তেন্থা মল্টিপ্লেক্স কাংশঙ শঙ্গাখ্রে

থৌবাল, দিসেম্বর ০৭ (ঐচএনএস): তেন্থা মল্টিপ্লেক্স মেনেজমেন্ট কম্মিটি তেন্থানা মীয়ামগী মতেংগা লোয়ননা তেন্থা মল্টিপ্লেক্স কমপ্লেক্সতা শাবা তেন্থা মল্টিপ্লেক্স কাংশঙ হৌনবী মতুংইন্না ঙসি মণিপুর লৈঙাক্কী দেপ্যুটি সী এম য়ূম্নাম জয়কুমারনা শঙ্গাদুনা মীয়ামদা খূৎশিন্নখ্রে।

শঙ্গাবগী থৌরম অদুদা অথোইবা মীথুংলেনগী ৱারোল পীবদা য়ূম্নাম জয়কুমারনা হায়, মণিপুর পিকচরবসু ঐখোয়গী ইপা ইপুশিংনা থন্বীরম্বা নাট, কলচর, শান্ন-খোৎনবা অমদি য়েলহৌঙৈদগী ইপা ইপুশিংনা হৌদোকপীরম্বা মশান্নশিংনা চাওরবা মালেম অসিদা মশক তাক্লিবনি। ঐখোয়গী য়েলহৌঙৈদগী লৈজরক্লবা লমদম অসিগী পুৱারীগসু তৎন-থানবা য়াদ্রবা মমিংতা ঙাইরবা কাং মশান্না অসিবু য়োকখৎনবা হোৎনবগীদমক্তা তেন্থা মল্টিপ্লেক্স কম্মিটিবু থাগৎপা ফোঙদোকখি।

মহাক্না হায়, ঐখোয়গী য়েলহৌঙৈদগী লৈজরক্লবা মশান্নশিং অসি য়োকখৎমীন্নসি অমদি ঐখোয় মশেল অমনা অমগী মতেং পাংনদুনা চাওখৎপা মালেমদা তোমথিন ঙানবা ইরমদম অমা শেম্মীন্নরসি হায়বা ৱাফম থমখি।

ঙসিগী থৌরম অদুদা মণিপুর লৈঙাক্কী হান্না আর্ট এন্দ কলচর মিনিষ্টর ওইরম্বা ডা. নরানা থৌরম মপু, পদ্মশ্রী এৱার্দি ৱারেপ্পা নবা অমদি মণিপুর কাংশঙ এসোসিএসনগী প্রসিদেন্ট এম জাদুমনিনা অখন্নবা মীথুংলেনশিং ওইনা শরুক য়াখি।

গ্রাম সভা পাঙথোকখ্রে

থৌবাল, দিসেম্বর ০৭ (ঐচএনএস): তুরেল অহনবী অতৌখোং গ্রাম পঞ্চায়টকী স্পেসল গ্রাম সভা অমা ঙসি জি পি অসিগী পঞ্চায়ট ঘরদা পাঙথোকখ্রে।

গ্রাম সভা অদুদা লেবর (এম জি এন আর ঈ জি এ) বজেট, শেনবা চহী ২০২১-২২গী গ্রাম পঞ্চায়ট দিভলপমেন্ট প্লান (জি পি দি পি) গী মীয়ামগী কেম্পেয়্ন তৌনবা থৌরাং অমসুং মিসন অন্টয়োদয়া বেসলিন সর্ভে ২০২০গী মতাংদা কূপ্না খন্ন-নৈনখি। তুরেল অহনবী অতৌখোং জি পিগী প্রধান এম দি ইদ্রিশ অলিনা প্রিসাইদ তৌদুনা পাঙথোকখিবা গ্রাম সভা অদুদা ৱা ঙাঙবদা হায়, গ্রাম পঞ্চায়ট অমগীদি গ্রাম সভা ফম হায়বসি য়াম্না মরু ওইবা থৌরম অমনি। মসিদা মাগী মাগী লৈকায় লৈকায়গী চাওখৎ থৌরাং করি করি পায়খৎকদগে হায়বদু কূপ্না খন্ন-নৈনবা অসিদা মীয়াম্না থোকপীরক্তুনা শরুক য়াবীবা অসি য়াম্না নুংঙাইজে। জি পি অসিগী মীয়াম অমদি ৱার্দ মেম্বরশিংনসু কো-ওপরেসন পীবিদুনা চাওখৎ থৌরাংগী থবকশিং মায় পাক্না পাঙথোক্লবা হোৎনমিন্নসি হায়খি।

অৱাবা ফোঙদোকপগী মীফম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, দিসেম্বর ০৭ (ঐচএনএস): সলাই গ্রুপ ওফ কম্পেনিজ/স্মার্ট সোসাইটিগী বোর্দ ওফ দিরেক্টর ওইরম্বা ৱাহেংবম খেকিন্দ্র, ৱাহেংবম লৈকায়দা লৈবনা ইখঙ খঙহৌদনা হৌখিবা নবেম্বর ২৬তা লৈখিদবদা সলাই গ্রুপ ওফ কম্পেনিজ/স্মার্ট সোসাইটিনা হৌখিবা নবেম্বর ৩০দা অৱাবা ফোঙদোকপগী মীফম অমা পাঙথোকখ্রে হায়রি।

