থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

ঐখোয়সিবু চাওখৎলক্লিবরা ?

চাওখৎপা হায়রগা ঐখোয়না খঙনরিবসি মাঙলমচৎকী পুন্সিগা, ঙসি ওইরিবা পুন্সিগা চাংদমন্না য়েংবদা হোংলক্লিবা মশক অদুবুনি। চখোক চৎশিনগী পান্থৈ, লম্বী থোংগী ফিবম, য়ুমলৈ- কৈরেংগী থাক, পুবা-থকপগী মওং, মহৈ-মশিনগী থাক ... অসিনচিংবা কয়াসিদা হোংলক্লিবা মওং অদুনি - চাওখৎপা। মচীন'নি, মরৈনি খঙদে, অচুম্বনি অরানবনি খঙদে - চহী খরগী মমাঙদা তাখিবনি, জাপানগী ৱার মেমোরিয়েলদা মপা-মপুগী খুবমদা হৈ-লৈ কক্তুনা ইকায়খুম্বা উৎপা লাকপা, অনীশুবা লাঞ্জাওদা নহা ওইনা হকথেংননা য়াওহৌবা লাম্বী, অহল ওইবা অমনা হায়রম্মী হায়বা ৱা অমা তারকখি - 'মণিপুরগী লম্বী-থোং, অনীশুবা মালেমগী লাঞ্জাও মতমদা ওইখিবা থাক অদুগী ইহেন হেনগৎলমগ্রি।' মহাক্কী ৱাহৈ অদু জিরিদগী ইম্ফাল ফাও ফোর হৌলর অমদা তোংলগা লাকপদা হায়রমখিবনি হায়...'দি রোদ কন্দিসন ওফ দিস নেসনেল হাইরে ইজ সো ... হোরিবল'... (নেসনেল হাইরে অসিদা ওইরিবা লম্বীগী ফিবম অসি অসুক্কী মতিক হায়নিংঙাই লৈতনা ফত্তে)। মহাক্কী ৱাখল অদু ইম্ফাল এয়রপোর্ত উবদগি লান মনুংগী এয়রপোর্তকা চাংদনম্বদা 'ইম্ফাল অসি হান্নগী থাক্তুদগীদি ফনা ফজনা চাওখৎলম্লে' শোয়দনদি খঙ্গলমগনি। অদুবু, তোকিও নীংশিংলুরগা মপুক্তদি মীনুংশি পোক্লমগনি ...'লমদম অসিনা জাপানগী থাক যৌনা চাওখৎপদি চহী চামদসু ঙয়রোইদো...।'

মীচম ঐখোয়না লাংতক্ববা, লৈঙাক-লুচিংবদা ফাওদবা। থীকানরাগুম্বনা লৈঙাকপা লমদম অমা ওইরুবা। অদুনা মরম ওইরগনি, মণিপুর কৌবা লমশিনা চাওখৎপদা থীংদ্রিবা। খঙই ঐখোয় পুম্নমক। অদুবু, ঐখোয়না শোক্কৈ-য়াদবা লাইবক কৌবা অমা লৈ খন্দুনা পেম্থোকপা তাবনি ঐখোয়, লাইবক্তা খুত্তুম' শুদুনা। হুম্ফু তরাগী ময়ায় চল্লকপা (কুনশুবা চহীচাদুগী) অদুৱাইদা 'গৌহাটি' গী ফিবমগা ইম্ফাল সহরগী ফিবমগা থোইনা ইখেন খেন্নমদে। ঙসিগী ইম্ফাল সহরগা, হৌজিক ওইরিবা গুৱাহাতিগা করিগুম্বদা চাংদম্নবীত্তরবা, থম্মোয় পাউদম পাবীরিবা ইচিন ইনাওশিং? খেন্নবা অদু উবীদবরা? ইন্দ্রনেতকী য়ুগসিদা লম্লাই কাদা ফল্লগা মালেম শীম্না উরবা ঙসিগী মীরোল অসিনা ঐখোয়বু করম ৱারোইরা!

