থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

ইন্টরনেসনল ৱুইমেন্স দে অমসুং ঐখোয়

ঙসি মার্চ তারিখ নিপান, কুনমাথোইশুবা চহীচাগী কুনমাথোইশুবা চহী! মালেমগী থাক্তা পাঙথোকপা নুপীশিংগী নুমীৎ (ইন্টরনেসনল ৱুইমেন্স দে)নি। মণিপুরদসু পাঙথোক্লগদৌরি। করম্বা মওংদা, কনানা কদায়দা পাঙথোক্লগদৌরি হায়বদুদি খঙদে। নুপীশিংগী ওইবা ফিল্ম ফেষ্টিভেল, নুপী দাইরেক্টরশিংনা পুথোকপা ফিল্মশিংগী ফেষ্টিভেল অমা তৌগদৌরি হায়বদুদি খঙই। মদুসু, নুমীৎ অসিদা 'ফিল্ম সোসাইটি, মণিপুর'না নুপী ফিল্ম মেকরশিংদা ঈকায়খুম্নবা উৎপা ওইনা শীন-লাঙদুনা উৎপনি। খল্লি মণিপুরী নুপী ফিল্ম মেরকশিংনা পুথোকপা অখন্নবা ফিল্ম খরা খনগৎলগা পাঙথোকপা ফিল্ম ফেষ্টিভেল ওইরম্লবদি, থৌরম অসিগী ৱাহন্থোক হেন্না লৈরমগদবনি। কোন্না পাউচেশিংদা ফোঙলকপা পাউদগী খঙগদবা মঙায়রে, পাউদম অসি ইরিঙৈ মীকৃপসি ফাওবদি ইজরিবা ঐহাক তশেংনা খঙদে- করম-করম্বা লূপশিংনা, নৎত্রগা লৈঙাকসিগী করম্বা দিপার্টমেন্ট'না শীন্দুনা, কদায়দা অখন্নবা নুপীগী নুমীৎ পাঙথোক্কদৌরি ?

মালেমগী ওইবা থৌরম অমা ওইবনা নুমীৎসিগা মরী লৈনবা ৱারেং অমত্তং ইগে খল্লকপসিদা খঙনীংলকখিবনি- নুমীৎসিবু লমদমসিগী নুপীশিংনা মখোয়গী অখন্নবা নুমীৎনি হায়বা নীংশিংলিবজাৎলা? ঐদি খল্লি- নীংশিংলল্লোই। নীংশিংলম্লবদি, মালেমদা তোমথিন ওইবা লমদমসিগী ইমাশিং, কৈদৌনুংদা তুমীন লৈরল্লোই, মশক নাইবা থৌরম অমা পাঙথোক্লমগনি শোয়দনা। মরমদি হন্দক্কী ওইনা, পাঙথোক্কদৌরিবা ইন্টরনেসনল ৱুইমেন্স দে অসিগী থিম- 'চুজ তু চেল্লেঞ্জ'- 'শীংনগদৌরিবসি করিনো খল্লু' হায়বনি। শীংনবনা থল্লবা তাইবংসিদা, নুপীশিংনা শীংনগদৌরিবসি করিনো? খল্লবা মতুংদা শীংনগদৌরিবনি। কনাদা শীংনগদৌরিবা? করিগী শীংনদৌরিবা? তরাইবা ৱাহং নত্তে।

চহী কয়াদগী, চহী খূদিং লেপ্তুনা, মার্চ ৮বু মালেম শীন্না মালেমগী নুপীশিংগী নুমীৎ পাঙথোক্লরকই। সোসল, ইকনমিক, কলচরেল অমদি পোলিটিকল ওইবা হীরমশিংদা নুপীশিংনা থোইদোক হেন্দোকপা থৌদাং অমদি এচিবমেন্ট ফংলকপশিংদুনা নীংশিংদুনা ঈকায়খুম্নে। মখোয়না মায়োক্নরিবা খুদোংচাদবশিং পুথোক্তুনা নৈনমিন্নে। কুমশি চহী (২০২১)সিগী ওইনদি 'কোভিদ-১৯-পেন্দমিক'না পুন্সিসিদা পীরকপা চৈনা চৈথেঙ কয়াসিগী য়েংলগা, নুপীশিংনা মায়োক্নরক্কদবা পুন্সিগী শীংনবা ময়াম অদু লামশিন্দুনা শেম্বা থিম অমনি। মালেমগী নুপীশিংদগী তোমথিন ওইবা শক্তম অমা শাগোন্নজবা মণিপুরী (মীতৈ) নুপীনি। নুপী কৈথেল (লৈমরেন শিদবী, ফৌওইবী অমদি ইমোইনু ইমা কৈথেল)- মালেমদা অনী শুদবসি, থাবুম তরামাথোই থিংজিন্দুনা থম্লুঙৈ, শৈথানীংঙাই ৱাহৈ লৈত'মখৈ শোকহল্লবা শক্তমনি মখোয়গী। মুন্না খনজীল্লুরবা, মালেমগী মফম অতৈদগী থোইনা হেন্না তোপ তোপ্পা মওং অমদা পাঙথোকফমবু থোকপনি।

