

سوال همیشگی آقایان

کت و شلوار مناسب من کدام است

♦ مینا سیجانی همیشه یک سوال در مورد کت و شلوار برای آقایان وجود دارد و آن اینکه چه نوع کت و شلواری برای من خوب است و این موضوع اصلاً ربطی به این ندارد که شما یک ست کت و شلوار در گنجه لباس داشته باشید. این سوالی است که همیشه برای شما وجود دارد. ما با توجه به موقعیت اجتماعی و علاقه‌مندی به نوع مدی که دوست دارید و سبک زندگی شما، به شما پیشنهاداتی ارائه می‌دهیم که در امور روزانه خود که شامل جلسات رسمی، ملاقات‌ها و دیدارهای روزمره و خودمانی است مناسب‌ترین کت و شلوار که شامل تک‌دکمه، دودکمه و سه‌دکمه است را ببخشید.

♦ کت سه‌دکمه



از ۱/۸۰ متر است. این دکمه‌ها باعث می‌شود عرض سینه زیاد شود و در ضمن باعث می‌شود شما در عین راحتی شلیک و رسمی به نظر بیایید کت سه‌دکمه از مدهای دهه ۶۰ بوده که اخیراً بیشتر طراحان برای مدل‌های پاییز آن را دوباره احیا کرده‌اند اگر چه نمی‌توانند به استفاده از کت‌های دودکمه پایان دهند ولی به‌ر حال پوشیدن کت سه‌دکمه شما را شخصی پیرو مد نشان می‌دهد. اما برای شما بهتر است دو دکمه از سه دکمه را ببندید. از چپتی چون یقه کت سه‌دکمه معمولاً کوتاه‌تر از دودکمه است، برای اعتماد به نفس بیشتر و اینکه تناسب در ظاهر شما حفظ شود می‌توانید فقط دکمه وسط را ببندید. همچنین از کتی سه دکمه با هم خودداری کنید زیرا به شما ظاهری سخت و خشک می‌دهد. در هر صورت دکمه‌ها را طوری ببندید که از چین‌خوردگی یا کشیدگی کت جلوگیری شود و اگر هم اصرار به بستن دکمه‌ها دارید دو دکمه بالا را می‌بندید. اما باید دانست کت سه‌دکمه بهترین جایگزین برای کت دودکمه در محل کار است به خصوص اینکه اگر شما می‌خواهید کمی برجسته‌تر از همکاران خود در زمینه پوشش به نظر برسید، پس سعی کنید این کت را در مجالس جشن و عروسی نپوشید، زیرا شما را یک فرد بی‌فرهنگ در استفاده از مد لباس نشان می‌دهد و دیگران در مورد شما، انگیزه‌ای ناخوشایند پیدا می‌کنند.

صباحانه

املت قارچ



برای هر نفر سه قارچ را به آبلیمو آغشته کرده و رب گوجه‌فرنگی را به آن بیفزایید و تفت دهید و در ادامه پیاز داغ و ترخان را نیز به آن مخلوط اضافه کرده و صبر کنید تا خوب تفت داده شود. سپس تخم‌مرغ، نمک و فلفل را اضافه کرده و ۱۵ ثانیه املت‌تان را به هم بزنید. حال پنیر پیتزا را گودا را اضافه کرده و بعد از سه دقیقه صبحانه‌تان را میل کنید.

آل‌های مصاحبه

آدابی که باید رعایت شود

انسان موجودی اجتماعی است و معاشرت برای او یک نیاز به شمار می‌رود، اما این معاشرت و میهمانی دادن و میهمانی رفتن خود آدابی دارد که رعایت آن نشانگر شخصیت یک فرد خواهد بود

بذل توجه

روی برگرداندن از شخصی که در حال صحبت با شماست، نشانه بی‌ادبی است. بذل توجه یکی از اصلی‌ترین نشانه‌های آداب معاشرت و بهترین تمهید از طرف مقابل است. برای کسب نتیجه بهتر می‌توانید با حالت‌های مختلف صورت و بدن و همین طور حرکات بدن نشان دهید که به بحث علاقه‌مند هستید.

