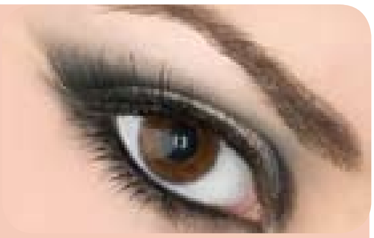
نموونەی جلوبەرگ بۆ

خانمانی كورد هەمیشـــە خەون بە رۆژی ئاهەنگی خۆیـــان دەبینن، لەوەی چ جۆرە جلێكی ناســـك و رازاوە بپۆشـــن، ئەمەش وادەكات ببێتە یەكێك لـــە خەونە جوانەكان، لە رێگەی هەڵبژاردنی جلەكان بۆ خانمانی بووك یان رۆژی نیشان كردن، دەبێ یەكێك لە نایابترین جلەكان بۆ خانمانی ئاهەنـــگ دەستنیشـــان بكرێ.

ئەڵقەكانی پەنجە لە گرنگترین خاڵی جوانیاندا

جـــوانـــی و پێویســـتی بۆ ئەڵقەكان شـــێوەیەكی تایبەت دەبەخشـــن لە دانانـــی چەندین رێگا بۆ ئـــەوەی لە تایبەتمەندی ئێكســـوارەكان كەم نەكەنەوە، لێرەدا دەبێ خانمان جۆرەها ئەڵقە بەدەســـت بهێنن تا لـــە نزیكەوە ببن بە خـــاوەن ئەڵقەیەكی تایبەت، مۆدە تـــازەكان لە بواری ئەڵقەی پەنجە، دەبێتە یەكێك لە سادەترین مۆدەكان، وەك ئەڵقەیـــەك لە ئەڵماس، یان هاوشـــێوەی ئەڵماس، ئەمەش دەبێتە هێمایەك بۆ جوانی.

چەندیـــن جـــۆری ئەڵقە دەركەوتوون، تەنانـــەت دیمەن و شێوەیان جیاوازی هەیە لە یەكتر، ئەوەی لە مۆدە تازەكاندا دەركەوتووە بریتین لە: بوونی نەخشێك یان هێمایەك لەسەرەوەی ئەڵقەكان و بەمـــەش جوانییەكـــی گەورە دەبەخشێ.



ماكیاژی دوو رەنـ

ماكیـــاژی چـــاوەكان پێویســـتی بـــە ئامادەكاری و دانانی بیرۆكەیەكی جوانە تاوەكـــو كاری دانانی رەنگەكان بكەین، تەنانەت دەبێ رەنگەكان لەگەڵ رەنگی چاو یـــان رەنگی ماكیاژی رووخســـار بگونجێ و رێكخستن لە نێوانیان دروست بێ، یەكێك لە ماكیاژە جوانەكان بریتییە لە دانانی دوو رەنگ بۆ پشت چاوەكان.

گوڵان
ژمارە (٨١٠)
٢٠١٠/١٢/٢٠

ڕۆژی نیشان کردن

کاتێـــك خانمان بۆ هەڵبژاردنی یەکێك لە جلەکان نیگەران دەبن، دەبێ یەکێك یارمەتیدەر بێ بۆ ئەوەی ئەو جلە هەڵبژێرێت و لە هەمان کاتیشدا جوان و رازاوە بـــێ لای خانمی ئاهەنگ، نموونەی مۆدە تازەکانی جلی بووك و نیشـــان کردن لەم چەند وێنەیـــەدا دەردەکەوێ و دەبێتە مۆدەیەکی سەرنجڕاکێش.

تـازەتـرین مۆدەی پێڵاوی زستان

لەگەڵ هاتنی باران و وەرزی سەرمایەکی توند، دەبێ خانمان جـــۆری پێڵاوەکانیان گۆڕانکاری بەسەردا بێ و لە مۆدە تازەکاندا یەکێك لە پێڵاوە جوانەکان هەڵبژێرن بۆ ئەوەی مۆدەیەکـــی تایبەت بێ لە ئێکسسوار و جلوبەرگە سەرەکییەکانی هەر خانمێك بوەشێتەوە، پێـــڵاوەکان رۆژانە بە ستایلی تازە و لەگەڵ جـــوانـــی مـــۆدەکان دەگۆڕێت، بەڵام ئەوەی دەبێتە مۆدەیەکی شایستە بریتییـــە لـــەو پێڵاوانەی پێی خانمان گەرم ڕادەگرێ و لەگەڵ ئەوەشـــدا جوانییەکی ڕەها دەبەخشێ.

