থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

ওন্থোকপা ট্রেন খোঙচৎ অমা

ঙসি ঐনা তমগে খন্না কলম পায়খৎচরুরিবা থম্মোয় পাউদমসি, ইরম লমদম মণিপুরসিগী পাউদম নত্তে। ইরমদমনি হায়রিবা ইন্দিয়াসিগী ওইরসু সনা লৈবাক মণিপুরগী পাউনত্তবা পাউদুদি তারবসু খোয়জঙদে। পাদ' য়াদ' পারুরসু কুইনা তুংদে কোকসিদা, থুনা অকাও পরৈনখি। অদুবু, ঙসি মঙা-তরুক্নি তেলঙ্গনা ষ্টেটকী ৱারঙ্গল সহরদা মীফম অমা য়াওবা চৎলুঙৈ, লমদমসিগী ৱাথোক লান্থোক ময়ামসিগী ৱাংমদা লৈরুই - নাকোংসিদা চঙলকখিদে, ঈমীৎসিনা উখিদে। অদুঙৈ, চহী ১০২ গী মমাঙ, গান্ধিনা মহাত্মা ওইদ্রিঙৈ, খা-অফ্রিকাদগী ইন্দিয়াদা হল্লক্লগা, নীংতম-ঈহৌ য়াওনবা বাল গঙ্গাধর তিলক'কী থৌইনশিন্দগী ৱারেপ লৌর' মতুংদা, ইন্দিয়া মশক খঙনবা, থার্দ ক্লাস রেল কমপার্টমেন্টতা তোংলগা ইন্দিয়া কোয়বা চৎখিবগী খোঙচৎ অদু নীংশিংহনবা রেলগী খোঙচৎ অনীখক চৎলুই - হাওরাদগী ৱারঙ্গলফাও', ৱারঙ্গলদগী হাওরাফাও। মতমদুদা গান্ধিনা খনখিবা ৱাখলদু য়াম্না মরম চাই, ইন্দিয়ন ট্রেন তোংলুবা থেংখাঙ খূদিংমক্তা খনখিবনি - ইন্দিয়াগী খ্বাইদগী হন্থবা থাক্কী রেল-বোগ্নি মনুংদুদা তোংদনা, ইন্দিয়া মশক খঙ'ঙল্লোই। ঙসিসু চুল্লি ৱাখলদু। মরমদি, বোগ্নিদুদা তোংলিবা পেসেঞ্জরশিংদু ইন্দিয়াগী অশেঙবা খুঙ্গংগী লম্বী চৎপশিংনি। ইংলিসমেনশিং নত্তনা কুচুমুবা মীওইনা তোংবা য়াদবা ফার্ষ্ট ক্লাস-রেল কম্পার্টমেন্টতা মীকুপ খরা তোংলুরগা রেল-টিকেট ইকজামিনরনা ইন্থরকখিবগী এক্সপরিয়েন্সতু, শাংলবা খোঙচৎ অদুদা কাউবা য়াদা নীংশিংলমগনি। নীংশিংবদুনা মৈ য়াঙশিল্লমগনি - মখোয়গী লৈঙাক মখাদা লৈনিংদবগী অকনবা ইথিল। য়ুরোপকী ট্রেনশিং, হিন্দি ফিল্মদা উবদু, ঈশামক্না তোংলুদ্র'সু ঐখোয়গী ট্রেন'সি উরুরগা খন্দবা ঙমদে - থাক অদু চহী চামগী তুংদসু ইন্দিয়াসিদা উখিরোই। মী ৭২ ফম্নবা অমদি তূম্নবা রেলগী কানি হায়রগা চাম-চনী তোংশিনবা, মী কয়া তোংগদবা ইন্দিয়াগী ট্রেন'নো কনানসু হায়ঙমদবা এক্সপ্রেস-মেল-সুপর ফাষ্ট ট্রেন ঙাক্তনি ইন্দিয়া থুংনা চেল্লি। য়েংহৈদ্রবা দৃষ্য ঙাক্তনি, তাহৈদ্রবা পাউ ঙাক্তনি ট্রেন মনুংদা তারি-উরিবা। নোংপোক্তগী নোংচুপফাও, অৱাংদগী মখাফাও অদুগুম্বা খোঙচৎ অমা চৎপীয়ু - পূক্নিংদুদা ফাওরক্কনি 'ইনি দয়াসিবু ঙাক্লিবা ইন্দিয়া মশক খঙদবা ইন্দিয়ন লীদরশিংননি'। অমনবা খোঙউপ তোংদবা মহাত্তুনা কৈদৌঙৈদসু খঙলোই - কদায়দা য়োৎপী য়ূবগে? অদুগুম্বা অমনবা খোঙউপ তোংখ্রগা কৈ-কৈনো উবদা চোংথরম্বদু চোংথরক্তে। মখোয় পঙদ্রে। পঙলিবসি ঐখোয়তমক ঙায়হৌরে।

