غني: کندز تحت...

رحمت الله نبیل رئیس ریاست عمومی امنیت ملی اظهارداشت: «من وعده می‌دهم که هرگونه غفلت و یا همکاری احتمالی در رابطه با کندز را با رسانه‌ها شریک می سازم».

وی افزود: «اطلاعات حمله از قبل وجود داشت؛ ریاست ما هم اکنون در کندز فعال است و اطلاعات را با ما شریک می سازد».

نبیل تصریح کرد: «هیچ چیز امنیت ملی حتی یک ورق سفید هم به دست مخالفان نیفتاده است».

رئیس ریاست عمومی امنیت ملی ادامه داد: «بیشتر زندانیان زندان کندز به جرم های جنایی متهم بودند؛ زندانیان خطرناک این زندان به زندان پروان منتقل شده بودند که توسط وزارت داخله اداره میشود».

نبیل افزود: «زندانی‌هایی که در کندز بودند در حدود ۶۰۰ تن بودند که ۱۱۰ نفر آن طالبان با جرم های معمولی هستند».

علومي: تمرکز ما بر این است که در عملیات کندز به مردم آسیب نرسد

نورالحق علومي وزیر داخله نیز در ادامه این نشست تصریح کرد: «ادغام شدن طالبان با مردم در کندز برای ما مشکل ایجاد کرد». وزیر داخله ادامه داد: «تمرکز ما بر این است که در عملیات کندز به مردم آسیب نرسد».

علومي افزود: «در کندز به مردم ملکی ضرری نرسیده است؛ قوت‌های خاص ما به کندز رسیده اند».

وزیر امور داخله تأکید کرد: «ولایت‌های اطراف کندز آماده اعزام نیرو به منطقه هستند». وی با بیان اینکه در این عملیات هماهنگی خوبی بین نیروهای امنیتی وجود دارد گفت: «تفرقه انداختن بین مردم افغانستان هدف دشمن ما است».

علومي خاطرنشان کرد: «امیدوارم به زودترین وقت خبر خوش آزادی کندز را به مردم بدهیم». وزیر داخله گفت: «افتادن یک یا دو ناحیه در یک ولایت به دست مخالفان به معنای سقوط شهر یا ولایت نیست». استانکزی: طالبان از طریق جنگ هیچ چیز به دست نمی آورند

استانکزی سرپرست وزارت دفاع نیز گفت: «در کندز معامله ای انجام نشده است، بل مخالفان در روزهای عید مخالفان به شکل افراد عادی وارد شهر شده بودند».

سرپرست وزارت دفاع خاطرنشان کرد: «نیروهای اردوی ملی در قسمت های مختلف مستقر هستند و نیروهای امنیتی می‌توانند این مشکل را حل کنند».

وی افزود: «ما برای کندز یک پلان همه جانبه ضرورت داریم». (طلوع نیوز)

داکترعبدالله: افغانستان...

وی افزوده است که این، مسوولیت سازمان ملل متحد و سایر سازمان های مربوطه است که برای حل مشکلات و چالش های موجود، از همین لحظه دست به کار شوند. رییس اجرائیه حکومت افغانستان، با اشاره به امنیت افغانستان گفت که هم اکنون، صدها مخالف مسلح بر کندز حمله نموده اند.

به گفتهٔ موصوف، یک روز قبل از این رویداد، تروریستان درمیدان بازی والیبال انفجار انجام داده و ده ها فرد ملکی را کشته ومجروح نموده اند.وی افزود که گروه داعش که در عراق و شام تاسیس شده، فعالیت های خود را در افغانستان نیز آغاز کرده است.

موصوف گفت: «موجودیت گروه های تروریستی و لانه های مصوون آنها در پاکستان، هنوزهم باعث ایجاد مشکلات در افغانستان میشود.»به گفتهٔ عبدالله، شبکهٔ حقانی هنوزهم در بیشتر حملات تروریستی و تخریبی دست دارد و این گروه باید به کمک بین المللی از بین برده شود.

وی از رهبران پاکستان نیز خواست که به تعهدات خود که چند ماه قبل با افغانستان کرده اند، محکم ایستاده شوند و به آن عمل نمایند.رییس اجرائیه، از سایر کشورهای منطقه نیز خواست که وضعیت افغانستان را درک کنند و به کمک های خود در بخش امنیت و بازسازی این کشور ادامه دهند.وی همچنان از کشورهای منطقه و جامعهٔ بین المللی خواست که در بخش زمینه سازی مذاکرات با طالبان مسلح کمک نمایند.وی افزود: «افغانستان با تهدیدهای گوناگون مواجه است؛ ما از چند سال گذشته بدینسو در جنگ با تروریزم و افراطیت دخیل هستیم.»به گفتهٔ وی، مردم افغانستان با این مشکلات دست به گریبان اند و خواهان حل این مشکلات هستند.وی افزود: «آنها میخواهند که با انجام دادن همچو حملات، ما را محکوم کنند. افغانستان از چند سال گذشته بدینسو، شکار همچو گروه های تروریستی است؛ حالا گروه داعش نیز به آنها اضافه شده است.»عبدالله گفت که کشورش، پالیسی خود را در بخش مذاکرات و روابط با طالبان تغییر داده و این کار، بعد از آن صورت گرفت که مرگ رهبر پیشین طالبان اعلام شد.موصوف پنهان کردن مرگ ملاعمر را برای مدت دو سال، کار شرم آور خواند.به گفتهٔ رییس اجرائیه، مسئله مرگ ملاعمر، برای دو سال پنهان شده بود و این کار باعث ایجاد بی اعتمادی میان طرف های درگیر در مذاکرات صلح شد.موصوف در سخنان خود، از جامعهٔ جهانی سپاسگزاری کرد که در جریان ۱۴ سال گذشته، افغانستان را در بخش های مختلف کمک کرده اند. (پژواک)

