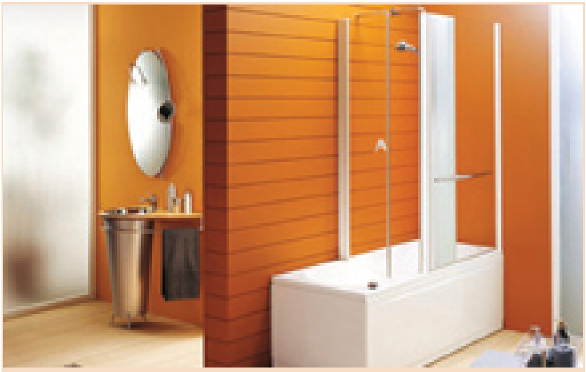
دەستەوانە مۆدەیەکی تازە

کەرەستەکانی خانمی بووك بەگشت شێوازەکانەوە جێگەی بایەخ و گرنگی پێدانــن، تەنانەت لەکاتی ئامادەکردنی خانمی بووك هەر بەشــێك دەرکەوتنی خۆی بۆ دەبێ و لەم لایەنەدا ئاگاداربوون لەکەرەســتە سادەکان هەنگاوێکە بۆ بەخشینی جوانییەکی ڕەها بەجلوبەرگی بووکەوە، لەکاتێکدا چەندین کەرەستە و ئێکسسوار لەگەڵ جلی بووك ئامادە دەکرێ، بەڵام یەکێك لەو بەشانە کە پێشووتر فەرامۆش کرابوو، ئەمڕۆ مۆدەکەی سەرهەڵدەداتەوە، ئەویش دەستەوانەی دەستی

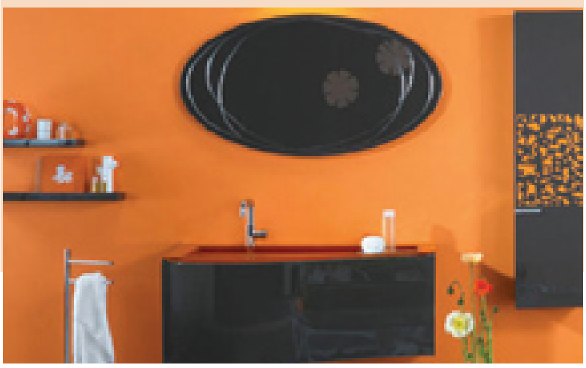
ستایلە تازەکانی وەرزی زستان

هاتنــی وەرزە تازەکان دەبێتە ڕێگەیەك بــۆ گۆڕینــی ســتایلی جلوبەرگ، کە لەگەڵ ســەرەتای هــەر وەرزێکدا بەپێویست دەزانرێ گۆڕانکاری بەسەر مۆدەکانــدا بکرێ و بــەرەو مۆدەی تازە و کاری نــوێ ڕێگە بگرن، ئەمەش لەکاتێکدا دەبێتە سەر ئێشــە بۆ خانمان لەوەی چ جۆرە مۆدەیــەك هەڵبژێرن بۆ داهاتوو، بۆیە پسپۆڕانی بواری جوانکاری لەهەوڵی شیکردنەوەی مۆدە تازەکانن کە بەجۆرێك ئاسانکاری بۆ خانمان بکەن لەهەڵبژاردنی ستایلە تازەکان، بۆ وەرزی زستانی ئەمساڵ مۆدەکان جۆراجۆرن، بەتایبەت کە لەمۆدەکانی زســتانی پار ســاڵدا زیاتر باوی تەنــوورە و پووتی درێژ بوو، بەڵام ئەمساڵ ئەم چەندین مۆدەیە دەبێتە مــۆدەی تــازەی ئەو وەرزە، کە بەجۆراوجۆری و تێکەڵی لەستایلەکان ناسراوە و شــێوەیەکی پوخت و پتــەو لەخۆ دەگــرێ، وەك ئەوەی لەگەڵ جەســتەی خانمان ڕێکدەکەوێ و دیمەنێکی ڕازاوە و کراوەش دەبەخشێ.



