

فرمانده انتظامی سیستان و بلوچستان با اشاره به تأثیر گذاری قرارگاه عملیاتی انتظامی استان از اجرای حکم قصاص قاتل شهدای انتظامی و کشف ۳۲۷ کیلوگرم انواع مواد مخدر در ۲۴ ساعت گذشته خبر داد.

۸

روزنامه مرز پرگهر دو زبانه فارسی بلوچی

مرز پر گهر بلوچانی دوارانت
زبان ایش هم بلوچانی هوارانت

هنگ جاهد هنگ لوگء سپاهنت
کراے روتاگ بلوچانی توارانت

رییس شورای حل اختلاف سیستان و بلوچستان گفت: معتمدان، ریش سفیدان و سران طوایف با توجه به نقش مردمی خود در حل دعاوی و اختلافات شهروندان به ویژه در استان سیستان و بلوچستان نقشی ویژه دارند.

۸

عبدالملکی: در حال گره زدن منافع کشورهای همسایه به منافع ایران هستیم

مشاور رئیس جمهوری و دبیر شورای عالی مناطق آزاد تجاری-صنعتی و ویژه اقتصادی با تأکید بر اینکه هیچ مسیری خارج از سرزمین ایران و به عنوان جایگزین ایران برای ترانزیت در منطقه عملیاتی نیست، به ارائه توضیحاتی درباره توافق میان این شورا با مقامات کشور افغانستان پرداخت.

ایسنا- در جریان سفر یک هیئت عالی رتبه اقتصادی از افغانستان متشکل از ملا عبدالغنی برادر آخوند معاون اقتصادی نخست‌وزیر حکومت سرپرستی افغانستان و وزرای راه و صنعت و تجارت و تعداد دیگری از مقامات اقتصادی این کشور، شامگاه پنجشنبه ۱۸ آبان ۱۴۰۲ در مراسمی رسمی که در یکی از هتل‌های تهران برگزار شد ۵ سند تفاهم‌نامه همکاری میان مقامات جمهوری اسلامی ایران و حکومت سرپرستی افغانستان به امضا رسید؛ عنوان یکی از این اسناد، همکاری میان سازمان مناطق آزاد تجاری-صنعتی و ویژه اقتصادی جمهوری اسلامی ایران و حکومت سرپرستی افغانستان بود که حجت‌الله عبدالملکی مشاور رئیس جمهوری و دبیر شورای عالی مناطق آزاد تجاری-صنعتی و ویژه اقتصادی جمهوری اسلامی ایران و نورالدین عزیزی سرپرست وزارت صنعت و تجارت افغانستان آن را امضا کردند.

ادامه صفحه ۶

هشدار سازمان غذا و دارو درباره گل‌های آپارتمانی سمی

مصفا۴

حقیقتی که تصمیمات عربستان نشان داد

مصفا۶

دفاع محمد طلایی از حسن یزدانی: هر کسی نگاه ملی دارد باید به او کمک کند

مصفا۱۱

زهکی هیالان چه استارے

مصفا۱۵

خبر

مرور زمان برای رژیم صهیونیستی مشروعیت و حق مالکیت ایجاد نمی‌کند

نظر روشن و صریح امام راحل و رهبری معظم انقلاب اسلامی، حتی پیش از پیروزی انقلاب اسلامی مسئله آزادی قدس و احقاق حقوق ملت فلسطین را مسئله اول جهان اسلام و محک تشخیص و شناخت مواضع حقیقی کشورها می‌دانسته و می‌داند.

رئیس جمهور در ادامه تبیین نگاه جمهوری اسلامی درباره فلسطین و روشنگری درباره ابعاد جنایت علیه بشریت، جنایت جنگی و نسل‌کشی صهیونیست‌ها در غزه را از دیگر اهداف خود برای شرکت در این نشست برشمرد و خاطرنشان کرد: یکی از تفاوت‌های اصلی حضور و سخنرانی ما در این نشست نسبت به دیگر شرکت‌کنندگان معرفی آمریکا به عنوان مجرم اصلی در این جنایات بود که هم در ایجاد، هم در بقا و هم در تسلیح و حمایت از رژیم صهیونیستی در کشتار زنان و کودکان فلسطینی بیشترین نقش را داشته است.

وی همچنین به تشریح راهکارها و پیشنهادات ۱۰ گانه خود در این نشست برای برون رفت غزه از بحران کنونی و تأکید بر ضرورت حمایت از مقاومت به‌عنوان تنها راه آزادی قدس شریف اشاره کرد و گفت: ما در این اجلاس برخلاف آنچه برخی درباره آینده مسئله فلسطین در قالب راهکار دو دولت بیان کردند، راهکاری کاملاً دموکراتیک مبتنی بر مراجعه به آرای همه فلسطینیان اعم از مسلمان، مسیحی و یهودی برای تعیین سرنوشت‌شان ارائه کرده‌ایم.

رئییی برگزاری قریب به ۱۰ دیدار جانبی در حاشیه این اجلاس با سران کشورهای عربی و اسلامی و ابراز خرسندی آنها از بیان موضع صریح جمهوری اسلامی درباره مسئله فلسطین و غزه و همچنین مرور روابط دو جانبه و بین‌المللی در خلال این دیدارها را از دیگر فرصت‌های به‌دست آمده در این نشست عنوان و اظهار کرد: امیدواریم آنچه در این سفر و در این نشست انجام شد در جهت تأمین منافع ملی و امت اسلامی بوده باشد.

رئیس جمهور با بیان اینکه جمهوری اسلامی ایران درباره موضوع فلسطین حرف‌های متقنی برای گفتن دارد، گفت: ایران از ابتدای پیروزی انقلاب اسلامی نظر صریح و روشنی درباره حق مردم فلسطین داشته و متقابلاً رژیم صهیونیستی را همواره رژیمی جعلی، غاصب و بی‌هویت می‌دانسته است.

ایسنا- سید ابراهیم رئیسی در بازگشت از سفر کوتاه و پرکار به عربستان سعودی که به منظور شرکت در نشست مشترک سران سازمان همکاری اسلامی و اتحادیه عرب انجام شده بود، در تشریح نتایج و دستاوردهای این سفر گفت: شرکت در این نشست از دو جهت اهمیت داشت؛ یکی اینکه این نشست با حضور همه کشورهای اسلامی و عربی برگزار می‌شد و دیگر اینکه موضوع آن مسئله اصلی امروز جهان و همه مردم دنیا بود.

رئیس جمهور افزود: جمهوری اسلامی ایران درباره موضوع فلسطین حرف‌های متقنی برای گفتن دارد و بنده سعی کردم در این سفر صدای ملت ایران و مردمی که حق فلسطینیان را خیابان‌ها فریاد می‌زنند، باشم. ایران از ابتدای پیروزی انقلاب اسلامی نظر صریح و روشنی درباره حق مردم فلسطین داشته و متقابلاً رژیم صهیونیستی را همواره رژیمی جعلی، غاصب و بی‌هویت می‌دانسته است.

وی با تأکید بر اینکه مرور زمان حتی اگر ۷۵ سال باشد، برای یک رژیم غاصب و اشغالگر مشروعیت و حق مالکیت ایجاد نمی‌کند، اظهار داشت: جمهوری اسلامی ایران به پیروی از

نوبت اول

آگهی مزایده عمومی اجاره املاک

وزارت آموزش و پرورش

اداره کل آموزش و پرورش استان سیستان و بلوچستان

اداره کل آموزش و پرورش استان سیستان و بلوچستان در نظر دارد، اماکن مشروحه ذیل را براساس مشخصات تعیین شده از طریق مزایده عمومی به صورت اجاره یکساله واگذار نماید لذا واجدین شرایط می توانند با مراجعه به آدرس سامانه تدارکات الکترونیکی دولت(ستاد ایران) نسبت به دریافت اسناد مربوطه اقدام و پس از تکمیل، پیشنهاد قیمت (پاکت ج) را با لحاظ شرایط مندرج در اسناد بانضمام سایر مدارک (پاکت ب) تکمیل و از طریق سامانه مذکور بارگذاری نمایند ضمناً اصل ضمانتنامه شرکت در مزایده می بایست به دبیرخانه اداره کل آموزش و پرورش استان تحویل و رسید دریافت نمایند • تلفن تماس ۰۵۴-۳۳۴۵۳۳۹۹

زمان دریافت اسناد: از تاریخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۳ لغایت ۱۴۰۲/۰۸/۳۰

مبلغ واریزی بابت خرید اسناد: ۲۰۰/۰۰۰ ریال به شماره شباه ۰۹۰۲۳۵۳۶۰۰۰۹۰۶۳۰۰۰۴۰۶۳۰۰۰۷۰۱R با شناسه واریز ۰۰۰۷۹۰۰۲۹۰۰۴۹۰۰۱۰۱۵۱۰۱۶۰۳۱۲۶۳۱۶۰۲۵۲ به نام خزانه معین سیستان و بلوچستان

نزد یکی از شعب بانک ملی ایران

زمان بازدید: از ساعت ۱۸ الی ۱۲ از ۱۴۰۲/۰۸/۲۳ لغایت ۱۴۰۲/۰۸/۳۰

آخرین مهلت تحویل اسناد: پایان وقت اداری ۱۴۰۲/۰۹/۱۳- تاریخ برگزاری مزایده: ۱۴۰۲/۰۹/۱۴ ساعت ۹/۳۰

مکان برگزاری مزایده: زاهدان خانه معلم جنب آموزش و پرورش ناحیه دو

چاپ نوبت اول: ۱۴۰۲/۰۸/۲۳ - چاپ نوبت دوم: ۱۴۰۲/۰۸/۲۴

ناحیه / منطقه	عنوان ملک	آدرس و مشخصات ملک
اداره کل	۲ باب واحد تجاری از بیمارستان فرهنگیان	زاهدان بلوار بزرگمهر - به مترهای ۱۸۰-۲۱۰ متر مربع

اولویت واگذاری با اصناف ذیل خواهد بود.

