থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

ইশাগী মপুদি ইশানি, অতোপ্পা কনা নত্তেকো

নহা ওইরিবা, তুংদা সুপর-ষ্টার অমা ওইরকপগী আশা লৈরিবা বোল্লিৰুদ এক্টর অমা ওইরকপা য়াই হায়নফাও হায়নবা বিহারি এক্টর সুসান্ট সিংহ রাজপুট (৩৪) না মশামক্কী কা'দা থৌরী য়ান্দুনা শিজরম্লে হায়বা পাউ অদু ইচাশিংগী চহী লোঙ্গাগী মীওইশিংদদি অচৌবা, মরু ওইবা পাউ অমা ওইনা লৌনৈ। সুইসাইদ-নোট ইদুনসু থম্লমদবনা, করিগীদমক মশাবু মশানা হাত্তোকচরিবনো? হায়বসি পুলিসনা চপ চানা হায়বা ঙমদ্রি।

তমগদৌরিবা পাউদমসিগী ৱাহৌ ওইনা ইজরিবা ৱাহে পরেং খরসিদা, বোল্লিৰুদকী ৱাথী-ৱাচোইগী মরমদা ইদৌরিমাল্লে - সেরান্ননা খনখিনি। মদু নত্তে, হান্না ৱামাঙ য়ানজরি। মশা মথন্তা শিজখিবা, ঐগা নক্লা লোয়নখিবা মী অনীখক্কী ৱারীদু সুসান্ট সিংহ'গী ৱারীসি পারুবদা নীংশিংহল্লকই। অমদি য়াম্না নহানি। নুংশি-নুংওন-ৱাখল'না অফ-ফত্ত'-ৱাখলবু নমহৎনরিবৈঙৈ তাংকক'তুনি। মতম খরা ঐগা নক্লা লোয়নখিবা, দ্রামা অমগী রিহার্সেল কন্না তৌরিঙৈনি। মহাক ঐগী এক্টরনি। ইমুংদা লৈনবা তেন্সনশিংদুদি ফোঙদোক্তনা মানা নোংমা হায়রকখি, 'ওজা... ইমা-ববা অনীনা ঐবু য়াম্না নুংশিদে... নোংমদি ঐ মখোয় অনীগী মমাঙদা ইশাবু হিংনা মৈ থাদোকচগে খল্লি'...। মতুংদা ঐ, কাউন্সেল্লিং তৌদুনা মাগী মপুক্লিংদু অতোপ্পদা দাইভর্ট তৌহন্নবা ফনা কন্না হোৎনখি, কল্লিগশিংগী মতেং লৌদুনা। অদুবু নোংমা, অয়ূক অমা, মহাক রিহার্সেল লাকখিদে। মহাক য়াওদবনা রিহার্সেল ঙন্তা লোইশিল্লগা হল্লকপদা পাউ তায়... মহাক মশা মথন্তা থাও হৈজিল্লগা মৈ থারে, মশাদু চাম্মদা মরিফুতরা মৈনা চাক্লে ... মৈরীনা য়োল্লবা মশাদুনা কন্না লাউরম্মী ... ইমা! নঙনা য়েংনীংদবা নচাবু অমুক হন্না উররোই, অরোইবা ওইনা য়েংলো লাকও...। দ্রামাগী সিন নত্তে, রিয়েল-লাইফ-দ্রামানি।

অতোপ্পা অমনা, ঐগী মরুপ আসামি ওফিসর অমগী লোয়নবী - শকহেনবী, হায়-ফায় লেদি অমা। থৌবালদা পোষ্টিং তারিঙৈ, মতৌ-মনাও করিগুম্বা ৱাফম অমদগী উৎখৎনরকপা জাৎনি, প্রদিপ কুমার সাইকিয়ানা ঐগোন্দা মাগী কাগী ছোজে পীরগা হায়, 'প্লিজ গো এন্দ কন্সোল মাই ৱাইফ'। কাদুগী ছো হাংদোক্লুনা চঙলুবদদি কেরোসিন্না পূমচোৎ চোৎলবা সারী, কেরোসিন্দা লূপ্পুবদগী মৈ হৌদ্রবা মৈখেৎ উপু অমদি মরু ময়াম ... ঐগী মিং কৌরগা কোন্দুনা '...প্লিজ হেল্প মি, লেৎ মি কম্মিৎ সুইসাইদ' ... হায়রকখিবদু শং-শং নীংশিংলে। নুমিত্নুমদি পান দুকান ফম্বী ইতৌমা (নুপীদুগসু শকখঙনবী) অমগী মতেংনা তেথরনখি। দিব্রুগরদা হনগ্না, থা খরগী মতুংদা, অদুগুম্বা থৌদোক অমদা মথন্তা শিজখি। ঙসিদি সাইকিয়াসু লৈখিদ্রে।

সুসান্ট সিংহ রাজপুৎ'কী ৱারীসিদই খঙই - মহাক হৌজিক, মায় পাকপা ফিল্ম-করিয়র অমগীদমক লান্থেংনরিবা (ষ্ট্রগলিং) এক্টর অমনি। ইষ্টাব্লিস-এক্টর হায়বদুদি ওইদ্রিবনি। মহাক্না লৈরিবা 'বান্দ্রা' গী যুমগী ভারা, থাদা লুপা লাক্ষ মঙাগা লিশীং নিফুমঙা। কোভিদ-১৯না ফিল্ম-ইন্দষ্ট্রিদা পীবা চৈথেং, ইন্দষ্ট্রি'সিগী ফ্যূচর, এক্টরশিংগী সোফিষ্টিকেটেদ লাইফ-ষ্টাইল-অহুমসিগা, সুসান্ট সিংহ'গী মশাগী পুন্সি লোমহনবই ফিরেপ'কা মরী লৈনৈ।