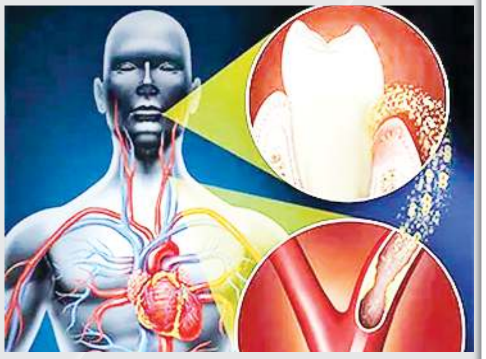
অদুবু, লমদমসিদা 'নুপীগী নুমীৎ' অসিগী থোইদোকপা মফম লৈত্রিবসি করিগীনো? ৱাখল মোন্দ্রঙ শান্নরুই। তশেংবদি, মালেমগী নুপীগী নুমীৎ পাঙথোকপা হৌরকখিবসি, সোসলিষ্ট পার্টি ওফ অমেরিকা'দা ১৯০৯, ফেব্রুৱারী ২৮, নিউ য়োর্ককী ফি-শাবী ময়ামনা হৌরকখিবা অহানবা ষ্ট্রাইক অদু নীংশিংদুনা পাঙথোক্লরম্মী। অদুবু, ওফিসল ওইনা পাঙথোক্লরকখিবদি অষ্ট্রিয়া, দেনমার্ক, জর্মন অমদি স্বিটজরলেন্দ'নচিংবা লৈপাক ময়াম য়াওশিল্লত্তুনা ১৯১১দা পাঙথোক্লরকখিবা অদুদগীনি। তপ্না তপ্না নুপীগী নুমীৎ লাকপা খূদিং নুপীশিংগী দিমান্দ হাপকৎলকখি- নুপীসু ভোট থাদবা য়াহনগদবনি... নুপীশিংবুসু সরকারগী/মীয়ামগী লোয়শঙদা মথৌ তৌহনগদবনি... থবক অমা তৌবদা নুপী য়াওবা য়াহন্দবগী চৎনবী হোংদোক্কদবনি... নুপা-নুপী অনীমক্তা মান্নবা থবক্কী মান্নবা খুৎশুমল পীগদবনি... অসিনচিংবা। ১৯১৭, মার্চ ৮, রুসিয়াগী সেইন্ট পিটর্সবর্গকী নুপী- টেক্সটাইল-ৱার্করশিংনা মখোয়গী তোঙান তোঙানবা ৱাকৎ কয়া তান্দুনা, য়াল্লবা নুপীশিংনা লম্বীদা থোক্তুনা শিনশঙ মপুগা মুক্নখিবদু, মণিপুরগী দিসেম্বর ১২, ১৯৩৯গী নুপীলান ঈহৌদুগুম্বনি। ঈহৌদু মখা শমথরক্তুনা রুসিয়ন রিভোল্যুসন ওইরকখি। ফেব্রুৱারী ২৮ দগী মার্চ ৮দা ওন্থোকখি। কম্যুনিষ্ট পার্টিগী সোসলিষ্ট মুভমেন্টকী শরুক অমা ওইরকখি। ১৯৬৭ তগীদি য়ুনাইটেদ নেসন্স'না শকখঙলক্তুনা ঙসি পাঙথোক্লরিবা 'ইন্টরনেসনল ৱুইমেন্স দে' অসিগী শক্লোন লৌরকখিবনি।

নুপীশিংবু অৱাঙবা থাক্তা থাঙ্গৎতুনা ঈকায়খুম্নবা উৎপদি লমদমসিদা অনৌবা ৱাফম কৈদৌঙৈদা ওইরকখিদে। ইমা লৈমরেন শিদবী, ইমোইনু, পান্থোইবী, ইরৈমা, ঈশিং চাইবী, খুম্থোক হানবী, লাই খুৎলেম্বী... লোইনাইদবা লাইরেম্বী খুভম... লমদম অসিদা নুপানা লীংবা খুন্নাই কৈদৌঙৈদা শেম্লকখিদে। মেলচোভিনিজম নত্তে, ফিমেল- চোভিনিজমনি। ইকোনোমিক এক্টিভিটি-সেন্টর (কৈথেল)শিংদা কৈথেল- লাইরেম্বী-খুভম থল্লিবা খুন্নাই অমনি। লায়র-ইনাক-খুনবা, অচৌ-পিশক খায়দনা, চহী খূদিং, হায়নরুবা নাইদনা য়ুমথোঙ খূদিং হিয়াঙ্গৈ-নীনি পানবদা 'নিঙোল (নুপী) শিংবু চাক্কৌরিবা' খুন্নাইনি, মালেমদা অনীশুদবা। ইশাগী 'ৱুইমেন্স-দে' অমা লৈজে খন্দুনা 'ইন্টরনেসনল দে' অসিবু মীরায়রিবরা? ইদোম তুমীন খনজবনি।

লৌশিং পুক্কে

য়ারী-য়াখোঙগী অনাবনা

হার্ট এটেক অমসুং ষ্ট্রোককী রিস্ক হেনগৎহল্লি



ষ্টদি অসিগী ফাইন্দিংশিং অদু জর্নেল ওফ পেরিওদোন্টোলোজিদা পল্লিস তৌরকখ্রে। ষ্টদি অদুগীদমক রিসার্চরশিংগী টিম অদুনা মীওই ৩০৪গী পি ঈ টি অমসুং সী টি স্কেনশিংবু রিভিয়ু তৌদুনা য়ারী-য়াখোঙগী অনাবগা লোয়নবা ইনফ্লেমেসন অমসুং আর্টেরিশিংদা ইনফ্লেমেসন তৌবগী খুদম লৈবরা হায়না য়েংখি।

পেরিওদোন্টাইটিস নৎত্রগা য়ারী-য়াখোঙগী অনাবা হায়বসি য়াবু কোয়শিল্লিবা সোফ্ট টিসু (য়ারী)শিংগী অরুবা ইনফেক্সন অমনি। লায়েংথোক্তনা থল্লবদি য়ারী-য়াখোঙগী অনাবনা শরূদা শোকহল্লত্তুনা মমৈদা য়া মাঙবা (য়া তেকপা/য়া কেনবা/ য়া য়াওদবা) থোকহল্লকই।

