چاویلکەی شێوە کلاسیک و شێوە بچووک

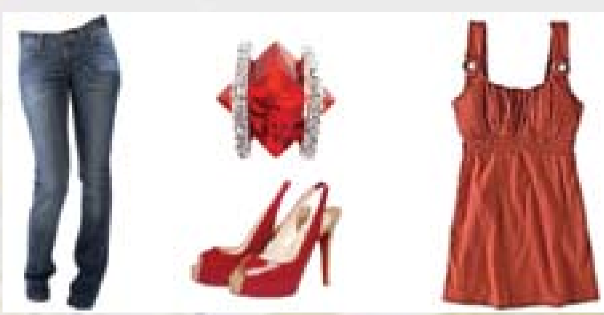
ئێکســـوار دیمەنێکی ڕاســـتەقینەی هەیـــە، تەنانەت شـــێوەیەکی جوان و ســـەرنجڕاکیش دەبەخشێ، بەڵام دەبێ ئەو جۆرە ئێکسسوارە بەپێی جوانی خۆیەوە مامەڵەی لەگەڵدا بکرێ. هەندێك لەئێکسسوارەکان ڕازاوەیی پێوە دیارە تا چەند بچـــووك و یان شـــێوەی گونجاو بێ، لەڕێگەی ئەو ئێکســـوارانەوە، یارمەتی دانانی جوانی ســـەرەکی ڕازاوەتر دەبێ. بەمەش بەڕێگەی هەڵبژاردنی ئەو جۆرە ئێکســـوارانەوە لەنزیکەوە جۆرەها جوانی و دیمەنی ڕێك بەرچاو دەبێ. چاوێلکە ئەو ئێکســـوارەیە گرنگییەکی تەواوی پێدەدرێ لەگشت وەرزەکانی ساڵ، بەڵام زیاتر لەوەرزی هاوین لەچاو دەکرێ، چونکە دوو سوودی گەورەی هەیە، یەکێکیان لەبواری مۆدە و جوانکاری خۆیەوە، وەك ئێکســـوارێکی جوانی دەبێ، سوودی دووەمیشـــی کاتێك چاوەکان دەپارێزێ لەتیشـــکی بەهێزی خۆری هاوین، بەڵام گرنگترین لایەن لەدانانی چاوێلکەوە، چۆنیەتی هەڵبژاردنی ئەو جۆرە شێوەیە کە لەگەڵ گشـــت ستایلەکان بگونجێ و شایستە و ڕازاوەیی پێوە دیار بێ. باوترین و تازەترین مۆدەکانی چاوێلکە لەســـاڵی ٢٠١٢ بۆ خانمان، مۆدەی چاوێلکەی دروســـت کراوە لەپلاستیك و لەمارکە بەناوبانگەکانەوە، تەنانەت هەندێك مارکەی دیکەش پەیدابوون کە ئەوانیش جوانی خۆیان هەیە و لەشـــێوەیەکی سادە دروست کراوە، کەچی جوانیەکی سەیری هەیە.

