# ৱর্ল্ড দাইবেটিস দে

## 14th November 2017

## *Theme : "Women & Diabetes our right to a healthy future"*

## *India means "diabetes capital of the world"*

ডা. কে এস ঐচ কলা সিংহ
প্রসিদেন্ট, মণিপুর হার্ট ক্যের সোসাইটি

**ৱর্ল্ড** দাইবেটিস দে অসি কুমজা ১৯৯১ দা ইন্টরনেসেনল দাইবেটিস ফেদেরেসন অমদি WHO না হৌদোকখিবনি। মসি হৌদোকখিবগী মরমদি পৃথিবীসিদা দাইবেটিসনা নারবা অনাবা য়াম্না লৈ, অমদি দিভলপপিং লৈবাকশিংদা য়াম্না হেন্না লৈগল্লি। মরু ওইনা চাইনা অমদি ইন্দিয়াদা লায়না অসিগী চাং অসি য়াম্না ৱাঙনা লৈ। ***ইন্দিয়াদা মীওই মঙাগী মনুংদা অমদি লায়না অসিদগী অৱাবা তারি।*** লায়না অসি ঙস্তানা খঙদোকপা ঙমনবা হোৎনবা, মতম চানা লায়েঙহৌবা, তুংদা থোক্লকদবা অৱাবা অমদি ফত্রবা ময়ামদগী ঙাকথোকপা ঙম্নবা হোৎনবা, লায়না অসি থিংবা ঙম্নবগীদমক্তা অমদি মীয়ামদা ৱাখলল তাহননবগীদমক্তা ইন্টরনেসেনল দাইবেটিস ফেদেরেসনগী মশা ২৩০ হেনবনা লৈবাক ১৬০ রোমদা নুমিৎ অসি পাঙথোক্লরি।

হন্দক চহিগী থীমনা ৱুমেল অমদি দাইবেটিস, তুংগী পুন্সিসিদা হকচাঙ ফবা ওইহননবগী খোঙথাঙ হায়বনি। মসিগী লায়নাসি নুপীশিংদা চেকশিন থৌরাং লৌনবগী মরমদি ঃ-

১। হৌজিক নুপী মিলয়ন ১৯৯ রোমনা লায়না অসিদগী অৱাবা তারি, মসিগী মশিং অসি কুমজা ২০৪০ দদি মিলয়ন ৩১৩ দা হেনগৎপা য়ারি।

২। ***লায়না অসিনা নারবা নুপী ৫গী মনুংদা অনীদি অঙাং পোকপা য়াবা চহিগী মতমদা ওইরি।*** অসিগুম্বা মীওইসি পৃথিবিসিদা মিলিয়ন ৬০ রোম ওইরি।

৩। দাইবেটিস হায়বা লায়না অসি নুপীশিংদা শিগনবা লায়না ৯শুবনি। চহি ১দা লায়না অসিদগী শিখিবা নুপীগী মশিং অসি চাওরাক্লা মিলিয়ন অনী রোমনি।

৪। দাইবেটিসনা নারবা নুপীশিং অসিদা থমোয়গী লায়না নারকপগী চাং অসি শরুক ১০ রোম দাইবেটিস নাদবা মীওইশিংদগী হেল্লি।

৫। দাইবেটিসনা নারবা নুপীশিংনা মীরোল্লবদি থা শুদ্রিঙৈদা অঙাং পোকপগী চাং য়াম্না ৱাঙনা লৈ অমদি পোক্লকপা অঙাংদুসু মপুঙ ফাবা ৱাৎপদগী মওং তাদবা য়াই।

***দাইবেটিসনা নারবা নুপীশিংনা লৌগদবা চেকশিন থৌরাঙশিং***

হকচাঙ ফনা থম্বা-ঙমনবা ঙল্লিঙৈগী মতমদগী হোৎনগদবনি।

লায়না অসি খঙদোক্লবা হোৎনবীবা, মপূং-ফানা অমদি মতম শাংনা হীদাক-লাঙথক চাবীগদবনি।

লায়না অসি করিনো অমদি তুংদা করি করি থোক্লকপা য়াবগে হায়বসু কুপনা তাকপীবা অমদি ঙাকথোকপা ঙমনবা অনৌবা উপায়শিং খঙহনগদবনি।

দাইবেটিসনা নারবা নুপীশিংনা মীরোল্লকপা মতমদা ডাক্টরশিঙদা ঙনতানা য়েঙহনগদবনি অমদি চেকশিন থৌরাং খুদিংমক্তা লোয়ননা লৈবীগদবনি।

