

## کار کانکریت ریزی سرک گردنه شهدای صالحین آغاز گردید



کار کانکریت ریزی سرک های گردنه شهدای صالحین اعتبار از چشمه خضر الی وسط سرک شهدای صالحین به طول ۵۰۰ متر و عرض ۴ متر، و سرک نوآباد بالای حصار الی کوچه خرابات به طول ۳۳۰ متر و عرض ۴٫۵ متر، روز پنجشنبه گذشته از برنامه شهر پاک و سبز، به کمک مالی اتحادیه اروپا آغاز گردید. قابل ذکر است کار کانکریت ریزی سرک گذر ریکا خانه و سرک آهنگران به طول ۳۳۰ متر و عرض ۴٫۱۰ متر، که از سوی این برنامه چندی قبل آغاز گردیده بود عنقریب تکمیل می گردد. با تکمیل شدن کار کانکریت ریزی سرک های یاد شده، در ناحیه اول مشکلات محیطی تا حدی برطرف می گردد.

## د کابل بنار د ۴۰ کیلو متره سرک، تخنیکي مطالعه او ډيزاين منظور شو



د ملی تدارکاتو په غونډه کې چې تیره اونۍ، د هیواد د جمهور رییس ښاغلی محمد اشرف غنی تر مشرۍ لاندې جوړه شوې وه، د کابل بنار ۴۰ کیلومترو سرک د جوړولو لومړنۍ چارې (مطالعه او ډیزاین) منظوري شوې. د ملی تدارکاتو په غونډه کې چې تیره اونۍ، د هیواد د جمهور رییس ښاغلی محمد اشرف غنی تر مشرۍ لاندې جوړه شوې وه، د کابل بنار ۴۰ کیلومترو سرک د جوړولو لومړنۍ چارې (مطالعه او ډیزاین) منظوري شوې. د ملی تدارکاتو په غونډه کې چې تیره اونۍ، د هیواد د جمهور رییس ښاغلی محمد اشرف غنی تر مشرۍ لاندې جوړه شوې وه، د کابل بنار ۴۰ کیلومترو سرک د جوړولو لومړنۍ چارې (مطالعه او ډیزاین) منظوري شوې.

## افتتاح دو سیستم بایو گاز در

### نواحی سیزدهم و هفتم شهر کابل

موسسه جرس فرانسوی با همکاری موسسه بوردا از پروژه خانه های سبز کابل، دو واحد آزمایشی بایوگاز را در شهر کابل برای پیشبرد روند تحقیق و توسعه اعمار نمود که کار واحد اول با ظرفیت ۱۴ متر مکعب در ناحیه ۱۳ و واحد دوم با ظرفیت ۲۴ متر مکعب در ناحیه هفتم شهر کابل تکمیل و اخیراً به بهره برداری سپرده شده‌اند.

پروژه خانه‌های سبز کابل، عمدتاً روی موثریت انرژی، صرفه جویی انرژی و راه حل های متمرکز انرژی تمرکز داشته تا مصرف مواد سوخت برای تسخین را کاهش دهد ادامه ص ۷

## حشرتنظیفی در ناحیه ۱۶ راه اندازی شد



به منظور پاک نگهداشتن شهر، روز پنجشنبه گذشته، حشرتنظیفی با اشتراک مسوولان شاروالی کابل، برنامه شهر پاک و سبز دفتر اسکان بشر ملل متحد، جوانان رضا کار معینت جوانان وزارت اطلاعات و فرهنگ، وکلای گذر و باشندگان محل در مربوطات ناحیه شانزدهم راه اندازی گردید که در نتیجه زباله های پراکنده جمع آوری و توسط وسایط ریاست نظیف به بیرون از شهر انتقال گردید.

## موافقتنامه پروژه تحول (تغییر نما) اطراف دریای کابل به امضا رسید



روز چهارشنبه گذشته، موافقتنامه پروژه تحول «تغییر نما» اطراف دریای کابل، در حضور داشت محمد اشرف غنی رییس جمهوری اسلامی افغانستان، عبدالله عبدالله رییس اجرائیه حکومت، شماری از وزرای کابینه، احمد شعیب رحیم معین مالی و اداری شاروالی کابل به امضا رسید. این موافقتنامه که میان داکتر همایون قیومی سرپرست وزارت مالیه، روشن رسید، ادامه ص ۷

## په یوولسمه ناحیه کې د دوو نښلیدونکو سرکونو جوړیدو چارې بشپړې شوې



له څه مودې نه را پدېخوا په یوولسمه ناحیه کې د کابل ښاروالۍ له لوري د دوو نښلیدونکو سرکونو د جوړیدو چارې چې، یو یې د سیدال ناصري ښوونځي سرک په دوام او بل یې د هزار و یک شب هوټل سرک په وروستی برخه کې موقعیت لری بشپړې او یاد سرکونه گټې اخیستې ته وسپارل شول. دغه سرکونه چې ۱۶۰ متره اوږدوالی، ۳۰ او ۲۰ متره پلن والی لری، د لښتو، پلو لارو پوښل په ټیکو او د ښکلا لپاره د گلدانو اښودلو جوړول هم پکې شامل وو، چې بشپړیدو سره یې نه یواځې دا چې د یادو سیمو ترافیکي ستونزې حل شوې، بلکې د سیمې اوسیدونکو ته یې اړینې آسانتیاوې هم رامنځته کړې دی.

## هیئت رهبری شاروالی کابل تشکیل جلسه داد



نموده گفت: نظر بر تعهد هر یک از مسوولان این اداره، انگیزه عرضه خدمات بیشتر از گذشته خواهد بود. وی به خاطر تسریع روند کاری بخش ورزیده غفلت وظیفوی و ادامه ص ۷

## آگاهی دهی عامه، ما را به وظایف شهروندی پابند میسازد

هوفیانی



کرد و تلاشها برای ظرفیت سازی، معیاری سازی کارها و سرعت عمل در انجام کارها جریان دارد و تاکنون نتایج خوبی نیز به ارمغان آورده است که نمونه های آن را می توانیم در توسعه و گسترش ساحات سبز، بهبودی در وضعیت نظیف شهر، کانکریت ریزی کوچه ها و سرک های فرعی، توسعه و قیرریزی جاده های عمومی به شکل معیاری و سایر مسایل شهری ادعا کرد، اما واگذاری همه کار به عهده این ارگان، دور از انصاف خواهد بود. کشورها و شهرهای دنیا به خصوص کشور های پس از در موجی از همکاری های جدی شهروندان زود تر به مدارج عالی، ترقی و پیشرفت نایل آمده اند، ما نیز حق داریم تا مانند سایر شهر های پیشرفته از مزیت های زندگی بهره مند گردیم و برای رسیدن به این ارمان بزرگ با راه اندازی برنامه های آگاهی دهی که در آن سایر رسانه های کشور میتوانند نقش موثر داشته باشند، این امکان را بیشتر مساعد سازند تا شهروندان با آگاهی از وظایف و مسوولیت های شهروندی شان، از برنامه ها و پلان های شهروندی کابل حمایت و همکاری لازم نموده تا به این آرزوها دست یابیم.

آن دخیل گردند، مردم دست و آستین بالا میزدند و مشکلات محیطی شان را دور می کردند، اما امروز کمتر اثرات آن به چشم میخورد. با وجودی که شهروالی کابل راه اندازی حشرها را به عنوان یک ارزش بزرگ و پسندیده در محراق توجه قرار داده و هر از گاهی برای دور کردن مشکلات از شهر، حشرهای نظیفی را راه اندازی کرده و میدان را برای احیای این ارزشهای بزرگ برای شهروندان باز می گرداند تا باشد که شهروندان پایتخت، بار دیگر با رجوع به کار های جمعی و عمومی نقش شان را در سرسبزی، پاکی و زیبایی شهر ایفا نمایند، اما با آنهم تمایل و علاقه کمتری به چشم میخورد. آیا فکر کرده ایم که این کم لطفی ها و کم توجهی ها در مسایل شهری و به جای آوردن وظایف شهروندی سبب شده که شهر با مشکلات و دشواریها پهلو بخورد و حتی هر گاه به اصطلاح ریگ زیر دندان ما آمد، شهروالی کابل را به باد انتقاد می سپاریم و این ارگان خدماتی را به کم کاری و یا تعلل پایه میزنیم، هر چند نمیتوان از کم کاریها و ضعف های کاری که از گذشته ها در شهروالی وجود داشته انکار و چشم پوشی

شهروالی کابل از طریق کانال های متعدد ریاست نشرات و ریاست ارتباط و آگاهی عامه، برنامه های آگاهی دهی را در عرصه های مختلف شهر مضاعف و گسترش بخشیده است، تا گردو غبار بی خبری ها و نا آگاهی ها از مسایل شهری و وظیفه شهروندی که در چار دهه سایه افکنده است برطرف شده و هر کدام از شهروندان، با درک و جابجایی و مسوولیت ها به وظایف و مسوولیت ها، نقش شان را در ساختار جامعه مشترکاً ایفا نمایند.

ناگفته پیدا شد که در سال های جنگ و مهاجرت ها و بحران هایی که یکی پی دیگری در جامعه ما به وجود آمد، بسیاری ها نسبت به شهر خود بی علاقه شدند و وظایف خود را در قبال شهر و خانه خود فراموش کرده اند. این امر دلایل و عوامل گوناگونی دارد، نبود آگاهی لازم و بی خبری از مسایل اجتماعی، فرهنگی و مجبورت ها اصطکاک را میان شهر و شهروند به وجود آورد. در نتیجه این بی خبری ها بسیاری ها فکر می کنند، همه کارهای شهری که از کوچه آغاز و تا جاده و شهر امتداد میابد، همه و همه وظایف و مسوولیت های شهروالی کابل است.

