جانتا مۆدەیەكی جوانە بۆ دەست

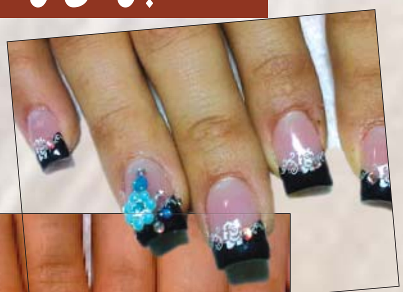
یەكێك لە گرنگترین بەشەكانی ئێكسسوارە سەرەكییەكانی جەستە بریتییە لە ئێكسسـوارى جەنتاى دەسـتى خانمان، وەك یەكێك لە سەرەكى و هەردەم دەبێ لە دەستى خانمان بێ، یان وەك هاوڕێیەكى نزیكى خانمان بێ، بۆ ئەوەى لە نزیكەوە هەڵگرى كەرەستەكانى هەر خانمێك بێ، لێرەدا دەكرێ وەك مۆدەیەكى رازاوە وەربگرین و سوودێكى هەبێ.

بۆ مۆدەكانى تازەى جەنتاى دەستى خانمان، دەكرێ سوود لە شێوە و قەبارە بچووكەكانى جەنتا وەربگرین، چونكە دەبێتە یەكێك لە جوانترین مۆدەكان بۆ دەسـتى خانمان، مەرج نییە رەنگ و شـێوەكان چۆن بن، دەكرێ شێوەكان لەگەڵ چەندین شـێوازى دیكەدا تێكەڵ بكرێ، وەك جلوبەرگ یان ئێكسسوارەكان.

جوانی و ناسكی نینۆكەكانی دەست

جوانـى نینۆكەكان گرنگى كەمتر نییە لە ئێكسسـوار یـان بەشـەكانى دیكەى جوانكارى جەستە و لەشى خانمان، ئەمەش وەك رێگەیەك بۆ جوانى دەستەكان، دەكرێ سوودێكى گەورە وەربگرین لە بوارى جوانى نینۆكەكان، بە تایبەت كاتێك دەسـتەكان بە ناسـكى و رازاوەیـى دەردەكەون، بۆیە هەوڵبدەن گرنگى بە نینۆكەكانى دەسـت بدەن و هەردەم رازاوەى بكەن.

چەندین جۆرە نەخش و ستایلى جوان هەیە بۆ جوانى نینۆكەكان، ئەمەش وادەكات بە شێوەیەكى رازاوە و جوان لە چەندین مۆدەى تایبەت و جواندا هەنگاوەكان بۆ ئەو مەبەستە بێ، هەوڵبدە نینۆكى دەستەكانت درێژ بێ تا رادەیەك كە جێگەى نەخش و جوانى لە خۆ بگرێ، بۆیە دەكرێ سوودێكى تایبەت لەم لایەنـە وەربگرین و بە رازاوەیى دەریان بخەین.



ماكیاژێكی چاوەك

بـۆ كارى جوانـكارى لـە ماكیاژى چاوەكان، ئەمـەش تەنیا بۆ وەرزى هاوینە، دەكرێ چەند هەنگاوێكى تایبەت بگرینەبەر بۆ ئەوەى شـێوازێكى جوان لە ماكیاژێكى رازاوە لـە چـاوەكان دەربخەیـن، لێرەدا لە وەرزى گەرمـا ئەم چەند رەنگە سـوودیان لێوە وەردەگیرێـت، لەوانە رەنگى (برۆنزى – رەساسـى – زەردى كاڵ یان ئەوەى بە رەنگى فستقى ناسراوە). خانمان دەتوانن لەم چەند هەنگاوەدا شێوە ماكیاژێكى جوان بۆ چاوەكان بەدى بكەن :

هەنگاوەكان

- سەرەتا هێڵى برۆ دەكێشین بە قەڵەمى تایبەت بۆ هێڵكارى چاو یان برۆ.
- دواتر سـێبەرى سپى بەكاردەهێنین بۆ

خاتوو رۆژین – ساڵۆن بەیروت

دەستە جلوبەرگەكان لە رەنگی زەرد

جلوبەرگەكان هەر یەكە بەپێی شێوازێكی تایبەت و جوان لەلایەن هەر یەكە لە خانمان هەڵدەبژێردرێن، بۆیە دەكرێ سوودێكی گەورە وەربگرین بۆ ئەوەی دەستە جلەكانیش مۆدەیەكی جوان و رازاوە بێ لە جەستەی خانمان، ئەمەش تایبەت دەبێ بەپێی رەنگ و شێوەكانی جلوبەرگەكان.

