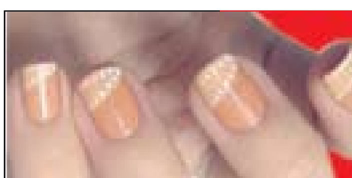
# ئێلەگ و جلی کوردی

لەگەڵ کراسی کوردیدا چەندین مۆدە و شێوازی بە بایەخ دەرکەوتوون، هەر مۆدەیەك گوزارشت لە ستایلێك دەکات کە بەپێی خواستی کەسی داواکاری کراسەکە لەسەر نەخش و ستایلی دیزاینەری جلە کوردییەکەیە، بۆیە گۆڕانکاری و تازەگەری لە شێوازەکانی جلی کوردی، دەرخستنێکی تازە دەبێ لە جوانی ئەو جلەدا، گرنگە ئەو کەسە بزانێ چ جۆرە جلێك هەڵدەبژێرێت بۆ پۆشین، لەوەش گرنگتر ئەوەیە کاتێك لەگەڵ بەشێکی دیکەی جلەکەدا یەکخستنی بۆ دەکرێ، یەکێك لەو کەرەستە سەرەکییانەی کە لەگەڵ جلی کوردیدا بەرچاو دەکەوێ، ئەویش ئێلەگە، سەرەڕای ئەو شێوەی بچووکەی هەیەتی، بەڵام گوزارشت لە جوانییەکی گەورە دەکات و لەسەر جلەکەدا شوێنی خۆی دەردەخات، تەنانەت هەندێك جاریش لە جلەکەدا زیاتر بەرچاوتر دەکەوێ، لە ئێلەگدا دوو لایەنی گرنگ هەیە، یەکەمیان : بچووکی و تەسکی ئێلەگەکە، کە وا دەکات سەرنجڕاکێشی بەخۆوە ببینێت، لە مۆدەکانی ئێستادا زیاتر بایەخ بە ئێلەگی کورت دەدرێت، کە لەمۆدەکانی پێشوودا ئێلەگی گەورە لەبەر دەکرا، دووەم لایەن لە گرنگی ئێلەگدا، ڕەنگەکەیەتی، زۆر جار دەبێ کە ڕەنگی ئێلەگ جیاواز بێ لە ڕەنگی کراسەکە ئەمەش بە مەبەستی زیاتر دەرکەوتنی جلەکەیە.



# دوو ڕەنگ بۆ نەخشی سەر نینۆک

نینۆك جوان کردن، بەشێکی تازەیە لە بواری جوانکاریدا، کە هاوشێوە و جوانییەکی پڕ بەها و ڕازاوەی هەیە، جوانیی نینۆك لە شێوازی ئامادەکردن و نەخش ورەنگەکەیەتی، هەر یەکە لەو سێ بەشە، دەتوانن شێوازێکی بەرچاو بگرنە بەر بۆ بەدیهێنانی جوانترین مۆدەکانی نینۆك، هەر شێوازێك لە شێوازەکانی مۆدەی نینۆك، پێویستی بە جوانکردن و ئامادەکاری دەبێ، گرنگە بزانین چ جۆرە بۆیەیەك بەکاردەهێنین، یان چ جۆرە نەخشێك لە نینۆکەکاندا دەدرێ، لەم ڕێگەیەشدا هەنگاوێکی گرنگ دەگرینە بەر بۆ نەخش دانان لەسەر نینۆك و شێوازە جیاجیاکاندا، لە هەر مۆدەیەکی نینۆکدا چەندین شێوازی نەخش ونیگار دادەنرێ، هەر شێوازێکی تایبەتمەندیی خۆی هەیە، بەڵام ئەوەی گرنگە هەڵبژاردنی نەخشێکی ڕازاوەیە کە درەوشانەوەی جوانی نینۆك دەربخات و بە شیاوترین مۆدەدا دابنرێ، لە مۆدەی پێشوودا زیاتر تاك ڕەنگی بەکاردەهێنرا لە نەخشی نینۆك، واتە نینۆکێك لە ڕەنگێك بۆیە دەکرا و دواتریش نەخشی بۆ دادەنرا، بەڵام لە شێوازە تازەکاندا گرنگی بە دوو ڕەنگی دەدەن، جگە لە بەکارهێنانی دوو ڕەنگی بۆ سەر نینۆکەکان، هەروەها نەخشێکی ناسکیش دەبێتە هۆکارێکی دروست بۆ زیاتر ڕازاوەکردنی نینۆکەکانی پەنجە.

