड्रेस से मैच करते हुए नागरे या जूतिया पहनाएं। शेरवानी के साथ ही कोट पैट भी एक बढ़िया ऑपशन है। फॉर्मल पैट के साथ डिजाइनदार शर्ट पहनाएं। यदि ठंड का मौसम हो तो कढ़ाई वाला कोट भी पहनाया जा सकता है। और हां गले में बो पहनाना न भूलें, इससे आपके बच्चे का स्मार्ट लुक आता है। फूटवियर्स के तौर पर आप लेदर के शूज पहनाएं, और यदि आपका बच्चे के साथ किसी बथ-डे पार्टी में जा रही है तो बच्चे को डेनिम जींस के साथ शर्ट पहनाएं। व लाइट वाले स्टाइलिश जूते पहनाएं। यदि आपके बच्चे का ही बथ-डे हो तो बच्चे को मल्टी पॉकेट टैट्स के साथ ब्राइट कलर वाली टी-शर्ट पहनाएं।



बच्चों को वक्त देना जूलरी

तो क्या बेस्ट मौसम बनने के लिए बच्चे को ज्यादा वक्त देना जूलरी है? डीयू के एक कॉलेज में क्यूट्यूर साइंस की टीचर संगीता पाटक इसका जवाब 'हाँ' में देती है। हायर एजुकेशन ले रहे दो बच्चों की मासंगीता बताती है कि बेहतर टाइम मैनेजमेंट मां के लिए बड़ा चैलेंज है। ग्रेजुएशन खेल होने से पहले ही मेरी शादी हो गई थी, इसलिए मां बनने के बाद पढ़ाई और फिर करियर को आगे बढ़ाना भी एक चैलेंज था। मैंने प्राइमरी टीचर बनकर काम शुरू किया। क्यूट्यूर साइंस की पढ़ाई भी साथ-साथ चलती रही। नहीं बच्चे को धूप में बाहर लाना अच्छा नहीं लगता था, पर स्कूल से लौटे वक्त उसे क्रेच से घर लाना पड़ता था। बड़े होने बच्चों के साथ जिम्मेदारिया भी बढ़ती। शाम को कभी बेटे को रक्केटिंग या रिक्विमिंग वलास ले जाना होता था, तो कभी बेटी को डांस वलास। उनकी पढ़ाई और होमवर्क की जिम्मेदारी थी, सो अलग।



वर्ष : 13 | अंक : 4 | माह : मई 2025 | मूल्य : 50 रु.

समग्र दृष्टिकोण

(राजनीति एवं युवा उत्कर्ष की मासिक गाथा)

इंसानियत का कल

SUGANDH

MASALA TEA

Enriched with Real spices

www.sugandhtea.com