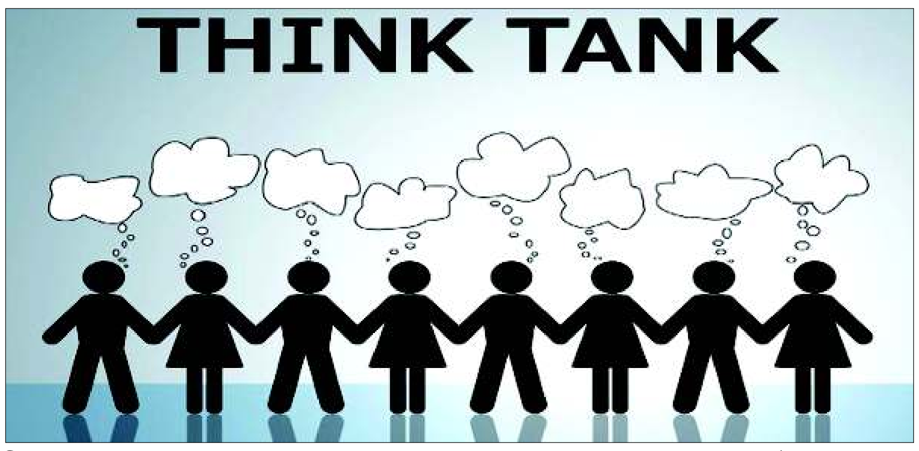
থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

থিঙ্ক-টেঙ্ক, ৱাখল পুক্কৈ, কান্নদবা লম অমা



মী খুদিংমক অমগা অমগা শক মান্নদবগুম, অমগা অমগা তৌবা ওস্তগী শক্তিসু খেংনে। মপুং ফাবা মী অমগী গুন পুম্নমক শুনা চেনবা মী অমত্তা মালেমসিদা পোকখিদ্রি। হায়নে- নুপা ওইবগী গুন পুম্নমক চেনবা নুপা অমবু মপুরোইবা ওইনা ফজগে হায়বা 'দ্রৌপদি'গী অপাম্বা অদু থুংহনবা, তাইবঙ মপুনা থোইদোক হেন্দোকপা গুন অমমমনা লৈতেংবা মপুরোইবা মঙা ফংহনখিবনি। অচুম্বা চৎপা ধর্ম্ম লৈবা, মশা ফবা পাঙ্গল কনবা, লম্বা লৈতনা মহৈ হৈবা, চঙখোয়া ফজবা মশক মতৌ, তুংলমচৎ উবা ওস্তা অদুগুম্না নুপা অমা মপুরোইবা ওইনা ফজগে- তাইবঙ মপুদা গুনা তিনবা নুপা লৈতে হায়বদু ৱারীসিনা তারুম্মী। হায়নবা লৈ-কৃষ্ণ কৌবা ক্যারেক্টর অসি 'মহামুনি বেদব্যাস'না স্বাইদগী মপুং ফাবা মী অমগী গুন (শক্তি/মতিক ময়াই) পুম্নমক অদু মীশক অমদা পুল্লপ চেলহন্নবা শেমদণখিবা ক্যারেক্টর অমনি। গুনশিং অদু যাম্মনখিবনা মী ওইবা য়ারক্তদুনা ভগবান (লাই/ঈশ্বর) ওইনা থোকখিবনি। ওসিসু, মী মরক্তা থোইদোক হেন্দোকপা অমা হেক থোক্লকপদা 'লাইপোক'নি হায়নরিবা অসিনি। ৱারীসিদগী ঐখোয়না খঙই- লাই হায়বসি মীওইবগী ৱাখলনা শেমনি, লাইনা মী শেম্বা নত্তে। পুমঙম ঙস্বা, পুমখঙ খঙবা, মফম খুদিংমক্তা মথম পুম্নমক লৈবা, পোকপদসু লৈতবা শিবদু নাইদবা মহাক অদুবুনি ঐখোয়না লাই (ঈশ্বর) কৌনরিবা। মী খুদিংমক্তা লাই ওইবা (লাইপোক) ওইবা ঙম্ববা গুন অদু ঈরোয়জরকপনি। লুরিবদি, মশাদা চেল্লিবা গুন অদু কনানসু খঙজদে। পুল্সি চেঙজেল লোইরমদাই খঙজরকপনি মশাবু। তকশি শোন্দুনা চংখিনি- ঐনা অদু তৌজরম্বরদিকো! তাইবঙপান থাদোকপৱা মতুংদা হায়গনি- মহাক লাই ওইখরে।

থম্মোয় নিংঙাই অঙকপনি।

মীকুপ খুদিং লেপনাইদনা খল্লিবা মীওইবগী ৱাখলনা থম্মোয়সিদা ইনশিল্লি- মানা নীংবা থবক অদু তৌনবা, মাগী মপাউ তম্নবা। ওসিগী থম্মোয় পাউদমদি কনামতগী অঘান্নবা মপাউ নত্তে- মীওইবগী মপাউনি। অমগা অমগা অমত্তসু মান্নদবা, মাগীসু মান্নবা খন্দবা- মাগীসু করি মপাউনে খনগৎতুনা তমদৌরিবা? করি মপাউ তম্মুগে- নোংমত্তসু হায়বীরকউ কৈদৌগে, মীওইবনি অদোমসু। অরায়বা নত্তে মীওইবগী থম্মোয় মপাউ পাউদম্বা।