# ئێکسسوارەکان قاچ ڕازاوەتر دەکەن

لە ژمارەکانی پێشوودا باسمان لە ئێکسسواری سەر دەست کرد، کە ئەویش بەهایەکی جوانی گەورەی هەیە، بۆیە لە ڕێگەی ئێکسسوارەوە دەتوانین شێوازێکی ڕازاوە بەدی بکەین، ئەمەش وادەکات کە لە نزیکەوە مۆدەیەکی ڕازاوەی هەبێ، ئێکسسوارەکان بایەخێکی گرنگ و ناسك لە خۆ دەگرن، بەهۆی ئەو لایەنە دەکرێ چەندین هەنگاوی جیا بەدی بێنین لە مۆدەی ئێکسسواردا، نابێ گرنگی قاچیش لە بیر بکەین کە ئەویش شێوازێکی تایبەتمەندی هەیە لە جوانکاریدا، بۆیە دەکرێ قاچیش وەك دەست بە ئێکسسواری شیاو بڕازێنینەوە و بەمەش دەگەین بە لوتکەی جوانی، لە وەرزی هاوین زیاتر قاچ لە دەرەوە دەبێ، بە پێچەوانەی مۆدەی پێڵاو لە وەرزەکانی دیکەدا جیاوازیی هەیە کە پێڵاوی کراوە لە پێ ناکرێ، بەهۆی ئەوەی لە هاویندا قاچ بەدەردەکەوێت، ئەو ئێکسسوارانەی دەخرێنە سەر قاچ، لە جۆرەکانی : ئەڵماس و زێڕ و زیووە، بەڵام ئەوەی زیاتر لەگەڵ پێستی قاچدا دەگونجێ، زیووە، کە ئێکسسوارێکی ڕەنگ ڕەساسی و برۆنزیە، بەمەش لەگەڵ ڕەنگی پێست جێگەی خۆی دەکاتەوە و شێوازێکی گونجاویش دروست دەکات لەگەڵ قاچدا، بۆ دانانی ئەو ئێکسسوارنە بە لکێکی دەخرێتە ناو یەکێك لە پەنجەکان و لە دواشەوە لە قاچ دەخسترێ و بەمەش جێگەی خۆی دەگرێ و لەسەر قاچ دەوەستێ.

# دیكۆری زەوی ماڵ لە ڕەنگی داری سرووشتی

كاتێك دیكۆرێكی ماڵ دەبینین، لە چەندەها كەرەستە و پێداویستی پێكدێت، هەر یەكە لە جۆرە شێوە و مۆدە و ماددەیەكدا دروست كراون، دەبێ لێرە بایەخی ئەو كەرەستانە بزانین گرنگی خۆیان و جوانیان چەندە، بۆ نموونە كاتێك ڕەنگ و ئەو بۆیەی لە دیوارەكاندا بەكارهێنراون، بێگومان كاریگەریی خۆیان دەخەنە سەر جوانی ماڵەكە بە گشتی، هەروەها ئەگەر نموونەی زەویی ماڵەكە وەربگرین، ئەوانەی لە پێشوودا بەكارهێنراون وەك : كاشی – كۆنكریت، بەڵام لە مۆدە تازەكاندا بایەخێكی گرنگ بە كەرەستەی سرووشتی دەدرێ، كە ئەوەش هەنگاوێكی گرنگە تاوەكو سرووشت لە ماڵەكەتدا بەدی بكەیت، بۆیە توانیویانە (دار) بەكاربهێنن بۆ ئەو لایەنە، واتە دروست كردنی زەویی ماڵ لە ماددەی دار، هەر وەكو دەزانین ڕەنگی دار، كە ڕەنگێكی قاوەیی تۆخ یان كاڵە، جوانییەكی پڕ بایەخی هەیە لە دیكۆردا، ئەگەر چی دانانی دار لە زەویی ماڵدا تێچوونێكی زۆری پێویست دەبێت، بەڵام شێوازێكی دیكە هەیە هەمان ئەو لایەنە دەگرێتە بەر، ئەویش بە پۆشینی زەوی ماڵە بە پۆشاكی دروست كراو لە دار، كە شێوەی كاشی هەیە، بەڵام دیمەنی وەك داری سرووشتی وایە و بەمەش دەتوانێ كاریگەرییەكی ئەرێنی جوانی هەبێ لەسەر دیكۆری ماڵدا.

