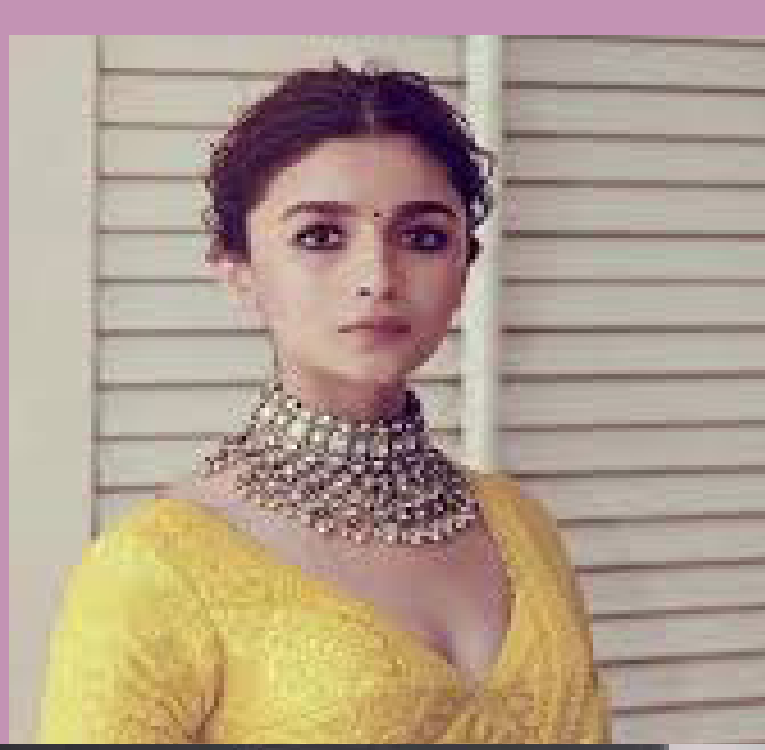


शादी-ब्याह में अपने लुक से करना है रॉक, तो प्लस साइज महिलाएं फॉलो करें ये टिप्स



एनटीवी

शादी, पार्टी की शॉपिंग करते वक्त ऑप्शन तो बहुत नजर आते हैं, लेकिन अगर आप प्लस साइज हैं, तो सिर्फ पसंद के बेसिस पर

आउटफिट नहीं खरीद सकती।

आपको अपनी फीगर का भी ध्यान रखना होता है। वैसे बहुत सारी प्लस साइज महिलाओं को पता भी नहीं होता कि किस तरह के ड्रेसिंग उनकी पर्सनैलिटी पर अच्छे लगेंगे और किन तरह के आउटफिट्स से एक्स्ट्रा फैट को कवर किया जा सकता है। आज के लेख में हम इसी के बारे में जानने वाले हैं।

प्लस साइज महिलाओं के लिए स्टाइलिंग टिप्स

एंपायर कट ड्रेसिंग आपके लिए एकदम बेस्ट ऑप्शन हैं। फिर चाहे वो एथनिक में हों, वेस्टर्न पहनें या फिर प्यूजन में। प्लस साइज महिलाओं पर एंपायर कट बहुत ही अच्छा लगता है। साथ ही ये उन महिलाओं के लिए बेस्ट है, जिनकी लोअर बॉडी हेवी होती है।

शादी में अगर आप हेवी वर्कवाली ड्रेसिंग पहनने वाली हैं, तो उसमें लाइट नहीं बल्कि डार्क कलर्स चुनें। ब्लैक, डार्क ग्रीन, ब्लू-ऐसे कलर्स हैं, जो शादी-ब्याह में अच्छे भी लगते हैं और इनमें आप अपने ग्रेस को भी बढ़ा सकती हैं। मोनोक्रोम लुक यानी बहुत ज्यादा कलर्स या ब्राइट कलर कंट्रास्ट की जगह सिंगल कलर की ड्रेस आपकी फीगर पर ज्यादा जंचेगी। अगर आपको सिंगल कलर में लुक बोरिंग लग रहा है, तो आउटफिट के साथ कलरफुल कंट्रास्ट ज्वेलरी पहनें।

सूट, गरारा पहनने वाली हैं, तो इसके साथ लंबी कुर्ती चुनें। इससे बैली और हिप एरिया के फैट को आसानी से छुपाया जा सकता है। वहीं अगर लंहगा-चोली पहनने का इरादा है, तो पेट का मोटापा कवर करने के लिए चोली के नेक डिजाइन के साथ एक्सपेरिमेंट करें। वी या स्वीटहार्ट नेक डिजाइन आपको सूट करेंगे।