মীফম অদুনা মিনট অনী তুমিন্না লেপ্পুনা লৈখিদ্রবগী থৱায় মীরেলনা ঈংনা-চিক্না মপুগী লৈকোলদা লৈবা ওইরসনু হায়না থৌনিজখিবগা লোয়ননা ইমুং মনুংগী অৱাবদসু সলাই গ্রুপ ওফ কম্পেনিজ/স্মার্ট সোসাইটিনা শরুক য়াজরি হায়রি।

মণিপুর ষ্টেট কলা একাদেমিগী দাইরেক্ট রিক্রুটমেন্ট পাঙথোক্কদৌরি

ইম্ফাল, দিসেম্বর ০৭ (ঐচএনএস): মণিপুর ষ্টেট কলা একাদেমি (এম এস কে এ) গী গ্রুপ সী অমসুং দি পোষ্টশিংগী দাইরেক্ট রিক্রুটমেন্ট অমা মরী লৈনবা এমপ্লোইমেন্ট একেচেঞ্জ ওফিসশিংগী খূত্থাংদা পাঙথোক্কদৌরি।

একাদেমি অসিগী সেক্রেটরি এল কিশ্বরজিৎনা থোকপা চেরোল অমনা হায়বদা গ্রুপ সী অমসুং দিগী দাইরেক্ট রিক্রুটমেন্ট পাঙথোক্তুনা লৌগদৌরিবা অপূনবা পোষ্ট ৯নি। পোষ্টশিং অদুদি রেকোর্দিং টেক্নিসিয়ন অমা (অন রিজার্ভ), টেক্নিসিয়ন (ফোটোগ্রাফর) অমা (অন রিজার্ভ), লাইব্রেরি এসিষ্টেন্টগী পোষ্ট অমা (অন রিজার্ভ), লাৱর দিভিজন ক্লার্ক (এল দি সী) গী পোষ্ট ২ (সেদ্যুল ত্রাইবকী ১, অন রিজার্ভকী ১), এসিষ্টেন্ট টেক্নিসিয়ন (সাউন্দ) গী পোষ্ট অমা (অন রিজার্ভ), পিওনগী পোষ্ট অমা (অন রিজার্ভ), স্বিপরগী পোষ্ট অমা (অন রিজার্ভ) অমসুং চৌকিদার কম মালিগী পোষ্ট অমা (অন রিজার্ভ) নি হায়রি।

চেরোল অসিনা মখা তানা হায়বদা নমথোক্লবা ফোর্মশিং ইম্ফালগী খুমন লম্পাক স্পোর্টস কমপ্লেক্সতা লৈবা একাদেমিগী ওফিসতগী অন রিজার্ভ/অদর বেকৱার্দ ক্লাসেসকী কেন্দিদেটশিংনা লুপা ৫০০ পীরগা ওফিস মতমদা লৌরগদবনি। অদুগা সেদ্যুল ত্রাইব/সেদ্যুল কাষ্ট/পর্সন্স ৱিথ দিসএবিলিটিজশিংগীনা লুপা ৩০০ পীরগা লৌরগদবনি। এমপ্লোইমেন্ট একচেঞ্জশিংদগী পোষ্টশিং অসিগীদমক রিক্যুজিসন তৌরকপগী অরোইবা নুমিৎ থা অসিগী ৩০নি। লোয়ননা মেনশিল্লবা ফোর্ম সবমিট তৌবগী অরোইবা নুমিৎনা জন্যুৱারী ৮, ২০২১নি। অকুপ্পা মরোলশিংগীদমক একাদেমিগী ওফিসতা কন্টেক্ট তৌরগদবনি হায়রি।

লোক্তাক খোর্জে লূপনা মনা মরি লাম্থোক্লগনি

ইম্ফাল, দিসেম্বর ০৭ (ঐচএনএস): বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্তকী থাঙ্গদা লৈবা লোক্তাক খোর্জে লূপনা মথংগী কুম্জা ২০২১দা তোঙান তোঙানবা লম্শিংগী শক্লাইরবা মীওই মরিদা শেল য়াওবা মনাশিং লাম্থোক্লগনি হায়রি।

লূপ অসিগী সেক্রেটরি খ্বাইরাকপম সনায়াইমনা থোরকপা চেরোল অমগী মতুংইন্না লূপ অসিনা লাম্থোক্কদৌরিবা মনাশিং অদুদি কৈশাম্পাৎ থোকচোম লৈকায়দগী মুতুম রমনিনা কৎলকপা অনীশুবা লোক্তাক লাইরেম্বী খোরিরোল মনা, ২০২১ অসি শগোলশেম লনচেনবা মৈতৈনা ইবা মহাক্কী শৈরেং লাইরিক 'ঈরৈদা নোংলৈ' দা পীরগনি। মনা অসিদা শেল ওইনা লুপা লিশীং ২০, সাইটেসন অমা অমসুং সাল অমা য়াওরি হায়রি।