মীওইবু চাওখৎপ লম্বীদা লমজীংলিবসি করিননো? পাউখুম ফংদ্রবা ৱাহংসি ইথত্তা হংদুনা শাম্বা-নুংঙাইবা মোদন্দ্র অমনি। ইজিপ্ত, রোম, মোহেঞ্জোদারো অমদি চাইনিজ সিভিলাইজেসনগী ৱারীশিং, ইতিহাসকী লাইরিক্তা পারককখি। সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজিনসু চাওখৎপগী লমসিদা অচৌবা যৌদাং অমা য়ারকই। য়ুম-কে-লম্বী-সরক হান্নগী ফণাংকলপদুনত্তবা, ৱাখলগী থাক, চৎনবী-নাৎকী মশক অমা হোংলকপদুসু চাওখৎপগী মতৌ অমনি। মরমদি, লম অসোমদা লাকপা অহোংবা অদুনা মেতরিয়েল দিবলপমেন্দপুরকই। লম খুদিংমক্তা য়েংলুবদা মণিপুর, মীমান্নবা ঙমদ্রবা, হীরম খুদিংদা শোকলিব্রবা, চৎনবী-নাৎ-কলচরদসু হায়ই মশক মাঙশিল্লক্কবা লমদমনি হায়বসিমদি, পুক্নিং ৱাখল চোইদ্রিবা মীশক অমা ওইদ্রবা, মহাক শোয়দনা য়াগনি।

চাওখৎপই ৱারী শারুবদা, মণিপুরগী মরমদা হাইফেং তারক-খঙলুবা কনাগুম্বনা হায়রক্লনি শোয়দনা - মণিপুরগী মোর্দন সিভিলাইজেসনগী খোঙচৎতি অনীশুবা মালেমগী লাঞ্জাওদুগী মতুংদগী হৌবনি। কুমজা ১৯৪২, সেপ্তেম্বর ১ দা ইম্ফালদা বোম তারবা মতুংদা ইম্ফালদা খুন্দারস্তা খুন্থী পুম্নমক, অথাপ অথাক্তা খুঙ্গদা চৈথেঙ ফংদনবা মীচেন ওইনা চেনখি। লান লোইরবা মতুংদা, লাঞ্জয়রকবশিংনা হল্লক্কবা মতুংদা হৌরকখিবনি অনৌবা য়ুম-কে, স্কুল-কোলেজ, লম্বী-থোং শেমগৎ শাগৎপগী থবক। লল্লোন-ঈতিক, আর্ট, সাইন্স, ইকোনোমিক্স পুম্নমকসিগী অহৌবসু মতমদুদা হৌখিবনি। লান মনুংগী এক্সপরিয়েন্স, লানফমদুদা লাক্লম্বা - ইংলিস, অফ্রিকান, অমেরিকান অমদি জাপানিজ লাম্মীশিং অদুগা হকথেংননহৌবা ময়ামদুগী ৱাখলদা মমি তাহৌবা পুন্সি মমি অদুনি মণিপুরী (মীতৈ) শিংগী পুন্সিদা অনৌবা পুন্সি অমগী অনৌবা নুংশিং অমা হল্লকখি। হায়দগী চুম্বা কলচরগী মচু অদুদা অনৌবা মচু শঙলকখি। কলচরগী ভেল্যু (নাৎকী মমল) হায়বা ৱাফম অমা থোক্লকখি।

ইম্ফালদা লীংখৎলকখিবা স্কুল-কোলেজ-হোস্পিতাল তম্না খুঙ্গং-খুনয়া-চীংনুংদগী নহারোলশিং ইম্ফালোলমদা থোমজিন্নরকখি। চীংদগী তম্পাক্তা, লোইজিং লোয়াদগী ইম্ফালদা, চাওখৎপগী মঙাল থিবদা পুল্লপ পুল্লপ লাকখিবা খুঙ্গং কয়া লিংখৎখিবা- পুন্সিসিগী কানফদ্রবা খোঙথাং অমনি, খল্লরকখি পুম্নমক্তা। ঙসিদি? লম্বী থোংগী ফিবমনা লাপথোক্লে হল্লকখিবা চীং-তম্না মরী-পোলিতিকেল ইস্যু অমনি।

দিলিপকুমার, দেব-আনন্দ, লতা মঙ্গেসকরনা হোংহল্লকখিবা মণিপুরী কলচর! অমিতাভ বচ্চন, ধর্মেন্দ্র; সাহরুখ-আমির-সলমান খান- মখোয়না মশক লেপ্পমখিবা নহারোলগী মাইন্দ সেত! কুমজা ১৯৮৭ তা বৃটিশশিংনা শারমখিবা ভিক্তোরিয়া তর্মিনসনা রেলরে ষ্টেসন, ঙসিগী ছত্রপতি সিবাজি তর্মিনস! বৃটিশ রুলগী মতমগা ঙসিগী মহারাষ্ট্রগা, অনী তোংশিন্নরগা শেঙ্গকখিবা বোম্বেগী সিভিলাইজেসন! মণিপুরনা চহী চামগী তুংদসু উবা ফংলোইদবা সিভিলাইজেসন অমনি হায়বসি ঐখোয়না কৈদৌঙেই খঙলক্কনি?

