ফৌ থাবদা মাইক্রোন্যুত্রিয়েন্টকী মরুওইবা - ২

ডো. ৱাইখোম জিতেন

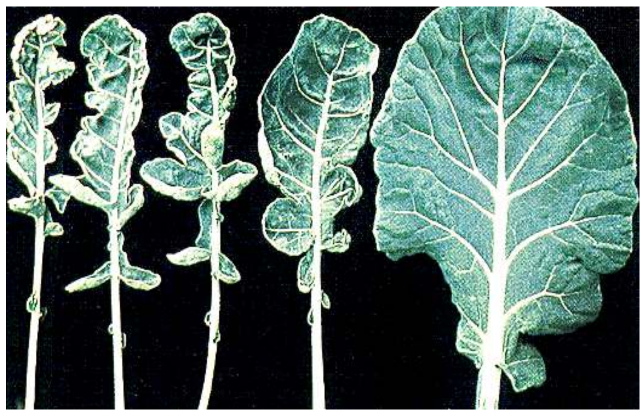
চাং য়ামদনা দরকার লৈজরবসু পান্থীনা মপূং মরৈ ফানবা হোৎনবা মতমদা শুংশোয় শোয়দনা চংদ্রবা য়াদ্রবা পান্থীগী মচিঞ্জাকশিং অদুবুনি মাইক্রোন্যুত্রিএন্ট হায়রিবসি। মচিঞ্জাক মখল অসি পীবা মতমদা য়াম্না চেকশিনবীগদবসি পান্থীনা দরকার লৈবা চাংদগী খজিক্তং হেনবা মতমদসু পান্থীশিংদা মচিঞ্জাক মখল অসি হেনবগী খুদোংথীবা থোকহনবা য়াই।

সিলিকোন :- হায়রিবা পান্থীগী মচিঞ্জাক মখল অসি তঙাইফদনা চংদ্রবা য়াদ্রবা পান্থীশিংগী মচিঞ্জাক্কী মনুং চন্দ্রবসু মসি ফৌদদি য়াম্না কান্নবা পীবা মচিঞ্জাক মখল অমনি। মসিনা মেঙ্গানিস, আইরন অমদি এলুমিনিয়ম হেনবদগী থোকহনবা খুদোংচাদবশিং ঙাকথোকপদা মতেং পাংই। মসিনা ফৌগী চাথোক লিংনা থমদুনা ফৌ তুগদবদগী ঙাকথোকপা ঙমই। লোয়না লোয়ননা ফৌগী মনানা চপ তিংনা থম্বদসু মতেং পাংই। ফৌ পান্থীদা সিলিকোন ৱাৎপগী লায়ওংদি মনাশিং অদু নোপ-নোপ লাওনা কোন্থবা, তুগনবা অমদি লায়না নৎত্রগা তীলনানা য়াম্না তাগনবা সিলিকোন ৱাৎপদগী ঙাকথোক্লবগীদমক সিলিকোন মরাং কায়না য়াওবা ঈশিং চনবীবা, নাইত্রোজেন কা হেন্না শীজিন্নবীদবা

