عذر خواهی از...

«این یک پیغام است که ما تا هنوز طالبان را از کمربند عواطف و دوستی بیرون نکردیم، و امیدوار هستیم که آنها هم متوجه شوند، و رییس جمهور هم متوجه شده که یک فرست مناست است برای آغاز تماس تفاهم، و این ضرورت مخالفین مسلح هم است.»

این عکس العمل ها پس از آن مطرح شده است که هفتهء گذشته رییس جمهور غنی در یک سخنرانی در موسسه تحقیقاتی انستیتوت صلح در واشنگتن گفته است که طالبان با توجه به شکنجه و بدرفتاری که متحمل شده اند، نارضایتی مشروع دارند و ضرور است تا راهی برای عذر خواهی از این گروه پیدا شود.

با اینحال محمد امین وقاد عضو شورای عالی صلح افغانستان تاکید می کند که برای ایجاد روابط خوب با کشور های منطقه و جهان لازم است تا در افغانستان صلح تامین گردد و طرف ها برای این هدف تلاش ورزند.

از سوی دیگر شماری از کارشناسان سیاسی انتقاد می کنند که در جریان جنگ های افغانستان طرف های درگیر حقوق بشر را رعایت نکرده اند و شماری از باشنده گان کشور را شکنجه نیز کرده اند.

اما عبدالغفور لیوال رییس انستیتوت مطالعات منطقوی افغانستان به رادیو آزادی گفت، برای کامیاب شدن تلاش های صلح عذر خواستن از طالبان لازم است.

وی می گوید، عذر خواهی از این گروه تا اندازهء که حتی غرامت داده شود و تا حد امکان نقش آنها در پروسه سیاسی افزایش یابد می تواند به روند صلح اثرگذار باشد:

«بخاطر ایجاد فضای اعتماد در آینده نه تنها اینکه از واقعات گذشته معذرت خواهی شود و آن هم مطابق فرهنگ افغانستان که این معذرت باید قابل پذیرش باشد، بلکه تلاش شود که در آینده هیچ گونه نقض موازین حقوق بشری در مقابل مخالفین که شامل شرایط کنوانسیون های بین المللی می شوند، صورت نگیرد.»

طالبان در این باره تا اکنون اظهار نظر نکرده اند، اما دیدگاه های متفاوت در باره اینکه باید از طالبانی که به علت شکنجه شدن نارضایتی دارند، با مخالفت های همراه است. در حالیکه شماری از کارشناسان این کار را برای روند گفتگو های صلح مثبت می دانند، اما شماری دیگر از این کارشناسان مخالف این دیدگاه رییس جمهور هستند.

آنان تاکید می کنند که مقامات افغان باید در روند گفتگو های صلح کشور های منطقه مخصوصاً پاکستان را در اولویت قرار دهند.

این کارشناسان هشدار می دهند، تا زمانیکه کشور های منطقه مخصوصاً پاکستان در آوردن صلح در افغانستان همکاری های صادقانه نکنند، تامین صلح در این کشور نا ممکن است. (رادیوآزادی)

قاتل خبرنگار ...

الله اکبر، با کلاشینکوف به آنها آتش گشوده است.

نقیب الله، ۲۶ ساله، در جریان روند محاکمه دلیلی مشخصی برای قتل ارائه نکرده است تنها در یک مرحله گفت که «انسان نورمالی نیست.»

قبل از این، دادگاه ابتدایی، در جولای ، نقیب الله را به جرم قتل این خبرنگار به اعدام محکوم کرده بود. او درخواست تجدید نظر کرد و پرونده به دادگاه استیناف رفت.

دادگاه استیناف حکم ۲۰ سال زندان را صادر کرد. حالا، در مرحله آخر، دادگاه نهایی از تصمیم دادگاه استیناف حمایت کرده است.

فیصله دادگاه نهایی فیصله آخر است، ولی احتمال دارد با برخورد نیک زندانی، شمار سال‌ها پایین بیاید. (بی بی سی)

عکس العمل ریاست...

مشترک صورت گیرد تا نتیجه قابل قبول به دست آید:

« در مورد اعضای که تعیین شده مذاکره میان دو طرف صورت گرفته، اما در مورد اینکه چه کسی رییس باشد مذاکره نشده بود، یک کسی معرفی شده به عنوان رییس کمیسیون اصلاحات انتخاباتی به همین دلیل چون مذاکره صورت نگرفته در واقع به باور ما یک تخطی از دستور توافقنامه سیاسی است، باید دوباره مذاکره صورت گیرد و در نتیجه گفتگو های مشترک ما به یک نتیجه دست یابیم.»

به تازه گی عبدالله عبدالله رییس اجراییه حکومت وحدت ملی نیز در مصاحبه با برخی از رسانه گفت که در باره تعیین رییس کمیسیون اصلاحات انتخاباتی، ملاحظاتی دارد.