য়াগী য়ারক্তা লৈবা অমোৎপা (দেন্টল প্লাক)না সোফ্ট টিসু অমসুং শরুবু তপ্না তপ্না চাথৎহনবা ইনফ্লেমেটরি রেস্পোন্স থোকহন্দুনা য়ারী-য়াখোঙগী অনাবা থোকহল্লি।

লায়না অসি হৌগৎলকপগী তাঙ্ককপু জিঞ্জিভাইটিস কৌই। হায়রিবা ষ্টেজ অসিদা য়ারী পোমখৎলি অমসুং ঙাঙশিল্লি, অমদি ঈসু থোকপা য়াই। মসি লায়েংথোক্তনা থল্লবদি য়াদা নপ্লম্বা য়ারী অদু নাম্থোকপা হৌরকপা য়াই, য়ারী-য়াখোঙ চেৎলক্তবা নৎত্রগা য়া কেল্লকপা য়াওরকপা য়াই।

য়ারক্তা ফত্তবা লৈরক্তনবা অমদি য়ারী-য়াখোঙনা অনাবা পোল্লক্তনবগীদমক অমোনবা টুথব্রস অমা শীজিন্নদুনা নোংমগী য়া অনীরক শেংবা অমদি অমুরক ফ্লোসিং (য়া থিনবা) তৌনবগীদমক দেন্টিষ্টশিংনা রেক্কমেন্দ তৌই। য়ারী-য়াখোঙ মনুংদা লৈবা অমোৎপশিং শেংদোক্লবগী অমত্তা ঙায়রবা পাম্বৈ ওইনা চহী অমদা অনীরক স্কেলিং অমসুং দিব্রিদমেন্ট তৌনবসু রেক্কমেন্দ তৌই।

চহী য়ামখৎলকপগা লোয়ননা য়ারী-য়াখোঙ নাবগী চাংসু হেনগৎলকই। য়ারী-য়াখোঙগী অনাবগা ইনফ্লেমেসন য়াওবা অনাবা মখল কয়াগগী মরক্তা য়াম্না ময়েক শেংবা মরী লৈনৈ। অনাবশিং অদুগী মনুংদা অলজাইমর'স দিজিজ, কেন্সর, রেস্পিরেটরিগী অনাবা, অমদি হার্টকী অনাবনচিংবা য়াওরি। অদুমওইনমক, হায়রিবা অনাবশিং অসিগা য়ারী-য়াখোঙগী অনাবগা লৈনবা হকথেংনবা মরী অদুদি সাইন্টিষ্টশিংনা প্রুভ তৌবদা ৱানা থোক্লি, মরমদি মখোয়শিং অসিগী মরক্তা কম্মন ওইবা রিস্ক ফেক্টর কয়ামরুম লৈ, খুদম ওইনা মৈখু শীজিন্নবা পনবা য়াই।

য়ুনাইটেদ ষ্টেট্সকী মাসাচুসিট্সতা লৈবা ইনষ্টিট্যুসন অনীগী রিসার্চরশিংনা লুচিংলগা পাঙথোকখিবা অনৌবা ষ্টদি অমনা য়ারী-য়াখোঙগী অনাবনা মীওইববু হার্ট এটেক অমসুং ষ্ট্রোকনচিংবা মেজর ওইবা কার্দিওভাস্কুলর ইভেন্টশিংগী মায়কৈদা তশেংনা পুশিনবা ঙমই হায়বগী ইভিদেন্সশিং পুথোকখ্রে। ইনষ্টিট্যুসন অনী অদুদি বোষ্টোনদা লৈবা হার্ভার্দ স্কুল ওফ দেন্টল মেদিসিন, অমসুং কেম্ব্রিজদা লৈবা ফোর্সিথ ইনষ্টিট্যুটনি।

'করিগুম্বা নহাক কার্দিওভাস্কুলর দিজিজগী চহী তাঙ্কক্তা লৈরবা ওইরগদি নৎত্রগা কার্দিওভাস্কুলর দিজিজগী অনাবা লৈ হায়বা খঙলগদি, য়ারী-য়াখোঙগী অনাববু থৌশাদনা নৎত্রগা লায়থোক্তুনা লৈথোকপা হায়বসি তশেংনা খুদোংথীনিংঙাইনি অমদি মদুনা মরম ওইরগা হার্ট এটেককী রিস্ক হেনগৎহনবা য়াই' হায়না ষ্টদি অদুগী লুচিংবা ওথর ওইরিবা ফোর্সিথ ইনষ্টিট্যুটকী সিনিয়র মেম্বর ওফ ষ্টাফ ডা. থোমাস ভেন দাইকনা হায়রি।

হায়রিবা স্কেনশিং অদু অতোপ্পা মরমশিংগীদমক তৌখিবনি, অনম্বনা কেন্সর স্ক্রিনিংগী মতমদা তৌখিবনি। চহী ৪রোমগী মতুংদা অমুক হন্না ফোল্লো-অপ স্কেন তৌখিবগী মতম ফাওবদা মীওই ১৩দা মেজর কার্দিওভাস্কুলর ইভেন্ট মায়োক্নখি হায়রি।

ষ্টদি অদুগী হৌবা মতমদা য়ারী য়াখোঙগী অনাবগা লোয়ননা ইনফ্লেমেসনগী সাইনশিং লৈখিবা মীওইশিংদনা কার্দিওভাস্কুলর ইভেন্টশিং মায়োক্নবা য়াবগী চাং য়াম্না ৱাংই হায়বা রিসার্চরশিংনা খঙবা ঙমখি।

