آیت‌الله خامنه ای خواستار...

امکانات افغانستان بی اطلاع هستند و موافق تفاهم و همکاری بین دو کشور نیستند، اما ما ایران و افغانستان را از نظر امنیت و پیشرفت به مثابه امنیت و پیشرفت خود می‌دانیم».

آیت‌الله خامنه‌ای خاطرنشان کرد: «مسائل بین دو کشور، شامل مهاجرین، آب، ترانسپورت و امنیت تمامی‌شان قابل حل هستند و باید با مقابله این مسائل به طور جدی و در چارچوب مدت زمان مشخصی حل و فصل گردد.»

وی با اشاره به ضرورت حل مسئله‌ی کلیدی مهاجران تصریح کرد: «صدها هزار مهاجر افغان در سطوح مختلف در ایران مصروف آموزش هستند. مردم افغانستان بسیار با استعدادند و هوشیار و از این استعدادها باید به شکل درست آن استفاده شود، بخاطری که حضور افغان‌های تحصیل کرده برای بازسازی کشورشان ضروری است.»

رهبر مذهبی ایران همچنین ابراز امیدواری کرد که روز به روز شاهد موفقیت ملت و دولت افغانستان باشد.

در این جلسه که رئیس جمهور ایران و دیگر مقامات عالی رتبه‌ی دو کشور حضور داشتند؛ رئیس جمهور اشرف غنی درباره‌ی محتوای سفر خود به ایران سخنرانی کرد.

اشرف غنی گفت: «هدف ما این است که افغانستان را یک مرکز ارتباطات در منطقه ببینیم».

رئیس جمهور افغانستان گفت که افغانستان و ایران با تهدیدات مشترکی روبرو هستند و می‌توان روی نقاط مشترک همکاری کرد.

وی ادامه داد: «اراده‌ی سیاسی ما استوار بر گسترش روابط دوجانبه است و ما باید برای تقویت نقاط مشترک و مثبت بین دو کشور تلاش کنیم».

غنی ادامه داد که دولت افغانستان امیدوار است که مناقشات داخلی و ناآرامی‌ها را به فرصت‌های همکاری تبدیل کند وی همچنین به مشکلاتی چون شورشیان، مواد مخدر، مهاجران و آب‌های مشترک مرزی نیز اشاراتی کرد.

رئیس جمهور افزود: «مسایل میان دو کشور باید براساس اراده‌ی سیاسی هر دو دولت و براساس مدت زمانی تعیین شده حل شوند.»

رئیس جمهور غنی گفته است که بیشترین رنج را ایران از طریق قاچاق مواد مخدر می‌برد.

وی افزود: «خطر موادمخدر برای هیچ یک از همسایگان ما مانند ایران جدی نبوده است و هیچ یک از کشورها مانند ایران در برابر موادمخدر مبارزه نکرده است و ما آماده‌ی مبارزه با این معضل با همکاری ایران هستیم.»

رئیس جمهور اشرف غنی روی گسترش روابط دوجانبه میان دو کشور در ترانسپورت، سرمایه گذاری و همکاری‌های فرهنگی و اقتصادی اشاره کرد و به رهبر مذهبی ایران گفت: «تحت رهبری خردمندانه‌ی شما ایران هویت تاریخی خود را تثبیت کرد و ما امیدوار هستیم که تحت نظارت این رهبری خردمندانه شاهد روابط نزدیک میان دو کشور باشیم.» (طلوع نیوز)

طالبان ۱۹ کارمند...

ساعی گفت که ربوده شده‌ها کارمندان موسسه ماین پاکی «سترلینگ افغانستان» بودند. این شرکت پروژه‌های ماین پاکی را در سراسر افغانستان به پیش می‌برد.

معاون والی پکتیا گفت که طالبان این افراد را به ولسوالی زرمت انتقال داده اند که اکثر بخش‌های آن زیر کنترول این گروه قرار دارد. هنوز طالبان در مورد این آدم ربایی اظهار نظر نکرده اند.

ساعی گفت: «ما تلاش می‌کنیم که این افراد را با میانجیگری بزرگان محلی آزاد کنیم.»

برعلاوه شورشگری خشونت‌بار طالبان، آدم ربایی به یک مشکل عام در افغانستان تبدیل شده است و بسیاری مردم از سفر در شاهراه‌های این کشور ترس دارند.

براساس اعلامیه ریاست جمهوری افغانستان، چهار تن از هزاره‌های افغانستان که در ولایت غزنی در جنوب افغانستان ربوده شده بودند، روز شنبه توسط ربایندگان سر بریده شدند.