অনীশুবা মনানা বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্তকী মনুং চনবা মোইরাং খুনৌদগী নিংথৌজম রঘুমনিগী ইমুং-মনুংনা কৎলকপা অহানবা নিংথৌজম নিংথেমজাও নীংশিং খোরিরোল মনা, ২০২১নি। মনা অসি ত্রান্সলেসনগী লম্দা খনগৎলবা মীওইদা পীগদবনি। লোয়ননা অনীশুবা মনা অসি 'উমরাওজান অদা' মণিপুরীদা হন্দোকপা হন্দাক্লোই এম এম অহম্মদতা পীরগনি হায়রি। মনা অসিদা শেল ওইনা লুপা লিশীং ১০, সাইটেসন অমা অমসুং সাল অমা য়াওরি।

অহুমশুবা মনানা বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্তকী ৱাঙুদগী অমোম মনিকাপুরগী ইমুংনা লৈখিদ্রবা মখোয়গী মপাবুংগী মীংদা কৎলকপা অহানবা ৱাঙু খোংনাং নীংশিং খোংজোম পর্ব্ব মনা, ২০২১নি। মনা অসি শুগ্নু খোরসানতাবীদগী শৈশকপী নিংথৌজম দসুমতিদা পীরগনি হায়রি। মনা অসিদা লুপা লিশীং ১০, সাইটেসন অমা অমসুং সাল অমা য়াওরি।

লোয়ননা মরিশুবা মনানা নিংঙোম্বম রেবিকাগী ইমুংনা লৈখিদ্রবা মখোয়গী অহল-লমন অনীগী মীংদা কৎলকপা অহানবা নিংঙোম্বম প্রেমকুমার-মেমচা নীংশিং মোইরাং সাই মনা, ২০২১নি। মনা অসি ইম্ফালগী থাংমৈবন্দ পোলেম লৈকায়দা লৈবী শৈশকপী লাঙথেল থোইনুদা পীরগনি হায়রি। মনা অসিদা লুপা লিশীং ১০, সাইটেসন অমা অমসুং সাল অমা য়াওরি হায়রি।

চেরোল অসিনা মখা তানা হায়বদা তোঙান তোঙানবা লম্দা খনগৎলবা মীওই মরিদা পীগদৌরিবা মনাশিং অসি মথংগী কুমজা ২০২১গী জন্যুৱারী ৩দা পাঙথোক্কদৌরিবা লোক্তাক খোর্জে লূপ (থাঙ্গ) গী তরুকশুবা মপোক কুমওন থৌরমদা লাম্থোক্কনি হায়রি।

ময়াই কাবা চিঙ্গাকশিং ফাগৎতুনা মৈ থারগা মাঙহনখ্রে

ইম্ফাল, দিসেম্বর ০৭ (ঐচএনএস): ককচীং দিষ্ট্রিক্ট টাস্ক ফোর্সকী কনভিনর এম মনিশ্বর খুমননা লুচিংবা কাঙবু অমনা ময়াই কাবা চিঙ্গাকশিং ফাগৎতুনা মৈ থারগা মাঙহনখ্রে।

ককচীং দিষ্ট্রিক্ট টাস্ক ফোর্সকী কনভিনর এম মনিশ্বর খুমননা পাউমীশিংদা ফোঙদোকখিবদা, হান্নদগী ময়াই কাবা চিঙ্গাক য়োনবা/চাবা থিংবগী খোঙজংসু চঙশিন্দুনা লাকখিবনি। মসিগী মতাংদসু মীয়ামদা পাউজেল পীবা বাইক রেল্লি অমা দিষ্ট্রিক্ট অসিগী ওইনা চৎখ্রে। মসিমক্তদা ফৎত্রবা ময়াই কাবা চিঙ্গাকশিং অসি ঙসি পল্লেলগী দুকান ৫দা দ্রাইভ চথুবদা পোৎলমশিং অদু ফাগৎখিবনি।

ককচীং দিষ্ট্রিক্ট অসিদা অসিগুম্বা তুংগী য়ূম্বী ওইগদবা নহাশিংবু মাঙহনবা য়াবা ময়াই কাবা চিঙ্গাক্কী মায়োক্তা হান্না দ্রাইভ চথুগনি। মীয়াম্নসু তুংগী ইনখৎলক্লিবা নহাশিংবু কন্নবা হোৎনরিবা ককচীং টাস্ক ফোর্সনা চঙশিল্লিবা খোঙজংশিংদা মতেং পাংবীয়ু হায়নসু ফোঙদোকখি।

'অথেংবদা লৈহাও লৈনম' দা খোরিরোল মনা, ২০২০ পীরগনি

ইম্ফাল, দিসেম্বর ০৭ (ঐচএনএস): থৌবাল দিষ্ট্রিক্তকী য়াইরিপোক কৈথেলদা লৈবা য়াইরিপোক থম্বালনু সাহিত্যা মরুপ কম লাইব্রেরিনা অহানবা ওইনা ৱারীমচাগী লাইরিকশিংগী মনুংদগী খনগৎলবা 'অথেংবদা লৈহাও লৈনম' কৌবা লাইরিক্তা মাইবম মঞ্জুরি নীংশিং খোরিরোল মনা, ২০২০ পীরগনি হায়দুনা লাউথোকখ্রে।