য়ারী য়াখোঙগী ইনফ্লেমেসন তৌবা মীওইশিংদসু আর্টেরিদা ইনফ্লেমেসন তৌরকপা য়াবগী ওইথোকপা লৈখি, মদুনা মরম ওইরগা কার্দিওভাস্কুলর দিজিজ নাহল্লকপা য়াই।

হান্না য়ারী য়াখোঙগী অনাবনা মরম ওইরগা বোন লোসকী সাইন লৈবা, অদুবু মখা তানা ইনফ্লেমেসনদি লৈত্রবা মীওইশিংদদি হার্ট দিজিজ দিভেলপ তৌরকপগী রিস্ক হেনগৎহন্দে হায়নসু ষ্টদি অদুদা খঙবা ঙমখি।

মসি হৌজিক হৌজিক ইনফ্লেমেটরি দিজিজ নারিবা মীওইশিংগা মরী লৈনৈ হায়না ডা. ভেন দাইকনা হায়রি।

ষ্টদি অদুগী সেম্পল সাইজ অদু চাউদবা মরম্না মখোয়গী ফাইন্দিংশিং অদু কনফার্ম তৌনবগীদমক হেন্না চাউবা ষ্টদিশিং মখা তানা চথবা মথৌ তাগনি হায়নসু মহাক্না ফোঙদোকখি।

য়ারী য়াখোঙগী অনাবগা লোয়নবা লোকল ইনফ্লেমেসননা বোন মেরোদা য়াওবা ইম্যুন সেলশিংবু এক্টিভেট তৌই অমদি মোবিলাইজ তৌই। হায়রিবা সেলশিং অসিনা অমুক আর্টেরিশিংদা ইনফ্লেমেসন তৌহনবনি হায়না ষ্টদি অদুগী ওথরশিংনা থাজবা থল্লি।

লিটরেরি ক্যুইজগী ৱিন্নর অনন্দকুমারনা ওইখ্রে

ইম্ফাল, মার্চ ০৭ (ঐচএনএস) :

পাউচে অসিগী চৎথরল্লিবা লিটরেরি ক্যুইজগী ১২শুবা তাঙ্কক্কী ৱিন্নর তাউথোং অয়ুংবা ময়াই লৈকায়দা লৈবা অনন্দকুমার খুঞ্জময়ুমনা ওইখ্রে।

ৱিন্নর ওইখ্রবা অনন্দকুমারনা পাউচে অসিদা ফোঙদোকখিবদা হন্দক মরক তোয়না মণিপুরগী পাউচেশিং ফোংবা লেপ্পগী থৌদৌ অসি তশেংনা নুংঙাইতবা পোকই। চানবিদুনা অসিগুম্বা পাউচে লেপহনবগী থৌওং অসি থোক্তনবা পূম্নমক্লা মতেং পাংবিয়ু।

ঐখোয় মশেলগী মরক্তা লৈরম্বা কল্লকপা, য়েংথিবা অমদি য়ানদবা পূম্নমক থাদোকমিন্নদুনা ৱাখল তামিন্নরে হায়রগা চাওখৎপা খুন্নাই অমা শেমগৎপদা ঐখোয় খুদিংমক অচৌবা থৌদাং লৌমিন্নরসি। হরাউ তয়াম্না নুংশি চান্ননা হিংমিন্নদুনা ঈং তপ্পা খুন্নাই অমা ওইহল্লসি।

লোয়ননা ইন্টরনেসনল ৱিমেন্স দেনা লাকপদা মণিপুরগী নুপী ওইবি খুদিংমক্তা য়াইফ পাউজেল পীজরি। অফবা খুন্নাই অমা ওইহল্লকপদা ইচে-ইচল, ইমা-ইবেল ওইবিশিংনা ৱাখল-লৌশিং লৈনা অমদি থৌনা-লিংজেল লৈনা মায়োং য়ারক্কনি হায়বগী থাজবা থমজরি হায়না মহাক্না মখা তানা ফোঙদোকখি।

চীফ মিনিষ্টরবু থাগৎপা ফোঙদোরক্লি

ইম্ফাল, মার্চ ০৭ (ঐচ এন এস):

কুমজা ২০২১গী হৌগৎলকপা অসিদা ইরৈবাক ইরমদম অসিগী লৈবাক মপু ওইরিবা চীফ মিনিষ্টর নোংথোম্বম বিরেননা সনামহী টেম্পল বোর্দকী অঙম্বা (প্রসিদেন্ট) ওইবীদুনা থৌদাং লৌরকপা অসি মীতৈ/মৈতৈগী লাইনিং লম্বীদা য়াইফনবগী থৌদাং লৌবীরক্কনি হায়না খঞ্জবগা লোয়ননা থাগৎপা ফোঙদোকচরি হায়না লাইনিংহল নাওরিয়া ফুল্লো (ফুন্দ্রে) মেমোরিএল ত্রষ্টকী মায়কৈদগী ফোঙদোরক্লি।

মণিপুর য়ুনিভর্সিটিগী থাবল নীংবা কায়নিংঙাইনি : আর এস এফ

ইম্ফাল, মার্চ ০৭ (ঐচএনএস) :