اما اگر به دهه های پیش از جنگ بر گردیم، کارهای جمعی و عمومی در شهر به عنوان سنت پسندیده و ارزشمند در میان باشندگان شهر وجود داشت و با راه اندازی کارهای جمعی و یا عمومی، که حشر نیز یاد میشود، پیش از اینکه نهادهای خدماتی شهر به

## سرلیک



### توپک غمیزی راوی، خوقلم بیا په سوله

#### اوامنیت ټینگارکوي

دا واقعیت ټولو نړیوالو ته څرگند دئ چې، زموږ گران او تاریخي هیواد افغانستان له کلونو کلونو راهیسی د پردیو له خوا د ټپل شوو جگړو په ډگر بدل شوی، چې له امله یی د دی هیواد ټولی مادی او معنوی شتمنی زیانمنې شوی دی، د سولی او امنیت فضا کړکېچنه شوی، بد مرغیو، ناخوالو راز راز ستونزو او تاوتریخوالی خپل سیوری د دی هیواد د هر اوسیدونکی په سرخپور کړی، چې له امله یی د هر افغان په زړه کی اندیښنو خای نیولی، اوس افغان ولس ترهرڅه زیات سولی او امنیت ته اړتیا لري، ځکه چې په سوله او امنیت کی ژوند کول د هر انسان قانونی حق شمیرل کیږی. دا چې افغان ولس له کلونو کلونو راهیسی د جگړو په اور کی سوخی او دښمنان پری خوشاله کیږی، نو اوس د هر افغان غوښتنه ده چې په هیوادکی سوله او امنیت ټینگ، وژنه، وینه تویونه، خان وژونکی بریدونه او هر راز تاوتریخوالی پای ومومی او هر افغان د خپل هیواد او ټولنی د بیاجورولو او خان دنورو سیالانو په کتارکی درولو په موخه توپک په ځمکه وغورځوی او پرځای یی قلم ته لاس واچوی، ځکه همدا قلم دئ چې هیواد او انسان د ترقی، پرمختگونو، سوکالی او آبادی لوړو څوکو ته رسوی او توپک نه یوازی دا چې سولی او امنیت ته سترگواښ بلل کیږی، بلکی انسانی ژوند هم له گواښ سره مخ کوی. دا څرگنده ده چې په سوله او امنیت کی ژوند کول د هر انسان طبیعی حق دی، خو له بده مرغه چې د نړی په ځینو برخو کی دغه انسانی حقوق ترپینو لاندی شوی او انسان ته یی د سوکالی په ځای غمیزی ورپه برخه کړی. زموږ گران هیواد افغانستان هم یو له هغو هیوادونو څه دی چې له کلونو کلونو راهیسی، بشری، فرهنگی او سیاسی ضد دښمنانو پری پرله پسې گوزارونه کړی او د سولی او امنیت په فضا کی یی د ژوند کولو حق ترینه اخیستی او نه غواړی چې افغان ولس د قلم له لاری خپل هیواد او خپله ټولنه جوړه او بسیا کړی. همدا وجه ده چې نن ورځ پردیو افغان ولس ته د قلم پرځای توپک ورکړی ترڅو د خپل مسلمان ورور په وړاندی ددریږی او سوله ایز ژوند ترینه واخلي. نو اوس هم لا وخت شته، راځی مونږ ټول د خپل تاریخي او سر لوړی هیواد جوړولو او سوکالی او د خپل ورور د ژوند دښه کیدو او دسولی او امنیت فضا دبرته ټینگولو په موخه، د توپک پرځای قلم په لاس کی ونیسو، ترڅو مو په هیواد کی روانی غمیزی پای ومومی او پرځای یی سوله، امنیت او ورورولی خپل وزرونه د سپینی کوتری په شان وغوروی.

## آیا د «ما یی په څه» ویلو سره زموږ مسوولیت ترسره کیدای شي؟

دلسوز

ښه څیر شو نو دا به راته جوتنه شي چې په ښارکې د ډیرو ښاري ستونزو رامنځته کوونکي هغه ډله ښاریان دي کوم چې دخپل ښار په اړه له بي مسوولیتی او بي پروایی څخه کاراخلي او هرڅه ته «په ما یی څه» وايي. دا په داسې حال کې ده چې خپله ښاریان د نورو اړوندو ادارو په پرتله دخپل ښار په اړه زیات مسوولیت او مکلفیت لري. په اوسنیو شرایطو کې هر ښاري باید په دې پوه شي چې، که چیرې دیو له لوی کار د ترسره کولو توان او وړتیا نلري نو دومره دې وکړي چې خپل د کور او چاپیریال کثافات په ټاکلو ځایونو کې واچوي، ترڅو دښار او چاپیریال د ککړتیا لامل نشي، همدا راز دا شان ښاریانو ته اړینه ده ترڅو په ښار کې ښاري فرهنگ په پام کې ونیسي او ټول ښاري قوانین او مقرراتو ته په درنه سترگه وگوري او دښار او چاپیریال په پاک ساتلو کې دې له کابل ښاروالی سره مرسته وکړي ترڅو دغه تاریخي ښار نورپه ستونزو کې له ډوبیدو وژغورل شي.



لیدل شوي، هره ښاري ستونزه چې په ښار کې رامنځته کیږي، موږ نور اړوند ارگانونه پرې بولو او ټوله گناه دهغه په غاړه اچوو او دې ته مو پام نشته چې دغه ستونزه ولې او څرنگه رامنځته شوې؟ که دغه ټکي ته

دا هم زموږ د ښاري فرهنگ کمزورتیا په ډاگه کوي او که چیرې یو نیالگي او یا ونه وچیري او یا ماتیري په هغه کې هم موږ پرې یو او داسې نور عمده او ښکاره مسایل شته دي چې هر ښاري یې باید په پام کې ونیسي. ډیري خلبي

دیوه ښار، ښکلا، پاکوالی، زرغونوتیا او سالم نظم، د هغه ښار د اوسیدونکو د ښي سلیقي، نیک احساس، اخلاقي مسوولیت، ښاري فرهنگ، زړه سوی او د عاطفې څرگندویي کوي. خو که چیرې دغه ټکي په پام کې ونه نیول شي، څرگنده ده چې د ښار اوسیدونکي د خپل ښار په اړه بي پروا دي او د ټولو ښاري ستونزو له منځه وړل دیوه ارگان دنده بولي، حال دا چې هر ښاري د خپل ښار په اړه، بیلابیل مسوولیتونه لري. دلته دا پوکولوکې یوازې ښاروالی مسووله ده او که نور چارواکي او ښاریان هم مسوولیت لري؟ که چیرې په ښارکې خپل سړي، گډوډي او بي نظمي په سترگو کیږي، دا زموږ د بي پروایی او بي مسوولیتی ښکارندویي کوي او که چیرې خپل ټول شوي کثافات هرې خواته خواره واره واچوو

## ترویج فرهنگ شهر نشینی برای اطفال

برنامه های آموزشی برای اطفال از جمله کارهای اخیر شاروالی کابل است، مسولان ریاست آگاهی و ارتباط عامه شاروالی کابل می‌خواهند از طریق برنامه های آموزشی و تفریحی برای اطفال، فرهنگ شهر نشینی را بیاموزانند و آنها را از روند زندگی شهری آگاه سازند.

خبرنگار نشریه پایمیر در یکی از این برنامه‌ها که در مرستون کابل به نمایش گذاشته شده بود اشتراک نموده گزارش را آماده ساخته است که تقدیم میگردد:

برنامه با موسیقی رنگارنگ کودکانه برای اطفال آغاز گردید، بعد هم ویدیوهای آموزنده برای اطفال به نمایش گذاشته شد. ویدیوها و آهنگ های کودکانه به گونه ساخته شده اند که، توجه هر کودک را به خود جلب می کند و هم‌زمان با این که این ویدیوها مطابق سلیقه اطفال ترتیب شده است، همچنان مسایل آموزشی در این ویدیوها برای اطفال جا داده شده که از طریق آن کودکان به سادگی

امید فیضی



در این مرحله مسایل شهری را بیاموزند هرگز فراموش شان نمیشود و از این طریق در آینده برای نسل های بعد نیز خواهد رسید.

س- برنامه امروز چگونه بود؟

ج- برنامه امروز فوق العاده عالی بود، من سالهاست که برای کودکان مرستون کابل کار می‌کنم و این اولین بار است که از سوی شاروالی کابل همچو یک برنامه آموزشی ترتیب



و برای اطفال به نمایش گذاشته شد. من از کارمندان شاروالی کابل سپاسگذارم، خداکند بیشتر از این توجه کنند و این برنامه های خود را ادامه بدهند.

س- آیا شما برای اطفال مرستون، روز مره مسایل شهری را آموزش میدید؟

ج- بلی، ما مضمونی را تحت نام «محیط زیست» برای شاگردان خود تدریس می‌کنیم، اما تا اندازه زیاد موثر نبوده چون هیچ گاه به شکل برنامه که امروز شاروالی کابل داشت با

میتواند یک مسئله مهم شهری را در حافظه شان حک کند.

آموزش علامت های ترافیکی بخش دیگری از این برنامه بود که مسول ترافیک در این بخش به زبان کودکانه اطفال مرستون را به اشاره های ترافیکی آشنا می ساخت.

تیاثر بخش دیگر از این برنامه را تشکیل میداد، « تیم تیاثر پروانه » که مسایل شهری را برای کودکان آموزش دادند.