অমদি মৈ থাদোক্লবা ৱা লৌফমদা চাইবীবা পবনা য়াই।

কোপ্পর :- কোপ্পরনা ফৌ পান্থীগী মনাশিংগী অশংবা শরুক (ক্লোরোফিল) শুংবদা শীজিন্নবা আইরন কৌবা পান্থীগী মচিঞ্জাক অসি পান্থীনা শীজিন্নবদা অচৌবা মতেং পাংই। লোয়না লোয়ননা পান্থীশিংগী তোঙান তোঙানবা এঞ্জামশিং শুংবদসু কোপ্পর অসি তঙাইফদনা চংদ্রবা য়াদ্রবা পান্থীগী মচিঞ্জাক মখল অমনি। ফৌ পান্থীনা কোপ্পর ৱাৎপগী লায়ওংশিংদি ফৌগী মনাশিংগী অশংবা মচু মাঙখিবগা লোয়ননা অশংবা মনাশিংনা হিগোক মচু চংনা শংবা মনাশিং ওইরক্কনি। ফৌগী অনৌবা মনাশিং তিংথোকপা ঙমদনা য়েতুম মতোন মান্না লৈবা উগনি। অশিনবা লৈবাক লৈহাওদা শুনু কা হেন্না চাইবনসু কোপ্পর ৱাৎপগী লায়ওং উৎলকপা য়াই। মসিগী ঙাকথোক্লবগীদমক কোপ্পর সলফেট গ্রাম ১০ ঈশিং লিটর খুদিংদা য়ানবীরগা লৌহোন মরা অদু লুপীরগা থাবীগদবনি নৎত্রগা লৌ পরি অমগী লৌফমদা কোপ্পর সলফেট কেজি ৫ চহী ৫গী মনুংদা অমুক অমুক চাইবীবা নৎত্রগনা কোপ্পর সলফেট গ্রাম ৫০ ঈশিং লিটর ১০০দা য়ানবীরগা লৌ শঙম অমগী লৌফমদা ফৌনা মচা পোকপদগী হৌরগা ফৌনা মমি তম্বা মতম ফাওবগী মনুংদা অনীরক নৎত্রগা অহুন্লক কাপ্পীবা য়াই।

মোলিবদেনম :- ফৌ পান্থীনা নাইত্রোজেন শীজিন্নবা মতমদা চংবা এঞ্জাইম মখল অমা শেম্বদা মোলিবদেনম অসি তঙাইফদনা চঙদ্রবা য়াদ্রবা পান্থীগী মচিঞ্জাক মখল অমনি। আইরন কৌবা পান্থীগী মচিঞ্জাক অসি পান্থীনা চুপখৎপা অমদি পান্থীনা মফম অমদগী মফম অমদা পুথোক পুশিন তৌবদা মোলিবদেনম অসি চংদ্রবা য়াদ্রবা মচিঞ্জাক মখল অমনি। ফৌ পান্থীনা মোলিবদেনম ৱাৎপগী লায়ওং অসি নাইত্রোজেন ৱাৎপগী লায়ওংগা য়াম্না মান্নে। ফৌ মনাগী অরিবা মনাশিংগী মতাই থংবা শরুক্তা ফৌনাশিং অদু মচেৎ মচেৎ কংশিল্লকপা থেংনগনি। মোলিবদেনম ৱাৎপগী লায়ওং অসিদগী ঙাকথোক্ল বগীদমক অশিনবা লৈবাক লৈহাওদা শুনু চাইবীবা নৎত্রগা সোদিয়ম মোলিবদেনম



০.১%গী চাংদা শেন্থীরগা ফৌনাদা কাপথোকপীবা কান্নগনি।

তোঙান তোঙানবা পান্থীগী মচিঞ্জাকশিংগী মরক্তা অমনা অমদা পীরিবা চৈথেং :-

- লৈবাক লৈহাওদা নাইত্রোজেন সলফর অমসুং মেগনিসিয়ম নেম্না য়াওবনা মেঙ্গানিসনা ৱাংনা অদুগা আইরননা নেম্না পান্থীনা চুপখৎলি।
- পান্থীদা ফোসফরস হেন্না পীবনা জিঙ্ক ৱাৎপগী খুদোংচাদবা মায়োক্লবা হাল্লি।
- ফৌ পান্থীদা পোটাসিয়ম হেন্না পীবনা ফৌদা মেঙ্গানিস অমসুং আইরন য়াওবগী চাং নেমহল্লি।
- অশিনবা লৈবাক লৈহাওদা শুনু হেন্না চাইবনা পান্থীনা জিঙ্ক ফংবগী চাং নেমথহল্লি।
- ঈশিং থুমজিন্দুনা লৈবা ফৌ পান্থীদা কোপ্পর চাইবনা আইরন অমসুং মেঙ্গানিস ফংবগী চাং নেমথহল্লি।
- আইরনগী চাং ৱাংনা য়াওবা লৈবাক লৈহাওদা হৌবা ফৌ পান্থীশিংনা কোপ্পর চুপ-খৎপগী চাং নেমই।
- মেঙ্গানিসনা ফৌ পান্থীদা জিঙ্ক চুপখৎপদা অথিংবা পী অদুবু জিঙ্কনা পান্থীগী মনুংদা মফম অমদগী মফম অমদা চৎথোক চৎশিন তৌবদদি মতেং পাংই।
- মেঙ্গানিসনা ফৌ পান্থীদা, আইরননা মরাদগী মউদা চৎপদা অথিংবা পী।

