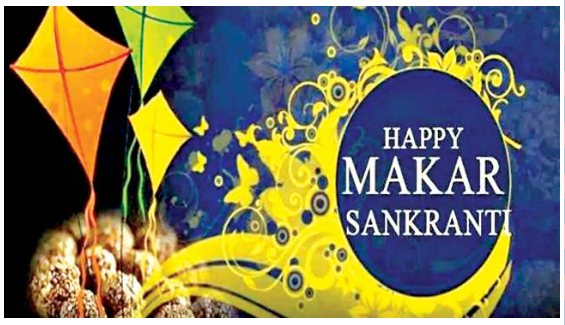
থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

হন্দক্কী নিংথম থানা তম্বীরম্বা পারা অমা



নিংথম থা লোইশিল্লক্লে। মকর-সংক্রান্তি হায়নবা নুমিৎ অদু ঙসিনি। মণিপুরগী মপান্দা লৈবা হিন্দুশিংগীনা ঙরাংনি। ঐখোয়না অঙাং ওইরিঙৈদদি নুমিৎ অসি কাংশুবী চাবা নুমিৎ হায়না খঙনরকই। ঙসিগী নুমিৎসিদা কাংশুবী চাহৌদবা মী অদু হুই ওল্লি/হয়েংমুক্কী মপোক্তা হুই ওইনা পোকই হায়ব্রা-কৈনো-ৱারী অমা লীবীরকই অহলশিংনা। কনানা ইরম্বা/লীরম্বা ৱারীদগী থোকখিবা চীনথোক্লো - মদুগী ৱারীদুমদি ঐহাক থেংনরক্ত্রি। মীনা লীবদা চীখরম্বা ৱারীসি থি-হুমদুনা ফন ফজনদি পাব্রা খনজবনি। অৱাংপশিংদুগী মনুংদা ৱারীসিমসু ওইরল্লে। নুমিৎনা মখারোমদা কুমথদুনা 'ট্রোপিক ওফ কেপ্রিকোর্ন' মপা য়ৌরুবা নুমিৎ অদুবুনি। মরমসিনা, নুমিৎসিবু নিংথম থাগী অরোইবনিসু হায়নৈ। মথংগী নুমিত্তগীদি তপ্পা তপ্পা শাগৎলক্লগনি।

কুমসিগী নিংথম থাসি মতা অমা ঈংই হায়নখিবা নুমিৎ খরা য়াওখিবদু ময়াম খঙবীহৌবরা? মদু তশেংবমক্তি, নিংথম-থাগী উন পুবা নুংশিৎনা ঈংহনখিবা নত্তে। ৱাকচিংগী নোং হায়নবা, মীওইবদা অমৃতগী মশক ওইবা, হাইফেৎ খীক্লগা তোক্লমগদবদু, ঈঙা নোংগুম চুরকখিবদুননি। ৱাকচিংগী নোংনা লৈখোম থোক্লবদি লৈপাক ৱায় হায়নবদু চুমদৌরিবরা? তুংলমচৎ উবা নোস্ত্রাদামসগী 'লাইফাও'গুম্বনি হায়নবা ৱাদুনসু কুমজা ২০২০, ৱাথোক্লা থনগনি, মালেম অসি ৱাগনি হায়জিল্লমগুমসু তৌই, ময়ামসি মথ্বায় ৱানৈ। অসিগুম্বা ৱাসি তাগদবা, থাজগন্দবা ঐঙোন্দবুদি ৱাফমসিনা করিসু লাংতক্লবা পোকহন্দে, নাচুংবসু তৌহন্দে। অদুবু, ঐনা ঙসি নিংথম-থাগী ৱা হৌদোক্লবদি - ঐখোয়না অঙাং ওইরিঙৈগী নিংথম-থাদুগা, হৌখিবা চহী খরসিদা থেংনরকখিবা নিংথম-থাগী শক্তমশিংদুগা মশক থোক্লা খেন্নবা খরা উরকপদুদা পুক্লিং লাংতক্লরকপনি।