برنامه به همین گونه ادامه داشت و اطفال مرستون هم از دیدن برنامه لذت می بردند و هم با فرهنگ شهر نشینی بلدیت حاصل کردند.

فریده ولی مدیر عمومی تعلیم و تربیه مرستون کابل، که او نیز یکی از اشتراک کنندگان این برنامه بود، در پایان در گفتگو با خبرنگار پایمیر گفت:

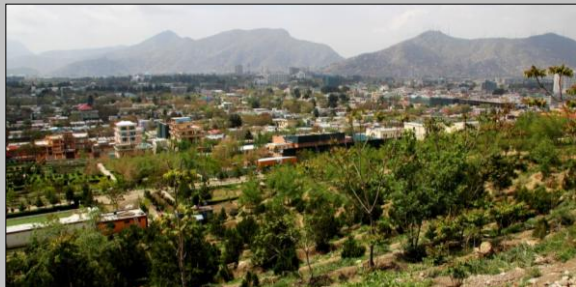
آموزش مسایل شهری و فرهنگ شهر نشینی برای اطفال، کار بنیادی است. دوره کودکی مرحله است که، چیز های فرا گرفته شده در این ایام هرگز فراموش نمی‌شود، بناء اطفال زمانیکه

## تأثیر جنگلات و محیط سبز در

### کاهش آلودگی هوا

ایجاد محیط سبز اعم از جنگلات، چراگاه ها و چمن زارها در تامین محیط زیست سالم، نقش عمده و اساسی دارد. اما آلودگی هوا، چه در مناطق شهری که به وسیله وسایل دودزای اماکن و کارخانه ها و سایر منابع آلوده کننده بوجود می‌آید، و چه در مناطق بیابانی که در اثر حرکت و جابجایی ریگ و گرد و غبار ایجاد میشود، مواد سمی خطرناکی را وارد هوای محیط زندگی میسازد. بناء آلودگی هوای شهرها تنها ناشی از دودی نیست که از لوله آگراز ماشین آلات و یا دودکش کارخانه های داخل شهر خارج میشود، بلکه ناشی از بادهایی نیز است که از اطراف به داخل شهرها می وزند و سبب انتقال گرد و غبار و گازهای تولیدی کارخانه های اطراف نیز میشود که در نتیجه باعث غلظت بیشتر مواد سمی هوای مناطق مسکونی در شهرها میگردد.

محیط سبز و بخصوص درختان، در جلوگیری و کاهش آلودگی هوا که در بالا ذکر شد نقش اساسی دارند. بطور مثال، یک درخت صد ساله با ۲،۵ تن وزن در طول عمر خود ۱۲،۵ میلیون متر مکعب گاز کاربونیک هوا را جذب میکند تا



میتواند این مقدار چوب را تولید کند. همچنین درختان، با در حامل ذرات کوچک را فلتر می کنند و می‌توانند در هر هکتار جنگل تا ۶۸ تن گرد و غبار را هر بار در خود رسوب دهند. این موضوع برای مناطق بیابانی و شهرهایی که مورد تهاجم ریگ روان قرار میگیرند حائز اهمیت است، چون با ایجاد کمربند سبز می‌توان از ورود گرد و غبار بداخل شهر جلوگیری کرد. همگام با شانه کردن گرد و غبار هوا، جنگل مقدار زیادی از باکتریها و میکروبهای معلق در هوا را در لابلای شاخ و برگ خود رسوب می دهند. مقدار باکتریهای موجود در هوای جنگل به مراتب کمتر از مناطق غیر جنگلی است. برای ایجاد محیط سبز، تنها کار شاروالی کافی نیست، بلکه در کنار شاروالی هر فرد وظیفه ایمانی و وجدانی دارد که اطراف خود را باغرس درختان و حفاظت از آن، به خود، فامیل و نسل آینده خود، خدمت نماید، که به این ترتیب، خود را از حملات گوناگون آلودگی های محیطی نجات داده است. به این ترتیب جنگل به کمک شاخ و برگ درختان، از سرعت باد می کاهد و با ریشه گیاهان، خاک را حفظ می کند و مانع ایجاد فرسایش می شود. به علت آرام بودن هوا در داخل جنگل، تبخیر بسیار ناچیز بوده و خطر خشک شدن خاک که از شرایط مهم آغاز فرسایش است از بین میرود. طبق بررسی های دانشمندان، درختان کاج، چارمغز، آبنس سبیری، بلوط، فندق، اوکالیتوس، ارس، افرا، بید، زبان گنجشک و داغداغان از خود موادی در هوا پخش می کنند که باعث از بین رفتن بسیاری از باکتریها و قارچ های تک سلولی و برخی از حشرات مضر می شوند. با توجه به آنچه ذکر شد متوجه می‌شویم که اهمیت جنگل فقط در تصفیه هوا از گرد و غبار نیست، بلکه در ضد عفونی هوا هم نقش موثری دارد.

شاگردان این مرستون عملی کار نگردیده است، چیز های را که امروز شاگردان مرستون آموختند فکر کنم این موضوعات را شاید برای همه دوستان شان انتقال بدهند و هرگز فراموش شان نمی‌شود.

س- در پیوند به برنامه امروزی، گفتنی و پیشنهادتان برای مقامات شاروالی کابل چیست؟  
ج- در قدم اول تشکر میکنم و بعد هم خواهش من این است که، این برنامه خود را اگر امکان داشته باشند ماه یکبار در مرستون کابل برگزار نمایند، خیلی ها موثر خواهد بود.

ریاست آگاهی و ارتباط عامه شاروالی کابل، به هدف آگاهی اطفال از مسایل شهری بیشتر از یک سال میشود که ویژه برنامه آموزشی و تفریحی را در اکثریت مکاتب شهر کابل راه اندازی نموده و از این روند بیشتر مسولان مکاتب ابراز رضایت و امید واری نموده، نقش آن را با ارزش برای آینده افغانستان عنوان کرده اند. راه اندازی چنین برنامه های ویژه اطفال، که هدف اصلی آن ترویج فرهنگ شهر نشینی است از سوی شاروالی کابل ادامه دارد و در تمامی مکاتب شهر کابل برای اطفال آموزش داده خواهد شد.

قابل ذکر است که ریاست آگاهی و ارتباط عامه شاروالی کابل از چندی بدینسو برنامه های متعددی را جهت تقویت فرهنگی شهری و ارتقای آگاهی شهروندان کابل از اصول و مقررات شهری، رویدست گرفته است که این برنامه ها در مکاتب، پارکها و سایر اماکن عمومی مورد اجرا قرار داده میشوند.



## د پښتو ژبې ستر شاعر خوشال خان خټک په اړه لنډ معلومات

چمنو کوونکي: ناصري



که اخته نه وایې د ښکار په اشتغال د جهان تحصیل به کل واره زما و یا :

چې په ښکار رب مبتلا کړم ته مې وینې خدایه ته چې زړه کې اچوې د امینې د خوشال له کلیاتو نه هم مالومیري، چې خان د خپل وخت مروج علوم لکه: تفسیر، فقه حدیث، فلسفه، طبابت، منطق، حکمت، معانی، عروض، بیان او نورو باندې پوهیده او لیکل یې پرې کولای شول او په دري باندې هم ښه شعرونه لری. دغه ستر، ملی اتل او د پښتو ژبې بابا په کال (۱۱۰۰هـ) کې له فاني نړۍ نه سترگې پټې کړې او د ابدې ژوند غیبري ته وسپارل شو.

## د خوشال خان د پېژندلو په باب کورنی سرچینې:

د پښتو ادب په کلاسیکه شاعری کې خوشال هغه علامه، نابغه، ستر شاعر او لوی ادیب دی چې، د څه ناڅه له څلورسوکالو راهسې د ده کلتوري خزانه تر ننه پورې د افغان ولس د نړۍ د لویو پوهانو او پوهنیزو مرکزونو د پاملرنې او څیړنې وړ ګرځیدلې ده. د څیړونکو څیړکنه به تر هغې پورې دغه کلتوري میراث ته وجود ولری، څو چې په نړۍ کې ولسونه په پوهنه او څیړنه بوخت وي. له خوشال څخه کوټې کوټې موضوعات او درانه درانه آثار په میراث راپاتې دي. د ده آثار د شعر، ادب، ژبپوهنې او نورو بېلابېلو پوهنو او څیړنو لپاره لوی دریاب دی چې، لامبوزن هم پکې ستر کیری خو د ده برید، پوله، سر او تل به تر خپلې لامبو لاندې دخپل نه کړی او د ژوند تر پایه به پکې سترې او ستومانه وي.

