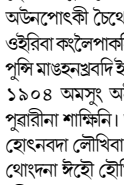

নুপী শুমাং লীলা অথোই-অহেন তান্নবগী অহৌবদা *থোংলেনগী অরোইবা মীকুপ* উৎখ্রে

নোমিতা খোংবান্তাবম

ইম্ফাল, মার্চ ০৮ (ঐচ এন এস): মণিপুর ষ্টেট শুমাং লীলা কাউন্সীলনা শীন্দুনা পাঙথোকপা শুমাং লীলা ফেষ্টিভেলগী শরুক অমা ওইনা নুপী শুমাং লীলাগী অথোই অহেন তান্নবা ঙসিদগী হৌখ্রে। অহৌবদা য়াঙম লৈরক নুপী লীলা এসোসিএসনগী *থোংলেনগী অরোইবা মীকুপ* উৎখ্রে।

কোনুং লম্পাক্তা লৈবা ইবোয়াইমা শুমাং লীলা শঙলেনদা পাঙথোকখিবা নুপী শুমাং লীলাগী অথোই-অহেন তান্নবগী অহৌবা নুমীৎতা উৎখিবা থোংলেনগী অরোইবা মীকুপ হায়না মিংথোনবা লীলা অসি বি জুগোলচন্দ্রনা ইবনি। লীলা অসিবু তাকপী-তম্বীবনা এম পুর্ণিমাসি লৈমনি। লীলা অসি য়াঙম লৈরক নুপী লীলা এসোসিএসন্না পুথোকপনি। পুংদা প্রনেশ্বরী অমসুং ঈশৈদা শিন্থোই চনুনি।

থোংলেনগী অরোইবা মীকুপ লীলা অসিগী ৱারীদা মোইরাং কংলৈরোলগী মনুংদা মোইরাং নিংথৌ লাইজিংখু তেলহৈবনা পানবা মতমদা থোকখিবা থোংলেন, চাওবা মিংগৌদা মোইরাং লৈঙাকপদা য়াওদুনা চাদা নাওদা শন্দোকখিবগী পুৱারীদা য়ুম্ফম ওইবা অমসুনি। চীংঙু থাংজিংগী কুম্হ্নে মপুং ফাননবা হায়দুনা কৌব্রু, থাংজিং অমসুং নোংপোক অচিবা অহুম্না লাংওন্দুনা তাইবং মীওইববু শন্দোক্ল বগীদমক্তা লাংওন ওইনা শাফোংবা লীলানি।

অৱাং কৌব্রু অসুপ্পনা তাইবংদা ককয়েন মিংগৌদুনা ৱাঙ্খে পানাদা শাফোংলকখি। খুল্লোন্নবদা লৈবী কৈশিরেন্বী মিংগৌবীগা নুংশি খোঙলোয় ওইমিন্নদুনা মচানুপা অমা ফংজখি। কৈশিরেন্বী অমসুং মপারী খক্তা লৈহৌবা ককয়েন অথৌবনা লেপ্লে ঙা ফাবা, শা তানবা চৎখ্রিঙৈদা য়াইস্কুল পানাদা য়াওবা লাল্লোই তরেৎকী অহল লাল্লোইহলনা কৈশিরেন্বীবু হাৎপীখি। মসিগী মরম্না কৈশিরেন্বীবু পামজবা, লৌজগে খল্লগা কৈশিরেন্বীনা য়াখিদবা অমদি ককয়েন অথৌবগী পাঙ্গনবা অমদি মথৌনা লম্বা লৈতববুসু কল্লকপা ওইবদগী কৈশিরেন্বীদা তায়নবনি হায়না লৌরবসু য়াই।

ককয়েন অথৌবদি কৌব্রু অসুপ্পগী শায়োন, লাংওন ওইনা লাকখিবা মরম্না কনানসু মুন্না খঙদবা, খঙলবসু তাইবং মীগী ওইবা মীৎয়েংদা লৈবনি। কৈশিরেন্বীগী থৱায় য়াওদ্রবা হকচাংনা লৈমায়দা তাদুনা লৈরম্বদা নত্তনা লাল্লোই হঞ্জবনা ককয়েনবু য়াইবী লৌননবা ঙাইদুনা লৈরম্বদগী লাল্লোই হঞ্জববু য়াইবী লৌখি। মসিদা লাল্লোই তরেৎমক্না লৌতুনবদা য়াওই হায়দুনা লাল্লোই তরেৎকী য়াইবী লৌবদা অমদি চেংখিবদগী খোঙ্গুল লীরকখিবনি।

লালোইতোন লৌথিবদি মোইরাং নিংথৌগী লোয়নবী লৈমরেন্বীদা চঙজদুনা খুমন পুরেন্বগী মরাংয়াইদা থুপ্পুনা লৈখি। মসি খঙলকপদগী পুরেন্বগী মনাক্তা লালোইতোন লৌথিববু পীয়ু হায়বদা পীরক্ত্রে। ককয়েনগা পুরেন্বগা চাইনরমদাইদা মোইরাং নিংথৌ লাক্তুনা ৱাতেল্লরে। লালোইতোন লৌথিবগী থৱায় নীজবদা ককয়েননা য়াখ্রে। অদুবু ককয়েনগী শরি ৱাশক্কী থাঙলেনদি হঞ্জিনবা য়াদবা মরম্না থাংজিংনা শায়োনবা কৌজেংদা থৱায় লৌরগা শরুবা হোৎনবদা পুরেন্বগী থৱায় চোংশিল্লকখ্রে। মসিনা মরম ওইরগা পুরেন্বনা মচানুপা পোকপদা য়াইবী লোইরে হায়খি।

