

به سنگان کي آنته پر روغنايي کار کوونکي د جنسي نيري په نور نيول شوي

د سنگان ولايت پوليس وايي پر روغنايي کار کوونکي د ۱۸ نه تر ۲۵ پورې جنسي نيري په نور نيول شوي. په کسان نيولي دي د ريوونو نه مخي پر نيسي روغنايي کار کوونکي ليره اوونسي د سنگان ولايت د روغنايي ولسوالي په روغنايي مرکز کي يوي دني کسانو جنسي نيري کړي دي د ريوونو نه مخي نيسي روغنايي کار کوونکي چي جنسي نيري نيري شوي. نيري کوونکي پوندلي او پوليسو نه يي پوښلي دي. دغه کسان همدارنگه پندي ملاست شوي چي پر دغه روغنايي مرکز د برید پر وخت پر ولسو سيمال وو او يو بل روغنايي کار کوونکي يي سخت وهلي او نيولي دي د سنگان د پوليسو وياند هاشم بيان ويلي چي له نيول شويو کسانو څخه يي څلور تنه له ۱۸ کلونو لږه عمر لري او نور يي د ۲۵ او ۳۰ کالو ترمنځ دي. بناعلي بيان وويل: دغه کسان د دوو روغنايي کار کوونکو د استا له مخي نيول شوي دي. دوسه مو څارنوالی له استولي او قضيه تر پليسي لاندې ده. د سنگان د والي وياند صديق عزيز هم ويلي چي لوله څخه يي ډاډه چي دغه پينه سته و څپول شي او جزيات يي څرگند شي. مقامو ويلي چي تر اوسه يي پر دغه روغنايي مرکز د برید د انگيزې په هکله اطلاعات ندي تر لاسه کړي.

Ketabton.com

کار د دوام پر وړاندې د سياسي مخالفانو دريځ کودتا ده

ام پر وړاندې د حکومت د سياسي مخالفانو دريځ د اساسي قانون خلاف دی او کودتا بل کېدای شي.

د حکومت د سياسي مخالفې ډلې د	دريځ د اساسي قانون خلاف دی او کودتا
دوشنې په ورځ په خبري غونډه کې وويل	بلل کېدای شي. د ولسمشر د وياند مرستيال
چي ولسمشر اشرف غني بايد پو سرپرست	صميم عارف د سې شنبې په ورځ ويلي.
حکومت ته واک وسپاري. خو ارگ وايي.	راډيو ته ويلي، په دې اړه د اساسي قانون
	د لاسه ورسيدو لپاره د لاسوهنيزو

افغان ولس د ولسمشر غني د واک د غځېدا ملاتړ کوي



افغان ولس د يو شمېر مخالفو ډلو هغه غوښتنه په کلکه رد کړه، چې وايي، له برون د غبرگولي يا جورا له لومړي، وروسته د ملي يووالي د حکومت وخت پای ته رسېدلی دی، نو ولسمشر دې واک پرېږدي، ملت دا غوښتنه د دېسې په کتنه بولي او موقت حکومت بيا د افغانستان د نېاهي لپاره د دېسې طرحه ده، په اصل کې برون د غبرگولي په لومړي نېټه بايد د ملي يووالي د حکومت پنځه کلنه موده پای ته رسېدلې وای او په قانوني توگه سياسي واک منتخب ولسمشر ته انتقال شوی وای، خو دا هلته شونې وه، چې بايد د اساسي قانون له مخې د نېټې وري مياشتې په ۲۵ مه ولسمشريزې ټاکنې شوې وای او بيا يې له کوم کړکېچ پرته پایلې په خپل وخت اعلام شوې وای، خو په افغانستان کې د کړکېچو حالاتو په پام سره داسې ونه شول، دا نېټه په دې پلمه چې کسې طالبان سوله کوي او يا هم په ټاکنيزو کمېسيونونو کې اصلاحات راځي، دوه ځله وختول شوه او پرېکړه وشوه، چې دا ټاکنې دې د راروانې تې مياشتې په ۲۵ مه وشي دا چې د غبرگولي په لومړي د واک نشه رامنځته نشي، نو سترې محکمې پرېکړه وکړه، چې د ولسمشر غني واک دې د ولسمشريزو ټاکنو تر پايولو او د منتخب ولسمشر تر ټاکل کېدو پورې وختول شي، دا اقدام په هېواد کې د روانو حالاتو په پام کې نيولو سره د موجه دلايلو، له مخې عادلانه او عادلانه دی، نو د ولسمشرۍ لپاره کانديدان، چې د نظام پر ضد يې مشرکې ټولنه جوړه کړې، د ملت او قانون په وړاندې يې ارزښته دي، د هغوی دا گواښ، چې کسې کله ولسمشر بيا هم له واکه لرې نشي، نو هغوی په پر اقداماتو لاس پورې کړي، هغه د خدا وگواښ دي، چې ولس هېڅکله نه شي وپېرولې، دا ټولنه له د ولس استازيتوب کولې شي او نه هم د اساسي قانون د تفسير مرجع ده، بلکې ملت نه خپل حيثيت ښکاره کوي سورانه دوی بوستو، چې له ولسمشريزو ټاکنو پرته، ولسمشر جاتنه واک وسپاري او ايا تر اوسه داسې شوي، چې ټاکنې شوي نوي، نو ولسمشر دې واک پرېږدي؟ هو هغوی په دې حوس دي، چې ولسمشر دې واک د ولس د ارادو برخلاف دوی نه پرېږدي او د ملت خزانې، ملي ځواکونه، ملي گټې او د محکمې بشپړتيا ساتنه او دفاع، حکومت او ملت دې په لوی لاس دېسې نه تسليم کړي، داسې هېڅکله نشي کېدای، د دې ټولوايي اعتراضونه په ښکاره توگه کوونکي ده، چې په هېڅ صورت سره د زغملو نه ده، ملت د نظام او په تېره بيا د ولسمشر ملاتړ کوي، ملت بايد د ټاکنو لپاره تيار شي او کانديدان دې هم خپل وخت پر پارونو او د ملت د پامل کېدا پر ناوړو هڅو نه تېروي، بلکې هغوی دې ولسمشريزو ټاکنو نه تيارې ونسي، ځکه ځانونه يې کانديد کړي او ملت دوی نه سترگې په لاره دي، چې د هېواد او ولس د پرمختگ او هوساينې او يا هم په هېواد کې د بېردي جگړې د مخسوي لپاره څه لري او کوم پلانونه يې د دې لپاره جوړ کړي دي، خو د دوی له خوا د موقت حکومت، فرمايش په هېڅ توگه ملت نه به د مسو دی او نه هم د ملت پر گټه دي، د موقت حکومت، غوښتنه د افغانانو د تاريخي او قسم جوړولو دسيسا طرحه ده، دا طرحه له همدې اعلم ملت نه د ملو نه ده، کله چې ملت خپل برحال نظام ولري، نو د موقت حکومت هېڅ اړتيا هم نشته، دا باطني ملت هېڅکله په بحران کې نشي اچولې، ځکه ملت د کودتا يي رژيمونو ترخه دوره تېره کړې ده، بيا هېڅ چا ته اجازه نه ورکوي، چې بيا داسې هڅه وکړي او ملت په لوی لاس دېسې نه تسليم، او هر څه يې تالا او ترشي کړي

د موقت حکومت غوښتنه زهرجنې پايلې لري

هېواد مو پرمختگ لري، ټولونه مو تعليم وکړي او په پايله کې د سوه بيا لمانځه او پرمختللي هېواد ښکته شو، د اوسني او پرمختللي هېواد اساسي اصل د پخوانيو لاسته راوړنو، شتمنو، ارزښتونو او معيارونو ساتل دي، د لسيزې د پرمختللو هېوادونو تجربې ښيي چې هغوی ته هر بدلون سره پخواني بنسټونه ساتي او ددې بنسټونو د ځواکمنې او لمانځه لپاره يې اړتيا کار کړي او د نويو



پرمختلونو ته لارې سره يې يو ځای روان کړي هېواد کې مو ۱۱۰ ز لسيزه تکرار شي هغوی د موقت حکومت د زهرجنو هڅو په ترڅ کې غواړي چې يو ځل بيا نه خپلې بنسټې ډانه چې هېواد کې مو لږ نه هر انقلاب او بدلون سره هر څه نه ځلورو سره خاوري شوي، اساسي قانون له لاسه وځي او سره جوړ شوی، نظام مو په وار وار وران شوی او يا مو د بهرنيو د فر په پيسو بېرته همدې حالت ته راوړنه کړي د ۱۱۰ ز

افغان تمدن لرغونی

پوره دلايلو ته په کتو سره، لاندې ټکي د حل لارو په توگه وړانديز کوم:

اول - د ولسمشرۍ ټاکنو نوماندان او د موقت حکومت ملاتړي سياستوال دې د نسبياتي حکومت د هڅو پر ځای د اوسني حکومت د پياوړتيا او د ټاکنو د پروسې د ښه مديريت او تنظيم په برخه کې قانوني همکاري وکړي، تر څو د ولسمشرۍ او وينايي شوراگانو ټاکنې په ښه توگه ترسره شي

دوهم - موقت حکومت د حل لار نه ده، ل حکومتونه بېرته سياستوال دې ته حکومت سره په گډه د ټولني سولې لپاره گډې هڅې وکړي، تر څو يې ډېخ او دريځ ارزښت پيدا کړي او په ترڅ کې يې بين الافغاني خسرونه لاره هواره شي

درېيم - حکومت په پواڅې ځان د ټاکنو روان بېرته مديريت کولای او له هم پين الافغاني خسرونه لاره هواره کولای شي اړتيا دده چې حکومت له ټولو اټکوريو په ځانگړې توگه له سياسي گوندونو سياسي مخورو نو خلکو سره په گډه هڅې ځنگه چې د سولې مشورتي لويې جرگې وړانديزونه کړي، د سولې لپاره رښتيني کار وکړي، چې د بين الافغاني خسرو په ترڅ کې ټولني سولې نه لاره هواره شي، د نسبياتي حکومت لويونکو سياستوالو که يا هم تر ملي گټو او هېواد تر ښکېلو خپلو شخصي او سياسي گټو ته ترجيح ورکوي، نو هېڅکله به دا فتر هېواد او خلک د لړۍ د پرمختگ، ثبات او سولې له روان کارونو سره يو ځای شي