لە رێگەی ئەو لایەنەدا دەكرێ سوودێكی گەورە وەربگرین لە جوانی و رازاوەیی جلوبەرگەكان، بەمەش ستایلێكی رازاوە و ناسك دەبێ بۆ ئەوەی مۆدەیەكی تایبەت بێ، یەكێك لە جلوبەرگەكان بریتییە لە رەنگی زەرد كە یەكێكە لە رەنگە سەرنجراكێشەكان بۆ وەرزی هاوین، ئەمەش دەبێتە یەكێك لە مۆدەكانی جلوبەرگ بۆ گشت خانمێك، بە تایبەت ئەگەر جلوبەرگەكە لە دەستە جلێكی تایبەت بێ.

ئێكسسوارە زیوەكان بۆ جوانی خانمان

ئێكسسوارەكان دەتوانن جوانییەكی رەها ببەخشن بە جەستە و لەشی خانمان، تەنانەت جیاوازی هەیە لە نێوان گشت جۆرە ئێكسسوارەكان، ئەمەش لە رێگەی هەڵبژاردنی ئێكسسوارەكانەوە لە نێوان خانمان، یان ئەوانەی حەز بە چ جۆرە ئێكسسوارێك دەكەن، جیاوازی ئێكسسوارەكان لە مادده و شێوەی دەبێ.

یەكێك لە ئێكسسوارەكان بریتییە لە ئێكسسواری (زیو)، وەك ئێكسسوارێكی سەرنجراكێش و رازاوە، دەكرێ سوودێكی گەورەی لێوە ببینرێ لە بواری جوانكاری خانمان، ئەمەش وادەكات كە شیاوی جوانی و رازاوەیی بێ، بە تایبەت ئەگەر دەستە ئێكسسوارەكە بریتی بێ لە (ملوانكە – پشتێن – پاشەسەر)، وەك لە وێنەكاندا دەردەكەون بە جوانیەكی جوان و رازاوە.

ـــان بۆ وەرزی هاوین

ژێر چاوەكان، ئەمەش بۆ زیاتر رازاوەیی و جوانی.

- پاشان خانمان ئازادن لەوەی چ رەنگێك بۆ ماكیاژی چاوەكان هەڵدەبژێرن، بەپێی ئەو جلەی دەیپۆشن یان ئەو رەنگەی حەزی پێدەكەن.
- لە دوای ئەو هەنگاوانە، دەبێ كاری رمێڵ بكەین، ئەمەش دەبێ بە شێوەیەكی باریك و ناسك ئەنجام بدرێ.
- لە دوا هەنگاودا دەبێ ماسكارا بكەین، ئەویش بە رێژەیەكی مامناوەند.
- ئەگەر بمانەوێ چاوەكان بە شێوەیەكی گەش و گەورە دەربكەون، دەكرێ كریستال لە نێوان برژانگەكان بەكاربهێنین بۆ ئەو مەبەستە.

جمكێكی سەیر

ئەوانەی بە جمكە دەناسرێن، یان بەیەكەوە لە دایك دەبن، شێوەیان دەچێتەوە سەر شێوەی یەكتر، ئەمەش وادەكات لە بەرچاوی گشت كەسێكدا هاوشێوە بن، یان زۆرجار كەسانی بەرامبەریان هەڵە دەكەن لە ناسینەوەی هەر یەكە لەوەی دیكە، كەچی ئەو دوو خانمە ئەوەندە لە یەكتر دەچن، تەنانەت دەنگیشیان وەكو یەكە.

