

فرماندار خاش: با پیگیری‌های انجام شده و حمایت‌های دولت سیزدهم و در راستای تحقق وعده‌ای دیگر، مشعل گاز شهری در منزل یک شهروند این شهرستان روشن شد.

۸

روزنامه مرز پرگهر دو زبانه فارسی بلوچی

مرز پر گهر بلوچانی دوارانت
زبان ایش هم بلوچانی هوارانت

هنگ جاده هَمک لوگه سپاهنت
کراهه روتاک بلوچانی توارانت

رئیس سازمان جهاد کشاورزی سیستان و بلوچستان با اشاره به آغاز برداشت خرما در استان: پیش بینی می‌شود امسال ۱۹ هزار تن خرما از نخلستان‌های شهرستان سراوان برداشت شود.

۸

نفس‌ها در سیستان بند آمد؛ ادامه مصائب مردم با جولان گرد و خاک



موج جدید وزش طوفان گردوخاک از بامداد ۲۷ تیرماه بار دیگر برای چهارمین بار از ابتدای تیرماه تاکنون پنج شهرستان سیستان را فرا گرفته و مردم منطقه را با چالش جدی مواجه کرده است. تسنیم- موج جدید وزش طوفان گردوخاک از بامداد ۲۷ تیرماه بار دیگر برای چهارمین بار از ابتدای تیرماه تاکنون منطقه سیستان واقع در شمال استان سیستان و بلوچستان را فرا گرفته و مردم منطقه را با چالش جدی مواجه کرده است. مجید محبی مدیرکل دفتر مدیریت بحران استانداری سیستان و بلوچستان در گفت‌وگو با خبرنگار تسنیم در زاهدان اظهار داشت: در پی موج جدید وزش بادهای ۱۲۰ روزه در منطقه سیستان شامل پنج شهرستان زابل، زهک، هامون، هیرمند و نیمروز واقع در شمال استان مجموع مراجعین به مراکز درمانی منطقه از ساعت ۶ صبح ۲۷ تیرماه تا ساعت ۸ صبح امروز ۱۲۸۶ نفر بوده که ۷۵ نفر از آنها بستری و مابقی سرپایی درمان شده‌اند. مدیرکل هواشناسی استان سیستان و بلوچستان در این زمینه در گفت‌وگو با خبرنگار تسنیم اظهار داشت: براساس بررسی آخرین نقشه‌های پیش‌یابی، آسمان استان قسمتی ابری و غبارآلود، ارتفاعات جنوبی استان ساعات بعدازظهر و اوایل شب شرایط برای رشد ابر، رگبار پراکنده باران گاهی رعدوبرق و وزش باد شدید لحظه‌ای فراهم است.

ادامه صفحه ۶

چرا شیوع آرتروز زانو افزایش یافته است

صفحه ۴

تسریع در احیای معادن؛ معادن راکد

واجد شرایط واگذار می شود

صفحه ۶

واکنش سپهرزاد به نتایج ضعیف

دوومیدانی‌کاران

صفحه ۳

بلوچی دوچ ء دوچگر

صفحه ۲

خبر

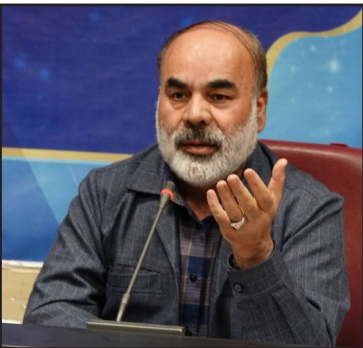
رشته‌های دانشگاهی سیستان و بلوچستان باید متناسب با شرایط و نیازهای استان باشند

مطالعه مستمر داشته باشید چرا که مطالعه تحرک فکری ایجاد می‌کند و تحرک فکری باعث بروز ایده و ایده نیز تحول آفرین خواهد بود. وی تصریح کرد: دانش آموز باید رویاپرداز باشد چون رؤیا تبدیل به ایده و ایجاد تحول می‌شود. استاندار سیستان و بلوچستان با تاکید بر استفاده از فناوری و خلاقیت در مدیریت‌ها افزود: تغییراتی در دانشگاه‌ها انجام شده و برخی رشته‌ها حذف و برخی رشته‌ها اضافه شده‌اند چرا که رشته‌ها باید متناسب با شرایط و نیازهای استان باشند.

وی گفت: در حالیکه ظرفیت‌های بی‌شمار کشاورزی در سیستان و بلوچستان داریم اما نیروی متخصص در استان در این زمینه وجود ندارد و در شهرستان‌هایی که مرکز کشاورزی نیز هستند رشته‌های انسانی غیرکاربردی وجود دارد اما رشته کشاورزی مورد نیاز در دانشگاه وجود ندارد.

کرمی تصریح کرد: دانش آموزان هنرستانی رشته‌های کشاورزی باید در قالب تعاونی زمین کشاورزی دریافت کنند و از همین سن کار و تلاش بر روی زمین‌های کشاورزی را به صورت عملی شروع کنند.

وی خاطر نشان کرد: دانشجویان سایر دانشگاه‌ها نیز باید ۲ روز در هفته به صورت عملی در مراکز صنعتی حضور داشته و کار کنند. استاندار سیستان و بلوچستان تاکید کرد: آن چیزی که از شما انتظار داریم این است که کار علمی داشته و اهل مطالعه باشید و با تلاش جدی و شبانه روزی و الهام گرفتن از قرآن به عنوان دستورالعمل زندگی منشاء تحولات مؤثر در استان باشید.



ایسنا- استاندار سیستان و بلوچستان گفت: این استان سرشار از ثروت‌های خدادادی است و رشته‌های دانشگاهی باید متناسب با شرایط و نیازهای منطقه باشند.

محمد کرمی در جمع تعدادی از دانش آموزان بسیجی اظهارکرد: سیستان و بلوچستان یک استان کاملاً ثروتمند است و نباید واژه محروم را برای آن به کار ببریم. وی بیان کرد: این محرومیت ناشی از آن است که در گذشته متناسب با ظرفیت‌های سیستان و بلوچستان کار نشده و یا نگاه‌های کوچک به استان مانع از رشد و توسعه آن شده است.

استاندار سیستان و بلوچستان افزود: متأسفانه فرهنگ کار در استان به دلایلی تضعیف شده است و در برخی مواقع برای اجرای پروژه‌ها، نیروی کار از خارج از استان تامین و یا از اتباع خارجی استفاده می‌شود. وی تاکید کرد: اگر جامعه‌ای بخواهد پویا محسوب شود باید اهل کار و تلاش باشد و علاوه بر آن در اسلام نیز به کار و تلاش به طور مداوم توصیه شده و کار و تلاش و کسب روزی حلال معادل عبادت عنوان شده است.

کرمی خطاب به دانش آموزان بسیجی گفت: شما از همین دوران باید کار و تلاش را شروع کنید و

” بد مه بر منی گپاں ”



ندکار ،

یلی چاکر بلوچ ،

من چہ درملک ء کہ در اتکاں ء وتی گلزمین ء مسکیں خاک ء سرا قدم کپت انت منی یک هیالے ہمیش ات کہ من فکر کنگ ء لگ ء اتان ء من ء ہج سما نیست ات کہ من تنیگہ بالی پٹ ء آن ، اچانک ء السلام علیکم یلی جان ،،، من پچگڑ اتان ء حیران ء جبگہ بوتان کہ حسن ٹیکسی والا منی گلائیش کنگ ء دلمانگ ات ہمے واستا کہ منی دیم ء اتنگ ات ، وش اتک ء جوڑی ء پد من ء حسن ٹیکسی ء سوار بوتیں ، حسن گپ ء ات بلے من نزانت چی گوشت بس اینچو سرپد بوتان کہ پٹرول ء ڈیزل ء نہاد ء گرانی ء گپ ء ات ، نوں من شمارا وتی ہیال تاجی بارو ء گوشاں کہ من شاعرے نہاں بلے ادب دوستی آن ، ہمے ہاترا ہمک شپ اودا گوں سنگتان ادبی ء لبزانکی دیوان برجم بوتگ ، نوں من ہمے فکر کت کہ ادا باریں چونیں ادبی سنگت دست کپیٹ ، بلے اے گپ شُما آش کنگ کہ ڈھل ء توار دور وش انت ، منی مقصد ایش انت کہ من لہتیں سنگتانی نام آش کنگ ات کہ نام ء ڈاکٹر ء انجنیئر اتان ہمیشا من ہمیشانی گندگ ء بے چاڑ بوتان ،،،

خیر وهد گوزان بوت ء یک شپے منی سنگتے ء من ء وٹسپای دیوانی ء ہوار کنائنت ، من کہ ہوار بوتان چاراں تاں منی ہیالی فاضلاں چہ دو سے ہمے دیوان ء ہوار ، بلے من حاموش بوتان ء ہج نہ گوشت ، بلے من سک ہجگہ بوتان کہ منی ہیالانی اُستاد وتی ناماں چہ ابید ماں سیاہگی نبشتہ ء آپ ء سرا لکیرے رندگ ء آتاں ، ء ہمے دیوان ء نودربر اچہ اُستادان بلد تر ات انت بلے نازانتیں اُستادانی زاتی انا چو کوہ ء البرُز ء مک ات ء دیوان اتکگیں دلپردی جارانی چیر ء پہ مراد بات ء اُروسی جارانی چیر ء ہائیگ بدنت نبشتہ کنان اتان ، ء بزگیں نودربرانی راستیں سیاہگ رد گوشگ بوت انت ء اُستادی ساہگ ء ہبر ء ہگل وا حساب ء نہ اتان ، اگاں آ روچ ء لوگ ء چاہ اش مہ رستیں گڑا ولگوچ کنگ لیبی ات ، باز نودربر ء من ء گوشت کہ تو پھک بے توار ء حاموش ء گڑا پرچہ دیوان ء اتکگے ؟ من پسہ دات کہ من شمئے نام کپتگیں اُستادانی چارگ ء وازمندگ بوتگان ، کہ بے وانگ ء جوڑ بوتگیں ڈاکٹر ء پروفیسر گوں چالاکیں دپ ء ہنربازیں اُستادی کرداں دیوان ء کہ کاینت گڑا سما بیت کہ سلمان خان اتکگ ء وتی تامر ء داستان ء گوں جلوہ ناکیں ڈائیلاگاں وٹسپ دیوان ء یاد گرگ ء جہد ء کنگ ء ات انت ، ہما کہ منی گمان ء کذیں کوہے بوتگ انت بلے گندگ ء سے پا ء چٹانکے ء گیشتر نہ اتان ، منی حاموشی کہ پروشت گڑا من چار ات تاں پٹگیں اُستاد شش فٹ ء چست انت گوں شاگرداں جاک ء صلوات ء انت ء ولگوچ کنان انت گڑا ہما روچی ء پد من ء چوشیں اُستادانی دیوان ء ہج بنیادم ء ندیستگ ، اگاں زند ء وفا گت انشاءاللہ گوں چوشیں وت دلیں اُستادانی بلد پریشر ء گوں ہج سیادی نکناں بلکہ وتی ٹماسگاں ہم گلہ کناں کہ ہپتاد کائیگر ء زور ء جنوکیں ڈاکٹراں گوں سلام ء الیک مکن انت ،

بوت کنت شما منی نبشتانک ء مزاکے سرپد بہ ات ،،،

بلے راستیں گپ انت باور بکن ات



کاجاری بادشاہے گوں وتی وزیر ء گزیراں یک روچے مُلک ء توک ء تَرگ ء شُت انت مَرَدکے ء لوگ ء شُت ء مہمان بوٹ انت مَرَدک ء پس ئے سَرگ ء پادگ گراستگ ات سَرگ ء پادگ اش آورت ء بادشاہ ء دیم ء ایر کرت انت بادشاہ ء دیم گوں وزیر ء گزیراں کرت ء گوشت اے سَرگ ء پادگاں یک مَرَنیں



نبشتکار:اصغر زبیر

کماشے ء کسہ کت کہ

یکرندے مئے میتگ ء مستیں کائیگرے سک کورماد بوتگ. آئی ء ہج جھلگ ء برزگ نہ چار اتگ ء کس وتی دست جان ء جننگ اوں نئیشتگ. سجھیں بازار ء مست ء گمراہ بوتگ. ہاک ئے ماں سرا مان رُپتگ،ہرچی کہ دپ ء کپتگ روپان ئے کنگ. دیوالاں، لوگاں، مچاں، درچک ء داراں جنان ء پروشان بوتگ.