লৌশিং পুক্কৈ

দিঐচএ অমসুং ঈপিএনা হকচাংদা পীবা কান্নবশিং

ঙাগী থাউদা য়াওবা ওমেগা- ৩ ফেট্টি এসিদনা হকচাংদা কান্নবা কয়ামরুম পীবগী খুদম ফংলে। দোকোসাহেক্সানোইদ এসিদ (দি ঐচ এ) অমসুং ইকোসাপেন্টাইনোইক এসিদ (ঈ পি এ) মরাং কায়না য়াওবা ওমেগা-৩ ফিশ ওইলনা মহৈ-মশিন তম্লিবা অঙাংশিংদা লৌশিং হেগৎহল্লি হায়রি।

স্বিদেনদা লৈবা য়ুনিভর্সিটি ওফ গোথেনবর্গকী সালগ্রেনস্কা একাদেমীদা মেটস জোন্সননা চথুখিবা ষ্টদি অমগী রিপোর্টনা হায়খি, মহৈ মশিনদা পুক্নিং চঙবা ঙমদবা অঙাংশিংদা ফেট্টি এসিদ অসি পীজবা মতমদা য়াম্না চাউনা কান্নবা ফংবগী খুদম ফংলে। মশাগী চহী ৯ অমসুং ১০ শুরবা স্বিদেনগী স্কুল তম্লিবা অঙাং ১৫৪ দা চথুখিবা ষ্টদি অমদা ৱাফম অসি খঙবা ঙমখিবনি। থা অহুম চুপ্পা অঙাং খরদা ওমেগা-৩ অমসুং ওমেগা-৬ কী কেপস্যুল পীজবগা লোয়নননা অতোপ্পা অঙাং খরদা ইচম চম্বা (মওংদি চপ মান্নবা) পাম ওইলগী কেপস্যুল পীজরম্মী।

কাঙলুপ অনী অদু চাংদম্নদুনা য়েংবদা ওমেগা-৩ অমসুং ওমেগা-৬ কী কেপস্যুল চাবা অঙাংশিংনা পরা ফাগনবা অমসুং হৈথোই-শিংথোইবা হেল্লি হায়বা খঙলকখি।

'চাইল্দ সাইকোলোজি এন্দ সাইকিয়াট্রি' জর্নেলদা ফোঙলকখিবা ষ্টদিগী রিপোর্টতা য়ুনিভর্সিটি ওফ গোথেনবর্গকী মেটস জোন্সননা হায়খি, ঙাগী থাউদা য়াওবা ওমেগা-৩ ফেট্টি এসিদ পীজবনা অঙাংশিংগী ৱাখল লৌশিং হেনগৎহল্লি হায়বা চপ চানা খঙবা ঙল্লে। পোলিঅন্সেচুরেটেদ ফেট অমসুং মসিনা অঙাংশিংগী মহৈ-মশিন তম্বদা পীরিবা কান্নবশিং মমাঙদা থোইদোক্লা খঙনরমদে। অনৌবা মতমগী হোংলক্লিবা ঈচেলনা মরম ওইরগা মীয়াম্না চানরিবা চীঞ্জাক্তা ওমেগা-৩ গী চাং য়াম্না হন্থনা য়াওরি। মসিনা মরম ওইরগা অঙাংশিংগী মহৈ মশিন তম্বদা অকায়বা থোকহল্লি। ব্রেনগী সেল মেমব্রেনশিং পোলিঅন্সেচুরেটেদ ফেটনা শেম্বনি। মসিগীসু মথক্তা ব্রেনগী সিগনেলিং সিষ্টেম রেগ্যুলেট তৌবা অমসুং নর্ভ সেলশিংগী মরক্তা সিগনেল ট্রান্সমিট তৌবদা পোলিঅন্সেচুরেটেদ ফেটনা মরুওইবা থৌদাং লৌ। মরম অদুনা ঙাগী থাউদা য়াওবা ওমেগা-৩ না ব্রেনগী মথৌ নীংথিনা পাঙথোকপা ঙমহল্লিবনি।

