

**تشیح در مجلس افغانستان....**

سندی را ندارد. همچنین فراه عظیمی دیگر عضو مجلس گفت که افراد مسلحی که در منطقه دند غوری مستقرند تهدید کرده بودند که مانع رفتن نیروهای اعزامی از کابل به کندز میشوند و این نیروها را ساعت ها در بغلان متوقف کردند. احمد بهزاد نماینده هرات گفت که امضای چنین سندی، زمینه تجویز و سازماندهی مجدد گروه طالبان را فراهم میکند، چنانکه به گفته او، عدم اجرای عملیات به پایگاه زرغونشهر در ولایت لوگر، این منطقه را به پایگاه بزرگی برای گروه طالبان تبدیل کرد که از آنجا حملات خود به کابل و مناطق اطراف آن را سازماندهی می کردند.

مجاالدین مهدی نماینده بغلان هم گفت که امضای این سند به حاکمیت طالبان در یک قلمرو «شروعیت» بخشیده و بخشی از خاک کشور را «تجزیه کرده، در حالی که به باور او، هیبات چنین مسأله‌ای نداشته است. آقای مهدی خواستار معرفی آقای منگل به لوی سارنوالی کشور شد.

در نهایت زمانی که ظهیر سعادت، دیگر عضو مجلس گفت کسانی که از امضای این سند دفاع میکنند، در واقع از حمله انتصاری و بی‌مبذاری حمایت میکنند، مجلس به تشیح کشیده شد.

به دنبال سخنان آقای سعادت، شماری از نمایندگان با هم درگیر شدند و وضعیت جلسه مشتتج شد. این وضعیت باعث شد که عبدالرئوف ابراهیمی، رئیس مجلس، جلسه را بدون نتیجه‌گیری پایان دهد.

*(بی بی سی)*

**افزایش شمار کشته‌های....**

در این بیانیه گفته شده که این بمباران ساعت ۲:۱۰ بامداد روز شنبه (۱۱ میزان) به وقت محلی و درحالی آغاز شد که شفاخانه پر از بیماران و کارکنان بود. پزشکان بدون مرز افزوده که پس از آن که موقعیت دقیق شفاخانه به وسیله جی‌پی‌اس مشخص و به مقام‌های نظامی ارتقایکی و افسان در کابل و واشنگتن اطلاع داده شد، این بمباران بیش از ۳۰ دقیقه ادامه یافت.

سازمان پزشکان بدون مرز از عاملان حمله هوایی به شفاخانه‌اش توضیح خواست که گفته‌اید توضیح داده شود که در کندز دقیقا چه روی داده و چگونه امکان دارد که این رویداد «حشتناک» اتفاق بیفتد. سازمان پیمان آتلانتیک شمالی، ناتو، می‌گوید در حال تحقیق در این مورد است که آیا نیروهای آمریکایی این ساختمان را بمباران کرده‌اند یا نه.

از روز دوشنبه که طالبان وارد شهر کندز شدند، درگیری شدیدی در این شهر در جریان است.

ناتو با انتشار یک بیانیه گفته است که حمله هوایی آمریکا «ممکن است به یک مرکز پزشکی در آن نزدیکی، خسارت زده باشد».

سفارت آمریکا در کابل در بیانهای رویداد شفاخانه کندز را «غم‌انگیز» خواند و نسبت به آن ابراز تالر و کم‌کسانی که در کندز از خشونت رنج می‌برند، ابراز همدردی کرد، اما توضیحی درباره چگونگی وقوع این رویداد نداده است.

این شفاخانه ۹۲ بستر دارد، اما با افزایش شمار زخمیان در چند روز اخیر، شمار بسترهای خود را تا ۱۵۰ عدد افزایش داد. سازمان پزشکان بدون مرز دو ویسایت خود نوزمان که اتاق‌های اداری و آزمایشگاه‌ها به حتی کف اتاق‌ها را با گسترده‌نشک، به تخت‌خواب زخمیان تبدیل کرده است.

پزشکان بدون مرز گفته که تا دو روز پیش ۲۹۶ زخمی از جمله ۴۴ کودک در این شفاخانه تحت درمان قرار گرفتند که وضعیت ۷۴ نفر آن وخیم بوده است. سازمان پزشکان بدون مرز در افغانستان ۴۰۰ کارمند افسان و ۱۰۰ کارمند از دیگر کشورها دارد.

گروه طالبان هفته گذشته با تهاجم گسترده‌ای کندز را تصرف کرد، اما پس از سه روز بخش‌های جنوبی آن را در پی عملیات نیروهای مسلح دولتی با حمایت نیروهای ناتو، از دست داد.

