دەستە جلی مانگۆ شیک و ناوازەیە

هەمیشە کچان و خانمان حەز بە دەستە جل دەکەن، لەوەی بە تاك تاك پارچەیەکی جلەکانیان بکڕن و دواتر لەگەڵ یەکتری شیکیان بکەن، چونکە شیك کردن و گونجاندنی پارچە جلەکان تا دەستە جلێکی ڕێك پێکبهێنن، کارێکی ئەستەمە و زۆربەی جار ئەنجامەکەی بە دڵ و خواستی خانمان نابێ، هەر بۆیە چاکترە روو لە دەستەبەرکردنی دەستە جل بکەیت، کە کۆمەڵێك مۆدی جۆراوجۆرن و لەلایەن پسپۆران و ئامادەکارانی جل وبەرگەوە دانراون، کچان و ئافرەتانیش دەتوانن بە شێوازێکی ڕێك هەڵیانبژێرن و لەبەریان بکەن، هەندێ لە کچانیش خولیای ئەوەن کە پارچە پارچەی جلەکانیان هەڵبژێرن و دواتر تاخمە جلێکی جوانیان لێوە ئامادە بکەن، هەر بۆیە مۆد و دەستە جلی (مانگۆ – mango)، چەندین مۆدی پارچە جلەکانی لە دەستە جلەدا ڕێکخستووە، جلەکانیش بریتین لە : پانتۆڵ، بەدی و فانیلا، کراسی کورت و درێژ، تەنوورە، کە ئەو کۆمەڵە جلە، بۆ هەموو کات و شوێنێك لەبەر دەکرێن، وەك دەتوانی تەنوورە و بەدی بۆ دەرچوون و گەشت و سەیران لەبەر بکەیت، هەروەها پانتۆڵ و کراس، بۆ کاتی دەوام و بازاڕکردن و سەردانی هەڵبژێریت، هەروەها کراسی درێژ و عەزییەش بۆ بۆنە و یادەکان تەرخان بکەیت، بەم جۆرە دەستە جلی مانگۆ پۆشاکێکی شیك و ناوازەیە.

نەخش و خەنەبەندانی کوردەواری بۆ دەست و مەچەکەت

جاران کچان و ئافرەتانی کورد، بە خشڵ و کەرەستەی جوانکاری کۆن هەمیشە خۆیان جوان و سەرنجڕاکێش دەکرد، دیارترینیان کوتین و خەنەبەندانی دەست بوو، جگە لەوەی پرچیان لە خەنە دەنا، هەروەها ناو لەپ و سەری پەنجەکانیشیان بە ڕەنگە سوور و ئاگرینەکەی خەنە، ڕەنگ دەکرد و تا لە دوور و نزیکدا وەك خانمێکی دەست بە خەنەوە دەربکەون. هەروەها بۆنی خەنە، سەرنجی هەموانی بۆ خۆی رادەکێشا، هەر بۆیە وڵاتانی جیهان، هاوشێوەی ئەو خەنەبەندانە کۆنەی کوردەواری، تاتوویان داهێناوە، کە هەمان ڕەنگی خەنەی هەیە، بەڵام لەسەر جەستە دەکرێ، زۆربەی ئافرەتە بە تەمەنەکانی ئێستا ئاسەواری کوتینی کۆن و خەنەی تازەیان لەسەر سەر و پرچ و دەست و مەچەك و پێیان هەیە، هەر بۆیە وەك نەریتێکی کۆن و جوان، کچان و خانمانی ئێستاش دەتوانن خۆیان لە خەنەبەندا بێبەش نەکەن و لەش و لاریشیان لە ڕەنگی جوانی خەنەوە رازاوە بکەن، بۆ ئەوانەی نیازیان وایە نەخشی خەنە لە دەست و قاچیان هەبێ، دەتوانن بەم جۆرە کاری لەسەر بکەن: سەرەتا خەنەکە ئامادە بکە و پاشان وەرەقەیەك بهێنە و نەخشی لەسەر بکە، شوێنی نەخشەکە ببڕە بە مەقەست و بە جوانی و ڕێکی، دواتر کاغزەکە بخەرە ئەو شوێنەی مەبەستتە خەنەبەندانی بکەیت، خەنەکە بخەرە سەری و پاشان بۆ ماوەی (٢٠) چرکەیەك بە کاغەزێکی دیکەی تەڕ بێت، خەنەکە لەسەر شوێنەکە بسووە و دواتر کاغەزەکەی ژێرەوە دەربهێنە و نەخشێکی جوان و نایابت بۆ دەردەچێت.

