থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

লম্বীগী কোম'কুৎ মেনবা

'কোম' হায়বসি ঐখোয়' লোন'দা পুখ্রি-খোংবানমক্তি নত্তবা, করিগুম্বা পর্পজ অমগীদমক, পীক্তক তৌনা, তৌথোক্লবা মফম অদুবু খঙনৈ। ইংখোলগী লমনা মরাং কায়রিঙৈ, ইমুংগী লুখাক-চপ্তম-অমোৎ-অকায় লংথোক্লবগী তৌথোক্লবা কোম অদুবু 'লুখাক-কোম' হায়না খঙনরম্মী। অমোৎ-অকায়না থক্লবা মতুং 'কোম'দু অমুক ফুনজিল্লগা অতোপ্পা মফম অমদা অমুক তৌথোক্লরম্মী। 'দষ্ট-বিন'গী কন্সেপ্ত লাকপদগী লুখাক-কোমগী কন্সেপ্ত মাঙখরে। দষ্ট-বিন থম্বগী ৱাখল লৈতবা ইমুংশিংসু মাগী মাগী ইমুংদা শীজিন্নরম্বা পোৎশিংগী হুন্দোক-খাক, লুখাক-চপ্তম অদু লোন্না-তুমীন মাগী ইংখোল ৱাংমদা/লম্বীগী চিদাইদা/খোংবান-লুপ্পাং-তুরেলদা লংথোকপগী হৈনবী অমা শেমগৎলকখি। অফবা হৈনবী অমা নত্তে। অকোয়বগী ফীভম (ইনভাইরনমেন্ট) ফৎচিল্লক্তবা- মহৌশা (নেচর)না থোকহল্লকপা নত্তে, ঐখোয় ইশানা থোকহনজবনি। চাউখৎপগী মঙাল ফংদ্রিঙৈ, য়ুম্লে-কৈরৈ-লম্বী-থোংগী ফীভম অদুক হাক্লা ফৎত্র'সু খোঙ্গুল তাবা খুন্নাই অমগী চৎনলোন লৈরম্বগী খুদম ফংই।

মতমদুগী অমদি ঙসিগী খুন্নাইলোন- নৈনগে খন্না ইজরুবা ৱারেঙ নত্তে। ৱাকোই অমুক সূজরোই। কোম অমদি কোমকুৎকী পাউ অমখক তমজীংলুবদা, ৱাহৈসিনা নীংশিংহল্লকপা পুন্সি শক্তম অমখক অদুক পনজরম্বনি। 'কোম' হায়বা ৱাহৈ/পোৎশক অদুগী চন্নফম ঐখোয়গী পুন্সিসিদা মাঙখ্রবসু, 'কোম-কুৎ' হায়বসিমদি হোরেন-হয়েং পাক মাঙখিগদবা মান্দে। ঐখোয়-ঐখোয়গী সুমাঙ-থেক্লোংদা 'কোম-কুৎ' উনীংদবা/য়েংনীংদবা পোৎশক অমা ওইরবসু, মণিপুরগী খুঙ্গং-খুনয়া, মফম অমগা অমগা শমুহল্লিবা লম্বীশিংগী তোপ-তোপ্পা শক্তম অমনি-শোয়দনা উরগদবা। লম্বীশিংদুদা অচৎ-অওক তৌরিবা লম্বী-চৎপশিং অদুনা থওইনা তৌথোক্লুনা শেমগৎলুবা শক্তম অমা নৎত্রবসু, লম্বীগী কোম-কুৎশিং অদু ওইরক্লবগী মরমদি- লম্বীদুদা চৎলিবা, লম্বী অদু শীজিন্নরিবা মীশিং অদুনি। লমদমসিগা, অতোপ্পা ষ্টেটশিংগা ফাওননবা পাম্বে ওইরিবা নেসনেল-হায়ৱেশিংদা লৈরিবা অচৌ-অচৌবা কোমকুৎশিং, নোংজু-থানা য়ৌরকপা খৃদিং পুখ্রি-মচা অমগী শক্তম লৌরকপা- উখ্রে মাঙদা কয়ারক, উরি ঙসি-হৌজিকসু, উখিগনি তুংদসু। খঙদে, হায়রেশিং অসিনা ত্রান্স-নেসনেল-হায়রে ওল্লকপা মতম অদুৱাইদদি লম্বীশিংসিদগী কোম-কুৎ মশক মাঙখি'দ্রা? তৌবগীদি, লম্বীদা কোম-কুৎ লৈবসি ঐখোয়-শ্বায়খক্কী ওইবা শক্তম নত্তবজ ৎনি। 'পোত-হোল' হায়বা ৱাহৈ অমা লৈরম্বসিনা চাউখৎপা লমগী লম্বীশিংদসু কোম-কুৎ লৈ হায়বা তাকই। খেন্নরিবা হায়বব, পোত-হোল অদু কয়াম-কুইনা লৈবগে/লৈতবগে হায়বগী ৱাফমদুখক্তনি।