کڵاو و ملوانکەی گوڵ لەستایلە مۆدێرنەکانە

وەرزی هاوین لەگەڵ هێنانەوەی ئەو کەشـــە گەرمـــەوە، بەڵام لەهەمان کاتیشدا لەبواری جوانکاری توانیویانە سوود لەو وەرزە وەربگرن و لەڕێگەیەوە چەندین کاری مۆدە و ســـتایلی تازەی لەســـەر دورســـت بکـــەن، وەك ئەو جلوبەرگ و ئێکســـوار و مۆدەی ماکیاژە و تەنانەت ئێکسسوار هەن تەنیا لەو وەرزە باوی زیاتر دەبێ و دەتوانین لەو وەرزەوە سوودی لێوە وەربگرین. دوو لەجوانترین ئێکســـوارەکان کە سوود و جوانییەکی تەواوی هەیە لەو وەرزە، بەمەش دەبێتە ڕێگەیەك تا خانمان سوودی لێوە وەربگرن بۆ شایستە کردنی جوانی خۆیان لەگەڵ مۆدەکانی ئەو وەرزە. بۆ ئەو خانمانەی مەبەســـتیانە بەســـتایلێکی مۆدێرن دەربکەون و دەتوانن دیمەنێکی شایستە و کراوە دابین بکەن، دەتوانن سوود لەدوو ئێکسسواری جوان وەربگرن، ئەویش کڵاوی سەر و ملوانکەی شێوە گوڵە. ئەمەش دوو ستایلی تازەن و لەمۆدەکانی پێشوودا جیاوازیـــان هەیە و دەکرێ لەگەڵ ئەو دوو ئێکســـوارەوە دیمەنێکی ڕازاوە لەجوانییەکی ڕەها بەدی بکەین، کڵاوی ســـەر دەکرێ لەکڵاوی شێوە ناوەند بێ و بەڵام لایەنێکی جوانی هەیە ئەویش کاتێك کڵاوی سەر بەلاری دەخرێتە سەر، هەروەها سوودی پاراستنی قژی هەیە لەگەرمای ئەو وەرزە، سەبارەت بەملوانکەی گوڵ یان هەر شـــێوەیەکی گەورەی دیکەوە بێ، هاوشـــێوەی کڵاوەکە دیمەنی جوانی خۆی دیاری دەکات و سەرنجڕاکێش دەبێ.

مۆدەی دەستە جلێک

ســـەرەڕای ئەوەی لەمۆدەی هاوینی ئەوســـاڵ، کە وا دانـــراوە تەنوورە ببێتە مۆدە، زیاتریش تەنوورەی درێژ کە لەگەڵ بۆدی و یان کراســـەوە دەپۆشـــرێن، بەڵام هەندێك لەخانمان حەز بەپۆشـــینی تەنورە ناکەن، بەڵکو نیازی پۆشـــینی جلێکی دیکەیان هەیە، لەلایەن پسپۆرانی جوانکاری، چارەی دووەمیشیان داناوە بـــۆ ئەوانەی حەز بەتەنوورە ناکەن، ئەویش کە دەســـتە جلێکـــی دیاری کراوە، لەچەندین بەش پێکدێ، دەتوانرێ ســـوودیان لێوە وەربگرین و دیمەنێکی جوان و قەشـــەنگیان بۆ دابین بکرێ. ئەو دەستە جلەش پێکهاتووە لە: پانتۆڵی جینز – کراس یان بۆدی هاوینە – پێڵاو – گوارە- ئەنگوســـتیلە بۆ کچان، یان ئەڵقە بۆ ئەوانەی هاوســـەرگیریان پێکهێناوە هەروەها لەگەڵ جانتای دەســـت، بەڵام



تارای سپی بۆ خانم

هەنگاوەکانـــی گرنگـــی دان بەخانمـــی بـــووك، وەك ڕێگەیەکی ســـەرەکی لەســـەر چەندین لایـــەن دەوەســـتێ، بەجۆرێـــك مایەی ئامـــادەکاری و کارکردن لەســـەر دانانی ســـتایل و جوانییەکی ڕەوا، دەبێتـــە یەکێك لەجوانترین ئەرك و جوانکردنی شـــێوە و کەرەســـتە و ســـتایلی بووك، بۆیە دەکرێ لەبچووکترین خاڵەوە دەست پێبکەین و تا دەگەینە گەورەترینیان. لەمۆدەی پێشـــوو و تەنانەت لەمۆدەکانی ئەو ســـەردەمەش ئێکسسوارێکی سەرەکی لەسەر سەری بووك هەبووە و تا ئەمڕۆش گەورەیی خۆی لەدەست نەداوە و دەتوانین لەنزیکەوە ئاراستە جوانیەکەی لێوە بســـتێنین، ئەویش دانانی (تارای سپی)یە لەسەر قژ و سەری بووکەوە. تارای سپی یەکێکە لەو ئێکسسوارە ناسکانەی کە لایەنێکی جوان و گەورە دەگرێتە ئامێز، وەك دیمەنێکی جوانی نمایشی

