











## आंखों के नीचे काले घेरे खराब लग रहे तो लगाएं ये अंडर आई पैक, दूर होंगे डार्क सर्कल



आंखों के नीचे काले घेरे दिखने में काफी खराब लगते हैं। इन काले घेरों का कारण कभी पोषक तत्वों की कमी होती है। तो कई बार थकान की वजह से भी काले घेरे नजर आने लगते हैं। वहीं कई बार ठीक से नींद ना पूरी होना भी काले घेरों को बढ़ाता है। अगर थकान और लगातार काम करने की वजह से नींद पूरी नहीं हो रही और आंखों के नीचे काले घेरे हो गए हैं तो इस अंडर आई पैक को लगाएं। जो इन काले घेरों को दूर करने में मदद करेगा।

**ठीक से नींद ना पूरी होना भी काले घेरों को बढ़ाता है। अगर थकान और लगातार काम करने की वजह से नींद पूरी नहीं हो रही और आंखों के नीचे काले घेरे हो गए हैं तो इस अंडर आई पैक को लगाएं।**

आंखों की थकान दूर करने के लिए करें ये काम

आंखों के नीचे काले घेरे की वजह थकान और नींद पूरी ना होना है तो इसके लिए गुलाबजल का इस्तेमाल करें। गुलाबजल को किसी कटोरी में निकाल लें। फिर इसमें कॉटन पैड को भिगोएं और फिर आंखों पर रखकर लेट जाएं। करीब 5 मिनट तक ऐसे ही दोनों हाथों पर रखें। रोजाना इसे लगाने से कुछ दिनों में आंखों की थकान दूर होगी

और फ्रेशनेस नजर आएगी।

**डार्क सर्कल के लिए बनाएं अंडर आई पैक**

डार्क सर्कल पर लगाने के लिए अंडर आई पैक बनाते समय इन चीजों को मिलाएं। एक विटामिन ई कैप्सूल, दो चुटकी हल्दी, एक चम्मच गुलाब जल, एक चम्मच आलू का रस

किसी कांच के बाउल में इन सारी चीजों को मिलाकर तैयार कर लें। फिर आंखों के नीचे इस पैक को लगाकर करीब 20 मिनट के लिए छोड़ दें। 20 मिनट बाद आंखों को ठंडे पानी से धो लें। सप्ताह में दो से तीन दिन इस पैक को लगाने से कुछ दिनों में ही फर्क दिखने लगेगा।



## सिर पर उगे दो-चार सफेद बालों को छिपाना है तो केमिकल नहीं ये घरेलू नुस्खा आएगा काम

सफेद बालों का होना आम बात है आजकल। कई बार तो एक-दो बालों को छिपाने के चक्कर में लोग केमिकल वाले हेयर कलर लगा लेते हैं और नतीजा उनके काफी सारे बाल सफेद होना शुरू हो जाते हैं। साथ ही टाइम और पैसे भी बर्बाद होते हैं। अगर आपके क्राउन एरिया पर कुछ ही बाल सफेद दिख रहे हैं और आप उन्हें छिपाना चाहती हैं तो केमिकल वाले कलर की बजाय इस घरेलू नुस्खे को आजमाएं। ये ना केवल बालों को नुकसान से बचाएगा बल्कि स्मार्टली सफेद बालों को छिपा देगा। तो चलिए जानें कौन सा है वो घरेलू नुस्खा।

**सिर के सफेद बालों को छिपाने का घरेलू नुस्खा**

सिर पर अगर मुश्किल से कुछ ही बाल सफेद दिख रहे हैं और आप कलर नहीं लगाना चाहती हैं तो इस केमिकल फ्री कलर को लगाकर छोड़ दें। देखें कैसे सफेद बाल आसानी से छिप जायेंगे और आपके बाकी बालों को भी कोई नुकसान नहीं होगा। जानें कैसे बनाएं केमिकल फ्री कलर।

10-12 बादाम  
25 ग्राम रूई  
एलोवेरा जेल एक चम्मच

**केमिकल फ्री हेयर कलर बनाने का तरीका**

- सबसे पहले बादाम को कूट कर रख लें या फिर ग्राइंडर में दरदरा पीस लें।
- फिर इस बादाम को रूई की मोटी परत बिछाकर उसके ऊपर रखें और रूई को रोल करके बाती बना लें।
- अब इस बाती को सरसों के तेल में डुबाएं और जला दें। इस जलती बाती के ऊपर प्लेट रख दें। जिससे कि आग से प्लेट पर कालिख जम जाए। ये कालिख ही आपका नेचुरल हेयर कलर है।
- इस काले जमा पाउडर को किसी साफ शीशी में भरकर रख लें।
- स्मूद पेस्ट बनाने के लिए इस कालिख को छत्री की मदद से छान लें। जिससे कि दरदरा पार्ट निकल जाए।
- जब भी जरूरत हो एक चम्मच एलोवेरा जेल में मिक्स कर पेस्ट तैयार करें।
- बस ब्रश की मदद से सफेद बालों पर और उसके आसपास के हिस्से पर अच्छी तरह से लगाकर छोड़ दें। -जब ये सूख जाए तो कंधी कर दें। इंस्टेंट नेचुरल हेयर कलर तैयार है। ये बालों को बिना नुकसान पहुंचाते ही काला करने में मदद करेगा। और आपको मात्र कुछ बालों के लिए पूरे बालों में कलर या मेहंदी लगाने की जरूरत नहीं पड़ेगी।

