সোসলদা য়ূম্ফম ওইবা নুপী শুমাং লীলা অনী উৎতুনা অথোই অহেন্দা শরুক য়াবা ফেষ্টিবেল ওইরি

নোমিতা খোংবান্তাবম

ইম্ফাল, মার্চ ১৫ (ঐচ এন এস):

নুপী শুমাং লীলাগী পুৰারীগী খোঙ্গুল লিক্লমগী লীলাদগী নাথৈরগা সোসলদা শান্নবা নুপী লীলা অনী উত্তুনা অথোই অহেন্দা শরুক য়াবা ফেষ্টিবেল ওইরি।

মণিপুর ষ্টেট শুমাং লীলা কাউন্সিলনা শীন্দুনা নুপী শুমাং লীলাগী অথোই অহেন তান্নবা ফেষ্টিবেল মার্চ ১৬তা লোইশিল্লগনি। মীয়াম্না খৌরাংনা ঙাইনরিবা নুপা শুমাং লীলা ফেষ্টিবেল মার্চ ১৭তগী হৌরগনি। নুপা লীলাগীদি অথোই অহেন তান্নবা লৈররোই, ফেষ্টিবেল খক্তা ওইনা পাঙথোক্লগনি।

কোনুং লম্পাক্তা লৈবা ইবোয়াইমা শুমাং লীলা শঙলেন্দা চথরক্লিবা নুপী শুমাং লীলা অথোই অহেন তান্নবগী ৮নি চনবদা নুমিৎকী ওইনা ঙসি অহানবদা মালোম পাম্বোইবী আর্টিষ্ট এসোসিএসনগী অবির খান উৎখি। লীলা অসি এন জি ইবোহলনা ইরগা ৰাই সোমিতানা তাকপী তম্বীবনি। লীলা অসিগী খোম্বোক্তা সঙ্গিতানি।

লীলাগী ৰারীদা বিরসিং অমদি অবিরখাননা শাদানবা লাকপদা শা ওইরবোই নীংদুনা অবুংগী নুংশিনজবীবু হাৎখি। মসিগী অশাওবা মৈরিনা মৈৰাইখিবদা অবিরখানগী অপোকপী নোংমৈনা কাপ্তুনা হাৎখি। মদু অবিরখাননি হায়না হাৎখিবনি। অদুবু মমাদা পান্দুনা লৈখিদবনি।

মতমদুদা লুনা চান্না নুংশিনা তিন্নজ রিবা বিরসিংবু অবিরখাননা মমা হাৎপনি হায়না চিংনখি। মমা হাৎপা নুপাদু হাৎকনি হায়দুনা অবিরখানননা ৰাশকখি। অদুবু অবিরখানগী মচননুপী অমিনাগা বিরসিংগা নুংশি মরী লৈনখি। অবিরখানগী ৰাশক অদুনা বিরসিংসু অবিরখানসু মীহাৎপদু কনানো হায়বসি থিবা হৌরকখি। অবুংগী নুংশিনজবী অকিম হাৎখিবগী কায়না মৈচাক পুদুনা লেল্লিবা অবুংনা অবিরখানগী মমা হাৎপনি হায়বা খঙলকখি।

অবিরখাননা অবুংগী মনাক্তা লাক্লুনা অবুংগী মচননুপী হেলেনাবু সুরনা শরাক তম্নবা হোৎনবদগী কনবিখি। হেলেনানা অবিরখান কনানো মশক খঙদনা নুংশি মরী থমদুনা নুংশি পন্থুং ওইসি হায়না ৰাশক্ল খি। অদুবু অবিরখানবু উবা মক্তদা অবুংনা হাৎনবা হোৎনরকপদগী মচননুপীনা অবিরখান মমা হাৎখিবগী কায়না মৈশা লাংলিবা মীশকনি হায়না মবুংদা পাওদমখি। অবিরখানগী থৰায়বু মবুংদা নিজখি। মচননুপীগী অপাম্বা থুংহন্দুনা অবিরখানগা হেলেনাগা থুংনহনখি। বিরসিংগা অমিনাগসু থুংনহন্দুনা ফুরুপকী খেন্নবা থমদনা নুংশিননা অমত্তা ওইবা ইমুং ওইখিবগী ৰারীদা য়ূম্ফম ওইবা লীলানি।

লীলা অসিদা নুপাগী শক্তম লাংখিবশিংদি অবিরখানদা এস ঐচ লনধোনি, বিরসিংদা এ নাওবী, অবুংদা ৰাই সোমিতা, সুরদা এ বোর্নি, না পংবা অহলদা টি ঐচ মংলেম্বী অমসুং বোয়াইদা কে ঐচ প্রিয়াদর্সিনিনা শক্তম লাংখি।

SHUMANG LEELA FESTIVA
From 7th to 23rd March, 202
MANIPUR STATE SHUMANG LEELA CO
IWAYAIMA SHUMANG LEELA SHANGLEN

নুপীগী শক্তম লাংখিবশিংনা অমিনাদা এম মার্টিনা, হেলেনাদা এস বিদ্যারানি, সনাৰৈদা এল ইসোনি অমসুং অবিরখানগী মমাদা এ পোদাসনানা শক্তম লাংখি।