پێڵاوەکانی وەرزی زستانە دەبێ بە پاژنەی بەرزەوە بن، ئەمەش وەك رێگەیەك لـــە نەچوونە ژوورەوەی ئـــاوی باران و پارێـــزگاری لە جوانی و ناســـکی قاچەکان، ئەو جـــۆرە پێڵاوانەش لەلایـــەن چەندیـــن خانمانەوە هەڵبژێردراوە بۆ ئـــەوەی مۆدەیەك بێ لـــە نموونەتریـــن پێڵاوی زستانە بۆ خانمان.

ـــگە بۆ چاوەکان

ماکیـــاژی دوو رەنگـــە، شـــێوەیەکی ســـەرنجڕاکێش لەخۆ دەگـــرێ، لەگەڵ ئەوەشدا دەگونجێ بەرانبەر رەنگی پێست و چاوەکان، بەمەش دەتوانین جوانییەکی رازاوە لەم مۆدەیە بەدی بکەین، کەچی کارێکی ئاســـان و سادەی دەوێ تاوەکو مۆدەیەکی لەم ماکیـــاژە بۆ چاوەکانت ئەنجام بدەیت.

بەرپرسی فایلی ڕەنگاوڕەنگ: ئیوان گەردی بۆبابەت و سەرنجەکانت پەیوەندی بکە :

Mobile: 07504679560 Email: iwan_gardi@hotmail.com

خۆشەویستی لەلای گیاندارانیش هەیە

وادیارە خۆشەویستی هەر تەنیا لەلای مرۆڤ سەرهەڵنادات، تەنانەت لەلایەن گیاندارانیش بە چەندین شێوەوە دەردەکەون، لە کوردستانیش گیانداران هەن و بۆیە پێدەچێ ئاژەڵانی ئێرەش هەستەکانیان بجووڵێ و بە نموونەی ئەم وێنە زیندووەیە بۆ ئەوەی بەڵگە بێ کە خۆشەویستی لەنێوان گیانداران هەیە، ئەمەش و وێنەی دوو پشیلەی جوانە دەبینن و لەژێر باڵ و لە ناو باوەشی یەکتردا خۆیان کردۆتە بە یەك، ئەمەش هێمایەکی جوانە لە خۆشەویستی و پێدەچی پشیلەکانی کوردستانیش عەشقێنی بزانن.

ترافیک لایتی تازە

ڕەنگە لە ماوەیەکی دیکەدا شێوەی ترافیك لایتەکان کە شێوەیەکی کۆن و پێکهاتوو لە (٣) ڕەنگەکان گۆڕانکاری بەسەردا بێ و لە بری ئەوەوە، بیرۆکەیەکی تازە لەم لایەنە بەکاربهێنن، ئەویش بیرۆکەی کاتژمێرە خۆڵەکان دابنرێن، کە بە سیستەمێکی ئەلیکترۆنی کار بکات و بەردەوام ڕێنمایی بە شۆفێر بدات بۆ ئەوەی ئاگاداری ترافیك لایت بێ و لە کاتی خۆیدا بڕوات یان بوەستێت، ئەمەش لە کاتێکدا دێ کە سەرپێچی لە ترافیك لایتەکانی ئێستاوە زۆری کردووە و بۆیە ڕێگەی چارەسەری بۆ دادەنرێ.

کاتی بیری دەبێتە سانتا کلۆز

دیمەنێك لە ئاهەنگێکی تایبەتی خانمە گۆرانیبێژی جیهانی (کاتی بێری) بە جلی سانتا کلۆزەوە وەك پێشەکییەك لە ئاهەنگەکانی کریسمەس.