پڕتەقاڵی گونجاوترین ڕەنگە بۆ ژووری گەرماو

دیمەن و ڕازاوەیی لەماڵەکاندا، بەشــێوازێکی کــراوە هەنگاوێك دەبێ بۆ دەرخســتنی تازەترین و بەئەمەکترین مۆدەکانــی دیکۆر، ئەمەش بەگوێرەی ئەو شــوێنە گرنگی پێدەدرێ کاتێــك مۆدەکان بەئاراســتەیەکی تەواوەوە کاری لەسەر دەکرێ، گشت بەشــێك لەدیکۆری ماڵ پێویستی بەتازەگەری و ڕازانەوە دەبێ، لەرێگەی ئەو مۆدانەوە کاری قەشــەنگ لەســەر ڕەنگ و شێوە و ستایلی شوێنەکان بەدی دەکرێ، یەکێك لەگرنگترین بەشەکانی ماڵدا، ژووری گەرماوە، کە شوێنێکە دەبێ بەپاکی و دیمەنێکی جوانەوە بدرەوشێتەوە، بەتایبەت لەڕووی ڕەنگەکانەوە، کە کاریگەری تەواوی دەبێ لەســەر شێوەی دیکۆر و ســتایلی شوێنەکە، لێرەدا ڕەنگەکە ڕۆڵی سەرەکی دەبینێ لەدانانی جوانییەکی دەســتکرد کە لەڕێگەی ڕەنگەکانەوە دەســتمان دەکەوێ، یەکێك لەتازەتریــن تاقیکردنەوەکان لە دانانی ڕەنگــەکان بۆ ژووری گەرماو بریتییە لەڕەنگــی پڕتەقاڵی، ئەویش دەبێتە تاکە ڕەنگێك کە نەخش و بۆیەی ژووری گەرماوی لەسەردا ئامادەبکرێ و بەڕازاوەترین دیمەنیش دەربکەوێ.



لە کراسی خانمانی بووک

بووکە. لەگەڵ ئەوەی بەشێکی بچووکە لەکەرەستەکانی جلوبەرگی بووک، بەڵام بەجوانییەکـــی ڕازاوەوە خـــۆی دەنوێنێ، ئەمەش دەبـــێ لەڕێگەی دانانی ئەو دەســـتەوانانە کە بەجۆرێك لەجـــۆرەکان ڕازاوە بێ، وا دەکات دیمەنی دەســـتی بووك شـــیاوتر لەوەی خانمی بووك بێ دەســـتەوانە بێ، زیاتر نەخشی گەورە لەسەر دەســـتەوانەکان دادەنرێ، بۆ ئەوەی نەخشەکان هاوشێوەی کراسەکە بێ و بەیەکەوە دەربکەون.

سەرین کەرەستەیەکی لاوەکی و جوانییەکی ڕەها

کەرەســـتە و کەلوپەلەکانـــی ماڵ، بەپێی پێویســـتی خۆیـــان مامەڵیان لەگەڵـــدا بکە و هەوڵبـــدە دیمەنێکی ڕازاوەیـــان هەبـــێ، بەتایبـــەت ئەوانەی لەبەرچـــاو و دیارن، وەك ئەو کەرەســـتانەی لەژوورەکانی دانیشـــتن و نووستن دادەنرێن، ئەمـــەش لەکاتێکدا گرنگـــی هەریەکە لەو ئێکسسوار و کەرەستە پێویستانە دیار دەبێ و لەگەڵ دانانی مۆدە و ســـتایلێکی تازە سەرتاپای شێوازەکە گۆڕانکاری بەسەردا دێ و تەنانەت هۆکارێك دەبێ بۆ ڕازانەوە و شایستەی تازەترین مۆدەکان دەبێ، یەکێك لەو کەرەستانەی کە لەماڵەکاندا ڕێگەی شیاوی خۆیان هەیە، ئەویش (ســـەرینە)، وەك کەرەستەیەکی لاوەکی لەگشـــت شوێنەکانی دانیشتن و نووســـتن دیکۆری خۆی دەنوێنێ و ئەمەش وادەکات ئەو کەرەســـتەیە پێویســـتی بەشێواز و نەخشی جوان بێ، بەتایبەت کاتێك پێویســـتی بەگونجاندنە لەگەڵ شێوازی دیکەی کەرەستەکان، بۆ نموونە کاتێك لەژووری میوان دادەنرێ، دەبێ لەگەڵ شـــێوازی قەنەفەکان گونجاو بێ، یان کاتێك لەژووری نووستن دەبێ، دەبێ هاوشـــێوەی مۆدەی کەرەســـتەکانی دیکەی سیسەم و نووستن بگونجێ.