په خان بابا باندې زیاتو پوهانو لیکنې کړې او تر اوسه هم دده د آثارو په څیړنه او څیړکنه بوخت دي، نو د همدغه اصل په نظر کې نیولوسره، یانې د ده د درناوي او نمانځنې په خاطر دوه لوی کتابونه په دوه لویو سیمینارونو کې د پښتو ټولني له خوا چاپ شول. دغه کتابونه په ۱۳۴۵ او ۱۳۴۶ کلونو کې د توریالي پښتون او ننگیالي پښتون په نومونو چاپ شوي، خو دغه کتابونه د دغه پیاوړي انسان او ستر ادیب د کارنامو په برخه کې په خروار کې د یو خورد مثال لري. په دغو دوو کتابونو کې د هېواد او له هېواد نه بهر پوهانو

د پښتو ژبې ستر شاعر او ملي اتل خوشال خان خټک په داسې حالت کې نړۍ ته سترگې وغړولې چې، نورالدین جهانگیر د هند په نیمه وچه بشپړ حاکمیت درلود، یعنی په (۱۰۲۲هـ) کال کې زیږېدلی دی. د خوشال بابا د پلار نوم شهبازخان، د نیکه نوم یې یحی خان او د غور نیکه نوم یې ملک اکوړه وو. دده د زیږېدنې کال له دغه شعر نه ښه معلومیري:

چې زه راغلم په جهان د هجرت زر دوه ویشتن سن و چې تورزن یم کان په کان زه خوشحال د شهباز خان یم چې بل نه و هسی ځوان شهباز خان د یحی خان و چې په توره و سلطان یحی خان د اکوړی و

## ماشومتوب

خوشال بابا د کوچنیوالي په دوره کې هم ډیرې ستونزې ګاللې دي. په شپږ کلنۍ کې په سیند کې لویدلی او د هغه ځنې هم جوړ وتلی، په اته کلنۍ کې له څپر نه پرې تیره راولویده او په تندي سخت ټپي شو، خو د هغه زخم نه هم جوړ شو. ده په (۲۰) کلنۍ کې شعر ویلو ته شروع کړې ده او لو مړی شعر یې هم په دغه دوره کې ویلی دی، لکه چې وایې:

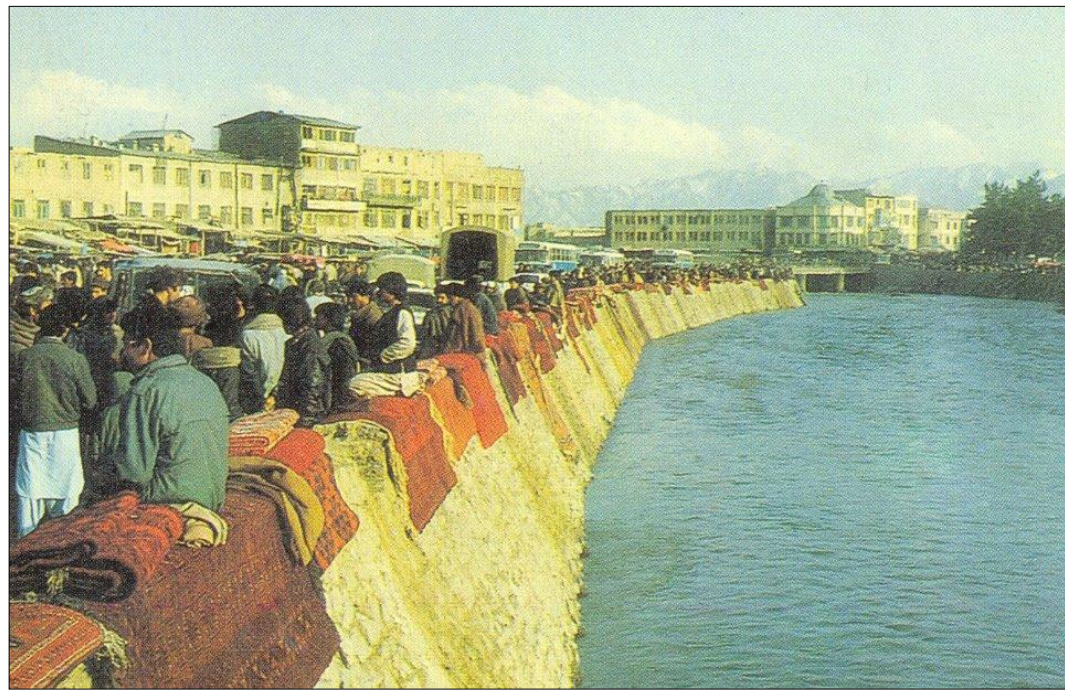
په دادور مې پوخ چې شپيته کاله مې تللي په شل کاله دیگ زما د شعر په اور بار شو

ستر خان د اتلس کالو و چې پلار یې واده ورته وکړ، خو دی له دغه واده نه خوښ نه وو. خوشال خان د خان په کورنۍ کې زیږیدلی او روزل شوی وو. د پلار او نیکه نه ورته خاني پاتي وه هم د ملک اکوړې ځنې چې پخپله اکوړې هم یو ښه سړی وو. کله چې د مغلو پاچا غوښتل، چې له نوښار نه تر خیراباده د لارې ساتلو لپاره څوک پیدا کړی، نو هغه و چې خلکو ملک اکوړه وروښود. ملک اکوړه د خپلو خپلوانو سره د خپګان په وجه له هغه ځایه، یعنی له خټکو او له کربوغي نه خوړې ته راغلی وو او اکبر پاچا هم ورغی او د لارې د ساتنې پازه یې دده په غاړه کړه. دا چې دی یو ښه سړی وو، نو د اکبر پاچا پام یې یې ځان ته کړی او په ده باندې یې هم زیاته مهر باني وکړه او ده هم ژمنه وکړه چې دی او قبيله به یې د پاچا وفادار او خدمتګار وي. ددغې لاری موصول به هم ملک اکوړه اخیست او په دغه ځای کې یې یو سرای اباد کړ چې د «اکوړې» په نوم یاد یږي.

دغه سرداري تر خوشال خانه پوری راورسیده یعنی، د ملک اکوړې نه وروسته د هغه زوی، او بلاخره تر خوشاله پورې راورسېده. خوشال هم دغه چاپیر یال پښتون قهرمان روزلی و او په شعر او نثر کې یې دښتولۍ احساس پروت دی. دوخت مروج علوم یې په جوماتونو او مدرسو کې لوستي وو. خو په دې زده کړه یې قناعت نه درلود او تل یې نیت درلود، چې زیات څه زده کړي، خو دی وایې زه ښکار زیات درس ته نه پریښودم، لکه چې وایې:

## کابل قدیم و رونق صنایع دستی

دیروز کابل همانند امروز نبود، در کابل دیروز صنایع دستی رونق خوبی داشت، بسیاری از نیازها و ضروریات مردم در کابل تهیه و تولید میشدند، این تولیدات متنوع بود و به خوبی به نیاز مردم پاسخ میگفت و حتی بیشتر از این، برخی از تولیدات به سایر مناطق نیز ارسال میشد. در کابل دیروز از همه نوع اشیا و به اصطلاح امروز کالا ساخته و تولید می باشد. از اشیای فلزی، از برنج و مس انواع دیگهای خورد و کلان، غوری «کشتی» بشقاب، کاسه، صراحی، پتنوس، آفتابه، ستل، سماوار، چایجوش، گیلان، هاون و سایر ظروف... البسه باب، لنگی ابریشمی، قنویز و شال، قندها مثل قند سرآب، قندسیاه، شیرینی باب، لوز، شیرپیره و غیره... پاپوشهای گوناگون نیز مثل پیزار عادی، پیزار راتی، انواع کفشهای زنانه، مردانه و طفلانه، شمع های گوناگون خورد و کلان، شانه چوبی، صابون کالا شویی و سایر ملحقات خوبی برای خانه مثل دروازه، ارسی، صندلی، چارپایی، صندوق و غیره، گذشته از



## بازار گرم حرفه تنور سازی در کابل

فرشته امیرزاده

هنر سفالی و تنور سازی، یکی از مهم ترین فعالیت های فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی در جوامع مختلف به شمار می رود و می توان گفت، این هنر، یکی از عوامل موثر در جهت احیای سنت های بومی و هویت ملی به حساب می آید. بنابر روایات تاریخی، هنر سفالی و تنور سازی از گذشته های دور در میان ملل مختلف رواج داشته و در افغانستان نیز این هنر از دیر باز مورد توجه مردم بوده است. هرچند در سال های پسین در کشور، توجه کمتری به این هنر گردیده است با آنهم، کسانی هستند که بخاطر پاسداری و حفظ آن تلاش دارند. خبرنگار نشریه پامیر، سری به کوچه



تنور سازی شهر آرای کابل زده و گفت و شنودی را با چند تن از تنور سازان این منطقه انجام داده است. قدرت الله یکی از تنور سازان شهر آرا میگوید: مدت ده سال می شود که مشغول حرفه سفالی گری «تنور سازی» هستم، وی در مورد طرز تهیه تنور می گوید: تنور از گل مخصوص ساخته می شود، این گل از دره پغمان آورده می شود، ابتدا غربال شده و بعد از غربال همراهی کاه یکجا شده و توسط پا پخته می شود بعد از آن، کار اساسی ساختن تنور آغاز می شود که بسیار با مهارت و توسط دست انجام می شود. امرالله یکی دیگر از تنور سازان، به قول خودش بیشتر از ۳۰ سال سن دارد و تقریباً ۲۲ سال می شود که مشغول این حرفه است، وی می گوید: هنر تنور سازی حرفه اجدادی مان است و پدر و پدراکلام این حرفه را پیش میبردند و من این کسب را از پدرم آموختم، امرالله در ادامه افزود: هرچند حرفه تنور سازی بسیار سخت و طاقت فرسا است، اما کوشش می نمایم این رسم دیرینه به فراموشی سپرده نشود. مردی دیگر با لباس پر از گل ادامه ص ۷

## کابل محل تلاقی نژادها، فرهنگها

## و آزمون گاه همه پذیری مردم

## و مهاجران

عزیز «آسوده»

به استشهد تاریخ های گوناگون شرق و غرب طی قرون متمادی، اقوام گوناگون و ملت های مختلف از چهار سوی این خطه به کشور ما به شکل مهاجر و مهاجم وارد شده و با مردم بومی کابل و کابلستان اختلاط پیدا کرده اند.

