ফেক এনকাউন্টর কেসকী প্রোজিক্যুসন সেঙ্কসন পীয়ু য়াদ্রিবসি বি জে পি লৈঙাক্লনি, য়াদ্রিবদুগী মায়োক্তা লেপকদবনি : ডা. বিমোল অকোইজম

ইম্ফাল, এপ্রিল ০৮ (ঐচ এন এস) : মণিপুরদা থোক্লিবা চাউখ্রবা ঈরাং লোইশিন্দ্রিবসি তৌগে হায়না তৌরিবনি। গুজরাত্তসু থোকখিবা থৌদোক লৈখ্রে। ঈরাংগা শাগোন্নদুনা লাক্লবা লৈঙাক অমা ওইরে। সেন্ত্রেল সিক্যুরিটি ময়াম লৈনা লৈনা য়ূম মৈ থারক্লিবনি, তাম্থোরক্লিবনি। ফেক এনকাউন্টরগী কেস চখনবা প্রোজিক্যুসন পীয়ু হায়বা য়াদ্রিবদি বি জে পি লৈঙাক্ল নি, য়াদ্রিবসিগী মায়োক্তা ঐখোয় লেপকদবনি হায়না কোংগ্রেস অমদি চুংশিন্নবা পার্টিগী এম পি মীরেপ ওইরিবা ডা. বিমোল অকোইজমনা ফোঙদোকখ্রে।

সী পি আই পাৎশোই লোকল কাউন্সীলগী ৪১শুবা চহীগী মীফম তাকয়েল খোংবাল খুমন্থেম লৈকায়দা লৈবা সেক্রেটরি মণিপুর ষ্টেট কাউন্সীল সী পি আইগী লৈশাংথেম থোইরেনগী য়ূমদা পাঙথোকখ্রে।

থৌরমদুদা শরুক য়াখিবা ডা. বিমোল অকোইজমনা হায়খিবদা, ফেক এনকাউন্টরসিগী মতাংদা তান্নবসি ইশামক য়াওরিবনি। হ্যুমেন রাইটস এক্টিভিষ্ট কয়াগী ময়ূমদা চত্তুনা অরিবা পাউ কয়া ফাত্তুনা থিরিবনি। মণিপুরগী পুৰারীগা শাগোন্নবা পোলিটিকেল ইস্যু লৈ। মসি নাগালেন্দ অমসুং কাশ্মিরদসু লৈ। অদুবু ইন্দিয়াগী মনুংদা লৈরিবা মণিপুরগদি করি মরী লৈনৈ হায়বসি শেংনা খঙলগা ওনরেবল ওইবগী মীৎয়েং য়াওদনা ঙাইহাক লৈতনা সিক্যুরিটি থাজিল্লিবসিনি। মনোরমাগী মতমদা অফস্পা লৌথোকখিবদুসু কোংগ্রেস লৈঙাক্লি। মতমদুদা হোম মিনিষ্টর ওইরম্বা চিদম্বরমনা অফস্পাসি খ্বাইদগী তুক্কৎচনিংঙাই ওইরবা ফত্তবা কিনিংঙাই ওইবা এক্টনি অদুনা খরা শেমদোক্তবা য়াদে হায়খি। দিফেন্স মিনিষ্ট্রিগা য়ানরক্তবদগী য়েৎনবা লৈখিবদু মীয়াম্না খঙলিবনি। মসিদি পার্টিগী ৱা নত্তে। বি জে পিনা হায়রম্বদি অফস্পা থমগদবনি হায়রম্বনি। অফস্পাগী মতাংদা খ্বাইদগী ঙাংবসি ঐনি। অদুনা ওইদ-পাদা ঙাংবা তৌরোইসি। ভোটতা উৎ চাইরোইসি।

সুপ্রীম কোর্টতা ফেক এনকাউন্টরগী কেস ১৫২৮ লৈরি। মসিদা ইভিদেন্স ফজনা লৈব্রা, ঐখোয়না কেস ঙমগদ্রা হায়বা ৱাহং লৈ। কোংগ্রেসকী মতমদা লোইনা হাৎখিবদৌনা ঙাংই। মসি মকোক য়াওদবা পোলিটিকেল মাইলেজ লৌনবা ৱাঙাংনি। কেস ১৫২৮গী মনুংদা ইহান হানবা কেসসি জনতা পার্টিনা পানবা ১৯৭৯গী কেসনি। মদুদগী শুম খোমজিল্লকপদা সমটা পার্টি, এম পি পি, এম এস সী পি অমদি বি জে পিনা পাল্লিনৈঁদসু হাৎপা য়াওখি। মসিদা কোংগ্রেস পার্টি হায়রিবসি কোংগ্রেসনা খরা হেন্না শাংনা পাল্লম্বনিনা খরা হেন্না থোকপা য়াই। হৌজিক ঈরাং কন্না থোক্লিবসি খরা নেমথরক্লগা ঐখোয়গী মতমদা ঈরাং থোক্তে হায়বা য়াব্রা। জষ্টিস পুরক্লবা মীয়াম্না হোৎনবগী মহুত্তা কোংগ্রেস, বি জে পি হায়না তৌদুনা লৈরে হায়খি।