ڕێنمایی و شێوازەکانی وێنەگرتن

وێنە، یەکێکە لەو دۆستە نزیك و هاوسۆزەی کچان و خانمان، جاران ئەلبومی وێنە هەبوو، کە زیاتر لەلایەن کچان و ئافرەتانەوە بایەخیان پێدەدرا، تەنانەت هەر یەکێك، ئەلبومێك یان دوو ئەڵبومە وێنەی هەبوو، ئێستا ئەگەرچی وێنەی نێو ئەلبوم ئەوەندە باوی نەماوە، زیاتر وێنە لە نێو تۆڕی کۆمەڵایەتی و ئامێرەکاندا هەڵدەگیرێن، هەر بۆیە کچان و ئافرەتان ڕۆژانە وێنەی خۆیان بە شێوازی خۆیی (سێلفی)، یان بە کۆمەڵ لەگەڵ هاوڕێیان و دەستە خوشکانیان بۆ یادگاری دەگرن. وەك هەمیشە کچان و خانمان لە شێوەی خۆیان رازی نین لە وێنەکاندا، لێرەدا چەندین ئامۆژگاری و ڕێنمایی هەن، تا لە وێنەدا جوانتر و گەشتر دەربکەویت:

- زەردەخەنە و پێکەنین : هەمیشە لە نێو وێنەکاندا، با دەم بە خەندە و لێو بە زەردەخەنە و رووخسار بە پێکەنین بیت، چونکە جوانیت بەندە بە پێکەنین و زەردەخەنەوە.
- ئامادەکردن : کاتێك ویستت وێنە بگریت یان کاتێکی دیاری کراوی بۆ دانرابوو، پێش کاتەکەی رووخسارت پاك بکەرەوە و سەیری ئاوێنە بکە و بزانە هیچ گرفتێکت نییە، پاشان ئامادەی وێنەگرتنەکە بە.
- سەیرکردنی کامێرا : ئەو وێنانەی زیاتر جێگەی سەرنج و بایەخن، کە کەسەکە سەیری نێو زوومی کامێراکە نەکات، بەڵکو ئاراستەی رووی چاوی بەرەو لایەکی کامێراکە بێت، واتە هەوڵدە راستەوخۆ سەیری کامێراکە نەکەیت، یان رووخسارت لار بکەوە و چاویشت لەسەر کامێرا بێت.
- وەستان : مەرج نییە جەستەت ڕێك و راستەوخۆ بەرامبەر کامێرا بێت، بەڵکو دەتوانی جەستەت بۆ لایەك لار بکەیتەوە، واتە راستە یان چەپەت بەرەو رووی کامێراوە بێت، ئەوەندەش نەبێت کە بە نا ڕێکی دەربکەوێت، بەڵکو لارکردنەوەکی سادە بێت.
- هێمن و لەسەرخۆ بە : لە کاتی وێنەگرتندا ئەگەر چەند خۆت جوان و شیك کردبێت، بەڵام دوو دڵ و شەرمن و نیگەران بووی، لە وێنەکەدا جوان دەرناچیت، هەوڵدە هێمن و لەسەر خۆت بیت و لە کەشێکی ئاسایی خۆتدا بیت کاتێك وێنەکە دەگیرێت.