یکی از ویژه گی های قابل توجه در ادوار پیشین، که کابل را در نظر مورخان و مستشرقان برجسته و برانزده می سازد، همین نکته است که کابل همواره بر خلاف سایر شهرها و کشورها و محلات، که یا با کراهیت مردم دیگر را از سر زمین های دور دست پذیرفته اند، یا هرگز به آنان اجازه سکونت نداده و آنان را از خود رانده اند، همه گونه مردم را در آغوش خود پذیرفته و همه گونه اقوام را در از منة طولانی حتی خارج از قلمرو خود و نژاد خود را از سر زمین های دور دست با مدارا و محبت پذیرفته است.

این امر یکی از علل فرهنگ باز مردم بومی کابل به شمار می آمده، مصداق این حقیقت در تمام ادوار چند هزار ساله کابل به نظر می آید، چنانی که بابر شاه در کتاب خود به نام «ترک بابری» این حقایق را چنین بیان می دارد:

«در ولایت کابل اقوام مختلف وجود دارند، در جلگه ها و اراضی هموار ترک ها، ایماق ها و اعراب اند، در شهر و بعضی از دهات، سارت ها زندگی می کنند و در بعضی از قریه ها و اطراف شهر، پشه یی ها، پراچی ها، تاجک ها و پشتون ها اند. در کوهستانات غربی، هزاره ها و دری زبانان و در میان هزاره ها بعضی ها به زبان مغولی صحبت می کنند. به یازده و یا دوازده زبان در ولایت کابل سخن زده می شود، مانند: عربی، فارسی، ترکی، مغولی، هندی، افغانی، پشه یی، پراچی، گبری و لمقانی (لغمانی).

معلوم نیست که در هیچ ولایتی این قدر اقوام مختلف و زبان های متغیر وجود داشته باشد»

بنابر آن دیده می شود که، در کابل بر خلاف دیگر مناطق کشور، دیگر پذیری وجود داشته، در حالی که سایر ولایات و محلات به دلایل فراوان اجازه نمی دهند کسی دیگر در دور و بر آنها سکونت کنند و یا در قلمرو آنها پای شراکت بکوبند. از همین جهت است که کابل با داشتن فرهنگ باز، محل تلاقی نژادها، فرهنگها و تمدن ها بوده و تاکنون اثرات این فرهنگ ها و تمدن ها در این قلمرو پا برجا مانده است، در حالی که تا کنون اکثر ولایات افغانستان با وجود دگرگونی های بسیار در یک فرهنگ بسته و سنت ها، رسوم و رواج های شان حکایت از زمانه های پیشین و کهن می کنند، که به آسانی تجزیه پذیر نیستند و با رسوم امروز همخوانی ندارد.



قدیم قدیم

آرزو ابراهیمی شاعر:

## شعر؛ اتفاق قشنگی که در من افتاده است

فرهاد سجودی

آروز ابراهیمی، از شاعران تازه کار - بهترین رمانی که خوانده اید؟ - بدم این که در بعضی مواقع خیلی است، او در ابتدا به غزل علاقمند - «وکوهستان طنین انداخت»، جدی می شوم. بود و بعدترها به شعر سپید رو رمانی از خالد حسینی. آورد و در همین قالب شعر می - موسیقی؟ - چه وقت هایی شعر می نویسید؟ سراید. فعلاً محصل سال چهارم - رفیق روزهای دلتنگی هایم. فلسفه و جامعه در پوهنتون کابل - عشق؟ - می باشد. با ایشان گفتگویی صورت گرفته که پیشکش می گردد: - «جهان بی عشق چیزی نیست جز تکرار یک تکرار و اگر جایی به حال خویش باید گریه کرد - چرا و چه وقتی شاعر شدید؟ - در نخست بیشتر غزل کلاسیک می خواندم و اما بعد از این که از فروغ خواندم و با دنیایی فروغ آشنا شدم، سپید را پسندیدم و فعلاً سپید می گویم ومدت کوتاه است شعر را جدی گرفتم و سپید کار میکنم.

چه تعریفی از هنر دارید؟ - ترجمه از روح هنرمند. - شعر؟ - شعر حادثه یی که در زبان رخ میدهد و توأم با احساس. - به روند شعری دهه نود، چگونه نگاهی دارید؟

شعر دهه نود یک مقدار امید بخش بوده، شاعران زیادی در این دهه فعالیت میکنند و در قالب های مختلف شعر می گویند.

بهترین کتاب هایی که خواندید؟ - نامه به کودکی که هرگز زاده نشد، باد بادکباز، کمیگر، جنس ضعیف.

با شعر چگونه رابطه یی دارید؟ - شعر را زندگی میکنم، همین گونه دوست دارم روزی هم شعر مرا زندگی کند، خلاصه بگویم: شعر اتفاق قشنگی است که در من افتاده است.

فروغ فرخزاد؟ - روح فروغ در اشعارش زنده است و جاودانه نفس می کشد.

فروغ معنای زندگی و زندگی کردن را به درستی درک می کرد. او شاعری بود که زنانگی در شعرها و صداقتش به صراحت معلوم بود که در شعر کمتر زنان شاعر اتفاق افتاده است و او شاعر نیست که تکرار نخواهد شد.

رمان، فلسفه و شعر به روی تان باز - سه شعری که دوست دارید، شود، وارد کدام یک می شوید و لطف کنید! - در سرم زنی مرده است چرا؟ - انتخاب سختی است؛ ولی دوست دارم وارد هر سه شهر قشنگ شوم. - نقد؟ - شبیه رویا های قدیمی بی معنی - آشکار کردن قشنگی ها و نقص های یک اثر. - هر چه فکر میکنم خودم را به او غمگین تر - نقد امروز را چگونه می بینید؟ - غمگین تر - اکثراً نقدهای امروز سلیقه یی است، حتا شاعر را خیلی هم میسپارم - محدود می سازد تا جایی که بعضی ها دلیل شعر نگفتن شان را همین محدودیت می دانند. - بدون این که چیزی ثابت بماند می خواهد تمام را دفن کند و با صدای بلند بگوید - در مورد عادت های تان بگویید: بمیر بمیر خوب و بد؟ - دوست دارم به میل خودم زندگی کنم، زندگی بدون قید و بند و این که کاری به کار آدم ها نداشته باشم و از دیگر هم همین انتظار را دارم، و از قضاوت های ظاهری مردم سخت بیزارم. وعادت بکشد



# فعالیت تعدادی از ریاست ها و نواحی شاروالی کابل در ماه اسد ۱۳۹۷

عبادی

## ریاست ناحیه اول:

دربخش مدیریت عمومی عواید

- محصول صفایی، مبلغ ۳۲۸۹۹۲ افغانی

- محصول صفایی مختلط، مبلغ ۹۱۴۰۱ افغانی

- محصول صفایی منازل خودسر کوهی، مبلغ

۱۳۶۷۷۷ افغانی

- محصول صفایی جایدادهای تجارتي

، مبلغ ۴۲۱۸۰۳۰ افغانی

- محصول صفایی ادارات دولتي، مبلغ ۱۰۰۰۰۰ افغانی

- محصول کرایه ملکیت های شاروالی مبلغ

۱۴۶۶۳۲۷ افغانی

- محصول جایدادهای استملاکي، مبلغ ۵۷۷۸۰۴

افغانی

- محصول حق الاجاره، مبلغ ۵۰۱۶۴۰ افغانی

- محصول جواز صنفی، مبلغ ۲۸۱۷۵۰۰ افغانی

- محصول تکس لوحه ها، مبلغ ۷۳۲۶۰ افغانی

- محصول جرایم اصناف مختلف، مبلغ ۲۲۷۹۰۰

افغانی

- متفرقه، مبلغ ۲۱۹۸۸۴ افغانی

- فیس مهندسی، مبلغ ۱۷۶۰۰ افغانی

- اسناد بها دار، مبلغ ۶۷۵۰ افغانی

- مجموعاً مبلغ ۱۰۷۸۳۸۶۶ افغانی

هشت باب غرفه های فلزی که خودسرانه در پیاده رو

های جاده میوند گذاشته شده بود از پیاده روها

برداشته شد.

یک باب چاه سپتیک درمربوطات ناحیه که

خودسرانه کندنکاری گردیده بود، دوباره پر کاری

گردید.

جلوگیری از اعمار یک باب هنگر درکوچه

آهنگری.

## مدیریت تنظیم مارکیت ها:

- به تعداد ۷۵۵ تن از دکانداران به نسبت تخلف از

مقررات شاروالی، مبلغ ۲۳۶۹۰۰ افغانی جریمه نقدی

گردیدند.

## در بخش آمریت نظیف:

- انتقال ۹۶۹ مترمکعب کثافات توسط کراچی

- جاروب کشی ۴۵۰ کیلومتر

- انتقال ۱۴۱۲ مترمکعب لوش

- جویچه پاکی ۱۳۴۴ متر

## ریاست ناحیه چهارم:

جمعاً، مبلغ ۱۳۶۷۴۲۸۱ افغانی از بخش های مختلف

عواید جمع آوری گردیده است

- در بخش صفایی، مبلغ ۶۴۱۰۱۰۶ افغانی

- جواز صنفی، مبلغ ۱۴۸۱۵۰۰ افغانی

- محصول کرایه جات، مبلغ ۵۶۰۹۲۲۵ افغانی

- فیس مهندسی، مبلغ ۹۰۶۰۰ افغانی

- تکس لوحه ها، مبلغ ۵۷۱۳۵۰ افغانی

- جرایم اصناف، مبلغ ۹۰۰۰ افغانی

## در بخش آمریت نظیف:

- انتقال ۱۲۱۲۱ مترمکعب کثافات

- جمع آوری ۱۲۲۲۳ مترمکعب کثافات

- لوش کشی ۴۴۶۰ متر

- جاروب کشی توسط پرسونل ۲۶۵۰ کیلو مترهمه

روزه

- جاروب کشی توسط موتر ۲۹۶۰ کیلو متر

- انتقال اب های کنارجاده ۸ تانکر

## ریاست ناحیه هشتم:

عواید:

طی یک ماه گذشته جمعاً، مبلغ ۳۳۳۷۵۴۷ افغانی از

بخش های مختلف عواید جمع آوری گردیده است.