অমরোমদা, অমেরিকান হার্ট এসোসিএসন (এ ঐচ এ) গী রিপোর্টনা হায়খি, সালমন, মেক্করেল, সার্দিন অমসুং টুনাগুম্বা অঙৈংবা ঈশিংদা লৈবা ঙাশিংদা ওমেগা-৩ মরাং কায়না য়াওই। মরম অদুনা চয়োল অমদা অনীরক হায়রিবা ঙা মখলশিং অসি চারবদি হার্টকী ফীভম ফনা থম্বা ঙম্মী। দোকোসাহেক্সাইনোইদ এসিদ (দি ঐচ এ) অমসুং ইকোসাপেন্টানোইক এসিদ (ঈ পি এ) মরাং কায়না য়াওবা ওমেগা-৩ ফেট্টি এসিদনা ব্লদ প্রেসর অমসুং ট্রাইগ্লাইসরাইদ হন্থহনবগা লোয়নননা ঈ উতোং ফুলহন্দে। হার্টকী মথৌ কায়হন্দবা মরম্না হার্ট এটেক অমসুং ষ্ট্রোক তৌহন্দে। হার্টকী লায়না নারবা মীওইশিংদসু খঙহৌদনা হার্ট এটেক তৌরগা শিবা য়াবগী রিস্ক হন্থহল্লি। কনাগুম্বনা সালমন, মেক্করেল, সার্দিন অমসুং টুনাগুম্বা ওমেগা-৩ য়াওবা ঙা চাবগী খুদোংচাবা ফংদ্রবদি গুলি ওইনা পুথোরকপা ওমেগা-৩ সপ্লিমেন্ট শীজিন্নবা য়াই।

যু এসকী নেসনল সেন্ট ফোর কমপ্লিমেন্টরি এন্দ ইন্টিগ্রেটিব হেল্‌ঠ (এন সী সী আই ঐচ) কী রিপোর্ট অমনা হায়খি, মরুওইবা ওমেগা-৩ ফেট্টি এসিদ অহুমদি অলফা-লিনোলেনিক এসিদ (এ এল এ), ইকোসাপেন্টাইনোইক এসিদ (ঈ পি এ) অসুং দোকোসাহেক্সানোইক এসিদ (দি ঐচ এ) নি।

চহী ৩০ গী মমাঙদা চথুখিবা ষ্টদি অমদা এস্কিমোগী মীওইশিং অঙৈংবা সমুদ্রগী ঙা মরাং কায়না চাবা মরম্না হার্টকী লায়না নাবা থেংনখিদে। মতুং তারকপদা মখা তানা চথুখিবা ইপিদমিও লোজিকেল ষ্টদিশিংদা চয়োল খুদিংগী অমুক্তং ওইরবসু সমুদ্রগী ঙা চাবা মীওইশিং হার্টকী লায়নানা মরম ওইরগা শিবগী চাং নেম্মী হায়বা খঙলকখি। মরম অদুনা য়ুনাইটেদ ষ্টেটস গভর্ণমেন্টনা কুমজা ২০১০ দা ফোঙখিবা দাইটরি গাইদলাইন অমদা মীপুম খুদিংমক চয়োল অমগী মনুংদা সমুদ্রগী ঙা শোয়দনা চাগদবনি হায়রি। মসিগী মরুওইবা মরমদি সমুদ্রগী ঙাদা ওমেগা-৩ ফেট্টি এসিদ মরাং কায়না য়াওবননি।

কুমজা ২০১২ দা সাইন্টিষ্ট কাঙবু অনীনা চথুখিবা ষ্টদিশিংদা ওমেগা-৩ ফেট্টি এসিদ য়াওবা চীঞ্জাক চাং নাইনা চাবা মীওইশিং হার্টকী লায়নানা মরম ওইরগা শিবগী চাং নেম্মী হায়বা ময়েক শেংনা খঙবা ঙমখি। কুমজা ২০১২ দা পাঙথোকখিবা অতোপ্পা ষ্টদি অমগী রিপোর্টনা হায়খি, ঙাগী থাউদা য়াওবা ওমেগা-৩ ফেট্টি এসিদনা রুয়মেটোইদ অরথ্রাইটিসকী লায়ওংশিং হন্থহনবা ঙম্মী। দিপ্রেসন, এটেন্সন দিফিসিট হাইপরএক্টিভিটি দিসওর্দর, ওটিজম, বাইপোলর, দিসওর্দর,, বোর্দরলাইন পর্সনেলিটি দিসওর্দর, সিজোফ্রেনিয়া, এলর্জি, অজমা, ক্রোন'স দিজিজ, সিষ্টিক ফাইব্রোসিস, দাইবেটিস, কিদনি দিজিজ, ল্যুপস, ওবেসিটি, মেন্সট্র্যুয়ল ক্রেম্প, ওষ্টিওপো-রোসিস অমদি অলসরেটিব কোলাইটিসনা নারবা মীওইশিংদসু কান্নবা ফংবগী খুদম থেংনরে।

