

## ফাস্ট ডেটে যাবেন কেমন সেজে?

স্বপ্নের এই দিনটার জন্য প্রস্তুত হওয়া দরকার অনেক আগে থাকতেই। নীচে দেওয়া হল এই সংক্রান্ত নানাবিধ পরামর্শ -

- চুল কেটে রাখবেন ২ সপ্তাহ আগে(চুল কাটা দরকার প্রতি ৩/৪ মাস অন্তর)। খোলা চুলে কার্ল,স্ট্রেট স্পাইরাল ভালো। এই সব হেয়ার স্টাইলে গ্লোবাল কালার খুব মানানসই। ব্রাউন, গোল্ডেন, রেডিশ ব্রাউন ইত্যাদি কালার খুব ট্রেন্ডি। হেয়ারকাটিং হিসাবে গোল মুখে লেয়ার কাট, চৌকো মুখে স্টেপ , মিকসম্যাচ, লম্বা মুখে ভেজ, ওভারল্যাপে মিকসম্যাচ, লম্বাটে ঘাড়ে ইউ কাট, লেয়ার কাট, স্টেপ কাট, ছোট ঘাড়ে লেজার কাট, ডায়না কাট, বয় কাট, স্ট্রেট চুলে যে কোনও কাট মানানসই। আর, চুল বাঁধতে চাইলে ফ্রেঞ্চরোল করতে পারেন। (ছেলেরা ছোট চুল রাখুন। সামনের দিকে চুল রেখে দু দিকে ট্রিম করতে পারেন)। চুলের জন্য হট ওয়েল ট্রিটমেন্ট, শ্যাম্পু,কন্ডিশনিং এর পাশাপাশি দরকার সিরামও।

- ত্বক ভালো রাখতে নিয়মিত ক্লিনিং, স্ক্রাবিং,টোনিং,ময়শ্চারাইজিং,সানস্ক্রিনের ব্যবহার দরকার।

- এই বিশেষ দিনে, আপনার একটাই পরিচয়, আপনি একজন প্রেমিকা। কিন্তু, তাবলে নিজের সামাজিক সম্মানের কথাটা তো ভুললে চলবেনা। তাই,সাজবেন ব্যক্তিত্ব বজায় রেখে।

- ভূ প্লাক, পেডিকিওর, ম্যানিকিওর নিয়মিত করতে হবে। এই দিনে দেহ যেন থাকে নির্লোম।

- ত্বকে লাগান আপেল সেন্ড। জলে অরেঞ্জ ওয়েল কয়েক ফোঁটা দিয়ে লাগান। সুগন্ধী বডিওয়াশ লাগাবেন। স্নানের জলে ওডিকোলন মেশানো যায়।

- শ্যাম্পু করা উচিত আগের দিন। তবে, তার ১ঘন্টা আগে মাথায় তেল মেখে নিতে হবে। চুলটা খোলা রাখা যায়।

- পোশাক আপনি নিশ্চয়ই আপনার রুচি মতোই পরবেন। কিন্তু, এই দিনে

একটু পশ্চিমী ঘেঁষা পোশাক পরাই বোধহয় উপযুক্ত হবে। কারন, হাজার হোক ব্যাপারটা তো পশ্চিম থেকেই চলে পড়েছে এ দেশের দিকে! রং হতে পারে গোলাপি বা লাল। (ছেলেরা পরতে পারেন জিনসের ওপর বন্ধগলা জ্যাকেট)।

- বিদেশী পোশাকের সংগে জিওমেট্রিক্যাল ডিজাইনের গয়না পরতে পারেন। দুল বা হারের যেকোনও একটাকে ফোকাস করুন। গলা ভারী হলে চোকারের বদলে লম্বা চাঞ্চি বিডসের হার পরবেন।