انگلستان از اصلاحات ....

در جریان این ملاقات، روی دوستی ملکی و نظامی میان افغانستان و انگلستان، وضعیت امنیتی و سیاسی کشور، و افزایش همکاری های منطقوی در مقابل تروریزم بحث صورت گرفت.منبع افزوده است که داکتر عبدالله در جریان این ملاقات، در مورد وضعیت امنیتی، تهدیدات داخلی و خارجي، تهدیدات تازهٔ ناشی از تروریزم و مبارزهٔ نیروهای ملی و دفاعی افغانستان در جریان سال گذشته صحبت کرد.

وی فعالیت های نیروهای افغان را فوق العاده مهم و موفق خوانده و افزود که فعالیت های خوب نیروهای افغان، باعث شد که تروریست ها و حامیان آنها به اهداف شوم خود نرسند.به گفتهٔ عبدالله، حکومت در یک سال گذشته با حامیان و آموزگاران تروریزم نیز کار کرد تا از حمایت تروریستان دست بردارند؛ اما تلاش های مذکور، نتایج مطلوب را با خود نداشت.

رییس اجرائیه گفت که افغانستان، از متحدین خود آرزو دارد که حامیان تروریزم را به عدم حمایت از تروریزم و قاتلین، مجبور نمایند تا تروریزم و افراطیت ریشه کن گردد.

در خبرنامه آمده است که فیلیپ هاموند وزیر امور خارجهٔ انگلستان، در جریان ملاقات با رییس اجرائیه حکومت افغانستان، از سلسلهٔ اصلاحات حکومت افغانستان و گام های تازه حمایت کرد.وی گفت که همچو گام ها باعث زمینه سازی راه حل های اساسی میشود و آنها نیز توقع همچو فعالیت ها را داشته اند.

موصوف افزود که آنها به همکاری های درازمدت خود به افغانستان متعهداند و آرزو دارند که نتایج لازم را در نتیجهٔ تلاش های مشترک به دست آورند.

هاموند، از فعالیت های نیروهای افغان ستایش کرد و افزود که نیروهای مذکور، طی یک سال گذشته کار خوب انجام داده و افکار قبلی را غلط ثابت کرده اند.

به اساس معلومات منبع، در این دیدار در مورد بازسازی راه ابریشم، روابط افغانستان با پاکستان و فرصت های موجود اقتصادی و ترانزیتی برای افغانستان، بحث صورت گرفت.(پژواک)

وزیری: عدم هماهنگی....

تاکتیکی می‌بود، هیچ ممکن نبود که شهر کندز سقوط کند در بخش تاکتیکی مشکلات است و دشمن استفاده کرده است».سخنگوی وزارت دفاع ملی خاطرنشان کرد: «در پس این رویداد دست‌های خارجی است و طالبان را تمویل و تجهیز می‌کند و کمک می‌کنند خارجیان همراه‌شان در نبرد هستند و بازی بزرگی روان است».امرالله صالح رئیس پیشین ریاست عمومی امنیت ملی در گفت‌وگو با طلوع نیوز افزود:

«بحث در ناهماهنگی نیست؛ بحث در نبود دانش جنگ و مدیریت است، هرگاه هماهنگی هم وجود داشته باشد، وقتی درک استراتژیک طرف مقابل را نداشته باشیم شما به روزمره‌گی متوصل می شوید و روزمره‌گی جلوی این بحران را گرفته نمی‌تواند».اما گفته هایی وجود دارد که سقوط شهر کندز معامله‌ای بیش نبوده است.

جاوید کوهستانی آگاه سیاسی معتقد است: «یک ولایت درجه اول مانند کندز با وجود داشتن تمامی نهادهای دولتی چند صد طالب به دروازه‌های شهر میرسد و هیچ کسی خبر نمی‌شود. معنای آن این است که معامله شده است».

درهمین حال کمیسیون امنیت داخلی مجلس نماینده‌گان؛ ضعف مدیریتی و ضعف استخباراتی را از انگیزه‌ی اصلی بدست گرفتن اداره شهر کندز بدست طالبان می‌دانند .میرداد نجرابی رئیس کمیسیون امنیت داخلی مجلس نماینده‌گان تأکید کرد:

«دشمن در این مسائل از نبود سرعت عمل، ضعف استخباراتی و مدیریتی استفاده می کند».در حالی که چندی پیش عملیاتی برضد هراس افگنان در کندز راه‌اندازی شده بود؛ اما روشن نیست که چرا عملیات دوباره متوقف شده بود، بسیاری‌ها وجود ستون پنجم را در درون حکومت سبب ناکامی عملیات‌های نظامی می‌دانند.(طلوع نیوز)

والی کندز به ....

