سوودەکانی بۆیە و کرێم بۆ ڕازاوەکردن و پاراستنی لێو

لێو، جیاواز لە بەشەکانی دیکەی پێکهاتەی روخسار، پێویستی بە کرێم و بۆیەی وا هەیە کە کاریگەری سوودمەندی بۆی هەبێت، ئەو کەرەستە ماکیاژانەی لە لێو دەدرێن، پێویستە جیاوازییان هەبێ لەگەڵ کەرەستەکانی ماکیاژی چاو و روومەت و ئەساسی روخسار، بەهۆی ئەوەی لێو دەروازەی دەمە کە ئەگەر کەرەستەکانی ماکیاژەکەی خراپ بێ، رەنگە لە گەڵ ئاوی دەم تێکەڵ بێت و بچێتە خوارەوە و زیان بە تەندروستی بگەیەنێت. گۆڤاری (بۆلد سکای) چەند سوودێکی بۆیە و کرێمی لێوی بڵاوکردۆتەوە، لێرەوە ئاشنای بن:

سەرەتا پێویستە لێوت پاك بکەیتەوە، هەروەها دەبێ وشکیش بێت، بەر لە لێدانی کرێم و بەلسەم و بۆیەی لێو، واچاکە لێوت وشك بێت، دواتر سەرەتا دەبێ کرێم لە لێوت بدەیت، دواتر بەلسەم و پاشان بۆیەی لێو، چونکە کرێم و بەلسەم لێو تەرناکەن، بەڵکو تەنێك لەسەر لێو دروست دەکەن بۆ بەرگری لە شێ و سەرما، ئەگەر جار جارە کەرەستەکانی ماکیاژی لێو کەوتە نێو دەم، مەترسە، چونکە ئاساییە کاریگەری لەسەر تەندروستیت نابێت، ئەگەر کوالیتییان باش بێت. بەڵام رەنگە هەندێ جار ئەو کەرەستانە ببنە هۆی هەستەوەری بۆ لێوت، ئەو کاتە پێویستە جۆری کەرەستەی ماکیاژی لێوت بە جۆرێکی دیکە بگۆڕیت.

مۆدی پێڵاوەکانی سکووپ بۆ وەرزی زستان

زۆربەی ئافرەتان پێیانوایە لە وەرزی سەرمادا پێویستە پووت و پێڵاوی گەرم لە پێ بکرێت، بەڵام مەرج نییە لە زستاندا تەنیا پووتەکان لە پێ بکەن، چونکە مارکەکانی دروستکردنی پێڵاوەکان، بیریان لە گەرموگوڕیی پێڵاوە کورتەکانیش کردۆتەوە، لە ئێستادا پێڵاوی سکووپ کە قەبارەی نێوان پووت و پێڵاوی ئاساییە، مۆدێکی نایابن بۆ وەرزی زستان، لەگەڵ هەموو جۆرە جلێك دەگونجێت، بۆ نموونە:دەتوانین لەگەڵ پانتوڵ و تەنوورە و ستریچ و پانتۆڵی جینز شیك بکرێت، هەروەها دەکرێت گۆرەوەی بخرێتە ناوی جگە لەوەی دەتوانرێت گۆرەوی کورتیش لەگەڵدا لە پێ بکرێت، مۆدی ئەو پێڵاوە ناسکە، چەندین رەنگی جۆراوجۆری هەن لەوانە: سپی، رەش، شین، پەمەیی، شەکەری، سەوز، ئەو رەنگانەی لەگەڵ جلی رەنگاوڕەنگ شیك دەکرێت، جۆرێکی دیکەی رەنگاوڕەنگە و لەگەڵ جلی سادە لە پێ دەکرێت، جوانیی ئەو جۆرە پێڵاوە لە شێوە توندوتۆڵەکەیدایە، کە پێیەکان بە جوانی دەگرێت.