سرزده جایی نروید

زمانی که تصمیم گرفتید به دیدار دوستان و آشنایان بروید، حتماً از قبل هماهنگی‌های لازم را انجام دهید. سرزده به دیدن دوستان رفتن از ارزش شما کاسته و باعث دلخوری عزیزان و دوستان‌تان می‌شود.

به نر می دست بدهید

شل دست ندهید زیرا شل دست دادن نشان‌دهنده عدم اطمینان شما به خود است. به نر می دست بدهید. این کار بیابگر اعتماد به نفس، خورگرمی، گشاده‌رویی و صداقت است ولی مراقب باشید زیاده‌روی نکنید و دست طرف مقابل را خیلی محکم فشارید، چون آن وقت فکر می‌کند شما

فصلصباحانه

مناسب‌ترین درجه فریزر



برای اینکه ویتامین‌ها و خواص خوراکی‌ها از بین نرود و همچنین استفاده بهینه از خوراکی‌ها صورت پذیرد، درجه مناسب سرمای درون فریزر را بین ۱۶ تا ۲۰ درجه سانتیگراد تنظیم کنید.

کاکاپه

برنج سرخ‌کرده



در یک کاسه، سویا سس، نمک، فلفل و شکر را ترکیب کرده و خوب مخلوط کنید. ماهیتابه را گرم کرده و به اندازه‌ای که یک پوشش از روغن روی آن ایجاد شود روغن بادام‌زمینی در آن بریزید و در حرارت کم بعد چیلی و پیاز سبز را اضافه کنید، بعد آنها را برای ۱۰ تا ۳۰ ثانیه هم بزنید. حرارت را زیاد کرده و برنج را به آن اضافه کنید. گوشت و سبزی را هم اضافه کرده و خوب هم بزنید تا روغن با تمام مواد به خوبی مخلوط شود. حال می‌توانید یک ناهار چینی سرو کنید.

کاکاپه

کباب میگو



برای چهار نفر به میزان ۴۰ میلی‌لیتر روغن زیتون و سه قاشق سوپ‌خوری سویاسس و به ۲۴ عدد میگو درشت نیاز دارید. البته آب‌لیمو، نمک و فلفل هم به میزان کافی داشته باشید. حال روغن زیتون، سویاسس، آب‌لیمو، نمک و فلفل را مخلوط کرده و میگو را ۲۰ دقیقه در این مخلوط بخوابانید.

حالا کباب‌پز (باربیکیو) را روشن کنید و کباب‌ها را سیخ کشیده و بپزید.

استفاده بهینه از لوازم قدیمی

راه های جدید برای استفاده از لوازم قدیمی

شما به عنوان یک فرد تیزهوش همیشه باید به فکر بهترین راه برای استفاده از لوازم خانه‌تان باشید نه آنکه به فکر پرخرج‌ترین راه باشید این نشانه تیزهوشی شماست که بتوانید از وسایل قدیمی خانه استفاده بهینه و امروزی کنید. چند نمونه از استفاده درست و بهینه از وسایل قدیمی را امروز برایتان بازگو می‌کنم.

از مسواک‌های تاریخ مصرف گذشته هم می‌توان استفاده کرد

شما می‌توانید از مسواک‌هایی که دیگر احتیاجی به آنها ندارید و تاریخ مصرف‌شان گذشته استفاده بهینه کنید. شانه‌های مسواک رسته‌های ایریشمی بلال را به راحتی از آن جدا می‌کند. پس برای پاک کردن بلال از مسواک‌هایتان بهره ببرید.

بهترین راه برای شیرینی پختن
برای شیرینی پختن دیگر لازم نیست آشپزخانه‌تان را شلوغ کنید. مایع شیرینی را در بطری سس کچاپ بریزید و آن را فشرار

گنجه لباس خود داشته باشید حتماً آن را دودکمه انتخاب کنید.