۱-مطب پزشکی

۲-داروخانه

۳-کالای پزشکی

۴-دفاتر بیمه ای

۵-امداد طب

۶-عینک سازی

۷-آزمایشگاه

روابط عمومی اداره کل آموزش و پرورش استان سیستان و بلوچستان

م الف: ۱۰۸۶

شناسه آگهی: ۱۶۰۳۱۳۴

هال

زاهدہ رئیس راجی

واجه اصغر علی که پسرء اصغر علی همدرد ء نندام ء، پدء گون اصغر علی اصغر ء نندام ء، گُڏ سرء اصغر علی آڙگ ء نندام ء گون بلوچی لبزانک ء کاروان ء همراه بیت -بلے هما نامداری که آئی ء چہ اصغر علی آڙگ ء نام ء رس ایت چد ء پیش نہ رس ایت ۔ء آئی ء جُهدانی برورد ایش انت که یکیں آڙگ ء بازیں نودربر ء رندگیری کنوک وت ء آڙگ ء گُئنام ء گون دیم ء کارآنت بلے اے دگرانی رنگ ء آ چریشی ء برانز نہ گرایت ، زهر نہ گرایت که اے پُنام منی میراس انت ء اشی ء کسے زُرت نہ کنت ۔ البتہ من اے بابت ء واجہ آڙگ ء نیگبھتے مار آن که آئی ء پُنام، پَہ پندل سازی ء کارمرزگ تہ بیتگ ء اُمیت کش آن که دیمتر ء هم نہ بیت۔
“پور” ، “واهگانی پُرس” ، “جنینانی جان سلامتی ء کتاب” ، “سما پجاری” ، “نظریاتی گُنگدام”۔ انجپیں لبزانکی جُهد آنت که واجہ آڙگ ء نَد ء لبزانک ء یک تهرے ء گون بندوک نہ کن آنت ۔ شائری بہ بیت ، آزمانکاری بہ بیت ، رجانکاری بہ بیت ہرستین ء تہ ء آ وتی ند ء گون زرنگی ء کار بندایت ۔ جنینانی جان سلامتی ء انسانی نفسیات ء گون همگرنچپیں کتابانی رجانکاری وت اے گپ ء پدراھی کن آنت که رجانکار ء نگاه، تھنا گون ٹریڈیشنل لبزانک ء بندوک نہ اِنت بلکیں آ میڈیکل سائنس ء گون همگرنچپیں سرہالاں هم دلگوش دیوک اِنت ءبلوچی نبشتھی لبزانک ء اے مُرکیں پھنات ء پُر کنگ ء رند ء اِنت ۔

وشکند

بالی گراب

یک بالی گرابے پرچہ گنوک ات چہ یک شھرے پہ دگہ شھرے ء آتیان لوٹ ات بارت ء سرکنت . بالی گراب وھدے چہ بالی پٹ ء بال کنت ء ماں آسمان ء جمبران رسیت ھمے وھدء گنوکانی شورء جگاہ ء چپھال چست بیت۔ بزائ شیتانی ء شروع کن انت بالی گراب ء کپئن مھماندارء گوشتیت کہ برو اشان بے توار ء آرام کن . مھماندار بیچارگ روت هرچی توارکنت کس آئی ھبرء گورءگوش نہ دنت بزائ ھمشانی درمیان ء یکے بے توارء آرام نشتگ . مھماندار روت آئی نزیک ء گوشتیت اے گون من بے توار ء آرام نہ بنت تو اشائ بے توارء آرام کت کن ات؟ ھاموشپن مرد وتی سرء چست کنت ء گون آرامی مھماندارء چارایت ء گوشتیت ھو من آرام اش کناں تو برو . مھماندارروت ساھتکے پد گندانت کہ ھچ توارء برمشے نیست . ھمے پیم تانکہ بالی گراب شھرء نزیک کنت ء کپئان مھماندارء گوشتیت برو نی شھر نزیک انت بچار آتیانی ھال چون انت ھال اش دئے کہ بالی گراب جھل بیت . مھماندارروت ء گند ایت کس نیست تھنا ء ایوک ء ھما آرامپس مرد انت کہ بے توارء نشتگ . مھماندار روت آئی نزیک ء جستی کنت کہ تتی ھمراہ کجا انت آئی پسو دنت من فوئبال ء توپی دات ء گوشتون بہ روات ڈن ء گوازی کن ات. درست ڈن ء گوازی ء شتگ انت۔۔

دیدگوں راھسراں چک جنتیں کدی
سرمایہ گذاری بکنت.
ایسنا ھالرسان ء گوشگ : گوچی ھندا وتی اے گندک ء سئیل سوادء گوشت : چھباری تیاب زری تیاب دپی اے پہ تھر تھریں سرمایہ گذاری ء مزنیں جاھے دارایت . ژاپن ء سفیرء دیمترء گوشت : چھبارء تیاب دپ آرامپس جاھے انت پہ اے ملک ء سرمایہ گذاری ء۔
ھندا ء گوشت: اے ھندء دمگ پہ بیپیری کارء بارء
پہ دنیای ملکان پلی انت کہ ایران ء آسیای ملکان ھور انت.



سرحدء مزن شانپن زمین ء بزائ وھدے چہ واش ء دیم پہ زاهدان ء ماءُ شما راہء چہ گوزپس گُڙا چمان شانک دئیں گندیں کہ سرسبزپن درچک انت کہ دکانی دیم ء شنک ء تالان انت کوھ سرء کش ء گورائ ء ھداوندء گون وتی پاکپن کدرت ء اے نعمت پہ اے سرزمینء مھلوک ء رودبنتگ ء ھمے پراہ ء شاھگانیں کوچگ ء شنک ء تالان کتگ اے سرزمین بزائ سرحد زمینء وترودیں درچکائ چہ یکے گون انت کہ مئے



شمے دیدگاں کش ء گورائ سبزجنت وھدے چہ ھمے کشک ءدیم پہ زاهدان ء روئیں یاکہ واتر بئیں گندگ کاینت ء دل ء وشنود کن انت . کوہ ء دکانی کش ء پھنات ء ھمے درچکانی وش ء زیناکپس ندارگ دل ء وش کن انت اشی برھم وشپن تام ء لذتان دارایت . گون ء بر چو انگورء ھوشگ ء کسانپن دانگاں درچکء سرء لونچان انت ھمے کسانپن دانگانی سرء

نہ ترسیں اِشک
من ء آدوئپس سک باز دوست بنت من و یکپاں بلے دوئینانی سرا منی دل عاشق انت نزنائاں چی ء من بے اشائ بیت نہ کناں کشے منی زندگی ء گون ھمگرنج انت یکے مدامی منی ھمراہ انت گون من ھمگام ء ھم ھیال انت گشے بید ء من بیت نہ کنت وپسگ ء نندگ ء سئیل ء سوادء ادائ اودائ ء ھرچاہ من دل ء جزمان منی اے وش کدء وش بالاد منی زندگی ء گون ھمراھی کنتت تان کہ من زندگاں اے من ء گون انت من بید ء دومی ء ھم نباں اے واستہ من بغیر آئی ء نیم توام باں اے ھم چہ آئی ء ھچ کم نہ انت منی دل ء تاہیرء آرام منی نپس ء ساہ من تا زندگاں وتی اے دوئپں دلی دوستان چہ جدانباں مارا مرک بلکیں سندایت زندء اے مجال توان بیت نہ کنت من اگان وشنام باں یا بدنام گون اے دوئیائ من ء اے دھرء زمانگ ء ھچ پرواہ نیست ء نہ بیت من وتی دل دانگ دل ء دئیگ گناہ کہ نہ انت ء مدام منی زبان ء اے دوئینانی نام اے وڙا کثیت جی منی وش کدپس قلم ء جی منی پلپس دپتر من شمنے شما منی (ابراھیم عابد امیری)



نازکپن پوستی ء پوست ء چیرء گڏگے انت کہ گڏگ ء بزء سکپن پوست ء چیرء مجگ انت گونء برانی رنگ سبزء سھرء ناسی انت گیشتر سبزرنگ انت . ھمے دانگان چو توم ء کٹ کن انت آئی ء پوست ء مجگ ء پہ وشی ورائنت . گونء تریں دانگان پتنپس ٲاپگے سرء گون مشتکے چوپ انت ء لگاشنت ء آتیانی روگن ء گرائنت وشپن نارشتے تیارکن انت گون ناں ء تربت کن انت ء ورائنت. اے باز وشپن وراکے تام ء لذتی سک وش انت. گون ء شیرگ کہ چہ گون ء درچک ء بندء در بیت آ پہ دوا ء درمان ء باز کارمرز بیت کہ آئی ء گون ء گونجک گوشنت. گون ء گونجک پہ ریش ء ٹپ ء ھشک کنگ ء مزینپن کارمرزی دارپت . گون ء گونجک ٹپ ء ریش ء ھشک کنت ء آئی چرک ء ریمان درکنت ٹپء درواہ ء درمان کنت. گونء گونجک ء سھب ء جوشپن انت ء اناوارء ورائنت آئی پہ مئیدہ ء نادراھی ء مزینپن پائڊگے دارایت. انچوش گونء گونجک ء دنتانے کہ کل ء کئڊ بہ بیت ء درد بکنت آئی ء دردء ساکم کنت بزائ گونء گونجک ء ھما دنتان ء کل ء کئڊ ء بہ دئے گُڙا آئی آپ ء چرک ء چوش ایتء کش ایت ء ھشکی کنت. گونء بندئ سکپن درچکی انت ھمے پیم آئی ء اشکر ھم تاں دیرء سچپت ء پُر بیت ھمے درچک ء یک نمونہ ے ء کسور گوشنت کہ آئی برچہ گون ء برء پرک کنت بزائ آئی ء برسک نازک انت ء گڏکے پوچک چہ گونء گڏگء پوچکء باز نرم تر انت ء جاھگ ء ابربرگ بیت . کسورء برھم چو گون ء برء سک بازوش ء تامدارانت۔۔

دستونک
اعجازلاشاری
تو نہ بوتے منی من نہ بوتائ تتی
ھو ھمے میانجی ء گوستائ کرنء سدی
ھروڙپن کاروان رست انت دراہ منزلء
روس اتنت چم منی تو کدی بئے ودی
چے منی انت گناہ گندگاں من سرا
بارپن کئی ء کرتگ کست ء بدی
کارتتی راہ ء در چو کہ تو گنگ ء کر
شاعرانی بکن گپت ء گالائ پدی
دانکہ ھستائ اعجاز من ودارائ گل ء
ژاپن ^x پہ سرمایہ گزاری ماں چھبارء دلمانگ انت
ژاپان ء سفیر ایران ء چھبارء تیاب دپ ء سئیل ء سوادکنگ ء وھدء گوشت: ملکی تیار انت کہ ماں
اے تیاب دپ ء

