جنرال کمپل کمک...

همچنان در سخنرانی اش افزود: «در حملات تروریستی یازدهم سپتمبر حدود سه هزار تن کشته شدند که مربوط به تقریباً ۹۰ کشور با فرهنگ ها، ادیان و مذاهب مختلف بودند.»

چهارده سال پیش در همین روز، نزده تروریست شبکه القاعده، چهار طیاره امریکایی را دزدیدند.

آنها با دو طیاره، برج های مرکز تجارت جهانی و با یکی دیگر وزارت دفاع امریکا را هدف قرار دادند. طیاره چهارم در ایالت پنسلوینیای امریکا سقوط کرد.پس از این حملات، جامعهٔ جهانی رژیم طالبان را سرنگون کرد، راه برای یک حکومت منتخب هموار شد و جامعهٔ بین المللی میلیارد ها دالر با افغانستان کمک کرد.

تنها در هفتهٔ که گذشت، ناتو برای پروژه های برق افغانستان، حدود دو صد میلیون دالر کمک کرد.

در عین حال اردوی ایالات متحده امریکا، قرارداد خرید وسایط نقلیه برای نیرو های امنیتی افغان را با یک شرکت بزرگ امضا کرده است.

ارزش این قرار داد که از سوی اردوی امریکا با شرکت ناویستار دیفنس امضا شده، ۳۶۹ میلیون دالر است و شرکت یادشده، ۲۲۹۳ واسطه برای نیرو های امنیتی افغان فراهم می کند. (رادیو آزادی)

ولسوالی خاص ارزگان...

بر مرکز ولسوالی خاص ارزگان تیراندازی میکنند.در همین حال، خادم حسین گوهری، یکی از بزرگان قومی ارزگان به خبرگزاری مرکزی گفت، باوجودیکه بارها از دولت تقاضای نیروهای کمکی شد، اما به این خواستها توجه صورت نگرفته است.او افزود که بیشتر از هر منطقه دیگر، منطقه ششپر ولسوالی خاص ارزگان در وضعیت بعدی قرار دارد: «در این منطقه صرف یک پاسگاه پولیس وجود داشت و آنهم از سوی طالبان از بین برده شد».منطقه شش در شمال ولسوالی خاص ارزگان قرار دارد و تمام باشندگان آن هزاره اند. پس از تصرف این منطقه به دست طالبان، اکثر باشندگان آن متواری شدهاند.گوهری گفت که تعداد از باشندگان محل در منطقه باقی ماندهاند، اما مورد آزار و اذیت طالبان قرار میگیرند: «به دلیل تهدید طالبان برخی از باشندگان ششپر شب قبل از راه کوه به سمت مناطق هزاره جات فرار کردهاند».او افزود، باشندگان ششپر در وضعیت بدی قرار دارند، مردم هم برای دفاع از خودشان سلاح در اختیار ندارند.

در همین حال، رحمانی، یکی از بزرگان قومی دیگر ارزگان گفت، در این رویداد تاهنوز یک پولیس کشته و شش تن دیگر زخمی شدهاند. (مرکزی)

نگرانی سازمان ملل....

گزارش می نویسد، این ها مردمانی اند که برای مبارزه با حالات اضطراری همه امکانات شان را به خرچ داده و اکنون مجبور شده اند که زمین و دارایی های شان را بفروشند، کودکان شان را به خاطر کار از رفتن به مکتب مانع شوند و یا متکی به خویشاوندان شان گردند.

گزارش خاطر نشان می سازد که کاهش در کمک ها این مشکلات را بیش از این هم افزایش می دهد.

وحیدالله امانی نماینده برنامه جهانی غذا یا WFP در صحبت با رادیو آزادی گفت: سازمان ملل متحد در زمستان امسال برای کمک به افغانان نیازمند به سی میلیون دالر ضرورت دارد. «ما در حال حاضر شدیداً به کمبود بودجه مواجه هستیم. اگر ما کمک های عاجل را بدست نیاوریم، ما در سرمای شدید زمستان نمی توانیم به مردمانی که راه مواصلاتی شان با باریدن برف مسدود می شود، قبل از شروع برفباری کمک کنیم.»

بر اساس این گزارش، سال گذشته چهار اعشار هفت درصد افغانان به عدم مصونیت غذایی روبرو بوده اما این رقم امسال به پنج اعشاریه ۹ درصد بلند رفته است که در این میان نصف آنها را خانواده های تشکیل می دهند که مرد ندارند و زنان نان آور آنها می باشند.

در گزارش سفارش شده است که نخست باید به خانواده های توجه صورت گیرد که رییس خانواده زن بوده و یا بی جا شده گان داخلی اند.

«پروگرام های سوء تغدیه ما که در آن اطفال زیر سن پنج سال مصاب به سوء تغدیه و همچنان مادران و خانم های شیر ده که به سوء تغذی مبتلا اند، شامل هستند، قطع شوند و یا شاید هم بسیار کم شوند. ضمناً ما در کابل پنجاه و دو کمپ بیجا شده گانی داریم که در آن بین شش تا هشت هزار زندگی می کنند.