چگونگی پوشیدن

شما هنگام پوشیدن کت دودکمه فقط باید دکمه اول را ببندید. اغلب کت‌های دودکمه مدرن به گونه‌ای طراحی شده‌اند که بین کت دودکمه و سه‌دکمه قرار می‌گیرند. مدل‌های امروزی می‌توانند کمی زیباتر باشند. شما در موقع خرید کت دودکمه حتما باید به نحوه قرارگیری دکمه‌ها توجه کنید زیرا در راحتی شما موثرند. اگر شما یک کت دودکمه آماده بخرید در مقایسه با کت‌های سفارشی، می‌توان گفت شما به دنبال یک خرید ارزان‌قیمت بوده‌اید و این یک انتخاب خوب برای پوشیدن این نوع کت برای امر روزانه‌تان به حساب می‌آید و شما بهترین انتخاب را کردید.

کت یک‌دکمه

کت تک‌دکمه برای مردان لاغراندami که می‌خواهند شلیک به نظر برسند بسیار مناسب است. البته اگر شما چند کت دودکمه و سه‌دکمه داشته باشید به جز گاهی اوقات کت یک‌دکمه نمی‌پوشید. محبوبیت کت یک‌دکمه در طرح‌های پاییز افزایش زیادی داشته‌است.

چگونگی پوشیدن

اگر شما قصد خرید کت یک‌دکمه را دارید متوجه باشید که این کت برای بسیاری از موقعیت‌ها مناسب نیست و در اینکه در چه موقعیت مکانی و زمانی از این کت اسپورت می‌توانید استفاده کنید محدودیت دارد.

کاکاپه



پاییز آمده

خانه‌تان را پاییزی کنید



فصل پاییز فصل رنگ‌هاست. بهترین کاری که برای تغییر دکوراسیون خانه‌تان در این فصل می‌توانید انجام بدهید، هسو کردن طراحی داخلی و دکوراسیون خانه با فصل رنگ‌هاست.

شما می‌توانید با یک تدبیر بجا و به موقع از ایسازی که در منزل دارید استفاده کنید و تغییری اساسی و پاییزی به خانه‌تان بدهید. بهترین عمل ترکیب رنگ‌های پاییزی با خانه و محل زندگی‌تان است.

رنگ‌های گرم، ظاهری پاییزی به اتاق نشیمن می‌بخشند. یک پالت کاکائویی، روستایی و طلایی روح و جان فصل را احضار می‌کند (به اتاق حال و هوای پاییز می‌بخشد). بدون هیچ زحمتی با استفاده از پستی‌های مخمل و روکش‌های صندلی، همه اعضای خانواده حس پاییز را لمس می‌کنند. رنگ قرمز به خانه شما حالتی دراماتیک می‌دهد. تعویض پارچه‌های حریر با پارچه‌ها و پرده‌های کرباس و بافته‌شده راهی دیگر برای تبدیل خانه به خانه‌ای پاییزی است.

♦ دیوارهایتان را به نمایشگاه هنر تبدیل کنید

پیدا کردن کارهای دستی یا هنری بزرگ برای یک اتاق خالی، کمی هزینه‌بردار است. شما می‌توانید از یک کاغذ دیواری طرح‌دار استفاده کنید و آن را به صورت عمودی روی دیوار آویزان کنید یا با استفاده از دو پرده و نوارهای قرمز، که با پهنای قاب‌های پرده همخوانی داشته باشند، می‌توانید هزینه کمتری متقبل شوید اما دیوارهایتان را به نمایشگاه هنر تبدیل کنید. تعدادی پستی با رنگ‌های

مناسب و بافت‌های متنوع نیز این بخش از اتاق را جالب‌تر می‌سازد. همین‌طور در سبدي بافته شده، تعدادی پتوی پشمی قرار دهید تا دکور پاییزه اتاق زیباتر شود.

