ماكیاژی كچانی زانكۆ

كچانـــی قۆناغی زانكۆ رۆژانە دەبێ خۆیان پڕ زانیاری و خوێندن بكەن، هەروەها دەخوازن وەك گوڵێكی جوان بدرەوشێنەوە و گرنگی بە خۆیان دەدەن، لە پۆشینی جلی جوان و ماكیاژێكی ســادە و بەســتنی قژیان، لێرەدا باس لە ماكیاژی كچانی زانكۆ دەكەین، لەم ڕێگەیانەوە دەتوانی ماكیاژێكی جوان بۆ كاتی دەوامت بكەیت:

- پاك راگرتنی پێســـت: سەرەتا بەیانییان دەم و چاوت بە ئاوی شلەتێن بشۆ، پاشان بە جوانی وشكی بكەرەوە تا ئاسەواری ماكیاژی رۆژی پێشووی پێوە نامێنێت، پاشان (١٠) خولەك بوەستە ئینجا دەست بە ماكیاژ بكە.

- پاشان دەست بە كۆنسیلەر بكە، وەك دەزانین دوو جۆرە كۆنسیلەر هەن، یەكێكیان توندە و ئەوەی دیكەش شل، وا چاكە بەیانیان كونسیلەری شل بەكاربهێنیت، چونكە تا دەچێتە ناو خانەكانی پێستی دەوروبەری چاو جێگیر دەبێت.

- كرێمی ئەساس : پاشان كرێمی سەرەكی (ئەساس) لە هەموو دەم و چاوت و ملیشت بدە، تا یەك ڕەنگ بێت، واچاكە كرێمی ئەساســی شـــل بەكاربهێنی تا بە شـــێوەیەكی سرووشتی خۆی نیشان بدات.

- دواتر نۆرەی (پۆدرە) دێت، دەبێ بەیانیان پۆدرەی توند بەكاربهێنی، تا بە شێوازێكی تێكەڵ لەگەڵ رەنگی پێستدا خۆی بگونجێنێت.

- ماسكارە : گرنگە دوای ئەو هەنگاوانەی سەرەوە، ماسكارە بكەی، تەنانەت ئەگەر ماســـكارەكەت لە رەنگی رەش یان قاوەیی بێت، هەوڵبدە كە ماسكارەكە لە برژانگی سەرەوە و خوارەوە بە جارێك لێبدە و تا جیاواز دەرنەكەون.

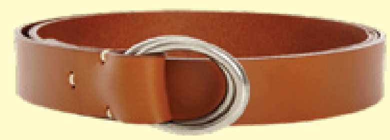
- كاتێك ئەو كۆمەڵە هەنگاوەت كرد، خۆ دەبێ كولمەكانیشت بە رەنگێكی جوان برازێنەوە، بۆیـــە رەنگی بێجی، یان پەمەیی كاڵ لە كولمەكانت بدە تا سەرنجڕاكێشتر بیت.

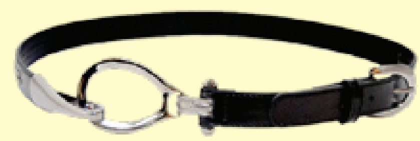
- لە دوا هەنگاودا رەنگێك بۆ لێوت هەڵبژێرە تا ئەویش وەك بەشەكانی دیكەی دەم و چاو لە ماكیاژدا بێبەش نەبێت.

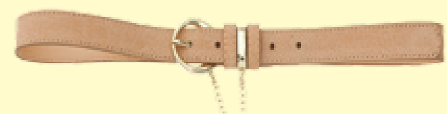
شاجوان و لەشجوان!

