جانتای پشتێن جوانییەکی دیکەت پێ دەبەخشێت

جانتای پشتێن ئەگەرچی بچووکە و هێندە کەرەستە ناگرێت، بەڵام بەسوودە بۆ دانانی ئەو کەرەستانەی کە زۆر بەکاردێن، وەك: سووراو، مۆبایل، کلینکس، چونکە هەندێ لە جار کاتێك جانتایەکی گەورەدا پێویستە ماوەیەك لە دوای کەرەستەیەکی بچووك بگەڕێت تا بیدۆزیتەوە، بەڵام ئەگەر جانتای پشتێنت لەبەر بێت، ئەو کاتە ئەو کێشەیەت نابێت، جگە لەوەی کەرەستە و ئێکسسوارێکی جوانکارییە، کە سەرنجڕاکێش و نایابە، جۆرەکانی ئەو جانتایە وەك: کلاسیك و کاجوالن، کلاسیکەکە لە شێوەی کۆنە و ئاسایی و لاکێشەیە، بەڵام کاجوالەکە شێوەی دیکە و نەخشی جۆراوجۆری وەرگرتووە، هەریەکە لە مارکەکانی گوتچی و دۆڵس ئەند گابانا، گرنگییان بەو جۆرە جانتایە داوە، بەتایبەت گوتچی پێی وایە کە جوانترە جانتای پشتێن لە ڕەنگی سوور بێت و لە دیزانێکی سادە نەخشێندرابێت، دۆڵس ئەند گابانا پێیان وایە: بۆ وەرزی زستان پێویستە جانتای پشتێن ڕەش بێت، تا لەگەڵ هەموو جۆرە جلێکدا ڕێکبخرێت.

ماکیاژ لە کاتی شەو و خەودا

مانەوەی ماکیاژ زیانی گەورەی هەیە، بەتایبەت ئەگەر لە شەوانە و لە کاتی نووستندا پاك نەکرێتەوە، بەهۆی ئەوەی ماکیاژ لە ماددەی سرووشتی و کیمیایی دروست دەکرێن، بۆیە کاتێك بۆ ماوەیەکی زۆر لەسەر پێستی ڕوخسار دەمێننەوە، دەبێتە هۆی سەرهەڵدانی کێشە و گرفت بۆ پێست، مانەوەی پێست بە نەرم و نیانی و تەڕی، واتە بەدەستهێنانی جوانی و سەرنجڕاکێشی، ڕەنگە هەندێ کێشە و گرفت لە ڕوخسارتدا هەبن، ڕێگری لە سەرهەڵدانی ئەو گرفتانە لەم چەند هەنگاوانەی خوارەوە بەدی بکە: سەرەتا هەمیشە وابکە کە ڕوخسارت تەڕ بێت، وشك بوونی پێست واتە سەرهەڵدانی کێشە و گرفت، بەتایبەت بۆ ئەوانەی پێستیان چەورە، نابێت شەوانە ماکیاژ لە سەر ڕوخسار بمێنێتەوە، هەروەها لە کاتی خەویشدا ناکرێت ماکیاژ بە ڕوخسارتەوە مابێت. بە نەرمی مامەڵە لەگەڵ پێستتدا بکە، کاتێك شوێنێك سوور هەڵگەڕا، نابێ زیاتر دەستی لێ بدەیت، شیرینی کەم بخۆ، هەروەها میوە و سەوزەی زۆر بخۆ، لەگەڵ بەکارهێنانی کەرەستەی باش و کوالێت بەرزی ماکیاژەکان.