این همه فعالیت های حالت اضطراری ما را تشکیل می دهند که شاید نتوانیم قسمتی که لازم باشد، رسیده گی کنیم.»

در گزارش سازمان ملل متحد همچنان آمده است که هفت میلیون و سه صد هزار نفر یعنی از هر چهار نفر افغان یکی آن به عدم مصونیت غذایی مواجه است. گزارش از قول اداره مواد غذایی و زراعت سازمان ملل متحد می گوید:

هر چند امسال گندم در افغانستان زیاد زرع و تولید شده، اما مردمان فقیر در این کشور توانایی خرید مواد غذایی را از بازار ندارند. (رادیو آزادی)

موسی زی: طالبان پاکستان....

تأکید کرد که در حال حاضر هیچ کشوری منطقه برای محو پلان شوم تروریستان اقدام اساسی را روی دست نگرفته اند.

اکنون افراد وابسته به داعش در شماری از ولایات کشور فعالیت دارند و رسماً سربازگیری میکنند.

حکومت افغانستان از اقدامهای لازم برای سرکوب و نابودی این گروه خبر داده است.تاکنون چند فرمانده داعش در ولایات مختلف افغانستان در عملیات نظامی کشته و یا بازداشت شدهاند. در همین حال، موسی زی گفت که شماری از فرماندهان طالبان با داعش در ولایت ننگرهار بیعت کردهاند. او افزود که فعالیت گروه تروریستی در افغانستان بسیار هماهنگ و به همکاری هم به سرعت پیش میرود، اما کشورهای منطقه برای سرکوب آنان سرعت عمل به خرچ ندادهاند.پس از خبر مرگ ملا عمر، ملا اختر منصور به عنوان رهبر جدید طالبان معرفی شد، اما انتخاب وی مورد تأیید برخی از اعضای شورای رهبری این گروه قرار نگرفته است.

ملا دادالله، از فرماندهان طالبان یکی از مخالفان سرسخت ملا منصور است و وی چند روز پیش گفت، استخبارات پاکستان در تعیین رهبر جدید این گروه نقش عمده داشته است.اما اکنون متحد شدن طالبان پاکستانی و افراد وابسته به داعش در افغانستان نگرانیهای جدی را به دنبال داشته است.

قبلاً شماری از اعضای مجلس گفته بودند، داعش پروژهای جدید پاکستان علیه افغانستان است.(مرکزی)

آذربایجان در زمینه...

افغانستان تا حدی بهبود خواهد یافت.به گفته او، کشورش در صندوق کمک مالی به نیروهای افغانستانی سهم میگیرد و برای شماری زیادی از دانشجویان این کشور بورسیه های تحصیلی نیز اعطا میکند.

علیاف، افزود که در این زمینه ها هفته گذشته در نشستی اقتصادی بین افغانستان و آذربایجان در کابل تفاهم شده است.

آذربایجان در چهارده سال گذشته در بخشهای مختلف با افغانستان همکاری داشته است. این کشور در مأموریت قاطع در افغانستان نیز سهم گرفته است. (مرکزی)

حمله انتحاری گروهی....

در خبرنامه این اداره که روز جمعه ۲۰ سنبله در اختیار رسانهها قرار گرفته، آمده است که کارمندان امنیت ملی، سیف الله، یکی از فرماندهان گروه طالبان را همراه با سه نفر از افرادش در ولایت قندهار، در جنوب افغانستان بازداشت کردهاند.بازداشت شدگان در اعترافات خود گفتهاند که برنامه داشتند با استفاده از سه حملهکننده انتحاری و یک خودروی بمبگذاریشده به ریاست امنیت ملی قندهار حمله کنند.گفته شده که این افراد در برنامهریزی حملات انتحاری و مینگذاریهای گذشته در ولایت قندهار نیز دست داشته اند.ویدیوئی از اعتراف بازداشتشدگان نیز در صفحه رسمی ریاست امنیت ملی افغانستان در فیسبوک منتشر شده اما مشخص نیست این اعترافات در چه شرایطی گرفته شده است. (بی بی سی)

امریکا بیش از دو ....

تخریب شده میباشد. گفته شده است که این قرارداد به ارزش ۳۶۹ میلیون دالر با شرکت Navistar Defense در منطقه اسپرینگ فیلد ایالت اوهایو امریکا عقد شده است.بر پایه این قرار داد، ساخت وسایط مذکور به زودی آغاز می شود و قرار است نخستین محموله آن سال آینده به افغانستان انتقال و این روند تا سال ۲۰۱۹ تکمیل شود.

کوین توماس (Kevin Thomas) رئیس Navistar Defense گفته است که این شرکت از سال ۲۰۰۵ در زمینه تولید وسایط نقلیه نظامی برای نیروهای امنیتی افغان کار میکنند و تا اکنون بیش از ۹ هزار وسیله نقلیه متوسط نظامی تولید و به افغانستان فرستاده شده است.