লায়না অসিদগী অৱাবা তারবা নুপী খুদিঙমক চাবা থকপদা চেকশিনবীগদবনি অমদি হকচাঙ শাজেনসু চাং নাইনা তৌবীগদবনি।

***দাইবেটিস হায়বা লায়না অসি করিনো***

ঈশাগী ঈদা চিনীগী চাং হেন্না য়াওববু ঐখোয়না দাইবেটিস হায়না খঙনৈ। চাক চাদ্রিঙৈদা ঈদা য়াওবা চীনি অসি শরুক 130 mg/dl অমদি চাক তোকপা মতুঙদনা 180 mg/dl অসিদগী হেলহনলোইদবনি। লায়না অসি মখল অহুম শুই মদুদি ঃ-

**টাইপ ১ দাইবেটিস**

মসিবু ঐখোয়না Juvenile দাইবেটিস হায়না খঙনৈ, মরমদি অঙাংশিংদা নত্রগা নহা ওইরিবা মীওইশিংদা লৈগল্লি। ঐখোয়গী হকচাঙ অসিনা ইনসুলিন অসি পুথোকপা ঙমদবদগীনি, মরমদি মসি পুথোকদবা বীতা সেল (B-Cell) অসি ফেল ওইবা নত্রগা শিবদগীনি। অদুনা মপানদগী ইনসুলিন অসি কাপ্পা তায়। মরম অসিদগী মসিগী মখল দাইবেটিস অসিবু ইনসুলিন ডিপেনদেন দাইবেটিস মেলিতস হায়না খঙনৈ। দাইবেটিস নাবা মীওইশিংগী মনুঙদা চামদা ১০ মুক্তি লায়না অসি ওই।

***টাইপ ২ দাইবেটিস***

মসিবু ঐখোয়না নন ইনসুলিন ডিপেদেন দাইবেটিস মেলিতস হায়না খঙনৈ। দাইবেটিস নাবা মীওইশিংগী মনুঙদা চাম্মদা ৯০ মুক্তি লায়না অসি ওই। ঐখোয়গী হকচাঙ অসিনা দরকার লৈবা ইনসুলিন অসি মতিক চানা পুথোকপা ঙমদবদগীনি, নত্রগনা হকচাঙগী সেল ময়ামসিনা ইনসুলিন অসি শীজিন্নবা ঙমদবদগীনি। লায়না মখল অসি চহি য়ামলক্লবা মীওইশিংদা লৈগল্লি অমদি অনাবা মীওইশিংনা য়াম্না থেংনা খঙবসু য়াওই। য়াম্না তোয়না থোকনবা মীওইশিংগী মনুঙদা চহি ৪০ শুরবা, ফমজিন্দুনা থবক তৌবা, ফৎতবা চীঞ্জাক চাবা হায়বদি মরেক মহাও য়াম্না য়াওবা, অথুম্বগী শরুক য়াম্না য়াওবা, মশাগী অরুম্বা হেনবা, ইমুং মনুংগী অহলশিংদা লায়না অসি লৈখিবা, ব্লড প্রেসর অমদি কোলেসতেরোল ৱাঙবা, থাইরোডগী অনাবা লৈবা বোডি মাস ঈন্দেস ৱাঙবা ময়ামসিদা থোক্কলি।