ৱাফম অসি সাহিত্যা মরুপ কম লাইব্রেরি অসিগী মায়কৈদগী জেনরেল সেক্রেটরি নিরঞ্জন উসমনা থোরকপা চেরোল অমনা হায়বনি।

লাইরিক অসি পংশাতাবম কোমলাকান্তনা ইবনি। অদুগা লাইরিক অসিগীদমক মঙোন্দা পীগদৌরিবা মনা অসিনা ইবোতোম্বী খুমনচানা মহাক্কী লৈখিদ্রবা মমা মাইবম মঞ্জুরিগী মীংদা কৎলকপনি। মনা অসি মথংগী কুমজা ২০২১গী জন্যুৱারী ৩দা পাঙথোক্কদৌরিবা য়াইরিপোক থম্বালনু সাহিত্যা মরুপ কম লাইব্রেরিগী ২৮শুবা মপোক কুমওন থৌরমদা লাইরিক অসিগী অইবা পি কোমলাকান্তদা লাম্থোক্কনি হায়রি। মনা অসিদা শেল ওইনা লুপা লিশীং ১০, সাল অমা অমসুং সর্টিফিকেট য়াওরি হায়রি।

অমাই-পিবা অপূল লূপ কংলৈপাক্না অৱাবা ফোঙদোরক্লি

ইম্ফাল, দিসেম্বর ০৭ (ঐচএনএস): ইপা-ইপুশিংনা তুংগী মীরোলগীদমক য়েংদুনা থম্বীরম্বা মীতৈ/মৈতৈগী লাইনীং লিচৎপু মাঙহন্দনবগীদমক হোৎনবদা অচৌবা থৌদাং লৌরম্বা ইম্ফাল ইষ্টকী চীংঙারেল টেজপুরদগী ওজা নোংথোম্বম মেরা মঙাংনা খঙহৌদনা লৈখিদবদা ইম্ফালগী অহানবা মণিপুর রাইফলস কেম্পসতা লৈরিবা লাইনিংথৌ সনামহী শঙলেনগী মনাক্তা লৈবা অমাই-পিবা অপূল লূপ কংলৈপাক্কী মায়কৈদগী থম্মোয় শোক্না অৱাবা ফোঙদোরক্লি।

লূপ অসিগী থৌপুরেল ৱাফোঙবা (সেক্রেটরি পব্লিসিটি) কিরনকুমার ময়াংলম্বমনা থোরকপা চেরোল অমনা হায়বদা, লৈখিদ্রবা ওজা অসিনা মীয়ামগী য়াইফনবা থবকশিং তৌরম্বদা নত্তনা লাইরিক কয়াসু পুথোকপীরম্মী। লূপ অসিগীসু থৌবুরোই অমা ওইবিরম্মী হায়রি।

লোয়ননা ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্তকী লুৱাংশংবমদগী লমদমসিগা শাগোন্নরক্লবা মীতৈ/মৈতৈ ফুরুপকী লাইনীং লিচৎপু মাঙহন্দনবা হোৎনবদা অচৌবা থৌদাং লৌরম্বা ওজা য়াংলেম ইবোমচানা লৈখিদবদসু লূপ অসিনা থম্মোয় শোক্না অৱাবা ফোঙদোরক্লি।

লৈখিদ্রবা ওজা অসি লমদম অসিগী তুংগী য়ূম্বীরেল ওইগদবা কয়া শেমগৎপীরম্বদা নত্তনা অমাই-পিবাগী লাইথৌ কয়াসু পাঙথোক্তুনা মচা মনাও ওইবশিংবু শেমগৎপীরম্বা লমজিং লমতাকপা ওজানি হায়রি।

ইন্সপেক্টর প্রেমচান্দ লৈখিদবা থৌদোক্তা চেন্নবশিং চৈরাক পীবিয়ু

ইম্ফাল, দিসেম্বর ০৭ (ঐচএনএস): বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্ট পুলিসকী মনুং চল্লিবা নম্বোল পুলিস ষ্টেসনগী ওফিসর ইন-চার্জ (ও সী) ওইরম্বা লৈখিদ্রবা ইন্সপেক্টর লিসম প্রেমচান্দবু শোকহনখিবা মোব ভাইওলেন্স অদুদা চেন্নবা মীওই খুদিংমক মরী লৈনবা লোগী মতুংইন্না পীফম থোকপা চৈরাকশিং পীবিয়ু হায়না পাৎশোই কেন্দ্র দিভলপমেন্ট কাউন্সিল (শগোলবন্দ তেরা থিংবাইজম য়াম্বেম লৈকায়) গী সেক্রেটরি পব্লিসিটিনা থোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অসিনা মখা তানা হায়বদা, মোব ভাইওলেন্স অদু থোকখিবা কুমজা ২০১৪গী সেপ্টেম্বর ৩০দগী হৌজিক ফাওবদা থৌদোক অদুদা চেন্নরিবা মীওইশিংবু লোগী মতুংইন্না পীফম থোকপা চৈরাক অমত্তা পীরমদবদা অঙকপা পোকই হায়রি।