تصرف کندز، بزرگ‌ترین پیروزی نظامی طالبان در مناطق شهری افغانستان طی چهارده سال اخیر است. *(بی بی سی)*

**شکستی سفير چین از ...**

صنعت ولایت هرات سرمایه گذاری نمایند. همزمان بااین فرصت های سرمایه گذاری ووضیعت کلی ولایت هرات نیز ازسوی محمد آصف رحیمی والی هرات به سفیرچین وهیئت بلندپایه همراهش تشریح شد.

در جریان مراسمی که فلدپریروز اتراتی تجارت باشرکت مسئولان افغانستانی وتجارتی برگزارشده بود ، سعد خطیبی رییس اتاق تجارت ازموجوبیت بسترهای زیاد بغاظر توسعه وافزایش همکاری بین دوکشورخبردارخواهان ایجاد اتاق تجارت مشترک وتاسیس قنصلوگری چین درولایت هرات شد .

درهمین حال محمدیونس هممند معاون تجارتی اتاق تجارت کشورچین ولایت هرات رابستر مناسب تلاقی تمدن های

شرق وغرب دانست. والی هرات نیز ازموجوبیت روابط دیرینه بین دوکشور یادآوری نمود وازسفیر چین بغاظر سفر به ولایت قدردانی نمود.

رحیمی ظرفیت ها وسهولت های ولایت هرات درامرجب سرمایه گذاری درحوزه های انرژی ومنابع طبیعی ،اموروزراعتی واقتصادی ،تجارتی رابشرمد وخواهان سرمایه گذاری جامعه تجاری چین درهرات شد .

سفیرچین درکابل نیزهدف اصلی سفر خودبه ولایت هرات را مطالعه فرصت های سرمایه گذاری وتشویق تجار چینیای بغاظر سرمایه گذاری درین ولایت اعلام کرده وگفت: کشورش علاقه مند افزایش صادرات افغانستان به چین میباشد ودرین راستا مشوق خوبی برای سرمایه گذاران افغانستان درظرفگرفته ونود وپنج درصد صادرات افغانستان را ازمالیه معاف ساخته است .

اوگفت: علاقه مند هستیم در قدم اول تجارت بین ولایت هرات وچین راتوسعه دهیم زیرا برخی فرآورده های هرات دربازارهای جهانی شهرت بسزا دارد .

سفیرچین از زعفران وسنگ مرمر، فرش وقالیین هرات که در چین مشهور است ومحیوبیت دارد به گونه ای نمونه یاد کرد وتاکیدنمود که ولایت هرات ظرفیت مناسب بغاظر تویین زراعت دارد .

سفیرچین درین مراسم تاکید نمود که کشورش دربخش معادن ولایت هرات سرمایه گذاری میکند زیرا شرایط ولایت هرات از قندهار وقابل بهتر است.

این نخستین سفر سفیرچین به ولایت هرات درچهارده سال گذشته میباشد. *(باختر)*

**دولت افغانسان: حدود....**

شمار کشته شدگان نیروهای امنیتی افغانستان را دو تا سه نفر اعلام کرد و گفت پایین بودن تلفات نیروهای ویژه، به خاطر عملکرد حرفهای آنان بوده است. سخنگوی وزارت داخله افغانستان از تلفات غیرنظامیان اظهار بیخبری کرد و گفت که نیروهای پولیس اکنون در حال بررسی میزان تلفات افراد غیرنظامی در شهر کندز هستند. او گفت که از سه روز گذشته تاکنون نیروهای امنیتی افغان در حال تصفیه شهر کندز هستند و افراد گروه طالبان در بعضی از خانهها و ساختمانهای عمومی پنهان شده‌اند.

آقای صدیقی با تاکید بر اینکه شهر کندز به زودی پاکسازی خواهد شد گفت نیروهای وابسته به گروه طالبان اکنون جبهه‌های در داخل شهر کندز ندارند، نیروهای امنیتی میکوشند که این شهر را از حالت نظامی خارج کنند و دوباره به عالت عادی برگردانند.

این سخنگو گفت که مسیر خروج نیروهای وابسته به گروه طالبان و متحدهانش از کندز هم بسته شده تا آنها نتوانند فرار کنند. صدیق صدیقی افزود که ۵۰۰ سرباز کمکی ارتش ملی افغانستان هم از روز جمعه ۱۰ میزان وارد شهر کندز شده‌اند. به گفته آقای صدیقی، استفاده طالبان از سپهر انسانی سبب شده که عملیات پاکسازی کندز به کندی پیش بروند.

سخنگوی وزارت داخله افغانستان همچنین به حمله هوایی به شفاخانه کندز اشاره کرد و گفت دلیل حمله، ورود شماری از افراد گروه طالبان به این شفاخانه بوده است. *(بی بی سی)*

**تاکید عبدالله بر ...**

صلح حکومت افغانستان با طالبان شده است.