ওমেগা-৩ ফেট্টি এসিদনা এদোলেসেট দিপ্রেসন, ওটিজম স্পেক্ট্রম দিসওর্দর, ব্রেন ইঞ্জুরি, ঐচ আই ভি ইনফেক্সননা থোকহল্লকপা খুদোংচাদবশিং মীরোল্লিঙৈ মনুং অমসুং অঙাং উনরবা মতুংদা মায়োক্কবা দিপ্রেসন, ইপিলিপসি, ওটোইম্যুন দিজিজ, অলঝিমর'স দিজিজ, দাইবেটিক কিদনি দিজিজ অমসুং সদন কার্দায়ক দেথকী মতাংদা করি কান্নবা পীবগে হায়বদু মমুৎ তানা খঙনবা নেসনল ইনষ্টিট্যুট ওফ হেল্‌ঠনা শেল থাদরগা ষ্টদি কয়া চথুরি।

১৮শুবা রুপমহল ড্রামা ফেষ্টিবেল :
জুবেনাইল থিয়েটরগী হে ঈশৈ উৎখ্রে

নোমিতা খোঙবান্তাবম

ইম্ফাল, জন্যুৱারি ১৫(ঐচএন এস): রুপমহল থিয়েটরনা চহী খুদিংগী লেপ্তুনা পাঙথোরক্লিবা রুপহমল মেমোরিয়েল ড্রামা ফেষ্টিবেল হন্দক চহীগী ১৮ শুবা ওইনা থা অসিগী ৫ দগী পাঙথোকপা হৌরক্লি। ফেষ্টিবেল অসিদা ড্রামাগী লুপ ১৬ না শরুক য়াদুনা থা অসিগী ২০ ফাওবা পাঙথোক্কদৌরিবনি। মসিদা ড্রামাগী লুপশিংগী ওইবা ৱাখল্লোন কয়া অমা অইবশিংদা অমদি দিরেক্তরগী খুথা তোঙান তোঙান্না পুথোক্করক্লি। মসিনা ফেষ্টিবেলগী মপুং ফাবা মফম অমা কনবা ঙমগদৌরিব্রা হায়বা ৱাহং অমদি লৈগদবা মাল্লি।

মরমদি হন্দক্কী ফেষ্টিবেল অসিদা প্লে খরদা শোথুবা হায়গদ্রা নৎত্রগা কৈথেল নংনবা পুথোরকপা মানবা মশক খরগী প্লে খরদি অদুমক য়াওদবা নত্তে। অদুবু রুপমহল থিয়েটরনা পাঙথোক্লিবা ড্রামা ফেষ্টিবেল অসিদি ড্রামাবু য়োকখৎনবা অমদি মতিং লৈবা আর্ট ফোর্ম অসিবু হিংদুনা লৈহন্নবগী মফম অমা পীবনি হায়না লৌগনি। থিয়েটর ফোর্ম অসিদা সমাজিক, ফোল্ক, ইতিহাসিক অমদি পৌরানিক হায়বা কেটগোরিদা পাঙথোকপা মরম্না নৈনবগী মফমদি চাওরিবনি। মসিগীসু মথক্তা ৱাহন্থোক পীবা ঙম্নবা হোৎনবা ফেষ্টিবেল অমসু ওইরিবনি। অদুনা থিয়েটর তৌরিবশিংনা ৱাখল পুক্নিং হন্থবা অমদি শোথুবগী মমী তাহন্দবা প্লেশিং ওইহন্নবা হোৎনমিন্নসি।

ঙসি রুপমহল থিয়েটরনা শীন্দুনা পাঙথোরকপা ১৮শুবা রুপমহল আর্টিষ্ট মেমোরিয়েল ড্রামা ফেষ্টিবেলগী ১০নি চনবদা জুবেনাইল থিয়েটরগী *হে ঈশৈ* মীংথোনবা প্লে, বি টি রোদতা লৈবা রুপমহলগী হোলদা উৎখ্রে।

জুবেনাইল থিয়েটরগী প্লে *হে ঈশৈ* মীঙ্গৌবা প্লে অসি এল সর্মিলা চনুনা ইবনি। ম্যুজিক অমসুং দিরেক্সন্না ওকেন অমাকচমনি। প্লে অসি খুঙ্গংগী লৈশাবী অমনা ঈশৈ পামজবদগী ইম্ফালদা লৈবা ওজাগী ময়ুমদা লৈদুনা ঈশৈ তম্লকখি। অদুবু ফিল্মগী ঈশৈ শকহনবগী খুদোংচাবা লৌদুনা ফিল্মগী প্রদ্যুসরগা অরোনবা মরি লৈনরকই। মসিনা মরম ওইরগা শৈশকপী ওইরকপগী পুন্সিগী অহানবদা মমা ওইবগী লম্বীদা চঙশিল্লকখি। মসিনা পুন্সিগী মহৈ য়ান্দ্রিঙৈদা চৈনা অমসুং বদনাম পুরগা খুঙ্গংগী হান্না নুংশিনজবা মহাক্কী মকাদা পন্থুং ওইহনবা প্লেনি।