جوانی مەرکانە خۆماڵییەکان

مەرکانەکان دەبنە مۆدەیەکی جوان لە ناو ماڵەکاندا، تەنانەت مەرکانەی خۆمانی هەن کە دەستکردی خۆماڵین و بە چەندین شێوەی جوان دروست دەکرێن، ئەمەش یەکێکە لە مەرکانە جوانەکان کە شێوەیەکی سەرنجڕاکیش و جوان دەبەخشێ، کە لە ماددەیەك دروست دەکرێ لە خاکی کوردستان هەیە، لەلایەن وەستایانی خۆمانەوە کاری لەسەر دەکرێ، ئەمەش دەبێتە یەکێك لە مەرکانەکان کە لە شێوەی (گۆزە) دەرکەوێ، دەکرێ سوودی لێوە ببینرێ خاوێن ڕاگرتنی ئاو تیایدا، یان دانانی گوڵ و بکرێ بە گوڵدان لە ماڵەوە، ئەمەش دەبێتە نموونەیەکی جوان لە دیکۆری ماڵ.

فەرشی کوردی بۆ رازاندنەوەی ماڵەکان

فەرش و رایەخەکانی ماڵەکان بە چەندەها مۆدەی وڵاتانی جیهان و تەنانەت چەندین شێوە و نەخشی جیاواز دەردەکەون، بۆیە کوردیش بێبەش نییە لە بەرهەمهێنانی فەرشی کوردی جوان و رازاوە، ئەوانەش نموونەیەکی جوانن لە فەرشە جوانەکان بۆ ئەوەی ناو ماڵی کورد بە فەرشی جوانی لەم جۆرە رازاوە بکرێنەوە، یەکێك لە سەرەکیترین جوانییەکانی فەرشی ماڵ، بریتی دەبێ لەو نەخش و نیگارەی لە ناوەڕاست یان هەر لایەنێکی فەرشەکاندا دەردەکەون، بۆیە دەبێتە رێگەیەك لە دەرخستنی جوانی و رازاوەیی ماڵەکان.

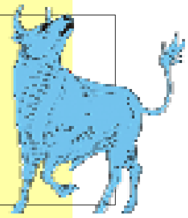
ئافرەتێک کێشی (٣٥٠) کیلۆگرامە

کاتێك مرۆڤ تووشی قەڵەوی دەبێ، وەك نەخۆشییەکی دوور لە دەست، کار دەکات لەسەر گەورە بوونی شێوەی جەستە و تەنانەت وادەکات کە رۆژێك لە جێگەکەتدا نەتوانی هەڵبستیتەوە، ئەمەیە چیرۆکی ژیانی ئەو خانمەیە کە بە هۆی قەڵەوی زۆر بە ئاستەم دەتوانێ لەسەر پێخەفەکەی هەڵبستێتەوە.

لە شاری ئۆهایۆنی ئەمریکی ئافرەتێك بە ناوی (تێری) کە تەمەنی (٤٩) ساڵە و بە هۆی قەڵەوییەکی کوشندەوە ناتوانێ لە جێگەی خۆی هەڵسێتەوە، کێشی جەستەی دەگاتە (٣٥٠) کیلۆگرام.

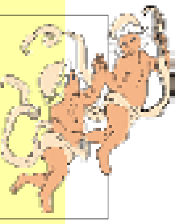
کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

هەڵوێستی کەسێکی خۆشەویستت دەبێتە هۆی ئەوەی سەرنج و ڕوانینت بەرامبەری بگۆڕێت و پەیوەندی نێوانتان وەك جاران بەهێز نابێت، لایەنی گرنگ ئەوەیە کە هەڵەی تۆ نەبوو بۆیە زۆر بیری لێمەکەوە.