অনীশুবা ওইনা উৎখিবা ৰিমেন ফোর কলচরেল সেন্টর ইরোম মৈজ্রাওগী মোইরাং পুরেম্বা অথৌবা উৎখি। লীলা অসি গ্যানেন্দ্র থৌদামনা ইরগা এস সোমিতানা তাকপী তম্বীবনি।

লীলাগী ৰারীদা মোইরাং নিংথৌগী য়েৎথংবা পাম্বোম ওইবা অথৌবা পুরেম্বা মনিং তম্না থবক তৌই। অকিবা অমত্তা লৈতে। নিংথৌগী য়াথং তুংইননা সলাং খুলদা লাক্লুনা লোইপোৎ থৌখি। সলাং খুলাকপগী মমোমগী পুন্সি কনবদা নত্তনা কাওরেল অঙাওবা ফাদুনা মোইরাং লমদমদা পুরকখি। কাওরেল ফাবা চৎপদা হান্না ঙাইদুনা লৈরম্লবা অরাইলৈমা চীংঙু থাংজিংগী থৌদাং পুদুনা পুরেম্বগা ৰাইথুংনখি। লোইপোৎ খোম্বদা য়াওরকপী অরাইলৈমবু ঙাম্বৌলৈমা মিঙ্গৌদুনা মোইরাং নিংথৌগী লৈমা ওইখি। পুরেম্বনা থৰায় নুংঙাইতবদগী কংলা থৌদা পুরক্তুবা থাবুম অহুম ফারকপদা মোইরাং লমদমদা কৈনা কাও কয়া নৈদুনা চারকপা, কৈগী মফমদা অকিবা লৈরক্তবদগী পুরেম্ববু কৈ হাৎপীননবা নিংথৌগী য়াথং পীরকখি। পুরেম্বনা ঙাম্বৌলৈমগা ৰাইথুংনসি ৰাশকখ্রগা নিংথৌগী তালোই ওইখিবা মরম্না কৈনা চারগা শিরগে খন কৈ ফাবদা য়াখি। কৈশিংবু হাৎতুনা অমদি ফাদুনা পুরেম্বনা মোইরাং লৈবাক অমসুং নিংথৌগী অৰাবা কোকহনখি।

নিংথৌনা পেল্লদুনা পুরেম্বদা অমুক হন্না ঙাম্বৌলৈমা থাবুম অহুমগী খোইজিখা তম্লবীবু মনা ওইনা পীরকখি। খমু মমোম ফংজবদা নত্তনা পুরেম্বগী ঈগী খোইজিখাগী মীহুল তমদুনা ঙাম্বৌলৈমা মপারি অমা ফংজখি। মপারি ফংবদা কংলাপুং য়েগনি ৰাশকখিবা পুরেম্বনা কংলাপুং য়েরুবগী চৈরাক ফংখিবগী ৰারীদা য়ূম্ফম ওইবা লীলানি।

লীলা অসিদা নুপাগী শক্তম লাংখিবশিংদি মোইরাং নিংথৌদা ৰাই কাননবলা, পুরেম্বদা এল সঙ্গীতা, থোংলেন্দা এস ঐচ ইনাকখুনবী, চাওবা নোংথোন্দা দব্লিয়ু চাওবা, সলাং খুলাকপদা ৰাই ওংবী আশালাতা, ঙাম্বলাকপদা ৰাই রোসপিতা অমসুং য়াইবুংহঞ্জবদা থিংবাইজম চুনদিনা শক্তম লাংখি।

নুপীগী শক্তম লাংখিবশিংদি ঙাম্বৌলৈমদা এস ঐচ সয়ারানি, শম্বুলৈমদা এস থোই, খমুদা বেবি ৰাই পানেশ্বরি অমসুং তোনুদা শৌগ্রাকপম য়াইফবীনা শক্তম লাংখি।

নুপী শুমাং লীলাগী অথোই অহেন তান্নবগী অরোইবা মাপন্নি চনবা মার্চ ১৬কী নুংথিল পুং ১ তাবা মতমদা শিব যাত্রা কম ড্রামা এসোসিএসনগী লোই ওকপা উৎকনি।

ৰাকৎ মীফম ফমখ্রে

ইম্ফাল, মার্চ ১৫ (ঐচএনএস):

