جلوبەرگەکانی ماڵ بۆ رازاوەیی و کراوەیی خانمان

جلوبەرگـــەکان هەر یەکە بەپێ جوانی و رازاوەیی خۆیـــان جوانییەکی ڕەها و ناســـك نیشـــان دەدەن، بـــەڵام هەندێك لە جلـــەکان ڕێگەیەکە بۆ جوانی و ناسکی جەســـتە، کاتێك خانمان لە ماڵ دەبن پێویستیان بە جلێکی ناسکە بۆ ئەوەی جوانی جلوبەرگەکان لە ماڵەوەش بەدی بکرێ، بەم شـــێوەیە بۆ پڕکردنەوەی ئـــەو لایەنە دەکرێ ســـوود لە جلوبەرگە تەســـك و بۆدییەکان وەربگرین.

لە یەکێـــك لە حاڵەتـــەکان کاتێك خانمان لـــە دوای پێکهێنانی ژیانی هاوســـەریان، پێویستیان بە جلی لەم جۆرە دەبێ بۆ ئەوەی بە سەرنجڕاکێشترین شێوە دەربکەون، تەنانەت دەکرێ ئەو جلوبەرگانە کە پێکهاتووە لە قاتی ئامادەکراو لە قوماش یان ماددەی نایلۆن لەبەر بکرێـــن، بەمەش خاوی و سەرنجڕاکێشـــی لە جوانی جلەکان بەدی دەکرێن و شێوەیەکی ناسك و کراوە بە جەســـتەی خانمان دەبەخشێ، مەرج نییـــە ڕەنگەکان چۆن بن، دەکـــرێ لە چەندین ڕەنگ یان تێکەڵاوی نێوان ڕەنگەکان بێت.

جوانی و رازاوەیی ئـــ

خانمان رازاوەتر و کراوەتر دەکەن، بەمەش دەبێ ئـــەم جۆرە ئێکسســـوارە مۆدەیەکی کراوە و ناســـك بێ بۆ ئەوەی بەکاربهێنرێ لەگەڵ جوانی جەســـتە یان ئەو بەشانەی ئێکسســـواریان پێویســـتە، گوارە یەکێکە لە ئێکسســـوارە بچووکـــەکان، کە دەتوانێ جوانییەکـــی کراوە بە بەشـــی ســـەرەوەی جەســـتەی خانمـــان بـــدات، زیاتریش بە گوێچەکـــەکان کـــە لە هەندێـــك حاڵەتدا

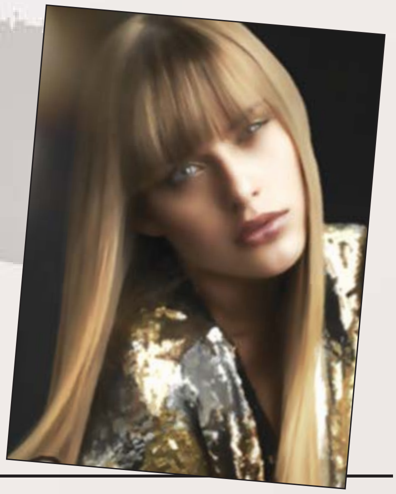
ڕەنگی شین دیکۆری ماڵ دەڕازێنێتەوە

ڕەنگـــەکان جوانییەکی تایبەت بە دیکۆری ماڵەوە دەبەخشـــن، چونکە جوانی ڕەنگـــەکان وادەکات شـــێوەی دیکۆریش گۆڕانکاری بەســـەردا بێت. یەکێك لەو ڕەنگە جوانانەی شـــیاوی ژووری نووســـتنە بریتییە لە ڕەنگی شین. شین، وەك ڕەنگێکی هێمن و ناســـك و ســـەرنجڕاکێش دێتە بەرچاو، شـــین دەتوانێ شێوەی دیکۆری ناوماڵ بگۆڕێ، تەنانەت جوانییەکی گەورەش دەبەخشێتە دیکۆرەکان، ڕەنگی شین زیاتر بۆ ژووری نووستن و گەرماو بەکاردەهێنرێ، بەمەش دەتوانێ دیمەنێکی ســـەرنجڕاکێش و کراوە بە دیکـــۆری ماڵەکان بدات، یەکێك لە جوانی دیکۆری شین، دەکرێ گشت کەرەستە و لایەنەکانی ئەو دیکۆرە لە هەمان ڕەنگ بێ و بەمەش نهێنی جوانییەکەی دەردەکەوێت.