অসুম্না নুংশি-চান্ননা লৈমিন্নদুনা মোইরাং লৈবাক্কী ৱায়েল থৌদা অমসুং মপাঙ্গল কনবা মোইরাং লমদম ওইহন্নবগীদমক ককয়েন অমসুং লৌথিববু মোইরাং নিংথৌনা লৌশিন্দুনা ফম্নাইবা ওইহনখি। ককয়েন অথৌবনা থোংলেন অমসুং লালোইতোন লৌথিবনা চাওবা মিংগৌ পীদুনা ৱায়েল চুপ্পি পায়হনখি। ককয়েন অথৌবগী মচানুপাবু চাওবদা মচা শরুক য়োকহন্দুনা ফৈরোইজাম্বা মিংগৌদুনা থমখিবগা লোয়ননা কৌব্রু, থাংজিং অমসুং নোংপোক অচিবগী কুম্হ্নে লোইশিল্লবা লীলা ওইখি।

লীলাগী ওইবা মীৎয়েং নুপী লীলা ওইরবসু লীলা য়েংলিবশিংগী থম্মোয় চিংশিন্না য়েংহনবা লীলা ওইখি হায়না লৌগনি। নুপী লীলাগী ফেষ্টিভেল ওইজরবসু লীলা য়েংবা লাকপা মীয়াম হেনগৎনা ইবোয়াইমা শুমাং লীলা শঙলেনদা তীনখিবা অসিমক ফেষ্টিভেলগী মশক থোকপা অমনি। খম্নুদা থোংলেননা ৱারী লীবা লীলাগী মপুথোক্লি।

লীলা অসিদা শক্তম লাংখিবশিংদা নুপাগী শক্তম ওইনা মোইরাং নিংথৌদা ইরেংবম শিন্থোই চনু, ককয়েন অথৌবদা অহৈবম শান্তিবালা, পুরেন্বদা শগোলশেম বিমোলা, লাল্লোই অহলদা বাচস্পতিময়ুম ললিতা, লাল্লোই লৌথিবদা এন শান্তি, লাল্লোই মনাওশিংদা গুনিতা, প্রনেশ্বরী, সুস্মানা শক্তম লাংখি। নোংপোক নিংথৌদা কে ঐচ মেন্মী, থাংজিংদা ওইনাম অঙৌবী অমসুং খম্নুগী মচাদা পোৎশংবম হেন্থোইনা শক্তম লাংখি।

নুপীগী শক্তমদা মোইরাংগী লৈমরেন্বীদা সনসম মেনকা চনু, কৈশিরেন্বীদা অকোইজম রেবিকা, খম্নুদা ইঙুদম সুন্দরি অমসুং কৈথেল্লাকপীদা মেমচানা শক্তম লাংখি।

নুপী লীলাগী অথোই-অহেন তান্নবগী নীনি চনবা মার্চ ৯গী নুংথিল পুং ১ তাবদা অহানবা লীলা মৈতৈ লৈমরোল আর্ট পর্ফোমিং সেন্টরগী *পিদোন্নু* উৎকনি। অদুগা অনীশুবা লীলাদা দি থাংজিং আর্ট এন্দ কলচর একাদেমীগী *খম্নুং য়াইদিং কোনু* উৎকনি।

---

৩ লৌশিং পুক্কে

নুংথিল ঙাইহাক তূম্বনা

পূক্নীং ৱাখলগী মথৌ হাপকৎপা ঙমই– করিগীনো?

নুংথিল তূম্বা হায়বসি মীয়াম্না থীনা ঙাঙনৈ অমদি ফত্তনা খন্নৈ। মীওই খরনদি নুংথিল তূম্বা অসিবু অতনবা, মশা শোনবা, নৎত্রগা হকচাং ঙমদবগী খুদম ওইনা লৌনবসু য়াওই।

অদুবু অনৌবা ষ্টদি অমগী মতুংইন্নদি নুংথিল ঙাইহাক তূম্বনা চহী ৬০ হেল্লবা মীওইশিংদা পুক্নীং-ৱাখলগী মথৌ হাপকৎপা ঙমই হায়রি।

রিসার্চরশিংগী মতুংইন্না, কোগ্নিটিভ টেষ্ট অমদা নুমিৎয়ুংবা মতুংদা ঙাইহাক তূম্বা অহলশিংনা তূমদবা অহলশিংদগী স্কোর ৱাংবা হেনখি হায়রি।