نخست به ازبکستان و بعداً به ترکیه رفته است و میخواهد که به انگلستان برود.همچنان یک عضو مشرانوجرگه که نخواست اسمش افشا شود، تایید کرد که والی کندز به انگلستان فرار نموده است.منبع گفت: «باید رییس جمهور، کسانی را به حیث والی و وزیر مقرر کند که حداقل فامیل های شان در افغانستان باشند.»گفته میشودکه خانوادهٔ والی کندز، از قبل در تاجکستان بودوباش داشتند.

این درحالی است که طالبان مسلح، دوشب قبل برشهر کندز حمله کردند وعصردیروز تمام ساحات شهر را درحالی به تصرف درآوردند که والی کندز، در تاجکستان به سر می بَرد.وزارت دفاع ملي میگوید که دیروز عملیات تصفیوی را آغاز نموده و قوماندانی امنیه، محبس وشفاخانهٔ حوزوی را ازتصرف طالبان خارج نموده است.

رییس و شماری ازاعضای مشرانوجرگه دراجلاس دیروز، مسوولان محلی کندز را در سقوط شهر ملامت دانسته وخواستار مجازات والی و مقام های امنیتی گردیده اند.محمدعمر صافی در ماه قوس سال ۱۳۹۳براساس پیشنهاد ادارهٔ مستقل ارگان های محلی ومنظوری ریاست جمهوری؛ به حیث والی کندز گماشته شد. صافی ۴۳ ساله تحصیلات عالی خود را در رشتهٔ «مدیریت امنیت و تهدید» تا سطح ماستری در پوهنتون «لیستر» انگلستان تکمیل کرده است.(پژواک)

احتمال دارد حضور ....

سوسیال دموکرات آلمان گفته که ۷۰۰ نظامی کشورش در افغانستان، باید تا سال ۲۰۱۶ در این کشور باقی بمانند.او میگوید که ترک نظامیان آلمانی از افغانستان در شرایط کنونی مناسب نیست و باید در این زمینه تجدید نظر شود.اکنون حدود ۷۰۰ نظامی آلمان در شهر مزار شریف در شمال کشور مستقر هستند. نظامیان این کشور دو سال قبل ولایت قندوز را ترک کردند.قرار است تمام نیروهای خارجی افغانستان را در سال ۲۰۱۶ ترک کنند. مقامهای حکومتی افغانستان خواهان تجدید نظر آن شده‌اند. (مرکزی)

طالبان ده ها باشنده ....

بغلان گفته که انگیزه اصلی این کار بروز «اختلاف مذهبی» بوده است.به گفته او، اکنون با پادرمیانی بزرگان قومی، به این مشکل در ولسوالی تاله و برفک پایان داده شده است.

گفته شده تمام افراد که از سوی طالبان شلاق زده شده، «شیعه» بوده‌اند.این نخستین بار است که دهها فرد ملکی در بغلان به دلایل نامعلوم از سوی افراد طالبان شلاق زده شده‌اند.باشندگاه بغلان به حکم ملا نصرالله، از فرمانده طالبان شلاق زده شده، اما طالبان هنوز این مورد چیزی نگفته‌اند.(مرکزی)

مسلمیار: ننگرهار امروز....

گفت، اسیران و کشته شده های گروه دولت اسلامي یا داعش نشان می دهد که نود درصد آنها پاکستانی ها هستند:« ننگرهار امروز برای افغانستان و تمام منطقه یک تهدید است، دو صد نفر ما فعلا در جنگ دخیل هستند، حالا مجاهدین بر حال ما تحت قومانده پولیس و اردو با سربازان خود یکجا در مقابل دشمن که بنام داعش ملیشه های پاکستانی هستند جنگ می کنند.

«فضل هادی مسلمیار پیش از این نیز به رادیو آزادی گفته بود، منطقه فعالیت و تمویل داعش ولسوالی اچین ولایت ننگرهار است که فعالیت های آنها از سوی آی اس آی یا استخبارات پاکستان حمایت می شوند.

به اساس معلومات اخیر مسوولان محلی ولایت ننگرهار، صبح روز سه شنبه پس از حمله گروه داعش بر پوسته های نیروهای امنیتی افغان در ولسوالی اچین این ولایت حدود ۴۰ تن از گروه داعش کشته شده است.حاجی غالب مجاهد ولسوال اچین به رادیو آزادی گفت، در یک انفجار در این ولسوالی یک تن از نیروهای امنیتی افغان کشته و سه تن دیگر شان زخمی شده اند. پیش از این نیروهای امنیتی افغان در کوت ولایت ننگرهار بر علیه این گروه عملیات را انجام داده و خبر تصفیه آن منطقه را نیز دادند.

