جوانی لە تەسریحەکانی قژدا

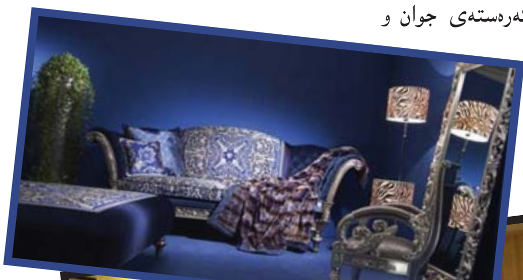
کاری تەســـریحە کردن لەلای خانمان، وەك ئەرکێکی قورس دادەنـــرێ، چونکە گرنگیدان و پێویســـتی بە کارەکان دەدرێ، ئەمەش وادەکات کە شێوازێکی تایبەت و ناسك لە خۆ بگرێ، لەگەڵ ئەوەی گرنگییەکی تایبەتی دەوێ بۆ ئەوەی هەر یەکە لە هەنگاوەکان شیاوی رازاوەنەوەیی و کراوەیی بێ.
تەســـریحەکان لـــە رێگەی ئامـــادەکاری دادەنرێن، بۆیە دەکرێ لە شێوازێکی تایبەت بێ، تەنانەت رێگەیەکی دیاریکراوی هەبێ بۆ ئەوەی لەگەڵ ســـتایلی جلوبەرگ و ماکیاژدا بگونجـــێ، رەنگە خانمان بە وردی لەم لایەنـــە نەڕوانن، بەڵام دەبێ ئەو پـــەڕی گرنگیدان بۆ تەســـریحە و جوانکاری قژ بێ.

رازانەوەیی منداڵەکان وەک رێگەیەک بۆ جوانی

بەبۆنەی هاتنی رۆژی منداڵانی جیهان (١-٦)، دەبێ منداڵە چاوگەشـــەکان بە جوانترین و رازاوەترین شێواز دەربکەون، ئەمەش دەبێ گرنگیان پێبدرێت لەلایەن کەس و کاری ئەو فریشتە جوانانە، بە تایبەت منداڵانی کوردســـتان، کە پێویستیان بە گرنگی دان و هەڵبژاردنی جلوبەرگە جوان و ناسکەکان دەبێ.
جگە لـــە جلی کوردی، دەکـــرێ جلی دیکەش بپۆشـــرێن بۆ منداڵان، بە تایبەت منداڵانی کوردستان، رازاندنەوەی جار جارەی منداڵەکان بـــە تایبەت منداڵە کچەکان، بۆ ئەوەی هەســـت بە جوانی و ناســـکی خۆیان بکەن، تەنانـــەت وەرگرتنی وێنەیان دەبێتە رۆژێکی خـــۆش و یادگارییەکی جوان لە ژیانی ئەو منداڵە جوانانە.

دیکۆری ژوورەکان پێویستە رازاوە بن

ژوورەکانی ماڵ هەر یەکە بەپێی پێویســـتی خۆی گرنگی و کاری جوانـــکاری دەوێ، تەنانەت دەکرێ شـــێوازەکان هەر یەکە بەپێی رێژەیەك بێ، ئەمەش وەك هەڵبژاردنی دیکۆرەکان، یان رێگەی دانانی کەرەستە و شوێنە جوانەکان، بە تایبەت ژووری دانیشتن کە شوێنێکی بەرچاوە و بەمەش دەبێتە رێگەیەك بۆ جوانی و رازاوەیی ژوورەکان.
بەمـــەش کاری جوانکاری بۆ هەر یەك لە ژوورەکان دەبێتە رێگەیەك بۆ جوانی ســـاڵۆنەکانی دانیشـــتن، بەمەش شێوازێکی تایبەت و جوان دابین دەکات بۆ ئەوەی دیکۆرێکی ماڵ بە جوانترین شـــێواز ئامادەبێ، لێرەدا پێویستی بە کەرەستەی جوان و رازاوەکان دەبێ، بۆ ئەوەی لە نزیکەوە د یکۆ ر ێکـــی سەرنجڕاکێش بێ.