این مردان هزاره روز سه شنبه هفته گذشته زمانی که برای خرید مواد غذایی سفر می‌کردند ربوده شدند. دفتر ریاست جمهوری افغانستان سر بریدن این افراد را یک عمل «غیرانسانی و غیرقابل بخشش» عنوان کرده است.

۳۱ تن دیگر از هزاره‌ها که در ماه فبروری ربوده شده بودند، هنوز هم ناپدید می‌باشند.

مسئولان امنیتی افغانستان روز یک شنبه به مجلس سنا یا مشرانو جرگه افغانستان گفتند که امیدواری برای آزادی این افراد وجود دارد، اما برای این که پروسه آزادسازی آن‌ها آسیب نبیند، جزئیات بیشتری را اظهار نکردند. (دویچه وله)

صنعتکاران در غرب...

یکی دیگر از خواسته های صنعتکاران افغان کاهش تعرفه های گمرکی مواد خام اولیه برای تولیدات کارخانه هاست. حمیدالله خادم، رئیس اتحادیه صنعتگران هرات می گوید: «از لحاظ امنیتی مشکلات هست! از لحاظ تعرفههای حمایتی مشکلات هست! در کل حکومت افغانستان پالیسی برای سکتور اقتصاد ندارد. بسیاری از کارخانه هایی که در این ۱۳ سال سرمایه گذاری کردند مشکلاتی زیادی را تجربه کردند.»سرمایه گذاران افغان تنها در هرات با این مشکلات دست و پنجه نرم نمی کنند.

سرمایه گذاران قندهار یکی دیگر از شهرهای بزرگ افغانستان هم هفته گذشته خواسته های مشابهی را مطرح کردند و در اعتراض به دولت دروازه های کارخانه های شان را بستند.

بارها نمایندگان تاجران از دولت خواسته اند که تولید کنندگان داخلی را حمایت کنند و مقامات بلندرتبه دولت نیز همیشه در این زمینه وعده سپرده اند اما هنوز هم سرمایه گذاران از نیامدن تغییر در سیاست دولت شاکی اند.

(بی بی سی)

نگرانی پارلمان از...

برخی از نمایندگان گفتند که نیروهای امنیتی به تنهایی قادر به دفاع و تامین امنیت افغانستان نیستند، بنابراین مردم باید خود دست به کار شوند و در برابر گروه های تروریستی بجنگند. شماری دیگر نمایندگان گفتند که فعالیت داعش در افغانستان برنامه ای است که از سوی استخبارات کشورهای دیگر مدیریت می شود و حکومت قادر به مهار این گروه نیست.

در حال حاضر ولایات بدخشان، کندز، فاریاب، هلمند، غزنی، زابل و برخی ولایات دیگر با تهدیدهای بلند مواجه هستند. نمایندگان هشدار دادند که حکومت باید برنامه قابل قبولی برای مبارزه با گروه های مخالف داشته باشد.

برخی از نمایندگان در جلسه عمومی روز دوشنبه (۳۱ حمل/ ۲۰ اپریل) گفتند که طالبان در امن ترین ولایات جابجا شده و تهدیدهای جدی را متوجه مردم کرده اند.

حبیبه دانش نماینده تخار گفت: «اگر ادعا کنم که شصت درصد تخار در دست طالبان است، اشتباه نگفته ام. نقاط استراتژیک تخار اگر به دست طالب یا داعش بیفتد شما ناگزیر هستید ماه ها بجنگید تا تخار را از کنترول طالبان خارج کنید.»

«انتقال داعش به شمال»

براساس اظهارات نمایندگان، استخبارات منطقه تلاش می کند تا جنگجویان داعش را در ولایات هم مرز با کشورهای آسیای میانه جابجا کنند. این نمایندگان گفتند که بدخشان به شدت ناامن شده، جنگجویان حضور گسترده ای در فاریاب دارند و سه ولسوالی کندز نیز در آستانه سقوط قرار دارند.

نصرالله صادقی زاده نیلی، یک تن از نمایندگان گفت که رئیس جمهور باید توضیح دهد که افغانستان به کدام طرف در حرکت است: «آیا می خواهد افغانستان را معبر تروریستان به آسیای میانه تبدیل کند؟ آیا می خواهد براساس خواست پاکستان، ما را به صلحی ببرد که این صلح افغانستان را به سوی نابودی ببرد؟»

سمیع الله صمیم نماینده فراه در این جلسه گفت که شمار جنگجویان داعش چهار ماه پیش در این ولایت شش نفر بود، اما حالا این تعداد به ۴۷۰ نفر افزایش یافته است.

