থম্মোয় পাউদম | হুইয়েন ইন্দু

খ্বাইদৈ শিংবা অপঙবা

ঙরাং তমখিবা পাউদমগী অরোয়বা শরুক্তা নীংশিংবীয়ু অমুক্তা। নহাক কনানো? কনাগুম্বনা হংলকপদা মীয়ামসিনা খুম্নরিবা পাউখুম। মহাক মশাগীসু নত্তবা, মীনা থোনবীবা মিংদুবু মশামক্কি খন্না শক্তাক্লরিবা মীয়াম! মহাক মশানা পান্নরিবা শিনফম, থবক অদুবু মহাক মশামকনি খন্নরিবা ৱাখল!... তম্লিংবা পাউদু মপুং ফানা তম্বা ঙমহৌদবদুদা, মঙদা শামুনা তান্দনবা মখা মচেৎ অমত্তংগা তমজগে খন্দুনা কলম পায়খৎচরুবনি। ঐ এঞ্জিনিয়রনি, ডোক্তরনি, লল্লোনবনি, মিনিষ্টরনি... নৎত্রগা হিন্দুনি, মুস্লিমনি, খৃষ্টিয়াননি... মৈতৈনি, নাগনি, কুকিনি... আসামমিজনি, বঙ্গালীনি, পঞ্জাবীনি... পাউখুমশিং অসিনা মশাগী অশেংবা মশক অদু শক্তাকপা শুকঙম ঙমদে। মহাক মশাগী মরমদা করিমত্তা খঙহনবা ঙমদে। ইমাগী মিং, ইপাগী মিং, ইপুগী মিং তাকপনসু মশাবু কৈদৌনুংদা শক্তাকচবা ঙম্লোই। মী খুদিংমক্কী মশাদা, নুংদা লোৎতুনা লৈরিবা 'মশা' (সেল্ফ) অদুদি অমম্বদা অঙকপা অমা ওইনা অসুম লৈহৌই।

ৱারী অমত্তা লীজগে। মরুভুমি (লৈকংনা) অমা ফাওদুনা 'ফ্রান্স মচা' লমকোয়বা অমা 'আরব মচা' টুরিষ্ট গাইদ অমগা চৎমিন্নরম্মী। মৈ হৌনা শারবা লৈঙোয় মথক অদুদা খুকউ-খুদক কুন্দুনা লাই খুরুম্বা নোংমত্তা কাউদে আরব মচা। লাই থাজদবা ফ্রান্স-মচাদুনা নোংমদি হংলকই 'মফমসিদা লাই লৈ হায়বসি নহাক করম খঙবগে?'

করেম্লবা ৱাহংনি চৎলিবসি পাউখুম তাকপীরকখিদে। 'লাই লৈ হায়বা ঐনা করম খঙবগে?... মফমসিদা চৎলিবসি মী নত্তে, উত কৌবা শাদুনি হায়বদি লৈঙোয়গী লৈমায়দা তারিবা খোঙ্গুলদগী খঙইদনা!' ৱাহৈসি হায়রগা মখুৎতুনা নোংচুপ থংবা অতিয়াদা লৈথরক্লিবা নুমীৎকী ঙাঙ্গানবা মশেক্তুদা থিল্লগা হায়রকখি, 'আদ উরিবসি মীগী খোঙ্গুলদি নত্তেদনা'।

মী হায়বা লেঙ-ওৎপা থৱায় পানবা অসি মীনা শেম্বদি নত্তেকো! মসিমদি য়ানসি! পোৎ অমা শাবা তারবদি শাগদৌরিবা 'ক্রিয়েটর' অদু হান্না লৈরমগদবনি। লাইনিং লম্বী খুদিংমক্না হায়, 'মীওইবদি ঈশ্বরগী খুৎশেম (ক্রিয়েসর) নি'। হায়বদি মী হায়বসি মীওইবনা শেম্বা নত্তে হায়বসিমদি মশানা য়ারে হায়বনি। কনানা শেম্বনো? খঙদে কনামত্তনা। খঙদবা শেম্বীবা মহাকপু ঈশ্বর কৌরুবনি মীওইবনা। ইমাগী গর্ভনুংদা পুন্সি'সিগী মরু হুল্লকখিবা, তপ্না তপ্না ঈশিং নুংশিৎকা হকথেংনরগা তাইবং শারেপ ফারকখিবা। অদুগা অমুক তপ্না তপ্না কেম্লবা হকচাং অসিনা মালেমনুংদা তীনখিবা।