# كراس و بەدلەی بووك بە نەخش و نیگار

كراسی بووك یان بە ناوی بەدلەی بووك كە ناوێكی باوە لەلایەن خانمانەوە بەكاردەهێنرێ، یەكێكە لە ڕازاوەترین شێوازەكانی بواری جوانكاری، لەو كاتەی خانمان خۆیان ئامادە دەكەن بۆ ڕۆژی ئاهەنگ یان كاتێك خانمێك خەریكی پرۆسەی ئەنجامدانی ئاهەنگی هاوسەرگیری دەبێت، لەسەرەتای هەموو لایەنەكاندا دەبێ بیر لە هەڵبژاردنی جلی بووك یان كراسی بووك بكاتەوە، چونكە سەرەكیترین بەشەكانە لە ڕۆژی ئاهەنگ، گرنگییەكی ئەوتۆی هەیە، سەرەڕای ئەوەی لە پێشوودا جلی بووك بە شێوەیەكی سادە دروست دەكرا، یان نەخشی بۆ دادەنرا، بەڵام لە مۆدە تازەكاندا گرنگی دەدرێت بە شێواز و نەخش لەناو جلەكەدا، ئەمەش بۆ زیاتر كاری جوانكاری و سەرنجدان، كراسی بووك لە جوانی ڕەنگیشدا بایەخی خۆی هەیە، چونكە هەندێك لە كراسەكان لە ڕەنگێكی سپی تۆخە یان دەكرێت لە ڕەنگێكی كاڵتر بێت، بۆیە لە مۆدە تازەكانی ئەو جلەدا گرنگیان داوە بە نەخش و نیگار لەبەشی سەرەوە یان بەشی خوارەوەی جلەكە، چونكە ناكرێ لەهەردوو بەشی سەرەوە و خوارەوەدا نەخش و نیگار هەبێت، ئەمەش پێچەوانەی ڕێساكانی جوانی دەبێت، بەهۆی ئەوەی كار دەكاتە سەر جوانی یەكتر وچاوی مرۆڤیش ناتوانێ لە یەكیان جیا بكاتەوە، ئەو جۆرە كراسانە زیاتر لە نەخشەكان ئامادەكراون و بەمەش جوانییەكی ڕەهای خۆیان پێشكەش دەكەن.

## جلوبەرگ بۆ گیانداران

جلوبەرگ بۆ مرۆڤ پێویستە و تەنانەت گیانداران ناتوانن جلوبەرگ بپۆشن، بەهۆی ئەوەی گوێیان پێنادرێ و ئاساییە ئەگەر گیانداران بەبێ جلوبەرگ بن، بەڵام وادیارە خانمێکی بەریتانی هەستی بەو لایەنە کردووە کە دەبێ گیاندارانیش جلوبەرگ بپۆشن، ئەمەش وەك ریزگرتنێك لە گیاندارە بە وەفاکان، خاوەن شوێنێکی بەرگدروو، بڕیاری داوە لەمەودا کارەکانی بۆ دروست کردنی جلوبەرگی گیانداران بێ، بە تایبەت (سەگ) کە گیاندارێکی بەسوود و بەوەفایە، ئەو خانمە ناوی (ئەندری ساڤین)ە و تەمەنی (٢٥) ساڵە و ماوەی دروست کردنی هەر جلێکی دەگاتە نزیکەی (٣) تا (٤) کاتژمێر، بەمەش دەتوانێ ڕێژەیەکی زۆر لە جلوبەرگی گیانداران بدورێ لە ماوەیەکی کەمیشدا و بیدات بە خاوەنی گیانداران تاوەکو لەبەر گیاندارەکانیان بکەن.