او گفت جنگجویان چچنی، ازبک و ایرانی در بین این گروه شامل هستند. براساس اظهارات این نماینده پارلمان داعش می خواهد بر ولسوالی اناردره فراه حمله کند و این ولسوالی را به پایگاه خود تبدیل نماید.

خرید اسلحه

به دنبال افزایش ناامنی ها و حملات شدید طالبان، مقام های وزارت دفاع و داخله گفته اند که نیروهای امنیتی با کمبود جنگنده های هوایی و سلاح های سنگین مواجه هستند؛ به همین دلیل این نیروها قادر به تعقیب و سرکوب جنگجویان طالبان نیستند.

برخی نمایندگان گفتند حکومت باید در این زمینه تصمیم بگیرد و سلاح های مورد نیاز نیروهای امنیتی را خریداری کند.

محمد سرور عثمانی، نماینده ولایت فراه گفت: «حکومت برای تقویت نیروهای هوایی از روسیه، چین و هند و از ذخایر بانکی و سایر ظرفیت ها استفاده کند و سلاح خریداری کند. در غیر آن ما با یک میلیون عسکر هم نمی توانیم از کشور دفاع کنیم.»

ضعف مدیریت

پس از حملات بدخشان و بلخ، امنیت ملی افغانستان گفته است که دو روز پیش به وزارت های دفاع و داخله اطلاع داده بود که جنگجویان تصمیم دارند بر پسته های اردو و استیناف بلخ حمله کنند اما به دلیل بی اعتنایی به این اطلاع، این حملات خونین به وقوع پیوسته اند.

برخی نمایندگان گفتند مقام هایی که توانایی مدیریت و مهار حملات را ندارند باید استیضاح شوند و افراد دیگری به جای آن ها به فعالیت آغاز کند. حفیظ منصور نماینده کابل گفت: «استیضاح، استیضاح و استیضاح تمام و در یک کلام. گریه نکنید باید از صلاحیت خود استفاده کنیم، آن هایی که مسئول هستند استیضاح شوند و آن هایی که غفلت کرده اند باید به لوی سارنوالی معرفی شوند.»

اما بیشتر نمایندگان به این باور بودند که استیضاح مقام های امنیتی دردی را دوا نمی کند زیرا رهبری حکومت اراده و برنامه ای برای مهار ناامنی ها ندارد. (دویچه وله)

عزیزی: هیچ یک...

وزارت داخله افغانستان گفته که در پیوند به قضیه قتل فرخنده ۳۰ تن را به شمول ۲۹ پولیس بازداشت کرده است.

اکنون این وزارت در یک اقدام جدید، برای شناسایی و گرفتاری عاملین فراری قتل فرخنده جایزه تعیین کرده است.

جنرال ظاهر ظاهر رئیس تحقیقات جرایم جنایی وزارت داخله روز یک شنبه گفت، به افرادیکه در خصوص گرفتاری عاملین فراری قتل فرخنده با نیروهای امنیتی همکاری کنند، تا صد هزار افغانی جایزه داده می شود.

فرخنده به تاریخ ۲۸ ماه حوت سال ۱۳۹۳، در ساحه مسجد شاه دو شمشیره شهر کابل به اتهام سوختاندن نسخهء از قرانکریم نخست از سوی مردان خشمگین بی رحمانه لت و کوب گردید و سپس جسدش به آتش کشیده شد.

در آن وقت، حکومت افغانستان برای بررسی قضیه قتل فرخنده کمیسیونی را به کار گماشت.

این کمیسیون پس از انجام تحقیق، اتهام آتش زدن به نسخه قرانکریم از سوی فرخنده را نا درست ثابت نمود و وی را بیگناه خواند.

در این حال خپلواک صافی معاون کمیسیون حقیقت یاب و بررسی قضیه قتل فرخنده می گوید، وزارت داخله، نهاد های کشفی و نهاد های عدلی و قضایی کشور باید به جدیت روی این قضیه کار کنند:

«خواست مشخص کمیسیون در آغاز از حکومت و بخصوص ارگان های عدلی و کشفی این بود که روی این دوسیه درست کار و توجه کنند و کسی که گناه کار و در این جرم دخیل است آنها را باید مجازات کند و به اشخاص بی گناه هم ضرر نرسد.»

قتل فرخنده با عکس العمل های تند در داخل و خارج از کشور روبرو شد.

مردم عام در افغانستان و برخی از کشورهای جهان تاکید دارند که عاملین قتل فرخنده باید به جزای اعمال شان برسند.

حکومت افغانستان تعهد کرده که عاملین اصلی قتل فرخنده را بازداشت و محاکمه خواهد کرد. (رادیوآزادی)

وزارت فواید عامه...

