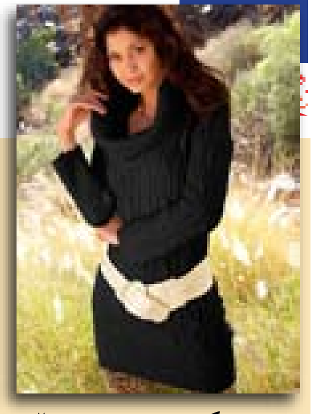


ڕەنگی قژ و پێستت جۆری بلوزەکەت دیاری دەکەن؟

مۆدەکانی جلوبەرگ لە هـــەر وەرزێك جیاوازی دەبێ لەگەڵ کاتێکی دیکە، بۆیە دەبێت خانمان شێوازی جلەکانیان بگۆڕن لە مۆدەیەك بۆ مۆدەیەکی دیکە، ئەمەش لەســەر ئەو جلە دەوەستێت کاتێك دەپۆشرێت، مەبەست لەمەش وەك نموونــە : مۆدەی بلووزی وەرزی زســتان جیاوازی دەبێ لەگــەڵ مۆدەی جلی بەهار، جیاوازییەکانیش لەو لایەنانە دەبێت، لە شێوە و ڕەنگی بلووز یان هەر جلێکی دیکە.

ئـــەم چەند مۆدەیەی بلووز تایبـــەت بۆ وەزری بەهار دروســـت کراوە و دەپۆشرێت، بەتایبەت بۆ دەرەوە و شوێنە گشـــتییەکان، چونکە جوانییەکی گەورە و ناســـکی پێوە دیارە، بۆیە هەر یەکە لەم جلانە دەبێتە مۆدەیەکی ڕێکوپێك و کەشخە بۆ گشت خانمێك. شێوەی ڕەنگەکانیش ئاساییە لە هـــەر ڕەنگێك بێت بە مەرجێك لەگـــەڵ ڕەنگی قژ و پێست بگونجێت.

حەز دەکەی پێستت ناسک و سپی بێت؟

ڕێژەیەکـــی زۆر لە خانمـــان حەز دەکەن پێســـتیان بە جوانترین شـــێوە دەربکەوێت بە تایبەت لەلایەنی سپی بوون و ناسکردنی پێســـت، چەندین هۆکار هەن کار دەکاتە سەر گۆڕینی ڕەنگی پێســـت لەوانە : تیشـــکی خۆر- سەرما و گەرما – لەگەڵ ئەو نەخۆشـــییانەی تووشـــی پێست دەبێت وەك : زیبکە – پەلەی ڕەش، بۆ ئەوەی چارەسەری ئەو کێشـــانە بکەین چەندین ڕێگە هەیە بۆ ئەوەی پێســـت ســـپی بکرێت و جوانتریش بێت لە ڕووی ناسکی و نەرمی، ئەمەش هەنگاوەکانن :

-ئاگاداری ئەو جۆرە کرێمانە بە، ئەوانەی ئەنجامەکانی خراپ دەبێت بۆ ســـەر پێســـت، لەگەڵ ئەوەی هەستیاری دروست دەکات.

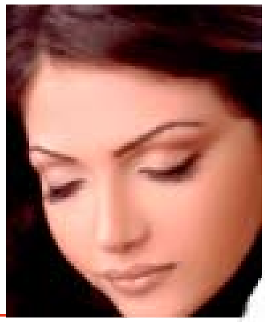
-ئـــەم کرێمانـــەی بۆ پێســـت ســـپی کردن بەکاردەهێنرێت کاتییە و بـــۆ ماوەیەك کاریگەرییەکـــەی نامێنێت.

-دەتوانـــن لە ڕێگەی چەند گیراوەیەك پێســـت سپی بکرێت و لە ڕێگەی ئەو جۆرە ماددانەی جوانتر و ناســـکی بۆ پێســـتت دابین بکەی ئەو ماددانەش لە ڕێگەی سرووشتی دەبێت نەوەك لە کەرەستەی ئامادەکراو وەك کرێمی سپی کەری پێست.

-(٢) کەوچك شـــیر بهێنە و لەگەڵ ئاو تێکەڵی بکە بە جۆرێك وەك شـــلەیەك بێت، بەم شلەیە دەم و چاوت بشۆ بۆ ماوەیەك بووەســـتە، دواتریش بە ئاوێکی شلەتێن ئەو شوێنە بشۆ ئەوەی شلەیەکەت بۆی بەکارهێنابوو.

-هەندێك هەنگوین بهێنە و لەگەڵ شـــیر تێکەڵی بکە، وەك ئـــەوەی ببێتە پارچە هەویرێکی تێکەڵ لە هەنگوین و شـــیر، بەمەش دەکرێت بخرێتە سەر پێست وەك ماسکێکی تایبەت و شەوانە بۆ ماوەی (١٥) خوولەك دابنرێت، دەبێتە هۆی ناســـکی و جوانی بۆ پێســـت، هەوڵبدە هەنگوینەکە زیاتر بێت لە شیرەکە.

