تەوقەی پرچی بووک

ئـــەو کچەی لـــە ڕۆژی زەماوەنـــدی نزیـــك دەبێتەوە، لە هەڵبژاردنـــی جل و بەرگ و ئێکســـوار و ماکیاژ، دوودڵ و نیگەران دەبێ، واباشـــە نیگەران نەبێ و بیر لە هەڵبژاردنی کەرەستە و شـــتی جوان بکاتەوە، هەر کەرەستەیەك لەو ڕۆژەدا جێگەی جوانی و بایەخە، بگرە لە کراســـی بووکەوە تا تەوقەی سەر. پرچی بووکێ، دەبێ سەرنج ڕاکێش بێ، بە ڕەنگێکی جوان و تەسریحەیەکی ناسك بچێتە دڵی خەڵکەوە. تەسریحەی پرچ، بەبێ تەوقە نابێ، بۆیە کۆمپانیاکانی دروســـت کردنی ئێکسسوار، بۆ ئەو ڕۆژە تایبەتە، ئێکسسوارێکی تایبەتیان بۆ پرچی خانمی بووك داناوە، ئەم تەوقانەش چەندین چەشنیان هەیە، لێرەدا باسیان لێوە دەکەین :

-تەوقەی تاجەگوڵینە، گەلێك جوانە ئەگەر تەوقەیەکی شێوە تاجەگوڵینە لە پرچت بدەی، جگە لەوەی قژت دەبەستێ، هەروەها دیمەنی وەك گوڵ و گوڵزاری سروشـــتی بەســـەرتەوە خۆی دەنوێنێ، تاجەگوڵینە زیاتر لە چەندین ڕەنگ پێکدێ، وەك : گوڵی بچووك و ناسك کە بۆ بەستنی پرچە، هەندێکی دیکـــەش لە هەمان ڕەنگی پرچە، تا پرچی بووك بە بریقە بکات، یان ڕەنگی تاجەگوڵینـــە پێچەوانەی ڕەنگی پرچە، تا بە تەواوی دیار بێت و پرچت بە جوانترین شێوە بدرەوشێنێتەوە.

- تاجـــە تەوقە، جۆرێکی دیکەی تەوقەی پرچی بووکە، کە لە شـــێوەی تاجی جۆراوجۆر لە سەر دەنرێت، هەندێکی سادەن، هەندێکی دیکە بە کریستاڵی ڕەنگاڵە ڕازاونەتەوە، شـــێوەی تاجیش جیاوازە بۆ ســـەری خانمان، چونکـــە هەیە پانە، یان باریکە، ئەوەش تا لەگەڵ شێوەی سەری بووکەکە تا لە سەری بووکە ڕاگیر دەبێت.

-تەوقەی ســـادە، ئەمەشـــیان جۆرێکی دیکەی تەوقەی پرچە، کە تەنانەت هەندێکیان هـــەر دیاریش نین، چونکە تەنیا تەســـریحەی پرچەکە ڕادەگـــرێ، ئەو جـــۆرە تەوقەیە زۆر جار دیار ناکەوێ، ئێســـتا ســـەرەوەی ئەو جۆرە تەوقانەش بە نەخشێك دروســـت کراوە، کە ئەگەر لە هەر شـــوێنێك لە قـــژ بـــدرێ، دەردەکەوێ و جوانی خۆی دەدات.

ئوتووکردن

خانمـــان لە ماڵدا ئەرکیان زۆرە، هەندێ ئەرکی ناومـــاڵ ماندووبوونی زۆری دەوێ، بەڵام ئەگەر بە ڕێگەی شیاو و دروســـت بەجێیان بگەیەنی، کارەکەت سانا دەبێ، ئوتووکردن ئەرکێکی گرنگی نێو ماڵە، جل و بەرگ دوای شووشتن پێویستی بە ئوتووە، تا قەدی خۆی بگرێت و پووختە بێت. لە کاتی ئوتوکردندا چەندین ڕێنمایی و ئامۆژگاری هەن، پێویستە خانمان بیزانن :

-دوای شووشتنی جلەکان، بەپێی تەنك و ئەستووری لە یەکدیان جیا بکەوە، واتە جیا کردنەوەی جلـــەکان بە گوێرەی خواســـتی ئوتووکردنەکە دەبێ، کە هەیە پلـــەی بەرزی گەرمی دەوێ و هەشە پلەی نزم.