د ملي يووالي حکومت تر نوم ليکنې پورې

د طالبانو د حکومت تر ټنگېدو وروسته چې کله د يووالي ټولني او په ځانگړې توگه د امريکا په مشرۍ کوم حکومت رامنځ ته شو او مشري يې حامد کرزي کوله، دې دورې مشر او ملي اړخونه درلودل خو نويه ستونزه چې ونس ورځنه سر پټکوه، هغه پراخ اداري فساد او د جنگ سالارانو حاکميت وو، زه دننه د بهرنيو پر غلطيو بحث نه کوم د هغوی نيمگړتياوې او غفلتې هم په زحوم زه غواړم چې دننه افغان شومونه بحث وکړم او دا بحث به دننه د يوه افغان په توگه عادلانه، منطقي او د وطن د ملي گټو پر اساس وي په تېرو ټاکنو کې ډېري کانديدان ولسمشريزو ټاکنو نه ودرېدل ډېري کانديدان داسې وو چې هم يې گوند، هم زر او هم زور درلود:

خو ونس د دې ټولو کانديدانو په پرتله ډاکټر اشرف غني ته رايه ورکړه، ځکه چې ټاکنو اشرف غني ته فساد سره په ډله د مبارزې او اصلاحاتو خبره کوله دننه د يوې خبرې پادونه ډېره اړينه ده هغه دگټې حکومت و اجراه رايست را مخ له کول وو په دې کې هېڅ شک نشته چې د ولس پر ولس د حکومت تقسيمول زيانو نه لري، خو د اجراه رايست پر وړه په ډاکټر عبدالله نه اچوم، ځکه که چيرې ولسمشر محمد اشرف غني موافقه نه وي کړي، اجراه رايست نه را مخ له کېدنه تر دې مخکې د باطني حامد کرزي په وخت کې هم همداسې ستونزه را مخ له سوه او هغه ونه مننه اوس غواړم د ملي يووالي حکومت په روانه دوره يو څه بحث وکړم که رښتيا ووايو، ولسمشر نه چې کومې هڅې وي،

سردار محمد همدان

وکړه زه چې کله نيمروزه نه تلم، ډېرو کسانو به راته په ټيلون کې ويل چې عجه ديسو مرکز ته لاړې، ماته به دا خبرې ډېر تعجب وو، وې اوس دومره يې باوره شوی، هر څوک چې د وطن او ملي گټو خبرې وکړي، ماته درواغ ښکاري زه ولسمشر نه واييم، هغه دعوه چې ناکړې وه چې اصلاحات به راولم او فساد نه له منځ وړم، په دغه ټيم او خلکو باندې ناشوني ده ستا سره ولس ډېر احلاس درلود، مگر اوس ستا او ولس تر منځ لويه فاصله پيدا شوې ده زه يوه بڼکه واييم

د نوي ښار بارک کې يوه معيوب او د نظامي ليکو سرتيري شاوخوا دوه کاله کېږي چې په دې خاطر يې حبه وهلي ده چې يو زور والي يې ۷ مخ

د جگړې په صورت کې ايران، امريکا په کومو هېوادونو کې گواښلی شي؟

د ايران او امريکا متحدو ايالتونو تر منځ د احتمالي وسله والې شخړې د رامنځته کېدو دگواښ له ډېرېدو سره اوس د هغو سيمو ارزښت هم ډېر شوی چې د ايران ځواکونه، متحدين او وسله والي ډلې امريکا متحدو ايالتونو ته گواښ رامنځته کولی شي، ايران په عراق، سوريې او افغانستان کې د وسله والو ملاتړ کوي، امريکا متحد ايالتونه بيا په دغو درېيو واورو هېوادونو کې سرتيري لري، پر دې سربېره تهران په لبنان او يمن کې هم وسله وال متحدين لري چې دغه دواړه هېوادونه په سيمه کې د واشنگتن تر ټولو نږدې متحدينو اسرائيل او سعودي عربستان ته نږدې پراته دي، واشنگتن بيا په روانه مياشت کې د هرمز تنگي ته نږدې خپله جنګي بېرې واستوله ځکه په حواله يې د ايران د بريد له کبله يې اندېښنه لرله له همدې سيمې د نړۍ يو پر پنځمه برخه کارېدونکي نفت تېرېږي، تېره اوونۍ ناپېژندل شويو وسله والو کسانو د سعودي عربستان د نشو پر تاسيساتو بريد وکړ او د پکښې په ورځ بيا په بغداد کې د امريکا متحدو ايالتونو سفارت ته نږدې يو نوغدي وچاودېد، ايران په دغو دواړو پيسو کې له لاس لرلو اټکار وکړ د امريکا متحدو ايالتونو ولسمشر ډونالډ ټرمپ، په روانه اوونۍ



چوکاټ کې په سوريې کې جگړه کړې ده واشنگتن په جنوري مياشت کې پر فاطميون بنديزونه وکولو له بلې خوا بيا همدا اوس هم په افغانستان کې نږدې ۱۱ زره امريکايي ځواکونه مېشت دي يوه ايراني چارواکي روټرز خبري اژانس ته ويلي چې امريکا په افغانستان کې له خپل حضور څخه په گټه اخيستلو سره ايران گواښلی دی

عراق: د ايران په ملاتړ شيعه ډلو له ۲۰۰۲ م کال راهيسې په عراق کې ډېر ځواک

موندلی دی دنه ډلې ليرکال د عراق په اميني ځواکونو کې شاملې شوي چې ښي د امريکا پر حضور سربېره هم په عراق کې پلوس او برلاسي دي، د دغو ډلو په مخ کې تر ټولو پياوړي يې د عصاب اهل الحق، کتاب حزب الله، حرکت حزب الله النخبا او بدر سازمان- موندلی دی دنه ډلې ليرکال د عراق په اميني ځواکونو کې شاملې شوي چې ښي د امريکا پر حضور سربېره هم په عراق کې پلوس او برلاسي دي، د دغو ډلو په مخ کې تر ټولو پياوړي يې د عصاب اهل الحق، کتاب حزب الله، حرکت حزب الله النخبا او بدر سازمان- موندلی دی دنه ډلې ليرکال د عراق په اميني ځواکونو کې شاملې شوي چې ښي د امريکا پر حضور سربېره هم په عراق کې پلوس او برلاسي دي، د دغو ډلو په مخ کې تر ټولو پياوړي يې د عصاب اهل الحق، کتاب حزب الله، حرکت حزب الله النخبا او بدر سازمان- موندلی دی دنه ډلې ليرکال د عراق په اميني ځواکونو کې شاملې شوي چې ښي د امريکا پر حضور سربېره هم په عراق کې پلوس او برلاسي دي، د دغو ډلو په مخ کې تر ټولو پياوړي يې د عصاب اهل الحق، کتاب حزب الله، حرکت حزب الله النخبا او بدر سازمان-

فرهاد

سربېره دغه وسله وال دگول هسکونه نږدې هم جگېدلې دي، يوه لوړپوړې امريکايي چارواکي په لسوړی مياشت کې ويلي چې امريکا متحد ايالتونه به په سوريه کې د خپلو مينو ۱۰۰۰ ځواکونو نه ډلې څخه يوازې ۲۰۰ يې هڅه پرېږدي دغه ځواکونه د کردانو په کنترول کې په شمال ختيځو سيمو او د عراق پولې ته نږدې کې مېشت دي

لبنان: امريکا پر حزب الله ډلې په لبنان کې د خپلو ځواکونو پر بند د تر ټولو وړونکي بريد پرې اچوي د ۲۰۱۳ م کال په هغه بريد کې ۲۲۱ امريکايي ځواکونه ووژل شول بريد يې سربېره پر حزب الله د امريکايانو د بېرته کولو تور هم دی دغه ډله چې د ايران له خوا په دې موخه رامنځ ته شوی وه چې د اسرائيل له خوا بېرته غورځوي، له بلې خوا حوټي باغيان په سره سمندر کې هم د کينيو تک راتنگ ته گواښ رامنځ ته کولی شي

سوريه: ايران ته تېرو اتو کلونو راهيسې د ولسمشر ښار لاسد ملاتړ کړی او په دې موده کې تواپيدلی چې په سوريه کې د ملېشو يوه ښکته رامنځته کړي په دغو ملېشو کې د لبنان حزب الله، د عراق انجبا ډله او د فاطميون ډله شامله ده، دغو ډلو د سوريې او عراق پولې او د امريکا متحدو ايالتونو او له نږدې جگړې کېږي دي پر دې

روغتيا او ژوند



د هپاټايتس بي وایرس ولي مضر دی ؟

افغانان د نورې نړۍ د خلکو په نسبت زیات بر ساري ناروغیو اخیست کېږي، ځکه له یوې خوا غربت دي او له بلې خوا شخصي او معيشتي حفظ الصحې نه غوره پاملرنه نه کوي، تر اوسه لا افغانان د میناسو، نالوستو او بې امانه منونو په فشار کې دي، دغه راز نورو او دسري دد چې افغانان یې له یو بله جلا کړي او په طبي برخه کې یې نه لوستو ښکونکو سره مشخصه سوري کول او د تراکتسي پېښو

دغې ناروغۍ اخله وي روغو کسانو نه په لاندې ډول ناروغي انتقالوي شي د جنسي یوځای والي یو اسطه لکه له مور څخه ماشوم ته دایمډواری پر مهال د زېږون پر مهال وینسي یو اسطه توپسي انتقال، مشرکې سني او سرښونه استعمالول، د منډو جراحي او طبي وسایلو استعمالول، خپل وځنه او د غوړونو سوري کول او د تراکتسي پېښو