মী ওইনা পোক্লিবা মীওইবা, মপুং ফানা লৌশিংবা- অমত্তসু য়াওদবনা হিংমিন্নরিবনি পুন্না থুনাই অমা শেমদুনা। পুন্না লৈমিন্নদ্রবদি হিংবা ঙমদবা মীওইবনি। অদোম্মু থেংনরিবা কনাগুম্বা অমদো, নহা ওইরো অহল ওইরো, অদোম্মু খঙদবা করিগুম্বা অমা মহাক্কু খঙই, মহাক্কু খঙবা করিগুম্বা অমা অদোম্মু খঙই হায়বসি খঙনরবগী মতমদুদনি চাহায়া মরুপ ওইদৌরিবা। মথুন ইগুন খঙনরবা মতমদুদনি থাজনবা পোক্তৌরিবা। থাজনবা হায়বদুদা য়ুম্ফম ওইরগনি মীওইবগী মরী শেম্লিবা, খুন্নাইগী য়ুম্ফম থোল্লিবা।

হেক তাবগা খঙগনবা, হেক উৎপা হৈগনবা- অনী অসি অমমমনি। মীৎতাঙবা অমগা খোঙতেকপা অমগা- থানবা য়াদবা মরুপ ওইদেনদা! অনৌবা মাখলদি খোত্তবা তাক্লবদি তৌবা ওস্তা খুৎশা হৈবা অমগা, তাবতদা খঙগনবা অনৌবা আইদিয়া পুথোকওস্তা অমগা মপাঙ ওইনা থবক শুরবা, মায় পাকপে কৈরাক কারবনি মখোয় অনী। মীওইবগী অনৌবা মীরোল অসিগী (দিভলপমেন্ট মেথিন) অদুনি- ৱাখল অমদি থবক। ওসিগী মীরোল অসিনা মদুবু কৌই 'থিঙ্ক টেঙ্ক' অমদি 'এক্ট টেঙ্ক'। থবক অমা পাঙবদা ৱাখল পুথোকপা কাঙবু অমা, ৱাখলদু থবক ওন্থোকপা কাঙবু অমা। থবক অমা মায় পাক্লবগীদমক ওসিদি 'থিঙ্ক টেঙ্ক' য়াম্না মরুওইবা শরুক অমা ওইনা লৌনরে। নম্রাই মীওই (ইন্দিভিজুয়েল) অমা নৎত্রগা অনী ওইবা য়াই, নৎত্রগা ময়ামগী লুপ অমসু ওইবা য়াই, 'থিঙ্ক টেঙ্ক'- হীরম অমদা নীংথৌনা থিজিন হুমজিন তৌরবা, মমুৎ তানা খঙলবা লৌশিং পুক্কৈ অমনি। অমেরিকা অমদি কানাদা'নচিংবা চাউখৎপা লৈবাকশিংদদি অসিগুম্বা মীওই অমদি লুপশিংনা মখোয়গী লৌশিং শীজিন্নখিবগী মমল ওইনা ফংলকপা শেনফম অদু 'টেঙ্ক-ফ্রী' ওইহনবনি, নৎত্রগা গভর্ন-মেন্ট'না অখন্নবা শেল থাদদুনা 'থিঙ্ক টেঙ্ক' শেমগৎলি।

অসিগুম্বা থবক তৌবা মীওই নৎত্রগা লুপশিং ১৯ শুবা চহী চাদগী লৈনরক্লম্নসু, 'থিঙ্ক টেঙ্ক' হায়না ঙসি শীজিন্নরিবা অসিগুম শীজিনবা হৌরকখিবদি কুনশুবা চহী চাগী অনীশুবা তাঙ্কক (ফিফটিজগী মতম) অদুৱাইদগীনি। অরিবা মতমগী মীতৈ-নিংথৌশিংনসু 'মাইবা-অচৌবা' (মাইচৌ) থম্ন রম্বিবা 'থিঙ্ক টেঙ্ক' ওইবনি। মখোয়গী মৱা তাদনা নিংথৌনা অচৌবা/মরুওইবা ৱারেপ অমত্তা লৌরমদে। অমেরিকানশিংনা অনীশুবা মালেমগী লাঙাও মতমদা মখোয়গী লানগী লাল্লোং য়াংপা কাঙবু অদুবু 'থিঙ্ক টেঙ্ক' হায়না খঙনরকই। য়ুরোপ, অমেরিকানচিংবা লৈবাক্তদি 'থিঙ্ক টেঙ্ক' হায়বসি লৈভাক্লা শকখঙবা, অখন্নবা বোদি অমনি। ইন্দিয়াগুম্বা লৈবাক্তনা অঙম অথৌ/মন্ত্রিশিংনা মরন্নাই থাজবা মী, মরী-মতা ময়ামদুনি। থিঙ্ক টেঙ্কসু মখোয়না, এক্ট টেঙ্কসু মখোয়না। মণিপুর য়ৌরক্লুগানা প্রোবেলম অসি লুবা খঙহেন হেল্লকই। য়ুম-শাবা মিস্ত্রিনা অর্কিটেক্টসু ওইবনি, থিকাদারদগী মন্ত্রি ফম কারকপা এঙ্গপর্ট অদুনা ইঞ্জিনিয়ার মৱা লৌদবনি, শেলনা থোং ওইরগা মীখল-ঈপাক লাল্লকপা মন্ত্রি-মন্দল, মন্ত্রি-মকোক অদুনা ঈরায় লায়না হেজো হায়বনি... মণিপুরদি লাইরিক হৈবশিংনা মাঙহনবনি...!

মাগী ৱাসিসু লাল্লি করম হায়রনি? লাইরিকী মঙাল ৱাংশা, মীশিং য়াম্না মীয়ামদুনা মীহুৎ ওইনা থাগৎলগা ওইরকপা কেবিনেট মিনিষ্টরনি। উমাইবীনা য়োংদা পাউতাক পীরুরগা মকোন থুগায়বীবগুম, অচুম্বা পাউতাক পীরুবদা অহৈপা শাই হায়দুনা নোংমৈনা কাপশিনবা ঙম্বা অঙম্বনি। নোংমৈনমক কাপত্রবসু চীংনুংদুদা থারগা লাক্লবদি ঙম্মিদনা!