سپێنەی هێلکە بهێنە و لەگەڵ هەنگوین، دواتر هەندێك ڕۆنـــی زەیتوون بهێنە و تێکەڵیان بکە، ئەمەش گیراوەیەکی بەسوودە بۆ جوانکردن و سپی کردنی پێست، دەکرێت شەوانە بۆ مـــاوەی (٣٠) خوولەك بەکاریان بهێنیت چ لە ڕێگەی شووشتنی پێست یان دانانی وەك ماسکێك لەسەر پێست.



زەرد... ڕەنگە ک

مـــۆدەی جلوبەرگەکان هەر یەکـــە پابەند دەبێت بە جۆرێك شـــێوازێکی جلەکـــە، لەگەڵ ئەو جۆرە ڕەنگەی لێوەی دەنەخشێنرێت، چەندین جۆرە ڕەنگی جـــوان هەن بۆ ئەوەی جلوبەرگ لەســـەری ڕەنگ بکرێت، جوانی ڕەنگی جلوبەرگ دەبێ لەگەڵ ئەو کاتـــە بگونجێت یان لەگەڵ ئەو وەرزە بگونجێت کە جلەکەی لێوە دەپۆشرێت.

ـــراوەکانی بەهارە

بۆ وەرزی بەهـــار ڕەنگە کراوەکان جوانیان دەبێت وەك: زەرد – ســـەوز – سوور – پەمەیی. ئێمەش لێـــرەدا مۆدەیەکـــی جوانمان بۆ هەڵبـــژاردوون لە ڕەنگـــی زەرد ئامادەکراوە. ئەم مۆدەیە بریتییە لە : چاکێت – کراس – پێڵاو – جەنتا، بەمەش دەستە مۆدەیەکی جوان دروست دەکات بۆ خانمان لەم وەرزە بیپۆشن، چونکە لەگەڵ جوانی بەهار دەگونجێت.

ماکیاژی نەرم و مۆدەیەکی نوێ

مۆدەکانی ماکیاژی دەم و چاو، هەر مۆدەیەك بە شێوەیەك دەردەچێت و شێوەیەکی جوانی دەبێت، بـــەڵام دەبێ بیر لەوە بکەینەوە ئەو مۆدەیە لەگەڵ شێوازی ڕووخســـار بگونجێت، زۆر جار ناکۆکی دروســـت دەبێت لە نێـــوان ڕووخســـار و مۆدەی ماکیاژەکە. مۆدەی ماکیاژی نەرم وەك مۆدەیەکی جوان و ناســـك بۆتە مۆدەیەکـــی گرنگ لەلای گشت خانمان.

ماکیاژی نەرم لە ڕێگەی ماکیاژێکی ســـادە دروست دەبێت بەمشـــێوەیە : پشت چاوەکانت کەم ڕەش بکـــە، ڕەنگی لێوت لـــە ڕەنگێکی پەمەیی، شێوەی ڕووخســـاریش لە ڕەنگێکی پەمەیی کاڵ دەبێـــت، هەروەهـــا بە بریقـــە کردنی لێـــو دەبێتە هەنگاوێك بۆ ئەو جۆرە ماکیاژە.

نەخشەی گوڵ بۆ دەرچوونێک لە شێوازی نوێ

جوانی ئێکسسوارەکان وەك ڕێگەیەکی یاریدەرە بۆ جوانکردنی جەســـتە و جلوبەرگـــی خانمان، چونکە ئێکسسوارەکان دەبنە جوانییەکی لاوەکی بۆ نیشاندانی شێوەیەکی دیکەی جوانکاری بۆ هەر کەسێك کاتێك دەیپۆشـــێت. یەکێك لەو ڕێگایانەی وەك ئێکســـوار دەپۆشـــرێت بریتییە لە (نەخشی جوان و ناسك لەسەر نینۆکەکان)، ئەمەش وەك ئێکســـوارێك بۆ نینۆکی پەنجەکانی دەست دەکرێت.

وەك لـــەم وێنانـــە دەبینـــن شـــێوازێکی جوان لە نەخشاندنی نەخشی گوڵ لەسەر نینۆکەکانی پەنجە، ئەمەش بە دوو جۆرە شێواز ئەنجام دەدرێت، یەکێکیان لـــە ڕێگەی نەخش بـــە بۆیەکانی نینـــۆك، ئەوەی دیکەش لە ڕێگەی نینۆکی دەســـتکرد لە پەنجەکان دەخســـترێت. ئەمەش دەبێتـــە ڕێگەیەك بۆ دەرچوون لە شـــێوازە کۆنەکەی، بۆیەکردنـــی نینۆك و دانانی نەخشێکی تازە بۆ جوانی نینۆکەکان.