رئیس اجرائیه گفت: «خوب اصل باز نگهداشتن در گفت‌وگوها حفظ خواهد شد. پس از بخش خبر مرگ رهبر طالبان، اختلافات میان طالبان به وجود آمده و شماری از گروه‌های طالبان با ما تماس گرفته‌اند و ما این تماس‌ها را ادامه خواهیم داد، اما در کل نیاز به بازنگری راهبردی است»

در همین حال، شماری از آگاهان سیاسی می‌گویند در صورتی که بازنگری راهبردی و گفت‌وگوهای صلح بتواند نتایج مثبتی را به همراه داشته باشد، می‌توان از آن استقبال کرد.

لیملا احمدی عضو مجلس سنا گفت: «اگر بازنگری در این رابطه صورت می‌گیرد و یک ضرورت است که ما بتوانیم در درب صلح با طالبان و مخالفان حکومت افغانستان به پیش برویم، یک پیشنهاد بسیار خوب و معقول است، در صورتی که منافع ملی، منافع صلح و امنیت در افغانستان تأمین شده بتواند.»

از سویی هم برنا صالحی آگاه سیاسی افزود: «در صورتی که حکومت وحدت ملی قصد تجدید نظر در گفت‌وگوهای صلح داشته باشد، بدون شک این می‌تواند تأثیری خیرتر نسبت به گذشته به فرآیند صلح در افغانستان داشته باشد.»

نخستین دور گفت‌وگوهای صلح میان حکومت افغانستان و طالبان به روز ۱۶ سرطان ۱۳۹۴ در اسلام آباد برگزار شد، اما پس از بخش خبر مرگ ملا عمر در پاکستان دور دوم این گفت‌وگوها ملغا شد و اکنون این روند با یک بن بست روبرو شده است. زیرا به میان طرفین اختلافات

در میان گروه طالبان، روند گفتگوهای صلح را پیچیده ساخته و بی باوری نسبت به پاکستان نیز افزایش یافته است. *(طلوع نیوز)*

**کره‌ستانی: حکومت ....**

عکس‌العمل حکومت افغانستان در برابر پاکستان با این جمله که این کشور پناهگاه امن تروریستان است و افغانستان قربانی سیاست های اسلام آباد، خلاصه شده است.

جایید کوهستانی یکی از این کارشناسان می‌گوید: حکومت نباید با چنین حرف ها ضعف هایش را بیوشاند، بلکه در این مورد برای رسانه ها، مردم و سازمان ملل سند ارائه کند تا در برابر این کشور یک تصمیم قاطع گرفته شود:

«شک نیست که سازمان استخبارات پاکستان و دیگر کشور ها مداخلات سازمان یافته در افغانستان انجام می دهند، اما این بسیار خنده آور است که حتا گفته شد جنرالان پاکستانی جنگ کندز را رهبری می کردند این نهایت ضعف نظامی، استخباراتی ما را نشان می دهد. نگرانی در این مورد وجود دارد پس باید برای رسانه ها، مردم و سازمان ملل ارائه شود تا بسر انجام در برابر این کشور یک تصمیم گرفته شود.»

این گفته‌ها در حالی مطرح می‌شود که عبد الله عبدالله رئیس اجرائیه افغانستان هفته گذشته از سیاست های دو گانه پاکستان در باره مخالفین مسلح درافغانستان به مجمع عمومی سازمان ملل شکایت کرد.

اما نظر نماینده گان مردم در این مورد چه است که چرا حکومت افغانستان از اینکه در سقوط شهرها ولسوالی ها و حمله های مرگبار بخصوص سقوط شهر کندز، استخبارات پاکستان دست داشته، سند ارائه نمی کند.

محمد عبده نماینده مردم بلخ در ولسی جرگه می‌گوید: این موضوع در هماهنگی با سازمان ملل و ارائه سند باید پیگیری شود و حکومت افغانستان نباید از این مساله بی پروا بگذرد:

«هم سازمان ملل معترف است و هم امریکا و هم ناتو که پاکستان در امور افغانستان مداخله می کند و افغانستان به میدان جنگ میدل کرده است، آنها هم مرز افغانستان و تا چه میانه تحركات طالبان نظر دارند که هم چه همان تحركات طالبان و از کدام کشور وارد افغانستان میشود. فکر نکنم که چیزی از دید جامعه جهانی پنهان باشد، امیدوار هستیم که در این مورد یک تصمیم گرفته شود زیرا جامعه جهانی در تصمیم گیری های بزرگ جهانی نقش دارد.»*(رادویزادی)*

**غنی: عدالت در مورد....**

کرند که اکثر آنها به قتل و تجاوز به مال و عزت مردم محکوم بودند. آنها به غارت اموال مردم و دارایی‌های دولتی دست زدند، تعدادی از ساختمان‌های دولتی از جمله رادیو و تلویزیون و نهادهای تعلیمی و تحصیلی را به آتش کشیدند و به تجارت داد و ستد مردم ولایت کندز را شدیداً صدمه رساندند.