লৌশিং পুক্কৈ

ষননা হরাওরিবৈঙেদা শুস্বা শঙ্গোম্না ফবা হেল্লি

ষননা হরাওরিবৈঙেদা শুস্বা শঙ্গোমদা কেলসিয়মগী চাং ৱাংনা য়াওবগা লোয়নননা হকচাংদা কান্নবা হেল্লি হায়বা কুপ্পা থিজিনবদগী খঙবা ঙম্লে।

য়ুনাইটেদ ষ্টেটসতা লৈবা য়ুনিভর্সিটি ওফ ৱিস্কোন্সিন-মেদিসনগী রিছার্চরশিংনা থিজিনবদা খঙলকখি মদুদি ষননা হরাওবা মতমদা কেমিকেল অমা থোরকপা মরম্না কেলসিয়মগী চাং ৱাংনা য়াওবা শঙ্গোম পুথোরকই।

য়ুনিভর্সিটি অসিগী লোরা হর্নান্দেজনা লুচিংবা রিছার্চর কাঙবু অমনা মচা পোকপদা ঙায়রিবা জর্সি ষন খরদা থিজিনবদা ৱাফম অসি খঙলকপনি। হকচাংদা কান্নদবা অফবা শঙ্গোম ফংনবগীদমক ষনবু পূক্লিং ৱাখল নুংঙাইনা লৈহনবা মথৌ তাই।

কেলসিয়ম মরাং কায়না য়াওবা শঙ্গোম চাং নাইনা থকপনা মীওইবগী হকচাংদা কান্নবা কয়ামরুম পী। অদুবু ষন অয়াম্বা হাইপোকেলসিমিয়ানা নাবা মরম্না কেলসিয়ম মরাং কায়না য়াওবা শঙ্গোম থকপা ফংনরক্ত্রে। হাইপোপেলসিমিয়া হায়বসি কেলসিয়মগী চাং ৱাৎপগী থৌওংবুনি। জর্নেল ওফ এন্দোক্রাইনো-লোজিদা ফোঙলকখিবা রিপোর্ট অমদা লোরা হর্নান্দেজনা হায়খি, ষননা হরাও-তয়াম্না লৈরবদি সেরোটোনিন কৌবা কেমিকেল কম্পাউন্দ অমগী চাং ৱাংখৎলকই। মদুনা মরম ওইরগা কেলসিয়মগী চাং ৱাংনা য়াওবা শঙ্গোম পুথোরকই।

রিছার্চর কাঙবু অসিনা ষন মখল অনীদা মীরোনবদগী হৌরগা মচা পোক্লবা মতুংদা মখা তানা থিজিনবদা ৱাফম অসি খঙলকপনি। ষনশিংনা হরাওরবদি সেরেটোনিন কৌবা কেমিকেল মখল অমা হকচাং মনুংদা ৱাংখৎলকই। মদুনা মরম ওইরগা মখোয়না পুথোরকপা শঙ্গোমদা কেলসিয়ম য়াওবগী চাং ৱাংখৎলকই।

ষনগী অশেংবা শঙ্গোম থকপনা মীওইবদা কান্নবা কয়ামরুম পী। খরদং পল্লবদা শরু কলহনবা, উনশা ফজহনবা, ইম্যুন সিষ্টেম কনখৎলত্তুনা লায়না কয়া ঙাকথোকপা, য়া কলহনবা, ব্লদ প্রেসর ৱাংখৎহন্দবা, দিহাইদ্রেসন তৌহন্দবা, নিংশা শ্বর মরী ফহনবা, হকচাংগী অরূম্বা হেনগৎহন্দবা, ওষ্টিওপোরোসিসতগী ঙাকথোকপা অমসুং কেন্সর মখল খরদগী ঙাকথোকপা অসিনচিংবনি।

তশেংবদি শঙ্গোম অসি ষনবীনা ষন্নাউ পীথক্লবগীদমক মশাগী মেম্মরি গ্লান্দদা শুংবনি। ষন্নাউ অমনা মপাঙ্গল মপুং ফাদ্রিবফাওবা মমাগী শঙ্গোম থকপা মথৌ তাই। মীওইবদসু অদুম্মঙায়রে, অঙাং অমনা হেক পোক্লকপগা থা ৬ ফাওবদি মমাগী খোম্লাং মবুক থন্না থকপগী তঙাইফদবা লৈ। অদুবু ষনগী শঙ্গোমদি ষন্নাউ খত্তদা নত্তনা মীওইবদসু কান্নবা পী।

য়ুনাইটেদ ষ্টেটসকী দিপার্টমেন্ট ওফ এগ্রিকলচর (য়ু এস দি এ) না পীবা গাইদলাইন মতুংইন্না মীপুম খুদিংমক মশা-মউ ফনা লৈনবগীদমক চাং নাইনা শঙ্গোম থক্কদবনি হায়রি।

চাং নাইনা শঙ্গোম থক্লবদি ভিটামিন এ, ভিটামিন বি-১২, ভিটামিন দি, কেলসিয়ম, কার্বোহাইদ্রেট, ফোসফরস, সিলেনিয়ম, মেগনে-সিয়ম, প্রোটিন, জিঙ্ক অমদি রাইব্লোফ্লেবিনচিংবা হকচাংদা কান্নরবা ন্যুট্রিয়েন্টশিং ফংবা ঙম্মী।

