জুন ৪দা পাঙথোক্কদৌরিবা ভোট মশীং থীবগীদমক কাংপোকপী দিষ্ট্রিক্টকী ইলেক্সন টিম শেম-শাবা লোইখ্রে

ইম্ফাল, মে ৩১ (ঐচ এন এস) : মণিপুর লৈঙাক্কী কাংপোকপী দিষ্ট্রিক্ট ইনফোর্মেসন ওফিসরনা থাদোরকপা চেরোল অমনা লাক্লিবা জুন ৪দা পাঙথোক্কদৌরিবা ভোট মশীং থীবা নুমিৎকীদমক কাংপোকপীগী ইলেক্সন টিমনা শেম-শাবা লোইখ্রে হায়রি।

দিষ্ট্রিক্ট ইলেক্সন ওফিসর (দি ই ও)গী থৌসু পুরিবা কাংপোকপী দিষ্ট্রিক্টকী দেপ্যুটি কম্মিস্নার মহেশ চৌধুরি আই এ এসনা ইলেক্সন নোদেল ওফিসরশিং, দিষ্ট্রিক্ট লেভেল ওফিসরশিংবু কৌদুনা কাংপোকপী দি সী কমপ্লেক্সতা লৈবা কনফরেন্স হোলদা ১৮শুবা লোক সভা মীখল ২০২৪গীদমক ভোট মশীং থীবগী থবক জুন ৪দা পাঙথোক্কদৌরিবা অসিগী মতাংদা মীফম অমা পাঙথোক্তুনা লৈবাক শীনবা থুংনা ভোট মশীং থীবা হৌগদৌরিবসিগী শরুক অমা ওইনা তেক্ত-কায়দনা পাঙথোক্লবা খন্না-নৈনখ্রে।

২-আউটর মণিপুর (এস টি) পার্লিয়ামেন্টরি কন্সটিট্যুএন্সিগী মনুং চনবা এসেম্ব্লী কন্সটিট্যুএন্সি ৪৬-সাইকুল (এস টি), ৫০-কাংপোকপী অমসুং ৫১-সাইটু (এস টি) অমসুং ১-ইন্নর মণিপুর পার্লিয়ামেন্টরি কন্সটিট্যুএন্সিগী স্পেসল পোল্লিং ষ্টেসনশিং অমসুং ২-আউটর মণিপুর (এস টি) পার্লিয়ামেন্টরি কন্সটিট্যুএন্সিগী ঈ ভি এমশিং অমদি ভি ভি পেটশিং হৌজিক কাংপোকপী দিষ্ট্রিক্টকী দিষ্ট্রিক্ট ব্যোর হাউসকী ষ্ট্রোংরুমদা থম্লি। পোৎলমশিং অসি ২০২৪গী জুন ৪দা অয়ুক পুং ৬ তাবদা ইলেক্সন কম্মিসন ওফ ইন্দিয়া (ই সী আই)না লেপখিবা পুংফমগী মতুংইন্না হাংদোক্কনি হায়রি।

নুমিৎ অসিদা মীরেপ ওইরিবশিং নৎত্রগা মখোয়গী ইলেক্সন এজেন্টশিং অমসুং নেসনল অমদি ষ্টেট পোলিটিকেল পার্টিশিংগী ওথোরাইজ্দ তৌরবা রিপ্রজেন্টেটিভশিংগা লোয়ননা হাংদোক্কনি। ঙসি পাঙথোকখিবা মীফম অদুদা দি ই ও/দি সীনা ইলেক্সন নোদেল ওফিসরশিং অমসুং দিষ্ট্রিক্ট লেভেল ওফিসরশিংগা ভোট মশীং থীবগী থবক সিদা মখোয়-মখোয়না লৌগদবা থৌদাংশিং অমদি শীল-লাঙবগী মতাংদা নৌহৌনা নীংশিংলদুনা ভোট মশীং থীবগী থবক অশোয়-অঙাম য়াওদনা পাঙথোক্লবা খঙহনখি।