-ئوتووەکەت تاقی بکەوە، بەر لە ئوتووکردن ئامێری ئوتووەکە بە پارچە قوماشێکی بێ کەڵك تاقی بکەوە ئاخۆ نایسووتێنێ

-وا باشـــە سەرەتا بەشـــی ناوەوەی جل ئوتو بکرێ، دواتر بەشی دەرەوە، بەڵام بۆ ئوتوی دیوی دەرەوەی جل، پارچە قوماشـــێکی تەنك لە ســـەر جلەکە دانێ تا نەســـتووتێ یان شوێنی ئوتو دیار نەبێ.

-بۆ جلی ڕەش، ناکرێ ڕاســـتەوخۆ ئوتوی بخرێتە ســـەر، چونکە شـــوێنی لێواری ئوتووەکەی پێوە دیار دەبێ، لە کاتی ئوتووکردنی جلی ڕەشـــدا، پارچە قوماشـــێکی تەڕ بەکاربهێنە.

- ئەگەر لە کاتـــی ئوتو کردن، هەندێك لۆچی بچووك هەبوون، نیگەران مەبە و دوای سارد بوونەوەی جلەکە، ئەو لۆچانە نامێنن.

-ئەو جلانەی ئەستوور و قورسە، پێویستە لە کاتی ئوتووکردندا دەستت دابگری، تا بە جوانی جلەکە قەد بگرێت.

-ئەگـــەر لە کاتی ئوتوکردندا، جلەکە لۆچی زۆری هەبوو، بە ئوتو کردنیش نەڕۆیشت، ئامێرێکی پەمپی ئاو پرژێن بهێنە و شوێنی لۆچەکە تەڕ بکە، پاشان دووبارە ئوتووکەی پێدا بهێنەوە.

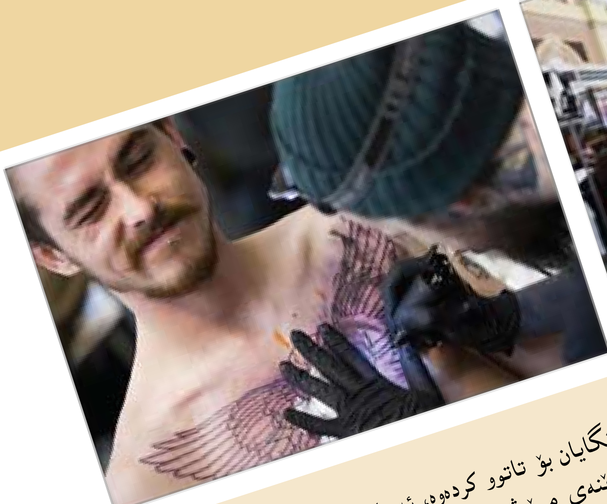
-ئوتوی ئێســـتا، هەڵمی هەیە، کە بە دووگەمەیـــەك دەتوانێ چەندین کێشـــەت بۆ چارەســـەر بکات. بۆ ئەوەی ســـوود لە هەڵمی ئوتووەکە وەربگـــری، ئاو بکە نێو دەفرە ئاوی ئوتووەکەوە و پاشـــان دووگمەی هەڵمەکە داگیرسێنە.

-ئیدی بەم جۆرە تۆ دەتوانی ئوتووێکی باش بکەی کە پێویســـتە جلەکان بە جوانـــی ڕابخەیت و هێدێ هێـــدی ئوتووەکە لەگەڵ قەدی جلەکەدا هەوراز و نشێو یان بەلای ڕاست و چەپدا بیهێنە و بیبـــە، بەڵام ناکرێ جووڵەی ئوتـــو بازنەیی بێ، بەڵکو بە ڕاستە هێڵ دەبێت.

چۆن جلوبەرگی چوونە سەرکار هەڵدەبژێری!