رازاوەیی جلی کوردی بە نەخشی ئاڵای کوردستان

جلوبەرگە جوانەکان هەردەم ستایشی جوانی و ناسکی و رازاوەیی دەکرێن، ئەمەش لە جوانی جلەکاندا دەردەکەوێ، تەنانەت دەبێتە ڕێگەیەك بۆ زیاتر جوانکاری و کراوەیی لە جلەکان، بە تایبەت کاتێك جلەکان لەسەر شێوازێکی تایبەت و یان لەسەر هۆکارێك نەخشی بۆ دادەنرێ و دەبێتە یەکێك لە بەرهەمە جوان و رازاوەکان.

ئەوەی دەیبینن بریتییە لە جلی کوردی، کە وەك جلێکی تۆپ مۆدەکان دەردەکەوێ لە گشت نمایشەکان، لەگەڵ ئەوەشدا لەگەڵ نەخش و ڕەنگەکانی ئاڵای کوردستان کاری بۆ کراوە، وەك مۆدەیەکی سەرنجڕاکێش و جوان، دەکرێ خانمان وەك جلێکی رازاوە بیپۆشن و تەنانەت شانازی پێوە بکەن کە جلێکی لەم جۆرە لەسەر ئاڵای کوردستان و مۆدەیەکی ڕەسەنی کوردیە.

گوارە ڕەنگینەکان بۆ گوێچکەی خانمان

ئێکسسوارە رازاوەکان هەردەم شیاوی کراوەیی و جوانی لە مۆدەکاندا دەردەکەوێنن، ئەمەش وەك ڕێگەیەك بۆ زیاتر گرنگیدان بە ئێکسسوارەکان کە دەکرێ سوودێکی گەورەیان لێوە ببینرێ بۆ ئەوەی لە نزیکەوە کاری جوانکاری و رازانەوەیی لە جەستەی خانمان دەربکەوێنن، یەکێك لەو ئێکسسوارانە بریتییە لە گوارەی گوێچکە.

وەك ئێکسسوارێکی ناسك و سەرنجڕاکێش دەبێتە مۆدەیەکی رازاوە لە گوێچکەی خانمان، تەنانەت شیاوی کارێکی تایبەت و جوانە، ئەمەش لە ڕێگەی گوارە ناسکەکاندا دەردەکەوێ، مەرج نییە لە چ جۆرە ماددە یان ڕەنگێك بێ، گرنگ ئەوەیە لەگەڵ جوانی رووخسار و جلوبەرگ بگونجێن، یەکێك لە ڕەنگە جوانەکانی گوارە بۆ ئەو وەرزە بریتییە لە ڕەنگی سەوز.

جمكێك (٥٨) ساڵە بەیەكەوەن

ئەوانەی بە شێوەیەكی جمك یان دووانە لە دایك دەبن، زیاتر شێوەیان لە یەكتر دەچێ، یان بە جۆرێك دەبێتە هۆی تێكەڵبوونی جەستە، ئەمەش زیاتر لە پشت و سكدا، بەڵام لە دواتر چارەسەریان بۆ دەكرێ، بەڵام ئەگەر سەیرێكی ئەو دوو جمكە بەیەكەوە بكەین، تا ئێستاش چارەسەریان بۆ نەكراوە، لە مەترسی مردنی یەكێكیان.

ئەو دوو پیاوە ناویان (رۆنی و دۆنی گالیۆن)ە، كە دوو جمكەی بەیەكەوە لە سكەوە، تەمەنیان گەیشتۆتە (٥٨) ساڵ، ئەوەی سەیر بێ گشت رۆژانی تەمەنیان بەیەكەوە بووە، تا ئێستاش بە (١) پاسپۆرت گەشت دەكەن بۆ هەر شوێنێك، كەسیشیان ژنیان نەهێنانەوە، چونكە ناتوانن ئەو كارە ئەنجام بدەن.