লুপা ক্রোর ২৭ হেনবগী দ্রগ ফাখিবা কেসকা মরী লৈননা এ দি সী চান্দেলগী চ্যেরমেন ওইরম্বা লুখোসৈ জৌবু মরাল লৈতে হায়না থাদোকখিবা অদুবু য়ানীংদবা ফোঙদোকপগা লোয়ননা কেস অসি মণিপুর লৈঙাক্লা হায় কোর্টতা আপিল চৎতুনা অমুক নৌনা থিগৎতুনা মরাল লৈবা দ্রগ ললোনবশিং চৈরাক পীয়ু হায়না চঙশিল্লকপা তোঙান তোঙানবা খোঙজংগী শরুক অমা ওইনা হৌখিবা মার্চ ১৪দা ওল মণিপুর ৰিমেন্স সোসল রিফোর্মেসন এন্দ দিভলপমেন্ট সমাজ (নুপী সমাজ) না তোঙান তোঙানবা ইমা লূপ অমদি ক্লবশিংগা খূৎশম্নদুনা থৌদা ভাবোক লৈকায়দা ৰাকৎ মীফম ফমখ্রে হায়না নুপী সমাজগী জেনরেল সেক্রেটরি পি সোবিতানা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, ইম্ফাল ৰেষ্ট দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা থৌদা ভাবোক লৈকায় পোত্থা শঙদা নোংচুপ ইম্ফাল পলেম ইমা অপূনবা লূপ (নিমপাল) অমসুং থৌদা ভাবোক লৈকায় চাওখৎ থৌরাং নুপী লূপকা খূৎশম্নদুনা পাঙথোকখিবা ৰাকৎ মীফম অদুনা শরুক য়াখিবা নিমপালগী জেনরেল সেক্রেটরি সোরাইসম শান্তি লৈমনা হায়খি, লুপা ক্রোর ক্রোরনা খুজিং ওইবা দ্রগকা লোয়ননা ফারবা মীওইশিংবু ফার-ফারগা থাদোকপা অদুগা দ্রগ গ্রাম ৫০/১০০ ফাবদা চেন্নবা মীওই খরনা চৈরাক পীরগা লৈঙাক্লা চথুরিবা ৰার ওন দ্রগকী কেম্প্যেন অসি মায় পাক্লে হায়বা য়ারোই। অসিগুম্বা থৌওং অসি চথুগদবা ওইরবদি ৰার ওন দ্রগস কেম্প্যেন অসি তোকপনা ফগনি। ফৌদেল দ্রগ কেস হায়রগা খঙনবা নোর্থ ইষ্ট ইন্দিয়াদা খ্বাইদগী চাওনা দ্রগ ফাবগী থৌদোক ওইখিবা লুপা ক্রোর ৪০০ হেনবগী দ্রগ ফাবদা চেন্নবা মীওইশিং মরাল লৈতে হায়না থাদোকখিবা অদুগা মণিপুর লৈঙাক্লা ঙসি ফাওবা কেস অসিদা তুমিন্না লৈশিনবগী থৌওং অসি য়ানীংদে হায়নসু ফোঙদোকখি।

ৰাকৎ মীফম অদু লোইশিল্লকপদা শরুক য়াখিবা মীয়াম্না লুখোসৈ জৌ থাদোকাপ য়ানীংদে, দ্রগ ললোনবা চৈরাক পীয়ু অমসুং মণিপুর লৈঙাক্লা হায়র কোর্টতা আপিল চৎলু হায়বা খোল্লাউশিংসু লাউখি হায়না চেরোল অদুনা মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

‘মহৈরোয়শিংগী পীথোক্তনা লৈরিবা স্কোলরসিপকী শেনফম পীথোকপীয়ু’

ইম্ফাল, মার্চ ১৫ (ঐচএনএস):

মহৈরোয়শিংগী পীথোক্তনা লৈরিবা ও বি সী, প্রি মেট্রিক স্কোলরসিপ অমদি পোষ্ট মেট্রিক স্কোলরসিপ ২০১৯-২০গী শেনফমশিং পীথোক্তনা লৈরিবা অসি অথুবা মতমদা মরী লৈনবা ওথোরিটিনা য়েংশিনবীদুনা ফাইনান্সিএল য়র মমাঙদা পীথোকপীয়ু। করিগুম্বা মহৈরোয়শিংগী স্কোলরসিপকী শেনফম অসি পীথোকপীদ্রবদি মহৈরোয়শিংগীদমক ঈহৌ লাকপা য়াই হায়না দেমোক্রেটিক ষ্টুদেন্টস এলাএন্স ওফ মণিপুর (দেসাম) গী সোসল ৰেলফ্যেরগী সেক্রেটরি অখাম রিসিকুমারনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, ঙসি ফাওবদা দিরেক্টোরেট ওফ ৰেলফ্যের ওফ ও বি সী এন্দ এস সী গভর্ণমেন্ট ওফ মণিপুরনা ও বি সী প্রি মেট্রিক স্কোলরসিপ অমদি পোষ্ট মেট্রিক স্কোলরসিপ ২০১৯-২০গী পীথোকফম থোক্লবা স্কোলরপসিপকী শেনফমশিং পীথোক্তনা তুমিন্না লৈশিনবা অসি ও বী সী মহৈরোয়শিংবু করিসু খন্দবা অমদি মহৈরোয়শিংগীদমক য়াম্না লাইবক থীবা অমনি। লৈত-লায়রবনা মহৈ মশীন তম্বদা তঙাইফদনা শীজিন্নগদবা স্কোলরসিপকী শেনফম অদু অথুবদা পীথোকপীয়ু। মহৈরোয়শিংগী রাইট অমা ওইরিবা মতম মতমগী ফংফম থোকপশিং চহী অমা অনী হেল্লবা ফাওবদা পীথোক্তনা মতম মতমগী পাউখুম কয়া শেমজিন শাজিন্দুনা পীরগা লৈবা, অদুগা মহৈরোয়শিংদা অৰাবা পীবা অসি দেসামনা হকচিন্না লৌই। হৌখিবা চহীশিংদসু মতম মতমগী ওইনা পীথোক্তবগী ঈহৌ কয়া হৌখিবা লৈখ্রবনি। মরম অসিনা হৌজিক পীথোক্তনা লৈরিবা ও বি সী, প্রি মেট্রিক অমদি পোষ্ট মেট্রিক স্কোলরসিপ ২০১৮-১৯ অমদি ২০১৯-২০ অসি মরী লৈনবা ওথোরিটিনা অথুবদা পীথোকপীয়ু। করিগুম্বা পীথোক্তনা মতম মতমগী পাউখুম খুমদুনা মহৈরোয় কয়াগী ফংফম থোকপা রাইটশিং মৎলবদি দেসামনা মহৈরোয়শিংগা খূৎশম্নদুনা অকনবা খোঙজং চঙশিল্লগনি হায়নসু চেরোল অদুনা ফোঙদোরক্লি।

