ستایلە شیکەکانی جینزی داهاتوو بناسە

ماوەیەکی کورتمان ماوە تا بگەینە وەرزی پاییز، ئەو وەرزەی کۆتایی بە مۆدەکانی وەرزی گەرما دەهێنێت و بەرەو گۆڕانکاری دەچێت، مۆد و ستایلی پانتۆڵەکان ریزبەندی یەکەم دەگرن، تا گۆڕانکارییان بەسەردا بێت، چونکە بەشێکی گرنگی جلوبەرگ پێویستە بەرەو گۆڕانکاری بچیت، جینز ئەو مۆدەی کە لە وەرزی هاویندا بەهۆی ئەستووری و گەرمیی لە قوماش و قورسی لە مۆدەکەیدا هێندە بایەخی پێ نادرێت، لە وەرزی تازەدا بە هێزەوە دەردەکەوێتەوە و شوێنی خۆی لە مۆدەکانی جلوبەرگدا دەسەپێنێت، مۆدەکانی جینز بۆ ئەو کاتەی ساڵ، بە جینزی رازاوە و ئێکسسواری بچووك بەناوبانگن، کە هەندێکیان نەخش و وێنە و وردە کریستاڵ و بەردین لە بەشی پێشەوەیان دەدرێت، جگە لە مۆدی جینزی دڕاو، کە ئەویش دەبێتە یەکێك لە باوترین مۆدەکانی جینزی داهاتوو، مۆدەکانی جینز بە لیزەر و پەڵەی رەنگی و نەخشی گەورەوە مۆدێکی دیکەی سەرنجڕاکێشن، بۆیە گرنگە جینز لەگەڵ پێڵاو و پشتێنەکان شیك بکرێن، بەتایبەت ئەگەر جینزەکە لە رەنگی شین و رەش بێت.

تەوقە و خشڵەکانی قژبەستن

تەوقە و خشڵەکانی قژ کە بە هید باند Headband دەناسرێن، هەمیشە لە گۆڕانکاری و تازەگەریدان، هەردەم مۆدی تازە و شێوازی نوێی لێی دەردەکەوێت، بە تایبەت ئەوانەی لە شێوەی دەرزی و پارچە قوماش و تۆربان و پلاستیکن، هەموو ئەوانە بۆ بەستنی قژ بەکاردەهێنرێن، وێڕای بەستن و توندوتۆڵکردنی قژ، هەروەها وەك خشڵێکی جوانکاری و سەرنجڕاکێش بەکاردەهێنرێت، مارکەکانی پرادا و دۆڵس ئەند گابانا، پێیان وایە بەستنی قژ بە تەوقەی قوماش گونجاوترین و باوترین مۆدی خشڵەکانی بەستنی قژ پێك دەهێنن، هەروەها پارچە تەوقەکان لە کریستاڵ و شووشە، جوانترین مۆد دروست دەکەن، پسپۆڕانی ئەو دوو مارکەیە دەڵێن: «خۆتان لە تەوقەی ئاسن و پلاستیك بەدوور بگرن، زیاتر گرنگی بە قوماش و کریستاڵ و بەردینەکان بدەن، تەوقەی قوماش بۆ ماڵ و دەرچوون، کریستاڵ و مرواریییەکانیش بۆ بۆنە و ئاهەنگ و شوێنی فەرمی بەکاربهێنن».

ڕەنگی هەڵبژێدراو بۆ نینۆکەکانی دەست

پسپۆڕان لە گۆڤاری (ئەلور) کۆمەڵێك ڕەنگیان بۆ ڕەنگی نینۆکەکان هەڵبژاردووە، کە هەر ڕەنگێك بۆ کات و شوێنێکی دیاری کراو تەرخان کراوە، بەم چەشنە خانمان دەتوانن بەر لە چوونیان بۆ شوێنێك ئاشانای ئەو ڕەنگە بن کە لەلایەن پسپۆڕانەوە دیاری کراون، ئەمەش جگە لە ئامادەکردنی نەخش و وێنەی جۆراوجۆری بچووك لەسەر نینۆکەکان، بەڵام ئەوەی جەختی کراوەتە سەر، ئەو کۆمەڵە ڕەنگەن کە باسی لێوە دەکەین:

ڕەنگی شینی بریقەدار، یەکێکە لە جوانترین ڕەنگەکان بۆ نینۆك و ریزبەندی گرتووە، بۆ چوونە سەر کار و دەرچوون و میوانی دەگونجێت، مەرجە بریقەدار بێت، تا ڕەنگەکەی زیاتر گەشاوە بێت.