به اساس توافقنامهء حکومت وحدت ملی، رییس جمهور بلافاصله پس از تاسیس حکومت باید کمیسیون خاصی را به هدف اصلاح نظام انتخاباتی افغانستان، طی یک فرمان ایجاد می کرد.

اما پس از گذشت حدود شش ماه از آغاز به کار این حکومت، حدود دو هفته قبل رییس جمهور اشرف غنی پیش از سفر اش به ایالات متحده امریکا، طی فرمانی رییس و سایر اعضای کمیسیون اصلاحات انتخاباتی را معرفی کرد.

به اساس فرمان رییس جمهور ریاست این کمیسیون را شکریه بارکزی بر عهده دارد و صدیق الله توحیدی به صفت معاون اش کار خواهد کرد.

شاه سلطان عاکفی و وژمه فروغ به عنوان منشی و علی امیری، عبدالقدیر کریاب، بشیر فاروق، محمد امین احمدی، فیض الله ذکی، کاوون کاکر، صبرینا ثاقب، گل احمد مددزی، عزیزالله رفیعی، عبدالمجید غنی زاده، تادامیچی یاموتو، نماینده سازمان ملل به عنوان اعضای دیگر این کمیسیون تعیین شده اند.

در این حال اکسین یا شبکه جامعه مدنی برای انتخابات انتقاد دارد که در گزینش اعضای کمیسیون اصلاحات انتخاباتی به معیار، تخصص، و تجربه در بخش انتخابات توجهء لازم صورت نگرفته است.

جانداد سپین غر رییس این شبکه به رادیو آزادی گفت، اگر اختلافات میان دو تیم سیاسی روی ترکیب کمیسیون اصلاحات انتخاباتی هر چه زودتر برطرف نگردد، این روند با بن بست روبرو خواهد شد:

«با تاسف که می بینیم از آغاز کمیسیون اختلاف جدی میان دو تیم سیاسی وجود دارد، در رابطه به ترکیب، هیئت رهبری و این مساله نگرانی را به وجود می آورد که در مدت باقی مانده، زمانی که بالای بخش های مختلف از اصلاحات بحث ها صورت می گیرد، اختلاف دیده گاه دو تیم شاید سبب شود که این روند به بن بست برود.»

کمیسیون اصلاحات انتخاباتی وظیفه دارد تا اصلاحات بنیادی را در قانون انتخابات، مقررات در این خصوص و همچنان تغییر و تبدیل برخی از کارمندان کمیسیون های انتخاباتی به میان آورد.

تا حالا ریاست جمهوری افغانستان در رابطه به عکس العمل ریاست اجراییه افغانستان در باره تعیین رییس این کمیسیون، تبصره نکرده است.

اما مسوولان نهاد های ناظر انتخابات می گویند، در صورتیکه اختلافات میان دو تیم سیاسی بر سر تشکیل کمیسیون اصلاحات انتخاباتی پا بر جا بماند، نتیجه کار این کمیسیون هم قابل قبول مردم افغانستان نخواهد بود. (رادیوآزادی)

برشنا: مشکل برق ...

حل خواهد شد. مسئولان اتاقهای تجارت و صنایع میگویند که شرکت برشنا وعده کرده بود که در چهار هفته کار بازسازی پایههای به زمین افتاده در سالنگ را خلاص کند؛ اما با گذشت یک ماه هنوز از برق دایمی در شهر کابل خبری نیست.

وحیدالله توحیدی سخنگوی شرکت برشنا اظهارداشت: «ما پنج روز کاری ضرورت داریم؛ با خوب بودن هوا در سه روز کاری یک پایه دیگر بافت میخورد و در دور روز دیگر لین کشی میشود که در پنج روز دیگر برق کابل وصل میشود».

مسئولان اتاقهای تجارت و صنایع میگویند که نبود برق سبب رکود بازرگانی در بازارهای پایتخت و ایجاد مشکلاتی در بخش صنایع شده است.

عبدالقدیر بهمن معاون هیأت عامل اتاقهای تجارت و صنایع گفت: «شرکت برشنا آمادهگیهای لازم و وسایل کافی را برای حل این مشکل نداشت؛ این شرکت باید در این باره توجه جدی کند». (طلوع نیوز)

پولیس در تلاش ...

فرا خوانده شده بود گفت، ارگان های عدلی و قضایی باید بخاطر بررسی دوسیه افراد متهم با آنها همکاری نمایند.