چۆنییەتی پاراستنی پێست لەوەرزی سەرما

بەهاوکاری جوانکاری کارۆلینا - سلێمانی

پارێزگاری کردنی پێســـتی دەموچاو لەزستاندا: وەك دەزانین لەزستاندا پلەی شێ کەم دەبێت و دەبێتە هۆی وشك بوونی پێست و لەش یان دەموچاو ئەمەش دەبێتە کێشە دروست بوون لەدەموچاو یان لەش کە ڕەنگی تێکدەچێ و چالاکی نامێنێ، دواتر تووشـــی وشك بوونەوە دەبێ، هەندێ شوێن وەك دەست و قاچ تووشی وشك بوونەوە و شەق بردن دەبن. چەند ئامۆژگاریەك هەن بۆ خانمان بۆ پارێزگاری لەدەموچاو و لەشـــیان بکات لەزســـتاندا، خانمانیش دەتوانن کاری لەســـەر بکەن و پێیستی ڕووخساریان بەجوانترین شێوە بپارێزن:

١- دوورکەوتنەوە لەبەکارهێنانی هەموو ســـابوونێکی بۆندار لەبەر ئەوەی دەموچاو وشـــك دەکات، پێویســـتە سابوونی منداڵان بەکار بهێنن، چونکە ئەو جۆرە سابوونە بۆ پێستی هەستیار و ناسك کراوە.

٢- دوور کەرەوە لەئاوی گەرم، چونکە دەموچاو وشك دەکات و تووشی شەق بوون دەبێ، زیاتر هەوڵبدە بەئاوی شلەتێن دەموچاوت بشۆی، ئەمەش خانەکانی پێیستی دەموچاو دەپارێزێ بەهۆی گۆڕانکاری لەپلەی گەرمی و ساردی.

٣- خاولی وشـــك کردنەوەی پێست لەجۆرە نەرمەکان بەکاربێنە بۆ وشك کردنەوە، هەوڵبدە کرێمی نەرم کەرەوە بەکاربێنە بۆ دەموچاو هەروەها بەهەمان شێوە دەستەکانیشت لە وشك بوون بپارێزە.

جل و بەرگی کوردی بۆ کوڕانی بچووک

جلی کوردی جوانییەکی ڕەهای هەیە، بەتایبەت کاتێك بەشێوەیەکی جوان کاری دروینی بۆ دەکرێ، جوانی جلی کوردی دەچێتە خانەی مـۆدە جوانەکان، بەتایبەت کاتێك جلـە کوردییەکان ئەوانەی پیاوان دەیپۆشـن، بەدیمەنێکی کەلتوری و لەبۆنە تایبەتی و گشـتییەکاندا دەپۆشـرێن، دەکرێ هەمان جلی کـوردی بۆ منداڵانی کوڕیش دابین بکەین، کە شـتێکی جوانە کاتێك کوڕە کوردە بچووکەکان، کورتەك و شـەڕواڵ یان کل و کڵاش لەبـەر دەکەن، وەك ئـەو وێنەیەی کە بەڵگەی بۆچوونمانـە، هەوڵبدەن کوڕە بچووکەکانتان لەئێسـتاوە خولیای جلـی کوردی بکەن و چەندین دەسـتە جلی جوانیان بۆ ئامادەبکەن تاوەکو لەسەر پۆشینی جلی کوردی ڕابێن.

گێرەکردن بـ...