জেনরেল সাইক্যাট্রি জর্নেলদা পব্লিস তৌরকখিবা ষ্টদি অদু চাইনাগী শংহাই মেন্টল হেল্থ সেন্টর অমসুং শংহাই জিয়াউ টোং য়ুনিভর্সিটিদা লৈবা অলজাইমর'স দিজিজ এন্দ রিলেটেদ দিসওর্দর্স সেন্টরগী ডা. লিন সুননা লুচিংখি। ষ্টদি অদুনা চাইনাগী অচৌবা সিটিশিংদা লৈবা মশাগী চহী ৬০ হেল্লবা মীওই ২,২১৪গী ফিজিকেল অমদি কোগ্নিটিভ হেল্থ য়েংশিনখি। হায়রিবা মীওইশিং অসিগী মনুংদা ১,৫৩৪না চাং নাইনা নুংথিল তূম্বা অদুগা ৬৮০না তূমদবা মীওইশিংনি।

নুংথিল চাং নাইনা তূম্বা মীওইশিংনা মিনি মেন্টল ষ্টেট এগজাম (এম এ এস ঈ) কৌবা ষ্টেন্দর্দাইজ দিমেন্সিয়া স্ক্রিনিং টেষ্ট অমদা স্কোর য়াম্না ৱাংই হায়বা ওবজার্বেসনেল ষ্টদি অদুনা থেংনখি। স্ক্রিনিং টেষ্ট অদুদা ভিজুওস্পেশল স্কিল, এটেন্সন স্পান, প্রোব্লেম-সোল্ভিং, ৱর্কিং মেমোরি, লোকেসনল এৱেয়ের্নেস, অমসুং ভর্বেল ফ্লুএন্সিনচিংবগী এসেসমেন্টশিং য়াওরি।

ষ্টদি অদুগী মতুংইন্না নুংথিল তূম্বা মীওইশিং অদু অকক্নবা অকোনবগী কেটগরি অহুম অসিদা নীংথিনা পর্ফোম তৌখি হায়রি।

আইয়রলেন্দদা লৈবা জেভো হেল্থকী ৱেলবিং দিরেক্টর দেভিনা রামকিসুননা হায়খিবদা, তূম্বনা ঐখোয়গী তম্বা ঙম্বগী কেপাসিটিদা য়াম্না কান্নহল্লি। নুংথিল ঙাইহাক তূম্বনা ঐখোয়গী ব্রেনবু মপাঙ্গল শোন্থরকপা অমদি ইনফোর্মেসনশিং ওভর্লোদ তৌরুবদগী রিকোভর তৌই। অনৌবা ইনফোর্মেসনশিং লৌশিন্নবগীদমক ব্রেনগী টেম্পরেরি ষ্টোরেজ এরিয়াশিংদগী কান্নদবা ইনফোর্মেসনশিংবু ব্রেননা শেংদোকপগী থবকশিং ঐখোয়না নুংথিল ঙাইহাক তূল্লিঙৈ মতমদা পাঙথোকই।

ষ্টদি অদুগী মতুংইন্না নুংথিল তূম্বা হায়বদি অয়ুক্কী চাক্লেন (লঞ্চ) মতুংদা মতম অমা হেক্তদা য়ামদ্রবদা মিনিট ৫ লেপ্তুনা তূম্বা অদুবুনি, অদুগা য়াল্লবদা পুং অনীদগীদি হেল্লোইদবনি।

নুংথিল তূম্বা মীওইশিং অদুদা চয়োল অমদা কয়াম তোয়না তূম্বগে হায়না হংখিবদা চয়োল অমদা অমুরক তূম্বদগীনা নুংতিগী তূম্বা ফাওবনা পাউখুম ওইখি।

ষ্টদি অদুগী অশোনবা অমা হায়রগদি রিসার্চরশিং অদুনা পার্টিসিপেন্টশিং অদুদা অমুক তূম্বদা কয়াম শাংনা তূম্বগে অমদি করম্বা মতমদা তূম্বগে হায়বদি হংখিদবা অসিনি।

য়ু এসকী সেমনস স্লিপ সেন্টরদা স্লিপ কোচ কেথরিন হোলনা হায়, হকচাংদা কান্নবা মওংদা নুংথিল তূম্বগী মতম অসি নুংথিল পুং ১দগীনা ৩ ফাওবগী মনুংদা মিনিট ১০দগী ৩০ ফাওবা তূমগদবনি।

নুংথিল ঙাইহাক তূম্বা হায়বসি মুদ, ইনর্জি অমসুং প্রদক্টিভিটি ফগৎহন্নবগীদমক য়াম্না ফৈ, অমদি এঞ্জাইটি অমদি ফিজিকেল অমসুং মেন্টল টেন্সনসু হন্থহল্লি হায়বসি ইভিদেন্সশিংনা তাকই।

করিগুম্বা ঐখোয়না খজিক্তং শাংথনা নুংথিল তূম্বা ঙম্লবদি, খুদম ওইনা মিনিট ৬০গুম্বা, মসিমুক শাংনা নুংথিল তূম্লবদি তম্বা (লর্নিং)দা তশেংনা মতেং পাংই হায়না ইভিদেন্সনা সজেষ্ট তৌই। হায়রিবা খরা শাংথনা তূল্লিঙৈ মনুং অসিদা ব্রেননা মেমোরিশিংবু হিপোকেম্পস (ইনফোর্মেসনশিং টেম্পরেরি ওইনা থম্ফম)দগী কোর্টেক্স (পর্মেনেন্ট ওইনা লৈফম)দা ট্রান্সফর তৌবা হৌগনি হায়নসু হোলনা মখা তারি।