***গেসতেসনেল (Gestational) দাইবেটিস***

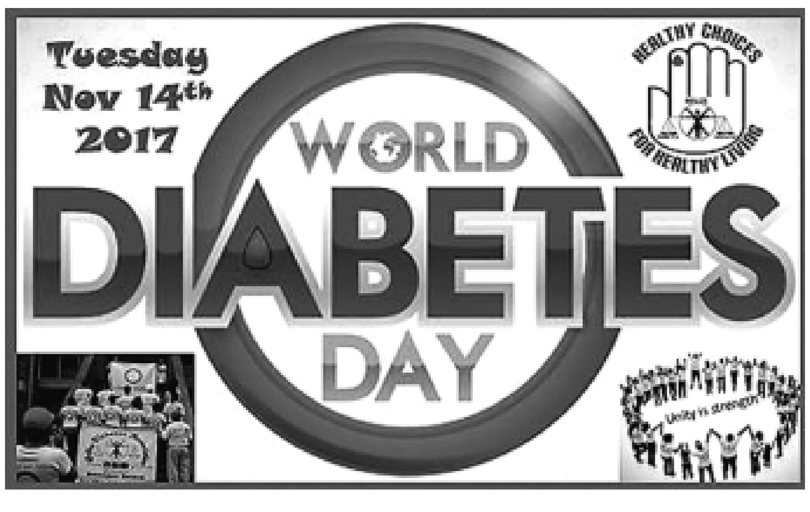
মসিনা মীরোলবী নুপীশিংদা হকচাঙগী চীনীগী চাং অসি ৱাংবদগীনি। তশেংবা করি মরমদগী থোকপনো হায়বদুসু খঙবা ঙমদে। চাওরাক্লা হাপতা ২৮ হায়রক্লবা মতমদা নত্রগা হেলক্লবা মতমদা থোক্কল্লি। ***চাওরাক্লা মীরোল্লবী নুপী ১০০ গী মনুংদা ৪ রোমদি লায়না অসিদগী অৱাবা তায়।*** অদুবু অঙাং পোক্লবা মতুংদা অদুম ফখিবসু য়াওই। অসিগুম্বা মমাশিংনা পোকপা মচাশিংসু হকচাঙগী অরুম্বগী চাঙসু হেনগনলি অমদি দাইবেটিসু লৈগল্লি।

***দাইবেটিসনা হকচাঙদা করি করি নুঙাইতবা থোকহনবগে***

অহানবদা লায়না অসি লৈরবদি মপান তোয়না থোকপা (Frequent Urination), ঈশিং য়াম্না খৌরাঙবা (Excessive Thirst), য়াম্না চোকথবা (Lack of energy), মীৎ শেংনা উরক্তবা (Blurr Vision), য়াম্না তোয়না অরাম্বা ফাওবা (Extreme Hunger), উনশা য়াম্না কঙবা (Very Dry Skin), য়াম্না তোয়না উনশা, য়া, প্রাইভেট পার্ট ঈনফেকসন তৌবা (Frequent infection), মরম চাদনা ইশা ময়েঙ তারকপা (Unexplained Weight loss), খোঙ-খুক্তা জিঙ-জিঙ লাওবা অমদি শোকপদা-খঙজিল্লক্তবা (Tingling & Numbness in hands & feet), ইশাগী ফীলীং হন্থরকপা (Erectile dysfunction) অসিনচিংবা ময়ামসি থোকহনবা য়াই।

***দাইবেটিসনা থোকহনবা ফৎত্তবশিং (Complications)***

দাইবেটিস নারবা মীওই অনিগী মনুংদা অমদি খঙহৌদবদগী হকচাঙদা অৱাবা কয়ামরুম পোকহল্লি। অদুনা ঐখোয়না লায়না অসি লৈবরা লৈতবরা হায়বসি ঙনতানা খঙদোকপীগদবনি। হকচাঙগী ঈদা-চিনি অসি হেনবদগী ঈগী উতোংদা তুঙশিনবা অমদি ফুনজিনবনচিংবা তৌদুনা স্ট্রোক (Stroke), মীৎ তাঙবা (Diabetic Retinopathy), থম্মোয়দা ঈ ফঙহনদবা (Heart Attack), অমদি মপাঙ্গল য়াওদনা চাওথোকপা (Dilated Cordiomyopathy), কীডনি ফেলর (Kidney failure), খোঙ খুৎতা ঈনফেক্সন (Infection) তৌরকপা অমদি পুমথহনবা (Gangrene), শীংলী (Nerve) শিদহনদুনা খোঙ-খুৎতা নাবা, জিঙ জিঙ ফাওবা (Paraesthesia, tingling & Numbness) অমদি হকচাঙগী ফীলিং হন্থবা (Erectily dysfunction) অসিনচিংবা থোরকপা য়াই। খঙজিনবীগদবা অমনা লায়না অসি লৈরবদি খুজিন ককপা মতমদা খুজিনথাঙ শীজিন্নদনা নেল কটর শীজন্নবনা হেন্না অশোক অপন থোকহনদে।