## وێنەی سەر شووتی

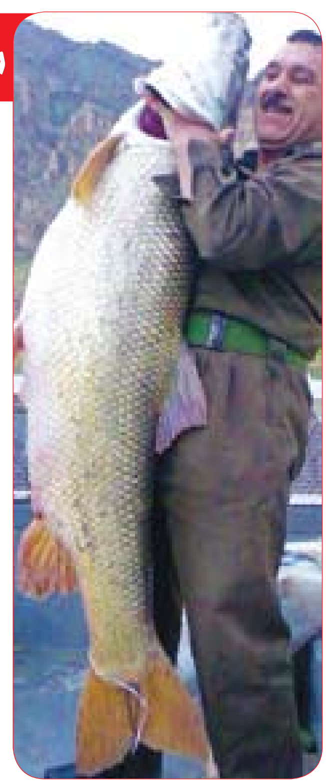
ساڵانە لەگەڵ هاتنی وەرزی هاوین و پێگەیشتنی شووتی بەهرەمەندانی بواری وێنەکێشان و ئەوانەی خولیاو ئارەزووی کاری ورد و دانسقەن هەڵدەستن بە هەڵکۆڵین و کێشانی وێنەی سەیر، ساڵی ڕابردوو چەند شێوازێکمان بڵاو کردەوە، ئەمساڵیش جیا لە شێوازی ساڵەکانی دیکە لەسەر شووتی ئەم شێوانە نەخشێنراون، بە شێوەیەك کە لەگەڵ ساڵانی ڕابردوودا جیایە و نوێیە، جیاوازیی ئەو شێوانە لە ساڵانی ڕابردوو ئەوەیە لەو شێوانە شێوازێکی وێنەی جووڵاو یان ناتەواو بەدی دەکرێت لە کاتێکدا ئەوانی پێشتر تەنها وێنەی گوڵ و وێنەی وەستاو بوون، ئەم وێنانە بە شێوەیەکی گشتی دەلالەت لە شێوازەکانی ڕووخساری مرۆڤ دەکات بە تایبەت ڕووخساری پیاو.

## دەورکردنەوەی دان

دوای دروێنە کردنی بەروبوومی کشتوکاڵی، وەك گەنم و جۆ، پێشان سایلۆ نەبووە، یان ئەوانەی لە سایلۆ دوور بوونە، هەڵسابوون بە دروست کردن یان تەرخان کردنی شوێنێکی تایبەت بۆ کۆکردنەوەی دانەوێڵە و بەروبووم لە شوێنێك بۆ ماوەیەك، ئەو شوێنەش پێیدەگوترێ (جۆخین)، جۆخین ئەو شوێنەیە کە بۆ ماوەیەکی کاتی دانەوێڵەی لێدادەنرێ و بۆ چەندین مەبەست، لەوانە : دەور کردنەوە - بەبا کردنی دانەوێڵە – جیاکردنەوەی پیسی و خاشاك لە دانەوێڵەی پاك بە جەنجەڕ، یەکێك لەو کارە گرنگانەی لەسەر جۆخینان ئەنجام دەدرێ، پێیدەگوترێ : دەوردانەوەی گەنم و جۆ، دەوردانەوە واتە پێوانە کردن، یان زانینی ڕێژەی ئەو دانەوێڵەیە، دەورکردنەوە بە ڕووبە ئەنجام دەدرێ، ڕووبە،