অদুবু নীংশিংগদবা ৱাফম অমদি, নুংথিল তূম্বা খুদিংমক হকচাংদা কান্নৈ হায়বদি নত্তে। স্লিপ মেদিসিন স্পেসলিষ্ট অমা ওইবগা লোয়ননা SleepFoundation.org গী মেদিকেল রিভিয়ু পেনেলগী মেম্বরসু ওইরিবা ডা. অভিনাব সিংহনা হায়খিবদা, নুংথিল তূম্বনা পুক্নীং-ৱাখলগী মথৌ হাপকৎলি হায়না ষ্টদি কয়ানা উৎলবসু, মসিনা চহী য়ামশিল্লকপগা লোয়ননা কোগ্নিটিব দিক্লাইন তৌরকপবুদি থিংবা ঙম্বরা হায়বগী মতাংদদি ময়েক শেংনা খঙদ্রি।

নুমিৎয়ুং মতুংদা ঙাইহাক্তং (মিনিট ৩০দগী হেন্দনা) তূম্বনা মীওই খুদিংমক্তা কান্নবা ফংহনবা ঙমই। অদুবু শাংথনা তূম্লবদি খুদোংচাদবা থোকহল্লি।

করিগুম্বা ঐখোয়না নুংথিলদা শাংনা (পুং ১দগী হেন্না) তূম্বগী থৌওং য়াম্না তোয়না চখরবদি, মদু নুমিদাংগী মতমদা তূম্বগী চাং নৎত্রগা কোয়ালিটি অদু মতিক চাদ্রে হায়বগী সিগনেল অমা ওইবা য়াই। তূম্বগা মরী লৈনবা দিসওর্দর কয়ানা ঐখোয়গী তূম্বগী কোয়ান্টিটি অমসুং কোয়ালিটিদা অকায়বা থোকহনবা য়াই। তূম্বগী অফবা হেবিট লৈতবনসু ওইবা য়াই। স্ক্রিন শীজিন্নবা, অঙানবা মঙাল অমদি থবক শূবগী মতম শাংবনসু ওইবা য়াই হায়নসু মহাক্না মখা তারি।

ফন্দ লান্না শীজিন্নখিবগী মতাংদা এক্সন লৌখৎত্রবদি খোঙজং চঙশিল্লগনি : এম পি আর এফ এম

ইম্ফাল, মার্চ ০৮ (ঐচ এন এস): ওটোনোমস দিষ্ট্রিক্ট কাউন্সীল (এ দি সী)শিংদা ১৪শুবা ফাইনান্স কম্মিসন্না পীখিবা শেনফম লান্না শীজিন্নখিবগী মতাংদা লৈঙাক্লা মতিক চাবা এক্সন লৌখৎত্রবদি মীয়ামগা লোয়ননা দেম্মক্রেটিক ওইবা খোঙজং কয়া চঙশিল্লগনি হায়না মুভমেন্ট ফোর পিপলস রাইটস ফোরম মণিপুর (এম পি আর এফ এম)না ফোঙদোরক্লি।

ফোরমনা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়, চীংগী দিষ্ট্রিক্ট ১০দা ইনফ্রাষ্ট্রকচর শেমগৎ-শাগৎনবগীদমক ১৪শুবা ফাইনান্স কম্মিসনগী মখাদা লুপা ক্রোর ১৪৩.৭৭ থাদরকখি। অদুবু মখল অমত্তগী থবক পায়খৎতনা য়াল্লবা শেনফম অদু অরানবা মওংদা শীজিন্নখ্রে। এ দি সী উখ্রুলগী চেয়রমেন অমসুং চীফ এগজিক্যুটিভ ওফিসরনা হীরম অসিগী মতাংদা মতিক চাবা পাউখুম পীবা ঙমদ্রে। মরম অদুনা হীরম অসিগী মতাংদা ষ্টেট লৈঙাক্লা থিগৎলগা মীয়ামগী লন অরানবা মওংদা শীজিন্নখিবগা মরী লৈননা অচুম্বা ৱাফম পুথোক্কদবনি। মরাল লৈবা মীওইশিং লোগী মতুংইন্না বুক তৌগদবনি। লায়রবা মীয়ামগী শেনফম লান্না শীজিন্নবা য়ারোই হায়না প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদিনা ফোঙদোকখিবা ৱাফম অদু থবক্তা ওন্থোক্কদবনি। করিগুম্বা লৈঙাক্লা অরানবা তৌবশিংগী মথক্তা মতিক চাবা এক্সন লৌখৎত্রবদি ফোরম অসিনা মীয়ামগা খুৎশম্নদুনা মখল মখা কয়াগী দেম্মক্রেটিক ওইবা খোঙজং চঙশিন্নবা শেম-শারে হায়না চেরোল অসিনা মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

