

توصیه

نکته‌هایی برای رعایت بهداشت وسایل شخصی

■ حوله

در صورتی که در حمام رخت آویز دارید، بهتر است پس از هر بار استفاده، حوله‌تان را در فضای بیرون، جایی که جریان هوا وجود دارد و نور خورشید به آن می‌تابد، پهن کنید تا کاملاً خشک شود. سپس آن را روی رخت آویز حمام قرار دهید. در ضمن هر فرد از خانواده باید یک حوله مخصوص به خود داشته باشد. در صورتی که از لباس‌های حوله‌ای استفاده می‌کنید، حتماً پس از خشک کردن خود، آن را در مقابل نور آفتاب پهن کنید و هرگز آن را در داخل سبد لباس‌های چرک نیندازید. لازم است بدانید حوله مرطوب می‌تواند مناسب‌ترین مکان برای رشد میکروب‌ها و قارچ‌ها باشد و سبب بروز آگزما و آلرژی‌های پوستی شود.

صابون

برخی کارشناسان بهداشت توصیه می‌کنند در حمام به جای صابون از شامپوهای بدن استفاده کنید و در توالی نیز به جای صابون جامد، صابون مایع را انتخاب کنید، چون میزان آلودگی این صابون‌ها کمتر است. در صورتی که تمایل دارید حتماً از صابون‌های جامد استفاده کنید زیر صابون یک‌که اسفنج قرار دهید تا سطح زیر صابون خشک باشد و پس از هر بار استفاده نیز صابون را آب بکشید، چون میکروب‌ها به راحتی به صابون منتقل می‌شوند و در سطح آن باقی می‌مانند.

تیغ ریش تراشی

در صورتی که شما عادت دارید از تیغ‌های یک بار مصرف، چند بار استفاده کنید، لازم است بدانید که این‌ کار کاملاً غیربهداشتی است و میکروب‌ها به راحتی در میان لایه‌های نازک تیغ پنهان می‌شوند. کارشناسان توصیه می‌کنند پس از هر بار مصرف حتماً تیغ را دور بیندازید. اما اگر از تیغ‌های معمولی استفاده می‌کنید پس از هر بار اصلاح، تیغ را در یک کاسه که در آن محلول آمونیاک و آب ریخته‌اید قرار دهید. سپس در یک ظرف آب و صابون و سپس در آب تمیز قرار دهید. پس از شست‌وشو آن را در فضای بیرون قرار دهید تا خشک شود و زنگ نزنند. این نکته را نیز فراموش نکنید که تیغ وسیله‌ای شخصی است و هرگز نباید از تیغ فرد دیگری استفاده کنید.

لیف

لیف و کیسه به طور معمول در تمامی حمام‌ها وجود دارند. در درجه اول باید تاکید کنیم که لیف وسیله‌ای کاملاً شخصی است و آلود بودن آن می‌تواند سبب بروز ناراحتی‌های پوستی شود. لیف‌های مورد استفاده در حمام از وسایلی هستند که معمولاً به دلیل تارک و به مرطوب بودن محیط حمام، مستعد رشد میکروب‌ها هستند. بر همین اساس لازم است لیف را پس از استفاده حتماً با آب و صابون کاملاً بشویید و تنها به آب کشیدن آن اکتفا نکنید. سپس آن را در زیر نور آفتاب پهن کنید تا تمامی میکروب‌های روی آن بین بروند. پس از خشک شدن نیز آن را در کمد خودتان قرار دهید تا در مجاورت لیف دیگران و در فضای مرطوب حمام نباشد.