## ماسییە گەورەکانی کوردستان

سەرەڕای ئەوەی بۆ ماوەیەکی دیاریکراو ڕاوکردنی ماسی قەدەغەکرابوو لە کوردستان، ئەمەش بە مەبەستی گەورەبوونی و پێگەیشتنی ماسییەکانە، بەم دوایییەش ڕاوکردنی ماسی لە ماوەی قەدەغەکردنی ڕاو دەرچوو و ئێستاش ڕاوچییەکان دەتوانن کاری ڕاوکردنی ماسی دەست پێبکەنەوە، کوردستانیش وەك وڵاتانی جیهان، چەندین ڕووبار و دەریاچەی جوانی تێدایە لەوانە: دەریاچەی دۆکان و دەربەندیخان و زێی گەورە و ڕووباری فیشخابوور و چەندی دیکەش، کە هەر یەکە لەو ڕووبار و دەریاچانە، ماسییان تێدایە و ڕاوچییەکانیش دەتوانن ئەو ماسییانە ڕاوبکەن و لە بازاڕەکانی کوردستاندا بیفرۆشنەوە، بەڵام بەم دوایییە دوو گەورەترین ماسی لە کوردستان ڕاوکراون، یەکێکیان لە شاری هەڵەبجە و ئەوەی دیکەش لە ناوچەکانی سەر بە شاری دهۆك ڕاوکراوە، کێشی هەر یەکە لەو دوو ماسییە زیاترە لە (٢٥) کیلۆگرام و درێژیشیان لە نێوان (١ تا ٢) مەتر دەبێ، بەمەش بە گەورەترین ماسی دادەنرێن تاوەکو ئێستا بەو شێوە گەورە و کێشەوە ڕاوکرابێت.



## سەیرترین ڕووداوی هاتوچۆ!

ئوتۆمبێل مێژوویەکی کۆنی هەیە و ماوەی چەندین ساڵە دروست کراوە و ڕۆژانەش لە تازەگەری و داهێنانی نوێ لەو ئامێرە بەسوودە دەردەکەوێ و لە کاری تازەش ناوەستێ، بەهۆی زۆری ئوتۆمبێل لەسەر شەقامەکاندا، ڕۆژانە لە جیهاندا ژمارەیەکی زۆر لە کارەسات و پێکدادانی ئوتۆمبێل ڕوودەدەن، ئەمەش بەهۆی پابەند نەبوونی شۆفێران بە یاسا و ڕێسا و هێماکانی هاتوچۆ، بەڵام ئەوەی سەیرە، کاتێك لە پێشوودا ئوتۆمبێل نەبووە و یان ژمارەیەکی زۆر کەم ئوتۆمبێل هەبووە، کەچی لەو کاتەش پێکدادان ڕوویداوە، لە ویلایەتی ئۆهایۆی ئەمەریکی، لەو کاتەی لەو شارە کە لە ساڵی (١٨٩٥)دا تەنیا دوو ئوتۆمبێل هەبووە، بەڵام لەم وێنەیەدا دەردەکەوێ کە تەنیا ئەو دوو ئوتۆمبێلە ڕووداوێکی پێکدانانیان کردووە، بەمەرجێ کە تەنیا ئەو دوو ئوتۆمبێلە لە شەقامەکانی ئەو ویلایەتەدا هەبوون.

## ـــــەوێڵە (گەنم و جۆ)

کەرەستەیەکی کۆنە و پێوانەی دانەوێڵە دەکات، ڕووبە شێوەی بازنەیی و دارێکی لەگەڵە بە دارەکە سەرەوەی ڕووبەکە ڕاست دەکرێ تاوەکو بە تەواوی دانەوێڵەی بچێتە ناو بەبێ کەم و زیاد، ڕووبە نزیکەی (٨ تا ٩) کیلۆ دانەوێڵە دەگرێ، بۆیە (٨ تا٩) چونکە هەندێك دانەوێڵە کێشی زۆرە و قەڵەوە یان لاوازە، پێوانەکە بەم شێوەیە دەکرێ : هەر (١٦) ڕووبە دانەوێڵە پێیدەگوترێ (داریە)، هەر عەربە دانەوێڵە واتە (٢) داریە یان دەکاتە (٣٢) ڕووبە، جگە لەوەش پێوانەی بچووکیش هەیە ئەویش قەزناغی پێدەڵێن، کە قەزناغ بریتییە لە (٤) ڕووبە، ئەمەش لەلایەن دوو تا سێ کەس دانەوێڵە دەور دەکەنەوە، واتە لە شوێنی بە ڕووبە دەپیودرێ و لە شوێنەکەی خۆی بۆ شوێنێکی نزیك خۆی دەگوازرێتەوە.