সী আর পি এফ পর্সনেল ১৬১দা ভেক্সিন কাপখ্রে

ইম্ফাল, মার্চ ০৮ (ঐচ এন এস): কম্পোজিৎ হোস্পিটাল, সী আর পি এফ ইম্ফালদা ঙসি কোভিদ-১৯ ভেক্সিনেসন দ্রাইভ অয়ুক পুং ৬তগী নুংথিল পুং ৫ ফাওবা চথখ্রে।

দ্রাইভ অসিদা ফ্রন্টলাইন ৱর্কর ওইরিবা মণিপুর অমসুং নাগালেন্দ সেক্তর সী আর পি এফকী পর্সনেল ১৬১দা কোভিদ-১৯গী ভেক্সিন কাপখি হায়না কম্পোজিৎ হোস্পিটাল সী আর পি এফ ইম্ফালগী মেদিকেল সুপরিন্টেন্দেন্টনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

থাগৎপা ফোঙদোরক্লি

ইম্ফাল, মার্চ ০৮ (ঐচ এন এস): ঈংনা চিক্লা লৈবা পামজবা ইরমদম অসিগী লৈবাক মপু ওইরিবা চীফ মিনিষ্টর এন বিরেননা সনামহী টেম্পল বোর্দকী প্রসিদেন্ট ওইরকপদা মহৌশা কনবা লূপনা তরাম্না ওকপগা লোয়ননা হায়নিংঙাই লৈতনা থাগৎপা ফোঙদোকচরি। অচুম্বা মায়ওনদা, অফবা লন্বীদা, চাউখৎ থৌরাংদা বোর্দ অসিগী অৱাৎ-অপা খূদিংমক মপুং ফানা য়েংশিনবীরক্কনি হায়না থাজবা থমজরি হায়না মহৌশা কনবা লূপকী প্রসিদেন্ট দোদো লুৱাংনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

মাইচৌ নীংশিং নুমীৎ পাঙথোক্লগনি : উকল

ইম্ফাল, মার্চ ০৮ (ঐচ এন এস): উমংলাই কনবা অপূনবা লূপ (উকল)না শীন্দুনা লাক্লিবা মার্চ ১৪দা মাইচৌ নীংশিং নুমীৎ থৌরম পাঙথোক্লগনি হায়না উকলগী জেনরেল সেক্রেটরি মোইরাংথেম জিলাঙম্বনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, লমদম অসিদা পোকখিবা লাইওইখ্রবা মতিক ময়াই চাউবা মাইচৌশিংনা লৈবাক অসি ঙাকপদা, ইনাৎ লাইনিং য়োকখৎপদা অমদি খুন্নাইগী চাউখৎ থৌরাংশিংদা লৌরম্বা মপাল নাইদ্রবা থৌদাং কয়া নৌহৌননা নীংশিংদুনা অনৌবা মীরোলশিং অসিদা ইরৈবাক ইরমদম অমদি ইফুরুপকী শক্তমবু নুংশিবগী ৱাখল্লোন কয়া হাপ্পীবগী মথৌ য়াম্না তারক্লি। চীঙু মাইচৌশিং অদুগী ৱারী-ৱাখোঙশিং, মখোয়গী তোপ-তোপ্পা মতিক ময়াইশিং অদু কুপ্না নৈনদুনা সনা কোনুংদা লৈরিবা মাইচৌগী লোয়শঙ অমসুং অতৈ লোয়শঙশিংবু হেন্না মপাঙ্গল কনবা অমদি মতমগা চুনবা ইনাৎ লাইনিং য়োকখৎফম ওইহন্ননবগী পান্দমদা মার্চ ১৪দা মাইচৌ নীংশিং নুমীৎ থৌরম অসি পাঙথোক্কদৌরিবনি।

উত্রা শঙলেন সনা কোনুংদা চহী খূদিংগী পাঙথোক্কদৌরিবা থৌরম অসিদা সনা কোনুংগী মাইচৌ পুরেল ওইবীরম্বা লাইওইখ্রবা মাইস্নাম অপাবী লুৱাংগী মিংদা লেকচর সেরিজ অমসু পাঙথোক্কনি। ইনাৎ লাইনিংগীদমক কখোকপা অমগা লোয়ননা চাউখৎ থৌরাং কয়া পায়খৎলিবা মীওই অমদা চহী খূদিংগী ওইনা কৎচগদবা 'মাইচৌ মাইস্নাম অপাবী নীংশিং মনা'সু নুমীৎ অসিদা লান্থোকচগনি। ইবুধৌ পাখংববু খুরুমজদুনা থৌরম অসি মায় পাক্লা পাঙথোকমিন্ননবা খ্বাই মীয়ামসু লেংবীরক্তুনা শরুক য়াবীয়ু অমদি অঙম্বা মতেং পাংবীয়ু হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