رئیس جمهور اظهارداشت که آنان اموال و دارایی‌های دفاتر ملل متحد و سایر موسسات غیر حکومتی، قنصلوگری‌ها و نماینده‌گی‌های کشورهای خارجی را به یغما بردند.

غنی گفت: «این اعمال همانگونه که سازمان عفو بین‌الملل در اعلامیه اخیر خود به آن اشاره کرده است، در جریان جنگ های مسلحانه و براساس قوانین بشردوستانه بین‌المللی به عنوان جرایم علیه بشریت شناخته می‌شود.»

غنی خاطرنشان کرد: «حکومت جمهوری اسلامی افغانستان مصمم است که عاملان این جنایت را مورد پیگرد قانونی قرار دهد، به همین منظور کمیسیون ملکی را توظیف می‌کند تا اختارات ناشی از حضور طالبان در شهر کندز و جنایاتی را که آنان در این مدت مرتکب شده‌اند را بررسی نموده، میزان خسارات را تشخیص نماید و عاملان آن را شناسایی و به پنجه قانون بپردازد.»*(طلوع نیوز)*

**مقامات بدخشان از ...**

آغاز شد و صبح دبروز با کشته شدن دستکم ۶۰ نفر از نیروهای گروه طالبان، با پیروزی نیروهای امنیتی پایان یافت. سخنگوی پولیس بدخشان به خبرنگار بی بی سی در این ولایت گفت که در این عملیات امانالدین، والی خود خوانده گروه طالبان در بدخشان نیز کشته شده است. قربانعلی هززی، خبرنگار بی بی سی، با اشاره به این که مردم محل و شاهدان عینی نیز کشته شدن این والی گروه طالبان را تأیید میکنند، می‌گوید که امانالدین در گروه طالبان از نفوذ زیاد و از قدرت محلی لازم برخوردار بود و کشته شدن او میتواند به پیشروی نیروهای افغان کمک کند.

وزارت دفاع افغانستان نیز اعلام کرده است این عملیات از ساعت ۱۱ جمعه شب آغاز و ساعت ۷ صبح دبروز نیروهای ارتش کنترل بهارک را پس گرفتند. این نهاد کشته شدن والی خود خوانده گروه

طالبان همراه با ۱۵ تن از افرادش را تأیید کرده‌است. سخنگوی پولیس بدخشان گفته است که نیروهای امنیتی افغان اکنون به سمت ولسوالی وردوج در حرکت هستند. این ولسوالی در ۲۰ کیلومتری ولسوالی بهارک قرار دارد و چند روز قبل کنترل آن به دست گروه طالبان افتاد.*(بی بی سی)*

**ابراز تسلیم اوباما ....**

در خبرنگاره ی کاخ سفید به نقل از باراک اوباما آمده است: «من و میشل (همسر باراک اوباما) تسلیم عقیقمان را با خانواده‌های قربانیان شش امریکایی و پنج پیمانکار افغان که در سقوط هواپیما در جلال آباد افغانستان روز جمعه رخ داد، قاطع گرفته بودیم.»

وی ادامه داد که علاوه بر اینکه امریکا در سوگ است، تأثرات عمیقمان را با غیرنظامیان افغان که جان باختند، ابراز میداریم.

این گفته‌های اوباما پس از آن ابراز می‌شود که یک هواپیمای نظامی سی - ۱۳۰۰ کارگو ساعت ۰۰:۲۰ بامداد جمعه سقوط کرد.

گزارش‌های نخستین می‌رساند که شورشیان عامل سقوط این هواپیما نبوده است.*(طلوع نیوز)*

**تاکتته های خانواده های ....**

شرایط سختی کندز را ترک کرده‌اند؛ گفته‌هایی که شنیدن آن گاهی ترسناک است.

یکی از باشندگان کندز که جمعه شب با مشکلات زیاد به کابل آمده است اظهارداشت: «جمعه شب بگونه ای سخت خودمان را از کندز بیرون کردیم. حالت خراب بود و مردم کندز هم وضعیتشان خراب بود.»

یکی دیگر از باشندگان کندز گفت: «مردم عام در دو طرف قربانی میدانند، در بین گیر مانده‌اند. زمانی که ساعت سه شب طالبان وارد کندز شدند همه خواب بودیم. وقتی روز شد و بیدار شدیم همه جا را طالب گرفته بود. حالا که دولت هم آنان را آماج قرار میدهد همه خانه‌ها مردم و همه دارایی‌های مردم از بین می‌رود.»

یک بیجا شده دیگر از کندز افزود: «در کندوز در به دری و خاک بر سری است و مردم تکه تکه شدند و از بین رفتند. خانهاها و شفاخانه‌ها خراب شده‌اند، دکتران از بین رفتند و هیچ چیز آباد نمانده است.»