در همین حال زلمی وردک یکتن از کارشناسان مسایل نظامی می گوید، اگر بخاطر جلوگیری از فعالیت های داعش اقدام جدی نشود تهدید داعش از این بیشتر می گردد:« من این مساله را تایید می کنم فعلاً بسیار خطرناک هستند حالا هم اگر حکومت تدابیر محکم گرفته نتواند و ملت در عقب حکومت ایستاده نشود و همکاری کرده نتوانند یک مساله بسیار خطرناک به افغانستان خواهد بود. « (رادیوآزادی)

افغانستان در شاخص....

نواقص در گزارش وسط و ختم سال از عمده ترین دلایل پایین آمدن نمره افغانستان از ۵۹ به ۴۲ می باشد. همچنان به گفته افضلی، این رقم نشان می دهد که هنوزهم حکومت افغانستان، به شهروندان خود درمورد بودجه معلومات مکمل ارایه نمی کند وسیستم های حسابدهی بودجه کشورناکافی می باشد.وی افزود: «عقب مانی افغانستان برای شفاف ساختن و حسابده ساختن سیستم بودجه ملی قابل نگرانی است؛ حکومت باید به هدف بهبود اقدامات سریع و لازم نماید.» به اساس معلومات او، افغانستان در این بخش در سطح کشورهای منطقه در ردیف چهارم قرار دارد. وی گفت که در بخش شفافیت در بودجه بنگلدیش ۵۶، هندوستان ۴۶، پاکستان ۴۳ و افغانستان ۴۲ نمره دارد. منبع افزود که در این بخش، سریلانکا ۳۹ و نیپال ۲۴ نمره دارد.

وی افزود که باید وزارت مالیه افغانستان تمام اسناد کلیدی بودجه (سند پیشتاز بودجه، مسوده بودجه، قانون بودجه، بودجه شهروندان، گزارش جریان سال، بررسی وسط سال، گزارش آخر سال و گزارش قطعیه) را به موقع به شکل چاپی و الکترونیکی تولید، نشر و در اختیار مردم قرار دهد.

همچنان موصوف گفت که وزارت مالیه، باید اشتراک شهروندان را در تمام پروسه های بودجوی تشویق نموده و سیستم بودجه سازی را از پایین به بالا را ایجاد نماید.افضلی علاوه کرد که شورای ملی و اداره عالی تفتیش، باید از بودجه به طور جدی نظارت نمایند و همچنان نهادهای جامعه مدنی نیز با وزارت مالیه در این راستا همکاری نمایند. آژانس خبری پژواک تلاش نمود تا در این مورد، نظر وزارت مالیه افغانستان را داشته باشد؛ اما تماس با سخنگوی وزارت مالیه برقرار نشد.(پژواک)

۵۰ میلیون دالر بخاطر....

کادر تحصیلی در رشتههای علوم طبیعی و علوم زیستی، علوم کمپیوتری، انجنیری تولید و ساختمان، صحت، حفظ محیط زیست، زراعت، مخابرات و تکنالوژی معلوماتی، مدیریت و پالیسی اداری، و ادبیات انگلیسی ارتقا خواهد یافت. وزارت مالیه افزوده است که ۵۰۰ هزار محصل و ۱۰ هزار عضو اکادمیک، مدیر و کادر فنی پوهنتونهای سراسر کشور، از این پروژه بهرمند خواهند شد. (پژواک)

ولین گروپ حاجیان....

و جود ندارد و قراراست هر روز، دو الی چهار پرواز از عربستان سعودی به کشور توسط شرکت هوایی آریانا به میدان هوایی کابل، هرات، بلخ وکندهارصورت گیرد. سال گذشته نیز بیش از ۲۴ هزار افغان، جهت ادای فریضهٔ حج، عازم عربستان سعودی شده بودند.

درحالیکه برخی رسانه های بین المللی گزارش داده اند که رقم حاجیان تلف شده درجریان ادای مراسم (جمره)از۷۶۹ به بیش ازیکهزارتن رسیده؛ اما این مقام وزارت ارشاد، حج واوقاف کشور گفت که دراین حادثه، تنها دوتن ازافغانها جان باخته وشش تن دیگرلادرک میباشند .

این درحالیست که فیض محمد مختار رئیس حج و زیارت وزارت ارشاد، حج و اوقاف، دو روز قبل به پژواک گفته بود که درمراسم حج، مجموعاً ۲۲ زایر افغان جان باخته و احتمال دارد که شش افغان دیگری که لادرک اند نیز جان باخته باشند.

وی همچنان گفته بود که درجریان پروسهٔ حج۱۰ تن به مرگ طبیعی، ۱۰ تن در حادثه فروافتادن جرثقیل درمراسم حج و یک مرد و یک زن درجریان ادای مراسم (جمره)، تلف شده اند. در روز اول عید قربان، زمانی که زایرین به محل زدن شیطان رسیدند، ازدحام به وجود آمد وتعدادی از حجاج زیرپا شدند.