ৱারোইশিন : ষন্থি ষণয়ুং নৎত্রগা অতৈ অতোপ্পা পান্থীশিংদগী শেন্থা হারশিং লিশাং শিৎনা শীজিন্নবনা লৈবাক লৈহাওদা মাইক্রোন্যুত্রিএন্ট ৱাৎপগী অৱাবদগী ঙাকথোকপদা অচৌবা মতেং পাংই। ●

ঐখোয়গী লাই হরাওবা

নিংঙোম্বম বিদ্যাশ্বর

ঙসিগী নমু তাইবঙ ঐখোয়সি চীংউ খোয়ুম লাইগী চাদা নাওদানি হায়না পাথাং পুথাংনা তাকপীরি হায়বসি খুন্নাই অসিদা লৈরিবা লৈকায় অমসুং খুঙ্গং খুদিংদা থম্বীরম্বা উমংলাইনা লেঙদ্রবা খুদম চাংদমনি হায়না তাকপীরি। অসিগুম্বা লাইশিংগী কুমজাগী ওইবা লাইথৌ, লাই হরাওববু লাইবুং খুদিং পাঙথোক্লদুনা লাকই। অদুবু লাই হরাওবা করিনো হায়বসিদি ঐখোয় পূম্বনা খরা খজিক খঙবা ৱাৎপগুম্না তৌবসি ঐখোয় পূম্নমক্কী লাইবক থীবনি।

লাই হরাওবনা তাক্লিবসি নমু তাইবঙ ঐখোয়গী হৌরক ৱারীশিং অমসুং শেন্থী শাবিরকপবু নীংশিংহনবা, তাইবঙগী চৎনরোল-কাঙলোন তাকপীবা লাইথৌ থৌরমনি হায়নরি। অদুবু উমংলাই অমনা কোল্লিবা লাই অমা হরাওবা মতমদা লৈকায় অমসুং খুঙ্গং অদুদা লৈরিবা পি-পা ওইবশিং চাকতিন ফিদিন্নফদে, মদুনা তাইবঙ মৰূ হুনখ্রগা তাইবঙ ফাওরকপা মতমদা মীমান্নদবা, পুন্সি নুংশাংদবা তাইবঙ ওই হায়না তাকপী। মসিনা ওইবা তাই অহলশিংনা লাই হরাওরিঙৈ মতমদা খুন্দুদা, লৈকায়দুদা লুহোং খোংদোংবা ফত্তে হায়না থম্বীরম্বসি। অদুগা অমুকসু চারৌ চুমদবা, য়েক লৌনবা, পি-পা ওইবশিংসু লাইগী থৌরমদা থৌগল তৌবা ফত্তে নামুংই, তাইবঙনা চৎকদবা খোয়ুম লাইনা পীবা লিক্লম নত্তে, মখোয় অসি মীমান্নদবা কৌই। মীমান্নদবনা চীংউ, খোয়ুম লাইগী থৌরম তৌরবদি তাইবঙশিংদু মীমান্নদবাা ওইহল্লি হায়না তাকপী। লাই হরাওরিঙৈ মতমদা লৈমায় কাংদুনা শিন্থা পাংবা, য়ূম কৈ শাবা, ফি শাবা তৌহৈদে হায়না তাকপী। শেমলি শারিবশিংদু মতিক ময়াই চেন্দবা, পুন্সি নুংশাংদবা ওইহল্লি হায়না তাকপী।