جوانییەکی رەها بۆ تەسریحەی خاو

چەندیــن مۆدەی تەسـریحە و جــوان بۆ قــژی ئافرەتان هەن، تەسـریحەی قژ یەکێکە لــە هەنگاوە پێویســتەکان بۆ ئـەوەی خانمان بە شـێوەیەکی جوان و بەرچـاو دەربکەون، بە تایبــەت کاتێــك جوانی قژ لە تەسـریحە یان سـتایلێکی تایبەت و جواندا خۆی دەنوێنێ. ئەم جارە باســی ستایلێکی جوانی قژ دەکەین، کە دەکرێ بۆ گشت جۆرە قژێك بەکاربهێنرێت.

ئەم ســتایلە بریتییە لە تەسریحە کردنی قژ، لەگەڵ دانانی مۆدەی سەرحی بە نەخش، مەبەست لێرەدا شێوەی قژەکە بە سـتایلێکی ئامادەکراو، لە شێوەی شەپۆڵەکاندا دەربکەوێ، ئەمــەش زیاتر بۆ ئــەو قژانە دەگونجێ کــە نەرمییەکی ئەوتۆیان پێوە دیارە، دواتریش یەکێك لە رەنگە جوانەکان بۆ ئەو جۆرە قژە بریتییە لە رەنگی ســووری تۆخ – جەرگی – زەرد – زەردی کاڵ – زەردی تــۆخ (رەنگــی زێڕ)، ئەمانەش دەبنە یەکێك لە مۆدە جوان و ناسکەکان.



تیشێرت بۆ رازاوە کردنی خانمان

لەگەڵ نزیــك بوونەوەمان لە وەرزی بەهار، دەبێ جلوبەرگەکان گۆڕانکاریان بەسەردا بێ و شێوەیەکی دیکە لەخۆ بگرن بۆ ئەوەی شێوەکانیان لەگەڵ وەرزەکان بگونجێ، یەکێك لەو جلە گرنگانەی بۆ وەرزی بەهار دەپۆشرێ، جوانییەکــی زۆریــش بــە جەســتەی خانمان دەبەخشێ، تیشێرتە، کە وەك مۆدەیەکی سەرنجڕاکێش و بەرچاو شیاوی جەستەی خانمانە. چونکە تیشێرت لەسەر جەستەی خانمان بە جوانی دەوەستێ، بەمەش دەبێتە رێگەیەك بۆ زیاتر جوانکردنی جەستە، لەگەڵ ئەوەشــدا ســتایلەکانی بریتییە لە چەندین شێوەی جیاواز، لەوانە : تیشێرتی بــە (نەخش – ســادە – رەنگاوڕەنگ)، گشت لەم جلانە دەبنە پۆشاکێکی جوان و رازاوە بۆ خانمان بە تایبەت کاتێك لەگەڵ جینزەکان دەپۆشرێ.

ئێکسسواری گوارە

دەبێتە لایەنێکی سەرەنجڕاکێش. گوارەکان مەرج نییە بە شـێوە و قەبـارە گەورە بن، دەتوانین شێوە بچووکەکانیان هەڵبژێرین و، بەمــەش رێگەیەکی تەواو دەگرینە بەر بۆ ئەوەی شـیاوترین ئێکسسوار هەڵبژێرین بۆ جوانی جەسـتە، بەم رێگەیە دەکرێ سوود لە ئێکسسواری گوارە وەربگرین بۆ ئەوەی رێگەیەك بێ بـۆ زیاتر رازاوەیی و جوانی گوێچەکەکان.

بووک و زاوکانیش دەفڕن

ڕێگاو شێوازەکانی خۆشی دەربڕین لەڕۆژی چوونە ناو کەژاوەی بەختەوە چەند جۆرێکە. هەر وەك لە وڵاتی خۆشمان ئەو حەز و ئارەزووانە تا رادەیەك ئەگەر بۆیان بگونجێ جێبەجێی دەکەن. ئەمەی لەو وێنەیەدا دەبینن یەکێکە لە حاڵەتە سەیرەکانی هاوسەرگیری، چونکە بە ڕێگەیەك ئەنجام دراوە کە پێشتر کاری لەم جۆرە بیری لێ نەکراوەتەوە. لە وڵاتی تایلاند، لەسەر داواکاری بووك و زاوا، بۆ ئەوەی بۆنەکەیان بە جوانترین و سەیرترین شێواز دەربکەوێ، هەڵسان بە جێبەجێ کردنی ڕۆژی ئاهەنگیان کە لە ئاسمانەوە بەڕێوە بچێ، بۆیە بە فڕۆکەیەکی تایبەت کە حکومەتی ئەو وڵاتە بۆی تەرخان کردبوون، لە ئاسمانەوە ڕۆژی ئاهەنگیان بەرێ کرد.