কেলসিয়মনা কেন্সর, শরূ পাথরকপা, অরথ্রাইটিস, মাইগ্রেন হেদেক, প্রি-মেন্সট্র্যুয়েল সিন্দ্রোম অমদি ওবেসিটিনচিংবদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী। হকচাংদগী কান্নদবা ফেট লৌথোক্তুনা হকচাংগী অরূম্বা হন্থহনবদসু মতেং পাংই। শেল ইচঙ চঙহন্দনা অরায়বা মওংদা কেলসিয়ম ফংনবগী পাম্বৈদি চাং নাইনা শঙ্গোম থকপনি।

কেলসিয়মনা হার্টকী মথৌ নীংথিনা তৌহনবগা লোয়নননা ষ্ট্রোক তৌহন্দে। জপানদা মতম শাংনা চথখিবা ষ্টদি অনীগী রিপোর্ট মতুংইন্না নুমীৎ খুদিংগী চাং নাইনা কেলসিয়ম চারবদি ষ্ট্রোক, এথরোসক্লেরোসিস অমসুং কার্দিওভাস্কুলর দিজিজগী রিস্ক হন্থহল্লি হায়রি। কেলসিয়মনা শরূগী মপাঙ্গল কন্না থম্বদা মতেং পাংই। ওষ্টিওপোরোসিসনচিংবা শরূগী লায়না কয়া শঙ্গোম থকপনা ঙাকথোকপা ঙম্মী। অঙাংশিংবু নুমীৎ খুদিংগী চাং নাইনা শঙ্গোম পীথক্লবদি শরূ কলহনবদা নৎতনা য়াগী মপাঙ্গলসু কলহল্লি।

মীওইবগী হকচাং অসি চাদা ৮০ রোমদি ঈশিংগী শরুকনি। ঈশিংনা হকচাংগী কয়াৎ অয়াম্বা মথৌ নীংথিনা তৌহনবা ঙল্লিবনি। ঈশিং থত্ত্রবদি দিহাইদ্রেসন তৌদুনা কয়াৎ অয়াম্বা শোকচিল্লকই অমসুং খুদোংথিবা কয়ামরুম থোকহল্লকপা য়াই। অদুবু ঈশিং ফংদবা মতমদা শঙ্গোম গ্লাস অমা থক্লবদি দিহাইদ্রেসন তৌহন্দে।

মালেমদা খ্বাইদগী মশক ফজবী নুপীনি হায়না লৌনরিবা নাইলগী মহারানি ক্লিওপত্রগী মরমদা মীয়াম্না শোয়দনা খঙনরম্লগনি। ক্লিওপত্রনা নুপী খুদিংগী শঙ্গোমনা ঈরুজবগী হৈনবী থম্মী। শঙ্গোমনা উনশা ফজহনবগা লোয়নননা কুচসু শেংহল্লি। মরম অদুনা অকে অমৌগী তোঙান তোঙানবা পোৎলম (কোস্মেটিক) শাবদা শঙ্গোমবু মরুওইবা মচল অমা ওইনা হাপ্লি।

মেদিকেল রিছার্চ অমগী রিপোর্টনা হায়খি, নুমীৎ খুদিংগী চাং নাইনা শঙ্গোম থক্লবদি হকচাংদা কান্নরবা ভিটামিন অমসুং মিনরেল কয়ামরুম ফংবা ঙম্মী। অমরোমদা সোদা য়াওবা সোফ্ট দ্রিঙ্ক থকপনা হকচাংদা কেলসিয়মগী চাং হন্থহল্লি। হকচাংগী কয়াৎ অয়াম্বা মথৌ নীংথিনা তৌহনবদা কেলসিয়ম চঙই। মরম অদুনা সোফ্ট দ্রিঙ্ক থকপগী মহুৎ নুমীৎ খুদিংগী শঙ্গোম থক্কদবনি হায়না দাইটিসিয়নশিংনা রেকমেন্দ তৌরি।

এসিদিটি অমদি পুক শাওগৎপগী খুদোংচাদবসু শঙ্গোম থক্লগা কোকহনবা ঙম্মী। শঙ্গোম গ্লাস অথনবা অমদা ভিটামিন এ অমসুং ভিটামিন বি মরাং কায়না য়াওবা মরম্না মীৎ ফহনবগা লোয়নননা রেদ ব্লদ সেল (আর বি সী) কাউন্ট হেনগৎহল্লি; কার্বোহাইদ্রেট য়াওবনা হকচাং কনখৎহল্লি; পোটাসিয়ম য়াওবনা নর্ভশিংগী মথৌ ফগৎহল্লি; মেগনেসিয়ম য়াওবনা মশল কলহল্লি, ফোসফরস য়াওবনা পাঙ্গল কলহল্লি অমসুং প্রোটিন য়াওবনা অমাঙ অতা থোক্লবা সেল শেমগৎপদা মতেং পাংই। চাং নাইনা শঙ্গোম থক্লবদি অহল ওইশিল্লক্লবসু নহা অমগুম হকচাং কন্না অদুমক লৈবা ঙম্মী হায়রি।

অনৌবা ষ্টদি অমগী রিপোর্ট হায়খি, চাং নাইনা শঙ্গোম থক্লবদি কোলোন কেন্সর নারবা মীওইশিংগী পুন্সি শাংদোকহনবা ঙম্মী। অদুবু চেকশিনগদবা অমনা শঙ্গোমদা য়াওবা লেক্টোস কৌবা মচল অমনা কনাগুম্বা পুক নুংঙাইতবা, নুংশিৎ কাবা, পুক নাবা অমসুং খোঙ হামথবগী খুদোংচাদবা মায়োক্লহনবা য়াই। অমবু ওইরবসু অমবু ওইরবসু ষনবীনা হরাওরিবৈঙেদা শুংবা শঙ্গোমদা কান্নবা মচল কয়ামরুম য়াওই হায়বসিমদি ময়েক শেংনা খঙলবা ৱাফমনি। মরম অদুনা শঙ্গোম শুস্লমদাইদা ষনবীবু য়ারিবমখৈ হরাওহনগদবনি হায়রি।