***দাইবেটিসনা নারবশিংনা চাগদবা চীঞ্জাক***

চাং নাইনা অমদি মতম চানা অয়ুক্কী অমদি নুমিদাংগী চাক চাবীগদবনি। চীঞ্জাক্লা লায়না অসিগী মরায়বক লেপকনি। ঈশাগী অরুম্বা হেন্দনবগীদমক্তা ফেট অমদি সোল্ট য়াম্না য়াওদবা অদুগা ফাইবর য়াম্না য়াওবা চীঞ্জাকশিং চাবীগদবনি। আলকোহোল অমদি অথুম্বা চীঞ্জাকশিং থাদোকপীগদবনি। চাক চাবগী মহুৎতা চাপাটী চাবনা হেন্না ফৈ। উহৈ মরু ওইনা হৈজামপেৎ (ষ্টোবেরিস, ব্লেক বেরিস, গুজবেরি), এপল অসিনচিংবা চাবা য়াই। কোফী, দালচিনি, চনান, কোলি হৱাই, কোবী লৈ অশঙবা, পালংচাক্লচিংবা মনা মশিং ময়ামসি তোয়না চাবীগদবনি। চয়োল অমদা ঙা অনিরক্তি চাবীগদবনি। কীডনিগী লায়না লৈত্রবদি নোংমদা শঙ্গোম অনিরক থকপা ফৈ।

***দাইবেটিস অমদি হকচাঙ শাজেল***

লায়না অসি ফনবা হোৎনবদা হকচাঙ শাজেল তৌবীগদবনি । মরু ওইনা তৌবীগদবা হকচাঙ শাজেলশিঙগী মনুংদা, ৱাকিং ময়ায় ওইরপনা কন্না চৎপা (Brisk Walking), ঈরোইবা (Swimming), চেনবা অমদি চোঙদুনা শানবা (Jogging), সাইকল থৌদুনা চৎপা (Cycling), বোক্সীং অমদি মসল শানবা (Aerobics), জগোয় শাবা (Dancing), কাথোক কাশিন শানবা (Climbing), অমদি যোগা শানবা অসিনচিংবনি। নোংমদা য়ামদ্রবদা মিনিট ৩০ রোমসি হকচাঙ শাজেন তৌবিগদবনি।

***দাইবেটিস থিংনবগী (Prevention) উপায়শিং***

থিংনবগী উপায়শিং অসি মখল অহুম থোকনা খায়দোকপা য়াই।

১। প্রাইমা প্রীভেনসন ঃ ঈশাগী অরুম্বা হেনদনবা হোৎনবা, অফবা চীঞ্জাক চাবা মরু ওইনা মশিং য়াওবা অথুম্বা য়াম্না য়াওদবা মনা-মশিং, উহৈ-ৱাহৈ য়াম্না তোয়না চাবীবা, ফেট য়াম্না য়াওদবা চীঞ্জাক চাবা, য়ু (Alcohol) থাদোকপীবা, চাং-নাইনা অমদি তোয়না হকচাঙ শাজেল তৌবীবা।

২। সেকেন্দরী প্রীভেনসন ঃ মতম চানা অমদি মতম শাংনা দরকার লৈবা হীদাক চাবীদুনা হকচাঙদা য়াওবা চিনিগী চাংদু ৱাঙদনবা হোৎনবীবা।

৩। টরসরী প্রীভেনসন ঃ দাইবেটিক নারবা মীওইশিংগীদমক্তা দাইবেটিক ক্লীনিক অমদি ঈপীদেমিওলোজিকেল রিসারস সেন্তর (Epidemiological Rsearch Centre) অসি লিংখৎপীদুনা অনাবগী মরমদা কুপনা খঙবা ঙমনবা হোৎনবা ⮌

# লাইব্রেরি ৱিক্লা মণিপুরদা অওনবা পুরকপা ওইরসনু

ডা. থৌনাওজম রুহিচান্দ

**নেসনল** লাইব্রেরি ৱিক (নবেম্বর ১৪দগী ২০ ফাওবা), ২০১৭ লাকপগা ইরোইননা ঙসিগী মার্ক অমদি সার্টিফিকেট খক্তদা য়ূম্ফম ওইরক্লবা, ট্যুসন কলচরনা মহুৎ শিনজিল্লক্লবা মণিপুরগী এদ্যুকেসন সিষ্টেম অসিদগী কলহৌনবা লাইব্রেরিদা মায় অমুক্তং ওনশিনমীন্নরসি অমদি মীয়াম হুপ্পা লাইরিক পাবগী চৎনবী অমা শেমগৎমিন্নদুনা লমদম অসিদা ইং-চিকপা, চাওখৎপা পুরক্লবা হোৎনমিন্নরসি।