ওন্ন-তৈনবা মহৌশাই খুৎশেম অমা য়েংবীয়ু। পান্বী অমগী মরুনা মালেমনুংদা তীনখ্রবা, ময়োল চোংদুনা পান্বী ওইনা হৌরকপা, মালেম, মালংবা, অহাঙবা, নুমীৎ অমদি লাইজ পুম্নমক্না পান্বীদা তুংনফম ওইরগা অমত্তা ওইখি মীওইবগা, অমা য়াওদনা অমনা হিংবা ঙমদবা। অমনা পীবা ওক্সিজেন অমনা অমুক লৌশিনবা, অমদা কান্নদবা কার্বোন দাইওক্সাইদ অমগী হিংনবগী পান্বে ওইনবা। অঙকপা মহৌশাগী খুৎশেম অমদি এরেঞ্জমেন্ট। পুম্নমকসি 'ঐ'গী মফম কদায়দনো? অহৌবদা পঞ্জখিবা ৱাহংসিগী পাউখুমদা, মশানা কাউথোকখ্রবা মশা (ঐ) অদু হুন্দোকখ্রবা অৱায়বা মশা অদুনি অতোপ্পদা শক্তাক্লিবা।

করিগীনো মসিবো? মরমদি, মশানা মশাবু শকখঙজবা কিজবা! ঐনা ঐবু শকখঙনবা হোৎনরুবা কিজবা! মরম অসিননি, মীওইবনা মশাবু শকখঙনবা হোৎনবদা অতোপ্পগী মতেং লৌরিবা। ঐহাক্না মতম চুপ্পদা ঐ থাগৎপীনবা, ঐগী ইশক তাকপীনবা, ঐবু ফৈ হায়নবা কনাগুম্বা অমা মথৌ তাই। মীনা ঐবু কোক লৈবা মীনি হায়বীরগা হরাওজে। ঐনা য়েকপা লাই, ঐনা ইবা শৈরেং, ঐনা ইবা লাইরিক, ঐনা তৌবা থবক ফৈ/ফজৈ হায়রগা- ঐনা ইশাগী মশক, মতিক, মগুন লেপ্পনবা হোৎনজৈ। কয়াদা লাইবক থীখ্রবা! অতোপ্পদা মীপাল তাংলিবা ঐ! অপঙবা অমনা ঐবু শিংই হায়রগা 'ঐ'না হরাওজে। ঐঙোন্দৈ হেন্না শিংবা মী অমগী মমাঙদা ঐহাক অসি 'অপঙবা'নি হায়খিনি খন' অশিংবই মনাক নক্লিংদে। মশক থীবা অমনা ঐনা শেৎপা চাবা উরগা পকচৈ-ফজৈ হায়রকপা তাঙ্গাদুদা নুংঙাইবা করিগীবু পাগনি? অথিবদুই মমাঙদা ফজরিবা ঐহাকসে হেন্না ফজবা অমদুগী মমাঙদা চন্নদবা অমনি।

অসুম্না, অপঙবনা শিংই হায়বদা নুংঙাইরিবা মীওইবা। অথীবশিংনা ফজৈ হায়না সার্টিফিকেট পীবদা হরাওরিবা মীওইবা! কয়াদা নুংশিখ্রবা, তোল্লবা জীব অমনো!

ইহে! ঐগী থম্মোয় পাউদমসিবু অশিংবা শাবা তারদ্রা! ময়ামদগী খ্বাইদৈ হেন্না পঙবদুদি ঐহাক্লি। বুদ্ধগী ৱারী অমনা লোইশিনজরগে। নোংমা নুপা অমনা বুদ্ধগী নাক্তা লাক্লগা হায়রৈ হায়, '... হে মঙাল নাইরবা! নহাক্তি ঐগী ঈফমদা ঈশ্বরমক্কী শক্তমনি'।

বুদ্ধনা খুমখি, 'অচুম্বমক্লি'।

ঙাইহাক লৈরগা অতোপ্পা নুপা অমা শাওরংননা লাক্লগা হায়রৈ, '...নঙনা ঐগী কান্নবা থবক অমত্তা তৌখিদে, নঙদি মীফত্তা অমনি'।

'অচুম্বমক্লি নঙনা হায়রিবদু'।

বুদ্ধগী পাউখুমদা চমম্লরবা অহানবা নুপাদুনা হংখি, 'লাইগুম্বা নুপাসু, খ্বাইদৈ ফত্তবা নুপাসু অমনা পুল্লপ করম ওইগনি?'

মোমোন নোক্লা খুম্লকখি বুদ্ধনা, 'ঐনা ফাওবা শকখঙজদবা ঐহাকপু নখোয়না করম খঙগনি? নখোয়না খল্লিবশিংদু অচুম্বা ঙাক্তনি'।

লৌশিং পুক্কে

হকচাংগী অরূম্বা হেনবা অঙাং

কা হেন্না চাশিনবগা লোয়ননা হকচাং শাজেল তৌবগী চাং ৱাৎপা মরম্না মালেমদা হকচাংগী অরূম্বা হেনবা অমদি অনোয়বা অঙাংগী মশীং য়ামখৎলক্লে। অঙাং ওইরিঙৈদা কা হেন্না নোয়বা হায়বসি পুন্সি চুপ্পগী ওইনা খুদোংথীনিংঙাই ওইবা থৌওং অমনি।