ڕەنگ و شێوازەکانی پێڵاو بۆ وەرزی زستان

لە وەرزی سەرمادا، پێویستە پۆشاکەکان بگۆڕدرێن، چونکە ئەوانەی پێشوو بە کەڵکی ئەو وەرزە نایەن، بۆئەوەی لەگەڵ کەشی سەرمادا بگونجێت، یەکێك لەو کەرەستانەی کە پێویستە و ناچاریت گۆڕانکاریی تێدا بکەیت، پێڵاوە، لێرەدا ئەوەی دەمێنێتەوە هەڵبژاردنی پێڵاوەکانە بۆ ئەو وەرزە لە رووی رەنگ و نەخشەوە، سەرەتا گرنگە بزانیت کە پێڵاوی وەرزی زستان پێویستە لە رەنگی تۆخ بێت، یان رەنگی مات، وەك: رەش و قاوەیی و رەساسی و شینی تۆخ، هەروەها شێوەی دیزاینیشی داخراو بێت و هەوا نەکێشێت، چەندین مارکەی جیهانی گرنگییان بە رەنگی رەش بۆ پێڵاوەکان داوە، بەڵام هەندێکیان پێیان وایە کە رەنگی رەش لە زستاندا زوو پیس دەبێت، بۆیە پێڵاوی رەنگ قاوەیی شیاوتر و گونجاوترە، ئاماژەشیان بە سەرنجڕاکێشیی پێڵاوی قاوەیی داوە کە یەکێکە لە سەرنجڕاکێشترین پێڵاوەکانی ئەو وەرزە، جوانتریش دەبێت ئەگەر پێڵاوەکانی وەرزی زستانە قەیتاندار بن.

جلوبەرگی میللی و کولتووریی چینی دەبێتە مۆد

شێوازەکانی جلوبەرگ رۆژ لە دوای رۆژ بەرەو تازەگەری و نوێکاری دەچن، هەندێکیان جێی سەرنج و سەرسوڕمانن، وەك جلوبەرگی میللی و کولتووریی چینی، کە ئێستا بۆتە یەکێك لە جلوبەرگە باوەکانی بواری مۆدە، تەنانەت لە زۆربەی نمایشەکاندا دادەنرێت، ئەو جلە پێی دەگوترێت (هانفۆ) کە لە سەردەمی شانشین (شینگ)ی دەسەڵاتدار دەرکەوتووە، سەرنجراکێشیی ئەو جلە لەوەدایە کە لە سێ پارچە قوماش پێك هاتووە، یەکێکیان بەشی سەرەوەی مرۆڤ دادەپۆشێت و ئەوەی دیکەش بەشی خوارەوە و پارچەکەی دیکەش بۆ سەر دەست و مەچەك بەکاردێت، نرخی ئەو جۆرە جلانە دەگاتە ٢٠٠ دۆلار، کە تەنیا چەند پارچە قوماشێکە و بەپێی پێوانەی کەسەکە دەیدوورن، لە ئێستاشدا وەك جلێکی باو لە زۆربەی وڵاتانی جیهاندا دەپۆشرێت.

سەرکێشیی بەلەمە مارەکان

بەلەمی مار، یەکێکە لە سەیرترین شێوەی بەلەمەکان، کە شێوەی وەك مار درێژ و باریکە، تەنانەت خێرایی ئەو جۆرە بەلەمە هێندە زۆرە کە ئێستا بۆتە رێگەیەك بۆ سەرکێشی، سەرەتای بیرۆکەی دروستکردن بۆ (٤٠٠) ساڵ لەمەوبەر دەگەڕێتەوە، درێژیی ئەو جۆرە بەلەمە (٣٦) مەترە و جێگەی زیاتر لە (١٥) کەسی تێدا دەبێتەوە، هەروەها نزیکەی (٩) مانگی پێویستە تا بەلەمێکی لەم جۆرە دروست بکرێت. ئەو بەلەمە بە ناوی (Palliyodam) دەناسرێت، ئێستا بۆ پێشبڕکێ بەکار دەهێندرێت، چونکە خێراترین بەلەمە کە بە دەست سەوڵ دەدرێت و دەڕوات، هەرچەند شارەزایانی بووارەکە دەیانەوێت ئامێرەکانی پاڵدان لەسەر ئەو بەلەمە مارانە ببەستن، بەڵام بەو ئاکامە گەیشتوون کە باشترە شێوازە کۆن و کلاسیکییەکەی بمێنێت، کە بە دەست دەڕوات.