زین زمینگی خانه‌ها به سر می‌برند و از روزها بدینسو نه آبی به لب زده‌اند و نالی برای خوردن دارند.

یکی دیگر از باشندگان شهر کندز با انتقاد از حکومت گفت: «دولت ما، رئیس جمهور ما و دکتر عبدالله چسرا به درد ما نمیرسند؟ مردم تپاه شد، جوانان تپاه شدند، مردم از گشنگی مردند و زیر بمب و آوان جرم دادند. چسرا به درد ما غریبان نمیرسند؟»

خانواده‌هایی که توان بیرون شدن از کندز را داشته‌اند، خودشان را به شهرهای اطراف و کابل رسانده‌اند، اما هنوز بسیاری از خانواده‌ها این شهر گیر مانده‌اند و از ترس آماج قرار گرفتن از خانه بیرون نمیشوند.*(طلوع نیوز)*

**وزارت صحت عامه....**

از یکی از عوامل افزایش مبتادان در کشور را پایین بودن سطح تغذای و نبود کار خوند و افزود، ما برای فراهم سازی زمینه اشتغال بودجه نداریم. *(مرکز)*

**مردم: از طیاره های ....**

دوستاتم نیز با من بودند اما مردم ملکی زیاد بودند و کسانی که پیسه داشت آنها را بالا می کردند، یک نفر ۱۲ هزار افغانی مینداه اما از پایسه دان بیسک اش را پاتین انداختند و برایش گفتند که ما برده نمی دهنم، به همین منظور کمیسیون ملکی را توظیف می‌کند تا اختارات ناشی از حضور طالبان در شهر کندز و جنایاتی را که آنان در این مدت مرتکب شده‌اند را بررسی نموده، میزان خسارات را تشخیص نماید و عاملان آن را شناسایی و به پنجه قانون بپردازد.»*(طلوع نیوز)*

و شخصاً خودم که به حساب شناخت در اردو داشتم نفری ۱۵ هزار از سه نفر ۴۵ هزار افغانی برداختم.»

فرهاد می‌گوید که از نهایت مجبورت در آن موقع این پول را برای انتقالش پرداخت کرد، اما اکنون تصمیم گرفته که فریاد اش را با جمعی از دوستانش تا پشت دروازه ارگ ریاست جمهوری به گوش مقامات برساند.

در همین حال یک باشندده دیگر ولایت قندز که او نیز از جنگ فرار کرده و نفواست از نام گرفته شود، حکایت مشابه ای به رادیو آزادی کرد:

«همراه ما ۲۰ هزار افغانی فیصله کرده بودند عسکر ها بود وقتی که در میدان آدمیه طیاره پُر شده بود، برای ما گفتند که ۲۰ هزار نمی‌شود اگر ۵۰۰۰ دلار میتین شما را میبریم- و اگر نمیتین نمیبریم تن، چون ما در یک حالت مجبوری قرار داشتیم و پیسه هم پیش ما نبود یک کسی دیگر ضمانت کرد به یک هزار دالر

دو نفر ما آدمیه نفر ۵۰۰ دالر دادیم، طیاره چرخي نبود یک طیاره چهارماشینه بود.» این اظهارات در حالی صورت می‌گیرد که برخی از گزارش‌های مشابه به نقل از باشندگان کندز با این عنوان که «هلیکوپترهای اردو را تاکنسی هوایی ساخته‌اند» اخیر در برخی از ویب‌سایت‌ها به نشر رسیده است.

عتیق الله امرخیل آگاه مسایل نظامی در صحبت با رادیو آزادی می‌گوید: ترانسپورت هوایی نظامی مکلف به انتقال امکالات به موقع است و اگر این ادعای باشندگان کندز حقیقت داشته باشد، جفای بزرگ در حق مسلک نظامی شده است:

«قوت‌های هوایی مخصوصاً قوت‌های ترانسپورتی مکلف‌اند تا امکالات به وقت و به سرعت را انجام دهند، شهید و زخمیان را بسیار به سرعت انتقال دهند تا به مووال سربازان دیگر تأثیر بد نکند این وظیفه اساسی شان است. اگر چه من گفته نمیتوانم بعضی تهمت‌ها می‌شود من نمی‌دانم ولی اگر حقیقت باشد هم به مسلک جفا است و باید این فرهنگ را از بین ببریم.»*(رادویزادی)*

**۴۹ دانشجوی برای....**

ملی قزاقستان-افغاری بمظنور استقبال این دانشجویان در میدان هوایی بین المللی آلماتی حضور یافته تا از آنان پذیرایی نمایند.

