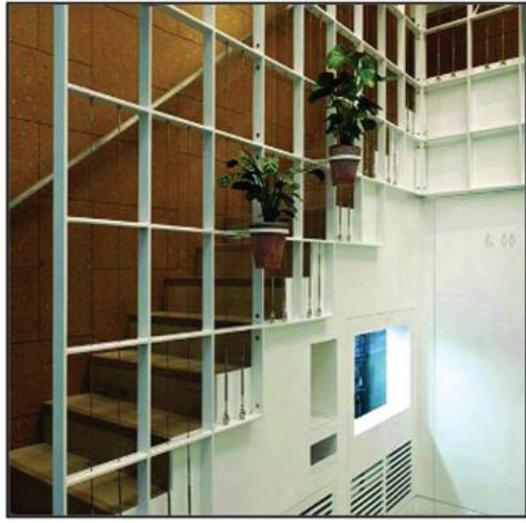


महिला जगत

घर की सीढ़ियों को प्लांट्स की मदद से कुछ इस तरह करें डेकोरेट हरा-भरा लगेगा घर



आज के समय में हर व्यावित अपने घर में प्लांट्स को जगह देने लगा है। भले ही उसका घर स्पष्टियां हो या फिर छोटा, यह प्लांट्स किसी भी घर को बेहद खूबसूरत बनाते हैं। इन्हाँ ही नहीं, अमरुमन लोग अपनी सुविधा व स्पेस को देखते हुए हैंगिंग गार्डनिंग से लेकर बालकनी व टेस्टेस में भी गार्डनिंग करना काफी पसंद करते हैं। लेकिन घर का एक एहिया ऐसा भी है, जहाँ पर अगर प्लांट्स लगाए जाएं तो पूरे घर का नेक्टोवर हो सकता है और फिर इसके बाद आपको अलग से किसी अन्य एहिया में प्लांट्स लगाने की जरूरत नहीं पड़ेगी।

यह एहिया है आपकी सीढ़ियों को अक्सर नजरअंदाज कर दिया जाता है, लेकिन वास्तव में यही सीढ़ियों आपके पूरे घर का लुक बदल सकती है। अगर आप इन्हें एक नेचुरल व व्यूफुल टच देना चाहती हैं तो वहाँ पर गार्डनिंग करना एक अच्छा आईडिया है। आप सीढ़ियों पर उन प्लांट्स को लगाएं, जिन्हें सीधी धूप या बहुत अधिक रख-रखाव की आवश्यकता नहीं है। तो चलिंग आज इस लिए में हम जानते हैं कि आप अपने घर में सीढ़ियों को प्लांट्स की मदद से किस तरह और भी अधिक खूबसूरत बना सकती हैं-

वर्टिकल गार्डनिंग

जब सीढ़ियों पर प्लांटिंग करने की बात हो तो ऐसे में वर्टिकल गार्डनिंग करना एक अच्छा आईडिया है। यह वास्तव में काफी कम स्पेस लेता है, लेकिन इस तरह आप अपनी सीढ़ियों के एहियों को पूरी तरह से ट्राईस्टर्म कर सकती हैं। आप कोशिश करें कि सीढ़ियों की एक साइड की दीवार पर आप वर्टिकल गार्डनिंग के लिए रस्ते को हाँग करें और उसमें बहद ही खूबसूरत स्मॉल साइज के पौधे लगाएं। यह देखने में बेहद ही ब्यूटीफुल लगेगा।

यूं दें एलीगेंट लुक

अगर आप अपनी सीढ़ियों को एक बेहद ही एलीगेंट तरीके से सजाना चाहती हैं तो आप पॉटेंट प्लांट्स को सीढ़ियों पर रखें। खासतौर से, अगर आपकी सीढ़िया तुड़न की है तो आप कॉन्ट्रास्टिंग कलर के एक बिंग साइज पॉट को सीधी पर रख सकती हैं। हालांकि, अगर आप ऐसे अपनी सीढ़ियों को सजा रखी हैं तो अन्य पॉट्स को घर के किसी दूसरे कोने में लेस करें।