ফন-ফজনা, ক্বালিটি মেন্টেন তৌদুনা শেম্বা-শাবা পোৎ ওইসনু, নোংমা শোয়দনা মম্থরক্কনি, অতেক-অকায় য়াওরক্কনি, নোংমা পুন্সি কেমখিনি। ক্রিয়েসন, প্রিজর্ভেসন, দিসএক্সন- নেচরেল লো অমনি, হিন্দুশিংনা ত্রিনিতি-গোদ ওইনা কন্সেপচ্যুঅলাইজ তৌরিবা। মহৌশাগী ওইবা ফেক্তরদগী, নৎত্রগা শীজিন্নরিবা য়ুজরশিংনা চেকশিনবা ৱাৎপদগী 'ৱিয়র এন্দ তিয়র'- মম্থরকপা কায়থরকপগী মতম, থুজিনবা নৎত্রগা শাংদোকপদু লেপকনি। মণিপুরগী লম্বীশিংদা থেংনরিবা পোত-হোলগী চাং অমদি ফীভম অসি য়েংলুরগা ৱাফমসিমদি ঐহাক, থাজনা- হায়বা ঙম্মী, মদুদি- লম্বীশিংসি শেম্বদা তঙায়ফদনা মেন্টেন তৌফম থোকপা ক্বালিটি অদু সুপতৌ তৌদে। লৈরক-খুল্লক খুল অমগা অমগগী শম্না-লম্বী (ইন্টর-ভিলেজ রোদ)শিংগী ৱাসু নাকলদা থমগ্রসি, ইম্ফাল ময়োলসিমক্তদা লৈরিবা মমিং-লৈবা-কন্ট্রেক্টর- ফার্ম'নসু শেমখিবা লম্বীশিং, চহী ফানা পোত-হোল য়াওরক্তবা করম্বা লম্বীবু লৈবগে? চহী কুনমাথোই-নিথোইগী মমাঙদা ঐগী ইমুং-মনুং পুল্লপ পুম্না, দাজি লিং/কালিমপোংগী খোঙচৎ অমা চৎলুবদা থেংনরকখিবা টেক্সি-দ্রাইভর অমগা, চৎনা-চৎনা শানখিবা ৱারী অমা নীংশিংলকই। মহাক, এম এ লোইরগা, থবক ফংদবগী চৈনাদুনা টেক্সি-দ্রাইভর অমা ওইরকখিবনি হায়। অকুৎ-অতোং নাইদনা জু-জু চেল্লিবা কারদুদা ফম্বদুদা ঙক্লদুনা হংলুবনি- 'লম্বী অসি রিপ্যার তৌখিবা কয়াম কুইরবগে? নোকফেৎ তৌনা খুম্লকখি, 'সার! ঐনা হেক ৱাখল তারকঙৈদগী ঙসিফাও' লম্বীসি শেম্বা অমুক্তা উরক্তি... থায়না বৃটিশশিংনা শেম্লম্বা কোয়লাস-লম্বীদুদনি ঐখোয়না হৌজিক চৎলিবা'।

অমুক এক্সপ্লেন তৌহনবীরনু- ইন্দিয়াবু লুত তৌনবা বৃটিশ রুল লিংলম্বনি হায়নরম্বা বৃটিশশিংগী থবক খুৎতৌগা, ইন্দিয়নশিংগগী মতৌগা, অনীদুগী খেন্নবা! বৃটিশ-লাম্বীশিংনা অহিং অমা লেক্লনবা মফম অমদা শেম-শাবদু, মখোয়না মফমদুদা চহী অমা লৈরগদবগুম খল্লগা শেমগনি। মদুগী মেতে টলিটি (ৱাখল খুৎখন) অদুমত্তং মতৌ তম্বা ঙম্লগদি ঐখোয়না ঙসি লৈরিবা পুন্সিগী থাক অসিদগী ফন্না ৱাংখৎনা লৈরমগনি। ত্রান্স-নেসনেল হায়ৱেগী শরুক অমা ওইদৌরিবরা! শীংজমৈদগী মোরে তাবা লম্বীসিদা হৌজিক শেমগৎ-শাগৎলিবা, লোইশিল্লবা লম্বী মতেক-মতেকশিং, পোত-হোল লৈতবা লম্বীদা গাড়ী থৌবগী এক্সপরিয়েন্স'তুমদি ফংলে ঐখোয়সু। কয়াম কুইনা ফংগদগে হায়বদুমদি হায়বা ঙমদে কনানা।