گون

تاک ۶



نازکپن پوستی ء پوست ء چیرء گڏگے انت کہ گڏگ ء بزء سکپن پوست ء چیرء مجگ انت گونء برانی رنگ سبزء سھرء ناسی انت گیشتر سبزرنگ انت . ھمے دانگان چو توم ء کٹ کن انت آئی ء پوست ء مجگ ء پہ وشی ورائنت . گونء تریں دانگان پتنپس ٲاپگے سرء گون مشتکے چوپ انت ء لگاشنت ء آتیانی روگن ء گرائنت وشپن نارشتے تیارکن انت گون ناں ء تربت کن انت ء ورائنت. اے باز وشپن وراکے تام ء لذتی سک وش انت. گون ء شیرگ کہ چہ گون ء درچک ء بندء در بیت آ پہ دوا ء درمان ء باز کارمرز بیت کہ آئی ء گون ء گونجک گوشنت. گون ء گونجک پہ ریش ء ٹپ ء ھشک کنگ ء مزینپن کارمرزی دارپت . گون ء گونجک ٹپ ء ریش ء ھشک کنت ء آئی چرک ء ریمان درکنت ٹپء درواہ ء درمان کنت. گونء گونجک ء سھب ء جوشپن انت ء اناوارء ورائنت آئی پہ مئیدہ ء نادراھی ء مزینپن پائڊگے دارایت. انچوش گونء گونجک ء دنتانے کہ کل ء کئڊ بہ بیت ء درد بکنت آئی ء دردء ساکم کنت بزائ گونء گونجک ء ھما دنتان ء کل ء کئڊ ء بہ دئے گُڙا آئی آپ ء چرک ء چوش ایتء کش ایت ء ھشکی کنت. گونء بندئ سکپن درچکی انت ھمے پیم آئی ء اشکر ھم تاں دیرء سچپت ء پُر بیت ھمے درچک ء یک نمونہ ے ء کسور گوشنت کہ آئی برچہ گون ء برء پرک کنت بزائ آئی ء برسک نازک انت ء گڏکے پوچک چہ گونء گڏگء پوچکء باز نرم تر انت ء جاھگ ء ابربرگ بیت . کسورء برھم چو گون ء برء سک بازوش ء تامدارانت۔۔

دستونک
اعجازلاشاری
تو نہ بوتے منی من نہ بوتائ تتی
ھو ھمے میانجی ء گوستائ کرنء سدی
ھروڙپن کاروان رست انت دراہ منزلء
روس اتنت چم منی تو کدی بئے ودی
چے منی انت گناہ گندگاں من سرا
بارپن کئی ء کرتگ کست ء بدی
کارتتی راہ ء در چو کہ تو گنگ ء کر
شاعرانی بکن گپت ء گالائ پدی
دانکہ ھستائ اعجاز من ودارائ گل ء
ژاپن ^x پہ سرمایہ گزاری ماں چھبارء دلمانگ انت
ژاپان ء سفیر ایران ء چھبارء تیاب دپ ء سئیل ء سوادکنگ ء وھدء گوشت: ملکی تیار انت کہ ماں
اے تیاب دپ ء

اے تیاب دپ ء

دوشنبہ، ۲۲ آبان ماه ۱۴۰۲ برابر با ۲۸ ربیع الثانی ۱۴۴۵ * ۱۳ November ۲۰۲۳ * شماره ۱۹۲۹

سرکال ۔

دستء اِزم

دست ء اِزم یک سلاھے انت کہ پہ زندء روچانی گوازینگ ء نگیپیں جاورانی تھا کمک ء مدد کنت ء دیمروی ء گون مردم ء پہ آپ سرے بارت ء سرکنت بلوچی ازمانی تھا چوشپن بازیں ازمے ھست کہ مروچی گندگ بنت اگان ما وتی ازماں کہ جوانپس رھبندانی تھا گون ھمراہ کنپس وتارا چہ بازیں بدپس جاوراں چہ رک اینت کنپس . انچوش مالداری ء کشت ء کشارء بگر تان دست ء سیچن ء بندپک مروچی ھمک بازارء گدء پچانی دکانان کہ چمان شانک دئپں مارا ھمے بانکانی دست ء نکش گون وتی چمانی دیدء دل ء پگرانی ھمراھی ء مئے شمے دلء چنکس ھمے نکش ء نگار وشنود کن انت. بارپس کجام زھمت کشپن دستانی کارکرد انت کہ مروچی گون گرائپس نہادی ء مان بازارء مردمانی دلگوش ء وتی نیم ء برانت ء پریں کیسگان ھالپگ کن انت. وتی گرانبھاپس پچانی سرء نکش کن انت. اشانی دوچان چنت وھد ء پاس گوازینتگ تان کہ اتکگ ء ماں بازارء نہادی رستگ انت. بلوچی ازمانی تھا یکے ھمے دوچ انت بلے اے دوچ ماں ھما پچ ء پوشاکان زیب دنت کہ آتیانی سترء پردگ پہ بانکپس جپین آدمائ پہ جوانپس رھبندانی تھا بہ بیت ء گران ء سنگینپن جاورے پہ چاکردء پیداک بہ کنت مروچی ھنچوش کہ اے گرانبھاپس دوچ گون وتی نکشائ ٹٹ ء جالار ء جوک و..... نکش انت ھمے پیم پچ ء گد ء چادر گون گرائپس کیمت ء ماں نہادی ء اِبر انت امیت انت کہ وتی دست دوچپس نکشائ پہ ھما پچ ء گدے بہ سپنگارپن کہ مئے گران ء سنگینی ء مئے دوچانی بستاری ء جاہ ء بیان کت بکنت نہ کہ پہ پچ ء گرانی ء نکش ء بے ستری ء گون آواربہ بیت بلکپس وشرنگی ء زپیناکی گون گران ء سنگینی ء سترء پوشگ ء گون گیشترزپیناک تر بیت ۔۔

بتل

سرون سیرانت کہ زاماتون کلیرانت

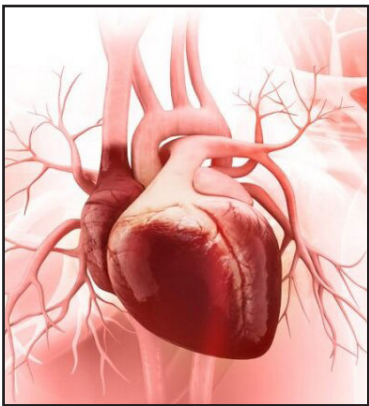
اے بتل ء دو رنگپں مانا ء زانت دئپنت یکے ایش کہ کلیرء درچک ء بے تاک ء ھشکپن لئی ء سرء، دوم اے کہ گون وتی ھشکپن ء لئی ء گون کلپر بزائ بے تاک ء بر کنت . اے بتل چہ یک نیمے ایرجنت ء چہ دگہ نیمے ساڙا ایت برز کنت. کلپر ء برء چہ ء آئی لٹ ء دارائ چے چی کارمرز بیت اشی ء مازانت نہ کنپں ء اے زانتکارانی کارانت بلے پہ بتل ء بابت ء انچوش کہ اشکتگ ء مئے گوشان کپتگ بیان کت کنپں چوش کہ گوشتن کسے زامات بے کارء روزگارے کہ پہ وتی ء لوگ مردمانی ھاترا مہ دارایت اے پیم گوشتن کہ سرون سپر انت کہ زاماتون کلپر انت. بزائ زاماتی بے نپ انت چہ آئی ھچ امیتے نیست انت. دومی ایش کہ کلپر بے تاک ء بر کنت بزائ زامات اگان ھچی ندارایت بلے پدا ھم چہ آئی امیتے ھست انچوش کہ کلپر اگان ھشکپن لئی انت بے ٲاکپں بلے چہ آئی برء مُر دست کپپت گوشتن کلپر بے تاک ء بر کنت. بزائ اے بتل چہ یک نیمے پہ مردمء کارآمدی گپ ء کنت ء چہ دگہ نیمگے بے کارء دردنہ ورگ ء ھبرء کنت. ۔

لچہ

بلال ریگی میرجاوہ سیمی نپرڊاد

گوش انت کہ اے راجداريءِ
ملا ھرء چوسواربیت ، گوشتن کہ اے راجداريءِ
مسجدء بانگء توارییت ، گوشتن کہ اے راجداريءِ
درھچانی تاکائ ء رچنت ، چوھورکپت ء گرندء گوات
نی دراجپن گوش کر بیت ، گوشتن کہ اے راجداريءِ
خوابگاهء دانشجوییء ، لاپ گُڙگ انت شه کشنگی
آمرگ ء ھیک نہارپیت ، گوشتن کہ اے راجداريءِ
رسوائی ء ھبرشی انت ، گواتے شه لاپ ء درجو بیت
دنیا چئھ سھارپیت ، گوشتن کہ اے راجداريءِ
ھرئمہ دے بے موچ کن ئے ، گوش انت گئوکے ایشی
گئوکے چو پہ سار بیت ، گوش انت کہ اے راجداريءِ
چو زیان بی آ مودگی ، آسے گسء تا روک بیت
وسوء دپم تھار بیت ، گوش انت کہ اے راجداريءِ
چینی ء جنس ء دزی اپن ، پہ لنڊان ء یارنگ انت
چو لنڊران بازاربیت ، گوشتن کہ اے راجداريءِ
چپھال کپتہ میتگ ء ، سیاهپن کدام پئگء
بلک ء سوچن گاربیت ، گوشتن کہ اے راجداريءِ
عاشقی فیلمے سئیل کنت ، ترانگے لگپت ماں دلء
دیدگاں ارس ء ھارپیت ، گوشتن کہ اے راجداريءِ
مرد نشتگ ء جن پیش ھبر ، پھکان گڏپت پہ تپر
مردکہ جنء مھاربیت ، گوشتن کہ اے راجداريءِ
سرچرگء من متنگ اوان ، بلال چون شه اے چھان
بیران بیت ء گاربپیت ، گوشتن کہ اے راجداريءِ

ایستادن یا خوابیدن برای سلامت قلب بهتر از نشستن است



کشور را تجزیه و تحلیل کردند. شرکت‌کنندگان در این تحقیق، یک دستگاه را روی ران خود قرار داده بودند تا فعالیت‌های روزانه خود را اندازه‌گیری کنند .

متخصص پس از بررسی این داده‌ها دریافتند که فعالیت بدنی با شدت متوسط تا شدید حتی با کمترین میزان در حد پنج دقیقه، بیشترین مزایا را برای سلامت قلب داشته است.

آن‌ها سپس تأثیر ایستادن و خوابیدن روی سلامتی قلب را با زمان نشستن مقایسه کردند. متخصصان دریافتند که هر چه شدت فعالیت بدنی کمتر باشد، مدت زمان بیشتری طول می‌کشد تا قلب از مزایای آن بهره‌مند شود.

بنا به گفته دکتر بلاجت، نتایج این مطالعه همچنین نشان می‌دهد که جایگزین کردن نشستن با خواب، تأثیرات ملموسی بر شاخص توده بدنی، موسوم به «بی‌ام‌آی» و دور کمر داشته اما تأثیرات قابل توجهی بر کلسترول، تری‌گلیسیرید یا سطح گلوکز خون نداشته است.

دکتر بلاجت گفت: متخصصان بر این باورند که مزیت خوابیدن برای سلامت قلب نسبت به نشستن، در اصل ناشی از تأثیر منفی عوامل غیرمستقیم مانند مصرف تنقلات در زمان تماشای تلویزیون به هنگام نشستن است که منجر به افزایش وزن می‌شوند.

در نهایت، پژوهشگران دریافتند که جایگزین کردن ۳۰ دقیقه ایستادن، خوابیدن یا فعالیت‌های بدنی با شدت سبک با فعالیت‌های بدنی با شدت متوسط تا شدید، منجر به کاهش شاخص توده بدنی می‌شوند.