লৈকায় অমসুং খুন কোল্লিবা লাইগী শেল্লুংবা, শেল্লুংবী হায়দনা মীয়াম মরক্তগী চারৌ-মৌরৌ, চাদা-নাওদা চুম্ববু ফম্নাইবা-ফম্নাইবী ওইহল্লি, লমচৎ-শাজৎ চুম্মী, লাইগী ঙমথংনি, মখোয় অসিসু লাই হরাওবা হৌবদগী লোইবা ফাওবা (লাইশঙদা) লাইবুংদা শেল্লুংবনা অমাইবা, পেনা লোইশঙদা, শেল্লুংবীনা অমাইবী লোইশঙদা লৈগনি। চামাং চাফদে, ফিমাং শেৎফদে, হরাওরিবা লাইদুগী তাইবঙশিংদুগী মপি-মপানি।

ইপা ইপুনা হায়নবা লৈ, মপি মপা ফৎত্রবদি মচা ফবা য়ারোই হায়না তাকপী। পূম্নমক অসি খরা তায়োন্নবগুম উরিবসি ঐখোয় পূম্বনা থোকহনবা ঙাক্তনি। লাই হরাওববু মৈতৈ/মীতৈগী হরাও কুম্মৈ অচৌবা ওইনা লৌনৈ। অদুবু ঐগী ৱাখলদদি লাই হরাওবসি মৈতৈ/মীতৈ ঐখোয়গী য়াম্না অতাঙবা অমদি অরুবা লাইথৌ অমনি হায়না থমজনীংই।

লাই ওইখ্রবা অহলশিংনা তাকপীরম্বদি লাই হরাওবসি নুমিৎ লৈরিঙৈদা হোয় লাউদুনা লাই শান্নরগা য়াচংবা মতমদা লাই লোইশিল্লি হায়না তাকপীরম্মী। করিগীনো হায়না

হংজবা মতমদা তাইবঙগী য়াইফনবনি, নুমিৎ লৈরিঙৈদা, কোন, য়াই থাগনি, খয়োম লাক্কনি, উশিন শিনগনি, হরাও মথোই, থৌদোক কুম্মৈ শান্নগনি, নুমিদাংদি অমম্বনি, অরোনবনি, অরোনবদি হুরানবনি, অশিবনি, অফবা থবক তৌবা মতমদা অথেংবদা তৌনদে, তৌফদে হায়বি। অদুবু হৌজিক্কী মতমদদি য়াচংবদা ইমা-ইন্দো, ইচে-ইচল থোক্তুনা অমাইবী, পেনা অশৈবনা লাইওক ঈশৈ, জগোয় শারগা, খুঞ্জা জগোয়দা অথেংবা ফাওবা শারগা নুমিদাংগী পুং ৭/৮দা অমাইবনা হোয় লাউরগা লাই শান্নবগুম থেংনৈ। করিগুম্বা লাইবুং খরদনা লাই শান্ন-শান্ননা জগোয় শাবসু য়াওই। নুমিৎ লৈরিঙৈ হোয় লাউদুনা ঙন্না লাই শান্নবা লাইবুংশিংসু য়াওদবদি নত্তে, অতাঙবনি।

ঐখোয়দি লাইগী চাদা নাওদানি, লাইগী মথৌ হান্না তৌরগা মীগী মথৌনা কোনবনা, থকসি-খাসি, থৌগল্লোন-চৎনলোন, হরাওলোন অচুম্বা ওইগদ্রা হায়না থমজনীংই। লাই হরাওবসি তাইবঙ মী ঐখোয়গী য়ূম্বাল-কৈবাল, চাদা নাওদা চুম্নবা তাকপীবা লাইথৌনি।