মতিক চাবা চেকশিন থৌরাং লৌখৎতবা মরম্না কুমজা ২০২৫ গী অদুৱাইদদি মালেমদা মশাগী চহী ৫ দগীনা ১৭ ফাওবগী মনুংদা লৈবা অঙাং মিলিয়ন ২৬৮ লোম হকচাংগী অরূম্বা হেল্লগনি। ৱর্ল্ড বেঙ্কনা পীরিবা মশীং হেনগৎলকপগী চাং মতুংইন্না কুমজা ২০১০ দা চহী মতাং অসিগী অঙাং মিলিয়ন ২১৯ লৈরম্বদগী কুমজা ২০২৫ দদি মিলিয়ন ২৬৮ য়ৌরগনি হায়রি।

'পেদিয়াট্রিক ওবেসিটি' জর্নেলদা ফোঙলকখিবা ষ্টদিগী রিপোর্ট অমনা হায়খি, কুমজা ২০১০ দা অনোয়বা অঙাং মিলিয়ন ৭৬ লৈরম্বদগী কুমজা ২০২৫ দদি মিলিয়ন ৯১ য়ৌরগনি। হীরম অসিগী মতাংদা হেল্‌ঠ সার্ভিস মেনেজর অমসুং হেল্‌ঠ প্রোফেসনেলশিংনা মতিক চাবা থৌরাং লৌখৎপা মথৌ তারে হায়না ষ্টদি অমদা শরুক য়াখিবা ৱর্ল্ড ওবেসিটি ফেদরেসন, লন্দনগী টিম লোবষ্টিননা ফোঙদোকখি।

গ্লোবেল বর্দন ওফ দিজিজ কোলাবোরেটিভনা কুমজা ২০০০ অমদি কুমজা ২০১৩ গী মরক্তা শেমখিবা দেটা অমা রিছার্চরশিং কুপ্না নৈনরম্মী। ওক্টোবর ১১ দা মালেমগী মফম শিনবা থুংনা পাঙথোক্লিবা 'ৱর্ল্ড ওবেসিটি দে' গা মরী লৈননা থাদোরকখিবা রিপোর্ট অমদা রিছার্চরশিংনা হায়খি, মালেমদা অনোয়বা অমসুং কা হেন্না লুম্বা হকচাংগী মশীং অসুম অসুম হেনগৎলক্লগনি। কুমজা ২০২৫ দদি গ্লুকোজ টোলরেন্স শোয়বা অমসুং মিলিয়ন ১২, টাইপ-টু দাইবেটিসনা নারবা অঙাং মিলিয়ন ৪, হাইপরটেন্সন লৈবা অঙাং মিলিয়ন ২৭ অমসুং লিভরদা ফেট পৈশিল্লকপা (হেপাটিক ষ্টিটোসিস) অঙাং মিলিয়ন ৩৮ লৈরগনি হায়না রিছার্চরশিংনা ফোঙদোক্লি। হীরম অসিগী মতাংদা মরী লৈনবা খুদিংমক্না মতিক চাবা চেকশিন থৌরাং লৌখৎপা মথৌ তাই হায়রি।

ৱর্ল্ড হেল্‌ঠ ওর্গনাইজেসন (দব্লিয়ু ঐচ ও) গী মেম্বর লৈবাকশিংনা কুমজা ২০২৫ ফাওবগী মনুংদা মালেমগী মীওই খুদিংমক হকচাংগী অরূম্বা হন্থহন্নবা ফীরেপ লৌখ্রবসু পান্দম অদু ফংবদা ৱানা থোক্কনি হায়না রিছার্চরশিংনা ফোঙদোক্লি।

অঙাং ওইরিঙৈদা মশাগী চহীগা চান্নদবা মওংদা হকচাংগী অরূম্বা হেল্লবদি পুন্সি মহিংগা মরী লৈনবা লায়না কয়া ওইহল্লকপা য়াই। ব্লদ প্রেসর ৱাংবা, দাইবেটিস অমদি কোলেষ্টরোল ৱাংবনচিংবা খুদোংথীনিংঙাই ওইবা থৌওং কয়া ওইহল্লকপা য়াবা মরম্না অঙাংশিংবু য়ারিবমখৈ হকচাংগী অরূম্বা হেলহল্লোইদবনি। কেলোরি য়াম্না য়াওবা চীঙ্গাক হেঞ্জিন্না চাশিনবগা লোয়ননা হকচাং শাজেল তৌবগী চাং ৱাৎপদগী অঙাংশিংদা অরূম্বা হেল্লকপনি। মরুওইনা পেকেটতা হাল্লগা য়োল্লিবা অচাপোৎ, সোফ্ট দ্রিঙ্ক অমসু অথুম-অহাউশিংনা হকচাংগী অরূম্বা হেনগৎহল্লি। মসিগীসু মথক্তা ঙসিগী মীরোলদা হিংলিবা অঙাং অয়াম্বা টেলিভিজন য়েংদুনা অমসু ভিদিও গেম শান্নদুনা মতম লেনবা মরম্না হকচাংগী অরূম্বা হেল্লক্লবগী মরম ওইহল্লি।