زۆر کەس هەمیشە دەڵێن دەبێت خانمان ناسك و لەش و لاریان باریك و ناسك بێت، بەڵام وادیارە ئەو کچە رووسییە ئەو قسەی بەلاوە گرنگ نییە، بەڵکو جەستەی وەك لەشجوانێکی وەرزشی وایە، (جولیا فینز) تەمەنی تەنیا (١٨) ساڵە، ئێستا خەریکی یاریی لەشجوانی و وەرزشی هەڵگرتنی قورساییە، ئەمە جگە لەوەی کە رووخساری لە کچە شاجوانێك دەچێت، ئەگەر بەشداری لە پێشبڕکێی شاجوانی بکات، رەنگە لە بەدەستهێنانی نازناوی شاجوانیدا نزیك بێتەوە، تا ئێستا خاوەن (٣) میدالیای لەشجوانیی جیهانییە، تەنانەت دەتوانێت نزیکەی (١٨٠) کیلۆگرام بەرز بکاتەوە، ئەوەی جێگەی تێبینیە بە روخسار شاجوانە و بە لەش و لار لەشجوانە.

پشتێنی باریك و ورد لە پشت بکە





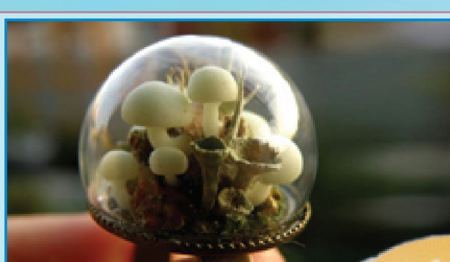


لەگەڵ هەر جلێکدا، چەندین ئێکسسواری هەمەچەشن لەبەر دەکرێن، هەندێکیان وەك کەرەستەیەکی سەرەکی و هەندێکی دیکەش بۆ جوانییە، بەڵام گرنگە خانمان بزانن ئەو ئێکسسوارە گونجاوە لەبەر خۆیان بکەن کە جوانتر و رازاوەیان دەکات، پشتێن بە ئێکسسوارێکی سەرەکی دادەنرێ، کە لەگەڵ زۆربەی جل و بەرگ لە پشت دەکرێ، دەتوانی پشتێن لەگەڵ : پانتۆڵ و کاوبۆی جینز و تەنوورەش لە پشت بکەیت، لە مۆدی ئێستای پشتێندا، زیاتر گرنگی بە پشتێنی باریك و بچووك دەدرێ، چونکە لە مۆدی پێشوودا زیاتر باوی پشتێنی ئەستوور بوو، ئەو شێوازانەی ئێستا سەرنجڕاکێش و ناسکن، هەروەها کچان بە پێی خواستی خۆیان چ رەنگێك هەڵدەبژێرن، بەڵام مەرجە کە رەنگی پشتێن لەگەڵ رەنگی بەشێکی دیکەی جەستەدا هاوڕەنگ بێ، بۆ نموونە: دەتوانی رەنگی پشتێن و پێڵاوت هاوشێوە بن، یان دەتوانی رەنگی جانتا و پشتێنت لە رەنگێك بێت، بەڵکو هەندێ جاریش دەتوانی لەگەڵ رەنگی ماکیاژت هاوڕەنگیان بکەیت، کە بەم جۆرە دەبێتە مۆدێکی سەرنجڕاکێش و بەرچاو لە جوانیدا.

کیم کارداشیان:

لە پشتێن و قایش بێزارم!

کچانی ئەکتەر و ناودارانی جیهانی، هەریەکە ستایل و شێوازێکی خۆی هەیە لە پۆشینی جل و بەرگ، زۆربەیان جلی وا لەبەر دەکەن بۆ سەرنجی دەورووبەر و خەڵك، هەروەها تا چاوی کامێراکانیش هەردەم لەسەریان بن و وێنەیان بگرن و بڵاوی بکەنەوە. کیم کارداشیان، یەکێکە لەو کچە نمایشکارە بەناوبانگەی ئەمریکا، جوانی ئەو کچە لە لەش و لاریدایە، کە جەستەیەکی پڕ و بەهێزی هەیە، تەنانەت وەك کچە ناودارەکانی دیکە، بڕوای بە خۆ لاواز کردنەوە نییە، بەڵکو بە چەندین پشتێن و قایشی جۆراوجۆر، جەستەی دەشارێتەوە، لە یەکێك لە قسەکانی دەڵێت: هەندێ جار بەهۆی ئەو پشتێن و قایشانە ئەوەندە بێزار دەبم، کە هەموو گیانم دەبێتە ئاو و ئارەقە، بەڵام ناچارم و ڕاهاتووم لەو کارە، چونکە بەم جۆرە دەتوانم جەستەم جوانتر و شیاوتر دەربخەم.

