থম্মোয় পাউদম | হুইয়েন ইন্দু

থবক্কী টেন্সন লৌথোকপা

ঙরাং থবক্কী ৱারী শারুবদগী ৱারীসি মখা শমথনিংলকই। থবক হায়বসিসু হায়নরুবা নাইদনা খুৎনা হেক্তা তৌরকপরা? খুৎতুদা মদু তৌনবা ইনশিল্লবা শক্তি অমা লৈ। মদুবু ঐখোয়না ৱাখল কৌই। থবক খুদিংমক্কী হৌরকফম ওইবা ৱাখল অমমম লৈ। ৱাখল অমনা ইনশিন্দনা মীওইবনা করিগুম্বা থবক অমত্তা তৌদে হায়। অদুবু, অদোমনা নোংমত্তসু খল্লম্লোইদবা ৱাখল অমা ঙসি অমুক্তা খন্থবীয়ু- নোংমগী মনুংদা অদোম্না তৌরিবা থবক ময়ামদুবু ‘হান্নদগী তৌগে খন্না শেম শাদুনা লৈবা’ থবক কয়াম য়াওবগে? য়ুমগী য়ুম্বুরেন্বী অমনা নোংফুং ঙানবদগী, নুমীদাং ফমুং চঙলমদাই ফাওবদা তৌরিবা ইমুংগী কুপনোম-থবক ময়ামদু, নোংমগী শোয়ফদ্রবা রুটিন ওইনা হায়রিবা মহাক্কী ব্রেন’দা থবক্তগী ৱাখলনা অখন্নবা প্রেসর অমা কৈদৌঙৈদা পীরক্তে। হায়রিবা থবকশিং অদু কনাগুম্বা অমবু খুৎশুমল পীদুনা নেক্লগা তৌহনসি। নীনি শুনা তৌঙল্লোই। মরমদি, থবকশিং অদু মঙোন্দদি অহেনবা থবক্লি।

য়েস, ইমুংগী কুপনোম নোল্লিবা য়ুম্বুরেন্বী মহাকসু, ওফিস অমগী, নৎত্রগা ওর্গনাইজেসন অমগী ‘মহাক্লা পার্সোনেল রেস্পো-ন্সিবিলিটি’ লৌবা থবক অমা তৌরম্বা ওইয়ু- থবক অদু মহাক্কী এনজাইটি পোক্লবগী মরম অমা ওইরক্কনি।

এনজাইটিদুনা মরম ওইদুনা, নহানমখৈ মহাক্লা ঈরায় লায়না/ইকোম কোম্না তৌরম্বা থবকশিং অদুসু মচু তারক্লোই (ইফিসিয়েন্ট ওইরক্লোই), ঈশৌ লাংবা হেল্লক্কনি, ইমুংগী মী অতৈগা লৈনরম্বা মরী শোক্লক্কনি, পুন্না হিংমিন্নবা (কো-একজিষ্টেন্স) গী ফজবা মাঙখিনি।

য়ুম্বুরেন্বী (ইমা-ইচে-ইচল) অমগী মওং অসি ইশাদা পানশিন্দুনা য়েংবীয়ু। থবক্কী মওং (নেচর) অদু খেন্নবতনি, পূক্লিংদা পীবা প্রেসর/টেন্সন/এনজাইটিদু হৌরকপগী মওংদুদি অমত্তনি। থবক অদুগী ৱাখল’না পূক্লিং অদু খুদুম চন্দুনা লৈবা! ইটালিয়ন কবি হোরাসকী ৱাহৈ অদু নীংশিংবীয়ু... ‘অদোমগী পূক্লিং অদু খুদুম চন্দুনা থম্বীয়ু, নৎত্রবদি ওনখৎতুনা মহাক্লা নঙবু খুদুম চনখিনি...’।

থবক অমগী ৱাখলনা পূক্লিংবু খুদুম চন্দুনা লৈদৌরিবা করিগীনো? লিদরশিপ গুরু দেবিত এল্লেন’না হায়, মখাগী মরমশিংসি ওইবা য়াই :

- থবক অদু করিগীদমক তৌরিবনো হায়বা লাইখায় তাদবা;
- থবক অদু হৌনবা নৎত্রগা হৌরুরবা থবক অদুগী, মথংগী খোঙথাং করিনো হায়বদু খনফম খঙদবা, নৎত্রগা তৌরুরিবা থবক অদু চুম্মী/লাল্লি খঙদবা;
- হৌখ্রবা থবক অদুগী ওইফম থোকপা রিজল্ট অদু মশক খঙদবা অমদি নশানা নশাদা থাজবা ৱাৎলকপা।