مۆتۆرسكێل بە دیوار هەڵدەگەڕێت

ئەوانەی خاوەن بەهرەن و كارە سەیرەكان ئەنجام دەدەن، دەتوانن بە چەندین كاری سەیر كەسانی دیكە سەرسام و سەرنجی گشت كەسێك بۆ خۆیان رابكشێن، كەچی ئەگەر سەیرێكی ئەو مۆتۆرسكێلە بكەین، بێگومان سەرسوڕمانی دەمانگرێت و دەبێتە هۆی بەهرەیەكی سەیری ئەو گەنجە.

كاری ئەو گەنجە خوولانەوەیە بە مۆتۆرسكێلەكەی، لەسەر دیواری شوێنێك كە بەرەو ژێر زەوی دەڕوات، ئەوەی سەیر بێ، لە گشت وێنەكان دەبینن چۆن مۆتۆرسكیل بەسەر دیوار هەڵدەگەڕێت.

ئەمە سەرتاشە یان كۆنگ فۆیە

كارە سەیرەكان لەلای چەندین كەس دەكرێ، بەڵام هەندێكیان دەتوانن جۆرە كارێك ئەنجام بدەن، بە شێوەیەك دەبێتە جێگەی سەرسوڕمان، تەنانەت دەتوانن لە رێگەی بەهرەكانیان كاری وابكەن جێگەی سەمەرەی گشت كەسانی دیكە بێ، یەكێك لە كارەكانی مرۆڤ سەرتاشینە، بەڵام ئەوە دەبێ سەرتاش بێ یان یاریزانی كۆنگ فۆ !

ئەوەی دەیبینن سەرتاشێكە لە وڵاتی كۆریا بەناوی (سۆیان)ە، كارەكەی ئەنجام دەدات بە لەشێوە جووڵەیەكی كۆنگ فۆییدا،بە جۆرێك دەتوانێ خۆی بچەمێنێتەوە كەجێی سەرنجە.

فریشتەکان لە (6-1) دەفڕن

چاوگەشە بچووکەکانی کوردستان، لە رۆژی ٦/١ دەبێ بە جوانترین جلەکانیان برازێنرێنەوە و جوان بکرێن، بۆ ئەوەی لەم رۆژە تایبەتەیان بتوانن هەست بە جوانی و ناسکی خۆیان بکەن، ئەمەش زیاتر دەبێ خانمانی کچ بە جلی کوردی و کاکی کوڕەکانیش بە جلی کوردی وەك (جلی کل و کورتەك و شەڕواڵ).
وەك رۆژێکی تایبەت بۆ ئەو چاوگەشانە، بۆ ئەوەی وەك فریشتەیەك لەم رۆژە خۆشەدا بە باڵاکانیان بفڕن و بەرەو ئەو شوێنەی کە خۆشیان بۆ بەدی دەکات، رۆژی پەپوولەکان لە گشت منداڵێك پیرۆز بێ.

دڵتان دێ ئەوانە بخۆن !

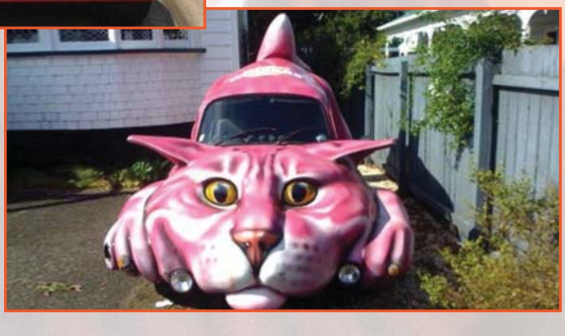
بەبۆنەی هاتنی رۆژی جیهانی منداڵان، ئەو رۆژە پیرۆز دەکەین و هیوای ئەوەش دەخوازین، گشت منداڵێکی جوان لەم رۆژە و گشت رۆژەکانی ساڵ دڵیان خۆش بێ و ئارامی و زەردەخە لەسەر لێویان بباریّ، بۆیە کۆمپانیایەکی تایبەت بە دروستکردنی کەرەستە و خواردنە شیرنەمەنییەکان، چەند منداڵێکی بچووکی دروستکردووە، لە شێوەی شیرنەمەنی بچووك.
ئەوەی دەیبینن منداڵی راستەقینە نییە، کەچی شیرنەمەنی و خواردنە، لەسەر شێوەی منداڵ دروستکراوە، ئەمەش بۆ جوانی و سەرنجڕاکێشانە، کەچی ئەوەی سەیر بێ، کێ دەتوانێ بیخاتە ناو دەمی و بیانخوات.