'পুন্সি' কৌবা, থৱায় পানবা অমনা তাইবঙসিদা পোক্লরিবা মপোকসিগী হিংলিঙৈ মতমগী শক্লোন অসিগী নীংথিজবা, ফজবা মতৌ মসিবু খঙবা ঙমদবা, তাঙলবা, 'মীওইবা' কৌবা মপোক অসিবু কন্না নিন্দা তৌনীংবগী ইথিল অমা কন্না ফাওরক্লি থম্মোয়সিদা। ইথিলদুনি ঙসিগী পাউদম ওইনা ইরগে কলম পায়খৎলুরিবা।

'পুন্সি' মশক খঙদবা মীনা পুন্সিবু মীরায়বনি, 'পুন্সি' বু নুংশিবা ঙমদবনি। থৱায় পানবা ওইনা পোক্লরবা কনানসু মশামক্কী পুন্সিবুদি নুংশিদবা লৈতে। মপুক লাম্লগা, হিংননবা অতোপ্পা থৱায় পানবা অমবু হাত্তুনা চারিবা, মশাগী পুন্সি নুংশিবননি। ইমাগী শিয়োমনুংদগী তাইবঙ ফাওরক্তুনা, তাইবঙ মশক খঙবা হৌরকপা অমদি হিংবই মহাও খঙলকপা, নুংশিবা কৌবা শকউদবা লীপুন অদুননি।

অদুবু, অঙকপনি মীওইবা! মীওইবনা শেন্বা খুন্নায়, চৎনবী, ধর্ম্ম, পোলিটিক্স, ৱায়েন পথাপ অসিনচিংবা কয়া। পূম্নমকসিনা তম্বীরকই - ইমা-ইপা, ইবুং,ইপ্বা, ইয়াম্বা, ইরি-ইতা, ইতু-ইচা, ইমা-লৈবাক নুংশিবনচিংবসি য়াওদনা মপূম ফাদে নুংশিবা। মশাবু নুংশিবা হৈতনা, অতোপ্পবু নুংশিবদি করম' তম্লুনি? ঐ ইশাবু, ইশামকপু নুংশিবা হৈরবা মহাক্তো পুন্সি খুদিংবু ইকায়খুম্নগনি, পূম্নমকপু নুংশিগনি। মশা মশক খঙদনা যিশু হান্না নীংলুবা, অল্লাহ হান্না নুংশিরুবা, কৃষ্ণ-ভক্তা ওইরুবা-অদুনা মরূ ফুকখিবনি মীওইবনা থারম্বা নুংশি-পান্বী অদুগী। ঐনা নুংশিজবা কনাগুম্বা অমদগী ঐগী ওইবা অপাম্বা ওইজ-ওইথক অমত্তা নিদবনি কনামত্তনা, পীথোক্লকপা পেঞ্জবনি। মমা ওইবী কনানা মচাগীদমক কথোকপদা কৈদৌঙেদা পাম্মুবা খঙম্ব'গে? নুংশিবা মমাগীদমক মখ্বায় থাগে হায়রিবনি মচাসু। নুংশিবা হায়বসিদি পীথোকপতনা মশিঙ্গনি। অসিগুম্বা, নুংশিবা মশক খঙবা, মপূম হায়বা মীশক অমা হায়বদু ঐখোয় কনামত্তনা ওইহল্লক্লিবা কনাননো? তিল্লাং খয়োংনবা খঙবিয়। লামশিন্দুনা শক্লাকপা ৱাদবনি। ঐদি তোল্ল-তারবনি ... পাপ্পা য়োল্লবা হকচাংনি ... পাপসিবু কোকহনবা ঙম্বা লৈ কনাগুম্বা অমা ... কনাগুম্বা অমগী থৌজাল য়াওদনা কনাসত্তনা তৌবা ঙমহল্লবনি ঐহাক্স, থৌজাল ঈরিক থিকপীয়ু ... হায়বনচিংবা মশানা মশাদা চঙ ফংনা থাজ দবা, সেল্ফ-কনফিদেন্স মাঙলবা মীশক অমা ওইহল্লকখিবসি কনাননো? অদুগুম্বা, লৈফম থোক্তবা ওথোরিটিদুদা ইশাবু শিন্নথোক্লুবদুনা, পামজবা অমা ফংদ্রবা, নীংজবা অমা থুংদ্রবা মতমদুদা মশাবু মঙোন্দা শিন্নথোকপদগী লাইবক থীবা থৌদোক অসি থোকহল্লকই। ইশাগী মপুদি ইশানি, অতোপ্পা কনা নত্তে হায়বসিতংদি পাউজেল ওইনা শন্দোকসি।

লৌশিং পুক্কে

কোরোনাভাইরসকা মরী লৈনবা যূম্ফম য়াওদবা ৱাফম খরা-১

ৱর্ল্ড হেল্থ ওর্গনাইজেসন (দব্লিয়ু ঐচ ও) না কোভিদ-১৯বু পেন্দেমিকনি হায়না লাউথোক্ত্রিঙৈ মমাঙদগী হৌনা অরানবা পাউ শন্দোকপনা মরম ওইরগা থোকহনবা য়াবা খুদোংথীবশিংগী মরমদা দব্লিয়ু ঐচ ওগী দিরেক্টর জেনরেল ডা. টেদ্রোস এধানোম ঘেব্রিয়েসসনা চেকশিনৱা থমখিবা লৈখ্রবনি।