- جمع آوری مقدار ۲۳۴۰ متر مکعب کثافات توسط

کراچی

- جمع آوری مقدار ۱۲۶۹۰ متر مکعب کثافات

توسط وسایط

- جویچه پاکی به طول ۱۳۵۰۰ متر

- جاروب کشی به طول ۱۲۰۰ کیلومتر.

- انتقال کثافات به گزک، ۱۳۰۸۰ متر مکعب.

## ریاست نظیف:

- جمع آوری مقدار ۴۸۱۱۰/۳۸ تن زباله از سطح

نواحی ۲۲ گانه شهر وانتقال آن به ساحه گزک دوم

- انتقال ۲۲۳۰ مترمکعب فاضلاب چاه های سپتیک

منازل شخصی و ادارات دولتي در بدل اجرت ثابت

به محل محل معین آن و مقدار ۱۱۱۰ مترمکعب

فاضلاب تشنابهای شهری عامه.

- انتقال و تخلیه مقدار ۱۹۹۰ متر مکعب آب های

ایستاده جویچه ها ی کنار جاده توسط وسایط

تانکری به جای معین آن.

- جاروب کشی تمام جاده های اسفالت شده شهردر

۲۴ ساعت یک مرتبه وهمچنان پاک کاری و صاف

کاری جوی و جویچه ها از وجود لوش، خاک

و کثافات.

- ترمیم ثقیله ۳ عراده وسایط و ترمیم خفیفه ۶۴ عراده

وسایط توسط میخانیکان بخش ورکشاپ نظیف

و کپی کشی، آهنگری، خردای، پنچرمینی، گریس

کاری و ویرنگ کاری ۱۴۲ عراده وسایط.

- دوخت ۷۵۰ جوړه دریشی برای پرسونل نظیف

ودوخت ۱۰ تخته ترپال برای وسایط نظیف توسط

خیاطان مدیریت تزیینات این اداره.

- مبلغ ۱۱۹۷۳۴۰ افغانی عواید از بخش های اجرت

تانکر های فاضلاب، جریمه نظیفی و فروش تکت

تشناب های شهری.

- واکسین ۱۹۶۵ قلاده کلب های ولگرد در نواحی

هشتم، دهم و پانزدهم به همکاری موسسه مهیو انیمل

هوم.



## آیا خانمها در مورد سرطان پستان معلومات دارند؟

پستان بروز می کند. فرورفتگی پوست

پستان ممکن است به طور ثابت و

مشخص وجود داشته باشد و یا در

حالات خاصی از معاینه پستان دیده شود.

کشیدگی پوست، اگر چه علامتی مهم

است ولی یافته قطعی دال بر سرطان نیست

و گاهی به دنبال بیماری های سلیم پستان

نیز دیده می شود.

۴- تغییرات نوک پستان: در بعضی افراد

فرورفتگی نوک پستان ممکن است بعد

از شیردهی یا پس از دوران بلوغ ایجاد

شود که معمولاً به طور خود به خودی و

یا با دستکاری خود فرد به حالت اول

برمی گردد. در حالیکه در سرطان، این

فرورفتگی حالت ثابت دارد و با معاینه

دقیق پستان ممکن است وجود غده در

زیر نوک و هاله پستان مشخص شود.

بادر نظر داشت موارد فوق در صورت

شک و تردید، به داکتر مراجعه شود،

اگر سوء ظن به سرطان سینه دارید به

مراتب این بهتر است که به داکتر مراجعه

کنید نسبت به ضیای وقت.

### هدایات لازم: در صورتیکه یک خانم

به صورت تصادفی و یا قصدی در پستان

های خود کتله یا برآمدگی را پیدا میکند و

زمان بارداری، شیردهی و شروع عادت

ماهوار نباشد، لازم است تا نکات ذیل در

نظر گرفته شود:

۱- این کتلهها با لمس سخت، ممکن است

حرکت داشته باشد و یا غیر متحرک باشد،

فشار دادن آن درد ناک است و یا خیر،

تعداد کتله یاد داشت گردد که زیاده است یا

یک دانه، ولو که سوشکل پستان هم ایجاد

نکرده باشد باید مریض با داکتر معالج

تماس بگیرد.

۲- در صورت پیدایش افزایات نضواری

و یا سیاه رنگ از نوک پستان و یا افزایاتیکه

خود به خودی و بدون فشار خارج می

شوند، مریض باید با داکتر در تماس شود.

۳- تغییرات پوست پستان: این تغییرات به

صورت فرورفتگی و یا کشیدگی پوست

رنخورمل داکتر عبدالفرید «حیدری»

عوامل خطر ابتلاء به سرطان سینه عبارتند

از، مرض چاقی، عدم تمرین فزیکي،

نوشیدن نوشابه های الکلی، تداوی

هورمون ها در تعداد خاص امراض، وقوع

اولین عادت در سنین پایین، و دیر حامله

شدن و یا دیر بچه دار نشدن می باشد.

دلیل حدود ۵ تا ۱۰٪ از موارد ابتلاء به این

بیماری جین هایی هستند که، از والدین فرد

به ارث رسیده اند، از جمله BRCA1 و

BRCA2 معمولاً سرطان سینه در

سلول های جداری مجاری شیری و

لوبولها که تأمین کننده شیر مجاری

هستند، ایجاد می شود. به سرطان هایی که از

این مجاری شروع می شوند، کارسینوم

پستان گفته می شود، اما این مفکوره بدین

معنی نیست که هر فردیکه مادرش سرطان

پستان دارد دخترش نیز ۱۰۰٪ کاندید مبتلا

شدن به سرطان سینه باشد.

سرطان سینه یا Breast cancer به

سرطانی گفته می شود که، از بافت

پستان آغاز می شود و علائم آن قرار ذیل

است:

۱- سرطان سینه می تواند به شکل یک کتله

یا برآمدگی در سینه ظاهر کند.

۲- تغییر در شکل سینه، ضخیم شدن

پوست بالای کتله که شبه پوست نارنج

میگردد.

۳- ترشح مایع نضواری یا سیاه رنگ از

نوک سینه.

۴- در افرادی که بیماری در اندام های

دیگر آنها گسترش پیدا کرده باشد، این

علائم، چون درد استخوان، غدد لمفاوی

متورم، نفس تنگی و یا زردی باشند.

تعدادی از عوامل به عنوان فکتورهای خطر

پذیرفته شده و در صورتیکه این فکتورها

نزد مریضان وجود داشته باشد، بهتر است

مریض غرض معاینه به داکتر مراجعه کند.

هر کتله «برآمدگی» که در پستان های

خانم ها به وجود می آید سرطان نیست،

کتلات در پستان بر علاوه حالات مریضی

در مراحل خاص نظر به تأثیر عوامل

هورمونی می توانند به وجود آید و در بسا

موارد حتی داکتران نمیتوانند با معاینه

فزیکي قضاوت دقیق نمایند. در آغاز

عادت ماهوار الی ۱۵ روز، زمان شیردهی و

زمان حاملگی، ممکن است کتلات یا

برآمدگی ها در پستان خانم ظاهر کند که

به هیچ وجه سرطان نیست، زیرا در زمان

های یاد شده از اثر عوامل هورمونی به

صورت وظیفه یی در داخل پستان ها

کتلات قابل لمس است، تظاهر نموده و

برای دریافت حالت واقعی باید انتظار

کشید تا این مرحله بگذارد. در این حالات

در صورتیکه داکتران معالج بر علاوه

دریافت کتله، شواهد مریضی دیگر را نیز

دریافت کنند بیشتر به معاینات اتکا میکنند

که با در نظر داشت نتایج آن عمل میکنند

که این عمل کرد به هیچ وجه توسط

مریض ممکن نیست اجرا گردد.

## از نصب اشتهارات غیر قانونی در سطح شهر جلوگیری می‌گردد

ریاست خدمات کلتوری شاروالی کابل در جهت آگاهی کاندیدان رسانیده شود. نظر دارد تا چگونگی نصب اشتهارات کمپاین های انتخاباتی در سطح شهر را به بررسی بگیرد. ریاست متذکره جهت نظم شهری، طرزالعمل نصب اشتهارات انتخاباتی را آماده ساخته و آن را به خاطر جلوگیری از بی نظمی‌ها در سطح شهر کابل، به کمیسیون مستقل انتخابات فرستاده است تا



## بازار گرم حرفه تنور سازی ...

مصروف ساختن تنور بود، نامش عبدالله و با سی و پنج سال تجربه در کار ساختن تنور، وی در مورد چگونگی آماده سازی تنور گفت: تنورهای گلی با مهارت ویژه ای با گذاشتن گلها روی هم ساخته می شوند، بعد از اتمام حدوداً دو روز زمان می برد تا تنور به شکل درست خشک گردیده و آماده فروش شود. از عبدالله جان در مورد فروشات و بازار تنور پرسیدم، وی در رابطه چنین گفت: هر چند امروز، تنورهای مختلف گازی و برقی در بازار موجود می باشند، اما بازار فروش تنور های گلی به فضل خداوند پر رونق است، شاید دلیل آن این باشد، نان هایی که در تنور های گلی پخته میشوند نسبت به تنور های گازی و برقی بسیار لذیذ می باشند. وی در ادامه افزود: تنورسازی در کوجنه شهر آرای کابل قدمت چند صد ساله دارد که در گذشته تعداد زیادی از مردم در این جا تنورسازی می کردند، اما با گذشت زمان، فعالیت حرفه تنور سازی در این منطقه کم رنگ گردید. قابل ذکر است، با خرید یک تنور می توان به رشد فرهنگ و صنایع کشور کمک کرد و از این هنر دیرینه پاسداری نمود.