گەورەترین مزگەوتەکانی کوردستان

لە مانگی ڕەمەزاندا، ڕۆژوانان و موسڵمانان زیاتر روو لە ماڵەکانی خوا دەکەن، بە نزا و پاڕانەوە و نوێژەکانیان، مزگەوتەکان قەرەباڵغ و پڕ خەڵك دەبێ، ئیدی هەر یەکە بەرەو یەکێك لە مزگەوتەکان دەچێ، لە شاری هەولێر دوو گەورەترین مزگەوت هەن، هەردووکیان بە گەورەترین مزگەوتەکانی کوردستان دادەنرێن، یەکێك لەو مزگەوتانە کە بە مزگەوتی (جەلیل خەیات)ە ناسراوە. ئەو مزگەوتە ماوەی (١٠) ساڵی خایاندووە تا دروست کراوە، پرۆژەی دەستپێکی لە ساڵی (١٩٩٧) بووە و لە ساڵی (٢٠٠٧) تەواو بووە، نەخش و نیگەراکانی ئەو مزگەوتە بۆ سەردەمی عەباسی و ئەمەوی و فاتمییەکان دەگەڕێتەوە، دیزاین و پرۆژەی دروستکردن و نەخش و نیگارەکانی لەلایەن ئەندازیاران و گەورە سەرپەرشتیارانی ناوخۆیی و بیانی کاری لەسەر کراوە. بە یەکێك لە گەورەترین مزگەوتەکانی رۆژهەڵاتی ناوەڕاست دادەنرێت و رووبەرەکەی دەگاتە (١٥٠٠٠) مەتر دووجا، دوو منارەی بەرزی تێدایە، بەرزی هەریەکێکیان دەگاتە (٧٣) مەتر، هەروەها بەرزی گومەزەکەی ناوەڕاستیشی (٤٥) مەتر بەرزە. بە ژوورەوە و دەرەوە جێگەی زیاتر لە (٣٠٠٠) کەس دەبێتەوە و لە رۆژانی وتاری هەینیشدا نزیکەی (٢٠٠٠) کەس لە نێو مزگەوتەکەدا ئامادە دەبن، جگە لە شوێنی وتارخوێندنەوە و نوێژکردن، دوو هۆڵی گەورەشی تێدایە کە بۆ بۆنە و یادە ئایینیەکان تەرخان کراون وەك: پرسە و خوێندنەوەی مەولود نامە.

بازاڕێک لە نێو ئاودا

هەمیشە بازاڕەکان لە نێو سەنتەر و ناوەڕاستی شارەکانن، تا هەموو خەڵك بە ئاسانی و سانایی بە شوێنی بازاڕکردنیان بگەن و کەل و پەل و پێداویستی خۆیان بە دەست بهێنن، بەڵام بازاڕەکانی وڵاتی ئەندەنووسیا شێوەیەکی جیاوازتر و سەیریان هەیە، کە ئەگەر مەبەستت بێت کەرەستەیەك بکڕیت، دەبێ سواری بەلەمێك بیت و شوفێری بەلەمەکەش تا بازاڕت ببات، شاری (بۆرینۆ) دەکەوێتە باشووری ئەندەنووسیا، بەهۆی ئەوەی ئەو شارە لەسەر ئاو بنیات نراوە، چونکە ڕووبارێکی گەورە بە نێو شارەکەدا تێپەڕ دەبێت، هەر بۆیە زۆربەی بەشەکانی ئەو شارە هاوشێوەی شاری (ڤینیسیا)ی ئیتاڵیا لە نێو ئاودایە، لەو شارەشدا، گەورەترین بازاڕ هەیە کە ناوی بازاڕی (لوك بەیتنان - Baintan)ە، زۆربەی ئەوانەی بەلەمەکان لێدەخوڕن ئافرەتن، تەنانەت پیاوان کەمترین جار سەردانی ئەو بازاڕە دەکەن، هەمیشە ئافرەتان کاڵا و شت و مەك دەفرۆشن و هەر ئافرەتیش دەبێتە کڕیاری کەرەستەکان.