ৱারীসিনা মতাঙ চারিঙৈ, ঙসিমক/হৌজিকমক হকথেংনরিবা এক্সপরিয়েন্স অমা পাউদম্লীংলকই। মণিপুরগী মরুওইবা লম্বীশিংগী মরক্তা অমা ওইরিবা- ইন্দো-বর্মা রোদ অমদি টিদ্দিম রোদ অনীগী মরক্তা, ময়ায় ওইবা 'ময়ায় লম্বী'- মতম কয়াগী মমাঙদগী অতোঙ-অকুৎ নাইবা, কোমকুৎ (পোত-হোল)না থল্লবা, খুদোং-থীনিংঙাই ওইরবা লম্বী অমা ওইরকখিবনি। ইন্টরেষ্টিং ওইবা ৱারীগী মচাক অমনা, লম্বী অসি 'মণিপুর লৈঙাক'কী পব্লিক-ৱার্ক্স-দিপার্টমেন্টকী পোর্টফোলিও পায়বা মিনিষ্টরশিংগী হোম-কন্সট্যিুএন্সি তুম্না চৎপগী তঙায়ফদনা চত্ত-য়াদবা লম্বীদুসু ওইরম্মী। মখোয়না মপান ফরিঙৈ শেম্লমদ্রবা লম্বীনি। ঙসি, মখোয়না মরায় চায়থরক্কবা কান, মশাবু নিন্দা তৌনীংবই ৱাখল পোক্তবজাৎলা? ঙসি, মঙা তরানিসি নুতিগী লম্বীসিদা (ইম্ফালদগী লাংমৈদোংফাও) চত্ত'-য়াদবা-খোঙচৎ অমা চৎপসিদা হৌদোংগী অমাংবা উৎনা-ৱাইনা কৃপশিনবগী থাক্তুদা পোত-হোল মেনবগী থবক তৌরম্বসি উবদা পন্নিংলকপনি ৱারেঙসিদা। চহী অনীমুক্তী মমাঙদা, লম্বী শেম্বা-শাবগী বিভাগ পায়রিবা এঞ্জিনিয়র মকোক'তুনা হায়খিবা পাউ-চেশিংদসু ফোঙনখিবা পাউদ্রু নীংশিংলি... 'লম্বী অসি নীংথিনা শেমজিন্নবা লৈঙক্কী শেল মতিক চানা লৈরে, অথুবা মতমদা হৌরগনি'...। হৌজিক পোত-হোল মেল্লিবসি শেনফম অদু শীজিন্নরগরা? খঙনীংলুবনি, পাউ অদু কাউদবনা। অদুগা, অতোপ্পা ৱাফম অমনা, লম্বীসিগী অয়াম্বা শরুক্ত, থবী-মরু হায়নবা, লম্বীগী ময়ায়না তোঙলগা, য়েৎ-ওই-মতাইরোমদা কুৎথবা লম্বীগী মশক অসিবু মালেমগী মফম কৈদা লৈবগে? খঙ-হৈরবা এঞ্জিনিয়রশিংদি ঊবীরক্লম্লনি। মদুমতং মীয়ামদা খঙহনবীরবদি ময়ামগী পুক্লিং লৌশিং ওইগনি।

য়েস ! হায়নীংবা ৱাফম অমনা- রিপ্যারিং ৱার্ক হায়বসি ইনাক খুনবা ষ্টেটশিংতনা তৌবা ঙমগদবা থবক্লি। অদুবু, মণিপুরদদি রিপ্যারিং-ৱার্ক'না মরুওইবা থবক অদুগী মহুৎ শীল্লকপগুম তৌরক্লে। মসিনি, লাইবক থীবদি। অচৌবা থবক তৌনবা শেল লৈত্রে'সু, রিপ্যারিং-ৱার্ক তৌহন্নবা শেলদুদি লৈঙাকসিগী শেঙ্গাও চোন্না লৈ'মাল্লে।