মরমশিং অসিননি, থবক্তগী ৱাখলনা পূক্লিংদা নিন্দুনা লৈরিবা। ৱাখলশিং অসি লৌফম থোকপা ৱারেপ অমা লৌদুনা, তাম্থোক্লবা প্রোসেস অমা তৌদ্রিমখৈদি থবক্তুগী মহয় অদু লোকপা ঙল্লোই। পূক্লিং হায়বসিনা কৈদৌনুংদা নহাকপুদি মীনল্লোই। থবক অদু লোইদুনা মহয় লোক্ত্রিমখৈদি, পূক্লিংসিনা ব্রেন’বু তৎতনা কাইহৌগনি।

পূক্লিং হায়বসিসু অঙকপনি- মহাকপু নীংথিনা লোয়নবা হৈহৌদ্রবা, লুরবা তানফম অমদা মহাক্লা নীংশিংবীরক্কদৌরিবা ৱাফমদো থৈদোক-থৈজিন করিমত্তা য়াদ্রবা পুংফম অমদনি। হৌখ্রবনা করিনো? লাক্কদবনা করম্বনো? খঙদে পূক্লিংনা। নহাক নশানা নশাদা হায়জরিবা ৱাফমদুতনি পূক্লিংনা নঙোন্দা হায়রক্কদবা।

লাই য়েকপা, ঈশৈ শকপা, শৈরেং ইবা, দ্রামা ইবা... অচৌবা কোর্পোরেট হাউস অমগী অনৌবা প্রদক্ট অমা পুথোক্লবা হোৎনবা... মাগী মাগী লমদুদা অচৌবা থবক অমমমনি। থবক অদু করম্বা তৌগদগে হায়বদুদি ‘আর্ট’ অমনি হায়বদুদি কনানসু খন্নদে। লুরিবদি মদুনি। দ আর্ট ওফ দুইং থিংস.. ওইনিংবা থবক ওইসনু, থবক অদু মপুং ফানা পাঙথোক্লবা কলা! থবক অমা পাঙথোক্লবগীদমক তঙাইফদবা তাঙ্কক মঙা থোক্লা খায়দোল্লগা তৌগদবনি-

১. থবক্তু তৌবদা দরকার ওইবা পোৎলমশিং খোমজিনবা;
২. খোমজিল্লুবা পোৎলমশিং, শীজিন্ননিংবা মওংদা শেমদোক শাদোকপা;
৩. শেমদোকশাদোল্লবা পোৎলমশিং মফম চানা শীজিন্নবা;
৪. পাঙথোকখিবা থবকশিং, মকোক্তগী অমুক নৌনা য়েংশিনবা;
৫. থেংখাং মরি অসিদা থেংনখিবা অশোয়বা, অরানবা পুম্নমক্তু হন্না য়েংশিল্লবা মতুংদা পোথোক অদুগী অরোইবা মশক লেপথোকপা।

তপ্না তপ্না সিষ্টেমেটিক ওইনা তৌবা হৈখ্রবা মীশক অমনদি থবক খুদিংমক টেন্সন/এনজাইটি য়াওদনা ইরায় লায়না তৌবা ঙম্মী। লিদরশিপ গুরুশিংনা হায়বা পাউদুনি তমজরিবা। চুম্না য়েংসি অমুক্তং।

লৌশিং পুক্কে

ফেট য়াওবা চীঞ্জাক চাবা

ফেট মরাং কয়না য়াওবা চীঞ্জাক তোয়না চারবদি ইন্টেষ্টিনেল কেন্সরগী রিস্ক হেনগৎলকই হায়বা ষ্টদি অমদগী খঙবা ঙম্লে। য়ুনিভর্সিটি ওফ পেন্সিলভেনিয়াগী রিছার্চর জোন লেমব্রিসনা হায়খি, উচিদা চাংয়েং তৌদুনা য়েংবদা ফেট য়াম্না য়াওবা চীঞ্জাক চাবনা ইন্টেষ্টাইনদা কেন্সর তৌহল্লি হায়বা খঙলকপনি।

‘মোলিক্যুলর কেন্সর রিছার্চ’ জর্নেলদা ফোঙলকখিবা ষ্টদিগী রিপোর্টনা হায়খি, হকচাং লূম্বা নৎত্রগা লূমদবা অমসুং ময়াং কংবা নৎত্রগা মশা নোয়বগী ৱাফম্না তোঙান্না থমখ্রগা চাবা থকপগী মওং শোয়রবদি ইন্টেষ্টাইনদা কেন্সর তৌরকই হায়বা ময়েক শেংনা খঙলে।

হকচাংগী অরূম্বা অমসুং অনোয়বা হেনবা হায়বসি কেন্সরগী মরুওইবা রিস্ক ফেক্টরনি। অদুম ওইনমক ময়াং কংবা মীওই ওইরবসু ফেটকী শরুক য়াওবা চীঞ্জাক তোয়না চারবদি কোলোরেক্টেল কেন্সরগী রিস্ক হেনগৎলকই হায়না য়ুনিভর্সিটি ওফ পেন্সিলভেনিয়াগী রিছার্চর এদিমারা রিসনা ফোঙদোকখি।