لە وڵاتی (سۆماڵ) ئەو دوو خانمە بەیەكەوە لە دایك بوون، هەر لە سەرەتای بوونیان هەڵیان كردبوو كاتێك لە نەخۆشخانە دەبن، تا ئێستاش بەیەكەوە لە هەمان بواری خوێندن دەخوێنن، كەسیش لەیەكتریان جیا ناكاتەوە ئەگەر خۆیان نەناسێنن.

سەگێك تەنیا بە دوو قاچ دەڕوات

تەنانەت گیاندارانیش تووشی لە دەستدانی بەشەكانی جەستە دەبنەوە، ئەمەش دەبێ چارەسەری بۆ بكرێ، یان ئەو گیاندارە بەهۆی هەوڵەكانی خۆی دەتوانێ جووڵە بكات، كەچی ئەگەر سەیرێكی ئەو سەگە بكەین، بە سەیرترین سەگ دادەنرێ، چونكە سەرەڕای ئەوەی دوو قاچی پێشەوەی نەماوە، كە دەكاتە دەست لە بەرامبەر مرۆڤدا.

كەچی بەهۆی هەوڵی خاوەنەكەی، ئەو سەگە توانی ڕاهێنان بكات بۆ ئەوەی وەكو مرۆڤ بڕوات، ئەمەش تەنیا لەسەر دوو قاچی پشتەوەی، بۆیە دەبێتە یەكێك لە جیاوازترین سەگەكان، كە بتوانێ وەك سەگێكی بێ دوو قاچی پێشەوە و بە شێوەیەكی سرووشتی گشت جۆرە جووڵەیەك بكات.

(٢٠) ساڵە نەخەتووە

ئەوانەی تووشی نەخۆشییە سەیرەكان دەبن، بە ئاسانی چارەسەریان بۆ ناكرێت، تەنانەت نەخۆشییەكەیان لەلایەن خەڵكەوە بە جۆرێكی سەیر دەبینرێت، ئەمەش وادەكات ببێتە حاڵەتێكی سەیر، كەچی ئەگەر سەیرێكی حاڵەتی ئەو ئافرەتە بكەین دەبێتە یەكێك لە سەیرترین لە نەخۆشییەكان.

ئەو خانمە لە وڵاتی سلۆڤاكیا دەژی، ناوی (میرس)ە و ئەوەی سەیر بێ نزیكەی (٢٠) ساڵە نەخەوتووە، بەهۆی نەخۆشییەك تا ئێستا خەو نەچۆتە چاوەكانی، تا ئێستاش چارەسەری بۆ نەكراوە.

خانمێکی هیندستانی شای مارەکانە

وادیـــارە ئەوانەی حەز بـــە گیانداری مار دەکەن، وەك هەر مرۆڤێکی ئاســـایی حەزیان بۆ گیانـــدارەکان دەچێ، کەچی وادیـــارە رۆژ لـــە دوای رۆژ گیانداری مـــار لەلایەن مرۆڤ گرنگی پێدەدرێ و رەنگە لە داهاتووشدا جێگرەوەی سەگ و پشیلەکان بێ لە ماڵەکان، ئەمەش وادەکات لە رێگەیەکی تایبەتدا دەربکەوێ.

ئەو خانمەی دەیبینـــن لەگەڵ ئەوەی ئەکتەرێکی گەورەی وڵاتی هیندســـتانە کە نـــاوی (ملیکە شـــیراوات)، هەردەم بەخۆی و مارەکەی لە گشـــت شوێنەکان دەبینرێت، تا ئێســـتاش بە شای مارەکان ناســـراوە و هەردەم دەبێ مارێك لەســـەر دەست یان جەستەی بێ.

قاچە دەستکردەکان لە جێگەی قاچی راستەقینە

کاتێك مرۆڤ بەشـــێکی جەستەی نابـــێ، یان بەهـــۆی هـــەر رووداوێك لایەنێکی جەستەی لە دەست دەدات، بۆ ئەمەش دەبێت بیر لە رێگەیەك بکەینەوە بۆ ئەوەی قەرەبووی ئەم بەشە لەدەست چووەی جەستە بکرێتەوە، ئەو منداڵەی دەیبینن بەهـــۆی نەبوونی قاچەکانی داوای کردووە قاچی دەستکردی بۆی دروست بکەن.