स्नेकप्लांट्स लगेंगे बेहद खूबसूरत

यह भी एक तीक्ष्ण ही सीढ़ियों को सजाने का इसके लिए आप कई पॉट्स में केवल स्नेकप्लांट्स ही लगाएं। अब आप इन पॉट्स को अपनी हर सीढ़ी के उपर रखती जाएं। यह ना केवल देखने में अच्छे लगते हैं, बल्कि आपके घर की हवा की भी नेचुरली प्यारिफाई करने में मदद करते हैं। इसके बाद आपको अलग से एयर प्यारिफायर खरीदने की जरूरत महसूस नहीं होगी।

रेलिंग पर करें फोकस

जब आप सीढ़ियों पर गार्डनिंग कर रही हैं तो सिख उसकी साइड की दीवार या स्टेप्स के साथ ही आप क्रिएटिव नहीं हो सकती, बल्कि रेलिंग का लुक भी बदल सकती है। आप मनी प्लांट्स से लेकर अन्य कई प्लांट्स को रेलिंग पर लगा सकती हैं। हालांकि, आप रेलिंग के लिए ऐसे प्लांट्स को चुनें, जिनकी लताएं नीचे की ओर ढेखने में भी खूबसूरत लगे।

सीढ़ियों के नीचे का स्पेस

अगर आपकी सीढ़िया घर में कुछ इस तरह बनी हुई हैं कि उनके नीचे आपके पास काफी सारा स्पेस बचता है, तो वहाँ पर भी प्लांटिंग करना अच्छा आईडिया है। अगर आप वाहं तो इस एहिया में एक साइड मार्गिन तैयार कर सकती हैं। साथ ही कुछ पेल्लेस व लाइटिंग के जरिए इस लुक को और भी खास बनाएं। यहाँ एहिया में जब आप कुछ फुरसत के पल बिताएंगी, तो आपको बेहद ही अच्छा लगेगा।



अगर आपका बच्चा भी ऐसा कर रहा है तो इससे आपको परेशान होने की जरूरत नहीं। इस समस्या को आप कुछ असरदार घेरेलू नुस्खे से दूर कर सकते हैं। आइए जानते हैं कि न उपायों द्वारा बच्चे की इस परेशानी को दूर किया जा सकता है।

बच्चों को बार-बार यूरिन आने के कारण कैसे बच्चे रात में डर के कारण बिस्तर गीला कर देते हैं।

कई बार बच्चे 1 साल से बड़े होने के बाद भी बिस्तर पर ही पैशांश कर देते हैं। अक्सर प्लेट्स बच्चे की इस आदत को लेकर परेशान रहते हैं लेकिन बच्चे का बार-बार ऐसा करना किसी परेशानी के कारण ही हो सकता है। कई बार तो बच्चे रात में डर के कारण बिस्तर गीला कर देते हैं लेकिन इसके अलावा बच्चे यूरिन इफेक्टन, तनाव, पुरानी कब्ज या अद्यतुलित हार्मोन के कारण ऐसा करते हैं।

...अगर आपका बच्चा भी करता है बिस्तर गीला



काले तिल

50 ग्राम काले तिल, 25 ग्राम अजवाइन और 10 ग्राम गुड़ को मिलाकर बच्चे को इसका सेवन करने से यह समस्या दूर हो जाएगी।

पिस्ता

5 काली मिर्च, 3 पिस्ता और मिनका पीस लें। दिन में दो बार बच्चे को यह चूर्ण खिलाने से उसकी यह परेशानी दूर हो जाएगी।