খল্লমদবা ৱাখল কয়ানি - কোকসিদা ময়োল চোংলক্লিবা। ইকুই কুইদনা ট্রেন য়ৌরক্লগনি হরাওরিবা ঐগী ঈচিন-ঈনাওশিং! ঐখোয় ডিমান্দ অমা তৌহৌসি - ২০ শুবা চহীচাগী মোদেলশিং, ম্যুজিয়ম পিছ ওইনা থম্ফম থোক্লবা, কনানা হন্না য়েংবীদ্রবা মোদেল-ট্রেন-বোগ্নিশিং-মণিপুরদা থৌজিল্লকপা য়ারোই। কুনমাথোইশুবা চহীচাগী য়ুরোপ-জাপান-কোরিয়াদা চেন্নরিবা রেল-গাড়ী মোদেল অদু নত্তনা, আউটদেটেদ ট্রেনশিং নোর্থ-ইষ্ট ইন্দিয়া অমদি সাউথ ইন্দিয়ারোমদা থৌজিনহল্লিবা, মণিপুরদা ট্রেন থৌজিল্লকপা নুমিত্তুদা, থৌশিল অসি হোংদোক্কদবনি। বোম্বে-অহমদবাদ সেক্টরদা বুল্লেট ট্রেন চেলহল্লগা, ইন্দিয়াগী মায় ঙানগদবা নত্তে। জাপানগী বুল্লেট ট্রেনগী মরমদা পাখিবা খঙখিবা, ১৯৭০ গী ময়াই চল্লকপা অদুৱাইদনি। চহী নিফুগী তুংসিদা মঙ মঙবা হৌরকপদা মঙাইরি। চীংয়াগী খুঙ্গংদা চৎনরিবা লম্বীদুগা সহর ময়োনগী লম্বীগা মান্ননা শেম্বা হৌনদে খল্লিবা লুচিংবদো - মহাক হান্না চৌক্রিদগী চিংথসি। বোম্বে-অহমদবাদ সেক্টরদা চৎনরিবা পেসেঞ্জরশিংদা বুল্লেট ট্রেন তোংহনবীগে খল্লবনিনা, অতৈ ইন্দিয়ন ঐখোয়বুসু তরু-তরুবা ট্রেন অমদা, ঐগীদমক রিজর্ব তৌরবা ফম্ফম/তূম্ফম অদুদা চাউথোকপা অমগা লোয়নননা লেমন-চৎপদু ফাওবদি ফংহনবীবা য়াইদনা। ইন্দিয়া ইজ জষ্ট অনমেনেজেবল - ইন্দিয়া হায়বসিদি শেমদোকপা য়াররোইদবনি - ফোরন এক্সপর্টশিংনা হায়রম্বদু থাজবীবা ওইরগনা - অঙম-অঙম্বা মুন্নরগা-নম্নরগা তোংলসনু, স্লিপর-ক্লাস (মতম অমগী থার্দ ক্লাস) অনরিজর্ব কম্পার্টমেন্ট ঙাক্তা ওইহল্লসি। রাজধানি-সদাব্দিগুম্বা, টিকেট পায়বা (সিট নম্বর এল্লোট তৌরবা পেসেঞ্জরশিং) নত্তবা ট্রেন খরগা নত্তনা এক্সপ্রেস-মেল-সুপর ফাষ্ট ট্রেন পূম্নমক মুথৎলসি। ২০২২ দা ইন্দিয়াবু চাওখৎপা লৈপাক অমা ওইহনগনি ৱাশক্লিবা লৈঙাকপা অমগী লৈঙাক মখাদনি ঐখোয়না ঙসি হিংলিবা। মান্ননা শেম্বা ঙমদ্রবা, মান্ননা চাওখৎপা ষ্টেটশিং পূন্না লৈমিন্নহৌসনু। চাওখৎপই লমজেলদা য়াওঙমদ্রবা থার্দ ক্লাস সিটিজেন শিংগী ষ্টেটশিংসু মখোয়না থোকপা হিংজখিসনু। মদোম মরোমদোম লৈহনখো - 'সিদা করি কায়বগে? ইনাক খুনবা চামনা লাইরবা অমা য়োকপা ঙমদে - ইপা-ইপুনা হায়নরম্মী। শুবা-নোম্বা তম্বীদবা, নিরগা হিংবা তম্বীখিবনা কৈদৌঙৈদো মহাক্না চাক্নুক অমগী মমল খঙঙল্লোই, মখূৎশুনা তানজবসু ঙমলোই। মদুমক্নি ঙসি ইন্দিয়াসিদা থোক্লিবা। মতাং অসি য়ৌর'দি 'ই এপ স্কু মেকর' গী 'স্মোল ইজ বিউটিফুল' হায়বা ৱাখল্লোনদু নীংশিংসি। ঐখোয়গী ইপা-ইপুনসু পাউতাক ওইনা তাক্লকই - অপিকপা ইমুং, নুংঙাইবা ইমুং। ঙমখে পাকথোক-চাউথোকহল্লগা অকনবা শকপই মতম অদু লোইখ্রবনি। শুপ্নগী স্কৱার কিলোমিটর ৭১৯ মুক্তং পাক-চাউবা সিঙ্গাপোরনা, স্কৱার কিলোমিটর ৩২,৮৭,২৬৩ পাক-চাউবা ইন্দিয়াদগী চহী কয়া তানখৎপা ৱারগদবা থাক্তা চাওখৎখ্রবনি।

