

امنیت ملی: سازمان...

سازمان‌دهی و کمک به حملات اخیر و همچنین حملاتی در روزهای آینده اعتراف می‌کنند. آنها در این ویدئو ظاهراً آرام به نظر می‌رسند. در حملات اخیر در کابل، ده‌ها غیرنظامی کشته و صدها تن دیگر زخمی شدند. بمب‌گذاری در شاه شهید در شرق کابل یکی از نیرومندترین انفجارها در شهر کابل خوانده شده است. گروه طالبان مسئولیت بمب‌گذاری انتحاری شاه شهید را به عهده نگرفته و گفته که در حال گردآوری اطلاعات درباره آن است. آگاهان معتقدند که طالبان معمولاً مسئولیت بمب‌گذاری‌هایی را که آمار بالای تلفات غیرنظامیان را در پی داشته باشد، به عهده نمی‌گیرد. (بی بی سی)

نهادهای ناظر بر...

مشخص شدن لیست رایدهندگان، پاسخگو بودن کمیسیونهای انتخاباتی، حضور دو خارجی در کمیسیون شکایات، اختصاص دادن یک کرسی به اهل هند در ولسی جرگه، کوچک شدن حوزه‌های انتخاباتی، توزیع تذکره الکترونیکی، افزایش سهم کرسی‌های زنان در شورای ولایتی و ولسوالی به ۲۵ درصد و باطل ساختن کارت‌های رای دهی کنونی در پرنسیپ، موارد مهم این طرح را تشکیل می‌دهد.

همچنان تقلیل اعضای کمیسیون مستقل انتخابات از نه به هفت، حذف دعوو کمیسیون شکایات از هفت عضو آن و مشخص ساختن درجه تحصیلی اعضای شورای ولایتی، بخش دیگر پیشنهادهاست.

این کمیسیون می‌باید اما نهادهای ناظر بر انتخابات، با استقبال از این بسته پیشنهادی می‌گویند که در این طرح نظریات و مشوره‌های نهادهای ناظر بر انتخابات مدنظر گرفته نشده و در شرایط کنونی، عملی شدن این طرح کار دشوار است. محمد نعیم ایوب زاده رییس بنیاد انتخاباتی شفاف افغانستان (تفا)،

به آژانس خبری پژواک گفت که این طرح پیشنهادی، یک بسته کامل نیست و مشکلات خود را دارد؛ اما با آنهم از آن استقبال میکند.

وی علاوه کرده در این بسته، دو مورد کمک‌کننده برای تغییر وضعیت و آوردن اصلاحات در نظام انتخاباتی که یکی مسئله زمانی و دیگر ظرفیت‌هایش، مدنظر گرفته نشده است. ایوب زاده با بیان اینکه تهیه لیست رای دهندگان ساده نیست و در کوتاه مدت رسیدن به این هدف خیلی مشکل است گفت:

«یکی از راه‌هایی که میتواند ما را به تهیه لیست رای دهندگان برساند، توزیع تذکره الکترونیکی است و مشکلات بسیاری سبب شده است که در آینده‌های نزدیک، امکان توزیع آن وجود نداشته باشد.»

رییس بنیاد انتخابات شفاف افغانستان تصریح نمود که اگر توزیع این نوع تذکره آغاز نمیشود، باید ظرفیت وجود داشته باشد تا کارت رای دهی با کیفیت بالا دوباره به واجدین شرایط توزیع گردد.

ایوب زاده گفت: «جری آنکه احزاب سیاسی بهترین بازیگران در انتخابات باشند، ما طرفدار تغییر سیستم انتخاباتی برای احزاب هستیم و باید این تغییر از یک نقطه آغاز شود.» (پژواک)

خانم رایس: پاکستان...

امنیت ملی ایالات متحده آمریکا به خاطر فراهم نمودن زمینه گفتگو‌ها بین حکومت افغانستان و طالبان از پاکستان ستایش کرده، گفت که آمریکا از پروسه صلح به رهبری افغان‌ها حمایت می‌کند. در یک اعلامیه قصر سفید گفته شده است، که خانم رایس از پاکستان به جدید خواست که به خاطر تأمین صلح و ثبات در منطقه در زمینه از بین بردن حملات امن تروریستان در داخل قلمرو این کشور تلاش کند.

این در حالیست که روزنامه والستریٹ ژورنال از قول مقامات ارشد آمریکایی می‌نویسد که سوزان رایس از پاکستان خواسته است که به تروریستان اجازه ندهد که از قلمرو این کشور بر ضد کشور همسایه افغانستان به حیث یک پایگاه استفاده کنند.