## خەنجەرێک لە سەر شێوەی قەڵاو منارە

هەر لە گەڵ ناو هێنانی خەنجەر چەندین جۆر و شێوازی خەنجەرمان بە بیردا دێت بەڵام بە پێکهاتەوشێوەی جیاواز، خەنجەری ڕەسەن و چاك ئەو خەنجەرانەن کە بەدەست درووست دەکرێت، هەموو ئەو خەنجەرانەی بۆ شەڕ یان جوانی یان هەر هۆیەکی دی بەکاردێن بە دەست درووست دەکرێن و بەرهەمی دەستییە هەر وەك بەرهەمە دەستیەکانی دیکە.لە کۆن و لە دێرزەمانەوە مرۆڤ خەنجەری دروست کردووە و بەکاری هێناوە بۆ مەبەستی جیاواز، یان ئەوەتا بۆ شەڕ و بەرگری بەکاری هێناوە یان هەر بۆ جوانی و نەریتێك کە زیاتر لە لایەن ئاغا و بەگەکان باو بووە.ئەو خەنجەرەی سەرەوەش بەهەرمی دەستی کەلەپوور و فۆلکلۆرناسێکە لە شارۆچکەی کەسنەزان بە ناوی سەڵاح بلباس، کە کاری ئیش کردنە لە بەرهەمی فۆلکۆری و کەلەپوریەکان، سەڵاح بلباس لە خۆشەویستی بۆ هەولێر و قەڵاو منارە بۆ ماوەیەکی زۆرە خەریکی نەخشاندنی قەڵاو منارەی هەولێر بوو لەسەر ئەو خەنجەرە بە شێوەیەك کە شێوەی قەڵاو منارە بدات و ببێت بە خەنجەرێکی دانسقەو دەگمەن.ئەوانەی ئێستا کاری دروست کردنی خەنجەر دەکەن کەمن و بەرەو کەمبوونەوە دەچن سەڵاح بلباسیش بە هەمان شێوە وەك خۆی دەڵێت: ئەمە دوا کاری ئەوەو لە خۆشەویستی هەولێرو قەڵاو منارە دوا کار و دوا خەنجەر دروست کردنی بەم شێوەیە بووە.

## تەسریحە لە شێوەی تەماتە!

تەسریحە بۆ قژ، بە چەندین شێوەی جیاواز و جوانەوە کاری بۆ دەکەن، هەندێکیان هەناسەی مرۆڤ ڕادەگرێ لە جوانی و سەرنجڕاکێشیدا، کەچی هەندێکی دیکەش جێگەی جوانی و سەرسوڕمانییە، ئەوەی لەم وێنەیەدا دەیبینن کچێکە لە وڵاتی ژاپۆن، تەسریحەی قژی لە شێوەی تەماتە لێکردووە و لەگەڵ ئەوەشدا شێوە و دیمەنێکی جوانی هەیە و ڕەنگە لە داهاتووشدا میوە و سەوزەکان ببن بە مۆدەی سەر و قژ.

# وێنەیەکی سەیر

وێنەگرتـــن کارێکی پـــڕ چێژ و جوانە، ســـاتێك لە ژیان کە وێنەی بۆ دەگیرێت، بەڵام گرنگ ئەوەیە چۆن بزانین ئـــەو وێنەیە بگرین، کە دیمەنێك لـــە زوومی کامیراوە وەردەگیرێـــت، لـــەو دوو وێنەیەدا شێوەیەکی زیرەکانەی بۆ کراوە، کە لە وێنەیەکدا کوڕێك لەگەڵ کچێك دانیشـــتووە، بەڵام هەمان وێنە لە پێشـــەوە دیار دەکـــەوێ کە کوڕ و سەگێکە !

## وتــــە

- بەڕاســـتی شـــتێکی سەرســـوڕهێنەرە کاتێـــك دوو کەســـی نامـــۆ دەبن بـــە دوو باشـــترین هـــاوڕێ، بـــەڵام بەڕاستی ناخۆشـــە کاتێك دوو باشـــترین هاوڕێ دەبن بە دوو کەسی نامۆ!