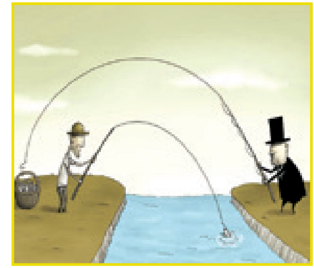
نان بۆ نانەوا و گۆشتیش بۆ قەساب

پەندێکە و سەردەمێکە گوتراوە و هەمیشە لە جێی خۆیەتی، باس لە تایبەتمەندی و هەر یەکە بە کار و ئەرکی خۆی، وەك ئەوەی ئافرەتان کاری چێشتلێنان و پیاوانیش لە چەندین بواری دیکەدا بەهرەمەندن، بۆ سەلماندنی ئەوەی کە پیاوان ناتوانن کاری ئافرەتان بکەن، ئەوەتا سەیرترین پێشبڕکێی سەمایان کردۆتەوە، کە پیاوان و ئافرەتان دەبێ بە پێڵاوی پاژنە بەرزەوە سەما بکەن، پێشبڕکێی سەماکە لەلایەن دیزاینەری فەڕەنسی (کریستیان لۆبیتان)ە، سەمایەکە بریتییە لە سەمای بەناوبانگی جیهانی (بلانکا لی)یە، پێڵاوەکانیش نزیکەی (٦) سەنتیمەتر بەرزە و هەر ئافرەت و پیاوێك مەرجە پێڵاوێکی بەرزیان لەبەر بێت و بۆ ماوەیەکی دیاری کراو سەما بکەن، ئیدی لە ئەنجامدا زۆربەی پیاوەکان بەهۆی ژانی پشتەوە کەوتن و کچەکانیش گاڵتەیان بە سەمای پیاوەکان دەدات، پێشبڕکێیەکە لە نمایشگای (ڕۆبۆت)ی ئەکادیمی لە شاری برۆکلین ئەنجام دراوە و براوەی پێشبڕکێیەکەش ئافرەتان و کچانی سەماکەری بە پێڵاوی پاژنە بەرزەوە بوون.

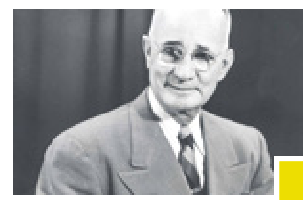
جوولە سەیرەکانی منداڵی جاڵجاڵۆکە

زۆربەمان زنجیرە فیلمەکانی (پیاوی جاڵجاڵۆکە –Spiderman) بینیوە، کە مرۆڤێك هاوشێوەی جاڵجاڵۆکە جوولە دەکات، ئەگەرچی ئەوە کارێکتەرێکە و تەنیا نواندنە، بەڵام مرۆڤی جاڵجاڵۆکەی ڕاستەقینە دەرکەوت، کە منداڵێکی خەڵکی فەڵەستینە و هاوشێوەی جاڵجاڵۆکە، جوولەی ئەوەندە سەیر دەکات، کە مرۆڤ سەرسام دەکات، ئەو منداڵە ناوی (موحەمەد شێخ)ە و تەمەنی (١٢)ساڵە. تا ئێستا چەندین نمایشی بە جوولە سەیرەکانی کردووە، کە هەموو جەستەی دەخاتەوە ناو یەکتر، بەبێ ئەوەی ئێسقانێکیشی بشکێ، تەنانەت پشکنینیشی بۆ کراوە وەك هەر مرۆڤێکی ئاسایی وایە، تەنیا ئەوە نەبێت کە بەهرەیەکی سرووشتی هەیە لە چەماندنەوەی لەش و لاری، باڵای ئەو منداڵە جاڵجاڵۆکە دەگاتە (١٣٧) سەنتیمەتر و کێشی (٢٩) کیلۆگرامە. لە دواترین ژمارە پێوانەیی جوولە سەیرەکانی، ناوی لە کتێبی گینیس بۆ ژمارەی پێوانەیی تۆمار کرا.

کاریکاتێر



- لەم کاریکاتێرەدا، باس لە ماندووبوونی ئەوانەی کاردەکەن و بەرهەمەکانیان بۆ کەسانی دیکە دەچێ، واتە کەسانێك هەن بەبێ ماندووبوون بە ڕێگەی نا شایستەوە، بەرهەمی ماندبوونی کەسانی دیکە دەخۆن.



پەند و وتە

- ناپلیۆن هیڵ، سیاسەتمەدار و کاربەدەستی ئەمریکی، کە لە ساڵی (١٨٨٣) لە دایك بووە و لە ساڵی (١٩٧٠) کۆچی دوایی کردووە، دەربارەی ڕابردوو گوتوویەتی: هەموو ئەو ڕێگایانە دابخە کە خەیاڵ و بیرت بەرەو ڕابردوو دەگەڕێننەوە، بەمەش بەو هەنگاوە دەگەیت کە سەرکەوتنت لە داهاتوودا دەستەبەر دەبێت بەرەو سەرکەوتن و هەنگاوی باشتر.