ئەمە ئایسکریمە؟

تێکەڵ کردن نێوان کەرەستەکان بۆ ئەوەی شتێکی تازەی لێوە دەربکەوێت، بە نهێنی پیشەسازی لەم سەردەمە دادەنرێت، ئەمەش بۆ ئەوەی کەرەستەیەك دروست بکەن کە جێگەی سەرەنجراکێشان و خۆشی خەڵك بێت. ئەوەی دەبینن ئەگەر یەکێك نەزانێت دەڵێت ئەوە ئایس کریمە و بۆ خواردن بەکاردەهێنرێت، کەچی ئەوانە ئایس کریم نییە و شتێکی ترە !

کۆمپانیایەکی بەریتانی تایبەت بە دروستکردنی سابوون، ئەم جۆرە سابوونەی دروست کردووە لە شێوەی ئایس کریم بۆ ئەوەی خەڵك حەزی پێ بکات و دواتریش بەکاریبهێنێت، هەڵە نەکەن ئەوە سابوونە نەك ئایس کریم.

١٥ پاکەت جگەرە بۆ ئامادەکردنی قژێک

مۆدەکانی جوانکردنی قژ بە چەندین شێواز ئامادە دەکرێت، هەر یەکەش شێوەیەکی جوان و تایبەتی هەیە، هەندێکیان دەبێتە مۆدەیەکی سەیر و سەمەرە و بە جۆرێك سەرسامی گشت کەسێك رادەکێشێت. ئەگەر سەیرێکی ئەو مۆدەیە بکەن و دەڵێن، ئەو کەسە شێتە ئەوەی مۆدەیەکی لەمجۆرە ئامادە دەکات یان دەیپۆشێت.

مۆدەکە بریتییە لە قژێکی دەستکرد لە کۆمەڵە جگەرەیەك، جگەرە دەهێنرێت و بەهۆی مادده لە یەکتر دەبەسترێت بۆ ئەوەی شێوەی قژێك نیشان بدات. وەك لە وێنەکەدا دەیبینین و لە شێوەی قژ دەچێت و، لەم قژەدا نزیکەی (١٥) پاکەت جگەرەیان بەکارهێناوە، بۆیە دەبێتە سەیرترین قژ بۆ خانمان!

گەورەترین بۆق لە جیهاندا راو کرا

ماوەیەك بەر لە ئێستا هەواڵی ئەو بۆقە گەورەیەمان بڵاوکردەوە، ئەوەی لە باشووری ئەفریقیا دۆزرایەوە، شێوەی ئەو بۆقەی پێشوو بچووکتر بوو لەم بۆقەکە ئێستا دۆزراوەتەوە، لە وڵاتی کەنەدا دوو رۆژ بەر لە ئێستا گەورەترین بۆقیان دۆزییەوە، ئەو پیاوەی دۆزییەوە ناوی (مارك)ە و کاتێك لە راوی ماسی دەبێت ئەو بۆقە راو دەکات، وەکو خۆی دەڵێت :

لە دوورەوە سەیرێکی ئەو بۆقەم کرد سەرەتا وامزانی تیمساحە، کەچی لێوەی نزیك بوومەوە وەك تیمساح جووڵەی نەدەکرد، بۆیە هەستم کرد شتێکی دیکەیە، دوای ئەوەی تۆڕم بۆی هەڵدا و کەوتە ناو تۆڕەکەم، بەو شێوەیە راوم کرد.

کچە خزمەتکارە فلیپینییەکان بە ڕۆبۆت دەگۆڕدرێن

لەمەودوا پێویست ناکات خزمەتکارە فلیپینییەکان بهێنین بۆ ئەوەی کار بکەن لە ماڵەکانمان، چونکە لەلایەن گەنجێکی ژاپۆنی، توانی ڕۆبۆتێکی کچ دروست بکات، دەتوانێت بە درێژایی ڕۆژ و شەو کار بکات بەبێ ئەوەی ماندوو ببێت. وەکو لە ڕۆژنامەی (کویبۆری دیلاسیرا)ی ئیتاڵی هەواڵەکە بڵاوکراوەتەوە و ئەو گەنجە خەڵکی ژاپۆنە و ئێستا دانیشتووی وڵاتی کەنەدایە.

ئەو گەنجە ناوی (لی ترۆنگ)ە و تەمەنی (٣٣) ساڵ دەبێت، ڕۆبۆتە کچەکەی گشت کارێك دەکات، هێنانی شت و خواردن، خوێندنەوەی ڕۆژنامە، لەگەڵ ئەوەی پاك و خاوێنی ماڵ ڕادەگرێت و خۆی دەخاتە سەر شەحن لە ڕێگەی بەستنەوەی بە کارەبا. ئەم ڕۆبۆتە کچە ناوی (ئیکۆ)یە و نرخەکەی دەگاتە (١٧) هەزار دۆلار، ئەوەی سەیر بێت شێوەی لە شێوەی کچێکی ڕاستەقینە دەچێت!

ئەمە ئۆتۆمبێلە یان شەمەندەفەر؟

دروستکردنی کەرەستە گەورەکان ئەوانەی لە شێوەی ستانداردی خۆیان زیاترە دەبێتە جێگەی تێڕوانینی هەموو کەسێك، بە تایبەت ئەگەر کەرەستەیەك بێت لە ژێر دەستی مرۆڤ بێت. گشتمان ئۆتۆمبێلی (هەمەر)مان بینیوە، ئەوەی شێوەی لە شێوەی مۆلیدەی کارەبایی دەچێت، شێوەیەکی چوارگۆشە و گەورەی هەیە. چی دەبێت ئەگەر ئەو جۆرە ئۆتۆمبێلە درێژتر و گەورە تر بکرێت !