অসুম্না লাই হরাওবগী ৱাহন্থোক খঙনা লাই হরাওবা তারবদি খুন্নাই অসিদা থোকহন্নীংদবা ৱাথোক-লান্থোক, শাপাউ-লানপাউ, মীশি-মীনা হন্থদুনা লৈবাক মরা তপ্পা পানবা খুন্নাই ওইগনি হায়নসু তাকপী। লাই হরাওবা কাঙলোন লান্না, মতম চাদনা লাই হরাওববুদি চহীগী কুম চল্লগা তোকপনা হেন্না মহয় ফংগনি হায়না তাকপী। হায়রিবা পূম্নমকশিং অসি ঙসিগী অমাইবা, অমাইবী, পেনা অশৈবা অমসুং খুঞ্জাশিংনা লাই হরাওবা করিনো হায়বা খঙদবনা, নৈনদবনা থোকহনবনি হায়জনীংই।

উমংলাই অমা হরাওবদা শেল চংই, মতম চংই, মী চংই। মতম শাংনা লাই হরাওবগী কান্নবনা করিনো? তেন্না হরাওবগী কান্নবনা করিনো? চপ মান্নে, শেল মাঙই, মতম মাঙই। থেংনা হরাওরগা মাঙজরিবসি অহল-লমন, অনা-অয়েক, লাইরিক-লাইশু তমজবা অঙাংশিংদা চৈবি-চৈথেং পীবা নত্তনা অতৈ করিবু কান্নরিবগে? থেংনা লাই হরাওবা তারবদি থেংনা লাই লোইবা মশানা তাবনি। অদুগীসু মথক্তা লাই লোইখ্রবা মতুংদা নাৎকী থৌরম কয়াসু থম্নদবা নত্তে, পূম্নমকশিং অসিনা মরম ওইরগা লাইথৌ তৌজরিবা অমাইবা, অমাইবী, পেনা অশৈবা, লাই পান্নবা ওইবশিংনা অয়ূক্কী লাইথৌদা মতম চানা লাইথৌ তৌরকপা ঙমদবগী অচৌবা মরম অমসু ওইরকই।

ইমা-ইন্দোন, ইচে-ইচল কয়ানা নাৎকী ওইবা ফিজেৎ লৈতেংদুনা জগোয় শাবসি লাইনিংথৌ লাইরেম্বী পানা অনীদা শেনপোৎ-লাইপোৎ হাপ্তুনা ইমা অমাইবীনা লাইকৌলা পুথোক্লগা, পেনা অশৈবনা হোয়রৌ হয়া লাউরগা ইমা অমাইবীনা তাইবঙ হকচাং শাবা লোইরকপা, তাইবঙ খুন ফাওরবা মতুংদা লাই পুবীশিংগী মতুং ইন্দুনা শাবা জগোয়বু লাইবৌ জগোয় কৌই। অদুবু হৌজিক্তি নুংথিলগী থৌরমদা অহানবদা অমাইবী অমসুং পেনা অশৈবনা লাইওক জগোয় শারবা মতুংদা খুঞ্জা জগোয়না পেন্দ্রিফাওবা শারবা মতুংদা লাই শান্নবগী থৌরম অয়াম্বা লাইবুংদা পাঙথোক্লে। মসিমক্তি য়াম্না লাইবক থীবনি হায়জনীংই।

নুংথিলগী থৌরম হৌবদা ইমা অমাইবী অমসুং পেনা অশৈবনা লাইওক জগোয় শারবা মতুংদা খুঞ্জানা শাবা জগোয়বু খুঞ্জা জগোয় কৌই। অদুবু হৌজিক্তি লাইবৌ জগোয়, লাইবৌ শাবা, লাইবৌ চোংবা হায়না ওন্থোকপগুম লৌনরবরা হায়না থমজনীংই। হৌজিক্কী মতমদা লাই হরাওবদা খুঞ্জাশিংনা চীংউ খোয়ুম কংলৈ শুমাংদা জগোয় লেপলৌ শা, নোয়নু খূৎথেক তম্বসিনা লাই হরাওবগী মপূং ওইবগুম্না জগোয় শাবা লোইরগা অমাইবনা হোয় লাওরগা লাইগী পরম চথুরকপা মতমদদি নুমিৎতুগী লাই পুবা, পুবী নত্তনা অতৈদি ময়ূম ময়ূমদা হন্নখি। মী লৈতবনিনা অমাইবা, অমাইবী, পেনা অশৈবসু মানা মানা উৎচনীংবা হৈশিংবগী চাংসু হন্থবা মশানা অদুম তারকই। লাই শান্নবসু অদুমক খরা তেনশিল্লকই, মসিমক্তি লাইবক থীবনি। ●