হৌখিবা ফেব্রুৱারী ১৫দাা পাঙথোকখিবা কনফরেন্স অমদা মহাক্না হায়খি মদুদি, 'ঐখোয়না হৌজিকলান্থেংনরিবসি লায়না লাইচৎ অসিখক্তং নত্তে, ইনফোদেমিক অমসু লান্থেংনরিবনি। ভাইরসতগীদি অরানবা পাউনা হেন্না খোঙজেল য়াঙনা শন্দাকই, অমদি মসি য়াম্না খুদোংথীনিংঙাই ওই'।

অদুমওইনমক, মীয়াম্না ওনলাইন অমসুং ওফলাইন অনীমক্তা শন্দোক্লিবা পাউশিং অসি করম্বনা থাজবা য়াবা পাউনো অমদি করম্বনা থাজনিংঙাই ওইদবনো হায়বদু খন্দোকপদি লুনা থোকই।

লৌশিং পূক্কেগী মমাঙগী ইদিসনদা কোভিদ-১৯গা মরী লৈনবা অরানবা থাজনবীশিংগী মতাংদা ফোঙখিবা লৈরে। ঙসিগী ইদিসন অসিদা অমুক হৌজিক হৌজিকমক লেপ্তুনা শন্দাক্লিবা যূম্ফম য়াওদনা থাজনরিবা ৱাফম খরগী মরমদা থমজরি।

যূম্ফম য়াওদবা ৱাফম ১: ভিটামিন দিনা লায়না অসিদগী ঙাকথোকই

আর্টিকল খরনা ক্লেম তৌই মদুদি, মীওই অমনা ভিটামিন দি সপ্লিমেন্টশিং শীজিন্নরবদি মখোয়দা ক্ষকঞ্জ-ক্টণত্ত-২ হায়রিবা ভাইরস অসি চঙলকপগী চাং নেম্মী।

এজিং ক্লিনিকেল এন্দ এক্সপরিমেন্টেল রিসার্চ কৌবা জর্নেল অমদা ফোঙলকখিবা য়েৎননিংঙাই ওইবা আর্টিকল অমদা যূম্ফম ওইরগা মীয়াম্না ৱাফম অসিদা থাজনরি।

অকক্লবা লৈবাক খরগী, মশাদা ভিটামিন দি ৱাৎপা মীওইশিংগী পোপ্যুলেসন অমসুং কোভিদ-১৯গী কেস ৱাংবা অমসুং লায়না অসিগা মরী লৈননা মী শিবগী চাং ৱাংবা, হায়রিবশিং অসি মরী লৈনবা থেংনরে হায়না আর্টিকল অদুগী অইবা অদুনা ক্লেম তৌরি।

হায়রিবা মরী অসিদা যূম্ফম ওইরগা আর্টিকল অদুগী অইবনা ভিটামিন দি সপ্লিমেন্ট চারবদি কোভিদ-১৯ দগী ঙাকথোকপদা মতেং পাংবা য়াই হায়না ৱাখলনা লামশিল্লুবনি। অদুমওইনমক, হায়রিবা থৌওং অসি অচুম্বনি হায়বগী খুদমদি অমত্তা লৈতে।

হৌখিবা মে ১দা ফোঙখিবা ৱাফম অসিগী মতাংদা য়াম্না থুনা পাঙথোকখিবা রিভিয়ু অমদা, য়ুনাইটেদ কিংদমগী য়ুনিভর্সিটি ওফ ওক্সফর্দতা লৈবা সেন্টর ফোর ইভিদেন্স-বেজ মেদিসিনগী রিসার্চরশিংনা ময়েক শেংনা ফোঙদোকখ্রে মদুদি, 'ভিটামিন দিনা কোভিদ-১৯দগী ঙাকথোকই হায়বগী মতাংদা ক্লিনিকেল ইভিদেন্স অমত্তা থেংনদে'।

মখোয়না মখা তানা ফোঙদোক্লি মদুদি, 'ভিটামিন দি ৱাৎপনা কোভিদ-১৯ নাহল্লি হায়বগী ইভিদেন্স অমত্তা লৈতে, অমদি লায়না অসিদগী ঙাকথোক্লবগীদমক নৎত্রগা লায়েংনবগীদমক ভিটামিন দি সপ্লিমেন্ট শীজিন্নবগী মতাংদা চথবা ষ্টদি অমত্তা লৈখিদ্রি'।

মে থাদা বি এম জে ন্যুট্রিসন, প্রিভেন্সন এন্দ হেল্থ কৌবা জর্নেল অমদা ফোঙখিবা য়ুনাইটেদ ষ্টেট্স, বেলজিয়ম, আয়রলেন্দ, অমদি য়ু কেনচিংবদা লৈবা ইনষ্টিট্যুসনশিংদগী স্পেসলিষ্টশিংনা পীবা রিপোর্ট অমনসু কোভিদ-১৯দগী ঙাকথোক্লবগীদমক ভিটামিন সপ্লিমেন্ট শীজিন্নবগী মতাংদা ইভিদেন্স লৈতে হায়না উৎলি।