## بۆ زاخـــاوی مێشک

* وەڵامی ژمارەی پێشوو وشەی (سیروان) بوو

بۆ زانینی ئاستی زیرەکیت، هەوڵبدە ئەنجامی  ئەم 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) کۆ بکەیتەوە بە مانای (ناوێکی دیکە بۆ ڕێگا)
- پیتی خانەکانی (٣+٤+٥+٦) کۆ بکەیتەوە بە مانای (مانایەکی دیکە بۆ ڕەخسان)
- پیتی خانەکانی (٦+٣) کۆبکەیتەوە بە مانای (خودا بە زمانی عەڕەبی)
- پیتی خانەکانی (٤+٢)کۆ بکەیتەوە بە مانای (ڕەگەزی مێ بە زمانی بادینی)

## پەندی ناوداران

- ( ئەرستۆ )
عیشق کۆسپە لـەبەردەم بینینی عەیب و کەموکورتییەکاندا.

**کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩**

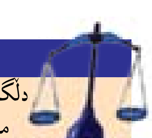
هەوڵبدە لەتوندڕەویی د و و ر بکە و یتـــە و ە ئـــاگاداری نادڵســـۆزیی و پیلانی یەکێك لە خزمەکانت بە هەرچەندە ترســـناکیش نییە، بەڵام پێویســـتە وریا بیتء لەخۆڕایش بڕیار نەدەیت .

**گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠**

لەلایەنی ســـۆزداریەوە لێگـــەڕێ بادڵـــت بڕیار بـــدات نەك عەقڵت، لەبواری کاریشەوە سەرکەوتنی باش بەدەست دەهێنیت، ئەمەش بەهۆی ئەوەیە کەپێش تر بناغەیەکی توندو تۆڵ و ئاسنیت داناوە.

**دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠**

بارەدەروونییەئالۆزەکەت کا ر یگە ر ییە کـــی خراپی دەبێت لەســـەر ئیش وکارەکانت، لەبواری ســـۆزدارییەوە زۆر لەبیـــری دۆســـتەکەتدایت، چونکە ماوەیەکـــی زۆرە نەتبینیـــوە، بەم زووانە بەدیداری شاد دەبیت.

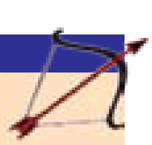


**تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢**

دڵگران مەبە کە هاوڕێکەت ماوەیەکـــە بێخەبـــەرە بەم نزیکانـــە پەیوەندیـــت پێوە دەکاتء ڕەنگـــە هەواڵێکـــی خۆشـــی بۆت هەبێ، لەکۆتایی هەفتەدا نامەیەکت پێدەگات کەلەوانەیە سوودێکی باشت پێبگەیەنێت.

**دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١**

لـــە پەیوەندییەکەت لەگەڵ هەڤاڵێکی ئازیزت، پێویست دەکات گۆڕانـــکاری لـــە هەڵســـوکەوتەکانت بکەیت، ئاوا فەرامۆشـــی نەکەیـــت، چونکە ئـــەو زیاد لەپێویســـت بەتۆوە گرێـــدراوەو تۆی خۆش دەوێ.



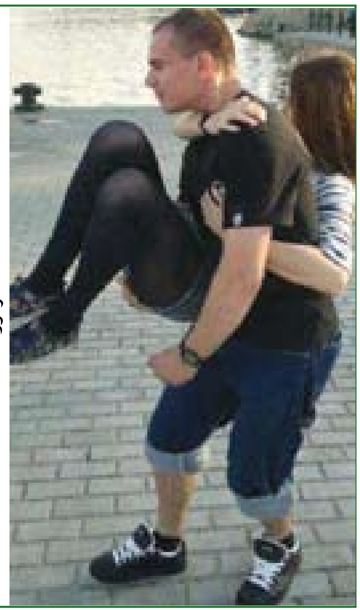
**کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١**

زیاتـــر بـــڕوات بەخـــۆت هەبێت، چونکە ڕاکردن لە واقع کێشەکانت چارەسەر نـــاکات بۆیە پێویســـتە لەڕووبەڕووبونەوەی نەترســـی، لەلایەنی سۆزدارییەوە ڕەنگە بەم زووانە نەگەیت بەئامانجت.