آقای علومی در این رابطه در کمیسیون امنیت داخلی ولسی جرگه گفت:

«ما دوسیه را تکمیل کردیم در مورد ۲۸ نفر که فعلاً متهم است، در حدود ده الی یازده نفر دیگر هم تحت پیگرد ما قرار دارد که آنها بدست بیایند که سطح متهم بودن آنها تا چه اندازه در این معامله دست دارند دوسیه ۲۸ با ۱۷ نفر منسوبین پولیس حوزه دوم امنیتی ما از آمر حوزه شروع تا پایان تمام آنها را به سارنوالی سپردیم. «

آقای علومی همچنان از لوی سارنوالی خواست تا هر چه زودتر دوسیه افراد متهم را بررسی کرده و به خاطر فیصله نهایی به محکمه بفرستد.

مقامات لوی سارنوالی روز شنبه گفته بودند که به اتهام قتل فرخنده دوسیه ۴۶ تن به این اداره رسیده که نزده تن آنان پولیس و متباقی مردم عام می باشند.

آنها می گویند، در مدت یک ماه این دوسیه ها بررسی و نتیجه تحقیقات شان اعلام خواهد شد.

حدود ده روز قبل فرخنده به اتهام سوختاندن نسخه از قرآن کریم در مقابل زیارت شاه دو شمشیره توسط مردم عام به قتل رسید و جسد را آتش زدند.

بعد از وقوع این حادثه وزارت داخله و کمیسیون حقیقت یاب گفتند که فرخنده بی گناه بوده است.

در همین حال ظاهر قدیر معاون اول ولسی جرگه نیز از ارگان های عدلی و قضایی کشور خواست تا از تحقیقات چشم پوشی نکنند و دوسیه قتل فرخنده را به گونه جدی بررسی نمایند:

«خواست ما از ارگان های عدلی و قضایی اینست که از حقیقت نباید چشم پوشی نمایند و در این مساله هر کسیکه دست داشته باشد خارجی و یا داخلی باید تمام آنها شناسایی شوند و این قضیه نباید خاموش باقی بماند.» (رادیوآزادی)

مشکلاتی ناشی از ...

یافته است. محمد عثمان بابری سرپرست وزارت تحصیلات عالی افغانستان روز یک شنبه ۹ حمل ۱۳۹۳ به پرسش های سناتوران در مشرانو جرگه پاسخ داد. آقای بابری گفت: «ما که ارقام (ناکام های کانکور) را با بسیاری کشورهای دیگر مقایسه می کنیم، ارقام ما بسیار تکان دهنده نیست یعنی خوب است. برعکس ما فکر می کنیم که به کمیت پرداخته ایم و به کیفیت توجه نکرده ایم.»

افغانستان از نظر داشتن کدرهای علمی و تحصیلی با مشکلات زیادی روبرو است. سالانه هزاران افغان برای تداوی به بیرون از افغانستان برای تداوی می روند. حکومت معاش های بسیار گزافی برای انجنیران خارجی می دهد و به دلیل نبود افراد متخصص، وزارت خانه ها مجبورند مشاوران خارجی استخدام کنند.

مقام های وزارت تحصیلات عالی می گویند تعداد محدودی از دانشجویان که برای به دست آوردن سند ماستری و دکترا به کشورهای خارجی رفته اند، نمی توانند درد افغانستان را دوا کنند.

آقای بابری گفت نیاز به افراد متخصص ایجاب می کند که دولت بودجه کافی برای رشد تحصیلات عالی اختصاص دهد: «من فکر می کنم اگر تحصیلات عالی جور نشود، افغانستان قطعاً جور نمی شود. ۲۰، ۵۰ یا هزار نفری که نیمی از آن ها از خارج نمی آیند. فرزندان وطن حق دارند تا تحصیلات عالی داشته باشند. دولت باید مکلفیت های خود را ادا کند.»

در حال حاضر رشته های بسیار اندکی در دانشگاه کابل در مقطع ماستری تدریس می کنند. تنها شانسی که برای دانشجویان افغان برای ادامه تحصیلات میسر است، دریافت بورسیه های تحصیلی است و این بورسیه ها نیز بسیار محدود اند.(دویچه وله)

حکومت: تا ۲۰۱۸ ...

نهاد های کمک کننده بریتانیا بزرگترین تمویل کننده گان بزرگ این پروژه ما است. «

وزارت های مالیه،انکشاف دهات و فواید عامه از یک سال بدینسو سروی را به هدف دریافت راه حل ها ومشخص شدن هزینه ساخت جاده ها در تمامی قریه های کشور انجام داده و قرار است نتایج این سروی را به نهاد های کمک رسان جهانی نیز شریک سازند.

بریتانیا،بانک جهانی،بانک آسیایی واداره انکشاف بین المللی ایالات متحد امریکا در افغانستان از تمویل کننده گان بزرگ این برنامه هستند.

وزارت انکشاف دهات می گوید که با ساخت جاده ها در دهات ها و ولسوالی های کشور نه تنها در زنده گی ده نشینان سهولت ایجاد می شود بل این کار می تواند موثریت اقتصادی را نیز به همراه داشته باشد.