রিপোর্ট অদুগী অইবশিং অদুনা হায়রি মদুদি, ভিটামিন দিগী চাং ৱাৎতবনা হকচাং ফহল্লবসু, দোক্তরগী পাউতাক য়াওদনা ভিটামিন দি সপ্লিমেন্ট চারবদি খুদোংথীবা থোকহনবা য়াই।

খুদম ওইনা, দাইটরি সপ্লিমেন্ট অমা ওইনা ভিটামিন দি কা হেন্না চাশিল্লবদি, মরুওইনা মশাগী অতোপ্পা ক্রোনিক ওইবা অনাবা লৈবা মীওইশিংগী হকশেলদা খুদোংথীবা থোকহনবা য়াই।

যূম্ফম য়াওদবা ৱাফম ২: জিঙ্কনা কোভিদ-১৯দগী ঙাকথোকই

মীয়াম্না পাক শন্না শন্দোক্লিবা যূম্ফম য়াওদবা ৱাফম অমগা হায়রগদি জিঙ্ক সপ্লিমেন্টশিং শীজিন্নবনা SARS-CoV-2 দগী ঙাকথোকই নৎত্রগা কোভিদ-১৯ লায়েংবদা মতেং পাংই হায়বসিনি।

জিঙ্ক হায়বসি মীওইবগী ইম্যুন সিষ্টেম মথৌ নিংথিনা তৌহনবদা তঙাইফদনা চঙবা মিনরেল অমনি হায়বসিদি অচূম্বা ৱাফম্নি।

হায়রিবা ৱাফম অসিদা যূম্ফম ওইরগা রসিয়া, জর্মনি অমসুং গ্রিসতগী রিসার্চরশিংগী টিম অমনা জিঙ্ক অসি কোভিদ-১৯ লায়েংবদা অমদি মসিদগী ঙাকথোকপদা শীজিন্নবা য়াগনি হায়না ৱাখলনা লামশিল্লগা থাজখি। মখোয়গী ৱাফম অদু ইন্টর্নেসনল জর্নেল ওফ মোলিক্যুলর মেদিসিন কৌবা জর্নেল অমদা ফোঙলকখিবনি।

জিঙ্ক আইওনশিংনা SARS-CoV-2 গী ভাইরেল এক্টিবিটি হেনগৎপদা মতেং পাংবা ইঞ্জাইম খরগী মথৌ তৌববু থিংজিল্লি হায়না উৎপা ইন ভাইত্রো এক্সপরিমেন্টশিংদা রিসার্চরশিং অদুনা রিফর তৌরি।

অদুমওইনমক, জিঙ্কতা SARS-CoV-2 তগী ঙাকথোকপা ঙম্বা ইফেক্ট য়াওরম্বা য়াই হায়বগী চপ চাবা ক্লিনিকেল ইভিদেন্স লৈতে হায়নসু মখোয়না ফোঙদোক্লি।

মেদিকেল হাইপোথেসিস কৌবা জর্নেল অমদা ফোঙলকখিবা আর্টিকল অমা য়াওনা কোভিদ-১৯গী লায়েংদা জিঙ্ক শীজিন্নবা কান্নে হায়না ফোঙদোকপা অতোপ্পা আর্টিকলশিং অসি ৱাখলনা শাগৎপা ৱাফমদা যূম্ফম ওই অমদি ক্লিনিকেল দেটা অমত্তদা যূম্ফম ওইদে।

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাল্লি

টি ঐচ বিরেন, নিংথৌখোং ৱার্দ-১৪

থৌবাল দিষ্ট্রিক্টতা হাংলিবা অনন্টা পুরানা ক্বারন্টিন সেন্টরদা লৈবা ইনমেট ৩৭না শেল খায়নরগা মখোয়বু ঙাকপী শেনবিরিবা ভলন্টিয়রশিংদা অঙম্বা শেলগী মতেং পীখিবা তশেংনা তমজনিংঙাই ওইবা মতৌনি। লমদম অসিদা হৌজিক হাংলিবা ক্বারন্টিন সেন্টরশিংদা লৈরিবা মীওইশিংনসু মখোয়গী মতৌ তমদুনা কোভিদ-১৯ ঙাকথোক্লবা হোৎনবদা মাং থাদুনা থবক তৌরিবা মীওইশিংদা অমদি লৈঙাক্লা লৌখৎলিবা চেকশিন থৌরাংশিং ঙাক্লা চৎপগা লোয়ননা মতেং পাংবা মথৌ তাই। কোভিদ-১৯দগী ঙাকথোক্লবা লৈঙাক্লা শেল্লিবা গাইদ লাইন পূম্নমক অতোপ্পা ষ্টেটতগী হল্লকপা মীওইশিংনা করিগী ঙাক্লা চৎত্রিবনো? মপান্দা লৈবগী হৈনবী ওইনা পূন্না চামিন-থকমিন্নবদগী কোভিদ-১৯কী পোজিটিভ কেস হেনগৎলকপনি হায়রোইদবগী মরম লৈব্রা? করিগী নুমীৎ ১৪ নি খক্তং চাবা মচেৎ তুম্বা মচেৎ খাঙবা ঙমদ্রিবনো? গ্রিন জোন ওইদুনা লৈরম্বা ষ্টেট অসি রেদ জোন কনানা ওইহল্লক্লিবনো মুন্না খন্থহন্নিংই। পূম্নমক অসিদগী শাফনবগীদমক ক্বারন্টিন সেন্টরশিংদা লৈরিবা মীওইশিংনা ৱাখল তানা চৎন-কাংলোনশিং ঙাক্লা লৈনবা হোৎনবিয়ু। লৈঙাক্লসু ক্বারন্টিন সেন্টরশিংদা লৈরিবা অৱাৎ-অপাশিং মতম চানা য়েংশিনবিয়ু।