نتیجه این تحقیق همچنین نشان داد که بیشتر نشستن یا افزایش شاخص توده بدنی مرتبط است.

غوغای مغز در یک ثانیه

است یا به دلیل چیز دیگری و اگر مغز متوجه شود که یک خطا علت بوده است سپس فرایندهای اضافی را برای جلوگیری از خطاهای بیشتر آغاز می‌کند که اگر نتیجه به دلیل اقدام خودش نباشد، این کار را انجام نخواهد داد.

گروه تحقیقاتی از یک رویکرد نوآورانه استفاده کرد که شامل ۷۶ بزرگسال جوان بود.

یافته کلیدی، توانایی مغز برای تمایز بین نتایج استاندارد و غافلگیرکننده در حدود یک ثانیه بود. علاوه بر این، در موارد خطای انسانی، مغز برای دو تا سه ثانیه بیشتر فعال باقی می‌ماند که نشان‌دهنده یک فرآیند یادگیری است.

این تحقیق نشان می‌دهد که مغز واقعا بین خطاها و سایر پیامدها تفاوت قائل می‌شود و به‌طور مؤثر این اطلاعات را در سراسر بدن برای پاسخ‌های انطباقی به اشتراک می‌گذارد. این مورد نشان می‌دهد که ما در مغز انسان سیستم‌های خاص و مختص به خطا داریم که خطاهای عملی ما را که باعث واکنش‌های انطباقی می‌شوند، مانند کند کردن راهبرد اقدامات در حال انجام، شناسایی می‌کنند .

این مطالعه نه تنها توانایی قابل توجه مغز انسان برای تشخیص و یادگیری از اشتباهات را روشن می‌کند، بلکه راه‌هایی را برای تحقیقات بیشتر در علوم شناختی و علوم اعصاب باز می‌کند و بر پیچیدگی و سازگاری ذهن انسان در پیگیری مداوم دقت و کارایی تأکید دارد.



کارشناس گروه تجویز و مصرف منطقی و اطلاع رسانی فرآورده‌های سلامت سازمان غذا و دارو با اشاره به افزایش مسمومیت‌های اتفاقی در یک سال و نیم اخیر، بر لزوم مراقبت از کودکان در برابر برخی گیاهان آپارتمانی تأکید کرد.

ایسنا- دکتر راضیه کشاورز در لایو اینستاگرامی با موضوع مسمومیت‌های ناشی از گیاهان آپارتمانی با بیان اینکه با توجه به زندگی شهری، دسترسی به سموم و داروها آسانتر است، گفت: بر همین اساس مسمومیت‌های عمدی و اتفاقی نیز بیشتر شده است.

کشاورز با بیان اینکه بر اساس آمار و گزارش‌های موجود در سال‌های اخیر، مسمومیت‌های اتفاقی کمتر رخ داده است، گفت: این مسمومیت‌ها طی سال‌های قبل از ۱۴۰۱ حدود ۴۰ درصد از مسمومیت‌ها را شامل می‌شدند اما در سال ۱۴۰۱ و نیمه اول سال ۱۴۰۲ تعداد این مسمومیت‌ها رو



ساس‌ها حشراتی موذی هستند که اخیراً به دلیل گزارش‌هایی مبنی بر وجود آن‌ها در مناطقی از فرانسه و کره جنوبی در کانون توجه قرار گرفته‌اند.

ایسنا- «کانورسیشن»، هرچه افراد بیشتری عکس‌های مرتبط با گزش ساس را در شبکه‌های اجتماعی به اشتراک بگذارند، بیشتر احساس نگرانی می‌کنیم. با این حال، هنوز هیچ داده عمومی در مورد هجوم ساس‌ها در پاریس وجود ندارد.

با این وجود اژانس بهداشت ملی فرانسه به شهروندان این کشور توصیه کرده است که هنگام سفر، تخت هتل محل اقامت خود را برای اطمینان از نبود ساس کنترل کنند و در انتقال مبله‌مان دست دوم یا تشک‌های دست دوم به خانه‌های خود احتیاط به خرج دهند.

انبوهی از حشره ساس به تازگی در متروی پاریس، قطارهای سریع السیر و فرودگاه «شارل دوگل» در پایتخت فرانسه مشاهده شده است. مسافرانی که از دیدن این حشرات در وسائل حمل و نقل یا مکان‌های عمومی منزجر شده‌اند، ویدئوهایی را از آنچه شاهدش



ایسنا- نتایج یک تحقیق نشان داد که وضعیت بد بدن تأثیر غیرمنتظره‌ای بر تمام اعضای بدن و همچنین حافظه دارد.

قوز کردن شانه‌ها و قوس دادن به پشت در حین تایپ کردن در رایانه می‌تواند فشار بیشتری بر روی باسن، گردن و کمر شما وارد کند. این مورد نه تنها موجب ناراحتی می‌شود، بلکه وضعیت بدنی نامناسب می‌تواند بر سلامت جسمانی ما به روش‌های دیگری تأثیر بگذارد که شامل افزایش خطر سوزش سر دل، بی‌اختیاری ادرار یا یبوست است. هر چند این موارد ذکر شده همه چیز نیست اما باید بدانیم، وضعیت نامناسب بدن هنگام نشستن ممکن است بر انواع خاطراتی که به یاد می‌آورید نیز تأثیر بگذارد.

در تحقیق انجام شده در سال ۲۰۱۷ که در بیوفیدبک منتشر شد، محققان رابطه بین وضعیت بدن و یادآوری

به افزایش بوده است؛ چنانکه نزدیک ۵۰ درصد از مسمومیت‌های حال حاضر، مسمومیت‌های اتفاقی است.

وی افزود: با توجه به روند رو به افزایش مسمومیت‌های اتفاقی باید نکات استفاده از داروها، صنایع شیمیایی مانند شوینده‌های خانگی و ... را مورد توجه قرار داد تا نحوه پیشگیری از این مسمومیت‌ها را دانست.

کشاورز ادامه داد: از سوی دیگر یک فرد مسموم یا همراه او ممکن است با نحوه برخورد با این مسمومیت‌ها و اقدامات لازم آشنایی نداشته باشند، در همین راستا یک سری از مراکز به نام مراکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم (DPIC) دفتر نظارت و پایش فرآورده‌های سلامت در تمامی کشور فعال است و داروسازان و پزشکان پس از گذراندن دوره‌های آموزشی در این مراکز مشغول به فعالیت می‌شوند و در زمینه مشاوره‌های دارویی و نحوه مصرف منطقی دارو به افراد مشاوره می‌دهند. بنابراین افراد می‌توانند برای مشاوره‌های دارویی و نحوه مصرف داروها، پیشگیری از هر نوع تداخل دارویی یا عوارض به مراکز DPIC تماس گرفته و مشاوره‌های لازم را دریافت کنند.

کشاورز یادآور شد: این مراکز علاوه بر مشاوره‌های دارویی همچنین در زمینه انواع مسمومیت اعم از دارویی، الکل، مواد مخدر، سموم دفع آفات کشاورزی و شوینده‌های خانگی فعال هستند. افراد با تماس با سامانه ۱۹۰ داخلی ۳ و سپس داخلی ۲ می‌توانند در زمینه پیشگیری از مسمومیت‌ها مشاوره لازم را

گسترش «ساس» یک مشکل جهانی است

بوده‌اند در شبکه های اجتماعی منتشر کرده‌اند. ساس‌ها که در دهه ۱۹۵۰ تا حد زیادی از زندگی روزمره مردم در فرانسه رخت برسته و ناپدید شده بودند، در دهه‌های اخیر بیشتر به دلیل تراکم بالای جمعیت و استفاده انبوه از وسائل حمل و نقل عمومی بار دیگر به تدریج پدیدار شدند. مقامات بهداشتی فرانسه می‌گویند که ساس‌ها از سال ۲۰۲۰ به این سو برای بهداشت عمومی در این کشور مشکل‌ساز بوده‌اند. در همین حال، گزارش ماه ژوئیه اژانس ایمنی بهداشت عمومی در فرانسه نشان می‌دهد که یک دهم از کل خانواده‌های فرانسوی طی چند سال گذشته با مشکل ساس روبرو بوده‌اند.

معضل گسترش «ساس»، یک مشکل جهانی است همچنین گزارش‌ها حاکی از آن است که ساس‌ها به سراسر کره‌جنوبی هجوم برده و مقامات این کشور مجبور شده‌اند اقدامات و بازرسی‌های مربوط به کنترل آفات را تشدید کنند. در واقع، یافتن داده‌هایی که مکان و تاریخ وجود ساس را تأیید یا رد می‌کنند، بسیار سخت است. اکثریت قریب به اتفاق مردم در سراسر جهان برای کنترل آفات به بخش خصوصی مراجعه می‌کنند اما داده‌های این بخش اغلب به‌عنوان «حساس تجاری» طبقه‌بندی می‌شوند و معمولاً برای اهداف تحقیقاتی به اشتراک گذاشته نمی‌شوند.

اگرچه مشخص نیست که مقیاس معضل هجوم ساس‌ها در پاریس واقعی است یا تبلیغات رسانه‌های اجتماعی، اما یک نکته درست است: ساس‌ها فقط در پایتخت فرانسه وجود ندارند. در واقع، آنها تقریباً در تمام سکونتگاه‌های انسانی وجود دارند و گزارش‌هایی از زندگی ساس‌ها با انسان‌ها در تاریخ باستان نیز وجود

تأثیر منفی نحوه نشستن بر حافظه

خاطرات مثبت یا منفی را بررسی کردند. خاطرات مثبت به‌عنوان خاطرات مرتبط با احساسات توانمندسازی یا خوش‌بینی شناسایی شدند. خاطرات منفی شامل احساسات درماندگی، ناامیدی یا شکست بودند. پژوهشگران به بیش از ۲۰۰ دانشجوی کالج آموزش دادند که در حالت خمیده یا عمودی بنشینند در حالی که خاطرات منفی را در ذهن مجسم می‌کنند و سپس خاطرات مثبت را قبل از تغییر وضعیت و تکرار تمرین یادآوری حافظه در ذهن مرور کنند.

در حالی که یافته‌های این تحقیق نشان می‌دهد که شرکت‌کنندگان خاطرات مثبت را در حالت ایستاده راحت‌تر به خاطر می‌آورند، ۸۶ درصد از دانشجویان گفتند که خاطرات منفی در حالت خمیده راحت‌تر در ذهن نقش می‌بندند. به این ترتیب، فردی که بیشتر روز خود را در حالت خمیده سپری می‌کند، ممکن است بیشتر بر روی خاطرات منفی تمرکز کند، بنابراین پژوهشگران بر اهمیت ارتقای آگاهی متخصصان سلامت روان در مورد وضعیت مناسب برای حمایت از بیماران در به حداقل رساندن علائم افسردگی تأکید کردند.