پەمەیی تۆخ، ڕەنگێکی ناوازە و ناسکە، بۆ کاتی ئاهەنگ و سەردان و گەشتکردن گونجاوە، بەتایبەتی لەگەڵ جلی ڕەنگ کاڵ و ڕەنگ قورسی وەك ڕەش و قاوەیی. سپی، ڕەنگێکی سەرنجڕاکێشە، بە ڕەنگی کلاسیك دەناسرێت، جگە لەوەی نینۆکەکان بە هێز دەکات و بە ناسکی نیشانیان دەدات، بۆ هەموو شوێن و کاتێکیش گونجاوە. نیۆدی تۆخ، نیۆد واتە ڕەنگی شەزری، ناسك و بەهێزە، بەتایبەت بۆ ئەوانەی ڕەنگی پێستیان کراوەیە، بۆ کاتی بۆنە و یادەکان گونجاوە، هەروەها لەگەڵ جلی ڕەنگ کراوە دادەنرێت. سووری تۆخ و جەرگی، ڕەنگێکی باوە و زیاتر لە نینۆك دەدرێت، بە تایبەت ئەوانەی بەرەو ڕەنگی پرتەقاڵی دەچن، ڕەنگێکە جەماوەری زۆرە و بۆ کاتی شایی و زەماوەند و دەرچوون گونجاوە.

کورسی و سیسەمی پێشکەوتوو

سەیرکردنی فیلم و تەرخانکردنی ساتێك بۆ پشوودان، ئەگەر لەسەر شوێنێکی نەرمونیان نەبێت، هێندە سوود لە کاتی حەسانەوەکەت ناکەیت، بە تایبەت کاتێك لەسەر کورسی، یان پێخەفێکی خۆش پشوویەك دەدەیت، ئەوکاتە هەستی ماندوویێتیت دەڕەوێتەوە. بە وتەی ئەندازیاری ئیتاڵی (فابیۆ فینلا)، کە داهێنەری پێخەف و کورسیی نەوەی دووەمە، نەوەی دووەم واتە جۆرێکی تازە و پێشکەوتوو و جیاواز لە نموونەی پێشووی خۆی، ئەو ئەندازیارە کورسی و سیسەمەکانی لە مارکەی (های ئینترۆریس)ە، کە هەموو پێداویستییەکی لەگەڵدایە، تەنانەت تەلەفزیۆن و بڵندگۆ و گۆڕانکاریی پلەی گەرمی، هەروەها سیسەمەکە بە چەندین شێوە بەرز و نزمی پێ دەکرێت و بۆ لاتەنیشتەکانیش دەجووڵێندرێت، تەنانەت ئەلارمیشی هەیە، کاتێك بیەوێت کەسێك خەبەر بکاتەوە، دەست بە جووڵەی نەرم و میوزیکێکی هێواش دەکات، جگە لەوانەش سیستەمەکە رووناکیی جوان و سەرنجراکێشی بۆ دانراوە، کە بە دڵی خۆت چ رەنگ و ئاستێکی رووناکیت بۆ گونجاوە، لەسەر سیستەمەکە گۆڕانکاریی تێدا دەکەیت.

مـــێژووی خـــان

خانەکان مێژوویەکی کۆنیان هەیە، تەنانەت لە سەردەمی کۆنەوە پەرە بە خانەکان دراوە، هەندێکیان بۆ سەدەی (١٨) دەگەڕێنەوە، خانەکان دروست دەکران، تا ببنە شوێنێك بۆ حەوانەوە و مانەوە و پشوودانی خەڵك و میوان و گەشتیاران، خان واتە خانی رێبوارەکان، جاران خانەکان تایبەت بوون بە بازرگانان و کاروانچییەکان، هەندێ جاریش دەکرانە شوێنی کڕین و فرۆشتنی شتومەك، خان بە مانای میوانخانە و قەیسەرییش دێت، جاران لە هەموو شارەکانی کوردستان خان هەبوون، کە بە شوورایەك لە دەوروبەری پارچە زەوییەك دروست دەکران، ئەوانەی سەرپەرشتیی ئەو خانانەیان دەکرد، پێیان دەگوترا (خانچی)، هەندێ جاریش خانەکان وەك شوێنێك بۆ مانەوەی فەرمانبەران و سەربازان و پۆستەچییەکان تەرخان

