থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

কমপ্রোমাইজ তৌরগা হিংলিবা সিনেমা

ফিল্ম হায়বসিগা সিনেমাগা ৱাহন্থোক তোঙাল্লগসু কন্মন ওইবা মীয়ান্নদি অমত্তা ওইনা লৌনৈ। মণিপুরী ফিল্ম হায়রসু, মণিপুরী সিনেমা হায়রসু করিমত্তা খেন্নদে। অনী অসি অমত্তনি। ঙসিগী পাউদম ওইনা ইগে খঞ্জরুবসি একাদেমিক ওইবা আর্টিকেল নত্তে। থম্মোয় অমদা ফাওরকপদু অতোপ্পা থম্মোয় অমদা পাউদম্বনি। ইচম চম্বা খূৎইনি। কনাগুম্বা অপাবা অমনা অপান্ননা হায়গে খন্না হায়বা ৱা অমত্তা য়াওবা নৎচদে। অদুবু, মী মশীং য়াম্বনা কনাগুম্বা/কনাগুম্বীদা ৱাগী ৱাপা চানরুদুনা ফিজি-ফিনা নেৎপা থোক, খোয়খা লিনখা থানবসু য়াওখিদবা নত্তে মাঙলমচত্তা। অদুগুম্বা তানফমদু হেক য়াওরকপা থোক্ল’সু ঙাকপীনবা ৱামাঙ য়ানজবনি।

সিনেমাদা ঙাওদবা মীচম-মীয়াম্বু লৈবরা? সিনেমা টিকেট ইন্নদুনা লৌবা ঙম্বদা অকনবনি খঞ্জরম্বা সিনেমাদা ঙাওজবা মীশক অমনি ঐ। ‘সিনেমা প্রোগ্রাম’ হায়বসি পাখঙ-লৈশা অনীগী শোয়ফদ্রবা উন্নফম/নীংশিং খুদম থম্নফম ওইরম্বনি মতমদুদা। হৌজিক্তি সিনেমা হোলগী মহুত্তু রেষ্টুরেন্টকী অমম্বা কা’না শিনখিবনি। মদুনা ওইখি অনৌবা রোমান্টিক কলচর অমগী অহৌবা। ঐখোয়গী রোমান্তিক কলচরগী অওনবসি য়েংবীয়ু - মেরাগী থাবলদা খোঙবীনা লৈমায়দা তল্লগা শাবা ৱারীদগী ফিল্মগী কাউঙমদ্রবা ঈশৈগী মরক্তা নাপ চীল্লোক্লবা ৱারী। মদুগী মতুং তারকপদা রেষ্টুরেন্টকী কাদুদা থম্মোয়-থম্মোয় শিন্নবা। থম্মোয় শিন্নবদই হেনজিনবা খরা পীথোক-পীশিন তৌনরকপদগী রেষ্টুরেন্ট কলচর থূপচিল্লকখি। হৌজিক চৎনরিবসি মোবাইল ফোন কলচরনি।

ঙসি মণিপুরী ফিল্ম/মণিপুরী সিনেমা হায়বা শক্তম অমা শাগৎলক্লিবা - ‘মতু-মমান খিংলক্লে’ ঙাওনরিবা মণিপুরী দিজিটেল ফিল্ম - তাখিবা মমি অদুগী ৱাংমদা অতোপ্পা শক্তম অমা শাগৎলকপা নৎখিদে। হান্না তাখিবা মমিদু হেন্না ময়েক শেংলকপনি। মপূম ফারমদবা শক্তমদু মপূম-মরৈ ফারকপনি। ইশাগী ওইবা আইদেন্টিটি অমা শাগৎলকপদি ঙমখিদে। নুপীগী ফিজেৎ-লৈতেংদা ইনাৎকী ফিজোল শেৎহল্লগা, মণিপুরী ফিল্মগী আইদেন্টিটি শাগৎলক্কদবা নত্তে হায়বসি ঐখোয় খঙমিন্নগদবনি। চহী য়াম্থে শুদ্রিবা মণিপুরী ফিল্মগী পুৱারীনি। ‘ফাষ্ট-ত্রেক’তা অমুক্তং হাইগত্তুনা য়েংলুসি।