তোম্বা নাউরেম, হৈরোক কবো লৈকায়

লৈঙাক্লসু লমদম অসিগী মীয়াম্নসু কোভিদ-১৯গী পোজিটিভ কেস মশীং হেনগৎলক্লিবসিগী অচুম্বা অমদি অশেংবা মরম খঙদোক্লবা হোৎনফম থোক্লে। হেন্না অকনবা চেকশিন থৌরাং লৌখৎহৌদ্রগদি য়াম্না শাথিবা মওং অমদা লাক্লগনি। মরমদি কোভিদ-১৯ পোজিটিভ ওইবগী চাং ৱাংখৎলক্লিবসি মপান্দগী পূম্নমক পোজিটিভ ওইদুনা লাক্লবরা নৎত্রগা ক্বারন্টিন সেন্টরশিংদা লৈরিবা মীওইশিংগী মরক্তা অমদগী অমদা শন্দোক্লবরা হায়বসিসু থিজিনদবা য়াদবা মতম ওইরে হায়না খল্লি। ক্বারন্টিন সেন্টর অয়াম্বদা টৈইলেট, বাথরুম মতিক চাদবগী পেন্দবা ৱাফম কয়া ফোঙদোক্লরক্লি। লোয়ননা ক্বারন্টিন সেন্টরশিংদা লৈরিবা মীওইশিংনসু চেকশিনবা ৱাৎপা, চৎন-কাংলোন ঙাক্তবগী পাউ কয়াসু লৈতবা নত্তে। মরম অদুনা লৈঙাক্লা অমদি মরী লৈনবা দিপার্টমেন্টশিংনা য়াম্না কুপ্না য়েংশিনবগী তঙাইফদবা লৈরে। চেকশিনহৌবগী মতম হেনখ্রগদি পূম্নমক অৱাবা তাখিবদগী কনবা ৱাগনি। হৌজিক মপান্দগী হল্লক্কদবা মীওই কয়া অমসু ৱাৎলি। মরম অদুনা কোভিদ-১৯দগী ঙাকথোক্লবা ফ্রন্ট লাইনদা চোংথোক্তুনা হোৎনবিরিবা মীওইশিং অমদি পূম্নমক্লা অমনা অমগী মতেং পাংনবা মথৌ তারে।

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

নিংথৌ লৈশেম্বা এম পি ওইগনি হায়বা ফিরেপ হোংদবা তারবদি অকনবা থবক লৌখৎকনি : কিমাক্স

ইম্ফাল, জুন ১৬ (ঐচ এন এস) : নিংথৌ লৈশেম্বনা এম পি ওইগনি হায়বা ফিরেপ হোংদবা তারবদি মীয়াম অমদি কিমাক্সকী মায়কৈদগী অকনবা থবক লৌখৎলক্কনি হায়না কিমাক্সকী সেক্রেটরি এল সৈত্যমজিৎনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, নিংথৌবু তুংগী মীরোল অমদি পুৱারীনা ঙাকপীরোইদবা খোঙথাং অমদা মশামক কনাগুম্বা মীওই খরনা থমাইরোল তম্বীদুনা লান্না পুরি হায়বসি খঙদ্রি। মণিপুরগী পুৱারী ঈচেল কন্নবা অমদি মপানগী ফৎত্রবা শরৌশিং থেংননবগীদমক চঙশিল্লকপা খোঙজংদা কিমাক্সনা শরুক য়ানবা শেম-শারি। চহী লিশিং ২ হেনবগী পুৱারী অমদি নাৎকী ঈচেলগা লোয়ননা পুম্নমক্কী তুংনফম ওইরিবা কোনুংবু খুরক্কী ঈনা লাই শাবা খরনা মীৎয়েং চঙবা হৌরকপসি চহী ৪/৫ রোমগী মমাঙদগীনি। ঐখোয়গী কিন্থরক্লবা খুন্নাই অমদি মোরেলিটিদা লৈরক্লবা মীরোল অসিনা অচুম-অরান, অফ-ফত্তা খঙদনা তৌহৈদবা ঙাইহাক-ঙাইহাক্কী ওইজবা থিদুনা থবক তৌরকপা হায়বসি লমদমসিগী মীয়ামগী মচৎ ওইরক্লি।

নিংথৌবু করিগীদমক পার্টি অমগী এম পি মীরেপ ওইনা পুথোরক্লিবনো। কোনুংবু করিগীদমক মপানগী মরিং মরাংবা শাফু খরনা খুদুম চন্নবা এজেন্দা অমগী মখাদা খোঙ থাংজিল্লক্লিবনো হায়বসিগী ৱাহংগী পাউখুম মথৌ তাই। ঐখোয়গী খুন্নাইগী মীয়াম অসি অতোংবদা লেপনিংবা, পাৱর লৈবা মশাগী ওইজ-ওইথক ফংগনি হায়বা মীদা ঈকায়-ঈকি খঙদনা নপচবগী লোনচৎ ওইরি। নিংথৌ সনাজাওববু শৌগৎনবা মীচঙ খোম্বা মীয়াম্না য়াবা লুচিংবনি হায়না পুথোক্লবা হোৎনবা মীগী মশিং ৱাৎলোই। মসিগীদমক কেম্প্যেন তৌনবা মীসু য়াম্না লৈ। লমদম অসি থোইনা ঙক্লিংঙাই ওইদে হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