ژەمە ماری سوورکراوە

لومات، گوندێکە دەکەوێتە وڵاتی ڤێتنام، ئەو شوێنە بە زۆریی مار بەناوبانگە، چونکە ژمارەیەکی زۆری مار لەو ناوچەیەدا دەژین، تەنانەت مارەکانی ئەو شوێنە گۆشتیان خۆشە، هەر بۆیە زۆربەی چێشتخانەکانی ئەو ناوچەیە بوونەتە شوێنێك بۆ سوورکردنەوەی مار،کە بە جۆرێك سوور دەکرێنەوە و دەبرژێندرێن، وەك ئەوەی گوشتی باڵندەیەك بێت، جاران خەڵکی ئەو شوێنە خوێنیماریان وەك چارەسەرێك بۆ نەخۆشی و سەر ئێشە بەکار دەهێنا، بەڵام دواتر بیرۆکەی ئەوەیان کە ئەگەر گوشت و خوێنەکەشی نۆش بکەن، ئایا چ سوودێکی دەبێ؟، بەم چەشنە ئێستا لە تەواوی چێشتخانەکانی ئەو ناوچەیەدا گۆشتی دیکە باو نییە و ناخورێت، تەنیا گۆشتی ماری سوورکراو و برژاو نەبێت، نرخی هەر ژەمە مارێك (٦٠) دۆلارە، مارێکی کۆبرا بەشی (٦ تا ٧) کەس دەکات.

بۆ زانیاریت

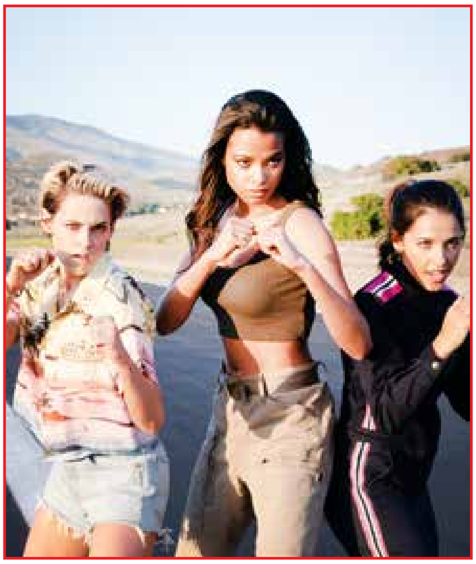
کاتژمێری بایۆلۆجی خەو

لە کاتژمێر ٩ بۆ ١١ ی شەو کاتی لەناوبردنی ژەهرە زیادەکانە لەناو بۆڕییە سستەکاندا، بۆیە پێویستە ئەم کاتە بە هێمنی بەڕێ بکرێت. ئەگەر هەرکەسێك لەم کاتەدا سەرقاڵی کارکردن بێت، ئەوە کاریگەریی نەرێنی لەسەر تەندروستیی دروست دەکات. لە کاتژمێر ١١ بۆ ١ ی شەو کاتی لەناوبردنی ژەهرەکانی ناو جگەرە، ئەمەش کاتێکی زۆر باشە بۆ خەوێکی قووڵ. لە کاتژمێر ١ بۆ ٣ ی شەو کاتی لەناوبردنی ژەهرەکانی ناو زراوە. لە کاتژمێر ٣ بۆ ٥ ی بەیانی کاتی لەناوبردنی ژەهرەکانی ناو سییەکانە بۆیە ئەو کەسەی کۆکەی هەبێت، لەو کاتەدا زیاتر دەکۆکێ، چونکە کاری لەناوبردنی ژەهرەکان دەست پێ دەکات و پێویست ناکات هیچ دەرمانێك بەکار بهێندرێت، تاوەکو ڕێگری نەکەیت لەکاری ئاسایی سییەکان بۆ لەناوبردنی ژەهرەکان. کاتژمێر ٤ ی بەیانی کاتی دروست بوونی مۆخی ئێسك و خڕۆکەکانی خوێنە. کاتژمێر ٥ ی بەیانی کاتی لەناوبردنی ژەهرەکانی ناو میزڵدانە، بۆیە پێویستە لەم کاتەدا میزڵدان بەتاڵ بکەیتەوە تاوەکو یارمەتی میزڵدان بدەیت بۆ لەناوبردنی ژەهرەکان.