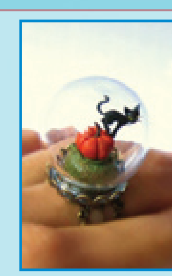


نمایشی سەر ئەڵـــــــ

کچان و خانمان گرنگیی تەواو بە ئەڵقە و ئەنگوستیلەی دەست دەدەن، وەك دەزانین شێوەی ئەڵقە بچووکە و ئەنگوستیلەش هەندێ جار گەورە و هەندێ جاریش بچووکن، بەڵام لە داهاتوودا شێوەی ئەنگوستیلە و ئەڵقە دەگۆڕێت، کە

هاوسەرگیری و زەماوەند لە ناو تابوت

هەروەك دەزانین كە ئاهەنگی هاوسەرگیری لە هۆڵ و شوێنی تایبەت ئەنجام دەدرێ، تا ئامادەبووان بتوانن كەشێكی خۆش لە زەماوەند بەسەر ببەن، بەڵام لە وڵاتی تایلەند پێچەوانەی ئەو بیر و باوەڕە جۆرە ئاهەنگێكی هاوسەرییان هەیە، لەناو تابوتی مردووەكان ئەنجامی دەدەن، لە شاری بانكۆك، سەیرترین ڕێورەسمی ئاهەنگگێران كرایەوە، كە بووك و زاوا لەناو تابوتدا بوون، بە مانای ئەوەی لە ڕۆژی هاوسەرییەوە تا مردن لەگەڵ یەكتر بەردەوام دەبن، وەكو لە وێنەكاندا دەبینن كە چۆن ڕەنگی سپییان بۆ بووك نەهێشتووە و بەڵكو ڕەنگی پەمەییان داناوە، بە مانای ئەوەی ژیانی هاوسەری مەرج نییە بە سپی دەست پێبكات، دەكرێ لەناو تابوتێكدا دەست پێ بكات و تا ناو تابوت بەردەوام بێت.



ـــــقە و ئەنگوستیلە

شـێوەیەكی دیكەیان دەبێ، سـەرەوەی ئەو ئێكسسوارە بە دیكۆرێكی گەورە دەبێت، تەنانەت لەناو دیكۆرەكە شێوەی نمایشێكی لێ دادەنرێ، تا ئێسـتا بیرۆكەكە بەم جۆرەیە، كە لەلایەن كۆمپانیای بۆرد پاندای هونەری ئەو دیزاینەی بۆ كراوە، ڕەنگە بیرۆكەكەیان سـەر بگرێت و ئیدی ئەڵقە و ئەنگوستیلە ببێتە نمایشێكی بچووك.

كاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

خۆت ئامادە بكە بۆ چەند گرفتێك كە ڕووبەڕووت دەبنەوە، بەڵام دەتوانی لە نزیكەوە چارەسەریان بكەیت. كەسێك بە نهێنی چاودێریت دەكات و دەیەوێت لە دڵت نزیك بێتەوە و تۆش بۆ ماوەیەك ڕێگەی بدە و پەلە مەكە و دواتر بڕیاری خۆت بدە.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

متمانەت بە هەموو كەسێك نەبێت، چونكە متمانەی تەواو ڕەنگە تووشی كێشە و گرفتت بكات، لە داهاتوودا ژیانێكی خۆشتر دەبێت، دەتوانی لەم ماوەیە هێمن و لەسەرخۆ بی، شێوازی بیركردنەوەت بۆ ژیان دروستە و لێی بەردەوام بە.

دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠

شێوازی ڕەفتارت گۆڕانكاری بەسەردا هاتووە، ئەو ماوەیەی ڕابردوو ساتەوەختێكی ناخۆش بوو بۆت، لە داهاتووی نزیكدا كێشەت نامێنێت و چارەسەر دەبێت، هەست بە خێزان و دەوروبەرت بكە و زیاتر كاتیان بۆ تەرخان بكە .