عربستان سعودی، قبلا اعلام نموده بود که این واقعه، سبب مرگ۷۶۹ زایر و جراحت ۹۳۴ تن دیگر گردیده است که اکثر این زایرین را ایرانی ها و در قدم بعدی، مراکشی و هندوستانی تشکیل میدهد. (پژواک)

استراتیژی ملی نقش....

اهداف این استراتیژی راتقویت عمومی سازمانها یانهادهای شامل «برنامه ها، دوترها، پروژه ها» و در مجموع مشارکت ذیدخل درسکتور زراعت وتطبیق برنامه ها براساس نیازدرمناطق مختلف کشور تشکیل میدهد.

بخش دیگراین استراتیژی را ایجادمیکانیزم مشترک وقوی نظارت وارزیابی که بتواند تاثیرات فعالیتهای وزارت زراعت را درامررسیدگی به نابرابری های موجود درسکتور زراعت میان زنان و مردان نظارت وبررسی کند، احتوا مینماید. اسدالله ضمیر وزیر زراعت، آبیاری ومالداری گفت که این استراتیژی، حاکمیت زنان بالای تولیدات و محصولات شان و کاهش تفاوت مولدیت میان زنان و مردان رانیز دربر میگیرد.

ضمیرعلاوه کردکه عملی نمودن این استراتیژی برای کاهش ورسیدگی به نابرابری های حضورزنان به عنوان دهاقین وکارگران وحمایت ازفعالیت وحضور گسترده زنان درسکتور زراعت، موثرتمام میشود.

دراین برنامه، پیام رولاغنی خانم رییس جمهور اشرف غنی نیز به خوانش گرفته شد که درآن آمده است که یکی از مهمترین پدیده هایی که در یک کشور بسیار مهم است، بخش زراعت است؛ زیرا در طی ۴۰ سال جنگ در کشورهمه چیز به ویرانه مبدل شد و زراعت نیز صدمه دید. وی، نقش خانم ها در بخش زراعت را اساسی خوانده و گفته است که زنان کشور ازسالهای متمادی بدینسو به ویژه درقریه ها، نقش عمده در بخش زراعت داشته اند. خانم غنی علاوه نموده است: «سهم گرفتن زنان در زراعت به سلامتی خانواده وتنظیم اقتصاد کشورموثر است و زنان باید ازخانه های تنگ و تاریک شهر، برآیند ودر باغها و روستا رفته زراعت را تقویه نمایند».

تومیوشچیری Tomio Shichiriرئیس سازمان خوراکه و زراعت ملل متحد در این محفل گفت: «زنان باید در زمینه ارتقای مهارت ها و دانش در تمامی عرصه ها حمایت شوند. «

وی افزودکه با این حمایت، زنان میتوانند به منابع و مارکیت دسترسی پیدا کنند وازآنطریق مصوونیت غذایی خود و خانواده خود را تضمین نمایند. رئیس سازمان خوراکه وزراعت ملل متحد، برآگاهی از آسیب پذیری زنان در سکتور زراعت تاکید نموده گفت که این استراتیژی به دنبال تکمیل پروسه ایجاد و طرح، اینک با ارایه رهنمود مستند آماده تطبیق بوده و تمرکز بیشتر این استراتیژی، درتقویت زنان دهقان به منظورتامین مصوونیت غذایی است که اساسی ترین مسایل انکشافی را تشکیل میدهد.)(پژواک)

د تخار جهادي ...

جهادي قوماندانان چې د تلې په ۷مه د دغه ولايت په امنيه قوماندانۍ کې سره راټول شوي وو، ويل يې چې په هر ډول شرايطو کې له خپل ولايته دفاع کوي، د امنيتي ځواکونو تر څنګ درېږي او خپل ولس به يوازې نه پرېږدي.

په تخار کې يو جهادي قوماندان پيرمحمد خاکسار وايي چې په هر حالت کې د امنيتي ځواکونو تر څنګ درېږي اوله خپل ولايته تر مرګه دفاع کوي. نوموړي زياته کړه: ((که دولت راسره مرسته وکړي که ونه کړي موږ خپل ولايت ته طالبان او ترهګر نه پرېږدو))

نوموړي وايي، لکه څنګه چې روسانو ته يې ماتي ورکړې، همدا ډول طالبان هم له خپلو سيمو شړي.

خاکسار ووېل: ((موږه محاسبه کړې، موږ خپله ورتيا هم سنجولې او د مخالفينو هم، انشا الله موږ بريالي يو، موږ هر ډول قرباني ورکولو ته چمتو يو.))

د تخار پخواني امنيه قوماندان پاسوال عبدالحنان قطغني ووېل چې که د دغه ولايت امنيتي چارواکي، ځواکونه او جهادي قوماندانان سره يو لاس شي، نه يوازې چې طالبان تخار ته نه پرېږدي، بلکې د هغوی نظام هم درې ورې کولی شي.

نوموړي وايي، د تخار ټول خلک بايد له امنيتي ځواکونو سره د امنيت ساتلو په برخه کې مرسته وکړي.

هغه وايي: ((که په تخار کې امنيتي حالات خراب شي، د دغه ولايت جهادي قوماندانان له خپل ولايت څخه د دفاع پوره چمتووالی لري.))