ځوانی دانی

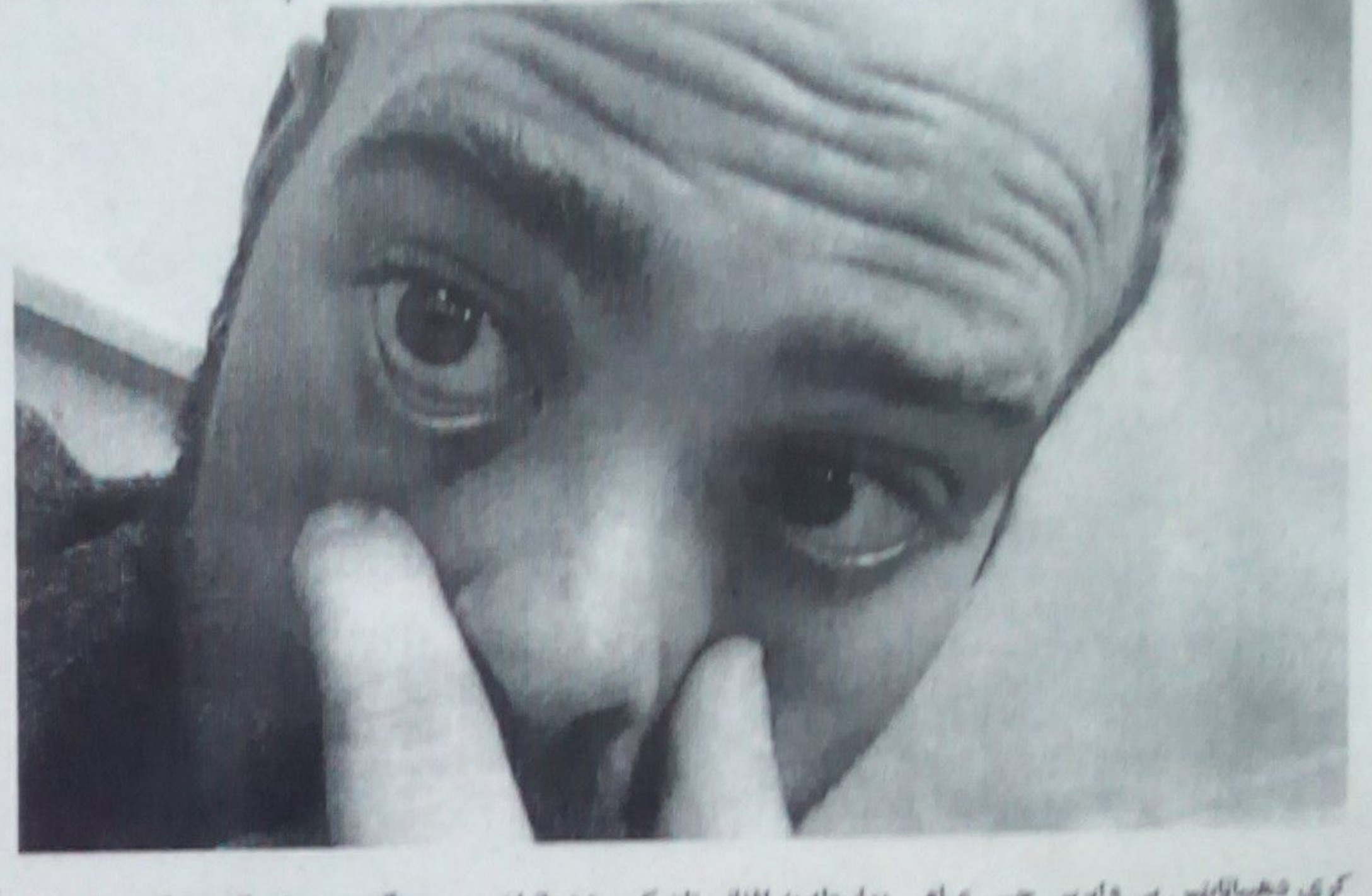
ځوانی دانی (acne vulgaris) په نامه هم یادېږي د پوستکي اوږدمهاله ناروغي ده او هغه وخت رامنځته کېږي کله چې د پوستکو فولیکولونه (hair follicles) د پوستکي د غوړو او یا هم د پوستکي د مړو حجرو له خوا مسدود یا بلاک شوي وي



ځانگړنه یې د تور سړیا سین سر لرونکې دانې یا بخار او غوړ پوستکي ده مگر ځینې وخت ټپ هم پکې رامنځته کېدای شي په بنسټیزه توگه په پوستکي کې، د سښې په پاس برخه کې، په مخ او په ملاکې د غوړو مرغړي تولیدېږي کله چې ناروغ په خپل پوستکي ځوانکې وگوري نو د لوړې کچې توشپ، خپل ځان ته کم احترام،

ژانوالي له امله د پیا پاتېس یې وایرس پېښې زیاتې شوې په افغانستان کې خلک ددغې وژونکې ناروغۍ په مقابل کې د واکسین کولو نه اهمیت نه ورکوي چې واکسین یې د ډېرو مهمو واکسینونو له جملې څخه دی، فېمټ یې لښت کم خو کې یې ډېرې زیاتې دي دغه واکسین دمنځنیو کمپنیو له خوا جوړېږي چې دوز یې کله دانسان بدن ته لگول کېږي له څلورو څخه تر شپږو میاشتو پورې وخت نیسي کله چې واکسین وشي، په مقابل کې یې چې کوم معافیت نولېدېږي تر دېرشو کلونو دوام کوي

خو ځینې وخت په هغو کسانو کې چې د هپاټايتس یې په مقابل کې معافیت نه اسالی سره نشي جوړولای پنځه کاله وروسته د یوې سټې د لگولو ضرورت شته، خو باید په یاد ولرو کله چې د هپاټايتس یې وایرس په مقابل کې د ځان ساتنې په پلټه واکسین کېږي باید مخکې له مخکې ورته نښه اجرا شي پسه کومو حالاتو کې که ټپ مثبت شي باید دوکسینو له لگولو څخه ځان وساتل شي، ځکه واکسین په هغه حالت کې انسان ته تطبیقېږي چې په هپاټايتس یې وایرس مصاب شوی نه وي



موجودې دي لکه د ژوند کولو په طریقه کې بدلون، درمل او نور طبي بهیرونه لکه د پورې په څېر ساده کاربوهایدرېټ خوړل ممکن کېږي وکړي د پوستکي په سطحه کاربډونکي یې azelaic acid, benzoyl peroxide, and salicylic acid دي له دې پرته اتیبي یونیک او ریتینوایډ (retinoids) هم شته کوم چې په پوستکي کارېږي او یا د خولې له لارې خوړل کېږي خو اتیبي یونیک کارون ممکن له اتیبي یونیک سره د مکروب مقاومت زیات کړي په بخو کې ځینې د امیدواری د مخنیوي درمل هم د ځوانکو مخنیوي کولای شي که چېرې ځوانکې خورا زیاتې وي نو د (Isotretinoin pills) گولي یې د درملنې لپاره اغېزمنې دي مگر په هغه وخت کې باید ناروغ ته ورکړل شي چې نور درمل یې مخنیوي نشي کولای او یا هم د ځوانی دانې یې خورا زیاتې وي ځکه چې دا درمل خورا زیات بد اغېز (side effects) لري په ۲۰۱۵ کال کې، په ټوله نړۍ کې تقریباً ۴۲۲ میلیونه کسانو د ځوانی دانې لرې او د نړۍ په ۸۰ علمو ناروغیو کې یوه ناروغي وه ځوانی دانې معمولاً په کم عمر کې پیدا کېږي خو کم شمیر د زیات عمر کسانو کې هم پیدا کېږي

له روژه ماتي وروسته مو د بدن د اړتیا وړ مایعات پوره کړئ!

د روژې په نیولو سره په بدن کې اوبه او انرژي کمېږي، په دغه وخت کې وجود انرژي ته اړتیا لري، چې په بېړه د بدن اړتیا پوره کړي، خرما او د مېوو اوبه په دې برخه کې گټورې ثابتېدای شي په خوړو یې د بدن د کولو اندازه عادي حالت ته راځي او سربېره پر دې په وجود کې د معدني موادو توازن هم ساتي بله دا چې ډېر خواړه خوړل باید روغتیا ته زیانمن تمام شي، نه دا ده چې هر څه د یوه معیار له مخې وکارول شي، داسې چې نه مو پر معده یوچ راشي او نه هم په



جنگ، سواد دکچي کموالی، په بهساري ډول دغبرگ موجودیت، داخلې او څارجي مهاجرولونه، دمخدرمو موادو شتون، خلاص سرحدات او دزري متادینو دشتون د

د روژې نیولو له شپږو مهمو روغتیايي گټو ځان خبر کړئ!

پوهان وايي، چې روژه کولای شي د انسان بدن ته یو شمیر ناروغیو وژغوروي، لکه په وینه کې د کولسترول لوړوالی، د زړه ناروغي او چاغوالی، سربېره پر دې په روژې سره د انسان ذهني توجه او فکر غوره او ارام وي هغه مهال چې موږ خوراک نه کوو بدن مو توانېدلی شي چې د زهرې موادو مخه ونیسي، کوم چې د هاضمې سیستم او د بدن په نورو برخو کې ستونزې رامنځته کوي همدا ډول پوهان وايي چې روژه د دماغو حجروي له زور څپگان، سترېس او اندېښنو څخه وژغوري، د روژه په موږ خوراک کولو کچه راټیټه شي زهرجن مواد له منځه وړل روژه د انسان لپاره غوره فرصت دی چې د هاضمې سیستم یې له زهرجنو موادو څخه پاک کړي، کله چې بدن د انرژي تولید لپاره د غوړو زېرمې په کار پېل وکړي په دې کې زهرجن مواد په الوماټ ډول سوزي، او په پای کې انسان له یوه صحتمند ژوند څخه برخمن شي



د روژې روغتیايي گټې څخه دي، د زړه ډاکټرانو د څېړنو پر مهال موندلې چې په روژې سره د انسان په بدن کې د وینې کولسترول په پراخه کچه کمېږي د کوم په مرسته چې د زړه په ناروغیو اود دماغې سکتې په رامنځته کېدو کې کموالی راځي **دواستاره اشیا کوي** له خوراک څخه لرېوالی د روژې پر مهال انسان له دواستارې اشیا څخه وژغوري، په دې معنا چې د لوړې احساس په مو کم شي او په

د زړه د ناروغیو نښې نښانې

۱- په ښځو کې ساندې د زړه د ناروغی نښه ده ځینې وخت ساه لنډې په نفسی سیمې کې د ستونزې له کبله وي، چې د خل لپاره یې باید ورزش وشي او که د مواد یخوالي له کبله وي، باید د البرکې ټابلسټ خوړل شي، خو که داسې نه وي، یا د زړه د ناروغی نښه کېدای شي

۲- د سښې په نفس کې د دروندوالي احساس د سښې په نفس کې دروندوالی، چې د اړین په نامه هم یادېږي او ورسره ساندې، د زړه د ناروغی اصلي نښې بلل کېږي که له دې ډول پېښې سره مخ شوی او په یوه وی چې لامل یې بل څه نه شي پېښې سره مخ کېږي او ډېر دوام هم

سزارین سکشن

تعریف: سزارین عبارت از یک پروسیجر جراحی بوده که در آن ولادت طفل از طریق بطن (شق بطنی و رحمی) ولادت داده میشود

میکړد زیرا در این حالات سزارین یا عملیه جراحی نظر به ولادت به مادر و طفل مصون میباشد

حالات دیگر که باید عملیه جراحی نزد مادر صورت گیرد قرار ذیل میباشد:

- زجرت نفسی جنین یعنی در بعضی حالات آکسیجن به جنین قوچ میرسد که عارض اند از مشکلات مادری
- مشکلات جنینی
- مشکلات مادری و جنینی زمان ولادت
- همجنان سزارین در حمل های دوگانه و چندینی صورت