درێژترین داری جیهان

کاتێك سەردانی دارستانە گەورەکانی جیهان دەکەیت، لە دوورەوە بۆت دەردەکەوێت کە کام درەختە بەرزترینە و بەسەر هەموو دارە و درەختەکانی دیکەدا دەشەکێتەوە، تا ئێستا درێژترین داری جیهان لە ویلایەتی کالیفۆرنیای ئەمریکا دۆزراوەتەوە، ئەو دارە ناوی (هیبریۆن)ە، لە ساڵی (١٩٨٧) دۆزراوەتەوە، کەتەمەنی دەگاتە زیاتر لە (٢٠٠٠) ساڵ و بەرزییەکەشی زیاتر لە (١١٦) مەترە، واتە هێندەی باڵەخانەیەکی (٣٩) نهۆم دەبێت، ئەو دارە لە ڕەگەزی دارەکانی (سیکۆیا) گەورەکانە، ڕەنگی سوورە و لە هەرچوار وەرزی ساڵدا سەوزە، هەر ئەوەش وایکردووە، کە لە گەشە نەوەستێت، بەم چەشنە بۆتە درێژترین دار، ڕەگی ئەو دارە دەگاتە (٩) مەتر، لق و چڵەکانیشی بۆتە شوێنی هیلانەی چەندین جۆری باڵندە، تا بە دووربن لە گیاندارە ترسناکەکان.

لە کوردستان

دەکران، لە خانەکاندا چێشتخانە و کۆگا و شوێنی نوێژ و گەرماو و هەندێ جار قاوەخانەشی تێدابووە، هەروەها شوێنی مانەوە بۆ مەڕومالات و ئەسپ و ئێسترەکانیش دیاری دەکران، لە هەولێر چەندین خان هەبوون، لەوانە: خانی سپی، بە یەکێك لە کۆنترین خانەکان دادەنرا و بە خانی گەورە ناسرابوو، ئێستا شوێنەکەی کراوەتە هۆتێل بێخاڵ کە لە دوو نهۆم پێك دەهات و هەر نهۆمێکی (١٢) ژوور بوو. خانێکی دیکە بە ناوی (خانی هێلەگ کاران) هەبوو، دەکەوتە تەنیشت مزگەوتی بازاڕ کە لە یەك نهۆم پێکهاتبوو، لەو خانەدا چەندین کەرەستەی وەك هێلەگ و بێژینگ و قەفەز دروست دەکران. خانی سێیەم بریتیی بوو لە خانی (مام قۆجە) کە لە نزیك مزگەوتی خانەقا بوو، بەرانبەر باغی شار، لە یەك نهۆم پێك هاتبوو، لەم خانەدا دار و شەقڵە و کاریتەیان دەفرۆشت. خانی بیرام، کە نزیك دەرگای مزگەوتی خانەقا بوو، لە یەك نهۆم پێکهاتبوو، گەنم و جۆی لێ دەفرۆشرا. خانێکی دیکە بەناوی ئەحمەد ئاغا هەبووە کە لە یەك نهۆم پێکهاتووە و خواردنەمەنیی تیادا هەڵگیراوە. خانی مستۆکی، ئەویش زیاتر شوێنێك بووە بۆ خەڵکی موسڵ، کا و ڕەژووی تیادا دەفرۆشرا. خانی (ڕەژوو فرۆشان) و (گەچ فرۆشەکان) و (خانی سەید عەزیز) و (خانی ناڵبەند) و (خانی مام عەبدوڵا) و (سەعید جامباز)یش هەبوون، کە تایبەت بوون بە فرۆشتنی دار و کەرەستەی خۆماڵی و دەرەکە و گەچ و ڕەژوو کە جێی مامەڵەی ئاژەڵ و گۆلك و جوانەگا بوون.