لـــە وڵاتی (ویلز) ئـــەو منداڵە بێ قاچە و تا ئێستاش چەندین جۆرە قاچی دەســـتکردی بۆ دانراوە و دروستکراوە، ئەویش هەریەکەیان لە شوێنێکی تایبەت بەکاردەهێنێ، وەك مەلەکردن، راکردن، رۆیشتن.

جیاوازترین دایک

بامیلا فیریرۆ، دەیەوێ ببێتە جیاوازترین دایك، ئەمەش کاتێك کە لە تەمەنێکی بچووك توانی ببێتە دایك، کە ژمارەیەکی پێوانەیی تۆمار کرد، ئەویش لە تەمەنی (١٢) ســـاڵی بووە دایکی منداڵی یەکەمی، ئەمەش کاتێك لە پێوەندییەکی خۆشەویســـتی بوو لەگەڵ کورێکدا، بۆیە بوو بە خاوەن منداڵێك.

ئەوەی ســـەیرە لە منداڵبوون نەوەســـتان، تا تەمەنی ئەو دایکە بچووکە گەیشتە (١٦) ســـاڵ، ژمارەی منداڵەکانی گەیشـــتە (٦) منداڵ، ئەمەش یەکـــەم ئافرەتە لەم تەمەنە بچووکە ئەو رێژەیە منداڵەی ببێ، بۆیە دەبێتە جیاوازترین دایك.

له تەمەنی (٦٢) ساڵی جمكێكی بوو

له بواری زانستی تەندروستی دەوترێت ئافرەتان له دوای تەمەنی (٤٥) ساڵییەوە منداڵی نابێ، یان ئەو توانایه له دەست دەدات بۆ ئەوەی ببێته دایك، كەچی وادیاره ئەو ئافرەته رێچكەكان دەشكێنی و له تەمەنی زیاتر له (٤٥) ساڵی منداڵی دەبێ، ئەوەی سەیر بێ له حاڵەتی ئەو ئافرەته (جمكه) منداڵێكی بووه نەوەك منداڵێك.

كرایزیمیر دیمترۆڤا، ئەو ئافرەتەیه له وڵاتی بولگاریا دەژییێت، كه تەمەنی (٦٢) ساڵه، بەو دواییه بووه دایكی جمكه منداڵێك، ئەمەش بووه سەیرترین حاڵەتەكانی له دایك بوون، كه تا ئێستا لەم تەمەنەدا ئافرەتێك نەبووه جمكه منداڵێكی ببێ.

ئەمه سەگه یان خاولی

شێوەی گیانداران هەر یەكه به جۆرێك دەبێ، تەنانەت لەلایەنێكی تایبەت و سەیردا دەبینرێن، وەكو ئەو گیاندارانەی له شێوەی خۆیان دەرناچن و شێوەیەكی دیكه له خۆ دەگرن، بۆیه دەكرێ سوود لەو حاڵەته سەیرانه وەربگرین بۆ ئەوەی له حاڵەتێكی تایبەت نمایشیان بۆ ئەنجام بدرێ.

ئەوەی دەیبینن یەكێكه له سەگه سەیرەكان، كه هەرگیز له شێوەی سەگ ناچێ، تەنانەت شێوەی دەچێتەوە سەر (خاولی) كه مرۆڤ بۆ وشككردنەوەی جەسته بەكاریدەهێنێت. ئەم سەگه له وڵاتی كەنەدا دەركەوتووە، ئەوەی جێگەی سەیر بێ، ئەگەر تا دەنگێكی لێوە دەرنەچێت نازانیت ئەوە سەگه یان خاولی.