মেরিটোরিয়স এৱার্দ য়েন্থোকপগী থৌরম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, জুলাই ১৭ (ঐচ এন এস) : এসোসিএসন ফোর দি প্রোমোসন ওফ মেরিটোরিয়স ষ্টুদেন্টস ওফ চিংমৈরোং (এ পি এম এস সী) গী ২৫ শুবা এন্যুএল প্রাইজ দিষ্ট্রিব্যুসন ফঙ্কসন ওফ মেরিটোরিয়স ষ্টুদেন্টস এন্দ স্পোর্টস পার্সন্স ওফ চিংমৈরোং ২০১৬ ঙসি সিনাম শ্যামা দেবী টাউন হোল, চিমৈরোংদা পাঙথোকখ্রে।

থৌরম অদুদা এম জয়, আই এ এস, দিপ্যুটি কম্মিস্নার, ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্টনা চীফ গেষ্ট, এ পি এম এস সীগী প্রসিদেন্ট সিনাম প্রিতম সিংহনা প্রসিদেন্ট, ডা. এস রাজেন্দ্র সিংহ, প্রসিদেন্ট, মণিপুর মেদিকেল এসোসিএসন, ডা. টি ঐচ ধবলি সিংহ, মেনেজিং দিরেক্টর এন্দ চ্যেরমেন ববিনা গ্রুপ ওফ কম্পেনি, আর কে দেবেন্দ্র সিংহ, সুপরিন্টে-ন্দেন্ট ওফ কষ্টমস এন্দ সেন্ট্রেল এক্সাইজ, ডা. ঐচ প্রিয়োকুমার, ফোর্মর দিপ্যুটি দিরেক্টর, মেক্স অমসুং দব্লিয়ু মোধু সিংহ, ফোর্মর সুপরিন্টে-ন্দেন্ট ওফ টেক্সেসনা গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়াখি।

মীতৈ/মৈতৈনা সেদ্যুল ট্রাইব কাঙলুপতা চলহৌবনা তুংগী মীরোলদা য়াইফগনি হায়বা টোপিক্তগা পাঙথোকপা দিবেটিং/ক্যুইজ কম্পিটিসন অমদি 'ৱিল বি গিবন ওন দ স্পোট' হায়বা থীমদা পাঙথোকপা পেন্টিং কম্পিটিসনদা মকোক মথং তারবশিংদা মনা-মথুম য়েন্থোকখি।

মসিগা লোয়নননা চিংমৈরোংদা লৈবা ক্লাস টেন অমসুং টুয়েল্বকী ইগজামদা ফর্ষ্ট দিভিজনদা পাস তৌরকপা অমসুং মশান্না কয়াদা গোল্ড মেদল লৌরক্লবশিংদসু মনা-মথুম পীদুনা ঈকায়খুম্নখি। লূপ অসিগী থৌদাং পুরম্বা লৈখিদ্রবা মীওই মরিদা ঈকায়খুম্নবা উৎতুনা মিনিট ২ তুমীন্না লেপ্তুনা অৱাবা ফোঙদোকখ্রে।

থৌরম অদুগী চীফ গেষ্ট ওইখিবা এম জয়না হায়খি, এদ্যুকেসন সেক্তরদা মীৎয়েং থম্লগা পাঙথোকপা কম্পিটিসন অসিনা তুংগী মীরোলগী পুন্সিদা মহৈ য়ালহন্নবা লম্বী য়াৎকনি। মসিদা স্পোর্টস য়াওনা হন্দক মনা-মথুম পীরকপা অসি থাগৎনিংঙাই ওই। এদ্যুকেসন খক্তা য়েংবসু য়াদে। ঐখোয়গী কলচর অমদি পোকপদগী য়াওরক্লবা চৎনরোল কয়াসি মাঙহন্দনা থম্বা মথৌ তাই।

ক্যুইজ কম্পিটিসন্দা মকোক মথং তাখ্রবশিং অদুদি জে এন বি খুম্বোংগী থাংজম প্রেমানন্দ অমসুং হৈখাম প্রিতম অনীনা ফর্ষ্ট তাখিবগা লোয়নননা শেলগী মনা লুপা লিশিং ১০ অমসুং সার্টিফিকেট ফংখি। অনীশুবা মনানা স্কুল অসিমক্কী ফুরাইলাৎপম থোইথোই অমসুং ঙাইরাংবম দেবিদনা তাখিবগা লোয়নননা শেলগী মনা লুপা লিশিং ৭ অমসুং সার্টিফিকেট য়েন্থোকখি। অহুমশুবা মনানা মাঙ্গোলজাও ইংলিস স্কুলগী হেমজিৎ য়ুম্নাম অমসুং বিকাস লৌরেম্বম অনীনা তাখিবগা লোয়নননা শেলগী মনা লুপা লিশিং ৫ অমসুং সার্টিফিকেট খুৎশিন্নখি।

দিবেটিং কম্পিটিসন্দা পব্লিক স্কুল, সঙাকফমগী অনামিকা হৈরাংখোং-জমনা ফর্ষ্ট থাখিবগা লোয়নননা লুপা লিশিং ৭ অমসুং সার্টিফিকেট, অনীশুবনা দি এম কোলেজ ওফ সাইন্সকী লাইরেঞ্জম রামেশ্বরীনা তাখিবগা লোয়নননা লুপা লিশিং ৫ অমসুং সার্টিফিকেট ফংখি। অহুমশুবনা দি এম কোলেজ ওফ আর্টসকী অরিবম জেসননা তাখিবগা লোয়নননা লুপা লিশিং ৩ অমসুং সার্টিফিকেট খুৎশিন্নখি।