براساس گزارش والستریٹ ژورنال، خانم رایس به پاکستان هوشدار داده است که اگر شبکه‌های حقانی را سرکوب نکند، ۳۰۰ میلیون دالر مساعدت نظامی آمریکا را بدست نخواهد آورد.

به قول والستریٹ ژورنال مقامات

منتشر کرده، گفته است که نهایه به بیش از ۱۰ کشور کمک‌کننده به افغانستان فرستاده است.

این ویسایت به نقل از فلیس کاین، معاون بخش آسیای دیدهبان حقوق بشر، نوشته است که مقامهای افغان و کمک‌کننده‌های خارجی باید حقوق بشر را در مرکز تمام بحثهای مربوط به کمک‌های فملی و آینده به دولت افغانستان قرار دهند.

آقای کاین گفته است: «آنها باید بدانند دستاوردهایی که افغانستان از سال ۲۰۰۱ تا حال در زمینه حقوق بشر داشته است، به شدت آسیب‌پذیر و شکننده باقی مانده‌اند و در برخی از مناطق این کشور در این زمینه عقب‌گردهایی دیده میشود که این تهدیدی برای حقوق همه افغانها و بخصوص زنان و دختران محسوب می‌شود.»

دیدهبان حقوق بشر از دولت افغانستان و همکاران خارجی آن خواسته تا با ادامه بایبندی به «چارچوب حساسی‌دهی جوانب» تویکیو، از دستاوردهای این کشور در زمینه حقوق بشر محافظت کنند.

در کنفرانس بین‌المللی کمک به افغانستان که در سال ۲۰۱۲ در شهر تویکیو برگزار شد، دولت افغانستان و کشورهای کمک‌کننده بر روی مکانیزمی برای حساسی‌دهی متقابل در مورد کمک‌های به این کشور می‌شود و هر دو طرف عمل به تعهداتی که افغانستان در زمینه مبارزه با فساد و تأمین حقوق بشر، به توافق رسیدند.

سازمان دیدهبان حقوق بشر از کشورهای کمک‌کننده به افغانستان خواسته تا در این نشست از دولت افغانستان بخواهند، حساسی‌دهی بیشتر در مورد مسئولیت نیروهای امنیتی این کشور در قتل‌های فراوانی، شکنجه و دیگر اشکال نقض حقوق بشر را تضمین کنند.

این سازمان همچنین از اشرف غنی، رئیس جمهوری و عبدالله عبدالله، رئیس اجرائی حکومت افغانستان خواستار به اجرا گذاشتن قانون منع خشونت علیه زنان شده و از کشورها و نهادهای کمک‌کننده نیز خواسته تا بودجه مشخصی را به استخدام و آموزش افسران پولیس زن در این کشور اختصاص بدهند.

فلیس کاین گفته است که حقوق بنیادی افغانها بدون حمایت و فشار بین‌المللی و تعهد دولت افغانستان با خطری واقعی روبرو خواهد شد. (ب بی سی)

وزارت معارف: برنامه...

تسهیلات آن فراهم و اجرا میشود. در دست متذکره برای کودکانی مناطق پرواست کشور که از آموزش محروم مانده‌اند، راهاندازی شده است.

وزارت معارف با نشر خبرنامه اعلام کرد که حدود یکصد هزاره طفل محروم از خدمات تعلیمی از این برنامه بهره‌مند و هزار معلم جدید برای آنان استخدام خواهند شد.

در این خبرنامه به نقل از اسدالله حنیف بلخی، وزیر معارف آمده است: «هدف اساسی تأسیس مکاتبه محلی فراهم نمودن دسترسی آموزش دوره تعلیمات ابتدایی با کیفیت برای اطفالی است که در نواحی دور افتاده روستایی زندگی میکنند، جایی که دسترسی به امکانات موجود آموزشی وزارت معارف میسر و عملی نبوده و سن اطفال بالاتر از سن شمولیت در مکتب یا کمتر از سن ۱۰ سال بوده و آنها نمیتوانند در مکاتب عادی شرکت کنند.»

به گفته بلخی، قرار است کودکان در یک سال دو سال آموزش را سپری کنند و از صف سوم یا ششم فارغ و به مکتبهای رسمی که در مناطق زندگی شان نزدیک است، معرفی شوند.