মমিং চৎপা ট্যুসন/কোচিং সেন্তরদা চত্তুনা নৎত্রগা শেনখক্তংগী খনবা ওজা খরদগী লৈবা পরিক্ষাদা হংগদবা ৱাহং-পাউখুম খরখক্তু চিনফা পুরগা লোইরে খঞ্জবা, স্কুল কোলেজ কাববু লোইখ্রবদি য়ূমদা লাইরিক অমফাওবা থিবা খঙদবা মীয়াম্না মশীং হেন্না লৈবা ঐখোয়গী খুন্নাইদা লাইব্রেরি চাওখৎহন্দুনা মীয়াম হুপ্পা লাইরিক পাবগী হৈনবী অমা শেমগৎপা হায়বসিনা হন্দক চহীগী নেসনল লাইব্রেরি ৱিক্কী নুংগী ওইবা ৱাহন্থোক চেনবা খ্বাইদগী মরুওইবা পান্দম ওইহনসি। অদু নত্তদুনা লাইব্রেরিগী মীংদা ফঙ্কসন, প্রোগ্রাম খরা পংশিন্দা শিনজিল্লগা পৈশা কায়থোকপা য়াননবা হোৎনরগদি হৌখিবা চহী কয়ারোমদগী পাঙথোক্তুনতা লাক্লিবা ৱাহন্থোক য়াওদবা মীয়ামদা অকনবা ঈথিল অমত্তসু পীবা ঙমদবা, অওনবা অমত্তসু পুরক্তবা হামু-হামুগী লাইব্রেরি ৱিক অদুমাইনা অদুম হৌখিগনি। মীয়াম হুপ্পা য়াওবা লাইব্রেরিগী ঈহৌ অমা শেমগৎপা ঙমদ্রিবমখৈ অসিগুম্বা লাইব্রেরিগী প্রোগ্রামশিংগী ৱাহন্থোক লৈখিরোই। লমদম অসিদা লাইব্রেরি চাওখৎহন্নবগী থবকশিং থম্মোয় শেংনা মরী লৈনবা লোইশঙশিংনা হেক লৌখৎলক্ত্রিবমখৈদি আর আর আর এল এফ, কোলকটানা চহী খুদিংগী থাদরকপা লুপা ক্রোর ক্রোরগী শেনফমসি মীওই খরগী শেল পেকফম অদুম ওইদুনা লৈখিগনি। ইরমদমসিদা পব্লিক লাইব্রেরি হিঙ্গৎলকপগী থাজবা লৈশিল্লক্ত্রে। মরম অসিদগীনি অতোপ্পা লূপশিংনদি মখোয় মখোয়গী হীরমদুদা শেল থাদবিরক্লবা কন্না হোৎনরিবা অদুগী ওন্না তৈনবদা লাইব্রেরিগী ওইনদি মশা মথন্তা চাং নাইনা থাদরক্লিবা শেল অসি কাঙলোন চুম্না শীজিন্নসি হায়না ফনা কন্না লাউরবসু কান্নদ্রে। কুমজা ১৯৯৮-২০০০ অদুৱাইদা লাইব্রেরি সাইন্সকী সোর্ট টার্ম সার্টিফিকেটকী কোর্স তৌদুনা অমদি ওরেন্টেসন, ৱার্কশোপ অমদি ট্রেনিং কোর্সনচিংবা কয়া পাঙথোক্তুনা লন্নাই লূপকী লাইব্রেরিশিং ফজনা চলাইহন্নবা হোৎনবদা মতেং পাঙলম্বদুসু তোকপীখ্রবনিনা লৈঙাক্লা লন্নাই লূপশিংদা থাদরিবা লাইব্রেরিগী মচাকশিংগী কান্নবদু মীয়াম্না চপ চানা ফংবা ঙল্লিব্রা হায়বসিসু ৱাহং অমনি। সেন্ট্রেল লাইব্রেরিগী মখাদা কান্নবা ফংবা লন্নাই লাইব্রেরি ১৪৪ লৈবগী মনুংদা চীংগী লমদা লাইব্রেরি ৯ খক লৈরিবা অসিনা তাকপদি লাইব্রেরি এৱ্যার্নেস তৌরবসু মমিংতগী ওইবা মওংদা তৌবনা মীয়ামদা করিমত্তা অপান্বা পোকহনবা ঙমদ্রে হায়বনি। উখ্রুলদদি লাইব্রেরি অমত্তা লৈতবসিনা তাকপদি মরী লৈনবশিংনা করিমত্তা য়ৌশিনবীদ্রে হায়বনি।