ئامادەکردنی : ڕەوەند بەختیار

گێرە کردن بەجەنجەڕ، لە پێشـوودا دانیشـتووانی گوند و شارەکان بۆ جیاکردنەوەی دانەوێڵە لەو بەشـەی کە دوورنەی بۆ کراوە بەداس و دەست، دوو ئاژەڵیان دەهێناو کۆپەرانیان دادەنایەسـەر ملـی هەردوو ئاژەڵەکان و نیریـان تێ دەخسـت و مژانەیان لێ قایم دەکـرد، ئەمەش بۆ ئەوەی بەتوندی کارەکە بکەن بەبێ ئەوەی کێشەیان بۆ دروست بێ، دواتر لەقۆڵی

(٤) جمکە سەیرەکە!

دووانەکان یان جمکەکان، زۆر جار کێشە دروست دەکەن لەوەی کەس لێکیان جیا ناکاتەوە، ئەمەش بەهۆی نزیکی شـێوەیان لەیەکترەوە کە وایکردووە دیمەن و ڕەنگیـان وەکو یەکتر دەرکەوێ، بەتایبەت لەو کاتەی کە هەمان جلوبەرگ دەپۆشـن یان هەمان شـێوازی ڕووخسـاریان وەك یەك لێدەکەن، ئەمەش وەك نموونەیەك وەردەگرین کە دوو خوشـك و بران، هەر چواریان پێکهاتوون لە(٢) جمکی جیاواز، ئەوەی سـەیرە هەر یەکە لەو دوو برایە، یەك لەو خوشکانەیان خواستووە و بوونەتە هاوسەری یەکتر، ئەو چوار هاوسەرە جمکە ناویان (مارك و تۆماس) و کچەکانیش (لاوری و ئەنالیدا)یە، خەڵکی ویلاتی کەنەدان، ئەوەی سـەیرە کەس ئەوانە لێك جیاناکاتەوە، لەوەش سەیرتر ئایا چۆن ئەوان یەکتری دەناسنەوە کە کێ هاوسەری کامەیە.

ـــــە جەنجەڕ!

جەنجەڕەکەیان دەخســـت و لەگەڵ ئێسترەکان یان گوێدرێژ دەخسترا و ئیتر یەکێك لەســـەر جەنجەڕەکە دەبوو و کاری سووڕانی ئاژەڵەکانی دەکرد بۆ ئەوەی جەنجەڕەکە زیاتر قورس بێ بۆ ئەوەی بەجوانی دانەوێڵەکە بهاڕێت و قوڕســـایی بخاتە ســـەر دانەوێڵەکان، ئەمەو دواتر قشرەکەی دەمایەوە و بەشـــەنە کاری شەنەبایان بۆی دەکرد و ئیتر دانەوێڵەکە دەکەوێتە لایەک ئەوەی دەمێنێ کایەکەیە کە لەلایەکی دیکە یان لە ژێرەوە دەمێنێتەوە.

خانمە قژ درێژەکان!

هەندێـــك لەخانمان حـــەز دەکەن قژیان درێژ بـــێ، هەندێکی دیکەش حەز ناکەن، چونکە ناتوانن خزمەتی بکەن یان بۆ کاری شووشتن قورســـە و تەنیا بۆ جارێك شامپۆیەکی تەواوی دەوێ، ئەو کۆمەڵە کچە وادیارە حەز بەقژی درێژ دەکەن، کە گشـــتیان هاوڕێی نزیکی یەکترن، لەمنداڵیەوە بڕیاریان داوە کە قژیان نەبڕن و ئیتر بەم شـــێوەیە دەردەکەون، ئەوەی سەیرە کاتێك دەڕۆنە دەرەوە هەریەکـــە قژی خۆی دەکاتەوە و ئەوەی هەر یەکێکیان لەمەترێك کەمتر نییـــە. درێژترین قژ لەنێویاندا (٢) مەترە کە دەگاتە ژێر قاچییەوە.

سەرۆک وەزیران پیاسە دەکات!