নিংথম অয়ুক অঙনবা, নোংপোক্তগী নোংচুপ তম্না পাইরকপা তেনৱা শঙ্খু শঙ্খুদু উরকখিদবসিবু ইথন্তরা ? লোক্তাক পাত্তা পাইরক্লম্বা সাইবেরিয়াগী উচেকশিংদুসু কুমসিদি অয়াম্বনা পাইরকখিদ্রে। নিংথম-থাদা উচেক শঙ্খু পাইবা উরম্লগা উরকখিদবসিনা ঐখোয়দা পীরিবা পাউজেলসি অনীনি - মালেমগী ঈশিং-নুংশিৎ হোংলকপা (ক্লাইমেট চেঞ্জ) অমদি মালেম্না শাবা হেনগৎলকপা (গ্লোবেল ৱার্মিং)গী প্রোব্লেম ঐখোয়দসু য়ৌরক্লি হায়বা অমগা থৱায় পানবশিংনা চাননবা চীঞ্জাক ফংবগী চাং হন্থরক্লে হায়ব'মগা। উচেকশিংনা নিংথম থাদা করিগী ময়ুম হোংলিবনো হায়বগী মরম, পাউদমজরিবা ঐহাকপু তাকপীবা ঙম্বনা অয়াম্বনি পাবীরিবশিংগী মরক্তা। ঐদি চুম্না নীংশিংজবখক্তনি। মখোয়না চাক্তাফম ওইরম্বা পাৎ-তুরেল পুম্নমক ঈংবা অসুম হেনজিল্লক, ঈমায় উন্না কুপসিল্লক মখোয়না ফাদুনা চারম্বা, মচীঞ্জাক ওইবা তীল-কাঙ-মশক উরক্তে। মতোন থত্তুনা চানবা পাম্বীশিংসু উন্না কুপশিনখি, মচীঞ্জাক ফংবা মফম থিদুনা চাক্তাবা, মহৌশাদগী তৌরকই, কদায়দা করি লৈবগে খঙজনবা শক্তিদু মহৌশা লাইরেম্বীনা পীনরকই মফমদা। মায়কৈ লেপ্পবা নেচরেল কম্পাস য়াওজরকই মশাদা।

গ্লোবেল ৱার্মিং/ক্লাইমেট চেঞ্জ - মালেমগী ওইনা সিরিয়স ওইবা প্রোব্লেমনি খন্নরবসু লাইরৈবাক্তা পোকপা লাইগী মচাশিংসিদদি করিসু নত্তে, কনানসু নুংনাংদে। অশং-অমাননা শংলম্বা চীং, অনৌবা শক্লোন হোংদুনা চীংলৈবাক্কী ঙাঞ্জানবা মচুনা মহৎ শিল্লক্লে। চীংজুম লাইজ হায়বদু ঙসিগী অনৌবা কবিশিংগী চীনদগী থোকখিদ্রে। কৈশামপাৎ, নিত্যায়পাৎ, তাকয়েলপাৎ - ঙসিদি সহর ওইখরে। লোক্তাক পাৎনা লম্ফেল পাৎকুম শকওল্লকপা মতমদুনি লমদমসিগী অরোইবা চীংলোন লান্না পাইরকপা মীরমগী উচেকশিংনা পীরল্লে 'ৱার্নিং' লাক্কদৌরিবা খুদোংথিবা নুমিৎশিংগী। অদুবু, তুল্লি ঐখোয়দি নীংঙাইদনা, মিতারুই তোংশা ঐগী অরোইবা মতম তাকপিবা লাকপা লাইরল্লেনগী উচেকশিংগী।

অসুম্না, ভি-সেপ লৌরগা পাইরকপা উচেকশিং পাইরকখিদবসি উরগা, নোংমা দিল্লিগী হোটেল অমদা পারকখিবা পাউ-চে অমগী অঙাংগী লামায়দা ইরমখিবা ৱারী অমা নীংশিংলকই। শঙ্খু ওইনা পাইমিন্নরিবা উচেক অমনা মপাঙ অমদা হংই 'মকোক থংবদা পাইরিবা মাগী মতুং ইন্দুনা ঐখোয় ময়াম পারিবসি করিগীনো ... নঙ-ঐদা য়াওদবা থোইদোকপা গুন, মঙোন্দা করি য়াওবগে'?

- ঐদি খঙদে, ময়াম্না হায় - মাদি খঙই, উহৈ চরোং পানবা পাম্বী করম্বা উমংদা লৈবগে ?