পেন্টিং কম্পিটিসনগী ক্লাস থ্রীদগী ফাইব ফাওবগী কেটগোরি এদা সেক্রেদ হার্ট স্কুলগী থৌদাম হোলেন্দ্রো, অনীশুবদা নোংপোক মহৈকোলগী ওইনাম কমসন অমসুং অহুমশুবদা খাইদেম দিয়াশ্বরী, দি এম ভি পব্লিক স্কুলনা তাখি। লোয়নননা কেটগোরি বিদা ক্লাস সিক্সতগী আইট ফাওবদা চাংদম্নবদা দি এ ভি পব্লিক স্কুলগী তেলেন খাইদেম, অনীশুবদা হেরিটেজ কনভেন্টকী নিংথৌজম নর্মাদা অমসুং অহুমশুবনা মেরিয়া মোন্টেশ্বরী হায়র সেকেন্দরি স্কুলগী ওইনাম কেথরিননা তাখি। ক্লাস নাইনদগী টুয়েল্ব ফাওবগী ওইবা কেটগোরি সীদা ঈ কে হায়র সেকেন্দরি স্কুলগী য়েংখোম জয়ব্রতা, অনীশুবদা সিশু নিস্থা নিকেতনগী মালেমঙানবা ৱাইখোম অমদি ইম্ফাল ভেলি একাদেমীগী য়ুম্নাম রাহুলনা অহুমশুবা তাখি। পেন্টিং কম্পিটিসনগী ওইনা ফর্ষ্ট, সেকেন্দ অমসুং থর্দ তাখ্রবশিংদা শেলগী মনা লুপা ৫০০০, লুপা ৩০০০, লুপা ২০০০ অমসুং সার্টিফিকেট পীখি।

থৌরম অদুদা ক্লাস টেন অমসুং টুয়েল্বতা ফর্ষ্ট দিভিজনদা লাকখিবা মহৈরোয় ২৮ দসু মেরিটোরিয়স এৱার্দ পীদুনা পূক্লিং থৌগৎখি।

লল্লৈবী চনু অমসুং জিবোনদা ক্যুইজগী মনা খুৎশিন্নখ্রে

কে ভি কে, থৌবালগী প্রোগ্রাম কোওর্দিনেটর ডা. এম থোইথোইনা হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ নম্বর ১৩ গী ৱিন্নর ওইখ্রবী শগোলশেম লল্লৈবী চনু (ওই) দা মনা খুৎশিন্নবা

পাউ-চে অসিগী সেনিয়র স্পোর্টস জর্নেলিষ্ট ৱাংখেম রিশিকেসনা হুইয়েন লানপাউ স্পোর্টস ক্যুইজ নম্বর ১১ গী ৱিন্নর ওইখ্রবা তোংব্রম জিবোন (ওই) দা মনা খুৎশিন্নবা

ইম্ফাল, জুলাই ১৭ (ঐচ এন এস) : হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ নম্বর ১৩ গী ৱিন্নর ওইখ্রবী শগোলশেম লল্লৈবী চনু অমসুং হুইয়েন লানপাউ স্পোর্টস ক্যুইজ নম্বর ১১ গী ৱিন্নর ওইখ্রবা তোংব্রম জিবোনদা হুইয়েন লানপাউ গ্রুপ ওফ পব্লিকেসন্সনা ঙসি মনা খুৎশিন্নখ্রে।

কৃষি বিজ্ঞান কেন্দ্র (কে ভি কে), থৌবালগী প্রোগ্রাম কোওর্দিনেটর ডা. এম থোইথোইনা হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজগী ৱিন্নর ওইখ্রবী শগোলশেম লল্লৈবীদা মনা খুৎশিন্নখি। অদুগা পাউ-চে অসিগী সেনিয়র স্পোর্টস জর্নেলিষ্ট ৱাংখেম রিশিকেসনা হুইয়েন লানপাউ স্পোর্টস ক্যুইজ নম্বর ১১ গী ৱিন্নর ওইখ্রবা তোংব্রম জিবোনদা মনা খুৎশিন্নখি।

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ নম্বর ১৩গী ৱিন্নর ওইখ্রবী শগোলশেম লল্লৈবী চনু লংথবাল কুঞ্জ ময়ায় লৈকায়দা লৈবা শগোলশেম মনিহার অমসুং শগোলশেম লৈরেনতোম্বীগী মচানুপীনি। মহাক হৌজিক হৌজিক মণিপুর য়ুনিভর্সিটিগী মণিপুরী দিপার্টমেন্টকী রিছার্স স্কোলারনি।

লিটরেরি ক্যুইজগী ৱিন্নর ওইখ্রবী শগোলশেম লল্লৈবীনা হায়খি, ক্যুইজ অসি হেক হৌবদগী শরুক য়ারকপনি। অদুগা হন্দক্কী অসিনা অহানবা মনা ফংবনি। হুইয়েন লানপাউনা লিটরেচরগী লমদা ক্যুইজগী শরুক অমা হাপ্লকপা অসিনা লিটরেচরগী লমদা খঙনিংবা মীওইশিং অমদি মীপুম খুদিংমক্তা চাউনা কান্নবা পীরে হায়না খল্লি। লমদমসিগী লিটরেচরবু য়োকখৎনবা হুইয়েন লানপাউনা লৌরিবা থৌদাং অসি থাগৎচনিংই। মখা তানসু হুইয়েন লানপাউনা খুন্নাইসিগী য়াইফনবা অহেনবা থৌদাং কয়া লৌরকখিগনি থাজে।