روح الله سدید مسئول بخش قونسلوی جنرال قونسلوی جمهوری اسلامی افغانستان مقیم الماتی که در میدان هوایی بین المللی آلماتی حضور یافته بود ضمن خوش آمد گویی به دانشجویان گفت: شما از جمله جوانان نخبه افغانستان هستید که در این بورسیه تحصیلی انتخاب و اعزام شده‌اید. وی افزود: توقع دولت و ملت افغانستان با شما این است که از این فرصت پیش آمده به وجه احسن غرض فراگیری علی و دانشجوئی استفاده نموده تا به کشور و سردم زجر دیده افغانستان کمک شوید. آقای سدید علاوه نمود: جنرال قونسلوی جمهوری اسلامی افغانستان همواره در خدمت دانشجویان بوده میتوانید هر وقت به ویژه در صورت بروز هر نوع مشکلی که ضرورت اقدامات این اداره باشد به این اداره مراجعه نماید.

باتو گلشروه تستمبورهقه مسئول بخش دانشجویان افغان دانشگاه ملی قزاقستان از ۲۰۱۰ تاکنون در این بخش فعالیت نموده و همه غرض تنظیم پرواز ها و اسناد ضروری دانشجویان با قبول زحمات به افغانستان سفر می‌نماید در میدان هوایی بین المللی آلماتی به دانشجویان گفت: شما به خانه دوم تان خوش آمدید، قزاقستان برای شما مثل خانه خودتان خواهند بود و مسئولان دانشگاه های قزاقستان هر آنچه در امکانات شان باشد در خدمت شما خواهند بود.

وی افزود: ما افتخار میکنیم بخش اجرایی تنظیم بزرگ دولت خود بمظنور همکاری با دولت و ملت افغانستان در عرضه آموزش و پرورش می‌باشیم. محمد یکی از دانشجو که امسال به این بورسیه آمده ضمن ابراز خرسندی گفت: ما تعهد می‌سپاریم از فرصت پیش آمده به حد نهایي استفاده نموده و به کشور خود مصدر خدمت شویم.*(مرکز)*

**د هیواد به بلابلبلو ...**

مخارنوبی عملیاتو په بهیرکي چي دننگرهار ولايت د اچين ، د لغمان ولايت د الينگار ، دپکتیا ولايت د آروپوب خاخی، دزغني ولايت د مقر او کيلان، د زورگان ولايت د دهراوود ، جوزپي خراسر زورگان ، چارچينو او د سراب، د دايکندي ولايت دگجران ، د قندهار ولايت نيش او خاکريز، د فراه ولايت د خاک سفيد ، بکوا ، اولکستان ، د بغلان ولايت د تاله او برک ، د تخار ولايت د خواجه غار او د بدخشان ولايت د وردوج د ولسواليو او د کندز او د گرديز د تيارونو په مربوطاتوکي ترسره شول ؛ ۱۲۰ تنه دار اچوونکي ووژل شول ، په لسگونو تنه تپيان او ۱۰۰ تنه نور نوربي ونيول شول او يوه اندازه وسله او مهمات هم ترلاسه شول او يو شمير ډول ډول مایونوه کشف او شوي دي

د يادونې وړ ده چي دهيواد په بلابلبلو سيموکي د ديشمن د درندو وسلو د جزو او په واټونوکي د ښځ کړي شويو مایونونو د چاودنې له امله د ملي اردو ۱۵ تنه سونين شهيدان شوي دي *(باختر)*

**دکابل غزني په ...**

تپيان شوي دي خرابانه زياتوي چي ډچک دولسوال روغتيايي حالت مخ په ښه والي دی خو دوو تنو نورو روغتيايي حالت ډېټونو ډزورټيا له امله ښه نه دی *(باختر)*

**پنجه تنه وسله ....**

ده وويل: په ډي جگړه کي امنيتي ځواکونو او د سپڼي اوسيدونکو ته زيان نه دی اوښتي *(باختر)*

**شپږ تنه غله ووژل ...**

خيځځاي زياته کړه: له دوی څخه څلورکلاشيتوکوفونه هم د امنيتي ځواکونو لاس ته ورغلي دي *(باختر)*

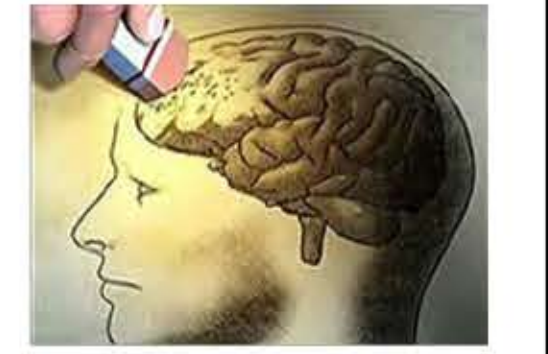
**طالبان چهار کارمند گمرک فراه را کشتند**

جسد هسای چهار تن از کارمندان گمرک ولایت فراه دبروز توسط پولیس ازولیم شیب کوک لایت فراه یافت شد. عبدالرحیم حیدری ولسوال شیب کوک فراه به آژانس باختر گفت: این رویداد در روز قبیل چنینکه این کارمندان از منزل به طرف وظیفه به بندر شیخ ایوبنصر فراهی روان بودند درساحه دو قلعه مربوط ولسوالی شیب کوک ازسوی طالبان بازداشت گردیدند. این گفته منبع، این چهارتن از کارمندان گمرک ولایت فراه بودند و دبروز اجسادشان توسط پولیس درساحه سارتم ولسوالی شیب کوک دریافت شد.