রিছার্চরশিংনা উচি খরদা ফেটকী শরুক কা হেন্না য়াওবা চীঞ্জাক পীজরম্মী। অতোপ্পা খরনা ইচম চম্বা মওংদা অতৈ অতোপ্পা চীঞ্জাকশিং পীজরম্মী। মতম খরগী মনুংদা চাংদম্নদুনা য়েংবদা ফেটকী শরুক কা হেন্না য়াওবা চীঞ্জাক পীজবা উচি কাঙলুপ অদু ইন্টেষ্টিনেল কেন্সরগী রিস্ক ৱাংখৎলকপা থেংনখি।

ফেট য়াওবা চীঞ্জাক চাবনা থোকহল্লকপা য়াবা খুদক্কী ওইবা সাইদ ইফেক্টতি পূক নুংশিৎ কাবা, পূক কংখৎপা, থগেবদা অশিনবা কাবা অমসুং থবাক শাবনি। তুংদা থোকহল্লকপা য়াবা লোং-টর্ম সাইদ ইফেক্টনা হার্ট দিজিজগী রিস্ক হেনগৎহনবনি। হকচাং ফনা লৈনবগীদমক ফেটকী শরুক খরদি অদুম্মক চাবা মথৌ তাই। অদুবু অকক্লবা চাং অমা লৈগদবনি।

‘ন্যুয়োর্ক টাইমস’ হেল্থ গাইদকী রেক্কমেন্দেসন মতুংইন্না সেচুরেটেদ ফেট অমসুং ট্রান্স ফেটকী চাং হন্থরগা অন্সেচুরেটেদ ফেটকী চাংনা হেন্না চাগদবনি। তোঙান তোঙানবা শা মরুওইনা রেদ মিটতা সেচুরেটেদ অমদি ট্রান্সফেট য়াওই। ওলিভ ওইল অমদি ঙা মখল খরদনা অন্সেচুরেটেদ ফেট য়াওই। সেচুরেটেদ অমসুং ট্রান্স ফেট য়াম্না চাবনা ইনফ্লেমেসন থোকহন্দুনা ইন্টেষ্টিনেল কেন্সরগী রিস্ক হেনগৎহনবনি।

অমেরিকান হার্ট এসোসিএসনগী রিপোর্ট অমনা হায়খি, চাংচৎতা অমেরিকানশিংগী চীঞ্জাক্তা ফেটকী শরুক য়াম্না য়াওই। মদুনা মরম ওইরগা দাইবেটিস অমদি কোরোনরি হার্ট দিজিজনচিংবা খুদোংথিনিংঙাই ওইরবা লায়নাশিংগী রিস্ক হেনগৎহল্লি। সেচুরেটেদ ফেট অমসুং কোলেষ্টরোল য়াম্না য়াওবা চীঞ্জাক চাবনা ঈ উতোংশিং ফুঞ্জিলহল্লি। ইনখৎলক্লিবা অঙাংশিংদি অয়াম্বা মতমদা চেন-চোংদুনা শান্নবনিনা ফেট য়াওবা চীঞ্জাক চারবসু থোইনা অকায়বা লৈতে। অঙাং ওইরগসু হকচাং লেঙ-ওৎপগী চাং ৱাৎলগদি ফেট য়াওবা চীঞ্জাক চাবদা খুদোংথিনিংঙাই ওই।

মীওইবনা চাবদা য়াওখিবা সেচুরেটেদ ফেট অমসুং ট্রান্স ফেটনা ঈ উতোংদা পৈশিল্লকপদগী ঈ উতোং অদু খুজিল্লকই। মদুনা মরম ওইরগা ঈগী ঈচেলদা অকায়বা থোকহল্লি। থৌওং অসিবু এথরোসক্লেরোসিস হায়না খঙনৈ। কোলেষ্টরোল য়াম্না য়াওবা চীঞ্জাক চারবদি হাইপরটেন্সন (ব্লদ প্রেসর ৱাংবা) ওইহল্লকই। ঈ উতোং ফুঞ্জিল্লক্তুনা ঈগী ঈচেলদা অকায়বা থোরকপদগী ব্লদ প্রেসর ৱাংখৎলকপনি। কিদনি য়াওনা তোঙান তোঙানবা হকচাংগী কয়াৎশিংদা অকায়বা থোকহল্লকপা মরম্না ব্লদ প্রেসর ৱাংবগী থৌওং অসি খুদোংথিনিংঙাই ওই।

