

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



आज के समय में हर व्यक्ति अपने घर में प्लांट्स को जगह देने लगा है। भले ही उसका घर स्पैशियल हो या फिर छोटा, यह प्लांट्स किसी भी घर को बेहद खूबसूरत बनाते हैं। इतना ही नहीं, अमीमान लोग अपनी सुविधा व स्पेस को देखते हुए हेलिंग गार्डिनिंग से लेकर बालकनी व टेटेस में भी गार्डिनिंग करना काफी पसंद करते हैं। लेकिन घर का एक ऐरिया ऐसा भी है, जहां पर अगर प्लांट्स लगाए तो पूरे घर का मेकओवर हो सकता है और फिर इसके बाद आपको अलग से किसी अन्य ऐरिया में प्लांट्स लगाने की जरूरत नहीं पड़ेगी।

यह परिया है आपकी सीढ़ियों घर की सीढ़ियों को अक्सर नजरअंदाज कर दिया जाता है, लेकिन वास्तव में यही सीढ़ियां आपके पूरे घर का लुक बदल सकती हैं। अगर आप इन्हें एक नेचुरल व ब्यूटीफुल टच देना चाहती है तो वहां पर गार्डिनिंग करना एक अच्छा आईडिया है। आप सीढ़ियों पर उन प्लांट्स को लगाएं, जिन्हें सीधी धूप या बहुत अधिक रख-रखाव की आवश्यकता नहीं होती। तो चलिए आज इस लेख 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 गार्डिनिंग

जब सीढ़ियों पर लाइटिंग करने की बात हो तो ऐसे में वर्टिकल गार्डिनिंग करना एक अच्छा आईडिया है। यह वास्तव में काफी कम स्पेस लेता है, लेकिन इसके बास्तव में काफी एरिया को पूरी तरह से ट्रांसफॉर्म कर सकती है। आप कॉन्सिलिंग कर कि सीढ़ियों की ओर साइड की ओर लाइटिंग करें। फिर आप वर्टिकल गार्डिनिंग के लिए रस्टेंड को हैंग करें और उसमें बेहद ही खुबसूरत स्मॉल साइज के पौधे लगाएं। यह देखने में बेहद ही खूबीफुल लगेगा।

यूं दें एलीगेंट लुक

अगर आप अपनी सीढ़ियों को एक बेहद ही एलीगेंट तरीके से सजाना चाहती हैं तो आप पॉटेंड प्लांट्स को सीढ़ियों पर रखें। खास तौर से, अगर आपकी सीढ़िया वुडन की हैं तो आप कॉन्ट्राक्टिंग करते के एक बिंग साइज पैट की सीढ़ियों पर रख सकती हैं। हालांकि, अगर आप ऐसे अपनी सीढ़ियों को सजा रही हैं तो अच्छा पॉट्स को घर के किसी दूसरे कोने में लेस करें।

स्नेकप्लांट्स लगांगे बेहद खूबसूरत
यह भी एक तरीका है 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 को खुबसूरत बनाने में मदद करते हैं। इसके बाद आपको अलग से एयर प्यूरिफायर खरीदने की जरूरत नहीं होगी।

रेलिंग पर करें फोकस

जब आप सीढ़ियों पर गार्डिनिंग कर रही हैं तो सिर्फ उसकी साइड की ओर लाइट या स्टेट्स के साथ ही आप क्रिएटिव नहीं हो सकतीं। आप मनो-प्लांट्स से लेकर अन्य कई प्लांट्स को रेलिंग पर लगा सकती हैं। हालांकि, आप रेलिंग के लिए ऐसे प्लांट्स को चुनें, जिनकी लागत नीचे की ओर ढाई जाएं, ताकि यह अपको पूरी रेलिंग को कवर कर सके और देखने में भी खुबसूरत लगे।

सीढ़ियों के नीचे का स्पेस

अगर आपकी सीढ़िया घर में कुछ इस तरह बनी हुई है कि उनके नीचे आपके पास काफी सारा स्पेस बचता है, तो वहां पर भी लाइटिंग करना अच्छा आईडिया है। अगर आप वहां पर तरह-तरह के खुबसूरत प्लांट्स रख सकती हैं। साथ ही कुछ पेचस्स व लाइटिंग के जरिए इस लुक को और भी खास बनाएं। यकीन मानिए, इस ऐरिया में जब आप कुछ फुरसत के पल बिताएंगी, तो आपको बेहद ही अच्छा लगेगा।



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

बच्चों को घर की बनी चीजें खाने की आदत डालें

बच्चों को घर-बार यूरिन आने के कारण
► ब्लैडर में इंफेक्शन
► ब्लड शुरूर के कारण
► प्रॉस्टेट ग्रैंथ में यूरिन का बढ़ना
► ज्यादा कॉफी या चाय का सेवन
► पेट में किंडी की समस्या
► मृताशय में पेशाब जमा करने की क्षमता कम होना