گوندێک لە خانووی پلاستیک

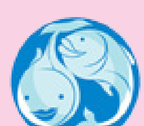
لەلای خۆمان خانووەکان هەمیشە لە خشت و کەرپووچ و بلۆك دروست دەکرێن، تا لە سەرما و گەرما بمانپارێزێت و لەو خانووانە ژیان بەسەر ببەین، بەڵام خانووەکانی ئەو گوندەی وڵاتی ڤێتنام لە کەرەستەیەکی دیکە دروست کراون، کە هەرگیز بیرت بۆی ناچێ لە چ ماددیەك بێت، ئەو دەبە پلاستیکانەی کە لای خۆمان فڕێ دەدرێن، ئەوان لە بنیاتنانی باڵەخانە و خانوودا بەکاریدەهێنن، بۆ یەکەمین جار و یەکەمین گوندی پلاستیك دەرکەوت، ئەو گوندە دەکەوێتە ناوچەی (بۆکاس دیل تۆرۆس)ی وڵاتی ڤێتنام، کە نزیکەی (١٢٠) خانوو دەبێت، هەموو خانووەکان لە دیواری پلاستیك و دەبە دروست کراون، هەر خانوویێك نزیکەی (١٠) هەزار دەبەی پێویستە و تا ئێستا زۆربەی خانووەکانی گوندە پلاستیکەکە تەواو بووە.

قژ درێژەکان مان دەگرن

بەشێکی زۆری کچان و ئافرەتان حەز بە پرچی درێژ دەکەن، چەندین ڕێگە و هەنگاو دەگرنە بەر تا پرچیان درێژ بێت، کە وەك مۆدێکی جوان نازی پێوە دەکەن، بەڵام ئافرەتە پرچ درێژەکانی چین، مەبەستێکی دیکەیان لە پرچە درێژەکانیان هەیە، کۆمەڵەیەك کە لە (٧) ئافرەت پێکهاتووە، ماوەی (٢٠) ساڵە قژیان نەبڕیوە، درێژی پرچی هەندێکیان لە (٣) مەتر زیاترە، مەبەستی پرچ درێژکردنەکیان بۆ بڵاوکردنەوەی ڕۆشنبیری و هۆشیارکردنەوە لە نەخۆشی ئایدز، هەروەها بۆ نەهێشتنی ئەو نەخۆشیە کوشندەیە، پەیام و مەبەستی دوومیشیان ئەوەیە بوو کە کچان و ئافرەتانی چین، گرنگی بە پرچیان بدەن و درێژی بکەن، چونکە جوانی ئافرەت زیاتر لە چاو و قژیدا دەردەکەوێت.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

کەسانی دەوروبەرت بە جوانی مامەڵەت لەگەڵدا دەکەن، تۆش ڕێگەیان پێبدە، بەڵام مەهێڵە هیچ کەسێك نهێنیت ئاشکرا بکات. پرۆژەیەکەت هەیە، وا باشە باسی نەکەیت و تا ماوەیەك چاوەڕوان بیت، چونکە ئێستا کاتەکە گونجاو نییە، پێویستی دوای بخەیت و کاتی خۆی باسی بکەیت.



نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

هەموو کاتێك ئامادەی یارمەتی کەسانی دیکە بدەیت، بەڵام کەسانی دەورەبەرت گرنگی بەو قوربانییەت نادەن و هەمیشە بەرژەوەندی خۆیان دەوێ، تۆش هەلێکی دیکەیان پێی بدە و ئەگەر باش نەبوون، فەرامۆشیان بکە. سوود لە ئەزموونی ڕابردووی خۆت و هەڵەکانت وەربگرە و بە گشبینییەوە لە ئایندەت بڕوانە.