ইথন্তা চৎপা খোঙচৎ ওইবনা, মিনিট মঙা তরাদং টোইলেট তম্না চৎলুবা, শেল য়াওদে হায়বদি খঙদবনা, নাল্লপ তৌবা ভি আই পি সুটকেস অদু শেন্নবা অৱাবা অমা ওইখি - শেল য়াওবোই নীংদুনা কনাগুম্বনা তাপ পায়দুনা চৎখিদ্রা? চিংনবা অদো মাঙলমচৎকী থৌদোক অমনা পোকহনবনি। অসি য়ৌনা লৈখা তারিবা ঐহাক্নদি করম' হায়গনি - মেরা ভারত মহান ? মাই ইন্দিয়া ইজ গ্রেট?

লৌশিং পুক্কে

হকচাংনা ভিটামিন দি ফংনবা পান্থে

অঙাংশিংনা শঙ্গোম মরাং কায়না থকপগা লোয়নননা হকচাং লেঙ-ওৎপগী থবক নীংথিনা তৌরবদি মথৌ তাবা ভিটামিন দিগী চাং ফংবা ঙম্মী।

য়ুনিভর্সিটি ওফ ইষ্টর্ন ফিনলেন্দগী রিছার্চরশিংনা হায়খি, ভিটামিন দি মরাং কায়না ফংলবদি শরূগী মপাঙ্গল কনখৎহনবগা লোয়নননা ক্রোনিক দিজিজ কয়াগী রিস্ক হন্থহল্লি।

কুমজা ২০০৭ তগী কুমজা ২০০৯ ফাওবা মশাগী চহী ৬ অমদি ৮ গী মনুংদা লৈবা অঙাং ৫১২ দা চথখিবা ষ্টদিগী রিপোর্ট অমা বৃটিশ জর্নেল ওফ ন্যুট্রিসনগী ওনলাইন ইদিসনদা হন্দক্তা ফোঙলকখি। ষ্টদিগী রিপোর্টনা হায়খি, অঙাংশিংনা নোংমদা শঙ্গোম গ্লাস অহুম থকপগা লোয়নননা চয়োল খুদিংগী অনীরক নৎত্রগা অহুম্লক ঙা চাগদবনি। লোয়ন-লোয়নননা নুংশা মঙাল ফংবা মফমদা ঙাইহাক চেন চোংদুনা শান্নগদবনি। মসিনা অঙাংশিংদা মথৌ তাবা ভিটামিন দি ফংহনবা ঙম্মী।

ভিটামিন দিনা শরূগী মপাঙ্গল কল্লহনবগা লোয়নননা অঙাং অমবু চাউবা শারেপ ফাহনবদা মতেং পাংই অমসুং মপাঙ্গল কল্লহল্লি। নুংশাগী মঙাল অমসুং অখন্নবা চীঞ্জাক খরদগী অঙাংশিংনা ভিটামিন দি মরাং কায়না ফংবা ঙম্মী।