ঐনা য়াওজরিবা পার্টিনা হায়রক্লগদি মসি হায়বীগনু। মসিদি পোলিটিসাইজ তৌবা নত্তে, লৈবাক্কীনি। কেস ১৫২৮গী মনুংদা সুপ্রীম কোর্টনা কেস ওন্থোকপা য়াবা ইভিদেন্স ফজনা য়াওবা কেস ৩৯ সন্তোশ খার্গে হায়বা কন্মিটি অমনা এফ আই আর নৌনা পালহল্লগা কেস তৌ হায়রিবনি। এফ আই আর পান্দুনা কেস চখনবা প্রোজিক্যুসন সেঙ্কসন পীয়ু হায়বদা বি জে পিনা য়াদদুনা লৈরিবনি। প্রোজিক্যুসন সেঙ্কসন পীদ্রিবসি কোংগ্রেসনা পীদ্রিবরা, বি জে পিগী পাল্লিবা লৈঙাকসিনা পীদ্রিবরা হায়বসি অমুক্তা হংবীয়ু। লৈখিদ্রবশিংগী জষ্টিস করম হায়না ফংগদগে হায়বরোমদা মায় ওনশিনগদবা মতমনি। মসিগীসু মথক্তা কেস ৩৯সিগী মনুংদা য়াওবা আর্মি চেন্নবা কেস অমত্তা হৌজিক দেল্লিদা লৈরিব বি জে পি লৈঙাক্লা প্রোজিক্যুসনগী পর্মিসন পীয়ু হায়বা য়াদনা লৈরক্লিবনি। অচুম্বা পাম্বা ওইরগদি বি জে পিগী লৈঙাক্তা ঐখোয়গী মীয়াম্না প্রোজিক্যুসন সেঙ্কসন পীবীয়ু হায়গদবনি হায়নসু ফোঙদোকখি।

রিমসতা হায়পরবেরিক ওক্সিজেন থেরাপি সেন্টর হাংদোকখ্রে

ইম্ফাল, এপ্রিল ০৮ (ঐচ এন এস) : মণিপুরদা অহানবা ওইনা হায়পরবেরিক ওক্সিজেন থেরাপি (ঐচ বি ও টি) সেন্টর অমা রিমসকী প্লাষ্টিক সর্জরি দিপার্টমেন্টতা ঙসি রিমসকী দিরেক্তর প্রোফেসর জি সুনিল কুমারনা হাংদোকখ্রে।

ওইশিনবা ৱারবা অশোকপা মফম, লাইজৌদুনা লৈবা হকচাংগী শরুকশিং ওইশিনহনবদা শীজিন্নবা থেরাপি মখলসিগী সেন্টর হাংদোকপগী থৌরমদুদা রিমসকী মেদিকেল সুপরিন্টেন্দেন্ট প্রোফেসর এন সঞ্জিব, রিমসকী প্লাষ্টিক সর্জরি দিপার্টমেন্টকী হেদ ডা. এ কে ইবোহল অমদি ষ্টাফশিংনা শরুক য়াখি।

থৌরমদুগা মরী লৈননা প্রোফেসর জি সুনিল কুমারনা হায়খিবদা, ঙসি হাংদোক্লিবা হায়পরবেরিক ওক্সিজেন থেরাপি সেন্টরসিনা লমদমসিগী অনাবশিংগী মরক্তা ওইশিনবা ৱাবা অশোকপা মফমদা ওক্সিজেন মতিক চানা ফংহন্দুনা অশোকপশিং থুনা ওইশিনহনবদা মতেং ওইরগনি। থেরাপি সেন্টরসিদা মরু ওইনা দাইবেটিসনা মরম ওইরগা খোঙদা শোক্লকপা, হকচাংগী উনসাগী শরুক কায়থরকপা, খ্বাং অমসুং নঙ্গলগী শরুক্তা অনাবা লৈবা অমদি রেদিএসননচিংবনা শোকহল্লবা উনসাশিং থুনা ওইশিনহনবা অমসুং ফগৎহনবদা য়াম্না চাউনা কান্নহল্লগনি হায়না ফোঙদোকখি।