پەند و وتە

جۆن لۆجی بەیرد، ئەندازیاری بەریتانی لە ساڵی (١٨٨٨) لە ناوچەی (ئەرگیل ئەند بوتی) لە بەریتانیا لە دایکبووە و لە ساڵی (١٩٤٦) هەر لەو وڵاتە کۆچی دوایی کردووە، دەربارەی تەنیایی دەڵێ: «هەندێ جار پێویستمان بە تەنیایی هەیە، تا بتوانین لە ناخی خۆمان نزیکتر بین و وردتر ئاشنای خۆمان بین.

جیاوازی وێنە

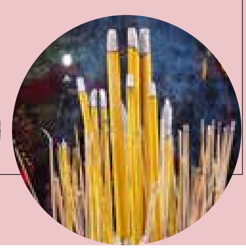
- لەم دوو وێنەیەدا چەند جیاوازییەك هەیە، بیاندۆزەوە !

کاریکاتێر

ئەم کاریکاتێرە باس لە گرنگیی کتێب دەکات، کە چەندە گرنگە دایکێك شیر بە منداڵەکەی بدات، هێندەش گرنگە دایکی لە ڕێگەی کتێب خوێندنەوەوە ڕۆشنبیری و زانست و پەروەردە بە منداڵەکەی بدات، کە سوودی بۆ نەوەکانیشی دەبێت.

گرانترین بخوور لە جیهان

بخوور ئەو بەرامەی کاتێك دەرشێندرێت، هەمووان مەست دەکات، شێوەی ئێستای بخوور گۆڕانکاریی بەسەردا هاتووەو بە دیزاینی جوان و سەرنجڕاکێش دروست دەکرێن، بە تایبەت بخووری چینی کە لە جیهاندا بەناوبانگترین بخوورە و لە شێوەی بازنەیی و لەولەبی دروست دەکرێت، بەجۆرێك کە تاکە بخوورێك بەشی باڵەخانەیەکی تەواو دەکات، تا بۆنخۆشی بکات، کەسێك لەوانەی کە ئەو جۆرە بخوورە دروست دەکات، ناوی (لوا یۆوین)ە، ماوەی (٧٠) ساڵە بخوور دەفرۆشێت، دەبارەی بخووری چینی دەڵێ: «بخووری چینی لە جیهاندا بۆنخۆشترینە، تەنانەت جۆرە بخوورێك بە ناوی (فراگانت هاربۆر) هەیە، کە هەر دانەیەکی بە (٢٥٠٠) دۆلار دەفرۆشرێت، نرخی کیلۆیەك لەم بخوورە دەگاتە (١٢٠) هەزار دۆلار.



پوختەی فیلم

گێڕانەوەی چیرۆکە ترسێنەرەکان لە تاریکی - Scary Stories to Tell in the Dark یەکێکە لە فیلمە ترسناکەکان، باس لە کەسێك دەکات بە ناوی (سارا بیلۆس) کە چیرۆکە ترسێنەرەکان دەگێڕێتەوە، لەو کاتەی چیرۆکەکان دەڵێ، سێبەرەکان دەردەکەون و هەمان قسەکانی نێو چیرۆکەکە جێبەجێ دەکەن، تا ئەو کاتەی ماڵی (بیلۆس) دەبێتە شوێنێك بۆ گێڕانەوەی چیرۆکە ترسناکەکان، ماوەی فیلمەکە یەك کاتژمێر و (٤٧) خولەکە، لە وڵاتی سلۆڤاکیا بەرهەم هاتووە، لە دەرهێنانی (ئەندرێ ئۆڤێرداڵ)ە و بودجەی فیلمەکەش (٢٨) ملیۆن دۆلارە، لە نواندنی (زۆی مارگرێت کۆلێکت و ئۆستن ئەبرامز و ناتالی گانزۆرن و گابریلە ڕەش و میشێل گارزایە.