## आपकी ये 5 गलत आदतें बना सकती हैं होठों को काला



गुलाबी होठों का रंग बदल कर काला बदरंग नजर आने लगता है। अगर आपको भी लगता है कि आपके बदले हुए होठों के रंग के पीछे भी यह वजह हो सकती है तो टेंशन छोड़ कुछ घरेलू नुस्खों को अपनाकर आप दोबारा अपने होठों को खूबसूरत और गुलाबी बना सकते हैं। आइए

बदरंग नजर आने लगता है। अगर आपको भी लगता है कि आपके बदले हुए होठों के रंग के पीछे भी यह वजह हो सकती है तो टेंशन छोड़ कुछ घरेलू नुस्खों को अपनाकर आप दोबारा अपने होठों को खूबसूरत और गुलाबी बना सकते हैं। आइए जानते हैं कैसे।

हाइड्रेट रखने की कोशिश करें। इसके लिए होठों पर शीया बटर और कोकोआ बटर जैसे पोषक तत्वों से भरपूर लिप बाम भी लगाएं।

**डेड स्किन-**

कई बार होठों के आसपास जमा डेड स्किन की वजह से भी होठ काले नजर आने लगते हैं। इसलिए डेली रूटीन में अपने सूखे और फटे हुए होठों को स्क्रब करके मृत कोशिकाओं को हटाकर चेहरे और होठों को ग्लोइंग बनाएं।

**पौष्टिक आहार की कमी-**

होठों का गुलाबी रंग बनाए रखने में विटामिन सी की अहम भूमिका होती है। अगर आपके आहार में विटामिन सी की कमी है तो आपके होठ गहरे रंग के होने लगेंगे। डाइट में विटामिन सी शामिल करने के लिए फ्रेश फ्रूट्स और सब्जियां शामिल करें। इसके अलावा पानी का सेवन पर्याप्त मात्रा में करें।

**धूम्रपान-**

सिगरेट में मौजूद निकोटीन की वजह से भी होठ का रंग काला पड़ने लगता है। होठों का गुलाबी रंग बनाए रखने के लिए आप स्मॉकिंग जैसी आदतों को छोड़ दें।

**मॉश्चराइजर यूज ना करना-**

अक्सर सूखे फटे हुए होठों की वजह से भी लिप्स के नेचुरल कलर में बदलाव देखने को मिल सकता है। ऐसे में अपने होठों के नेचुरल गुलाबी रंग के साथ उन्हें हेन्दी बनाएं रखने के लिए आप होठों को ज्यादा से ज्यादा

## स्वेटर-ब्लेजर कुछ नहीं, विंटर वेडिंग में गॉर्जियस दिखाएंगे ये ब्यूटीफुल ब्लाउज डिजाइन

कड़ुके की सर्दी पड़ रही है और साथ ही शायदियों का सीजन भी चल रहा है। ऐसे में सबसे ज्यादा मुसीबत महिलाओं की होती है क्योंकि उन्हें खूबसूरत भी दिखना होता है लेकिन स्वेटर और ब्लेजर एथिनिक कपड़ों के साथ परफेक्ट तरीके से मैच नहीं कर पाते। ऐसे में क्या करें कि ठंड भी ना लगे और खूबसूरती में भी कमी ना आए। इस काम को हल्का करेंगे ब्यूटीफुल डिजाइन के ब्लाउज। जिसे पहनकर आप ठंड से भी बच सकती हैं और गॉर्जियस भी नजर आ सकती हैं। इन ब्लाउज डिजाइन को कैरी करने के लिए एक्स्टेंसिव के लुक से जरूर टिप्स ले सकती हैं।

**हैवी एंब्रायडरी ब्लाउज**

अगर आप अपनी खूबसूरत सी साड़ी का लुक स्वेटर या ब्लेजर की वजह से खराब नहीं करना चाहती हैं तो हैवी

एंब्रायडरी वाले ब्लाउज को चुनें। इन ब्लाउज में लाइनिंग के लिए सैटिन या मोटे



उनी फैब्रिक के कपड़े को लगवाएं। इससे आप ठंड से भी बची रहेंगी और गॉर्जियस लुक में कमी भी नहीं आएगी।

**ऐसे में क्या करें कि ठंड भी ना लगे और खूबसूरती में भी कमी ना आए। इस काम को हल्का करेंगे ब्यूटीफुल डिजाइन के ब्लाउज। जिसे पहनकर आप ठंड से भी बच सकती हैं और गॉर्जियस भी नजर आ सकती हैं।**