দাইবেটিস নারবা মীওইশিংনা

লৌশিং পুক্কৈ

চাবা য়াবা উহৈশিংগী মতাংদা খঙমিন্নসি

মালেমদা লৈরিবা মীওইবশিংদা য়াম্না নাগনবা অমদি মীওইবগী পুন্সি মাঙহনবা ঙম্বা লায়নাশিংগী মনুংদা দাইবেটিসসু অমনি। দাইবেটিস নারবা মীওইশিং চাবা-থকপদা য়াম্না চেকশিনবা মথৌ তাই। অদুবু লায়না অসিবু ঐখোয়না কা-হেন্না কিশিল্লুবা নৎত্রগনা খঙবা ৱাৎপদগী চাবা য়াবা চীঞ্জাক কয়া চাদনা খাংলি। লমদম অসিগী ওইনসু দাইবেটিসনা নারবা মীগী মশীং চাং ৱাংলি। দাইবেটিস নারবা মীওইশিংনা উহৈ চাবদা মরুওইনা অথুম্বা পোৎ চাবদা কা হেন্না অকিবা পোক্লরি। দাইবেটিস নারবা মীওই অমনা অথুম্বা উহৈ চাবা য়াদে হায়বগী চপ চাবা সাইন্টিফিক ওইবা চৎনবী লৈতে। দাইবেটিস নারবা মীওইশিংনা চাবা য়াবা উহৈ কয়া লৈরি। ঐখোয়গী অকোয়বদা হৌরিবা নৎত্রগা পাল্লিবা উহৈশিং অদুগী কান্নবশিং ঐখোয়না থিজিল্লদবনা মরম ওইরগা চাবা য়াদে হায়না খন্নবা ওইরম্বসু য়াই। হীরম অসিগী মতাংদা অমেরিকান দাইবেটিস এসোসিএসন্না থাদোরকপা রিপোর্ট অমগী মতুংইন্না দাইবেটিস নারবা মীওইশিংনা অথুম্বা উহৈ মখল খরা চাবা য়াই। ঐখোয়না চানরিবা অশংবা মনা-মশিং নৎত্রগা হৱাই-চেঙৱাইশিংদা য়াওরিবা কান্নরবা মখলগী এন্টি ওক্সিদেন্ট অমদি ফাইবর য়াওবা উহৈ-ৱাহৈ কয়া লৈ। করম্বা মখলগী উহৈশিংগী দাইবেটিস কন্ট্রোল তৌবা ঙম্বা নৎত্রগনা দাইবেটিস নারবা মীওই অমনা চাবা মতমদা অমাঙবা থোকহল্লোইদগে হায়বগী মতাংদা থিজিনবা মথৌ তারি। ঐখোয়না চানরিবা উহৈশিংগী মনুংদা খরদি দাইবেটিসতা হেন্না মতেং পাংশিনবা ওইনা থোক্লি। হৈ মহীশিং দাইবেটিস নারবা মীওইশিংনা শীজিন্নবদা খুদোংচাদবা ওইহল্লি। অদুম ওইনমক মমল খরা তাঙলবসু কৈথেলদা লায়না ফংবা বেরি মখলশিং, সাইত্রস অমদি এপ্রিকোট (মালহৈ)নচিংবা উহৈশিং চাবা মতমদা হেন্না কান্নবা পী। য়াম্না মরাং কায়না ফংলিবা সেমসু দাইবেটিসনা নারবা মীওইশিংনা চাবদা কান্নবা কয়া পীরি। মরমদি হায়রিবা উহৈ মখলশিং অসিদা ইনফ্লেমেসন ফাইট তৌবা ঙম্বা অমদি ঈগী খোঙজেল নোর্মেল ওইহনবা ঙম্বা য়াওনা কান্নবা মচল কয়া য়াওবননি।

অদুম ওইনমক হায়রিবা উহৈশিং অসিসু ঐখোয়না কা হেন্না চাশিনবদি অফবা ওইরোই। দাইবেটিস নারবা মীওইশিংনা খ্বাইদগী চেকশিনগদবদি মহাক্লা চারিবা চাক নৎত্রগা অতোপ্পা পোৎলমশিং অদুগী চাংনি। চাবগী চাং অসি দাইবেটিস নারবা মীওইশিংনা কন্ট্রোল তৌবা মথৌ তাই। মরুওইনা কার্বোহায়দ্রেট চাং ৱাংনা য়াওবা চীঞ্জাকশিং চাবা মতমদা য়াম্না চেকশিনগদবনি।

অমরোমদা, দাইবেটিস নারবা মীওইশিংনা চাবা য়াবা উহৈশিং অদুগী মতাংদা ঐখোয় খঙমিন্নসি। কৈথেলদা মরাং কায়না ফংলিবা বেরি মখলশিংগী মনুংদা ষ্ট্রোবেরি হায়রিবা হৈ মখল অসি দাইবেটিস নারবা মীওইশিংনা চাবদা অকায়বা লৈতে। বেরি মখলশিং মরুওইনা ষ্ট্রোবেরি অমসুং ব্লুবেরিদা এন্টি ওক্সিদেন্ট অমসুং ফাইবরগী চাং মরাং কায়না য়াওই। ফ্রেশ ওইরিবা ব্লুবেরি কপ অমদা কেল্লোরি ৮৪ অমসুং কার্বোহায়দ্রেট গ্রাম ২১ য়াওই। য়ু এস দিপার্টমেন্ট ওফ এগ্রিকলচরগী মতুংইন্না হায়রিবা চাং অসি দাইবেটিস নারবা মীওই অমনা অয়ুক্কী মতমদা ব্রেকফষ্ট ওইনা লৌবদা য়াম্না কান্নবা পী। দাইবেটিস খক্তা নত্তনা চাং নাইনা বেরি মখলশিং চাবনা থম্মোয়গী ওইবা লায়না, কেন্সর অমদি অতোপ্পা মখলগী লায়না খরসু লায়না কন্ট্রোল তৌবা ঙম্মী হায়না য়ু এস দিপার্টমেন্ট ওফ এগ্রিকলচরনা ফোঙবা চহীগী ওইবা দেটা অমদা য়াওরি।

