

# تغيرات في ديكور منزلك لراحة أكبر

بالطبع تريد أن تتخلص من الطاقة السلبية التي تكون قد شعرت بها طوال اليوم. ولكي تشعر بذلك، على منزلك أن يشعر كذلك.

إليك بعض التعديلات التي يمكنك أن تقوم بها في ديكور منزلك كي تشعر بالامان والراحة.

## النباتات الخضراء في المنزل:

إنها فكرة جيدة لإعطاء المنزل جوّ مبهج وطبيعي. فالنباتات تساعد على تقليل التوتر، الشعور بالراحة، وتحسين المزاج.

## الأشياء التي لا تستخدمها:

الفوضى هي من أكثر الأشياء التي تشعرك بالضيق والازدحام في أرجاء المنزل. إنها تسبب في زيادة الشعور بالضغوطات النفسية.

## مكان للإسترخاء في المنزل:

خصص مكانا في المنزل للتخلص من كل الضغوطات النفسية ومن الأفضل أن يكون متوافرا فيه الكتب وكل ما يشعرك بالراحة النفسية.

## لون الجدران:

اعتمد الألوان الهادئة على جدارن منزلك، فهذه الألوان تساعد على تقليل التوتر وتهدئة الأعصاب، فتشعر بتجدد الطاقة في كل أنحاء جسمك.

## الإضاءة:

تغيير أشكال وحدات الإضاءة يعطي شعورًا بتوسيع مساحة المنزل. بالتأكيد سيشعر هذا التغيير بالتجديد فتتمكن من كسر روتين الحياة داخل المنزل.

## الانتيكات:

تضيف لمسات جميلة على الديكور وتعطيك شعورا بالتغيير والتجديد

على رغم من قدمها .

## اثاث المنزل:

يمكنك اجراء بعض التعديلات على اثاث المنزل مما يسمح لك بالشعور بالراحة. كذلك لن تشعر بالملل التصميمي مع مرور الوقت.

## الترتيب:

وضّب كل صباحٍ قبل أن تخرج من المنزل الاغراض التي لا تكون بحاجةٍ إليها عندما تعود. ففي هذه الحالات سوف تشعر بالعصبية ان وجدتتها عند عودتك.

هذه بعض التعديلات البسيطة التي يمكنك أن تجربها على ديكور منزلك لكسر الروتين والشعور بالامان والراحة أكثر.