با کەرەستەکانی جوانکاری هەمیشە هاوەڵت بن

زۆر جار بە هۆی کەرەستەیەکی ماکیاژو جوانکارییەوە تووشی کێشە دەبیت، بەتایبەت ئەو کاتانەی کە پێویستت بە کەرەستەیەکەو ئاهێك دەخۆیت لەوەی چۆن هەڵتنەگرتووە. پسپۆڕێکی جوانکاری ئاماژە بۆ ئەو چەند کەرەستەیە دەکات، کە پێویستە هەمیشە هاوەڵت بن و لەلات بن، کە ئەوانەن: سووراو و هێلکاری لێو، ماوە ماوە پێویستت بە تازەکردنەوەی رەنگی لێو و تەختیت دەبێت، بۆیە پێویستە ئەو کەرەستەیەك هەمیشە لەنێو جانتاکەتدا بێت. کرێمی بی بی (BB)، ئەو کرێمەیە کە لە هەموو شوێنێکدا دەست ناکەوێت و گرنگە لەنێو جانتاکەتدا هەبێت، بەتایبەت بۆ تەڕکردنی پێست کە لە هەموو وەرزەکان بەکاردێت. هەروەها ئەو کاتانەی کە هەست دەکەیت لێو و یان شوێنێکی جەستەت وشك بووە، یان بۆنی ناخۆش بووە، بەو کرێمە دەتوانی چارەسەری بکەیت. کەرەستەی لابردنی ماکیاژ، گرنگە ئەو کەرەستەیەت لەلا بێت، هەندێ جار پێویستت دەبێت کە ماکیاژەکەت لابەریت، یان نوێی بکەیتەوە. هەوڵبدە هەردەم کلینکس و کرێمی لادانی ماکیاژت لەلات بێت. شامپۆی وشك، کەرەستەیەکی دیکەی گرنگە بۆ پاککردنەوەو جوانیی پرچت، بەتایبەت کاتێك دەچیتە دەرەوەو پرچت بەر تۆزو خۆڵ و خۆڵبارین دەکەوێت. ئەگەر هیچ کەرەستەیەکیشت لەلا نەبێت، پێویستە ماسکارا لەنێو جەنتاکەتدا هەبێت، تا هەمیشە برژانگ و چاوانت گەش و رازاوە بێت.

مۆدەکانی ماکیاژ لە ساڵی (٢٠١٧)

لەگەڵ هاتنی وەرزی زستانەدا، گۆڕانکاری بەسەر شێوەی مۆدەکانی ڕەنگ و شێوەی ماکیاژدا دێت، کە پێشووتر زیاتر ڕەنگی هێمن و نەرم لە ڕوخسار بەکاردەهێنران، بەڵام لە مۆدی داهاتووی ساڵی تازەدا، گۆڕانکاری زیاتر لە ماکیاژدا دێتەکایەوە، بەتایبەت لە ڕووی مۆدو شێوازەوە، بەهۆی ئەوەی ساڵی داهاتوو بە لوتکەی مۆدی ماکیاژ دادەنرێت، لەئێستاوە چەند مۆدێک دانراون و لەساڵی داهاتوودا لەسەر ڕوخساری خانمان دەبینرێن کە ئەوانەن:

ماکیاژی سموکی چاو: ئەو مۆدەیە کە بە چاوی پشیلە ناسراوە، زیاتر ڕەنگی تۆخ بەکاردەهێنرێت، هەروەها لەگەڵ تێکەڵکردنی ڕەنگەکانی پرتەقاڵی و سەوز بەکاردێت، لەلایەکی دیکەشەوە ماکیاژی چاوی پشیلە، مۆدێکی پایەبەرز دەبێت و بەدانانی هێڵەکانی چاوی باریک و ئەستوور، کە ئەوەش بە ئایلاینەر ئەنجام دەدرێت، لەبیریش مەکەن کە مۆدی ئایلاینەری شین و سەوز مۆدێکی پڕ سەرنجی چاوەکان دەبێت.