ঐখোয়না কৈথেলদা মতম অমদা হেক্তা লৈবা ফংবা সেম অসিসু য়াম্না কান্নবা উহৈ মখল অমনি। উহৈ অসিগী কান্নবা মীয়াম্না হেন্না খঙনরবা ৱাফমনি। হায়নবা লৈ নুমীৎ খৃদিংগী সেম অমমম চাবনা ঐখোয়দা ডোক্তরগী মথৌ তাহন্দে। সেম হায়রিবা উহৈ মখল অসি বিটামিন সী চাং ৱাংনা য়াওবা উহৈনি। ময়াই ওইরপ চাউবা সেম অমদা কেল্লোরি ৯৫ অমসুং কার্বোহায়দ্রেট গ্রাম ২৫গী চাংদা য়াওই। মসিগী মথক্তা হায়রিবা উহৈ মখল অসিদা ফাইবরগী চাংসু মরাং কায়না য়াওই। মসিনা মরম ওইরগা নুমীৎ খৃদিংগী সেম অমমম চাবনা দাইবেটিস কন্ট্রোল তৌবা ঙম্লবগী অচৌবা মরম অমা ওইহল্লি অদুবু ঐখোয়না সেম চাবা মতমদা মকু খোক্লোইদবনি মরমদি সেমগী মকুদা ফাইবর অমদি হার্ট প্রোটেক্টিভ এন্টি ওক্সিদেন্টশিং মরাং কায়না য়াওই হায়না হাবর্দ টি ঐচ চান স্কুল ওফ পব্লিক হেল্থকী রিপোর্ট অমনা হায়রি। সেম খক্তা নত্তনা কমলাগী মহী অসিসু হকচাংদা য়াম্না কান্নবা পীবা চীঞ্জাক মখল অমা ওইরি। দাইবেটিস নারবা মীওইশিংনা কমলা মহী থকপা মতমদা চিংননিংঙাই ওইদে হায়রি।

আর্টিকেল অসি রিলাইএবল সোর্সতা য়ুম্ফম ওইরগা ফোঙবনি, অদুবু মসিনা মেদিকেল প্রোফেসনেলশিংগী পাউতাককী মহুৎ শিন্নবা হোৎনবদি নত্তে

কেমকলগী ১৭শুবা ফাউন্দেসন দে পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ১৬ (ঐচএন এস) :

কেগে মোইরাং কেন্দ্র অপূনবা লূপ (কেমকল)গী ১৭শুবা ফাউন্দেসন দেগী থৌরম ঙসি আই এন এ মার্টিয়র্স হোল মোইরাংদা পাঙথোকখ্রে।

ফাউন্দেসন দেগী থৌরম অদুদা মোইরাং এ সীগী এম এল এ থোঙাম শান্তি, কেমকলগী প্রসিদেন্ট কে নন্দ, ট্রেন কন্মর্স এন্দ ইন্দষ্ট্রিগী দিরেক্টর অমদি পৱার/টি এ এন্দ হিলগী জে ইন্ট সেক্রেটরিসু ওইরিবী য়ুম্লাম রোবিতা (আই এ এস), দিপার্টমেন্ট ওফ মেথমেটিক্স দি এম কোলেজ ওফ সাইন্স ধনমঞ্জুরি য়ুনিভর্সিটিগী এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর ডা. কুমাম এন্থোনিনা অথোইবা মীথুংলেনশিং ওইনা শরুক য়াখি। লোয়ননা থৌরম অদুদা মণিপুরগী অমদি বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্তকী সী এস ও কয়াসু শরুক য়াখি।