این برنامه از سال روان تا سال ۲۰۱۹ در ولایت‌های بامیان، دایکندی، فراه، غور، هرات، بادغیس، ننگرهار، پکتیا، پکتیکا، قندهار، هلمند، ارزگان و زابل تطبیق خواهد شد. این در حالی است که اکنون حدود یکینم میلیون کودک در کشور از رفتن به مکتب به دلیل ناامنی، فقر و بیکاری محروم‌اند. (مرکز)

حکومت: از پاکستان...

نماینده‌گان طالبان، درماه سرطان امسال بامیزیابی پاکستان وتحت نظارت امریکا وچین دراسلام آباد داریشد و قراربود که دوردوم مذاکرات درهشتم اسد، درچین ویا پاکستان برگزار شود که موضوع آتش بس نیز شامل آن بود؛ اما این گفتگوها پس از نشر گزارشات در مورد مرگ ملامحمد عمر به تعویق افتاد.

مرگ ملامعمر رهبر طالبان و حملات اخیر در کشوربخصوص شهرکابل، باعث گردیدکه موفقگیرصو رهبران حکومت

تغییر کند و از پاکستان به گونه جدی بخواهند تا در امر مبارزه با تروریزم و از بین بردن لانه های هراس افغان در خاک خود صادقانه عمل کند.

جاوید فیصل معاون سخنگوی ریاست اجرائی حکومت، دیروز به رسانه‌ها گفت که تلاش بر این است که تیرگی به وجود آمده در روابط افغانستان و پاکستان، از راه‌های دیپلماتیک حل گردد و دو کشور منحنبت همسایگان خوب در برابر تروریزم مبارزه صادقانه نمایند.

وی علاوه نمود که توقع افغانستان این است که پاکستان در مبارزه با هراس افگنی، صادقانه عمل نماید و اگر همانگونه که توقع افغانستان است، این کشور عمل نکند، حکومت در استراتژی خود در برابر پاکستان تجدید نظر خواهد کرد.

فیصل افزود که خواسته‌هایی که حکومت افغانستان از پاکستان دارد، مشخص و واضح است و باید پاکستان به تعهداتش عمل کند، در غیر آن بخاطر بهتر شدن وضعیت در کشور، گام بر خواهد داشت و هر عملی که برای صلح کمک کند به آن می‌پردازد.

معاون سخنگوی ریاست اجرائی حکومت گفت: «اگر قرار باشد که دور بعدی گفتگوهای صلح آغاز شود، به رهبری و مالکیت افغانستان خواهد بود و از پاکستان نخواهند خواست که میان حکومت افغانستان و مخالفان مسلح میانجیگری کند و این پروسه، پس از این بدون کمک و میانجیگری پاکستان به پیش خواهد رفت.» (پژواک)

فصل: موارد اختلافی

استرداد استقلال کشور است و تمرکز کلی این روز، بر تمجید و تقدیر از نیروهای امنیتی و دفاعی کشور می‌باشد.

ریاست جمهوری گفته بود که در مرحله آزمائشی این پروسه، در روزهای آینده طی محفلی با اشتراک رهبران و شخصیت‌های سیاسی، بزرگان و منتقدین کشور آغاز می‌گردد، ولی تاکنون این کار صورت نگرفته است.

جاوید فیصل معاون سخنگوی ریاست اجرائی حکومت میگوید که در فیصله شورای وزیران، در مورد تذکره الکترونیکی تغییر نیامده و این فیصله عملی خواهد شد.

وی دیروز به رسانه‌ها گفت که براساس قانون اجراءات صورت گرفته، قانون ثبت احوال نفوس به تصویب بلخی جرگه و توشیح رییس جمهور رسیده است و هیچگونه مانع قانونی وجود ندارد و باید توزیع تذکره الکترونیکی بیدرنگ آغاز شود.

معاون سخنگوی ریاست اجرائی حکومت افزود: «موضوع تذکره الکترونیکی، مربوط سرنوشت فرد کشور میشود و اگر این روند آغازنمیشود، برای همه ضرر خواهد رسانید. ما این مسئله را از نزدیک تعقیب میکنیم وتلاش براین است که هرچه عاجل روند توزیع تذکره آغاز گردد.»

فیصل تصریح کرده که هیچگونه مشکل تکنیکی در روند توزیع تذکره الکترونیکی وجود ندارد و مسوولینی که در این بخش کار میکنند، آمادگی کامل خود را نشان داده‌اند؛ اما یک سلسله موارد سیاسی وجود دارد که باید روی آن صحبت شود که رییس جمهور و رییس اجرائی، در آن مورد صحبت‌های نیز داشته‌اند.

به گفته وی، این مسایل اختلافی نیز حل گردیده و هیچ چیزی باقی‌مانده که در روند توزیع تذکره تأخیر شود.