د نوموړي په وينا، ټل يې چې د امنيت د ساتلو او د طالبانو پر وړاندې مبارزې ته چمتو دي خو دولت يې ملاتړ نه کوي.

د تخار امنيه قوماندان جنرال نور محمد حکيمي له امنيتي ځواکونو څخه د جهادي قوماندانانو د ملاتړ هرکلی کوي او وايي چې دوی ته به هر ډول نظامي تجهيزات ورکړي.

حکيمي له جهادي قوماندانانو څخه وغوښتل چې خپلې غوښتنې دې، سيمه ييزو چارواکو ته وسپاري.

ده زياته کړه: ((موږ مرکز ته رپوټ ورکوو، هر څه چې قوماندانۍ کې ولرو تاسو سره يې شريکوو، تاسو موږ ته لېست راکړئ. د ملي امنيت د رياست سره په سلامشورې سره مرسته در سره کوو.)) وسله والو طالبانو تېره ورځ د کندوز له نيولو وروسته د تخار په ښکمش، ينګي کلا، خواجه غار او درقد ولسواليو بريدونه پيل کړل، چې ددغه ولايت د امنيه قوماندان په وينا طالبان له ماتې سره مخ شوي دي. هغه وايي چې په ښکمش ولسوالۍ کې د وسله والو طالبانو په بريد کې ۱۵ طالبان وژل شوي او ۱۲ نور ژوبل شوي دي.

دا په داسې حال کې ده چې وسله والو طالبانو ادعا کړې چې د تېرې شپې په بريدونو کې يې ينګي کلا او اشکمش ولسوالۍ نيولې دي. (پژواک)

افسره مينا: حاضره يم....

کړې کړې دي او نن د فراغت سندونه ورکړل شول.

د دغه ښوونيز مرکز د معلوماتو له مخې، له يادو کسانو يوولس نجونې او ۱۷۶ تنه افسران او پاتې ۱۳ نجونې او ۱۴۰ تنه نور بريدملان فارغ شول.

د ملي دفاع وزارت د ښوونې او روزنې قوماندان تورن جنرال محمدحبيب حصار نن په دې اړه په ياد مرکز کې په جوړه شوې غونډه کې ووېل چې ياد فارغ شوي کسان به روزل شوي او د خپل هېواد او نظام د ساتنې لپاره هر ډول قرباني ته چمتو دي. ده ووېل چې په هېواد کې نظام په ډېرو ستونزو او د ملي ځواکونو د قربانيو په پايله کې جوړ شوی، خو ځينې کسان چې د کارپوهانو په نوم له رسنيو سره مرکې کوي، د ملي امنيتي او دفاعي ځواکونو پر ضد ځرګندونې کوي.

ده زياته کړه: «خينو کسانو ادبيات لوستي، خو د هېواد د ستراتيژيکو مسايلو په اړه ځرګندونې کوي، دا زما لپاره د خندا ور ده.»

هغه په دې اړه د چا نوم ياد نه کړ او نه يې د يادو ځرګندونو په اړه جزئيات ورکړل، خو ويې ويل چې داسې ځرګندونې کېدای شي پر ملي ځواکونو د ځينو خلکو باور کم کړي.

ده فارغ شوو کسانو ته ووېل چې د دې ډول ځرګندونو پروا ونه کړي او په لوړه روحيه له خپلو خلکو او هېواده ساتنه وکړي.

حصار د وسله والو مخالفينو لاسته د کندوز ښار لوېدو ته په اشارې ووېل چې د مخالفينو لاسته د يو ښار لوېدل ټکان ورکوونکی دی او وسله وال مخالفين هم هڅه کوي چې له پر مخ تللو تکتيکونو کار واخلي.

خو نوموړي فارغو پوځيانو ته ووېل: « تاسو هم پر نړيوالو معيارونو برابرې پوځي زده کړې لرئ، تاسو بايد په ډېره لوړه روحيه د دښمن پر وړاندې جګړه وکړئ، خپله روحيه مه بايلئ دښمن موږ سره د مخامخ جګړې توان نه لري.»

له يادو فارغانو څخه د مينا په نوم يوې افسرې پژواک ته ووېل چې په ياده روزنيزه دوره کې يې د پوځي زده کړو تر څنګ د اداري چارو اړوند زده کړې هم کړې دي.

هغې زياته کړه: «زه حاضره يم چې د خپلو وروڼو تر څنګ د جګړې په ډګر کې له خپل هېواده ساتنه وکړم او په همدې روحيه د ملي اردو ليکو ته راغلې يم.»

دا مهال د ملي اردو د ځواکونو شمېر ۱۹۵ زره ته رسېدلی دی. (پژواک)

د خيرکوټ قومي ....

چې دوه ورځې مخکې په ياده ولسوالۍ کې د واليبال لوبې پر مهال ديوې چاودنې له امله ۱۷ تنه عام وګړي وژل شول او تر ۴۵ زيات ټپيان شوي وو.