হকচাংনা কেলসিয়ম লৌশিনবদা ভিটামিন দিনা মতেং পাংবা মরম্না মীপুম খুদিংমক ভিটামিন মখল অসি ৱাৎপা য়াদে। ভিটামিন দি ৱাৎলবদি রিকেট, দিলেদ মোটোর দিভলপমেন্ট, মশল শোন্থরকপা, চীকপা-নাবা, শরূ তেকপা, ওষ্টিওপোরোসিস, কেন্সর মখল খরা, থম্মোয়গী লায়না অমসুং দাইবেটিস ওইহল্লকপা য়াই।

মীরোনবী নুপীশিংদা ভিটামিন দি ৱাৎলবদি পূক্নুংদা লৈরিবা অঙাং অদু নিওনেটেল হাইপোকেলসিমিয়া (ঈদা কেলসিয়ম মরাং কায়না য়াওদবা) অমসুং রিকেট ওইহল্লকপা য়াই।

হকচাংনা ভিটামিন দি লৌশিনবা ঙম্নবগীদমক উনসাদা নুংশা মঙাল য়ৈহনবা মথৌ তাই। হকচাংনা মতৌ তাবা ভিটামিন দি চাদা ৮০ রোম মতৌ অসুম্না ফংলিবনি। কয়াম কুইনা নুংশা য়াইবা মথৌ তাবগে হায়বদু মালেমগী করম্বা মফমদা লৈবগে হায়বদুগী মখা পোল্লি। অদুবু লৈনিংবা মফমদা লৈরবসু নোংমগী ঙাইহাক ঙাইহাক নুংশা য়াইবা মথৌ তাই। চেকশিনগদবা অমনা কা হেন্না নুংশা য়াইবা মতমদা সনবর্ন তৌরকপগা লোয়নননা উনসা অমাঙ-অতা থোরকপা অমসুং স্কিন কেন্সর ওইহল্লকপা য়াবগী মতাংদনি। কুচু খেন্নবগী মতুংইন্না নুংশা য়াইবগী মতমসু খেন্নগনি। কুচু মুবা মীওইশিংনা অঙৌবা মীওইশিংদগী শরুক অহুম হেন্না নুংশা য়াইবা মথৌ তাই। কা হেন্না নুংশা য়াইবসু খুদোংথিনিংঙাই ওইবা মরম্নন সন-প্রোটেক্সন ফেক্টর (এস পি এফ) য়াওবা সনস্ক্রিন শীজিন্নবগী তঙাইফদবা লৈ। কালেনথাগী নুংশা কনবা মতমদদি অয়ুকপুং ১০ দগী নুংথিল পুং ৪ ফাওবা সনস্ক্রিন, তুপী অফনবা, সনগ্লাস অমদি হকচাং শীন-থুংনা কুপ্পা ফিরোল শীজিন্নবা মথৌ তাই।

অঙাংশিংনা চীঞ্জাকখক্তদগী ভিটামিন দি মপুং ফানা ফংবা ঙমদে। নোংমগী ঙাইহাক ঙাইহাক নুংশা য়াইবগা লোয়নননা চেন চোংদুনা শান্নবসু মথৌ তাই। ভিটামিন দি মরাং কায়না য়াওবা চীঞ্জাকশিংদি ঙা মখল খর, চেঙ্গুম, য়েরুম মমুৎ অমদি শঙ্গোমনচিংবনি।

মতম চুপ্পা ইমুংদতা লৈবা অঙাংশিংদা ভিটামিন দি ৱাৎলকপদগী লায়না কয়া পোল্লকপা য়াই। খুদম ওইনা লিভর দিজিজ, কিদনি দিজিজ, কোলিয়ক দিজিজ, সিষ্টিক ফাইব্রোসিস, রিকেট, দিলেদ মোটোর দিভলপমেন্ট, মশল শোন্থরকপা, চীকপা-নাবা অমদি শরূ তেক্কনবা অসিনচিংবনি।

অঙাং অমনা মমাগী পূক্নুংদা লৈরিঙৈদগী হৌনা ভিটামিন দিগী মথৌ তাবদি অদুম্মক লৈরবনি। মীরোনবী মমানা ভিটামিন দি ৱাৎলবদি মচাদসু ভিটামিন মখল অসি মতিক চানা পীবা ঙমদে। মরম অদুনা মতম শাংনা মমাগী খোল্লাং থকপা তারবসু মমাদগী মচাদা ভিটামিন দি ফংহনবা ঙমদে।