رجانک : ادبی حکیم

رازے ہست بادشاہ ء اوّل سَرگ ء مازگ در کرت ء وارت انت گوشت ئے اگاں لوٹ ات مُلکے ء توک ء مُدام بادشاہی بہ کن ات گڑا راج ء سرگانی مازگاں بہ کش ات تاں کہ راج بے اگل ء ابدال بہ بیت رندا بادشاہ ء سَرگ ء زُبان چہ بُن ء ولگوچ کرت ء وارت گوشت ئے اگاں لوٹ ات راجے ء سر ء مُدام ہُکم بہ کن ات گڑا راج ء زبان ء ولگوچ بہ کن ات تاں کہ هاموش بہ بیت رندا بادشاہ ء سَرگ ء چَم ء بُن گوش در کرت ء وارت انت گوشت ئے اگاں لوٹ

کورمادی
چوشیں چیز ء ساہ دارے نہ بوتگ کہ چرائی ء زد ء کور مادی ء رگ اتگ.
اے کورمادیں کائیگر ء بازار ء مردم سوکی ء پھری کتگ انت.
بلے گش انت کہ شومی ہال نہ دنت ء کثیت، بہت کہ کپیٹ اُشتر ء سرا اوں گُچک وارت.
یکرندے بزاں آ وتی ہمے سرمستی ء کورمادی ء توک ء شنک ء پَلّے ء وتی سر ء گُت دنت کہ ہمودا توسکیں شنکے آئی ء چم ء پُتریت ء آ بانسگے جنت ء گُون مِنجکی کپیٹ. ہمے وهد ء کہ گُون مِنجکی کپگ ء بیت بزاں نہ کنئے کہ جھل ء اوں بُندے کپتگ ء آئی ء اوں تُسکیں دارے پر انت کہ ہمے دار آئی ء توک ء پُتریت.نوں کائیگر جنت پریاتاں کہ ابو بابی نہ بوتان. چم شت ء پشت ء اوں دارے پُترت. ہمدا آ بازیں لگتکی ء تلوسگے جنت ء چہ پشت ء دیماں پچ بیت.
چرے کسہ ء ہمے پنت رسیت کہ کورمادی شریں چیزے نہ انت.تو ستر قمرد بہ بئے بلے سیر ء سوا سیر اوں است انت.
کزا ء کار ہال نہ دیئے انت ء کا انت.وہدے کہ کزا ء کار کانت گڑا پدا تو بُندُک ء اوں پیٹم نہ بئے.گڑا چہ رند ء پشومانی ء تورشتاں گھتر انت کہ پیسرا وتی سرء چٹ ء بہ گر.

رویای ناتمام ستاره شدن در مدارس فوتبال!

نفس نفس زنان از پا می‌افتادند و گوشه‌ای می‌نشستند. این حکایت آن روزهاست و امروز حکایت عصرهای تابستانی کودکان چور دیگری است. دیگر خبری از آن هیاهوی داخل کوچه نیست، مدارس فوتبال یکی یکی سبز شدند و هیاهوی کوچه ها را به دل خود کشاندند، آسفالت سفت و گرم کوچه‌ها جای خود را به زمین‌های چمن داده و توپ‌های واقعی فوتبال، جای توپ‌های پلاستیکی را گرفته‌اند.

به گزارش ایسنا، در دنیای امروز که فوتبال به یک صنعت پردرآمد تبدیل شده و بازیکنان تیم‌های بزرگ قراردادهای نجومی می‌بندند، خانواده‌های زیادی تمایل دارند فرزندانشان به صورت اصولی فوتبال را یاد بگیرند و آینده خود را در این رشته محک بزنند، برای همین آنها را راهی مدارس فوتبال می‌کنند به این امید که استعدادهای فوتبالی‌شان کشف و پرورش یابد تا شاید به ستاره‌های بزرگی تبدیل شوند.

با این وجود، این روزها حرف و حدیث‌ها پیرامون فعالیت مدارس فوتبال بسیار است، برخی از آنها تنها به محلی برای کسب درآمد تبدیل شده‌اند و به جای اینکه فوتبال را اصولی به کودکان آموزش بدهند، تنها به سرگرم کردن آنها با یک توپ اکتفاء می‌کنند و برخی از این مدارس فوتبال هم که می‌خواهند خوب کار کنند، مشکلاتی پیش روی فعالیتشان دارند. یکی از مسائلی که در رابطه با مدارس فوتبال همواره روی آن بحث شده، هزینه‌های بالای ثبت‌نام در این



ایسنا- تا همین سی، چهل سال پیش، همان سال‌هایی که هنوز آپارتمان‌های بلند جای خانه‌های حیاط دار و دلباز را نگرفته بود، عصرهای روزهای تابستانی، کوچه پس کوچه‌های شهر پر می‌شد از صدای هیاهو و سر و صدای بچه‌هایی که در آن بازی می‌کردند. دخترها آرام در گوشه‌ای از کوچه می‌نشستند و عروسک بازی می‌کردند و پسرها هم به عشق ستاره‌های فوتبال آن زمان پا به توپ می‌شدند و تمام سعی‌شان را می‌کردند که هر طور شده حرکات آنها را تقلید کنند و برای لحظه‌ای هم که شده خودشان را جای آنها تصور کنند.

دو خشت آجری، دروازه‌ای بود که درست کرده بودند و آنقدر دنبال توپ پلاستیکی سرخابی سفید راه‌راه روی آسفالت داغ کوچه می‌دویدند تا خسته می‌شدند و

زارعی: درخواست جلسه کمیته انضباطی برات‌زاده را به وزارت ورزش داده‌ایم



رئیس فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی گفت: علی برات‌زاده به ایران بازگشته و به وزارت ورزش و جوانان درخواست برگزاری جلسه کمیته انضباطی او را داده‌ایم.

رضا زارعی درباره اینکه چه تصمیمی درباره سنگوردی که در فرانسه از بلند کردن پرچم ایران

مدارس است که هرساله هم رشد قابل توجهی پیدا می‌کند.

هزینه ثبت‌نام در مدارس فوتبال کرمانشاه در تابستان سال ۱۴۰۱ برای ۲۴ جلسه مبلغ ۶۶۰ هزار تومان بود که این رقم برای تابستان امسال رشد قابل توجهی پیدا کرده و به حدود دو میلیون تومان برای ۳۶ جلسه رسیده است که البته مسئولان مدارس فوتبال عنوان می‌کنند ۴۵۰ تا ۵۰۰ هزار تومان از این مبلغ صرف تهیه لباس ورزشی آنها می‌شود، این درحالیست که رئیس هیات فوتبال استان می‌گوید به مدارس فوتبال اعلام کرده‌اند که یک میلیون و ۵۰۰ هزار تومان هزینه شهریه به همراه لباس است.

علی محبی زنگنه در گفت‌وگو با ایسنا، ضمن اشاره به فعالیت حدود ۴۰ مدرسه فوتبال در سطح استان، ادامه داد: هرساله نرخ ثبت‌نام در مدارس فوتبال از سوی اداره کل ورزش و جوانان اعلام می‌شد، اما امسال باتوجه به اینکه مقرر شده که طرح رتبه‌بندی باشگاه‌های ورزشی و از جمله مدارس فوتبال در کشور انجام گیرد و میزان اخذ شهریه هم براساس این رتبه‌بندی باشد، اعلام نرخ شهریه مدارس کمی با تاخیر مواجه شد. وی اضافه کرد: باتوجه به اینکه مدارس فوتبال از اواخر خرداد فعالیت تابستانه خود را آغاز کرده بودند، برای همین باید زودتر نرخ ثبت‌نام آنها مشخص می‌شد، لذا وزارتخانه این تفویض اختیار را به استان‌ها داد تا بتوانیم خودمان نرخ‌ها را اعلام کنیم.

زارعی: درخواست جلسه کمیته انضباطی برات‌زاده را به وزارت ورزش داده‌ایم

دقیق‌تری ندارم. آنها از ما خواسته بودند تعداد رشته‌هایی که شانس اول کسب مدال هستند را اعلام کنیم که ما قبلاً این کار را انجام داده بودیم، اما تصمیم نهایی برعهده ستاد بازی‌ها است.

زارعی تصریح کرد: اسامی هشت ورزشکار، دو مربی و یک سرپرست را داده بودیم که در جلسات متعدد با کمیته ملی المپیک مورد بررسی قرار گرفت، اما شاید نتایج سنگنوردان در جام‌های جهانی عامل تصمیمات جدید باشد. توقع کمیته ملی المپیک این بود که حتماً بازیکنان مدال بگیرند در حالی که علیپور عنوان هشتم جام جهانی را کسب کرد و الناز رابکی در رشته لید بیست و یکم شد که با توجه به حضور رقبای قدرتمند نتیجه خوبی بود. با این حال دفاع کردیم و امیدوار هستیم از سهمیه ما کم نشود.

آگهی فراخوان تجدید مناقصه عمومی یک مرحله ای

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زابل در نظر دارد مناقصه عمومی یک مرحله ای مشروحه ذیل ، مطابق برنامه تعیین

شده را از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی (ستاد) برگزار نماید.