کارشناسان موسسه بهداشت رفتاری مونتری (Mon-) (tare) که در این تحقیق شرکت داشتند، دیدگاه بالقوه‌ای را در مورد این یافته‌ها ارائه کردند و توضیح دادند که وضعیت خمیده به‌طور سنتی حالتی از شکست در تجسم می‌دهد. همان انرژی ممکن است در افکار ما نفوذ کند و احساسات منفی و خاطرات ناخوشایند را برانگیزد برعکس، ایستادن در حالت قدرتی

هشدار سازمان غذا و دارو درباره گل‌های آپارتمانی سمی

دریافت کنند. این مراکز به صورت ۱۲ ساعته از ۸ صبح تا ۸ شب فعال هستند. وی تأکید کرد: ساعات اولیه مسمومیت، ساعات حیاتی برای نجات جان افراد محسوب می‌شود و بر همین اساس هم آموزش و راهنمایی‌هایی که لازم است تا اقدامات مؤثر را انجام دهند، بسیار مهم است. در صورت مواجهه با فرد مسموم ضمن حفظ خونسردی با ۱۹۰ تماس گرفته و مشاوره‌های لازم را دریافت نمایند.

کارشناس گروه تجویز و مصرف منطقی و اطلاع‌رسانی فرآورده‌های سلامت سازمان غذا و دارو با بیان اینکه برای هر مسمومیتی نیاز به القای استفراغ یا نوشاندن آب وجود ندارد، گفت: در مسمومیت با شوینده‌های خانگی القای استفراغ گاهی اوقات وضعیت فرد مسموم را بدتر یا وخیم‌تر می‌کند. به همین دلیل باید برای برخورد و انجام اقدامات صحیح مشاوره‌های لازم را دریافت کنند. افراد بسیار زیادی پس از دریافت این مشاوره‌ها از خطر رها شده و حتی نیازی به مراجعه بیمارستانی نداشته‌اند.

کشاورز در ادامه با اشاره خطر مسمومیت افراد در منازل اظهار کرد: بیش از ۹۰ درصد مسمومیت‌ها در منازل رخ می‌دهند و حدود ۱۰ درصد از مسمومیت‌ها هستند که در مشاغل صنعتی و کارخانجات رخ می‌دهند؛ به همین دلیل دانستن نکات اولیه پیشگیری از مسمومیت‌ها برای نجات جان افراد لازم است.

دارد.

* نگرانی مردم لندن از هجوم ساس‌ها «صادق خان»، شهردار لندن نیز اعلام کرده که اقدامات لازم برای جلوگیری از هجوم گسترده ساس‌ها به سیستم حمل و نقل عمومی این شهر در حال انجام است.

صادق خان اذعان کرده که ساس‌ها منجر به ایجاد نگرانی در بین مردم شده‌اند و آن‌ها نگرانند که این حشرات به لندن نیز هجوم بیاورند.

وی افزود که با مقامات فرانسه در این مورد صحبت کرده و از تجربیات آن‌ها برای مقابله با این حشرات استفاده می‌کند.

شهردار لندن خاطرنشان کرده که اقدامات لازم در این زمینه در حال انجام است.

* گسترش فصلی ساس‌ها

کارشناسان تعداد موارد تأیید شده وجود ساس‌ها را که توسط مقامات محلی برای نابودی آن‌ها در سه شهر بزرگ انگلیس اقداماتی انجام شده است، بررسی کرده‌اند: «بیرمنگام»، «منچستر» و «شفیلد».

کارشناسان از داده‌های مربوط به موارد تأیید شده ساس در هر ماه بین سال‌های ۲۰۰۹ و ۲۰۱۵ استفاده کردند و این را از طریق یک مدل آماری به نام مدل اثر ترکیبی افزایشی تمپیم‌یافته (GAMM) انجام دادند. نتایج نشان داد که اوج قابل توجهی در موارد هجوم ساس‌ها در حدود ماه‌های اوت و سپتامبر هر ساله وجود داشت. همچنین تعداد ساس‌ها به طور پیوسته نیز در حال افزایش بوده است.

با این حال، برای مقابله با هجوم این حشرات، باید بیشتر در مورد آن‌ها بدانیم.

که اغلب در تمرین‌های یوگا دیده می‌شود احساس اعتماد به نفس و قدرت درونی فرد را افزایش دهد. وضعیت نامناسب بدن، افراد بسیاری را در سراسر جهان تحت تأثیر قرار می‌دهد. در تحقیق منتشرشده در سال ۲۰۲۰ که در iScience منتشر شد، بیش از ۶۵ درصد از کل ۵۹۵هزار و ۵۷ کودک در چین که تحت غربالگری وضعیت قرار گرفتند، وضعیت بدنی ضعیفی داشتند. همانطور که قبلاً ذکر شد، حفظ وضعیت بدنی مناسب ممکن است به کاهش علائم افسردگی کمک کند و به ما اجازه دهد تا خاطرات مثبت بیشتری را تجربه کنیم. حتی اگر بیشتر روز خود را در حالت نشسته می‌گذرانید، نکاتی وجود دارد که می‌توانید برای صاف و راست نگه داشتن بدن خود از آنها استفاده کنید.

کلینیک مایو ایالات‌متحده توصیه کرد که وقتی روی صندلی اداری می‌نشینید، مطمئن شوید که صندلی در ارتفاعی تنظیم شده است که به هر دو پا اجازه می‌دهد صاف روی زمین قرار گیرد. صندلی نباید آنقدر پایین باشد که زانوهای شما بالاتر از باسن قرار بگیرند. بین قسمت جلوی صندلی و پشتی زانوها فاصله کمی بگذارید. در مرحله بعد، مطمئن شوید که پشت شما توسط خود صندلی یا با قرار دادن یک بالش کمری در قسمت پایین کمرتان حمایت می‌شود. شما باید صفحه رایانه خود را در سطح چشم خود تنظیم کنید، شانه‌های خود را شل کنید و سر و گردن خود را روی مرکز بدن خود قرار دهید. هنگام استفاده از صفحه کلید، بازوهای خود را موازی با زمین نگه دارید.

پویش ملی سلامت از امروز تا ۱۵ دی ؛ ۸۳ درصد مرگ‌ها در ایران به دلیل بیماری‌های غیرواگیر



وزیر بهداشت از آغاز مرحله اول پویش ملی سلامت از امروز تا ۱۵ دی ماه خبر داد و با اشاره به آمار مرگ‌های ناشی از بیماری‌های غیرواگیر گفت: امیدواریم به تدریج پرونده الکترونیک سلامت را برای هر ایرانی داشته باشیم تا سابقه بیماری در خانواده، سبک زندگی آنها و... داشته باشیم و به این ترتیب ارتباط آن با بیماری‌ها مشخص شود.

ایسنا- دکتر بهرام عین‌اللهی در مراسم رونمایی از برنامه پویش ملی سلامت با شعار «آگاهی زودتر، مراقبت موثرتر» که در وزارت بهداشت برگزار شد، گفت: امروزه یکی از نیازهای مهم بشری مسئله سلامت

است. قبل از کرونا شاید افراد چندان اهمیت سلامت را درک نمی‌کردند، اما این بیماری نشان داد سلامت چقدر مهم است. شاید همه فکر کنند کار ما درمان است اما اینگونه نیست، وظیفه ما پیشگیری و ایجاد سلامت برای مردم است و به همین دلیل هم طرحی به عنوان «پویش ملی سلامت» را از امروز ۲۰ آبان آغاز کردیم که تا ۱۵ دی ماه ادامه دارد.

وی افزود: البته این مرحله اول طرح است و قرار نیست تمام شود؛ بلکه در مراحل مختلف دنبال می‌شود؛ چون هدف ما ارتقای سلامت است. امروزه همه با تلفن همراه و انواع و اقسام رایانه‌ها آشنا هستند، ولی در حوزه سلامت خیلی از این وسایل استفاده نمی‌شود؛ درحالی که می‌توان بیشتر از آنها بهره برد.

عین‌اللهی با تأکید بر اهمیت ارتقای سواد سلامت، اظهار کرد: سطح سواد جامعه امروزه افزایش یافته است و انتظار داریم در حوزه سلامت هم این سطح ارتقا یابد. از طرفی امیدواریم به تدریج پرونده الکترونیک سلامت را برای هر ایرانی با کد ملی داشته باشیم تا سابقه بیماری در خانواده، سبک زندگی آنها و... را ثبت کنیم و داشته باشیم تا بررسی شده و ارتباط آن با بیماری‌ها مشخص شود.

توجه بیشتر به فرهنگ خیری در کتب درسی دانش‌آموزان

دارند که انتظار می‌رود که در تدوین این سند حداقل از نظر هزار نفر از افراد استفاده شود.

وی همچنین خواستار تجربه‌نگاری سایر کشورها درباره خیرین شد و ادامه داد: باید شناخت کاملی از تجربه کشورهای مختلف به دست آوریم تا بتوانیم کار عملی دقیقی انجام دهیم. همچنین نیاز است که تصویری از وضعیت موجود ارائه شود.

دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی با بیان اینکه لازم است از کمک رسانه‌ها در حوزه خیرین استفاده شود، بر توجه بیشتر به فرهنگ خیری و نیکوکاری در کتب درسی دانش‌آموزان تأکید کرد و گفت: وزارت آموزش و پرورش باید گفت‌وگوهای سازنده درباره کار خیرین را با جدیت دنبال کند.

حبیب‌الله ربورور از خیرین کشور در این نشست خواستار ایجاد بانک زمان شد و گفت: باید پشتوانه قانونی مناسبی در حوزه خیرین ایجاد شود تا دولت‌ها ملزم به اجرای قوانین در این باره باشند.

وی همچنین بر فعالیت دوباره شورای ملی مشارکت‌ها

او تأکید کرد: این پویش باید تا ۷۰ درصد جمعیت کشور را دربرگیرد و آمادگی کامل برای اجرای آن در تمام دانشگاه‌های علوم پزشکی وجود دارد و همه برای اجرای طرح بسیج شدند.

وزیر بهداشت گفت: امروزه با کم شدن بیماری‌های واگیر، بیماری‌های غیرواگیر افزایش یافته و در بیمارستان‌ها شاهد هستیم که ۸۳ درصد مرگ و میرها

به دلیل بیماری‌های غیرواگیر است. سالانه حدود ۳۰۰ هزارنفر جان خود را در کشور بر اثر بیماری غیرواگیر از دست می‌دهند و بیش از ۱۵۰ هزار مرگ و میر از بیماری‌های قلبی عروقی داریم. ۳۲ درصد افراد بالای ۱۸ سال در ایران فشارخون بالا دارند؛ درحالی که خیلی‌ها شاید یکبار هم فشارخون خود را اندازه گیری نکرده باشند. زمانی می‌فگفتند اگر بخواهیم فشارخون بگیریم حتما باید نزد پزشک برویم اما امروزه دیگر اینگونه نیست و باید امکانات آن همه جا فراهم باشد. وی افزود: از طرفی سالانه ۳۰ هزار مرگ به دلیل دیابت داریم؛ در حالی که فرد شاید از بیماری خود مطلع هم نباشد. در عین حال بیش از ۶۰ درصد افراد کشور از پرفشاری خون خود اطلاع ندارند و ۳۰ درصد از مردم هم از ابتلای خود به دیابت بی خبر هستند.