طارق عصمتی معین برنامه های ملی راه سازی وزارت انکشاف دهات می گوید که با ساخت جاده های مواصلاتی در قریه های افغانستان در کنار سهولت به زنده گی مردم زمینه کار برای باشنده گان کشور فراهم می شود و از سوی دیگر این کار به انکشاف اقتصادی نیز تاثیرگذار خواهد بود: « با استفاده از معلومات این سروی امیدوار هستیم بتوانیم موثریت اقتصادی مان را بررسی کنیم که تا چه اندازه ساخت جاده ها و پُل های مواصلاتی درکنار سهولت به زنده گی مردم تا چه پیمانه توانسته است به انکشاف اقتصادی کشورمان تاثیر گذارباشد. «

در این میان بررسی های وزارت انکشاف دهات و فواید عامه نشان می دهد که برای سهل سازی زنده گی چهل هزار ده نشین و حل چالش های مواصلاتی در قریه ها و ولسوالی های کشور به ساخت نود هزار کلیومتر جاده نیاز است.

از سوی دیگر وزارت فواید عامه می گوید که ساخت جاده ها در کشور نیاز به هزینه ی بسیار دارد و از جامعه ی جهانی می خواهند تا افغانستان را در ساخت این جاده ها کمک کند. (رادیوآزادی)

مردم: اپارتمانهای...

همین قضیه را دارند که اول به ما فروخته شدند و بعداً به کسی دیگر سودا شد. اگر من داخل میرفتم که یک الماری یا چیزی درست کنم دو روز بعدش یک صاحب دیگر پیدا میکرد که جنجال میشد. »آقای فهیم می گوید نه تنها وی بلکه هشتاد در صد کسانی که از شرکت البرز اپارتمان خریده اند به این مشکل گرفتار هستند.

عبدالرازق وکیل بلاک سی در بلند منزل های رهایشی البرز می گوید که بعضی از اپارتمان ها حتی به پنج نفر به فروش رسیده است و جنجال ها در مورد ادامه دارد:

« یک یا دو خانه نیست، یک خانه را بالای پنج نفر فروخته اند، فعلاً هم در زینه اول منزل چهار در همین مورد جنجال است. «

تا کنون کار ساختمانی چهار بلاک رهایشی شرکت البرز پایان یافته که شامل ۲۷۲ اپارتمان می شود و در بسیاری آنها مردم زندگی میکنند.

از سوی هم امکا یا اتحادیه کارگران افغانستان می گوید زمین که شرکت البرز در آن بلاک های رهایشی ساخته است به اساس یک قرارداد قبلی به این شرکت سپرده شده است.معروف قادری رییس این اتحادیه می گوید که در سال ۱۳۸۴ یک پروتوکول با شرکت البرز به امضا رسیده است که بربنیاد آن باید چهل درصد اپارتمان های آن به کارگران این اتحادیه واگزارشود.آقای قادری حاجی توریالی رییس شرکت البرز را به تقلب کاری متهم می سازد و میگوید که به تعهدات اش عمل نکرده است:

« یک شخص متمرد است و فساد که در بعضی جاها حاکم بوده از همین وضعیت استفاده کرده و حق ما را نداده است. « آقای قادری می گوید که به لوی سارنوالی و کمیسیون عدلی وقضایی ولسی جرگه نیز درمورد مراجعه کرده اما به مشکلات شان رسیدگی صورت نگرفته است. دراین حال بلال یکی دیگر از باشنده های بلند منزل های رهایشی شرکت البرز میگوید کهشماری از کارمندان لوی سارنوالی افغانستان دربرخی اپارتمان های آن زندگی می کنند و به همین دلیل به گفته وی به شکایت آنان رسیدگی صورت نمیگیرد.

با تلاش های زیاد در مورد این ادعای باشندگان اپارتمان های البرز مسوولان لوی سارنوالی افغانستان از جواب دادن در مورد خود داری ورزید.(رادیوآزادی)

بیش از صد پولیس...

افراد واشخاص است که از پنج الا شانزده سال حبس سراش برآمده است و به اتهام قباحت و جرم و جرایم که مرتکب شده بودند، بازداشت و به پنجه قانون سپرده شدند. » آقای احمدزی همچنان گفت، از این میان، ۴۲ پولیس محلی تنها در ولایت قندز بازداشت و به پنجه قانون سپرده شده اند.

حدود چهار سال قبل پولیس محلی درچوکات وزارت داخله افغانستان به هدف تامین امنیت در محلات ، جلوگیری از نفوذ مخالفین مسلح ،اعتماد سازی ،مشارکت ، جلب همکاری مردم و نزدیک شدن فاصله بین مردم و دولت ایجاد شد. با آنکه مسوولان وزارت داخله همواره از موثریت این پولیس در تامین امنیت مناطق دور دست یاد آورشده اند، اما از سال ۱۳۹۱ هجری شمسی به اینسو، باشنده گان برخی از مناطق در ولایات غزنی، سرپل و شماری ازولایت دیگر از برخورد نامناسب این پولیس با مردم عام، شکایت کرده اند. این باشنده گان ادعا داشته اندکه پولیس محلی، مردم را مورد آزار و اذیت قرار داده و در برخی موارد قوماندان هایآنها با استفاده از قدرت، به اعمالی چون دزدی، قتل، لت و کوب مردم و اختطاف دست می زنند.