ڕەنگی تاریک و تۆخ بۆ لێوی پڕ: مۆدێکی باوی ماکیاژی ساڵی داهاتوو دەبێت، بەتایبەت بۆ لێو، کە لەمۆدی کلاسیک دوور دەبێت، ڕەنگە تۆخەکانیش ڕۆڵی خۆیان دەبینن، بەتایبەت ڕەنگی تاریک وەک: ڕەنگی فراولە، وەنەوشەیی، ڕەنگی شیکۆڵاتە، ڕەنگی ڕەساسی تۆخ، هەموو ئەوانە لێو بە پڕی و تۆخی نیشان دەدەن و مۆدێکی باویش دەبێت لە داهاتوودا.

ڕەنگی ڕووناکیی پشت چاو: شێوازێکی دیکەی ماکیاژە لە ساڵی نوێدا، کە زیاتر پشت چاوەکان بە ڕەنگی ڕووناک و کراوە دەڕازێنندرێنەوە، مەرجە ئەو ڕەنگانە بریقەدارو ڕووناک بن، تا گۆڕانکاری بکرێت لەشێوەی پێشوودا کە زیاتر ڕەنگی تاریک بۆ پشت چاوەکان بەکاردەهێنران.

بڕۆی پان و کراوە: شێوازێکی سەرنجڕاکێشی جوانیی بڕۆ دەبێت، کە مۆدی بڕۆی پان و ئەستوور باو دەبێ، ئەگەرچی ئەو مۆدە لەساڵی (٢٠١٦)شدا باو بوو، بەڵام پێشبینی دەکرێت ئەو شێوازە لە ساڵی تازەشدا لووتکەی مۆدی بڕۆ بگرێت.

برژانگی پڕو زۆر: گرنگە برۆت پان و ئەستوورو پڕ بێت، هەروەها برژانگەکانت درێژو پڕاوپڕ بێت، بۆیە ئەویش دەبێتە مۆدی سەرەکی بۆ ماکیاژی ساڵی داهاتوو.

جوانی و شیکیی چاکێتی جینز

جلەکانی وەرزی سەرماو سۆڵە، وەک هەمیشە پێویستە گەرموگوڕو تۆکمە بن، تا بەرگەی سەرما بگریت، بەتایبەت ئەو کاتانەی لەدەرەوەی، یان دەچیتە زانکۆ و شوێنی کار. وەک دەزانین لەو وەرزەدا جلی زۆرتر لەبەر دەکەین، بەمەش جەستەمان گەورە دەردەکەوێت، وەک ئەوەی کەسێکی قەڵەو بین، چارەسەریش بۆ ئەو حاڵەتە پۆشینی چاکێتی جینزە، کە هەم گەرمەو بەرگەی سەرما دەگرێت، هەم جەستە ڕێک و شیک نیشان دەدات، لێرەوە هەنگاوەکانی پۆشینی چاکێتی جینز بزانە:

- هەوڵبدە چاکەتەکەت پڕ بە قەبارەو سایزی جەستەی خۆت بێت، تا شیک دەربکەویت.
- کاتێک چاکێتی جینز لەبەر دەکەیت، هەردەم دوگمەکانی ناوەڕاست و سەر کەمەر دابخە تا جەستەت جوانتر نیشان بدات.
- کاتێک چاکێتی جینز لەبەر دەکەیت، هەوڵبدە پووتیش بپۆشیت، هەروەها ملپێچێکی شیکیش لەمل بکە.
- ژێرەوەی چاکێتی جینز، پێویستە قەمیس، یان بلووزێک بێت، بەڵام نابێت ئەوەندە زۆر بێت کە ببێتە هۆی تێکچوونی شێوەی چاکێتەکە.
- دەتوانی چاکێتی جینز، لەگەڵ عەزییەکی کورت و گۆرەوی درێژ لەبەر بکەیت، هەروەها دەکرێت بەدی و تیشێرتیش لە ژێر چاکێتی جینزدا لەبەر بکەیت.
- کاتێک چاکێتێکی جینزت لەبەرە، هەوڵبدە ڕەنگی چاکێتەکە لەگەڵ جلەکانی دیکەدا هاوڕەنگ نەبێت، بەڵکو با جیاواز بێت، چونکە ئەو گۆڕانکارییە لە ڕەنگدا، جوانی و شیکی دروست دەکات.