ব্লদ প্রেসর ৱাংবনা থোকহল্লকপা য়াবা খুদোংথিনিংঙাই ওইবা থৌওংশিংদি হার্ট এটেক, ষ্ট্রোক অমসুং কিদনি ফেলিয়রনচিংবনি।

চাবা থকপগী মওং শোয়দুনা হকচাংগী অরূম্বা হেনগৎলকপদগী টাইপ-টু দাইবেটিস নারকপা তারবদি অমুক্কা হেন্না খুদোংথিনিংঙাই ওই। এথরোসক্লোরোসিসনা মরম ওইরগা ব্রেন য়ৌবা ঈ উতোং ফুঞ্জিল্লক্লবদি ষ্ট্রোক তৌরকপা য়াই। হার্টকী রিজনদা লৈবা ঈ উতোং ফুল্লগনা হার্ট এটেক তৌরকই। হার্ট এটেক অমদি ষ্ট্রোকনা মী শিহনবা য়াই।

ঐখোয়না চাশিনখিবা চীঞ্জাক খুদিংমক দাইজেষ্টিভ সিষ্টেমনা তুমহনবদা গ্যাস থোরকই। অদুবু গ্যাস কা হেন্না থোরক্লবদি হকচাং নুংঙাইহন্দে। নেসনল দাইজেষ্টিভ দিজিজেজ ইনফোর্মেসন ক্লিয়রিং হাউসকী রিপোর্ট মতুংইন্না ফেট য়াওবা চীঞ্জাক য়াম্না চারবদি পূক ইথন থনগৎতুনা লৈবা মরম্না নুংশিৎ কারকপদগী হকচাং নুংঙাইহন্দে। মরুওইনা থাউদা তাউবা নৎত্রগা ঙৌবা চীঞ্জাক চাবদগী খুদোংচাদবা অসি ওইহল্লকই।

য়াম্না তোয়না থগেবদা অশিনবা কাবগী থৌওংবু গ্যাষ্ট্রোইসো-ফেজিয়ল রিফ্লক্স দিজিজ (জি ঈ আর দি) কৌই। মরক মরক্তা জি ঈ আর দিগী খুদোংচাদবা মায়োক্লরবদি এন্টাসিদ শীজিন্নরগা নৎত্রগনা চাবা থকপগী মওং হোংদোক্লগা ফহনবা ঙম্মী। অদুবু য়াম্না তোয়না মায়োক্লরবদি হকচাংদা খুদোংচাদবা কয়ামরুম থোকহল্লি। ফেট য়াম্না য়াওবা চীঞ্জাক তোয়না চাবনা খুদোংচাদবা অসি ওইহল্লকপনি। য়ুনিভর্সিটি ওফ মেরিলেন্দ মেদিকেল সেন্টরগী রিপোর্ট অমনা হায়খি, ফেট মরাং কায়না য়াওবা চীঞ্জাক তোয়না চাবা মতমদা ব্লদ প্রেসর ৱাংখৎলকপগা লোয়ননা কোলেষ্টরোল ৱাংখৎল-কপদগী হার্ট দিজিজ অমসুং কার্দিয়াক এরেষ্টকী রিস্ক হেনগৎলকই।

সেচুরেটেদ ফেট অমসুং কোলেষ্টরোল মরাং কায়না য়াওবা চীঞ্জাকশিংদি শনশা, হামেং-শা, হোল মিল্ক, ক্রিম অমসুং য়েরুম মমুৎনচিংবনি। মফম খুদিং য়োল্লিবা কুকিজ, কেক, চিপ, ক্রেকর অমদি ফাষ্ট ফুদশিংদা ট্রান্স ফেট য়াম্না য়াওই। য়ারিবমখৈ অসিগুম্বা মখলগী চীঞ্জাক চারোইদবনি।

মহৈরোয়শিংবু খুৎলায় ওইনা শীজিন্নবা য়ানিংদে : হেমন্ত

ইম্ফাল, ওক্টোবর ০৫ (ঐচএনএস): লমদমসিদা ঙাইহাক লৈতনা থোক্লিবা থৌদোক ৱাথোকশিংগা মরী লৈননা চত্থরকপা থবক থৌরম কয়াদা মহৈরোয়শিংবু খুৎলায় ওইনা শীজিন্নবগী থৌওং অসি য়ানিংদে হায়না বি জে পি মণিপুর প্রদেশকী ভাইস প্রসিদেন্ট ওইরিবা এক্স-মিনিষ্টর মোইরাংথেম হেমন্তনা ফোঙদোকখ্রে।