তোপ ময়ায় লৈকায়দা শারিবা আর সী সীগী থোং অথুবদা লোইশিল্লগনি, লম্বীশিংসু কোয়লাস থারগনি : ইন্দ্রজিৎ

ইম্ফাল, মার্চ ১৫ (ঐচএনএস):

INAUGURAL CEREMONY
Top YOUTH CLUB (BUILDING)
Constructed & Inaugurated by
N. Indrajit Singh
Hon'ble MLA, Kshetrigao Assembly Constituency
on 15th March, 2021

ক্ষেত্রিগাও এ সীগী মনুং চনবা তোপ ইরিল মপালদা এম এল এ লোকল এরিয়া দিভলপমেন্ট ফন্দগী মখাদা শাবা তোপ য়ুথ ক্লবকী বিল্ডিং ঙসি এম এল এ নহাকপম ইন্দ্রজিৎনা শঙ্গাদুনা মীয়ামদা খূৎশিন্নখ্রে।

থৌরম অদুদা ৰা ঙাঙলদুনা এম এল এ ইন্দ্রজিৎনা হায়খি, তোপ ময়ায় লৈকায়দা শারিবা আর সী সীগী থোং অসি অথুবা মতমদা শাবা লোইশিল্লগনি। তোপকী মফমশিং য়াওনা ক্ষেত্রিগাও এ সীগী মনুং চন্না লৈরিবা মফমশিংদা হৌজিক হৌজিক শেমগৎ শাগৎলিবা লম্বীশিংসু লাক্লিবা ১২শুবা মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেমব্লিগী মীখল মমাঙদা কোয়লাস থাবা লোইশিল্লগনি। মতম অমদা শোত্থনা লৈরম্বা ক্ষেত্রিগাও এ সীবু হীরম খুদিংমক্তা চাওখৎপা পুরক্লবা হোৎনবা য়াবা হোৎনগনি। তোঙান তোঙানবা ফুরুপ কাঙলূপ অহুমনা খুন্দারিবা এ সী অসিদা ফুরুপ কাঙলূপকী খেন্নবা থমদনা থোং মান্ননা চাওখৎপা পুরক্লবা লৈজবা পূম্বা কৎথোক্তুনা থবক পায়খৎকনি।

চীফ মিনিষ্টর এন বিরেনগী লিচিং মখাদা লৈঙাক অসিনা চহী মরি মপুং ফারকপদা এম এল এ অমা ওইনা এ সী অসিগী মনুংদা মশক থোকপা মীয়ামগী য়াইফঙাদবা থবক কয়া পাঙথোকপা ঙম্লে। মণিপুরদা বি জে পিগী মপাঙ্গল কলহনবগা লোয়ননা অসিগুম্লবা বি জে পিগী লৈঙাক অসি মখা তানা লৈহন্দুনা ক্ষেত্রিগাও এ সীদা চাওখৎপা পুরক্লবা হোৎনসি।

ক্ষেত্রিগাও এ সীগী য়ূমথোং খুদিংদা থক্লবা টৌটি ঈশিং ফংহন্নবগী থবক খুমাং চাওশিন্না চঙশিল্লি। বি জে পিনা লুচিংবা লৈঙাক অসিনা মীয়ামগী চাওখৎ থৌরাংগীদমক তোঙান তোঙানবা স্কিম অমদি প্রোজেক্ট কয়াসু মথং মথং পায়খৎলক্লি। মসিগী কান্নবসি এ সী অসিগী মীয়ামদা নিংথিনা ফংহন্ননবসু অঙম্বা থাক্তা হোৎনগনি। মীয়ামগী মীহুৎ অমা ওইনা ইশাগী ওইজবা থিদনা মীয়ামগীদমক লৈজবা পূম্নমক কথোক্তুনা থবক তৌগনি হায়নসু এম এল এ ইন্দ্রজিৎনা মখা তাখি। থৌরম অদুদা তোপ য়ুথ ক্লবকী প্রসিদেন্ট অথোকপম ঙানবনা হায়খি, ক্ষেত্রিগাও এ সীগী এম এল এ নহাকপম ইন্দ্রজিৎতা ক্লব অসিগী শঙলেন অমা শাবীনবা হায়রুবদা থৰায় য়াওনা বিল্ডিং অমা শাবীবা অসিগীদমক থাগৎলি। ক্লব অসিনা কোনবা এরিয়াদা এম এল এগা খূৎশম্নদুনা মীয়ামগী ওইবা চাওখৎ থৌরাং কয়া পায়খৎনবা হোৎনগনি। থৌরম অদুদা তোপ দুসরা গ্রাম পঞ্চায়টকী প্রধান ময়াংলম্বম সুরবলাসু দাইজ মেম্বর ওইনা শরুক য়াখি।