ষ্টেট অসিদা লো লৈরি হায়বসি লৈঙাক্না মোব ভাইওলেন্সতা থৱায় য়াওবা মীওইশিংদা খঙহনবীয়ু। ষ্টেট অসিগী হোমগী লোইশঙসু পুরিবা চীফ মিনিষ্টর নোংথোম্বম বিরেননা মোব ভাইওলেন্সকী থৌদোক অদুদা চেন্নবা মীওই পূম্নমক্কী মথক্তা লৌখৎফম থোকপা থবকশিং লৌখৎপীদুনা পীবিফম থোকপা চৈরাকশিং পীবিয়ু হায়রি।

লোয়ননা লৈখিদ্রবা পুলিস ইন্সপেক্টর অসিগী মফমদা থম্মোয় শোক্না অৱাবা ফোঙদোরকপগা লোয়ননা মহাক্কী থৱায়না মপুগী মনাক্তা ঈংনা চিক্না লৈরুবা ওইরসনু হায়নসু কাউন্সিল অসিনা থৌনিজরি হায়রি।

লৌশিং পুক্কে

হকচাং শাজেল কন্না তৌরুরগা হকচাং নীক্লিবা করিগীনো? - ১

অকনবা মওংদা হকচাং শাজেল তৌরুবা মতুংদা খোৎ-খূৎ খরা নীকপা হায়বসি তোয়না তৌগল্লি। মসি মরম কয়ামুক্না থোকহনবা য়াই, অদুবু পাখৎনিংঙাইদি ওইদে।

পাখৎনিংঙাই ওইদে হায়রগসু নীল্লিবা অদু মহৌশাগী ওইবা মওংলা নৎতবরা হায়বদুদি খঙবা মরু ওই। করিগুম্বা ফিভম খরদদি হকচাং শাজেল তৌবা লোইরগা নীক্লকপা অসি খুদোংথীনিংঙাই ওইবা মরম অমগী খুদম ওইবসু য়াই। মরুওইনা হকচাং শাজেল লোইরবা মতুং য়াম্না কুইবফাওবা লেপ্তুনা নীক্লগদি চেকশিন্নিংঙাই ওই।

হকচাং শাজেল তৌরুরগা হকচাং নীকপগী ওইথোকপা য়াবা মরম কয়ামুক লৈবনা অতোপ্পা সিম্পটোমশিংসু খঙজিনবা মরু ওই। হকচাং শাজেল তৌরমদাই অমদি তৌরিঙৈ মনুংদা তৌবা ঈশাগী হৈনবীশিংদসু পুন্নীং চঙলবদি হকচাং শাজেল তৌবা লোইরবা মতুংদা হকচাং নীকপগী মরম খঙবদা মতেং পাংবা ঙম্বসু য়াই।

হকচাং শাজেল তৌরুবা মতুংদা হকচাং নীকপগী থৌওং থোকহনবা কম্মন ওইবা মরমশিংগী মতাংদা মখাদা পীরি।

মসল ফেটিগ: মসল ফেটিগ (মসল চোকথবা) হায়বসি হকচাং শাজেল তৌরুবা মতুংদা হকচাং নীকহন্নবগী কম্মন ওইবা মরম অমনি।

হকচাং শাজেল তৌরিঙৈ মনুংদা সেন্ট্রেল নর্ভস সিষ্টম (সী এন এস)না মোটোর য়ুনিটশিং সিগনেল পীদুনা মসলশিংবু কন্ট্রেক্ট তৌহল্লি। মোটোর য়ুনিট অমা হায়বসি মোটোর ন্যুরোন অমগা মসল ফাইবরশিংগনা শাই।

মোটোর য়ুনিটশিংবু মথৌ তৌহনবা অসিনা মসলশিংগীদমক ফোর্স পুথোকই। অদুবু হকচাং শাজেল কুইথনা তৌরিবগী মতীক সিগেলশিং অসি তপথরকই অমদি এক্টিব ওইবগী চাংসু হন্থরকই। অসুম্না অহোংবা লাকপা অসিনা মসলশিংবু অমুক কোন্ট্রেক্ট তৌবা অমুক রিলেক্স তৌবা শিন্দোক শিঞ্জিনবগী থবক থুগৎলকই, মসিনা নীকপগী থৌওং ওইহল্লকই।

সী এন এসনা মসলশিংবু শাফু কন্না লেঙহনবগী মপাঙ্গল অদুসু হন্থরকই। মসিনা চোকথবগী থৌওং ওইহল্লকই, মসিদগী নীকপগী থৌওং থোকহল্লকই।

মসল ফেটিগকী অতোপ্পা খুদমশিংগী মনুংদা শোন্থবা, নাবা, ইনজিগী লেবেল নেম্বা অসিনচিংবা পনবা য়াই।