খোমজিংবী নুপী অমা ভিটামিন দি ৱাৎলে হায়বা চপ চানা খঙলবদি অখঙ অহৈ ডোক্তরশিংগা তান্নদুনা নোংমদা ভিটামিন মখল অসি মাইক্রোগ্রাম ৪০০ ফংবা ঙম্নবা হোৎনগদবনি। মদুগীদমক নোংমগী ঙাইহাক ঙাইহাক নুংশা য়াইবগা লোয়নননা ভিটামিন দি সপ্লিমেন্ট অমা চাবা কান্নগনি। মসিনা মমা-মচা অনীমক্তা কান্নবা ফংহনগনি।

বৃটিশ জর্নেল ওফ ন্যুট্রিসনদা ফোঙলকপা রিপোর্ট অমনা হায়, মমাগী খোল্লাং থক্লম্বা অঙাং অমন পুঙকক চাউরক্লবা মতমদদি নুমীৎ খুদিংগী শঙ্গোম গ্লাস ২/৩ পীথকপগা লোয়নননা নুংশা মরাং কায়না ফংবা মফমদা ঙাইহাক চেন চোংদুনা শান্নহনগদবনি।

লুখাক-চঙুমদগী হার পুথোকহনগদবা গ্রীন বকেট শীজিন্ননবা কেম্পেইন হৌদোকখ্রে

ইম্ফাল, ওক্তোবর ০৪ (ঐচএনএস): আই এম সীগী ৱার্দ নম্বর ১৮ দা হৌখিবা চহীদগী হৌদুনা পায়খৎলকখিবা ক্লীন ১৮-১৮ গী শরুক অমা ওইনা লুখাক-চগুমদগী হার ওইনা ওন্থোক্লবা পুথোকপা গ্রীন বকেটশিং ইম্ফাল ম্যুনিসিপাল কোর্পোরেসনগী ৱার্দনম্বর ১৮ গী মনুং চন্না লৈবা য়ুমথোং খূদিংদা শীজিন্ননবা কেম্পেইন ঙসি হৌদোকখ্রে।

য়াইস্কুল এ সীগী এম এল এ টিঐচ সত্যব্রতা অমসুং আই এম সীগী ৱার্দ নম্বর ১৮গী কোর্পোরেটর এল ইনুংঙানবীগী মীৎয়েং মখাদা অনৌবা মায়োল খোঙচৎ (অমখক) কা খূৎশম্নদুনা শিল্লগা লুখাক-চগুমদগী হার ওন্থোকহনগদবা গ্রীন বকেটশিং শীজিন্নবা হৌহন্নবগী কেম্পেইন হৌদোকপগী ব্রহ্মপুর অরিবম লৈকাইদা লৈবা ৱার্দ নম্বর ১৮ গী কাউন্সিলর এল ইনুংঙানবীগী য়ুমদা পাঙথোকখিবা থৌরম অদুদা রাজ্য সভাগী এম পি কে এস ঐচ ভবানন্দনা চীফ গেষ্ট, য়াইস্কুল এ সীগী এম এল এ টিঐচ সত্যব্রতনা প্রসিদেন্ট, আই এম সীগী মেয়র এল লোকেশ্বর, এনভাইরনমেন্টকী ডাইরেক্টর ৱাই নবচন্দ্র অমসুং হরিদাসনা গেষ্ট ওফ ওনরশিং ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরমদুদা চীফ গেষ্টকী ৱারোল পীরদুনা রাজ্য সভাগী এম পি কেএসঐচ ভবানন্দনা হায়খি, হৌজিক্কী মতমদা এনভাইরনমেন্টকী ইসু অসি য়াম্না লুনা লৌদবা য়াদবা ইসূ অমা ওইরক্লি। খূৎশেমগী খলশিংগী মায়োক্তা চথরুবা থবক থৌরম কয়ানা ঙসিদি খুন্নাইরোলদা অকায়বা কয়া পীরক্লি। মসিনা মরম ওইরগা হৌজিক্তি এনভাইরনমেন্টকী ইসূ অসি তঙাইফদবা অমা ওইনা লৌনরক্লি।

লান তৌনদুনা মীশি-মীনা থোকপদগী মীওইবগা মহৌশাগী খলগগী মরক্তা তৌনরিবা লান অসিনা হেন্না শাথীবা হায়বদু ওইরক্লি। মসি থোকহন্দনবা মহৌশাগী খল ঙাক্তুনা থম্বা য়াম্না তঙাইফদে।