پوختەی فیلم

فریشتەکانی چارلی - Charlie›s Angels

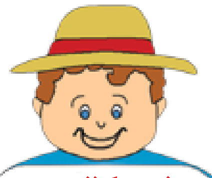
فیلمێکی ئەکشن و ئەدڤێنچەرە، باس لە تێکچوونی سیستەمی ئەندازیاریی تەکنەلۆژیای جیهان دەکات کاتێك کە دەکەوێتە مەترسییەوە، لەو کاتەدا سێ خاتوون لە فریشتەکانی چارلی دەست دەکەن بە ڕزگارکردنی کۆمەڵگە و جیهان، ماوەی فیلمەکە یەك کاتژمێر و (٥٠) خولەکە، لە دەرهێنانی ئەلیزابیت بانکسە، لە وڵاتی ئەندەنووسیا وێنەی گیراوە، لە نواندنی (کریستین ستیوارت، نایۆمی سکۆت و ئەلیزابیت بانکس)ە.



کاریکاتێر

ئەم کاریکاتێرە باس لە جوانی و گەورەیی کتێب دەکات، کە هەر کتێبێك مرواریيەکە بۆ خۆی، بۆیە کتێب بکەنە سەرچاوەی خوێندنەوە و گرنگیی پێ بدەن.

نوکتە



کەسێك بۆ یەکەمجاری دەبێت ئوتۆمبێل بکڕێت، لە کاتی لێخوڕینی ئۆتۆمبێلەکەیدا دەبینێت کە دەسکی برێك هەیە، کە ئەو نازاتێت چییە، بۆیە بەدەم لێخوڕینەوە رادەکێشێت و ئۆتۆمبێلەکەی دەکەوێتە تەقلە لێدان، کاتێك دەگەڕێتەوە لای ئەو کەسەی ئوتۆمبێڵەکەی لێی کڕیوە، بە توڕییەوە پێی دەڵێ: بۆ پێت نەگوتم ئەو ئۆتئمبێلە دەسکی تەقلە لێدانی هەیە؟

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

کەسایەتیت بەهێزە، با دڵت گەورە بێ و کارەکانت بە جوانی جێبەجێ بکە، لە ئێستاوە هەوڵ بدە کە بە شێوەیەك وەڵامی کەسی بەرامبەرت بدەیتەوە، بڕوات پێ بکات، چونکە ماوەیەکە وا هەست دەکات لەبیرت کردووە، ڕەنگە بیەوێ چەند پرسیارێکت ئاراستە بکات، تۆش بە جوانی بیر لە ئایندەت بکەرەوە، ئەنجا وەڵام بدەرەوە.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

کەسێکی سەرکەوتووی و مەهێڵە کەسانی دیکە دەست بخەنە کاروباری ڕۆژانەت، لەمەودوا بەرپرسیارێتیت زیاتر دەبێت و تەنیا بیر لەخۆت مەکەرەوە، چونکە ناکرێت وەك جاران بە ئاسانی هەموو شتێك لە بەرژەوەندیی تۆ تەواو ببێت، ئەمە دەبێتە هۆی بڕوابەخۆبوونت و دەستکەوتی زیاتر بەدەست دەهێنیت.

جمک ٥/٢١ - ٦/٢٠

هەوڵی خۆت بۆ بەجێگەیاندنی کارەکان لەو ماوەیە گرنگە، بۆیە ئەرکی خۆت بە کەسی دیکە مەسپێرە، ئەم ماوەیە هەست بە بێزاری دەکەی، بەڵام بۆ کاتێکی کەمە و کۆتایی پێ دێت، ئەگەر کەسانی خاوەنی ئەم بورجە ئارەزوویان لە پەیوەندیی سۆزداری هەیە، ئەوا ئەو پەیوەندییە لە ڕێگادایە و ژیانێکی نوێ چاوەڕێیان دەکات.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

بڕیارەکانت ڕاست و دروستن و چاوەڕوانی ئەنجامەکانی بکە، گوێ لە قسەی بەرامبەرەکەت بگرە و واهەست مەکە هەموو کاتێك قسەی خۆت ڕاستە، سەرەتا بە شێوەیەکی زانستی بەراوردیان بکە، ئینجا بۆت دەردەکەوێت کە بیروبۆچوونی ئەو زۆر گرنگە، بۆیە لە ئێستاوە خۆت بۆ ئایندە ئامادە بکە، دواتر ئەنجامەکان بە چاوی خۆت دەبینیت.

شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢

دوای ئەو هەموو کێشە و خەمانەی تووشت بوون، ئەم ماوەیە هەست بە دڵخۆشی دەکەیت، ئەوەندە بە نەرێنی بیر لە خۆشەویستەکەت مەکەرەوە، لە کاتێکدا ئەو هیچ تاوانێکی نییە تا دڵی بشکێنیت. ئەم ماوەیە سەرقاڵیت پێوە دیارە، بە هۆی جدییەتت لە کارەکانتدا دەستخۆشیت لێ دەکرێت، سەرکەوتنت لە پڕۆژەیەکی نوێدا مسۆگەرە.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

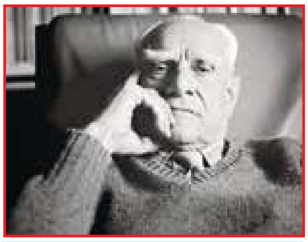
ئەرکەکانت بە ڕێکی بەڕێ بکە و لە کەس مەترسە و دوودڵ مەبە بۆ داهاتوو، دەبێت زیاتر بەهێز بیت و ئەو بڕیارانە کاریگەریت لەسەر دروست نەکەن کە دوور لە بەرژەوەندیی تۆ دەدرێن، ئەمە یارمەتیت دەدات تا لە داهاتوودا شکستەکانی ڕابردوو دووبارە نەبنەوە، ئەو کاتە دەستخۆشیت لێ دەکرێت و ماندووبوونەکانت بەرهەمیان دەبێت.

کڵاوی سەری باز

کلاوێکی سەیرە، چاوەکان و بەشێکی سەر دادەپۆشێت، ئێستا ئەو جۆرە کڵاوە لەلایەن کارمەندانی هۆتێلەکانی دوبەی لە وڵاتی ئیمارات لەسەر دەکرێن، کاتێك خزمەتکارەکان دەبینین هەر یەکێکیان کڵاوێکی لەسەرە کە هاوشێوەی ئەو کڵاوەیە دەخرێتە سەر چاو و سەری (باز)ەکان، ئەو کارەش بە واتای ئەوەیە کە کولتوورێکی کەنداوە و باز سیمبولی ئەوانە، هەروەها بۆ ئەوەی خزمەتکارەکان سەیری تەنیشتەکانیان نەکەن و تەنیا پێشەوەی خۆیان ببینن، ئێستا بۆتە نەریتێکی باو کە لە کەنداودا ئەو جۆرە کڵاوە لەسەر دەکرێت.

پارکی ئۆتۆمبێل بۆ فرۆشتن

شوێنی پارکێنگی ئۆتۆمبێل لە جیهاندا یەکێکە لە گەورەترین کێشەکانی سەردەم، کەسێك بە ناوی (جۆنی شانگ) لە وڵاتی چین، ئەو هەلەی قۆزتۆوە کە شوێن دەکرێت و دەیکات بە پارکی ئۆتۆمبێل، دواتر کە حکومەت، یان کەرتی تایبەت پێویستی بە شوێنەکە دەبێت، ئەویش تابلۆی فرۆشتن لەسەر پارکینگەکەی دادەنێت، کە دواجار توانی شوێنێکی بچووکی (١٣٥) مەتر دووجا بە (٩٦٩) هەزار دۆلار بفرۆشێت، کە گەراجێکی بەرزە و لە چەند نهۆمێك پێك هاتووە، ئەو پیاوە چینییە تا ئێستا لە ڕێگەی فرۆشتنی گەراجەکانەوە بۆتە خاوەن (١) ملیۆن دۆلار.



پەند و وتە

ئەلبێرتۆ مۆاڤیا، ڕۆژنامەنووس و ڕۆماننووسی ئیتاڵی کە لە ساڵی (١٩٠٧) لە ڕۆما لە دایکبووە و لەساڵی (١٩٩٠) هەر لە ڕۆما کۆچی دوایی کردووە، دەربارەی خۆشەویستی و رق لای پیاو و ئافرەت دەڵێ: پیاوان زوو دەکەونە خۆشەویستی و درەنگ ڕقیان هەڵدەستێ، بە پێچەوانەوە ئافرەتان بە هێواشی دەکەونە خۆشەویستی و بە خێرایی ڕقیان هەڵدەستێت.