চেঙ য়েন্থোকখ্রে

ইম্ফাল, জুন ১৬ (ঐচ এন এস) : লৈমপোকপম গভর্ণমেন্ট পব্লিক হায় স্কুলদা মহৈ তম্লিবা মহৈরোয়শিংনা যুমদা মপান থোক্তনা লৈনবা চঙদবা য়াদ্রবা পোৎলমশিং ফংবদা ৱারিবা অসিদা মতেং ওইনবা ক্লাস ৱানদগী ফাইব ফাওবদা তম্লিবা মহৈরোয় ৩০৪দা চেঙ য়েন্থোকখ্রে।

স্কুল অসিগী হান্নগী হেদ মিষ্ট্রেস, ষ্টেট টিচর এৱার্দি এল মংলেম্বীনা লুচিংদুনা স্কুল মেনেজমেন্ট কম্মিটিগী থৌমীশিং, স্কুল অসিগী ওজা অমসুং লৈমপোকপম জেদ পি য়াওনা চেঙ য়েনবগী থবক অদু চথখি। লোকদাউন মনুংদা মিদ দে মিল পীজনবা চেঙশিং অদু মহৈরোয়শিং স্কুল কাদ্রবনিনা পীজদ্রে। মসিগীদমক য়েন্থোকপনি হায়খি।

মীফম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, জুন ১৬ (ঐচ এন এস) : নাওরিয়া পাখংলাকপা এ সীগী কংলৈচা নহারোল লমজিং লূপ, নিঙোম্বম ময়াই লৈকায়দা লূপ অসিগী এদভাইজর লাইথংবম তোম্বোয়না প্রিসাইদ তৌদুনা মীফম অমা পাঙথোকখ্রে হায়না ৱাইশেল মরিল শেমগৎপা লূপকী সেক্রেটরি জেনরেল দেবাননা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

মীফমদুদা ৱারেপ কয়া লৌবগা লোয়ননা অনৌবা থৌ পুবশিং নোমিনেট তৌদুনা হাপখ্রে। মখোয়গী চার্জসু পীখ্রে। লূপসিগী ভাইস প্রসিদেন্ট পুরিবা অহোংশাংবম চাওববু ৱার্কিং প্রসিদেন্ট ওইনা থৌ পুহন্নবা লেপ্পখ্রে হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

'এম জি এন আর ঈ জি এসকী মতাংদা মীৎয়েং চঙলগনি'

ইম্ফাল, জুন ১৬ (ঐচ এন এস) : এম জি এন আর ঈ জি এসকী নক্লনা লৈরিবা আর দি এন্দ পি আর দিপার্টমেন্টকী মখাদা ব্লোক ওফিসল, প্রধান, মেম্বরশিংনা শুখিবা থবকশিংগী মেটরিএল কম্পোনেন্ট অমদি লাইন দিপার্টমেন্টতা অকনবা মীৎয়েং চঙলগনি হায়না ইপাক্কী এসিষ্টেন্ট পব্লিসিটি সেক্রেটরি খাইদেম জোন্সননা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, ইপাক্তা লাকপা অকক্লবা পাউদগী থিগৎলুবদা হাওরং সাবল সী দি ব্লোক্কী খুরখুল জি পিগী জি আর এসনা লাইন দিপার্টমেন্টকী মেটরিএল কম্পোনেন্টতগী শেল খরা লৌরকখি হায়রিবা অসি ইপাক্কা পুন্না ৱাখল তামিন্নরবা মতুংদা মতুং তৌদনবা খঙহনখ্রে। এম জি এন আর ঈ জি এসকী থবক শুবা মতমদা মেছিন শীজিন্নদুনা থবক শুবা য়ারোই হায়না কন্না থিংদুনা লৈরিবা চৈরক অসিদা ককচিং দিষ্ট্রিক্টকী মনুংদা লাংমৈদোং ব্লোক্কী ময়েং লমজাও জি পিগী ওইনা মফম অমদা জে সী বি শীজিন্নদুনা থবক শুরম্বা থেংনখি। হীরমসিগী মতাংদা ব্লোক অসিগী মরী লৈনবা জি আর এসনা অথুবদা শেংদোরক্কদবনি।

পাক্তক্লনা ৱেজেজনা শুগদবা থবকশিংবু মেছিন্না শুবগী মরমসি জি আর এসনা খঙহনফম থোকই। ইমপ্লিমেন্টিং এজেন্সীশিংনা থাগৎলক্লিবা ৱার্ক লিষ্ট অদুদা ৱেজেজ তা শুবা য়াবা থবক্কী খঙলমগনি। জি আর এসশিংনা থবক নীংথিনা তৌদবনা ৱেজেজনা শুহনবগী মহুৎতা মেছিননা শুহনবনি। জি আর এস খরনা যুমদা ওফিস হাংলগা মেম্বরশিং কৌরগা থবক তৌবগী ইনফোর্মেসনসু ইপাক্তা পাউ ফংলে। মসিগী মতাংদসু ইপাক্লা থিগৎলগনি। খুন্নাই অসিদা লৈরিবা জোব কার্দ হোল্ডরশিংনা ইশা-ইশানা তৌগদবা থবকশিং জেদ পি, প্রধান, মেম্বরদা শীন্নদনা ইশাগী থবক অদু খঙবীয়ু হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