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

حەز و ئاواتەكانت بە ئاسانی لە دەست مەدە، چونكە تۆ نازانی لە داهاتوودا چی دەبێت، هەنگاوێك بەرەو ئەو كەسە بهاوێژە كە دەتوانێ جێگەی متمانەت بێت، بەڵام لە خۆتەوە بڕیار لەسەر هیچ شتێك مەدە كە نایزانیت.

شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢

هەمیشە بیر لە داهاتووی خۆت بكەوە و واز لە ڕابردوو بێنە، چونكە ئەوەی ڕۆیشت بۆت ناگەڕێتەوە، هەست بە ئارامی و دڵخۆشی دەكەیت و مەهێڵە كاری پێشووت ببێتە ناخۆشی بۆت، هەردەم گەشبین بە و تا ئەو كاتەی دڵ خۆشی بۆت دێت.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

شێوازی خۆت تەواوە و ئەوەی بەرامبەریشت هەڵەیە، هەوڵبدە ئەو كەسە ئامۆژگاری بكەیت و مەهێڵە كاریگەریی خۆی بخاتە سەرت، هەوڵی خۆت بدە و ئەو كەسەش دەتوانێ خۆی لەگەڵت بگونجێنێت، لە داهاتووش مەترسە، چونكە بۆت باش دەبێت.

تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

بڕوا بە خۆبوون كارێكی سەرەكییە لە ژیانتدا، هەمیشە چاوەڕوانی كەسانی دیكە مەكە بۆ ئەوەی ببنە فریادڕەس بۆ تۆ، خۆت بیر بكەوە و پێویستیت بە ئارامی و ئاسوودەیی زیاتر هەیە، هەوڵدە خۆت كێشەكانت چارەسەر بكەیت.

دووپشك ١٠/٢٣ - ١١/٢١

هێمای دوودڵی و بێ متمانەییت پێوە دیارە، ڕەنگە لە داهاتوودا ئەو هەستەت نەمێنێت، بۆیە دەبێ بە جوانی بیر لە ئێستات بكەیتەوە و چیدی دوودڵ مەبە بەرامبەر كارەكانت، چونكە سەركەوتنت نزیكە و تەنیا ئیرادەی خۆتی پێویستە.

كەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

زوو بڕیار مەدە و وریا بە و خۆت لەو كەسانەی دوور بگرە كە هەمیشە چاودێریت دەكەن، هەندێكیان ئیرەییت پێ دەبەن و لەگەڵتدا خراپ دەبن، بەڵام گوێ لە ئامۆژگاری ئەو دڵسۆزانەت بگرە كە ناهێڵن تووشی كێشە بیت، دڵكراوە بە بۆ داهاتووت.

گیسك ١٢/٢٢ - ١/١٩

ماوەیەكی زۆرە خەریكی بڕیارێكی گرنگیت، بەڵام ئەو بڕیارە بیركردنەوەی زیاتری دەوێت و دەبێ بە وردی بیری لێ بكەیتەوە، ڕەنگە لە كەسێكەوە یارمەتیت پێبگات، باری داراییت باشتر دەبێت، بەڵام پێویستە هەنگاوی بۆ هەڵبگری.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

دوودڵی و بێ متمانەیی دادت نادات، هەمیشە بیر لە داهاتووت بكەوە و دڵنیا بە كە داهاتووت بەرەو باشبوون دەچێت، باری سۆزداریت پشتگوێ مەخە، سەیران و گەشت بۆ باری دەروونیت سوودی زۆری دەبێت.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

لەم كاتەدا ناتوانی هەموو كێشەكانت چارەسەر بكەیت، چونكە گرفتەكانت زۆرن، بۆیە پێویستت بە یارمەتی و هاوكاریی كەسێكی دڵسۆزت هەیە تا بە جوانی چارەسەت بۆ بدۆزێتەوە، هەمیشە بۆ ژیانی خۆت گەشبین بە و توانای چارەسەری كێشەكانیشت هەیە.