মণিপুর য়ুনিভর্সিটিগী ঙরাং পাঙথোকখিবা থাবল চোংবা অদু উরুবদগী মণিপুরগী অৱাংবা থাক্কী মহৈ তম্ফম অসিদা একাদেমীক অমদি কো-করিক্যুলর এক্টিভিটিশিংগী ৱাংমদা মহৈরোয়শিংনা মনিং-মখা তম্বা থেংনরে। মণিপুর য়ুনিভর্সিটিগী থাবল নীংবা কায়নিংঙাইনি হায়না রিফোর্মিষ্ট ষ্টুদেন্টস ফ্রন্ট (আর এস এফ)কী পল্লিসিটি সেক্রেটরি চিংলেনসনা খুমননা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, হৌখিবা চহী কয়াদগী হৌদুনা মুসু (মণিপুর য়ুনিভর্সিটি ষ্টুদেন্টস য়ুনিয়ন)না একাদেমীক অমদি কো-করিক্যুলর এক্টিভিটিশিংগী য়াম্না মরুওইবা শরুক অমা ওইনা এম য়ু ৱিক/এম য়ু ফেষ্ট পাঙথোক্তুনা লাক্লি। হন্দক চহী অসিগীসু হৌখিবা মার্চ ১দগী হৌদুনা মার্চ ৬ ফাওবা এম য়ু ৱিক পাঙথোক্তুনা তোঙান-তোঙানবা স্পোর্টস অমদি কলচরেল ইভেন্টশিংদা মণিপুর য়ুনিভর্সিটিগী মহৈরোয়শিংনা অথোই-অহেন চাংদম্নখি। মসিগী লোইশিনখিবা ঙরাং তোঙান তোঙানবা ইভেন্টশিংগী মকোক মথং তাখ্রবশিংদা মনা-মথুম য়েন্থোক্তুনা ক্লোজিং সেরেমোনি পাঙথোল্লবা মতুং অরোইবা ইন্টরটেনমেন্ট প্রোগ্রাম ওইনা ফুটবোল ফিল্ডদা থাবল অসি চোংখিবনি। অদুবু য়াম্না লাইবক থীবা ওইনা ঙরাং চোংখিবা থাবল অদু মমাঙ-মমাঙ কয়াদা তৌখিদ্রিবা য়াম্না মওং মরিল তাদবা অমদি মহৈরোয় খুন্নাইগী চান্নদবা মওং কয়া উবা ফংখি। য়ুনিভর্সিটিদা তমদবা মহৈরোয় অমদি মহৈরোয় নত্তবা কয়া অমসু কুম্ফে অমদি ঈথক-ঈরাং অমগুম্না এম য়ু কেম্পসতা শেন্নবীনবা য়াওদনা মনিং মখা তম্বগী মমি কয়া তাখিবা অসিমক্তি মণিপুর য়ুনিভর্সিটি অমদি মুসুগী লোয়ননা মরী লৈনবা ওথোরিটিগী অচৌবা মায়থীবনি। লোয়ননা থাবল লোইখিবা মতম অসিসু চম্নগী মহৈরোয়শিংগী এম য়ু ৱিক মনুংদা ৱারুবগী ঙাইহাক ইন্টরটেনমেন্ট ওইনা তৌগদবা মওংদগী য়াম্না কা হেল্লে হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই।

চেরোল অসিনা মখা তানা হায়, মণিপুর য়ুনিভর্সিটি কেম্পসকী তোঙান তোঙানবা অমম্বা লম্বীগী নাক-য়েৎ অমদি গার্লস হোষ্টেল তাবা লম্বীশিংদা নাতৈচাদবা ফিজেৎ-চাকচাগা লোয়ননা অমম্বদা পিয়ার পিয়ার চৎতুনা লৈহৌবা কয়াশিং অমদি মহৈরোয় কয়ানা য়েংশিনবীনবা লৈতবগুম ময়াই কাবা চীঞ্জাক কয়া শীজিন্নদুনা তৌখিবা থৌদৌ কয়া অদু আর এস এফনা অমুক পাউদমদ্রবসু ঙরাংগী থাবল অদুদা য়েংবা লাকখিবা খুদিংমক্তা খঙনরবা ৱাফমনি। চহী খরগী মমাঙদা চীনগুম ৱাহৈ ওইনা হায়নরম্বা মপান লমদা মণিপুরগী মহৈরোয়শিংনা তৌনিংবদা তৌরে, ফিজেৎ চাকচা লুদ্রে হায়নরম্বা কয়া অদু ঙসিদি মণিপুর য়ুনিভর্সিটি মনুংদসু হায়নরক্লগনি হায়বগী অচৌবা অকিবা অদু আর এস এফনা ফাওরে। মসিমক মণিপুর য়ুনিভর্সিটি অমদি মহৈরোয় খুন্নাইগী অচৌবা মায়থীবনি। ঙরাংগী অথেংবা ফাওবা চোংখিবা থাবল অদুদা করিগুম্বা ফত্ত-নুংদা অমদি থোকহন্নিংদবা থৌদোক কয়া থোক্লম্লবদি মদুগী থৌদাং কনানা পুগদগে।

তশেংনমক হায়রবদা অহল-লমন য়াওদনা নহাশিংনা থিংবীনবা য়াওদনা অপাম-অপাম্বদা তৌখিবগী মমি চাউনা তাখিবা অদু য়ুম-য়ুমদা লৈবা মমা-মপাশিংনদি ইচাশিং মহৈ তম্নবগীদমক্তা মণিপুরগী অৱাংবা মহৈ তম্ফম অসিদা থারিবনি হায়না চাউথোক্লা লৈনরগনি। অদুবু থাজবশিং অদুগী ৱাংমদা তৌখিবশিং অদু মতুং তারকপদা অমুক হন্না থোকহন্দনবা মুসুনা অচেৎপা ফিরেপ লৌগদবনি। লোয়ননা মরী লৈনবা ষ্টুদেন্টস দীনসু মসিদা তরাই-তরাইনা য়েংথোক্তুনা লৈরবদি মখা তাবা থৌরম কয়াদা মণিপুর য়ুনিভর্সিটি ঈকায় ফিরুক শোয়দনা খুল্লক্কনি। তঙাইফদনা তৌদবা য়াদ্রবা ইন্টরটেনমেন্ট প্রোগ্রামশিং মরুওইনা ঈশৈ অমদি থাবলশিং মণিপুর য়ুনিভর্সিটিগী ষ্টুদেন্টস কম্যুনিটি খক্তা পার্টিসিপেট তৌহনবগা লোয়ননা মমদ্রিঙৈদা লোইশিন্নবা হোৎনসি। খঙহৌদনা হোংলক্লিবা ফজদ্রবা মণিপুর য়ুনিভর্সিটিগী মচৎশিং অসি ঐখোয় পুন্না শেমদোকমিন্নদুনা অফবা মহৈরোয় খুন্নাই অমা ওইহনবদা পুম্নমক্লা থৌদাং লৌমিন্নসি হায়নসু চেরোলদুনা মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