کەســـایەتییە جیهانییەکان، بەتایبـــەت ئەوانەی لەبواری سیاسەتدا کار دەکەن، خۆیان بەکەسێکی سادە دەزانن و تەنانەت لەدوای دەوامی فەرمییان، خۆیان وەك هاووڵاتییەکی سادە دادەنێن، ئەمەش هەستێکی بوێرانەیە کە تێکەڵ بەخەڵك دەبن واتە خۆیان بە گەورەتر نازانن لەچاو هاووڵاتیانی ئاســـایی تەنانەت وەك مرۆڤێکی ئاساییش ڕەفتار دەکەن، نموونەش ئەو وێنەیەیە کە (دەیڤید کامیرۆن)ی سەرۆك وەزیرانی ئێستای وڵاتی بەریتانیا کە خۆی و خێزانەکەی و ســـێ منداڵەکەی لەبازاڕ خەریکی گەڕان و سووڕانن، بەبێ ئەوەی پاسەوانێك یان کەسێکیان لەگەڵدا بێ بۆ چاودێری کردن.

نوکتە

- کوڕێک دەچێتە داخوازی کچێک. پاش ئـەوەی ڕازی دەبن، بە کچەکە دەڵێن داواکاریــت چییە؟ کچەکەش دەڵــێ وەڵا هیچێکی وام ناوێت، بەڵام هەندێ شــت هەیــە زەرورە، بۆ نموونە خانووێکــی دوو قات..٢٠٠ مســقاڵ زێــڕ. ســەیارەیەکی ٢٠١١ لەگــەڵ یەک دەفتــەر دۆلار بۆ جلوبەرگ و پێویستییەکانی ناو ماڵ. کە کوڕەکە گوێی لەم قسەیە دەبێت، ڕوو لە کچەکە دەکات و دەڵێــت مەمنونت ئەبم ئەگەر پیاوێکی ئاواش بۆ من بدۆزیتەوە، وەڵا شوی پێئەکەم.

* * *

جارێک پیاوێک دەیەوێت لەچەمێک بپەڕێتەوە بەپیاوێکی تر دەڵێت لەکوێوە بــڕۆم ئاوی زۆری تیــا نییە؟ ئەویش شوێنێکی قوڵی پێ دەڵێت هەتا نیوەی دەڕوات خەریکە دەخنکێت، پێی دەڵێت خۆ خەریک بــوو بخنکێم. پیاوەکەی تریش دەڵێت جا چوزانم ئێســتا قازێک پەڕییەوە..

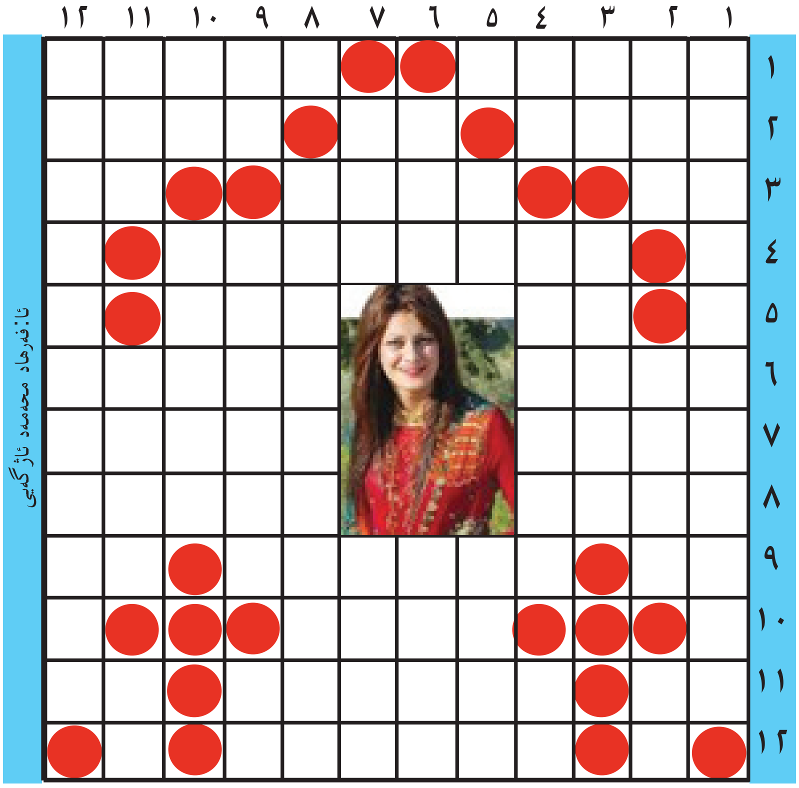
وتە بە نرخەکان

لەزانایەکیان پرســی خۆشەویستی چۆن دەســت پێ دەکات و چۆنیش کۆتایی پێدێت؟

وتی لەچاو دەست پێدەکات و لەچاویش کۆتایی پێدێت.