লাঙথেলদা লৈবা সাইনিং একাদেমীদা ঙসি পাঙথোকখিবা ইনষ্টিট্যুট অসিগী ৮ শুবা এন্যুএল লিটরেরি মীট কম ফেসিলিটেসন থৌরমদা চীফ গেষ্ট ওইখিবা এক্স-মিনিষ্টর মোইরাংথেম হেমন্তনা হায়খি, মহৈ-মশিন তমদুনা লৈগদবা মহৈরোয়শিংদা মণিপুর লৈঙাক অমদি ওর্গনাইজেসনশিংনা অপনবা কয়া পীরি। মহৈরোয়শিংনা মহৈ-মশিন তম্বদা থেংনরিবা অপনবশিং অসি থেংনরমদ্রবদি শান্ন-খোৎনবদা মণিপুরনা মালেমদা মমিং চৎপগুম লমদমসিগী মহৈরোয়শিংসু হীরম কয়াদা মাঙজিল থানা চৎপগী চাং হেনগৎকনি।

লৈঙাক্কী অশোয়বা থৌশিল কয়াদা পেন্দ্রদুনা মহৈরোয়শিংনা লমজাও সোড়োক্তা থোরক্তুনা প্রোটেষ্ট তৌরি। মহৈরোয়শিংনা প্রোটেষ্ট তৌরকপা মতমদা পুলিসনা টিয়ার গ্যাস সেল কাপ্পুনা তানখায়বা অমদি ফূবী-চৈবীবা কয়াসু চত্থরি। অসিগুম্বা মওং মতৌশিং অসি খুন্নাই অসিগী ওইনদি য়াম্না লাইবক থীবনি। চহী অসিগী ওজাগী নুমীৎতা কোংগ্রেস লৈঙাক্লা মহৈলোয়শঙশিং ছুটি থাদোকখিবা অদু থৌদাং লৈতবা লৈঙাক্লোন অমগী লীচৎনি। করিগুম্বা হীরম অমত্তদা মহৈরোয়শিংবু মহৈ তম্বদা অপনবা পীবীরোইদবনি। মখোয়বু ঙাকপী শেনবীদুনা মহৈ-মশিন তমহনগদবনি।

লমদমসিগী হৌজিক ওইরিবা ফীভম অসিদগী কলহৌদুনা অফবা খুন্নাই অমা শেম্নবগীদমক লমদমসিদগী অফবা মহৈরোয়শিং পুথোকপা মথৌ তারে। অফবা মহৈরোয়শিং পুথোক্লবা হোৎনবদা পুম্নমক্লা থৌদাং য়ামিন্নসি হায়না মহাক্লা মখা তাখি।

থৌরমদুদা এম দি রৌসান আলিনা প্রসিদেন্ট অমসুং লাঙথেল গ্রাম পঞ্চায়টকী মেম্বর এস ঐচ বিমোলচান্দনা গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়াখি। মহৈরোয়শিংনা থৌরমদুগা মরী লৈননা ঈশৈ-নোংমাইগী প্রোগ্রাম কয়াসু উৎখি।

টেন্দর কৌরি

ইম্ফাল, ওক্টোবর ০৫ (ঐচএনএস): দিরেক্টোরেট ওফ ইনফোর্মেসন এন্দ পব্লিক রিলেসন্স মণিপুরনা শকখঙনরবা ফার্মশিংদগী মল্টি কল্লর অমসুং ব্লেক এন্দ হ্বাইটকী মেগাজিন লোয়ননা মণিপুর গভর্ণমেন্টকী ৱাল কেলেন্দর অমদি কুমজা ২০১৭ গী দাইরি নম্ন বগীদমক টেন্দর কৌরি।

টেন্দর অদু থা অসিগী ২৬ কী নুংথিল পুং ২ ফাওবগী মনুংদা য়ৌহল্লক্কদবনি অমসুং নুমীৎ অদুমক্কী নুংথিল পুং ৩ তাবদা মোইরাংখোমদা লৈবা আই পি আরগী দিরেক্টরগী চেম্বরদা হাংদোক্কনি হায়না দি আই পি আরগী চেরোল অমনা হায়রি।

থৱায় য়াওবা ফার্মশিংনা দি আই পি আরগী ৱেবসাইট *www.manipurtenders,gov,in/www.manipur.gov.in* তগী ৱারোলশিং খঙবা য়াগনি হায়রি।

‘মহৈরোয়শিংনা মহৈশঙবু ঙাক্তুনা থমগদবনি’

ইম্ফাল, ওক্টোবর ০৫ (ঐচএনএস): মহৈলোয়শঙ্গী প্রোপর্টি খুদিংমক লৈবাক অসিগীতা নত্তনা মহৈরোয়শিংগী লন ওইরিবনি হায়বসি মতম পুম্নমক্তা মহৈরোয়শিংনা খঙগদবনি। মরম অসিনা মহৈরোয় খুদিংমক্লা মহৈশঙশিংবু ঙাক্তুনা থমগদবনি অমদি হৌরক্লিবা মহৈরোয়শিংগীদমক মহৈশঙশিংবু য়োকখৎকদবনি হায়নসু মণিপুর ইনষ্টিট্যুট ওফ টেক্নোলোজি (এম আই টি) গী প্রিন্সিপাল ইন-চার্জ প্রোফেসার আর কে হেমাকুমারনা ফোঙদোকখ্রে।