ڕەنگی نارنجی و پورتەقاڵی بۆ نینۆکەکانی پەنجە

شێواز و جوانی ڕەنگ تایبەتمەندی خۆی دەنوێنێ لەسەر گشت لایەنەکانی جوانی، لەوانە: جلوبەرگ – ماکیاژ- ئێکسسوار- بەشەکانی جەستە کە ڕەنگ دەکرێن- قژ- بۆیە و کەرستەکانی جوانکاری، ئەمانەش هەر یەکە بەپێی چەند ڕەنگێکی دیاریکراو، یان بۆ هەڵبژاردنی ڕەنگەوە کراوییە و دەکرێ ڕەنگەکەی بگۆڕدرێت. بەشێك لەجەستەی مرۆڤ پێویستی بەردەوامی جوانکاری کردن و ڕەنگ دانانە، ئەویش نینۆکی پەنجەکانی دەست و قاچە، بەڵام زیاتر گرنگی بەڕەنگ و بۆیەی پەنجەی دەست دەدرێ، لەوەرزی هاوین بەهۆی ئەوەی نینۆکی پەنجەکانیش دەردەکەون، بۆیە دەبێ گرنگی بەئەوانیش بدرێ و وەك پەنجەی دەست هاوشێوە و هاو ڕەنگ بن. یەکێك لەتازەترین مۆدەکان و ڕەنگی بۆیەی پەنجەی دەست، ڕەنگێکی کراوە و تۆخە، لەدوورەوە دەردەکەوێ، دەتوانین سوودێکی گەورە لەو ڕەنگە ببینین بۆ دانانی بۆیەی پەنجەی دەست و قاچ، ئەو ڕەنگەش (نارنجی)یە یان پورتقاڵی تۆخ، واتە ڕەنگی پورتقاڵی تۆخ، بەڵام لەگەڵ ئەو ڕەنگەدا دەتوانین کاری داهێنان لەمۆدەی جوانکاری ئەنجام بدەین، ئەویش بەگۆڕینی یەکێك لەپەنجەکان لەڕەنگێکی دیکەوە بێ، یان نەخشێکی هەبێ، ئەمەش بەمەبەستی هاوسەنگی و جیاکاری لەڕەنگی سەرەکی ڕەنگە نارنجی یان پورتقاڵیەکە، یان دەتوانین تەنیا ڕەنگی پورتەقاڵی یان نارنجی بەکاربهێنین بۆ گشت پەنجەکانی دەست و قاچ.

ـــــــی تایبەت و ڕازاوە

ئەوانەش بەمەرج لەگەڵ یەکتردا دادەنرێن، وەك: دەشکرێ ڕەنگی پێڵاو و پانتۆڵ هەمان ڕەنگ بێ، یان ڕەنگی کراس و پێڵاو یەك ڕەنگ بن، یان دەکرێ ئێکسسوارەکان لەگەڵ ئەوانەی دیکە شێوەیان دیاریکراو بێ، چونکە لەوەرزی هاویندا، گرنگی و جوانی ڕەنگ کاریگەری خۆی دەبێ، لەم مۆدەیەدا زیاتر دەبێ هەوڵبدەی کە دوو لەو دەستە جلە، هاوڕەنگ یان هاوشێوە بن، ئەمەش دەبێتە لایەنێکی جوان و درەوشاوە لەمۆدەی دەستە جلەکان بۆ وەرزی هاوینی ئەوساڵ، کە دوای مۆدەی یەکەم دێ، کە تەنوورەی درێژ یان کورت وەك مۆدەیەکی سەرەکی دانراوە.

ـــــــانی بووک

خۆی دەنوێنێ، لەمۆدە کلاسیك و کۆنەکاندا، تارای سپی گەورە بووە و بەرەو پێشەوەی سەر هاتووە، واتە ڕووخساری بووکی داپۆشیوە، بەڵام لەمۆدە تازەکانە، ئەو ستایلە باوی نەماوە و بەرەو مۆدیەکی دیکەوە ڕێگەی گرتووە، ئەویش بەدانانی تارای سپی لەپشتەوەی سەر واتە وەك ئێکسسوارێکی قژ بەکاردەهێنرێ. جوانترین ستایلی تارا، بەم شێوەیە: کاتێك تارایەکە تووڵ و ناوەوەی دیار بێ، هەروەها درێژ بێ و بکەوێتەوە سەر جلەکە، یان تێکەڵ بکرێ و ببەسترێ، هەروەها لەسەرەوە لەگەڵ تۆقەیەکی زیوو یان ئەڵماس ببەسترێ و لەسەرەوە بچووك بێ و دواتر بکرێتەوە، وەك پەڕی تاوس.