جوانترین ڕووبار و تاڤگەکانی جیهان

لەجیهاندا چەندین شوێنی دڵڕفێن و سەرنجڕاکێش هەن، کە مرۆڤ لەجوانیی ئەو شوێنانە و سەیرکردنیان تێر نابێت، بەتایبەت ئەوانەی بەبێ دەستکاریی مرۆڤ، سرووشت دروستی کردوون، وەك تاقگە و ڕووبارەکان، ئەو ئاوانەی لەکانگا و بناری چیاو کێوەکان دەرژێنە خوارەوە، زاناکان بە جوانکاری سرووشتی دادەنێن. لێرەدا گەشتێك بە نێو کۆنترین و جوانترین ڕووبارو تاقگەکانی جیهاندا دەکەین. کۆنترین ڕووباری جیهان دەکەوێتە وڵاتی لوبنان کە بە (باتارا جۆرجی) ناسراوە، ئەو ڕووبارە لەساڵی (١٩٥٢) دۆزراوەتەوە، دەگوترێت تەمەنی ئەو ڕووبارە (١٦٠) ملیۆن ساڵ دەبێت، ئەوەش بەپێی لێکۆڵینەوە لەبەردو بەرکەوتنی ئاوی ڕووبارەکەوە زانراوە، هەروەها جوانترین ڕووبارەکانی جیهانیش بریتین لە: ڕووباری گاسادالۆر لەکەناری فارۆ، واتەرفێل لەدانیمارك، پالاوس لە ڕووباری سنێك لە ئەمریکا، ئەنجل فالس لەمیلفۆرد ساود لەوڵاتی نیوزیلەندا، سێلجالاندس، لەوڵاتی ئایسلەندا.

کوردستانیش بێبەش نییە لەو ڕووبارە جوانانەو سرووشتی کوردستانیش بە دەیان ڕووبار و تاڤگەی جوانی لەخۆ گرتووە، لەوانە: تاڤگەی گەلی عەلی بەگ کە دەکەوێتە نێوان هەردوو شاری سۆران و خەلیفان بە درێژایی (١٢) کیلۆمەتر لە نێوان چیای کۆڕەك، (١٣٠) کیلۆمەتر لە شاری هەولێرەوە دوورە، بەرزی ئەو تاڤگەیە (٨٠٠) مەتر لەسەر ئاستی دەریایە، پلەی گەرمیشی نێوان (١٠ تا ٣٥) پلەی سەدییە.

چێشتخانەی کەشتی لە ئاسمان

گوندێک بۆ مارکە بەناوبانگەکانی جیهان

لە نێو بازاڕو شوێنەکانی بازاڕکردندا، چەندین شوێنی تایبەت بەفرۆشتن و نمایشکردنی کەرەستەی گرانبەهاو مارکەکان دادەنرێن، کە ئەوانەش جەماوەر و خوازیاری خۆیان هەیە، تەنانەت هەندێ جار ئەوانەی نیازیان وایە لەو شوێنانەوە شتومەکیان دەستکەوێت، رەنگە رێگایەکی دوور ببڕن تا بەو شوێنە دەگەن، بەڵام دواجار لەوڵاتی بەریتانیا ئەو کێشەیە چارەسەرکراو گوندێکی تایبەت بە کەرەستەی مارکە و گرانبەهاکان کرایەوە. ئەو گوندە ناوی (بایسیتر ڤیلج- Bicester Village)ـەو دەکەوێتە شاری ئۆکسفۆرد، کە سەراپای شەقامەکانی لەشوێنەکانی فرۆشتن و نمایشکردنی کەرەستەکانی مارکە بەناوبانگەکانی جیهانە، هەر چ کەرەستەیەکی مارکە ناودارەکانی جیهانت بوێت، لەو گوندە بچووکەدا دەستت دەکەوێت، جگە لەوەی داشکانی تەواو بۆ کەرەستە گرانەکانی مارکەکان کراوە، تا خەڵك زیاتر سەردانی ئەو گوندە بکەن.