جنرال دولت وزیری، معاون سخنگوی وزارت دفاع افغانستان با استقبال از این اقدام گفت که بخش عمده تمویل و تجهیز نیروهای امنیتی کشور به ویژه اردوی ملی از سوی امریکا صورت میگیرد و مقامهای امریکایی تاکید کردهاند به این روند تا زمانی که نیاز باشد ادامه خواهند داد.

بر پایه معلومات دفتر بازرس ویژه امریکا برای بازسازی افغانستان(سیگار)، امریکا تا اکنون بیش از ۶۵ میلیارد دالر را برای نیروهای امنیتی افغان اختصاص داده است که بیشتر از نیمی از کمک ۱۰۴ میلیارد دالری اختصاص یافته برای بازسازی و کمکهای امدادی به افغانستان میباشد. (پژواک)

تا امنی ها در ننگرهار....

هکتار زمین دولتی در ولایت ننگرهار که عمدتا در آن فارم های زراعتی در حال رشد بود، بدست مخالفین مسلح قرار گرفته است.

خان جان الکوزی معاون این اتاق روز جمعه در صحبت با رادیو آزادی گفت که به تازه گی نهال های زیتون و میوه های ستروس در این فارم ها در حال ثمر بود اما اکنون نگرانی های وجود دارد که این فارم ها دوباره نابود خواهد شد.« سه چهار سال پیشتر درختان زیتون و میوه های ستروس که در سال های قبل این فارم ها همه شان چور شده بودند، تازه به ثمر رسیده بودند و کلان شده بودند که منطقه به دست مخالفین می افتد و فعلاً تمام فارم ها بدست مخالفین هستند و این تشویش وجود دارد که این نهال ها و این باغ ها دوباره از بین بروند. دولت محلی ننگرهار هم از این مسئله با خبر است که در حدود اضافه تر از دوازده هزار هکتار زمین است.»

مسوولان اتاق تجارت و صنایع افغانستان، از گسترش فعالیت های مخالفین مسلح در بسیاری از ولسوالی های ننگرهار ابراز نگرانی کرده می گویند:

در حال حاضر بخشی زیادی از اموال وارداتی و صادراتی تاجران افغان از طریق شاهراه کابل - جلال آباد انتقال میابد از همین رو از ادامه ناامنی در این ولایت تشویش دارند.

گزارش ها می رسانند که در چند ماه گذشته جنگ های شدید در ولسوالی های اچین، پچیراگام، چپرهار، هسکه مینه، سپین غر، خوگیانی، شیرزاد، نازیان، کوت، حصارک، بتی کوت، مومندره و برخی دیگر از ولسوالی های ننگرهار میان افراد وابسته به گروه دولت اسلامی و طالبان مسلح ادامه دارد.در عین حال مسوولان وزارت زراعت و مالداری افغانستان در صحبت با رادیو آزادی گفتند که در این مورد تا کنون کدام اطلاعی بدست نیآورده اند.اما مقامات امنیتی ولایت ننگرهار، کنترول مخالفین بالای ساحاتی که در آن زمین های زراعتی دولتی در آن موجود است را نادرست می خوانند. فضل الحمد شیرزاد قوماندان امنیه ننگرهار روز جمعه به رادیو آزادی گفت:

« تمام وضعیت امنیتی ننگرهار را خبر داریم، جای که طالب است برای تان می گویم جای که قاچاق می رود و می آید آنرا هم برای تان می گویم، اما چشم پوشی نمی کنیم اما در جای که فارم است و زمین های زراعتی است و هر کسی که این گونه گپ ها می زند بیاید تا ما آنها را نشان بدهیم که در اینجا کی است؟» این در حالیست که پیش از این نیز حوادث امنیتی چند ماه اخیر ضربه شدید به حاصلات زراعتی باشنده گان بسیاری از نقاط کشور بخصوص در ولایت های بغلان، قندز، تخار، فاریاب وارد کرده است. مردم عام تأکید می کنند که طرف های درگیر جنگ در کشور باید از صدمه رساندن به ساحات سبز به خصوص فارم های دولتی جلوگیری کنند. (رادیو آزادی)

کمیته دفاعی پارلمان ....

این زمینه در سالهای آینده آسیب بزند. وی تاکید نموده است که این افراد بخاطر همکاری با نیروهای نظامی بریتانیا جان خود را به خطر انداختهاند و باید بخاطر کارشان مورد احترام قرار بگیرند.

جولیان لوئیس این موضوع را در حالی بیان کرده است که کمیته متذکره در نامهای به مایکل فالون، وزیر دفاع بریتانیا، خواستار اعطای پناهندگی به ۲۰۰ مترجم افغان شده است که در سالهای گذشته با نیروهای نظامی این کشور در افغانستان کار کردهاند.

در این نامه که روز پنج شنبه منتشر شد، آمده است که بسیاری از این ترجمانها با «تهدیدهای روشن و عینی» مواجه هستند اما دولت بریتانیا همچنان از دادن اجازه اقامت به آنها خودداری میکند.