جواد افغان سخنگوی والی فراه نیز تأیید نموده که طالبان اول این کارمندان را ربوده و بعداً آنان را به قتل رساندند. *(باختر)*

**صحت و سلامت**

**۹ راهکار برای پیشگیری از آلزایمر**



۴۴ میلیون نفر در سراسر جهان به آلزایمر مبتلا هستند؛ این رقم در ۲۵ سال آینده دو برابر می‌شود. با ایجاد تغییرات ساده در شیوه زندگی مانند مصرف زردک و کلم، پیاده روی برای ۴۵ دقیقه سه بار در هفته، فعالیت مغزی، یادگیری مداوم و استفاده از رژیم غذایی مدیترانه‌ای می‌توان از زوال عقل پیشگیری کرد. تا سال ۲۰۵۰ یعنی ۲۵ سال آینده شمار افراد مبتلا به بیماری آلزایمر در جهان دو برابر می‌شود. مطالعات جدید نشان می‌دهند که پزشکان می‌توانند مراحل اولیه ابتلا به آلزایمر را در بیماران تشخیص دهند. در قواصل سنی میان ۲۴ و ۸۰ سالگی، وزن مغز حدود ۲۰ درصد کاهش می‌یابد و جریان خون به این عضو حیاتی نیز به همان میزان کاهش می‌یابد. در این گزارش به چند راهکار ساده برای پیشگیری از ابتلا به آلزایمر اشاره شده است.

**فقال نگاه داشتن ذهن**  
به چالش کشیدن مادم العمر مغز از طریق خواندن، نوشتن و سایر فعالیت‌های تحریک‌کننده، روند کوچک شدن مغز مرتبط با زوال مغز را آهسته می‌کند. افرادی که این سطح بالای تحریک مغزی را از طریق خواندن، نوشتن، غیره نگه می‌دارند روند ابتلا به زوال عقل در آنها ۱۵ درصد کمتر می‌شود.

**افزایش انتطاف پذیری مغز**  
انتطاف پذیری مغز به سهولت اتصال نرون‌ها با هم در مغز اشاره دارد و اینکه هر چه بیشتر از آنها استفاده شود، این نرون‌ها قویتر می‌شوند. انتطاف پذیری عصبی به تغییرات مثبتی اشاره دارد که در نتیجه قرار گرفتن در معرض تجربیات جدید و فرصت‌های یادگیری بروز می‌کند.

**ترک انجام چند کار باهم**  
مطالعاتی وجود دارند که بطور خاص نشان می‌دهند تأثیر انجام چند کار با هم به اندازه‌ای که تصور می‌کنیم، نیست. معمولاً عملکرد ما در انجام چند کار بطور جداگانه بسیار بهتر است. با این حال انجام دو فعالیت که به تمرکز ذهنی نیاز ندارند مانند گوش دادن به رادیو هنگام شستن ظروف خوب است اما اگر انجام این دو کار به کمی تفکر نیاز داشته باشد در آن صورت انجام چند کار با هم کمکی نخواهد کرد.

**استفاده از ارتباطات چند حسی**  
بیشترین استفاده‌ای که از حس‌های خود داریم از بینایی و شنوایی است اما بویایی، چشایی و لامسه نیز در تحریک حافظه مؤثر هستند. اما هر چه بیشتر از حس‌های خود در ملاقات با برخی افراد بیشتر استفاده کنیم، بیشتر نام آنها و خاطره ملاقات با آنها در ذهن‌انستان باقی می‌ماند زیرا یک ارتباط چند حسی با آنها ایجاد کرده ایم.

برای این منظور می‌توان بر حس لمس دست‌های آنها تمرکز کرد که آید حس تر، سخت، سرد و یا گرم بود. مصرف زردک، مرکبات و کلم نیز با افزایش عملکرد شناختی ارتباط دارد.

**محققان سوئدنی می‌گویند مصرف انواع میوه و سبزیجات حدود ۵۰۰ گرم در روز به کاهش خطر ابتلا به آلزایمر در ۳۰ سال آینده ارتباط دارد.** علاوه بر این مطالعات نشان داده‌اند که مصرف زیاد کلم، کلم، مرکبات و نان سبوس دار با افزایش عملکرد شناختی ارتباط دارد.