তাকয়েলদা লৈবা এম আই টিগী কমপ্লেক্সতা পাঙথোকখিবা ইনষ্টিট্যুট অসিগী টিচরস দে কম ফ্রেসস মীটকী থৌরমদা ৱা ঙাঙলদুনা প্রোফেসার আর কে হেমাকুমারনা হায়খি, মহৈরোয়শিংনা মখোয় মখোয়গী একাদেমীক এক্টিভিটিশিং মপুং ফানা পাঙথোক্লবা হোৎনবদা ওজাশিং অমদি ষ্টাফশিংগা তান্নগদবনি। মদুদা মহৈরোয়শিংনা ঈকায়ফম থোক্তে। ওজাশিং অমদি মহৈশঙশিংগী লৈরিবা ষ্টাফশিংগা তান্নরগা লৌশিং তাল্লবতদা অফবা মীশক অমমম শোয়দনা ওইবা ঙমগনি অমদি খুন্নাইসিগী য়াইফনবা থৌদাং য়াবা ঙমগনি হায়না মহাক্লা মখা তাখি।

থৌরমদুদা এম আই টিগী এ ও ইন-চার্জকী থৌসু পুরিবা এসোসিএট প্রোফেসার (সী ঈ) ডা. টি ঐচ সোমচান্দ, এম আই টিগী এসোসিএট প্রোফেসার (ঈ সী ঈ) ডা. এন বসন্তা অমসুং এম আই টিগী এসিষ্টেন্ট প্রোফেসার (সী ঈ) ডা. এন রামভাসু দেজ মেম্বর ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরমদুদা এম আই টিগী ফেকল্টি মেম্বরশিং, নন-টিচিং ষ্টাফশিং অমদি মহৈরোয়শিংসু শরুক য়াখি হায়রি।

‘তুংগী মীরোলগী য়েংলগা শেঞ্জা-থুমজা লৈতবা অওনবা লৈঙাক পুরক্লবা হোৎনরসি’

ইম্ফাল, ওক্টোবর ০৫ (ঐচএনএস): তুংগী মীরোলগী য়েংলগা লমদম অসিদা শেঞ্জা-থুমজা লৈতবা অওনবা লৈঙাক পুরক্লবা হোৎনমিন্নরসি হায়না বি জে পি মণিপুর প্রদেশকী ষ্টেট ইগজিক্যুটিব মেম্বর ওইরিবা এক্স-এম এল এ, এস রাজেননা ঙসি লাইশ্রম খুল্লেম লৈকায় কম্যুনিটি হোলদা পাঙথোকখিবা বি জে পিগী নোংমগী ওইবা পোলিটিকেল কনফরেন্সতা ফোঙদোকখ্রে।

বি জে পি লমশাং মন্দলগী ওফিস হাংদোকপা অমদি নোংমগী ওইবা পোলিটিকেল কনফরেন্স অদুদা ৱা ঙাঙলদুনা এক্স-এম এল এ, এস রাজেননা হায়খি, কোংগ্রেসকী লৈঙাক্লা ষ্টেট অসিদা মতম শাংনা লাক্লি। মফম কয়াদা শেমগৎ-শাগৎপগী লমদা শোত্থবা থেংনরি। লমশাং এ সী অসিসু হীরম কয়াদা শোত্থরিবা মফম ওইরি। লম্বী-থোং, থক্লবা ঈশিং য়াওনা মীয়ামগীদমক তঙাইফদনা পায়খৎফম থোকপা থবক কয়া পায়খৎতনা লাক্লি।

হৌজিক মীখল মতম নকশিল্লক্লবা অসিদা তোঙান তোঙানবা দিপার্টমেন্ট কয়াদা থবক লৌগনি হায়না তৌরি। নমথাক তৌরগা মতম শাংনা চৎপা য়ারোই। কোংগ্রেস লৈঙাক্লা মতম শাংনা পাল্লকপা অসিদা চাউখৎ থৌরাংগী থবকশিং নীংথিনা পায়খৎপা ঙমদ্রি। সেন্টরনা মতম মতমগী ওইনা পায়খৎলকপা স্কিম কয়া মণিপুরদদি ষ্টেট অসিগী লৈঙাক্লা নীংথিনা ইমপ্লিমেন্ট তৌবা ঙমদে। সেন্টরনা মীয়ামগী য়াইফনবগীদমক পায়খৎলক্লিবা স্কিম কয়া অসি নীংথিনা ইমপ্লিমেন্ট তৌরবদি মীয়ামদা কান্নবা কয়া ফংগনি। ষ্টেট লৈঙাক্লা নীংথিনা মীৎয়েং চঙলবদি স্কিমশিং অসি মায় পাক্লা পায়খৎপা ঙমগদবনি। অদুবু হৌজিক লৈরিবা ফীভম অসিদদি তোঙান তোঙানবা স্কিমশিং অসি মপুং ফানা পায়খৎপগী মমি উদে হায়নসু ফোঙদোকখি।