پۆشینی جل و بەرگ بۆ هەر کات و شوێنێك جیاوازی هەیە، واچاکە جلەکانت جیاواز بن، بزانە چ جۆرە جلێك بۆ چ شوێن و کاتێك لەبەر دەکەی، جیاوازی هەیە کاتێك دەچیتە زەماوەندێك، یان دەچیتە شوێنی دەوامی فەرمی، ئەو خانمانەی خەریکی دەوام و کارن لە فەرمانگە و دام و دەزگای میری، یان لە کۆمپانیا و کەرتی تایبەت کار دەکەن، چەندین بنەما هەن کە ئەو فەرمانبەرە خانمانە سەرکەوتوو دەکەن لە کارەکانیان، تەنانەت بە جوانترین شێوەش دەکەونە بەرچاو. جگە لە لێهاتوویی لە کارکردن، زیرەکی لە راپەڕاندنی ئەرکیاندا، هەروەها لەبەر کردنی جلی جوان، گرنگی دان بە پرچ و رێك و پێکی لە شێوەدا، دوو فاکتەری گرنگن لە کەسایەتی کارمەندان کە سیمایەکی تایبەتیان پێدەبەخشێت و لە خەڵکی ئاسایی جیایان دەکاتەوە، هەر بۆیە پسپۆرانی جل و بەرگ دەڵێن: مەرجە ئافرەتانی فەرمانبەر و کارمەند، جلێکی جوانیان لەبەر بێ، لەگەڵ نشونما و کات و شوێنی دەوامەکەی گونجاو بێ، چونکە جلی ئافرەتی ماڵ جیاوازە لە خانمێکی فەرمانبەر، بەتایبەت لە رووی رەنگەوە، واچاکە ئەو جلانە لەبەر بکات کە ئارام و کاڵ و کراوە ن، وەك: رەش، سپی، رەساسی، شین، خۆڵەمێشی، قاوەیی، واتە ئەو رەنگانەی گوزارشت لە رەنگی سرووشتی دەکەن، بۆ ئەوەی ریتمێك بە بەژن و پۆشاکت بدەی، دەکرێ سوود لە رەنگی گەرم و زەقیش وەربگری، بە تایبەتی بۆ جانتای دەستت کە دەکرێ سوور بێ، یان پەمەیی، زەرد یان هەر رەنگێکی دیکە کە بە دڵت بێت.

وێنەی خۆت لە سەر جەستەت ببینە



تاتوو، ئەو هونەرە تازەیەی سەر جەستەی مرۆڤ، ساڵانێکە پەیدابووە، بەڵام بۆتــە خولیای زۆربەی خەڵکی جیهــان، تەنانەت هەندێك لە خەڵکی وڵاتان، هەموو جەســتەیان تاتوو کــردووە، ئەوەتا هەندێك لە ناودارانــی جیهان و یاریزانان و هونەرمەندە بەناوبانگەکانی جیهانیش لەم کارە خۆیــان بێبەش نەکردووە، تەنیا بەوەندەش ناوەســتن، بەڵکو پیشانگای تایبەتیش بۆ تاتوو دەکەنەوە، لە شاری لەندەنی پایتەختی بەریتانیا، گەورەترین پیشانگایان بۆ تاتوو کردەوە، ئەو کارە وا پێشکەوتوو بووە، کــە وێنەیەکی خۆت یان وێنەی مرۆڤ، گیانداران، دار و درەختێك لەســەر جەستەیان دەکەن، لەو پیشــانگایەدا (٣٥٠) تاتووکەر هەبوون، لەو رۆژەشدا تاتوو بەخۆڕایی دەکرا، ئــەوەی نیازی وابوایە تاتوویەك بکات یان تاتوویەك لە جەســتەی زیاد بکات، بە خۆڕایی بە دەستی دەکەوت، لەم پیشانگایەشدا کەسانێك ئامادەی بوون، کە هەموو جەستەیان بە تاتوو داپۆشرابوو.

جووڵەی ئەو کچە

ئەوانەی یاریی جمناســتیك دەکەن، دوای چەندین ساڵ لە راهێنان و مەشق، ئینجا دەتوانن بەشــداری لە نمایش و کاری جمناســتیکی بکەن، بەڵام ئەو کچە رووســییە، بەبێ ئەوەی رۆژێکیش مەشقی کردبێ، دەتوانێ خۆی بخاتەوە ناو خۆی، تا ئەوەندەی منداڵێکی بچووکی لێدێ، تەنانەت لەناو جانتایەکی گەشــت کردن بە ســانایی جێــی دەبێتەوە. (زلاتا راڤیۆنی) ئەو کچە (١٩) ســاڵەیە، جەســتەی وەك لوقم وایە، ئەوەندە نەرم و شلە، کە ئێسکی جەستەی بە ئاســانی دەچەمێتەوە بێ ئەوەی بشــکێ، ئەوەتا لە چەندین وێنەدا چەند جووڵەیەکی کردووە،