ভোট মশীং থীবগী নুমিৎসিগী ওইনা মথৌ তাবা ইলেক্ট্রিক পব্রার বেকঅপকীদমক এম এস পি দি সী এলনা থৌদাং লৌগদবনি। মসিগা লোয়ননা ওফলাইন ৱেবকাষ্টিং, ভোট মশীং থীগদবা কাদা মথৌ তৌগদবা ওফিসলশিংগী সিক্যুরিটি চেক অমসুং মথৌ তৌরিবশিংগী রিফ্রেসমেন্ট থৌরাং তৌনবগীদমক্তসু শীন্দোকখ্রে। ভোট মশীং থীবগী থৌরম মতম চানা অমসুং মায় পাক্লা পাঙথোক্লবগীদমক মথৌ তাবা পোল্লিং ওফিসলশিংনা মতম চানা য়ৌরক্লবা খঙহনখি। মফম অসিদা অশোয়-অঙাম থোক্তনবগীদমক অকনবা চেকশিন থৌরাং লৌখৎপগা লোয়ননা ভোট মশীং থীরিবা কাগী মনুংদা ওফিসলশিং অমদি মরী লৈনবা ওথোরিটিনা আই কার্দ পায়রবশিং খক্তমক কা মনুংদা চঙবা য়াগনি হায়রি।

অমরোমদা, ভোট মশীং থীবদা শরুক য়াগদবা সুপরভাইজরশিং, কাউন্টিং এসিষ্টেন্টশিং, কাউন্টিং পিওনশিং অমসুং মাইক্রো ওবজর্ভরশিংগী ওইবা অনীশুবা তাঙ্কক্কী ত্রেনিং প্রোগ্রাম অমসু কাংপোকপী সদর হিলস ওটোনোমস দিষ্ট্রিক্ট কাউন্সীলদা পাঙথোকখি। ত্রেনিং প্রোগ্রাম অদুদা চম্ফাইগী ই ও/এস দি ও, এল এম লেন সিংশিংনা তাকপী-তম্বীবগী থৌদাং লৌখি হায়রি।

নিঙোম্বম সুনিতাদা ৱাটচএপ গ্রুপশিংনা তেংবাঙখ্রে

ইম্ফাল, মে ৩১ (ঐচ এন এস) : লাক্লিবা কুমজা ২০২৪গী জুন ৫দা অযোধ্যাদা পাঙথোক্কদৌরিবা ইন্টরনেসনল (ইনভিটিসন) মাষ্টরস এথলেটিক্স এসোসিএসন ওফ ভারত চেম্পিয়ন্সিপ ২০২৪ (ৱিমেন)দা মণিপুরগী শান্নরোই অমা ওইনা শরুক য়ারুগদৌরিবী নিঙোম্বম সুনিতা মপুরোইবা ৱাইখোম অঙৌম্না খাবম হৈবোং মখোঙদা লৈবীগীদমক তোঙান তোঙানবা ৱাটচএপ গ্রুপ অনীগী মেম্বর অমা ওইরিবা জোন থিয়ামনা লুপা লিশিং ৬কী মতেং পাংখ্রে।

অমরোমদা, স্মার্ট সোসাইটি সর্ভিস থৌবাল ব্রাঞ্চকী সেক্রেটরি এল প্রতাপনসু মহাক্কী মায়কৈদগী লুপা লিশিং ৪ মতেং পাংখি। চরাংপাৎতা লৈবা জোন থিয়াম অপকমিং হিরোজ অমসুং য়ু থকফম কৌবা ৱাটচএপ গ্রুপ অনীসিগী মেম্বর অমনি। মহাক্না ফোঙদোকখিবদা, হিংলিঙৈ মতম খরসিদা ঐখোয় মশেল অমনা অমবু মতেং পাংনদুনা অফবা থবক তৌরিবশিংবু পুক্লিং থৌগৎপগা লোয়ননা অঙম্না মতেং পাংবনা অফবা খুন্নাই অমা পুরক্লবা হোৎনবদা অঙম্না থৌদাং লৌমিন্নসি হায়খি।