...अगर आपका बच्चा भी करता है बिस्तर गीला



काले तिल

50 ग्राम काले तिल, 25 ग्राम अंजवाइन और 100 ग्राम गुड़ को मिलाकर 8-8 ग्राम के लड्डू बना लें। बच्चे को रोजाना सुबह-शाम 1 लड्डू खिलाने से उसकी पेशाब की बीमारी ठीक हो जाएगी।

पिस्ता

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



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

अंजवाइन

1 चम्पच अंजवाइन में नमक मिलाकर बच्चों को गर्म पानी से सात खिला दें। दिन में 2 बार इसका सेवन घर-बार यूरिन आने की समस्या से निजात दिलाता है।

बच्चे और हैल्टी फूड तो मानों एक दूसरे से मेल ही नहीं खाते लेकिन बच्चों के बिकास के लिए संतुलित भोजन बहुत जरूरी है। इससे नियमित शरीरिक विकास होता है विलक्षण भविष्य के लिए भी खाने की अच्छी आदतें फायदेमंद साधित होती हैं। जैक फूड, पिज्जा, बर्गर, चिस्से आदि बच्चे बहुत चाह से खाते हैं लेकिन खाने में ये टेस्टी तो होते हैं लेकिन सेहत को फायदे की जगह नुकसान पहुंचाने का काम करते हैं। जो आने वाले समय में मेटापा, डायाबिटिज, हाई बीपी, स्ट्रोक, दिल की बीमारियां आदि होते हैं तो यह बच्चों का कारण बनते हैं। शून्य से ही अगर बच्चे को घर की बनी चीजें खाने की आदत डाल ली जाए तो उसके लिए बहुत अच्छा होगा।

बताएं हैल्टी चीजों का महत्व

बच्चे में अनुशासन, पदाई के साथ-साथ खाने की अच्छी आदतों का होना भी बहुत जरूरी है। उन्हें बताएं कि घर का बना खाना खाना आपके लिए कितना अच्छा है। बाहर का खाना न तो हैल्टी होता है और न ही साफ-सुखरा। कभी-कभी बच्चों को उनकी पसंद का खाना घर पर ही बना कर खिलाएं।

एक जगह बिठा कर करवाएं भौजन ज्यादातर बच्चों को खाना खाने से समय घूमने की आदत होती है जो एक गलत आदत है। बच्चे को रोजाना एक ही जगह पर बिठा कर खाना खिलाएं और बार-बार की बनी चीजों खाने को बताएं लेकिन जबरदस्ती न करें।

टेस्ट में करें बदलाव

एक ही तरह का खाना खाकर बच्चे बोर हो जाते हैं, खाना का टेस्ट बरकरार रखने के लिए उनके डाइट प्लान में कभी स्नेस, जूस, सूप, फ्रूट सलाद आदि के साथ खाने में टिक्कट लाएं।

महिला

कामकाजी महिला हैं तो इस तरह रहें बच्चों के करीब

औरतों को घर और ऑफिस के काम एक साथ समालने का हुनर बहुत अच्छी तरह से आता है। कई बार समय की कमी के कारण वह अपने बच्चों को उतना समझ नहीं देती, जितना कि उसके बच्चों को माँ के साथ की जल्दत होती है। बच्चों के साथ समय बिताकर आप उनके दिल की बातों को अच्छी तरह से जान सकते हैं लेकिन आप भी काम के तानव की जगह से परेशान हैं और बच्चों के करीब-करीब होती हैं तो कुछ स्पार्टिस आपके काम आ सकते हैं जो बच्चे के साथ आपके लिए रहते हैं।

बच्चों से करें दिनभर की बातें रात को आपके पास परिवार के साथ समय बिताने के सबसे अच्छा बहाना होता है। डिनर के समय पाति और बच्चों के साथ ही खाना खाए। दिन भर की बातें परिवार के साथ शेयर करें और उनकी बातें सुनें। इससे बच्चों का आपके साथ प्यार बढ़ेगा और वह आपस बातें करने के लिए बेताब रहेगा।

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 बनाकर तैयार हो तो उसे डाइनिंग टेबल सजाने के लिए कह कर सकते हैं। उसकी पसंद की डिश बना रही है तो उससे परोसने के लिए मदद ली जा सकती है।

मस्ती भी जरूरी बच्चों के करीब आने के लिए उनके साथ कभी-कभी खुद भी बच्चे बना देती है। आपके गम्भीर परिवार के साथ खाना खाने की जगह नुकसान पहुंचाने का काम करते हैं। जो आने वाले समय में म