خشل و ئێکسسوارەکان لەگەڵ جلی ڕەش

جلی ڕەش، مۆدێکی ناوازەی جلەکانن، کاتێك جلێکی ڕەش دەپۆشیت، کەرەستەکانی دیکە بەبێ گرفت لەگەڵ ئەو جلە ڕەشەدا شیك دەبن، بەڵام پێویستە ئێکسسوارەکانیش لەگەڵ جلەکەدا ڕێك بن، وێڕای ئەوەی لەگەڵ جل و بەرگی ڕەشدا دەبێ ئێکسسوارەکانی لە ڕەنگی دیکە بن، بەڵام هەندێ جاریش ئەو حاڵەتە ڕێکناکەوێت و دەبێتە مایەی نیگەرانی ئافرەتان، گۆڤاری (لاف نونو)، چەندین ڕێنمایی و ئامۆژگاری دەربارەی ڕێکخستنی خشل و ئێکسسوارەکان لەگەڵ جلی ڕەشدا: کاتێك نیازت وایە بچیتە بۆنە و ئاهەنگێك، پێویستە خشلی سادە و ئاسایی لەبەر بکەیت، هەروەها ڕەنگەکانیش دەبێ لە سەوز و شین و زەرد بن، مەرجیشە ئێکسسوارەکانت گەورە بن، تا لە نێو ڕەنگی ڕەشی جلەکەتدا ڕەنگدانەوەیان هەبێت. کاتێك جلێکی ڕەشت هەڵبژاردووە کە سینگی لە شێوەی چوارگۆشە بێ، ئەو کاتە پێویستت بە ئێکسسواری ملوانکەی بچووك و کورتە، بەڵام دەبێ گوارەکانت گەورە بن، ڕەنگی ئەو خشلانەش پێویستە لە ڕەنگی زەرد و ئەڵماس و زیووی بن، بە پێچەوانەش ئەگەر یەخەی جلەکەت لە شێوەی (V) ئینگلیزی یان ژمارە حەوت بێت، پێویستە خشلەکانت گەورە بن و گوارەشت بچووك بێت و دەکرێت خشل و ئێکسسوارەکانیش ڕەنگاوڕەنگ بن. ئەگەر جلەکەت ڕەنگدانەوە و بە بریقە بوو، پێویستە خشل و ئێکسسوارەکانت تاك ڕەنگ بێت، واتە نابێت ڕەنگاوڕەنگی پێوە دیار بێت، کە ئەوەش جوانترین مۆدەکانی خشل و جلی ڕەش دەنوێنن.

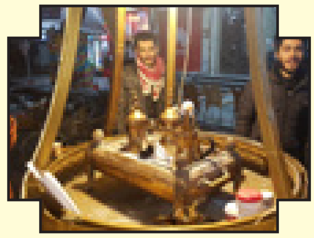
زانای بچووکی بیرکاری

بیرکاری ئەو وانەیە کە بە هۆی قورسی و لێکدانەوەوەی زۆرەوە رەنگە زۆربەی قوتابیان حەزی پێ نەکەن و هەموو کەسێکیش لەو بوارەدا زیرەك نابێت، بەڵام ئەو منداڵە ژاپۆنییە لە تەمەنێکی بچووکدا بۆتە زانای بیرکاری، ئەو منداڵە ناوی (هیرۆتۆ تاکاهاشی)یە و تەمەنی (١١) ساڵە و ئێستا لە پۆلی (٥) دەخوێنێت، کە لە تەمەنی (٣) ساڵییەوە خەریکی یاری (بازل)ی چوارینەیە، کە یارییەکی قورسە و بە هەموو کەسێك ناکرێت، دوای ئەوەی دەچێتە قوتابخانە، مامۆستای بیرکاری و فیزیاکەی خۆی سەرسام دەکات، بەو زیرەکییەی کە لە هەردوو وانەدا پێشکەشی دەکات، زیاتر لێکۆڵینەوە لە زیرەکی ئەو منداڵە، لە تاقیکردنەوەی وانەی بیرکاری پۆلەکانی دیکەدا بەشدار بوو، هەمان ئەو ئاستە بەرزە زیرەکییەی نواند، لەو وڵاتەدا وانەکانی بیرکاری بۆ (١٤) ئاست دانراون و بە ناوی (Sugaku Kentay) دانراوە، لە دوا ئاستدا بواری خوارزمی و شێوە ئەندازییەکان دەخوێندرێت، هیرۆتۆ توانیویەتی هەموو ئاستەکان بە سەرکەوتوویی ببڕێت.