بچووکترین منداڵ!

کاتێك منداڵ لە دایك دەبێ قەبارەیەکی ئاسایی و تایبەت بەخۆی هەیە، بەڵام هەندێك جار قەبارەی منداڵەکە زۆر گەورەترە لە منداڵێکی ئاسایی و بەپێچەوانەوە، ئەگەر سەیرێکی ئەو منداڵە بکەین، دەبێتە بچووکترین منداڵی ساڵی ٢٠١٠، کە ئەوەندە بچووکە، لە نێوپەنجەکانی دایکیدا ون بووە.

درێژی ئەو منداڵە تەنیا (٣٠) سەنتیمەترە، واتە بەقەت مەستەرەیەك، لەگەڵ ئەوەشدا منداڵەکە لەباری تەندروستییەوە باشە، وەك هەر منداڵێکی دیکە وایە، دەبێ دوو ئەوەندەی خواردنی منداڵێکی ئاسایی پێبدرێ بۆ ئەوەی جەستەی گەشە بکات، بەڵام پێشبینی دەکرێ ئەو منداڵە لەداهاتوودا قەڵەو و باڵابەرز بێ، چونکە جەستەی بەهێزە و دەوڵەمەندە بە ڤیتامین و پرۆتین.

کچە گەنجێ

ئافرەتان بەگشتی خۆیان لە دەربڕینی تەمەنی ڕاستەقینەی خۆیان دەپارێزن، ئەگەر تەمەنیان گەورەش بێت هەر خۆیان بە بچووکی نیشان دەدەن. بەڵام ئەوە تەواو پێچەوانەی تەمەنی خانم (زارا هارتشۆن)ە، ناوبراو کە کچێکی تەمەن (١٣) ساڵەیە و لە وڵاتی بەریتانیا دەژییت، بەهۆی نەخۆشییەکی دەگمەن جەستەی شێواوە و بەو تەمەنە بچووکەی وەك ئافرەتێکی سی ساڵە دەچێت. نەخۆشییەکە لە خانەکانی پێستییەوە دەرکەوتووە بۆتە هۆی ئەوەی کە تەمەنی ئەو خانمە وا بێت.

ئایس کرێمێ

دیزاینی خانوو و باڵەخانە، وەك هونەرێکی گرنگی بیناسازی سەیر دەکرێ. هەر ڕۆژە دیزاینێکی تایبەت بە خانوو دادەنرێ، هونەری بیناسازی زۆر بە خێرایی بەرەو پێشەوە دەچێ، بۆ نموونە ئەگەر سەیرێکی ئەو خانووە بچووکە بکەین ڕاست وەك ئایس کرێم دەچێ، تەنانەت لە هەموو لایەکەوە وەك

ـــــك سی ساڵە

ـــــك بۆ حەسانەوە

ئایس کرێم خۆی نیشان دەدات.

گەنجێکـــی وڵاتی (ویلـــز) هەر لە منداڵیـــەوە زۆر حەزی لـــە ئایس کرێم دەبێ، هەڵدەســـتی بە بیرۆکەی دروست کردنـــی خانوویەکی تایبـــەت تەواو لە شـــێوەی ئایس کرێم، بۆیە داوا لە چەند ئەندازیارێك دەکات بۆ ئەوەی کارەکەی بۆ ئەنجام بدەن.

پیاوێک شمشێرێک قووت دەدات

بۆ ئەوانـــەی خاوەن بەهـــرەی تایبەتین لە وڵاتی چین ساڵانە نمایشێکی تایبەت ئەنجام دەدرێ، لەو نمایشـــەدا بە شمشێر و چەقۆ و کەرەســـتە تیژەکان کاری سەیروسەمەرە ئەنجام دەدەن، بۆ نموونـــە لەبەرچاوی خەڵك چەندین شمشـــێر و چەقۆ لە خۆیان دەدەن بەبێ ئەوەی شتێکیان بەســـەر بێ، ئەوەی دەیبینن یەکێکە لە نمایشکاران کە سەیرترین دیمەنی پێشکەش کرد. (لی کیۆ) توانی شمشـــێرێکی نیو مەتر بخاتە ناو قورگی و بیهێنێتە دەرەوە بەبێ ئەوەی دڵۆپە خوێنێك برژێت. وەکو لە هەردوو وێنەکان دەبینن کە ئەوەی لای راســـتە رێژەیەکی زۆر لە شمشـــێرەکە چۆتە ناو قۆرکی، لە وێنەی لای چەپەش نیوەی شمشێرەکە هاتۆتە دەرەوە، ئەمەش یەکێك لە ســـەیرترین نمایشـــەکانی شمشێر و چەقۆ لە جەستەدانە.