হকচাংগী অরূম্বা হেনবনা ওইহল্লকপা য়াবা খুদোংথীনিংঙাই ওইবা থৌওংশিংদি টাইপ-টু দাইবেটিস, মেটাবোলিক সিন্দ্রোম, হায় কোলেষ্টরোল, হায় ব্লদ প্রেসর, অজমা, স্লিপ দিসওর্দর, নন অলকোহোলিক ফেট্টি লিভর দিজিজ (এন এ এফ এল দি) অমসুং চহী নৌনা থাগী খোঙকাপ লাকপা নৎত্রগা হকচাংগী কয়াৎশিং মপুং মরৈ ফারকপা অসিনচিংবনি।

হকচাংগী অরূম্বা হেনবগা লোয়ননা অয়াম্বা মতমদা ফমজিন্দুনা লৈবা অঙাংশিং টাইপ-টু দাইবেটিস নারকপা য়াবগী রিস্ক ৱাংই। মেটাবোলিক সিন্দ্রোম হায়বসি লায়না নৎত্রবসু লায়না কয়া ওইহল্লকপা য়াবা থৌওংশিংনি। খুদম ওইনা ব্লদ প্রেসর ৱাংবা, ট্রাইগ্লাইসরাইদ ৱাংবা, ঐচ দি এল (অফবা) কোলেষ্টরোল নেম্বা পূক নোয়বগী থৌওংবু মেটাবেলিক সিন্দ্রোম হায়না খঙনৈ।

হকচাং লেঙ-ওৎপগী চাং ৱাৎপগা লোয়ননা চাবা-থকপগী মওং শোয়রবদি ব্লদ প্রেসর অমসুং কোলেষ্টরোল ৱাংখৎলক্তুনা ঈ উতোং ফুঞ্জিল্লকপদগী হার্ট এটেক নৎত্রগা ষ্ট্রোক তৌহল্লকপা য়াই। হকচাংগী অরূম্বা হেনবা অঙাং খুদিংমক অজমাগী রিস্ক ৱাংই। ওবষ্ট্রক্টিভ স্লিপ এপনিয়া হায়বসি তূমথখ্রবা মতুংদা নিংশা শ্বর হোনবা লেপখিবগী থৌওংবুনি। হকচাংগী অরূম্বা হেল্লবদি স্লিপ এপনিয়া ওইহল্লকপা য়াই।

য়ু থক্তুবসু লিভরদা ফেট পৈশিল্লকপগী থৌওংবু নন অলকোহোলিক ফেটি লিভর দিজিজ (এন এ এফ এল দি) হায়না খঙনৈ। এন এ এফ এল দিনা মরম ওইরগা লিভরদা অমাঙ-অতা থোকহল্লকপা য়াই। কা-হেন্না নোয়বগা লোয়ননা হকচাংগী অরূম্বা হেনবা অঙাংশিং মীমাঙ থোকপা ঈকায়বগা লোয়ননা পূক্লিং ৱাখলগী ওইবা লায়না মায়োক্লরকপা য়াই।

হকচাংগী অরূম্বা হেল্লবসু নৎত্রগা হেন্দ্রবসু মমা-মপা ওইবশিংনা অঙাংশিংগী মতাংদা মাঙজৌননা চেকশিন থৌরাং লৌখৎপীবা মথৌ তাই। য়ারিবমখৈ অঙাংশিংদা চিনি য়াওবা চীঙ্গাক কা-হেন্না পীজরো-ইদবনি, উহৈ-ৱাহৈ অমসুং মনা-মশিং মরাং কায়না পীজগদবনি, অয়াম্বা মতমদা ইমুং মনুংগী মীওইশিং পুন্না চামিন্নগদবনি, মপান্দা (হোটেলদা) তোয়না চারোইদবনি, কুইনা টেলিভিজন য়েংহল্লোইদবনি অমসুং নোংমগী ঙাইহাক ঙাইহাক চেন চোংদুনা শান্নহনগদবনি।

খ্বাইদগী মরুওইবা ৱাফম অমনা অঙাংশিংবু চাং নাইনা চহী খুদিংগী অমুরক ডোক্তরগী মনাক্তা পুরগা হেল্‌ঠ চেপ-অপ তৌগদবনি। চাং নাইনা চেক তৌরবদি হকচাংদা হোলকপা খুদোংথীনিংঙাই ওইবা থৌওং পুম্নমক মতম চানা খঙবা ঙম্মী।