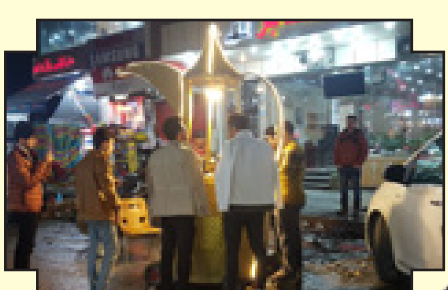
گەوهـ

ژێر ئاو و رووبار و دەریاکانی جیهان جگە لەو هەموو جۆرە گیاندار و ماسی و گژ و گیایەی مرۆڤ سوودیان لێ دەبینێت، هەروەها بۆتە سەرچاوەی دۆزینەوەی گەوهەر و زێڕ و زەوەند، کەناڵی فەرمیی رووسیا راپۆرتێکی لەسەر دۆزینەوەی گەوهەرەکانی ژێر ئاو و دەریاکاندا بڵاوکردووەتەوە کە لە چەندین جۆری ئەو گەوهەر و زێڕانە دانراون، بە تایبەت لە

کتریی قاوەی گەڕۆك



ئاشقان و هەوادارانی قاوە، لە هەر کوێ بن، حەز بەو فڕە قاوە تاڵە دەکەن، کاتێك دەنگی فنجان و کتریی قاوە بە یەکتر دەکەوێ، ئەگەرچی قاوە بە کەلتوورێکی بیانی دادەنرێت، بەڵام لە نێو هەموو نەتەوەکاندا بۆتە جێگەی سەرنج، ئێستا لە کوردستان کتریی زەبەلاحی قاوەی گەڕۆك هەیە، بریتییە لە کترییەکی گەورەی دوو مەتری، هاوشێوەی کتریی قاوە کە بە (دەللە) دەناسرێت، لە شوێنە گشتییەکاندا دادەنرێت و قاوەی بە جۆش و بە ئاگردانی لە نێویدا ئامادە دەکرێت. (مەحمود مەحەمەد عەدنان) خاوەنی ئەو کتری قاوەیە دەڵێ: جەماوەرێکی زۆر لەو کەشەی زستاندا دێن و قاوە نۆش دەکەن، لای ئێمە (٥) جۆرە قاوە بە گیراوەی تایبەت بە خۆمان ئامادە دەکەین، (تاڵ و ناوەند و شیرین و قاوەی عێراقی و قاوەی سەوز)، ئەو گیراوانەش نهێنی کارەکەمانە و نامانەوێت ئاشکرای بکەین، بەڵام تەنیا ئەوەی دەکرێت ئاماژەی پێ بکەین، بریتییە لە قاوەی سەوز کە فستقی تێی دەکرێت. قاوەی سەر ئاگردان تام و چێژی خۆشترە لە قاوەی سەر ئاگری ئاسایی، ئەو قاوەی ئێمە بە خەڵکی پێشکەش دەکەین، وردکراوە، دوای ئەوەی بە گیراوەیەك ئامادە دەکرێت پاشان پێشکەشی خەڵك دەکەین، رۆژانە (١٠٠ تا ١٥٠) فنجان قاوە دەفرۆشین، نرخی قاوەکەمان جیاوازە لە (١ هەزار تا ٥) هەزارە، پێویستە قاوە لە کتری (دەللە) ئامادە بکرێت، ئەو دەللەیە لە مس دروست کراوە، ئەو دەللانە لە سووریا دروست دەکرێن، کە هەر یەکێکیان تایبەتە بە تامی قاوەیەك، واتە نابێت قاوەی شیرین لە نێو کتری تاڵدا ئامادە بکەیت. شیرینکردنی قاوە بە شەکر نابێت، ئێمە چەند ماددەیەکی تایبەت و چوکلێت بەکاردەهێنین تا تامی قاوە تاڵە شیرین بکەین، بۆ ئەوانەی حەز بە قاوەی شیرین دەکەن، ئێستا زیاتر کورد رووی لە خواردنەوەی قاوە کردووە، بەهۆی ئەوەی شتێکی تازەیە و لە کەشی سەرما و سۆڵەشدا قاوە بە تامتر و بە جۆشترە.