লাইবক থিবা অমনা হায়রিবা লন্নাই লূপ ১৪৪গী মনুংদা লাইব্রেরি ৪৩খক্কী মমিংদা লাইব্রেরি হায়বা ৱাহৈসি য়াওবা মরম্না য়াওদবশিং অদুদি লাইব্রেরিনি হায়না মীয়ামদা খঙহন্দে। সেন্ট্রেল লাইব্রেরিনা অসিগুম্বা খুদোংচাদবা/চমম্নহনবা কয়াসি মতুংদদি থোকহন্দনবা হোৎনবীয়ু।

মণিপুরদা মতমগা চুনবা লাইব্রেরি এন্দ ইনফোর্মেসন সার্ভিস ফগৎহনদুনা ক্বালিটি এদ্যুকেসন পুরক্লনবগী পান্দমদা লমদমসিগী লাইব্রেরি এন্দ ইনফোর্মেসন সাইন্স (এল আই এস) প্রোফেস্নেলশিং অমদি মহৈরোয়শিংনা লৌগদবা থৌদাংশিংদি (১) মণিপুরদা একাদেমিক, স্পিসিয়েল অমদি পব্লিক লাইব্রেরিশিংগী ফঙ্কসন এন্দ সার্ভিসেস ফগৎহনদুনা মীয়াম পূম্বা লাইরিক লাইশু নিংথিনা পাবা অমদি নৈনবগী খুদোংচাবা ফংহন্নবা হোৎনবা (২) লাইব্রেরি চাওখৎহন্নবা মরী লৈনবা এক্টশিং ষ্টেট অসিদসু চৎহন্নবা হোৎনবা (৩) লমদমসিদা এল আই এস এদ্যুকেসন অমসুং লাইব্রেরি মুভমেন্ট চাওখৎহন্নবা রিছার্স ৱার্ক্স তৌবা (৪) আই সী টিগী চহীচা অসিদা লাইব্রেরিনা মীয়ামদা ফংহনবা য়াবা ফেসিলিটিজ পূম্বা ফংহন্নবা হোৎনবগা লোয়ননা শিনফমসিদা থবক তৌরিবা মীওইশিংগী ৱার্কিং কন্দিসন ফগৎহন্নবা হোৎনবা অসিনচিংবনি।

লাইব্রেরি হায়বসি করিনো ফজনা খঙদবা মহৈরোয়শিং অমদি লাইব্রেরি লৈতবদা করিমত্তা নুংঙাইতবা পোক্ত্রবা ওজাশিংনা মশীং য়াম্বা মণিপুরদা লাইব্রেরিগী কান্নবা ফংহন্নবা হোৎনবা হায়বসি অরাইবা থবক্তি নত্তে। অদুবু লমদমসিদা হৌজিক ওইরিবা লাইব্রেরিশিংগী ফীভম, লাইব্রেরি মুভমেন্টগী খোঙজেল অমদি মীয়াম্না লাইব্রেরি প্রোফেস্নেলশিংদা য়েংবীরিবা মীৎয়েং অমদি পীরিবা ষ্টেটস অসিনচিংবা কয়াসি য়েংলুরগা ঐখোয়দি এল আই এসতা মাষ্টর অমদি পি ঐচ দি কোর্স তল্লিবনি হায়দুনা শুম পেন্থোক্তুনা লৈথোকপা ঙল্লক্ত্রদুনা মহৈ-মশীন তম্বদা লাইব্রেরি য়াওদবা শুকয়া য়ারোই, লাইরিক পাবগী হৈনবীসি অঙাং ওইরিঙৈদগী শেমগৎহৌগদবনি, ওজা লিশীং-লিশীং হাপ্পখক্তনা ক্বালিটি এদ্যুকেসন পুরকপা ওইথোক্লোই। নোলেজ সুপরপৱার ওইননবা হিদান্নবদা শরুক য়াবা ঙল্লরোই হায়বা ৱাখল্লোনসিদা য়ূম্ফম ওইজরগা তপ্পা তপ্পা ওইরবসু অওনবসি পুরক্লবা চহী খরসিদা কন্না হোৎনদুনা লাক্লি।