शहद का सेवन

रोजाना रात को सोने से पहले बच्चे को नियमित रूप से शहद देता है।



कुछ हफ्तों में ही बच्चे को बार-बार यूरिन आने की परेशानी से छुटकारा मिल जाएगा।

अजवाइन

1 चमच अजवाइन में नमक मिलाकर बच्चे को गर्म पानी से सात खिलाएं। दिन में 2 बार इसका सेवन बार-बार यूरिन आने की समस्या से निजात दिलाता है।

बच्चे और हैल्टी फूटों में ही बच्चे को बार-बार यूरिन आने की परेशानी से छुटकारा मिल जाएगा।

तिल

50 ग्राम काले तिल, 25 ग्राम अजवाइन और 10 ग्राम गुड़ को मिलाकर बच्चे को इसका सेवन करने से यह समस्या दूर हो जाएगी।

अजवाइन

1 चमच अजवाइन में नमक

कामकाजी महिला हैं तो इस तरह रहें बच्चे के करीब

और आपको घर और ऑफिस के काम एक साथ संबलाने का हुनर बहुत अच्छी तरह से आता है।

कई बार समय की कमी के कारण वह अपने बच्चों को उतना समय नहीं देती है जितना कि उसके बच्चों को मात्र के साथ की जल्दत होती है। बच्चों के साथ समय बिताकर आप उनके दिल की बातों को अच्छी तरह से जान सकते हैं और बच्चों के कठी-कठी रहती हैं तो कुछ स्मार्ट टिप्स आपके काम आ सकते हैं जो बच्चे के साथ आपके रिश्तों के द्वारा भी ज्यादा मजबूत बन दें।

बच्चों से करें दिनभर की बातें

रात को आपके पास परिवार के साथ समय बिताने के सबसे अच्छा बहाना होता है। दिनरात के समय परिवार के साथ खाना खाएं और बच्चों के बातों परिवार के साथ शोध करें और उनकी बातों सुनें। उससे बच्चों का आपके साथ शोध करने के लिए बहुत अच्छा बहाना होता है।

काम में ले बच्चों की मदद

बच्चे तब बहुत खुश होते हैं जब आप उनसे किसी बात के लिए मदद मांगते हैं। कभी-कभी यार से बच्चे को आपकी मदद करने के लिए कहें जैसे खाना बनाने के लिए भी खाना बनाएं। तैयार होते ही उन्हें डाइनिंग टेबल सजाने के लिए कह सकते हैं।

मस्ती भी जरूरी

बच्चों के करीब आने के लिए उनके साथ कभी-कभी खुद भी बच्चे बना पड़ता है। आप परिवार के साथ कुछ ऐसे गेंदे खेल सकते हैं जिसे बच्चे पूरी तरह से उंचाय भी करें। और उन्हें कुछ सीखने के लिए भी मिले। दिन भर की बातों से एंट्री-टीटों की बातें निकले वह हॉट सीट पैटे हैं और बाकी के सदस्य उनसे सावल पूछें। जो सबसे ज्यादा सही जगत बनाने देते शोधिया पिकनिक का गिट्ट दिया जा सकता है।



जुड़वां बच्चे होने पर दिखते हैं ये लक्षण !

प्रैनोसी हर महिला की जिंदगी का सबसे अहम पल होता है। जब किसी औरत को मान बनाने की खुशी मिलती है तो उसके साथ काम करते होते हैं। 150 प्रतिशत से अधिक महिलाओं को गर्भावस्था के प्रारंभिक चरण में ही मतली और जिसी अवधि विलानी की जुड़वां बच्ची मिलती है। जिस गर्भावस्था में वजन 25 पाउंड होता है, जबकि जुड़वां बच्ची महिलाओं की तुलना में अधिक मार्निंग सिक्कनस रहती है।

की तुलना से अधिक है तो भी जुड़वां बच्चे होने का संकेत हो सकता है। एक औसत गर्भावस्था में सामान्य वजन 25 पाउंड होता है, जबकि जुड़वां गर्भावस्था में वजन 30 से 35 पाउंड के बीच होता है।