**انتخاب یک رژیم غذایی مدیترانه‌ای**  
به‌طور کلی استفاده از یک رژیم غذایی مدیترانه‌ای به سلامت مغز کمک می‌کند. پروفیسور دیوید اسمیت از دانشگاه آکسفورد می‌گوید: محققان آمریکایی با مطالعه سه هزار نفر در مدت چهار سال متوجه شدند که مصرف زیاد روغن زیتون، موز، فراه، ماهی، باهمان رومی، ماکیان، سبزیجات، میوه و سبزیجات برگ سبز از ابتلا به آلزایمر پیشگیری می‌کند به‌ویژه زمانی که افراد مصرف رژیم غذایی پرچرب، گوشت سرخ و مسکه را کاهش می‌دهند.

مطالعات همچنین نشان می‌دهد که نوشیدن مقداربر نامحدود چای و مصرف کمی شکلات در روز به تقویت شناختی مغز کمک می‌کند. **ویتامین بسانی به مغز**  
محققان دانشگاه آکسفورد متوجه شدند، خطر کوچک شدن مغز در افرادی که ویتامین B۱۲ کمی در خون خود دارند شش برابر بیشتر است؛ کمبود ویتامین B۱۲ از خون معمولاً با افزایش سن ارتباط دارد. ویتامین B۱۲ معمولاً در گوشت (بسه ویژه کببد)، ماهی، سبخت پوستان، ماکیان، تخم مرغ، گوشت، ماست و غلات غنی شده صعبانه وجود دارد. فولات نیز برای عملکرد مغز مهم است. فولات در کبد (به‌خصوص گوساله)، مخمر نان، سبزیجات برگ سبز، بامیه، عدس، نخود چشم سیاه، لوبیای پخته، لوبیا، کلم بروکلی، تخم مرغ، باهمجان رومی، کبیه، آب پرتقال تازه، و توت فرنگی یافت می‌شود.

**بیماری‌رسانی به مغز**  
محققان دانشگاه آکسفورد متوجه شدند، خطر کوچک شدن مغز در افرادی که ویتامین B۱۲ کمی در خون خود دارند شش برابر بیشتر است؛ کمبود ویتامین B۱۲ از خون معمولاً با افزایش سن ارتباط دارد. ویتامین B۱۲ معمولاً در گوشت (بسه ویژه کببد)، ماهی، سبخت پوستان، ماکیان، تخم مرغ، گوشت، ماست و غلات غنی شده صعبانه وجود دارد. فولات نیز برای عملکرد مغز مهم است. فولات در کبد (به‌خصوص گوساله)، مخمر نان، سبزیجات برگ سبز، بامیه، عدس، نخود چشم سیاه، لوبیای پخته، لوبیا، کلم بروکلی، تخم مرغ، باهمجان رومی، کبیه، آب پرتقال تازه، و توت فرنگی یافت می‌شود.

**بیماری‌رسانی به مغز**  
فشار خون بالا در دهه ۴۰ و ۵۰ سالگی یک عامل خطر ساز قوی برای ابتلا به آلزایمر و زوال عقل در سال‌های بعدی زندگی است. پیاده روی به مدت ۴۵ دقیقه سه بار در هفته ورزش‌های هوازی مانند ایروبیک ارتباط بیشتری میان نرون‌های مغزی ایجاد می‌کند.

حافظه، مهارت و توانایی‌های ما به ارتباطات جدید میان این نرون‌ها بستگی دارد. مطالعه افراد میانسالی که سه بار در هفته برای ۴۵ دقیقه به پیاده روی می‌روند بهبودهایی در فعالیت مغزی و توانایی حفظ توجه آنها نشان می‌دهد.

**نقش طب سوزنی در کاهش فشار خون**

یک مطالعه جدید نقش مؤثر و مفید طب سوزنی را در بیماران مبتلا به فشار خون و کاهش خطر ابتلا به سکنه مغزی و بیماری‌های قلبی نشان می‌دهد.

دانشمندان دانشگاه کالیفرنیا طی آزمایش طب سوزنی الکتریکی، برای اولین بار از طریق علمی تأیید کردند که این روش پزشکی چین باستان برای بیماران مبتلا به فشار خون خفیف تا متوسط سوزنی الکتریکی چگونه می‌تواند فشار خون را تا ۶ هفته در افراد مبتلا به فشار خون بالا کاهش دهد.

طب سوزنی الکتریکی شکلی از طب سوزنی است که از پالس‌های الکتریکی با شدت کم، از طریق ورود سوزن‌ها به نقاط خاص بر روی بدن، اعمال می‌شود. محققان می‌گویند که این یافته‌ها نشان می‌دهد که استفاده از طب سوزنی الکتریکی به‌طور منظم، در کنترل فشار خون و کاهش خطر ابتلا به بیماری قلبی و سکنه در دراز مدت نقش مؤثری دارد. براساس نتایج این مطالعه، ۷۰ درصد