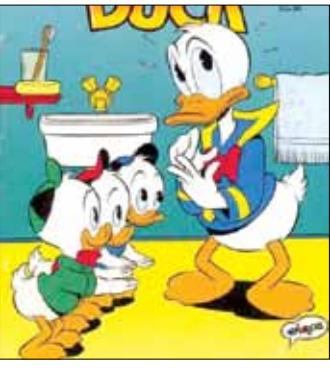
مسواک

حتماً شما هم مشاهده کرده‌اید که برخی افراد مسواک‌های خود را درون لیوانی در حمام یا دست‌شویی قرار می‌دهند. این کار فوق‌العاده غیربهداشتی است و می‌تواند موجب انتقال میکروب‌ها از سطوح اطراف یا سایر مسواک‌ها و در نهایت زمینه‌ساز بروز عفونت‌های دهان و دندان و آفت‌های ناحیه دهانی شود. کارشناسان توصیه می‌کنند هر فرد از مسواک جداگانه استفاده کند و پس از هر بار استفاده، مسواک را شسته و آن را در یک در پوش بسته نگهداری کند. گذاشتن مسواک در فضای مرطوب نیز صحیح نیست و بهتر است مسواک را در جایی خشک و خنک برای مثال در آشپزخانه نگهداری کنید.

تمیز نگه داشتن خود حمام نیز مهم است

حمام یکی از مرطوب‌ترین نقاط خانه است و وجود رطوبت، شرایط را برای رشد میکروب‌ها، قارچ‌ها و کپک‌ها فراهم می‌کند. بر اساس نتایج بررسی محققان بهداشت، چاه‌ووان و دوش حمام همگی محل تجمع باکتری هستند و می‌توانند باعث ایجاد بیماری‌های عفونی و اسهال در ساکنان خانه شوند. به علاوه طبق یافته‌های محققان، حتی ویروس سرماخوردگی هم در این مناطق دیده شده است. خلاصه اینکه لازم است حمام به طور مرتب شسته و ضدعفونی شود. برای این کار باید: ۱- هفته‌ای یک بار تمامی سطوح حمام، شیرهای آب و دستگیره‌ها و هر دو هفته یک بار، کابینت‌ها، قفسه‌ها و دستشویی داخل حمام را با مواد ضدعفونی کننده و آب گرم بشویید.

۲- برای خارج شدن رطوبت، حمام باید سیستم تهویه مناسب داشته باشد. پس از استحمام، پنجره و در حمام را باز بگذارید و سیستم تهویه را روشن کنید تا حمام خشک شود. از بستن در حمام بعد از اتمام استحمام خودداری کنید.



چراغ را خاموش می‌کنید و در تخت خود آماده خواب هستید که صدای قاشق و چنگال یکی از اعضای خانه را می‌شنوید. در همین حال صدای تلویزیون از سالن نشیمن آرامش قبیل از خوابتان را ربوده و در حالیکه در انتظار این هستید که این صداها کم کم، کمتر شوند صدای دوش حمام هم به آنها افزوده می‌شود. شما گاهی‌ها ندارید جزایکنه در خانه‌ای که با دیگران سهیم هستید زندگی می‌کنید، این دیگران ممکن است اعضای خانواده، دوستان تان و یا هم اتاقی تان در یک پانسیون یا خوابگاه باشند.

در خانه‌ای که همه اعضای خانه از آن سهم می‌برند هر لحظه ممکن است وقتی را که شما برای آرامش به آن احتیاج دارید با دیگر اعضا در تقاضی باشید. از لحظه‌ای که وارد خانه می‌شوید ممکن است دیگری در حال خروج باشد یا زمانی که شما می‌خواهید بخوابید دیگری برای گوش کردن به اخبار شبانگاهی آماده شود یا شام بخورد اینها همه از زمان‌های اشتراکی است که باید برایشان برنامه داشته باشید.

گاهی اساس برخی از اختلافات خانوادگی از همین تعارضات کوچک که فکرش را هم نمی‌کنید شکل می‌گیرد و همیشه یک توصیه بهتر و روانشناسانه این است که «تا زمانی که این قیرو باغه تبدیل به یک سوسمار بزرگ برایتان نشده آن را قورت بدهید.»