گرنگە پێگەی چێشتخانەکان لەشوێنێك بێت کە ببێتە جێی سەرنجی گەشتیاران و ئەوانەی نیازیان وایە ژەمێك نۆش بکەن، هەندێ جار تەنیا بە هۆی هەڵکەوتنی چێشتخانەیەك لە شوێنێکدا، ئیدی زۆربەی خەڵك رووی تێدەکەن، تا لە شوێنە سەرنجڕاکێشەی چێشتخانەکەدا خواردنێك نۆش بکەن، وەك ئەو چێشتخانەیەی کە هاوشێوەی کەشتییەکانی گەردوونی وایە، ئەو چێشتخانەیە دەکەوێتە سەر پردی (زیفۆبسنی) لە باکووری خۆرئاوای شاری مۆسکۆ لەوڵاتی رووسیا، چێشتخانەیەکەو وەك کەشتییەکی بازنەیی وایە، دەکەوێتە لوتکەی پردەکە کە بە شێوەی (کراسنۆ برینسیکی) دروست کراوە، واتە لە شێوەی (U) پێچەوانەیە، بەرزی ئەو چێشتخانەیە یان پردەکەی (٣٠) مەترە و پردەکەش نزیکەی (١) کیلۆمەتر دەبێت و بەرینیی چێشتخانەکە (٤٧) مەتر دەبێت، بەرز کردنەوەی ئەو کەشتییە چێشتخانەیە بە (٧٨) تەلبەندی ئاسنینی پۆڵا جێگیر کراوە، جێگەی (١٠٥) کەسی تیا دەبێتەوە.

خانووی پەلکەزێڕینە

کات سۆلیڤیان، ئەو کچەیە کە نیازی وابوو خانوویێك بکرێت کە لەیەکێك لە تۆڕەکانی کۆمەڵایەتی بانگەشەی بۆ دەکرا، دوای ئەوەی خانووەکە بە دەست دەهێنێت کە دەکەوێتە نزیك دەریاچەی (سوایتەر) لە ناوچەی (وودستۆك)و مێژووی دروستکردنی بۆ ساڵی (١٨٤٠) دەگەڕێتەوە، کەچی رەنگی خانووەکە لەو کاتەوە رەنگاوڕەنگە هاوشێوەی پەلکەزێڕینەیە. ئەوەی جێی سەرسوڕمانە ئەوەیە کە ئەو هەمووە رەنگە لەو کاتەدا لەکوێ و چۆن پەیدا کراوە، نزیکەی (١٠) جۆرە رەنگ لەخانووەکەدا بەکارهێنراوە، ئەویش ماوە ماوە خانووەکە رەنگ دەکاتەوە، ئێستا بۆتە شوێنێکی گەشتیاری و رۆژانە خەڵك سەردانی دەکەن و وێنە لەگەڵ خانووی پەلکەزێڕینەدا دەگرن.

کاریکاتێر

- لەم کاریکاتێرەدا، باس لەهەر ئەرکێك دەکات، کە دوو کەس بەهەڵە کاری لەسەر بکەن، ئەنجامی نابێت و پێویستە تەنیا لایەنێك سەرپەرشتی پرۆژەیەك، یان ئەرکێك بکات.

پەند و وتە

- **فرانز کافکا، گەورە نووسەرو زمانزانی ئەڵمانی و رۆماننووس، ساڵی (١٨٨٣) لەدایك بووە لەساڵی (١٩٢٤) کۆچی دوایی کردووە، دەربارەی جوانی گوتوویەتی:** ئەوانەی دەتوانن بەرگەی خۆپاراستن لەجوانیدا بگرن، هەرگیز پیر نابن!