ئەو هەمەرەی دەیبینن بە تایبەت دروستکراوە و لە وڵاتی (قوبرس)، ئەمەش لەلایەن گەنجێك بە تایبەت داوایکردووە لە کۆمپانیای دروستکردنی هەمەر، درێژی ئەو هەمەرە دەگاتە (١٢) مەتر، لە هیچ شوێنێك جێگەی نابێتەوە ئەگەر بووەستێنرێت، بەمەش دەبێتە گەورەترین ئۆتۆمبێل لە جیهان.

باڵەخانەکانیش بە ئێکسسوار دەڕازێنرێنەوە

ئێکسسوارەکان بۆ جەستەی مرۆڤ بەتایبەت جەستەی خانمان تەرخانکراوە، ئەمەش بۆ زیاتر جوانکاری و ڕازاندنەوەیە، مۆدەیەکی دیکەی ئێکسسوار پەیدا بووە جیاوازە لەوەی لەلای خانمان دەپۆشرێت، لە وڵاتی کەنەدا پیاوێك بەناوی (ساندمان) هۆتێلێکی هەیە بە ناوی خۆی کردووە، ماوەیەکە باڵەخانەکە دروستکراوە هەر لە سەرەتای دروستکردنی ئێکسسواری ملوانکە - بازنگ - ئەڵقەی بە باڵەخانەکە خستووە، ئێکسسوارەکان دیمەنێکی جوانیان بەخشیوە و بۆ باڵەخانەکە، وەك لە وێنەکەدا دەبینن و دەبێتە یەکەم و سەیرترین باڵەخانە ئێکسسواری پێوە بکرێت.

خێزانێک هاوشێوە باوکیانن!

چەندیـــن کەس لە جیهانـــدا بەیەکتر دەچن و شـــێوەی یەکتریان وەرگرتووە، ئێمە دەزانین دوو کەســـێك شێوەیان بچێتەوە سەر شێوەی یەکتر، بەڵام ئەگەر ســـەیرێکی ئەو خێزانە بکەین سەرسوڕمانییەکی گەورە دەمانگرێت، چونکە ئەو خێزانە پێکهاتووە لە باوکێك و (٣) کچ و کوڕێك، ماوەیەك پێش ئێســـتا هاوسەری پیاوەکە مردووە.

ئەو پیاوە (باوکە) ناوی (جێك)ە و دانیشـــتووی وڵاتی ئەریزۆنایە لە وڵاتی ئەمەریکا، گشـــت منداڵەکانی هەمان شـــێوەی باوکیان وەرگرتووە و جیاواز ناکرێنەوە لە یەکتر، چونکە شـــێوەیان تەواو دەچێتەوە سەر شێوەی باوکیان لە گشت شتێك.

ئەو پیاوەی دژایەتی قەدەغەکردنی جگەرەکێشان دەکات

دروستکردنی شتە سەیرەکان بەپێی داهێنان و حەزی تاکەکەسی دەبێت، مەبەست کاتێك کەرەســـتەیەك دروست دەکرێت لە بیرۆکەی کەسێك دەبێت بۆ نازناوێك یان وەك بەهرەیەك بۆ پێویســـتی خۆی، ئەو پیاوەی دەیبینن حەزی لە جگەرەکێشانە بە جۆرێك ڕۆژانە چەند پاکەتێکی جگەرە دەکێشێت، بۆیە بیری لە دروستکردنی ڕێگەیەکی دیکەی جگەرەکێشان کردەوە، ئەویش بە دروستکردنی (قەننە)یەکی گەورەی جگەرەکێشان.

وەك دەبینـــن درێژی ئەو قەننەیە دەگاتە (٢) مەتر و لە پێشـــەوەی (تووتن)ی دەخرێتە ناو، دوای داگیرسانی دەکرێت لە دواوەی فلتەرێکی لێدانراوە وەك جگەرە بکێشرێت، بۆیە بە گەورەترین و سەیرترین قەننەی جگەرەکێشان دادەنرێت.

مشکیش میوزیک ژەنە؟!