زمان بندی کنید

مثل هر زمان دیگری که سراغ یک جدول زمانبندی شده می‌روید این بار نیز نیاز است که برای تداخل پیدا نکردن برنامه‌هایتان از جمله زمانی برای آرامش خودتان در حضور دیگران یک جدول تهیه کنید.

جدول خودتان را آماده کنید و جایی که دیگران باید آن را پر کنند خالی بگذارید. از این برگه یک کپی برای خود و دیگر اعضای خانه تهیه کنید تا آنها نیز برای خود زمانی را انتخاب کنند مثلاً برای حمام رفتن در ساعت خاصی از روز، تلویزیون نگاه کردن، موسیقی گوش کردن، میهمان دعوت کردن، شام خوردن، کتاب خواندن و... نخندید و یا شاید فکر می‌کنید حوصله زندگی در سر باز خانه را ندارید. اما این راهی است که پیش پای شما قرار دارد. این کار به نوعی تقسیم کار در خانه نیز است چرا که وقتی هر کدام از اعضای خانه شروع به انجام کاری که خود بر نامه‌اش را تنظیم کرده، بهر دواز

طراحی داخلی

چگونه آشپز خانه‌ای نو داشته باشیم

کاملیا نوبایی

آشپزخانه پر استفاده‌ترین قسمت هر خانه است که معمولاً به همین دلیل ممکن است زود از آن خسته شوید. محکم بستن در کابینت‌ها، لک شدن دیوار بین کابینت‌ها، زخمی شدن دیوار‌ها و... همه باعث کهنگی زودتر از موعد آشپز خانه می‌شود. راه‌های زیادی برای نو شدن آشپز خانه بدون هزینه‌های زیاد وجود دارد. حتی یک تغییر کوچک باعث تفاوت چشمگیری می‌شود. لازم نیست که برای تغییر، کل آشپزخانه را زیر و رو کنید، کل کابینت‌ها را عوض کنید و بنایی راه بیندازید، این قبیل کار‌ها هزینه‌های زیادی به دنبال دارد.

رنگ دیوار ها و کابینت‌ها:

ساده‌ترین راه برای نو شدن آشپزخانه رنگ است. راه ساده و ارزانی است مشروط بر اینکه بدانید از چه رنگی استفاده کنید. زرد روشن، زرد تیره، نارنجی، قهوه‌ای و رنگ‌های خنثی بهترین رنگ‌های آشپز خانه هستند و آبی، سبز، بنفش و رنگ‌هایی از این قبیل بهتر است در آشپزخانه به کار نروند. می‌توانید فقط در کابینت‌ها را رنگ کنید و کابینت‌هایی نو داشته باشید. پتینه کاری روی کابینت بسیار خلاقانه است و فضای زیبایی برای شما ایجاد می‌کند و علاوه بر این کار جدید و نویی محسوب می‌شود.

تغییر نور پردازی آشپز خانه:

نور نقطه‌ای و غیر نقطه‌ای هر دو برای آشپزخانه مناسب هستند پس تلاش کنید که این دو را در کنار هم به کار ببرید. در بسیاری از آشپزخانه‌های قدیمی سر جمع یک نور ثابت وجود دارد که معمولاً نور کافی را فراهم نمی‌کند. چون اکثر آشپزخانه‌ها فضای مناسبی برای نور کافی ندارند نورهای خطی برای بالای کابینت‌ها یا زیر کابینت‌های هوایی کافی است ولی اگر فضای مناسبی در اختیار دارید از نورهای متفاوت استفاده کنید، نوروی اپن خیلی مهم است و تاثیر زیادی نه تنها در آشپزخانه بلکه در فضای بیرون آشپزخانه دارد.

تغییر متزیال دیوار بین کابینت هوایی و میزی:

این فضا با اینکه بخش کوچکی را می‌پوشاند ولی نقش مهمی در زیبایی آشپزخانه ایفا می‌کند. اگر بودجه اجازه می‌دهد وسایل برقی جدیدتان را جایگزین وسایل قدیمی کنید. آنها‌نه تنها زیباتر هستند بلکه در دراز مدت با صرف انرژی کمتر می‌توانید کمی در هزینه‌هایتان صرفه جویی کنید. اگر وسیع مالی‌تان اجازه می‌دهد به این تغییر فکر کنید. با توجه به اینکه چه بخشی از آشپزخانه کهنه شده یا بیشتر آزارتان می‌دهد، یکی از راه‌های توصیه شده یا چند راه را انتخاب کنید و آشپزخانه‌ای تازه و نو داشته باشید. نگران هزینه‌ها نباشید همیشه راه‌هایی ساده و ارزان هم وجود دارند، فقط آنها را بیابید.

خانه

بهرنگ خضرایی کارشناس مشاوره خانواده در مورد یکی از بایدهای زندگی مشترک:

آرامش در حضور دیگران

لیدا ایاز



جدول شماره یک	ساعت خواب	ساعت تمام	ساعت شام	ساعت تماشای تلویزیون	ساعت دعوت از میهمان

از بار مسئولیت فردی که همیشه در خانه می‌ماند و برای کارهای خانه برنامه‌ریزی می‌کند، می‌کاهد.

شروع به برنامه‌ریزی کنید(طبق جدول شماره یک)

بهترین راه گفت‌وگوی دوستانه است

بهرنگ خضرای کارشناس ارشد روانشناسی خانواده در این مورد می‌گوید:

تعاملات اجتماعی و معاشرت افراد با دیگران از ضروریات زندگی است و آن قدر اهمیت دارد که گفته می‌شود بزرگ‌ترین شکنجه برای افراد، دور نگه داشتن آنها از تعاملات اجتماعی و اجبار به زندگی انفرادی برای آنها است و به این علت باید توجه داشت که تنها بودن و تنها زندگی کردن می‌تواند بسیار آسیب‌زا باشد. همه آدم‌ها به‌طور فزیت مخصوص از تعاملات اجتماعی در طول روز و هفته برای خود دارند که این موضوع بستگی به سطح انرژی افراد

اگر قرار باشد افراد زیر یک سقف زندگی کنند اما هر کس برای خودش زندگی کند و هیچ روابط عاطفی بین آنها نباشد این خانواده دچار مشکلات ارتباطی باهمدیگر می‌شوند

دارد. همه ما سطحی از انرژی و نیاز به تعاملات اجتماعی داریم که در صورتی که افراد در درون یک خانه که این ظرف تعاملات و انرژی شان در سطوح مختلف قرار دارد یا یکدیگر همخوانی نداشته باشند با هم دچار اختلاف می‌شوند و برای رسیدن به آرامش مورد نظرمان نیاز است که این اختلافات را به واسطه راهکاری از میان برداشت. اگر بخواهیم جور دیگری

به این مسئله نگاه کنیم این است که باید همه اعضای خانواده‌ای که در کنار هم زندگی می‌کنند شرایط کاری همدیگر را درک کنند و خأذاین مسئله زمانی احساس می‌شود که اعضای یک خانواده با هم دوست یا رفیق نیستند و روابط

بین آنها پویا و کار ساز نیست و این یک چراغ چشمک زن هشدار دهنده برای اعضای آن خانواده‌ای است که نیاز به اصلاح رفتار در آن احساس می‌شود. اگر ما مقررات اجتماعی گروهی و زندگی جمعی را قبول داریم باید

پذیریم که نمی‌توان بدون هماهنگی با یکدیگر کاری در خانه انجام داد. یک تماس تلفنی یا صحبت کوتاه قبل از انجام هر کاری مانع از بروز برخی تعارضات است اما اگر قرار باشد افراد زیر یک سقف زندگی کنند اما هر کس برای خودش زندگی کند و هیچ روابط عاطفی بین آنها نباشد این خانواده دچار مشکلات ارتباطی با همدیگر هستند که در صورت تکرار شدن این موضوع باید توصیه کرد هر چه زودتر اعضای این خانواده به یک مشاور خانواده مراجعه کنند چرا که روابط اجتماعی بین این افراد دارای مشکل است. هر چقدر اعضای یک خانه از مسایل کاری که مربوط به دیگری است آگاهتر باشند به همان ترتیب برنامه‌ریزی برای خانواده درست‌تر انجام می‌شود.

مثلاً یک مادر که می‌داند پسر یا دختر دانشجویش چه زمانی به کلاس می‌رود، شوهرش رود از سر کار می‌آید یا دیر و دیگر اطلاعاتی درباره شغل افراد کمک می‌کند برنامه‌های زندگی بر مبنای این موضوع ریخته شود چرا که قرار نیست در یک زندگی جمعی حکم یک نفر باشد مثلاً اینکه ما

بخواهیم هر زمان که دوست داریم تلویزیون تماشا کنیم یا میهمان دعوت کنیم، اینجاست که تفاوت زندگی فردی با زندگی گروهی مشخص می‌شود و این همان پذیرش تفاوت‌های این دوست،

راهکار ابتدایی این است که با گفت‌وگوی دوستانه بین اعضای خانه این موضوع حل شود. در واقع یکی از مشکلات زندگی‌های امروز این است که افراد کمتر باهم حرف می‌زنند و مواضع خود را مشخص نمی‌کنند در حالیکه یک جمع کوچک خانوادگی نیاز به گفت‌وگو با یکدیگر دارد و حل اینکه چه مسایل آزاد دهنده و قابل

تغییر برای خود دارند که باید مطرح شود. راهکار دیگر این است که ما ساعت‌های کاری‌مان را به صورت ماهیانه و یا هفتگی با یکدیگر بررسی کنیم. مثل ساعت‌های ورزش، حمام، استراحت و دعوت از دوستان. اصلی‌ترین مساله در این زمینه در نظر گرفتن تفاوت‌های زندگی و شغل افراد است که می‌تواند خاص یا معمولی باشد و اعتقاد به اینکه هر کس می‌تواند شغل و قوانین خودش را داشته باشد. اینجا یک مساله بسیار مهم و اساسی پیش می‌آید که اگرچه تکراری است اما موضوعی اساسی است که ما باید مواظب باشیم کار و مسایل شغل خود باشیم تا آنها را با خود به خانه نبریم.

دکورا سیون

ایجاد فضا برای جزیره در آشپز خانه

مانوش مجذزاده

جزیره به مجموعه‌ای از کابینت‌ها گفته می‌شود که به دیوارهای آشپزخانه اتصال ندارند و در میان فضای آشپزخانه قرار می‌گیرند. جزیره می‌تواند فقط نقش یک میز و تخته برش ساده را ایفا کند یا برای تعبیه سینک ظرف‌شویی، گاز و هود طراحی شود. به هر حال بخشی از فضای آشپزخانه محسوب می‌شود که زیبایی خاصی به آن می‌بخشد و یکی از المان‌های دکوراتیون نیز به شمار می‌رود. نکته مهم و قابل توجه در مورد جزیره‌ها این است که فقط جنبه زیبایی ندارند بلکه بسیار کاربردی بوده و فضای بیشتری را پتانین می‌کنند. از روی کانتر آن می‌توانید برای قرار دادن دستگاه‌های برقی نظیر مایکروویو، توستر و غیره و از کابینت‌های زیر آن نیز برای انبار کردن مواد خوراکی فاسد نشدن ی ظروف پر مصرف و حتی یک یخچال کوچک و جمع و جور استفاده کنید. البته به شرط آنکه جزیره در جایی درست و بنسایه نیاز صاحبخانه تعبیه شده باشد.

جزیره‌ها در مدل‌ها و سایزهای مختلف طراحی و اجرا می‌شوند. ساده‌ترین مدل آنها یک کانتر ساده با سطحی یکنواخت است که سادگی شیکیه به فضایی‌بخشد و نقش میز صبحانه و تخته خورد کردن را ایفا می‌کند. مدل‌های دیگر آن شامل چند کانتر با ارتفاع‌های مختلف و شلف‌های نصب شده بر روی پایه‌های تعبیه شده کنار جزیره است که به آشپزخانه‌تان شخصیت و استایل خاص خود را می‌بخشد. شما می‌توانید طرحی هماهنگ با مبلمان آشپزخانه و کابینت‌هایتان در نظر داشته باشید و آن را به هر حله‌ا‌جر در بیاورید.

در این حال که جزیره نقش یک میز ساده را ایفا می‌کند، می‌تواند یک نقطه تاکید بسیار زیبا نیز باشد. این جزء دوست‌داشتنی می‌تواند کانتری با کابینت‌های دست‌ساز و سینکی جدا برای شست‌وشوی سبک و حتی یخچالی کوچک برای نوشیدنی‌های خنک باشد. فقط دقت داشته باشید که روی کانتر را مرتب‌نگه دارید و از شلوغ کردن آن جدا بپرهیزید، چرا که جزیره درازناخواه مهم‌ترین جزء آشپزخانه شما به‌شمار می‌رود و نامرتب بودن آن اصلاً منظره جالبی به آشپزخانه نمی‌بخشد. البته باید توجه داشته باشید که طراحی و اجرای جزیره برای هر آشپزخانه‌ای امکان پذیر نیست؛ چرا که تناسب کامل با نحوه زندگی خود طراحی کنید.

نواوری

۱۰ راهکار ساده برای آوردن بهار به خانه

مانوش مجذزاده

■ بهار یکی از زیباترین نشانه‌های نوشدن و زایش در تمامی جنبه‌های زندگی است، پس خانه ما هم نباید از این قاعده مستثنی باشد. چقدر خوب است اگر بتوانیم حس شادی و سرزندگی بهار را به درون خانه‌مان بیاوریم و اجازه بدهیم این انرژی عظیم و مثبت تمام زندگی‌مان را در بر بگیرد!

۱. سفید را به مجموعه رنگ‌هایتان اضافه کنید. اگر دنبال رنگی روشن و سرد هستید که فضای گرم خانه را تا حدی تازه و خنکی بهاری را تداعی کند، سفید بهترین و ساده‌ترین گزینه است. چنانچه خانه‌تان مجموعه‌ای از رنگ‌های گرم مثل نارنجی، زرد و قهوه‌ای و... است، از رنگ گرم برای تمایل دادن رنگ‌ها استفاده کنید و اگر طرفدار آبی و سبز هستید، سفید استخوانی و سرد بیشتر مناسب این منظور است.

۲. گاهی با یک تغییر رنگ ساده دیوار می‌توان اثر قابل توجهی روی کل فضا گذاشت. دیواری که بیشتر از همه در دید است را به رنگی دیگر در بیاورید؛ صورتی چرک، آبی آسمانی و سبز مغزپستهای گزینه‌های خوبی برای این فعل هستند ضمن آنکه با هزینه‌ای کم، محیطی جدید و دوست‌داشتنی برای خود به وجود آورده‌اید. نگران هم نباشید، با آمدن پاییز دوباره می‌توانید به رنگ‌های گرم خانواده قرمز و زرد بازگردید و از این تنوع نهایت لذت را ببرید.

۳. از پارچه‌های گلدار برای تزیین مبلمان تان استفاده کنید. به نزدیک‌ترین پارچه‌فروشی بروید و پارچه‌هایی گلدار متناسب با رنگ مبلمان و دکوراسیون خود تهیه کنید. برای مثال اگر مبلمان تان رنگ کرم و قهوه‌ای است، می‌توانید پارچه‌ای با گل‌های قهوه‌ای و صورتی و کرم تهیه کرده و از یک پارچه صورتی ساده نیز برای تکمیل این مجموعه استفاده کنید. از این پارچه‌ها می‌توانید کوسن و رومیزی و تشک بدوزید و شاهد تغییری دوست‌داشتنی در محیط خانه‌تان باشید.

۴. ظروف شیشه‌ای و کریستال‌های رنگی المان‌های دکوراتیو بسیار دوست‌داشتنی‌ای هستند. حتی می‌توانید درون ظرف‌های شیشه‌ای روشن را با مایعی رنگی پر کرده و در مسیر نور خورشید قرار بدهید. روی میز ناهارخوری، روی طبقه‌های دیواری کنار پنجره، گوشه‌های کم‌فرت و آمد و... محل‌های مناسبی برای قرار دادن آنهاست.

۵. پرده‌های تیره و سنگین را کنار بگذارید و از توره‌ها و حریرهای سبک و روشن برای پوشاندن پنجره‌ها استفاده کنید؛ اجازه بدهید آفتاب بهار به داخل خانه بیاید. اگر دوست دارید، می‌توانید حریری طر دراز را



روی میل پرده بپیچید و انتهای آن را راه کنید. ۶. سعی کنید شیشه‌ها را کاملاً تمیز و شفاف نگاه دارید. شیشه‌های لک و کدر جلوه ورود نور طبیعی به داخل خانه را تا حد زیادی می‌گیرند و از زیبایی پرده‌های شفاف و سبک‌تان می‌کاهد. شیشه‌های براق و تمیز باعث می‌شوند فضا دل‌تاز تر به نظر بیاید.

۷. بهار فصل گل و رویش است، بخشی از این طبیعت را به درون خانه‌تان بیاورید. گل، بنفشه یکی از بهترین گزینه‌ها برای داخل آپارتمان است. می‌توانید چندین گلستان را هماهنگ با مبلمان تان رنگ کنید و درون شان بنفشه بکارید؛ این گلستان‌ها خود المان‌هایی معماری محسوب می‌شوند که با هزینه‌ای کم، جلوه‌ای باورنکردنی به خانه و بالکن شما می‌بخشد.

۸. ساده‌ترین کاری که می‌توانید برای دعوت بهار به منزل‌تان انجام دهید، مرتب کردن خانه و خلاص شدن از وسایل اضافه و دست و پاگیر است. سعی کنید خرده‌ریزهای بدون استفاده را به دور بیندازید و به ویژه پذیرایی را خالی از وسایل اضافه نگه دارید. شلوغ بودن بیش از حد یک فضا خیلی زود بیننده را خسته می‌کند.

۹. یک شیوه بسیار ارزان و در عین حال کاربردی، استفاده از «استنسِل» در قسمت‌های مختلف خانه است. می‌توانید استنسِل را از مغازه‌های افزار نوشتن تهیه کنید یا چنانچه طرح خاصی در ذهن‌تان هست آن را روی طلق کشیده و با تیغ جابیش کنید. یک قلم موی استنسِل و مقداری رنگ (متناسب با رنگ لوازم و مبلمان‌تان) تنها وسایلی است که لازم دارد. استنسِل مورد نظر تان را با چسب کاغذی روی دیوار فیکس کرده، با قلم موی آغشته با یک یا چند رنگ روی کل طرح را بپوشانید. علاوه بر آن می‌توانید برای پر کردن استنسِل از انواع مازیک و مداد رنگی و پاستل نیز استفاده کنید. فقط دقت داشته باشید که بهترین نتیجه روی دیواری ساده‌ساز می‌گذازید و حاصل می‌شود، پس از شلوغ کردن سطح دیوار تان با استنسِل‌های مختلف جدا بپرهیزد. ۱۰. در نهایت اینکه ووردی خانه‌تان اولین چیزی است که با نظر هر بیننده‌ای می‌آید. پس اندکی خلاق باشید و با دقت بیشتری از آن دکور کنید. قرار دادن چند گلدار رنگی کنار در ورودی، نصب آینه و کنسولی ساده و شیک، انتخاب رنگی متفاوت برای فضای ورودی و حلقه گلی زیباروی در، گزینه‌هایی جالب و کاربردی برای تاکید کردن روی این فضااست.