شماره مناقصه	موضوع مناقصه	مبلغ تضمین	حداقل شرایط برای دریافت اسناد	نوع ضمانتنامه	شماره فراخوان
۱-۵-۱۴۰۲	تجدید مناقصه عمومی یک مرحله ای تکمیل ساختمان بهورزی زابل با ارزشابی	۵/۰۰۶/۱۶۹/۶۳۱ریال	مجوز از مراجع ذیصلاح	ضمانت نامه بانکی یا واریز نقدی	۲۰۰۲۰۰۳۸۴۰۰۰۰۰۲۴

کلیه مراحل بـــرگزاری مناقصه از دریافت اســـناد تا ارائه پیشنهاد مناقصه گران و باز گشایی پاکـــت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی ، کلیه مراحل ثبت نام در سایت مذکور را جهت دریافت گواهی امضای الکترونیکی اقدام نمایند و در مناقصه اعلام شده شرکت کنند.
***محل دریافت اسناد مناقصه : مناقصه گران جهت دریافت اسناد مناقصه به آدرس www.setadiran.ir مراجعه نماید و در صورت نیاز به کسب اطلاعات بیشتر به شماره ۳۲۲۳۷۴۵۱ –۰۵۴ (اداره امور حقوقی و مناقصات دانشگاه)تماس حاصل نمایند .**

مهلت دریافت اسناد از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی ستاد	از روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۵/۱ لغایت سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۵/۳
آخرین مهلت بارگزاری اسناد مناقصه به صورت الکترونیکی در سامانه ستاد	تا ساعت ۱۳ روزیک شنبه مورخ ۱۴۰۲/۵/۱۵
آخرین مهلت تحویل نسخه فیزیکی پاکـــت الف به دبیر خانه حراست دانشگاه	تا ساعت ۱۳ روزیک شنبه مورخ ۱۴۰۲/۵/۱۵
تاریخ گشایش پاکـــت مناقصه	از ساعت ۱۰ صبح روزدو شنبه مورخ ۱۴۰۲/۵/۱۶
مدت اعتبار پیشنهاد	۲۰ روز کاری و برای یک دوره قابل تمدید می باشد

ضمناً" مناقصه گران جهت کسب اطلاعات بیشتر در خصوص اسنادمناقصه به اداره حقوقی و مناقصات به نشانی زابل – میدان جهاد – خیابان شهید باقری – ستاد مرکزی دانشگاه علوم پزشکی زابل به شماره تلفن ۳۲۲۳۷۴۵۱–۰۵۴ تماس حاصل نمایند .
وهمچنین جهت ارائه پاکـــت الف (تضمین شرکت در مناقصه) در موعد مقرر به دبیر خانه مدیریت حراست دانشگاه علوم پزشکی به نشانی فوق مراجعه نمائید %

***هزینه انتشار آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد %**

م الف : ۵۳۶

شناسه آگهی: ۱۵۳۳۹۹۲

اجتماعی – اقتصادی

خبر

واکنش سپه‌ر‌زاد به نتایج ضعیف دوومیدانی کاران: هر چه قدر پول بدهی، آش می‌خوری



مدیر تیم‌های ملی دوومیدانی گفت:

این حق را برای کسی قائل نیستم که بخواهد کار ملی‌پوشان را زیر سؤال ببرد؛ چون هر چه قدر پول بدهی، آش می‌خوری.

تسنیم- بیست و پنجمین دوره رقابت‌های دوومیدانی قهرمانی آسیا در حالی به میزبانی تایلند برگزار شد که کاروان ایران با ۲ نقره و یک برنز به کار خود پایان داد.

هادی سپه‌ر‌زاد مدیر تیم‌های ملی دوومیدانی در این باره به خبرنگار خبرگزاری تسنیم گفت: مسابقات در بالاترین سطح برگزار شد و نزدیک به ۱۵۰۰ نفر در آن شرکت کردند که بی‌سابقه بود. ژاپن، هند و چین تیم بزرگی را اعزام کرده بودند. نتایج هم گویای این موضوع است که رکوردهای خارق‌العاده‌ای جابه‌جا شد و این نشان دهنده سطح کیفی بالا بود. مسابقات چهار سال برگزار نشده بود و ورودی‌های جهانی هم آنقدر افزایش یافته بودند که خیلی از ورزشکاران با تمام قدرت شرکت کردند تا از طریق رنکینگ سهمیه بگیرند و همچنین شرایط بازی‌های آسیایی زودهنگام را تجربه کنند. به همین علت سطح مسابقات بالا بود.

وی درباره عملکرد ملی‌پوشان ایران و رکورد پایین برخی از آنها نسبت به رکورد قبلی‌شان گفت: کم تجربه بودن برخی از نفرات یکی از علل این موضوع

خبر

کارانه قهرمانی آسیا– صعود مقتدرانه دختران ایران به دیدار نهایی کومیته تیمی

رفت و با برتری ۵ بر صفر سند پیروزی تیم کشورمان را امضا کرد.

تیم کشورمان در دومین دیدار به مصاف ازبکستان رفت و به برتری ۲ بر صفر رسید. ابتدا آتوسا گلشادنژاد با نتیجه ۶ بر یک حریف خود را شکست داد و در ادامه لیلا برجعلی با نتیجه ۶ بر ۱ از سد کاراته‌کا ازبکستانی عبور کرد.

دیدار سوم تیم کومیته تیمی کشورمان مقابل ژاپن بود تا جدال سنتی قاره آسیا برگزار شود. مبارزه‌ای که در نهایت با برتری ۲ بر یک تیم کشورمان به پایان رسید. در مبارزه اول این دیدار آتوسا گلشادنژاد با نتیجه ۲ بر صفر مقابل نماینده ژاپن به پیروزی رسید.

لیلا برجعلی در مبارزه دوم با نتیجه ۲ بر صفر مغلوب حریف خود شد تا سرنوشت این دیدار به جدال سوم کشیده شود و مبینا کاویانی با عملکردی بسیار خوب با نتیجه ۷ بر ۴ کاراته‌کا ژاپنی را شکست داد تا تیم کشورمان به دیدار نیمه‌نهایی راه یابد. تیم کومیته تیمی بانوان کشورمان در دیدار نیمه‌نهایی به مصاف چین تایپه رفت و به برتری ۲ بر صفر رسید. در مسابقه نخست آتوسا گلشادنژاد با نتیجه ۵ بر صفر به برتری رسید و دیدار دوم نیز با درخشش لیلا برجعلی ۸ بر صفر به پایان رسید تا تیم کشورمان مقتدرانه فینالیست شود. دیدار نهایی ساعت ۱۲ امروز برگزار می‌شود. هدایت تیم کشورمان در این مسابقات برعهده فرخ‌نار ارباب به عنوان سرمربی و پگاه زنگنه به عنوان مربی است.

خبر

کارهای داوطلبانه در سنین بالا به پیشگیری از آلزایمر کمک می کند



مشارکت در فعالیت مؤسسات خیریه آموزشی، مذهبی، مرتبط با سلامت و غیره مزایای مختلفی را به مردم ارائه می‌دهد و شامل فرصتی برای فعالیت بدنی بیشتر، افزایش فرصت برای تعامل اجتماعی و تحریک ذهنی است.

برای این مطالعه، محققان عادات داوطلبانه را در بین بیش از ۲۴۰۰ سالمند آمریکایی بررسی کردند. میانگین سنی افراد ۷۴ سال بود. محققان دانشگاه کالیفرنیا، بین اقدامات داوطلبانه و نمرات پایه بهتر در آزمون‌های عملکرد اجرایی (مهارت‌های لازم برای انجام کارها) و اپیزودیک کلامی (حافظه رویدادی یا تجربیات شخصی) ارتباط پیدا کردند.

محققان همچنین به روند کاهش شناختی در طول زمان پیگیری ۱.۲ ساله پی بردند، اما این ارتباط از نظر آماری معنی‌دار نبود. همچنین، سالمندانی که چندین بار در هفته داوطلب انجام برخی کارها می‌شدند، بالاترین سطوح عملکرد اجرایی را داشتند.

به گفته محققان، «اقدامات داوطلبانه ممکن است برای شناخت بهتر در اواخر زندگی مهم باشد و می‌تواند به عنوان یک مداخله ساده در همه افراد مسن برای محافظت در برابر خطر ابتلاء به بیماری آلزایمر و زوال عقل عمل کند».

خبر

امگا۳ در حفظ سلامت ریه ها موثر است



یک مطالعه جدید نشان می دهد که خوردن ماهی یا مکمل های حاوی اسیدهای چرب امگا ۳ از سلامت ریه حفاظت می کند.

مهر- به نقل از مدیسن نت، به گفته محققان، این یافته بر اهمیت گنجاندن ماهی و سایر منابع امگا ۳ در رژیم غذایی تأکید می کند. «پاتریشیا کاسانو»، مدیر بخش علوم تغذیه در دانشگاه کرنل و یکی از نویسندگان این مقاله، گفت: «ما چیزهای زیادی در مورد نقش رژیم غذایی در سرطان و بیماری‌های قلبی عروقی می‌دانیم، اما نقش رژیم غذایی در بیماری مزمن ریوی کمتر مورد مطالعه قرار گرفته است».

کاسانو گفت: «این مطالعه به شواهد فزاینده ای اضافه می کند که اسیدهای چرب امگا ۳، که بخشی از یک رژیم غذایی سالم هستند، ممکن است برای سلامت ریه نیز مهم باشند.»

مطالعات گذشته نشان داده است که اسیدهای چرب امگا ۳ ممکن است به حفظ سلامت ریه‌ها به دلیل اثر ضد التهابی ثابت شده شأن کمک کند. برای درک بهتر این موضوع، محققان یک مطالعه دو قسمتی را انجام دادند. بخش اول یک مطالعه شامل بیش از

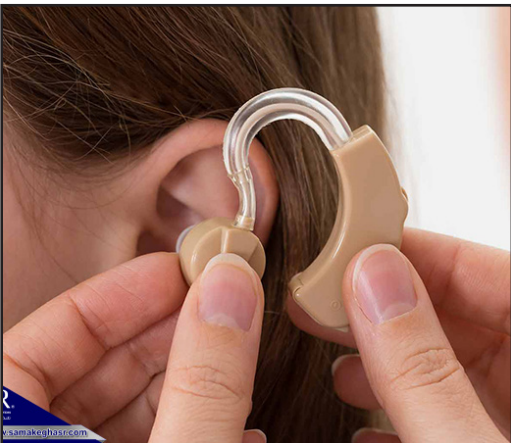


خشک جای سطح صیقلی (همان غضروف) را گرفته است. دلیل خشک شدن زانو هم به خاطر همان زبری است و وقتی پروتز در زانو گذاشته می‌شود یعنی یک سطح فلزی جایگزین غضروف می‌شود.

وی افزود: ژنتیک، نژاد، جنسیت و سن، از عوامل مهم ابتلاء به آرتروز زانو است؛ به عنوان مثال خانم‌ها به لحاظ شرایط هورمونی که دارند بیش از آقایان دچار آرتروز زانو می‌شوند یا مثلاً در مورد فاکتور سن، میزان ابتلائی افراد زیر ۴۵ سال کمتر از دو درصد، افراد بالای ۴۵ سال ۳۰ درصد و افراد بالای ۶۵ سال ۶۸ درصد است پس می‌بینیم که با بالا رفتن سن رقم ابتلاء به آرتروز چطور صعود می‌کند به عبارت دیگر از سن ۶۵ سن به بالا از بین هر ۱۰ نفر هفت نفر مبتلا به آرتروز زانو است. بنابراین بیشتر افرادی که زیر ۴۵ سال هستند اما از ترس ابتلاء به آرتروز نزد پزشک می‌روند دچار این بیماری نیستند و بیشتر ترس و نگرانی ابتلاء به آن را دارند. یکی از مهم‌ترین و اصلی‌ترین دلایل ابتلاء به آرتروز چاقی است به طوری که گفته می‌شود به ازای هر یک کیلو افزایش وزن، چهار کیلوگرم فشار به زانو می‌آید.