পোলিটিকেল কনফরেন্স অদুদা ৱা ঙাঙলদুনা বি জে পি মণিপুর প্রদেশকী এক্টিব মেম্বর ৱাই খেমচান্দনা হায়খি, কোংগ্রেস পার্টি অসি গান্ধী শাগৈনা লুচিংদুনা লৈবা পার্টিনি। বি জে পিনা মীয়ামগী ওইবা পার্টিনি। বি জে পিনা সেন্টরদা লৈঙাক হেক পায়রকপগা মীয়ামগীদমক য়াইফ থৌরাংগী থবক কয়া পায়খৎপা ঙম্মী। ষ্টেট অসিদসু বি জে পি লৈঙাক লৈহন্দুনা চাউখৎ থৌরাংদা হেন্না খুম্মাং চাউশিনহন্নবা হোৎনমিন্নরসি। মসিগীদমক বি জে পিগী মপাঙ্গল হেন্না কনখৎহনবা তঙাইফদে হায়নসু ফোঙদোকখি।

পোলিটিকেল কনফরেন্স অদুদা এক্স-দি জি পি, ৱাই জয়কুমার, বি জে পি মণিপুরগী এক্টিব মেম্বর পি ঐচ পাকচাও, পি প্রিয়োকুমার অমদি মনিবাবুনচিংবা মীওই কয়াসু শরুক য়াখি।

কোংগ্রেসকী চাউখৎ থৌরাং হেনমনবনা লম্বী অয়াম্বা কোম ওইরি : জয়দেব

ইম্ফাল, ওক্টোবর ০৫ (ঐচএনএস): কোংগ্রেসনা চাউখৎ থৌরাংগী থবক মায় পাক্লা পাঙথোক্লি হায়না লাউরবসু ষ্টেট কেপিটেল ওইরিবা ইম্ফাল ময়োলগী লম্বী অয়াম্বা লৈখোম অমদি কোমকুৎনা থল্লে। ইম্ফাল ময়োল ফাওবা মপুং ফানা শেমগৎপা ঙমদবা লৈঙাকসিনা ষ্টেটকী কাচিন-কোয়া করম্বা য়েংশিনগনি হায়না য়াইস্কুল এ সীগী বি জে পিগী কেন্দিদেট ওইনবা থৌরাং তৌরিবা হঞ্জবম জয়দেবনা হায়খ্রে।

য়াইস্কুল এসেমব্লী কনষ্টিট্যুএন্সিদা অওনবা লৈঙাক পুরকসি হায়বা পান্দমদা ১৯ শুবা লেজিসলেটিব এসেমব্লী মীখলগী ইলেক্সন কেম্পেইন হৌদোকপগা লোয়ননা ৱাফম অসি ফোঙদোকখিবনি। ৱাংখৈ থাঙ্গপাৎতা লৈবা জয়দেবকী ময়ুমদগী হৌদোকখিবা ইলেক্সন কেম্পেইন অদুদা বি জে পিগী ভল্যুন্টিয়ার কয়ানা শরুক য়াখি। কেম্পেইন অদু হৌদোক্লদুনা জয়দেবনা হায়, চীং-তম চাউখৎনবা হোৎনরি হায়জবগী ৱানি। ইম্ফাল মনুংদা ফাওবা নোংজুথাদা লৈখোম লৈনাং অমদি কোমকুৎনা পীক থল্লি অদুগা কালেন থাদনা উফুলনা চৎপা য়াদ্রি। ইম্ফালগী করম্বা লৈকায়দা লৈঙাক্কী অফবা থক্লবা ঈশিং পীথক্লিবগে হায়রদুনা পুম্নমকসিনা কোংগ্রেস লৈঙাক্লা লমদমসিদা থবক তৌদবদগীনি।

ইন্দিয়াগী ওইনা হোংলক্লিবা পোলিটিকেলগী অওনবসিদা মণিপুরসু য়াওবা ঙমহৌদ্রবদি মখা তানা হৌজিক লৈরিবা ফীভমসিদগী হেন্না শাথিরগনি। প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদিগী মখাদা লৈবাকসিদা অওনবা কয়া পুরক্লিবসিদা য়াওহৌনবাকে ভবানন্দগী লুচিং মখাদা বি জে পিগী লৈঙাক শেম্নবা হোৎনবদা মীয়াম্না মতেং পাংবীয়ু হায়খি।