با آنکه علیشاه احمدزی رییس پولیس محلی می گویدکه برخی از اخلال گران هم تلاش می کنند تا پولیس محلی را بدنام سازند، اما بخاطر بررسی همچون موارد، یک هیبت هم اکنون در برخی از ولایت کشور،مصروف کار است: « در سراسر افغانستان از طرف قوماندانی عمومی پولیس محلی هیبت ها توظیف شده همچون مسایل و موضوعات را بررسی کند، از میان بیست و نو ولایت که پولیس محلی درآنها حضور دارند درهژده آن رسیده گی شده و متباقی اش هم درحال بررس قرار دارند.» (رادیو آزادی)

آگاهان: گفتو...

نتایجی برسند. اما اکنون روزهای پایانی ماه مارچ را میگذرانیم و هنوز هیچ سخنی از پیشرفتها در روند صلح شنیده نمیشود.

درهمین حال رئیس اجرائیه میگوید که در میز گفتوگوهای صلح یک زن هم حضور خواهد داشت.

عبدالله عبدالله رئیس اجرائیه اظهارداشت: «این خواست مردم افغانستان است و زنان که بیشتر از نیم جامعه را میسازند حق دارند که از زنان در این گفتوگوها نماینده داشته باشند و این یک مزیت خوب خواهد بود.»

تا هنوز ترکیب هیأت گفتوگو کننده از سوی حکومت مشخص نشده است و زمان آغاز این گفتوگوها هم روشن نیست، اما ظاهراً دو طرف در این مدت به توافقاتی دست یافتهاند.

محمداسماعیل قاسمیار مشاور جهانی شورای عالی صلح در این باره گفت: «حکومت وحدت ملی با جدیت این موضوع را پیگیری میکند و روی یک چارچوب توافقاتی هم صورت گرفته است، اول اینکه همه آزادانه و در فضای امن در افغانستان این گفتوگوها را پیش ببرند، دوم اینکه هر دو طرف با هیچ پیش شرطی به مذاکره بپردازند.»

شانه خالی کردنهای پاکستان در روند گفتوگوهای صلح و بازیهای استخباراتی این کشور یکی از مهمترین «سدها» در برابر گام نهادن صلح به جلو پنداشته میشود.

فوزیه کوفی نمایندهی مردم در مجلس گفت: «دولت افغانستان در نخست بسیار سر پاکستان اعتبار کرد و با عجله به این رویداد پرداخت و حالا درک کرده است که پاکستان در ۱۰ گذشته در این باره صادق نبود و از این به بعد هم صادق نمی باشد.»

مهمترین تلاش رهبران حکومت وحدت ملی، شاید برای دستیابی به صلح بوده است، رئیس جمهور در شش ماه گذشته بر هر دری که از آن احتمال کمک صلح بر میآمد زد و در درازای سه ماه دو بار به عربستان سعودی رفت.

اما یک مورد را باید به یاد داشت و آن اینکه این تنها آغاز گفتوگوهای صلح است که به روی تمامی کمکاریهای حکومت وحدت ملی در شش ماه گذشته پرده خواهد گذاشت. (طلوع نیوز)

فرخنده فریاد عدالت...

فرخنده جوان شعار دادند که به اتهام ثابت نشده سوزاندن قرآن در کابل پایتخت افغانستان به قتل رسید. بیشتر معترضان افغان های مقیم آلمان بودند، اما میان آنها مردمی از دیگر ملیت ها نیز حضور داشتند.

در چند روز گذشته در ایالات متحدهٔ امریکا، کانادا، آسترالیا، آلمان، فنلند، هند، ایران و پاکستان گردهمایی های اعتراضی برگزار شده و از حکومت افغانستان خواسته شده که عاملان قتل فرخنده را بازداشت کرده و مجازات نماید. همزمان با این سارنوالی افغانستان از بازداشت ۴۶ تن در پیوند با این قتل خبر داده است.

بانو فرخنده به تاریخ نوزدهم مارچ زمانی به قتل رسید که بر وی اتهام زده شد که نسخه ای از قرآن را در زیارت شاه دو شمشیره آتش زده است؛ اتهامی که به گفته وزارت داخله افغانستان تاکنون هیچ سندی برای اثبات آن به دست نیامده و بی اساس است.