- এবার, আসা যাক আপনার এই বিশেষ দিনের মেকআপের প্রসঙ্গে -

- পরিষ্কার মুখে ময়শ্চারাইজার লাগিয়ে উপযুক্ত শেডের ফাউন্ডেশন (ওয়াটার বেসড) ও ট্রান্সুলেশন পাউডার বা কমপ্যাক্ট সারা মুখে সমানভাবে লাগাতে হবে। নাক চাপা বা গাল ভারী হলে ডিপ শেডের ফাউন্ডেশন দিয়ে খুঁত ঢাকবেন। চিকবোনে ব্লাশার লাগাবার খুব একটা দরকার পড়বে বলে মনে হয়না। কারন, একটা লজ্জা লজ্জা ভাব তো বোধ করি এসেই যাবে আপনার মধ্যে। অবশ্য, এই দিনে চোখ আর ঠোঁটের সাজের দিকে নজর দেওয়া উচিত সব থেকে বেশী(চোখ,ঠোঁটের যে কোনও একটাকে হাইলাইট করুন)। হাল্কা ম্যাটের লিপস্টিক এখন খুব চলছে। কপার, পিচ,রোজ,পিংক, বেজ, লাইট ব্রাউন কালারের লিপস্টিক লাগাবেন। নিজের ঠোঁটের রঙের থেকে দুশেড ডার্ক কালারের লিপস্টিক বা ট্রান্সপারেন্ট টিন্টড লিপস্টিক লাগাতে পারেন। কম বয়সীরা রাতের দিকে ব্লু,ভায়োলেট, মড,ব্ল্যাক,রেডের নানা শেড লাগাতে পারেন। কালোরা যে কোনও শেডে হলুদ রং মেশালে ডার্কভাবটা কমবে। একটা ওয়ার্ম এফেকট আনতে ঠোঁটে ফাউন্ডেশন লাগিয়ে তার ওপর হলুদ আইশ্যাডো লাগিয়ে লিপস্টিক লাগান। লিপস্টিক বেশী ব্রাইট হলে ফাউন্ডেশনের সাথে ভেসলিন মিশিয়ে লাগিয়ে দিন। টোন ডাউন হবে যাবে। ওপরের ঠোঁটে হাল্কা, নীচের ঠোঁটে গাঢ় লিপস্টিক লাগিয়ে ব্লেন্ড করে নতুন রং আনতে পারেন। ইনভিজেবল লিপলাইনার ব্যবহার করবেন। ঠোঁটে হেলদি লুক আনতে লিপগ্লস বা ভেসলিন লাগান। ফর্সারা শিমারি টিউপ,টিনটেড রোজ,অ্যাক্রিশ, কালোরা ব্রাইট জুয়েল কালারের আইশ্যাডোর হাল্কা ছোঁওয়া দিন। দিনে হাল্কা,রাত্রে একটু গাঢ় শেড বাছুন। ক্রিম লাইনার নিয়ে চোখের ওপরের

আইল্যাশের প্রান্ত ধরে সফট লাইন করুন। ড্রাই কটন দিয়ে স্মার্জ করে দিতে পারেন। রাতের সাজে চারকোল গ্রে বা রিচ ব্রাউন শেডের আইলাইনার ব্যবহার করুন। চোখের ওপরের পাতায় ২কোট, নীচের পাতায় ১কোট মাসকারা লাগাবেন। লাগানোর সময় ঠিকমতো ব্রাশ করবেন। স্মোকি আইজ, শিমার ব্যবহার করার আইডিয়াও খারাপ নয়। আইব্রাউ সবু হলে, পেঙ্গিল দিয়ে মোটা করে নিন।

- গোলাপ ও জুইফুলের গন্ধ এবং দারচিনির গন্ধ নাকি রোমান্টিক মুডের পক্ষে আদর্শ। কথাটার সত্যতা বিচারের জন্য এটাই হল সব থেকে ভালো সময়। পারফিউম হিসাবে লাগাতে পারেন এই গন্ধগুলোকেই। (পুরুষদের উচিত ননঅ্যালকোহলযুক্ত সুগন্ধী লাগানো)।

- রাতে ডিস্কে গেলে, চোখে লাগাতে পারেন নাইট গ্লাসও।

- পোশাকের সঙ্গে মানানসই গয়না, জুতো, পার্স ইত্যাদি ব্যবহার করতে হবে।

- ইদানিং নেল আর্ট খুব চলছে। ইচ্ছা হলে তাও করে নিতে পারেন।

- বলা হয় যে, চকোলেট, ভ্যানিলা আইসক্রিম, মধু, কফি, অল্প মাত্রায় ওয়াইন, সিলেরি ও দস্তায়ুক্ত খাদ্য (যেমন - ডিমের কুসুম, মাছ, মাংস, পরিজ, গোটা দানার খাদ্য শস্য, বিন জাতীয় খাদ্য ইত্যাদি) রোমান্টিক মুড আনতে সাহায্য করে। এই দিনে এগুলো একটু খেয়েই দেখুননা যে, কথাটা কতটা সত্যি! তবে, পেঁয়াজ, রসুন ও স্পাইশি ফুড বেশী না খাওয়াই ভালো। বরং, মিষ্টি খাওয়া যেতে পারে।

- মেয়েরা প্রেমিকের কাছ থেকে শুধুই উপহার না নিয়ে, প্রেমিককে উপহার দেওয়ারও চেষ্টা করতে পারেন। সেক্ষেত্রে, পারফিউম, ডায়েরি, শেভিংসেট, টাই পিন, কবিতার বই, সিডি, ঘড়ি, পেন, ফুলের বোকে যা-ই দিননা কেন, উপহারটা বেছে নেওয়া দরকার তাঁর পছন্দ ও প্রয়োজনকে মাথায় রেখেই।