سزارین قبلی یا قبلاً مادر یک ندهب عملیاتی داشته باشد

خونریزی های زمان ولادت

وزن زیاد جنین

هرگاه طفل به وضعیت معیوبه در حوصله مادر آمده باشد یعنی طفل به پای باشد، شانه یا پیشانی فشار بلند مادر وغیره

سزارین چون یک عملیات بزرگ جراحی است دارای خطرات نیز میباشد، احیای دوباره مادر نظر به ولادت طویل تر میباشد بعد از التیام جرحه در ساحه عملیاتی یک ساحه ضعیفه باقی میماند که بعداً

د اوبو د کمیت او یا هم سترېس له کبله وي **حمیدالله حمیدي** باعث ایجاد مشکلات در ولادت های بعدی مهلی شده میتواند با وجود آن هم میتواند نصف خاتم هانی که سزارین شده اند ولادت مهلی داشته باشد

حالاتی که مادر میتواند ولادت مهلی به تعقیب سزارین داشته باشد قرار ذیل اند

- موافقت مریض
- جنین زیاد بزرگ نباشد
- حوصله مادر مناسب باشد
- حد اقل دو سال از سزارین گذشته باشد
- پروسه ولادت نارمل باشد
- رنځور مل د کتور ناهید (هارونی) تر ټبر متخصص در شفاخانه ملالی زېږتون

ادب ، تاريخ او فولکلور

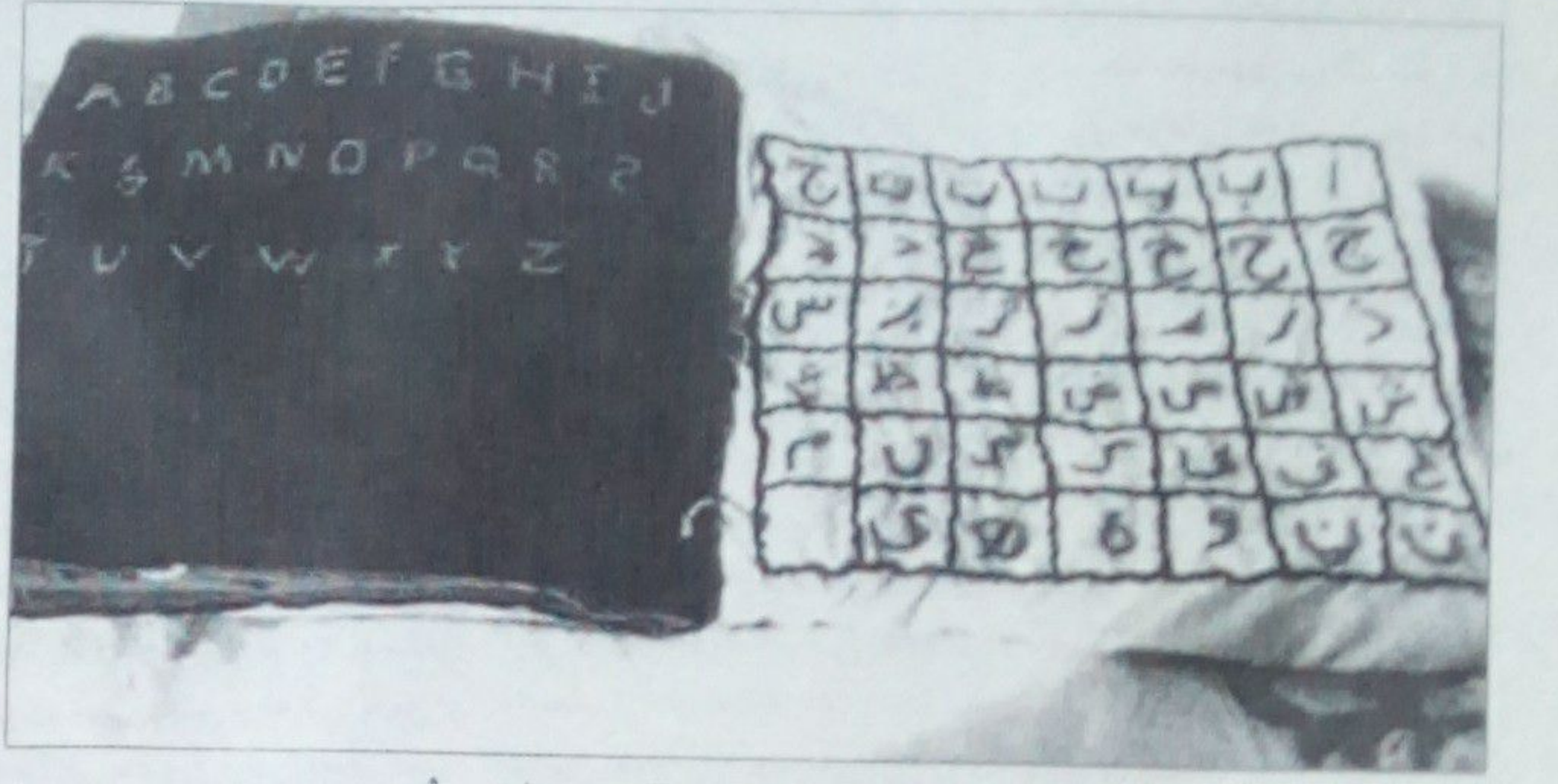


پر ټوکر گنډل شوی کتاب

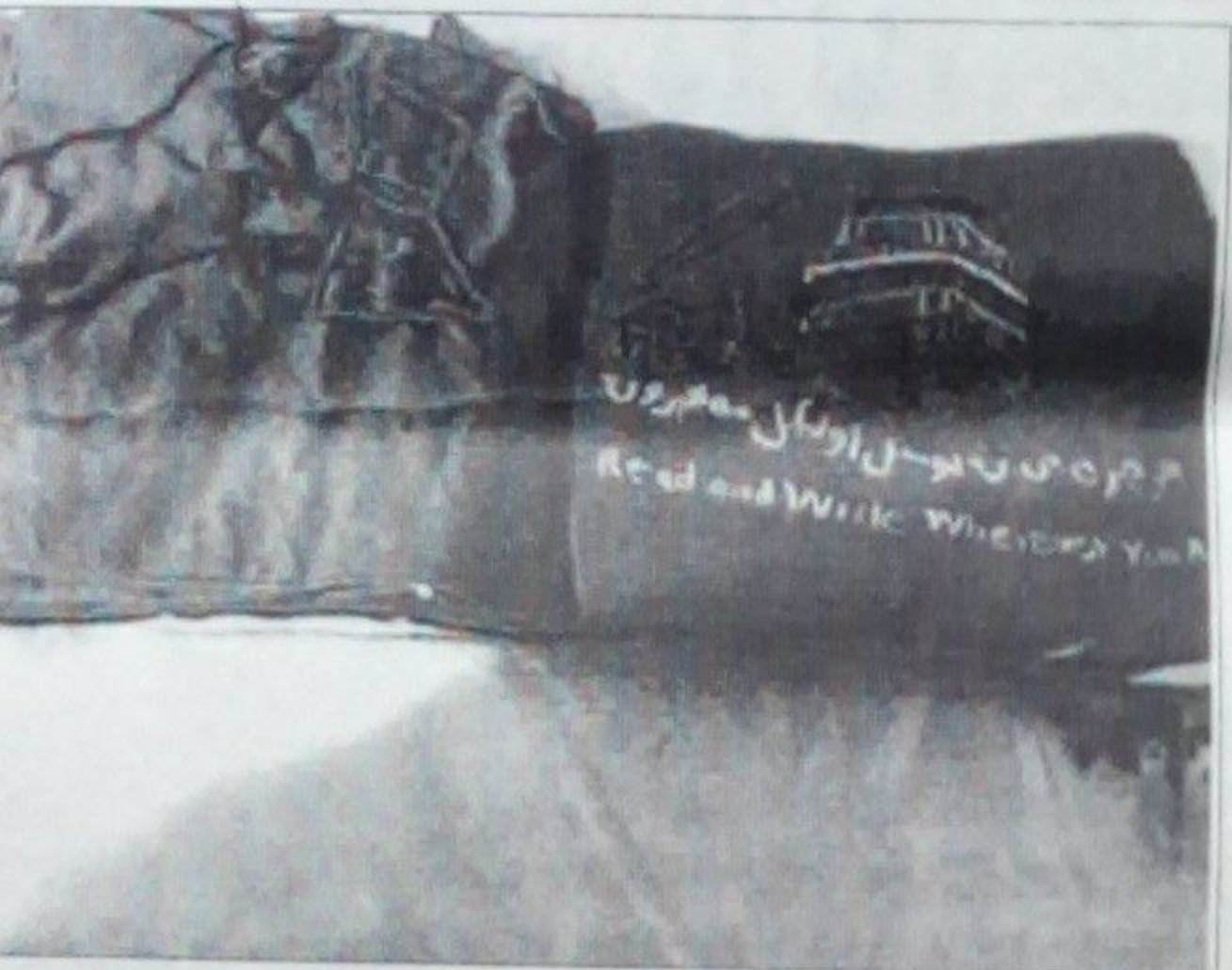
لکه څنگه چې ويل كړي زده كړه له زياتو پيل او د عمر په هر پړاو كې نوم موسي، نو ځايي چې هر ماشوم له پنځه يا شپږ مياشتني وروسته له ليساندا او كتاب سره روږدی او آشنا شي.