در تذکره الکترونیکی، تمام مشخصات یک فرد درج بوده و با تقلب وجعلکاری جلوگیری میشود و با توزیع این نوع تذکره، دولت قادر میشود که احصائی دقیق نفوس در کشور را نیز به دست آورد. (پژواک)

ولایتی شورا: فراه کی...

پرهپال وویل چې په تېرو درېیو میاشتو کې د دې ولایت په مرکزي له شلوزیات کسان به مرموز ډول وژل شوي دي. ده وویل چې په وژل شویو کسانو کې دعامو خلکو ترڅنک پولیس، خارانوالان او نور دولتي کسان هم شامل دي.

نیورزی وايي چې په فراه کې پرله پسې وژنو د خلکو پر روان بده اغیزه کړې او اوس خلک نه شي کولی په اسانه ښار نه تگ راتگ وکړي. دغه راز په یاده غونډه کې د فراه د ولایتي ښوړا بل غړي دادانله قانع وویل هم د مرموزو وژنو پر ډبرېدو اندېښنه څرگنده کړه او ویې ویل چې استخباراتي ارگانونه باید د دغو وژنو مخه ونیسي. «په عام بازار کې لسگونه ده زیاته کړه،»

بیش از صد زن و دختر در یک مکتب هرات مسموم شدند

مقامات میگویند که در ولسوالی انجیل این ولایت، ۱۱۶ تن از معلمان، شاگردان اثاث یک مکتب، مسموم شده‌اند.

محمد تقیب آروین ولسوال انجیل ولایت هرات، به تاریخ (۹ سنبله) به آژانس خبری پژواک گفت که حوالي ساعت ۱۰:۰۰ صبح دیروز، تعدادی از شاگردان، معلمان، برخی از اعضای خانواده شاگردان و چند تن از محافظین مکتب مسموم شدند.

وی افزود: «بیش از صد تن مسموم شده که تمامی آنها زنان‌اند.» ولسوال گفت که اعضای برخی خانواده‌ها، برای انتقال اولاد‌های خود به مکتب آمده بودند؛ اما آنها نیز مسموم شدند.

حسینه یکی از معلمان این مکتب به پژواک گفت: «در صنف ایستاد بودم، تدریس میکردم؛ در این وقت یک بوی بد آمد و بعداً بی‌هوش شدم؛ یک وقت که چشم خود را باز کردم، در شفاخانه بودم.»

همچنان بی بی گل یکی از خانم

صحت و سلامت

چرت نیم‌روزی «می‌تواند فشار خون را کاهش دهد»



نتیجه یک تحقیق نشان می‌دهد که چرت نیم‌روزی می‌تواند فشار خون و خطر حمله یا سکته قلبی را کاهش دهد. بر اساس این تحقیق که نتیجه‌اش در کنفرانس انجمن اروپایی متخصصان قلب (کاردیولوژی) ارائه شده، خوابیدن به مدت نیم ساعت یا کمی بیشتر در میانه روز خطر حمله قلبی را تا ده درصد کاهش می‌دهد.

این تحقیق در شفاخانه اسکلیپیه یون وولا در آتن، پایتخت یونان انجام شده و در آن پژوهشگران حدود ۴۰۰ فرد میان‌سال با فشار خون بالا را مورد مطالعه قرار داده‌اند.

دکتر مائولیس کالیستراتوس، در هنگام ارائه این تحقیق گفت که ساعات کار اداری و فرهنگ کاری مدرن، استراحت نیم‌روزی را تقریباً از دور خارج کرده است. او این سوال را مطرح کرد که آیا چرت نیم‌روزی تنها یک رسم سنتی است یا واقعاً برای بدن سودمند است.

او گفت: «دو نخست‌وزیر مشهور بریتانیا از طرفداران چرت نیم‌روزی بودند. وینستون چرچیل می‌گفت باید زمانی برای خواب بین ناهار و شام اختصاص داد و مارگارت تاچر هم دوست نداشت کسی حول و حوش ساعت ۳ بعد از ظهر مزاحمش شود... تحقیق ما نشان می‌دهد که آنها حق داشتند.»

دکتر کالیستراتوس با اشاره به روند تحقیق و نتیجه آن گفت هر چند میزان کاهش فشار خون در میان کسانی که در میانه روز می‌خوابند، اندک است، اما همین مقدار کم هم می‌تواند ۱۰ درصد سرعت فرسایش قلب را تا ۱۱ درصد و همین‌طور قطر دلیلیز چپ خطر بروز عوارض قلبی و وریدی را کاهش دهد.