کمیته دفاعی پارلمان بریتانیا گفته است: «اخیرا گزارشهایی منتشر شده است که دست کم یک نفر از ترجمانهای افغان پس از تلاش ناموفق برای فرار از آن کشور، شکنجه و کشته شده است.»کمیته مذکور این رویکرد دولت را روشی «کاملا غیرقابل قبول» در برخورد با «دوستان و متحدان» خوانده است که اکنون با «ترس همیشگی خطر جانی زندگی میکنند». این کمیته همچنین از وزارت دفاع خواسته که در خصوص دلایل دولت بریتانیا به ندادن پناهندگی به این مترجمها، توضیح فوری بدهد.

در ماه اپریل گذشته شماری از رسانههای بریتانیایی گزارش کرده بودند که طالبان با حمله به یکی از این ترجمانها در ولایت خوست، وی را کشته و پسر دو سالهاش را زخمی کردهاند.دولت بریتانیا اعلام کرده است که تنها به آن عده از مترجمان افغان پناهندگی میدهد که بعد از ماه دسامبر سال ۲۰۱۲ به استخدام نیروهای این کشور در افغانستان درآمده باشند. مطابق با این تصمیم درخواست آن عده از این افراد که بین سال ۲۰۰۶ تا ۲۰۱۲ استخدام شده باشند رد میشود، مگر اینکه بتوانند ثابت کنند که از سوی طالبان تحت تهدید قرار دارند. (پژواک)

یازدهم سپتمبر و ....

داشت، رهبری شده بود. ایالات متحده امریکا پس از این حمله تصمیم گرفت لانههای تروریسم و القاعده را در داخل خاک افغانستان هدف قرار دهد. حمله ایالات متحده امریکا و به دنبال آن شکست طالبان و تشکیل حکومت موقت و انتقالی فضای سیاسی، اقتصادی و اجتماعی را در افغانستان دگرگون کرد.

مجتبی هاشمی و خانوادهاش پیش از رویداد یازدهم سپتمبر مجبور به مهاجرت به پاکستان شده بود. این خانواده پس از آن راه مهاجرت را در پیش گرفت که هیچ امیدی برای زندگی در کابل باقی نمانده بود.

او میگوید با تسلط طالبان بر کابل پدرش که در یکی از ادارات دولتی کار میکرد، شغلش را از دست داد و یگانه چشمه عایداتی خانواده خشکید. یگانه راهی که برای درآمد ناچیز این خانواده باقی ماند، قالینبافی بود.

تقریبا همه اعضای خانواده برای امرار معیشت، مجبور بودند شب و روز قالین ببافند.مجتبی میگوید: «در دوران صنف هشت مکتب بودم؛ یک روز مکتب میرفتیم و یک روز دیگر قالینبافی میکردم. پدرم در امنیت ملی کار میکرد ولی طالبان او را از کار منفک کردند. وقتی پدرم منفک شد، دیگر هیچ امیدی برای ماندن ما در افغانستان باقی نماند بالاخره افغانستان را ترک کردیم.»

خانواده مجتبی شبی در دیار مهاجرت در پاکستان، خبری را از رادیوها میشنوند که تروریستان به امریکا حمله کرده و برجهای تجارت جهانی منهدم شدهاند.

پس از این رویداد، خانواده هرشب رادیو گوش میدادند تا بدانند که چه تحولات بعدی در منطقه و جهان رخ میدهد.

با شنیدن خبر حمله ایالات متحده امریکا به افغانستان و شکست طالبان این خانواده تصمیم میگیرد که دوباره به افغانستان برگردد.

پس از برگشت، پدر و مادر مجتبی هردو در ادارات دولتی مصروف کار شدند و فرزندان خانواده همه به مکتب و دانشگاه رفتند.مجتبی پس از اتمام دانشگاه، در یکی از موسسات مصروف کار است و از بابت کارش معاش خوبی دریافت میکند.

او همزمان در یکی از دانشگاههای خصوصی استاد است.

حالا سه تن از اعضای این خانواده در ادارات دولتی و غیردولتی مصروف کار هستند و این خانواده عاید قناعتبخشی دارند. هاشمی میگوید اگر یازدهم سپتامبر رخ نمیداد، خانوادهاش قربانی فقر و بیسوادی میشد:

«اگر روند طالبان ادامه مییافت من یک آدم بیسواد و بی همهچیز میبودم. ولی آمدن جامعه جهانی بر زندگی من و بسیاری آدمهای مثل من تاثیر خود را داشته است.»در همین حال، یازدهم سپتمبر نتیجه همسان بر زندگی همه افغانها نداشته است. برخی از خانوادههای افغان پس از این رویداد، همه دار و ندار شان را از دست دادند و از روستاهای شان متواری شدند. اسدالله گلستانی یکی از این افغانها است. او پیش از رویداد یازدهم سپتمبر در یکی از روستاهای ولسوالی قرهباغ ولایت غزنی زندگی میکرد. این روستا زیر تسلط طالبان بود و مردم از امنیت نسبی برخوردار بودند.پس از یازدهم سپتمبر، اسدالله و همسرش مدیریت یک مکتب دخترانه را در روستای شان به عهده گرفتند. در این روستا حداقل ۶۰۰ تن از شاگردان دختر درس میخواندند. در دو سال اول حکومت کرزی زندگی به کام این خانواده بود و همه چیز بر وفق مراد پیش میرفت. (دویچه وله)

وزیر امور مهاجرین از....