کڵاو و سەروبەستی کوردەواری

پیاوان و ئافرەتانی کورد، لە دروســـت کردنی کەرەســـتە و جـــل و کەل و پەلدا دەســـت رەنگینن، جاران خەڵکی کوردســـتان چ بە رستن و چنین یان بە دوورین، جل و بەرگیان بۆ خۆیان دروست دەکرد، ئەگەر کڵاو و دەســـترۆکە وەك نموونە وەربگرین، دەبینن کە چەندە بە لێهاتوویی و جوانی دروســـتیان کـــردوون. کڵاو بۆ پیاوانە و سەروبەســـت و دەسترۆك بۆ ئافرەتانە، کڵاو لە خووری دروست دەکرێ، ســـەرەتا خووری دەهێنن و دەیرێسن، پاشان کڵاوچن دێ لە بەنی خووری کڵاوی پیاوان دروست دەکات، بۆ دروست کردنی کڵاو سەرەتا لە ناوەڕاستی کڵاوەوە دەست پێدەکرێ، دوایی بە شـــێوەی بازنەیی درێژە بە کارەکە دەدرێ تا کڵاوەکە تەواو دەبێ، دواتر بەرەو دەرەوە دەچێ، زیو و زێڕ و پڵپڵەی لێدەدرێ، بە چەندین نەخشـــی جۆراوجۆر دەچندرێت، دروســـت کردنی کڵاو بە پێی نەخشەکەی دەگۆڕێ بۆی هەیە ئەگەر سادە بێ بە یەك سەعات تەواو بێ، خۆ ئەگەر نەخشی زۆر بێ، ئەوە دروست کردنی چەند سەعاتێکی ویستووە، کڵاو لەگەڵ جامانە لەسەر دەکرێ یان هەندێ جار تەنیا هەر ئاوا لەســـەر دەنرێ، کڵاو لە زســـتانانداندا گەرمە، دژی سەرمایە، لە هاوینیشدا سەر لە گەرمای هەتاو دەپارێزێ. جگە لەوەی مۆدێکی کۆنە و چەندین ساڵە هەیە، کڵاوی کوردەواری جۆراوجۆرە، هەیە بە چنین دروست دەکرێ، هەشە لە قوماشی جۆراوجۆر دروســـت دەکرێن، رەنگی کڵاو لە ژماردن نایەت، هەر کڵاو چنێکیش بە چەشنێك نەخشی کڵاو دەکێشێت. کڵاوچن، نەخشـــەکەی بە ســـیم و ئارمووش لەگەڵ قوماشـــەکە دەچنێت. جگە لە کڵاو، کلێتەش هەیە کە جاران شوان و پاشان پێشمەرگە لەسەریان دەنا، چونکە لە زستاندا سەری مرۆڤی لە سەرما و سۆڵە دەپاراست. کلێتە لە مووی بزنی مەرەز دروست دەکرێ یان لە خوریی دەستکرد دروست دەکرێ. بۆ خانمانیش جاران لەسەرنانی کڵاو و بەستنی دەسترۆکە باو بوو، هەروەها هەوری و شەدە و دەسماڵیشیان دەبەست، سەر و کڵاوی ئافرەتان بە تایبەتی خانمانی سەرەژن، بـــە پڵپڵە و پۆیلە و مووروو دەڕازایەوە، هەروەها ئەوەش باو بوو کە لیرەی زێڕ و زیو لە ســـەر و شـــەدە دەدرا، یان وەك بەردێنگ بـــە بەرۆکی خانمانەوە دەکرا.

ـــــــە مەستت دەکات

ناچێتە ئەقڵی هیچ کەسەوە لە چۆنیەتی ئەو جووڵە سەرنج راکێشـــانە. جەســـتەی زلاتا لە منداڵییەوە نەرم بووە، وەك دایکی دەڵێ، زلاتا کە منداڵ بوو، چەند جووڵەیەکی دەکرد، رۆحم دەهاتە ناو دەستم، دەمگوت ئێستا شتێکی بەسەر دێ، ئێســـتاش بۆتە ئەو کچە شۆخ و جوانەی، هەموو جەستەی دەچێتەوە ناو یەك.