থৌরমদুদা শরুক য়াখিবা রিমসকী প্লাষ্টিক সর্জরি দিপার্টমেন্টকী হেদ ডা. এ কে ইবোহলনা ফোঙদোকখিবদা, রিমসকী ওথোরিটিনা প্লাষ্টিক সর্জরি দিপার্টমেন্টতা হায়পরবেরিক ওক্সিজেন থেরাপি সেন্টর অমা হাংদোকপসি থাগৎনিংঙাইনি। মসিগী খুদোংচাবসি হোস্পিটালসিগী অতৈ দিপার্টমেন্টশিংদসু থম্বা য়াই। দিপার্টমেন্ট খূদিংদা মসি থম্বা ঙল্লগদি অনাবা মীয়ামদা হেন্না কান্নবা ওইগনি হায়খি। মেদিকেল সুপরিন্টেন্দেন্ট প্রো. এন সঞ্জিবনা রিমসকী ওথোরিটিবু ঐচ বি ও টিগী খুদোংচাবা ফংহনবগীদমক থাগৎপা ফোঙদোকখি।

‘চীং কাবীরকপা য়াগনি’

ইম্ফাল, এপ্রিল ০৮ (ঐচ এন এস) : ককচিং গার্দেন দিভেলপমেন্ট ত্রষ্টনা শজিবুগী নোংমা পানবা মীতৈ চৈরাওবা নুমিৎ হয়েং মহৌশাগুম ককচিং গার্দেনগী চীং কাবীদুনা লাই খুরুম্বগী থবক মহৌশাগুম কুমসিসু পাঙথোক্কনি হায়রি।

মরম অদুনা মহৌশাদগী পাঙথোক্তুনা মায়কৈ অসোমগী মীয়াম্না চহী হৌবা, মীতৈগী চৈরাওবা নুমিৎসিদা চীং কাদুনা লাই খুরুম্বা লাকপদা অথিংবা লৈরোই। মীয়াম্না মতম চানা লাকপীদুনা মহৌশাগুম লাইনিং-লাইশোলগী থৌরমশিং অসি মপুং ফাহনবীয়ু হায়না ত্রষ্টকী মায়কৈদগী পাউজেল্লক্লি।

মরাং কায়না ফংলিবা লফোই

লৌশিং পুক্কে

চাদুনা হকচাংবু নাদ-য়েক্তনা লৈহন্নবা হোৎনসি

মহৌশানা মালেম অসিদা ফংলিবা হৈ মখল অয়াম্বা মীওইবগী হকচাংদা কান্নবা পীবা ঙাক্তনি। উহৈ অমগা উহৈ অমগা মহাউ মান্নদবগুম মখোয়না ঐখোয় মীওইবদা পীরিবা কান্নবশিংসু মান্নদে। উহৈদা কা হেন্না শিনবা, কা হেন্না থুম্বা, খাবা অমদি ফকপগী মহাউ চেনবা উহৈ মখল কয়া লৈরি। ইচম চম্বা উহৈশিংসু লৈতবা নত্তে। মহৌশানা ফংলিবা উহৈ ৱাহৈশিং চাবনা হকচাংদা কান্নবা পী হায়বা খঙবদগী মীওই অয়াম্বনা উহৈশিং মরাং কায়না চানবা হোৎনরি। অদুবু উহৈ চাবনা ঐখোয়দা মতৌ করম্না কান্নবা পীবগে হায়বগী মতাংদদি ঐখোয়না নোংমতা থিজিল্লুবা তৌদে। মমিংতগী চারি হায়দুনি। মমাং মমাংগী এদিসনশিংদা তোঙান তোঙানবা উহৈ খরগী মতাংদা পাউ চে অসিদা ফোঙখ্রে। হৌজিক অমুক ঐখোয়গী অকোয়বদা মরাং কায়না ফংলিবা লফোই চাবনা হকচাংদা করি কান্নবা পীবগে হায়বগী মতাংদা ঐখোয় অমুক পুন্না খঙমিন্নরসি।