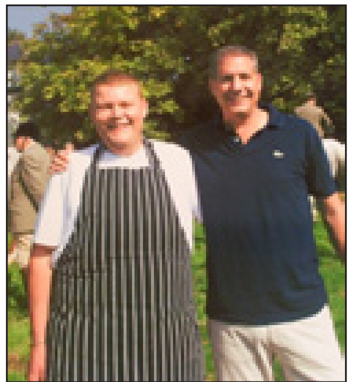


شاجوانی جیهان هەڵبژێردرا

لە ڕێوڕەسمێكی تایبەت و ناوازەدا، پێشبڕكێی (٦٨)هەمین شاجوانانی وڵاتانی جیهان لە شاری سانیا لە وڵاتی چین بەڕێوەچوو، كە (١١٨) شاجوانی وڵاتانی جیهان بەشدارییان تێدا كرد و، خانمە شاجوانی وڵاتی مەكسیك (ڤانیسا بۆنز دی لیۆن) توانیی نازناوی ئەمساڵی شاجوانی جیهان بەدەست بهێنێت و تاجی شاجوانی لەسەر بكات. شاجوانی مەكسیك لە دایكبووی ساڵی (١٩٩٢)ی شاری (گواناجواتۆ)ی مەكسیكە، كچێكی ئەسمەری ناسكی خوێنشیرینە و درێژیی باڵای (١٧٣) سەنتیمەترە، دەرچووی زانكۆیە لە بواری (كاروباری نێودەوڵەتی)، هەروەها كاری نمایشكاری دەكات و سەرۆكی ڕێكخراوێكی خێرخوازییە لە وڵاتی مەكسیك، هەریەكە لە هاوەڵانی شاجوان لە پلەی یەكەمی هاوەڵی شاجوان (نیكۆلین پیجابا) لە وڵاتی تایلەند و هاوەڵی دووەمیش بەر (ماریا ڤاسلیڤیج) لە وڵاتی بیلارووسیا بوو، شاجوانانی كیشوەرەكانیش بەم شێوەیە بوون: خەدیجە ڕۆبینسۆن لە وڵاتی جامایكا، شاجوانی كیشوەری كاریبیان، ماریا ڤاسلیڤیج شاجوانی كیشوەری ئەوروپا لە وڵاتی بیلارووسیا، شاجوانی كیشوەری ئەفریقیا، بەر كوین ئیبنكایۆ لە وڵاتی ئۆگەندا كەوت، شاجوانی كیشوەری ئاسیا و ئۆقیانووس بەر شاجوانی تایلەند (نیكۆلین پیجابا) كەوت، جێگەی باسە پێشبڕكێی شاجوانی جیهان بۆ یەكەم جار لە ساڵی (١٩٥١) ئەنجامدرا و تا ئێستا (٦٨)هەمین پێشبڕكێی ساڵانەی خۆی سازكردووە.