য়াইস্কুল এ সীগী মনুং চন্না লৈরিবা ৱার্দ নম্বর ১৮ বু লু-নান্না থম্নবা অমদি লুখাক-চগুমদগী হার ওন্থোক্তুনা ইনকম অমসু পীহনগদৌরিবা গ্রীন বকেট শীজিন্নবগী কেম্পেইন অমা ঙসি ৱার্দ অসিদা হৌদোকপা অসি থাগৎনিঙাইনি। মীয়াম্নসু অসিগুম্বা অফবা থৌরাং অসি শৌগৎহন্নিংই। প্লাষ্টিক হায়বসি শীজিন্নদ্রবা য়াদ্রবা পোৎশক অমগুম ওইরি। অদুমকপু প্লাষ্টিক্না মরম ওইরগা এনভাইরন-মেন্টতা পোলুসন থোকহন্দনবা থৌদাং লৌমিন্নসি হায়নসু মহাক্না মখা তানা ফোঙদোকখি।

থৌরমদুদা প্রসিদেন্টকী ৱারোল পীরদুনা য়াইস্কুল এ সীগী এম এল এ টিঐচ সত্যব্রতনা হায়খি, মিসন ১৮-১৮ হায়বসি মফম অসিবু লুনা-নান্না থম্নবগী পান্দমদা ৱার্দ নম্বর ১৮ দা হৌখিবা চহীদগী হৌদুনা পায়খৎ-লকখিবা থৌরাং অমনি। য়াইস্কুল এ সীগী ৱার্দ খূদিংমকসু লুনা-নান্না থম্ননবা থবক কয়া মমাঙদা পায়খৎখিবা লৈখ্রে মখা তানসু পায়খৎখিগনি। য়ুম-য়ুমগী চাকখুমশিংদগী পুথোরকপা লুখাক-চগুমশিং অরেম্বদা মাঙহন্দুনা এনভাইরনমেন্টতা অকায়বা পীহল্লক্কদবদগী মহুৎ লুখাক-চগুমশিং অদু হার ওন্থোক্লবগীদমক গ্রীন বকেট অসি শীজিন্ননবা কেম্পেইন ঙসি লোঞ্চ তৌবনি। অসিগুম্বা কেম্পেইন অসি চথদুনা লু-নানবদা মোদেল ৱার্দ ওইহন্ননবা হোৎনসি হায়নসু মহাক্না মখা তানা ফোঙদোকখি।

'গুরগাউনদা কলচরেল কমপ্লেক্স শারগনি'

ইম্ফাল, ওক্তোবর ০৪ (ঐচ এন এস): হরিয়ানাগী গুরগাউনদা মণিপুরগী কলচর কমপ্লেক্স অমা শানবা লম পীদুনা লৈরিবা অসি চহী ১০/২০ শুরক্লবা ফাওবদা শাবা ঙমদনা লৈরকপা অসি ইকায়নিংঙাইনি। মসি শাননবা কন্না হোৎনরি হায়না আর্ট এন্দ কলচর মিনিষ্টর এল জয়ন্তকুমারনা ফোঙদোকখ্রে।

গুলাপী নট সংকির্তানা একাদেমী ক্বাকৈথেল ঙানপ্পী থোং মপাননা শীন দুনা চথগদবা গুরু কির্তানা সেবা ২০১৭, ফেষ্টিবেল ওফ নট সংকির্তন হৌদোকপগী থৌরম ঙসি লময়ানবা শঙলেন্দ পেলেস কম্পাউন্দা পাঙথোকখি।

গুলাপী নট সংকির্তনগী মনা খোংমন ময়াই লৈকায়দা লৈবা নামৈরাকপম ইবোমচাদা লান্থোকখি। থৌরম অদুগী হৌরকপদা লৈখিদ্রবা শক্লাইরবা নট সংকির্তনগী ওজাশিংগী শক্তমদা লৈ-শু কৎতুনা ইকায় খুম্নবা উৎখি।