নিঙোম্বম সুনিতা হৌজিক-হৌজিক মপাঙ্গলনা নোংম-নোংমগী হজিরা শুরগা ইমুং-মনুং পুনবা হোৎনজরিবী নুপী অমসুনি। মহাক্না লমদমসিগী নুপীশিংগী মহুৎ শীন্দুনা য়াওরুগদৌরিবা থৌরমসিদা পুক্লিং থৌগৎপা ওইনা তেংবাঙখিবনি।

মপোক কুমওন থৌরম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, মে ৩১ (ঐচ এন এস) : মণিপুরী সাহিত্য পরিষদ থৌবাল দিষ্ট্রিক্টকী মপোক নুমিৎকী থৌরম ঙসি ৱাংজিংদা লৈবা খোরিরোল শঙলেন্দা অচম্বা থৌরম অমগা লোয়ননা পাঙথোকখ্রে।

থৌরমদুদা মণিপুরী সাহিত্য পরিষদ থৌবাল মসাগী প্রসিদেন্ট মোইরাংথেম রাজেন্দ্রনা থৌরম মপু ওইনা শরুক য়াখি। থৌরমদুগী মরু ওইবা মচল অমা ওইনা শক্লাইরবা নৈনরোই সাইখোম চাওবনা 'মণিপুরী শৈরেংগী ছন্দ' হায়বা হীরম অসিদা ৱা ঙাংখি। ঙসি পাঙথোকখিবা থৌরম অদু লোইশিল্লকপদা তোঙান তোঙানবা অইবা (শৈরেং) ইবা ১৫ রোম্না শরুক য়াদুনা শৈরেং শৈদিন্নবা অমসু পাঙথোকখি হায়রি।

নুপীশিংনা থাগী খোঙকাপ

লৌশিং পুক্কে

চাং নাইরক্তবা মতমদা খঙজিনবা য়াবা ৱাফম খরা

নুপী ওইবীশিংদা থা খুদিংগী চাং নাইনা য়ুটেরসতগী ঈ থাদোরকপগী থৌওংবু মেন্সট্রুএশন নৎত্রগা থাগী খোঙকাপ হায়না খঙনৈ। নুমীৎ ২৪ নিদগীনা ৩২ নি ফাওবগী মনুংদা অমুক-মুক থোকপা থৌওং অসি চাংচৎতা নুমীৎ হুন্নিদগীনা মঙানি ফাওবা চৎথৈ।

থাগী খোঙকাপকা মরী শুংলৈ-লৈনদবা মওংদা ঈশিংথোঙদগী ঈ থোরকপা, নুমীৎ মশীং হেন্না ঈ লাকপা নৎত্রগনা করিগুম্বা কান্দা শুংলাক-লাক্তবা তারবদি মদুবু থাগী খোঙকাপ চাং নাইদবা হায়না খঙনৈ। কনাগুম্বা নুপী অমা মশাগী লাকফম থোকপা মতমদগী নুমীৎ ২১ নিদগী ঙনখৎনা নৎত্রগা থেঙথনা থাগীখোঙকাপ লাক্লবদি চাং নাইদ্রে হায়না লৌবা য়ারে। য়াম্না তোয়না থা খুদিংগী নুমীৎ ২১ নিগী মমাঙদা ঙনখৎনা থাগী খোঙকাপ লাক্লবদি মদুবু পোলিমেনোরিয়া হায়না খঙনৈ। নুমীৎ ৩৬ নিগী মতুংদা লাক্লনা ওলিগোমেনোরিয়া কৌই। মসি নৎতবা মতম শুংনৎ নৎতবদা মরক্তা পুক য়েকপগা লোয়ননা ঈ খংলাক লাকপা য়াওই। মসিবু মেট্রোরেজিয়া হায়না খঙনৈ।