بەهێزترین ئافرەتی جیهان

دەگوترێت پیاوان لە رووی هێزی بازووەوە بەهێزترن لەئافرەتان، بەڵام هەندێ ئافرەتیش هەن هاوشێوەی پیاوان بەهێزن لەبەرزکردنەوەی قورسایی و راکێشانی کەرەستەو شت ومەك، وەك ئەو ئافرەتە بەریتانییە کە ناوی (کاترین بارتلت)ـەو بۆتە جێی سەرنجی خەڵکی وڵاتەکەی و جیهانیش و بە بەهێزترین ئافرەتی بەریتانیا ناسراوەو لەتوانایدا هەیە تا (١٧٠) کیلۆگرام بەرز بکاتەوە. ئەو خانمە وەرزشوانە دایکی (٢) منداڵەو تەمەنی (٣١) ساڵەو رۆژانە ماوەی (٣) کاتژمێر وەرزش و راهێنان دەکات. لە دوانمایشی خۆیشیدا توانی بارهەڵگرێکی گەورە رابکێشێت.

کاوڕ

گەشبینی و روانینت بۆ ئاینندە دووخاڵی زۆر گرنگن کە ئێستا لای تۆ بوونیان هەیەو دەبێت پارێزگارییان لێبکەیت. هەست دەکەی هەندێك گۆڕانکاری لەژیانت رووی داوە، سوود لە ئەزموونەکانت وەربگرەو ئەگەر هەڵەیەکت کرد، دووبارەی مەکەوە.

گا

ئێستا بەخت هاوڕێتە، کاتێکی زۆر باشە بۆ ئەنجامدانی ئەو بەرنامەیەی ماوەیەکە بەنیازی ئەنجامی بدەی. ئەوەندە ئازاری دڵی کەسی بەرامبەرت مەدە، رۆژێك دێت پەشیمان دەبیتەوە، لەبەر ئەوەی کەس وەك ئەو تۆی خۆش ناوێت، کەسێکی زیرەکی و زیرەکیت لەکارەکانت بەکاربهێنە.

جمک

لەوانەیە بەم نزیکانە چاوت بەو کەسە بکەوێت کە زۆر بیری لێدەکەیتەوە، سوود لەو دیدارە وەربگرەو ئەوەی لەدڵتدایە پێی بڵێ، ئەویش قسەی ناخی دڵی خۆی دەکات و دیدارێکی زۆر خۆش و گرنگ دەبێت بۆ ئێوە. چاوەڕوانی هەواڵێکی خۆش بە.

قرژاڵ

پێش ئەوەی بڕیارێك بدەی، سەبارەت بە بابەتە گرنگەکان باش بیربکەوەو راوێژ بە کەسە نزیکەکانت بکە. وەك خۆت بیری لێدەکەیتەوە، هاوڕێکانت لەبیریان نەکردوویت. کاتێك هاوڕێ خۆشەویستەکانت دەبینیت، ئەو راستییەت بۆ دووبارە دەبێتەوە.

شێر

بڕیاری دروستت داوەو لەسەری بەردەوام بە. کەسێك نیازی باشی بەرامبەرت هەیە. دوای ئەوەی توانیت بە هەوڵی خۆت ببیتە مایەی سەرنجی دەوروبەرت، رێزێکی زۆرت لێدەگیرێت، پێویستە بەم شێوەیە بەردەوام بیت، بۆ ئەوەی سەرکەوتنی زیاتر بەدەست بێنیت.

گوڵەگەنم

ئەگەر داوات لێکرا بۆ بەشداریکردن لەهەر کارێك، یان پرۆژەیەك، ئەوا سەرەتا داوای سەرجەم وردەکارییەکان بکەو گشت زانیارییەکان بزانە، ئەو کات بڕیاری کۆتایی لەسەر بدە. ئەم هەنگاوە جیب□بەجێ بکە بۆ ئەوەی هەڵەی رابردووت دوبارە نەبێتەوە.