حاجی تقی ادامه داد: کسی که به آرتروز زانو مبتلا است کم کم به سمت انحراف زانوی بیشتر و پای پرناتزی می‌رود و درد شدیدی را باید تحمل کند و هرچه دیرتر پروسه درمان آغاز شود درد بیشتر می‌شود و بیمار به سمت خانه نشینی می‌رود. همچنین درمان دیررس آرتروز زانو تبعات دیگری برای معج پا و کمر خواهد داشت.

این جراح و متخصص اضافه کرد: علت اصلی جراحی زانو درد است و در واقع در این جراحی تعویض مفصل صورت می‌گیرد. البته در سنین پایین توصیه ابتدایی ما دارو درمانی و فیزیوتراپی است و نه جراحی ولی در سنین بالا که فرد دارو درمانی، فیزیوتراپی و تزریق را



تحقیقات جدید نشان می‌دهد که سمعک ممکن است روند زوال فکری در افراد مسن را کاهش دهد؛ اما فقط در افرادی که در معرض خطر زوال عقل هستند.

مهر- به نقل از مدیسن نت، دکتر «فرانک لین»، استاد دانشگاه جان هاپکینز مریلند، گفت: «این نتایج شواهد قانع‌کننده‌ای ارائه می‌دهند که درمان کم‌شنوایی ابزاری قدرتمند برای محافظت از عملکرد شناختی در سنین بالاتر است

و احتمالاً در درازمدت، تشخیص زوال عقل را به تأخیر می‌اندازد». لین در ادامه افزود: «ما هر گونه فواید شناختی درمان کم شنوایی مرتبط با افزایش سن، بسته

چرا شیوع آرتروز زانو افزایش یافته است؛خانم ها بیشتر مبتلا می شوند

امتحان کرده و جواب نگرفته، درمان قطعی جراحی زانو است. البته باز شرایط بیمار خیلی تعیین کننده است چون مثلاً ممکن است یک نفر زیر ۶۵ سال باشد اما درد زانو زندگی را مختل کرده و از درمان‌های ابتدایی هم جواب نگرفته است یا مثلاً آسیب‌های ابتدایی مثل انحراف زانو هم دارد در چنین شرایطی دیگر مهم نیست که فرد زیر ۶۵ سال سن دارد باید هرچه زودتر زانویش جراحی شود.

این فلوشیپ جراحی زانو در ادامه به راه‌های پیشگیری از ابتلاء به این بیماری پرداخت و گفت: علاوه بر رعایت رژیم‌های غذایی که همه جا از آن حرف زده می‌شود مثل خوردن سبزیجات و کم کردن قند و نمک و کربوهیدرات‌ها، انجام ورزش‌هایی که عضلات چهار سر زانو را تقویت می‌کند نیز بسیار در پیشگیری از ابتلاء به آرتروز زانو مؤثر است. یک نکته جالب درباره رژیم غذایی مؤثر در آرتروز اینکه، نمک یکی از عوامل ابتلاء و پیشرفت آرتروز است. در عوض مواد غذایی حاوی امگا ۳ و تخم کتان می‌توانند تا حد زیادی امکان ابتلاء به آرتروز را کاهش می‌دهد.

حاجی تقی توضیح داد: برای فردی که سن بالایی ندارد و سلامت جسمی و عضلات خوب دارد و اهل ورزش است بالا و پایین رفتن از پله نوعی ورزش است اما اگر فرد سنش بالا است و وارد روند آرتروز زانو شده بالا و پایین رفتن از پله بسیار آسیب زا است. توصیه ما به کسانی که آرتروز زانو دارند این است که عضلات چهار سر زانوی خود را تقویت، ورزشان را کم و رژیم غذایی خاصی را رعایت کنند. علاوه بر اینها خوب است که فرد مبتلا به این درد، روزانه در دو نوبت مثلاً صبح و عصر به مدت نیم ساعت در یک سطح صاف و همکف پیاده روی کند. ورزش‌های دیگری مثل آب درمانی هم می‌تواند به بهبود درد کمک کند.

وسایل کمک شنوایی ریسک زوال عقل را در افراد پریسک کاهش می دهد

محققان عملکرد اجرایی، زبان و حافظه را در شروع مطالعه و سپس هر سال آزمایش کردند. از جمله آزمون‌ها، یادآوری لغات با تأخیر، یادگیری اتفاقی، و حافظه منطقی بود.

در مجموع، تفاوتی در کاهش شناختی پس از سه سال بین دو گروه وجود نداشت. اما وقتی به طور خاص گروه در معرض خطر بیشتر مورد بررسی قرار گرفتند، در گروهی که سمعک دریافت می‌کردند، ۴۸ درصد تغییر شناختی کمتری در طی سه سال وجود داشت.

برای افرادی که در گروه سالم‌تر بودند، تغییرات شناختی سه ساله بین گروه مداخله شنوایی و کنترل تفاوت معنی داری نداشت.

به گفته محققان، درمان کم شنوایی در افراد مسن در معرض خطر بیشتر زوال عقل، نقش محافظتی ایجاد می‌کند.

کم شنوایی مرتبط با سن حدود دو سوم بزرگسالان بالای ۶۰ سال را در سراسر جهان تحت تأثیر قرار می‌دهد. نویسندگان در یادداشت‌های پیش زمینه گفتند، کمتر از ۱۰ درصد از افراد مبتلا به کم شنوایی در کشورهای با درآمد کم و متوسط از سمعک استفاده می‌کنند، در حالی که کمتر از ۳۰ درصد در کشورهای با درآمد بالا این کار را انجام می‌دهند.

سختی‌های مادران بر دوش کودک ۲ ساله

کرده‌اند و نمونه‌های مدفوع آنان را برای ترسیم ترکیب میکروبیوم‌های آنان آزمایش کردند. در نهایت، دانشمندان متغیرهایی مانند درآمد خانواده را کنترل کردند که به‌عنوان نماینده‌ای برای ناملایمات دوران کودکی شناخته شده است.

تجزیه‌وتحلیل‌ها نشان داد کودکانی که مادرانشان در دوران بارداری اضطراب بیشتری را گزارش کرده‌اند، میکروبیوم‌هایی دارند که در آن گونه‌های مختلف میکروارگانیسم‌ها با اندازه‌های مشابه هستند که با جنبه معمولی میکروبیوم متفاوت است، به‌طوری‌که برخی از گونه‌ها فراوان‌تر از بقیه هستند. این تحقیقات همچنین نشان داد که برخی از انواع مشکلات رفتاری و سلامت روان با فراوانی گونه‌های خاص در میکروبیوم روده مرتبط است.

از آنجایی که ارتباط میکروبیوم مغز و روده در دوران نوزادی به سرعت ایجاد می‌شود، این احتمال وجود دارد که تغییرات ناشی از ناملایمات به طور قابل توجهی بر رشد اجتماعی و عاطفی کودکان تأثیر بگذارد. یافته‌های دانشمندان مسیر جدیدی از تحقیقات را در مورد مکانیسم‌های اساسی انتقال بین نسلی خطرات سلامت روان و پتانسیل میکروبیوم روده به‌عنوان هدفی برای مداخله باز می‌کند و زمانی که متوجه شدیم که چگونه تجربیات سختی می‌تواند بر میکروبیوم روده تأثیر بگذارد، می‌توانیم سعی کنیم رژیم غذایی، مکمل‌ها و شیوه زندگی را دستکاری کنیم تا تأثیرات مثبتی بر میکروبیوم روده فرد و مسیر رشد گسترده‌تر بگذاریم.

تغییرات در جامعه میکروارگانیسم‌ها با تاثیر سختی بر رشد اجتماعی و عاطفی کودکان مرتبط است.

نتایج مطالعات قبلی روی جوندگان نشان داده است که استرس دوران بارداری، میکروبیوم‌های واژن و روده مادر را مختل می‌کند، بنابراین از آنجایی که نوزادان اولین میکروب‌های روده خود را با عبور از کانال‌های تولد مادرشان به دست می‌آورند، میکروبیوم مادر احتمالاً تأثیر عمده‌ای بر روی فرزندان خواهد داشت. نتایج مطالعات بر روی انسان شواهدی را نشان می‌دهد که استرس تجربه شده توسط نوزاد در رحم مادر همچنین ناراحتی روانی خود مادر اندکی پس از تولد، بر میکروبیوم نوزاد تأثیر می‌گذارد.

اگرچه مشخص شده است که اثرات استرس دوران بارداری بر میکروبیوم‌های جوندگان تا بزرگسالی باقی می‌ماند اما تاکنون دانشمندان از مدت زمان پس از تولد چنین اختلالاتی در انسان‌ها باقی می‌ماند یا اینکه آیا می‌تواند بر نسل‌های بعدی تأثیر بگذارد یا خیر آگاهی نداشتند.

سختی‌های مادران بر دوش کودک ۲ ساله

محققان برای پاسخ به این سوال، گروهی متشکل از ۴۵۰ جفت مادر و کودک را در سنگاپور ثبت‌نام کردند. از مادران خواسته شد تا بدرفتاری، غفلت یا سایر بدرفتاری‌هایی را که در دوران کودکی خود تجربه کرده‌اند را به یاد بیاورند و در سه ماهه دوم بارداری از نظر اضطراب غربالگری شدند.

علاوه بر این، کارشناسان با مراقبان اصلی کودکان مصاحبه کردند تا ارزیابی کنند که کودکان در دو سال اول زندگی چه رویدادهای استرس‌زایی را تجربه

فرایند اعتباربخشی بیمارستان‌ها باید در مراقبت از بیمار تجلی یابد



رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی گفت: فرایندهای ارزیابی و اعتباربخشی بیمارستان‌ها باید در مراقبت از بیمار تجلی یابد.