پژواک قرار گرفته، گفته است که سید حسین عالمی بلخی در جریان این بازدید، خواهان شفافیت در روند توزیع کمکها بین المللی به مهاجرین و همکاری هرچه بیشتر با این افراد گردید.

شهرک مرزی اسلام قلعه در ۱۲۰ کیلومتری غرب شهر هرات قرار دارد و بزرگترین نقطه ورودی مهاجرین بازگشت کننده از ایران به افغانستان میباشد.

افراد بازگشت کننده قبل از ورود به افغانستان در این مراکز ثبت نام میشوند و ضمن دریافت کمکهای نقدی و غیر نقدی، در زمینه برخی مسائل از جمله چگونگی تردد در مناطق مختلف به دلیل نگرانی از وجود ماین و مواد منفجره نیز آموزش میبینند.

در این خبرنامه آمده است که وزیر پس از بازدید از اسلام قلعه، در نشستی با نمایندگان نهادهای کمک کننده بین المللی در شهر هرات حضور یافت.در این نشست نمایندگان کمشنری عالی امور پناهندگان سازمان ملل متحد ((UNHCR، سازمان بین المللی مهاجرت (IOM)، اداره اسکان بشری سازمان ملل (UN habitat) و سایر سایر نهادهای کمک کننده گزارش کاری خود را در زمینه مسائل مربوط به مهاجرین ارایه کردند. ماه گذشته، وزارت امور مهاجرین اعلام کرد که اتحادیه اروپا بیش از ۱۱ میلیون دالر را برای کمک به مهاجرین برگشت کننده به افغانستان اختصاص داده است که از طریق اداره اسکان سازمان ملل متحد در امور زیربنایی ازجمله ساخت سرپناه در سه ولایت از جمله هرات مورد استفاده قرار خواهد گرفت.

در حال حاضر ۴۵۰ هزار مهاجر افغان دارای اقامت موقت، ۸۴۰ هزار دارای اسناد قانونی و ۹۰ هزار افغان که دارای پاسپورت هستند در ایران زندگی میکنند. در سالهای اخیر گزارشهای متعددی از اعمال محدودیت به ویژه در زمینه کار و تحصیل مهاجران افغان از سوی حکومت ایران منتشر شده است و این افراد برای بازگشت به افغانستان تحت فشار بودهاند. (پژواک)

ناتو دوصد میلیون....

نیروهای امنیتی و دفاعی افغان فراهم گردد. جنرال تادسیمینایت معاون بخش همکاری های امنیتی ناتو روز پنجشنبه این کمک را با صندوق وجهی بازسازی افغانستان اعلام کرد:

« امروز اعضای ناتو و متحدین آن بخاطر آوردن برق دایمی به افغانستان برای صندوق وجهی بازسازی این کشور دوصد میلیون دالر کمک را اعلان می کند نیروهای امنیتی و دفاعی افغانستان با این کمک می توانند عوض استفاده از جنراتورهای دیزلی که قیمت گزاف دارد از برق وارداتی ارزان استفاده کنند زمانیکه این پروژه به بهره برداری سپرده شد بودجه مصرفی برشنا هم نصف می شود یعنی قیمت یک کیلووات برق از ۵۳ سنت به ۲۲ سنت کاهش می یابد. «

این دوصد میلیون دالر از سوی کشورهای جرمنی، کانادا، بلجیم و هالند که اعضای ناتو اند و استرالیا از متحدان این سازمان میا باشد صورت گرفته است.

در حال حاضر سالانه مصرف برق نیروهای افغان ۳۲۷ میلیون دالر تخمین شده است. میرویس عالمی رییس بخش تجارتی برشنا شرکت گفت، با این کمک ناتو برعلاوه مراکز نظامی نیروهای امنیتی افغان برخی از مناطق نیز از نور برق مستفید خواهند شد:

« این کمک ناتو به برشنا شرکت که از آن یک لین ۵۰۰ کیلووات تمدید خواهد شد برای منطقه بسیار موثر می باشد و هم برای شرکت برشنا یک حمایت بسیار قوی می باشد این لین با لین وارداتی کاسا یکجا که بانک جهانی آنرا تمویل می کند افغانستان را به این آماده ساخته که یکی از کشورهای منطقه نیز از این برق مستفید شود. «

به گفته آقای عالمی، ناتو بخاطر تمدید لین برق از شهر مزارشریف تا پلخمری نیز کمک می کند که در آینده نزدیک همرای پروژه کاسا یکهزار لین برق وارداتی ترکمنستان به قندهار امتداد میابد. تفاهم نامه رسانیدن برق دایمی برای پایگاه های نیروهای امنیتی و دفاعی افغان در حالی به امضا می رسد که پیش از این گزارش ها در مورد موجودیت فساد گسترده در قرار داد های تیل در وزارت دفاع به نشر رسیده است.