কুমজা ১৯৭২দা মণিপুরী লোন’দা নম্বা অহানবা ফিল্ম ‘মতমগী মণিপুর’ পুথোকখ্রবা মতুংদা চৎলক্লিবা মণিপুরী সিনেমাগী খোঙচৎ-তশেংনমক শীংথানীংঙাই মশকনি। মণিপুরী সিনেমানা শকফোঙলকপদা ঙায়রিঙৈ, মায় পাকপই লম্বীদা অকনবা লম্বা তৌনখি। ‘লমজা পর্শুরাম’ না রেকোর্দ থুগায়রে তাবদা ওবজর্বর ইম্ফালদা লাকখি হায়নখি। মণিপুরী সিনেমা’দা চহী ‘নিপান’ মপূম ফাদ্রিঙৈ, ইন্টরনেসনল থাক্তা কারকখি। ‘ইমাগী নিংথেম’ না ফিল্ম মেকর শ্যাম শর্ম্মা’বু ইন্টরনেসনল এরেনা’দা চিংশিনখিবদগী শ্যাম শর্ম্মা, ‘কম্মর্সল ফিল্ম’ দগী মমায় লৈখি। অনৌবা ফিল্ম-মেকরশিংবু লম্বী লমখায় অমদা থল্লমখি - গুদ ফিল্ম হায়না খঙনবা ফিল্ম মখলদুনা লমথুংফম ওইবা লম্বী অমগা ‘ফোর্মুলা ফিল্ম’ হায়না খঙনরম্বা কম্মর্সল ফিল্মগী লম্বী অমগা। চহী অমদা ফিল্ম ৪০-৫০ পুথোক্লে হায়না ক্লেম তৌরিবা মণিপুরী সিনেমাগী য়াওলসিনা শিথখ্রবা সিনেমা হোলশিং অমুক হিংগৎহনবা ঙমদ্রিবসি করিগীনো? মরৌ লৈবা ৱাহংনি।

তোঙান তোঙানবা লম্বী অনীসিদা চৎনখ্রিবা ফিল্ম মেকর মখল অনীসিগী মায় পাকপগী পাদম মান্নদে। অমগীনা করম করম্বা ইন্টরনেসনল ফিল্ম ফেষ্টিবেল’দা য়াওননবা ইনভাইটেসন ফংলবগে হায়বই পাউদুনা মায় পাকপগী চাং লেপ্পী। অতোপ্পা লম্বী অমদুগীনা ফিল্মদুনা ‘লুপা কয়া খোমগৎপা ঙম্লবগে’ হায়বদুনা লেপ্পি। মতম অমদদি সিলভর জুবিলী/গোল্ডন জুবিলী হিট কয়া পুথোকপা ঙম্লবগে হায়বদুনা ষ্টার অমগী মমল লেপ্পম্বদু, ঙসিদি নুমিৎ কয়ানিদা লুপা ক্রোর কয়া খোমগৎপা ঙম্লবগে হায়বদুনা লেপ্পরে। সিলভর জুবিলী হিট - কনানসু হায়নখিদরে।

ঙসি ওইরিবা মণিপুরী ফিল্মগী থাক অসি করম্বা পেরামিটরদা য়েংলগা লেপকদগে? ঐতা নত্তে, অদোমসু চমম্লগনি। ‘বোট’ নৎত্রগা ‘এম এস এফ দি এস’ ওদিটোরিয়মদা রিলিজ/প্রিমিয়র শো নুমিত্তা, খঙন-চান্নবা-মরুপ-মপাং কয়াদা দোনর কার্দর কয়া য়োলহৌদুনা লুপা কয়া খোমগৎপা ঙমহৌরবগে হায়বই চাং অদুনা ফিল্ম অমগী মায় পাকপই চাং লেপ্পরকপা কুইরক্লে। সিনেমা হোলশিংদা রিগ্যুলর শো উৎলগা ফিল্মগী রিভিন্যু খোমগৎকনি হায়বা ৱাখলদুনা সেকেন্দরি কন্সর্ন ওইখরে।