'হিয়াংলম এসেমব্লী কনষ্টিট্যুএন্সিবু লৈঙাক্লা মীরাইবীরব্রা'

ইম্ফাল, মার্চ ০৭ (ঐচএনএস) :

মণিপুরদা লৈরিবা এসেমব্লী কনষ্টিট্যুএন্সি ৬০গী মনুংদা হিয়াংলম এ সীসু অমনি। হায়রিবা এ সীশিং অসিগী মরক্তা খোনিগী পূক্কে ওইরিবা হিয়াংলম এসেমব্লী কনষ্টিট্যুএন্সি অসি ঙসিগী পাল্লিবা লৈঙাকসিনা মীরাইবীরব্রা হায়বসি হিয়াংলম এ সীগী মীয়াম্না অচৌবা ৱাহং অমা ওইরি হায়না সেকমাইজিন গ্রাম পঞ্চায়ট লেভেল মল্টিপর্পজ কোওপরেটিভ সোসাইটি লিমিটেদকী প্রসিদেন্ট টি ঐচ মনিহারনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, হিয়াংলম এ সীনা চাউখৎলকপদা মণিপুরগী শেন্মীৎলোন্দা অচৌবা অহোংবা অমা পুরক্কদবা অদু ঙসিদি মপু পান্দবা, মপী-মপা লৈতবগা পাঙ্খক ওইরিবা অসি লৈঙাক অমদি মরী লৈনবশিংনা অৱাংবা থাক্তা য়েংশিনবীয়ু। হিয়াংলম এ সীগী লম্বী-থোং, স্কুল, কোলেজ অমদি হেল্থকী মতাংদা অৱাৎপগী অৱাৎপা ঙাক্তনি। এ সী অসিবু কনানসু মশক খঙবীদনা লৈবা হায়বসি এ সীসিগী মীয়াম্বু লৈঙাক্লা মশক খঙবীদবননি হায়না লৌরোইদবগী মরম লৈব্রা। হিয়াংলম এ সীগী সেকমাইজিন অরোং নোংমাইখোং অমদি তোকপা চীংগী ওইরিবা লম্বী-থোংগী ওইরিবা ফীভম অসিনা চৎথোক-চৎশিন্দা চাউনা অকায়বা পীরি। মফমসিদগী অনাবা অমা পুরগা চৎপা মতমদা বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্টকী মোইরাং লাইনদা চৎপদা কিলোমিটর কয়ানো। ইম্ফাল ৱেষ্টকী ময়াই লম্বী অমদি থৌবাল লাইনদা চৎপদা পুং কয়ানো চঙগদৌরিবা। মীরোনবী অমা খুদক্তা হোস্পিটালাইজ তৌবা তারবদি মদু নংদনা লম্বী-লমখাংদা লৈখিদবা কয়া অমসু য়াওখ্রবনি।

পুম্নমকসিগী মথক্তা হিয়াংলম এ সী অসিগী অকোয়বদা লৈরিবা মীয়ামগী হিংনবগী মরুওইবা পুকচাক ওইরিবা পুল্লেন অমদি খোইদুম পাৎ অসিদা সঙাইগী অনীশুবা হোম ওইনবা হোৎনরিবা খোঙথাং অসি অরানবনি। মসিনা মরম ওইরগা থোকহন্নিংদবা থৌদোক ৱাথোকশিং থোরক্কবা মরী লৈনবশিংনা হোৎনবীগনু। হিয়াংলম এ সীগী মনুংদা লৈরিবা লমশিং অসি এগ্রিকলচরেল লেন্দ ঙাক্তনি। লোক্তাক হায়দ্রো পাৱর প্রোজেক্টনা মাঙহনবীখিবা অসি পাল্লিবা লৈঙাকশিংনা অতোপ্পা অল্টর্নেটিভ এরেঞ্জমেন্ট অমা তৌবীরগা হিয়াংলম এ সীগী মীয়াম্বু অতোপ্পা এ সীগী মীয়ামগুম্না হিংবগী রাইট ফংহনবীয়ু। সঙাইনা মীয়ামগী মহুৎ শীনবগী থবক তৌবীগনু। মৈহৌরোলদগী খুন্দা লৈতাদুনা লৈরক্লবা তোকপা চীং, শরিক খোঞ্জিলগী অকোয়বদা লৈরিবা খুঞ্জাশিং অসি এনক্রোচর ওইনা লৌবীবা অসি তোকপীদুনা মখোয়বু খুন্দা লৈতানা, ঈংনা-চিক্লা লৈনবা হোৎনবীয়ু হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

'চাউখৎপা খুন্নাই অমা ওইরসনু'

ইম্ফাল, মার্চ ০৭ (ঐচ এন এস):