در وزارت کشور تأکید کرد.

ریاحی یکی دیگر از خیرین کشور در این نشست گفت: در کشور ۲۲۰ هزار تشکل سازمان‌های غیردولتی وجود دارد، پیشنهاد می شود که رشته‌های تحصیلی در مقاطع مدیریت سازمان‌های مردم نهاد و مدیریت امور خیریه ایجاد شود چرا که مدیریت در زمینه خیرین عمدتاً تجربی است.

وی عنوان کرد: میانگین سن خیرین روبه افزایش است بنابراین لازم است که ترویج روحیه خیر از سنین کم و در مدارس مورد توجه قرار گیرد و باید بستر لازم برای گفتمان سازی کار خیر از طریق کتب تحصیلی و فعالیت‌های خیرخواهانه فراهم شود.

به گزارش مرکز رسانه و روابط عمومی شورای عالی انقلاب فرهنگی، برخی دیگر از حاضران این نشست بر استفاده از خیرین در رشد اقتصادی کشور، تدوین قانون در زمینه خیرین و استفاده از ظرفیت ایرانیان خارج از کشور در کار خیر شدند.

نگاهداری: با وضع مطلوب تا برقراری عدالت در سلامت فاصله داریم

پرداخت یارانه به بخش سلامت و هدفمندسازی یارانه‌های بهداشت و درمان با هدف تأمین عدالت، عادلانه بودن توسعه کیفی و کمی نظام آموزش علوم پزشکی از جمله رویکردهای مهم عدالت محوری در سیاست‌های کلی سلامت بوده که از سوی رهبر انقلاب در سال ۹۳ ابلاغ شده است.

لزوم شفافیت در نظام سلامت نگاهداری بیان کرد: با همین رویکرد مبتنی بر تحقق عدالت، موضوع پوشش بیمه همگانی سلامت، تقریباً پای ثابت برنامه‌های توسعه بعد از انقلاب بوده و از قانون برنامه چهارم توسعه نیز بر اجرای طرح پزشک خانواده در کشور تأکید شده است. وی استقرار نظام سلامت الکترونیک از جمله موضوعات مورد توجه قانونگذاران در حوزه عدالت سلامت دانست و افزود: این نظام بستر ایجاد شفافیت در نظام سلامت و به تبع آن، تحقق حکمرانی مناسب در این زمینه بوده است.

وی ادامه‌داد: باوجود همه تلاش‌های صورت گرفته برای تحقق عدالت در سلامت، شواهدی مانند پرداخت از جیب بالا برای خدمات سلامت، توزیع نامتوازن زیرساخت‌های فیزیکی، منابع انسانی و... در کشور نشان می‌دهد که همچنان با وضعیت مطلوب در این حوزه فاصله داریم.

لزوم هوشمندسازی حفاظت از زیستگاه‌ها

کشور که در استان چهارمحال و بختیاری برگزار شد، شرکت کرد و ضمن محکوم کردن جنایات اخیر رژیم اشغالگر قدس در غزه اظهار کرد: بر روح مطهر امام خمینی (رضوان الله تعالی) شهدای جنگ تحمیلی، شهدای عزت، شرف، شهدای محیط‌بان، شهدای سلامت، شهدای غیرت و شهدای بزرگی که این روزها در غزه توسط ابر جنایتکاران گیتی سلاخی می‌شوند، درود می‌فرستیم و از خداوند می‌خواهیم که ان شاءالله همه ما را به گونه‌ای هدایت کند که در این دنیای وانفسا که هر لحظه جنایتکاران مشکلی برای انسانیت ایجاد می‌کنند، به نحو مطلوب وظایف خود را انجام دهیم.

وی افزود: هرچند غزه در خاک و خون است اما پیامی که غزه به جهان ارسال کرد، فلسطین را به عنوان یک کشور فی‌ذاته فلسطین به جهان غفلت زده معرفی کرد و چهره منحوس و ضد بشری متجاوزان و رژیم‌های جعلی را برای تمام جهانیان هویدا کرد و این یک دستاورد بزرگ است.

رئیس سازمان حفاظت محیط زیست ادامه داد: ما مطمئنیم همانطور که در قرآن کریم داستان حضرت

اجتماعی - اقتصادی

آزمی

مرگبارترین خطر آب و هوایی نزدیک است



ایسنا- گرمای شدید به یک مشکل فزاینده در سراسر جهان تبدیل خواهد شد و کارفرمایان باید دیدگاه‌های کوتاه مدت، میان مدت و بلند مدت در این مورد داشته باشند تا از نیروی کار خود در برابر گرمای شدید محافظت کنند.

با گرم شدن زمین، راهبردها و سرمایه‌گذاری‌های ابتکاری برای ایجاد تاب‌آوری اجتماعی و اقتصادی در برابر گرمای شدید مورد نیاز است. انسان‌ها در حال واگذاری مسابقه، به گرمای شدید هستند و توانایی بدن برای انطباق با شکستن رکوردهای دما در سراسر جهان که باعث افزایش گرمادگی برای افراد آسیب‌پذیر و جوامع در سراسر جهان می‌شود، تحت آزمایش قرار دارد. سال گذشته تخمین زده شد که تنها در اروپا به دلیل گرمای شدید ۶۲ هزار نفر جان خود را از دست داده‌اند. در ایالات‌متحده، سالانه ۴۰ کارگر در اثر گرما جان خود را از دست می‌دهند که عمدتاً در مشاغل خارج از منزل مانند کشاورزی، ساخت‌وساز و تحویل بسته است.

گرمای شدید با افزایش شرایط سلامت روان مانند افسردگی همراه است و طیف وسیعی از بیماری‌های تنفسی و قلبی وعروقی را تشدید

خبر

افزایش مراجعات بیماری‌های تنفسی در کودکان؛ شرایط، خارج از روال عادی هر سال نیست



رئیس مرکز طبی کودکان وضعیت بروز بیماری‌های فصلی در کودکان را تشریح کرد و با اشاره به افزایش بالای مراجعات، گفت: تنها علت شکل‌گیری این مراجعات، سرد شدن هوا نیست زیرا معمولاً با آغاز به کار مدارس شیوع بیماری‌های تنفسی اتفاق می‌افتد و در عین حال هم نمی‌توان گفت شرایط فعلی، خارج از روال عادی هر ساله است.

ایسنا- دکتر رضا شروین بدو با بیان اینکه مرکز طبی کودکان به عنوان یک بیمارستان مرجع شناخته می‌شود، گفت: از این رو معمولاً مراجعین متعددی داریم اما با تغییر فصل و سرد شدن هوا اکنون شاهد مراجعه بیمارانی هستیم که به بیماری‌های فصلی مبتلا می‌شوند. وی افزود: بیماران با علائم ابتلا به بیماری‌های ویروسی دستگاه تنفسی و اسهال و استفراغ‌های ویروسی به ما مراجعه می‌کنند اما از آنجایی که این بیماری‌ها با درمان‌های حمایتی رایج بهبود می‌یابند، الزاماً نیازی به آزمایش‌های ویروس شناسی ندارند که بگوییم دقیقاً با کدام ویروس به بیماری مبتلا شده‌اند.

او تأکید کرد: البته شاید تنها علت شکل‌گیری این مراجعات، سرد شدن هوا نباشد؛ چراکه معمولاً با آغاز به کار مدارس شیوع بیماری‌های تنفسی را داریم اما نمی‌توان گفت شرایط فعلی خارج از روال عادی هر ساله

وام ۱۵۰ میلیون تومانی مشاغل خانگی چند ضامن می‌خواهد؟



بر اساس اعلام دبیرخانه ستاد ساماندهی و حمایت از مشاغل خانگی برای دریافت وام ۱۵۰ میلیون تومانی توسط مشاغل مستقل خانگی یک ضامن کفایت می‌کند.

ایسنا- کسب و کار خانگی از جمله شیوه‌های موثر برای اشتغالزایی به شمار می‌رود که در حال حاضر در بسیاری از کشورهای دنیا به منبعی مهم برای درآمدزایی خانوارها تبدیل شده است. با گسترش کسب‌وکارهای خانگی افراد در کنار دیگر اعضای خانواده در درون خانه ضمن ایجاد کسب و کار و درآمد، به افزایش رفاه و معیشت خانواده نیز کمک می‌کنند. امسال ۴۰۰۰ میلیارد تومان بوده از سوی بانک مرکزی به منظور ایجاد مشاغل خانگی اختصاص یافته که نسبت به سال گذشته با رشد ۳۳ درصدی همراه بوده است.

مطابق آمارها ۱۵ تا ۲۳ درصد اشتغال در کشورهای توسعه یافته متعلق به مشاغل خانگی است و در ایران نیز طی چند سال گذشته برای ارتقای سهم مشاغل خانگی در اقتصاد تلاش‌های بسیاری صورت گرفته

افزایش ۱۸۰ هزار بشک‌ای تولید روزانه اوپک‌پلاس؛ تولید نفت ایران افزایش یافت



ایرنا- بررسی ماهانه مؤسسه پلتس نشان داد مجموع تولید نفت خام کشورهای عضو ائتلاف اوپک‌پلاس در ماه اکتبر در پی افزایش تولید نفت ایران و عراق به بالاترین سطح در سه ماه اخیر رسید؛ به‌طوری‌که تولید نفت ایران به بالاترین حد خود در پنج سال اخیر رسیده است.

تازه‌ترین نظرسنجی مؤسسه پلتس از مسئولان صنعت نفت، تحلیلگران و اطلاعات کشتیرانی نشان داد تولید نفت خام ائتلاف تولیدکنندگان عضو سازمان کشورهای صادرکننده نفت (اوپک) و غیر اوپک (اوپک‌پلاس) در ماه اکتبر سال ۲۰۲۳ میلادی با توجه به بالا رفتن سطح تولید نفت کشورهای ایران و عراق با ۱۸۰ هزار بشکه در روز افزایش همراه بوده است، به‌طوری‌که این شرایط باعث افزایش فشار عرضه بر احساسات بازار شد.

بر اساس این بررسی، میانگین تولید اعضای ائتلاف اوپک‌پلاس در ماه اوت به رقم روزانه ۴۲ میلیون و ۷۱۰ هزار بشکه رسید، در حالی که این مقدار در سپتامبر امسال ۴۲ میلیون و ۵۳۰ هزار بشکه بود.