প্লে অসি য়াম্না চম্না পুথোকপা অমগী মশক্তা লীলাগী মশান্না, মপুথোক ওইনা মীয়ামদা য়েংহনবা ঙম্মী। মরুওইনা শৈশকপী হায়বসিনা ইম্ফালদা লাক্লগা মহৈ তম্বা মতমদা অরং অরাক অমদি কান্নবা ফঙবগী থাজবগী লাংদা থুবা হায়বসি অফবা খোঙথাং নত্তে। অদুগীসু মথক্তা ওজা অমগী ময়ুমদা লৈরগা ওজাগী পাউতাক্তগী কান্নবা ফঙনবা হোৎনবগী লম্বীদুনা হেন্না থাজবগী অশেংবদু ফোঙদোক্লিংবগী মমী তাবা প্লে অমনি হায়না লৌরবসু য়াই। প্লে অসিদা শক্তম লাংলিবশিংদি, ওজাগী শক্তমদা টি বুদ্ধচন্দ্র, শঞ্জেন নহাগী শক্তমদা এস সাগর, থৌবগী শক্তমদা কে খোজিৎ, নোংয়াইগী শক্তমদা কে দিলিপচন্দ্র, দোক্তরগী শক্তমদা এল সর্মিলা চনু, কোম্বীরৈগী শক্তমদা এম নির্মলা চনুনি।

ম্যুজিক বেন্দদা এন পিয়ারানি, টিঐচ জমুনা, টিঐচ মঞ্জু অমসুং এল সুনিতাবী অমদি রেবিকানি। প্লে বেক শিঙ্গরদা পুস্পারানি অমসুং মন্দাকিনিনি। ড্রামাটাইজেসনদা এম নির্মলা চনু, মেকঅপতা ৱাই জমুনা অমসুং এল সর্মিলানি। ষ্টেজ অমসুং লাইটতা ঐচ রাকেসনি। ফেষ্টিবেলগী ১১নি চনবদা লাংমৈদোং ড্রামাটিক য়ুনিয়নগী *অন্ধা যুগ* উৎকনি।

অশিবা অহুমগী মনুংদা অমা দিস্পোজ তৌখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১৫(ঐচ এন এস) : সেকমাই পুলিস ষ্টেসনগী মনুং চন্না লৈবা খোঙহাম্পাৎ ওর্কিদ ফার্ম, লম্ফেল পুলিস ষ্টেসনগী মনুং চন্না লৈবা লাইফম খুনৌ মখা লৈকায় অমদি ইম্ফাল পুলিস ষ্টেসনগী মনুং চন্না লৈবা দি এম কোলেজ মমাং, তাঞ্জুল বেপটিষ্ট চর্চ মনাক্তা শিনা ফঙখিবা মীওই অহুম ঙসি ফাওবা মশক খঙদনা লৈরি।

মখোয়গী মনুংদা লম্ফেল পুলিস ষ্টেসনগী মনুং চন্না লৈবা লাইফম খুনৌ মখা লৈকায়দা য়ুম অমগী পুখ্রিদা থা অসিগী ৯ গী অয়ুক পুং ১০ রোম তাবদা শিনা ফঙখিবা হকচাং অদু মশক মমীং খঙবা ঙমদবদগী ঙসি রিমসকী মোর্গতা এগজিক্যুটিব মেজিষ্ট্রেট অমদি ভিদিও কোভরেজ য়াওনা পোষ্ট মোর্তেম তৌখ্রে হায়রি। লৈখিদ্রবা নুপা অদু লাইফম খুনৌ মখা লৈকায়দা লৈবা নুপা অমগী পুখ্রিদা শিনা ফঙখিবনি। হকচাং অদুসু পশ্থ-পুমথরম্লে।

অমরোমদা, নুমিৎ অসিমক্তদা ইম্ফাল পুলিস ষ্টেসনগী মনুং চন্না লৈবা দি এম কোলেজ মমাং, তাঞ্জুল বেপটিষ্ট চর্চ মনাক্তগী শিনা ফঙখিবা নন মণিপুরী মানবা মীওই অদুসু ঙসি ফাওবা মশক মমীং খঙবা ঙমদনা লৈরি। মসিদা নত্তনা নুমিৎ অসিগী নুংথিলদা খোঙহাম্পাৎ পুলিস ষ্টেসনগী মনুং চন্না লৈবা ওর্কিদ ফার্মদা হৌবা উপাম্বী অমদা থৌরি য়ান্দুনা শিরম্বা নুপা অদু ঙসি ফাওবা মশক মমীং চপ চানা খঙবা ঙমদ্রি।