شەمـــــــەندەفەری کوردســـــــتان

شـــەمەندەفەر، ئـــەو ئامێرە بەســـوود و کاریگەرەی بواری گواســـتنەوە و گەیاندنە بۆ مرۆڤ، کە لەسەرتاپای جیهاندا سوودی لێ دەبینرێ و تەنانەت لەساڵانی پێشـــوودا کوردستان و بەتایبەتی شاری هەولێر شەمەندەفەری لێ هەبووە و کەچی ئێســـتا نەمـــاوە، بەهیوای ئـــەوەی لەداهاتوویەکی نزیکدا شـــەمەندەفەر لەکوردستان و لەگشت شـــارەکان ببینین، شەمەندەفەر لەساڵی (١٩٤٧) لەهەولێر دانراوە لەهێڵی نێوان هەولێر و شارەکانی دیکەی عێراق، کە ئەو هێڵی ئاسنینە لەلایەن دوو کۆمپانیای بەریتانی و هیندستانی دروست کرا لەماوەی (٢) ســـاڵدا، لەساڵی (١٩٤٩) بۆ یەکەم جار شەمەندەفەر لەهەولێر و کەرکوک کاری کردووە، وێستگەی شەمەندەفەری ئەوسای هەولێر دەکەوێتە ســـەر (٣٠) مەتری ئێستای شـــاری هەولێر، واتە ڕێگای هێڵی ئاسنینەکە تا بەم دواییەش لەشـــوێنی ئێستای پارکی شانەدەرەوە مابوو، بەڵام دواتر کرا بەپارك، تا ئێستاش شوێنی عەمباری سووتەمەنی شەمەندەفەری هەولێر لەناو پارکی شـــانەدەر ماوە. لەم وێستەگەیەدا نزیکەی (١٠) فەرمانبەر و (١٠٠) کرێکار کاریان دەکرد، شەمەندەفەرەکەی هەولێر لەدوو بەش پێکهاتبوو، بەشی یەکەم شوێنی دانیشتن بوو وەك کوشنی ئوتۆمبێل دروست کرابوو، وەك ئەوەی شوێنی گەشتیارانی پلە یەك بێ، کە نرخی پلیتی بە(١) دینار بووە، بەشی دووەمیش لەدار دروســـت کرابوو کە نرخـــی پلیت بە(٦) درهەم بووە، ڕەنگی شەمەندەفەرەکەی هەولێر ســـەوز بووە و بەدوو ماشینەوە کاری دەکرد یەکێك لەدواوە و یەکێکی دیکەش لەپێشەوە بوو، سەبارەت بەڕێگای شەمەندەفەرەکە لەلای پارکی شـــانەدەر بەڕێدەکەوت و بەتەنشیت یاریگای شەهید فەڕەنسۆ ئیتر ڕاســـت ڕێگەی دەگرت و گەشتەکانی ئەو شەمەندەفەرە زیاتر بەئێواران بوو بەرەو گوندی هەمزەکۆرەوە بەرەو شـــێراوە و پردێ پاشان دەچوو بۆ شاری کەرکوك لەوێشەوە وێســـتگەیەکی هەبوو لەپردێ و لەکەرکوکیش وێستگەی لەناو کۆمپانیای نەوتی ئێستا بووە.