زۆرن ئەو گیاندارانەی بەهرەیان هەیە و دەتوانن لە شـــێوەی بەهرەکانی مرۆڤ لاسایی بکەنەوە، وەك ئەو چەندین گیاندارانەی لە ســـێرك و نمایشەکان یاری ســـەیریان پێدەکەن، ئەگەر بێت و سەیرێکی

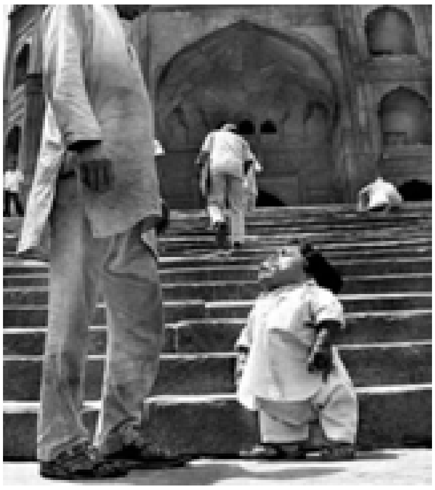
ئەو مشکە بکەین بەهرەیەکی سەیری لێوە دەبینین، چونکە ئەو مشـــکە لە مشکی ئاسایی جیاوازە و دەتوانێت چەندین شـــت بکات، ئەمـــەش فێرکراوە لەلایەن خاوەنەکەی.

خاوەنی ئەو مشکە، پیاوێکە لە وڵاتی نیوزیلەندا دەژیت و ئامێری میوزیکی بچووکی بۆ دروســـت کراوە و ئەویـــش لە خۆیەوە دەتوانێـــت ئامێرەکان بژەنێت بەپێی ئەو شێوەیەی خۆی دەیەوێت.

پایســکلی (٣) قاتیش دروستبوو!!

پایســکل وەك ئامێرێکــی ســادە مــرۆڤ بەکاریدەهێنێت بۆ گواستنەوە و هاتوچۆ، شێوەی پایسکل لەلای گشــتمان ئاشکرایە لە دوو تایە پێکدێت و بەهۆی یەکسانی لە رۆیشتن دەڕوات، کەچی وادیارە لەلای ئەو پیاوە پایســکل شێوەی دیکەی هەیە و نایەوێت لاسایی خەڵك بکاتەوە لە لێخوڕینی پایسکل. ئەو پیاوە ناوی (ئەمیراڵد)ە و دانیشــتووی شاری (تیکســاس)ە لە وڵاتی ئەمەریکا.

لەســەر داوای خــۆی دەچێتــە کارگەیەکی دروســتکردنی پایســکل بۆ ئەوەی پایسکلێکی پێکهاتوو لە (٣) پایســکل بۆی دروست بکەن و شــێوەیەکی بەرزی هەبێــت، وەك لە وێنەکەدا دەبینن چۆن ئەو پایسکلە سەیرە لێدەخوڕێت بەبێ ئەوەی بکەوێت.



ئەو پیاوەی بەدوای ژندا وێڵە!

ئەو مرۆڤانەی تووشــی نەخۆشــییە جیینییەکان دەبنەوە لە داهاتوو کاردەکاتە سەر شێوەی جەستە و مێشکیان، ئەو پیاوەی دەیبینن شێوەیەکی بچووکی هەیە و لە وڵاتی هیندستان دەژێت، کاتێك لە دایك دەبێت بەهۆی نەخۆشی هۆرمۆنەکانی گەشەکردنی جەســتەی گرفتی دەبێت، بۆیە جەستەی گەشە ناکات.

ئێســتا تەمەنی ئەو پیاوە نزیکەی (٢٩) ســاڵە و درێژی باڵای تەنیا دەگاتە (٥٥) سەنتیمەتر، ناوی (شایمەر)ە، وەکو خۆی دەڵێت : حەز دەکەم ژیانی هاوســەری پێکبهێنم و بتوانم وەك خەڵکی ئاسایی ببم بە باوك و نەوەی خــۆم ببینم، نامەوێت کەس وا هەســتم پێبکات من کورتە باڵام یان جەســتەم تەواو نییە !

فەرشی گوڵ

دوای ئــەوەی لــە ژمارەی پێشــوو باســی ئەو فەرشــەمان کرد ئەوەی لە خۆڵ دروســت کرابوو لە وڵاتی ئێران، وادیــارە وڵاتی بەلجیکا دەیەوێت پێشبڕکێی ئێران بکات لە دروستکردنی فەرشێکی گەورەتر لەوەی دروست کراوە، بەڵام لە خۆڵ نەبێت و لە ماددەیەکی دیکە بێت.

ئەو فەرشەی دەیبینن لە شاری برۆکسێل دروستکراوە و ســەرتاپای ئەو فەرشــە لە گوڵ ئامادەکراوە، نزیکەی (٣٠٠) جۆرە گوڵیان بەکارهێناوە بۆ تەواو کردنی فەرشــەکە. رووبەری ئەو فەرشــە دەگاتە (٣٥٠) مەتر دووجا، بە جوانترین فەرش دادەنرێت لە جیهان.

ئەمانە مرۆڤن یا فڕۆکەی جەنگییە!

ئامادەکردنی نمایشە بچووک و سەیرەکان ماندووبوونێکی گەورەی دەوێت، سەرەڕای ئەوەی بیرۆکەیەکی گەورە و قوڵی پێویستە، بە تایبەت ئەگەر بێت و نمایشەکان لە جەستەی مرۆڤ ئامادەبکرێت، بەبۆنەی دامەزراندنی هێزی ئاسمانی ئەڵمانیا توانیان شێوەی فڕۆکەیەکی f١٦ وەکو نمایشێك ئامادە بکەن لە کۆمەڵە مرۆڤێك.