## هیئت رهبری شاروالی کابل ...

سهل انگاری را غیر قابل قبول دانست. معین مالی و اداری در ادامه گفت که، تمام سیستم های اداری شاروالی کابل بر اساس نیازمندی های امروز تنظیم گردیده که با تطبیق آن در چهره شهر و چگونگی عرضه خدمات معیاری، شاهد تغییرات مثبتی خواهیم بود. متعاقباً مشاور تخنیک و رئیس دفتر مقام شاروالی کابل، هریک روی اصل هماهنگی و وحدت نظر در راستای تطبیق برنامه های سنجیده شده از سوی شاروالی کابل صحبت نمودند و تأکید ورزیدند تا وظایف و مسوولیت‌ها هر چه بیشتر به وجه احسن آن انجام گردد.

## افتتاح دو سیستم بایو گاز در نواحی سیزدهم و هفتم ...

تیم تحقیق و توسعه که با کار مشترک به طور مداوم در جستجوی تخنیک ها و یاراه حل های بیشتر و کارآمدتر در سکتور مشریت انرژی می باشد، تحقیق بالای بخش موثریت و صرفه جویی انرژی، در قسمت تولید انرژی «گاز میتان» از مواد فاضله حیوانی را نیز انجام داده است. بدین منظور تعداد زیادی از فارم های مالدار «گاوداری» که در نواحی ۱۴، ۱۳، ۷، ۸ و ۲۲ شهر کابل فعالیت دارند و اعمار دو سیستم بایوگاز به صورت آزمایشی در نواحی ۷ و ۱۳ مورد بررسی قرار گرفت که از کارایی و مشریت آن، از طرف باشندگان محل استقبال می گردد.

## د پستو ژبی ستر شاعر خوشال خان خټک ...

له دغو کتابو سره سره، زموږ د هېواد د پښتو ادب پينځو ستوريو هم ليکني کړې دي لکه: پوهاند عبدالشکور رشاد چې د خوشال په ديوان گلستان او بوستان تر اغيز لاندې ليکنه کړې ده. پوهاند صديق الله رښتين د خوشال لاندې پيژندگلوي په کې چمتو کړې، چې دغه ليکنه په توريالي پښتون کې هم چاپ شوې ده. پوهاند عبدالحی حبيبي صاحب هم د خوشال توره او قلم، د پښتو د خپلواکي او مبارزې بستيز توکي گڼلي دي. استاد گل پاچا الفت هم د خان په شاعري باندې ليکنه کړې او وايي چې، دئ د شاعرانه ذوق سره د خپل ولس مشر هم وو. د پښتو غزل بابا اميرحمزه شينواری وايي: د خوشال خان خټک د نوم د اورېدو سره په ذهن کې د يو داسې نابغه انسان تقوا بريني چې، د انسان د ژوند په هر اړخ خلاصه او ژور نظر لري. خو د دې خبرې يادول ضروري دي، هغه سرچينه چې، د خوشال په باب يې لومړی څه خپاره کړي، هغه پټه خزانه ده. وروسته نورو پوهانو هم دده په اړه کتابونه او مقالې ليکې دي، لکه افضل خان يې په تاريخ مرصع کې يادونه کړې. له هغې نه وروسته د خوشال کليات د دوست محمد کامل په سريزه خپاره شوي دي، ورسره ارمغان خوشال د سيد رسول رسا په سمون خپور شوی او له هغه نه وروسته د علومو اکاډمۍ علمي غړي عبد القیوم مشواڼي صاحب هم دده کليات يو ځل بيا چاپ کړی چې دده د پيژندلو لپاره يوه سرچينه وه. پر دغو کلياتو سربيره د پښتو ادبياتو په تاريخ کې هم دی پيژندل شوی او پښتانه شعرا کې، چې بختاني صاحب راغونډ کړی، هم دده په اړه په زړه پورې مالومات ورکړل شوي دي. يو بل نامتو کتاب چې ملي قهرمان نوميري او د زلمي هېوادم ل اثر دی، په هغه کې هم د خان د پيژندلو او دده په اړوند د بهرنيو او داخلي پوهانو نظرونه راټول شوي، او دا خبره هم پکې ذکر شوې، چې دده په اشعارو کې درې برخې ډيرې زياتې دي لکه: توره، ښځه او ښکار. همدارنگه د خان په باب په زړه پورې مالومات د (خوشال کيسټ) په کتاب کې هم خپاره شوي او مور يې دده د پيژندلو لپاره يوه غوره ذخيره گڼو. ددهسوار سنگروال په زيار هم د پښتو ادبياتو معاصر تاريخ خپور شو، چې په هغه کې هم د خوشال ژوند، پيروان او ددغې دورې نور ليکوالان ذکر شوي، خو په دې وروستيو کالونو کې هم د خان د فکر، عمل، کردار، اشارو او نورو ښيگڼو باندې په زړه پورې اثار وليکل شول، چې دلته يې د ځينو يادونه کوم:

۱- د پېښور پښتو اکېلمۍ يوه درې مياشتنۍ مجله د خوشال دريو يو په نوم خپره کړه < چې د بېلا بېلو ادبپوهانو له خوا بېلا بېلي ليکنې پکې شوې دي، البته د خوشال نظر د پښتون د اصل او نسب په باب، د خوشال فکر او عمل او داسې نور.

۲- د پوهاند مجاور احمد زيار په واسطه. يو بل کتاب د خوشال ازلي پښتو يو ژبپوهنه شته ده خپور شوی چې البته د خوشال اشعار يې د ژبپوهنې له نظره توضیح کړي دي.

۳- خوشال او فلکلور يو بل کتاب د داور خان داور په زيار خپور شوی، چې د خوشال په اشعارو کې فلکلوريک مسایل يې پکې څيړلي دي.

۴- د عبدالواجد واجد په واسطه بل کتاب د خوشال سېک او په پښتو ادب کې د سېک اغيزي هم يوه په زړه پورې ليکنه ده چې مکمل مالومات خلکو او د ادب مينانو ته ورکولی شي.

۵- د دوکتور عبدالاحد جاويد هم يوه رساله (نگاهي به اشعار دري خوشال) په (۱۳۵۷) کال د افغانستان د علومو اکاډمۍ کې چاپ کړه.

۶- د قيام الدين خادم يوه مقاله (خوشحال څه زده کړه) په (۱۳۵۸) لمريز کال په اکاډمۍ علومو کې خپره کړه چې په واقعي ډول د خوشحال په اړوند گټوره ده.

۷- خو شحال او جماليات د ډاکتر اقبال نسيم خټک اثر دی، چې د پېښور په پښتو اکېلمۍ کې چاپ شوی دی.

۸- د توري او قلم خاوند دمحمد نواز خټک اثر دی چې په (۱۹۶۱ع) کال کې خپور شوی چې دا هم يو په زړه پورې اثر دی.

۹- د حاجی پردل خان په واسطه د خوشحال دستارنامه هم په پېښور اکاډمۍ کې چاپ شوې ده.

۱۰- د خوشحال زنجيرۍ د حبيب الله رفيع په زيار دپېښور پښتو اکېلمۍ چاپ کړې ده. د خوشال د پيژندلو په باب سرچينې نه ختميدونکې دي، بلکې په سلگونو مقالې، کتابونه دده د پيژندلو او د اشعارو په مختلفو اړخونو باندې چاپ شوي دي، چې اوس او پخوا دده د پيژندلو لپاره يوه مهمه منبع گڼل کيږي. د کابل مجله چې د علومو اکاډمۍ پښتو ادبياتو له خوا چاپيږي، ددغې مجلې څيړونکي دده په باب په هره گڼه کې په زړه پورې مطالب خپروي لکه: د خوشحال او بهايي جان په اشعارو کې د معشوقې ستاينه د علي محمد ليکنه، (۱۳۸۴ه) کال کې چاپ شوې او په همدغې گڼه کې د محقق عبدالشکور قیومي مقاله (د خوشحال په اشعارو کې د گلستان اغيزی) چاپ شوې ده. د (۱۳۸۰ه) کال د کب د مياشتې مجله کې د سيال کاکړ ليکنه (خوشحال او پښتو) او همدغې گڼه کې د عبدالحی حبيبي ليکنه (د

## موافقت نامه پروژه تحول ...

شرایط اجتماعی، اقتصادی و محیطی در مناطق ده افغانان، اندرایی، جوی شیر و ناحیه اول و دوم، چنداوول، حفاظت از مبلغ ۰۵۸،۱۸ میلیون یورو هزینه بر می دارد که از کمک میراث های فرهنگی با شمولیت شوراهای انکشاف محلی، بلاعوض کشور آلمان در راستای بهبود و احیای بازسازی مناطق عمومی و سبز و ایجاد دیدگاه های اقتصادی زیرساخت های اجتماعی و اقتصادی شهر کابل از طریق ارایه آموزش های حرفه یی در صنایع دستی و صنایع پرداخت می گردد. پروژه تحول «تغییر نما» اطراف دریای کابل، فعالیت های را در بر می گیرد. قابل ذکر است که این پروژه از اگست همچو نوسازی و بازسازی مجتمع ماشین خانه صنعتی، بهبود سال ۲۰۱۸ الی دسامبر سال ۲۰۲۰ میلادی تطبیق می گردد.