وتیان ئەمە چۆن؟

وتی خۆشەویستی لەیەکەم نیگا دەست پێدەکات و بەدڵۆپێك فرمێســك لەهەمان چاو کۆتایی پێدێت.



ئاســۆیی:

١- چیایەکــی کوردســتانە- شــاعیرێکی کوردبوو(پ).

٢- ڕوبارێکــی کوردســتانە(پ)- تیــر(پ)- گۆرانیبێژێکی کوردە.

٣- دوو پیتی حســین- جۆرە پێوەرێکە(پ)- نیوەی سقیل.

٤- یاریزانێکی یانەی هەولێرە(پ).

٥- نەخێر- کەناڵێکی کوردییە.

٦- پەمۆ(پ)- پێنج پیتی ساعات.

٧- زانا- پێنج پیتی یونان.

٨- جۆنس(ت)- بیزوزەرەوە لە جەلسات.

٩- نیوەی سەیر- خەڵکی یەفەت(پ)- قژ(پ).

١٠- جۆرە خواردنێکە(پ).

١١- خواردنەوەیەکە(پ)- یانەیەکی ئیتالییە(پ)- بزر.

١٢- جۆرە نەخۆشیەکی کوشندەیە(پ).

ســتوونی:

١- گۆرانیبێژێکی کوردی کۆچکردووە.

٢- ســنە(ت)- کچە گۆرانیبێژێکــی کوردە- ژمارەیەکە.

٣- پێش نەخۆشی- پەرەسێلکە بە عەرەبی(پ).

٤- خــۆی(پ)- وڵاتێکــی ئەفریقییە- نیوەی نیان.

٥- خواردنی ئاژەڵە- شاعیرێکی کوردبوو.

٦- کورتکــراوەی ملیمەتــر- ناوێکــی کچانە بە(پ).

٧- ئاشکرا- چوار پیتی بامەڕنی.

٨- کچە گۆرانیبێژێکی کوردە.

٩- بۆ(پ)- شاعیرێکی کوردبوو- خۆم(پ).

١٠- ڕەوشت- جۆرە وەرزشێکە.

١١- شەقامی شەمەندەفەر(پ)- سەرکردەیەکەی ئەورووپی بوو- گێژ .

١٢- کچە گۆرانیبێژێکی کوردە خاوەن وێنەکە.

بۆ زاخــاوی مێشک

* وەڵامی ژمارەی پێشوو وشەی (سەهۆڵبەندان) بوو

بۆ زانینی ئاستی زیرەکیت، هەوڵبدە ئەنجامی ئەم شێوە شیکارە بدۆزیتەوە..

ئەم چوارگۆشانە بە پیت پڕ بکەرەوە کە لە کۆتاییدا ناوێکت بۆ دەردەچێت بتوانە لە ماوەی (٥) خولەکدا ناوەکە بدۆزیتەوە، ئەمەش وەك سوود وەرگرتن لەم ئاسانکاریانەی خوارەوە :

ئاسانکاری

- پیتی خانەکانی (١+٢+٣) کۆ بکەیتەوە بەمانای (بەشێکە لەجەستەی مرۆڤ لەسەرەوەی چۆکە)
- پیتی خانەکانی (٣+٥) کۆ بکەیتەوە بەمانای (پێچەوانەی بەڵێ)
- پیتی خانەکانی (٣+٤+٥) کۆبکەیتەوە بەمانای (پێچەوانەی هەیە)
- پیتی خانەکانی (٣+٢+١) کۆ بکەیتەوە بەمانای (ئاگر بەعەرەبی)