ـــــــەرە دۆزراوەكانی ژێر ئاو و دەریا

سەردەمی شەڕی وڵاتان لە كۆندا، كە مەبەستیان بووە ئەو گەوهەرانە لە ژێر ئاوی دەریادا بشارنەوە، بەم دواییە تیمەكانی زانستی و گەڕان بە دوای گەوهەرەكانی ژێر ئاو و دەریادا چەندین گەوهەریان دۆزیوەتەوە، لەوانە: دۆزینەوەی شاری نوقمبووی (هەرقەلیەكان)، كە بەر لە (١٢٠٠) ساڵ ژێر ئاو كەوتووە، ئەو شارە دەكەوێتە باكووری ڕۆژهەڵاتی كەناری ئەسكەندەرییە، گەوهەرێكی دیكە لە ژێر ئاودا دۆزراوەتەوە بریتییە لە بزوێنەرەكانی كەشتی ئەبالۆن (١١)، كە لە ساڵی (١٩٦٩) كەوتۆتە ژێر ئاوی دەریاوە، دۆزینەوەی كەشتی (چەتە سمێڵ ڕەشەكان) بەناوی كەشتی (ئێدوارد ئیتش) بووە و لە ساڵانی (١١٨٠ تا ١٧١٨) ژیاوە، دوا گەوهەر بریتییە لە دۆزینەوەی (٦١) تەن زیو كە كەشتییەكی بەریتانی پێكراو لەلایەن هێزەكانی ئەڵمانەوە، دواجار ئەویش دۆزرایەوە.

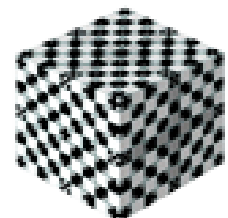


سەیرترین ڕێجیم لە جیهاندا

(جێریمی برۆکس) ئەو گەنجەیە کە بە هۆی زۆرخۆرییەوە کێشی گەیشتبووە (٢١٣) کیلۆگرام، زۆریی کێشی و گەورەیی جەستەی ببووە جێگەی نیگەرانی هاوڕێیەکی ئەو کەسە، ماوەیەکی زۆر ئەو هاوڕێیەی ڕەخنەی لێ دەگرت و هەمیشە پێی دەگوت: تۆ قەڵەوی و زلی و کەس تۆی ناوێ و کەسیش نابێتە خۆشەویستت! ئەمەش وای کرد کە جێریمی تەنیا بیر لە قسەکانی بکاتەوە و بۆیە بۆ ماوەی ساڵێك خۆی لە خواردنی بەچێژ و باش بە دوور خستەوە، ئەنجامی ئەو کارەی وای کرد کە گرنگی بە خۆی بدات و لەگەڵ ڕیجیمکردن، نیوەی کێشی بهێنێتە خوارەوە و لە دەست بدات، دوای ڕێجیمە سەیرەکەی ئێستا کێشی تەنیا (١٣٤) کیلۆگرامە.

کاریکاتێر

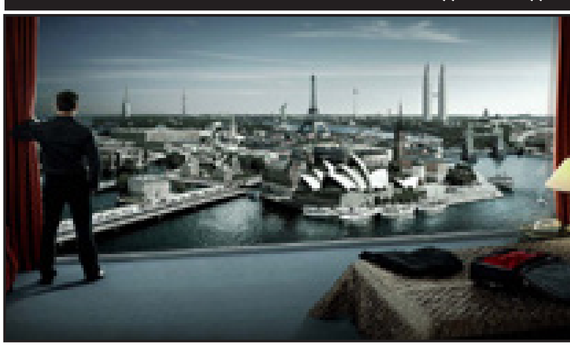
یەکێکە لە کاریکاتێرە کاریگەرەکان، باس لە پیسبوونی ژینگەی زەوی و کەناری سەر دەریاکان دەکات، کە مرۆڤ بەو پیسبوونەی بەسەر زەوی و سرووشتدا هێناوە، هەروەها باس لە توانای مرۆڤ لە پیسکردنی ژینگە دەکات، بەڵام توانای پاککردنەوەی نییە.