مێژووی ڕێگای هاملتۆن لە کورستان

یەکێك لەڕێگاوبانەکانی کوردســـتان کە بەچەندیـــن ڕێگەی ڕێکخراو و تایبەت دروســـت کراوە و گشـــت شـــارەکان بەیەکترەوە دەبەســـترێتەوە و بـــواری هاتوچۆ ڕێکدەخـــات. یەکێك لەو ڕێگا کۆنانەی مێژوویەکـــی کۆنی هەیە ئەویش ڕێگای (هاملتۆن)ـە لەکوردســـتان، کە لەشاری هەولێرەوە دەست پێدەکات و لەناوچەی سەر سنووری حاجی ئۆمەران کۆتایی دێ. ئەو ڕێگایە لەساڵی (١٩٢٨) کاری دروست کردنی دەســـت پێکراوە و لەساڵی (١٩٣٢) تەواو کراوە لەلایەن ئەندازیارێکی وڵاتی نیوزیلەندا بەناوی (ئەرچیباڵد میلان هاملتۆن) بووە، لەساڵی (١٨٩٨) لەدایك بووە، بۆیە ئەو ناوەی لێنراوە کە ئەندازیارەکە داوای کردووە ناوی ڕێگاکە بەناوی نازناوی خۆیەوە بێت، دواتر لەلایەن کەس و کاری ئەو ئەندازیارەوە ســـەردانی کوردســـتانیان کردووە بـــۆ بینینی کاری کوڕە ئەندازیارەکەیان، درێژی ئـــەو ڕێگایە لەهەولێرەوە بۆ حاجـــی ئۆمەران دەگاتە نزیکەی (٢٠٠) کیلۆمەتر، ڕێگاکە ئێســـتا تەنیا بۆ سەردانی گەشتیاران ماوە و کە هاتوچۆی لەسەر ناکرێ، چونکە ڕێگەکە تێکچووە و بۆیە ڕێگەی دیکەیان دروســـت کردووە، دوای ئەوەی لەهەولێر دەردەچی دەچێتە شەقڵاوە و دواتر بەرەو هەریر و پاشان خەلیفان و دواتر هاوینەهەواری گەلی عەلی بەگ و دەچێتەوە ڕواندز و بەچەندین جێگەی دیکەوە دەڕوات و لەکۆتاییدا دەگاتە حاجی ئۆمەران کە دەکەوێتە ســـەر سنووری نێوان کوردستان و وڵاتی ئێران، وێنەکە لەماڵپەری هەولێرەکەم وەگیراوە.

ئافرەتان و تۆپی پێ بەئاگر

راســـتە دەگوترێ پیاوان باشـــتر یاری تۆپی پێ دەکەن بەرامبەر بەئافرەتان، بەڵام ڕەنگە ئەو لایەنە هەڵە بێ، چونکە ئافرەتانی وڵاتی ئەندەنووسیا سەیرترین یـــاری تۆپی پێ ئەنجام دەدەن، کە هەرگیز پیاوان لێوەی نزیك نابن، لەشـــاری (یۆگۆکارتا) ســـەیرترین یاری تۆپی پێ بـــۆ ئافرەتان و پیاوان ئەنجام دەدرێ، ئەویـــش یاری کردن بەتۆپی پێ بەئاگرە، کە تۆپێك دەهێنن و بەئاگری دەکەن و ئیتر هەر یەکە شووتێکی لێدەدات و دەبێ قاچی نەسووتێت، وەك یارییەکی سەیر و جـــوان، هەر یەکە هەوڵ دەدات کە تۆپەکە لەخۆیەوە دوور بکەوێنێتەوە، ســـەیر لەوەدایـــە کاتێك گۆڵچی دەیەوێ تۆپەکە بگرێتەوە و ئەویش بەدەســـتەوانەیەکی ئاســـنینە و تاوەکو دەستی نەسووتێ، ئەمەش وەك یاریەکی خۆش و بەپێکەنینەوە بووە، خۆشـــی ئەو یاریە لەوەدایە کەس ناتوانێ بەهێزەوە شووت لەتۆپە ئاگرینەکە بدات، چونکە تووشی سووتان دەبێتەوە، بۆیە بەهێواشی و بەجۆشەوە یاری دەکەن و زۆربـــەی یاریزانە ئافرەتـــەکان دوای یاری دەبێ چارەســـەری قاچیان بکەن لەسووتانی سووکی پێستیان.