- ঙরাং উহৈ পালহৌবা উপালদু তম্না পাইরিবা ঐখোয়বু ... ঙরাং উহৈনা য়োমহৌবা ঙসিনা শাদানবা অমগী তেন্না ঙাইরিবা মফমদুরা ... ঐদি পাইরোই মফমদুদা ...।

উমং অমা লৈরবা, লৈবা হৌনৈ-উহৈনা চোনবা পাম্বীসু, উহৈ খল্লবা উপালসু। উমংদু য়ৌরগা থিদৌরিবনি - কদায়দা করি হৌরিবা ! অমনা পাইবা মায়কৈদা খুদুং ইন্না পাই থাপ্পা চাক্তাবা চেক্লানা। অমনা মায়ওন হোংলবা তুংইল্লক্কনি অতৈসু।

অদুবু, মীওইবদি পোপ/পুরোহিত/ইমাম/শঙ্করাচার্য অমনা লমজিংলিবা অমম্বা লম্বীদুদা চৎখি, চৎলি, চৎকনি। মশানা লাল্লি খঙজরবসু চুমথোকচবা ঙমজদে।

কনানো, করিনো খঙদনা থিরিবা কনাগুম্বা অমা নোংমা লাক্লম্মী ঐগী খোল্লেন মঙলান্দা। হায়রম্মী নাপ চিপক্লনা '... আই লব য়ু সো ... মচ ! ঐনা নুংশিবা মশক খঙলিবসে নঙগী নুংশিবসিনা মরম ওইরগনি'।

অঙকপনি ! ঐদি মাবু খঙদরি ! মশক ফাওবা উদরি ! থিগে হায়বসু খন্দরি !

লৌশিং পুক্কে/খোমজিনবা- কৈথেল্লাকপম খুমনঙম্বা

এঞ্জাইটিনা চাবা-থকপদা অকায়বা পীবা

এঞ্জাইটিনা চানীং থক্লীংবা অমদি অরাম খৌরাংবদা অহোংবা থোকহনবা য়াই। মীওই খরদি এঞ্জাইটিনা মরম ওইরগা হেঞ্জিন্না চাশিল্লি নৎত্রগা হকচাংদা কান্নদবা চীঞ্জাকশিং য়াম্না চাশিল্লি। অদুবু মীওই খরদনা চানীং থক্লীংবগী অপাম্বা অদু মাঙহল্লি।

এঞ্জাইটি অমদি চানীং থক্লীংবা পোক্তবা অনীগী মরক্তা লৈনবা মরীগী মতাংদা নৈনমিন্নসি।

মীওই অমনা খোয়রাং খোয়শাউনবা, অমদি ষ্ট্রেস লৈবা মতমদা চানীং-থক্লীংবা পোক্তবা হায়বসি তোয়না থেংনগনবা সিম্পটোম অমনি।

মীওই অমা ষ্ট্রেস নৎত্রগা খোয়রাং খোয়শাউনবা ফাওবা মতমদা মহাক্কী হকচাং মনুংদা ষ্ট্রেস হোর্মোনশিং থাদোকপা হৌরকই। হায়রিবা হোর্মোনশিং অসিনা সিম্পেথেটিক নর্ভস সিষ্টেম এক্টিবেট তৌদুনা হকচাংগী ফাইট-ওর-ফ্লাইট রেস্পোন্স ট্রিগর তৌই।

ফাইট-ওর-ফ্লাইট রেস্পোন্স হায়বসি মীওই অমবু খুদোংথীনীংঙাই ওইবা ফিভমদগী ঙাকথোক্তুনা অশোক অপন য়াওদনা থম্নবা হোৎনবা মশা মথন্তা লাকচবা রিএক্সন অমনি। মসিনা হকচাংবু খুদোংথীবা অদুগা থেংননবা নৎত্রগা নাম্থোক্লবগীদমক শেম শাদুনা লৈহল্লি।

খঙহৌদনা ষ্ট্রেস হোর্মোন ৱাংখৎলকপা অসিগী ফিজিকেল ইফেক্ট কয়ামরুম লৈ। খুদম ওইনা, কোর্টিকোট্রোপিন-রিলিজিং ফেক্টর (সী আর এফ) কৌবা হোর্মোন অমনা দাইজেষ্টিব সিষ্টেমদা এফেক্ট তৌই অমদি অরাম খৌরাংবা পোকহন্দবা য়াই হায়না রিপোর্ট অমনা ফোঙদোক্লি।

কোর্টিসোল কৌবা অতোপ্পা হোর্মোন অমনা মরম ওইরগা মীওই অমনা খুদোংথীবা লায়না মায়োক্লদুনা নাম্থোকপা ঙম্নবগীদমক চাবা তুম্বগী চাং খোঙজেল য়াঙশিন্নবা গেষ্ট্রিক এসিদ সিক্রিসন হেনগৎহল্লি।