معصوم استانکزی سرپرست وزارت دفاع می گوید، با عملی شدن این پروژه مشکل نیروهای امنیتی از درک برق رفع خواهد شد:

« این پروژه در بخش نیروهای امنیتی و دفاعی افغان بسیار مهم است سیستم و ادارات ما بخاطر عملیات ها در تمام کشور به یک برق دایمی و با ثبات نیاز دارد چرا به آن ضرورت است اگر ما بخواهیم کارهای خود را پیش ببریم به یک برق دایمی نیاز داریم بخاطر عدم موجودیت برق دایمی همه روزه سیستم دوباره نصب می شود و بسیاری دیتا ها را از دست می دهیم. « (رادیوآزادی)

امریکا به ۸۰ تن از ....

حضور شمار زیادی از دریافت کنندگان این بورسیه در سفارت این کشور در کابل برگزار شده بود، صحبت کرد. وی با اشاره به اینکه در سالهای اخیر صدها تن از این بورسیه بهرهمند شدهاند، گفت: «فولبرایت در افغانستان یکی از دو تا سه برنامه بزرگ در این زمینه در جهان است و اگر ما از نظر اداری ظرفیت بیشتر میداشتیم آن را به بزرگترین برنامه در جهان تبدیل میکردیم.» به گفته سفیر امریکا، این کشور به اهمیت این برنامه برای افغانها و موفقیت آنها برای کسب دانش عالی برای ساخت و ترقی افغانستان اطمینان دارد.مک کنلی خاطر نشان نمود افرادی که بعد از تکمیل تحصیلات به افغانستان بر میگردند با عنوان افراد متخصص در امور محلی، تسهیل کننده امور در سطوح مختلف ادارات حکومتی، و اصلاح گرانی در زمینه تغییرات ساختاری برای کامیابی کشور خود کار کنند.سفارت امریکا در خبرنامهای که به دسترس پژواک قرار گرفته، گفته است که در سال تحصیلی ۲۰۱۶-۱۷، ۵۰۰ تن بخاطر دریافت فولبرایت درخواست داده بودند که از این تعداد ۷۷ تن برای مقطع فوق لیسانس و سه تن برای دوره دکترا انتخاب شدهاند.داشتن مدرک لیسانس از یکی از پوهنتونهای دولتی یا خصوصی و تسلط کامل به زبان انگلیسی، از معیارهای عمده برای دریافت بورسیه فولبرایت تعیین شده است. صدیقی حسنی، باشنده اصلی ولایت دایکندی از جمله محصلانی که این بورسیه را دریافت کرده است به پژواک گفت که فولبرایت یک برنامه بسیار موفق است و محصلان میتوانند با آموزش و کسب دانش عالی در پوهنتونهای امریکا دوباره به افغانستان برگردند. (پژواک)

نظامیان چک پس ....

قرار است تمام نیروهای خارجی پس از پایان سال ۲۰۱۶ افغانستان را ترک کنند. اما شماری از کارشناسان سیاسی گفتهاند، تمام نیروهای ناتو از افغانستان تا زمانیکه تهدید امنیتی در این کشور از بین نرود، خارج نخواهند شد. (مرکزی)

معترضان بامیان: عاملان....

همچنان در اعتراض به کشتار مسافران تئاتر خیابانی اجرا کردند. در این نمایش اعتراضی، صحنههای ربودن ۱۳ مسافر، تیرباران و سربریدن آنان توسط شورشیان اجرا شد.هفته قبل مهاجمان مسلح ۱۳ مسافر سرپل (هزاره) را در ولسوالی زارع ولایت بلخ از دو موتر پایین و به گوله بستند. هنوز عاملان این رویداد شناسایی نشده است.در همین حال، فعالان مدنی بامیان گفتند که اگر حکومت برای جلوگیری کشتار مسافران در مسیر شاهراه ها اقدام نکند، راه حلی پیدا خواهد شد.حسینداد احمدی، از فعالان مدنی بامیان گفت که مسئولان دولتی تاهنوز در خصوص کشتار مسافران هزاره غیر مسئولانه برخورد کردهاند.او افزود که پیش از این نیز تروریستان در ولایات زابل، غزنی و غور مسافران هزاره را اختطاف و شماری از آنان را به طور فجیع به قتل رسانده، اما از پیگیری این قضایا توسط دولت هنوز خبری نیست.در حرکت مدنی روز پنج شنبه پس از اجرایی تئاتر خیابانی نقشه سفیدی ترتیب داده و از اشتراک کنندگان خواسته شد تا از آنچه زیاد رنج میبرند، روی آن بنوسیند.

در این نقشه اکثر اشتراک کنندگان نوشته بودند، از کشتار مسافران، اختطاف، انتحار، انفجار، خشونت، بیمسولیتی دولت و قوم پرستی در رنج هستند. (مرکزی)

په خوست کې د ....

مرستیال ،د سولې ولایتي کمېټې مسوول ،جهادي قوماندانانو،د شهیدانو وارثینو، قومي مشرانو، د سیاسي احزابو استازو، د مدني ټولنو فعالینو، خبریالانو او د دولتي ادارو مسوولینو ګډون کړی وو. خوست والي حکم خان حبیبي وویل ، د شهید اونۍ ددې لپاره یو ښه فرصت دی چې د شهیدانو له قربانیو او سرښندنو یادونه کیږي او د هغوی لپاره د هیواد په ګوټ ، ګوټ کې دعاګانې وشي (پژواک)

د ترافيکي پېښې له ....