♦ پرده‌های کرباس و حصیر

سطح پرده کرباسی روی حصیرهای رومی با اتاق نشیمن تطابق پیدا می‌کند. برای اینکه نیازی به دوخت نباشد، پرده را زیر لبه‌ها تا کنید و از گیره‌های پرده برای نصب آنها استفاده کنید؛ حالا هر چه بیشتر پیش می‌روید خانه‌تان بیشتر رنگ پاییز به خود می‌گیرد.

♦ فرش‌های پاییزی

استفاده از فرش‌های پاییزی به حالت کاشی یا چهارخانه و رنگ‌هایی همچون قرمز، کرم، قهوه‌ای و…، راهی است ساده برای تبدیل اتاق به رنگ پاییز. اینکه فرش‌تان دارای طرحی همچون مربع‌های راه‌راه و رنگ‌هایی که نام بردم در کنار مربع‌های کرمی باشد، کف اتاق را زیباتر جلوه می‌دهد. سینی چوبی و چرمی کشور ترکیه هم می‌تواند تدبیری بجا برای این تغییر باشد.

♦ کارهای روزانه‌تان را اینجا انجام دهید

قسمتی از خانه که در گذشته برای صرف صبحانه استفاده می‌شد، می‌تواند به محل مناسبی برای کار یا پرداختن به صورتحساب‌ها تبدیل شود. وقتی محدودیت جا وجود دارد، از یک میز عسلی به جای میز تحریر بزرگ استفاده کنید. استفاده از پارچه‌های کرباس که برای پنجره به کار بردید بافتی خاص در خانه ایجاد می‌کند. یک تخته و بورد بولتن بالای میز راهی آسان برای نگهداری کاغذها در این دفتر کار موقتی است. فرش‌های پاییزی تغییری در این گوشه از خانه ایجاد می‌کند که همه اعضای خانواده برای کارهای روزانه خود به آنجا روی می‌آورند.

♦ تابلوهای پاییزی بر دل دیوارها

می‌توانید از عکس‌های درختان در پاییز استفاده کنید، می‌توانید عکس جنگل‌ها را در پاییز از البوم‌تان درآورید و به عکاسی محله‌تان رجوع کنید، به عکاس بگویید عکس‌ها را برایتان بزرگ کند و قاب بکشد. اگر رنگ قاب ربطی به پاییز ندارد، و برای اینکه هزینه مازاد نکنید با فرزندان‌تان در خانه، از رنگ‌های قرمز، نارنجی و قهوه‌ای برای رنگامیزی آن استفاده کنید تا حال و هوای خله‌تان هر چه بیشتر پاییزی شود. با این کار تابلوهایی پاییزی دارید که فصل پاییز را بر دل دیوار خانه‌تان برای شما تداعی می‌کند.