ফাইট-ওর-ফ্লাইট রেস্পোন্সকী অতোপ্পা দাইজেষ্টিব ইফেক্টশিংদি- কনষ্টিপেসন (খোঙ হাম্বা য়াদবা), দাইরিয়া, চাবা তুমদবা, ওনীংবা অসিনচিংবশিংনি।

রেস্পোন্স অসিনা অতোপ্পা ফিজিকেল সিম্পটোমশিং খুদম ওইনা নীংশা হোনবগী খোঙজেল, হার্ট রেট, অমদি ব্লদ প্রেসর হেনগৎলকপনচিংবা অতোপ্পা ফিজিকেল সিম্পটোমশিংসু থোকহনবা য়াই। মসিনা মসল টেন্সন, কুচু তাইফেৎ তাইবা নৎত্রগা ঙাঙশিনবা অমদি নীকপনচিংবসু থোকহল্লি।

ফিজিকেল সিম্পটোমশিং অসিগী মনুংদা খরদি হকচাংদা য়াম্না নুংঙাইতবা থোকহন্দুনা চানীং থক্লীংবা ফাওহন্দে। খুদম ওইনা কনষ্টিপেশন তৌবা মতমদা চাবা-থকপগী ৱাখল খল্লুবতদা অরাম খৌরাংবা মাঙবগুম তৌই।

হেঞ্জিন্না চাশিনবা অমদি অরাম খৌরাংবা পোক্তবা:

পর্সিষ্টেন্ট এঞ্জাইটি নৎত্রগা এঞ্জাইটি দিসওর্দর লৈবা মীওইশিং মতম শাংনা সী আর এফ হোর্মোনশিং ৱাংদুনা লৈগল্লি। মসিনা মরম ওইরগা অসিগুম্বা মীওইশিং অসি মতম শাংনা অরাম খৌরাংবা পোক্তবগী খুদোংচাদবা থেংনগল্লি।

অদুগা অমরোমদনা মরক মরক্তা এঞ্জাইটি তৌবা মীওইশিংনা কা হেন্না চাশিনগল্লি। অদুমওইনমক এঞ্জাইটি ক্রোনিক ওইরবসু শোর্ট-টর্ম ওইরবসু মীওই খুদিংমক এঞ্জাইটি অমদি ষ্ট্রেসতা তোঙান তোঙানবা মওংদা রিএক্ট তৌই।

মীওই অমনা এঞ্জাইটি খজিক্তং তৌবা অমদি য়াম্না তৌবদা তোঙান তোঙানবা মওংদা রিএক্ট তৌবা য়াই। খুদম ওইনা খজিক্তং ষ্ট্রেস লৈবনা মীওই অমবু হেঞ্জিন্না চাশিনবা থোকহনবা য়াই। হায়রিবা মীওই অদুমক্লা এঞ্জাইটি কন্না নারবদি চানীং থক্লীংবা মাঙখিবা য়াই। অদুগা অতোপ্পা মীওই অমদনা মসিগী ওন্না-তৈনবা মওংদা ওইবসু য়াই। হায়রিবা মওংশিং অসি নুপাগা নুপীগী মরক্তসু খেন্নবা লৈবা য়াই।

ষ্টদি অমনা নুপীশিং খোয়রাঙ খোয়শাউনরবদি কেলোরি হেন্না চাবা য়াই হায়না উৎলি। নুপীশিংদা হকচাংগী বি এম আই ৱাংবগা এঞ্জাইটি লৈবগী চাং ৱাংবগসু মরী লৈনৈ হায়নসু ষ্টদি অদুনা হায়রি।

লায়েং:

এঞ্জাইটিনা মরম ওইরগা চানীং থক্লীংবা পোক্তবগী খুদোংচাদবা থেংনবা মীওইশিংনা খুদোংচাদবা অদু ফহন্নবা মখাগী খোঙথাংশিং অসি লৌখৎকদবনি। মতম শাংনা চানীং-থক্লীংবা ফাওদবনা হকশেলগী ওইবা খুদোংচাদবা কয়া থোকহল্লকপা য়াই। তৌবা য়াবশিং মখাদা পীরি:

- ষ্ট্রেসকী হৌরকফম খঙদোকপনা ফিজিকেল সেন্সেসনশিং অমদি মখোয়গী সিম্পটোমশিং হন্থহনবদা কান্নবা ফংগনি।