লাইময়ুম রঘুমনি বি জে পি মণিপুরগী ফাউন্দরনি, ঐখোয়গী লুচিংবনি : মৈনম ভোরোত

ইম্ফাল, মার্চ ০৮ (ঐচ এন এস): লাইময়ুম রঘুমনি বি জে পি মণিপুরগী ফাউন্দরনি, ঐখোয়গী লুচিংবনি হায়না বি জে পি মণিপুর প্রদেশকী হান্নগী প্রসিদেন্ট এক্স-এম এল এ মৈনম ভোরোতনা ফোঙদোকখ্রে।

উরিপোক কেন্দ্র ৱেলফ্যের এসোসিএসন্না শীন্দুনা উরিপোক য়াম্বেম লৈকায়দা পাঙথোকখিবা লাইময়ুম রঘুমনি লৈখিদবগী ১১শুবা কুমওন থৌরমদা মথক্কী ৱাফম অসি এক্স-এম এল এ মৈনম ভোরোতনা ফোঙদোকখিবনি। মহাক্না হায়খি, রঘুমনি মণিপুরদা রাষ্ট্রিয়া সোয়মসেবক সঙ্ঘ (আর এস এস) লিংখৎনবা হোৎনবদা অচৌবা থৌদাং লৌখিবা অমসুং খুৎমাবা মীওই অমনি। মণিপুরদা কস্কর কুলকরনি লাক্তুনা আর এস এস লিংখৎনবা থবক তৌরকখিবা মতম অদুদা লাইময়ুম রঘুমনিনা ইহান হান্না থৌদাং লৌখি। রঘুমনি ওজা অমা ওইনা আর এস এসকী ৱাখল্লোন পামজনা থবক তৌখিবনা ঙাংনখিবা, খাগি খোঙ্গ্রাও অককপা শেৎলগা মসিগী ৱাখল্লোন শন্তে দাকপা হৌরকখিবা লুচিংবনি। মসিগী মতুং ইন্দিয়াদা ইমর্জেন্সি লাউথোকখ্রবা মতুং সঙ্ঘনা অনৌবা পোলিটিকেল পার্টি অমা শেমগৎনবা হোৎনরকপদসু লুচিংবা অমা ওইনা শরুক য়াখি। মসিনা মরম ওইরগা মণিপুরদা বি জে পি লিংখৎলকপদসু মঙোন্দা ইহান হানবা ওইনা থবক শীন্নরকখি। লোয়ননা বি জে পি মণিপুরগী ইহান হানবা প্রসিদেন্টসু মহাক্না ওইখি। মহাক্না পার্টি অসিবু মপুং ফাবা পার্টি অমা ওইহন্ননবা হোৎনবদা নীংথিনা ওর্গনাইজ তৌখি। রঘুমনি বি জে পি মণিপুরগী ফাউন্দর ওইবদা নত্তনা পার্টি অসিগী লুচিংবনি হায়না মহাক্না মখা তানা ফোঙদোকখি।

থৌরম অদুদা উরিপোক কেন্দ্র ৱেলফ্যের এসোসিএসনগী প্রসিদেন্ট রোমেন কুমার, প্রোফেসর এন জয়কুমার, আই এম সীগী হান্নগী চেয়রপর্সন ওইরম্বী আর কে রানিসনা, বি জে পি মণিপুরগী হান্না ভি পি ওইরম্বা ইবোহল, উরিপোক মন্দলগী প্রসিদেন্ট টি জিতেন, ফাউন্দর মেম্বর য়ুমজাও অমদি এল অম্বিকুমারনা মথংশিংনা প্রসিদেন্ট অমসুং গেষ্ট ওফ ওনরশিং ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরম অদুগী শরুক অমা ওইনা মীয়াম্না লৈখিদ্রবা লাইময়ুম রঘুমনিগী ফোটোদা হৈকৎ-লৈকৎ তমদুনা ঈকায় খুম্নবা উৎপগা লোয়ননা মিনিট ২ তুমীন্না লেপ্তুনা অৱাবসু ফোঙদোকখি।

ৱেবিনার পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, মার্চ ০৮ (ঐচ এন এস): দিপার্টমেন্ট ওফ বাইও টেক্নোলোজি, গভর্ণমেন্ট ওফ ইন্দিয়াগী মখাদা ইনষ্টিট্যুট ওফ বাইও রিছোর্সেস এন্দ সষ্টেনেবল দিভলপমেন্ট ইম্ফালনা ইন্টরনেসনল ৱিমেন্স দে থৌরমগা মরী লৈননা ৱেবিনার অমা পাঙথোকখ্রে। ৱেবিনার অদুদা মণিপুরগী শক্লাইরবী নুপী কয়ানা তোঙান-তোঙানবা হীরমশিংদা ৱা ঙাংখি।

নেসনলক কম্মিসন ওফ ৱিমেন, গভর্ণমেন্ট ওফ ইন্দিয়াগী এক্স মেম্বর সোসো সৈজানা মেন ফোর ৱিমেন, মণিপুর য়ুনিভর্সিটিগী লাইফ সাইন্সেসকী হান্নগী দীন প্রোফেসর জি এ শান্তিবালানা কন্ট্রিব্যুসন ওফ ৱিমেন সাইন্টিষ্ট ইন সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজি, দিষ্ট্রিক্ট এন্দ সেসন্স জজ এ নৌতুনেশ্বরীনা ক্রাইম এগেনষ্ট ৱিমেন এন্দ ইটস লিগেল রিমিদিস অমসুং মণিপুর ষ্টেট কম্মিসন ফোর ৱিমেনগী হান্নগী চেয়রমেন ডা. সী ঐচ য়ামিনিনা ৱিমেন ইম্পৱারমেন্ট-ৱিমেন এজ এ ফোর্স টু চেঞ্জ হায়বা হীরমশিংদা ৱা ঙাংখি।