فێڵکاری چاو

لەم وێنەیەدا شێوەیەکی ئەندازەیی هەیە، وێنەکە نادیارە کە لە کام لاوە وێنەی ئەو ئەندازەیە گیراوە، یان کێشراوە، هەوڵبدە بزانیت لە سەرەوەی ئەو شێوەیە، یان لە خوارەوەی سەیری دەکەیت، کە زانیت چۆنە، هێڵکاری بۆ بکە و ڕاست و دروستیی وێنەکە دیاری بکە.

یاریی وێنە



لەم وێنەیەدا چەندین شوێنی بەناوبانگی وڵاتانی جیهان هەن، بۆ زانینی زیرەکیی خۆت و شارەزاییت لە وڵاتانی جیهان لە ماوەی (١) خولەك هەوڵبدە زۆرترین شوێنی بەناوبانگی وڵاتەکان دەستنیشان بکەی و وڵاتەکەشیان دیاری بکەیت.

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

کارەکانت بەجوانی بەڕێ دەکەیت، بەڵام هەمیشە خۆت لە کێشە بە دوور بگرە، شێوازی ڕەفتارت گۆڕیوە، دەبێ هەموو کاتێك لەسەر ڕەفتاری باشی خۆت بیت و نەیگۆڕیت، هەندێ کەسی گرنگ لە ژیانت بە پێچەوانە لەگەڵتن، تۆش ڕێگەیان مەدە مەرامەکانیان جێبەجێ بکەن، دڵت فراوان بێت.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

کەسێکی هەست ناسکی و جوان بیر دەکەیتەوە، خاوەنی بیرۆکەی خۆتی، هەندێ جار وا بیردەکەیتەوە کە کەسێکی فەرامۆشکراوی و ئاگاداری گرنگیی خۆت نیت، لە ماوەی داهاتوو کەسێکی باش دێتە ناو ژیانت و هەموو شتەکان دەگۆڕێت، بۆیە دەبێ بە جوانی کەسەکە هەڵبژێریت.

جمک ٥/٢١ - ٦/٢٠

هەوڵبدە کارەکانت بە جوانی جێبەجێ بکەیت، هەنگاوی داهاتووت بەرەو سەرکەوتنە، ڕووداوێکی ناوەخت بۆت هات و زۆربەی کارەکانی تۆی تێکدا، هەمیشە دەبێت زیرەکانە بیر بکەیتەوە و لە داهاتووشدا ئەو کەسەی ماوەیەکە دڵتی شکاندووە، بەرەو رووت دێتەوە و ئیدی گرنگیی زیاتر بە بڕیارەکانت بدە.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

ئەگەر هەست دەکەی کە هەنگاوەکانت جێگیر نین، دووبارە هەوڵدانی بۆ دەوێت، کەسێك ویستی لێت نزیك ببێتەوە، بەڵام تۆ ڕێگەت نەدا، ڕەنگە ئەو کەسە بۆت باش بوایە، هێمن و لەسەرخۆ بە بۆ کارەکانت، چونکە لە داهاتوودا کاری باشت دێتە بەردەم و تۆش لە دەست خۆتیان مەدە.

شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢

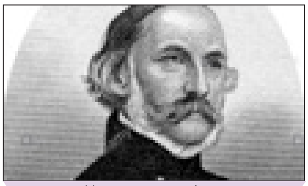
خەریکی بە ئامانجەکانت دەگەیت، هەستکردن بە کێشەکانت، مانای ئەوەیە کە بیرۆکەی جوانت بۆ ژیانت داناوە، ماوەیەکە خەریکە هەندێ کاری باش لە دەست خۆت بدەیت، دڵنیابە بەو کارەت دەگەیت کە ماوەیەکە دەستت پێکردووەو لە بیروکە جوانەکانت بەردەوام بە.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

بڕوات بە خۆت بێت و ئەوەی لە داهاتوودا روو دەدەن بۆ بەرژەوەندی تۆیە، هەمیشە بۆ کاری داهاتووت بیر بکەوەو بە ئاسانی کارەکانت بەڕێ مەکە، شێوازی ڕەفتارت بگۆڕە و مەهێڵە کەس ئەزیەتت بدات، چونکە ئەوەندە دڵسافی باش نییە و بەرەو داهاتووی خراپت دەبات.