পাউ-চে অসিগী আর্টিকলশিং পাবদা য়াম্না নুংঙাইবা হায়বদু ওই। হৌজিক ওইরিবা ফীভম অসিদগী হেন্না ফগৎহন্নিংই। আর্টিকলশিংনা অপাবশিংদা কান্নবা চাউনা পীরি। হুইয়েন লানপাউ অসি পাবদা য়াম্না নুংঙাইবা পাউ-চে হায়বদু ওইরে হায়নসু মহাক্না মখা তানা ফোঙদোকখি।

হুইয়েন লানপাউ স্পোর্টস ক্যুইজ নম্বর ১১ গী ৱিন্নর ওইখ্রবা তোংব্রম জিবোন লাংজিং অচৌবা মখা লৈকায়দগী তোংব্রম তেন্দেন অমসুং তোংব্রম সোরোজিনিগী মচানুপানি। মহাক হুইয়েন লানপাউ স্পোর্টস ক্যুইজ নম্বর ৭ অমসুং ১০ গী ৱিন্নরসু ওইখ্রবনি।

ৱিন্নর ওইখ্রবা তোংব্রম জিবোননা হায়খি, স্পোর্টস ক্যুইজগী শরুক অহুল্লক্তা মায় পাকপা ঙম্বা অসি ইশাদা নুংঙাইবা ফাওই। ক্যুইজ অসিদা শরুক য়ার-য়ারগা ইশাদা নুংঙাইবা অমদি লৌশিং হেগৎহল্লক্লে। মরম অসিনা মখা তানসু ক্যুইজ অসিদা শরুক য়াখিগনি।

স্পোর্টস ক্যুইজদা হংলিবা ৱাহংশিং অসি নোংম-নোংমগী লুবা হেঞ্জিল্লক্লে। শরুক য়াবা মীগী মশিংসু হেনগৎলমগনি খল্লি। লোকলগী ওইবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম ইন্টর্নেটতা থিবসু ফংদে। মসি থিননবা হোৎনবদা খঙলমদবা কয়াসু খঙবা ঙম্লে। লমদমসিগী ওইবা মশান্নশিং অমদি শান্নরোয়শিংগী মতাংদসু হৌরক্লিবশিংনা থিজিনবা অমসুং খঙবগী চাং ৱাৎলি হায়না খল্লি। মরম অসিনা মণিপুর লৈঙাক অমদি লৈঙাক্কী মখাদা লৈরিবা স্পোর্টসকী দিপার্টমেন্টনা লমদমসিগী ওইবা মশান্নশিং অমদি শান্নরোয়শিংগী মতাংদা অকুপ্পা ৱারোলশিং ইন্টর্নেটকী খুথাংদা ফংহল্লগদি পুম্নমক্কী কান্নবা ওইগনি। স্পোর্টসকী পৱার হাউসনি হায়রিবা মণিপুরদা স্পোর্টস য়ুনিভর্সিটি অমা শারগনি হায়রিবা অসি মপুং ফানা থবক্তা ওন্থোকপা ঙম্লবদি লমদমসিগী মীয়ামদা চাউনা কান্নবা পীরগনি হায়নসু মহাক্না মখা তাখি।

লীগেল এৱ্যেরনেস পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল,জুলাই ১৭ ঃ মণিপুর লীগেল সার্ভিসেস ওথোরিটিগী মীৎয়েং মখাদা কনকরেন্ট সোসাইটি মণিপুরনা ৱাঙ্গোই হায়র সেকেন্দরী স্কুল অমসুং দিষ্ট্রিক্ট লীগেল সার্ভিসেস ওথোরিটি,ইম্ফাল ৱেষ্টকা খুৎশম্নরগা নোংগী ওইবা লীগেল এৱেরনেস প্রোগ্রাম অমা ৱাঙ্গোই হায়র সেকেন্দরী স্কুল, ৱাঙ্গোইদা পাঙথোকখ্রে হায়রি।

কনকরেন্ট সোসাইটি, মণিপুরগী জেনরেল সেক্রেটরি দব্লিয়ু সুশিলকুমারনা প্রেস্তা থোকপা চেরোল অমদা হায়, থৌরম অদুদা ৱাঙ্গোই হায়র সেকেন্দরী স্কুলগী প্রিন্সিপাল দব্লিয়ু চাওবা অমসুং স্কুল অসিগী ভাইস-প্রিন্সিপাল ফিলায়ো এ শিমরেনা থৌরম মপু ওইনা শরুক য়াখি। স্কুল অসিগী মহৈরোয়শিং, টিচিং অমসুং নন-টিচিং ষ্টাফশিংনা থৌরম অদুদা শরুক য়াখি।

থৌরম অদুদা রিছোর্স পার্সন ওইখিবা ওল মণিপুর লেদি বার এসোসিএসনগী জেনরেল সেক্রেটরি এল অশাপুর্নানা সাইবর এক্ট, ইম্ফাল ৱেষ্টকী লীগেল এইদ কাউন্সেল এদভোকেট কে ধনেনা চাইল মেরিএজ এক্ট অমসুং সোসসল এক্টিভিষ্ট ধনবির লাইশ্রমনা প্রোব্লেম এন্দ প্রোস্পেক্টস ওফ এ মোদর্ন সোসাইটি হায়বসিগী মতাংদা ৱা ঙাঙখি হায়রি।

মেরিটোরিয়স এৱার্দ য়েন্থোকখ্রে

ইম্ফাল, জুলাই ১৭ (ঐচ এন এস) : ভারতিয়া জনতা পার্টি (বি জে পি) মণিপুরগী প্রসিদেন্টতগী হৌরগা থৌ পুরিবা ময়াম অসি অয়াম্বনা মাগী মাগী এসেমব্লী কনষ্টিট্যুএন্সিদগী রিজেক্ট তৌখ্রবা মীওইশিংনি অমসুং বি জে পিদা পুল্লপ-পুল্লগা চঙলকপনি হায়না নম্বোল এ সীগী এম এল এ, এন লোকেননা ফোঙদোকখ্রে।