پژوهشگران این تحقیق همچنین دریافته‌اند که خواب نیم‌روزی ساعت فرسایش قلب را تا ۱۱ درصد و همین‌طور قطر دلیلیز چپ قلب را تا پنج درصد کاهش می‌دهد. به گفته دکتر کالیستراتوس یافته‌های تحقیق نشان داده است که نه تنها چرت کوتاه نیم‌روزی می‌تواند به کاهش فشار خون منجر شود، بلکه خواب طولانی‌تری حتی می‌تواند مفیدتر باشد. (بی بی سی)

نوشیدن مخلوط لیموترش و آب گرم سبب پوسیدگی دندان می‌شود



درحالی‌که چکاندن آب لیموترش در آب گرم نوشیدنی دوست داشتنی برای آغاز یک روز به شمار می‌رود اما اکنون دندانپزشکان هشدار می‌دهند که این نوشیدنی به دندان‌ها آسیب می‌زند. این در حالی است که طرفداران این نوشیدنی می‌گویند، چکان لیموترش در آب گرم موجب بیدار کردن کبد می‌شود تا سموم را از بدن خارج کند، دست‌های هاضمه را تحریک می‌کند، به کاهش وزن کمک می‌کند و موجب آرام کردن مدهه ناراحت می‌شود.

اما دندانپزشکان هشدار می‌دهند که اسیدیته این نوشیدنی می‌تواند موجب فرسایش مینای دندان شود و باعث لکه شدن و تغییر رنگ دندان می‌شود. پروفیسور دامین والمسللی مشاور علمی انجمن دندانپزشکی انگلیس می‌گوید: شناسایی از مطالعات نشان می‌دهد که هر چه میزان اسیدیته یک نوشیدنی بیشتر باشد میزان فرسایش دندان‌ها بیشتر می‌شود.

وی هشدار داد، آب لیمو ترش به ویژه مغرب است مخصوصاً زمانی که با آب گرم مخلوط می‌شود. برای مثال pH آب لیموترش بین ۲ و ۳ است که بنابراین بسیار اسیدی است. همای آب می‌تواند این تأثیر را تندسید کند زیرا فرسایش در درجه حرارت‌های بالاتر جلدی تر می‌شود. دکتر نیجل کارتو رییس اجرائی بنیاد سلامت دندان انگلیس نیز موافق است که چکاندن آب لیموترش در آب داغ باعث پوسیدگی دندان می‌شود.

درمان جدید برای بهبود سلامت قلب مردان

محققان در مطالعه ای جدید دریافته‌اند مردانی که دارای میزان پایین هورمون تستوسترون بوده و تحت درمان با این هورمون قرار می‌گیرند، با کاهش خطر حمله قلبی، سکته و بیماری‌های قلبی روبرو هستند.

این مطالعه، اولین مطالعه ای است که اهمیت هورمون تستوسترون را در سلامت قلبی مردان نشان می‌دهد. براساس این مطالعه که بر روی ۸۲ هزار بیمار انجام شد، مردانی که تحت درمان با این هورمون قرار گرفتند ۵۲ درصد کمتر در معرض خطر مرگ در اثر سکته و یا حمله قلبی قرار داشتند.

به طور کلی تستوسترون مسئول ایجاد صفات متمایز بدن مردانه است. حتی در طول زندگی جنینی هم گنادوتروپین جفتی امکان ترشح مقادیر متوسطی از تستوسترون را فراهم می‌کند و تستوسترون در تمام دوره ی تکامل جنینی و حداقل ۱۰ هفته پس از تولد ترشح می‌شود. از آن پس در دوران کودکی تقریباً هیچ مقدار تستوسترون تولید نمی‌شود. اما در حدود سنین ۱۰ تا ۱۲ سالگی که شروع بلوغ است، ترشح تستوسترون تحت تأثیر هورمون‌های گنادوتروپیک هیپوفیز قدامی به سرعت افزایش می‌یابد و این ترشح زیاد در بیشتر بقیه طول عمر ادامه می‌یابد ولی پس از ۵۰ سالگی به سرعت کاهش یافته و تا ۸۰ سالگی به ۲۰ تا ۵۰ درصد جداگتر ترشح آن می‌رسد. محققان در مطالعه اخیر به این نتیجه رسیده‌اند که با توجه به کاهش سطح تستوسترون از سن ۵۰ سالگی به بالا، خطر سکته قلبی، حمله قلبی و بیماری‌های قلبی –عروقی در مردان بالا می‌رود.