- এঞ্জাইটি ট্রিগরশিং খঙদোকপনা করিগুম্বা মতমদা চানীং থক্লীংবা অমুক ফাওহল্লকপসু য়াওই। য়ারগদি ষ্ট্রেস থোকহল্লিবা মরমশিং অদু মাঙহনগদবনি নৎত্রগা হন্থহনগদবনি। মসি পাঙথোক্লবা হোৎনবদা অৱাবা ওইরগদি থেরাপিষ্ট অমা তানবা কান্নগনি।

- তোঙান তোঙানবা টেক্নিক কয়ানা চানীং থক্লীংবা ফাওদবা য়াওনা এঞ্জাইটিগী সিম্পটোমশিং হন্থহনবা নৎত্রগা কন্ট্রোল তৌবা ঙমই। টেক্নিকশিং অদুদি- দীপ ব্রিথ এক্সর্সাইজ, গাইদেদ ইমেজরি প্রেক্টিস, মেদিটেসন, মাইন্দফুলনেস, প্রোগ্রেসিব মসল রিলেক্সেসন অসিনচিংবশিংনি।

- মচী ওইবা অমদি লায়না তুম্বা ঙম্বা চীঞ্জাক খনবা- ঐখোয়না য়াম্না চাশিনবা ঙমদ্রবদি চারিবা খরা অদু মচী ওইবা পোৎলমশিং চাং ৱাংনা য়াওবা খন্দুনা চাগদবনি।

- চাং নাইনা চাবা- চাং নাইনা চাবগী পেটর্ন অমা থম্বনা হকচাং অমদি ব্রেননা অরাম খৌরাংবা রেগুল্যেট তৌবদা মতেং পাংই।

- হকচাং ফবা পুন্সি মরেল খনবা- মীওই অমনা খোয়রাঙ খোয়শাউনবা মতমদা শাজেল তৌবা অমদি তুম্নবা হোৎনবদা অৱাবা ওইবা য়াই। অদুমওনমক তূম্বা অমদি হকচাং শাজেল তৌবা অনীমক অসিনা এঞ্জাইটি হন্থহন্দুনা অরাম খৌরাংবা হেনগৎহনবা ঙম্মী। নুংমিদাংগী মতমদা তূম্বগী মতম অমা কায়হন্দনা থমদুনা মপুঙ ফানা তূম্নবা হোৎনগদবনি। নুমিৎ খুদিংগী শাজেল তৌনবা হোৎনগদবনি। খজিক্তং ওইরবসু হকচাং শাজেল তৌবা হায়বসি য়াম্না কান্নে। হান্না তৌদ্রিবা ওইরগদি খজিক-খজিক তৌরগা অসুম অসুম হেনগৎলকপা য়াই।

করিগুম্বা চানীং থক্লীংদবা অসি চয়োল অনী নৎত্রগা অনীদগী হেন্না থেংনরবদি নৎত্রগা য়াম্না থুনা হকচাংগী অরুম্বা হন্থরক্লবদি দোক্টরদা শোয়দনা তানগদবনি। চানীং থক্লীংবা ফাওন্দবগী মতাংদা এঞ্জাইটি নত্তবা অতোপ্পা মরম কয়ামরুমসু লৈ।

চহী হৌবগা রেপ তৌবগী থৌদোক থোকপা য়াম্না লাইবক থীবা অমনি : ৱিমেন এগেনষ্ট ক্রাইম

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১৪ (ঐচ এন এস): চহী হৌবগা রেপকী থৌদোক থোকপা লাইবক থীবনি হায়না ওর্গনাইজেসন ফোর ইন্দিয়ন ৱিমেন এগেনষ্ট ক্রাইমগী এদভাইজর এস সোবিতানা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, চহী নৌরিবী নুপীমচা অমদা কা-হেনবা থবক চথখিবগী থৌদোক অমা থা অসিদা থোকখিবসি য়ানিংদবা ফোঙদোক্লি। য়াইরিপোক মায়কৈদসু নুপী অমা হাৎতোকপীরম্বা লাইবক থীবনি। মপান লমদা মহৈ তম্লিবীশিং চেকশিনবীয়ু। নুপীমচাশিং মমান্নবীগী য়ুমদা শান্নবা চৎহন্দবা, মমাশিংনা য়াম্না চেকশিনবা তঙাইফদে। দুকান্দা পোৎ লৈবা থাবদা মথন্তা চৎহন্দবা তাই। ফৎতবা নুপাশিংনা খুদোংচাবা লৌবা ঙমদনবা চেকশিনমিন্নসি।