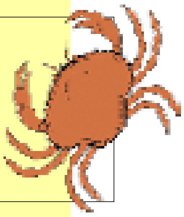
گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

ئێستا کاتێکی زۆر گرنگە بۆ دەستنیشانکردنی کەسی بەرامبەر، باش بیر بکەوە و هەوڵ بدە هیچ بڕیارێك بە خێرایی نەدەی، چەند نهێنیەکی گرنگ دەزانیت کە پێشتر بە شێوەیەکی تر ناوەرۆکی ئەو بابەتەت ئەزانی و ئێستا ڕاستیەکانت بۆ ئاشکرا دەبێت



دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠

کاتێکی زۆر خۆش بەسەر دەبەی بەشێوەیەکی گشتی ئەمەش دەبێتە هۆی ئەوەی زیاتر گەشبین بیت و بڕوات بە تواناکانت زیاتر دەبێت. هاوڕێی ژیانت ڕۆڵێکی گەورەی هەیە بۆ خۆشبەختی تۆ و چەند کارێك دەکات کە لەبەرژەوەندی ئێوە دایە.

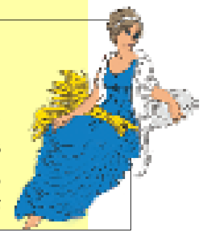


قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

لەوانەیە هەندێ گرفتی بچووك بێنە سەر ڕێگای پەیوەندی نێوان خۆت و خۆشەویستەکەت، هەموو هەوڵێك بدەن بۆ ئەوەی ئەو گرفتانە کاریگەری نەبێت و نەبێتە هۆی کۆتایی هێنانی پەیوەندی نێوانتان، پێویستیت بە یارمەتی هاوڕێکانت هەیە

شێر ٣/٢٣ - ٨/٢٢

باری داراییت باشبوونێکی بەرچاو بەخۆیەوە دەبینێت، پێویستە زیاتر بیر لەباشتر کردنی پەیوەندیەکانت بکەیەوە و هەڵەکانت ڕاست بکەیتەوە. چاوەڕوان بە ئەم هەفتەیە هەواڵێکی خۆشت پێ دەگات، هەڵسوکەوتی یەکێك لە هاوڕێکانت بێزارت دەکات.



گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

خۆشەویستەکەت گلەیی ئەوەت لێ دەکات کە وەك جاران خۆشت ناوێت و گۆڕانکاریت بەسەر هاتووە، ئەگەر بۆ وەڵامی قسەکانی بەڵگەیەك یان هۆکارێکت ڕوونت پێ نەبێت لەوانەیە کاریگەری دروست بکات لەسەر پەیوەندی نێوانتان.

ئامادەکردنی:داریۆ

قوفڵی مۆبایل!

کێ ئەزانێ ئەو پیاوە بۆ قوفلی لە مۆبایلەکەی داوە، کە ئەو قوفلە گەورەیەی تێخستووە و تەنانەت دەڵێی دوکانی زێڕنگرە بۆ ئەوەی مۆبایلەکەی نەدزرێ، ئەو پیاوە سەیرە تەنیا لەترسی ونبوونی مۆبایلەکەی ئەو قوفڵەی تێخستووە، ئەوەی سەیرتر بێ، ئەگەر تەلەفۆنێکی بۆ بێ، دەبێ چارەگە سەعاتێك خەریکی کردنەوەی قوفڵەکە بێ.

سەیرترین پێڵاوی ئافرەتان

یەکێك لە تازەترین مۆدەکانی پێڵاوی خانمان، کە لە شاری نیویۆرکی ئەمریکی لە دواترین نمایشی جیهانی بۆ کەرەستە سەیرەکان ئەنجام درا، ئەمەو ئەو پێڵاوە شێوەیەکی سەیر لەخۆ دەگرێ و تەنانەت ئافرەتانیش بە ئاستەم دەتوانن لە پێی بکەن، بە هۆی شێوەی دواوەی کە شایستە نییە بۆ لە پێ کردن.

یاری پیت ڕیزکردن

هەوڵبدە ئەو پیتانەی ناو بازنەکان ڕێکبخەی بۆ ئەوەی ناوی شارۆچکەیەکە لە کوردستان بۆ دەرچێ