هغه وایي چې په پېښه کې د۳۰۳ موټر چلوونکي مړ شوی او په یاد موټر کې ۲۵ تنه ټپیان شوي چې مېرمنې او ماشومان هم په کې شامل دي. د غزني د ترافیکو مدیر محمد الله احمدي هم د یادې پېښې پخلی کوي . (پژواک)

سلکونو کسانو کابل ....

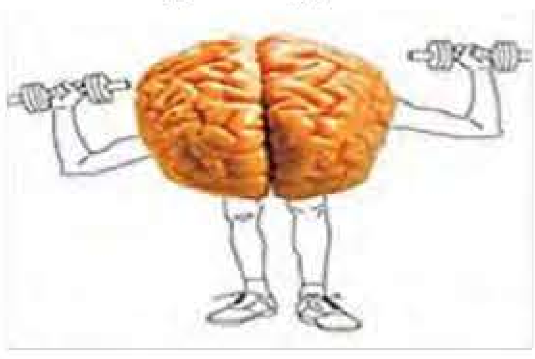
د یادې شورا مشر داکتر ضیاالدین کمال غونډې پخپله وینا کې وویل چې ولسونو د هیواد د خپلواکۍ لپاره ډېرې قرباني ورکړې دي او کله هم چې پرهیواد یرغل شوی ، نود نورو ولس ترڅنګ د میدان وردګو ولسونو له خپلې خاورې او خلکو څخه دفاع کړې ده. (پژواک)

د سرپل د بلخاب ....

ده زیاته کړه، د یادې موضوع د څېړنې لپاره یو پلاوی په دنده ګومارل شوی، خو له څېړنو وروسته هغه کسان چې په دې برخه کې یې بې پروایي کړې، د قانون منګولو ته وسپارل شي. دغه راز هغه څرګنده کړه، چې پولیسو د تښتېدلې کس د بیا نیولو هڅې پیل کړې دي. (پژواک)

صحت و سلامت

۹ تکنیک حیرت انگیز برای تقویت مغز



مهم نیست چه می‌خوانید، فقط بخوانید! بیشتر تحقیقات پژوهشگران نشان داده‌اند بهترین افزایش‌دهنده قدرت مغز، مطالعه و خواندن است. از روزنامه گرفته تا رمان، کتاب علمی و... خلاصه هر چه دستتان رسید بخوانید چون سوژه متن مهم نیست، کمیت اهمیت دارد!

نویسنده کتاب «باهوش‌تر از آنچه فکر می‌کنید»، کلایو تامپسون معتقد است با انجام این ۹ کار می‌توانید با کمک تکنولوژی یا حتی بدون آن، قدرت تفکرتان را پرورش دهید. امتحان کنید!

۱) ساعت‌هایی را آفلاین باشید

گاهی اوقات بی‌خیال اینترنت شوید و بدون آن، زندگی کنید. مثلا آخر هفته‌ها ایمیل و همین‌طور پست‌های شبکه‌های اجتماعی‌تان را بررسی نکنید: از فیس‌بوک گرفته تا وایبر، واتس‌آپ، لاین و تلگرام! واقعا مجبور نیستید هر بار آنلاین می‌شوید، وقت خود را با بررسی شبکه‌های اجتماعی و انجام کارهای بیهوده و وقت‌گیر تلف کنید. اینترنت پر از منابع آموزشی بزرگ است، از جمله دوره‌های آموزشی آنلاین، ویدئوهای جذاب و کاربردی و ابزارهای افزایش دامنه واژگان. به جای تلف کردن وقت خود با موضوعات بی‌فایده، به تغذیه مفید مغز خود بپردازید و متناسب با فعالیت‌های اجتماعی‌تان، اطلاعاتتان را افزایش دهید.

۲) یادداشت بردارید

یادتان هست وقتی مکتب می‌رفتید و شب‌های امتحان، به‌خصوص سالی که کنکور داشتید، چقدر از درس‌هایتان یادداشت برمی‌داشتید؟ حالا هم همان کار را انجام دهید و اصلا لازم نیست یادداشت‌هایتان ادبی یا طولانی باشد! همان چند دقیقه‌ای که صرف نوشتن آموخته‌های آن روز می‌کنید، راهی مطمئن برای افزایش قدرت مغز است. کافی است یک یادداشت ??? کلمه‌ای از مطالبی که هر روز می‌آموزید، تهیه کنید.

۳) چه کارهایی انجام داده‌اید؟

بخش عمده‌ای از هوشمندی با میزان اعتماد به نفس و شادی شما مرتبط است؛ پس همین الان یک کاغذ بردارید و برخلاف همیشه که فهرستی از «کارهایی که می‌خواهم انجام دهم» تهیه می‌کردید، این بار آمار «کارهایی که انجام داده‌ام» را بگیرید تا هم اعتماد به‌نفستان افزایش یابد و هم خوشحال و شاد شوید!