وەك لە وێنەکەدا دەبینن چۆن لە وێنەکەدا سەربازەکان وەستاون و شێوەی فڕۆکەیەکی جوانیان دروست کردووە، ئەوەی لە دوورەوە سەیری ئەو دیمەنە بکات وادەزانێت فڕۆکەیەکی ڕاستەقینەیە، کەچی فڕۆکەکە لە جەستەی مرۆڤ دروست کراوە.

بۆ ئاســـــوودەیت

☺ - جارێکیـــان مانـــگا وکەرێك شـــەڕ دەکەن و دوای شەڕەکە، کەرەکە تووڕە دەبێت و دەچێت لە سەر دیوارێك بە گەورەیی دەنووسێت (مانگا کەرە)!!

☺ -پیاوێك یەکـــەم جاری دەبێت دەچێتە ســـینەما، لە ســـینەما فیلمەکە لەسەر (گا)یەکی ســـەر شێت دەبێ و بـــە ناو خەڵـــك دەکەوێت، پیاوەکەش تەنـــگاو دەبێت و هەڵدەســـتێتەوە دەڵێ کاکە با ئەو گایە بکوژین، خەڵکیش پێیدەڵێن : کاکە ئەوە فیلمی سینەمایە..

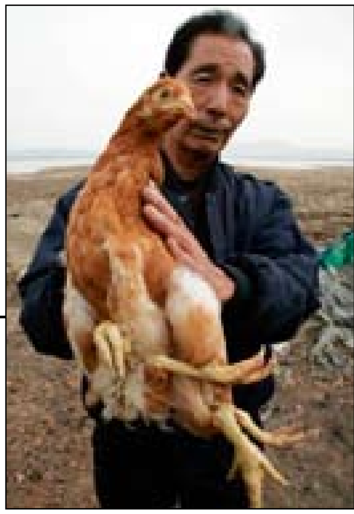
پیاوەکەش دەڵێـــت : دەزانم فیلمە بەڵام ئەو گایە نازانێت فیلم چییە!

مریشکە قەڵەوەکەی جیهان

شێوە گەورەکانی گیانداران ڕۆژانە لە شتی تازە و گـەورە و بچووك دەردەکەوێت، هەیە لە قەبارەی ستانداردی خۆی لادەدات و شێوەیەکی دیکە وەردەگرێت، ئەوەی دەیبینن بریتییە لە گەورەترین مریشك لە جیهان، ئەمەش لە گوندێکی وڵاتی ژاپۆن دەرکەوتووە، شێوەی ئەوەندەی دوو مریشکی ئاسایی دەبێت.

کێشی ئەو مریشکە (١٠) کیلۆگرامە و تا ئێستاش مریشکی لەم شێوەیە نەبووە !

خـاوەنی مریشکەکە دەڵێت : ئـەو مریشکە بـە بچووکی قەبارەی گـــەورە بـــوو، تا ئێستاش جەستەی لە گەشەکردندایە و بۆیە لە ناو گشت مریشکەکان دەردەکەوێت.

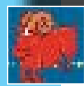


بەم زمان درێژییەوە کەم قسە دەکات!

ماوەیەك پێش ئێستا هەواڵی ئەو کۆمەڵە کچەمان بڵاو کردنەوە ئەوانەی درێژترین زمان بوون، وامان زانی تەنیا کچ زمانیان درێژە و کەچی ئەو لایەنە پیاوانیش دەگرێتەوە. مەبەست لە زمان درێژی نەوەك ئەوەی زۆر قسە بکات، بەڵکو ئەوەی درێژی گۆشتی زمانی درێژە.

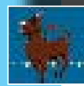
ئەو پیاوەی دەیبینن ناوی (جایك)ە و لە وڵاتی ئەمەریکا دەژییت، درێژی زمانی دەگاتە (١٥) سەنتیمەتر لە دەرەوەی دەم، بەمەش کەس نەبووە تا ئێستا زمانی ئەوەندە درێژ بێت و ئەوەی سەیر بێت کەمیش قسە دەکات.

کەلـــوەکـــان



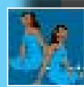
کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

هەواڵێکی خۆشـــت پێ دەگات کە دەبێتـــە هۆی ئـــەوەی بەچاوێکی دیکە لە ژیـــان بڕوانیت، لە ڕووی ســـۆزدارییەوە لەوانەیە کەســـێك بناســـیت و ببێتە هـــۆی درووســـتبوونی پەیوەندی. ئەم هەفتەیـــە زۆر گونجاوە بۆ بیرکردنەوە و پشودان و نوێ بوونەوە لەهەموو بوارەکاندا،



گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

چەند ڕۆژی ڕابردوو زۆر ئاســـوودە نەبووی بەڵام ئەم هەفتەیە پێکەنین دەبێتە هاوڕێیەکی بەردەوامت، باش بوونی باری دەروونیـــت یارمەتیت دەدات بۆ ئەوەی هەســـت بە دڵخۆشی بکەی، پێویستە کەسە نزیکەکانت لەبیر نەکەی، کاتێکی خۆش لەگەڵ خۆشەویستەکەت بەسەر دەبەی.