د خير کوټ د سيکاني د کلي يوه اوسېدونکي سيد نقيب د پېښې په ځای کې پژواک خبري اژانس ته ووېل چې له تېرو دوه کلونو راهيسې د پکتيکا په دريو ولسواليو کې د ځانمرګو بريدونو او چاودنو له امله په سلګونو بې ګناه وګړي وژل شوي او ژوبل دي.

هغه په جنګ کې له ښکېلو غارو غوارې چې نور دې بې ګناه ملکي وګړو وژنه بنده کړي، څکه چې دوی هېڅ بوه لوري ته فعاليت نه کوي. ده زياته کړه: ((که دولت او وسله وال طالبان د ملکي خلکو ژوند ته پاملرنه ونه کړي، عام وګړي به تنګ کېږي، خلک اړ دي چې ټوپک ته لاس کړي او د ظالم له ظلمه مظلوم وژغوري.))

د نقيب په وينا، که د ولسي خلکو ژوند ته درناوی ونه شي، خلک اړ دي چې د ناروا او ظالم پروړاندې پاڅون وکړي.

يوتن قومي مشر لعل ګل پژواک ته ووېل، چې په ياده چاودنه کې لسګونه کورونه د وير په تغر کېښنول شول.

نوموړي زياته کړه: ((د ورمې ورځې په چاودنه کې د ملکي خلکو وژل، د غندنې ور دي دا کارې داسلام، بشريت او افغانيت خلاف دي.))

لعل ګل وايي چې ددې کار تر شا د بهرنيو کړيو لاس دی.

د سيکاني د کلي يوه اوسېدونکي نويد چې خپله هم په دې پېښه کې ټپي شوی او د کورنۍ يو غړی يې له لاسه ورکړی، په ژړغوني غږ پژواک ته ووېل: ((موږ نور چېرته ولاړ شو، چاته پناه ور وړو، هره ورځ بې ګناه وژل کېږو، هيڅوک مو د ژوند پروا نه لري))نويد هم په جنګ کې له ښکېلو اړخونو وغوښتل چې نور دې بې ګناه وګړو ژوند ته پاملرنه وکړي.

نظر ګل چې په دې پېښه کې يې دوه زامن وژل شوي او د کورنۍ خو تنه نور يې ژوبل شوي، پژواک ته ووېل، چې په دې پېښه کې وژل شوي او ژوبل شوي ټول د سيکاني د کلي اوسېدونکي دي.

هغه له دولتي ځواکونو څخه غوارې چې کله د عامو خلکو منځ ته ورځي نو د ځان امنيت دې ټينګ کړي، څکه چې دوی په داسې مواردو کې بې غوري کوي او دا ډول ستونزې ترې را پيدا کېږي.

د پکتيکا والي امين الله شارق هم دغه پېښه غندلې او دا کار يې د سولې او هېواد د دښمنانو کار وباله. (پژواک)

صحت و سلامت

کنترل فشار خون بدون دارو

قسمت اول

فشار خون بالا برای هر فردی یک عامل نگران کننده و تهدیدآمیز به شمار می آید که حتی می تواند باعث مرگ شود. بیشتر افراد دارای فشار خون بالا درمان دارویی را آغاز می کنند. در این مقاله قصد داریم راه های کاهش فشار خون بدون استفاده از دارو را به شما معرفی کنیم.

۱- از نمک دوری کنید

سدیم موجود در نمک باعث نگه داشت بیشتر مایعات در بدن و افزایش حجم مایع خون می شود. افزایش حجم خون باعث می شود قلب بیشتر پمپاژ کند تا بتواند حجم اضافی را در سطح بدن پخش کد و این عمل باعث افزایش فشار خون می شود.

به یاد داشته باشید پرهیز از نمک، تنها شامل نمک موجود در غذا یا نمک موجود در نمکدان روی میز نمی شود، بلکه باید مراقب سدیم موجود در غذاهای فرآوری شده نیز باشید.

از غذاهای فرآوری شده با ماندگاری طولانی، کنسروها، سوسیس، کالباس، انواع سس و دیگر مواد غذایی با نمک و سدیم بالا دوری کنید. رژیم غذایی سدیم پایین به معنی مصرف روزانه ۱۱۰۰ تا ۱۵۰۰ میلی گرم سدیم در روز است.

اگر نمی توانید خوردن غذاهای کم نمک را تحمل کنید از جایگزین های نمک موجود در بازار استفاده کنید. این به معنی استفاده از مواد نمکی ملایم تر نیست؛ بلکه به معنی این است که به طور کلی به جای استفاده از نمک، جایگزین های آن را مصرف کنید که به عنوان مثال به جای «سدیم» بر پایه «پتاسیم» هستند.

۲- متعادل غذا بخورید و از غذاهای پرچرب و حاوی مواد محرک دوری کنید

در خوردن مواد غذایی حاوی آرد سفید، شکر، برنج، تعادل را رعایت کنید و از خوردن غذاهای پر چرب و مواد غذایی حاوی مواد محرک مانند کافئین در قهوه و نوشیدنی های حاوی مواد شیرین کننده مانند نوشابه اجتناب کنید. حتی یک یا ۲ لیوان قهوه یا چای تیره می تواند باعث افزایش فشار خون شود.