مهر- علیرضا زالی، در حاشیه نشست هیئت رئیسه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی از دستاورد حوزه معاونت درمان دانشگاه در ارتقای درجه اعتباربخشی بیمارستان‌های دانشگاه تقدیر کرد.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به ارتقای درجه اعتباربخشی بیمارستان‌های تابعه دانشگاه گفت: سالیان متعددی است که دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در اعتباربخشی و اعتبارسنجی در حوزه درمان پیشتاز است و در تنظیم راهبردی سیاست‌های

نهمی‌ها برای تغییر نتایج بر که هدایت تحصیلی می تواند شهر یور امتحان دهند؟

نام کنند، توضیح داد: ممکن است در شورای سیاست گذاری هدایت تحصیلی تصمیم بگیریم که این فرصت در اختیار دانش آموزان قرار دهیم اما این امر مشروط به این است که ظرفیت خالی در آن رشته‌ها وجود داشته باشد. مشخص نیست پس از آزمون مجدد دانش آموز، ظرفیت رشته‌ها برای ثبت نام این دانش آموزان خالی باشد یا خیر. احتمالا آن رشته هایی که دانش آموزان می‌خواهند برای آن آزمون مجدد دهند نیز رشته‌های پر متقاضی هستند و باید توجه کرد پس از آزمون مجدد، ظرفیت خالی برای این رشته‌ها در مدارس وجود دارد یا خیر. معاون آموزش متوسطه وزیر آموزش و پرورش همچنین در پاسخ به این سوال که آیا برگه هدایت تحصیلی که اکنون در سامانه my.medu.ir برای دانش آموزان قابل مشاهده است، برگه اصلی هدایت تحصیلی است یا باید منتظر باشند برگه اصلی از سوی مدرسه به آنها داده شود؟ افزود: این هدایت تحصیلی که در اختیار دانش

بودجه وزارت بهداشت در حد کشورهای جهان سوم است

وی همچنین موفق‌ترین دستاوردهای نظام را مربوط به حوزه سلامت دانست و افزود: مردم پیش از انقلاب برای کوچک‌ترین کارها باید به خارج می‌رفتند، اما هم اکنون پیشرفته‌ترین جراحی‌ها را در کشور داریم. عین‌اللهی ادامه داد: مردم به حق انتظار دارند خدمات سلامت در حد پیشرفته‌ترین کشورها باشد، اما بودجه وزارت بهداشت در حد کشورهای جهان سومی است. وزیر بهداشت همچنین با تاکید بر اینکه انجمن‌های علمی ایران به روز هستند، گفت: تاکید بر اینکه انجمن‌های علمی به کار تخصصی خود بپردازد به علت اجرای قانون است؛ کار انجمن علمی پرداختن به مسائل علمی است.

عین‌اللهی گفت: انجمن‌ها در معاونت‌های مختلف می‌توانند طرح‌های کاربردی و تخصصی را هدایت کنند همچنین مشکل توزیع دارو و تجهیزات با کمک انجمن‌ها حل می‌شود و در این حوزه باید برنامه ریزی شود تا دارو و تجهیزات به دست مصرف کننده برسد. وزیر بهداشت افزود: بسیاری دانشمندان وارد عرصه تولید نمی‌شوند؛ این مسائل باید در کارآزمایی بالینی

۵ دهک اول جامعه از خدمات رایگان بیمه سلامت بر خور دارند

به اینکه برای تمامی بیمه شدگان باید برنامه داشته باشیم و خدمات باید در شأن مردم باشد، ادامه داد: افتخارات بیمه سلامت در خدمات دهی بسیار بوده و خوشحالم که توانستیم بخشی از مشکلات بیمه شدگان را مرتفع کنیم، بیمه سلامت با توجه به وظایف ذاتی و قانونی خود در حوزه‌هایی چون بیماران صعب‌العلاج، پوشش بیمه رایگان اقشار کم درآمد جامعه و دهک‌های پایین تا دهک پنجم خدمات ارائه می‌دهد.

وی تصریح کرد: بدون شک دولت در این حوزه به بیمه سلامت بسیار کمک کرد و در این مسیر تدابیر ویژه نیز برای عقد قرار داد جدید با مؤسسات و داروخانه‌ها در نظر گرفته شد، البته منابع و اعتبارات باید به موقع در اختیار ما قرار گیرد- تا بتوان خدمات را در شرایط بهتری در اختیار بیمه شدگان قرار داد؛ بدون شک اگر منابع تجمیع شود خدمات دهی وضعیت بهتری پیدا خواهد کرد.

ناصحی با بیان اینکه بیش از ۸۰ درصد بیمه شدگان بیمه سلامت از پوشش بیمه رایگان استفاده می‌کنند، اظهار داشت: باید با مدیریت منابع از هدر رفت اعتبارات جلوگیری کرد، متأسفانه گاهی تجویزهای غیر ضروری سبب

مطلوب بیمارستان‌های این دانشگاه است که بر اساس آن امسال شاهد ارتقای رتبه اکثر بیمارستان‌های دانشگاه بودیم.

وی اعتباربخشی و ارزیابی‌های ادواری را ابزار ممیزی و اعتباربخشی و نظارتی مهمی برشمرد که به یک ابزار قدرت آفرینی حاکمیتی تبدیل شده است که نباید کم‌رنگ شود و در بخش دولتی و خصوصی از این ابزار باید کماکان با همین صلابت استفاده شود.

زالی، نگاه شناسنامه‌ای به هر بیمارستان در حوزه اعتباربخشی درمان را نکته مثبت و قابل تقدیری برشمرد و به ضرورت طراحی سنجه‌های کاربردی‌تر، کاهش سنجه‌ها و چالاک‌سازی فرایندهای اعتباربخشی و ادغام تیم‌های ارزیابی اعتباربخشی بیمارستان‌ها اشاره کرد.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به اهمیت تمام جنبه‌های اعتباربخشی تاکید کرد: اعتباربخشی باید وجه عملی نیز داشته باشد و نباید صرفا محصور سنجه‌های اعتباربخشی شویم و بروندهای اصلی و پرکتیکال را فراموش کنیم. به گفته زالی، تمام فرایندهای ارزیابی و اعتباربخشی باید در مراقبت از بیمار تجلی یابد و هر روز نسبت به روز قبل شاهد پیشرفت در مراقبت از بیمار باشیم.

آموزان قرار دارد کامل است اما نظر مشاوره و مشورت دانش آموزان با مشاور نیز مهم است و از این رو قرار بر این شد دانش آموزان در مدرسه حضور پیدا کنند و از مشاور هم مشورت بگیرند.

در حال حاضر اولویت ”الف“ و ”ب“ در اختیار دانش آموزان قرار گرفته است و دانش آموزان می توانند طبق اولویت خود در این رشته‌ها ثبت نام کنند.

کاظمی همچنین در پاسخ به این سوال که با توجه به نهایی بودن امتحانات پایه نهم، آیا امسال دانش آموزان با افت تحصیلی مواجه بودند؟، تصریح کرد: نمرات باید تکمیل شود تا آمار و اطلاعات را بگوییم. هنوز آمار قطعی از همه دانش آموزان نداریم اما برخی دانش آموزان در نمرات خود نصاب قبولی را کسب نکرده‌اند و از این رو پس از آزمون مجدد در شهریور ماه و کسب نصاب قبولی برایشان برگه هدایت تحصیلی صادر می‌شود.

و کمیته‌های تولید رفع شود، زیرا انجمن‌ها اهل فن هستند .

عین‌اللهی همچنین گفت: کارهای دانش بنیان کشور فوق‌العاده است و باید تولید و به دست مصرف کننده برسد. وزیر بهداشت در بخش دیگری از سخنانش گفت: در گذشته در بخش خصوصی رانت مجوز گرفتن و مجوز فروختن وجود داشت، اما هم اکنون هر کس می‌تواند مجوز مدت دار را زیر نظر شورای عالی تخصصی برای تأسیس بیمارستان خصوصی در شهرهای مختلف بگیرد. وی با اشاره به نقش گروه‌های جهادی هم گفت: اثر گروه‌های جهادی برای جامعه مشهود است و باید با کمک انجمن‌ها تقویت شود.

عین‌اللهی درباره خروج نخبگان نیز گفت: باید عوامل بررسی شود، زیرا این مشکلات اصلا مالی نیست و موارد زیادی بدون دلایل مالی از کشور خارج شده‌اند؛ این مسائل بدون وجهی است و باید مطالعه شود و راهکار لازم به دست آید.

هزینه کرد منابع بسیاری می‌شود که می‌توان با خرید راهبردی و توجه به بحث پیشگیری اعتبارات را به درستی صرف کرد.

مدیر عامل سازمان بیمه سلامت ایران، نسبت به اتخاذ برنامه و راهکارهای لازم برای مدیریت هزینه‌ها تاکید کرد.

وی با ابراز خرسندی از به روز شدن پرداخت‌ها به مؤسسات و مراکز درمانی، از همکاری و تعامل مسئولان و دست‌اندرکاران جامعه پزشکی با سازمان متبوع خود قدردانی کرد.

ناصحی با اشاره به اینکه بسیاری از خدمات بدون حضور فرد ارائه می‌شود، گفت: به عنوان مثال بیماران مبتلا به بیماری‌های خاص و صعب‌العلاج می‌توانند هزینه‌های پرداختی خود را در سامانه‌های بیمه سلامت ثبت کنند تا پس از بررسی مدارک و اسناد به بیمار پرداخت شود. همچنین در بحث بیمه نابروری و نسخه الکترونیک نیز اقدامات مهمی انجام شد که تأثیرات مثبت آن در رصد عملکرد داروخانه، پزشک و موارد دیگر مشخص است.

مدیر عامل سازمان بیمه سلامت ایران تاکید کرد: رضایتمندی مردم با ساماندهی خدمات باید افزایش پیدا کند.

اجتماعی – اقتصادی

آزمی

تجهیز معلمان به صلاحیت‌ها و شایستگی‌های لازم جهت تدریس



رئیس سازمان آموزش و پرورش استثنایی گفت: توانمندسازی معلمان مهم‌ترین عنصر طراحی ”مسیر شغلی معلمی“ و کارآمدترین ابزار کیفیت بخشی و بهبود مستمر نظام آموزش و پرورش است. ایسنا- حمید طریفی حسینی به صورت ویدئوکفرانس در گردهمایی دوره توانمندسازی معلمان دوره ابتدایی قوه ۶ کشوری که در استان کرمانشاه برگزار شد، ضمن با اهمیت شمردن موضوع بهسازی و توانمندسازی نیروی انسانی در آموزش و پرورش گفت: مهم‌ترین دارایی و سرمایه هر کشوری سرمایه انسانی آن است و نظام آموزش و پرورش ماموریت بسترسازی برای شکل دهی به سرمایه انسانی توانمند به عنوان مهم‌ترین مولفه اقتداربخش کشور را بر عهده دارد. وی با تاکید بر این‌که معلمان مهم‌ترین سرمایه انسانی مولد کشور هستند، تصریح کرد: معلمان بسترسازی لازم برای رشد و شکوفایی ذخایر استعدادی کشور یعنی دانش آموزان به عنوان آینده سازان کشور را بر عهده دارند. لذا سرمایه گذاری بر روی معلم به ویژه توانمندسازی آن در نظام آموزشی، بهترین سرمایه گذاری است که منجر به خلق ارزش افزوده انسانی در آینده می‌شود.

رئیس سازمان آموزش و پرورش استثنایی با تاکید بر این‌که باید معلمان را به صلاحیت‌ها و شایستگی‌های لازم جهت

خبر

کلاهبرداری تلفنی باز هم قربانی گرفت؛ ۶۰ شاکی و ۲۰ میلیارد ریال کلاهبرداری

به این پرونده گفت: ماموران پلیس فتا از طریق مهندسی معکوس و انجام اقدامات فنی و پلیسی موفق به شناسایی شماری از اعضای این باند شده و پس از هماهنگی با مقام قضایی این افراد را دستگیر و به مقر انتظامی منتقل کردند.