নুপী অয়াম্বদা চহী খুদিংগী থাগী খোঙকাপ ১১ দগীনা ১৩ ফাওবা লাকই। মসিদগী হেনগৎপা নৎত্রগনা তাথবসু য়াওদবা নৎতে। অহানবা হেক হৌগৎলকপা মতমদা থাগী খোঙকাপ অসি চাং য়াম্না নাইগন্দে। মসি থাগী খোঙকাপ্পু কন্ট্রোল তৌরিবা হোর্মোনশিং অকক্লবা চাং অমা য়ৌনা শেমগৎলকপদা মতম শাংনা চঙবদগীনি।

পুন্সিগী তাঙ্কক অমা নৎত্রগা অমদা নুপী খুদিংমক থাগী খোঙকাপ চাং নাইদবগী থৌওং অসি হেক-হেক মায়োক্লে। কনাগুম্বা খরদি অমুক্তং মায়োক্লরক্লগা অমুক হন্না মায়োক্লরক্তবা তারবসু নুপী খরদি মতম শাংনা অমসুং চাং নাইনা অদুমক মায়োক্লদুনা লৈ।

নুংনাংবা পোক্লিংঙাই ওইবা মরম্না খোঙকাপ চাং নাইরক্তবগী চপ চাবা মরম খঙদোক্লবা হোৎনবা য়াম্নমক তঙাইফদে। থাগী খোঙকাপ লাকহনবা অমসুং লেপহনবগী থবক অসি হোর্মোনশিংনা তৌহনবনি। মরম অদুনা হায়রিবা হোর্মোনশিং অদুদা অকায়বা পীবা য়াবা থবক অমক্তং তৌরুবদা থাগী খোঙকাপ চাং নাইরক্তে।

থৱায় নুংঙাইতবা, ৱাখল ৱাবা অমসুং হেঞ্জিন্না খঞ্জিল্লুবা হায়বসি খোঙকাপ চাং নাইরক্তনবগী খ্বাইদগী মরু ওইবা মরম অমনি। কনাগুম্বা অমা ৱাখল ৱাবা নৎত্রগা হেঞ্জিন্না থবক শুরুবা নৎত্রগনা মতম শাংনা খোয়রাং-খোয়শাওনদুনা লৈরবদি মীওই অদুগী থাগী খোঙকাপতা অহোংবা শোয়দনা লাক্কনি। হকচাংগী অরুম্বা হেনগৎলকপা নৎত্রগা হন্থরকপনসু ফীভম অসি ওইহল্লকই। অমরোমদা, চাবা-থকপগী মওংনসু য়াম্না মরু ওইবা থৌদাং লৌই। অতৈ মরু ওইবা মরমশিংগী মনুংদা হেঞ্জিন্না হকচাং শাজেল তৌবা হায়বসিসু অমনি। কা-হেন্না হকচাং শাজেল তৌবদগী হকচাংদা য়াওবা ফেটকী শরুক খঙহন-হন্থখিদুনা খোঙকাপ লাক্তবা য়াওই। কনাগুম্বা নুপী খরনা মেনোপোজ (খোঙকাপ খম্বা) মতম নকশিল্লক্লবাকান্দা খুদোংচাদবা অসি মায়োক্লবা য়াওই। নুপা-নুপী লোয়নরুরবা মতুংদা খোঙকাপ লেপখ্রবদি মীরোল্লম্বা য়াবা মরম্না অথুবা মতমদা টেষ্ট তৌদুনা কনফর্ম তৌবা মথৌ তাই।