চহী খূদিংগী মার্চ ৮দা মালেম শিনবা থুংনা পাঙথোক্লরিবা ইন্টরনেসনল ৱিমেন্স দেনা লাকপদা লমদমসিদা লৈরিবা নুপী ওইবী খূদিংমক্কী মফমদা চনুরা লমচিংলেল কংলৈপাক (সী এল কে)না য়াইফ থৌজাল পীজরি হায়না সী এল কেগী প্রসিদেন্ট সী ঐচ পাকপী চনুনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, ইন্টরনেসনল ৱিমেন্স দেনা লাকপগা ঈরোয়ননা নুপী ওইবীশিংবু হন্থনা য়েংবীবা, তাথি-তাওইনা তৌবীবা পুম্নমক লমদম অসিদগী মাঙখিবগা লোয়ননা নুপা অমসুং নুপীগী খেন্নবা লৈতনা অমসুং চপ মান্নবা রাইট ফংবগা লোয়ননা চাউখৎপা খুন্নাই অমা ওইরসনু।

লমদম অসিগী পুৱারীদা থোকখিবা লৈবাক্কী ওইবা থৌদোক ৱাথোক কয়াদা নুপী ওইবীশিংনা অচৌবা থৌদাং লৈরিবনি। অসিগুম্বা লমদম অসিগী নুপী ওইবীশিংগী ৱাংলবা মতিক মগুনশিং অসিবু মালেমগী মীয়াম্না শীংথানরিবনি। অসিগুম্বা মতিক মগুনশিংবু ঙসিগী মীরোলগী নুপী ওইবীশিংনা মাঙহন্দনা থমদুনা খুন্নাই অসিগী নুপী ওইবীশিংবু মালেমদা হেন্না শীংথাবা ওইরসনু হায়নসু সী এল কেগী প্রসিদেন্ট সী ঐচ পাকপী চনুনা থাদোকপা চেরোল অদুনা মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাল্লি

হায়নখিবা অমদি ইখিবা পুংফমদা থৌনদবগী অদুগুম্বা চৎনবি অসিনা ঐখোয়বু ঙমহনগুমসি

ঙসি-ঙসিমক মালেমদা লৈরিবা লৈবাক খুদিংমক সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজিদা খুমাং চাওশিনবগা লোয়ননা মালেমদা সুপর পাৱর ওইনবগীদমক হীদান্নরি। মতমবু অদুক্কী মতিক মমল য়াম্না লৌবগা লোয়ননা থৌদোক খুদিং মতম মাঙহন্দনা অরাইবা অশম্বা পাম্বৈ শীজিন্নদুনা য়ারিবমখৈ মীবু মতম মাঙহন্দনবা হোৎনৈ। হায়খিবা অমদি ইখিবা পুংফমদা থৌরমশিং হৌননবা হোৎনৈ। অদুবু ঐখোয়গী ইরমদম অসিদদি ওন্ন তৈন্নরে। হায়খিবা অমদি ইখিবা পুংফম ঙাক্লা চৎতে। কনানা হৌদোকপা অমদি পুশিল্লকপা খঙদবা চৎনবি অমা ইচেল ওইনা চেল্লি। লুহোংবা, সোরাৎ, নাহুৎ-নারেং অমসুং ধর্মগী ওইবা থৌরমদা অঙম্বা পোৎয়েং খরা পীরুবদুগী মথক্তা হৌজিক্তি মন্দোপ ময়াই চঙদুনা পলা অমসুং ভাবোকতা শেল থাবগী চৎনবি অমসু চৎথনরক্লি। লোয়ননা লাইবক থীবা অমনা হৌজিক্কী মৈতৈ নুপীশিং মহৌশাগী নুপীগুম ফীদম্নফম ওইবগী চাং হন্থরকপগী মমি অমসু তাদবা নত্তে। য়ুমদগী মপান হেক থোকপগা কোক্তা ফী কুপ্পগী হৈনবি য়াওদনা মন্দোপ ময়াই অমসুং ভাবোক শেল থাবদসু য়াওরক্লে। চাওনা অরানবা মওংদা লাক্লিবসিগী মায়োক্তা ঐখোয় পূন্না লেপমিন্নবা অমা মথৌ তারে।

❒ এল ইবোমচা, তাউথোং

লৈত-লাইরবনা নম্না লৌরিবা ইরমদম চৎনবিনা শোকহল্লবা খুন্নাই অমা ওইরে হায়বদা লাল্লগদরা?

চৎনবিনা শোকহল্লবা খুন্নাইনি। লুহোংবদা থারিবা শেল, উসবতা লেল্লিবা চাক, মতম চাদনা চোংবা থাবল, পোকপদগীনা শিবা ফাওবদা তঙাইফদবা ওইনা শীজিন্নরক্লিবা য়ূ অসিনচিংবা অরেম্বদা মাঙহল্লিবা শেনফমশিং কৎথোকপা নত্তে। ঐখোয় মীকপ থোক্তরি, লেপ্না-ফম্না তুমলি। হায়জরিবা ইশামকসু মঙাই কোক ঙাওরি চৎনবিসিনা অদুবু মতম অসিগী লুহোংবা হরাও-কুম্হৈ কয়াদি শরুক পংয়া য়াদ্রে। মমাংঙৈগী ইপা-ইপুনা থম্বিরম্বা লুহোঙবগী শক্তম ঙসিদি পুমওনওল্লে। ঈশৈ শকপী, পুং য়ৈবগী কুম্হৈ অমগুম ওইরক্লি। পুন্সিগী লৈপুন শেম্বা অহল লমন্না শাক্ষি ওইদুনা য়ুম্বানবগী মরি শক খঙলে। তাক্লিবা লুহোংবা অচাওরমগী মশক উৎলক্লি। লৈত-লায়র য়েংদে, ভাবোক পৈশা থাবা, বর কন্যা অরৈবা রুপরাগগী পৈশা থাবা মওংদা শেল থাবা চৎনরি। মসিনি ঙসিগী লুহোংবগী শক্তম। কান্নদ্রবা কয়ানা লৈতেং ওইদুনা অরেম্বদা শেল কয়া চাদিং তৌরি। লাকপীবদুনি হেন্না মরুওইরিবা। ওইরক্লিবা ফীভমসিদা লায়রবা কয়াদি ময়ুম মকৈ মাল-চাং য়োনবা হায়বসি তঙাইফদনা তারকই শোয়দনা খঙলকখিগনি। কংলৈপাক্কী পোৎথোক কয়াম শীজিন্নরি লুহোংবদা? ঐখোয় ফুরুপ কন্নবা চৎনবী শেমসি মেলাগী লুহোংবা ওইহল্লোয়সি।