خو مور په خپله ټولنه او كليو كوررو كې كوررو چې زموږ داسې كمكيو ماشومانو نه كتابونه نه شته او كه وي كړي وي

كه څه هم ما پښتو الف ب او انگريزي اې بي سي له خينو رسمولو لكه مرغانو، گلانو او داسې نورو سره په كې جوړ كړي، چې په دې توگه ماشومان له انگريزي سره پښتو هم زده كړي، خو دا د هر چا د خپلې خوښې كار دی هر څنگه چې يې وغواړي هغسې يې جوړولی شي او خپل ماشومان پرې بسيا كولی شي



ماشومان له كتابونو او مطالعې سره بلد كړي، نو يو خو به د بسوادۍ په كابلو كولو لېرې پرتو سيمو كې هم لوستي او پياوړې خوښې لرو په تېره بيا د لاسي



ماشومان له كتابونو او مطالعې سره بلد كړي، نو يو خو به د بسوادۍ په كابلو كولو لېرې پرتو سيمو كې هم لوستي او پياوړې خوښې لرو په تېره بيا د لاسي

د افغانستان دولتي پوهنتونونه

پوهنتونونه او د لوړو زده كړو موسسې هم معرفي كېږي

د یادولو وړ ده چې د پوهنتونونو په اړه دغه معلومات په ۱۳۹۱ لمریز کال کې راټول شوي ښکاره ده چې دغه پوهنتونونه به د وخت په تېرېدو هر اړخیز بدلون کوي، د لوړو زده کړو موسسې به پوهنتونونو ته ارتقا کوي



کېدل له هغه را وروسته د کابل پوهنتون چې د افغانستان په پلازمېنه کابل کې يو له سترو پوهنتونونو څخه دی، په ۱۹۲۱ م کال کې يې د بنسټ ډبره کېږدول شوه او په ۱۹۲۳ م کال کې په رسمي ډول پرانيستل شو دغه پوهنتون اوس ډېر پوهنځي او په زرگونو نارينه او ښځينه محصلين لري

له دې سره په څنگ کې اوس نږدې ټول ولايتونه د پوهنتون او د لوړو زده كړو د موسسې او دارالمعلمين درلودونكي دي

د افغانستان دولتي پوهنتونونه، كتاب چې حميدالله حميدي د هېواد د پوهنتونونو له ريسانو او نورو مسوولينو سره تر مرگ وروسته ليكلي، د هېواد ټول دولتي پوهنتونونه او د لوړو زده كړو موسسې يې په بشپړ ډول په كې معرفي كړي دي پوهنتون په اصل كې د سيوري رايډيو يوه معلوماتي خپرونه ده، په دې خپرونه كې د دولتي پوهنتونونو او د لوړو زده كړو موسسو ترڅنگ، خصوصي

كه څه هم په افغانستان كې د عصري زده كړو د پيل وخت لا سم روښانه نه دی، خو د اعلیحضرت غازي امان الله خان د واکمنۍ دوره چې د ۱۹۱۹ او ۱۹۲۶ م کلونو تر منځ وه، د افغانستان د پوهنې د انکشاف او پراختیا په برخه کې یوه زړینه او طلايي دوره گڼل کېږي. په دغه دوره کې د پوهنې په لاره کې داسې غورځنگ پیل شو، چې وړانګې یې تر ننه پورې خورې دي او له یوازې نارینه، بلکې په تاریخ کې د لومړي ځل لپاره ښځينه افغانانو ته هم د زده كړو زمينه برابره شوه په اماني دوره كې د افغانستان په مركز او ولايتونو كې ځينې لومړني ښوونځي تاسيس شول، بهرني مربيان، استادان او متخصصين هېواد ته دعوت او د پوهنيزو موسسو په تشكيلاتو كې مقرر شول همدارنگه په دې دوره كې د هېواد د پوهنې په تاريخ كې د لومړي ځل لپاره د ښځو ځانگړي ښوونځي جوړ شول، چې د (صصت، او (مستورات، په نامه يادېدل او په كابل ښار كې د لويانو لپاره د حياتي سواد كورسونه جوړ شول، چې د (صوت غازي، تعليمي او د سواد زده كړې اصول په كې تطبيق كېدل په دې ډول كورسونو كې پر پوهه مين پاچا غازي امان الله خان او ميرمنې يې ژبا هم د ښوونكو په توگه برخه اخستله او د هېوادوالو د سواد په برخه كې يې خپله ډښې وجيبه او ملي دنده ادا كوله په اماني دوره كې حبيبي لېسې ته لازمه پراختيا وركړل شوه او پر اماني لېسې سربېره، د ټول هېواد په كچه ۳۲۲ ښوونځي د عامو او مسلكي زده كړو په موخه جوړ شول، چې په هغه كې ۵۱۰۰۰ زده كوونكو ته تعليمي خدمات وړاندي

کتاب ((منحنی تاریخ)) بیانگر واقعیت های تاریخی میباشد

این کتاب در حقیقت مجموعه مقالات شامل نقد و بررسی سلسله هخامنشیان و کورش به اصطلاح کبير میباشد که به کوشش و اهتمام مصطفی عمرزی درمورد حقیقت و چگونگی کارکرد این سلسله و نیز در مورد تشخیص و تثبیت هویت و حقیقت شخصیت کورش جمع آوری و ثبت سجل این کتاب گردیده مقالات کتاب درمورد نقد دوره زمامداری کورش خواندنی، آموزنده و بیانگر حقایق تلخ تاریخ است مقاله ی (ما کولوهارای) تحت عنوان کورش شاه عادل یا خونخوار «افشای یک دروغ بزرگ» به نقل قول نویسنده که به استاد از گزارش دبلی تلگراف مستند ساخته حاکی از آنست که ایرانیان چگونه از شخصیت کورش به نفع خود استفاده جویی نموده است، نامبرده به نقل قول از روزنامه دبلی تلگراف مینویسد: محمد رضا شاه پهلوی استوانه، کورش را از موزیم بریتانیا به خاطر تجلیل جشن ۲۵۰۰ ساله شاهنشاهی ایران امانت گرفت و در پایان مراسم نمونه مشابه کورش ساخته و از سوی اشرف پهلوی پسر شاهنشاه به سازمان ملل متحد اهدا شد تا برای همیشه در جایگاه ویژه ازان به عنوان نخستین سند حقوقی بشریاد شود، اما در پهلوی آن سه محور اصلی دیگر نیز در گزارش دبلی تلگراف برجسته شده بود که از آن صرف نظر شده بود و آن سه مورد چنین بود:

- ۱- اینکه کورش یکی از پادشاهان ظالم و خونخوار بود و مردم را مجبور به فرمانبرداری از خود میکرد
- ۲- سیاست های نسبت داده شده به کورش که همگی حاکی از احترام اوبه حقوق بشر و تمدن های مختلف دگرشده، دروغ و تبلیغات است دروغی که خاندان پهلوی در سال ۱۹۷۰ آنرا در تجلیل جشن شاهنشاهی مطرح کرد
- ۳- تمامی آنچه که از آن تحت عنوان تاریخ و متون بابلی یاد شده تبلیغاتی بیش نبوده اند

هخامنشیان یک دوره رفاه و سعادت بشریت نبوده بلکه یک دوره تیره و تاریخی بوده که ملل ها در آن مورد آزار، اذیت و شکنجه کورش قرار گرفته است و جالب اینکه ایرانیان آنرا تفاخر تاریخی دانسته و به آن میبالند اما مقالات کتاب درمورد نقد دوره زمامداری کورش خواندنی، آموزنده و بیانگر حقایق تلخ تاریخ است مقاله ی (ما کولوهارای) تحت عنوان کورش شاه عادل یا خونخوار «افشای یک دروغ بزرگ» به نقل قول نویسنده که به استاد از گزارش دبلی تلگراف مستند ساخته حاکی از آنست که ایرانیان چگونه از شخصیت کورش به نفع خود استفاده جویی نموده است، نامبرده به نقل قول از روزنامه دبلی تلگراف مینویسد: محمد رضا شاه پهلوی استوانه، کورش را از موزیم بریتانیا به خاطر تجلیل جشن ۲۵۰۰ ساله شاهنشاهی ایران امانت گرفت و در پایان مراسم نمونه مشابه کورش ساخته و از سوی اشرف پهلوی پسر شاهنشاه به سازمان ملل متحد اهدا شد تا برای همیشه در جایگاه ویژه ازان به عنوان نخستین سند حقوقی بشریاد شود، اما در پهلوی آن سه محور اصلی دیگر نیز در گزارش دبلی تلگراف برجسته شده بود که از آن صرف نظر شده بود و آن سه مورد چنین بود:

- ۱- اینکه کورش یکی از پادشاهان ظالم و خونخوار بود و مردم را مجبور به فرمانبرداری از خود میکرد
- ۲- سیاست های نسبت داده شده به کورش که همگی حاکی از احترام اوبه حقوق بشر و تمدن های مختلف دگرشده، دروغ و تبلیغات است دروغی که خاندان پهلوی در سال ۱۹۷۰ آنرا در تجلیل جشن شاهنشاهی مطرح کرد
- ۳- تمامی آنچه که از آن تحت عنوان تاریخ و متون بابلی یاد شده تبلیغاتی بیش نبوده اند



تاریخی در زمینه خیانت فرهنگی و دروغ پردازی آشنا میازد این جایب فرهنگی به وسیله یک مورخ یهودی غریبی موسوم به (دیویس) استروناخ، انجام شده است استروناخ در فاصله سال های ۱۳۲۰ تا ۱۳۴۳ در مجموع پارسگاد (چارچوب، کاخ های ساخت و آنرا به کورش هخامنشی در ۲۵۰۰ سال پیش جمع به شخصیت کورش مینویسد بررسی شخصیت تاریخی «کورش» به عنوان پادشاه هخامنشی و کسیکه بابل را فتح کرد، یهودان را آزاد نمود و سلسله مربوط به هخامنشی را بنیان گذاری نمود با توجه به آرایه های مادی - تاریخی قابل اثبات و پرهیز از خیال بافی مارا، با یکی از حقایق هولناک

نسبت داد تا به این شخصیت مورد علاقه یهودیان هویت تاریخی مادی و قابل اثبات بیخشد پیام کتاب این میباید که نه باید به دروغ پراگنی های بعضی اشخاص در مورد جانیکاران تاریخی باور کرد و همه وقایع تاریخی را غرض استنباط حقیقی و واقعی به گونه دقیق مورد مطالعه قرار داد

مینه منگل؛ د پلار کتیالی لور وه

مینه منگل د واکتر نجیب د حکومت په وروستیو کلونو کې د کابل د ده براد خان په سیمه کې زېږېدلې او په کابل کې لویه شوې وه. ۲۰ کلنه مینه د خپلې کورنۍ لومړی اولاد و. له دې وروسته یو ورور او ورسې پنځه خویندې دي.

مینه منگل د واکتر نجیب د حکومت په وروستیو کلونو کې د کابل د ده براد خان په سیمه کې زېږېدلې او په کابل کې لویه شوې وه. ۲۰ کلنه مینه د خپلې کورنۍ لومړی اولاد و. له دې وروسته یو ورور او ورسې پنځه خویندې دي.



تر کچې یې لوړې زده کړې په اوکراین کې بشپړې کړې دي. وایي دې په حیرانو کې عسکر و یوه ورځ یې یې سې راپیو اورېدله چې د خپرونې وړاندې کوونکې د مینې منگل نوم واخیست او اوږد لیکت یې ولوست.

کورنۍ یې وایي مینه د ډیرو کسانو لخوا ونډه وه. د حقوقو محصله، لیکواله او شاعره وه. پر دغو ټولو وړتیاوو سربېره یې له خبریالی سره ډېره مینه لرله.

ان په ماشومتوب کې یې لیکنې کولې. له څوارلس کلنۍ یې د راپیو اورېدل پیل کړل او لیکونه به یې ور لېږل. د مینې منگل پلار د پکتیا د جاني خېلو ولسوالۍ دی او د ماسټرۍ تر کچې یې لوړې زده کړې په اوکراین کې بشپړې کړې دي. وایي دې په حیرانو کې عسکر و یوه ورځ یې یې سې راپیو اورېدله چې د خپرونې وړاندې کوونکې د مینې منگل نوم واخیست او اوږد لیکت یې ولوست.