ما بیشتر توجه به ساخت راه آهن داریم اما اگر راه ابریشم ساخته شود، افغانستان را به بزرگترین شریک تجارتی کشور های آسیایی و جهان مبدل خواهد کرد.»

طرح ساخت راه ابریشم هرگاه عملی شود، از این طریق ایالت سین کیانگ چین را به واخان بدخشان پیوند خواهد داد.

به گفته مقام های وزارت فواید عامه، در حال حاضر ۴۴ کیلومتر راه ابریشم با کمک مالی بانک جهانی تحت کار بوده و قرار است که ۱۰۸ کیلومتر دیگر آن نیز با کمک این بانک با هزینه ی ۳۶,۲ میلیون دالر ساخته شود.

اما به گفته مسوولان این وزارت، ساخت کامل این راه میلیون ها دالر هزینه برخواهد داشت.

به گفته آگاهان اقتصاد، این راه می تواند افغانستان را به چین، هند آسیای میانه و ترکیه، آذربایجان و حتا کشور های اروپایی وصل سازد.

به باور این آگاهان، ساخت راه ابریشم می تواند افغانستان را به بزرگ ترین شریک اقتصادی جهان مبدل کند.

در این حال آگاهان می گویند که ساخت این راه سبب افزایش داد و ستد تجارتی با چین خواهد شد.

محمد امین فرهنگ وزیر پیشین تجارت در این ارتباط چنین گفت:

«امیدوار هستم که این یک آغاز خوب باشد، چون با داخل شدن چین به حیث یکی از قوی ترین کشورهای منطقه که علاقه مندی بسیار به پروژهٔ ساخت راه ابریشم دارد، دیگر کشورها را نیز تشویق به داد و ستد های تجارتی می سازد و می تواند افغانستان را در یک مسیر پر رفت و آمد تجارتی قرار دهد.»

در این حال، شماری از کارشناسان اقتصادی می گویند، چین می تواند با تکنالوژی پیشرفته که به دسترس دارد در زمان کم و هزینه مناسب با همکاری افغانستان راه ابریشم را به بهره برداری آماده کند. (رادیوآزادی)

نگرانی پولیس جوزجان...

ولایتهای شمالی را ناامن سازند.

جنرال فقیر محمد جوزجانی فرمانده پولیس جوزجان میگوید: «این شورشیان ازبکستانی که پیش از این در برخی از ولایتهای فاریاب فعالیت داشتند؛ اکنون در ولسوالی قوش تپه این ولایت جابجا شدهاند و مصروف فعالیتهای هراسافگنی هستند.»

فرماندهی پولیس جوزجان میگوید که هر چند هراسافگنان می کوشند تا در شمال کشور ناامنیها را ایجاد کنند، اما توان رویارویی با نیروهای امنیتی را ندارند.

فقیرمحمد جوزجانی فرماندهی پولیس جوزجان میگوید: «هر چند جابجایی این هراسافگنان در برخی از بخشهای جوزجان مردم را نگران کرده است، اما آنان توان جنگ و رویارویی را با نیروهای امنیتی ندارند.»

درهمین حال شماری از باشندهگان شهر شبرغان مرکز ولایت جوزجان از امنیت نسبی این شهر ستایش میکنند، اما میگویند نیروهای امنیتی باید تلاش کنند تا امنیت را در تمامی بخشهایی از این ولایت تأمین کند.

لالا آقا یکی از باشندهگان جوزجان میگوید: «ما امنیت میخواهیم ؛ ما نان میخواهیم و ما آرامی میخواهیم که در کشورمان دیگر جنگ نشود.»

شبنم دیگر باشندهی جوزجان افزود: «در جوزجان به فضل خداوند امنیت خوب است ما از نیروهای امنیتی راضی هستیم.»

جوزجان ولایتی که در همسایگی ولایتهای فاریاب، سرپل و بلخ در شمال کشور موقعیت دارد و دارای ۱۱ ولسوالی می باشد. سه ولسوالی این ولایت به نام های درز آب، قوش تپه و آقچه از ولسوالی های آسیب پذیر این ولایت به شمار می روند. (طلوع نیوز)

در ولایت هلمند...

ایجاد شده و خادم آن را فعال ساخته، اقدام کنند و گروه طالبان بر ضد آنها جهاد اعلان کرده است. گروهء داعش علیهء طالبان و طالبان بر ضد داعش جهاد اعلان کرده اند. «

قوماندان امنیه ولایت هلمند درادامه صحبت خود گفت، هرچند ملا عبدالروف خادم قوماندان گروه داعش در ماه فبروری امسال در نتیجهء حملهء طیاره بی پیلوت امریکایی کشته شد، اما گروه داعش در ولسوالی کجکی هلمند به فعالیت شان برای جلب و جذب و استخدام جنگجویان ادامه می دهند.