থৌরম অদুদা চীফ গেষ্ট ওইনা শরুক য়ারদুনা মণিপুরগী আর্ট এন্দ কলচর মিনিষ্টর এল জয়ন্তকুমারনা হায়খি, হরিয়ানা গভর্ণমেন্টনা গুরগাউনদা মণিপুরগী কলচরগী কমপ্লেক্স শানবা লম পীরিবা অসি লমদমসিগী কলচরবু মশক খঙবদগীনি। কলচর কমপ্লেক্স শাননবা লম পীরবসু ঙসি ফাওবা শাবা ঙমদনা লৈরকপনা লম অসি মখোয়না লৌশিল্লগে অমদি চাউখৎ থৌরাংগী লম্দা শীজিন্নরগে হায়না হায়রকপনি। গুরগাউনদা মণিপুরগী কলচর কমপ্লেক্স শানবা পীরক্লিবা লম অসিদা শাগৎপা হৌনবগীদমক আর্ট এন্দ কলচরগী কম্মিস্নরসু তানদুনা হোৎনরি। ঐখোয়গী কলচরগী মশক অসি খঙহন্দুনা উৎনবা হোৎনবগী তঙাইফদবা লৈবনা কলচর কমপ্লেক্স অসি শানবা হোৎনরি। কলচর অমদি স্পোর্টসনা লমদম অসিবু মশক তাক্লিবনি। নট সংকির্তনগী য়াম্না ফজবা মশক অমদি প্রোফেসনদা ইকায় খুম্নবা য়াওরি।

মমাঙদা লৈরম্বা লৈঙাকশিংনা হোৎনবীরম্বদগী হৌজিক ফাওবা শমথদুনা হোৎনরি। মথং চহীগী ২৫শুবা একাদেমিক অসিগী ফঙ্কসনগীদমক আর্ট এন্দ কলচরনা লুপা লাখ ১ পীরগনি হায়নসু ফোঙদোকখি।

থৌরম অদুদা প্রসিদেন্ট ওইনা শরুক য়ারদুনা আর্ট এন্দ কলচরগী কম্মিস্নর এম লক্ষ্মীকুমারনা হায়খি, কলচরগী চেন্থরক্লিবা ঈচেল অসিদা করি তৌবা য়াবগে হায়বদু য়েংগনি। কলচর অমসুং রিলিজনগী শাফূ কয়া লাকচরবসু য়াম্না লাইনা মাঙলোমদা চিংখৎলি। মণিপুরগী ওইবা লৈহাও অসিদা চুশিন্নবা অমদি থিজিন্নীংবা করম্বা ফ্যুজন ওইনা পুথোক্লম্বনো হায়বসি থিজিন্নীংঙাই ওইরে। লৈঙাক্না মেরা হৌ চোংবা ষ্টেটকী থাক্তা পাঙথোকপা হৌরক্লবনি। কলচর পোলিসি হান্না শেমদুনা লৈরিবা অসিসু অথুবদা পুথোকনবা হোৎনরগনি। সংকির্তনগী ওইবা মফম কদায়-কদায়দা লৈরিবগে হায়বদুসু য়েংশিল্লি হায়নসু ফোঙদোকখি।

থৌরম অদুদা গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়ারদুনা জে এন মণিপুর দান্স একাদেমিগী দিরেক্টর এল উপেন্দ্রোনা হায়খি, লমদম অসিগী কলচর অসি মালেমগী মনুংদা য়াম্না য়ুনিক ওইবা অমনি। বৈষ্ণব লাক্ত্রিঙৈ মতমদগী লৈরক্লবা কলচর অসিগা লাক্লিবা মতমগী ওইবা অনীসিগা পূনশিন্দুনা ফজবা ফিলোসোফি য়াওনা পুথোক্লম্বনি। দান্স একাদেমি ইম্ফালদসু ভিজিটিং গুর ৫০ রোম লৈ। মসিগী মনুংদা চহী ১০০ রোম শুরক্লবসু য়াওরি। হেক ঙল্লিবমখে ভিজিটিং গুরু ওইবা য়াই। মণিপুরদা হৌজিক লৈরিবা অসি পরফোর্মেন্সনা হেনবা ঙাক্তনি। এদ্যুকেসন্দদি খরা শোথরি হায়না লৌনরি। কুমজা ১৯৫৪ দা নেহরুনা লাক্লম্বা মতমদা জে এন দান্স একাদেমী লিংখৎলম্মী। মণিপুরগী লাই হরাওবা অসি য়ুনেস্কোদা চনবা য়ানবা গভর্ণমেন্টনা মতেং পাংবীয়ু হায়নসু ফোঙদোকখি।

কম্পিটিসন কম এগজিবিসন হৌদোকখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ০৪ (ঐচ এন এস): ৱাইল্ড লাইফ ৱিং ফোরেষ্ট দিপার্টমেন্টনা শীন্দুনা ৱাইল্ড লাইফ ৱিককা মরী লৈননা ৱাইল্ড লাইফ কম্পিটিসন কম এগজিবিসন ঙসি নুপীলান মেমোরিএল কমপ্লেক্স হোলদা হৌদোকখ্রে।