আই বি এস দি ইম্ফালগী দিরেক্টর প্রোফেসর পুলোকুমার মুখর্জীগী মীৎয়েং মখাদা পাঙথোকখিবা ৱেবিনার অদুদা আই বি এস দি ইম্ফাল অমসুং অৱাং নোংপোক্কী তোঙান তোঙানবা সেন্টরশিংদা থবক তৌরিবা মীওই ২০০ রোম্না শরুক য়াখি হায়রি।

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাম্লি

নুপীগী নুমীৎনা লাকপদা মণিপুরগী চনুরা কয়াগী ফীভম ফগৎনবা লৈঙাক্লা থৌশিল লৌখৎহন্নিংই

মালেমদা লৈরিবা নুপীশিংবু ওৎপী-নৈবিবগী থাক হন্থহন্নবা অমদি নুপীশিংদা থৌনা পীনবগী পান্দমদা চহী খূদিংগী মালেম শিনবা থুংনা মার্চ ৮দা ইন্টরনেসনল ৱিমেন্স দেগী থৌরম পাঙথোক্তুনা লাক্লি। ঙসি মণিপুরদা নুপীনা নুপীবু ওৎপীবা, নুপানা নুপীবু ওৎপগী চাং হেনগৎলক্লি। নৌজরিবি নুপী কয়াগী ইকায়খুম্নবা মাঙহন্নবা হোৎনরকপা, অউনপোৎকী চৈথেংনা হু থকপা অমদি থৌরি য়ান্দুনা শিবা কয়ানা লৈতেং ওইরিবা কংলৈপাকনি। মমা ওইরক্দৌরিবা নুপী ওইবি কয়াগী পুন্সিবু লমখাংদা পুন্সি মাঙহনখ্রবদি ইরমদম কংলৈপাক অসি করি ওইগনি। অহানবা নুপী লান ১৯০৪ অমসুং অনীশুবা নুপালান ১৯৩৯দা নুপীগী থৌনা কংলৈপাক্কী পুৱারীনা শাক্ষিনি। আর্ম ফোর্সেস স্পিসিএল পাৱর এক্ট ১৯৫৮ হন্দোক্নবা হোৎনবদা লৌখিবা ইরোম চনু শর্মিলা অমদি কংলাদা ইমা কয়ানা মশাদা ফি থোংদনা ঈহৌ হৌখিবা অদু থৌনা লৈতে হায়গদৌরিব্রা? মালেমগী নুপীগী নুমীৎনা লাকপদা মণিপুরগী চনুরা কয়াগী ফীভম ফগৎনবা লৈঙাক্লা থৌরাং-থৌশিল পায়খৎহন্নিংই। নুপীবু বলিগী হামেং ওইহনবিগনু অমদি সিক্যুরিটি ফোর্সকী খুৎতা তাহনবিদনবা হোৎনবিয়ু হায়জরি।

❒ বিমোলা চনম, মালোম তুলিয়াইমা

করম্বা মফমদা অমদি কদাইদা গাড়ি পার্ক তৌবনা অতোপ্পা মীওইদা অয়েৎপা পীরোইদগে খন্থমিন্নসি

ইশা-ইশানা থৌরিবা গাড়িশিং কদাইদা পার্কিং তৌগনি অমদি কদোমদা পার্কিং তৌরগনা অতোপ্পা মীওইশিংদা অপন-অয়েৎ থোক্লোইদগে হায়বা ঐখোয় পূম্নমক্না খন্থমিন্নবা চঙলি। শুপ্নগী লৈঙাক্লা অমদি মরি লৈনবা দিপার্টমেন্টশিংনা শিল্লকপা ঙাইবা খক্তনা ওইথোকপা ৱাগনি। মখোয়না ফনা ফজনা করিগুম্বা শিল্লকপা তারবসু ঐখোয় মীয়াম্না মদুবু ঙাক্লা চৎত্রবদি করিসু কান্নবা লৈরোই। চাওখৎলপা লৈবাকশিংদা চৎনরিবা চৎন-কাংলোনশিং হঙ্গৎনা য়েংবা অমা মথৌ তারি। চাওখৎপা হায়বসি লৈঙাক খক্তনা থবক তৌবনা ঙম্লোই। লৈবাক অদুদা লৈরিবা মীপুম খূদিংমক্না ইশা-ইশাগী ৱাখল খরদং ওইরবসু থাদোক্লগা ইরমদমগীদমক পুকচেল শেংনা খন্থমিন্নবা চঙই। য়াম্না লুরিবদি চিনদা ফজ-ফজবা ৱাফম কয়া ফোঙদোক্লুরবসু লুপা তরা পীবা ফদিগোম মপুন অমা লৈনবগীদমক থৌরিবা গাড়ি অদু ফদিগোম য়োল্লিবা পোৎফম তান্না থৌজিন্নরিবা অমদি মী চিল্লিবা লন্বী অদুদা গাড়ি খামজিল্লগা থমজিনবা ঙম্বা ৱাখল্লোল অসিনি। অসিগুম্বা ৱাখল্লোল অসি ঐখোয় পূম্নমক্না থাদোকমিন্নদুনা মতৌ করম্না লমদম অসি চাওখৎপা ফীদমনিংঙাই ওইবা ষ্টেট অমা ওইবা হোৎনসিগে হায়বদু ৱাখল চুঙশিনমিন্নসি হায়জরি।