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

دەبێ لەگەڵ ڕۆژگار ڕێگە بگریت و سەردەمییانە بیر بکەیتەوە، کەسێکی سەرکەوتوو و جددیت، نهێنییەکانت بپارێزە، چونکە کلیلی سەرکەوتنت لەوێدایە. ماوەیەکە بەهۆی ژیانی ڕۆتینەوە بێزاریت پێوە دیارە، نیگەران مەبە، گۆڕانکاری لە ڕێیە و ژیانت خۆشتر دەبێت.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

ئەگەرچی ئەرکەکانت قورسن و بێزاریت پێوە دیارە، بەڵام نابێت ڕەشبین بیت، چونکە خەمساردی و کەمتەرخەمی دەبێتە هۆی کێشە و گرفت بۆت. ماوەیەکە سەردانی کەسە نزیکەکانت نەکردووە، هەوڵبدە لێیان نزیك ببیتەوە و دۆستایەتیتان بەهێز بێت.

جمک ٥/٢١ - ٦/٢٠

لەگەڵ ژیان دەڕۆیت بەڵام بێتاقەتیت پێوە دیارە، داهاتووت بەرەو خۆشی دەچێت و خەونەکانت دێنە دی، پێویستە ئارام بگریت و ئەوەی لە مێشکتە جێبەجێی بکە، ئەرکی خۆت بە کەسانی دیکە مەسپێرە. کەسێك چاودێریت دەکات، تۆش چاوکراوەبە.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

بە پەلە بڕیارەکانت دەدەیت، ئەمەش کێشەت بۆ دروست دەکات، ماوەی داهاتووت بەرەو گۆڕانکاری دەچێت، بۆیە خۆتی بۆ ئامادە بکە، کەسێك لەگەڵت ناگونجێت، بۆیە لێی دوور بکەوە، ئامانجەکانت بە ئێستاوە مەبەستەوە و بۆ داهاتووهەوڵ بدە.

شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢

شایستەی ژیانێکی خۆشتر و باشتری، لەم کاتەدا پێویستە هێمن بیت، تا لە داهاتوودا بەرەو خۆشبەختی بچیت، بێدەنگیت بەرامبەر کەسانی دەورووبەر مایەی شکستت نییە، بەڵکو متمانەت زیاد دەکات و سەرکەوتنت مسۆگەر دەکات، تۆش متمانەی خۆت لەدەست مەدە.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

کەسانێك دژایەتیت دەکەن، بەڵام ناتوانن تا سەر لەگەڵت بەردەوام بن، لەو بەربەرەکانێیەدا براوە دەبیت، نیشانەکان وا دەردەکەون بەرەو خۆشی هەنگاو دەنێت، بۆیە ئارام بگرە، تا بە ئامانجەکانت دەگەیت، کەسێك مایەی خۆشبەختییە بۆت، بیپارێزە و لەدەست خۆتی مەدە.

بۆ زانیاریت

هێدفۆن – Headphone

ئەو ئامێرە بچووکەی کە لە ڕێگەی دەنگێکی سافەوە خۆشترین هەست و جۆشیت پێ دەبەخشێت، هاوکات زیانیشی بۆ مرۆڤ هەیە، پزیشکەکان هۆشداری دەدەن لە ڕێژەی بەرزی دەنگی هێدفۆن، کە کاریگەریی ڕاستەوخۆ لەسەر هەستی بیستن دروست دەکات. بە پێی هەواڵێکی ماڵپەڕی (رامبلر) بەرزترین ئاستی دەنگ کە زیان بە هەستی بیستن دەگەیەنێت (80db)یە، بەڵام بەرزیی دەنگی بەشێکی زۆر لە هێدفۆنەکان دەگاتە (100db)، ئەوەش بە بکوژی هەستی بیستن دادەنرێت، ماڵپەڕەکە ئاماژەی بەوەشکردووە کە بەرزیی دەنگ لە (80db) کاریگەری نەرێنی لەسەر هەستی بیستن دروست دەکات، بەتایبەت لەو کەسانەدا کە ڕۆژانە لە ڕێی هێدفۆنەوە گوێ لە موزیك و گۆرانی دەگرن، هەواڵەکە ئەوەشی خستۆتە ڕوو کە هەستی بیستن کاتێك دوچاری دارمان دەبێت، کە ناتوانێت جارێکی دیکە کاری خۆی بەباشی ئەنجام بداتەوە، بەجۆرێك کە بەبێ ئەوەی کەسەکە لەسەرەتادا هەست بە هیچ نیشانەیەك بکات، دەنگی بەرزی هێدفۆن کاریگەریی لەسەر ئەو هەستەوەرە دروست دەکات. پزیشکەکان ئامۆژگاریی خەڵك دەکەن کە دەنگی بەرزی هێدفۆن لە نێوان (db 50-60) دابنێن و پاش بەکارهێنانیشی ماوەی دوو بۆ سێ کاتژمێر پشوو بە گوێچکەکانیان بدەن.