রেস্পেক্টিং রাইট ওফ ৱাইল্ড লাইফ হায়বা থিমদা পাঙথোকপা কম্পিটিসন কম এগজিবিসন হৌদোকপগী থৌরমদা ৱা ঙাঙলদুনা দি এফ ও ৱাইল্ড লাইফ শিলাল মীতৈনা ফোঙদোকখিবদা কম্পিটিসন অসি ফোটো টেক্নিক অমদি তাঙনা ফংবা শা-উচেকশিং, মাঙখিগদৌরবা কয়াবু য়োকখৎনবা হোৎনদুনা পাঙথোকপনি। শা-উচেকশিং কনসি। শা-উচেকশিংবু য়োকখৎপীবা তঙাইফদে হায়বা পান্দমদা পাঙথোকখিবনি।

শা-উচেকশিং অসি মণিপুর ষ্টেটকী মনুংদা লৈবা নৎত্রগা মপান্দগী পাইরক্লগা চাক্তাবা উচেক ওইরবসু মণিপুরগী মফম-মফমদগী শক্তম য়াওনা পুথোকপা অমসুনি। দিষ্ট্রিক্ট খূদিংমক্তা পেন্টিং কম্পিটিসন, সাইকল রেল্লি, মোটোর সাইকল রেল্লিনচিংবসু পাঙথোক্লি। পেন্টিং কম্পিটিসনদা মহৈরোয়শিং অমদি নহাশিংদা এৱ্যেরনেস পীনবা পান্দম থল্লি। মখোয়না ৱাখল তাবা হায়বসি উচেকশিং কনবা ঙম্নবগী অচৌবা লম্বী ওই হায়নসু ফোঙদোকখি।

এৱ্যেরনেস প্রোগ্রাম পাঙথোক্কদৌরি

ইম্ফাল, ওক্টোবর ০৪ (ঐচ এন এস): কাংপোকপী দিষ্ট্রিক্ট হেদ ক্বার্টরসতা থা অসিগী ৬ তা মাস সোসল এৱ্যেরনেস প্রোগ্রাম অমা লৈঙাক্কী স্কিমশিং মীয়ামদা এৱ্যেরনেস পীনবা পাঙথোক্কদৌরিবা অসিদা দিষ্ট্রিক্ট এদমিনিষ্ট্রেসননা মপুং ফানা সপোর্ট তৌগনি হায়না দেপ্যুটি কম্মিস্নর কাংপোকপীনা দিষ্ট্রিক্ট অসিগী মনুংদা লৈবা তোঙান-তোঙানবা দিপার্টমেন্টশিংগী ওফিসলশিংদা খঙহনখ্রে।

দেপ্যুটি কম্মিস্নর কাংপোকপীনা দিষ্ট্রিক্ট অসিগী মনুংদা লৈবা দিষ্ট্রিক্ট লেবেল ওফিসরশিংদা থাবা চেরোল অমগী মতুংইন্না হায়, ৩৮শুবা বট্টালিয়ন অসাম রাইফলসনা থা অসিগী ৬ তা সোসল এৱ্যেরনেস প্রোগ্রাম অমা কাংপোকপী দিষ্ট্রিক্ট হেদ ক্বার্টরসতা পাঙথোক্কনি। লৈঙাক্কী ওইবা স্কিমশিং মীয়ামদা নীংথিনা খঙহন্নবা পাঙথোক্কনি। মসিদা দিষ্ট্রিক্ট এদমিনিষ্ট্রেসননা সপোর্ট পীবীয়ু হায়বা ৱাফম অমা খঙহল্লক্লি। মসি দিষ্ট্রিক্ট এদমিনিষ্ট্রেসনগী মায়কৈদগী সপোর্ট তৌনবা লেপ্লে।

এৱ্যেরনেস প্রোগ্রাম অসি মায় পাক্না পাঙথোকপা য়ানবগীদমক ষ্টোলনচিংবা হাংদোক্লবা থৌরাং তৌগদবনি। দিপার্টমেন্টশিংগী মখাদা পায়খৎলিবা স্কিমশিং অমদি প্রোজেক্টশিংগী মতাংদা মীয়ামদা খঙহন্নবগীদমক থৌরাং তৌগদবনি হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

HL-P/2553/25,27,29Sept.1,3,5,7Oct.