لاسایی کردنەوەی ئایکۆنەکان

لە پرۆگرامەکانی گفتوگۆ و قسەکردن لە بواری ئینتەرنێتدا، چەندین وێنەی دیاریکراو ئەوەی کە بە ئایکۆن دەناسرێ، ئەمەش بۆ ئەوەی هێمایەك بێ بۆ رووخساری ئەو کەسەی ئەو ئایکۆنانە دەنێرێ، چونکە لە کاتی قسەکردندا بە نووسین دەبێ، بۆیە ئەوەی بیەوێ پێبکەنێ، ئایکۆنی پێکەنین دەنێرێت.
کەچی ئەگەر سەیرێکی ئەو گەنجە سەر شێتە بکەین، هەڵساوە بە لاسایی کردنەوەی ئایکۆنەکانی قسەکردن، کەچی ئەوجارەیان بە راستەقینە، وەك لە وێنەکاندا ئایکۆن و وێنەی راستەقینەی ئەو گەنجە دەبینن.

ئوتۆمبێلە شێوە سەیرەکان

دروستکردنی کەرەستە سەیرەکان بە چەندین هەنگاوی سەیر و جواندا دەردەکەوێ، تەنانەت دەبێتە رێگەیەك بۆ ئەوەی شێوەیەکی جوان و شایستە لە خۆ بگرێ، تەنانەت وەك ئوتۆمبێلەکان کە بە سەیرترین شێوە دروست دەکرێن، ئەمەش بە رێگەی بیرۆکە سەیرەکان دەبێ، بۆ ئەوەی ببێتە کەرەستەیەکی تایبەت و جوان.
ئەو چەند وێنەیەی دەیبینن، بریتین لە چەند ئوتۆمبێلێکی سەیر و سەرنجڕاکێش، تەنانەت رێگەیەکی سەیر لە شێوەیان بەدی دەکرێ، کاتێك سەیری ئەو وێنانە دەکەین، سەرنجڕاکێشی و سەرسوڕمانی دەمانگرێ، لەوەی بۆ ئەو جۆرە شێوەیەیان بەو ئوتۆمبێلانە داوە.



یاری بە ئاگر و گا مەکە

یــــاری کردن بە ئاگر، ناوێکی دیکەی یــــاری (زۆرانبازی گا)کانە، ئەمـــەش ئەنجامی گاڵتەجاریە بە گیانداران، کە زۆر جار بۆتە هۆکاری ترسناکی و نزیکبوونەوە لە مردن، تەنانەت گیاندارەکان سەر شێتن و زیاتر شێتیان دەکەن بۆ نمایش، کەچی بیر لە ئەنجامە خراپەکان ناکەنەوە.
ئەباریشـــۆ، یەکێکە لــــە یاریزانە بە ناوبانگەکانی وڵاتی ئیســـپانیا،

کەچـــی لە دوا نمایشـــیدا قۆچێکی لــــە ژێر گەردنی چـــووە ژوورەوە و لە دەمی دەرهاتە دەرەوە، ئەمەش بووە هۆی وەستانی ئەو جۆرە نمایشە بۆ ماوەیەکی دیاریکراو، بۆ ئەوەی کار ئاســـانی بۆ پاراستنی یاریزانەکان ئەنجام بدەن.

گوێچکەکان فڕۆکەش ڕادەکێشن

دوای ئەوەی بەهێزی گوێچکە و پێســـتی رووخســـاری پیاوێك لە وڵاتی جۆرجیا دەرکەوت، بۆیە داوای نمایشـــێکی تایبەتی کرد کە بە گوێچکەکانی ئوتۆمبێلێك رابکێشێت، ئەمەش بە دانانی گوریسێك کە لە گوێچکە و پێســـتی روومەتی خسترابوو، بە سەرکەوتوویی توانی کارەکەی بکات.
کەچی لە دوا نمایشدا داوای کرد کە فڕۆکەیەکی بچووك رابکێشێ، ئـــەوەی لە وێنەکەدا دەبینن بریتییە لە نمایشـــی ئەو پیاوە جۆرجیەی کە توانی بە گوێچکەکانی فڕۆکەیەکی بچووك بە دووری (٣) مەتر رابکیشێت و بەبێ ئەوەی ئازارێکی پێبگات.