همزمان با این کارشناسان امور امنیتی افغان به این نظر اند که طالبان و داعش از لحاظ ایدالوژیکی با هم اختلاف دارند و یکی درتلاش از بین بردن دیگراند.

جنرال متقاعد عتیق الله امرخیل کارشناس امور امنیتی و نظامی افغان در صحبت با رادیو آزادی گفت، داعش می خواهد، طالبان را از صحنه خارج کند.

جنرال متقاعد عتیق الله امرخیل می گوید:

«آنها طالبان را مسلمان نمی دانند و مفکورهء آنها را نمی پذیرند. داعش در هر جا با چنین گروه ها مخالفت دارد. در اینجا در افغانستان، در عراق و در سوریه هم گسترش یافته است، این امکان وجود دارد که بین آنها زد و خورد صورت گیرد و درگیری بین داعش و طالبان به نفع حکومت افغانستان است . فکر می کنم اینکه بر اساس فشار آنها، طالبان حاضر به گفتگو با حکومت افغانستان شده باشند و این موضوع به نفع آنها است.»

جنرال امرخیل گفت، طالبان در موضوع صلح افغانستان، از یک سو تحت فشار گروهء داعش و از سوی دیگر تحت فشار دولت افغانستان قرار دارند.

محمد اشرف غنی رییس جمهور افغانستان اخیرا در سخنرانی اش به خانواده های قربانیان حادثه جرم بدخشان از طالبان خواست تا موقف شان را روشن سازند که آیا در صف تروریستان بین المللی می ایستند و یا مردم افغانستان را انتخاب می کنند.

سال گذشته، زمانی که گزارش ها در ارتباط به آغاز فعالیت گروه داعش در افغانستان به نشر رسید، ابوبکر البغدادی رهبر گروهء دولت اسلامی یا داعش در یک بیانیه اش ملا محمد عمر رهبر طالبان را یک جنگ سالار جاهل خواند.

گزارش های که از درگیری ها بین جنگجویان این دو گروه به نشر رسیده حاکی از آنست، افراد نقاب پوش که اکثرا اعضای گروهء داعش خوانده می شوند، در ولایت نورستان یکبار دیگر تعداد از جنگجویان طالبان را به دار آویخته اند. (رادیوآزادی)

شفاخانهٔ ولایتی غور...

آنها هم به اثر فشار کار استعفا کنند که یک نگرانی جدی برای ادارهٔ شفاخانه ولایتی غور می باشد.»

در همین حال علی محمد صمدی یکی از داکتران شفاخانه ولایتی غور با ابراز نگرانی از وضعیت موجود در این شفاخانه می گوید که کمبود پرسونل و افزایش مریضان این شفاخانه کار را برای آنها دشوار نموده است.

آقای صمدی در صحبت به رادیو آزادی گفت: از مجموع سی و دو داکتر مختصص که برای شفاخانه ولایتی غور در نظر گرفته شده اکنون هشت نفر موجود است که سه تن آن نیز چند روز قبل به اثر فشار بیش از حد کار استعفا نمودند که به گفته وی پرسونل فعلی قدرت تحمل فشار کار این شفاخانه را ندارد:

« نظر به پرسونلِ که از طرف وزارت صحت عامه داده شده، ما باید ۳۲ داکترِ متخصص به شفاخانه باشیم که فعلاً هشت نفر بودیم سه تن آنها هم استعفا کردند و ما تعداد که از همین ولایت هستیم تا هنوز مجبور بودیم که باید به خاطر مردم کار کنیم ولی این به واقعیت از توان ما بیرون است، اگر وضعیت همین قسم باشد ما هم تا یک ما ه دیگر استعفا خواهیم کرد.»

داکتر غلام نبی یگانه رئیس صحت عامه غور نیز کمبود پرسونل را در این شفاخانه یکی از چالش های اساسی جهت رسیده گی به مریضان که برای تداوی در این شفاخانه مراجعه می کنند، می داند.

آقای یگانه می گوید، با آنکه تلاش های از سوی وزارت صحت عامه صورت گرفته اما نظر به شرایط امنیتی تا هنوز هیچ داکتر حاضر به انجام وظیفه در این ولایت نشده است اما وی می گوید که آنها در تلاش پیدا کردن داکتر برای این شفاخانه اند:

« کمبود داکتر یک واقعیت است که بسیار مشکل جدی در شفاخانه ولایتی غور است و ما این مسأله را با وزارت صحت عامه در میان گذاشتیم و آنها گفته اند که شما داکتر پیدا کنید ما به یک معاش استثنایی که قناعت آنرا حاصل کند به غور روان می کنیم که متأسفانه نظر به شرایط فعلی کسی حاضر به این کار نشد و ما از طریق خود در تلاش این هستیم که یک چاره سازی بکنیم.»