কৈনৌ তাবা নামৈরাকপম শাগৈ দিভলপমেন্ট ট্রষ্টনা শীন্দুনা কৈনৌ তাবা নামৈরাকপম শাগৈগী মনুংদা হন্দক হায়দোকখিবা বোসেম, কোসেম অমসুং সী বি এস ঈনা লৌবা ২০১৬ কী ইগজামিনেসনদা চাদা ৭০ দগী তাদনা ফংলকপা ক্লাস টেন অমসুং টুয়েল্বকী মহৈরোয়শিংবু হরাও-তয়াম্না ওকপগা লোয়নননা মেরিটোরিয়স এৱার্দ য়েন্থোকপগী থৌরম ঙসি নম্বোল এ সীগী এম এল এ, এন লোকেনগী সঙাইপ্রৌদা লৈবা ময়ুমদা পাঙথোকখ্রে।

থৌরম অদুগী চীফ গেষ্ট ওইখিবা এম এল এ লোকেননা মখা তানা হায়খি, বি জে পিনা প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদি য়াম্না ফৈ হায়দুনা তোয়না ঙাঙ-শক্লি। অদুবু মণিপুরদা নরেন্দ্র মোদি লাক্লুগা ভোট লেপকদবা নত্তে। ষ্টেট অসিগী বি জে পিগী মীরেপ ওইগদৌরিবশিং অসি মশা-মশাগী এ সীদা মায়থিখ্রবা মীওইশিংনা অয়াম্বনি। মথং চহীদা পাঙথোক্কদৌরিবা এসেমব্লী ইলেক্সন্দা বি জে পিগী কেন্দিদেট তরেৎ শুনা কাগদবা নত্তে। মথংগী মীখলদসু কোংগ্রেস গভর্ণমেন্ট অমুক হল্লকখিগনি।

থৌরম অদুদা কৈনৌ তাবা নামৈরাকপম দিভলপমেন্ট ট্রষ্টকী জেনরেল সেক্রেটরি এন ইবোপিশকনা প্রসিদেন্ট অমসুং এদভোকেট এন জয়ন্তকুমার সিংহনা গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরম অসিদা ক্লাস টুয়েল্বতা মকোক থোংলকখিবা মহৈরোয় মঙা অমসুং ক্লাস টেনগী মহৈরোয় অমদা শেলগী মনা, সার্টিফিকেট অমদি লেংয়ান ফি পীদুনা ঈকায় খুম্নখি।

কমিটিগী মেম্বরশিং তোক্নবা তকশিল্লক্লি

ইম্ফাল,জুলাই ১৭ (এন ঐচ এল)ঃ য়াইরিপোক গভর্নমেন্ট এইদেদ হায় স্কুল কেম্পস্তা থোকহন্নিংদবা থৌদোক মীশি-মীনা অমসুং অশোক-অপন থোক্লবদি জেদ ঈ ও-থ্রী (থৌবাল) অমসুং স্কুল মেনেজিং কমিটিনা থৌদাং পুগদবনি হায়না স্কুল অসিগী হেদমাষ্টর এল ইবোপিশকনা প্রেস্তা থোকপা চেরোল অমদা হায়রি।

চেরোল অসিনা হায়, স্কুল অসিগী করিমত্তা খনবিদ্রবা স্কুল মেনেজিং কমিটি অসি মরী লৈনবশিংনা মুখৎপীরো অমসুং খুদত্তগী পৱার সব-ষ্টেট শাগনি হায়রিবা মফম চাবা অমদা শাবীরো হায়না টিচিং অমসুং নন-টিচিং ষ্টাফনা মরী লৈনবশিংগী পুক্লিং চিংশিল্লি।

য়াইরিপোক গভর্নমেন্ট এইদেদ হায় স্কুলগী কেম্পস্তা মণিপুর লৈঙাক্লা পৱার সব-ষ্টেস শাগৎলিবা অসিগী মায়োক্তা স্কুল একাদেমীক এটমোসফিয়ারদা কায়রক্লিবা অমসুং মহৈরোয়সিংগী কেরিয়রদা লেপ্তুনা শোকচিল্লকবপগী মতাংদা মহৈরোয়শিংনা পেন্নদবা অমসুং তাইনফম খঙদবদগী স্কুলগী হেদমাষ্টরগী মফমদা ফিজিকেল হেরাসমেন্ট ফীভম লাকপা অমসুং থোকহন্নিংদবা থৌদোক কয়া থোক্লক্লে।

হীরম অসিগী মতাংদা তুং কোইনা চৎনবা য়াবা অমসুং নিংথিনা ক্লাস চথবা য়ানবা অমা খুদক্তা শিনবীয়ু হায়না মহৈরোয়শিং, ওজাশিং অমসুং হেদমাষ্টরনা মেনেজিং কমিটি, মরী লৈনবা জেদ ঈ ও, থৌবালদা পাউ পীরবসু মেম্বর অমখক নৎতনা স্কুলদা লাক্তুনা শীনবিরদবা অসিগীদমক্তা য়াম্না কন্না য়ানিংদবা ফোঙদোক্লি।

পনবা য়াবদি, মতম কয়াগী মমাঙদগী য়াইরিপোক এইদেদ হায় স্কুলগী কেম্পসতা মণিপুর লৈঙাক্লা পৱার সব-ষ্টেসন শাননবা লৌরক্লিবা ফীরেপ অসি হন্দোক্কদবনি হায়না মহৈরোয়শিংনা লম্বী থিংবা য়াওনা তোঙান তোঙানবা মখলগী খোঙজংশিং চঙশিনখিবা লৈখ্রবনি।