## ئاوێنە و گوێچکە

دەگێڕنەوە و دەڵێن : بەر لە پەیدابوونی ئاوێنە، ئەو ئاوێنەی لە گشت ماڵێکدا هەیە، وێنەکێشێکی کۆن، کە مێژووی بۆ سەدەکانی ١٥ دەگەڕێتەوە، کە لەوکاتەی ویستوویەتی وێنەی خۆی بکات، کە گوێچکەشی دەربچێ، لەو کاتەش ئاوێنە نەبووە و ئەویش هەڵساوە بە قرتاندنی گوێچکەی خۆی و بە دەست گرتوویەتی و ئینجا وێنەی خۆی کێشاوە.

## وێنە و بیر کردنەوە



- هەوڵبدە بزانە لەم وێنەیەدا، کوڕەکە یان کچەکە ئەوەی دیکەی هەڵگرتووە !

## یاری پیت ڕیزکردن

هەوڵبدە ئەو پیتانەی ناو بازنەکان ڕێکبخەی ناوی کچە یاریزانێکی کوردت بۆ دەردەچێت :

ێ ر ف ك س م

وەڵامی ژمارەی پێشوو : بلوێر

### قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

ئەم ناکۆکیانە کە لەگەڵ کەسوکارەکەتدا هەتە، پێویست بەم هەموو خەم و خەفەتە ناکات، پێویستە ئارام، لەسەر خۆبیت، تاوەکو بتوانیت ژیرانە چارەسەری کێشەکانت بکەیت لەگەڵیان.

### شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢

لەبواری سۆزدارییەوە پێش ئەوەی لاپەڕەیەکی نوێ هەڵدەیتەوە کۆنەکە دابخە، رووکردنە خەون ،خەیاڵ هیچ لەواقع ناگۆڕێت، بۆیە ئازادبەو بەرەنگاریی ناخۆشی ،خەم، خەفەتەکانت بەرەوە.

### گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

لەم ماوەیەدا هەندێك كێشەو گرفت دێتە سەر ڕێ، بۆیە کەمێك ئارام بەو هەوڵبدە لەبۆچوونەکانی ناحەزانت بگەیت، لەم ماوەیەدا لەناکاو بڕوات بە دۆستەکەت پتەو دەبێت .

### گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

زۆر کەس هەن لەپێشەوە ئافەرینت لێ دەکەن، بەڵام لەدواوە سەرزەنشتت دەکەن، بڕوات بەکەسێك نەبێت کەهانت دەدات بۆ ئەنجامدانی کاری خراپ، پێویستە بەقووڵی بەخۆتدا بچیتەوە.

### گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

ئەم ماوەیە زۆر بێتاقەت دەبیت و دەکەویتە بیرکردنەوە بێ ئەوەی لەهیچ شتێك دڵنیا بیت، ئەمەش هەمووی بەهۆی هاتنی ئەستێرەی مێرکۆرە بۆ بورجەکەت، بۆیە ئاگاداری خۆت بە.

### نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

لەبواری ئەڤینداریییەوە هەوڵ دەدەیت پەیوەندییەکی بەتین و جێگیر ببەستیت ئەمەش بەسوود وەرگرتن لەهەڵەکانی ڕابردووت، بەڵام وا پێویست دەکات زۆر دوو دڵ نەبیت لەهەڵبژاردنی ئەم جارەتدا.

## نوکتە

- ئافرەتێك زۆر حەزی بە خواردنی کوردەواری و سەوزە و گیا دەبێ بۆیە هەر رۆژێك خواردنێکی گیایی لێدەنێ وەك: رۆژێکیان پەڵپینە، رۆژی دووەم سڵقاو، رۆژی سێیەم سپێناخ، رۆژی چوارەم پیاوەکە دەڵێ: ئافرەت ئەمڕۆ هیچ لێمەنێ، خۆم ناو ئەو دەشتە دەگەرێم وچی بەرچاوم بکەوێ دەیخۆم!

- ئافرەتێك بە پیاوەکەی دەڵێ: ئەگەر من بمرم تۆ چی دەکەی؟؟ پیاوەکەش دەڵێ خوا نەکات ئەگەر شتی وا بوو شێت دەبم، ئافرەتەکە دیسانەوە دەپرسێ و دەڵێ: ئەی دوای مردنی من ژن دەهێنیتەوە؟؟ پیاوەکەش دەڵێ: ئەو کاتە شێت دەبم، شێتیش هەر چی بکات لێینا گیرێت !