জোনেল লেবেল ইগজিবিসন

ইম্ফাল, ওক্টোবর ০৫ : জোনেল এদ্যুকেসন ওফিসর জোন থ্রী থৌবালনা শীন্দুনা জোনেল লেবেল সাইন্স, মেথমেটিক্স এন্দ এনভাইরোনমেন্ট ইগজিবিসন ফোর স্কুল চিল্ড্রেন ২০১৬ সাইন্স টেক্নোলোজি এন্দ মেথমেটিক্স ফোর নেসন বিল্ডিং হায়বা থীমদা ক্লাস নাইনদগী টুয়েল্ব ফাওবা তম্লিবা মহৈরোয়শিংগী ওইনা পাঙথোক্কনি।

জোনেল লেবেল সাইন্স ইগজিবিসন অসি থা অসিগী অরোইবা চয়োলদা পাঙথোক্কনি। শরুক য়ানিংবা মহৈরোয়শিংনা মরী লৈনবা চেরোলগা লোয়ননা মোদেল মরি পীখৎলক্কদবনি। রিট্টন ক্যুইজ কন্টেষ্টতা শরুক য়ানিংবা মহৈরোয় ২/২ গী মমিংসু থা অসিগী ২০ ফাওবগী মনুংদা জোনেল এদ্যুকেসন ওফিসর জোন থ্রী থৌবালদা পীখৎলকপা য়াগনি হায়রি। ইগজিবিসন পাঙথোক্কদবা নুমীৎ অমসুং মফম কোন্না খঙহল্লক্কনি হায়রি।

বি জে পি য়াইস্কুল মন্দলগী নৌনা থৌ পুবশিং খনখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ০৫ (ঐচএনএস): ভারতিয়া জনতা পার্টি য়াইস্কুল মন্দলগী প্রসিদেন্ট কে ঐচ বিশ্বামিত্রনা লাইশ্রম ইবোচৌ, গুরুময়ুম আনন্দো অমসুং লৈমপোকপম সোরোজকুমারবু ভাইস প্রসিদেন্টশিং, বি মোমো অমসুং চৌধুরিময়ুম অলোকপু জেনরেল সেক্রেটরিশিং, নামোইজম লেপিন অমসুং হিরো হিতো সৌবামবু সেক্রেটরিশিং অমদি পি ঐচ ববিতাবু ট্রেজরর ওইনা খনখিবগা লোয়ননা মেম্বর ১৪ সু হাপখ্রে হায়নসু প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমদা মখা তারি।

লায়রবগী মরুপ অমসুং *নোঙ্গৌবী* ফোঙগনি

ইম্ফাল, ওক্টোবর ০৫ (ঐচএনএস): পেট্রিওটিক রাইটর্স ফোরম মণিপুরনা শীন্দুনা থা অসিগী ৯ গী অয়ুক পুং ১০ তাবদা মণিপুর প্রেস ক্লবতা ফোরম অসিগী তোঙান তোঙানবা লাইরিক অনী ফোঙলগনি হায়রি।

ফোরম অসিগী ওফিস সেক্রেটরিনা থোকপা চেরোল অমনা হায়, নুমীৎ অদুদা মাইস্নাম কোরৌহনবা লুৱাংনা ইবা শুমাং কুঞ্জোগী লাইরিক *লায়রবগী মরুপ* অমদি এন অম্বাবতিনা ইবা শৈরেং-লাইরিক *নোঙ্গৌবী* ফোঙগনি। লাইরিক ফোঙবগী থৌরম অদুদা প্রোফেসার এন জি কাংজিয়া মঙাঙ, সিনেট মেম্বর মণিপুর য়ুনিভর্সিটি ওফ কলচরনা অথোইবা মীথুং, রঘু লৈশাংথেম, প্রসিদেন্ট, পেট্রিওটিক রাইটর্স ফোরম মণিপুরনা অখন্নবা মীথুং ওইনা শরুক য়াগনি।

য়ু সী এমগী ফোর্মর প্রসিদেন্ট য়ুম্নাম নবচন্দ্র অমসুং মণিপুর পিপলস পার্টিগী জেনরেল সেক্রেটরি মচং সোইবম অনীনা অখন্নবা মীথুং ওইনা শরুক য়াগনি। *লায়রবগী মরুপ* হায়না মিংথোনবা শুমাং কুঞ্জোগী লাইরিক অসিগী মরমদা ডা. মোইরাংথেম প্রিয়োবর্ত্ত, এসোসিএট প্রোফেসার, দি এম কোলেজ ওফ আর্টনা ৱা ঙাঙগনি।