করিগুম্বা মীওই অমদা মসল ফেটিগ তৌরবদি, মীওই অদুনা মহাক্কী মসল অদু য়াম্না শীজিন্নরে হায়বগী খুদম ওইগল্লি। হকচাংদা চৈনা ফাওরক্লবা নৎত্রগা হকচাং শাজেল তৌবা অদু লোইশিনবা ঙমদবা য়াওরক্লবদি চাং খরা হন্থরগা য়েংবা য়াই।

মসলবু পোজিসন অমদা কুইনা থম্বা: মসলবু পোজিসন (হকচাংগী

ফিদুপ) অমদা মতম শাংনা থম্বনসু হকচাং নীকপগী থৌওং ওইহল্লকপা য়াই। ফিভম অসি প্লেঙ্কক্সম্বা শাজেল তৌরিঙৈ মনুংদা থেংনবা য়াই।

মসি মোটোর য়ুনিটকী এক্টিভিটিনা মরম ওইরগা থোকহনবনি। ঐখোয়গী হকচাংদা য়াওরিবা মোটোর য়ুনিট খরদি মতীঙ লৈনা লেঙবা-ওৎপখক্তংগী ওইনা শীজিন্নৈ। ঐখোয়না ফিদুপ অমদা কুইনা লেঙদনা লৈবা মতমদা অহেনবা ফোর্সকীদমক হায়রিবা মোটোর য়ুনিটশিং অদু এক্টিভেট তৌই। মসিদগী হকচাং নীকপগী থৌওং ওইহল্লকপা য়াই। মহৌশানা নীকপা থৌওং অসি শীজিন্নরিবা মসল অদুদা থেংনগল্লি। খুদম ওইনা প্লেঙ্ক তৌরিঙৈ মনুং অমদি মতুংদা পাম্বোম অমদি কোরদা নীকপা য়াই।

ঈদা য়াওবা চিনিগী চাং নেম্বা: মসলশিংনা গ্লুকোজবু ফ্যুলগীদমক শীজিন্নৈ। হকচাং শাজেল তৌবা মতমদা, মরুওইনা হকচাং শাজেল য়াম্না কন্না তৌবা নৎত্রগা মতম শাংনা তৌরকপা মতমদা হকচাংগী গ্লুকোজগী ময়েং তাথরকই। মসিদগী ঈদা য়াওবা চিনিগী চাং হন্থরকপা য়াই, মসিবু হাইপোগ্লাইসিমিয়া হায়নসু খঙনৈ। ফ্যুল মতীক চানা য়াওরক্তবদা মসল নীকপা হৌরকপা য়াই। মসিগীসু মথক্তা চোকথবা, অরাম খৌরাংবা, কোক চীকপা, কোক ঙাওবা, কনফ্যুজন, ইরিটেবিলিটি, শোন্থবা, মীহুন য়াঙ্খৎলকপনচিংবসু মায়োক্লবা য়াই।

দিহাইদ্রেসন: হকচাংগী ইলেক্ট্রোলাইট চাং চানা থম্নবগীদমক হাইদ্রেট ওইনা লৈবা হায়বসি মরু ওই। ইলেক্ট্রোলাইটনা ঐখোয়গী নর্ভশিং অমদি মসলশিংগী ফঙ্কসন কন্ট্রোল তৌই। অকনবা এক্টিভিটি অমা তৌবনা হুমাং য়াম্না থোকহল্লি অমদি হকচাংদগী ঈশিংগী শরদ্ধক মাঙহল্লি। হুমাং য়াম্না কাহেন্না থোকখ্রবদি দিহাইদ্রেসন তৌহল্লি, মসল খঙচোং খঙচোং চোংবা অমদি নাবা থোকহনবসু য়াই। মসিনা হকচাং নীকপগুম ফাওহনবা য়াই। দিহাইদ্রেসনগী অতোপ্পা সিম্পটোমশিংগী মনুংদা চোকথবা, খৌগংনবা, হক্কী ঈশিং মচু লৈশিল্লকপা, মপাল থোকপগী চাং হন্থরকপা, কোক চীকপা, কোক ঙাওবা, শোন্থবা, কনফ্যুজন অসিনচিংবসু য়াওবা য়াওই।

নোংপোক সেকমাইগী ও সী ওকখ্রে

থৌবাল, দিসেম্বর ০৭ (ঐচএনএস): দিষ্ট্রিক্ট লিগেল সর্ভিসেস ওথোরিটি, থৌবালনা শীন্দুনা ঙসি দিষ্ট্রিক্ট এন্দ সেসন্স কোর্ট কমপ্লেক্সকী ওদিটোরিয়মদা দিষ্ট্রিক্ট লিগেল সর্ভিসেস ওথোরিটি, থৌবালগী চ্যেরপর্সন ওইরিবী এ নৌতুনেশ্বরি, এন মধু, সেনিয়র এদভোকেটনা ময়ায় তাংবল লৌদুনা হন্দক্তা মিনিষ্ট্রি ওফ হোম এফ্যেরস গভর্ণমেন্ট ওফ ইন্দিয়ানা ওল ইন্দিয়াগী ওইবা খ্বাইদগী ফবা পুলিস ষ্টেসন ১০ খনগৎপদা ওভরওল তাদুনা খ্বাইদগী ফবা পুলিস ষ্টেসনগী এৱার্দ ফংখ্রবা নোংপোক সেকমাই পুলিস ষ্টেসনগী ও সী কৈশাম প্রিয়োকুমারবু ওকপগী থৌরম অমা পাঙথোকখ্রে।