فیلکاریی چاو

لەم وێنەیەدا منداڵێك دیارە کە سەر و جەستەی لە شوێنێکە، وەك ئەوەی دووکەس بن، تۆش هەوڵبدە لە ماوەی (٣٠) چرکەدا فێلکاریی وێنەکە بدۆزیتەوە.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

کەسێکی بەهێزی، بەڵام بێدەنگی دەنوێنیت، بۆیە پێویستە داکۆکی لە کارەکانت بکەیت، ئەو بێدەنگییەی ئێستا پەیڕەوی دەکەی، کەسی بەرامبەرتی خستۆتە بارێکی سەختی بیرکردنەوەوە، هەر قسەیەکت هەیە، لێی مەشارەوە و ڕاشکاوانە پێی بڵێ، پێش ئەوەی لەدەستی بدەی، ئەگەرنا دواجار پەشیمان دەبیتەوە.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

کەسێکی ژیر و بەسۆزیت، بۆیە مەهێڵە کەسانێك کارەکانت بشێوێنن و مەرامی خۆیان جیبەجێ بکەن، دیارییەکی بەنرخت لەلایەن خۆشەویستەکەتەوە پێشکەش دەکرێت، هەر ئەمەش دەبێتە سەرەتایەك بۆ دووبارە بەهێزبوونی پەیوەندیی سۆزداریتان، دوای ئەوەی کۆتایی بە گرفتی نێوانتان هات، ئیدی ژیانێکی نوێ بەڕێ دەکەن.

شایان ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

هەستەکانت بپارێزە بۆ ئەو کەسەی کە ماوەیەکە نێوانتان جۆرێك لە سۆزداریی پیوەدیارە، کەسێکی نزیکت گلەییت لێ دەکات، بەوەی هیچ هەواڵێکی ناپرسیت و ئەوت لەبیر کردووە، بە هەمان شێوە هاوڕێکانت پێیان سەیرە کە چۆن بە ماوەیەکی کەم گۆڕانکاریت بەسەردا هاتووە، بۆیان بسەلمێنە و بۆیان ڕوون بکەرەوە کە ئەوانت لەبیر نەکردووە.

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

خەریکی کاروباری خۆت بیت باشترە لەوەی هەوڵی چارەسەری کێشەی کەسانی دیکە بیت، چونکە منەتیان پێی نییە، ئەگەر ناتوانیت بەرگەی دووریی خۆشەویستەکەت بگریت، ئەوا باشترین شت ئەوەیە کە ژیانی هاوسەری پێك بهێنن. ئەم هەفتەیە زۆر ماندوو دەبیت بەهۆی سەرقاڵ بوونت بە چەند کارێکی گرنگەوە.کەوان

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

خەریکی کاروباری خۆت بیت باشترە لەوەی هەوڵی چارەسەری کێشەی کەسانی دیکە بیت، چونکە منەتیان پێی نییە، ئەگەر ناتوانیت بەرگەی دووریی خۆشەویستەکەت بگریت، ئەوا باشترین شت ئەوەیە کە ژیانی هاوسەری پێك بهێنن. ئەم هەفتەیە زۆر ماندوو دەبیت بەهۆی سەرقاڵ بوونت بە چەند کارێکی گرنگەوە.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

ماوەیەکە خۆت فەرامۆش کردووە، زیاتر گرنگی بە خۆت بدە و بڕوا بەو قسانە مەکە کە دژی کەسی بەرامبەرت دەکرێن، ئەوانەی دەگوترێن، دوورن لە ڕاستی، دەبێت زیاتر هەوڵ بدەی بۆ گەیشتن بەو ئامانجەی کە ماوەیەکە خەونی پێوە دەبینی. چاوەڕوانی هەواڵێکی خۆش بە، لە ناوەڕاستی ئەم هەفتەیەدا پێت دەگات.