লাইনিংথৌ সনামহী সনাপুংনা শীন্দুনা মীতৈ চনু খনবগী অথোই-অহেন তান্নখ্রে

মীতৈ চনু মিংথোল ফংখ্রবী লিন্থোই ৱাহেংবম (ময়াই) ফর্ষ্ট রন্নরস অপ ৱারেপ্পম বালেশ্বরী (ওই) অমসুং সেকেন্দ রন্নরস অপ উরমিলা শগোলশেম

ইম্ফাল, ওক্টোবর ১০(ঐচএনএস): লাইনিংথৌ সনামহী সনাপুংনা শীন্দুনা ঙরাং জি এম হোলদা পাঙথোকখিবা অহুমশুবা লূপ অসি লিংখৎপগী থৌরমদা লমদম অসিগী ইনখৎলক্লিবী চনু ৬২ রোম্না পুৱারীগা লোয়নরকপা ফিজেৎ-লৈতেংশিং শীজিন্নদুনা মীয়াম মমাঙদা মীতৈ চনু খনবগী অথোই অহেন তান্নখ্রে।

মীতৈ চনু খনবগী অথোই অহেন তান্নবা অদুগী মকোক মথং তাখ্রবীশিং নিংথৌ লৈশেম্বা সনাজাওবনা লাউথোকখ্রে। লিন্থোই ৱাহেংবমনা মীতৈ চনু মিংথোল ফংখিবগা লোয়ননা ফর্ষ্ট রন্নরস অপনা ৱারেপ্পম বালেশ্বরী অমসুং সেকেন্দ রন্নরস অপকী মনানা উরমিলা শগোলশেমনা লৌখ্রে।

হৱাইগী পোথোক হেন্না পুথোক্লবা খন-নৈনখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ১০(ঐচএনএস): মিনিষ্ট্রি ওফ এগ্রিকলচর এন্দ ফার্মর ৱেলফ্যেরে, গভর্ণমেন্ট ওফ ইন্দিয়ানা স্পোন্সর তৌদুনা নোংমগী ওইবা ৱার্কশোপ কম ট্রেনিং প্রোগ্রাম অমা প্রমোসন ওফ পলসেস প্রদক্সন ইন চুড়াচান্দপুর দিষ্ট্রিক্ট মণিপুর হায়বা অসিদা ঙসি পাঙথোকখ্রে।

চুড়াচান্দপুর দিষ্ট্রিক্টতগী লাকপা ফার্মর ৭১ না শরুক য়াদুনা পাঙথোকখিবা প্রোগ্রাম অদু কে ভি কে চুড়াচান্দপুরগী প্রোগ্রাম কোওর্দিনেটর ডা. নিরঞ্জনলাল অমসুং দিষ্ট্রিক্ট এগ্রিকলচর ওফিসর, চুড়াচান্দপুর আই রাধাচরন অমদি নেহরু যুব কেন্দ্রগী প্রোজেক্ট কোওর্দিনেটর ঐচ দোঙেলনা প্রিসাইদ তৌদুনা হৌদোকখি।

থৌরম অদু হৌদোকপগী ৱারোলদা কে ভি কে চুড়াচান্দপুরগী এ সী টি ও (সোইল সাইন্স) এল সোমেন্দ্রোনা হায়খি, চুড়াচান্দপুরদা হৱাইশিংগী পোথোক হেন্না পুথোকহন্দুনা শীজিন্নবা কোন্ননবা অমসুং দিষ্ট্রিক্ট অসিদা লৈরিবা ফার্মরশিংগী শেম্বোক লম্বী হেনগৎহন্নবা হোৎনগদবনি। এগ্রিকলচর দিপার্টমেন্ট অমসুং এ টি এম এ প্রোজেক্টতগী হৱাই মখল কয়াগী থাননবা মরূশিং ফংগনি হায়বা ৱাফমসু মহাক্না ফোঙদোকখি। অদুগুম্বা থাননবা পীরকপা হুচেনবা হৱাই মরূশিং অদু চাবা-থকপদা শীজিন্নদনবা অমসুং মপুং ফানা হুন্দুনা মহৈ-মরোং পুথোকপা ঙম্লবা ৱাফমসু থমখি।

থৌরম অদুদা ৱা ঙাঙবদা ঐচ দোঙেলনা হায়খি, নোংম-নোংমগী মীশিং হেনগৎলকপনা মরম ওইদুনা চান-থক্লবা চীঙ্গাক পুথোক্লবা লৌবুক লম্ফাংশিং শেমগৎতুনা লৌমীশিংনা অনৌবা লৌউগী টেক্নোলোজিশিং কে ভি কে চুড়াচান্দপুরনা মপুং ফানা খঙহল্লবদি পোথোক-চাথোক হেন্না পুথোকপা ঙমগনি।