কুম্বী পুলিস ষ্টেসন্দা সরেন্দর তৌরবা মীওই অদুগী মথক্তা মরী লৈনবা ওথোরিটিনা মীৎয়েং চঙবীয়ু। নুপীমচা অদু হৌজিক চাও-থকউ হায়বা য়াদ্রি। নুমীদাং য়ৌরকপদা পাখৎপা ফাওরি। অঙাং অসিগী তুংগী পুন্সি করি ওইগনি হায়বা তম্বা ঙমদে। মপান লমদা মহৈ তম্লিবী মণিপুরী নুপীমচাশিংদসু অসিগুম্বা থৌওং চথদুনা লাক্লি। মমা-মপাশিংনা মচানুপীশিংবু মপান লমদা মহৈ তম্বা থাবা কিনরক্লি। মণিপুর লৈঙাক্লা অকনবা মীৎয়েং চঙবীয়ু হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

'ঐখোয়গী কলচরনা ঐখোয়গী শক্তমনি'

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১৪ (ঐচ এন এস): ঐখোয়গী কলচরনা ঐখোয়গী শক্তমনি হায়না ইনফোর্মেসন মিনিষ্টর টি ঐচ বিশ্বজিৎনা ঙসি কোরেন (কোইরেং) য়ুথ ওর্গনাইজেসন মণিপুরগী জেনরেল কনফরেন্স কম কলচরেল এন্দ স্পোর্টস মীট ২০২০গী থৌরমদা ফোঙদোকখ্রে।

চুড়াচান্দপুর দিষ্ট্রিক্টকী ঙাইরোং ভিলেজদা পাঙথোকখিবা থৌরম অদুদা চীফ গেষ্ট ওইনা শরুক য়ারদুনা ইনফোর্মেসন মিনিষ্টর টি ঐচ বিশ্বজিৎনা হায়খি, মণিপুর য়াওনা ষ্টেট খুদিংমক চাউখৎতনা ইন্দিয়া চাউখৎপা য়ারোই হায়বসি সেন্টরনা খঙলে। মণিপুর লৈঙাক্লসু ষ্টেট অসি পুন্না চাউখৎত্রগদি লমদম অসি চাউখৎপা পুরকপা য়ারোই হায়বা খঙই। হীরম অসিগা মরী লৈননা লৈঙাক্লা অখন্নবা মীৎয়েং কয়া চঙদুনা লাক্লি। লমদমসিদা পুন্না খুন্দামিন্নরিবা তোঙান তোঙানবা ফুরুপশিংগী কলচর, ট্রেদিসন, কষ্টম ঐখোয় পুম্নমক্লা প্রিজার্ভ তৌবা তাই। ফুরুপশিংগী মহৌশাদগী লৈজরক্লবা শক্তমশিং য়োকখৎপগা লোয়ননা ঙাক্তুনা থম্বা হায়বসি য়াম্না মরুওইবা অমনি।

ষ্টেট অসিদা চাউখৎপা পুরক্লবগীদমক ইন্দষ্ট্রিএলাইজেসন হায়বসিসু য়াম্না মরুওইবা অমনি। হৌজিক্কী মতমদা হ্যুমেন রিছোর্স হায়বসি য়াম্না তঙাইফদ্রে। চাউখৎপা খুন্নাই অমা পুরক্লবগীদমক হ্যুমেন রিছোর্স অসিনা খ্বাইদগী হেন্না মরুওইরে। নহাশিংনা খুন্নাই অসিগীদমক থৌদাং কয়া লৌবা তাই। নহা ওইরিবশিংনা ফুরুপকী শক্তম ঙাক্লবা হোৎনবদসু থৌদাং কয়া লৌবা চঙই। অফবা খুন্নাই অমা পুরক্লবা হোৎনবদা নহাশিংগী থৌদাং য়াম্না চাউই। ফুরুপশিংগী লৈজরিবা চৎনবী অমদি নাৎকী ফজরবা শক্তমশিং অসি য়োকখৎনবা হোৎনবদা নীংথিনা হীরমসিদা খঙনবা হোৎনগদবনি। অখঙ-অহৈশিং অমসুং অহল-লমনশিংগী পাউতাক কয়া লৌবা তাই হায়নসু মহাক্লা ফোঙদোকখি।