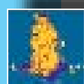


دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠

ئەگـــەر بیر لە هەندێ گۆڕانکاری لە ژیانـــی تایبەتیـــت دەکەیەوە و چاوەڕێی دەرفەتێـــك دەکەی، ئەوا بزانە ئێستا باشـــترین کاتە بۆ دەستپێکردنی. لەهەمان کاتدا ئـــەم ماوەیە زۆر لەبەرژەوەندی تۆدا دەبێت لە ڕووی خۆشەویســـتییەوە و دەبێتە یەکێك لە خۆشترین هەفتەکانی تەمەنت.

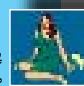
قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

ئـــەم ماوەیـــە پەیوەندیەکانـــت گەشـــەکردن بەخۆیانـــەوە دەبینن و چەنـــد لایەنێکـــی نـــوێ لەژیانت دێنە کایـــەوە، بەتایبەتی ئەگەر خۆشەویســـتت نییە لەوانەیە هەســـتی شـــەرم و دوو دڵی ماڵئاوایـــی بکـــەن و ڕازی دڵی خۆت بەو کەســـە بڵێی کە دەمێکە بە نهێنی خۆشت ئەوێت یان هەستێکت بەرامبەری هەیە.



شێر ٣/٢٣ - ٨/٢٢

بێ هیوا مەبە لەو بارودۆخەی کە تێیدای دڵنیابە ڕۆژانی داهاتوو ناخۆشـــیەکان کۆتاییان پێ دێت و لەســـەرجەم بوارەکانـــدا لاپەڕەیەکی نوێ لەژیانـــت دەکرێتەوە. ئەو کاتەی خەونەکانت دەبنە ڕاســـتی پێویســـتە یارمەتی کەســـە نزیکەکانـــت بدەی بۆ ئـــەوەی دڵیان خۆش بێت.

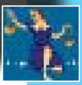


گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

پێویستت بە خۆماندووکردنی زیاتر هەیە بۆ گەیشـــتن بە ئاواتەکانت، هەموو کاتێك ئـــەوەت لە بەرچاو بێت کە مەرج نییە بەردەوام لە ســـەرکەوتن دابیت بەبێ ئەوەی هەوڵی بەردەوام بدەیت، لەبواری داراییەوە پاداشـــتێکت پێ دەگات کە زۆر ســـوودی بۆ تـــۆ دەبێت ئەگەر بە ژیری خەرجی بکەیت.

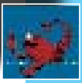
ئا/ هێمن قەسرەیی

کەلــــوەکـــان



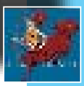
تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

چالاکیەکانـــت یارمەتیـــدەرن بۆ بەدەستهێنانی دەستکەوتی ماددی کە ئێستـــا زۆر پێویستیت پێی هەیە. هەوڵ بدە چاوت بە هاوڕێ نزیکەکانت بکەوێت بۆ ئەوەی چەند یادگاریەکی کۆنت بێنەوە یاد، وەرزش کردن و پەیڕەوکردنی سیســـتەمێکی تەندروست لەنانخواردندا زۆر پێویستە.



دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

چـــاوت بەکەســـێك دەکەوێت کە لەمێژە خەون بـــە دیتنی دەبینی، بەخـــت دەبێتـــە هاوڕێـــت و زۆر هەســـت بە ئاســـوودەیی دەکەی بەتایبەتی لەکۆتایی ئەم هەفتەیەدا، ئەگەر خۆشەویســـتت نییە لەوانەیە خۆشەویستی لـــەدەرگای دڵـــت بدات و کەســـێك ببێتە خۆشەویستت.

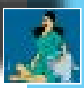


کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

گوێگرتن لە مۆســـیقا و گۆرانی ئارام لەم ماوەیەدا زۆر پێویســـتە بەتایبەتی لەو کاتانەی هەست بە دڵتەنگی دەکەیت. بەشداری کردن لە چەند بۆنەیەکی کۆمەڵایەتیدا لەوانەیە ببێتە هۆی ئەوەی کەســـێکی نوێ بێتە ناو ژیانتەوە و پەیوەندیەکی ڕۆمانسی درووست بێت.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

هەندێك شـــتت بۆ روون دەبێتەوە کە دەمێکـــە تامەزرۆی ئەوەبووی بیانزانـــی، لەوانەیە ئـــەم ماوەیە لەسەرجەم بوارەکاندا گۆڕانکاری لە ژیانت درووســـت بێت و لەزۆربەیان لەبەرژەوەندی تۆ دا دەبێت. ئـــەم هەفتەیە زۆر لەبارە بۆ گەشتکردن و سەردانی خزم و هاوڕێکانت.