ن ا ە ك ع و

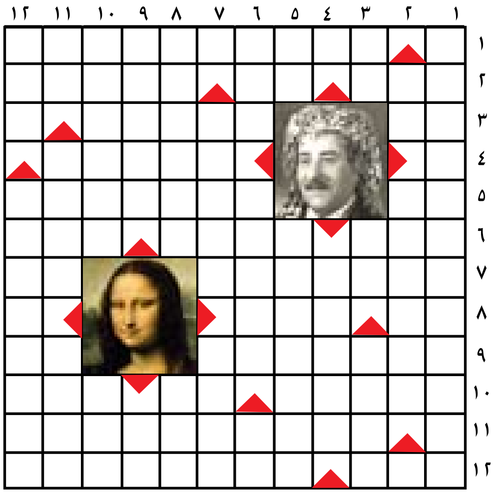
وەڵامی ژمارەی پێشوو (قرژاڵ)

برنادشۆ (گەورە نووسەری ئێرلەندی) دەڵێ: نوکتە بچووکترین بەشی ئەدەبە!

- چوار پیاو سواری تەکسییەک ئەبن و پارەیان پێ نییە، بەڵام فێڵێک ئەکەن: هەر کە ئەگەنە شوێنی خۆیان بەپەلە دائەبەزن و ڕائەکەن. هەر ڕائەکەن و ڕائەکەن. ئەگەنە باڵەخانەیەک و سەرئەکەونە سەرەوە، ئەچنە سەربانەکە و پشتیان ئەنوسێنن بە دیواری هەورەبانەکەوە. کەمێک بێدەنگ ئەبن و یەکێکیان بەوەی تەنیشتی ئەڵێ: وابزانم نەجاتمانبوو. بەڵام ئەرێ

جیاوازی وێنە!

بۆ زانینی ئاستی زیرەکی مێشك لەماوەی (٢) خولەکدا (٨) جیاوازی لەم دوو وێنەیە بدۆزەوە



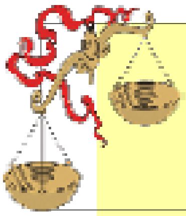
ئاسۆیی:

١- حەیـــران بێژوگۆرانیبێژێکی کۆچکردووی خاوەن وێنەکە.
٢- روخا(پ) خواردنی ئاژەڵ- شارۆچکەیەکی کوردستان(پ).
٣- جـــۆرە خواردنەوێکە- چنێکـــە لەدەوری گۆی زەوی.
٤- ئامێرێکی کارەبایی ماڵانە(پ).
٥- نیوەی دهۆك- داستانێکی کوردییە(پ).
٦- رووبارێکـــە لـــە کوردســـتان- نایە(ت)- میوەێکە.
٧- بۆرسەیەکی جیهانییە(پ)- تەنیشت.
٨- نیوەی شوان- چێژ.
٩- مۆســـیقاژەنێکی جیهانیە(پ)- بەشێکە لەلەش.
١٠- ناوێکـــی کوڕانـــە(پ)- وەکویـــەك- میوەێکە.
١١- گۆڵچـــی هەڵبـــژاردەی ئیســـپانی بوو(پ).
١٢- خۆشەویســـت- شـــاعیرێکی رۆمانسی ئیتالی بوو.

ســـتوونی:

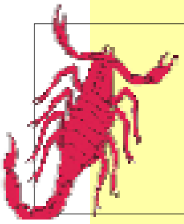
١- دوو یاریزانی ئیتاڵی بوو(ت).
٢- خۆم- شارێکە لە ئەڵمانیا.
٣- وەکویـــەك- ژمارەیەکـــە- جـــۆرە کاتژمێرێکە(پ).
٤- بەهجەت(ت).
٥- بەشێکە لە لەش- پایتەختی وڵاتێکی ئەفریقییە(پ).
٦- پێویســـتی ژیانە(پ)- پایتەختی وڵاتێکی ئەفریقییە- پرس.
٧- جـــۆرە تەلەفزیۆنێکـــە(پ)- بازن(ت).
٨-کچە ئەکتەرێکی کوردە- دوعا.
٩- ورودە(ت)- نەخێر.
١٠- کۆڕوکۆبوونەوە(پ)- بوت(ت).
١١- پیتێکی Eیە- کەیف(ت)- جۆرە ئۆتۆمبێلێکە(پ).
١٢- پایتەختی وڵاتێکی عەرەبیە(پ)- ناوی ئەم وێنەیە.