۴)حروف متقاطع یا سودوکو؟!

تفاوتی نمی‌کند! همه بازی‌های ذهنی و جدول‌ها علاوه بر سرگرم کردن شما، می‌توانند با درگیر کردن مغز، روشی مفرح و موثر برای تربیت و فعال کردن مغز باشند. مدتی این روش را امتحان کنید تا ببینید سرعت پردازش مغزتان چقدر افزایش می‌یابد.

۵) پسر نوح با بدان بنشست ...

اگر می‌خواهید باهوش‌تر شوید، باید دوستان باهوش داشته باشید. شاید اوایل این ارتباط‌ها اعتماد به نفستان کمی خدشه‌دار شود اما یادتان باشد رفت و آمد با کسانی که باهوش‌تر از شما هستند، یکی از سریع‌ترین راه‌های یادگیری است. دور و برتان را پر کنید از آدم‌های باهوش و سعی کنید علاوه بر حفظ فروتنی خود، همیشه تشنه دانستن باشید و از آنها چیزی یاد بگیرید.

۶) او یار مهربان است!

مهم نیست چه می‌خوانید، فقط بخوانید! بیشتر تحقیقات پژوهشگران نشان داده‌اند بهترین افزایش‌دهنده قدرت مغز، مطالعه و خواندن است. از روزنامه گرفته تا رمان، کتاب علمی و... خلاصه هر چه دستتان رسید بخوانید چون سوژه متن مهم نیست، کمیت اهمیت دارد!

۷) مطمئنید یاد گرفته‌اید؟

اینشتین گفته: «اگر نمی‌توانید چیزی را برای دیگران به راحتی توضیح دهید، به این دلیل است که آن را به اندازه کافی درک نکرده‌اید». پس هر موضوعی را که یاد گرفتید، سعی کنید برای دیگران تعریف کنید و اطلاعاتتان را در اختیار بقیه بگذارید تا با تکرارشان، هم در ذهنتان ماندگار شوند و هم مطمئن شوید که مطلب را تمام و کمال گرفته‌اید.

۸) همیشه در چارچوب حرکت نکنید!

استیو جابز جوان پس از ترک تحصیل، زمان بیکاری زیادی داشت که از آن برای یادگیری خوشنویسی استفاده کرد. در آن زمان خوشنویسی برای او بی‌ربط به نظر می‌رسید، اما مهارت‌های طراحی که او یاد گرفته بود، بعدها به مکینتاش راه یافت. شما هرگز نمی‌دانید در آینده چه چیزی مفید است. فقط کافی است سعی کنید چیز جدیدی یاد بگیرید و منتظر بمانید تا فرصت استفاده از آن به دستتان بیاید. خواهید دید همین دانسته‌های در ظاهر بی‌ربط چطور با جنبه‌های مهم زندگی‌تان ارتباط برقرار می‌کنند! پس، از امتحان کردن مهارت‌های بی‌ربط با امروزتان نترسید.

۹) یک زبان جدید لطفا!

سرعت یادگیری مهم نیست؛ کافی است به هر طریقی که شده؛ سفر به کشورهای خارجی یا شرکت در کلاس‌های آموزش زبان یا حتی استفاده از خودآموزها و دوره‌های مجازی آموزش زبان این کار را شروع کنید. فقط سعی کنید کارتان را زودتر شروع و مداوم آن را دنبال کنید تا مغزتان فعال و پویا بماند.

۵ نشانه کمبود آب در بدن

نوشیدن آب به کنترل اشتها و پایین نگه داشتن سطح کالری مصرفی کمک می‌کند. وجود آب کافی در بدن مانع از ابتلای فرد به مشکلاتی چون سرفه، سرماخوردگی و آنفلوآنزا می‌شود.

نوشیدن آب کافی بیش از آنچه تصور می‌کنیم برای سلامت بدن‌مان مفید است. نبودن آب کافی در بدن با علائمی همراه است که نشان‌دهنده این کمبود هستند.

شبکه خبری فاکس نیوز به برخی از این علائم اشاره کرده است:

۱. احساس خستگی: کارشناسان بر این باورند که نوشیدن آب به اندازه کافی و لازم برای بدن سطح انرژی را افزایش می‌دهد و برای رفع خستگی موثر است.

۲. افزایش وزن: بررسی‌ها نشان می‌دهد نوشیدن آب به کنترل اشتها و پایین نگه داشتن سطح کالری مصرفی کمک می‌کند.

۳. آسیب دیدگی مفاصل: آب با چرب کردن و به اصطلاح روغن کاری کردن مفاصل در تسکین درد این نواحی نقش دارد.

۴. ضعف سیستم ایمنی: وجود آب کافی در بدن مانع از ابتلای فرد به مشکلاتی چون سرفه، سرماخوردگی و آنفلوآنزا می‌شود.

۵. ظاهر نامناسب پوست: نوشیدن آب کافی مانع از آن می‌شود که پوست به شکل خشک و چروکیده جلوه کند.