پڕتەقاڵی ناو مۆر

هەمیشە دەرەوە و ناوەوەی پڕتەقاڵ لە ڕەنگی زەرد و زەردی کاڵن، کەچی ئەو جۆرە پڕتەقاڵەی بەم دواییە لە وڵاتی ئوستراڵیا دۆزراوەتەوە لە ڕەنگی مۆرە و هەمووانی تووشی شۆك كردووە، ئافرەتێك بەناوی (نیتی مۆڤیت) لە وڵاتی ئوستراڵیا، خاوەن كێڵگەیەكی تایبەت بە خۆیەتی، دواجار لە كێڵگەكەی پڕتەقاڵی ناو مۆر دەركەوتووە، ئەو ئافرەتە دەڵێ: كاتێك ئەو پرتەقاڵەم بینی، وا هەستم كرد نەخۆشییەكی ڕووەكی لێی داوە، یان تێكچووە، بەڵام دواتر پشكنینیان بۆی كرد، هیچ گرفتێكی نەبوو، ئەوەی سەیر بوو، تامی ئەو جۆرە پڕتەقاڵە لە پڕتەقاڵی ڕەنگ زەرد خۆشتر و بە چێژترە.



پەند و وتە

چارلیس هێندی دەیڤس، گەورە ئەدمیراڵی ئەمریكی، ساڵی (١٨٠٧) لە شاری بۆستن سەر بە ویلایەتی (ماساشویتس)ی ئەمریكا لەدایكبووە، لە ساڵی (١٨٧٧) كۆچی دوایی كردووە، دەربارەی چاكەكاران دەڵێ: ئەوانەی چاكەكارن و هەمیشە چاكە و باشیی خەڵكی دیكەیان دەوێت، ئەو كەسانەن كە بەردەوام لە دوای پێدانی خۆشی بە خەڵكی دیكەن، كەچی خۆیان لەوپەڕی زەرەرمەندی دەدۆزنەوە و دەبنە قوربانیی كەسانی دیكە.

كابرایەك خۆی بە شەقاوە دادەنێت، ڕۆژێكیان لە چایخانەیەكدا چەقۆ دەردەهێنێ، دەڵێ كێ پیاوە با قسە بكات! یەكێك دێتە وەڵام و دەڵێت: من. كابراش دەڵێت: ئەوا بویون بە دووان، كێی دیكە هەیە ئێستا قسە بكات؟

بۆ زانیاریت

بەرزەگەیەنەر - Superconductivity

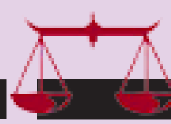
زانایانی ئەڵمانیی لە ئەنستیتۆتی ماكس پلانك توانیویانە بەرزەگەیەنەر (Superconductivity) لە پلەی گەرمیی ئاساییدا (پلەی گەرمیی ژوور) دروست بكەن، بەرزەگەیەنەر بە كانزایەك دەگوترێت كە بەرگرییەكەی سفرە، كانزاكان لەپلەی گەرمیی زۆر نزمدا (نزیك سفری ڕەها) دەبن بە بەرزە گەیەنەر هەر بۆیە تا ئێستا تەنها بەكارهێنانیان لەتاقیگە زۆر پێشكەوتووەكاندا بووە. لەكاتی گواستنەوەی كارەبادا لەسەرچاوەوە بۆ شوێنی مەسرەف بەشێكی بەرچاو لەوزەی كارەباكە لەكیس دەچێت، كە بەرزە گەیەنەر ئەم كێشە چارەسەر دەكات، لە هەمانكاتیشدا بەرزە گەیەنەر دیامۆگناتیسی تەواوە واتە كاتێك دەخرێتە بواری موگناتیسییەوە بەرز دەبێتەوە، بەكارهێنانێكی گرنگیی ئەم تایبەتمەندییە ئەوەیە دەكرێت شەمەندەفەر دروستبكرێت كە وەك فڕۆكە لەسەر هێڵی ئاسن بفڕێت. ئەو وڵاتەی زووتر دەستی بگات بەم تەكنەلۆژیایە داهاتووی پیشەسازی كارەبا بۆ ئەو دەبێت و ئێستا پێشبڕكێیەكە لە نێوان وڵاتانی ژاپۆن و ئەڵمان و ئەمریكایە، تا بە بەرزەگەیەنەر بگەن.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