د مینې منگل د پلار په یادونه کولو سره یې د ژوند په ډېره خوښالۍ راغله او وایي لومړۍ خپرونه یې لوسته شوه. په ټلوویزیون کې ښکاره شوم. له شمشاد وروسته مینې په کابل کې له څو نورو ټلوویزیونونو سره هم کار وکړ. یوې پخوانۍ همکارې یې راته وویل: «زه یې واده ته هم ورغلي وم خو د کار په ډگر کې له پیاوړو سره هلته یې له خلکو او وږېدل چې په

مینه منگل د واکتر نجیب د حکومت په وروستیو کلونو کې د کابل د ده براد خان په سیمه کې زېږېدلې او په کابل کې لویه شوې وه. ۲۰ کلنه مینه د خپلې کورنۍ لومړی اولاد و. له دې وروسته یو ورور او ورسې پنځه خویندې دي. کورنۍ یې وایي مینه د ډیرو کسانو لخوا ونډه وه. د حقوقو محصله، لیکواله او شاعره وه. پر دغو ټولو وړتیاوو سربېره یې له خبریالی سره ډېره مینه لرله. ان په ماشومتوب کې یې لیکنې کولې. له څوارلس کلنۍ یې د راپیو اورېدل پیل کړل او لیکونه به یې ور لېږل. د مینې منگل پلار د پکتیا د جاني خېلو ولسوالۍ دی او د ماسټرۍ تر کچې یې لوړې زده کړې په اوکراین کې بشپړې کړې دي. وایي دې په حیرانو کې عسکر و یوه ورځ یې یې سې راپیو اورېدله چې د خپرونې وړاندې کوونکې د مینې منگل نوم واخیست او اوږد لیکت یې ولوست.

جوخت مینې یوه کورنۍ ستور وه. درلوده او په پټه یې زغمه. پلار یې وایي لور یې لوی خپل کسارې ژوند پیل کړې و، چې کورنۍ یې له هغک سره یې په رسنیو کې د کار کولو او د خپلو نورو خبرو پر سر ستورې او مخالفتونه پیدا شول. «د همدغو مخالفتونو له کبله یې کاله نامزادې وشخېده بیا واده شوه، خو له بده مرغه د مینې لوی ژوند ابد شو.»

د مینې یوازینی ورور شکیب چې اوس د ډیرو ماشومانو پلار دی وایي مینه د کور د اقتصادي ستور وه. کله خورېده، خو لور همت او ارمانونه یې لرل. «مینه یې مشره خور نه، بلکې زما مشر ورور و، ما ته به یې ویل لا اقتصادي ستورې به مو حل شي، تل به مو داسې په کرایي کورونو کې ژوند له وي. زه هغه کوم چې نا له دنده پیدا کړم که دلته څه ونشول، نو بهر ته به دې ولېږم.»

د مینې پر خپلو رسنیو کارونو سربېره د میرمن ادبي بهیر شپې هم وه. ادبي لیکنې یې کولې. شاعره وه، خو د خپلو شعرونو کومه ټولګه یې نه وه چاپ کړې. ډېرې لیکنې به یې په خپله فېسبوک پاڼه کې کولې. د مینې درېیمه خور چې پنځه کاله ترې کشره ده وایي خور یې د هېواد امنیتي ځواکونو ته ډېر درناوی درلود او ورته یې ډېر شعرونه او مطالب هم لیکلي وو.

که ښه روغتیا غواړئ تل خاندی

خدا د ژوند مالګه ده... خدا د خوښو شونو او خوشحالیو څخه د خوند اخیستلو په وخت اوازېږي او یو ډول وړتیا ده چې په موجوداتو کې یې یواځې انسان لري. انسان د خدا او موسکا له وړتیا سره لري له راځي او انسان پرته له کومې زده کړې کولای شي د ژوند له پیل څخه وځاندي.



- ۱- خدا څیره روښانه او ښکلې کوي
- ۲- خدا عمر زیاتوي
- ۳- خدا د سړي عمر کم ښيي
- ۴- خدا رګونه خلاص ساتي او روغتیا ته لري
- ۵- خدا د ونډي کاربن داي اکساید مینځي چې سړي ته یو ښه حس پیدا کړي
- ۶- خدا یو ډول بې حرکت ورزش دي
- ۷- خدا چاڅ خلک ډنګروي
- ۸- خدا د دې لامل کړي چې خپلو غاښونو ته پاملرنه وکړو او په پاک ساتلو کې یې هڅه وکړو
- ۹- خدا د جسمي درونو د زغملو وړتیا ډېروي
- ۱۰- خدا سترګه له منځه وړي
- ۱۱- خدا د مینې زېږنده ده
- ۱۲- خدا د انسان لپاره ښه ډاکتر دی

نمایش فلم های مبتدل در تلویزیون های غیر دولتی اثرات منفی درقبال دارد

عزیزی

چنین سریال ها که در آن فقط لیرتک، بازی دادن، جعل کاری، تحقیر و توهین زنان به نمایش گذاشته می شود و جوانان ماترا منحرف می سازد نشروپخش اینگونه سریال ها مبتدل که وقت بسیاری از تلویزیون های غیردولتی بدون اینکه به این مسائل توجهی داشته باشند این سریالها را خریداری و آنها را توسط عده بی بجه و دختردوبله کرده به نمایش گذاشته و در بهلوی آن اعلانات تجارتي شانرايز به نشر رسانیده اند و پول کمایي میکنند. بدون تردید که کشور ما از بیرون مورد یورش های فرهنگی گوناگون قرار گرفته



دراين گونه سریال های مبتدل فقط آرایش، خرید، عروسی های دوباره گي، خفگی، دوستی دختران و پسران نشر میگردد رسالت و اصابت دیگری به جوانان و خانواده ها قابل نشده است و آنان را در خیال ها پرورش میدهد نحوه زنده گي در این سریال ها اکثراً بر اتفاقات و تصادفات استوار است رفاقت ها، دوستی ها دیده میزبان ها و غم ها و غمگینی می باشند و هیچکدام آن انسانون و قانونمندی ندارند. خیال بافی در این سریال ها این کارآنان را می سازد و به این صورت به پرورش، باور های غیر علمی و تصادفی میان جوانان دختران و پسران می پردازد. همچنان لباس پوشی، ازدواج ها و روابط و مناسبات میان دختر و پسر و زور

نمایش فلم های مبتدل در تلویزیون های غیر دولتی اثرات منفی درقبال دارد. آن الرنامتلوب، منفی و گمراه کننده بالای امضای خانواده ها درقبال داشته است عوض اینکه درس های مثبتی به اطفال، نوجوانان، جوانان دختر و پسر ارائه بدارند شگون های خاص را که کوچکترین اساس و بنیاد علمی و اخلاقی ندارند در ذهن مردم جا بجا می سازند، این تفکرات خرافاتی در حال ذهنیت جوانان و نوجوانان ماجاداده می شود که با رسوم و عینعات پسندیده جامعه افغانی ما مطابقت ندارد توجه دختران و پسران جوان را از مسائل اساس زنده گي خوش منحرف و به کج راه کشايد، شیوه های عشق بازی، و محبت های مبتدل انحرافی رابه آنان می آموزاند نشروپخش اینگونه سریال های مبتدل از طریق بعضی رسانه های تصویری خصوصی برای خانواده های کشور مسایي نهاییست خطر ساز و فاجعه آفرین می باشد

و هنر بی پیام، هنر بالنده و هنر مبتدل که فقط با انتقاد و نقد آنان در شرایط کنونی می توان خطرات ناشی از آن را به گوش مردم برسانیم بسیاری از سریال ها هم از لحاظ هنری و هم از لحاظ محتوا معیاری بودن منحرف کننده و بی وزن نیستند و با نمایش آنها میتوانست نسل جدید را از خطر معتاد شدن به هنرهای مبتدل نجات داد





سپورټ نړۍ

سپورټ نړۍ



افغانستان ايرلېنډ ته ماتې ورکړه، سیریز مساوي شو

دغه شنبه په لوبه کې افغانستان ايرلېنډ په ۵۰ اوږوونو کې د ۳۰۴ منډو هدف وټاکه. دا د ايرلېنډ د بلفاسټ په دغه ميدان کې تر ټولو لور هدف و، چې ولوساوه د دوی دواړو ترمنځ د څه افغانستان وټاکه، خو ايرلېنډ د ټولو



لوبغاړو په سوخېدو سره ۱۷۹ منډي وکړې. محمد نبی عیسی خپل په ملا کې د درد له کبله په لوبه کې نه و او نجیب یې پر ځای راوستل شوی و. د حضرت الله ځاڅي پر ځای بیا نور علي خدران ولوبېده چې یوازې پنځه منډي یې

په اسیایي لوبو کې د گډون لپاره ۲۰ کلنو فوټبال لوبډلې

د افغانستان د ورزشي څیړنالانو فدراسیون عمومي رییس سابر خیلاند د ۱۶ مه فطر ته په رسمي سفر تللی و، نوموړي هلته له فطري څیړنالانو سره د فوټبال په راتلونکي نړیوال جام کې د افغان څیړنالانو د گډون پر موخه پامل شوي چې د هیواد ملي لوبغاړي له میاشتي په کیم وخت کې د آسیا فوټبال اتلولي سیالیو کې د حضور لپاره ایران ته سفر وکړي. د هیواد فوټبال ملي نوسنه روزونکي رارق معرک وايي چې دغه تمرینات د یوې میاشتي لپاره دي او په دغې موده کې به د هیواد لوبغاړي د آسیا اتلولي سیالیو لپاره بشپړ چمتووالي ولري. د آسیا اتلولي سیالیو په مانت وروسته د څو اسیایي هیوادونو له حضور سره په ایران کې نرسره شي افغانستان د دغو لوبو په الف ډله کې د ایران او هانگ کانگ نه لوبډلو سره هم ډلې دي.