মীয়াম্না খ্বাইদগী পাম্না চানরিবা উহৈশিংগী মনুংদা লফোইসু অমনি। কান্নরবা মচল কয়ামরুম য়াওরবা লফোই অনীখক চারবদি চাক চরা অমা চাবগা চপ মান্ননা কান্নবা ফংই হায়না অখঙ অহৈশিংনা ফোঙদোকপা লৈখ্রবনি। মসিগী মরুওইবা মরমদি লফোইদা মখল কয়াগী ন্যুট্রিয়েন্ট, ভিটামিন, ফাইবর লোয়ননা সুক্রোজ অমদি ফ্রুক্টোজকুম্বা নেচরেল সুগর য়াওবননি।

য়েংবদা মশক ফজবা হঙ্গামপাল মচুগী মশা নানবা লফোই অমুনবা চানিংলোইদবা কনাবু লৈরমগদগে। অদুবু মফম-মফম কয়াদা নাপু মচু চঙলক্তুনা খামজিল্লকপদগী মশক থীজিল্লক্লবদি লফোই অদু পৎলে, চাবদা কান্নররোই খন্দুনা লংথোক্কে।

হীরম অসিগী মতাংদা অখঙ-অহৈশিংনা হায়রিবদি লফোইগী মচি-মচিদা নাপু মচু চঙলক্তুনা খামজিল্লকপগী চাং হেল্লিবমখৈ হকচাংদা কান্নবা হেল্লি হায়বসিনি। লফোই অমুনবদা ট্যুমর নেক্রোসিস ফেক্টর (টি এন এফ) গী চাং ৱাংনা য়াওবনা কেন্সর লায়না ঙাকথোকপা ঙম্মী হায়রি। মসিগীসু মথক্তা ইম্যুন সিষ্টেমগী মপাঙ্গল কনখৎহনবা মরম্না দিপ্রেসন, কোন্সটিপেসন, থবাক শাবা, ব্লদ প্রেসর ৱাংবা, অলসর অমদি ঈ ৱাৎপগী খুদোংচাদবা কোকহল্লি হায়রি।

অখঙ অহৈশিংনা হায়রি, চহী চুপ্পা ফংলিবা অমসুং ইহোঙ হোঙবা লফোইগী কান্নবা কয়ামরুম লৈ। লফু পাম্বীদগী হৌরগা, লা, লফোই অমদি লফু থরোনচিংবা পুম্নমক লোয়না কান্নে। লফোই অমখক চাবদা কেলোরি ১০৫ ফংবা ঙম্বা মরম্না খুদক্তা হকচাং তেকখৎহল্লি। মেগনেসিয়ম অমসুং পোটাসিয়ম মরাং কায়না য়াওবা লফোই চাং নাইনা চারবদি মশল পোত্থাহনবগা লোয়ননা খোঙ-খুৎ শিথবা অমদি তুন্নিঁঙৈদা মশল চেনখৎলকপগী অৱাবা কোকহল্লি। পোটাসিয়ম মরাং কায়না য়াওবা লফোই চাবনা ব্লদ প্রেসর রেগ্যুলেট তৌবা মরম্না হার্ট এটেক অমদি ষ্ট্রোক তৌহন্দে। চাকখাউদা এসিদ থোরকপগী চাং হন্থহনবা মরমনা অলসর অমসুং এসিদিটিগী খুদোংচাদবা কোকহল্লি।

ফাইবর অমদি পেক্টিন মরাং কায়না য়াওবা লফোই চাবনা খোঙ হাম্বা চাং নাইহল্লি অমসুং কোন্সটিপেসনগী অৱাবা কোকহল্লি। কনাগুম্বনা খোঙ হামথবদগী হকচাং চোকথরকপা তারবদি লফোই চাবা মতমদা হকচাং কনখৎহল্লি। দাইরিয়া তৌবা মতমদা হকচাংদগী মহী অমসুং ইলেক্ট্রোলাইট য়াম্না মাঙখিবা মরম্না দিহাইদ্রেসনগী খুদোংচাদবা য়াম্না মায়োক্লরকই। অদুবু লফোই চাবা তারবদি মাঙখিবা পোটাসিয়মগী শরুক পুম্নমক খুদক্তা ফংবা ঙম্বা মরম্না হকচাং কনখৎলকই। খোঙ হামথবা থোক্লবদি মাঙখিবা পোটাসিয়ম মেনখৎনবগীদমক লফোই চাশিনগদবনি।