نەهەنگ

هەندێ لە کێشەکان بێزارت دەکەن و کاریگەری زۆریان لەسەرت دەبێت، ئێستا باش بیربکەوە لە دانانی پرۆژەکانی داهاتووت و بەرەوپێش چوون لەکارەکانت، ئەمەش لەبەر ئەوەی هەموو هەوڵ و توانای خۆت بەکار نەهێناوە، هەوڵی زیاتر بدەو کاری بۆ بکە.

گۆزە

لەوانەیە ئێستا هەست بە ماندووبوون بکەیت و بێزاربیت، بەڵام ئەمە دوای ماوەیەکی کەم کۆتایی دێت. دڵت گەورەیە و کەسێکی بەسۆزی. ئەگەر خۆشەویستت نییە، لەوانەیە دوای بەشداریکردن لەبۆنەیەکی کۆمەڵایەتیدا سەرەتایەك بۆ پێوەندییەکی سۆزداریت دروست بێت.

گیسک

هەرگیز متمانە بەو کەسانە مەکە کە هیچ نهێنیەکی خۆیانت بۆ باس ناکەن و دەیانەوێت سەرجەم نهێنیەکانت بزانن. پێویستە سەبارەت بە ئایندەی پێوەندی سۆزداریت باش بیربکەیتەوە. لەکارەکانت سەرکەوتوویت و ئێستا کاتی ئەوە هاتووە دەستخۆشیت لێبکرێت.

کەوان

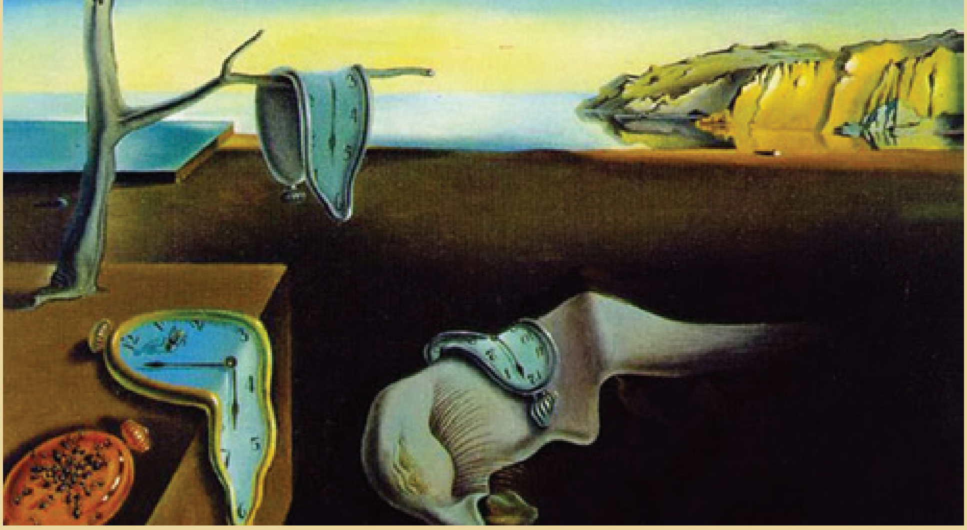
بەجوانی بیردەکەیتەوە و کەسێکی ژیری، بەڵام مەهێڵە کەسانی دیکە ژیانت تێکبدەن، ئێستا لەکاتێکی زۆر هەستیاردای بەو پێیەی چاوەڕوانی بڕیارێکی زۆر گرنگ و پێوەندیدار بە ئایندەت دەکەیت، پێویست بەدڵتەنگی ناکات، دوای ماوەیەکی کەم بەختیاری ڕووت تێدەکات.

دووپشک

کەسێکی بەختەوەری و خەمی داهاتووت نەبێت. ئەوەی چاوەڕێی دەکەیت لەم ماوەیە بۆت دەبێ، لەوانەیە ئەم ماوەیە لەخۆشترین کاتەکانی ژیانت نەبێت و هەندێك گرفت بێنەسەر ڕێگات، بەڵام دوای ماوەیەکی کەم ئاسایی دەبێتەوە و کۆتایی دێت. دەبێت پێوەندییە کۆمەڵایەتیەکانت بەهێزتر بکەی.