❒ পুয়াম অচৌ খুমনচা, সিখোং বাজার

অদোমগী মরুওইবা ওপিনিয়ন ৯৭৭৪৮০৩১৪৫ নত্রগা hueiyen_lanpao@rediffmail.com/hueiyen_lanpao@yahoo.co.in দা থাবিরকউ।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টেট) জেনিমস
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ০৮।০৩।২০২১ ইং, নিংথৌকাবা;
ফাইরেলগী ২৫ নি পানবা।

মেষ: লন চাওখৎপগী নুংঙাইবা, ইমুং-মনুং ৱাতান্নবনা নুংঙাইবা হেনবা অমদি নচা ননাইগী লমদা পেঞ্জবা নুমিৎনি। মরুপ-মপাংগী মতেংদি ফংবা ৱাগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংবিনা চানবীগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

বৃষ: খোইরাং খোইশাওনবা খরা লৈরবসু অমদি নক্লবনা থাজদনা লান্না পাউথোকপিবা লৈরবসু মরুপ-মপাংগী মতেং লৌরবদি অনিংবা থবক পাংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- পুক্লিং ফাথনা লৈয়ু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মিথুন: নিংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংবা নুমিৎনি। অনৌবা থৌরম চিংনদনা পাংবা য়াগনি অমদি ফমথোল ফংবগুম নুংঙাইবসু লৈগনি। য়েৎনবদি তৌরুনু, মাংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবা ফংবৈ নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কর্কট: হকচাং খিংবা, লাইবক ফবা অমদি লল্লোন ইতিক কান্নবা নুমিৎনি। অরাপ্পদগী কান্নবা ফংজবা নৎত্রগা থাজদনা কান্নবা য়াম্না ফংগদবা লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশি মরি ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

সিংহ: অনম কনবা তৌগনু অমদি হকচাংগী খল্লগা পোত্থাবা ফগনি। থৌয়াম পুগনু। মরুপ অমনি লাইগুরুগী ৱাদি কান্নগনি। খুৎ চাওবদি মাংবতা ওইগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- পুক্লিং ফাথনা লৈয়ু।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

কন্যা: নক্লবা মীগী মতেং লৌবা য়াবা, থৌনা ফুদোকপনা কান্নবা হেনবা অমদি অঙম্ববু লাকশিনবা ঙমগনি। অদুবু ঙাং-শকপা হৈবা ৱাংলি, চেকশিল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী- অনিংবা কাংবা য়ারোই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

তুলা: থবক্কী নিংবা থুংবা, ৱাখল থোকপা অমদি মীচং হেনগৎপা নুমিৎনি। মরুপ-মপাংগা ৱাখল তান্নদবা অমদি পোরম শিনে দাকপা হৈবা ৱাৎপা লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংজবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/য়াইঙং।

বৃশ্চিক: অনম তানবনা মরুপ-মপাংগা মরি ফবা ৱাৎকনি, লৈঙাক্কী লমদা ৱারৌনগনি অমদি মীৱা লৌবনা মাংজবা লৈ। মীয়াম পুনবগীদি কন্নবা ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চানবী।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

ধনু: হরাওবা নুংঙাইবা, অনৌবা থৌরম পাংবা মাই পাক্কদবা অমদি নচা ননাই চাওখৎপা নুমিৎনি। অকল অথৌগী লমদসু চাওনা মাই পাক্কনি, চিংনগনু।
লৈশা পাখংশিংগী-নিংজবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : অশংবা/কিসমিস।

মকর: য়েৎনবনা মাংজবা, ৱাঙাং হৈতবনা ঈকাই-নুংশি য়ান্নবা থৌদোক থোকপা য়াবা অমদি হোয়া ফবনা মাংজবা লৈ। তপথৌ অনৌবা থৌরম পায়গনু।
লৈশা পাখংশিংগী- খাংবা কল্লু।
থৌনি পোৎলম : লৈহিগোক/অশংবা।

কুম্বা: শেল-থুমগী লমদা চাওনা মায় পাক্কনি। য়েক্লবা লৈরম্লসু মাংখিনি অমদি নথক থোংবা/ ওজা-গুরুগী মতেং ফংউ হায়বসু লৈ। মীতোপতি থাজগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চানবী।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিন: থবক পাংগনি, শেন্দোং ফংগনি অমদি নচা ননাই চাওখৎপা নুমিৎনি। অদুবু অনম তানবা অমদি নাপল তৌবদি মাংগনি-কাওগনু। মীয়াম্না তাথি।
লৈশা পাখংশিংগী- কাইনদনবা তপথৌ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/শঙ্গোম।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।