মৈখু শীজিন্নবা, য়ু কা-হেন্না থকপা নৎত্রগনা দ্রগ শেরান্ননা শীজিন্নবা নুপীশিংসু খোঙকাপ চাং নাইদবগী অৱাবা মায়োক্লগল্লি। অতৈ অতোপ্পা মরমশিংদি সেক্সুএল্লি ট্রান্সমিটেড দিজিজ (হক্তিন্নবদগী লৌনরকপা অনাবশিং), পোলিসিষ্টিক ওভারিয়ন সিন্দ্রোম (পি সি ও এস) অমসুং য়ুটেরাইন এবনোর্মেলিটিনচিংবনি।

নুপী ওইবী খুদিংমক্লা তঙাই ফদনা লৌখৎকদবা খোঙথাংদি থা খুদিংগী ওইনা খোঙকাপ লাকপা অমদি লেপখিবগী রেকোর্দ নীংথিনা মেন্টেন তৌবা হায়বসিনি। মসিনা মরম ওইরদুনা থাগী খোঙকাপতা খজিক্তং চাং নাইরক্তবা মতমদা ইরায়-লায়না খঙবা ঙমগনি। খোঙকাপ লাকপদা মতম শাংনা অহেনবা ঈ লাকপা তারবদি অতোপ্পা অরুবা অনাবা অমা লৈরম্না য়াবা মরম্না খুদক্তা ডাক্তরগা তান্নগদবনি। মচি ওইবা চীঞ্জাক মচল শুনা অমদি চাং নাইনা চাবনা হকচাং ফহনবতা নৎতনা হোর্মোনগী খল কায়হন্দবা মরম্না থাগী খোঙকাপসু চাং নাইহল্লি। ৱাখল চরাংনবা নৎত্রগা লাংতক্লবা থোক্লবদি নুমীৎ খুদিংগী মেদিটেসন তৌদুনা ৱাখল ফাথগদবনি।

মাঙজৌননা লৌখৎহৌবা য়াবা চেকশিন-থৌরাংশিংদি ফেটকী চাং নেম্না য়াওবা মখল-মখা কয়াগী চীঞ্জাকশিং চাবা, অতেনবা মতমগী মনুংদা হকচাংগী অরুম্বা অমদি অনোয়বা খংহন-হন্থহন্নবা থৌরাং খক লৌখৎতবা, মীরোন্দনবা কোন্ট্রাসেপ্টিভ পিল চাগদবা লৈরবদি ডাক্তরগা হান্না তান্নরম্বা অমসুং থাগী খোঙকাপতা খজিক্তং অহোংবা লাকপা থেংনরবদি পম্বুবা তৌদনা ডাক্তরগা তান্নবা অসিনচিংবনি।

অমরোমদা ঐখোয়না মরুওইনা নুপীশিংনা থাগী খোঙকাপ লাকপগী মতাং অসি করিগুম্বা মতমদা কা হেন্না লুম্না লৌদবগী থৌওংশিং থোক্তবা নত্তে। মসি তৌরোইদবনি। হিরম অসিগী মতাংদা ঐখোয়না য়াম্না চেকশিনগদবনি। মরমদি ঐখোয়না চেকশিলহৌদ্রবদি মসিনা তুংদা হকচাংদা অমাঙবা কয়া থোকহল্লকপা য়াই হায়বসি নুপীশিংনা মতম পুম্নদা নীংশিঙগদবনি।

আর্টিকল অসি রিলাইএবল সোর্সতা য়ুম্ফম ওইরগা ফোঙবনি, অদুবু মসিনা মেদিকেল প্রোফেসনেলশিংগী পাউতাককী মহুৎ শিন্নবা হোৎনবদি নত্তে

চরেক্ল ৫টৰেশিক্ল ংশাৰ্থ সংগ্রহ

চরেক্ল, মে ৪১ (ঐচ এন এস) : চৈচরাক্লে ৱাফিনে হুৱাম থৈচরক্লে চরেক্লগী চরেক্লগী চরেক্লে চৈচরাক্ল