লৌশিং পুক্কে

চা থকপনা

মতৌ করম্না ব্লদ প্রেসর হন্থহনবগে হায়বা রিসর্ছনা উৎখ্রে

মীওইবনা কেফিন য়াওবা চা থকপা হৌরকখিবসি ইহান হানবা ওইনা চাইনাদা চহী ৪,০০০ হেনবগী মমাঙদগী হৌরকখ্রবনি। মতম অদুদগীনা হৌজিকফাওবা অসিদা মালেমগী ওইনা ঈশিংগী হেক মথংদা খ্বাইদগী পোপ্যুলর ওইনা থক্লবা পোৎলম ওইদুনা লাক্লি।

ব্লেক টি অমসুং গ্রীন টি অনীমক অসি চপ মান্নবা পাম্বী (কেমেলিয়া সিনেন্সিস)গী মনাশিংদগী শেম্বনি। অদুবু ফর্মেন্টেসন তৌদ্রিবা মনাদগী শেম্বা গ্রিন টিদনা এন্টিওক্সিদেন্টশিংগী চাং হেন্না য়াওই।

ব্লেক টি শেম্নবগী ফর্মেন্টেসন প্রোসেস মনুংদা ওক্সিদেসন তৌবনা মদুদা য়াওবা এন্টিওক্সিদেন্টকী চাং হন্থহল্লি।

ষ্টদি কয়ামরুমনা খঙবা ঙমখ্রে মদুদি, গ্রীন টি থকপনা কেন্সর ওইহল্লকপা থিংই, ব্লদ প্রেসর হন্থহল্লি, অমদি হার্ট দিজিজকী রিস্ক হন্থহল্লি।

অদুমওইনমক, চা থকপনা ব্লদ প্রেসরদা পীরিবা ইফেক্ট অদুবু থোকহল্লিবা মোলিক্যুলর মেকানিজম অদুদি হৌজিকফাওবগী ওইনা ময়েক শেংনা খঙদনা লাক্লি।

য়ুনিভর্সিটি ওফ কেলিফোর্নিয়া, ইর্ভিন (য়ু সী আই) অমসুং দেনমার্কতা লৈবা য়ুনিভর্সিটি ওফ কোপেনহগেনগী সাইন্টিষ্টশিংনা থেংনখ্রে মদুদি, চাদা য়াওবা এন্টিওক্সিদেন্টশিংনা আইওন চেন্নেলশিং হাংদোকই অমদি ঈগী উতোংশিংদা য়াওবা মসলশিংবু রিলেক্স তৌবা ঙমই।

মখোয়গী ফাইন্দিংশিং অদু সেসুলর ফিজিওলোজি এন্দ বাইওকেমিষ্ট্রি জর্নেলদা পব্লিস তৌরকখিবনি।

নৌনা দিসকভর তৌরিবা অসিনা হেন্না ইফেক্টিব ওইবা এন্টিহাইপরটেন্সিভ দ্রগশিং দিজাইন তৌবদা মতেং পাংবা ঙম্লগনি, মসিনা মালেমদা লৈরিবা মীওই মিল্লিয়ন কয়াগী হকশেলদা ফগৎহনবা ঙম্লগনি হায়রি।

য়ু এসকী নেসনল হার্ট, লং, এন্দ ব্লদ ইনষ্টিট্যুটকী মতুংইন্না ব্লদ প্রেসর কন্ট্রোল তৌবা নৎত্রগা নেমথহনবনা ক্রোনিক কিদনি দিজিজ, হার্ট এটেক, হার্ট ফেল্যুরদগী ঙাকথোকপা ঙমই, অমদি দিমেন্সিয়াদগীসু ঙাকথোকপা ঙম্বা য়াই হায়রি।

ৰর্ল্ড হেল্থ ওর্গনাইজেসন (দব্লিয়ু ঐচ ও)না মালেমগী মীওই বিল্লিয়ন ১ হেনবদা হাইপরটেন্সন লৈ হায়না এষ্টিমেট তৌরি।