লফোইদা য়াওবা ফ্রুক্টো ওলিগো সকরাইদ (এফ ও এস) তা প্রোবাইওটিক্কী মগুন চেল্লি। মসিনা ইন্টেষ্টাইনদা অফবা মহীক্কী মশীং হেনগৎহনবা মরম্না পূকনুংদা নুংশিৎ কাহন্দে। হকচাংনা কেলসিয়ম চুপশিনবদসু মতেং পাংবা মরম্না শরূগী মপাঙ্গল কলহল্লি। চাং নাইনা লফোই চারবদি হকচাংদগী অহেনবা মহী লৌথোকখিবদা মতেং পাংবগা লোয়ননা কিদনিদা নুঙ লৈহন্দে অমসুং হকচাং মনুংগী অমোৎপশিং শেংদোকই ।কনাগুম্বনা তুম্বা য়াদবগী অৱাবা মায়োক্লরবদি চাং নাইনা লফোই চাবা কান্নগনি। লফোইদা য়াওবা ট্রিপ্টোফেননা ব্রেন য়ৌরগা সেরোটোনিনদা ওন্থোরকই । মসিনা ৱাখল নুংঙাইহনবগা লোয়ননা কন্সেন্ট্রেসনগী লেবেল ৱাংখৎহল্লি। লফোই চারবদি সেক্স্যুয়েল হোর্মোন পুথোকপদা মতেং পাংবা ন্যুট্রিয়ন্টশিং ফংবা ঙম্বনিনা ফিনুংগী হকচাং মপাঙ্গল কনখৎহল্লি। হকচাংনা সেরোটোনিন পুথোকপগী খল কায়হন্দবা মরম্না য়ুম্বান পুন্সি মরেক মহাউ থোকহল্লি হায়রি। মতৌ অসুম্না লফোইদা হকচাংদা কান্নরবা মগুন কয়া চেল্লি। অদুবু য়েংবদা তরু-তনানবা লফোইদগীদি মচেৎ মচেৎ খামদেক্লবা অপৎপা মানবা লফোইনা হকচাং ফবা হেল্লি। গ্রাম ১২০ লুম্বা লফোই অমুনবা অমদা য়াওরিবসি কেলোরি ১০৫, সোদিয়ম মিলিগ্রাম ১, কার্বো হাইদ্রেট গ্রাম ২৭, দাইটরি ফাইবর গ্রাম ৬, সুগর গ্রাম ১৪.৪, ষ্টার্চ গ্রাম ৬.৩, প্রোটিন গ্রাম ১.৩, ভিটামিন এ ইন্টর্নেসনল য়ুনিট ৭৫.৫, ভিটামিন সী মিলিগ্রাম ১০.৩, ভিটামিন ঈ মিলিগ্রাম ০.১, ভিটামিন কে মাইক্রোগ্রাম ০.৬, রাইবোফ্লেবিন মিলিগ্রাম ০.১, নিয়াসিন মিলিগ্রাম ০.৮, ভিটামিন বি-৬ মিলিগ্রাম ০.৪, ফোলেট মাইক্রোগ্রাম ২৩.৬, পেন্টোথেনিক এসিদ মিলিগ্রাম ০.৪, কোলিন মিলিগ্রাম ১১.৬, কেলসিয়ম মিলিগ্রাম ৫.৯, আইরন মিলিগ্রাম ০.৩, মেগনেসিয়ম মিলিগ্রাম ৩১.৯, ফোসফরস মিলিগ্রাম ৩১.৯, পোটাসিয়ম মিলিগ্রাম ৪২২, সোদিয়ম মিলিগ্রাম ১.২, জিঙ্ক মিলিগ্রাম ০.২, কোপ্পর মিলিগ্রাম ০.১, মেনগনিজ মিলিগ্রাম ০.৩, সেলেনিয়ম মাইক্রোগ্রাম ১.২ অমসুং ফ্লোরাইদ মাইক্রোগ্রাম ২.৬ নি।

আর্টিকল অসি রিলাইএবল সোর্সতা য়ুম্ফম ওইরগা ফোঙবনি, অদুবু মসিনা মেদিকেল প্রোফেসনেলশিংগী পাউতাককী মহুৎ শিন্নবা হোৎনবদি নত্তে