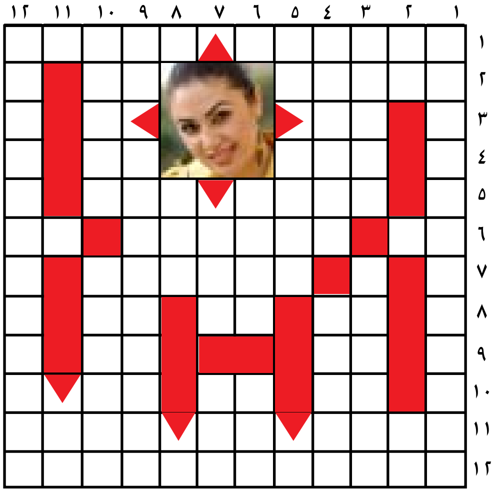
گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

هەســـتی خۆت بۆ هەموو کەسێك مەدرکێنـــە لەبەر ئـــەوەی دوور نییـــە لەداهاتـــوودا گرفتـــت بۆ درووست بکات، واهەســـت مەکە ئیتر بەو کەســـە ناگەی کە لە دڵـــت دایە، لەوانەیە دڵی بگۆڕێت و خـــۆی داوای پەیوەندیت لێ بکات، هەواڵێکی خۆشـــت پێ دەگات، ئاگاداری باری تەندرووستیت بە.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

هەتـــا کـــەی چاوەڕوانـــی بیســـتنی وشـــەیەکی لە دەمی بەرامبەرەکـــەت، ئەو کەســـەی بیری لێ دەکەیـــەوە بـــە زۆر ڕێگا هەســـتی دڵی خۆی بۆت دەربڕیوە، بۆیە ئەگەر دەتەوێت پەیوەندیەکی سۆزداری دروست بێت ئەوەندە دوو دڵ مەبە و هەســـتی خۆتی پێ بڵێ. هاوڕێکانت لەیاد مەکە.

ئا/ فەرهاد محەمەد ئاژگەیی



ئاسۆیی:

١- کچە گۆرانیبێژێکی کوردە خاوەن وێنە- جیایەکی کوردستانە(پ).
٢-شاعیرێکە لە پاکستان(پ)- بەشێکە لەلەش.
٣- مێردی کرد(پ).
٤-سێ پیتی جیمی- وەکو یەك.
٥- دایە(ت)- شارێکە لە فەرەنسا.
٦- نیوەی عەلی- وڵاتێکی ئەوروپییە- تەنیشت.
٧- چوار پیتی چاکسازی.
٨-ڕێگا(پ) لاواز- تەواو.
٩-ژمارەیەکە- وەکویەك.
١٠- تەزیو(پ)- وەکویەك-دووپیتی ناز.
١١- دەستوور(پ)- بزر- شارۆچکەیەکی عێراقە.
١٢- گۆرانیبێژێکی کوردە.

ستوونی:

١- گۆرانیبێژێکی کۆچکردووە(پ).
٢- نەخۆشیەکە(پ)- دووپیتی سەر.
٣-کچە گۆرانیبێژێکی کروەە- شارێکی کوردستانە(پ).
٤- گۆرانیبێژێکە(پ)- وڵاتێکی ئەوروپییە.
٥- خواردنی ئاژەڵ(پ)- جیایەکە(پ).
٦- بەهارات(پ)- تیغ(پ).
٧- ئامێرێکی مۆسیقایە- شارێکی کوردستانە.
٨- شارێکە لە فەرەنسا.
٩-دژی نێر(پ)- وەکویەك- جۆرە ئاژەڵێکە.
١٠- روەکێکی بێ هۆشکەرە- مۆسیقاژەنێکی جیهانی بوو(پ).
١١- نیوەی ڕەوا.
١٢- ئەکتەرێکی بەناوبانگی کوردە.

بۆ زاخـــاوی مێشک

بۆ زانینی ئاستی زیرەکیت، هەوڵبدە ئەنجامی ئەم شێوە شیکارە بدۆزیتەوە..

ئەم چوارگۆشانە بە پیت پڕ بکەرەوە کە لە کۆتایی ناوێکت بۆ دەردەچێت بتوانە لە ماوەی (٥) خولەکدا ناوەکە بدۆزیتەوە، ئەمەش وەك سوود وەرگرتن لەم ئاسانکاریانەی خوارەوە:

ئاسانکاری

- پیتی خانەکانی (٥+٦+٧) کۆ بکەیتەوە بە مانای (کەرەستەیەکی چەورە بۆ ئامادەکردنی خواردن بەکاردەهێنرێت).
- پیتی خانەکانی (١+٢+٣+٤) کۆ بکەیتەوە بە مانای (بیرە بە زمانی ئینگلیزی — خواردنەوەیەکی سووکە).
- پیتی خانەکانی (١+٢+٤) کۆبکەیتەوە بە مانای (شارێکی بچووکە لە کوردستانی تورکیا).
- پیتی خانەکانی (٤+٩) کۆ بکەیتەوە بە مانای (ئەنجامی جارانی ٣ جاران ٣)!

* وەڵامی ژمارەی پێشوو وشەی (جۆزەردان) بوو