د فوټبال په راتلونکي نړیوال جام کې څیړنالان ولې گډون کوي؟

په ۱۷ مه نېټه د نړیو له شانداره مراسمو سره پراختیا شو، د همدغې مراسمو ترڅو کې د افغان ورزشي څیړنالانو فدراسیون دا نړیو هم د افغان څیړنالانو د ظرفیت لوړولو پر موخه لاسلیک کړی دی په افغانستان کې د ورزشي څیړنالانو فدراسیون له کولو او ورزشي څیړنالانو فدراسیون له کولو راهیسې په رسمي ډول په فعالیت بوخت دي. د دې فدراسیون غړیتوب له ټول هیواد څخه په لسگونه او په سلگونه ورزشي څیړنالان لري د ورزشي څیړنالانو فدراسیون غړیتوب اکثره څیړنالان فعاله دي دوی په مختلفو سیمه ییزو او نړیوالو چالی، آنلاین، تصویري او ځمکو رسنوی کې دندې ترسره کوي، چې د کار د استیا او مختلفو هیوادونو له ورته مهم سفرونه یاد فدراسیون برابروي د ورزشي څیړنالانو فدراسیون هرکال د هیواد په کچه تر ټولو لوړه جشن او کانکرس هم ترسره کوي؛ دا ډله په افغانستان کې ډیره فعاله بلل شوې ده، دوی له ټول هیواد څخه څیړنالان راټول کړي او هر کال مختلفو مخکنیو څیړنالانو ته د تشویق پر موخه جایزې هم ویشي.



خان وزیر عابد

((افغان لوبډله له نړیوال جام وروسته نوی روزونکی گوماري))

د افغانستان د کرېکټ بورډ چارواکي یې سي ته ويلي، د ملي لوبډلې د نوی روزونکي هیل سایمز قرارداد په راتلونکي جولای میاشت کې ختمېږي او کرېکټ بورډ پلان لري چې د نړیوال جام تر لوبو وروسته د کرېکټ ملي لوبډلې لپاره په شریانو برابرو نوی روزونکی وگوماري. د افغانستان د کرېکټ بورډ مشر عربالله فصلي وايي د سافلي سایمز قرارداد د جولای میاشتي پر پنځلسمه نېټه پای ته رسېږي او تر هغه وروسته به کرېکټ بورډ نوی روزونکي گوماري سافلي فصلي وایي کرېکټ بورډ غواړي داسې یو کس د ملي لوبډلې د روزونکی په توگه وگوماري، چې د دوی پر شریانو برابرو وي او تر ټولو مهم شرط دا دی چې نوی روزونکی به افغانستان کې کار کولو نه چمتو وي هیل سایمز د وېسټ انډیز پخوانی اړوند کرېکټ لوبغاړی دی، چې له ۲۰۱۷ م کال راهیسې د افغانستان د ملي لوبډلې روزنه کوي. یو شمېر پخوانو رسنویان د سافلي سایمز نه خپلې دې په خپله نه غواړي چې له افغان کرېکټ بورډ سره جبرل قرارداد ونه شي او په دې اړه یې

د نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د فوټبال د بنځینه لوبډلې د غړو د جنسي ځورونې د تحقیق نتیجه به ژر په ډاگه شي

د کرېکټ نړیوال جام اته لوبډله څومره پیسې ترلاسه کوي؟ د کرېکټ نړیوال جام د څیړنې له مخې، د هر کال نړیوال جام کموونکی لوبډله به څلور میلیونه ډالرو او د دوهم مقام لرونکي لوبډله به دوه میلیونه ډالرو ترلاسه کوي. د کرېکټ نړیوال جام پر وینا د نیمه پیلونې بیلونې لوبډلې ته به ۸۰ زره او د غروپ سیالو په پړاو کې د هرې لوبې کموونکی ته به ۲۰ زره ډالرو ورکول کېږي. د هر کال کرېکټ نړیوال جام سیالی د روانې می میاشتي په ۲۰ مه برتانییا کې پیلېږي چې د جولای میاشتي تر ۱۲ می نېټې به دوام وکړي. په دغو سیالیو کې د افغانستان په گډون

د افغانستان لوبه څارنوالی وایي، د نجونو د فوټبال په ملي لوبډله کې د نجونو د جنسي او فزیکي ځورونې د ادعاوو څپنه نه تر یو حده تکمیل شوې او زر زر ډله به یې پایلې له خلکو سره شریکې شي. د دغې ادارې ویاند جمشید رسولي څیړنالانو ته وویل، چې د فوټبال په ملي لوبډله کې د نجونو د جنسي او فزیکي ځورونې د ادعا څپنه لوبه لپاره، چې کوم پلواوی اروپا ته تللي و، له بې لاسنه راوروانو سره راستون شوی دی بېسافلي

د افغانستان لوبه څارنوالی وایي، د نجونو د فوټبال په ملي لوبډله کې د نجونو د جنسي او فزیکي ځورونې د ادعاوو څپنه نه تر یو حده تکمیل شوې او زر زر ډله به یې پایلې له خلکو سره شریکې شي. د دغې ادارې ویاند جمشید رسولي څیړنالانو ته وویل، چې د فوټبال په ملي لوبډله کې د نجونو د جنسي او فزیکي ځورونې د ادعا څپنه لوبه لپاره، چې کوم پلواوی اروپا ته تللي و، له بې لاسنه راوروانو سره راستون شوی دی بېسافلي

د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام د کرېکټ نړیوال جام

تړورېزم پر پرده، د کابل اوسېدونکي له جرمنونو سره تړيکي

نړه مياشت په کابل کې دوو موټر سيلکل سپرو پونکي ځوان په چرې وواژه په وروستيو وختونو کې د کابل اوسېدونکي له احتشاقونو، وژنو او بي قانوني سر تړيکي د تېرې مياشتې دغه پېښه د کابل ديپلوماتيکي سيمې ته نږدې رامنځ ته شوه او په سيمه کې وسله والو ساتونکو يا د فرمايي برسنه و نه کړه، ځکه په وسلو سمبال دغه ساتونکي خپلو کارفرمايانو ته مسوول دي. برید کوونکي په چرې د وژل شوي تنکي ځوان د ډگر خنده تېلوون او کمرې پر اختستلو وروسته له سيمې وپلېدل هغه ژوندی پاتې شو، خو امينې کسان پوښت وروسته سيمې نه ور سپدل او هغه يې روغتون ته انتقال کړ. چارواکي او د کابل انډېس اوسېدونکي وايي چې په وروستيو وختونو کې په بنا کې جرمنونه د ډېرلو په حال کې دي په بنا کې پوليس همدا اوس هم نه دي کله تر کارې فشار لاندې دي چې غواړي د کارفرمايانو د اغېز او نورو پاتې نه سخت انتقاد سره مخامخ کړي دي د اسلام آباد اړونده سيمې چک شهاد ته څېرمه پوليسو يو جند موندلی ظاهر آ داسې پکاري چې له دغې نجلۍ سره جسي تېرې شوي او يا وژل شوي ده د خاني رسنيو پر وينا دغه کورنۍ د مومندو اجنسي سره تړاو لري ورته شپه د پښتون ژغورنې غورځنگ غړي او په ولسي جرگه کې د وزيرو ستان د خلکو استازي محسن داوړ د دغې نجلۍ پلار نه د خواخوږۍ په موخه ورغلی و هغه ويلي دي « دا د پاکستان پلازمېنه ده، دلته د دولت د حاکميت دا حال دی چې يوه ماشومه په ۱۰ تاريخ لادرکه کېږي، والدين يې در په دره ترڅي او پوليس يې اف آی آر د تحقيقاتو لوپري روپ، نه لټوي، که په اسلام آباد کې د انصاف دا حالت دی، نو په نور هېواد کې

اورهگرزو د لسو د برسدونو مخه وېسې د سوداگرۍ خونې واند جان آغا نوید، وايي چې په کابل کې د جرمنو کچه دويمه لوړه شوې چې سوداگر او پانګوال له دې وېرې چې له يوې پېښې سره مخامخ نه شي، هېواد پرېږدي هغه د فرانسې خبري آژانس ته وويل « د جرمنونو ډېرېست، د سوداګرو وژنې او برنډ نيولې، ډير سوداګر دې ته اړ کړي چې هېواد پرېږدي، هغه زمته کړه، ځينې يې خپلې کورنې او يسي له ځان سره لږکې يا ازبکستان ته وړې په بنا کې د جرمنو ډېرېست پر کاروبار باندې ناوړه اغيز کړی دی، داسې سکاري چې افغان امينې چارواکي هم اوس دې موضوع ته متوجه شوي دي د کورنيو چارو وزير، د پکښې په ورځ د کابل د جليلي جرمنونو د څېړني مشر محمد سليم المنډ، له دندې گوښه کړ، د دې خبرې رسولول چې د جرمنو کچه څومره لوړه شوې ده، ستورن کړ دي د

د ملي يووالي حکومت تر نوم ليکنې...

کور ورته نه تخليه کوي او د محاکمو حکم نه تطبيق کېږي بله څه بيا مېورينو او ملوليسو له دوه مياشتو راهيسې د خپلو حقوقو په خاطر ولسي ده پوه اورني کېږي، يو بل مذهبي فعال او ملي مبارز چې ښول وخت يې د ولسمشر په دفاع او د حکومت او امينې ځواکونو په دفاع کې فرمايي ورکړې دي، مطيع الله مطيع دی او شمالي همدا دی چې ولسمشره نا چې د اصلاحاتو او ښې حکومتولۍ خبره کېږي ده، ولې زموږ اواز تر ټا ته رسېږي او دا هغه څه وو چې مایې يواځې بيلگې وړاندې کړې ولس خو همدا دا فصاحت کوي چې زور والي وويل شول او بيرته لږه شول منظوم ولس اوس هم له بي عدالتيو څخه خوږېږي موږ که يو څه په حقيقتونو بحث ونه کړو، پاتې نه نه رسېږو اوس هم په ډېر بند حالت کې يو بې روزگاري اوج ته رسېدلې ده، جگړه را باندې حاکمه ده په دې وروستيو کې چې د سولې کومې خبرې پيل شوې دي، يو څه هيلې را پيدا شوي دي، خو د سولې لپاره هم د حکومت اراده ګونګه ده که حکومت دا وپي چې زموږ سوله ييز

سودا اخیستو لپاره ځي بولسي نه خپل ږوی سره وني د کابل اوسېدونکي اوس ډير وخت کار ته د خپلو تلو لاره بدلوي پر دې سر پوه ډير کسان له ځان سره ولسي لږېږي او په کورونو کې هم ولسي ساتي ډير لکي چلوونکي هم له تياري سره سم خپل کاروبار پورې او د موټرو له غلو ويره نري د کابل پوهنځي چلوونکي محمد عمر، د فرانسې خبري آژانس ته وويل « زه د خپل ځان په کيسه کې، پر خوره د موټر له لاسه ورکولو ويره لرم ځکه دا بل چا موږ دی، دا په داسې حال کې ده چې د کورنيو چارو وزير سمود اندر اېږي چې وزارت يې د جرمنو د بولو لپاره پلان جوړ کړی « پوښ په بل ډول چلې ږږي او د جرمنو پر وړاندې به له ډير ځوک نه کار واخلي موږ يوډېر وړاندې چې مجرمين چېرې پېږي دي، موږ يې په تعذيب کې يوو او موږ به د قانون منگولو نه وسپارو،

په اسلام اباد کې د لس کلني پښتني ماشومي...