ত্রেনিং এল্লাওৱেন্স পীথোকপীয়ু : রাচন্দ্র

ইম্ফাল, এপ্রিল ০৮ (ঐচ এন এস) : মণিপুর গোল্ফ এসোসিএসনগী প্রসিদেন্ট মোইরাংথেম রাচন্দ্রনা ঙসি মণিপুর প্রেস ক্লবতা পাঙথোকখিবা পাউগী মীফম অমদা ৩৭শুবা গোৱা নেসনল গেমস ২০২৩দা শরুক য়ারুবা স্পোর্টসকী দিসিপ্লিন খরগী রেসিদেন্সিএল অমদি নন-রেসিদেন্সিএল ত্রেনিংগী এল্লাওৱেন্সশিং হৌজিক ফাওবা লৈঙাক্কী মায়কৈদগী পীথোক্তনা লৈরিবসি লমদমসিগী শান্নরোইশিংগীদমক য়েংবীরগা পীথোকপীয়ু হায়না ফোঙদোকখ্রে।

মহাক্না মখা তানা ফোঙদোক-খিবদা, মণিপুর লৈঙাক্লা নেসনল গেমসতা শরুক য়ারুবা মেনেজর, কোচ অমসুং এথলেটশিংদা শেলগী তেংবাঙ হেক-হেক পীদুনা লাকপসি শান্নরোইশিংবু পূক্নিং থৌগৎপীবনি হায়না খঞ্জে। অদুবু ৩৭শুবা গোৱা নেসনল গেমস ২০২৩দা শরুক য়ারুবা পুন্না দিসিপ্লিন ১৪গী এল্লাওৱেন্সতি হান্না পীথোকখ্রগা অতোপ্পা লেমহৌরিবা দিসিপ্লিন ১০ গী রেসিদেন্সিএল অমদি নন-রেসিদেন্সিএল ত্রেনিংগী এল্লাওৱেন্স ওইনা পীফম থোকপা শেনফমশিং হৌজিক ফাওবা পীথোক্তনা লৈরে। থৌওংসি লমদমসিগী শান্নরোইশিংদা অৱাবা অমা ওইগদৌরে হায়রি।

মরম অসিনা লৈঙাক্কী মায়কৈদগী হীরমসিগী মতাংদা মীৎয়েং চঙবীবগা লোয়ননা শান্নরোইশিংবু শৌগৎপীদুনা মখোয়গী তুংগী পূন্সিদা অনৌবা ৱাখল পোকহনবা ঙম্নবগীদমক মখোয়গী পীফম থোকপা শেনতুংশিংসি অথুবা মতমদা পীথোকপীয়ু হায়না মখা তাখি।

দি এস ও ইম্ফাল ইষ্টনা ক্ষেত্রিগাওগী মীয়ামদা চেঙ য়েন্থোকপা হৌখ্রে

ইম্ফাল, এপ্রিল ০৮ (ঐচ এন এস) : মতম খরগী মমাঙদগী ক্ষেত্রিগাও এ সীগী মীয়াম্না নফসাগী চেঙ ফংদদুনা লাকখিবা অদু ঙসি দিষ্ট্রিক্ট সপ্লায় ওফিসর (দি এস ও) ইম্ফাল ইষ্টকী মায়কৈদগী য়েন্থোকপা হৌখ্রে।

এস সী অসিগী মীয়াম্না রসন কার্দ পায়রমদবগী ৱাথোক্লা মরম ওইরগা মতম শাংনা নফসাগী চেঙ ফংদদুনা লাকখিবনি। মীয়ামদা পীফম থোকপা রসন কার্দশিং এ সী অসিগী ফ্যের প্রাইস সোপ এজেন্টশিংনা মীয়ামদা য়েন্থোরকপদগী ঙসি চেঙ য়েন্থোকপগী থবকসি লৌখৎলকপনি হায়না দি এস ও ইম্ফাল ইষ্টকী সিভিল সপ্লায় ইন্সপেক্টর কর্নজিৎ চনম্বমনা ফোঙদোরক্লি।

ঙসি কন্সটিট্যুএন্সি অসিগী ফ্যের প্রাইস সোপ নম্বর ৯৩না কোনবা কোংবা নোংথোম্বম লৈকায়, কোংবা লাইশ্রম লৈকায় অমদি থম্বালখোংগী ওইনা কোংবা নিংথৌখম লৈকায়দা লৈবা কোংবা য়ুথ ওর্গনাইজেসনগী লম্পাক্তা চথখিবা নফসাগী চেঙ য়েন্থোকপদুদা কর্নজিৎনা হায়খিবদা, ঙসিদগী হৌরিবা চেঙ য়েন্থোকপগী থৌরমসি এ সী অসিগী মফম শিনবা থুংনা মখা তানা চত্থগনি। ৱাথোকসিনা মরম ওইরগা হৌখিবা কুমজা ২০২৩গী নবেম্বর থাদগী চহীসিগী ফেব্রুৱারী থা ফাওবগী ওইনা এ সী অসিগী মীয়াম্না চেঙ ফংদনা লাকখিবনি।