سەرۆکی فەڕەنسا حەزی لەپایسکل سوارییە

ســـەرکردە و کەســـایەتە سیاســـیەکانی جیهان، بەژیانێکی سادە و ساکارەوە دەژین و هەوڵ دەدەن خۆیان وەك هاوڵاتییەکی ئاسایی بژمێرن لەدوای کاتی دەوامدا ئەمەش هەســـتێکی جوانە بۆ ئەو کەسایەتیانە، ماوەیەك لەمەوبەر وێنەی سەرۆك وەزیرانی هۆڵەندامان بڵاوکردەوە کە بەپایسکلەوە دەچوو بۆ دەوام. وادیارە هەمان حاڵەت بۆ سەرۆکی تازەی وڵاتی فەڕەنسا دووبارە بۆتەوە و ئەویش حەز بەپایسکل دەکات و بۆیە لەسەر پایســـکلەوە و لەناو بازاڕەکانی وڵاتەکەی دەبینرێت. (فرانسوا جیرار جۆرج ئۆلاند) لەســـاڵی (١٩٥٤) لەدایك بووە و پێشتر سەرۆکی پارتی ئیشـــتراکی فەرەنسی بووە و ئێســـتا بۆتە سەرۆکی حەوتەمی کۆماریەکانی وڵاتی فەڕەنســـا، لەم وێنەیەدا سەرۆکی وڵات خەریکی شت کڕینە بۆ ماڵەوە و بەخۆی و پایسکلەکەی لەیەکێك لەشەقامەکانی پاریس و بەجلێکی سادەوە دەخولێتەوە.

هەنار هەڵگرتن دیاردەیەکی جوانی خۆشناوەتی و شارەبان

ڕەوەند بەختیار

هەنار میوەیەکی کاتییەو تەنیا لەکاتێکی دیاری کراودا پەیدا دەبێت، بەڵام ئێستا بەهۆی وڵاتانی ترەوە لەزۆر کاتدا بەردەست دەکەوێت

جـــاران و لەکۆندا هەنار هەڵدەگیرا بۆ ئەو وەرزانەی کە ئەو میوەیە نەدەما، پیشـــەی هەنار هەڵگرتن دیارەیەکی کۆن بوو ئێستاش بوونی ماوە، ئـــەو کارە زیاتر لەدەڤەری خۆشـــناوەتی و ناوچەی شـــارەبان دەبینرا بەهـــۆی زۆری ئەو میوەیە لەو ناوچانەو باشـــی جۆرەکەی لەوێ، هەنار هەڵگرتن بەچەندین شێوە ئەنجامدەدرا یان ئەوەتا سەرەتا هەندێـــك دەدرایە بەر ڕۆژ تا بەرگەکەی وشـــك دەبوو تاوەکو ناوەوەی بپارێزێت و بۆی ببێت بەقاوغێك، پاشـــانیش بەیەوەکەوە دەبەســـتران و بەســـەقفی ژوورەوە یان هەیوان هەڵدەواســـرا، یانیش ئەوەتا ڕاستەوخۆ لەنێو سەبەتەی حەسیر هەڵدەگیرێت تا ئەو کاتەی پێویستیان پێدەبوو، سەبەتە حەسیرەکەش لەنێوەندێکی وشك دادەنرا و بەهۆی کونی سەبەتە حەسیرەکەوە هەنارەکە هەوای بەردەکەوت و بەسروشتی خۆی دەمایەوە، ئـــەوەش تایبەتمەندی ئەو میوەیەیە کە دەتوانـــێ بۆ ماوەیەکی درێژ پارێزگاری لەخۆی بکات.

خواردنی میناتۆریش پەیدا بوو

داهێنانە جوانەکان، کاری وا دەکەن کە دەبێتە جێگەی سەیری گشت خەڵك، چونکە هەر داهێنانێك بیرۆکەیەکی تازەیە و دەچێتە حاڵەتێکی سەیر، ئەوەی دەیبینن داهێنانێکە کە لەبواری خواردنە، ئەویش بەدروستکردنی خواردنی بچووك ئەوەندەی پەنجەیەکی دەست دەبێ، ئەو جۆرە خواردنە بۆ گشت کەسێکە بیخوات، بەڵام زیاتر بۆ ئەوانەی قەڵەون تاوەکو خواردن بخۆن و کێشی جەستەیان زۆر نەبێ، مەبەست هەمان ئەو جۆرە خواردنە بخۆن کەخەڵك دەیخوات، بەڵام تووشی قەڵەو بوونیان نەکات چونکە کەمە و قەڵەوت ناکات.