/খৌনাও নাকল অনীদা পোমথোক্লগা লৈবা, খৌনাও মনুংদা পোমথোক্লগা লৈবা অদুদা নাই চারকপা, তিন শিৎপা ঙমদবা, খৌনাও মনুংদা য়াম্না চিকপা তৌরগা করিগুম্বা অমত্তা চাবা থকপা য়াদবা, কোক চিকপা, লাইহৌ তোয়না হৌবা, খজাই নাকল অমা নাবা ফহনবগী ওজা Zia-Ul-Haque পু থাগৎচরি

ঐগী হকচাংদা তোন্সিলনা য়াম্না কন্না নাদুনা খৌনাও নাকল অনীদা পোমথোক্লগা লৈবা, নাকল অনীদা নাই চারকপা, তিন শিৎপা ঙমদবা, খৌনাও মনুংদা য়াম্না চিকপা নাবা তৌরগা করিগুম্বা অমত্তা চাবা থকপা ঙমদবা, খজাই নাকল নাম্মা পোম্বা, লাইহৌ য়াম্না তোয়না হৌবা, কোক তোয়না চিকপা, নোংমা নোংমগী হকচাং ময়েং তাশিল্লকপা, তোন্সিল নাবদগী মতম খরা লৈরগা নাতোন মখুল অনীমক ফুল্লকপা, শ্বর হোনবদা ফুল্লকপা, হৈ চাবা য়াদবা, শা-ঙা চারগসু হেনবা, অতৈ অতেক অনৌ চাবা য়াদবা, খৌনাও মনুংদা লোককুম্বা মনাং লৈবা, শিতোকলুরগনা লোক্কুম্না খজিক্তং থোক্লক্লগা অতৈ থোক্লকউ য়াদবা, খাক-খাক তৌরগা লৈনীংবা, লৈতোন্দা ফুরি মকুপ মচা মচা শৌদোরকপা তৌরম্বা অদু ষ্টেট এন্দ নেসনল এৱার্দ ফংলবা **MD. Zia-Ul-Haque Phusam ☎ 9774274439, 8414825323** দা চৎতুনা লায়েংজরুবদগী ঐগী হকচাংদা লৈরম্বা অনাবশিং অদু মপূগী থৌজালদগী মপূং ফানা ফরে। মরম অসিনা ওজা Zia-Ul-Haque পু পাউচেগী থোঙদা হন্না হন্না থাগৎচরি।

লায়েংফম :
1. Kekru Villa North AOC, Opp. Kekru Pat. (10 a.m. to 5 pm.)
2. Mayang Imphal, Konchak Makha Leikai. (6 am to 9 am.)
3. Yairipok Bamon Leikai Kabastan Road (Only Wednesday & Saturday Open) (10 a.m. to 4pm.)

HL-P/3442/5

থাগৎচরিবী : **N. Bidiyabati**, Keishampat

ADMISSION OPEN
ENGLISH & RHYMES COURSES
For
- SPOKEN ENGLISH WITH AUDIO AND VIDEO
- RHYME TEACHERS TRAINING COURSE

[Rhymes, Computer, Teaching Method, Spoken English etc.]
At
SPOKEN ENGLISH CLASS (SINCE 1986)
Nagamapal Laimayum Leirak, Imphal
Contact No. ☎ 8974642764
HL-B/5403/21/5-20/6

HL-P/3484/27-31july/1-26aug.

Authorize Distributor: HelpingHand Service, Paona Bazar, Imphal.