ঙসি য়েল্লিবা চেঙ অসি ২০২৩গী নবেম্বর থাদগী চহীসিগী জন্যুৱারী থা ফাওবগীনি। ৱাৎহৌরিবা ফেব্রুৱারী থাগী চেঙগী চাকথুং অদুসু অথুবা মতমদা মীয়ামদা ফংহন্নবা হোৎনরগনি হায়খি।

অমরোমদা, এ সী অসিগী নফসাগী বেনিফিসরি ওইরিবা কোংবা নোংথোম্বম লৈকায় ৱিমেন এসোসিএসনগী সেক্রেটরি থিয়াম সর্জুবালানা হায়খিবদা, এ সী অসিগী মীয়ামগী ফংফম থোকপা নফসাগী চেঙশিং থা অসিগী ৫দা য়েনবা হৌরল্লগা বেনিফিসরিশিংদা মশাগী রসন কার্দ পায়রমদবগী ঈহৌদগী লেপখিবনি। রসন কার্দ পায়দবনা মরম ওইরগা চেঙ ফংদবগী মথক্তা লেবর কার্দ, অঙাংশিংগী স্কোলারশিপ অমদি উজ্বলা যোজনানচিংবা লৈঙাক্কী স্কিম কয়াগী কান্নবা ফংবা ঙমদনা লাকখিবনি। এ সী অসিগী এম এল এনা মীখল মায় পাক্লবা মতুংদা মীয়ামদগী কার্দশিং লৌশিনখিবদগী খুদোংচাদবসি লাকপনি হায়খি।

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ঙসিগী রাশি ফল

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

তাং ৯।০৪।২০২৪ ইং, লৈবাকপোকপা;
শজিবুগী নোংমা পানবা, ৩৪২২ মালিয়া কুমশিং।

মেষ: অনৌবা থৌরমদা নীংবা থুংগনি, শেন্দোং য়ামগনি। নোল্লুক্লা চৎত্রদি কায়নবা নংগনি, নাপল তৌরগনা নচা-ননাইনা মাঙহনগনি।
লৈশা পাখংগী- পূক্নিং পেঞ্জগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

বৃষ: থৌনা ফুদোকপা য়াবা, ঙাং-শকপদা ইকায় খুম্নবীবা, অঙম্বনা চানবীবা নুমিৎনি। মরম চাদনা খূৎ চাউবদি ময়েং তাগনি-চরাংনগনু।
লৈশা পাখংগী- হামু-হামুনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা/শঙ্গোম

মিথুন: শেল-থুমগী লমদা চাউনা মায় পাক্কনি, ৱাখল থোক্কনি, ইমুং-মনুং ৱা তান্নবনা থাজদনা য়াম্না চাওখৎকনি। মীৱা থাজবদি মাঙগনি।
লৈশা পাখংগী- মায় পাক্কনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

কর্কট: হকচাং নুংঙাইবতা নত্তনা শেন্দোং তানবদা খূৎচাও থাবা য়াগনি। থবক থানাদা অপনবা লৈরসু নীংহন্নগনু, চঙশিল্লু মায় পাক্কনি।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

সিংহ: নচা-ননাইশিং লোয়নবনা খ্বাইদগী নুংঙাইজগনি, চাওখৎকনি, অফবা লৌশিং তানশিনবা মতাং চাই। চিন য়াংবা, ফিংলদি শোক্কনি।
লৈশা পাখংগী- লান্দবনা শাফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

কন্যা: মীনা ফনা শোন্নগনি, য়েৎনরম্বা ফখিনি, নচা-ননাই ফংজগনি। অরং-অরাক ফংবগুম নুংঙাইগনি। মরম খঙদনা হোয়াদি ফগনু।
লৈশা পাখংগী- নীংবা থুংবদি ৱাগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা

তুলা: লাইবক থোইনা ফগনি, পাঙনিংবা অফবা থবক পাঙগনি, অনৌবা মরুপ ফংজবা, পাউ নুংঙাইবা তাজবা লৈ। ঈরাং পুরদি কায়নগনি।
লৈশা পাখংগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা/চেঙ