ষ্টদি অদুনা অহানবদা উৎলি মদুদি, কেটচিন্স হায়না খঙনবা চাদা য়াওবা এন্টিওক্সিদেন্ট অনীনা ঈ উতোংবু লাইনিং তৌরিবা স্মুথ মসল সেলশিংগী মেম্ব্রেনশিংগী মনুংদা প্রোটিন চেনেল অমা হাংদোকই। মসিনা পোজিটিব চার্জ তৌরবা পোটাসিয়ম আইওনশিংনা সেলশিংদুদগী থোকহনখিবা য়াহল্লি।

নর্ভ অমসুং মসল সেলশিংদা য়াওবা চেনেলশিংনা নেগেটিব অমসুং পোজিটিব আইওনশিং কন্ট্রোল তৌরবা লম্বী অমদা চঙথোক চঙশিন তৌবা য়াহন্দুনা মেম্ব্রেনশিংগী মরক্তা ভোল্টেজ মেন্টেন তৌই।

গ্রীন টিদা য়াওবা কেটচিন্সনা KCNQ5 কৌবা অকক্লবা মখলগী পোটাসিয়ম আইওন চেনেল অমা এক্টিভেট তৌই হায়বা রিসার্ছরশিংনা থেংনখ্রে।

সাইন্টিষ্টশিংদুগী মরক্তগী মখোয় খরনা মমাঙদা তৌখিবা রিসার্ছকী মতুংইন্না চহী লিশিংলোমগী মমাঙদগী ফোল্ক মেদিসিন ওইনা শীজিন্নদুনা লাক্লবা পাম্বী কয়া অমগী ব্লদ প্রেসর হন্থহন্নবা মগুনশিং অদু হায়রিবা প্রোটিন চেনেল অসিদা য়াওই হায়না ফোঙদোকখি।

অনৌবা ষ্টদি অসিগীদমক রিসার্ছরশিং অদুনা কেটচিন্স অনী অসিনা ভোল্টেজগী অহোংবা খঙবা ঙমবা সেক্সন অমদা বাইন্দ তৌই হায়বা উৎনবগীদমক প্রোটিন চেনেল অদুগী কম্প্যুটর মোদেলিং অমসুং ম্যুটেটেদ ভর্জনশিং শীজিন্নখি।

ষ্টদি অদুগী কো-ওথরশিংনা উচিদগী লৌবা আর্টেরিশিংগী ৰালদা লৈবা টেন্সনগী অহোংবশিং ওন্দুনা য়েংখি। মখোয়গী ফাইন্দিংশিং অদুনা কনফার্ম তৌখি মদুদি, চাদগী ফংবা কেটচিন্স অনী অদুনা KCNQ5 আইওন চেনেল এক্টিভেট তৌদুনা আর্টেরিশিংবু রিলেক্স তৌহল্লি অমদি লাওথোকহল্লি।

ব্লেক টিদা শঙ্গোম খজিকখক য়ানশিনবনা চাগী এন্টিহাইপরটেন্সিব ইফেক্টশিং অদু ময়েং তাহল্লোই হায়না রিসার্ছরশিং অদুনা থাজে। লেবোরেটরিদা শঙ্গোম চা অদু সেলশিংদা হকথেংননা এপ্লাই তৌবা মতমদা KCNQ5 চেনেলশিং এক্টিভেট তৌবা ঙমখিদে। অদুবু মীওই অমনা থকপা মতমদদি অসুম্না তৌদবা য়াই হায়রি।

গ্রীন টিবু 35°C গী চাংফাওবা লুম্বু লুম্বু শাহনবনা KCNQ5 এক্টিভেসন তৌবগী চাং হেনগৎহল্লি হায়বসু সাইন্টিষ্টশিংনা খঙবা ঙমখি। অদুমওইনমক উন হাপ্তুনা চা থকপা পাম্বা মীওইশিংগী ওইনসু নুংনাংনিংঙাই ওইদে হায়বা ৰাফম ফোঙদোক্লদুনা সাইন্টিষ্টশিংনা হায়, চা থকপা মতমদা ইংলবসু শারবসু, মীওইবগী হকচাংগী টেম্পরেচর অসি 37°C ওইবনা চা অদু থকচিনখ্রবা মতমদা হায়রিবা টেম্পরেচর অদুদা শাগৎলকই। মরম অদুনা চাবু থক্লবদি মদুদা য়াওবা ব্লদ প্রেসর হন্থহনবা ঙম্বা প্রোপর্টিশিং অমদি কান্নবশিং অদু এক্টিভেট তৌই হায়নসু মখা তারি।

ত্রেনিং প্রোগ্রাম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, মার্চ ১৫ (ঐচএনএস):