یاری پیت ریزکردن

هەوڵبدە ئەو پیتانەی ناو بازنەکان ڕێکبخەی بۆ ئەوەی بلوێر ژەنێکی بەتوانای کوردت بۆ دەربچێ.

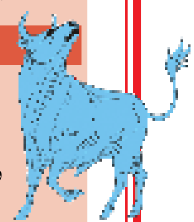
ە م ە ل ا ە ق ر

وەڵامی ژمارەی پێشوو (ئارارات)

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

چەند پێشنیارێکت بۆ دەکرێت کە دەبێتە هۆی شادبوونت و ڕەنگە لایەنی سۆزداریشت پێشکەوتنێکی بەرچاو بەخۆیەوە ببینێت.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

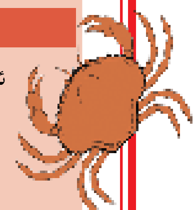


ئەمڕۆ بەختت باش دەبێت و سەبارەت بەهەندێك پرۆژە یان پرسیارێك وەڵامی دڵخۆشکەر دەبیستیت و خەمەکانت سووك دەبن.

دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠

بەهۆی ڕاستگۆیی و سۆزی بێ وێنەتەوە بەسەر چەند کۆسپێك زاڵ دەبیت و بەماوەیەکی هێمن و بێ گیروگرفت تێپەڕ دەبیت.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢



ئەمڕۆ زۆر لەخۆبایت بۆیە کەسانێك بەرەنگارت دەبنەوە، دان بەخۆتا بگرە، چونکە لەوانەیە تووشی بێزاربوون بیت.

شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢

ئەمڕۆ تەندروستیت زۆر باشە بەخت تا ڕادەیەکی زۆر لەگەڵتە، بواری خۆشەویستیت لەوپەڕی باشیدایە، لە بڕیارەکانت دوودڵ مەبە.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

دڵت زۆر ناسکە بەیەك وشەی ناخۆش پەست و غەمبار دەبیت هەوڵبدە مێشکت کراوە بێت، چەند کێشەیەك دەورتی داوە، بەڵام ئارام بە.

بۆ زاخاوی مێشک

* وەڵامی ژمارەی پێشوو وشەی (کەتان) بوو

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

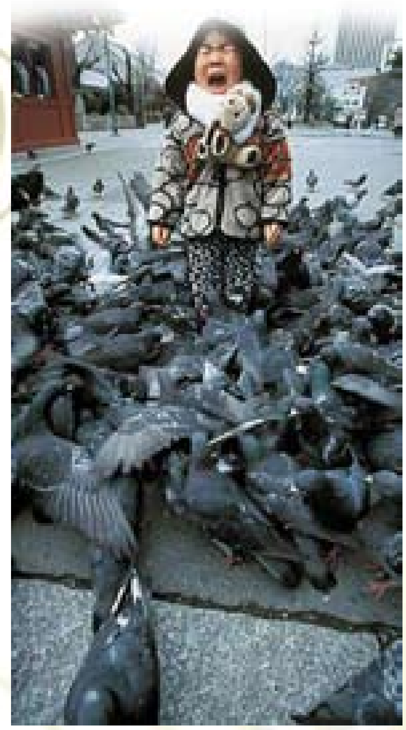
ئەم چوارگۆشانە بەپیت پڕ بکەرەوە کە لەکۆتایی ناوێکت بۆ دەردەچێت بتوانە لەماوەی (٥) خولەکدا ناوەکە بدۆزیتەوە، ئەمەش وەك سوود وەرگرتن لەم ئاسانکاریانەی خوارەوە:

ئاسانکاری

- پیتی خانەکانی (١+٢+٣) کۆ بکەیتەوە بەمانای (گیاندارێکی ترسناکە بەشای دارستان دەناسرێ)
- پیتی خانەکانی (٣+٤+٥) کۆ بکەیتەوە بەمانای (کارێکە مرۆڤ ئەنجامی دەدات بۆ گرتنی گیانداران)
- پیتی خانەکانی (١+٦+٥) کۆبکەیتەوە بەمانای (پێچەوانەی ڕۆژ)
- پیتی خانەکانی (١+٦+٣)کۆ بکەیتەوە بەمانای (پێچەوانەی ئاشتی)

وێنەی سەیر

- لـەو وێنەیـەدا منداڵێك لەناو کۆمەڵـە کۆترێکـەوە دەگری، هەوڵبدە ژمارەی کۆترەکان بزانی، تا ئەوەندەی دەتوانی بژمێری!