থৌরম অদুগা মরী লৈননা কে প্রিয়োকুমারনা ফোঙদোকখিবদা, অসিগুম্লবা এৱার্দ অমা ফংলকপসি মানা তৌজখিবা থবকশিং অসিবু শকখঙবীবনি হায়না লৌজে। পুলিসকা মীয়ামগা লৈনরিবা মরী অসি ফনবা হোৎনবা চঙই, মীয়াম্না পুলিসকা লোয়ননা থবক তৌমিন্নরবা মতমদতা মায় পাক্না থবক কয়া তৌবা ঙমগনি হায়খি।

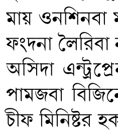
থৌরমগা মরী লৈননা দিষ্ট্রিক্ট লিগেল সর্ভিসেস ওথোরিটি, থৌবালগী চ্যেরমেন এ নৌতুনেশ্বরিনসু অসিগুম্বা লেমজনীংঙাই ওইরবা এৱার্দ অমা ফংলকপসি য়াম্না নুংঙাই। লোয়ননা হেন্না ফবা থবক কয়া তৌবা ঙম্বা ওইসনু হায়বা থাগৎ ৱাহৈসু থমখি।

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাম্লি

খুন্দ্রাকপম রঞ্জিৎ, খাঙবোক খুল্লাকপম লৈকায়

লৈঙাক্না অচেৎপা ফিরেপ অমগা লোয়ননা পায়খৎলিবা স্কিম খূদিংমক হৌজিক-হৌজিক্কী ওইনা য়েংলুরগদি খরমখৈদি মায় পাক্লব্রা হায়না খল্লি। স্কুল ফগৎহনসি হায়বা মিশন অসিনা লৈঙাক্কী স্কুলশিংবু অমুক হন্না ময়োল চোংহল্লে। অদুবু গ্রাসরূট লেভেলদদি মঙম শানবা ঙমদনা লৈরি হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই। লৈঙাক্না টেবল ৱর্কতগী ফীল্ড ৱর্কতা হেন্না মায় ওনশিনবা মথৌ তাব্রা হায়না খঞ্জে। মহৈ-মশিন হৈরবা থবক ফংদনা লৈরিবা নহারোল কয়াবু ষ্টার্টঅপকী মতেংনা ঙসিদি লমদম অসিদা এন্ট্রপ্রেন্যুর ওইনা থোক্লকপা উরে। মসিনা মানা-মানা পামজবা বিজিনেসকী থবক তৌবদা অচৌবা মতেং অমা ওইরি। চীফ মিনিষ্টর হকশেলগী তেংবাংনা উপাই লৈজদ্রবা মীচম মীয়ামদা কান্নবা কয়া অমসু পীরি। অদুবু ঙসিগী লৈঙাক অসিনা পায়খৎলিবা স্কিম খূদিংমক খুঙ্গংগী মীয়ামদা মমুৎ তানা খঙবা ৱাৎলিবা অসি মরী লৈনবা দিপার্টমেন্টশিংনা হকথেংননা খুঙ্গং অদুদা চৎতুনা উনবীদুনা স্কিমশিং অসিগী মতাংদা খঙহনবীরবদি হেন্না থোইনা স্কিমশিং অসি মায় পাক্না চথুবা য়াগদ্রা হায়না খল্লি। মদু নৎত্রবদি লৈঙাক্না ফনা কন্না হোৎনরবসু মায় পাকপা খরা ৱাগদ্রা খল্লি।



ৱাংলেম্বম রোবিন্সন, তোপ অৱাং লৈকায়

কোভিদ-১৯ লায়না-লাইচৎ লমদম অসিদা হৌরকখিবদগী হৌরদুনা ঙসি ফাওবদা লেপ্তুনা লাইচৎ অসিদগী ঙাকথোক্লবা লৈঙাক্না এস ও পি কয়া শেমদুনা য়ূমদগী মপান থোক্কনু, মীয়াম পূন্না পাঙথোকপা থৌরমশিংদা কা-হেন্না মী পুনগনু অমদি তঙায়ফদনা এস ও পিশিং লাইচৎ অসি লাকশিন্নবগীদমক ঙাক্না চৎপীয়ু হায়না লাউদুনা লাক্লবসু মীয়াম্না চৎন-কাঙলোনশিং অসি ঙসিসু অদুমক ঙাক্তবগী অচৌবা মমি তারি। মসিনা মরম ওইদুনা লাইচৎ অসি লমদম অসিদা হেনগৎলকপগী মরম অমসু ওইরম্বা য়াই। মতম শাংনা লোকদাওন তৌরুবা মতুং লোকদাউন লৌথোকখিবদগী ঙসি লৈবাক মীয়াম্না খজিক শ্বর হোন্দোক্লদুনা থবক শুবা-নোম্বা য়ারকপদগী হিংবদা শাফরবা হায়না খল্লি। অদুবু মণিপুরগী তোঙান-তোঙানবা মফমশিংদা লুহোং পান্থা ওইরকপা মরম্না লুহোংবগী থৌরম মফম খূদিংমক্তা পাঙথোক্লরিবা অসিদা কোভিদ-১৯গী চৎন-কাঙলোন ঙাক্তবগী থৌওং উরি। মসিনা লাইচৎ অসি অমুক্না হেন্না ষ্টেট অসিদা শন্দোরক্কদ্রা হায়বগী অকিবসু লৈ। মরম অদুনা তঙায়ফদনা লুহোং-খোঙদোংবগী থৌরম পাঙথোক্লবসু লৈবাক মীয়াম্না কোভিদ-১৯গী চৎন-কাঙলোন ঙাকমিন্নসি। মদুনা লৈবাক্কী য়াইফবা হায়বদু ওইগনি।