কেমকলগী ১৭শুবা ফাউন্দেসন দেগী থৌরম অদুগা মরী লৈননা মোইরাং এ সীগী এম এল এ থোঙাম শান্তিনা ফোঙদোকখিবদা, সী এস ওশিংগী মরক্তা গভর্ণমেন্টনা মীয়ামগী পায়খৎলকপা থবক খৃদিংদা য়েৎকনি হায়না খনবা ৱাখল অদু থাদোকপীয়ু। গভর্ণমেন্টনা পায়খৎলিবা থবকশিং অসি মীয়ামগী য়াইফনবনি। সী এস ওশিংনা মণিপুরবু কন্ননবা হোৎনবদা অচৌবা থৌদাং কয়া লৌবীরি। মসিগীদমক্তসু থাগৎপা ফোঙদোকচরি। ঙসি ফাওবদা কেমকলনা মোইরাংগীদমক অফবা থবক কয়া পায়খৎলকপা অসি য়াম্না নুংঙই। মক্তুদসু মীয়ামগী অফবা থবক থৌরম কয়া পায়খৎলক্কনি হায়বগী অচৌবা থাজবা লৈ। কেমকলনা মীয়ামগী পায়খৎলকপা অফবা থবক থৌরমশিংদা এ সী অসিগী এম এল এ অমা ওইনা অঙম্বা মতেং পাংগনি হায়নসু ফোঙদোকখি।

কেমকলগী ফাউন্দেসন থৌরম অদুগা মরী লৈননা মোইরাং কুমাম মাদপতা ক্লাস আইটকী মখাগী মহৈরোয় ৫০০ হেনবনা গ্রীন মোইরাং হায়বা থীমদা দিষ্ট্রিক্ট লেভেল পেন্টিং কম্পিটিসন অমসু পাঙথোকখি। কম্পিটিসন অদুদা মকোক মথং তারবা মহৈরোয়শিংদা শেল ওইনা লুপা লিশিং ৩, লুপা লিশিং ২ অমদি লুপা লিশিং ১গী মনা পীখি। লোয়ননা চাংদম্নবা অসিদা টোপ তেন চল্লবা মহৈরোয়শিংদনা সর্টিফিকেট পীদুনা পূক্লিং থৌগৎখি। মসিগী মথক্তা ফাউন্দেসন অদুদা শরুক য়াখিবা মহৈরোয় খৃদিংমক্তসু সর্টিফিকেট অমমম খুৎশিন্নখি।

থৌরম অদুগা মরী লৈননা কেমকলগী হান্না থৌ পুরম্বা মীওইশিংদা লেংয়ান ফি য়ান্দুনা ঈকায়খুম্নবসু উৎখি।

মঙলানদা পীরম্মী শৈরেং লাইরিক ফোঙখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ১৬ (ঐচ এন এস) :

কুম্বী ম্যুনিসিপাল কাউন্সীল ৱার্ড নম্বর ৯গী মনুং চন্না কুম্বী তেরাখাদা লৈবা লাইনিংথৌ সনথোং খোংবু মঙাগী হরাওবুং থেলদা পোইরৈ কুমহৌ খোর্জে লূপ, কুম্বীগী অহুমশু বা ফাউন্দেসন দেগী থৌরমগা মরী লৈননা লূপ অসিগী ট্রেজরর (কেসিয়র)সু ওইরিবী কুম্বী ঈশিংচাইবা লৈকায়দা লৈবী থোইবী ৱাহেংবমনা ইবা *মঙলানদা পীরম্মী* কৌবা শৈরেং ৭২ য়াওবা শৈরেং লাইরিক অমা ফোঙখ্রে।

মণিপুরগী তোঙান তোঙানবা মফম কয়াগী অইবা-অইবীশিংনা শরুক য়াদুনা পাঙথোকখিবা থৌরম অদুদা চকপীকারোংগী এস দি ও চিরোম সমরেন্দ্রোনা অথোইবা মীথুংলেন, পোইরৈ কুমহৌ খোর্জে লূপ কুম্বীগী প্রসিদেন্ট ৱাহেংবম য়াইমনা থৌরম মপু অমদি অথোইবা লেংবীরকপা ওইনা কুম্বী ম্যুনিপিসাল কাউন্সীলগী এগজিক্যুটিভ ওফিসর মোইরাংথেম ইনাওবী, এক্সট্রা ইজ হায়র সেক্কেন্দরি স্কুলগী কো-ফাউন্দর ৱাংখেম সোভা অমদি কুম্বী নক্লবা মরী লৈনৈ। লোলনা লাইনিং অদু শন্দোকপদা থোং ওইরিবনি। মৈতৈ ঐখোয়গী লাইনিং-লাইশোল অমসুং লোল অসি পুন্না চাউখৎলবদি মৈতৈ ফুরুপ অসি চাউখৎপা ফুরুপ অমা শোয়দনা ওইবা ঙমগনি হায়খি।

ঙসিগী রাশি ফল

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

তাং ১৭। ১০। ২০২২ ইং, নিংথৌকাবা; অয়ুক্কী পুং ৯.৩০ ফাওবা মেরাগী ২২পাল্লি মতুংদি ২৩নি পাল্লনি।