مانای خەون

گۆشت: : پارچە گۆشت بۆ داهاتوو باش نییە لەوانەشە کارەساتێکی ڕابووردو بێت، هەروەها وتراوە گۆشـت ڕزقێکی خێرایە یان خۆشـی و کامەرانییە، یان ئاشکرابوونی نهێنییە، گۆشتی کوتراو لێـدراو بە چەقۆ بۆ گەنج هاوسـەرە و بـۆ ئافرەتی سـك پڕیش کـوڕە، یان تێکەڵبوونـی پارەیە لەگەڵ شـەریك و دەرکەوتنی قازانجە، گۆشـتی کوڵاو پارەیە گۆشـتی کاڵ ئـازار و ژان و نەخۆشـییە کڕینی گۆشت لە قەساب کارەساتە، گۆشتی ناسك و تازە مردنە، ئەو کەسەی گۆشتی ئادەمیزاد بخوات ئەوە باسـی دەکات، ئافرەت گۆشـتی خـۆی بخوات زینا دەکات، گۆشـتی مانگای لاواز نەخۆشییە، گۆشتی مار پارەیە لە دوژمنەوە دێت، گۆشـتی شێر پارەیە لە کار بەدەسـتەوە دێت گۆشتی باڵندەی دڕندەو گۆشـتی بەراز پارەی حەرامە، گۆشـتی کـۆن باس کردنی مردووە.

سەرچاوە: خەوننامە!

تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

کات لەبـارە بـۆ بەسـتنی پەیوەندی دەستگیرانی و هاوسـەری، ئەم هەلە لەدەسـتخۆت مـەدە، چونکـە بەخت بەشێوەیەکی چاك یاوەرتە.

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

ئـاگاداری هەڵسـوکەتت بە، چونکە لەم یەك دوو ڕۆژە هەست بەماندووبوون و هیلاکی دەکەیـت و باری دەروونیت ئاڵۆز دەبێت.

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

ڕووداوێکی گرنگ کاریگەری لەسەرت دەبێت و وات لێدەکات شەڕ لەگەڵ خۆشت بکەیت، بۆیە پێویستیت بەهێمنی زیاتر هەیە.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

بەهۆی هەڵسـوکەتی چەند کەسێکی نزیکـت هەسـت بەناڕەحەتـی دەکەیت، یاخـود ناکۆکییەك لەژیانت سەرهەڵدەدات.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

ئاگاداربـە ئەمـڕۆ فشـارو پاڵەپەستۆت لەسـەر زیاد دەبێت پێویستە لە هەڵسـوکەوتەکانت نەرم و هێمن و لەسەرخۆ بیت.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

باشـترە کەمێك خـۆت دووركەیتەوە لەدەوروبەر و خۆشت لەکاروباری خەڵك هەڵنەقوڵتێنـی، ئەگینـا زیانت پێ دەگات، ئاگادری خۆت بە.

وێنەی جیاواز و خاڵی هاوبەش

بـۆ زانینی ئاستی مێشك لە ماوەی (٢) خولەکدا چەند خاڵێکی هاوبـەش لەم دوو وێنەیـە بدۆزەوە.

نوکتە

- ژنێـک بەمێردەکەی دەڵێت: دەچم سـەرێکی ئەو ئافرەتەی دراوسـێمان دەدەم پێنـج دەقە زیاتـرم پێ ناچێت، بـەڵام بیـرت نەچێت هەمـوو نیو سەعات جارێک سەیرێکی چێشتەکە بکە نەوەک بسوتێ!

پەندی ناوداران

- براون جاکسۆن دەربارەی پێشکەوتن دەڵێ:

- بچووکترین پێشـکەوتن، بەسەرکەوتن بزانە و هەرگیز مەڵێ کاتم نییە!