شایان

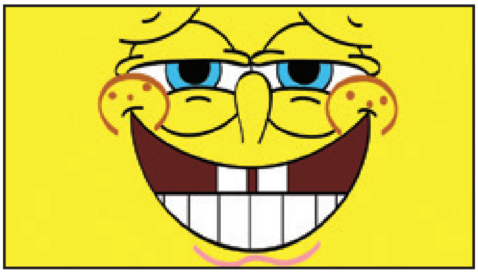
هەمیشە وەڵامی ئەو کەسانە بە چاکە بدەوە کە نیازی خراپەی تۆیان هەیە. خۆیان پاشگەز دەبنەوە. چاوەڕوان بە لەماوەی داهاتوودا هەواڵێکی زۆر خۆشت پێدەگات و دەبێتە هۆی ئەوەی هەست بە خۆشییەکی زۆر بکەی، زیاتر خۆشەویستی بە کەسی بەرامبەرت ببەخشە، ئەو شایەنی هەموو شتێکە و زۆر خۆشی دەوێ.



تابلۆ

- یادگاری بیرکردنەوە

تابلۆیەکی پڕمانای وێنەکێشی ئیسپانی (سەلڤادۆر دۆمینیکۆ فیلیپ جاکینتۆ دالی)ـە کە ساڵی (١٩٠٤) لەشاری فیگۆێرز لەئیسپانیا لەدایکبووە، ئەو تابلۆیەی بەناوی (یادگاریی بیرکردنەوە) لەساڵی (١٩٢٩) کێشاوە بە یەکێك لە تابلۆ جوانەکانی دادەنرێت کە بە درێژی (٥٤) سەنتیمەتر و پانی (٧٥) سەنتیمەترە، سەلڤادۆر لە ساڵی (١٩٨٩) کۆچی دوایی کردووە.

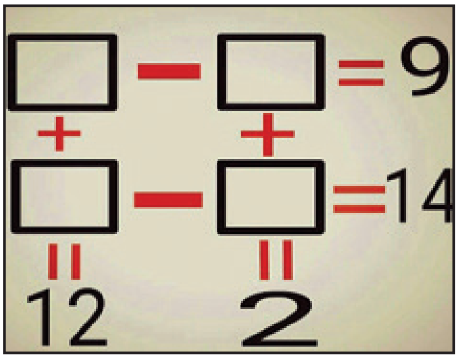


نوکتە

کەسێك زۆر ڕەزیل دەبێت، لەخەودا دەبینێت کە پارەیەکی زۆر دەبەخشێتە خەڵك، دوای ئەوەی لەخەو هەڵدەستێ، دەڵێ: لەمەودوا هەرگیز ناخەوم، نەوەك دیسان پارە بە خەڵك بدەم!

یاری وێنە

- هەوڵبدە ئەنجامی ئەو شیکارییە بدۆزیتەوە هەموو ژمارەکان ڕاست و تەواو و ئەنجامەکانیش ڕاست بن.



پوختەی فیلمەکان

Live by Night- لە شەودا بژی، فیلمێکە باسی کۆمەڵێك دەکات، کە خۆیان بە چەتە نیشان دەدەن، بە ڕێبەری (جۆی کاولین) کە لەلایەن ئەکتەری ناودار (بێن ئەفلێك) ڕۆڵەکەی بینیوە، بۆ دەستبەسەرداگرتنی مۆڵ و پارەی خۆیان، وەك ئەوەی دزی لەخۆیان بکەن، ماوەی فیلمەکە (٢) کاتژمێرو (٩) خولەکە، لەدەرهێنانی (بێن ئەفلێك) کە هەر خۆی ڕۆڵی سەرەکیی تێدا بینیوە، بودجەی فیلمەکە (٦٥) ملیۆن دۆلارە، لە پاڵەوانیەتی (لیۆناردۆ دیکاپریۆ، جینیفەر تۆلد، جینیفەر داڤیسۆن)ـە.