ड्रेस के डिजाइन के साथ ही इसके फैब्रिक पर भी ध्यान दें। हेवी बनारसी सिल्क, ऑर्गेजा, टिशू या वेलवेट जैसे फैब्रिक के बजाय लाइट फैब्रिक जैसे- शिफॉन, जॉर्जेट, लिनन, मटका सिल्क या मैसूर सिल्क आप पर ज्यादा अच्छे लगेंगे।

सूट के साथ दुपट्टा नहीं केरी करने वाली हैं, तो इसकी जगह मैचिंग कलर की लॉन्ग जैकेट पहन सकती हैं। शॉर्ट ब्लाउज और हाई वेस्ट ट्राउजर्स के साथ लॉन्ग जैकेट से पेट के एक्स्ट्रा फैट को कवर किया जा सकता है। ड्रेस के साथ अच्छी फिटिंग वाली लॉन्गरी पहनना भी बहुत जरूरी है। ब्रा सही सपोर्ट देने वाली होनी चाहिए। अनारकली कुर्ती या गाउन पहन रही हों, तो इसके साथ शेपवेयर पहन सकती हैं।

संगीत में दिखना है खास और मचाना है धमाल तो लंहगा खरीदते वक्त जरूर रखें इन बातों का ध्यान



एनटीवी

एक समय था, जब होने वाली दुल्हन सज-संवर के अपने कमरे में बेठी रहती थीं। उन्हें बस रस्मों के लिए ही बाहर निकाला जाता था, लेकिन अब वक्त बीत गया है। आज के समय में होने वाली दुल्हन अपनी शादी की हर रस्म में बढ़ चढ़ कर हिस्सा लेती हैं और खूब एन्जॉय करती हैं। शादी के पहले होने वाले कार्यक्रमों की बात करें तो हल्दी और मेहंदी तो हर घर में होती है, लेकिन इसके साथ जो सबसे स्पेशल होती है, वो होती है संगीत की शाम। संगीत की शाम दुल्हन को स्पेशल फील कराने कराने के लिए होती है। इस दिन हर होने वाली दुल्हन काफी अच्छे से तैयार होती हैं। ज्यादातर होने वाली दुल्हन अपनी शादी से पहले संगीत की शाम में भी लंहगा पहनना पसंद करती हैं। वैसे तो लंहगा पहनना सबसे सही विकल्प होता है, लेकिन कई बार ये आपको मुश्किल में डाल

सकता है। दरअसल, संगीत के कार्यक्रम में जमकर धमाल होता है। ऐसे में संगीत के लिए लंहगा खरीदते वक्त आपको कुछ बातों का ध्यान जरूर रखना चाहिए। हल्के लंहगे को दें प्राथमिकता लंहगा खरीदते वक्त ये ध्यान रखें कि ये ज्यादा हेवी ना हो। इसकी कई वजहें हैं। पहली तो आप शादी में ऑनलरेडी हेवी लंहगा पहनेंगी ही, ऐसे में एक दिन पहले फिर से हेवी लंहगा पहनने से आपका वेडिंग लुक ओवरशेडी हो सकता है। इसके साथ ही अगर बात करें दूसरी वजह की तो संगीत में अगर आप हेवी लंहगा पहनेंगी तो डांस करने में परेशानी हो सकती है। ऐसे में ध्यान रखें कि आपका लंहगा एम्बेलिशड, सिक्विन, पर्ल, भारी जर्दोजी या केन-केन से दूर हो। भारी ना हो दुपट्टा अगर आपका दुपट्टा हेवी होगा, तो इसमें डांस करने में परेशानी हो सकती है। हेवी दुपट्टा केरी करने के बाद आप पूरे कार्यक्रमों में अपना दुपट्टा ही संभालती रहेंगी। इसी के