ئەم شووتییە بە شەرتی چەقۆ نییە

بۆ خۆنیشاندان و خۆ دەرخستن، ئامرازەکان هەر کەسە بە پێی توانا و سەلیقەی خۆی ئەنجامـــی دەدا، ئـــەوەی دەیبینن دەبێتە یەکێك لە سەیرترین ئوتۆمبێلەکانی جیهان، چونکە ئەو ئۆتۆمبیلە بە دیزاینی شووتی ئامادە کراوە. دیزاینـــی ئۆتۆمبیلەکە لە ژوور و دەرەوە وەك شووتی دەچێت، دەرەوەی سەوزە و ژوورەوەشی وەك شووتی سوورە، بەڵام ئەو شووتییە بە شـــەرتی چەقۆ نییە!.

رووەكێك لە شێوەی دەستی مرۆڤ

رۆژانە كارە سەیرەكان بەرچاوی مرۆڤ دەكەون، هەندێكیان بەبێ ئەوەی كەسێك بەشداری كردبێ، بە سەیرترین شێواز دەردەكەون، لەگەڵ ئەوەشدا شێوەیەكی سەیر لە خۆ دەگرن كە دەبێتە جێگەی سەرەنجراكێشی گشت كەسێك. ئەوەی دەیبینن بریتییە لە سەوزەی (شێلم)، كە لە وڵاتی نیوزیلەندا دۆزراوەتەوە، رووەكەكە شێوەی شێلمكە لەسەر شێوەی دەستی مرۆڤ دەركەوتووە، وەك دەست و هەر (٥) پەنجەكان بە جوانی و روونی دەردەكەون، بەمەش دەبێتە یەكێك لە سەیرترین سەوزەكان كە لە ساڵی (٢٠١٠) دۆزراییێتەوە !

درێژترین قژ و سمێڵی پیاوان

هەندێك كەس دەیانەوێ بە رێگەی زیاترین رێژەی موو لە جەستەیان، نازناو و ژمارەیەكی پێوانەیی تۆمار بكەن، ئەوەی دەیبینن بریتییە لە دوو حاڵەتی سەیر و جیاواز، هەر یەكەیان ساڵانێكە قژ و سمێڵ و ردێنی نەبڕیوە بۆ ئەوەی بگاتە ئەم رێژەیە.

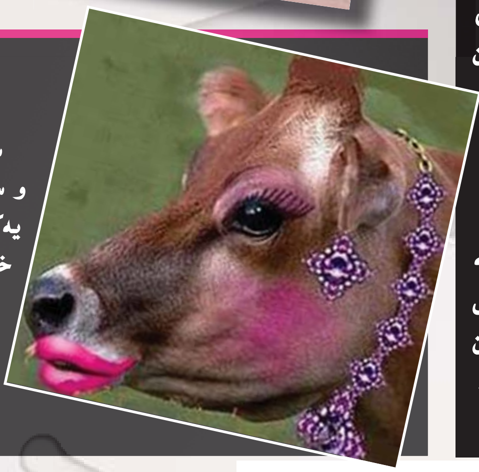
ئەوەی یەكەم بریتییە لە پیاوێك لە وڵاتی بیلا رووسیا، كە بۆ ماوەی (٣٧) ساڵە قژی نەبڕیوە، ئەوەی سەیر بێ قژی وەك پارچە قوماشێكی كۆن دەردەكەوێ.

ئەوەی دووەمیش پیاوێكی هیندییە، نزیكەی (٢٥) ساڵە سمێڵ و ردێنی نەتاشیوە، هەر یەكەیان بە هیوای ژمارەیەكی پێوانەییە بۆ ئەوەی لە جیهاندا بە درێژترین قژ و سمێڵ تازەترین ژمارە پێوانەییەكان تۆمار بكەن!