این در حالیست که مسوولان شفاخانه ولایتی غور بارها از کمبود امکانات طبی و داکتر مسلکی در این شفاخانه اظهار نگرانی نموده، اما اکنون دیده می شود این شفاخانه که ظاهراً دارای صد بستر است ولی افزایش مریضان باعث شده تا در هر بستر سه الی چهار مریض بستری باشند که این وضعیت مریضان را با مشکلات جدی مواجه کرده است. (رادیوآزادی)

سترجنرال عبدالرشید...

اوامنیت دتینکښت لپاره هم مکلفیت لرو اوباور لرم چې دهیواد داقتصادي حالت په سمون اوپه هیواد کې دپرمختیايي پروګرامونو په پیلولوکې ستاسوهلې خلې رغنده دي .

سترجنرال عبدالرشید دوستم وروسته په زابل ولایت کې زموږ دیو دیرشو تنو هیوادوالو دیرغمل کیدو او دبدخشان او جلال اباد دزره بورنوونکو پیښو په کډون ځینومسئلو ته اشاره وکړه اوزیاته یې کړه چې دغو پیښو په عامه ذهنونو ناوړې اغیزې کړي دي اوخلک له موږ څخه هیله لري چې دغه ناخوالې پای ته ورسوو .

وروسته دعدلیې وزیر عبدالبصیر انور دنورو برخه والو وزیرانو په استازیتوب دخبرو په ترڅ کې دهیواد دولسي جرګې له خواپیشنهادي وزیرانو ته دباور درای دورکولو په لاره کې دجمهوري ریاست دسرپرست اولومړي مرستیال دهڅو او هاند له امله قدرداني وکړه اووېې ویل چې افغانستان دخلکوداستازو داعتماد درناوی کوواوباور لرو چې ددولت دکابینې په بشپړېدو سره دخلکو روحیه پیاوړي کیږي اومور ټول ژمن یو چې عمل ته ور ودانکو اوخپلو خلکو او هیواد ته دخدمت جوګه شو .

ده دغه راز یادونه وکړه چې ددولت مخالفینوته زموږ غږ دادی چې له حکومت سره یوځای شئ چې دغه ویجاړ هیواد بیا جوړکړو او دترقي اوپرمختګ تګلوري ته یې برابر کړو .

دیوبل خبر له مخې ، دجمهوري ریاست سرپرست اولومړي مرستیال ستر جنرال عبدالرشید دوستم نن دخپل کار په دفترکې دسرپل ولایت یوشمیر مخور اومشران خپل حضور ته ومنل اوله دوی سره یې دسرپل ولایت دخلکو دسیمه ئیزو ستونزواو په اړوندوسیموکې دروان حالت په باب خبرې وکړې په دې کتنه کې دسرپل ولایت دوو تنومشرانودنورو په استازیتوب په دغه ولایت کې دروان حالت په باب رپوټونه وراندې کړل اوهغه ستونزو ته اشاره وکړه چې دسرپل ولایت خلک ورسره لاس اوګریوان دي

دوی دجمهوري ریاست له سرپرست اولومړي مرستیال څخه وغوښتل چې په دغه ولایت کې امنیتي حالت ته دې له بل هر څه څخه زیات پاملرنه وشي او ددې تر څنګ دې په سرپل کې دبیا جوړونې دبهیر دګرندي کولو او دداسې پرمختیايي پروګرامونو دجوړولوپه باب چې وکولای شي خلک دکار او کسب خاوند کړي ددولت له خواهڅه او هاند وشي .

دوی په دغه ولایت کې په دولتي ځمکو دمزو چرچو له امله سروټکاوه او غوښتنه یې وکړه چې دغې ستونزې ته دې هم پاملرنه وشي .

دجمهوري ریاست سرپرست اولومړي مرستیال په دې کتنه کې د سرپل ولایت له مشرانو سره دکتنې له امله دخوښي دڅرګندولو په ترڅ کې له دوی سره ژمنه وکړه چې په ډېر لنډ ممکن وخت کې به په سرپل ولایت کې ددولتي ځمکو دغصب دمسئلې دځېړنې لپاره یو واکمن هیئت دغه ولایت ته واستوي چې ددوی دتحقیقاتو دنتیجو له ځېړنې وروسته په دې برخه کې لازم اقدامات وشي .