حقوق بشر در افغانستان

پس از آنکه مشخص شد این دختر جوان بی گناه بوده و قربانی احساسات شماری از افراطیان شده، اعتراضات گسترده ای در برخی ولایت های افغانستان برای چند روز پی در پی راه اندازی شد. انعکاس این رویداد به اندازه ای گسترده بود که سازمان ملل قتل فرخنده را شدیدا محکوم کرد و سازمان های حقوق بشری خواهان رسیدگی جدی به این قضیه شدند.

ناجیه افشاری، یکی از سازمان دهندگان گردهمایی اعتراضی روز شنبه ۲۸ مارچ ۲۰۱۵ در هامبورگ می گوید یکی از خواست های معترضان از اتحادیه اروپا، تجدید نظر در مصرف کمک ها به افغانستان بود. به گفته وی موسساتی که برای دفاع از حقوق بشر کار می کنند، اکثرا برنامه های ناموفقی داشته اند.

وی به این باور است که یکی از عوامل قتل فرخنده عدم جدیت جامعه بین المللی برای آسیب شناسی جامعه افغانستان و مصرف کمک ها برای رفع این آسیب ها بوده است: «اکثرا جوان های بین ۱۶ تا ۲۸ ساله که چشم و امید آینده افغانستان هستند، به این خشونت دست می زنند. این باید آسیب شناسی شود. مثلا کمک های جامعه بین الملل و اتحادیه اروپا برای تامین حقوق بشر در افغانستان به معنای نشاندن چند کمیشنر و یا برگزاری کنفرانس ها نیست. کار اساسی و بنیادی در این زمینه بسیار کم شده است.»

همزمان شهر هانوفر آلمان نیز روز شنبه شاهد گردهمایی بزرگی در تقبیح قتل فرخنده بود. در این گردهمایی شمار زیادی از شهروندان ایرانی، ترک و آلمانی تبار شرکت کرده بودند. فردوس میرآبادی، یکی از زنان ایرانی که در راهپیمایی شهر هانوفر شرکت کرده بود گفت که این گردهمایی به خاطر محکوم کردن «نقض ابتدایی ترین حقوق زنان در کشورهای اسلامی» برگزار گردیده بود.

وی افزود که زنان بیشترین ضربه را از افراط گرایان اسلامی می خورند: «از جریاناتی مثل بوکوحرام، طالبان و داعش همیشه بیشترین آسیب و ضربه را زنان می خورند. قتل فرخنده نشانگر جهل با پشتوانه دین و سندی از تاریخ بربریت در قانون حاضر است که بر صفحات ننگین تاریخ افزوده شد».

شبکه اروپایی زنان افغانستان نیز در این گردهمایی شرکت داشت. اعضای این شبکه خواهان فشار بیشتر جامعه جهانی به خصوصی اتحادیه اروپا بر دولت افغانستان برای دفاع از حقوق بشر شدند. اتحادیه اروپا نیز قتل فرخنده را شدیدا محکوم کرده است. در اعلامیه این اتحادیه آمده است: «قتل زن جوان افغان بار دیگر خطراتی را که زنان افغان به علت اتهامات بی اساس و نبود عدالت در این کشور با آنها مواجه هستند، برای ما نمایان ساخت.» مسئولان این اتحادیه نیز خواهان پیگیری جدی و مجازات عاملان قتل فرخنده شده اند.

روزهای شنبه و یکشنبه تنها در آلمان تظاهرات گسترده در کلان شهرهای هامبورگ، هانوفر، مونشن، فرانکفورت و اسن برگزار گردید. قرار است روز سه شنبه بار دیگر در فرانکفورت گردهمایی صورت گیرد. در انگلستان نیز فراخوان راه اندازی راهپیمایی در شهر لندن به روز دوشنبه داده شده است. اعتراضات در کشورهای مختلف همچنان ادامه دارند و دامنه شان گسترده تر می شود.

فاطمه مرتضی، دختری هم سن فرخنده (۲۷ ساله) است که در آلمان زندگی می کند. او چهار ساله بوده که به آلمان آورده شده است. او می گوید شب ها را به خاطر قتل بی رحمانه فرخنده نتوانسته بخوابد. با باور وی پس از این رویداد بیش از هر زمان دیگری چهره اجتماعی مسلمانان به خصوص افغان ها در آلمان خدشه دار شده است: «برخی که من را می شناسند و دوستانم هستند، درک می کنند. اما متاسفانه بقیه می گویند که تمام کشورهای اسلامی عقب مانده اند.» (دویچه وله)

دلوکر پوهنتون ...

دولایت له مرکز څخه دلرې والي په نسبت کار یې ځنډول شوي و تر دې چې په پل علم ښار کې ددغه پوهنتون لپاره مناسب ځای تثبیت شو .یوه اړونده خبرځای وویل چې ددغه پوهنتون دښتې د ډبرې دایښودلو په غونډه کې ددغه ولایت سرپرست نیاز محمدامیري ، دمشرانوجرګې دویم نایب محمد اصف صدیقي او په پارلمان کې دخلکو زیاترو استازو هم برخه لرله . (باختر)

طالبانو سره د ...