وێنە و بیر کردنەوە

- ئەو وێنەیە بووکێکی جوان و ناسکە، هەوڵبدە بزانە کراسەکەی لە چ دروست کراوە، کە هەرگیز بە بیری کەسدا ناچێت.

بازووی ئافرەت بەهێزە

زۆر کەس دەڵێن : ئافرەت ناسکە و بازووی لاوازە، وەك پیاو نییە، بەڵام ئەم وێنەیە پێچەوانەی ئەو قسەیە و بەڵکو هانی ئافرەتان دەدات لە بەهێزتر کردنی دەست و بازوویان، تا بتوانن کاری وا بکەن، عەقڵی پیاوانی پێ سەرسام بکەن، ئەو ئافرەتە لە وڵاتی هیندستانە و ناوی (ئایمی)یە، لە کۆمپانیای (HBF) کار دەکات، کە کۆمپانیایەکی دروست کردنی باڵەخانەی بەریتانییە و لقێکی لە هیندستانە، ئەو ئافرەتە جگە لەوەی (٦) کەرپووچی لە سەر سەری هەڵگرتووە و منداڵە خرپنەکەشی لە چارۆگەکەیتی، ئەو وێنەیە وا دەردەکەوێ کە دەست و بازووی ئافرەت بەهێزە، ئەوەتا کارەکەشی دەکات ومنداڵەکەشی هەڵگرتووە.

ئەسپێک لە دووگمە!

داهێنەر، ئەو کەسەیە لە بیرۆکەیەکی سادە، ئەنجامێکی گەورەی دەست دەکەوێ، کە دەبێتە جێگەی سەرسوڕمانی و سەرنجی کەسانی دیکە، ئەوەتا (بابیس پانگیودیتس)، لە وڵاتی ئەڵمانیا، بیرۆکەی دروست کردنی ئەسپێکی بۆ هات، کە لە کۆمەڵێك کیبۆردی کۆمپیوتەری لەکار کەوتوو، ئەمەو نزیکەی (١٠٠٠) کیبۆدری سپی لە شاکارە ئەسپەکەی بەکارهێناوە، بەمەش بووە یەکێك لە داهێنەرانی بواری پەیکەر و وێنەکێشان ئەوەش لە پەیکەری ئەسپێك تەنیا لە کیبۆردی کۆمپیوتەر.

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩
لە بواری ئەڤینداریەوە هەوڵ دەدەیت پەیوەندییەکی بەتین و جێگیر ببەستیت، ئەمەش بەسوود وەرگرتن لەهەڵەکانی رابردووت، بەڵام وا پێویست دەکات زۆر دوو دڵ نەبیت لە هەڵبژاردنی ئەم جارەتدا.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠
ئەم ماوەیە زۆر بێتاقەت دەبی و دەکەویتە بیرکردنەوە بێ ئەوەی لەهیچ شتێك دڵنیا بیت، ئەمەش هەمووی بەهۆی هاتنی ئەستێرەی مێرکۆری بۆ بورجەکەت، بۆیە ئاگاداری خۆت بە.

دووانە
٥/٢١ - ٦/٢٠
زۆر کەس هەن لە روو ئافەرینت لێ دەکەن و بەڵام لە پاشە ملە سەرزەنشتت دەکەن، بڕوات بەکەسێك نەبێت کەهانت دەدات بۆ کاری خراپ، پێویستە بەقوڵی بەخۆتدا بچیتەوە.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢
زیاتر بڕوات بەخۆت هەبێت، چونکە هەڵاتن لەواقیع کێشەکانت چارەسەر ناکات بۆیە پێویستە لە ڕووبەڕووبونەوە نەترسی، لەلایەنی سۆزداریەوە ڕەنگە بەم زووانە نەگەیت بەئامانجەکانت.

شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢
لە پەیوەندیەکەتدا لەگەڵ هەڤاڵێکی ئازیزت، پێویست دەکات گۆڕانکاری لە هەڵسوکەوتەکانت بکەیت و ئاوا فەرامۆشی نەکەیت، چونکە ئەو زیاد لە پێویست بەتۆوە گرێدراوەو تۆی خۆش دەوێ.