تولید روزانه ۱۳ کشور عضو اوپک در اکتبر ۲۰۲۳ با ۱۳۰ هزار بشکه افزایش به ۲۷ میلیون و ۸۹۰ هزار بشکه در روز رسید، در حالی که تولید کشورهای

به نحوی که در دولت سیزدهم با هدف تقویت و توسعه هرچه بیشتر مشاغل خانگی مدت زمان صدور مجوزهای فعالیت این دسته مشاغل به سه روز کاهش یافت و بیش از ۹۵ درصد مجوزها به شکل ثبت‌محور صادر شد تا ضمن رفع موانع تولید در بخش اشتغال خانگی، متقاضیان کسب و کارهای خانگی با انگیزه

بیشتر به این حوزه ورود کنند. طبق گزارش‌ها طی دو سال دولت سیزدهم ۲۵۰ هزار شغل خانگی ایجاد شده که تنها ۷۵ هزار شغل مربوط به هفت ماهه امسال بوده است. هدفگذاری وزارت کار برای سال ۱۴۰۲ ایجاد ۱۵۰ هزار فرصت شغلی در بخش اشتغال خانگی است و از مجموع یک میلیون فرصت شغلی پیش‌بینی شده تا پایان سال، ۱۵ درصد اشتغال سهم مشاغل خانگی خواهد بود.

امسال ۴۰۰۰ میلیارد تومان بوده از سوی بانک مرکزی به منظور ایجاد مشاغل خانگی اختصاص یافته که نسبت به سال گذشته با رشد ۳۳ درصدی همراه بوده است.

در همین راستا آریتا همتیان - رئیس دبیرخانه ستاد ساماندهی و حمایت از مشاغل خانگی در گفت‌وگو با ایسنا با اشاره به توزیع تسهیلات مشاغل خانگی از سوی ۸ بانک عامل از پرداخت تسهیلات مشاغل خانگی به بیش از ۱۲ هزار نفر خبر داد.



عبدالملکی: در حال گره زدن منافع کشورهای همسایه به منافع ایران هستیم
حجت‌الله عبدالملکی در گفت‌وگو با ایسنا، به ارائه توضیحاتی درباره جزئیات این تفاهم‌نامه پرداخت و تأکید کرد: اصل مساله این است که مقامات اقتصادی افغانستان به یک تصمیم راهبردی و کاملاً صحیح رسیدند و آن اینکه از طریق خاک جمهوری اسلامی ایران به آب‌های آزاد متصل شوند؛ در روز پنجشنبه برنامه مفصلی را در چابهار با حضور مقامات اقتصادی افغانستان داشتیم و این دوستان از نزدیک موقعیت



عربستان سعودی اخیراً ۲ تصمیم گرفته که در ظاهر، به نظر می‌رسد چشم‌انداز باثبات بازار نفت را نشان می‌دهد اما ممکن است به افزایش نگرانی نسبت به وضعیت تقاضا اشاره کند.

ایسنا- این کشور که بزرگ‌ترین صادرکننده نفت جهان است، هفته گذشته اعلام کرد که قیمت فروش گریدهای نفتی خود را در دسامبر برای مشتریان آسیایی ثابت نگه می‌دارد و همچنین اعلام کرد که کاهش داوطلبانه تولید نفت خود را تا پایان سال ۲۰۲۳ حفظ خواهد کرد.

شرکت دولتی آرامکوی سعودی دوشنبه هفته گذشته اعلام کرد قیمت رسمی فروش اصلی گرید نفتی عرب لایت برای پالایشگاه‌های آسیایی برای محموله‌هایی که در دسامبر بارگیری می‌شوند، بدون تغییر ماند و چهار

زهگی هیالال چه استارے



چه روزگارۂ روچاں چہ یک بچک ے ات کہ ہرجا شت ءُ باز چیزانی سرۂ پگری کت . گہارے داشت کہ اَہم کسان ات ہمک وھد آئی ہمراہ گون آئی ہم ہیرات. اے دوئیں دراہیں روچ ہیکہ ءُ ہیران اتنت، ہیران چہ پلانی وشرنگی ءُ، ہیران چہ آسمان ءُ برزی ءُ، چہ ساپیں آپانی سپائی ءُ ، ہیران چہ واجہ خدای کدرت جوانی ءُ کہ اے وشرنگیس دنیائے جوڑۂ کنگ ات. آ دوئیں باز وھدۂ چہ یکدگرۂ جست اش کرت ، بزاں اگان دراہیں سرزمین ءُ زھگ ہرانت پل ءُ آپ ءُ آسمان گمیگ بنت؟ وت اش پگر کت کہ بئینت، چپاکہ گوشنت گواژگ کلانی زھگ انت، کسانیں کشڈی آپ کہ چہ شیپاں گوازیکنان ایرچنت آپانی زھگ انت، کسانیں درپشناکیں رژن کہ ماں آسمان ءُ گوازی کن انت الہا استارانی زھگ بنت. درست گمیگ بنت کہ وھدے وتی گوازی کنوک آدمیزات زھگان مہ گندانت. ترپناکیں استارے چہ درستیں استاراں پیسر کپرستانۂ کلیسہ منارہ ءُ سرۂ آسمان ءُ درآتک ، زھگان پگرکت، اے استار چہ درستیں استاراں مسترۂ زیناک ترانت، ءُ ہمک شپ دست پہ دست دریگ ءُ کرۂ نشت انت چم اش ءُ ماں آسمانۂ سک اتنت تا آئی ءُ بگند انت، ہرکس زوتر آئی ءُ دیست پریاتی کت « استارۂ گندان ! استارۂ گندان! » ءُ انچوش اش زانت کدی ءُ کجا درکیت، یکجاہی هُور پریات کن انت ، انچیں دوستی ءُ استارۂ گون آیان اوارات کہ واپ ءُ چہ پیسر یک برے ہم ڈن ءُ سئیل اش کت نازکہہ استارہ شپ وشٰی بہ گوشنت. ، وھدے وتی جاہۂ سرۂ پہ واپ ءُ سراش ایرکت گوشت اش ہدا استارۂ سنبالیت. یک روچے کسانیں جنک ، اف باز باز کسان ، سکیں مرضے گپت، ہنچوش نزور ات کہ دگہ نتوانت شپاں دریگ ءُ دیما بہ اوشتیت، ھمے ہاترا! بچک گمیگ ءُ تھنا ڈن ءُ سئیل کت ، ءُ وھدے استاری دیست واتری کت ءُ جنلک ءُ نادراہیں دیما کہ تھت ءُ سرۂ دراج ات آتک ءُ گوشت استارۂ گندان ! استارۂ گندان!» ءُ پدا جنلک ءُ دیم ءُ بچکندے ودی بوت ءُ گون نزوریں توارے گوشت: ہدا براس ءُ استارۂ بہ سنبالیت!» پدا یک انچیں وھدے اتک کہ انچو

زوت بچک ایوک ءُ تھنا ڈن ءُ سئیل کت ہج کس ماں تھتۂ سرۂ چمی پہ آئی سک نہ اتنت کسانیں مانشے ماں مانشانی تھا ودی بوت.ءُ بچک کہ گون ارسانی ہمراہی ءُ استارۂ سئیل کت استار درپشناکیں رژناں پہ آئی دیم دات کہ باز ترپناکیں رژن اتنت. گندگ ءُ انچیں رژناھین راہ ءُ چہ زمین دیم پہ آسمان ءُ پچ ات کہ ہروھد تھنای ماں وابجاہ ءُ شت استاری دیست ، کہ وابی دیست ہما جاھے کہ وپتگ پریشتگانی لڑۂ مردمان چہ درپشناکیں راہ ءُ دیم پہ استارۂ انت ءُ استارۂ بگل پچ انت دنیائے پرچہ رژناھی ءُ پیش دارایت کہ آئی تھا بازیں پریشتگ ءُ ہما پیم رنگ ءُ دروشم ءُ اوشتانگ ءُ مردمان وش آتک کن انت. درستیں پریشتگ ھمے ودارۂ گون وشروی ءُ بچکند چم اش پہ آئیانی سک ات انت کہ تھا ماں بوت انت ءُ چہ صف ءُ جست چنت چنت وت ءُ چہ جتا بوت انت انسانانی گردن ءُ سرۂ ایرآتک انت گون مہروانی آیان اش چک ءُ دروت اش کت گون ہمراہی چہ رژناھیں راہ رد بوت انت انچوش چہ آئیانی ہمراہی ءُ وشال اتنت تھت ءُ سرۂ چہ وشہالی ارس چہ بچک ءُ چمان شیپ گپت. بلے دگہ بازیں پریشتگ ءُ ھم ہست ات کہ آیان نہ شت انت آئیانی تھا یکی ہست ات کہ بچک آئی ءُ پجاہ آورت زردۂ نزوریں رنگ نادراھی دروشم ات کہ وھدے تھت ءُ سرۂ دراج ات انون رژناھی ات بچک چہ درستیں وشاتک کنوکاں وتی گہاری درست کت. پریشتگیں گہار استارۂ نزیکۂ ءُ اوشتانگ ءُ اے پاد ءُ آپاد کنت چہ پریشتگانی مسترۂ کہ مردمان اش آورتگ جست کنت : « منی براس ھم آتکگ؟» و بچک ءُ گوشت «نہ» آئی گہار گون وشہالی وتی دیمے گردینت دیم پہ استارۂ ھمے دمان ءُ بچک دستان دراج کنت ءُ گوشت اف منی گہار من ادایاں منا ھم برگوں! » ءُ جنلک وشہالیں دیدے آئی نیم تراينت. شپ ات استار لوگ ءُ تھا رژناں شانک دئیان ات ترپناکیں نورۂ آئی دیم دات ءُ آ ئی ارسیگیں چمان آیان سک ات انت. چہ آ ساهت ءُ پد بچک استار ءُ چو گسے پگری کت کہ وتی وھدۂ اوداں روت . پگری

سالونکی ارمان



. دستی جت ماں وتی کیسگ ءُ مشوک ءُ ھکہ ے کش ات یک زنڈیں دپے مشوک وتی دپۂ جاہ داتی ءُ ھکہ ءُ کسانیں وتگند بزاں آدینک ءُ وت ءُ چارگ ءُ چارگ چارگ ءُ یک زنڈین وھدے گوست ءُ گوزان ءُ نال گندگ ءُ آئی ناکو کریمک اتک ءُ مرادک ءُ کش ءُ نشت کشگ ءُ لگ ات. مرادجان تتی جندرۂ پہ وت ءُ چینچو زر ءُ مال پہ سیرۂ ہرچ ءُ جوڑ ءُ تیار کنگ من گندان پورا انت گڑا دیم پہ شہدادۂ شت کنان پہ تو ہرجت کنان ءُ شہداد ءُ ریشکی ایں جنک ترا چہ شرتر نہ انت . ناکو کریمک منی سیرۂ درستیں مال ءُ ہرچ تیارانت ءُ