থাউ মমল হেনগৎপা মীচম মীয়াম্বু ৱাহন্নবনি : সী পি আই

ইম্ফাল, জুন ১৬ (ঐচ এন এস) : পেট্রোল অমসুং দিজল থাউ মমল হেনগৎহনবা হায়বসি মীচম মীয়াম ৱাহন্নবনি হায়না মণিপুর ষ্টেট কাউন্সীল সী পি আইগী ষ্টেট সেক্রেটরি এল সোটিনকুমারনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, মীয়াম্না কোভিদ-১৯দগী ঙাকথোক্লবা হোৎনবদা খুদোংচাদবা কয়া মায়োক্নরি। মসিদা অৱাবা কোকহন্নবা অখন্নবা থৌরাং পায়খৎনবা হোৎনদনা কোর্পোরেট মপুশিং শেন্দোং তালহন্নবা পেট্রোল অমসুং দিজল থাউগী মমল মথংশিংনা লিটর অমদা পৈশা ৪৮ অমদি পৈশা ২৬ ঙসিদগী হেনগৎখ্রে। মসি লৈঙাক অসিনা কোর্পোরেট মপুশিং শৌগৎপনি হায়বদু শেংনা খঙবা ঙল্লি। ঙসি অসি থারগা জুনদা থাউ কম্পেনিশিংনা মমল হেনগৎহনবা তরেৎলকশুবনি।

নুমীৎ খূদিংগী অয়ুক পুং ৬ তাবদা পেট্রোল অমসুং দিজল থাগী মমল লেপ্পবা লৈঙাক্লা থাউ কম্পেনিশিংদা পাৱর শীন্নরিবসি মীচম-মীয়াম হেন্না ৱাহন্নবা থৌরাংনি। চহীসিগী মার্চ ৫দা পেট্রোল অমসুং দিজল থাউ লিটর অমদা লৈঙাক্লা ইনফ্রাষ্ট্রকচর শেমগৎ-শাগৎনবা মীংদা এক্সসাইজ দ্যুটি হেনগৎহনখি। মালেমদা শুংদোক্ত্রিবা থাউগী মমল অঙকপা মওংদা খঙহন-হন্থরকপগী পাউ লৈরি হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

লাংমৈথেৎকী লম্পাক অচৌবগী অকোয়বদা উ-চারা কয়া থাখ্রে

ইম্ফাল, জুন ১৬ (ঐচ এন এস) : লাংমৈথেৎ য়ুথ দিভলপমেন্ট এসোসিএসন (এল ৱাই দি এ)গী ভলন্টিয়রশিং অমদি মহৈরোয়শিংনা খুঙ্গং অসিগী অমত্তা ঙাইরবা লম্পাক অচৌবগী অকোয়বদা উ-চারা কয়া থাখ্রে হায়না এল ৱাই দি এগী সেক্রেটরি সুরেশনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, ৱর্ল্ড ইনভাইরনমেন্ট দেগা মরী লৈননা লাংমৈথেৎ য়ুথ দিভলপমেন্ট এসোসিএসন অমদি খুঙ্গং অসিগী নহা কয়ানা খুনগী অকোয়বদা লম্বীগী নাক-য়েৎতা উ-চারা থাখি। হান্না থারম্বা উশিংসু মখোঙ শোমদুনা শেংদোকখি। মখা চথরকপা ওইনা ঙসি লাংমৈথেৎকী লম্পাক অচৌবগী অকোয়বদা উ-চারা থাবনি। লম্পাক অসি খুঙ্গং অসিগী অমত্তা ঙাইরবা শান্নবুং ওইবনা লূ-নান্না থমদবা য়াদে হায়বগী পান্দমদা সোসল সর্ভিস তৌবনি।

লূ-নান্না থমদুনা টুর্নামেন্ট অমদি য়াওশং স্পোর্টসনচিংবা শীল্লকপা মতমদা উপালশিং অসিগী মখাদা ফম্বা য়ানবা থাবনি। উশিং অসি হিংহন্নবা হোৎনবা তাই। খুঞ্জাশিংনা উ অসি মপুং মরৈ ফাদ্রিবা ফাওবা শেন্নদুনা মপুং ফাহন্নবা হোৎনমিন্নসি। শা-ষননচিংবা পুশিনবীগনু হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

কনভিনর ওইরগনি

ইম্ফাল, জুন ১৬ (ঐচ এন এস) : মদানি আলিনা লিলোং দিভলপমেন্ট কোওর্দিনেটিং কম্মিটিগী কনভিনর ওইরগনি হায়না কম্মিটি অসিগী পব্লিসিটি সেক্রেটরি মুজিবুর রহমননা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, কম্মিটি অসিগী কনভিনরগী থৌ পুরম্বা এম দি তাজউদ্দিন মশাগী অচিনবা অমদগী তঙাইফদনা এম দি মদানিদা কম্মিটিগী কনভিনরগী থৌ পুনবা লেপ্পবনি। লিলোং এ সীগী ওইনা মফম কয়াদা লম্বী-থোংগী খুদোংচাদবা কয়া লৈরি। লম্বীগী ফীভম শোকচিল্লক্লি হায়রি।

অৱাবা ফাঙদোকখ্রে

ইম্ফাল, জুন ১৬ (ঐচ এন এস) : জিরি ইমা কৈথেলদা ফম্লম্বী ইমা এন সমা (৭০), মপুরোইবা ধিরেননা মশাগী অনাবা অমদগী লৈখিদবদা অৱাবা ফাঙদোকখ্রে।