کله چې له ښاغلي مُعتصم وپوښتل شول چې دې ولې له څه مودې راهیسې فعال نه دي وې ویل «په یوه وخت کې د سولې دوه پروسې مناسب نه دي زه دافغان حکومت او طالبانو د اوسنۍ پروسې ملاتړکوم» .

ښاغلي مُعتصم وایي که دا پروسه ناکامه شوه ، دې به په خپله د روغې جوړې لپاره هلې ځلې یوواري بیا کړندې کړي آغا جان مُعتصم څه موده وراندې د سولې په لارکې ډېر فعال ؤ او په متحده عرب امارات کې یې د ځینو طالبانو په ګډون یوه غونډه هم جوړه کړې وه.ښاغلي مُعتصم د ۲۰۱۱ کال د اګست په میاشت کې د پاکستان په کراچۍ ښار کې د وسله والو له لوري په نښه شوچې په دې پښه کې ټپي شو له دغې پېښې وروسته ، نوموړي د افغان حکومت او طالبانو تر منځ د سولې په راوستو او جوړ جاړي کې مهم کس دي (بي بي سي)

صحت و سلامت

۶ خوردنی دم دست برای تسکین درد معده

احتمالا شنیده‌اید که نعناع درمانی است برای معده درد و دل پیچه، بعد از مطالعه پژوهش‌های بسیاری، اثر کلیدی نعناع بر درمان معده درد تایید شده است. نعناع با داشتن اثر ضد اسپاسم در دستگاه گوارشی، می‌تواند تاثیر سریع و محسوسی داشته باشد.

دلیل معده درد می‌تواند غذای خورده شده و یا حتی استرس و نگرانی‌های ذهنی باشد؛ دردی که مطمئنا هیچ کس تمایل ندارد از آن رنج ببرد و بدنبال راهی برای آرام کردن معده خود در خانه است. اگر از حالت تهوع و یا درد زیادی رنج می‌برید، پیشنهاد می‌کنیم پیش از هر کاری به پزشک مراجعه کنید اما در طب سنتی برخی خوردنی‌های دم دست هم برای شست‌وشوی معده یا دردهای مربوط به آن پیشنهاد شده است:

نعناع:

روغن نعناع که عصاره‌ای از نعناع است، نیز برای درمان دردهای معده استفاده می‌شود، اما برای استفاده خانگی به کسانی که از معده درد رنج می‌برند، نوشیدن چای نعناع می‌تواند بهترین پیشنهاد باشد. باید توجه داشته باشید که تمام گیاهان دارویی برای معده درد خوب نیست و ممکن است باعث سوزش معده و تشدید درد شود.

دارچین:

دارچین یکی دیگر از داروهای پرطرفدار معده درد است. ادویه‌ای گرم و خوش طعم که معده درد و حالت تهوع را با ترکیبات فلاونوئیدهایش کاهش می‌دهد. دکتر جیمز ای در کتاب «داروخانه سبز»، بهترین حالت خوردن دارچین را عنوان کرده است، باید یک قاشق مرباخوری دارچین را به مدت ۱۰ دقیقه در آب به حجم یک لیوان جوشاند و بعد نوشید.

زنجبیل:

خیلی از ما شنیده‌ایم که زنجبیل راه حل مطمئنی برای حالت تهوع است، اما بهترین حالت زنجبیل، استفاده از زنجبیل طبیعی است. بسیاری از محققان آناستازیا در مقالات خود اعلام کرده‌اند که زنجبیل می‌تواند مشکلات صبحگاهی را با سرعت درمان کند. زنجبیل را می‌توان به نوشیدنی خود اضافه کرده و آن را با چای نوشید.

کیله:

کیله در مواقعی می‌توانند تسکین دهنده دردهای معده باشد، بر طبق مقاله منتشر شده در مجله لانست، پودر کیله می‌تواند ۷۵ درصد دردهای معده را آرام کند. در طب سنتی، برای کسانی که رژیم‌های غذایی خاص تجویز می‌شود، از کیله هم استفاده می‌شود تا بتوانند از مشکلات احتمالی معده، پیشگری نمایند.

بابونه:

چای بابونه که همیشه بعنوان رایج‌ترین چای آرامبخش شناخته شده است، می‌تواند به سهولت دستگاه گوارشی را تحت فشار قرار دهد. از آنجایی که بابونه ضد اسپاسم و ضد التهاب می‌باشد به حالت تهوع و سوزش‌های سر دل کمک کند. بابونه به ناراحتی‌های معده‌ای کسانی که، معده دردهای عصبی دارند، کمک کند.