থৌরম অদুদা ক্ষেত্রিগাও এ সীগী এম এল এ নহাকপম ইন্দ্রজিৎনা গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়াখি।

ADMISSION OPEN
ꯂꯨꯂꯥꯕꯤ
"LULLABY"
A Child Care Cum Pre-School
Nagamapal RIMS Road Corner, Near Traffic Point

- A co-educational school for Playgroup, Pre-Nursery, Nursery and KG.
- 1 year scholarship to those aspiring students who stood 1st, 2nd and 3rd position in their respective classes.
- A new development in the way of Schooling has been open in our state with the thought of developing both moral and in Physical ways. Come & Join with us in this wonderful world of our journey towards education.
- Total Child Care
- Nutritious Food
- Child Psycological Development
- Well Equipped Playing Facilities
- Accurate Teacher and Child Ratio
- Last date of form submission : 10th January, 2020.
- Session starting from 16th January, 2020.

Kinder pool and twinkle kids system of education

Monthly Tuition Fees are exempted for this academic year as an introductory offer.
6009103078

HL-B/5915/27/12-01/20jan

য়ু ফারগা হৈদোক্তুনা মাঙহনখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারি ১৪(ঐচ এন এস): চুরাচান্দপুর দিষ্ট্রিক্ট পুলিসনা খুগা দামদা লম কোয়বা লাকপশিংদা পামদবা থৌদোকশিং থোক্তনবা মাংজৌননা চেকশিন থৌরাং লৌখৎপা ওইনা খুগা দামগী এরিয়াদা অচৎ-অওক চেক তৌবদা য়ুঙৌ অমদি য়ুঙাং পুরম্বশিং ফাগৎলগা মফম অদুদা মীয়াম মাংদা মৈ থাদুনা মাঙহনখ্রে। হন্দক্তসু খুগা দামদা লম কোয়বা লাকপা মীওই অনি ঈশিংদা ইরাক্লদুনা শিবগী থৌদোকশিং লৈখ্রে।

কে সী পি পিপল ৱার গ্রুপকী কাদর ১ ফারে

ইম্ফাল, জন্যুৱারি ১৪(ঐচ এন এস): ইম্ফাল ৱেষ্ট দিষ্ট্রিক্ট পুলিস কম্মান্দো অমদি ৬শুবা অসাম রাইফলস য়াওবা কম্বাইন্দ টিম অমনা চপ চাবা পাউ অমা ফংবদগী অয়ুক পুং ৮.৩০ রোম তাবা মতমদা শওমবুং এরিয়াদা থি-হুম্বা চথবদা কে সী পি (পিপল ৱার গ্রুপ)কী কাদর অমা ফারে। মহাক্কী মমিং গুলসন য়াম্বেম এলিয়স নাওবা (২৪) অপোকপা লৈখিদ্রবা ৱাই সনায়াইমা কৌই। মহাক মোইরাংকম্পু সাজেব অৱাং লৈকায়দগী লাক্লগা হৌজিক্লা শওমবুং মমাং লৈকায়দা লৈবনি। মহাক ইম্ফাল পুলিস ষ্টেসনদা মখা তানা ৱাহং-পাউহং চথনবা খুৎশিন্নখ্রে।

ভারত বিকাস পরিষদ হাংদোকখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১৪ (ঐচ এন এস): ভারত বিকাস পরিষদ, ৱাবগাই সাখা নেসনল ওর্গনাইজিং সেক্রেটরি সুরেশ জেইন, নেসনল ভাইস প্রসিদেন্ট এন ঈ রিজন ডা. সিনাম রাজেন্দ্রো, নোর্থ ইষ্ট রিজন নেসনল সেক্রেটরি বি বি শর্ম্মা অমদি বি ভি পি মণিপুর প্রান্টকী প্রসিদেন্ট হেমাম প্রিয়োশখিনা অথোইবা মীথুং ওইদুনা হাংদোকখ্রে হায়রি।

HL-P/5909/11-17jan.

