





بۆ به کارهینانی ئەهێ ئیس پی پیوئستیمان به راژه کاری دهبی.

ئیس پی وهرده گێردرین بۆ ئیج تی ئیم ئیل ئەو کات راژه خوازی ویتب ده توانی په رگه ی ئەهێ ئیس پی بخوینیته وه. به و شیوه یه که ئەم وینه یه ی خواره وه نیشانی داوه: کورته ی ئەم بابته:

ئەهێ ئیس پی، ته کنۆلۆژیایه کی مایکروسۆفته بۆ دروستکردنی مایپه ری چالاک و ده ورئکی گرنگی هه یه، بۆ نمونه ئەگه ره بمانه وێ مایپه ریک بۆ بازرگانیکردن دروست بکه ین ئەوه زانینی ئەهێ ئیس پی زۆر باشه ئەگه ره شاره زاییمان له باره یه وه هه بی. ناوه یانی ئەهێ ئیس پی وه ک زمانیک، هه له یه، چونکه ئەهێ ئیس پی زانستیک ته کنۆلۆژیایه و نه ک زمان. هه ره وه ک پیشتەر بسمان کرد

### دوورنیه مۆبیله کهت خله فاوت نه کات!



خویندنی بالا و لیکۆلینه وه زانستیه کان، رابده گه یهنن که له ئەنجامی زۆر به کارهینانی مۆبایل دا، دوور نیه دوچارى نه خوئى مێشک بیهت. ئەمهش له ناکامی کاریگه ری تیشکی مۆبیله وه بۆ سه ره خانه کانی مێشکی مرۆف. تیشکانی مۆبایل به ریزه یه کی زۆر بۆ سه ره، خانه ده ماره کانی مێشک ئەکوژیت یاخود تووشی پیر بوون و باش کار نه کردنیان ده کات، ئەمهش توانای به رگه ری که م ده کاته وه و، مه ترسی تووش بوونت به له بیرچونه وه و جوړیک له که م ئەقلی یان بی توانایی کۆنترۆل کردنت ده کات، وه ک پیریکی خله فاو. له سوید تاقیکردنه وه یه کیان بۆ ئەم مه به سه ته ئەنجامدا، هاتن (۳۲) جرجیان له ژیر لیدانی تیشکدا به ریزه ی جیاواز بۆ ماوه ی دوو کاتر مێر دا نا. له و سی و دوو جرحه، هه شتیان له ژیر لیدانی تیشکیکی زۆردا بوون، له ئەنجامدا حه وت جرجیان زۆر له خانه کانی مێشکیان مرده بوو، وه خوئشان سا (۵۰) رۆژ ژیان.

دوای ئەم تاقیکردنه وه یه، لیکۆله ره وه کان و تیان که دنیان نیا ئەو تیشکه هه مان کاریگه ری بۆ سه ره مێشکی مرۆف هه یه وه ک کاریگه ری بۆ سه ره مێشکی ئەو گیاندارانه ی تاقیکردنه وه یان له سه ره کر اوه یان نا، له گه ل ئەوه شدا دوایان کرده وه که مۆبیل دا هینانیکى باشه، به لام زیانیسی زۆره و ئەنجامی خراپی هه یه. یه کی له توێژه ره وه کان وتی، به شیکی زۆر له نه وه ی ئەمرۆ که زۆر مۆبیل به کار ده یینن پاش (۲۵) سالی تر مێشکیان وه ک پیوئست کار ناکات. بۆیه سنوور دانان بۆ به کارهینانی سوودمه نده. بۆ که م کردنه وه ی مه ترسی:

- بیستۆکی تابهت به مۆبیل (handsfree) به کار بهینه و، ئەگه ره کرا مۆبیله که له سه ره مێزیک دا بنی، به م شیوه یه (۹۵٪) ی مه ترسی که م ده که یته وه.
- مۆبایلێک هه لبرێره که که مترین تیشکانی هه بیت.
- ئەو مۆبایلانه ی ئاریلیان هه یه به جوړیک ده رنه کیشرین و له سه ره که ی دوور ئەخرینه وه تیشکان که م ده که نه وه.
- ئاریلیکی ده ره کی به مۆبیلی ناو ئۆتۆمبیله که ته وه به سه ته، له شی ئۆتۆمبیله که تیشکان زیاد ده کات، ئاریله ده ره کییه که به ره رچی ئەداته وه.
- دوورخستنه وه ی له ژنی دووگیان پیوئسته، هه ره نه بی (۲۵) سم.
- هه ول بده قسه ی زۆر پی نه که یهت.

سه رچاوه / <http://www.aftonbladet.se/halsa/halsa.html>