دې، عدليه چېرې ده، پوليس چېرې دي آ په پاکستان کې وضعت تر بده بندره کېږي دته هر ورځ داسې پېښې کېږي، نو هلته د بشري حقونو څو کار کوونکي چې لا تر اوسه تېښتې نه نه دي اړ اېستل شوي او لا نه دي وژل شوي دغه واقعات په ګونه کوي، خو دغه فعالان د حکومت مسووليت خو نه شي اخیستی، د پښخو د حقوقو فعالانې اسامه خلیقي، د خپل ټوليز په پيغام کې ليکلي دي «پنځه ورځې وړاندې يوه ماشومه لادرکه کېږي، خو پوليس يې روپ نه لټوي او روغتون هم د عدليې طب څېړنو ته چمتو نه وي « ماروي سرمد په دې اړه د خپل ټوليز په

پیغام کې ليکنې...

دې، عدليه چېرې ده، پوليس چېرې دي آ په پاکستان کې وضعت تر بده بندره کېږي دته هر ورځ داسې پېښې کېږي، نو هلته د بشري حقونو څو کار کوونکي چې لا تر اوسه تېښتې نه نه دي اړ اېستل شوي او لا نه دي وژل شوي دغه واقعات په ګونه کوي، خو دغه فعالان د حکومت مسووليت خو نه شي اخیستی، د پښخو د حقوقو فعالانې اسامه خلیقي، د خپل ټوليز په پيغام کې ليکلي دي «پنځه ورځې وړاندې يوه ماشومه لادرکه کېږي، خو پوليس يې روپ نه لټوي او روغتون هم د عدليې طب څېړنو ته چمتو نه وي « ماروي سرمد په دې اړه د خپل ټوليز په

دولسمشر د کار دوام پر وړاندې د سياسي...

غږې د غبرګولي نه لوپړې لښې اخوا د ولسمشر په توګه کار ته دوام ورکړي، په پام

پیغام کې ليکنې...

دې، عدليه چېرې ده، پوليس چېرې دي آ په پاکستان کې وضعت تر بده بندره کېږي دته هر ورځ داسې پېښې کېږي، نو هلته د بشري حقونو څو کار کوونکي چې لا تر اوسه تېښتې نه نه دي اړ اېستل شوي او لا نه دي وژل شوي دغه واقعات په ګونه کوي، خو دغه فعالان د حکومت مسووليت خو نه شي اخیستی، د پښخو د حقوقو فعالانې اسامه خلیقي، د خپل ټوليز په پيغام کې ليکلي دي «پنځه ورځې وړاندې يوه ماشومه لادرکه کېږي، خو پوليس يې روپ نه لټوي او روغتون هم د عدليې طب څېړنو ته چمتو نه وي « ماروي سرمد په دې اړه د خپل ټوليز په

په اسلام اباد کې د لس کلني پښتني ماشومي...

دې، عدليه چېرې ده، پوليس چېرې دي آ په پاکستان کې وضعت تر بده بندره کېږي دته هر ورځ داسې پېښې کېږي، نو هلته د بشري حقونو څو کار کوونکي چې لا تر اوسه تېښتې نه نه دي اړ اېستل شوي او لا نه دي وژل شوي دغه واقعات په ګونه کوي، خو دغه فعالان د حکومت مسووليت خو نه شي اخیستی، د پښخو د حقوقو فعالانې اسامه خلیقي، د خپل ټوليز په پيغام کې ليکلي دي «پنځه ورځې وړاندې يوه ماشومه لادرکه کېږي، خو پوليس يې روپ نه لټوي او روغتون هم د عدليې طب څېړنو ته چمتو نه وي « ماروي سرمد په دې اړه د خپل ټوليز په

پیغام کې ليکنې...

دې، عدليه چېرې ده، پوليس چېرې دي آ په پاکستان کې وضعت تر بده بندره کېږي دته هر ورځ داسې پېښې کېږي، نو هلته د بشري حقونو څو کار کوونکي چې لا تر اوسه تېښتې نه نه دي اړ اېستل شوي او لا نه دي وژل شوي دغه واقعات په ګونه کوي، خو دغه فعالان د حکومت مسووليت خو نه شي اخیستی، د پښخو د حقوقو فعالانې اسامه خلیقي، د خپل ټوليز په پيغام کې ليکلي دي «پنځه ورځې وړاندې يوه ماشومه لادرکه کېږي، خو پوليس يې روپ نه لټوي او روغتون هم د عدليې طب څېړنو ته چمتو نه وي « ماروي سرمد په دې اړه د خپل ټوليز په

افغان اعلانات

آګهې در مورد عقد قرارداد عرضه خدمات صحي اساسی BPHS، تحت پروژه Schatmandi در ولایت هلمند

به اطلاع هموطنان عزیز رسانیده میشود که وزارت صحت عامه جمهوری اسلامی افغانستان واقع در چهارراهی سمود، وزیر محمد اکبر خان مینه کابل، به کمک مالی و حمایتی بانک جهانی و فراهم آوری تسهیلات توسط اداره محترم تدارکات ملی، پروژه تدارکاتی استخدام مؤسسات برای تطبیق عرضه خدمات صحي اساسی BPHS، تحت پروژه Schatmandi را به شیوه رقابت آزاد بین المللی (ICB) و انتخاب مشاورین به اساس خدمات غیر مشورتي در ولایت هلمند آغاز نموده بود و در نتیجه قرارداد تطبیق این برنامه به شرح ذیل برای مدت ۳۰ ماه اعتبار از اول جوی سال ۲۰۱۹ مطابق به ۱۱ جدی ۱۳۹۷ بعد از منظوری کمیسیون محترم تدارکات ملی عقد نموده است

عنوان قرارداد	شماره قرارداد	اسم مشاورین واجداالشرایط بازگشایی پروپوزل مالی	قیمت پیشنهادی مشاورین Lump sum	قیمت ثابت P4P	قیمت مجموعی پیشنهادی مشاورین	نام مشاورین که پروپوزل شان رد گردیده است	قیمت مجموعی قرارداد
تطبیق BPHS در ولایت هلمند	NPA/MoPH/97/NCS-2311/ICB	BRAC	192,348,074	552,092,275	744,440,349	هیچ	744,440,349
		BARAN/MMRCA	250,963,664	552,092,275	803,055,939		
		AADA	297,924,443	552,092,275	850,016,718		
		CAF	348,195,533	552,092,275	900,287,808		
		MOVE	352,465,835	552,092,275	904,558,110		
		HN-TPO	395,109,910	552,092,275	947,202,185		
ACTD	419,486,417	552,092,275	971,578,692				

نوت فورم Beneficial Ownership Disclosure موزه برنده شامل اعلان میباشد. موضوع جهت آگاهی در مورد عقد قرارداد ها به هموطنان عزیز نثر گردید

Beneficial Ownership Disclosure Form

Request for Proposal reference No. NPA/MoPH/97/NCS-2311/ICB

Name of the Assignment: Delivering the full package of Bank Packages of Health Services (BPHS) in Helmand Province

To: GCM, The Ministry of Public Health

In response to your notification of award dated January 8, 2019 to furnish additional information on beneficial ownership.

(i) We declare that we are unable to identify any Beneficial Owner meeting one or more of the following conditions:

- directly or indirectly holding 25% or more of the shares
- directly or indirectly holding 25% or more of the voting rights
- directly or indirectly having the right to appoint a majority of the board of directors or equivalent governing body of the Consultant

The reason being:

BRAC Afghanistan is controlled and managed by Stichting BRAC International, a foundation incorporated and registered in the Netherlands. There is no natural person who is directly or indirectly holding 25% or more shares or voting rights or has the authority to appoint majority of the board of directors.

Name of the Consultant: BRAC Afghanistan

Name of the person duly authorized to sign the Proposal on behalf of the Consultant: M. Siddique, Ali

Title of the person signing the Proposal: Acting Chairman Representative

Signature of the person named above:

Date signed: 7 January 2019

Beneficial Ownership Disclosure Form

Request for Proposal Reference No. AFG/MoPH/ICB/Schatmandi/05

Name of the Assignment: Non-Consulting services to deliver the BPHS & EPHS in Khost province under Schatmandi project

To: Ministry of Public Health (MoPH), Islamic Republic of Afghanistan

In response to your notification of award dated 05 Jan 2019 to furnish additional information on beneficial ownership.

(i) We declare that there is no Beneficial Owner meeting one or more of the following conditions:

- directly or indirectly holding 25% or more of the shares
- directly or indirectly holding 25% or more of the voting rights
- directly or indirectly having the right to appoint a majority of the board of directors or equivalent governing body of the Consultant

Name of the Consultant: Organization for Health Promotion and Management (OHPM)

Name of the person duly authorized to sign the Proposal on behalf of the Consultant: Dr. Farhad Panaman

Title of the person signing the Proposal: General Director

Signature of the person named above:

Date signed: 05 of January, 2019

پروژه امنیت خاص ریاست عمومی امنیت ملی در بانک ملی افغانستان...

د کتاب له سوځولو څخه خبره جرمونه هم شته، یوه بې دای چې کتاب ونه لولي...

حکمتیار: بهرنيان د ولسمشرۍ په انتخاباتو کې لاسوهنه کوي

نقشبند ولسي جرگې د حکمتیار د ولسي جرگې د...



مشر دا هم وویل چې د هېواد اصلي وارثین...

د حزب اسلامي مشر گلبدین حکمتیار د ولسي جرگې...

د دوشنبې په ورځ د انتخاباتو د خپلواک...

د دوشنبې په ورځ د انتخاباتو د خپلواک...

پي ټي ايم: پاکستانی ملېشي ډي ډېستون ژغورنې غورځنگ ځورونه ودرروي

په رڼا کې لاروند حق او امن...

په رڼا کې لاروند حق او امن...

په رڼا کې لاروند حق او امن...

کې پروا وکړو د امنیتي سرتېریو...



و شوي قیوم اتمانخیل د پاکستان پر...

د پښتون ژغورنې غورځنگ پي ټي ايم...

د پښتون ژغورنې غورځنگ پي ټي ايم...

د پښتون ژغورنې غورځنگ پي ټي ايم...

Advertisement for Afghan Telecom featuring a man on a phone and large numbers: ۲۰۰۰ دقیقې دیجیتل ته, ۱۰۰۰ دقیقې سلام ته.

Footer section containing contact information for Farid Ahmad Farhang, Editor-in-chief, and other staff members.

**Get more e-books from www.ketabton.com
Ketabton.com: The Digital Library**