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

هەوڵبدە بڕیاری هەوڵەکانت لەلایەن خۆتەوە بێت و مەهێڵە کەسانی دیکە بەشداری بن. کەسێکی لێهاتووی، ڕێگا بە کەسی بەرامبەرت بدە بۆ ئەوەی قسەی ناخی دڵی خۆی بکات، ئەمەش دەبێتە سەرەتایەك بۆ کۆتاییهاتنی کێشەی نێوانتان. کاتێك دڵنیابە لە دڵپاکیی کەسانی بەرامبەرت، کە ئەوان دڵسۆزی و وەفاداری خۆیان بۆت دەسەلمێنن.

شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢

هۆکارەکانی کێشەکان تەنیا مەخەرە ئەستۆی خۆت، چونکە کەسانێك دژایەتیت دەکەن، بەڵام بەهێز بە و توانای خۆت بسەپێنە. گەشبین بە و هەموو توانای خۆت بەکار بهێنە بۆ تەواوبوونی ئەم قۆناغە سەختە و دڵنیابە کۆتایی پێدێت و خۆشترین ساتەکانت لەڕێگادان.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

ئاراستەی ژیانت بەرەو داهاتوویەکی باشتر و گەشاوەتر دەچێ، پێویستە گەشبینیت پێوە دیار بێت و واز لە خەم بهێنی. کارەکانت بە جوانی جێبەجێ دەکەیت، بەڵام کەسانێك دژایەتیت دەکەن، فەرامۆشیان بکە، خۆت ئامادە بکە بۆ ئەوەی دڵنیا بیت لە سەرکەوتن و دەبێت بڕیاری گرنگ لە کاتی گونجاو بدەیت، توانای چارەسەرکردنی گرفتەکانیشت هەیە.

تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

هەوڵبدە خۆت چارەسەری کێشەکانت بکەیت. کاتەکانت دیاری بکە و مەهێڵە بە ئەنجامی کارێك، هەموو لایەنەکانی دیکە فەرامۆش بکەیت. ئەم ماوەیە واهەست دەکەی کاتەکان خێراتر تێپەڕ دەبن، ئەمەش کاریگەری دەبێت لەسەر دەرکردنی چەند بڕیارێکی گرنگ، خۆت فەرامۆش مەکە.

یاری پیت

هەوڵبدە پیتەکان ریز بکەیت، تا ناوێکت بۆ دەردەچێت:

ا	ە	ژ	ڵ

ئاسانکاری : زنجیرە دڕامایەکی کوردییە !

بۆ زانیاریت

- ئاوی سارد و گەرم

ئەم دیاردەیە پێیدەوترێت (مابیمای) ئەوەش تێبینیکردنی زووتر بەستنی ئاوی گەرمە لەچاو ئاوی سارد. ئەم کاریگەرییە ناونرا (نسبەتەن) بۆ ناوی یەکێك لە قوتابییەکانی قوتابخانەی تەنزانیایی ئەرستۆ بەناوی (مابیمای)، لەساڵی ١٩٦٣، کاتێك خەریکی بەستاندنی چلورەیەکی گەرم بوو، تێبینی کرد چلورە گەرمەکە زووتر بەستی لە چاو چلورەیەکی سارد. لە دوای توێژینەوە کردن لەسەر ئاو (مابیمایی) و مامۆستاکەی بۆیان دەرکەوت کە پلەی گەرمی سەر رووی ئاو لە هەر جامێك بەرزترە وەك لە بنەکەی، بەڵام ئەوەی جێی داخە کە ئەم دیاردەیە دژە لەگەڵ داینامیکی گەرمی، ئەمەش وایکرد کە تێگەیشتنێکی نا تەواومان هەبێت بۆ ئەم دیاردەیە و بووە هۆی سەرهەڵدانی چەندان بیردۆز، دواتر توێژینەوەیەك بڵاوکرایەوە و هۆکارەکەی زانرا کە لە توێژینەوەیەکدا لەلایەن زانکۆی نانیانگ بۆ تەکنەلۆژیا لە سەنگافورە ئەنجام درابوو، دەرکەوت کە هۆکارەکەی بە هۆی پێکەوە بەستنی بۆندەکانی نێوان گەردەکانی ئاوی گەرمە.