با انجام بازجویی از این افراد مشخص شد که سرکرده این باند در زندان به سر می‌برد که با هماهنگی قضایی این فرد نیز از زندان به مقر انتظامی منتقل شده و به جرم خود اعتراف کرد. معظمی‌گودرزی با بیان اینکه این باند دارای هشت عضو بود که اعضای آن دستگیر شدند، گفت: اعضای این باند در میان خود تقسیم کار کرده بودند، برخی اقدامات مربوط به پولشویی را انجام داده و برخی نیز اقدام به تماس با مردم کرده بودند. سرکرده باند نیز همانطور که گفتم در زندان بود.

رئیس پلیس فتای تهران بزرگ درباره اینکه اعضای این باند تاکنون به چند فقره سرقت اعتراف کرده‌اند، گفت: تحقیقات ما تا به این لحظه نشان می‌دهد که دست کم ۶۰ نفر از سوی

اعضای این باند مورد کلاهبرداری واقع شده‌اند. اما با توجه به اینکه این تعداد بر اساس شکات به دست آمده، قطعا تعداد شاکیان بیشتر است و در همین راستا نیز تحقیقات ما ادامه دارد. در مجموع این باند ۲۰ میلیارد ریال از مردم کلاهبرداری کرده است که احتمال افزایش این مبلغ با توجه به افزایش شکات نیز وجود دارد.

وی در ادامه با بیان اینکه از ابتدای امسال تا کنون پنج باند کلاهبرداری تلفنی در پایتخت شناسایی و دستگیر شده است، گفت: این افراد در تماس با شهروندان اقدام به درخواست اطلاعات فرد کرده و پس از جلب اعتماد نسبت به کلاهبرداری اقدام کرده بودند.

دولتی ها برای حمایت از کسب و کارهای اینترنتی چه کردند؟

به کسب و کارهایی که از طریق سکوها به کاربران انواع محصولات و خدمات عرضه می‌کنند، بشود. در ماده ۱ این آیین‌نامه سکوهای داخلی، سکوهای مشمول و کسب و کارهای مشمول تعریف به این صورت تعریف شده است که سکوهای داخلی کلیه سکوهایی هستند که ضمن ارائه خدمات پیام‌رسانی و شبکه اجتماعی توانایی میزبانی کسب و کارها را نیز دارند. سکوهای مشمول سکوهای داخلی هستند که داوطلب همکاری برای اجرای آیین نامه بوده و بر اساس ضوابط اعلام شده وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات مورد تایید قرار گرفته باشند؛ کسب و کارهای مشمول هم کسب و کارهایی هستند که از طریق بستر میزبانی تامین شده توسط سکوهای مشمول نسبت به عرضه محصولات و ارائه خدمات از طریق سکوهای مشمول اقدام می‌کنند. در ادامه ماده یک وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات موظف است نسبت به ارزیابی و اعلام سکوهای مشمول اقدام کند که این مهم در نیمه اول آذر ماه ۱۴۰۱ با انجام فراخوان، https://ir.۱۶۴۹۰ اعلام عمومی شد و چند سکو به عنوان سکوهای مشمول معرفی شدند. بیشتر حمایت‌های این مصوبه برای تسهیل کسب و کار و به کسب و کارهای مشمول تعلق خواهد گرفت؛ در این راستا سکوهای مشمول نیز برای نهایی شدن بسیاری از حمایت‌های مصوبه باید اقدامات فنی و عملیاتی انجام دهند.



با تصویب آیین نامه حمایت از کسب و کارهای اقتصاد دیجیتال در سال گذشته، هر کدام از وزارتخانه ها مکلف به اجرای بندهای مختلف آن شدند، اکنون با گذشت بیش از شش ماه از اجرای این آیین نامه، این سوال مطرح می شود که دستگاه‌ها به چه میزان وظایف و تکالیف خود را به انجام رسانده‌اند و کسب و کارهای اینترنتی تا چه حد از حمایت‌های دولت سیزدهم در این حوزه بهره‌مند شده‌اند؟ ایسنا- آبان سال گذشته آیین‌نامه حمایت از سکوها و کسب و کارهای اقتصاد دیجیتال با هدف رشد و توسعه فضای کسب و کارهای اینترنتی در کشور به تصویب کارگروه اقتصاد دیجیتال دولت رسید و توسط معاون اول رئیس جمهور ابلاغ شد و طی آن حمایت‌هایی در نظر گرفته شد که دستگاه‌ها مکلف به تامین آن شدند.

در مواد مختلف این تصویب نامه، دستگاه‌های اجرایی، سکوها یا همان پلتفرم‌های کسب و کارهای اقتصاد دیجیتال دارای نقش‌های اساسی هستند تا حمایت‌های در نظر گرفته شده موجب رونق بخشی

تسریع در احیای معادن؛ معادن راکد واجد شرایط واگذار می شود



معاون وزیر صمت گفت: احیای معادن راکد سرعت گرفته و امسال معادن راکد واجد شرایط طی مزایده به متقاضیان واگذار می شود.

مهر- رضا محتشمی پور اظهار داشت: در خصوص صدور گواهی فنی و مالی اصلاحاتی انجام شده که طی آن ماشین‌آلات برای اشخاص حقیقی، جزو دارایی محسوب می‌شود که بتواند امتیاز کف را کسب کند.

معاون معادن و فرآوری مواد وزارت صمت با بیان اینکه اگر شرکتی توان واردات ماشین‌آلات دست دوم را دارد، می‌تواند وارد کند، افزود: یکی دیگر از موضوعات ضروری حوزه معادن، عمر بالای برخی ماشین‌آلات است و برای واردات ماشین‌آلات با عمر کمتر از پنج سال با محدودیت مواجه نیستیم اما برای ماشین‌آلات بین عمر پنج تا ۱۰ سال که محدودیت داریم، باید راهکارهایی پیش‌بینی شود. محتشمی‌پور با اشاره به اینکه با اصلاحات انجام شده در دستورالعمل مربوطه، با مجوز برداشت هم می‌توان ماشین‌آلات را وارد کرد، تصریح کرد: طبق تبصره ۴ ماده ۱۴، باید ۶۵ درصد منابع حقوق دولتی به وزارت صمت برگردد و

نفس‌ها در سیستان بند آمد؛ ادامه مصائب مردم با جولان گرد و خاک

اواخر یکشنبه در سطح هشدار نارنجی است و دوشنبه از شدت باد کاسته خواهد شد اما همچنان تا جمعه یعنی از دوم تا ششم مردادماه در مناطق شمالی وزش باد نسبتاً شدید تا شدید به همراه خیزش گردوخاک رخ خواهد داد که باعث کاهش دید و کاهش کیفیت هوا خواهد شد و احتمال افزایش غبار در مناطق مرکزی استان وجود دارد.

وی خاطرنشان کرد: توصیه می‌شود در فعالیت‌های کوهنوردی احتیاط شود و از اسکان در حاشیه مسیل ها و رودخانه های فصلی و تردد های مرزی در زمان بارندگی خودداری گردد و از محصولات کشاورزی محافظت شود. همچنین در زمان غبارآلود شدن هوا به ویژه کودکان و سالمندان و بیماران از تردد غیرضروری در فضای باز خودداری کنند و در تردهای جاده ای احتیاط شود.

وی گفت: توصیه می‌شود در تردهای جاده‌ای احتیاط شود و تردد غیرضروری بیماران تنفسی، افراد سالخورده و کودکان، در زمان غبار آلود شدن هوا خودداری شود. همچنین از کار در ارتفاعات جدا پرهیز شود.

رئیس اداره پیش‌بینی و مدیریت بحران مخاطرات وضع هوا اداره‌کل هواشناسی استان سیستان و بلوچستان با اشاره به صدور هشدار هواشناسی سطح زرد جوی توسط این اداره‌کل در خصوص بارش‌های رگباری در جنوب استان و تداوم بادهای ۱۲۰ روزه در شمال استان، گفت: از بعدازظهر امروز تا پنجشنبه ۵ مردادماه برای جنوب و برخی نقاط سواحل استان در ساعات بعدازظهر رخداد رگبار و رعدوبرق، تندبادهای شدید لحظه‌ای و احتمال بارش تگرگ به همراه برخورد صاعقه پیش‌بینی می‌شود. علی ملاشاهی افزود: شرایط شمال استان تا



محسن حیدری افزود: تا اواسط هفته در منطقه سیستان واقع در شمال استان وزش باد شدید تا خیلی شدید، نقاط مستعد طوفان گردوخاک سبب کاهش شدید دید و کیفیت هوا خواهد شد. طی این مدت در زاهدان و مناطق مرکزی و جنوبی استان افزایش غبار را خواهیم داشت.



دبیر کانون عالی انجمن‌های صنفی کارگران کشور با اشاره به اینکه کار هست اما کارگر نیست گفت:این روزها کارگران به دنبال کار ایده آل از نظر درآمدی هستند و حاضر به فعالیت تحت ضوابط مشخص نیستند.خط تولید کارخانه‌ها نیاز به کارگر دارد ولی پیدا نمی شود.

هادی ابوی. دبیر کانون عالی انجمن‌های صنفی تسنیم- کارگران کشور با اشاره به اینکه در

کار هست، کارگر نیست

حال حاضر شغل هست اما شاغل نیست گفت: متأسفانه به دایلی مانند حقوق کم، نیروی کار تمایلی به کار کردن ندارد. بارها از سوی کارفرما درخواست نیرو داده اند اما نیروی کار قبول نمی کند.

وی ادامه داد: بسیاری از کارفرمایان تمایل دارند که حقوقی بالاتر از حقوق وزارت کار را پرداخت کنند اما نیروی کار جذب کنند. نیروی کار با تغییرات در بازار کار ترجیح می دهد که به سمت مشاغل نوین مانند مشاغل مجازی و اینترنتی برود. نیروی کار تحصیل کرده ما در راستای فرهنگ کار متأسفانه حاضر به فعالیت در خط تولید کارخانه ها نیستند، ترجیح می دهند با دانش خود در مشاغلی که درآمد بیشتر دارد مشغول کار شوند. به همین دلیل شرایط عرضه و تقاضای نیروی کار نسبت به گذشته تغییر کرده است.

دبیرکانون عالی انجمن های صنفی کارگران کشور بیان کرد: باید فرهنگ کار اصلاح شود. در حال حاضر جوانان به فکر این هست که درآمد بیشتری داشته باشند، به همین دلیل

آگهی فراخوان تجدید مناقصه عمومی یک مرحله ای



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زابل در نظر دارد مناقصه عمومی یک مرحله ای مشروحه ذیل ، مطابق برنامه تعیین شده را از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی (ستاد) برگزار نماید.

شماره مناقصه	موضوع مناقصه	مبلغ تضمین	حداقل شرایط برای دریافت اسناد	نوع ضمانتنامه	شماره فراخوان
۳-۵-۱۴۰۲	تجدید مناقصه عمومی یک مرحله ای تکمیل آزمایشگاه مرکزی و مرکز سل زهک باارزیابی	۳/۱۰۷/۲۰۱/۸۴۴ ریال	مجوز از مراجع ذیصلاح	ضمانت نامه بانکی یا واریز نقدی	۲۰۰۲۰۰۳۸۴۰۰۰۰۰۲۶

کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی ، کلیه مراحل ثبت نام درسایت مذکور را جهت دریافت گواهی امضای الکترونیکی اقدام نمایند و در مناقصه اعلام شده شرکت کنند.