মেষ: পাইরক্কী লৌশিং চাওবা, লাইবক ফবা, নক্লবা অমদি মরুপ মরুপ মপাংগী মতেং ফংজবা নুমিৎনি। অনৌবা থবক্তা খুৎচাও থাবা য়াগনি। নরলদি চেকশিল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী- মরী ফবা ৱাংলি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অউৌবা/চেঙ

বৃষ: অশাওবনা মাঙজবা, নচাক নরলদা য়েক্লবনা মীতাবা লৈগনি। হকচাংদি নুংঙাইবা তাগনি, ইমুং মনুং অমদি মীয়ামগী মতেংনা পাংঙমদবা থবক পাঙগনি। চিংনদনা নাইতোম ৱা তুপ্পা য়াগনি। তৌবতবু হোয়া ফবদি য়াদে।
লৈশা পাখংশিংগী- মরী ফৈ-নীংবদি থুংদে।
থৌনি পোৎলম : লৈ অউৌবা

মিথুন: থবক্কী লমদা পেন্দবা, নথক থোংবনা চানবীবা ৱাৎপা, ইমুং মনুং ৱাখল তান্নদবনা থবক পনবা নুমিৎনি। খম্থরগা পাঙবদি মায় পাক্কনি, মরুপকী মতেং লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

কর্কট: মীয়াম্না য়াবা থবক্তমক পাঙউ-শোয়দনা চাওখৎকনি। শেল থুম ফংগনি, মীরক চঙলগা নুংঙাইজবা হেনগনি। মীতোপ থাজরদি থবক মাঙগনি-পঙথগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

সিংহ: শেন্দোং চাওনা ফংগনি। মরুপতা নত্তনা নথক থোংবগী মতেং ফংগনি। অকিবা থাদোকউ, থৌনা ফুদোকউ-কনানসু লাকচরোই। নাপলনদি মাঙহল্লি।
লৈশা পাখংশিংগী- নীংবা মপা চাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাঙবা

কন্যা: লাইবক ফরনি, অনীংবা থবক পাঙগনি, অনৌবা থবক্তা খুৎচাও থাবা য়াগনি। য়েক্লবনা য়েংশিনবা, ৱা ঙাংবা হৈত্রেদি চোপ্পা য়াবদি লৈ-অখঙ অহৈ তাম্নৌ।
লৈশা পাখংশিংগী- ইকায় নুংশি য়াম্নৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস

তুলা: পুক্লিং ফাথনা হৈ-শিংনা খোঙ থাংগদবা নুমিৎনি। চিন কনগনু অমদি য়েৎনবা পামগনু-কান্নবা অমত্তা ফংলোই। হান্নদৈ পাঙলকপা থৌওং হোংগনু-য়াইফগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নীংবা থুংবা ৱাগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অউৌবা/শঙ্গোম

বৃশ্চিক: পাউ নুংঙাইবা তাগনি, ইমুং মনুং অমদি মীয়ামগী মতেংনা পাংঙমদবা থবক পাঙগনি। চিংনদনা নাইতোম ৱা তুপ্পা য়াগনি। তৌবতবু হোয়া ফবদি য়াদে।
লৈশা পাখংশিংগী- মরী ফৈ-নীংবদি থুংদে।
থৌনি পোৎলম : লৈ অউৌবা

ধনু: নীংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংজবা ঙসিসু লৈ। শেন্দোংদি য়ামগনি, মীংচৎ লৈনা থৌসু পাঙগনি। অদুবু খোইরাংবনা মরম চাদনা ইমুংদা ফাওবা শাওনবা লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাঙবা

মকর: লাইবক ফৈ, অনৌবা থৌরমদা মায় ওনশিনবা হৌরো, ইমুং মনুং লোয়নবা ফৈ। হান্নগুম য়েৎনবা অমদি লৌশিং চাওবগী ৱা লৌদ্রদি মাঙজবা লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- ৱাখল নুংঙাইজৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

কুম্ভ: নুংঙাইবা অমদি থাজদবা কান্নবা ফংজৈ। লৌশিংদি মপান নাইদনা তানশিনবা ঙমগদবা নুমিৎনি। মীয়ামগসু মরী ফরে, মরুপ মপাংনা লোয়নবা পাম্বা লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- নীংজবা থুংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

মিন: তপথৌ নাপল অমদি চরাঙনবা থাদোকউ। য়েক্লবনা পাঙ্গল্লি-অদুনা নোল্লক্লা চৎলু অমদি খুদক্তা ৱারেপ লৌগনু। লৌশিং চাওবা মীগী পাউতাক মরু ওই।
লৈশা পাখংশিংগী- মতম ঙাইয়ু।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাঙবা

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

লেম্না লায়েংবগী কেম্প পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ১৬ (ঐচ এন এস) :

লিলোংদা লৈবা অমিনা হোস্পিটাল এন্দ রিছার্স ইন্সটিট্যুটনা উপ-অধক্ষ্য ককচিং এম দি নাজিমুদ্দিন, পল্লেল গ্রাম পঞ্চায়টকী প্রধান এম দি মুকিমুদ্দিন অমদি সোরাগী মীহুৎশিংগা লোয়ননা শীদুনা নোংমগী ওইবা লেম্না লায়েংবগী কেম্প অমা ঙসি সোরা কৈথেলদা লৈবা লাইব্রেরী এন্দ ইনফোর্মেসন সেন্টরদা পাঙথোকখ্রে।

ঙসি পাঙথোকখিবা লেম্না অনা-লায়েংবগী কেম্প অদুগা মরী লৈননা উপ-অধক্ষ্য ককচিং এম দি নাজিমুদ্দিননা ফোঙদোকখিবদা, সোরা খুলগী মীয়াম অমদি সোরাগা য়ুমথংননা খুন্দামিন্নরিবা ইরেংবন্দ, কোইজম অমদি মিনৌগী মীয়ামগী খল্লগা অনা-লায়েংগা মরী লৈনবা খুদোংচাবা খরদা ওইরবসু পীবা ঙমগদ্রা হায়বগী পান্দমদা ঙসিগী কেম্প অসি পাঙথোকপনি হায়খি।

ঙসি পাঙথোকখিবা লেম্না লায়েংবগী কেম্প অদুদা অমিনা হোস্পিটাল এন্দ রিছার্স ইন্সটিট্যুটকী ডোক্তর ঙনা মখল কয়াগী অনাবশিং য়েংখিবদা নত্তনা হোস্পিটাল অসিগী মায়কৈদগী হিদাক লাংথকশিংসু লেম্না পীখি। কেম্প অদুদা চাউরাক্লা অনাবা ৮০০ রোম লায়েংবগী খুদোংচাবা পীবা ঙমখি হায়রি।

থৌবাল দিষ্ট্রিক্তকী ৱাংজিং ৱাংখৈদা সনামহী লাইনিং লূপ ৱাংজিংগী মঙারকশুবা মপোক থৌরম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ১৬ (ঐচ এন এস) :

থৌবাল দিষ্ট্রিক্তকী ৱাংজিং ৱাংখৈদা সনামহী লাইনিং লূপ (এস এল এল) লিংখৎখিবগী মঙারকশুবা মপোক থৌরম ঙসি লৈকায় অদুদা লৈবা নাওরেম ব্রোজেন্দ্রো এলিয়স সুর্জো মৈতৈগী য়ুমদা পাঙথোকখ্রে।

সনামহী লাইনিংগী লাইনিং লাইশোলগা লোয়ননা মচ্চ তরেৎকী ফিরাল চিংখৎলগা ঙসিগী মপোক থৌরম অদু হৌদোকখি। মচ্চ তরেৎকী ফিরাল অদু লূপ অসিগী প্রসিদেন্ট মাইবম অমুবা মৈতৈনা চিংখৎপগা লোয়ননা শরুক য়াখিবা মীয়াম্না শেম্বীবা মপুগী মফমদা হৈ-লৈ কৎতুনা থৌনিজখি। মদুগী মতুংদা কংলাদা ইনাৎকী থৌ তৌবীরিবা খুমুজম শ্যামো মৈতৈনা অথোইবা মীথুং, এস এল এলগী প্রসিদেন্ট মাইবম অমুবা মৈতৈনা থৌরম মপু অমসুং ৱাংজিং ৱাংখৈদগী অহল লাইখুরাম খোংনেমনা অখন্নবা মীথুং ওইদুনা সনামহী লাইনিং চাউখৎহনবগী মতাংদা মীফম অমসু পাঙথোকখি।

মীফম অদুদা ৱা ঙাংলদুনা সনামহী লাইনিং লূপ ৱাংজিংগী সেক্রেটরি নাওরেম ব্রোজেন্দ্রোনা ফোঙদোকখিবদা, সনামহী লাইনিং হায়দুনা ইপা-ইপুনা থম্বীরম্বা লাইনিং লম্বী অসি হেন্না চাউখৎহন্নবগী পান্দমদা সনামহী লাইনিং লূপ অসি ৱাংজিংদা লিংখৎখিবনি। ঙসি পাঙথোক্লিবা লূপ অসিগী মপোক থৌরমগী মরুওইবা পান্দমদি ইশা মশক খঙবা হায়বসিনি। লূপ অসিনা হেক লিংখৎলকখিবা মতমদগী ইশাবু মশক খঙনব