অফবা ফিল্ম অমা ওইননবা, কম্মর্সিঅল নৎত্রগা নন-কম্মর্সিঅল ওইনীংবদু ওইসনু, খ্বাইদই মরু ওইবদি - অফবা স্ক্রিপ্ট অমদি অফবা স্ক্রন-প্লে অসিনি। দিরেক্টর/প্রোদ্যুসর অমগী খ্বাইদই অহানবা মরুওইবা থৌদাংদি - ফজবা ৱারী থিবা অমদি অফবা অইবা খনবসিনি। মথংদা চানবা ষ্টার-কাষ্ট (কনানা করম্বা ক্যারেক্টর শাগদগে) খনবদুনি। থবক অনীসিদা কয়া চেকশিন্না খন্দবগী মমি অমা চাউনা তাবদু লুপা তরা পীবা সী দি ওইনা পুরক্লগা ঐখোয়’ মমানা ঐখোয়’ টি ভিদা কাপ্পা ফিল্মশিংদা ওখাক য়াম্না থেংনখ্রে। সিনেমা পামজখ্রবা ঐহাক্না সিনেমা হোলদা চৎখিদবা কুমজা ফনা য়াল্লইনি, মশীংদুদি থিহৌদ্রে। ঐখোয় স্বায়গী ফিল্ম এক্টর (নুপা-নুপী) অয়াম্বা, মহাক্না লৌরিবা ক্যারেক্টরদু ওইনা উদবা, এক্টর-ইনিদভিজুঅল (মিষ্টর এক্স/ৱাই/জেৎ) অদু ওইনা অদুম উরিবসিবু ঐগী মীৎ’না শোয়বনরা/এক্টরদুনা শোনবনরা? অমদি শোয়দনা ওইরমনি। ফিল্ম প্রোদ্যুসর মরুপ খরনা লীখিবা ‘মমিং চৎলবা এক্টর অমা, মাগী শুটিং-স্পোট’তগী মাঙখ্রগা অতোপ্পা অমগী শুটিং চৎলম্ব’গী ৱারী তৌরকখিবদু নীংশিংলকই। ‘মহাক নৎত্রদি লৈত্রবরা করিগী কুমহল্লিবনো হায়রুবদা খুল্লকখি ‘অতৈ অনৌবা কুমহল্লুরে, অয়েংবনা য়েংবীরোই’। দিরেক্টর/প্রোদ্যুসরশিংনা এক্টরশিংগা কমপ্রোমাইজ তৌবই ৱাঙাঙনি। ক্বালিটি হায়বসি কমপ্রোমাইজ তৌবা য়াদবনি - খঙদবসিনি লুরিবা।

লৌশিং পুক্কে

দাইবেটিস নাবশিংদা কান্নবা পীরিবা চু অমদি শিদ-হীদাক ওইনা লৌবা য়ারবা উশিংশা

গ্রাস ফেমিলিগী মনুং চনবা চু অসি হকচাংদা কান্নরবা মচল কয়ামরুম য়াওই। মালেমগী থাক্তা থিজিন হুমজিনবদা পোলিফেনোল চাং ৱাংনা য়াওই হায়বা খঙলে। পোলিফেনোল হায়বসি এন্টিওক্সিদেন্টকী মগুন চেনবা অমসুং মতিক ময়াই কল্লবা ফাইটো ন্যুট্রিয়ন্টনি।

লেসিয়ম, পোটাসিয়ম, মেগনেসিয়ম, মেনগনিজ অমদি আইরন্নচিংবা ভিটামিন অমসুং মিনরেলশিং য়াওবা চুদা ফেটকী শরুক লৌথোক্তুনা মশল শেমগৎপদা মতেং পাংবা ঙম্বা ইসেন্সিয়ল এমাইনো এসিদ মরাং কায়না য়াওই। খরদং পল্লবদা পিপেকোলিক এসিদ, মেথিওনাইন, ট্রিপটোফেন, বেটা-এলানাইন, অর্জিনাইন, হিষ্টিদাইন অমদি লাইসিন অসিনচিংবনি।

চুগী মহী অসি অলকলাইননি। লায়না অয়াম্বা অলকলাইন ওইবা ইনভাইরনমেন্টতা চঙবা ঙমদবা মরম্না করিগুম্বা চাং নাইনা চু মহী থকপা তারবদি হকচাংদা অনা অয়েক অয়াম্বা চঙবা ঙমদে। পুম্নমক অসিগী মথক্তা কোলেষ্টরোল-এল দি এল অমদি ট্রাইগ্লাইসরাইদ অনীমক হন্থহনবা ঙম্বা মচল অমসু চুদা য়াওই।

কালেনগী থাগী মতমদা হীটষ্ট্রোক অমদি দিহাইদ্রেশন্নচিংবা লায়না কয়া মায়োক্নগল্লি। অদুবু নুমিৎ খুদিংগী চু মহী গ্লাস অমমম থক্লবদি খুদোংথিবা অসিদগী ইরায় লায়না ঙাকথোকপা ঙমগনি।

চাং নাইনা চু মহী থকপগী অতৈ অতোপ্পা কান্নবা খরসু খঙমিন্নসিং:-

- খুদক্তা হকচাং তেকখৎহনবা ঙম্বা চু মহীদা গ্লুকোজ য়াওবা তারবসু গ্লাইসেমিক ইন্দেক্স নেম্বা মরম্না কনাগুম্বা দাইবেটিসনা নারবা মীওইশিংনা থকপদা অকায়বা অমত্তা লৈতে।
- “জর্নেল ওফ ফাইটোকেমিষ্টি” দা ফোঙলকপা রিপোর্ট অমগী মতুং ইন্না চু মহীদা য়াওবা ফ্লেবোননা কেন্সর ঙাকথোকপা ঙম্মী।
- চু মহীদা য়াওবা প্রোটিননা কিদনিগী মথৌ ফজনা তৌহন্দুনা ঈশিং য়াফম হৌহন্দে।
- বিলিরুবিনগী খল কায়হন্দবা মরম্না লিভর ফহল্লি।
- চাবা তুমহনবা অমদি উনশা ফজহনবদা মতেং পাংবগা লোয়ননা নিংশা শ্বর নমথিবসু ফহল্লি।