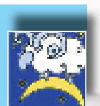
پێشبڕكێ بۆ ش

ساڵانە چەندین جۆر پێشبڕكێی تایبەت و سەیر بۆ گیانداران ئەنجام دەدرێن، یەكێك لەم پێشبڕكێیانە لە نێوان گیاندارە خۆماڵییەكان بەڕێوە دەچێ.

لە وڵاتی كەنەدا پێشبڕكێیەكی گەورە بۆ چێڵەكانی ئەو وڵاتە ئەنجام درا، لەم پێشبڕكێیەدا چێڵەكان بە جوانترین شێواز رازاندرابوونەوە،



كاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

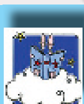


ئەگەر لەسەر ئەو بەرنامەیەی ئێستا بەردەوام بیت چاوەڕوانی ئەنجامی دڵخۆشكەر مەبە، هەندێ لە گرفتەكانت پێویستیان بە دۆزینەوەی چارەسەری خێرا هەیە بە تایبەتی ئەوانەی لایەنی كۆمەڵایەتی دەگرنەوە.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

یەكێك لەخاڵە لاوازەكانی كەسانی خاوەنی ئەم بورجە بایەخ نەدانە بە جێبەجێكردنی بەڵێنەكانیان، واباشە پێش ئەوەی بەڵێنێك بدەن بە باشی بیربكەنەوە كە ئایا توانای جێبەجێكردنیان هەیە یان نا ئەو كاتە بڕیار بدەن.

دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠

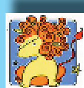


پەیوەندییەكی چاوەڕواننەكراو لەڕێگادایە و سەرنجی ئەو كەسە بۆ خۆت ڕادەكێشیت كە شاسواری خەونەكانتە، بەمەش سەرەتایەكی نوێ لەژیانت دەست پێدەكات و لەجاران زیاتر هەست بە بەختەوەری دەكەیت.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

وادیارە زۆربەی گۆڕانكارییەكان لەبەرژەوەندی تۆ دان، دەرفەتێكت دێتە پێش بە جوانی بیری لێ بكەوە و دەكرێت بەهۆیەوە باری ئابووریت باشتر بكەیت، وەڵامی ئەو پرسیارەت دەست دەكەوێت كە دەمێكە ئارەزووی زانینی دەكەی.

شێر ٣/٢٣ - ٨/٢٢



هەفتەیەكی زۆر خۆش دەبێت، زۆر هاوڕێ و كەسی خۆشەویستت دەبینیت كە دەمێكە نەتبینیون، دوای ماوەیەكی كەم بەیەكجاری ڕووداوە ناخۆشەكانی ڕابردووی ژیانت لەیاد دەكەیت و ڕۆژانێكی نوێ و خۆشتر لەڕابردوو چاوەڕوانت دەكات.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

هەست بە ترس مەكە كاتێك خۆشەویستەكەت گفتۆگۆت لەگەڵ دەكات لەبارەی هەندێ بابەتی هەستیار، ئەو هیچ مەبەستێكی وای نییە كە زیانی بۆت هەبێت تەنها دەیەوێت لە وەفاداری تۆ دڵنیا بێت و تۆش وەڵامی پرسیارەكانی بدەوە.

ئا/ هێمن قەسرەیی

مۆدە سەیرەکانی تاتۆ و کوتانی جەستە

ماوەیـــەك لەمەوبـــەر باســـی جۆر و شـــێوازەکانی تاتۆمـــان کـــرد، کە وەك ڕێگەیـــەك بـــۆ کوتانی جەســـتە ئامادە دەکرێت، ئەمەش بـــۆ جوانی و ڕازاوەیی لە شـــێوازەکان، کەچی بەم دواییە چەند کوتانێکی دیکـــە دەرکەوتووە کە لەوانەی پێشوو جیاوازترن.

لە وڵاتی بۆلیڤیا، کە وڵاتێکە بە تاتۆ و کوتان بەناوبانگە، یەکێك لە ســـەیرترین تاتۆوەکان بریتی بوو لە تاتۆ لە سەرتاپای سەری پیاوێك، لەوەش سەیرتر تاتۆی سەر زمانیش پەیدا بـــووە، زمانی مرۆڤیان بە جوانترین و سەیرترین شێواز کوتاوە و کاری تاتۆیان بۆ کردووە.