په یوبل خبر کې ویل شوي دي چې دجمهوري ریاست سرپرست اولومړي مرستیال سترجنرال عبدالرشید دوستم نن دخپل کار په دفتر کې په پارلمان کې دهیواد دخلکو له یوشمیر استازو اوله ځینو ټولنیزو شخصیتونواومشرانو سره وکتل .

ددغې کتنې په پیل کې په ولسي جرګه کې دقندهار دخلکو استازي محمد نعیم لالې دنورو په استازیتوب خبرې وکړې اوبادونه یې وکړه چې اوس دهیواد دپارلمان له خوادکابینې دوزیرانو دباور درای دکار له پای ته رسیدو وروسته دهیواد دمشرتابه پاملرنه دې بایددهیواد دولایتونودوالیانوتاکنې ته واړول شي ځکه دغه مسئله هم ډېره مهمه اوجدي بلل کیږي اوخلک په دې لاره کې ددولت کړنوته سترګې په لاره دي.

دجمهوري ریاست سرپرست اولومړي مرستیال دافغانستان داسلامي جمهوریت ددولت دکابینې وزیرانو ته دباور درای دورکولوپه خاطر دافغانستان دخلکو له استازو څخه دمنني دڅرګندولو په ترڅ کې له دوی سره چې دهیواد له جمهور رییس سره په سلامشوره کې دهیواد دوالیانودتاکنې مسئله زموږ دکاري لومړیتوبونوپه سرکې ځای لري او تاسې به په ډېر لنډ ممکن وخت کې ددې کار دتحقق شاهدان هم واوسئ .

سترجنرال عبدالرشید دوستم څرګنده کړه چې په ولایتونوکې دوالیانو ته شتون داسې تشې رامنځته کړي دي چې په ننګرهار ولایت کې وروستي زره بور نوونکي پیښه یې زیږنده ده اومور به ددغې ستونزې دحل کولولپاره هم جدي هلې ځلې وکړو . (باختر)

صحت و سلامت

غذاهایی که بویایی را ضعیف می کنند

احتمالا رژیم غذایی پر چرب با اختلال در عملکرد مناطقی از مغز که در پردازش سیگنال های بویایی دخیل هستند، موجب کاهش حس بویایی می شود.

بر اساس مطالعات اخیر رژیم غذایی با چربی بالا موجب کاهش حس بویایی می شود. محققان دانشگاه فلوریدا با بررسی موش هایی که از یک رژیم غذایی پرچرب پیروی می کردند، دریافتند که رژیم غذایی پرچرب با اختلال در حس بویایی همراه است. در حقیقت نتایج حاکی از این بود که در موش های تغذیه شده با رژیم غذایی پر چرب فقط نیمی از سلول های عصبی که کار تشخیص بو در مغز را بر عهده دارند، فعال هستند.

برای انجام این تحقیق به موش ها آموزش داده شد که در ازای تشخیص یک بوی خاص، جایزه دریافت کنند. در پایان مطالعه مشاهده شد موش هایی که رژیم غذایی پرچرب داشتند در تشخیص ارتباط میان بو و جایزه نسبت به سایر موش ها، کندتر عمل می کردند.

نکته جالب در این مطالعه این بود که موش هایی که به طور ژنتیکی چاق بودند، کاهش حس بویایی نداشتند اما موش هایی که با رژیم غذایی پر چرب چاق شده بودند با کاهش این حس مواجه شدند.

محققان معتقدند احتمالا رژیم غذایی پر چرب با اختلال در عملکرد مناطقی از مغز که در پردازش سیگنال های بویایی دخیل هستند، موجب کاهش حس بویایی می شود.

خوردنی هایی که شما را شاد می کنند

مردم در سرتاسر دنیا در جنبه‌های گوناگون، از مذهب گرفته تا عقاید سیاسی، با یکدیگر اختلاف دارند، ولی یکی از وجوه اشتراکی که قادر است همه افراد از قبایل و ملیت‌های مختلف را گرد هم بیاورد خوراک است؛ چیزی که همه ما-فارغ از مذهب یا باور سیاسی‌مان- برای زنده ماندن و شکوفا شدن به آن نیاز داریم. در حقیقت یک وعده خوراک خوب، نه‌تنها بر جسم ما، بلکه بر تمام خلق و خو و روحیات ما تاثیر می‌گذارد.