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 ৮।১২।২০২০ইং, লৈবাকপোকপা; হিয়াঙ্গৈগী ২৩নি পানবা।

মেষ : অয়াম্বা থবক্তা মতিং লৈনা থৌ পাংবা ৱাগনি অমদি নীংবা থুংলোই। নচাক নরল চৎনবগী মরম লাকই। হকচাংসু নুংঙাইবা ৱাৎলি। নক্লবা লোয়নৌ।
লৈশা পাখংশিংগী - ঈরাং পুগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/খোইদিং অমুবা।

বৃষ : মরুপ মপাংগা মরী ফবা ৱাৎলি অমদি লল্লোন ইতিক্তা খুৎচাও থাগনু। খুদক্কী ওইনা নাইতোম ৱারেপ লৌগনু-লম মাঙদুনা তোক্কনি। অথেংবদা কান্নগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

মিথুন : লাংতক্লবা অমদি য়েৎনবনা মাঙজবা লৈরবসু নচাক নরল চাওখৎপা, হকচাং নুংঙাইবা হেনগৎপা অমদি য়েক্লববু ঙমদুনা শেল-থুম ফংজগদবা নুমিৎনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কর্কট : ঙাঙ-শকপা অমদি পোরম শিন্দোকপসু হৈবা ৱাৎপা নুমিৎনি। ওজা গুরুনা তাকপা লৌরবদি খুরৌ থাংবা লৈরসু শেল ফংগনি অমদি মায় পাক্কনি।
লৈশা পাখংশিংগী - খাংবা কল্লু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

সিংহ : শেন্দোং তানবা থবক্তা নীংজবা থুংগনি অমদি অনৌবা থৌরমদগী হেন্না নুংঙাইজবা ফংগনি। অদুবু থবক্তা কল্লক য়েংথিবা লৈ - মীৱা থাজগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কন্যা : মীংচৎ ফংবা অমদি পাইরক্কী লৌশিং য়াম্না লৈবা নুমিৎনি। হনবা লৈতনা হোৎনবনা অফবা মফম কনবা ঙমগনি। ফিংবা অমদি হোয়া ফবদি তৌগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - হেন্না অশা তৌরুনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

তুলা : হায়দোকখিবা ৱা ঙাকপা ৱাবা অমদি নচাক নরলদা তাইনবা য়াবা নুমিৎনি। অয়েৎপদি হান্নগুম চেল্লি অদুবু অনীংবা থবক পাংগনি, শেল ফংজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা চানবী।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

বৃশ্চিক : অঙম্বনা চানবীরনি অমদি ওইজবা তানবগী লম্দা নীংবা খরদি থুংগনি। অদুবু হুরানবনা ইমুংদা তাথিবা অমদি য়েৎনবনা মাঙজবা লৈ-খাংবা কল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী - পূক্নিং ফাথৌ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/থোইদিং অমুবা।

ধনু : অনম তানবা চাদিং হেনগনি অমদি খূৎ চাওবনা নথক থোংবনা তাথিগনি। মরম চাদনা অশা চাওগনু। মীয়ামগী মতেং অমদি শেল-থুমদি ফংজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মকর : নথক থোংবনা চানবিগনি অমদি ঙাঙ শকপা হৈগনি মতম পুম্বদা থৌনা লৈবনা মফম কনবা ঙম্মী-কাউগনু। হকচাং নুংঙাইবা ৱাৎলি-খাংবা কল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক লৈতে।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/থোইদিং অমুবা।

কুম্বা : নীংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংজবা নুমিৎনি, নহৈ/ঙাঙ-শকপদা মায় পাক্কনি, শেন্দোং চাওনা ফংজগনি। খাংবা কন্দ্রদি অমদি হৈ-শিংবা শারদি কাইননি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংবৈ নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/য়াইঙং।

মিন : মীচং লৈরনি, মীয়ামগা মরী ফরনি অমদি খল্লুদবা কান্নবা খরসু ফংগনি। য়েক্লবনদি থবক্তা য়েংথিবা লৈ অমদি ৱাজাউ ঙাঙগনু-নত্রবদি অঙম্বগা মুক্লগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।