মহৈ-মশীন তম্বদা লাইব্রেরি অসি অসুক্কী মতিক মরু ওইবনা মসিগী কান্নবশিং অসি চপ চানা ফংহন্ননবা একাদেমিক কম্যুনিতি পূম্নমকপু লাইব্রেরি/ইনফোর্মেসন লিটরেট ওইননবা সী বি এস ঈনা এল আই এসপু পেপর অমা ওইনা হাপখ্রবা ফাওবসিদা মতমগা চুনবা লাইরিক খরা ফাওবা লৈনীংদবা অমদি হেক লিংখৎলকপদগী ঙসি ফাওবদা মণিপুর লৈঙাক্কী স্কুল (হায় স্কুল ১৫২৯ এন্দ হায়র সেকেন্দরি ৪০) শিংদা লাইব্রেরিয়ান অমা ফাওবা হাপখিদ্রিবা ঐখোয়গী গভর্ণমেন্টসিগী পোলিসি অসি মীয়াম্না খক য়াফম থোক্তে। লাইব্রেরি মুখৎতুনা ঐখোয় পূম্বা লাইরিক পাহন্দবা হোৎনরিবা অসি লৈঙাক মপূ অসিগী করম্বা অরোনবা থৌশিলনো? আই টিনা খম থেংনা চাওখৎলবা মালেমগী লৈবাক পূম্নমক্লা নোলেজ বেজ সোসাইটি ওইননবা কন্না হোৎনরক্লবা চহীচাসিদা লাইব্রেরিগা শুকশম শম্নদ্রবা মণিপুরগী এদ্যুকেসন সিষ্টেম অসিনা পুরক্কদবা খুন্নাইসিগী তুংগী ফীভম অদু লৈবাক মীয়াম পূম্বনা অমুক্তংদি উমিন্নবা অমা চঙই। লাইব্রেরিগী ৱাহন্থোক লৈহনবীরোইদবা ওইরবদি স্কুল অমবু রিকগনিসন পীবা মতমদা লাইব্রেরি লৈত্রবসু য়ারে হায়না মরী লৈনবা লোইশঙনা লাউথোকপীবনা হেন্না ফরগনি।

মেগাজিনগী অমদি স্পোর্টস এন্দ কলচরগী ফি লৌখিবা অদুগীদি ষ্টুদেন্ট য়ুনিয়নগী মরী লৈনবা সেক্রেটরিশিংনা পৈশাদু কায়থোক্তুনা মেগাজিন ফোঙলি, স্পোর্টস এন্দ কলচরেল মীট কয়া কয়া পাঙথোক্ল রি। অদুবু লাইব্রেরিগী ফি লৌখিবা অদুগীদি মহৈরোয়শিংনা নোংমতা ৱাকৎনরুবা অমত্তা লৈতে। দিপার্টমেন্টগী বজেটতা লাইব্রেরি চাওখৎহন্নবা শেল কয়া হাপ্লি হায়বসিসু কনামত্তনা থিগৎপীরুদে। অদুনা তঙাইফদনা লাইব্রেরি সেক্রেটরি অমমম ষ্টুদেন্ট য়ুনিয়নশিংদা হাপচিনদুনা লাইব্রেরিগী খুদোংচাবশিং অসি মপূং ফানা ফংমিন্ননবা লমসিগী মহৈরোয় লূপশিংনসু হীরমসিদা পূক্নিং চঙহন্নীংই।