بسیاری از خوراکی‌ها هستند که بر میزان شادمانی ما اثر می‌گذارند که به ۲ مجموعه اصلی تقسیم شده‌اند و به اصطلاح «خوراک‌های شاد» خوانده می‌شوند. این غذاها از نظر فیزیولوژیکی تاثیرگذارند چون شامل مقادیر بالایی از انواع ویتامین و مواد معدنی هستند که در تولید و آزادسازی سروتونین نقش اساسی دارند. به اعتقاد دانشمندان علم عصب‌شناسی، سروتونین مهم‌ترین عامل ایجاد احساس سرخوشی است. از طرف دیگر خوراکی‌های آرام‌بخش از نظر روانی هم خالی از فایده نیستند. برای مثال اگر کلوچه چاکلیتی دست‌پخت مادرتان شما را، به مثابه یک کودک، سر ذوق می‌آورده، اکنون به‌عنوان یک بزرگسال، تکرار کردن همان روش پخت که از مادر آموخته‌اید، می‌تواند مانند افسونی معجزه‌گر، در پایان یک روز سخت و پر تنش، حالتان را سر جا بیاورد چراکه برایتان یادآور همان کیفی است که در آن دوران از خوردن این کلوچه‌ها می‌بردید. پس با وجود این همه مزیت، چرا در تمام وعده‌های غذایی‌مان این «خوراک‌های شاد» را نمی‌گنجانیم؟ برخی از انواع این خوراک‌ها شدیدا مورد انتقاد قرار می‌گیرند از این نظر که غذاهای سالمی نیستند چراکه سرشار از کالری و چربی هستند و قطعا در درازمدت نتیجه شادی‌بخشی را برایتان در پی نخواهند داشت! اما خوشبختانه می‌توان با اندکی تغییر در روش پخت، کاری کرد که علاوه بر طعم دلچسب، خواص تغذیه‌ای قابل‌قبول و از نظر احساسی و روانی هم فواید موثری داشته باشد.

در ادامه ۲ خوراک به شما معرفی می‌کنیم که به همان اندازه طعم خوشایندشان، احساس خوشایندی را نیز در شما ایجاد می‌کنند:

ماکارونی و پنیر:

اگرچه ماکارونی طعم مورد علاقه کودکان است، اما یکی از بهترین و مهم‌ترین گزینه‌ها در مجموعه «غذاهای شاد» است. فرآورده لبنی (پنیر) موجود در این غذا سرشار از ویتامین B است که ثابت شده اثر زیادی بر مغز دارد. در واقع یافته‌های اخیر حاکی از آن است که افسردگی اغلب با رفع کمبود فولیک‌اسید (نوعی ویتامین B) کاهش پیدا می‌کند. به همین ترتیب سطح طبیعی ویتامین B۲، B۶ و B۱ بر بهبود خلق و خو تاثیر مهمی دارد. توأم شدن لبنیات (پنیر) با غلات (ماکارونی) تاثیری قدرتمند بر روحیه فرد خواهد گذاشت. پس اگر از آن گروه افرادی هستید که با خود سوگند خورده‌اید انواع پاستا و ماکارونی را برای همیشه از رژیم غذایی‌تان حذف کنید، این را در نظر بگیرید که کاربوهیدرات سطح سروتونین و اندورفین را بالا می‌برد و به همین دلیل به‌طور همزمان میزان انرژی و خونگرمی را بالا می‌برد. به توصیه کارشناسان، بهتر است به جای پاستای معمولی از انواع سبوس‌دار آن استفاده کنید.

ماهی آزاد و برنج قهوه‌ای:

تمامی کارشناسان تغذیه بدون هیچ تردیدی، بر این باورند که وجود ویتامین‌های بی‌شمار و مواد معدنی در ماهی، آن را به یک سوپر خوراک تبدیل کرده است، علاوه بر این، توصیه می‌کنند که هر فرد باید تلاش کند در طول هفته ۲ یا ۳ بار ماهی بخورد. تحقیقات بسیاری ثابت کرده بین افسردگی و عدم تعادل در اسیدهای چرب امگا ۳ -که به وفور در ماهی موجود است- ارتباط وجود دارد. دانشمندان بر این باورند که امگا ۳ مسئول مدیریت سیگنال‌های مغزی که خلق و خو را تنظیم می‌کنند، است. در حقیقت، مطالعات نشان داده‌اند که در کشورهایی که خوردن مداوم ماهی در فرهنگ غذایی مردم رایج است، افسردگی به مراتب کمتر از سایر کشورها بارز می‌شود. پس از آنجا که امگا ۳ نمی‌تواند توسط خود بدن تولید شود، افزودن ماهی، تخم‌مرغ یا روغن ماهی به برنامه غذایی امری حیاتی است. برنج قهوه‌ای هم ایده‌آل‌ترین خوراک برای سرو شدن کنار ماهی آزاد است چون علاوه بر اینکه حاوی مقادیر زیادی سلنیوم است، میزان عناصری که منجر به بدخلقی می‌شود در آن بسیار کم است.