کاکاپه

گرد و غبارهای سمج

اگر گرد و غبارهای سمج کلافه‌تان کرده‌اند برای داشتن خانه‌ای تمیز، با سطوحی شفاف و بدون گرد چاره‌ای جز تمیزکاری ندارید که البته یاد گرفتن و به کار بستن چند نکته ظریف در رسیدن به این هدف کم‌تان خواهد کرد. به همین دلیل از کمدهایتان شروع کنید، یعنی اگر برایتان امکان دارد کف کمدها را خالی نگه دارید. درون کمدها سرشار از ذرات ریز نادیدنی است که از قیبر کمدها، لباس‌ها، حوله‌ها و زیراندازها ناشی می‌شود. اما ما این مساله را نمی‌دانیم چون این ذرات را نمی‌بینیم ولی هر بار که در کمدها را باز می‌کنیم توفانی نامرئی از ذرات گرد و غبار به وجود می‌آوریم. از پرده‌ی لباس‌ها نمی‌شود جلوگیری کرد اما اگر کف کمدها خالی باشند تمیزکاری بهتر انجام می‌شود و در نتیجه گرد و غبارها کمتر مجال انتقال به بخش‌های دیگر خانه را پیدا می‌کنند. اما اگر فضای خانه‌تان کوچک است و چشم امیدتان به همان کمدها کوچک‌تان است و نمی‌توانید کف آن را خالی بگذارید دست‌کم وسایل چیده‌شده در قفسه‌های آن را با نایلون بسته‌بندی کنید، روی لباس‌هایی را که به ندرت استفاده می‌کنید بپوشانید و روی تابلوهایی را که فقط در فصل زمستان می‌پوشید با پلاستیک‌های بزرگ بپوشانید. اگر در خانه سیستم تهویه هوا دارید آن را مه‌جز تر کنید چون دستگاه‌های خنک یا گرم‌کننده هوا می‌توانند تا حد زیادی گرد و خاک را مه‌لر کنند. اما اگر خانه‌تان به این سیستم مجهز نیست باز هم مشغول تمهیدات خانه‌داری شوید و به طور متفکی ملحفه‌های تخت را تکان دهید. تختخواب یکی از اصلی‌ترین منابع انتشار گرد و غبار است. در ملحفه‌ها ذرات پوست جمع و به همراه پرز لباس با هر بار غلت خوردن در هوا پخش می‌شود. برای به حداقل رساندن غبار ملحفه و روبالش‌ها، آنها را هر هفته بتکانید و بهتر یک بار بشویید. هنگام گردگیری هم به این نکته توجه کنید که دستمال مرطوب خیلی بهتر از دستمال خشک گرد و غبارها را جمع می‌کند چون دستمال‌های گردگیری خشک تنها مقداری از گرد و خاک را برمی‌دارند و بقیه در جای دیگری می‌نشیند. برای مقابله با گرد و خاک خانگی به نظافت فرش‌ها، قالیچه‌ها و موکت‌ها نیز توجه کرده و در صورت امکان آنها را بتکانید. البته معمولاً موکت‌ها را به خاطر اندازه بزرگشان نمی‌شود تکاند ولی می‌شود گرد و غبارشان را هر از گاهی با دستمالی مرطوب گرفت. وقتی تمام این کارها انجام شد نوبت به جارو کردن خانه می‌رسد که باید به صورت

برای تمیز کردن تلویزیون ابتدا دستگاه را خاموش کنید، سپس با دستمال خشک، گرد و غبار آن را بگیرید و با پنبه آغشته به آب و الکل صفحه تلویزیون را تمیز کنید. الکل لکه‌های چربی و اثر انگشت روی شیشه و بدنه وسایل صوتی را از بین می‌برد.
منبع: ماهنامه نیوجرسی

تمیز کردن تلویزیون



برای تمیز کردن تلویزیون ابتدا دستگاه را خاموش کنید، سپس با دستمال خشک، گرد و غبار آن را بگیرید و با پنبه آغشته به آب و الکل صفحه تلویزیون را تمیز کنید. الکل لکه‌های چربی و اثر انگشت روی شیشه و بدنه وسایل صوتی را از بین می‌برد.
منبع: ماهنامه نیوجرسی

برطرف کردن بوی پیاز از دست



برای برطرف ساختن بوی پیاز و سیر از دست، بهترین راه این است که دستان خود را به جای صابون، با مقدار کمی خمیر دندان حاوی کلروفلیل یا سبزی‌رنه، یعنی خمیر دندان سبزرنگ بشویید. در این صورت بوی ناخوشایند پیاز یا سیر به کلی از بین می‌رود.

تمیز کردن شیشه‌های دهانه تنگ



برای پاک کردن تنگ‌های آبخوری یا هر نوع بطری دهانه تنگ کمی تفاله چای یا سیوس جو را در سرکه خیس کنید و مخلوط به دست‌آمده را با قاشق درون بطری بریزید و تکان دهید، بعد آن را از آب پر و خالی کنید و این کار را تا تمیز شدن بطری ادامه دهید.