کت کہ دگہ گون زمین ءُ پہ نہ انت بلکہ گون استار ءُ انت چپا کہ آئی گہار پیسرۂ اودا شتگ. چہ روزگارۂ کاراں بچک ءُ دگہ براسی بوت، ءُ آ ھم انگت ماں ھرۂ نہ رست کہ گون وتی کسانیں اندام ءُ تھت ءُ سرۂ دراج بیت ءُ جانی دات ءُ شت. پدا بچک ءُ استارۂ واپ ءُ را دیست کہ بگل پچ کنگ ءُ گون ہمراہیں پریشتگان لڑ بستگ مردمان دیست پریشتگان دیست گون رژناھیں چمان مردمانی دیم ءُ کہ اتکگ اتنت سک ات انت. گہاریں پریشتگ آئی ات ءُ پریشتگانی مسترے گوشت : « منی براس آتکگ؟» آیان جواب دات آ یکیں نہ بلے یک دگرے اتک ءُ ءُ وھدے بچک ءُ دیست کہ گہاریں پریشتگ براس ءُ وتی بگل کرتگ گریوگ ءُ گون گوشت : « آہ منی گہار ، من ادان مناھم بر!» گہارواتر کت ءُ بچکند ات استار ھما پیم ترپگ ات. روچے اتک آ جوانیں مردے بوتگ ات گون کتاباں دلگوش ات ، پیریں ہزمت کار آئی نزیک ءُ اتک گوشت: « واجہ تئی مات دگہ زندگ نہ انت آئی ھیریں دعا ءُ پہ دوستیں بچک ءُ آورتگ اوں!» آئی ھما شپ ءُ پدا استار ءُ ھما ہمراھاں پیسری دیست گہاریں پریشتگ گون مسترین پریشتگ ءُ گوشت: « منی براس ھم آتکۂ؟» آئی گوشت نہ ، تتی مات آتکۂ ! چپھالے جت کہ درستیں استارۂ شنگ بیت چپاکہ مات وتی دوئیں زھگان گون یکجاہ بوت آئی ءُ دست دراج کت انت گوشت « آہ منی مات ، گہار، برات من ادان منا ھم برات!» ءُ آیان گوشت:«انگت نہ » ءُ استار ھما پیم ترپگ ءُ ات. آ مردے بوت مودی اسپیت بوت انت یک روچے صندلی سرۂ آس ءُکرۂ نشتگ ات باز دل تنگ ات دیمے گون ارساں ترات کہ پدا استار آئی نزیک ءُ بگل پچ کت . گہاریں پریشتگ پریشتگانی مسترۂ گوشت : « منی برات ھم آتکۂ؟ » ءُ آئی ءُ جواب دات نہ بلے ورنایں جنکی اتکۂ» ءُ مردک کہ روچی کسانیں بچکے ات نوکی جنکی چہ دنیا ءُ شتگ ات ہنچوش آسمانی موجودی سہ نپرۂ میان ءُ دیست ءُ گوشت: « جنکے سر ماں گہارۂ سینگ ءُ سرۂ انت دستی منی ماس ءُ گردن ءُ لوپ انت پادۂ چیرۂ ھما گوستگیں زھگی دراج کش اتگ دگہ جتا بوتن چہ آئی پہ من سک نہ انت ، ہدائۂ شکر انت!» بزاں استار ھما پیم ترپگ ءُ ات . ھمے پیم بچک پیرمردے بوت ءُ نرم ءُ نازکیں دیم ءُ پوستی چل تر ات روچے اتک گامی سست ءُ سیرینی چوٹ ات یک شپے کہ تھتۂ سرۂ دراج کش اتگ ات ءُ زھگی کش ءُ گورۂ آئی نشتگ اتنت ، ارسی چہ چمان شپ گپت انت، چووتی پیسری زمانگ ءُ پیم ءُ گوشت: « استارۂ من گندان!» کش ءُ کران گوش ءُ تھا سکسکی کت « داریت مرايت» ءُ آئی گوشت: « راستیں زندگی چو گدے منی جان ءُ چہ دربنیک انت، چو یک زھگے پیم ءُ داراں رواں دیم پہ استارۂ . آہ ہدا من تتی منت واراں کہ استارۂ وتی بگل پچ گنگ ءُ دوست کہ منی ودارۂ انت کبولی کت!» ءُ استار ترپگ ءُ ات ءُ انگت ھم آئی ءُ مانش ءُ سرۂدریش ات. —

نوشته کار:دچارلز دیکنز

فارسی رجانک : یوسف نوری زاده

بلوچی رجانک : سیدگرگچ

=====

=====

تو باندنا برو شہدادۂ منی سیرۂ گپ ءُ ٹائین آشو شریں جنکے من ءُ سک باز دوست بیت منی واھگ ھمیش انت کہ من ءُ اکاں جن ے بہ بیت گڑا آشو بہ بیت . مرادک ءُ وتی دل ءُ راز درشان کت انت. گڑا ناکو کریمک گشت مرادجان تو کم مکن من ھنی رواں ءُ شت دیم پہ شہداد ءُ مرادک ءُ سیرۂ گپ ءُ ٹائین ایت مرادک ءُ سیرشروع بیت مرادک میتگ ءُ سالونک ات سٹ ءُ بٹ ات آ مردمانی دیوان ءُ ورگ ءُ چرگ ءُ گوشت ءُ نان برنج ماھیک ءُ سردیں آپ ءُ نوش ءُ مرادک چو میریں سالونک ءُ کلاہ ءُ عینک ءُ بوسکی ایں گد ءُ بوٹ ءُ جوواب سالونک ءُ راھچارات کہ سالونک ءُ سنگت سالونک مرادک ءُ اشترۂ سوارکت دیم پہ بانورۂ دوارجاہ ءُ رھاdg بوت انت چاپ ءُ نازینک چکانی ناچ ءُ لثیب ءُ مزینانی ھمراھی ءُ آرگ ءُ پل زرفشاں اتنت تاں بانورۂ پلیس کل ءُ اتک ءُ رست انت اشترچوکینگ بیت سالونک مرادک ءُ دست ناکو کریمک ءُ

یک دستے سنگتے ءُ گپتگ ات لوٹاں سالونک ءُ دیم پا بانورۂ گون بہ نادین انت. بلے دیمدارۂ درداشتگ ات چہ سالونک ءُ وتی دیمداری ءُ زرۂ لوٹگ ءُ ات مرادک مرادک مرادک پادا شام کن مغرب ءُ عشاء ءُ درمیان ءُ مہ وپس پادا شام کن مرادک ءُ وتی چم پچ کت انت دستی ما وتی کیسگ ءُ ات ءُ ھیران ءُ وتی بانور آشو ءُ چارگ ءُ بلی آشو کجا مرادک ءُ مات مرادک ءُ دیم ءُ اوشتاتگ ات. —

بلوچی –

آزاد لچہ

عارف سربازی

کدھانی کپ

توپاکیں کدھانی کپ ءُ شراب ءِ مہگل

من بزگیں شرابی

دیوان ءِ تام ءُ رنگ تو

من نشتگ ءُ سوابی

بدواھیں چاکرانی تو شھرۂ گلیں ھانل ، سمبال وتا

بانل

پھوال ءُ عاشقاں من، چو شہۂ بے سمایاں

جمہرتوۂ وپاء

تو ھورۂ ھارۂ رودے

تونازۂ ھراداءِ

تودیدگانی نودے

ھوشاماں من وپاء

سل تنگان من سل

تو کلکشان ءِ رنگ ءِ

تو برمش ءِ ھرچ استالۂ

تو زندۂ شم ءُ کندیل ،

تو روچ ءُ ماہ ءِ دروشم،

توشپ چراگ ءِ مہلنج

منجاراں من گمانی

تاموریاں شپانی

تو بو ءِ کل گلانی

شیزار ءِ بلبلانی

زھیرۂ شانتلانی

تو ھورۂ ھم جھانی

کمے بجل گون من

کمے بگوار پہ من

امباز تی دریا

تئی دید چو کہ نیل ءُ

سرمست ءِ چو زرۂ تو

من تلوساں تیاب ءُ

جھلانکیاں ٹٹیگ ءُ

بل گرک باں دمانے

بلکہ مراں دمانے

تئی زگریں رک شراب انت

انارک چو گلاب انت

چنت کرنیں زھیرچماں

تئی واپ واپ واپ انت

دمبرتگ ودارۂ تی من

یا دیدۂ بدیے واپاں

یا رک ءِ دے شراباں

توسنج ءُ تو سمین ءِ

پرگنجیں تو زمین ءِ

توجان ءُ تو جبین ءِ

دنیا تو ءُ تو دینۂ

بی تٹیگ ءُ ھچ نباں من

بی تٹیگ ءُ ھچ مباں من

توھرچ گم ءُ آجو توبی نیاز مہگل

توھردم ءُ پرواک تو باز باز ھانل

تو بے گناہ ءُ پاک ءُ

تو زندۂ ساز بانل

گستاکی ءُ مچارمٹے

تومھرے بکش مارا

پنڈوکیں سرا مھتاج

عارف تئی درگاھا

بیگاہ ءُ عصرکزاہ ءُ مرادک ءُ وتی

میتگ ءُ رمگ گون ات ءُ یک دستے ءُ مُکی کوپک ءُ لاکۂ ءُ گرنجۂ ءُ دومی دست ءُ بگل ءُ کسانیں شنکے کہ آئی مات مرادک ءُ نزیکیں پسان ءُ چہ دودگ ءُ ات مرادک ءُ رمگ ءُ کچکے ھم گون ات کہ نامی پپی ات درستیں رمگ ءُ چہ رند گون ات ماسی حلیمہ ءُ دیرۂ چے دیست کہ مرادک ءُ شنکے ماں بگل انت دیم پہ آئی ءُ پیداگیں کمے دیرۂ چہ مرادک ءُ آواز دات ماسی ماسی منی شیرینی ءُ تیار کن اے شنک تتی پس ءُ شنک انت پنج صدی

تومان ءُ من لوٹاں ماسی حلیمہ ءُ جواب

ترینت شریں بابا تتی پنج صدی من پیسرۂ تتی گشگ ءُ وتی دست ءُ تھا تیار کت ءُ کہ ترا بدے پانی ھمے گہانی تھا مرادک اتک ءُ رست شنکی ماماسی حلیمہ ءُ دست ءُ داتی ءُ وتی شیرینی ءُ پنچصدی نوٹ وتی پریں کیسگ ءُ تھا جاہ دات دیم پہ وتی لوگ ءُ رھاdg بیت ءُ شت کچکی ھم رندا گون ات تگرد پیسرا چے پیش ایں کاپرۂ چیرۂ پچ ات کوھنیں بوپے سبزیں چادرے پیلکیں سرجاھے تگردۂ بوپ ءُ سرۂ ایرات ءُ ہست ات مرادک مرچی ھیالانی زرۂ بڈاتنگ ات