### تحت نظر هیئت تحریر

پامیر از مقالات و آثار ارسال شما استقبال میکند.  
پامیر در رد یا قبول، ویرایش و تلخیص مطالب آزاد است.  
پامیر مسؤلیت مقالات را به عهده نویسندگان آن میگذارد.  
آدرس: مرکز شاروالی کابل  
وبسایت: www.km.gov.af  
چاپ: مطبعه سپین زر میلاد  
قیمت فی نسخه (۱۰) افغانی. - هفته دوبار نشر می گردد.

### رئیس و مدیر مسوول:

عبدالجلیل «سلطانی»  
موبایل: ۰۷۹۹۵۶۹۰۱۸  
دیجیتال: ۲۱۰۱۳۵۸  
ایمیل آدرس: Jalilsultani@outlook.com

### معاون و سرکتر مسوول:

سیدمقصود «هوفیانی»  
موبایل: ۰۷۴۴۳۳۳۳۶۶  
۰۷۹۹۲۱۶۴۵۹

## برنامه نقش زنان در ترویج فرهنگ شهر نشینی راه اندازی گردید

### کار بهسازی گذر شمال چهارراهی شهید «هنگرها»

#### آغاز می گردد

قرار است از برنامه انکشافی شاروالی کابل، فردا دوشنبه کار بهسازی سرک های گذر شمال چهارراهی شهید «هنگرها» واقع ناحیه پانزدهم شهر آغاز گردد.

طول مجموعی سرک های این گذر، ۷۵/۱۴ کیلومتر با عرض های مختلف، شامل ساخت ۹۴/۱۷ متر آبرو و ۸۲۵ متر پیاده رو می باشد.

این گذر میان جاده اصلی سلطان محمود غزنوی و میرزا عبدالقادر بیدل واقع بوده که با تکمیل کار بهسازی این گذر، علاوه بر ایجاد سهولت های محیطی، در کاهش ازدحام ساحات مرتبط نیز موثر واقع می گردد.



اهداف، خواهان همکاری بیشتر زنان گردید. سپس تعدادی از اشتراک کنندگان این برنامه، روی چگونگی موثر بودن نقش زنان در ترویج فرهنگ شهر نشینی صحبت کرده نظریات و پیشنهادات شانرا برای تقویت نقش زن در خصوص تعالی فرهنگ شهری و هماهنگی، که فرایند آینده بهتر است ابراز کردند. بعداً نماینده برنامه شهر، روی مشکلات محیطی ناشی از عدم رعایت فرهنگ

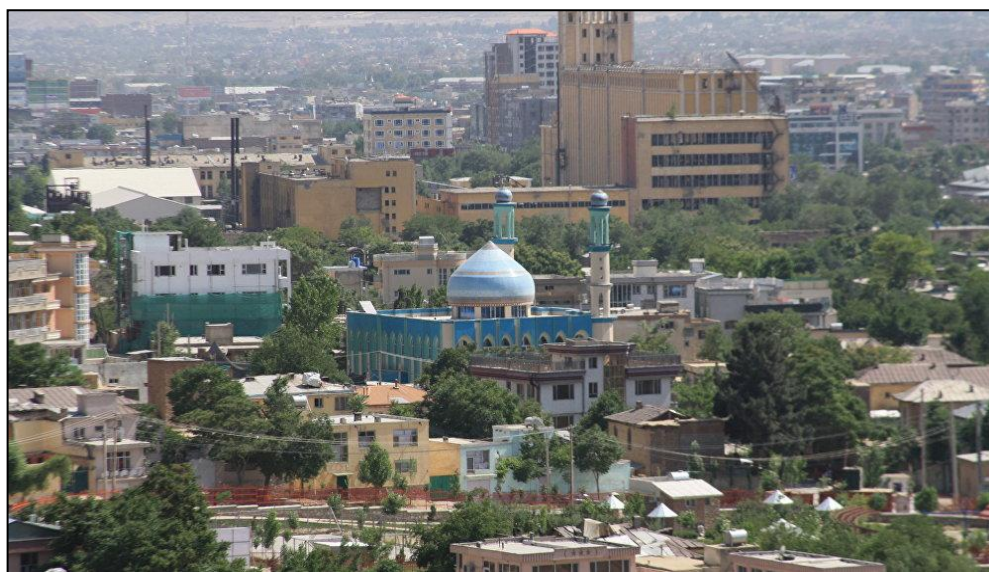
به منظور تقوی روحیه همکاری و سهم گیری فعال زنان در ترویج فرهنگ شهر نشینی، ریاست آگاهی و ارتباط عامه شاروالی کابل، روز چهارشنبه گذشته، برنامه نقش زنان در ترویج فرهنگ شهر نشینی را در قصر ملکه باغ بابر، راه اندازی کرد.

در این برنامه مسوولان بخش های مختلف شاروالی کابل، شورا های زنان نواحی شهر و اعضای برنامه شهر از دفتر حمایت کمک های ایالات متحده امریکا برای افغانستان، اشتراک ورزیده بودند. در آغاز، برشنا اوریا رییس آگاهی و ارتباط عامه شاروالی کابل، روی برجسته بودن نقش زنان در ترویج فرهنگ عالی شهرنشینی، صحبت نموده گفت: زنان همان طوریکه در ساختار فامیل ها و نظم خانواده ها نقش بارز و ارزنده دارند، در قسمت تحقق نظم شهری و استفاده از تأسیسات شهری، شاروالی کابل را یاری رسانند.

وی روی فعالیت ها و تدویر برنامه های هنری، فرهنگی و تنویر افکار عامه در خصوص ترویج فرهنگ شهری از سوی ریاست آگاهی و ارتباط عامه، روشنی انداخته به خاطر هماهنگی و کار مشترک شورای های زنان نواحی در تحقق این

## د یوه پاک او پرمخ تللي چاپیریال رامنځته کیدل، د بناریانو هڅوته اړتیا لري

گریوان دی، دا څکه چې اوس مهال په دغه وړوکي ښار کې د شپږو میلیونو په شاوخوا کې انسانان ژوند کوي او ترڅنګ یې شمیره زاړه او نوي لېږدونکي وسایط په داسې حال کې چې له بې کیفیته تیلوڅخه استفاده کوي په فعالیت لگیا دي او همدا راز یوشمیر نور عوامل هم شته دي چې د چاپیریال دککړتیا لامل کیږي. دا په داسې حال کې ده چې اړونده ادارو په تیره کابل ښاروالی په دې برخه کې تل هلې ځلې کړي خو دا چې د یادو ستونزولن ډیره پراخه ده دغه هلې ځلې بسنه نکوي او باید نورې هم گړندی شي. خو په دې اړه موږ ټولونه په کارده چې، د یادو ستونزو د له منځه وړلو اود یوه پاک، سمسور او زرغون چاپیریال درامنځته کولو په موخه، متې راوښکارو او له اړوندو ادارو سره مرسته شو، همدا شان د ټولنیزو چارو سرته رسونکو ادارو ته هم پکارده ترڅو په دې اړه خپلو هلوځلو ته گړندیتوب ورکړي ترڅو د یوه سالم او پرمخ تللي چاپیریال دجوړیدو لامل شي.



اړوند و ادارو په وړاندې د یولې ستونزو او خنډونو شته والی ده. که چېرې زموږ په هیواد کې امنیت او سوله ټینګ وي او د ټولنیزو چارو د پرمخ بیونکو ادارو په وړاندې ستونزې نوي، نو هیڅکله به زموږ چاپیریال له ککړتیا او ستونزو سره نوه مخ. کابل ښار چې د هیواد پلازمینه ده نن ورځ د نورو ښارونو په پرتله په زیاته اندازه له دغې ستونزې سره لاس او فرهنگ کمزورتیا، د دې لامل شوی ترڅو چاپیریال او هوا ککړ او هغو ته زیان ورسوي. له بلې خوا له اړوندو ارګانونو سره د ښار او چاپیریال په پاک ساتنه کې، دخلکو د مرستو او هم غږۍ نشتون هم د یادې ستونزې په زیاتیدو کې مرسته کړې. بل لامل چې د چاپیریال او هوا په ککړتیا کې یې ترډیره حده مرسته کړې هغه په هیواد کې د امنیت نشتون او د

نن ورځ د نړۍ په کچه د هوا او چاپیریال ککړتیا د یوې لویې ستونزې په توګه ډیرې اند یښنې راپارولې دي او که چېرې د دغې ستونزې مخ نیو و نشي، نو د دې امکان شته چې روغتیايي ستونزې به تردې هم زیاتې او خدای مکره یو انساني ناروین به رامنځته او د ډیرو انسانانو ژوند به له گواښ سره مخ شي. دا چې د تیرو او روانو جګړو، ناخوالو او کړکېچونو په بهیر کې زموږ د هیواد ډیرې کروندې، بڼونه، ځنګلونه او شنې سیمې له منځه تللي نو ورسره جوخت روغتیايي ستونزې هم رامنځته شوې او د وخت په تیریدو سره یې خپله لمنه نوره هم پراخه کړې، همدا شان د هیواد په ځینو ولایتونو په تیره کابل ښار کې د نفوس زیاتوالي او د بې شمیره زړو موټرو فعالیت، په ځینو تولیدي کارخانو کې د بې کیفیته موادو کارول او سوزول، په نابره توګه د ښار پراخیدل، د یوه منظم کانالیزاسیون نشتوالی او د ښاري