নুপা অদুনা শিদুনা লৈরম্বা মতমদা মায়গী শরুক ঊনশা য়াওরমদ্রে। মহাক্না শেৎলম্বা ফুরিৎ-খোঙগ্রাউনচিংবদি য়াওরমখি। মহাক্কী হকচাংদি পুমথরম্লে হায়রি। মহাক মথন্তা শিজব্রা নৎত্রগা কনাগুম্বনা হাৎলগা থল্লম্ব্রা হায়বা চপ চানা খঙবা ঙমদ্রি। অমরোমদা, ইম্ফাল ম্যুনিসিপালিটিনা মশক খঙদবা অশিবা হকচাং লৌরগা দিস্পোজ তৌবগী থবক চথুরিবা এম দি অনুৱার আলি হট্টাদা লৈবা মীওই অমনা ফোঙদোরকপদা, মহাক্না মশক খঙদবা অশিবা হকচাং কোর্টকী অয়াবা লৌরবা মতুংদা পুলিসনা মখোয়দা শীন্নরক্তুনা মৈ থাদোকপগী থবক অসি চৈথে। অদুবু মশক খঙদবা হকচাং অদু হেক ফঙবা নুমিৎতা পোষ্ট মোর্তেম খুদক্তা তৌবীরগদি য়াম্না নুংঙাইগনি। মতম শাংনা অশিবা হকচাং মোর্গতা থমজিল্লগা কোন্না পোষ্ট মোর্তেম তৌরগদি খুদোংচাদবা কয়া মায়োক্কে। অশিবা হকচাং নোংমা নীনিগী মনুংদা পোষ্ট মোর্তেম তৌহন্নিংই হায়খি।

STATE LEVEL MOCK TEST SERIES
Conducted by HUMAN RESOURCE CENTRE & RESEARCH INSTITUTE
Nagamapal Lamabam leikai near RIMS Road Opposit Mantripukhi Parking Contact :9862992105 Reg.No.-729

CLASS X (Maths,Science,Social Science,English)
Exam date : 28th Jan,1th ,3rd,4th Feb.2018 Exam fee : Rs. 500
Class xii Sc.: (Physics,Chemistry,Biology,Maths)
Exam date :27th,29th,31th Jan,2nd Feb. 2018 Exam fee : Rs. 500
CLASS xii Arts (Pol.Sc,Geo,Hist,Eco,Edu,Socio,Home Sc,MIL,Eng)
Exam date : 20th,22th,24th,26th,28th,30th Jan,1st,2nd Feb..2018 *Exam fee : Rs. 400*
Note: some changes in time table on the behalf of public interest
(last date of form submission: 19th Jan.18)

The Mock Test Exam is based on coming HSLC and COHSEM Exam 2018 format as preparatory exam.

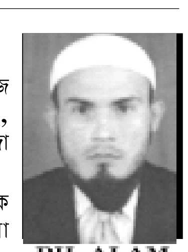
1st Prize : Rs.15,000 2nd Prize : Rs.10,000
3rd prize : Rs.7000 and Consolation Prize for 4th to 7th position holders with certificates.(Last date submission : 12th Jan.)

Form available : HRC&RI office,ACI office,Nagamapal,Lairik makon book store konung mamang, Siroy Paper Mart,kwakeithel bazar, Sangai book store,samurou bazar, Bross book centre, wangoi bazar, Romila book store,mayang Imphal,Sekmaijing Book store,sekmaijing bazar ,Divine Mart stationary,wabagai bazar, Paperie Kakching bazar stationary, K.V.book store,wangjing bazar ,Oja Bijoy book store thoubal bazar ,Universal Book store,Lilong bazar, Chingjam Book House,singjamei bazar, ,GLOBAL book store, Pa.lem book house,pologround maning,satya book store,KK book store,Leo agency,Paona bazar, fame book house,pologround maning,L /S.book store ,uripok. ,C.I.book ,Boboch,thangal bazar,Laisam kauai singh, keisampat c.c. pur parking,store Nambol bazar.

HL-B/4339/13-26Jan.