থৌরম অদুগা মরী লৈননা ৱা ঙাঙবদা ডা. নিরঞ্জনলালনা হায়খি, হৱাইশিংগী পোথোক হেন্না পুথোক্ল বা হোৎনবদা লৌমীশিংনা লৌরিবা থৌদাং অসি য়াম্না চাউই। লৌমীশিংনা কে ভি কেগী ওফিসতা লাক্তুনা অসিগুম্বা প্রোগ্রাম অসি মখা তানা পাঙথোকপদা মপুং ফানা শরুক য়াদুনা মায় পাকহনসি।

প্রোগ্রাম অদু হৌদোকপগী থৌরমদা ৱার্কশোপ অমসুং টেক্নিকেল সেসনশিং পাঙথোকখি। চুড়াচান্দপুর দিষ্ট্রিক্টকী তোঙান তোঙানবা খুল ১২ দগী লাকপা ফার্মর ৭১ না শরুক য়াদুনা পাঙথোকখিবা থৌরম অদুদা কৃষি বিজ্ঞান কেন্দ্র, চুড়াচান্দপুরগী এক্সপার্টশিং অমসুং দিষ্ট্রিক্ট এগ্রিকলচর ওফিস, চুড়াচান্দপুরগী মকোক থোংবা ওফিসল কয়াসু শরুক য়াখি। থৌরম অদুদা শরুক য়াখিবা মীওই কয়ানা চুড়াচান্দপুর দিষ্ট্রিক্টতা হৱাইশিংগী পোথোক হেন্না পুথোক্লবা মীৎয়েং থম্বগা লোয়ননা ৱারোল কয়াসু পীখি।

হৌদোকখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ১০: লমশাং এসেম্ব্লী কনষ্টিট্যুএন্সিদা কনবা মীতৈগী ৱাল পোষ্টর কেম্পেইন হৌদোকপগী থৌরম অমা ঙসি অৱাং খুন্নৌ লমশোনবী কৈথেলদা পাঙথোকখ্রে।

ৱর্ল্ড মেন্টেল হেল্‌ঠ দে ২০১৬ গী থৌরম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ১০ (ঐচএনএস): ইন্দিয়ন সাইকিয়াট্রিক সোসাইটি, মণিপুর ষ্টেট ব্রাঞ্চনা শীন্দুনা ঙসি ৱর্ল্ড মেন্টেল হেল্‌ঠ দে ২০১৬ কী থৌরম পাঙথোকখ্রে।

থৌরম অদুগী অহৌবদা লম্ফেল পাৎতা লৈবা আই এম এ হোলদগী চীফ সেক্রেটরি ও নবকিশ্বর, আই এ এসনা লমথাদুনা এৱ্যেরনেস ৱার্ক হৌদোকখি। খোঙচৎ অদু রিমস গেটতগী কোম্বীরৈ কৈথেল তম্না লাক্লগা উরিপোক কাংচুপ রোদ তাদুনা নাগমপাল লম্বীদা লাক্লগা রিমস রোদতা লাক্তুনা অমুক হন্না রিমসকী গেটতা চঙলগা আই এম এগী হোলদা লমথুংফম ওইখি।

থৌরম অদুগা মরী লৈননা ৱা ঙাঙবদা চীফ সেক্রেটরি ও নবকিশ্বরনা হায়খি, মীওইবগী ফিজিকেল হেল্‌ঠতগী মেন্টেল হেল্‌ঠ অসিনা হেন্না মরুওই। মেন্টেল হেল্‌ঠনা মরম ওইদুনা হকচাংদা লায়না কয়া পোকহন্নবগী মচাক ওই। মরম অদুনা মীয়াম্বু এৱ্যেরনেস পীনবা অসিগুম্বা থৌরম অসি পাঙথোকপা তঙাইফদে।

মতুংদা আই এম এ হোলদা পাঙথোকপা থৌরম অদুদা দি কে কোরুংথাং, মিনিষ্টর, হেল্‌ঠ এন্দ ফেমিলি ৱেলফ্যেরনা চীফ গেষ্ট, ডা. এন হেরামনি, প্রোফেসার এন্দ হেদ, দিপার্টমেন্ট ওফ সাইকিয়াট্রি, রিমস লোয়ননা আই পি এস মণিপুর ষ্টেট ব্রাঞ্চকী প্রসিদেন্টসু ওইরিবনা প্রসিদেন্ট অমসুং ৱাংখেমচা শমজাই, প্রসিদেন্ট, অমজু অমদি ওর্গনাইজিং সেক্রেটরি ডা. আর কে লেনিননা গেষ্ট ওফ ওনর ওইখি।