चलते लंहगे के साथ हल्का दुपट्टा लें और इसे सही से पिन करें। ऐसे फुटवियर का करें चयन वैसे तो लंहगे के साथ हील्स ही अच्छे लगते हैं, लेकिन इससे आपको डांस करने में परेशानी हो सकती है। ऐसे में आप लंहगे के साथ वैजेस पहन सकते हैं। आप ब्लॉक हील्स का चयन भी कर सकती हैं। ऐसे केरी करें दुपट्टा संगीत में धमाल मचाने के लिए आपको लंहगे के साथ दुपट्टा अलग तरीके से केरी करना चाहिए। संगीत के लंहगे में आप केप और जैकेट की तरह दुपट्टा केरी कर सकती हैं। इससे ये बार-बार उलझेगी नहीं। ऐसा ब्लाउज बनवाएं संगीत के लिए लंहगे का चयन करने के बाद आप उसका ब्लाउज बनवाते वक्त भी कुछ चीज का ध्यान रखें। अगर आप फुल स्लीव का ब्लाउज बनवाएंगी, तो इससे आपको डांस करने में परेशानी हो सकती है।

सर्दियों में बेहद कारगर हैं ये दादी-नानी के नुस्खे, सर्दी-जुकाम और जकड़न हो जाएगी छूमंतर

एनटीवी

सर्दियों में खांसी-जुकाम होने पर काम में ज्यादा मन नहीं लगता है। सर्दियों के मौसम में दादी-नानी के नुस्खे काफी याद आते हैं। सर्दियों में हमारी दादी-नानी कई ऐसे नुस्खे आजमाती थीं, जिनसे हम सर्दी में बार-बार बीमार नहीं पड़ते थे। सर्दियों के मौसम में हम सभी लोगों के अंदर ज्यादा आलस आ जाता है। वहीं इस दौरान सर्दी के कारण रजाई व कंबल से बाहर निकलने का मन नहीं होता है। लेकिन सर्दी के मौसम में अपनी सेहत का खास ख्याल रखना पड़ता है। क्योंकि इस मौसम में सर्दी-जुकाम व खांसी आदि आसानी से हो जाती है।

वहीं सर्दियों के मौसम में हमारी

दादी-नानी सर्दी से बचने के लिए कई कारगर नुस्खे आजमाती थीं। वर्तमान समय में भी यह नुस्खे काफी ज्यादा कारगर हैं। ऐसे में अगर आप भी सर्दी के मौसम खुद को फिट और हेल्दी रहना चाहते हैं, तो आपको भी यह कारगर नुस्खे जरूर अपनाने चाहिए।

सरसों का तेल है कारगर

जैसा कि आप सभी जानते हैं सरसों के तेल में औषधीय गुण पाए जाते हैं। वहीं हमारे यहां सभी घरों में सरसों का तेल इस्तेमाल किया जाता है। हम सभी सरसों के तेल को कड़वा तेल भी कहते हैं। ऐसे में जिन लोगों को पैर सर्दियों में ठंडे रहते हैं, उनके लिए दादी-नानी का यह नुस्खा रामबाण इलाज है। ऐसे लोगों को सरसों के तेल में लहसुन की कलियां या फिर मेथी डालकर पका लेना चाहिए। फिर इस तेल से पैरों की मालिश करनी चाहिए। इससे आपको पैर दर्द में भी राहत मिलेगी।

लौंग का तेल है फायदेमंद

हमारी दादी-नानी अक्सर लौंग के गुणों का बखान करती थीं। वहीं सर्दी को कम करने में भी लौंग काफी फायदेमंद होती है। वहीं सर्दी के मौसम में अक्सर सीने में जकड़न की समस्या होती है। ऐसे में इस समस्या से बचने के लिए आप सरसों व नारियल के तेल में लौंग डालकर उसे सीने पर लगाएं। यह नुस्खा जकड़न को कम करने में मददगार होता है।

ज्यादा गर्म पानी से ना नहाएं

आपने भी दादी को अक्सर यह कहते हुए सुना होगा कि ठंडे पानी से नहाने से आपकी सुस्ती चली जाएगी। लेकिन बता दें कि गर्म पानी से नहाने के कई नुकसान होते हैं। अधिक गर्म पानी से नहाने से हमारी त्वचा ड्राई होती है और इससे त्वचा का मॉइश्चर चला जाता है। इसलिए गर्म पानी से नहीं

नहाना चाहिए।

क्योंकि इससे हमारी स्किन ड्राई होती है।

पेट की समस्याओं के लिए रामबाण है अदरक

दादी-नानी का यह नुस्खा काफी कारगर है। शहद और अदरक को एक साथ खिलाने से पेट दर्द और गैस आदि की समस्या कम हो जाती है। इसलिए हम सभी को सर्दियों में अदरक वाली चाय पसंद आती है।