অমরোমদা, উশিংশা হায়বসি Lauraceae family গী মনুং চনবা অমসুং সাইন্টিফিক ওইবা মমিংনা Cinnamomum Zeylanicun কৌবা উ পাম্বী অমগী মকুগী মনুং থংবা শরুক কংহল্লগা শেম্বনি। খা-নোংপোক এসিয়াদা ইহান হান্না থেংনরকখিবা উশিংশা পাম্বী অসি জাভা, সুমাট্রা, মোরিসিয়স, গুয়ানা, বোর্নিও, সাওথ অমেরিকা অমদি ৱেষ্ট ইন্দিজনচিংবা লৈবাকশিংদা মরাং কায়না হৌই।

এঞ্জাং মহাউ হেনগৎহন্নবগীদমক থোং থাকপদা মরু-মরাং ওইনসু শীজিন্নরিবা উশিংশাদা এন্টিমাইক্রোবাইয়ল, এন্টি-ক্লোটিং, এন্টি-ইনফ্লেমেটরি, এন্টি-স্পাসমোদিক, দাইয়ুরেটিক অমদি এফ্রোদিসিয়ক্কী মগুণ চেল্লি। এন্টিওক্সিদেন্ট মরাং কায়না য়াওবা উ মকু অকংবা অসিদা মেনগানিজ, আইরন অমদি কেলসিয়মনচিংবা মিনরেল কয়াসু য়াওই। উশিংশাদা য়াওবা পোলিফেনোলশিংনা ইন্সুলিন সেন্সিটিভিটি হেনগৎহল্লি। মসিগীসু মথক্তা এল দি এল কোলেষ্টরোল হন্থহনবা মরম্না থম্মোয়গী লায়না ঙাকথোকই। পোলিফেনোলনা হকচাংগী অহেনবা ফেট অমদি ঈদা য়াওবা অমোৎপশিংসু লৌথোকই।

অতৈ অতোপ্পা কান্নবশিংদি খনাউ নাবা, লোক থুংবা, লোক খুবা, ইনফ্লুয়েঞ্জা, খোন শিবা, চাবা তুমদবা, ওনিংবা, ওবা, খোঙ হামথবা অমদি পুক নুংশিৎ কাবা ফহনবনি। এন্টিফঙ্গেল, এন্টিভাইরেল অমদি এন্টিবেক্টিরিয়ল ওইবা মগুণ চেল্লিবা উশিংশানা নিংশা স্বর নমথিবা ফহনবগা লোয়ননা য়ারী-য়াখোঙ চেৎশিনহল্লি। উশিংশা মচেৎ অমখক শায়বতদা য়া চীকপা-নাবা ফহল্লি অমসুং য়ারী-য়াখোঙদা ঈ থোকপা ফহল্লি।

ইনফ্লেমেসন অমসুং তাং-তাং চিকপা নাবা ফহন্নবগীদমক্তদি নুমিৎ খূদিংগী অয়ুক্তা চাকখাউ হাঙলিঙৈদা খোইহী চামচ অনীগা কূপ্পা তকখায়রবা উশিংশা মকূপ চামচ অমগা য়ান্নরগা থক্কদবনি। মরক-মরক্তা ঈশিং অশাবদা থীৎলগা থক্লবসু ফৈ। মতৌ অসুম্না য়ামদ্রবদা চয়োল অনীদং থকপা মতমদা অলঝিমর’স দিজিজ, পার্কিন্সন’স দিজিজ অমদি মেনিঞ্জাইটিসনচিংবা ন্যুরোলোজিকেল দিসওর্দরশিং কন্ট্রোল তৌই। মসিনা নীংশিংবগী পাঙ্গল হেনগৎহনবগা লোয়ননা নর্ভশিংসু কলহল্লি।

ইচম চম্না নুমিৎ খূদিংগী উশিংশা মচেৎ অমখক ঈশিংদা ফুৎলগা থকপা মতমদা নুপীশিংনা থাগী খোঙকাপ লাকপা মতমদা হেক-হেক মায়োক্নবা পুক য়েকপা ফহল্লি। ঈশিং চামচ অমদা উশিংশা মকূপ চামচ অমা হাপচিল্লগা লাইবক অমদি চূবাদা তৈবা মতমদা কোক চিকপা ফহল্লি।

নুমিