શિયાળામાં ઘરને નેચરલી હૂંફાળું કઇ રીતે રાખશો?

શિયાળાના દિવસોમાં જયારે બહાર ધુમ્મસ અને ઠંડી હવા હાડ થીજાવી દે છે ત્યારે ઘર જ એ જગ્યા હોય છે જયાં ગરમાટો અને શાતા મળવાં જોઇએ. ઘરને હૂંફાળું રાખવું જરૂરી બની જાય છે. ઘણાં હીટર કે ઇલેક્ટ્રોનિક ઉપકરણોનો સહારો લે છે પરંતુ બધાં જ એ ઉપાય અજમાવી શકતાં નથી કારણ કે એનાથી લાઇટ બિલ તો વધી જ જાય છે અને એની સ્વાસ્થ્ય અને પર્યાવરણ પર પણ અસર થઇ શકે છે. તો ઘરને હૂંફાળું કઇ રીતે રાખી શકાય? કેટલીક દેશી અને સ્માર્ટ રીતોથી ઘરના તાપમાનને નેચરલી વધારી શકીએ છીએ.

એક આરામદાયક, હૂંફાળું ઘર બનાવવું મોંઘું ન હોવું જોઈએ અને ન તો એ સંપૂર્ણ રીતે ગેજેટ્સ પર નિર્ભર હોવું જોઈએ. રંગ, ટેકસટાઈલ, લેઆઉટ અને લાઈટિંગની યોગ્ય રીતે પસંદગી કરી તમે કોઈ પણ જગ્યાને સ્વાભાવિક રીતે ગરમ બનાવી શકો છો.

સૂરજની રોશની

શિયાળામાં તડકો આશીર્વાદરૂપ હોય છે. શિયાળામાં સવારે સૌથી પહેલાં પડદા અને બ્લાઈન્ડસ ખોલી નાખો. ઠંડીની મોસમમાં તડકો રૂમને ગરમ કરવામાં મદદ કરશે. સૂર્યનાં કિરણોમાંથી મળતું કુદરતી વિટામિન D વિન્ટર બ્લૂઝ સામે લડવા અને તમારો મૂડ સુધારવામાં પણ મદદ કરશે.

સવારથી બપોર સુધી બારી અને બાલ્કનીના દરવાજા ખુલ્લા રાખો જેથી તડકો સીધો રૂમમાં આવી શકે. સૂરજ જેવો ડૂબવા માંડે એટલે બારીબારણાં બંધ કરી જાડા પડદા નાખી દો જેથી ઠંડી હવા ઘરમાં ન આવે.

રંગ

શિયાળાની મોસમ ડાર્ક કલર્સ અપનાવવા માટે એકદમ યોગ્ય છે. ડાર્ક કલર્સ લાઈટ કલર્સની સરખામણીએ વધારે લાઈટ શોષે છે અને ગરમી જાળવી રાખે છે. એ રૂમને તરત ગરમ મહેસૂસ કરાવે છે. ડીપ બ્રાઉન્સ, ચારકોલ ગ્રે, ઓલિવ ગ્રીન, બરગન્ડી કે રીચ નેવી બ્લૂ એકસેન્ટ વોલ વિશે વિચારો. કેટલીક વાર આ કલર્સનાં કુશન કવર, થ્રો કે ટેબલરનરથી જ રૂમને એક ગરમ વિઝ્યુઅલ લુક મળી જાય છે.

ફલોર રગ

રૂમમાં એક સ્ટેટમેન્ટ પીસ તરીકે ઉપયોગ કરવા ઉપરાંત ફલોર રગનો ઉપયોગ ફર્શ પરથી ગરમીને બહાર નીકળતી અટકાવવા માટે પણ કરી શકાય છે. ફ્લોરિંગ માર્બલ, ટાઈલ્સ કે લાકડાંનું હોય તો ફરસ પરથી ગરમી જલદી નીકળી જાય છે. રગ ઈન્સ્યુલેશનનું કામ કરે છે. ગરમી જાળવી રાખે છે અને જમીનમાંથી આવતી ઠંડક અટકાવે છે. શિયાળામાં લેયરિંગ બહુ સારું કામ કરે છે. પલંગ કે સોફા નીચે એક જાડું, ટેકસચર્ડ રગ પાથરો અને ગરમી તથા સ્ટાઈલ માટે એની ઉપર એક બારીક પેટર્નનો પીસ મૂકો. વુલ બ્લેન્ડસ, જયુટ અને કોટન મિકસ અને નીટેડ ડિઝાઈનવાળા રગ્સ સુંદર લાગે છે.

રૂમ માટે એરિયા રગ પસંદ કરતી વખતે એની સાઈઝ અને જાડાઈ પર ધ્યાન આપો. એક મોટું અને જાડું રગ ઠંડીમાં વધારે સલામતી આપે છે.

પડદા

સવારે પડદા ખોલવાથી તડકો રૂમમાં આવવાથી રૂમ ગરમ થાય છે. તમે એ ગરમીને જાળવી રાખવા માંગતા હશો એટલે પડદા, બ્લાઈન્ડસ કે શેડ્સનો ઉપયોગ બહુ ફાયદાકારક હોઈ શકે છે.

પાતળા પડદા ગરમી માટે સારા છે. શિયાળામાં વેલવેટ, કોટન, કેનવાસ કે બ્લેકઆઉટ પડદા રાખો. જેથી ઠંડી હવા બહાર રહે અને ગરમ હવા અંદર. થર્મલ કે ઈન્સ્યુલેટેડ લાઈનિંગવાળા પડદા રૂમમાં ગરમી જાળવી રાખવા માટે સારા છે. વધારાના ઈન્સ્યુલેશન માટે પડદા ફર્શ સુધી હોય અને બારીની ફ્રેમ કરતાં વધારે પહોળા હોય એ ધ્યાન રાખો. એનાથી ગરમ હવા અંદર રહે છે અને ઠંડી હવા અંદર આવતી નથી.

ફર્નિચર

ઘણી વાર તમારી પાસે પહેલાંથી જે વસ્તુ હોય એ વસ્તુ ફરીથી અરેન્જ કરીને પણ ઘણો બદલાવ લાવી શકાય છે. બેસવાની વસ્તુઓ બારી, બહારની દીવાલો કે ખુલ્લી બાલ્કનીઓ જયાંથી ઠંડી હવા અંદર આવતી હોય તેનાથી દૂર રાખો. સોફા અને બેડને અંદરની દીવાલ બાજુ રાખો. જો ડ્રોઈંગ રૂમમાં દિવસના તડકો આવતો હોય તો એની પાસે ખુરશીઓ રાખો જેથી ફેબ્રિક અને જગ્યા ગરમ થઈ જાય. ઠંડી હવા આવતી હોય ત્યાં બુકશેલ્ફ કે ડિવાઈડર રાખવાથી પણ ઈન્સ્યુલેશન વધે છે અને ઠંડી હવા રૂમમાં પ્રસરતી નથી.

ફેબ્રિક

શિયાળાની મોસમ મુલાયમ ટેકસચરનો આનંદ માણવાનો સમય છે. કુલ કોટન કુશનને બદલે વેલ્વેટ, વુલ અને ભારે નીટવેરના ફેબ્રિક પસંદ કરો. તમારા પલંગને તળિયે આરામદાયક થ્રો બિછાવો, સોફા પર બ્લેન્કેટ પાથરો અને જગ્યાને જોવામાં અને સ્પર્શ કરવામાં આનંદદાયક બનાવવા માટે ગરમ ફેબ્રિકના ફલોર કુશન રાખો.

કુકિંગ-બેકિંગ

રસોઈ અને બેકિંગ કરવાથી ઘરમાં સારી સોડમ આવે છે અને આસપાસના રૂમમાં પણ ગરમી પ્રસરે છે. બેકિંગ પૂરું થઈ જાય એટલે ઓવન સ્વિચ ઓફ કરી દો પરંતુ બારણું ખુલ્લું રાખો. ગરમ હવા આસપાસ ફેલાશે અને ગરમાટો અનુભવાશે.

છોડ

છોડ હવા શુદ્ધ કરવાની સાથે ઘરનું તાપમાન જાળવી રાખવામાં પણ મદદ કરે છે. ઈનડોર પ્લાન્ટસ ઠંડી હવાને રોકવામાં મદદ કરી શકે છે. મની પ્લાન્ટ, એલોવેરા કે સ્નેક પ્લાન્ટ શિયાળામાં હવાને જાળવી રાખવામાં મદદ કરે છે.

વોર્મ લાઇટ

ઠંડીની મોસમમાં યલો કે લાઈટ ઓરેન્જ લાઈટ ઘરને આરામદાયક અને ગરમ મહેસૂસ કરાવે છે. આ ઋતુમાં સફેદ કે ભૂરી લાઈટને બદલે આવી વોર્મ લાઈટનો ઉપયોગ કરો. ઘરને ગરમ રાખવા તમે કેન્ડલ્સ પણ સળગાવી શકો પરંતુ સલામતીનું પૂરતું ધ્યાન રાખો.