منداڵ یان گیاندار

له وڵاتی چین سەیرترین مامەڵەكردن لەگەڵ منداڵان دەبینرێت، تەنانەت له هەندێك شوێندا منداڵ وەك گیاندار سەیر دەكرێ، ئەو وێنانەش دەبنه بەڵگەیەك كه چۆن دایك و باوكان یان ئەوانەی سەرپەرشتی منداڵان دەكەن، ئەمەش كاتێك له شوێنه گشتییەكاندا دەبن، بەهۆی ئەوەی ون نەبن، چونكه لەو وڵاته خەڵكێكی زۆر هەیه، بۆیه كارێكی وا دەكەن ئەویش بەستنەوەی منداڵه له شوێنەكان. وەك له وێنەكاندا دەبینن، چۆن منداڵ بەستراوەتەوە كه جێگەی بەزەیی دەبێ، له هەندێك حاڵەتدا ئەو منداڵانه له گریان ناوەستن تا خاوەنەكانیان دەگەڕێنەوە، گرنگ نییه ماوەكەش چەند بێ.

بەرپرسی فایلی ڕەنگاوڕەنگ: مەهدی حاجی ساڵح
بۆبابەت و سەرنجەكانت پەیوەندی بكه :
Mobile: 07504679560 Emial: reng@gulan-media.com

پێڵاوی شێوەی گورگ

سەیرترین مۆدەکانی دروستکردنی پێڵاوەکان بە چەندین شێوازی سەیر دروست دەکرێن، تەنانەت دەبێتە جێگەی سەرسوڕمانی گشت کەسێك لەوەی چۆن بیر لەو جۆرە کارانە دەکرێتەوە، ئەمەش وادەکات بە ڕێگەیەك کە هەر بەرهەمێك ببێتە کەرەستەیەك کە جێگەی شیاوی هەر کەسێك بێ، ئەوەی دەیبینن یەکێکە لە مۆدە سەیرەکانی پێڵاوی خانمان، کە لە دواوەی وێنەی گورگێك دەبینن و لەلایەن چەندین خانمان پۆشراوە.

گەورەترین لووت

وتەیەك هەیە کە دەڵێ : ئەوانەی لووتیان گەورەیە خاوەن زیرەکایەتییەکی زۆرن لە مێشکدا! ئەمەش دەبێ بەڵگەی لەسەر بێ کە چۆن ئەو وتەیە وتراوە، بۆیە هاووڵاتییەکی وڵاتی تورکیا خاوەن گەورەترین لووتی سرووشتیە، ئەوەی دەیبینن ناوی (بورون)ـە و لووتی بە قەدەر دوو لووتی ئاسایی گەورەیە.

لەسەر گەورەیی لووتی توانی ناوی بچێتە ناو ژمارە پێوانەییەکان لە کتێبی گینس، کە بۆ هەر بوارێکی ژمارە پێوانەیی ناوەکان تۆمار دەکرێن، لووتی ئەو پیاوە ئەوەندە درێژ و گەورەیە، کە ڕووخساری داپۆشیوە، بەمەش دەبێتە خاوەن نازناوی پیاوی گەورەترین لووت.

کەلـوەکان

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

تۆ کەسێکی بڕوایەکی زۆرت بە توانای خۆت هەیە ئەمەش یارمەتیت ئەدات خەونەکانت بەدیبهێنی، ئێستا لەهەموو کاتێك زیاتر پێویستت بە متمانە بەخۆبوون هەیە و هەوڵ بدە لەسەر ئەم ئاراستەیەی ئێستا بەردەوام بیت.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

هەندێك جار بەدەست خۆت نییە شتەکان پێچەوانەی خواست و ئارەزووەکانت دەبن ئەگەرچی لەوانەیە خۆزگەشت بەو شتانە خواستبێت، واباشترە زیاتر بیر لەهەنگاوی داهاتووی ژیانت بکەیتەوە لەبەر ئەوەی زۆر گرنگە.

دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠

دەرگای خەم و ناخۆشیت بە ڕوودا دادەخرێت و کاتێکی وات دێتە پێش کە ڕۆژە سەختەکان لەیاد بکەیت، هەرگیز چاکەی ئەو هاوڕێیەت لەیاد مەکە کە لەکاتە سەختەکاندا هاوکاری دەکردیت و تۆش هەمان هەڵوێستی ئەو کەسە دووبارە بکەوە.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

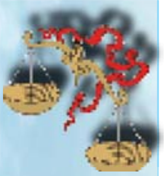
چەند کارێك هەن دەمێکە دواتخستوون و ئێستا کاتی ئەوە هاتووە جێبەجێیان بکەی. ئەمە ماوەیەکی تاڕادەیەك زۆری پێویستە و تۆش پێویستیت بە ئارامیەکی زیاتر هەیە بۆ ئەوەی بەسەرکەوتوویی کۆتاییان پێ بهێنی.