ওখো (ও কে ঐচ ও) ত্রষ্ট লাংমৈদোং অমসুং লৈয়াইবী মেমোরিএল ত্রষ্ট লাংমৈদোংনা স্পোন্সর তৌরগা রামা ফাওন্দেসন্না শীন্দুনা হৌখিবা মার্চ ১৩ অমসুং ১৪দা নুমিৎ নীনি চূপ্না কলটিভেসন ওফ মসরুম টেক্নোলোজিগী মতাংদা ত্রেনিং প্রোগ্রাম অমা ময়াং ইম্ফাল অনী লোংবীদা পাঙথোকখ্রে হায়না রামা ফাউন্দেসনগী পি আর ও নোংঙানবা এসনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, ত্রেনিং প্রোগ্রাম অদু হৌদোকপগী থৌরমদা ময়াং ইম্ফাল ম্যুনিসিপাল কাউন্সিলগী কাউন্সিল্লর দব্লিয়ু জানেশ্বরিনা চীফ গেষ্ট, ওখো ত্রষ্ট লাংমৈদোংগী এগজিক্যুটিভ দিরেক্টর টি ঐচ ঙৌবনা প্রসিদেন্ট, সী টি হায়র সেকেন্দরি স্কুলগী প্রিন্সিপাল সী ঐচ কোকলৈনা গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়াখি। ত্রেনিং প্রোগ্রাম অদুদা রিজনেল এচিভর এৱার্দি সোরাম রাজেন্দ্র কুমারনা সাইন্টিফিক মেথদ ওফ মসরুম কলটিভেসন, দিজিজেজ, পোইজনস মসরুম, মার্কেটিং এন্দ ফাইনান্সিএল এসিষ্টেন্স হায়বা হীরমদা ৰা ঙাঙখি হায়রি।

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাম্লি

মরি লৈনবা দিপার্টমেন্টশিংনা নৌনা লৈখিবা গাড়িগী নম্বর মতম চানা পীথোক্তবনা ক্রাইম হেনগৎহল্লব্রা?

ষ্টেট অসিদসু তোঙান-তোঙানবা মফমশিংদা তোঙান-তোঙানবা ক্রাইম কয়া থোকপা নোংম-নোংমগী হেনগৎলক্লি। নুপীগী মথক্তা চৎথবা ক্রাইম অমদি হুরান-চিন্থিগী থৌদোক কয়াসু লেপ্পা লৈতনা হেনগৎলক্লি। থোক্লিবা ক্রাইমশিং অসিগী মরম কয়া অমসু লৈ। হুরান-চিন্থিগী ওইনা থোক্লিবা থৌদোকশিং য়েংলুরবদি গাড়ি নম্বর থাদবগী খুদোংচাবা লৌবা কয়া অমসু য়াওরি। মণিপুরগী মফম অয়াম্বদা থৌনরিবা মমল য়াম্লবা গাড়িশিং অসি মতম চানা নম্বর লৌদবনা অমদি পীথোক্তবনা মদুগী খুদোংচাবা লৌদুনা গেঙ খুৎপু অমা শেম্বগী মওংদা পূন্না-পূন্না চত্তুনা গাড়ি হুরানবগী চাং য়াম্না ৰাংখৎলক্লিবনি হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই। নম্বর থাদবা গাড়িদি সী সী টি ভি কেমরানসু দিটেক্ট তৌবা ঙম্বগী থাজবসু লৈতে। মরম অসিনা লৈঙাক্লা নম্বর থাদবা গাড়িশিং অসি মোনিটর তৌদুনা করম-করম্বা গাড়িশিং নম্বর থাদবনো, নম্বর থাদ্রিবগী মরম্না করিগীনো হায়বনচিংবা অমুক্তং য়েংবিরবদি অফবা অমা ওইগনি হায়না খল্লি। নৎত্রবদি অসিগুম্বা অহোবা লৈবা অসিগী খুদোংচাবা লৌদুনা ক্রাইম তৌবা পাম্বা মীওইশিংদা মথৌ হেন্না হাপকৎপা হায়বদু ওইনা থোক্লগনি।

❐ **য়ুমখাইবম লোকেন্দ্রো, মালোম তুলিয়াইমা**

য়ুম পানবা তুরেলগী লৈঙোইদগী হেন্না কুপ্পি অহল-লমনশিংনা হায়নরম্বা কাউবিরোইদবনি

অহল-লমনশিংনা তাকপিবা য়ুম পানবা হায়বসি তুরেলগী লৈঙোইদগী হেন্না কুপ্পি হায়বা ৰাফম অসি থবক ওইনা পাঙথোকপগা লোয়ননা তাইবঙ মীওইবা ঐখোয়না লৈরিবমখৈ কাউরোইদবনি হায়জ নিংই। ইমুং অমদা পূন্না লৈমিন্নরে হায়দুনা ইমুং অদুগী মীপুম খুদিংমক নিংবা লোয়না থুংগনি হায়বদি লানগনি। অমুকসু ইমুং অদুদা লৈবা মীওইশিংনা অফবা লোইনা তৌরবসু কুপথনা য়েংশিনলুরবদি অৰাৎপা অদুমক লৈগনি হায়বসি পূম্নমক্লা য়ানরবা ৰাফমনি। অসুম্না ঙসি ঙসিমক মণিপুরদা পাল্লিবা লৈঙাক অসি ইমুং অমগা পাঙ্খকনি হায়বা য়াই। মাগী-মাগী থবক থৌরম-থৌদাং য়াম্না পাক চাওবগী ৰাতনি হায়বসি মীয়াম্না হেন্না খঙনরবা ৰাফমনি। ঐ-ঐগী চাওরবা রাইট কয়া য়াওরি। ঐ-ঐনা কদাই ফাওবা মতেং পাংবা য়াই, কদাই ফাওবা তাকপিবা-ঙাঙবা য়াই হায়বগী রাইট লৈ হায়বসি পূম্নমক্লা খঙজিনবা ফৈ। লৈবাক্কী থবক তশেংনা তৌবা মীওইশিংবু থাগৎপা অমদি তৌদবা মীওইশিংদনা পারা তম্বিবা ফগনি। লোয়ননা লৈঙাক্লা ইম্ফাল সিটি স্মার্ট সিটি অমা ওইনবা য়াম্না কন্না হোৎনরি হায়রবসু ঙসি ফাওবদা সিটিদা মতিক চাবা টোইলেট অমত্তা লৈত্রি হায়বা য়াই।