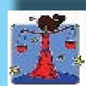
وێنە و نەخش لەسەر جەستەی بۆق

ئەوانەی خاوەن حەز و ئاواتە سەیرەکانن، بە چەندین شێواز کارەکانی خۆیان ئامادە دەکەن، بە جۆرێك ئەگەر لە کارەکانیاندا گرفتیشیان بۆ بێتە پێش، هێشتا گوێی پێنـــادەن و کارەکانیان ئەنجـــام دەدەن، یەکێك لە حەزە ســـەیرەکانی گەنجێکی وڵاتی هەنگاریا، وێنەکێشـــانە، حەز بە ڕەنـــگ کردنی گیانـــدارە بچووکەکان دەکات.

ئەم گەنجە ناوی (میتش)ە و تەمەنی (٢٩) ســـاڵە، کاری ئەم گەنجە وێنە کێشانە لەســـەر گیاندارە بچووکەکان، لەوانـــە (بۆق)ی وەك خۆشەویســـترین گیانـــدار وەرگرتـــووە، ڕۆژانە دەچێتە ئەو شـــوێنانەی بۆقی لێیە، دەیانگرێ و دوای ڕەنـــگ کردنیـــان بە نەخش و ڕەنگێکـــی جوانەوە، دووبارە دەیانخاتەوە بۆ ئەو شـــوێنانەی کە لێـــوەی ڕاوی کردوون.

ـــاجوانی گیانداران

بـــەڕای بەڕێوەبەرانی پێشـــبڕکێکە کامە چێڵ زۆر جوان و ڕازاوە بێ، بە شاجوانی پێشبڕکێیەکە دەستنیشان دەکرێ. هەواڵێکی سەیری بەم بابەتە سەیرەوە ئەوە بوو کە لە وڵاتی ئـــوردن وەك نارەزایییەك بەرامبەر ڕۆژی ڤالانتاین چەند گوێدرێژێکیان بە ڕازانەوە و جوانکاری بەنێو شەقامەکاندا دەسووڕاندەوە.

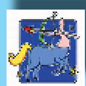


تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

لەوانەیە بەهۆی ســـەرقاڵ بوون بە کاروباری ژیانی تایبەتیتەوە هەندێ هەست بە ماندووبوون بکەیت و ئارەزووی پشـــوودان دەکەی، بەڵام ئەوەت لەبیر نەچێت ئەو کارەی ئێســـتات ئایندەت دیاری دەکات، تا دەتوانی گشت تواناکانت بەکاربێنە.

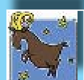
دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

ئـــەم هەفتەیە بیر لە دۆزینـــەوەی ڕێگایەك بکەوە بۆ کەمکردنەوەی خەرجیەکانت، مەرج نییە هەموو کاتێك وەك ئێســـتا باری داراییت باش بێت، دیاریەکت پێ دەگات لەلایەن خۆشەویستەکەتەوە و پەیوەندیتان بەهێزتر دەبێت.



کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

هەموو کاتێك بـــڕوات بە خۆت هەبێت و ئەو کارە ئەنجـــام بـــدە کە خۆت حـــەزت لێیە و دڵنیای لەســـەرکەوتنت تێیدا، هەموو کاتێك ئەوە هەڵبژێرە کە دڵنیابیت تێیدا ســـەرکەوتوو دەبیت نەك ئەوەی خەڵك ئارەزووی دەکەن.



گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

پێویست ناکات زیاد لەپێویست کاتی خۆت تەرخان بکەی بۆ ئەو کارانەی سوودت پێ ناگەیەنن و تاڕادەیەك پەیوەندییان پێتەوە نییە، لەجیاتی ئەوە هەندێ کاری گرنگتر هەن کە پێویستە ئەنجامیان بدەی و سوودیان بۆت هەیە.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

دووبارە کەسێك دێتە ناو ژیانت کە لەڕابردوودا دەتناســـی و زۆر نزیك بوو لـــە تۆ، پەیوەندیە کۆمەڵایەتییەکانـــت بەهێزتـــر دەبـــن، ئەگەر ڕۆژێك لەرۆژان بەرامبەر کەسێکی خۆشەویستت بێ وەفا بوویت داوای لێبووردنی لێ بکە.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

ئێستا لەهەر کاتێك زیاتر پێویستت بەوە هەیە بڕیارێکـــی خێرا بدەی لەبـــارەی داهاتووی ژیانت، ئەگەر کەســـێکت خۆشدەوێت ئێستا پێی بڵێ، ئەگەر نا پەشیمان دەبیتەوە و ئەو کاتە پەشیمانی هیچ سوودی نابێت.

hemntoni@yahoo.com