کەسێك یەکەمجاری دەبێت سەردانی وڵاتی بەریتانیا بکات، کە دەگەڕێتەوە پێی دەڵێن: چ شتێکی سەیرت لەو وڵاتە بینی؟
ئەویش دەڵێ: بڕوا بکەن زۆر سەیر بوو، منداڵی بچووکیان فوول بە ئینگلیزی قسەی دەکرد!

فێڵکاریی چاو

لەم وێنەیەدا ئافرەتێك هەیە، کە شێوەی نارێکە، هەوڵبدە ڕاست و دروستیی وێنەکە تێبگەیت و شێوەی ڕاستەقینەی ئافرەتەکە بزانیت، کە چۆن وا دەرکەوتووە.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

کەسێکی تازەت ناسیوە و هەست و دڵی لێت نزیکە، ئەویش دەیەوێت لێت نزیك ببێتەوە، بەڵام پێویستی بە متمانەی تۆ هەیە، یارمەتیی دەوروبەرت بدە، وەك چۆن لە پێشتردا وات کردووە، چونکە ئەنجامی کاری چاکە دێتەوە ڕێگەت و سەرکەوتنت مسۆگەر دەکەیت.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

نابێت بچیتە نێو ژیاتی تایبەتی کەسانی دیکە، ئەگەر توانیت یارمەتییان بدە، ئەگەرنا پێویست ناکات خۆت لە کاری دیکەدا هەڵبقورتێنیت، ئەرکەکانت بێزارت دەکەن، ماندوویيت پێوە دیارە، هەوڵبدە پشوویەك وەربگریت، تا بە ئاسوودەیی ڕێگای ژیان بگریتەبەر.

شایان ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

مەهێڵە دەستکاریی ژیانت بکەن، پارێزگاری لەو دەستکەوتانە بکە کە هەتە، ئاواتێکت لە دڵە، لە ماوەی داهاتوودا بۆت جێەجێ دەبێت، بۆیە هەوڵبدە بە نەرم و نیانی مامەڵە بکەیت. کەسێکی نزیکت کێشەی هەیە و پێویستی پێتە، هەوڵبدە یارمەتی بدەیت.

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

ڕۆژگارەکانی پێشووت تاڵ بوون، ئەزیەتت چێشتووە و بەمەش زوو تاڵییەکان لە بیر ناکەیت، بۆیە وانەیان لێ وەربگرە و دووبارەیان مەکەرەوە، کەسێك خۆشیی تۆی دەوێت، تۆیش لەگەڵی بەردەوام بە، کێشەکانت بە نهێنی چارەسەر بکە و مەهێڵە کەس پێت بزانێت.

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

پارێزگاری لە ژیان و خۆشییەکانت بکە، کەسانێك هەن کە دەیانەوێت لێت نزیك بن، بە هیچ شێوەیەك نابێت نهێنییەکانی ژیانت بە ئەوانیش بڵێی، چونکە ڕەنگە لە داهاتوودا وەك خاڵی لاوازی بەرامبەرت بەکاری بهێننەوە، ناخۆشییەکان دەڕۆن و بەرەو خۆشی ڕێگە دەگریت.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

بۆ داهاتووی خۆت بڕیاری دروستت داوە، نابێت خۆشییە کانت بۆ کەسانی دیکە لەناو ببەیت، هەمیشە لە هەوڵی چارەسەری کێشەکانتدا بە، کەسێك دەیەوێت بەشداریی پڕۆژەکانی ژیانت بکات، سەرەتا بە وردی لێی بکۆڵەرەوە، تا لە مەرامی تێدەگەیت، دواتر بڕیاری دروست بدە.