تابلۆ

- لێواری دەریا

کارێکی ناوازەی وێنەکێشی ئیتاڵی (فیتیۆریۆ ماتیۆ کۆرکۆس)ە، کە لە ساڵی (١٨٥٩) لە شاری لیفۆرنۆی ئیتاڵی لە دایك بووە، دواتر خوێندنی وێنەکێشانی لەلایەن (دۆمینیکۆ مۆریللی) تەواو کردووە، کە ئەویش یەکێك بووە لە ناودارەکانی ئەو وڵاتە لە وێنەکێشان لە بواری ئەدەبدا، ئەو تابلۆیەی لە ساڵی (١٨٨٤) کێشاوە، کە وەك گوزارشتێك لە ژیانی راستەقینە و چینەکانی کۆمەڵگای دیاری کردووە، وێنەکە بە تابلۆی زەیتی دادەنرێت و لە کانڤاس چێ کراوە، بە درێژی (٨٦) سەنتیمەتر و پانی (٦٦) سەنتیمەتر، باس لە کۆمەڵە خانمێك دەکات کە لەسەر لێواری دەریادا بە جوانی و قەشەنگی دەردەکەون، فیتۆریۆ لە ساڵی (١٩٣٣) کۆچی دوایی کردووە.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

بڕیاری بەپەلە دەبێتە جێگەی نیگەرانی و پەشیمانی بۆت. کارێکی نایابت بۆ کەسێك کردووە، بۆت قەرەبوو دەکاتەوە. ئەگەر رقت لە کەسێك، دەبێتەوە، پێویست ناکات وا خۆت پیشان بدەی کە خۆشت دەوێت، هەموو کات هەستی راستەقینەت ئاشکرا بکە و قسەی دڵت بکە، کەسێکیش دەبینی کە ماوەیەکە حەز دەکەی چاوت پێی بکەوێت.

دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠

بە دوای ئەو هەنگاوانە کەوتووی کە خەریکی هەموو ژیانت تێکبدەن. بیر لە کارەکانت بکەوە و لە دەستیان مەدە. مەرج نییە هەموو کەسێکی دەوروبەرت بۆ تۆ باش بن، تو هەوڵبدە باشترە بیاننناسیت و ئاشنایان ببیت. رێگە مەدە بە کەسێك بیەوێ دەستکاری ژیانت بکات و کاریگەری خرابی بۆت هەبێت.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

رابردووت لە بیر بکە و ئەو کاتەی بیر لە خۆت دەکەیتەوە و هەست بە ئازار دەکەیت، روو لە داهاتووت بکە و چاوەڕێی ساتە خۆشەکانی ژیانت بە. ئەو کارەی ئێستات هەنگاوێکە و داهاتووت دیاری دەکات، لەوانەیە هەواڵێکی خۆشت پێ بگات، ئەو کات دەزانیت چەند گرنگ و خۆشە و پێشبینیەکەت راست دەردەچێت.

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

گوێ گرتن بۆ کەسانی دیکە هەندێ جار بە سوودە و هەندێ جاریش بە خراپە بۆت دەگەڕێتەوە. هەولبدە کارەکانت خۆت جێبەجێیان بکەیت و نهێنیەکانیشت بشاریتەوە. پێویستە زیاتر بایەخ بە وردەکارییەکان بدەی، پێوەندییە کۆمەڵایەتییەکانت وەك جاران بەهێز نین.

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

هەردەم هەوڵی خۆت بدە تا بە ئەنجامەکان دەگەیت، بەڵام کاتێك زانیت ئەنجامەکان لە بەرژەوەندی تۆدا نین، دووبارە بیر بکەرەوە و پلانی نوێ دابڕێژەوە. رێگا مەدە قسەی خەڵك کار بکاتە سەر کار و ئەرکەکانت، خۆت لە کەسانی دەوروبەر نزیك بکەوە و فەرامۆشیان مەکە.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

کاتێك کەسانی دەوروبەر لەگەڵت ناگونجێن و دژایەتیت دەکەن، هەوڵبدە بە ئاسانی بۆیان شی بکەیتەوە کە چۆن بە هەڵە لێت تێگەیشتوون. رێگای داهاتووت بەرەو باشی دەچێت، بەڵام بڕیاری خێرا مەدە و پەلە مەکە، ئەمە یەکێکە لە خاڵە لاوازەکانت و پێویستە هەوڵی نەمانی بدەیت.