۹ راهکار برای داشتن موهای ضخیم و پرپشت

داشتن موهای بلند، مقاوم و ضخیم دغدغه بسیاری است اما همه نمی‌توانند موهایشان را بدون ریزش مو، آسیب و خشکی بلند نگه دارند.

نازک شدن موها مشکل شایعی است که دلایل مختلفی دارد. رژیم غذایی، آلودگی هوا و بی‌توجهی به موها باعث بیماری مو و پوست سر می‌شود. اما راه‌های زیادی برای مراقبت از پوست سر و مو وجود دارد که هر روز از سوی متخصصان توصیه می‌شود. چند راهکاری که در ادامه آمده نیز مفیدند:

از محصولات طبیعی استفاده کنید:

بسیاری از محصولات آرایشی و بهداشتی مو مثل حالت‌دهنده‌ها و شامپوهای برپایه مواد شیمیایی بویژه محصولات بسیار ارزان قیمت باعث خشکی و ایجاد حساسیت در مو می‌شوند. موقع خرید به برند و کیفیت شامپو توجه کنید و محصولات گیاهی بخرید.

غذای سالم بخورید:

به رژیم غذایی‌تان اهمیت بدهید. چیزی که می‌خورید و می‌نوشید در سلامت موهایتان مؤثر است. برای این‌که به رشد موها کمک کنید غذاهای حاوی پروتئین و ژینک، ویتامین ب، ث، دی و ای بیشتری مصرف کنید. دانه‌های پروتئین مثل حبوبات، سبزیجات و خشکبار بیشتر بخورید.

از سشوار و اتوی مو کمتر استفاده کنید:

اتوی مو و سشوار با حرارت گرم باعث خشکی مو و شکنندگی و ایجاد موخوره می‌شود. این عوامل باعث ریزش مو هستند و ریشه آن را ضعیف و تارهایش را نازک می‌کنند. اگر می‌خواهید زیبایی طبیعی موهایتان را حفظ کنید کمتر از سشوار و اتوی مو و هر نوع ابزار حالت‌دهنده دیگر استفاده کنید.

مراقب موی مرطوب باشید:

موهای مرطوب حساس‌تر و شکننده‌تر هستند. هیچ وقت موهای تر را با حوله حمام و با شدت خشک نکنید. آب موها را بگیرید و اجازه بدهید خودش خشک شود. موهای تر را شانه نکنید و بعد از خشک شدن ابتدا با شانه دنده درشت آنها را شانه کنید.

هر روز شامپو نزنید:

یکی دیگر از راه‌های حفظ سلامت مو پرهیز از عادت شست‌وشوی روزانه موهاست. سعی کنید موهایتان را هر سه روز یا چهار روز یک‌بار بشویید تا روغن و چربی طبیعی موهایتان از دست نرود و اصطکاک موها کمتر شود.

شامپوی تخم کتان استفاده کنید:

تخم کتان را در یک بطری شامپو با آب مخلوط کنید و چهار روز صبر کنید. سپس این محلول را برای شست‌وشوی مو استفاده کنید و اجازه بدهید بیست تا سی دقیقه روی موهایتان بماند و سپس با آب ولرم بشویید.

ماساژ با روغن گیاهی را فراموش نکنید:

یکی از روغن‌های گیاهی مثل روغن بادام یا زیتون را گرم کنید تا حدی که بتوانید آن را روی پوست بمالید. سپس روغن را روی موهایتان ماساژ بدهید. روغن‌ها باعث ایجاد رطوبت و بازسازی فولیکول‌های مو می‌شوند.

آواکادو دوست مو و پوست است:

آواکادو برای درمان و تغذیه مو بسیار مفید است و بسیاری از شامپوها بر پایه آواکادو تهیه می‌شوند. یک تکه کوچک از آواکادو را با روغن زیتون مخلوط کنید. این ترکیب را روی فرق سر ماساژ بدهید و اجازه بدهید تا حداقل بیست دقیقه روی پوست سرتان بماند و سپس با آب نیمه گرم موهایتان را آب کشی کنید.

تخم مرغ از قدیم هم توصیه می‌شده:

یکی از راه‌های سریع برای مراقبت از مو و جلوگیری از ریزش آن استفاده از تخم مرغ است. تخم‌مرغ پروتئین دارد. یک یا دو تخم مرغ زده شده را روی موها بمالید و بیست دقیقه ماساژ دهید. این روش را دوبار در هفته انجام بدهید.می‌توانید کمی روغن گرم شده نیز به آن اضافه کنید یا هر بار یکی از این روش‌ها را به کار ببرید.

یک توصیه ضروری:

به رغم همه اینها، اگر شوره سر یا هر نوع بیماری پوستی دیگر دارید (بخصوص اگر زخمی روی سر یا پوستتان هست) هیچ‌کدام از این ترکیبات خانگی را استفاده نکنید. برای درمان، همیشه و حتما با پزشک متخصص مشورت کنید.