***محل دریافت اسناد مناقصه : مناقصه گران جهت دریافت اسناد مناقصه به آدرس www.setadiran.ir مراجعه نمایند و در صورت نیاز به کسب اطلاعات بیشتر به شماره ۰۵۴-۳۲۲۳۷۴۵۱ (اداره امور حقوقی و مناقصات دانشگاه)تماس حاصل نمایند .**

مهلت دریافت اسناد از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی ستاد	از روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۵/۱ لغایت سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۵/۳
آخرین مهلت بارگزاری اسناد مناقصه به صورت الکترونیکی در سامانه ستاد	تا ساعت ۱۳ روزیک شنبه مورخ ۱۴۰۲/۵/۱۵
آخرین مهلت تحویل نسخه فیزیکی پاکت الف به دبیرخانه حراست دانشگاه	تا ساعت ۱۳ روزیک شنبه مورخ ۱۴۰۲/۵/۱۵
تاریخ گشایش پاکت مناقصه	از ساعت ۱۰ صبح روزدوشنبه مورخ ۱۴۰۲/۵/۱۶
مدت اعتبار پیشنهاد	۲۰ روز کاری و برای یک دوره قابل تمدید می باشد
ضمنا" مناقصه گران جهت کسب اطلاعات بیشتر در خصوص اسنادمناقصه به اداره حقوقی و مناقصات به نشانی زابل- میدان جهاد - خیابان شهید باقری - ستاد مرکزی دانشگاه علوم پزشکی زابل به شماره تلفن ۰۵۴-۳۲۲۳۷۴۵۱ تماس حاصل نمایند . و همچنین جهت ارائه پاکت الف (تضمین شرکت در مناقصه) در موعد مقرر به دبیرخانه مدیریت حراست دانشگاه علوم پزشکی به نشانی فوق مراجعه نمایند .%	
*هزینه انتشار آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد .%	

م الف : ۵۳۸

شناسه آگهی : ۱۵۳۴۰۰۵



ميچرمجيد
By
 - Sangar Desk
October 8, 2020

گُوڻين مهرگڙههءِ ديوالاں

دست ڪپتگ بلوچي دوجے

ڏِڪُ ءُ سَے ٿڻ ءُ جالاراں

ڪنڌي گُلُ اجب ڏولدارين

پٺُ ءُ نال گُومے سينگارين

دوچ اِش ڪرمزين زيبدارين

سنگاني سرا نڪش بيتگ

گُلِيں عالمهءِ ٻم ديستگ

سڪ گُوڻن اِنٽ بلوچءِ دودمان

يڪ راجيءَ چڪاسگ ءُ ٻولگهءَ، گيشتر ٻولڪار چه ٻما راجءِ دود ءُ ريبيدگ، ليزانڪ،پوشاك ءُ دودمان ءِ چارگءِ پد آندازهِ جنتت كه آ راجءِ شرين ءُ حراڻين كرد چي اُنت؟؟ ٻر قوميءَ گهٻودي آتىءِ دود ريبيدگاں چه زانگ بيت۔ راجءِ بُود ءُ باش، ليپ ءُ گوازي، دُڙين دانڪ، بتل، شعر ءُ سوت، چاچ ءُ گُشتن ٻما راجءِ ڪيلواں پڌر ڪننت، قديمي دستڪاري، وردني شَے، وت جوڙ ڪنگين ازباب، ڪاسگ ءُ ڪلنڌ، ڪِشت ءُ ڪِشارءِ جوڙ ڪنگين آزباب، سهت ءُ زيور، جُوانين دستڪاري راجاني قديمي مڌي اُنت۔ زند زانت ءُ پٺُ ءُ ٻولڪار ٻمے ٻاترا گُوڻين ڪلات ءُ قديمي دواريجءُ منندجاٻاں گيشتر پٺُ ءُ ٻو ل ڪننت۔ چه ٻمے قديمي ازباباني نوکين سائنسي ٽپاسگ ءُ چڪاسگءِ پد زانگ بيت كه آ قوم چينڪس قديمين قومے۔ چه شاعري ءُ ليزانڪءِ ٻما قومءِ بودناڪي، جواغمردى، بهادري، مبارجليءُ كرد زانگ بنت۔ ليزانڪ، زبان، دود ءُ ريبيدگ راجاني آدينڪ انت، راجاني باندات انت۔چوش كه يڪ ماتے وتي سالونڪين بچءِ سيړه شادٻاني نازينڪاں اے وڙا پربنديت:

بلو ٻالو کن اِت بچءِ منيگءِ

منى بچ ءُ ءُ وش رنگين گُميتءِ

گُميتءِ سنج ءُ سالونڪءِ سِلاٻاں

منى سالونڪ ترا سَے چيز بُراڀي

ٽپنگ ءُ اسپرءُ زِٻم بادشاڀي

بچار ڪه سالونڪءِ ماتءِ سالونڪءِ پُچُ ءُ گداني يا رنگ ءُ دُروشمءِ توسيپ نه ڪت، بلے ٽپنگ، اسپر، زِٻمءُ بادشاڀي گُميتءِ سنج ءُ سالونڪءِ سلاٻاں نازينيت۔ ماتءِ اے دانڪاں گون ٻما قومءِ كرد زانگ بيت۔ ماتءِ په وتي سالونڪين بچ يا گُوٻارهءِ په وتي سالونڪين بُراتءِ چے شات بيت۔ اے ٻالو بلوچءِ ڪردهءِ پدر ڪنت۔ اے دابين دُرور پُر گنجين بلوچي ليزانڪءِ سڪ باز اِنت۔

ٻمے دابهءِ بلوچي دوج ، بلوچ دودمانءُ ريبيدگي قديمي مڌي يے ڪه اے ريبيدگي مڌي روچ په روچ ديملروى ڪنان انت، يڪ جُوانين ءُ نوکين رنگ ءُ دُروشمهءِ ديما قدم جنان اِنت۔ يڪ زمانگے مٿے اے قديمي ريبيدگي مڌي دٻرءِ شهماٿاں سڪ نزور ءُ نابود ڪت، مٿے قديمي آصيلين دوجءِ بدلءِ مشين ڀُلءُ اندگه وِساچين دوچاں سر ڪش اِت، گيشتر مشينءِ سرا دوچگ بيت اُنت ڪه اے ٻما اُصل دستڪاري دوچاني نقل اتنت، بلے ٻمے نقلءِ سڪ دير نه جت ڪه مٿے مات ءُ گُوٻاراں، بلوچ دوچگراں وتي اُصلي قديمي دوچ پدا بنگيج ڪت ءُ رواج دات۔اے درگتءِ مٿے مات، گُوٻارهءُ بلوچ دوچگراني جُهد ستاڪرزنٽ ڪه آياں پدا وتي قديمي ريبيدگي مڌي شوباز ڪت، ٻول اِت ءُ وتي راجءِ پچار مڌي پدا زندگ ڪت ۔ بلوچي دوجءِ سڪ دير اِنت، بلے تنے وٻدي چو زانگ نه بيت ڪه ڪدى

بلوچى دوج ءُ دوچگر

بنگيج بيتگ ءُ ڪَءَءِ بنگيج ڪتگ؟؟ اے اُملى اِنت ڪه بلوچي دوجءِ ماں بلوچ دودمانءَ سڪ دير اِنت، پرچا ڪه مهرگڙههءِ عمرهءِ ٻولڪار گُوشٽ اُنت ڪساس ڪم ءُ گيش ده هزار سال اِنت۔ بلوچي دوج مهر گڙههءِ ديوالاني يڪ سنگيءَ سرا نڪش بيتگ، پٺُ ءُ ٻولڪاراں دست ڪپتگ، زند زانت ءُ پٺُ ءُ ٻولڪاراں شوبازاتگ۔ اے سوبءِ من گُوشاں ڪه بلوچي دوج بلوچ ءِ گُوڻن ترين ريبيدگي مڌياں چه يڪے۔ مروچي ما گنديں ڪه دَر قومين زالبول بلوچي دوجءِ سٽاءُ ڪننت ءُ بازين دَريں قوماني زالبول بلوچي دوج ءِ په گل ءُ شاتے پوشنت ٻم۔ ماں عربستانءَ جهمندين بلوچ چه ڪرناں ماں عربستانءَ جهمند اُنت، بلے په بلوچي دوج ءِ سڪ ٻدوناک اُنت۔ يورپي ملڪاں من چمءِ وت ديستگ ڪه بلوچ زالبو وتي قديمي ريبيدگءُ پچار مڌيءَ، بزاں بلوچي دوجءِ سڪ دوست دارنتءُ پوشنت ٻم۔ سير ءُ سربړ ءُ ماں بلوچي مراگشاں گيشتر زالبولاني گُورا بلوچي دوج گندگ بيت۔ ڪسانين زېگ بلوچي پوشاک گُورا ڪننت۔

يڪ گَشٽے من لندنهءِ ٿرينءِ بزاں ريل گاڙيءَ سفر ڪنگااِتاں يڪ ڪلانهين زالٻولے گون من ٻمسفر اُت ءُ يڪ ڪسانين جنڪويے ٻم گون اِت ءِے ڪه ٺماسگ اِت ءِے۔ انچو ڪه مني چم زالٻول ءِ پشڪءِ دوچاں ڪپت انت، من زانت ڪه بلوچے، من وتي ايڙڪپگءِ اسٽيشنهءِ گڙومنج اِتاں ، گڙا من ماسيءَ را سلام دات، تيار جوڙي ڪت ءُ جست ڪت ڪه ماسي منا فلانه جاگمهءِ روگي اِنت، من گُجام اسٽيشنهءِ اير به ڪپاں؟ ماسيءَ منا سر ءُ سوچ ڪت ءُ سٻارگءِ سلاه ٻم جت، من پهلي لوٽ اِت ءُ ماسيءَ منت گپت۔ گپ گپءِ من ماسيءَ را جست ڪت ڪه اِدا ٻم شما بلوچي پوشاک پوش اِت، شمے بلوچي مارشت ستاڪرزنٽ۔ ماسيءَ دَرائِنتت ڪه بلوچي دوج چه مٿے پجاراں يڪے ءُ مٿے قديمي مڌي يے۔ ٿران ڪنانءِ گشت ءِے ڪه ادا مٿے زالبول گيشتر بلوچي دوست دارنت، مٿے ڪش ءُ گُورءِ سنگينين انگريزين زالبول ٻم مٿے دوجءِ سڪ پسند ڪننت۔ وٻدے مٿے بلوچاني آروساں ڪه ٻهر زيرنت، مارا دائم بلوچي دوجءِ بابتءِ جست ءُ پرس ڪننت۔ چونائىءِ ٻم دوچ بلوچ دوچگراني واستا مالي گُمڪے، روزگارءِ درے پچ بيتگ۔ بازين ڪهول ٻمے دوچاني سوبءِ وتي وٻدهءِ تيلانڪ دنت۔ پدردين گپ ايش اِنت ڪه چه سرڪاره نيمگا اے دوچگراں ٻچ وڙين دلٻڏي، مدت ءُ ڪمڪ نه رسيت، پرچا ڪه اے بلوچ اُنت، بلوچاني واستا درامداني دل درد نه ڪتءُ مٿے زورين حاڪم درامد اُنت، حالانڪه دستڪاري يڪ بلاڀين بڙے، اِزمے۔