❒ ৱাংখৈরাকপম মায়পাক, নোংমৈবুং পুং মখোং

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 ০৯। ০৩। ২০২১ ইং, লৈবাকপোকপা;
ফাইরেলগী ২৬ নি পানবা।

মেষ: নকন্থিনা নরল মাংহনজবা য়াবা লৈ, তপথৌ। অতৈ লমদদি চাওনা মাই পাক্কনি, মরুপকী মতেং ফংগনি, য়েৎনরম্বা কোকচগনি, থাগৎপিগনি।
লৈশা পাখংশিংগী-নিংজবা থুংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃষ: পন্দুনা লৈরম্বা শেল থুমগী লমদা নুংঙাইজগনি, অচুম্বনা লাকচগনি। হুদৈ চেকশিল্লু অমদি অঙম্বনা য়ানবা চৎপা ফগনি। ৱানোম থৌনোমদি কান্নরোই।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফবা ৱাগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিথুন: থাজদনা নক্নবনা খুদোংচাবা লৌথিনি অমদি অনম তানবা য়াদবা নুমিৎনি। মীয়ামগা লোইনবা পাম্বা অমদি মখোইদগীসু মতেং ফংবা য়াবা লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কর্কট: নিংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংগদবা নুমিৎনি। অকিবা লৈতনা নথৌনা ফুদোক্লা শেন্দোং তানবা য়ারনি। লেংদবা লনদি চেকশিল্লু। নাইতোম ৱা তুপকনু।
লৈশা পাখংশিংগী-নুংশিবা ফংবৈ নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

সিংহ: মীচং হেনগৎকনি অমদি অশা চাওবগী কান্নবা ফংগনি। মীংচৎ ফংগনি, য়েনরম্বা কোকচগনি অমদি থি-হুম্বগী কান্নবসু ফংজগনি। ঙাংশকপা হৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী-নুংশিবা ফংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কন্যা: হেন্না অশা চাওগনু অমদি ফংবা য়াবা পনগনি। মরৌ চাওবনা অঙম্বদা লান্না পাউথোকপিবা লৈ, চিন য়াওগনু। মীয়াম্নদি য়াই, নরল চাওখৎপসু লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

তুলা: হকচাং নুংঙাইজবা, মীরক চংলগা হেন্না নুংঙাইজবা নুমিৎনি। মীকোক থোংবা ৱাগনি অমদি নাপল তৌবনা নচা ননাই ময়েং তাগনি। তপথখো।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশি মরিদি ফরি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃশ্চিক: মাই পাক্কনি অমদি মীংচৎ ফংলনি অমদি ঙাং-শকপা হৈগনি। পোরম য়াৎপসু হৈগনি। হকচাং নুংঙাইবা ৱাৎকনি। অচম্বা চাও অমদি য়েক্লবনা তাথি।
লৈশা পাখংশিংগী-নিংবা মপা চাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

ধনু: থাজদবা ওইজ-ওইথক ফংগনি, লম চৎপা কান্নগনি অমদি মরুপকী মতেংদগী নচাক নরল চাওখৎকনি। মীনু চংবা লেপতে কাওগনু, খাংবা কল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী-পাউ নুংঙাইবা তাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

মকর: হরাওবা, নুংঙাইবা, শেল থুম ফংবা য়াবা অমদি কান্নবা য়াম্না ফংজবা নুমিৎনি। অনম তাল্লদি মী খৎনবা অমদি শেল মাংবা য়াবা লৈ, তপথৌ।
লৈশা পাখংশিংগী-ৱাখল নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কুম্বা: কোক শাবা অমদি নাইতোম ৱারেপ লৌফম খংদবা নুমিৎনি। তপথবনা অমদি ফিংদবনা য়াইফগনি। অচম্বা চিঙ্গাক চাও। অনৌবা থৌরম পাইগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- মতাং চাদে।
থৌনি পোৎলম : লৈ /চিনি অঙাংবা।

মিন: শেল ফংগনি, মীচং হেনগৎকনি অমদি মরুপ মপাংগী মতেংনা কান্নবা হেন্না ফংগনি। য়েৎলম্বা কোকপগী নুংঙাইবা লৈগনি অমদি অঙম্বনা চানবীগনি।
লৈশা পাখংশিংগী-লাইবক ফরনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।