সেন্ট্রেল গভর্ণমেন্টকী স্কুলদা ওজাশিংগা পে স্কেল চপ মান্নবা লাইব্রেরিয়ান হাপ্পীবসিগী ৱাহন্থোক মণিপুরগী লৈঙাক মপূনা ঙসি ফাওবা খঙদ্রি। অদুনদি মীয়াম্না ফরে, ফরে হায়নরিবা মণিপুরগী লন্নাই স্কুলশিংনসু লাইব্রেরি হায়বসিদি চুম্নগী বোর্দ অমসুং কাউন্সিলদগী রিকগনিসন খক ফংনবা মমিংতগী ওইনা থম্বা য়াবজাৎনি হায়না খন্নরকপা তাবনি। ওইরক্লিবা ফীভমসিদা লাইরিক-লাইশু ৱাংনা তম্লুরবা মমা-মপা ওইবশিংনা ফাওবা মচাশিংগীদমক অফবা স্কুল, কোলেজ খনবদা লাইব্রেরিগী ফেসিলিটি শুনা ফংহনব্রা/ফংহন্দব্রা হায়না নোংমত্তা থিনরুদ্রে। মার্ক ৱাংনা ফংলগা তলব চাবা থবক অমা ফংবখক্তনা লাইরিক তম্বগী অল্টিমেট গোল ওইবা লমদম অমদবু কদাইদগী চাওখৎপা অমদি ঈং চিকপা পুরকপা ঙমগদৌরিবনো? লমদমসিদা ঙসি ঙসিমক থোক্লিবা থৌদোক-ৱাথোকশিং, ঈরাং, হাৎন-শুনবা কয়া অসিনা ময়েক শেংনা তাক্লে, মদুদি ঐখোয়গী খুন্নাই অসি লাইব্রেরি থৱায় য়াওদবা, লাইরিক পাদবা, চাওখৎতবা খুন্নাই অমনি হায়বসি। মালেমদা য়াম্না চাউনা অওনবা পুরকখিবা ইন্দষ্ট্রিয়েল রেভল্যুসন অসি ঐখোয়দি ঙসি ফাওবা ফজনা য়াওবা ঙমজদ্রিবনি। অদুবু হৌজিক লাক্লিবা ইনফোর্মেসন অমদি নোলেজগী রেভল্যুসন অসিদা অমুক্কসু মপূং ফানা য়াওবা ঙমহৌদ্রবদি ঐখোয়দি ঙসিগী মালেমগী হোংলক্লিবা য়াওল অসিদা য়াওবা ঙমদদুনা অদুম মুৎচখিবা তাবনি। লাইব্রেরি য়াওদবা এদ্যুকেসন সিষ্টেম অরেম্বনি। মহৈ লোইশঙশিংনা লাইব্রেরিবু মীরাইরবদি খুন্নাইগী হীরম অমত্তদা অওনবা অমদি চাওখৎপা পুরকপা ঙল্লোই। আর এম এস এগী মখাদা স্কুল লাইব্রেরিয়ান ১১৬ হাপ্পনবা কুমজা ২০১১দা ঐচ আর দি মিনিষ্ট্রিনা অয়াবা পীরকখিবদু তোকথোক্লগা ওফিস এসিষ্টেন্ট ওইনা লৌননবা হোৎনরম্বা মণিপুর লৈঙাক্কী থৌরাংদু লিসসমনা মায়থীহনখ্রবা মতুংদা গভর্ণমেন্ট কলেজশিংদা ৱাৎতুনা লৈরিবা লাইব্রেরিয়ানগী অহাংবা পোষ্ট মেনশিন্নবা কন্না তক্লবদগী হৌখিবা ইম্ফাল বুক ফ্যের ২০১২দা এদ্যুকেসন মিনিষ্টরনা লিসসমগী দিমান্দশিং ফুলফিল তৌহল্লগনি হায়না লাউথোকপীরমখি। মসিগা লোয়ননা দিষ্ট্রিক্ট লাইব্রেরিশিংদা ষ্টাফ অমত্তা লৈতবা অমসুং সেন্ট্রেল লাইব্রেরিগী ফঙ্কসন এন্দ সার্ভিস ফগৎহন্নবা অটসুমগা পুন্দুনা কন্না তকশিনবদগী পব্লিক লাইব্রেরিগী ষ্টাফ কয়া হাপচিন্নবা কেবিনেটতা ৱারেপ লৌখ্রবনি। অওনবা খরা অসিদা ঐখোয় পেন্থোকপদি য়াদ্রি। মণিপুরগী স্কুলশিংদা অমদি গভর্ণমেন্ট দিপার্টমেন্টশিংদা লাইব্রেরি সার্ভিস ফজনা ফংহনবা ঙমদ্রি। লমদমসিগী মায়ওন চুমগদৌরিবা মণিপুর য়ুভির্সিটিগী লাইব্রেরিসি ইপেন-পেন্নিংঙাই ওইদ্রি। দিজিটেল লাইব্রেরিগী চহীচা অসিদা ঐখোয়না হোৎনগদবা য়াম্না ৱাৎলি। ইন্দিয়াগী ন্যু এদ্যুকেসন পোলিসি শেম্লকপা মতমসিদা মণিপুরগী ওইনা রিকমেন্দেসন অমদি সজেসন পীবা মতমদা মরী লৈনবশিংনা লমদমসিগী লাইব্রেরি এন্দ ইনফোর্মেসন সিষ্টেমগী মতাংদা কূপ্পা খন্নহৌবা চুমগনি। ⮌

## মরোল থোকপা লাই