❐ **ৰাংখৈরাকপম মাইপাক, নোংমৈবুং পুং মখোং**

অদোমগী মরুওইবা ওপিনিয়ন ৯৭৭৪৮০৩১৪৫ নত্রগা hueiyen_lanpao@rediffmail.com/hueiyen_lanpao@yahoo.co.in দা থাবিরকউ।

ঙসিগী রাশি ফল

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

তাং ১৬।০৩।২০২১ ইং, লৈবাকপোকপা;
লমতাগী ৩ নি পানবা।

মেষ : হরাওবা, শেন্দোং তানবা থবক্তা চাওনা মায় পাকচবা অমদি মরুপ মপাংনা লোয়নবা পাম্বা নুমিৎনি। নচা ননাইগী অমদি লৈঙাক্কী লম্‌দা মাঙজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চানবী।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃষ : অশাওবা অমদি চরাংনবনা মাঙজগনি। অদুবু পোরম শিন্দোক্লা পাংবা থবক অমদি নচা ননাই লোয়দুনা পাংবদি মায় পাক্কনি। হোয়া ফবা কান্নরোই।
লৈশা পাখংশিংগী- ঙাঙথোকপদা পকচগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মিথুন : শেল-থুম অমদি লেংদবা লন তানশিনবা য়াবা অফবা নুমিৎনি। অদুবু হকচাং নুংঙাইবা ৰাৎপা অমদি অকাউবদগী অরং অরাক মাঙবা য়াবা লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

কর্কট : হকচাং খিংগনি অমদি হোয়া ফবগীসু কান্নবা শোয়দনা ফংগদবা নুমিৎনি। পাউ নুংঙাইগনি অমদি অনীংবদুমক পাংবা কান্নগনি। মরুপ ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

সিংহ : লাই-গুরুগী ৰা তাবা কান্নগনি অমদি মরুপ মপাং লোয়ননা পাংবা থবকসু মায় পাক্কনি। অদুবু চরাংনরদি অমদি নাপল লোয়নরদি মাঙজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- ৰাখল ফাথবা ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কন্যা : ইকায়খুম্নবা ফংগদবা নুমিৎনি। থবক্কী পাউ নুংঙাই, পোরম য়াৎপা হৈগনি অমদি হকচাংসু নুংঙাইবা হেনগনি। য়েৎনবদি পামগনু-মাঙজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- থাগৎপিগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

তুলা : নীংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংজবা অমদি অনীংবা থবক পাংবগী নুংঙাইজবা নুমিৎনি। হুরানবনদি তাথিবা লৈ-অরোন অথুপ ঙাঙথোক্তবা ফগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- খাংবা কল্লু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/থোইদিং অমুবা।

বৃশ্চিক : নীংবা থুংলনি, ওজা গুরুনা চানবীগনি অমদি অনৌবা অশা লাক্কনি। ইমুংদদি খৎনবা নংবা য়াই-চিন কনগনু। নাপল তৌরদি অচানবা কাইননি।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

ধনু : অরুবা থবক পাংগনি অমদি ইমুং মনুং ৰা তানবা হেন্না খুমাঙ চাওশিনগনি। অকিবা লৈতবনা থৌনা ফুদোকপনা কান্নবা হেগনি। হেন্না অশাদি চাওগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- চরাংবা য়াদে।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

মকর : পোরম য়াৎপা, য়েৎনবা অমদি লৈফম/অখঙ অহৈ তান্নবগী লম্‌দা লৌশিং চাওবা মী তানবা ফগনি। য়েক্লবা অমদি অঙম্বনা নরলদা মীতাই-কাউগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- তপথনা লৈয়ু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কুম্বা : মীচং হেনগৎপা, অনৌবা থবক থৌরম পাংবা য়াবা অমদি মীনা থাগৎপিবা ঙসিসু লৈগনি। লৌশিং ফুদোকপদি ঙমদে অদুনা অখঙ অহৈগী ৰা তাও।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশি মরী ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিন : কোক শাবা লৈগনি-নোল্লুক্লা চৎপা ফৈ। য়েক্লবনা পাঙ্গল্লি অমদি লৌথোক চাথোকনিংবা য়াম্মী-হৈনা শিংনা মী লোয়নৌ। নথক থোংবা লোয়নবা ফৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- কাইনবা য়াবা লৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।