থৌরম অদুগা মরী লৈননা ৱা ঙাঙবদা হেল্‌ঠ মিনিষ্টর দি কে কোরুংথাংনা হায়খি, হৌজিক ঐখোয়গী ষ্টেট অসিদা তংদু-লৈতাদবা থৌদোক ঙাক্তা থোক্লি। অসিগুম্বা থৌদোক ৱাথোক কয়া অসিনা মীওইবগী ৱাখল চরাংনহল্লি হায়বসি পুম্নমক্না খঙনরবা ৱাফমনি। অসিগুম্বা চরাংনবা থৌদোক ৱাথোক কয়া অসিনা মরম ওইদুনা মেন্টেল হেল্‌ঠকী প্রোব্লেম কয়া লৈরে। সুইসাইদ তৌবগী চাংসু ৱাংখৎলক্লি। মসিগীদমক্তা হেন্না পাক চাউনা মীয়ামদা এৱ্যেরনেস পীবা চঙই। য়ুম ফজবা শাদুনা ফজবা গাড়ী তোংবনা খুন্নাই অসিগী চাউখৎপা নত্তে। করম্না নুংঙাই-য়াইফবা খুন্নাই অমা ওইগদগে হায়বা অদু নৈনবা চঙই। চাবা-থকপসু হাউবা অদুগা লৈবসু নুংঙাই হায়নরিবা লমদম অসিদা মেন্টেল হেল্‌ঠ প্রোব্লেম লৈরবদি করম্না নুংঙাইবা লমদমনি হায়গদৌরিবনো। মীয়াম পুন্না অমত্তা ওইবা মওংদা নুংশি-চান্ননা, ঈং-তপ্না লৈমিন্নরবদি চাউখৎপা হায়বসি মশানা অদুম্মক লাকচগদবনি। মদুগী মথক্তা মেন্টেল হেল্‌ঠকী প্রোব্লেমসু লৈরোই। অমগা অমগা নুংশিনদ্রবদি মেন্টেল হেল্‌ঠ লৈতবনা মরম ওইদুনা পূক্লিং ৱাখলগী চরাংনবা কয়া লৈবনা ষ্টেট অসিদা চাউখৎপা পুরকপা হায়বদু ওইথোক্লোই।

মেন্টেল হেল্‌ঠকী হোস্পিটাল শানবা মমাঙদা কয়ারক মরী লৈনবা ওথোরিটিদা হায়জখিবা লৈরে অমসুং হৌজিকসু হোৎনদবা নত্তে। লেপ্তুনা তকশিল্লি। ডোক্তরগী শিনফম ওইরিবা অনা-লায়েংগী থবক অসি এসেন্সিএল সার্ভিস ওইবনিনা অনাবশিংগা শাগোন্নগদবনি। ডোক্তরশিংনা মীওইববু কনবগী থবক্তা পূক্লিং লৈতানা চঙশিনগদবনি। করিগুম্বা অশোয়বা য়াওরকপা মতমদা মী শিবা য়াওরক্কদৌরিবনি। মরম অদুনা য়াম্না চেকশিন্নিংঙাই ওই হায়না মহাক্না মখা তাখি।

প্রসিদেন্টকী ৱারোলদা ডা. এন হেরামনিনা হায়খি, হৌজিক্কী মতমদা মেন্টেল হেল্‌ঠকা মরী লৈনবা অনাবশিং রিমসতা মশীং য়াম্না লায়েংবা লাক্লে। মমাঙউৈদা য়েংলম্বা চাংদগী হৌজিক্কা লায়েংবা হেনগৎলক্লিবসি মীয়ামদা এৱ্যেরনেস লৈরকপদগীনি।

ৱাংখেমচা শমজাইনা হায়খি, ঙল্লিঙৈ মতমদা লৈকায় অমদা ৱাখল লায়নানা নাবা মীওই য়াম্না তাঙনা লৈরম্মী। অদুবু হৌজিক্তি কৈথেলদা, লম্বী-লমজাওদা চাকনি-ফিনিবা ৱাখল লায়নানা নাবা মীওই কয়া থোরকপা উরে। অসিগুম্বা ফীভম অসি পূক্লিং ৱাখল লৈতাবা ফংদবদগী ওইরকখিবনা অয়াম্বনি। ফিজিকেলগী ওইনদি হকচাং ফহন্নবা উপায় কয়া লৈরবসু মেন্টেল হেল্‌ঠ ফহনবা হায়বা অসিদি খরা লুবা ৱাফম অমনি। মণিপুরদা থবক ফংদবা মীগী মশীং য়ামখৎলকপা অমসুং থবক চঙনবা শেল পীনবগী অৱাবা কয়া মায়োক্লর-কপদগী নীংবা কায়রবা মীওই কয়ানা ময়াই কাবা চীঙ্গাকনচিংবা শীজিন্নরকপদগী পূক্লিং ৱাখল লৈতাদবা হায়বদু ওইরকই। অসিগুম্বা পোৎলম কয়া শীজিন্নবদগী ঐচ আই ভিনচিংবা লায়না কয়া শন্দোরক্তুনা পীক্লিবা অঙাং কয়া মমা-মপা লৈতবা হায়বদু ওইহল্লক্লি। মরম অসিদগী মণিপুরগী ওইবা মেন্টেল হেল্‌ঠ হোস্পিটাল অমা লিংখৎপা মথৌ তাই।