PILES TREATMENT

নুংশঙ মায় পাক্না লায়েংজরি



PH. ALAM

PILES খোঙ হাম্বদা মতম কুইনা চংবা, শৌজ নান্থবা, ঈ তাবা, মনুং মপানদা পোম্বা, মচুম তাবা, নুংশিৎ কাবা, শৌজদা মরেং মরেং চৎপা, খোঙ হাম্বদা অকনবা অমদি মরু মরু ওইনা হাম্বা অসিনচিংবা।

GASTRIC চাবা তুমদবা, পুক নুংশিৎ কাবা, পুক নাবা, থিনবা, শাওবা, খোঙ হাম্বা নুংঙাইতবা অসিনচিংবা।

STONE CASE পুক থিনবা, নাবা, শাবা, খ্বাঙ নাবা অসিনচিংবা।

SINUS নাতোন মরেং মরেং চৎপা, নাতোনদা মহি তাবা, নাতোন ফুনবা, কোক চিকপা, হকথি তোয়না খনবা অসিনচিংবা।

BODY PAIN খোঙ-খুৎ হকচাংনচিংবা শিথবা, হকচাং শিন-থুংনা চিকপা নাবা, তাং তাং চিকপা, শিংলি শিংনাও শোনবা, কোক চিকপা নাবা, পোম্বা, শারগা পোম্বা অসিনচিংবা লায়না কয়া মায় পাক্না লায়েংজরি।

লায়েংফম ঃ
1. Next to Imphal Bazar Community Cremation Ground, Minuthong.
2. Mayang Imphal.
3. Kangpokpi IT Road, near trafic point, Opp. MSCB Bank.

Mobile Nos.: ☎ 9856848613 / 8732892431 / 8787579776

HL-P/309/1-17Jan.

Between 9:30 am to 3:00 pm Contact us at: 9612194500

1st STATE LEVEL
HSLC PREPARATORY EXAM 2017-18
FOR CLASS X (CBSE & BOSEM)
ORGANISED BY : EDUCITY
Sagolband Tera Tongbram Leikai Near Oriental College, Imphal - 795004

1. All the position will be awarded separately for CBSE&BOSEM
   1st Position - ₹15,000 + Certificate
   2nd Position - ₹12,000 + Certificate
   3rd Position - ₹ 9,000 + Certificate
   4th to 20th Position - ₹ 1,000 + Certificate
2. Subject Toppers (4 Subject Separately) ₹ 1000 each + Certificate (CBSE 4 + BOSEM 4)

MARKS

	F.M.	P.M.
Math	40	20
English	20	10
Science	20	10
S.Science	20	10

Submission Fee ₹400/-
Last Date of Submission : 15th Jan. 2018
Class X (CBSE & BOSEM)
Subjects : Math, Eng, Sc, S.Sc.
Date of Exam: 21st Jan. 2018 (Sunday)
Timing : 9:00 to 11:00 a.m. (CBSE)
12:00 am to 2:00 pm (BOSEM)

Form Available at : 1. L.K. Book Store (Lamlong Bazar) 2. Romee Book Store (Moirang Bzr.) 3. I.K. Book Store (Bishnupur Bzr.) 4. Bina Agency (Ningthoukhong Bzr.) 5. Leima Book Store (Nambol Bzr.) 6. Siroy Paper Marth (Kwakeithel Bzr.) 7. Siroy Paper Mart (Singjamei Bzr.) 8. Universal Book Store (Lilong Bzr.) 9. Shilla Books Stationery (Thoubal Bzr.) 10. Sharma Book Store (Yairipok Bzr.) 11. K.B. Stationery (Wangjing Bzr.) 12. K.G. & Sons (Kakching Bzr.) 13. Baby Book Store (Mayang Imphal) 14. Taurus Stationery (RIMS Gate) 15. Leirik Book Store (Khumbong Bzr.) 16. Compact Service (Khuyathong Bzr.)

WE PROVIDE SHORT STAY HOME FOR FAR AWAY STUDENTS WHO WANTS TO PARTICIPATE IN THE COMPETITION

HL-P/3068/17Dec-17Jan.

ADMISSION OPEN
NAOSUM KIDS CARE CENTRE CUM PRE SCHOOL
SAGOLBAND TERA TONGBRAM LEIKAI, IMPHAL WEST
EDUCITY BUILDING
☎ 9612194500
1) Total Baby Care
2) Nutritious baby Food/Milk Care
3) Child Psychology Analysis / Rhyme
4) Well-Equipped Play Station with toys
5) Baby Bedrooms with Lullaby
6) Van Pickup & Drop with attendants
7) Class commencing from 5th Feb. 2018
8) Timing 9:00 to 4:00 (Summer & Winter)

HL-P/3078/6 Jan-6Feb.