کافئین موجود یک ماده محرک است که باعث افزایش ضربان قلب و در نتیجه افزایش فشار خون می شود. به جای خوردن گوشت، شیر و تخم مرغ، از رژیم های غذایی گیاهخواری استفاده کنید.

۳- سگرت کشیدن را متوقف کنید

سگرت کشیدن به دلیل وجود مواد محرک در دود خود باعث افزایش فشار خون می شود. ترک سگرت علاوه بر جلوگیری از افزایش فشار خون، به سلامت قلب نیز کمک می کند و احتمال ابتلا به سرطان ریه را کاهش می دهد.

۴- وزن کم کنید

حمل وزن بیشتر باعث می شود که قلب تمام مدت بیشتر کار کند و باعث افزایش فشار خون شود. داشتن ۱۰ کیلو اضافه وزن مانند این است که دائما یک وزنه ۱۰ کیلویی را با خود حمل کنید. حمل این میزان وزنه توسط یک فرد معمولی نیز باعث افزایش ضربان قلب، به نفس افتادن شخص و خستگی می شود. تصور کنید که حمل تمام مدت این میزان وزن یا حتی بیشتر چه فشاری به بدن و قلب وارد می کند. با کاهش این اضافه وزن، قلب دیگر مجبور به تپیدن بیش از حد معمول نخواهد بود و در نتیجه فشار خون نیز کاهش می یابد.

۵- از الکل و مواد مخدر دوری کنید

استفاده از مواد مخدر و الکل به ارگان های حیاتی بدن آسیب می رساند. وقتی اعضای بدن آسیب می بینند، باعث بالا رفتن و ذخیره مایعات در بدن می شوند. همانطور که پیش تر هم گفته شد، افزایش حجم مایعات بدن منجر به افزایش فشار خون می شود. علاوه بر این بسیاری از مواد مخدر محرک هستند و با تحریک قلب باعث افزایش ضربان قلب و در نتیجه افزایش فشار خون می شوند. علاوه بر مواد مخدر، داروهای ساده ای مانند مسکن ایبوپروفن باعث جذب و نگهداشت بیشتر سدیم در بدن می شوند. همانطور که به خاطر دارید، افزایش سدیم در بدن نیز منجر به افزایش فشار خون می شود؛ بنابراین افرادی که از پیش به دلیل مشکل فشار خون با مصرف سدیم مشکل داشته اند حالا سدیم بیشتری نسبت به یک شخص معمولی جذب می کنند که باعث حادتر شدن مشکل آنها خواهد شد.

۶- ریلکس باشید

افراد بسیاری تحت شرایط استرس زا یک افزایش فشار خون موقت را تجربه می کنند. اگر شما به دلیل وزن بالا یا دلایل ارثی از فشار خون بالا رنج می برید، باید از استرس، نگرانی و عصبانیت دوری کنید. غده فوق کلیوی در این شرایط هورمون بیشتری ترشح می کنند که باعث افزایش فشار بر سیستم قلبی عروقی می شود.

ادامه دارد....

رنگ دندان های سالم همیشه سفید نیست

تحقیقات پزشکی نشان می دهد رنگ اصلی دندان سالم به اندازه ای که ما فکر می کنیم سفید نیست و سفیدی بیشتر دندان مترادف با سالم تر بودن آن نیست.قوی ترین دندان ها سالم ترین و طبیعی ترین آن ها هستند ولی اغلب این دندان ها سفید نیستند البته نمی توان گفت که این دندان ها کاملا سفید نیستند بلکه منظور این است که رنگ آن ها به سفیدی کاغذ نیست بلکه مقداری تیره تر است.علت این امر چیست؟ مینای دندان، خود به رنگ سفید مایل به آبی است اما تا حدودی شفاف نیز هست بنابراین زردی عاج زیرین آن باعث می شود که دندان به رنگ زرد یا خاکستری روشن دیده شود. البته این نوع از سفید نبودن دندان با رنگ گرفتن دندان به علت استفاده از موارد خارجی کاملا متفاوت است و بدون شک دندان هایی که بر اثر عوامل جانبی رنگ گرفته باشند نسبت به دندان های عادی از سلامت پایین تری برخوردار هستند.

به صورت قطعی نیز تمامی دندانپزشکان و متخصصان تائید می کنند که دندان هایی که به واسطه عدم استفاده از شوینده های دندان مانند مسواک و نخ دندان و دهان شویه تغییر رنگ داده اند، از نظر سلامت در سطح بسیار پایین تری نسبت به دندان های معمولی قرار دارند. دو دلیل اصلی رنگ گرفتن دندان ها به واسطه عناصر خارجی را می توان مصرف بیش از حد دخانیات یا اختلالات متابولیک نادر عنوان کرد. این اختلال را می توان به کمک ترکیبی از سفید کننده ها و پرداخت کردن لایه مینای دندان تا حدی اصلاح کرد اما هر کدام از این راه حل ها اگر به طور دائم بکار گرفته شوند دندان ها را ضعیف خواهند کرد.