**राउंड नेकलाइन**

फुल स्लीव के साथ ही नेकलाइन को राउंड रखें। इससे आप ठंड से भी बची रहेंगी और करीना कपूर की तरह स्टाइल करके परफेक्ट भी नजर आएगी।

**ब्लेजर डिजाइन के ब्लाउज**

आप चाहें तो साड़ी के अलावा मैचिंग के कपड़े को लेकर क्रॉप डिजाइन के ब्लेजर स्टाइल ब्लाउज को सिलवा सकती हैं। ये सिल्क की साड़ी के साथ स्टाइलिश लुक देंगे। साथ ही सर्दी से भी बचाने में मदद करेंगे।

**प्लेन फुल स्लीव ब्लाउज**

दीपिका पादुकोण का लुक देख लेंगी तो समझ जाएंगी कि प्लेन फुल स्लीव ब्लाउज पहनकर भी गॉर्जियस दिखा जा सकता है। बस साड़ी का सेलेक्शन और स्टाइल परफेक्ट तरीके से किया गया हो। फिर सिल्क की साड़ी हो या फिर केवल बॉर्डर पर एंब्रायडरी वाली साड़ी, दोनों में ही परफेक्ट और खूबसूरत लुक मिलेगा। तो देर किस बात कि अपने लिए इस शायदियों के सीजन में इस डिजाइन के ब्लाउज बनवाकर परफेक्ट लुक पाया जा सकता है।



**एथिनिक**

वियर कैरी करने के बाद बेहद लुक को पूरा करने के लिए हाथों में चूड़ियों को पहनना जरूरी है। 23 नवंबर से शायदियों का सीजन शुरू होने वाला है। मार्केट में चूड़ियों के कई डिजाइन मिलते हैं। लुक को आकर्षक बनाने के

**इस लुक**

को पूरा करने के लिए हाथों में चूड़ियों को पहनना जरूरी है। 23 नवंबर से शायदियों का सीजन शुरू होने वाला है। मार्केट में चूड़ियों के कई डिजाइन मिलते हैं। लुक को आकर्षक बनाने के

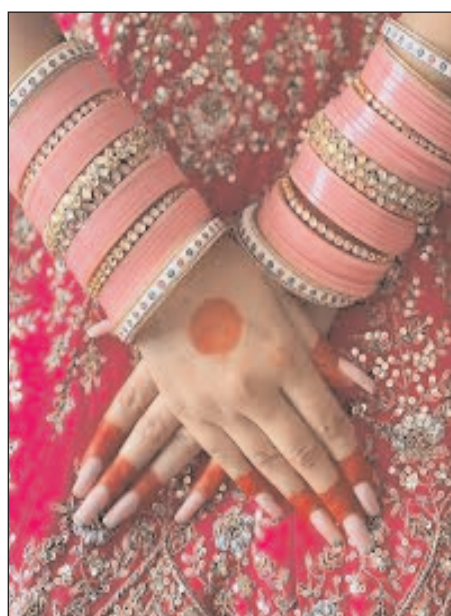
**बाइडल**

सेट हो या फिर ब्राइड्स मेड का सेट हो, लटकन डिजाइन वाली चूड़ियां काफी सुंदर दिखती हैं। इस तरह की चूड़ियां अलग-अलग डिजाइन में मिल जाएंगी।

**राजस्थानी कंगन**

देंगे रॉयल लुक पैटर्न में उठे हुए कंगन आपको रॉयल लुक देने में मदद करते हैं। इनके

## हाथों की शोभा बढ़ाते हैं चूड़ी के ये डिजाइन शादी में पहनने के लिए ऐसे बनाएं सेट



लिए आपको अपने लुक के हिसाब से चूड़ी सेट करके डिजाइन बनाने होंगे। यहां जानिए शादी के सीजन में कैसे बनाएं चूड़ियों का सेट।

**एलिगेंट दिखता है पर्ल डिजाइन**

नेकलेस हो या फिर चूड़ी पर्ल डिजाइन काफी अच्छे लगती हैं। ये दिखने में काफी सुंदर हैं। ब्राइड रंगों की चूड़ियों के साथ पर्ल डिजाइन कैरी कर सकते हैं। पर्ल वाले कंगन के साथ-साथ आप आउटफिट से मैचिंग चूड़ियों को भी पहन सकती हैं।

**ट्रेंड में हैं वेलवेट वाली चूड़ी**

सुंदर लुक के लिए आप वेलवेट वाली चूड़ियों को पहन सकती हैं। ये आपके लुक में चार चांद लगाने में मदद करेंगी। इस तरह के डिजाइन के साथ आप चौड़े कंगन को पहन सकती हैं।

**सुंदर दिखती हैं लटकन वाली चूड़ी**

वहीं इस तरह के डिजाइन के साथ आप आउटफिट साथ आप अपने मैचिंग बैंगल्स को मिला सकते हैं। की मैचिंग की चूड़ी पहन सकते हैं।