বৃশ্চিক: লাই-গুরুনা চানবীগনি, ওইজ-ওইথক হেন্না কান্নগদবা নুমিৎনি। মীয়াম্নসু লুনা তৌবীগনি। নাপলনা মাঙওইনরদি মীচঙ হন্থগনি।
লৈশা পাখংগী- নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

ধনু: লন চঙবা অমদি নচা-ননাই হেনগৎপা লৈ। ৱাঙাং/পোরম শীনবা হৈত্রদি চোপ্পা য়াবা, খন্থদ্রগনা মতম মাঙবদি লৈগনি-চরাংনগনু।
লৈশা পাখংগী- য়াকা য়েংনা চৎলু।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/কিসমিস

মকর: খুরৌ থাংবা, লৌশিং ফুদোকপা ৱাবনা মরুপ-মপাংগা মরী ফবা ৱাৎপা নুমিৎনি। অরাপ্পগী মতেং লৌবদি থাজদনা য়াম্না কান্নগনি।
লৈশা পাখংগী- নীংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা/শঙ্গোম

কুম্ভ: ঙক কনবদি নরল মাঙজগনি, নোল্লুক্লা থৌ পাঙনবা হোৎনৌ। নীংবা মপা চানা শেন্দোং তানবা য়াবা, মীয়াম্না তেংবাঙবীবদি লৈগনি।
লৈশা পাখংগী- ৱাখল নুংঙাইজগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

মীন: কোক শাবা অমদি কায়নবা নংদনবা ঈংথনা অমদি লৌশিং চাউবা মীগী পাউতাক লৌরগা থৌ পাঙউ। মীয়ামগা লোয়নবা কান্নগনি।
লৈশা পাখংগী- লাইবক লৈতে।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

M/S BEE BRICK FIELD
Wangjing Sabal Checkon Leikai
Near, Khongjom War Memorial
GSTIN - 14CMPYS1064C2ZU

Class	Rate	No. Of Bricks	Amount
1st Class	13.00	1,500	19,500
		2,000	26,000
2nd Class	12.20	1,500	18,300
		2,000	24,400
1st Reject	11.00	1,500	16,500
		2,000	22,000
Jhamat	10.00	1,500	15,000
		2,000	20,000
P.T	10.50	1,500	15,750
		2,000	21,000
P.T Reject	8.50	1,500	12,750
		2,000	17,000
3rd Class	5.50	1,500	8,250
		2,000	11,000
4th Class	4.00	1,500	6,000
		2,000	8,000
Checktek 1 Load 407 Cantor			3,500

Contact No. 7005513073

HL-P/10145/31/3-9/4

SASHI COACHING CENTRE
Khurai Ahongei Leikai, OPP. Babina Diagnostic, JNIMS Road
THE MOST TRUSTED COACHING CENTRE IN KHURAI SOIBAM LEIKAI
ADMISSION OPEN
XII FOUNDATION COURSE (COHSEM & CBSE)
Subjects offer:
Physics, Chemistry, Mathematics, Biology, Home Science, English and Manipuri
Class Starts on: 15th April 2024
Class Timing: Evening (4:00 to 8:00)
SPECIAL FEATURES
- Updated study materials & Previous years questions
- Expected Questions for upcoming exams
- Unit- wise test & Mock Test
- Experience and expert faculties
- Affordable course fee
Available: Hostel (Boys & Girls) + Van Services
For more information, please visit, Sashi Coaching Office: +917005023985, +917005329252

HL-P/10326/2 to 13 April

PLANET ACADEMY
KEISHAMPAT JUNCTION OPT. CC PUR PARKING
Gateway to future academic career
admission open
Foundation Course
CLASS-XII (Cohsem & Cbse)
Phy, Chem, Maths, Bio, H.Sc. & Eng.
Class commencing on 1st April, 2024
CLASS-XI (Cosem &Cbse)
Phy, Chem, Maths & Bio
Class starts on 18th April 2024
Class Timing
Morning: 4:30 - 6:45 am
Evening: 4:15 - 8:00 pm
Special Features:
Focus & provided foundation for NEET & JEE aspirants
Vision for toppers
Analysis of most probable Q&A for the upcomming final exam, 2025
Regular chapterwise test series on every sunday
Extra classes for weak students on regular basis
Special concession for students of Govt. schools & relieff camps.
Van fecility & seperate Hostel for boys & girls
Limited seats
First come first serve with concession
For further details, please contact: Office, PLANET ACADEMY 9863002206

HL-B/8680/9 to 27 April alt.