گوڵەگەنم
٨/٢٣ - ٩/٢٢
دڵگران مەبە کە هاوڕێکەت ماوەیەکە دەنگی نییە، بەم نزیکانە پەیوەندیت پێوە دەکات و ڕەنگە هەواڵێکی خۆشی بۆت هەبێ، لەکۆتایی هەفتەدا پەیامێکت پێدەگات کە لە وانەیە سوودێکی باشت پێبگەیەنێت.

تەرازوو
٩/٢٣ - ١٠/٢٢
لەم ماوەیەدا هەندێك کێشەو گرفت دێتە سەر ڕێت، بۆیە کەمێك ئارام بە و هەوڵبدە لە بۆچوونەکانی ناحەزانت بگەیت، لەم ماوەیەدا لەناکاو بڕوات بە دۆستەکەت پتەوتر دەبێت.

دووپـــشــک
١٠/٢٣ - ١١/٢١
لە بواری سۆزدارییەوە پێش ئەوەی لاپەڕەیەکی نوێ هەڵدەیتەوە کۆنەکە دابخە، ڕووکردنە خەون و خەیاڵ هیچ لەواقیع ناگۆڕێت، بۆیە ئازاد بە و بەرەنگاری ناخۆشی و خەم و خەفەتەکانت بەرەوە.

کـــــەوان
١١/٢٢ - ١٢/٢١
ئەم ناکۆکیانەی کە لەگەڵ کەسوکارەکەتدا هەتە، پێویست بەم هەموو خەم و خەفەتە ناکات، پێویستە ئارام و لەسەر خۆبیت، تاوەکو بتوانیت ژیرانە کێشەکانیان لەگەڵدا چارەسەر بکەیت.

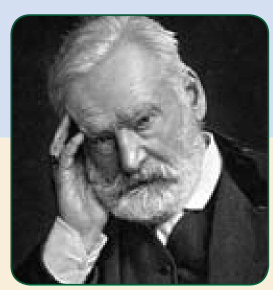
گـــیــســک
١٢/٢٢ - ١/١٩
ئاڵۆزیی باری دەروونیت کاریگەرییەکی خراپی دەبێت لەسەر ئیش و کارەکانت، لە بواری سۆزداریەوە زۆر لە بیری دۆستەکەتدای، چونکە ماوەیەکی زۆرە نەتبینیوە، بەم زووانە بەدیداری شاد دەبیت.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨
لەلایەنی سۆزداریەوە لێگەڕێ بادڵت بڕیار بدات نەك عەقڵت، لە بواری کاریشەوە سەرکەوتنی باش بەدەست دەهێنیت،، ئەمەش بەهۆی ئەوەیە کەپێشتر بناغەیەکی توندو تۆڵت داناوە.

نەهەنگ
٢/١٩ - ٣/٢٠
هەوڵبدە لە توندڕەویی دووربکەویتەوە ئاگاداری نا دڵسۆزی و پیلانی یەکێك لە خزمەکانت ببە، هەرچەندە ترسناکیش نییە، بەڵام پێویستە وریا بیت و لە خۆڕاییش بڕیار نەدەیت .

شێوەت وەک کۆرییەکان لێ بکە!

خەڵکی کۆریا، بە ناسکی ناسراون، ناسکییان لە چاوە بچووك و دەمە خڕ و جوانەکانیانە، تەنانەت چەندین کەس لە جیهان هەن، حەز بە دیدار و خۆشەویستی خەڵکی کۆریا دەکەن، ئەوەتا ئەو کوڕە خەڵکی بەرازیلە، لە خۆشەویستی بۆ کۆرییەکان، بڕیاری داوە شێوەی وەك شێوەی خەڵکی کۆریا بێ، دوای چەندین نەشتەرگەری ئەو کوڕە گەنجە کە ناوی (ماکس)ی جاران و (جیان)ی ئێستای کۆری، شێوەی گۆڕاوە و بە ئاستەم دەناسرێتەوە، نزیکەی (٣٠٠٠) هەزار دۆلاری لە خۆی داوە تا بە کۆرییەکان بچێت.



وتــەی نــاوداران

- ڤیکتۆر هۆگۆ دەربارەی بەیانی و ئەمڕۆ دەڵێ :
دەڵێن سەبرەت هەبێ، بەیانی هەموو شتێك باش دەبێ، ئەی ئەگەر بەیانـــی ئەمڕۆ بێـــت، کەواتە ئەمڕۆش بەیانی دوێنێیە و دەبوایە ئەمڕۆ شتەکان باش بن!