كەسایەتیت بپارێزەو مەهێڵە كەسانی دیكە بەشداریی كارەكانت بكەن، ئەو كەسەی ماوەیەكە لەدڵتە، زیاتر گرنگی پێبدە و تا لەسەر هەستی خۆت فێر دەبیٰ، لە داهاتوودا هاوكاری یەكتر دەبن و بیر لە كاری ڕابردوو مەكەنەوە، لە كاتێكدا دەبینن بە یەكتر گەیشتوون.

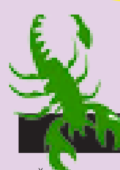
نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

ماوەیەكە بێزاریت پێوە دیارە، خۆت لە كێشەكان بە دوور بگرە، ڕەنگە لەم كاتەدا، ئەو كارانەی ڕابردووت جێگەی ناخۆشی بن بۆت، بۆیە پێش هەر كارێكت بیری لیٰ بكەوە. لەم ماوەیەدا لەگەڵ كەسێكی نزیكت دەبێتە كێشەتان، بەڵام مەهێڵە لە دەستت بچێت و چونكە تۆی بە دڵە.



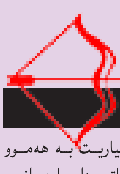
شایان ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

خاوەنی بڕیاری خۆت بە و داهاتووت بەرەو باشی دەچێت، هەندیٰ جار وا بیر مەكەوە كە كەسایەتیت ونە، پێویستە متمانەت بە خۆت بێت و شێوازی كارەكانت بگۆڕە و ئەو كارەی ڕابردووت سەرئێشەی بۆت دروست كرد، هەمیشە بیر لە كارەكانت بكەوە پێش ئەوەی ئەنجامیان بدەیت.



دووپشك ١٠/٢٣ - ١١/٢١

بڕیاری بە پەلە مەدە و هەمیشە دڵت كراوە بێت، لەگەڵ هاتنی ئەو كۆمەڵە گرفتەی كە ئێستا لەناو ژیانتدا هەیە، پێویستە دڵت گەورە بێت و ئارام بیت، چونكە ڕەنگە لەداهاتوودا هەموو ئەو گرفتانە چارەسەر بن و بەمەش لەو كارانە دەرباز دەبیت و خۆراگر بە.



كەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

كەسێكی زیرەكی بەڵام زانیاریت بە هەموو كەسێك مەدە، ڕەنگە لە داهاتوودا چاوەڕوانی ئەو كەسە بكەیت كە هەمیشە لە دڵتە، بۆیە دەبیٰ زیرەكانە مامەڵە لەگەڵ هەست و خۆشەویستیتدا بكەیت، بۆ زاڵبوون بە سەر گرفتەكانت پێویستت بە گەشتێكە و ئەو كەسەی لەگەڵتە بۆت باش دەبێت.

گیسك ١٢/٢٢ - ١/١٩

كاری ئێستات پارێزگاری لە خۆتە، بۆیە دڵت گەورە بێت، ئەوانەی ماوەیەك لەگەڵت بوون، ئێستا هەندێكیان خۆیان ون كردووە، تۆش هەمان ئەو كارە بەرامبەریان بكەوە، ڕەنگە بیر لە كاری داهاتووت بكەیتەوە و هەندێك ماندووت بكات، لەم ماوەیەدا چاوەڕوانی كارێكی چاك بە.