থৌরম অদুদা ডা. আর কে লেনিননা হায়খি, কুমজা ১৯৯২ দগী মালেমগী ওইনা মেন্টেল হেল্‌ঠ দে হায়না থৌরম পাঙথোক্তুনা লাক্লি। ঙসিগী নুমীৎ অসি মালেমগী লৈবাক ১৫০ দা থৌরম পাঙথোক্লি। চহী অসিগী ওইনা থা অসিগী ৪ দগী ১০ ফাওবা থৌরম অসি পাঙথোকই। হৌজিক্কী মতমদা চরাংনবা থৌদোক কয়া থোকপনা মরম ওইদুনা অপূনবা মীশিংগী চাদা ৯০ দি পূক্লিং ৱাখল ৱাবা মীওইশিং ওইরে।

নাওরেমথোং শেমজিনবীয়ু : পি কে দি সী

ইম্ফাল, ওক্টোবর ১০ : পাৎশোই, শগোলবন্দ অমসুং উরিপোক এসেমব্লী কনষ্টিট্যুএন্সি অহুমসিগী মরুওইবা থোংশিংগী মনুংদা অমা ওইরিবা নাওরেমথোং ফাইবোক থোং অসি মণিপুর লৈঙাক্লা মতম কুইনা য়েংশিনবীদবদগী মওং মরিল ইতা তাদ্রিবা অসি মরী লৈনবা দিপার্টমেন্ট ওইরিবা পি দব্লিয়ু দিনা অথুবা মতমদা শেমজিনবীয়ু হায়না পাৎশোই কেন্দ্র দিভলপমেন্ট কাউন্সীল (পি কে দি সী) না ফোঙদোরক্লি।

পি কে দি সীগী সেক্রেটরিনা থোকপা চেরোল অমনা হায়, হায়রিবা থোং অসি মতম অমদা নাওরেমথোং ফাইবোক থোং হায়না অহানবদা থোং অমখক লৈরম্বনি। মমৈথংদা অনীশুবা থোং অসি শাদুনা নাওরেম ফাইবোক থোং হায়না খঙনরকখি। মণিপুরগী পুৱারীগা শাগোন্নরিবা থোং অমসু ওইরিবনি। মদুগীসু মথক্তা মীয়াম্না চথোক চৎশিন তৌনরিবা তঙাইফদবা থোং অমা ওইবনা থোং অসি গভর্ণমেন্টনা মতম চানা শেমজিনবীয়ু। সঞ্জেম্বোং থোংবুদি শেল য়াম্না চঙনা শাখি। অদুবু নাওরেম ফাইবোক থোংদি মরী লৈনবা ওথোরিটিনা য়েংশিনবীদবদগী লাম্বোক লানশিন্দা খুদোংচাদবা কয়া থোক্লে হায়রি।

লীগেল এৱ্যেরনেস পাঙথোকখ্রে

ককচীং, ওক্টোবর ১০ (ঐচএনএস): মণিপুর ষ্টেট লীগেল সার্ভিসেস ওথোরিটিগী মখাদা দিষ্ট্রিক্ট লীগেল সার্ভিসেস ওথোরিটি, ইম্ফাল ৱেষ্টকা ওকেশ্বর-হোনেশ্বর ট্রষ্ট, লাংমৈদোংগা এলাংবম তোনে দানবী সিংহ মেমোরিএল চেরিটেবল ট্রষ্ট, হিয়াংলম অৱাং লৈকায় অমসুং সেকমাইজিন অৱাং লৈকায় মৈরা পায়বীগী পুন্না শীন্দুনা নোংমগী ওইবা লীগেল এৱ্যেরনেস কেম্প অমা ইম্ফাল ৱেষ্ট দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চন্না লৈবা সেকমাইজিন থোঙামদা পাঙথোকখ্রে।

লীগেল এৱ্যেরনেস প্রোগ্রাম অদুদা সেকমাইজিন থোঙাম মৈরা পায়বীগী প্রসিদেন্ট দব্লিয়ু রাজেশ্বরীনা চীফ গেষ্ট, ওকেশ্বর-হোনেশ্বর ট্রষ্টকী ইগজিক্যুটিব দিরেক্টর থৌনাওজম ঙৌবনা প্রসিদেন্ট অমসুং সেকমাইজিন থোঙাম মৈরা পায়বীগী সেক্রেটরি কে ঐচ সনাহলনা গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়াখি।

ইম্ফাল ৱেষ্টকী লীগেল এইদ কাউন্সেল ওইরিবা এদভোকেট কে ধনেনা পি দি এস অমসুং ফুদ সেক্যুরিটি এক্টকী মখাদা, অম্বাগী জেনরেল সেক্রেটরি বি সুপ্রিয়ানা ক্রাইম এগেনষ্ট ৱিমেন, থৌনাওজম অঙৌবনা দোমেষ্টিক ভাইওলেন্স এক্টকা