شێر ٣/٢٣ - ٨/٢٢

ڕەنگە ئەمە قەدەری تۆ بێت، زۆر جاری تریش خۆشەویستی لەدەرگای دڵتی داوە و پێشوازیت لێ نەکردووە تا دواتر پەشیمان دەبیتەوە، ئەگەر بەو شێوەیەی ئێستا لەبەرامبەرەکەت بڕوانیت لەوانەیە لەدەستت بچێت ڕێگایەکی تر بدۆزەرەوە.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

بەرامبەرەکەت زۆر لەمێژە چاوەڕوانی نیگایەکت لێدەکات بۆ ئەوەی هەستی خۆی پێت بڵێت، ئەگەر تۆ دەتەوێت ئەو کەسە ببێتە خۆشەویستت هەنگاوێك بڕۆ پێشەوە ئەو کاتە دەبینیت چۆن پێشوازیت لێدەکات و خۆشەویستی نێوانتان دەست پێدەکات.



تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

کەمێك پشوو بدە و کاتی زیاتر تەرخان بکە بۆ دانیشتن لەماڵەوە، ئێستا هەست بە بێزاری دەکەی لەژیانت ڕۆژێك دێت پەشیمان دەبیتەوە بۆ ئەو کاتەی ئێستات کە هەرچەندە دەتوانی زۆر خۆشتری بکەیت بە پەیڕەو کردنی پلانێکی سەرکەوتووتر.

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

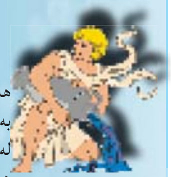
خۆشەویستی دوولایەنە ئاسوودەت دەکات بۆیە عاشقی کەسێك مەبە کە دڵنیای خۆشتی ناوێ و تەنانەت ڕقیشی لێت دەبێتەوە، بە ڕێگایەکی تر بەختی خۆت تاقی بکەوە و داوای خۆشەویستی لەکەسێك بکە کە وا هەست بکەی ئەویش تۆی خۆشدەوێت.

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

ئەو شتەی خەونی پێوە دەبینی لەئایندەیەکی نزیکدا دەبێتە ڕاستی و چاوەڕوانی هەواڵی تری سەرنجڕاکێش و خۆش بە کە بیرت لەوە نەدەکردەوە وەها بە ئاسانی بێنە دی، بۆ ئەنجامدانی گەشتێکی خۆش خۆت ئامادە بکە.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

نامەیەکت پێ دەگات و بەهۆیەوە یادگاریەکانی ڕابردووت دێنەوە یاد هەرچەندە لەوانەیە زۆر شیرین نەبن بەڵام دڵخۆش دەبیت بەهۆی گۆڕانی هەستی کەسی بەرامبەرت، چاوەڕوان بە لەچەند ڕۆی داهاتوودا هەواڵێکی زۆر خۆشت پێدەگات کە پەیوەندی بەهاوڕێیەکی خۆشەویستی خۆتەوە هەیە.



گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

هەندێ گرفتی بچووکت دێنە پێش بەهۆی هەڵەیەکی بچووکەوە کە لەڕابردوودا ئەنجامت دابوو بەڵام هەر زوو چارەسەریان دەکەیت و بارودۆخەکە ئاسایی دەبێتەوە. باری داراییت باشتر دەبێت و بڕێك پارەت دەست دەکەوێت.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

ڕاستە ئەم چەند ڕۆژە تاڕادەیەك سەختن بەڵام نابێت بێ هیوا بیت بهێنەوە یادی خۆت لەڕابردوودا کاتی ناخۆشترت بەڕێکردووە و کەچی کاریگەری نەبووە لەسەر ژیانت، بڕوات بەخۆت هەبێت و دڵنیابە ئەو گرفتانە زوو کۆتایی دێن.

ئا/ هێمن قەسرەیی
hemntoni@yahoo.com