TEMPLE OF LEARNING
Kha Naorem Leikai, Canchipur, Imphal, Manipur.
TEMPLE OF LEARNING
ADMISSION OPEN 2020
PRE- NURSERY TO CLASS IX
LIMITED SEATS: FIRST COME FIRST ADMISSION
Admission form available at School Office during office hour ; 10:00 a.m. To 3:00 p.m.
*CONTACT DETAILS: 9612346366 ,9436038156, 7005155523
www.templeoflearning-edu.org / email: tolcanchi@gmail.com

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ১৫।০১।২০২০, য়ুমশকৈশা, নুমিৎয়ুংবা পুং ১২.১১ ফাওবা ৱাকচীংগী ২০ নি পাল্লি, মতুং ২১নি পানগনি।

মেষ : অয়ুক্তদি নীংবা মপা চারোই অদুবু নুমিৎয়ুংবা মতুংদা নীংবা থুংগনি, লল্লোন ইতিক কান্নগনি অমদি মরুপকী মতেং ফংগনি, পাউ নুংঙাইগনি, শেল ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা থোইনা চানগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

বৃষ : হকচাং নুংঙাইগনি, মীয়ামগা থোইনা মরী ফগনি অমদি পূক্লিং মকা লামগনি। অদুবু অরোন অথুপ ঙাঙথোক্লনু অমদি মরুপ খনবা হৈয়ু। ঙমলোইদবদি পাংগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা চানগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মিথুন : অয়ুক্কী মতমদা মায় পাক্কনি, মীচং খোম্বা য়াগনি অমদি শেল-থুমগী লম্দা কান্নগনি। থাজদনা নক্লবনা মাঙহনবা য়াবা লৈগনি অদুবু মীংচৎতি পংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - অঙনবদা নীংজবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কর্কট : নুংঙাইরমদবা হকচাং থেংলপ্পা নুংঙাইরগনি অমদি অনৌবা থৌরম পুম্বা মায় পাক্লা পাংবা ঙমগনি। অয়েৎপসু কোক্লনি অদুবু ৱাঙাঙ হৈত্রদি চোপকনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

সিংহ : অয়ুক্কী মতমদা নীংজবা অফবা পুম্বা পাংবা ঙমগনি। অরাপ্পা মীগা লোয়নবা থবক পাংগনি। লৌশিংনা পাঙ্গল ওইবদা কনানসু লাকচরোই। মীয়াম্নদি ৱারৌগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - ৱারৌনবা লৈগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/চেঙ।

কন্যা : থেংলপ্পা নীংবা থুংগনি, পন্দুনা নত্রগা মীঙোন্দা লৈখিবা শেল-থুম ফংবা য়াবা লৈরে অমদি লাই-গুরুনা চানগনি। অনম তাল্লিমখৈ মীনা উশিত্তবদি লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

তুলা : অয়ুক্কী মতমদা অনীংবা থবক খুদিং লেম্নমক পাংবা ঙমগনি। হায়জ চৎচবদা মায় পাকচবা অমদি ঙাঙথোকপদা ইকায়খুম্নবা ফংগদবা নুমিৎনি। ফিংলদি মাঙজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - অঙনবদা ৱাখল নুংঙাইগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃশ্চিক : থবক পাংবদা নত্তনা ওইজ-ওইথক তানবদসু লায়না মায় পাক্কনি অমদি মীচংসু হেনগৎলনি। অচুম্বনা য়ুম্ফম ওইরগা থৌ পাংউ। য়েৎনবদা মাইথীগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফবা খরদি লৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

ধনু : মীপাইরম্বা কোকচদুনা নুমিৎয়ুংবা মতুংদা ওইজ-ওইথক ফংলগনি অমদি শেল-থুম কান্নরগনি। মীতোপ্পা খৎনহনবা অমদি অঙম্বনা কোক শাহনবদি লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মকর : চরাংনগনু অমদি নাপল তৌগনু-মদুনা মরম চাদনা চাদিং তৌগনি অমদি মীচং মাঙগনি। থাজবা মরুপকী মতেংদি লৌবা য়াগনি, পাঙ্গল ফুদোকপা কান্নগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা মপা চাগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

কুম্বা : অয়ুক্কী মতমদা নীংবা থুংগনি, লল্লোন ইতিক্কী লম্দা মায় পাক্কনি অমদি খুরৌ থাংবা লৈররোই। পূক্লিং তপথনা অরুবা থৌরমগী পোরম য়াৎপসু য়ারগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - ইকায়খুম্নবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু।

মিন : নীংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংবা নুমিৎনি। লল্লোন ইতিক্তা পুম্নমক্তগী হেন্না শেন্দোং ফংগনি। অশিংবা শাগনু লৌশিংদি মপান নাইদবনি অখঙ অহৈগী ৱা তাশিল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/য়াইঙং।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।