بلوچي دوج چه شش رنگءِ آبريشمهءِ دوچگ بنت۔ چو ش ڪه 1۔ ناسى۔ 2۔ زرد (سُهر)۔ 3۔ شينز۔ 4۔ سبز۔ 5۔ اسپيت۔ 6۔ شياه۔

بلوچي گُلِيں دوچاني جتا جٿائين نام آست ڪه اے نام وڙے نه وڙے گون بلوچءِ دودمانءُ چاگردءِ سُيادي ڪننت۔ قديمي بلوچي دوچاني نام اے وڙ اُنت: 1۔ ڪنڌي گُلُ ۔ 2۔ ڙلانگوک۔ 3۔ تباب ۔ 4۔ پٺُ ءُ نال۔ 5۔ جالار۔ 6۔ چڻڪ۔ 7۔ موسم۔ 8۔ موٽُم۔ 9۔ٿٿ۔ 10۔ ڪارچُڪ۔ 11۔ زِه۔ 12۔ ڳڙڪ۔ 13۔ زَرَفشان۔ 14۔ مُرگءِ پانچ۔ 15۔ تبابي ڪپ۔ 16۔ جالارڪپ۔ 17۔ ڙڙٽُڪي ڀُڪ۔ 18۔ راست گُلُ۔ 19۔ ڪنڌاگُوءِ موسم۔ 20۔ زِه بند موسم۔ 21۔ ٿٺ ءُ شيرگو۔ 22۔ ٿٺءُ گاڙُڪ۔

23۔ سبڙُڪ۔ 24۔ بتلى لال۔ 24۔ مُرگ پانچ۔

اے نام گُلُ قديمي نام انت ڪه گُران ءُ سنگينين نام انت۔ گون بلوچءِ دودمانءُ چاگردءِ سُيادي ڪننت، بلے بازين بند ءُ دمگاں بگنڌے دگه دگه نام به بنت يا چدو گيشتر دوج به بيت، بلے گيشتر قديمي دوچاني نام باز جُوان ءُ وزن دار اُنت۔ دوج گون دوچاني ناماں ٻمدپ اُنت۔

تنگوين بيبلاں ! دگه لهٽين نوکين دوچاني نام اے وڙ انت :

1۔ سرمچاره ڪٿار۔ 2۔ دود ءُ ريبيدگ۔ 3۔ رنداني ديواں۔ 4۔ نواب بگٿيءَ چادر۔ 5۔نواب بگٿيءَ ڪلات۔ 6۔ جلوه ڀُڪ۔ 7۔ ٿٽُڪ۔ 8۔ مورتِ تاڪ۔ 9۔ تائڏيڪ۔ 10۔ ٻى ٻى گُلُ۔ 11۔ گُلابءِ ڀُلُ۔ 12۔اِستار گُلُ۔ اے لهٽين نوکين دوچاني نام انت ڪه گون بلوچ دودمانءُ چاگردءِ ٻمدپ انت ءُ سنگينين نام انت، بلے بيا ڪه دگه لهٽين نوکين دوچاني نام انت ڪه سڪ سُبڪ ءُ سردر انت۔ اے ناماں گون بلوچءِ دودمانءُ چاگردءِ ٻچ وڙين ارڙشت ءُ سُيادي نيست۔ ڪس ٻم نه زانت ڪه اے نام ڪَءَءِ بستگ انت، بلے اَلمَا مٿے ٻمے دوچگريں ماتءُ گُوٻاراں په نه زانتڪاري پُر بستگ انت ۔ چوش ڪه : 1۔ عارفءِ چادر۔ 2۔ عارفءِ ڏُگَر۔ 3۔ شاه جانءِ شلوار۔ 4۔ شاه جانءِ ڪلات۔ 5۔ شاه جانءِ ڪلم۔ 6۔مسلم حملءِ ديمءِ دانگ۔ 7۔ شوڪوءِ بروت۔ 8۔ گوٻردءِ ٿاور۔ 9۔ وٽساپ۔ 10۔ ايرانءِ گُوات۔ 11۔ زبيرمختاره ڪلم۔ 12۔ زيا گُلُ۔ 13۔ مسلم حملءِ گيوار۔ 14۔ شاه جانءِ چَلَمُ۔ 15۔ سُتڪگيں گُڙاڪو۔ 16۔ بولانءِ ٿير ءُ دگه بازين۔۔۔

دگه لهٽين نوکين دوچاني نام است ڪه آ نام گرگ نه بنت، سڪيں سُبڪيں نام اُنت، من آ ناماں نبشته ڪت نه ڪناں، بلے مٿے دوچگر سرپد بنت ڪه مني مول ءُ مراد چي اِنت؟ من سرپد ٻاں ڪه اے دابين سبڪي گون بلوچءِ قديمي ريبيدگي

مڌيءَ يڪ قومي جُرْمے۔ من ادا دزبندی ڪناں گون وتي مات ءُ گُوٻاراں بلوچ دوچگراں ڪه نوکين دوجءِءِ ڪه نام بندنٽ، بلوچءِ دودمانءُ چاگردءُ ريبيدگاني پاسدارى آياني قومي فرض اِنت۔

بلوچ مات ءُ گُوٻار مروچي گون وتي بُراتاں دڙمنءِ خلافءِ جنگءِ پڙءِ ٻمسنگر اُنت۔ مٿے شيرزالينُ مات ءُ گُوٻاراني جهد ستا ڪرزنٽ۔ مٿے دوچگريں مات ءُ گُوٻاراں اے زانگ لوٽيت ڪه وتي دود ءُ ريبيدگاني پاسدارى ٻم جهدهءِ يڪ ٻهرے۔ دود ءُ ريبيدگاني زندگ دارگ، دڙمنءِ خلافءِ جنگے، پرچا ڪه دڙمن تتى دود ءُ ريبيدگاني ٻم دڙمن اِنت۔

مٿے واندده ءُ ڪلمڪاريں مات ءُ گُوٻاراں زانگ لوٽيت ڪه بلوچي دوج مٿے راجى ءُ ريبيدگي مڌي يے۔ مٿے دوچگر ڪه نوکين دوجے ءِ نامءِ بندنٽ، ديمترا ٻمے ناماں مٿے پدريچ ٻم ڪارمرز ڪننت، اے نام تاں ڪرناں ماننت۔ ديمترا اِے ناماني درڪنگ سڪ گُران بيت۔ مروچي ارزاں اِنت، بائد انت ڪه ٽمردين دودمان چو سبڪ ڪنگ مه بيت۔

تنگوين بيبلاں! مات ءُ گُوٻاراں! ڏاڪٽر زاڪر نانڪ بلاڀين نامدارين اسلامى اسڪالرے ڪه گُوشيت: “دنياءِ ستر تريں ءُ زيب دار ترين پوشاک بلوچ زالٻولاني اِنت”

بائد اِنت ڪه ما وتي اے قديمي ريبيدگي مڌيءَ دستءِ وت بے آرڙشت ءُ ٻولنگ مه ڪنيں۔ راجى مڌياني بے حُرمتي ڪنگ قومي جُرْمے۔ بلوچ دوچگر ڪه نوکين دوجے بنگيج ڪننت، بائد انت ڪه آ دوجءِ عزت دار ءُ گُرانيں ءُ وزن دارين نامے پُر به ڪننت، انچوش ڪه من قديمي دوچاني نام ءُ نوکين دوچاني نام ديم په ديم گُت اُنت، اِدا پرڪ زاٻر اِنت۔ بلوچي دوجءِ ڪه نام سُبڪ بيت، ٻما دوجءِ آرڙشت ءُ نهاد ٻم ڪم بيت۔ اے ردياني دلگوش دارگي اِنت۔

اِدا من وتي واندده ءُ ڪلمڪاريں، زانتڪاريں مات ءُ گُوٻاراں گُوشگ لوٿاں ڪه شما ٻم ٻمے راجءِ نام ءُ ننگ اِت، ٻمے راجءِ مات ءُ گُوٻار اِت، ٻمے راجءِ باندات اِت، ٻمے راجءِ عزت ءُ شان اِت۔ اے درگتءِ قدمے چست ڪن ات، وتي راجءِ دوچگراں سر ءُ سوچ به ڪن اِت۔ اے درگتءِ من گون وتي اے ڪلمڪاريں، راجدوستين مات ءُ گُوٻاراں دزبندی ڪناں چوش ڪه زاٻده سليمان رئيسي، بانڪ مھلب نصير، بانڪ عندليب گچڪي، بانڪ صبيحه ڪريم، بانڪ زينل ڪلانهي، بانڪ شاپينه شاٻين ، بانڪ زينت ثنا، بانڪ رشيده بلوچ، بانڪ فريده انجم، بانڪ سليمه آڙات، بانڪ سوحيله فائز، بانڪ ياسمين رؤف، بانڪ زينت زهري، بانڪ آقيله سهار، بانڪ آمنه ستار، بانڪ سمى پرواز، بانڪ صبيه بسمل ءُ اندگه بلوچ مات ءُ گُوٻاراں ڪه ٻر يڪے وتي وتي ٻلڪءِ دوچگراں سرو سوچ به ڪنت ڪه وتي دوچاني ناماں چه بلوچي دودمان ءُ چاگردءِ درمه ڪن ات، پرچا ڪه ديمترا اِے ناڌراڀي سرا په شُومڪ ءِ جنت، گُڙا شُومڪءِ علاج سڪ گُران بيت، مروچي علاج ءِے ارزاں اِنت، سماجي يا دودمانى نزورى سرجمين راجءِ نزور ڪنت۔ گُڏسرا من وتي نبشتانڪءِ گون بلوچ راجءِ نمبرائين شاعر ءُ ڪلمڪار واجه ڪريم دشتيءَ اے شعرهءِ آسر ڪناں، پچار اِت ڪه چه گُوشٽگ ءِے:

دوچگر
دوچ دوچ جامگاں زَرَين
درامداں په گُنڌ ءُ مَھرياں به دوچ
شپ تاں روچ
دوچ دوچ
مچار روزءِ مُزد ءُ موجباں ڪدى
بزانت ڪار دوچ موسمي ءُ مولى
درامداں په جامگاں
په جوريں وش نياتڪاں دوچ
چيا تو ريچ ٺے چمءِ اُوردگاں
ڪَءَءِ ترا په نقش ءُ ڀُلُ شات بيت
ڪَے اِنت ڪه په تو چيلڪويے گُنڌ ڪنت
ترا په جامگے ڪه دوچگا انت
آ ڪوٺه په وت اِش ڪتگ
تنى گُورا ڪدى ٿڀي، بُراه دنت
بلے پچار اُوردگ اِت رچنت ڪور بنت
گُڙا ترا په ڪسے گندگءِ نئيت
گُڙا ترا په ڪسے ڪار بندگانئيت
شپ تاں روچ
دوچ دوچ
(اولس ، ڪوٺه دسمبر 1962)

بلوچى –