ئا: فەرهاد محەمەد ئاژگەیی



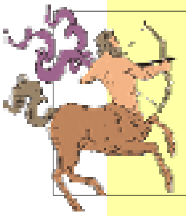
تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

ئەگەر خۆشەویســـتت نییە ئەوا کاتێکـــی گونجاوە بۆ دیاریکردنی کەسی بەرامبەر، پێویستە زیاتر پەیوەندیەکانت بەهێز بکەیـــت بەتایبەتی لەگەڵ ئەو کەســـانەی کاری باشیان کردووە و یارمەتی تۆیان داوە لەکاتی پێویست دا.



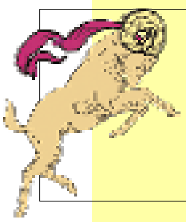
دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

چاوت بە کەســـێك دەکەوێت کە دەمێکە ئاواتەخوازی ئـــەوەی بیبینی، ئاگادار بـــە نهێنیەکانت لای هەموو کەس باس مەکە بەتایبەتـــی لای ئەوانەی دڵنیا نیت لەدڵسۆزیان لەبەر ئەوەی دواتر زۆر پەشیمان دەبیتەوە.



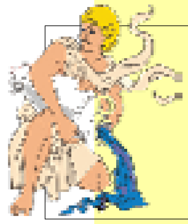
کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

لەچەند ڕۆژی داهاتوو هەندێك شـــت بە پێچەوانەی ویستی تۆ دەبێت بۆیە بە باشـــی خۆت ئامـــادە بکە، دوای ئەوەی چەندیـــن هەوڵی گرنگت دا ســـەرکەوتن دەبێتـــە هاوڕێت وخەونەکەت زۆر نزیکە بۆ ئەوەی ببێتە ڕاستی.



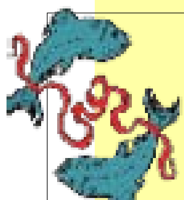
گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

پێویستت بەوە هەیە کە چەند کەسێکی نوێ بناسیت، هەست بەتەنیایی دەکەیت و پێویســـتت بە کەســـانێکە تا لەکاتی پێویســـت دا یارمەتیت بدەن. ئەم هەفتەیە هاوڕێیەکی زۆر خۆشەویستت دەبینی کە ماوەیەکە چاوت پێی نەکەوتووە.



گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

راشکاوانە قسەی دڵی خۆت بکە و خۆشەویستی خۆت بۆ کەسی بەرامبەرت دەربڕە ئەگەر نا دواتر پەشیمان دەبیتەوە. ماوەیەکە لە چاوەڕوانی شـــتێکی زۆر گرنگ دای، بەم نزیکانە زانیاری نوێت پێدەگات.



نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

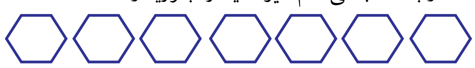
هەموو توانـــای خۆت بەکاربێنە بـــۆ جێبەجێکردنی ئەو کارەی ماوەیەکـــە بەنیـــازی ئەنجامی بدەیت و هێشـــتا دەســـتت پێ نەکردووە، سەرتایەکەی هەندێك سەختە دواتر زۆر ئاســـان دەبێت و توانای خۆت دەردەخەی بۆ ئەوانەی گومانیان لەتواناکانت هەیە.

hemntoni@yahoo.com

بۆ زاخـــاوی مێشک

* وەڵامی ژمارەی پێشوو وشەی (چیمەن) بوو

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



ئەم خانەنانە 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 (١+٢) کۆ بکەیتەوە بە مانای (بەشێکە لە جەستەی مرۆڤ کە لەسەری دەڕوات)
- پیتی خانەکانی (١+٢+٣+٤) کۆ بکەیتەوە بە مانای (ئەنجامی ژمارە ١٠ دابەشی دووی بکەی)
- پیتی خانەکانی (٤+٥+٦+٧) کۆبکەیتەوە بە مانای (قسەی ناشیاو)
- پیتی خانەکانی (٤+٥) کۆ بکەیتەوە بە مانای (نەتەوەیەکەن و زۆر خۆ پەرەستن و بە رەزیلی بەناوبانگن)!