ঙসি অয়ুক ইমা সমা অসি লৈখিদবনি। মহাক্না লৈখিদবদা অৱাবা ফোঙবগী মীফম অমা পাঙথোকখি। বজার কম্মিটিগী মেম্বরশিংনা মিনট অমা তুমীন্না লেপ্তুনা অৱাবা ফোঙখি। কৈথেল ফম্বী ইমাশিংনসু ঙসি কৈথেল নুমীৎ ওইরবসু ইমা সমা লৈখিদবগী অৱাবা ফোঙদোক্তুনা কৈথেল থিংখি। পোৎফম ফম্বী শান্তিরানিনা ইমা সমানা লৈখিদবদা অৱাবা শরুক য়ারি হায়নসু ফোঙদোকখি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ১৭।০৬।২০২০ ইং, য়ুমশকৈশা, অয়ুক পুং৭.৫১ ফাওবা ইঙাগী ২৬ নি পাল্লি মতুংদি ২৭ নি পাল্লনি।

মেষ : হরাওবা-নীংবা থুংজবা অমদি মরুপ-মপাংগী মতেং লৌবা য়াবা নুমিৎনি। পাউসু নুংঙাইবা তাজগনি অমদি লল্লোন ঈতিক্তা শেন্দোং চাওনা ফংজবা ঙসিসু লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু।

বৃষ : পোরম য়াৎপদি হৈবা ফাৎলি অদুনা অখঙ-অহৈ তান্নৌ। অফা অপুন্নৈ অদুনা থিজিন্দনা হেক্তা মীগা পুনবা তৌরুনু। শেল -থুম ফংবা য়াবদি লৈ, লৌশিংসু ফংজৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফবা ৱাৎকনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিথুন : পূক্লিংদা মওল-মওল খনবা অমদি শকখঙদবনা কিহনবা লৈগনি। অদুবু অশা অমদি লাক্কনি, নীংবদুমক পাংবা য়াগনি অমদি শেল-থুমগী লম্‌দা চাওনা কান্নগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - মীৱা থাজদ্রদি ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কর্কট : মরম চাদনা ইচং থৌবনা চাদিং হেনবা অমদি কাইনবা নংগনি অমদি মীকোক থোংবা ৱাগনি। অদুবু ঈংথনা চৎলদি ফগনি। মীনা চানবীবা, থবক পাংবা নুমিৎনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি মরী ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

সিংহ: ঙাংবা শকপা হৈগনি, অরং অরাক লৌশিনবসু য়াগনি। খাংবা কনবগী নুংঙাইবা ফংজৈ অমদি ইমুং মনুং পুকচেল তিন্নগনি।অদুবু মীগী থৌইনসিন্না খনিবা য়াবসু লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - ফিংগনু শাফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা

কন্যা: মররুপ মপাংগী মতেংনা নুংঙাইবা ফংবা অমদি লৌশিংনা পাঙ্গল ওইগদবা নুমিৎনি।অরাপ্পগী পাউনা ৱাহনবা অমদি মীতোপ থাজবা য়াদবা মাংজবা নুমিৎনি।
লৈশা পাখংশিংগী - ৱাখল ৱাগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

তুলা: নিংবা থুংগনি, ললোন ইতিক য়াম্না চাওখৎকনি অমদি মীয়াম লোইনবা কান্নগনি।অদুবু পাঙ্গল ফুদোকপদি য়াদবা অমদি মীনা য়েংশিল্লি-অদুনা শাজৎ হৈয়ু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

বৃশ্চিক: মাই পাক্কনি, শেন্দোং চাওনা ফংবা ঙসিসু লৈগনি।পাংনিংবা থবক্তি পাংবা ঙমদবৈ নুংঙাইতবা অমদি মরুপ মপাংগা শাওনবা য়াবা লৈ-ফিংগনু অমদি ঈংথৌ।
লৈশা পাখংশিংগী - মীচং ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা

ধনু: অয়াম্না লমদা অচুম্বা অমদি মরুপ মপাংগী মতেংনা মাই পাকপা পীগদবা নুমিৎনি। নহৈ নশিং অমদি অচুম্বগী লমদা মীনা লাকচবা ঙমলোই। য়েৎনবা মাংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - ওইজবা মাংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

মকর: মীয়াম্না য়াম্না থাগৎপিবা অমদি অনিংবা থবক পাংবৈ নুংঙাইবা লৈগনি।নচা ননাইগী লমদসু পুক্লিং পেন্না নুংঙাইজগনি।থাজদনা লন ফংবৈ নুংঙাইগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি মরি ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা

কুম্বা: হরাওবা নুংঙাইবা, ৱাখল থোকপা অমদি য়েক্লবা লৈরম্বসু ঙমজবা নুমিৎনি।অনমদি তানগনু পুক্লিং নুংঙাইতবা লৈগনি। ললোন ইতিক্তি শেন্দোং ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - মীচং লৈগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা

মিন: মরুপ মপাং লেইনবনা খ্বাইদগী হেন্না ফগদবা নুমিৎনি। ইমুংগী ৱাসু তাবা য়াগনি অমদি ঙাংশকপদা মীনা থাগৎপিগনি।অশাওবনদি কাইননি, শেল চৎকনি।
লৈশা পাখংশিংগী - তপথৌ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।