سەیرترین مۆدەی قژ

ئـــەوەی دەیبینن یەکێکە لە مۆدە ســـەیر و جوانەکانی قژە، تەنانەت بە هیچ جۆرە مۆدەیەك ناچێ و شـــێوازێکی تایبەتی لە خۆوە گرتووە، بەمەش دەبێتە هۆکارێك بۆ ئەوەی لە نزیکەوە مۆدەیەکی تایبەت بێ، کەســـیش نازانێ ئەو جۆرە مۆدەیە لە کوێ و چۆن داهێنراوە.
ئەوە وێنـــەی پیاوێکە بە نهێنی وەرگیـــراوە، کە لە وڵاتی بولگاریا دەژی و تا ئێستا رەزامەندی نەداوە لەسەر وێنەگرتنی رووخســـاری، کەچی ئەو جۆرە مۆدەیەی بـــۆ قژی داناوە و رۆژانە بەناو خەڵکدا دێ و دەڕوات.

بەرپرسی فایلی ڕەنگاوڕەنگ: مەهدی حاجی ساڵح
بۆبابەت و سەرنجەکانت پەیوەندی بکە :
Mobile: 07504679560 Email: reng@gulan-media.com

کەلـوەکان

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

پێویستیت بە کەمێك پشوودان هەیە بەتایبەتی کاتێك هەفتەی رابردوو زۆر کاری گرنگ و قورست ئەنجامدا، پشوویەك وەربگرە و روو لەشوێنێکی ئارام بکە. لەوانەیە گرفتی دارایيت کۆتایی پێبێت کە ماوەیەکە بەردەوامە ئەویش بە وەرگرتنی بڕێك پارە.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

بە وریایی هەڵسوکەوت بکە و رێگە مەدە هەست و سۆزت کار لە تەواوی ژیانت بکەن و شتی ترت لەبیر بچێتەوە، هاوڕێیەکت پێویستی بە یارمەتیت دەبێت و تا پێت دەکرێت هاوکاری بکە.

دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠

زۆر خەون و هیوات هەن کە بەردەوام بیریان لێدەکەیتەوە، بەڵام تائێستا نەهاتوونەتە دی، ئێستا لە زۆربەی بوارەکاندا بەخت هاوڕێتە و خەونەکانت زۆر نزیکن لەوەی ببن بە راستی، سوود لەم کاتە گرنگەی ئێستات وەربگرە.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

هیچ شتێك ناتوانێ رێگە لە ئاواتەکانت بگرێت لەم هەفتەیەدا، تۆ خاوەنی توانایەکی زۆری و دەتەوێ بەکاری بهێنی بۆ هێنانەدی خەونەکانت، بەڵام پێویستە زۆر بە باشی بیر لە چۆنیەتی ئەنجامدانی بکەیتەوە.

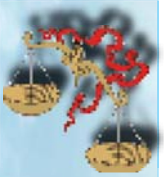
شێر ٣/٢٣ - ٨/٢٢

لەو گرفتانە رزگارت دەبێت کە هاتبوونە سەر رێگەی کارەکەت، خۆت لەبەردەم چەندین رێگەچارەی گونجاو دەبینیتەوە، کەمێك دیپلۆماسی بە لەقسەکردنت دا و خۆت لە تووڕەبوون دووربخەوە.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

هەموو شتێك لای تۆ ئاسان بووە و حەز ناکەی هەندێك بیر بکەیتەوە بۆ کۆتایی هێنانی گرفتەکانت، پێویستیت بە کەمێك کات هەیە بۆ ئەوەی پێوەندییەکانت بگەڕێنەوە باری ئاسایی خۆی.

تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢



ئەم ماوەیە لە زۆربەی هەنگاوەکاندا کە پێی هەڵدەستیت، سەرکەوتوو دەبیت لە ماڵەوە یان لە شوێنی کارکردن یان لە پێوەندییە کۆمەڵایەتییەکانت دا. سوود لەم کاتە وەربگرە بۆ جێبەجێکردنی چەند پڕۆژەیەکی گرنگ.

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

تووشی هەندێك گرفت دێیت ئەویش بەهۆی پەیڕەو نەکردنی سیستەمێکی گونجاو و بەردەوام لەدابەشکردنی کاتدا، ئەمە دەبێتە هۆی ئەوەی گۆڕانکارییەکی گەورە لەژیانت رووبدات و زیانی هەیە ئەگەر زوو خاڵە لاوازەکان چارەسەر نەکەیت.

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

ئەوەی دەتەوێ لەداهاتوودا بەدەستی بێنیت دەبێت ئێستا هەوڵی بۆ بدەی ئەگەرنا پەشیمان دەبیتەوە، ئەم کاتەی ئێستا زۆر گونجاوە بۆ خۆ ئامادەکردن بۆ قۆناغی داهاتووی ژیانت و کاریگەری دەبێت لەسەر داهاتووی ژیانت.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

ژیانی کۆمەڵایەتیت چەند کێشەیەکی بەخۆیەوە بینی ئەمەش وای لێت کرد هەست بە نائومێدییەکی زۆر بکەی، چاوەڕوانی چەند هەواڵێکی گرنگ و خۆش بە کە وادەکەن رۆژە ناخۆشەکانت لەبیر بچنەوە.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

ئەم هەفتەیە حەزناکەی هیچ کارێك بەتەنیا ئەنجام بدەی و هەست بە ئاسوودەیی دەکەی کاتێك لەگەڵ هاوڕێکانت بەیەکەوە کارەکان ئەنجام دەدەن، دەرفەتێکی زۆر گرنگ لە رێگەدایە کە دووبارە نابێتەوە و سوودمەندە بۆ باشتر بوونی باری دارایيت.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

ئاگاداری چۆنیەتی بڕیاردان ببە و هەمیشە سنووری خۆت لەبەر چاو بێت، دەست لەکاروباری خەڵك وەرمەدە و رێگە مەدە ئە و ا نیش وردەکاری ژیانی تۆ بزانن، کات بە خێرایی تێدەپەڕێت و تۆش هەر لەچاوەڕوانی بەڵێنی کەسی بەرامبەری.

ئا/ هێمن قەسرەیی
hemntoni@yahoo.com

نوکتە

بە ئافرەتێکی بەتەمەنیان گوت : حەز لە شوو دەکەی یان شووتی ؟!!
ئەویش گوتی: بەخوا ددانم نەماوە شووتی بخۆم...

- لە بووکێکیان پرسی کە نێوانی لەگەڵ خەسووی زۆر ناخۆش بوو، ناوی (٣) دڕندەترین گیاندار بهێنە کە بە پیتی (خ) دەست پێبکات؟!
ئەویش گوتی : خەسوم، خەسوم، خەسوم !!

ئەوە شارە مێروولەیە یان مرۆڤ

ئەوەی دەیبینن وێنەی مەلەوانگەیەکی تایبەتە لە وڵاتی چین، کە زۆرترین خەڵك بە بەردەوامی لەم شوێنە بچووکە دەبن، ئەوەی سەیر بێ، ئەگەر کەسێك هاوڕێت بێ، لێت ون ببێ، چۆن دەتوانی لەناو ئەو کۆمەڵە خەڵکە بیدۆزیتەوە. بەهۆی زۆری خەڵکی ئەو وڵاتە، بۆیە گشت شوێنەکان بە زۆرترین خەڵك پڕ دەبن، بۆیە بڕیاریان داوە کە هەر خێزانێك نابێ بە (١) منداڵی زیاتر ببێ، ئەمەش بۆ پاراستنی ژمارەی کەس و دانیشتووانی وڵاتی چین.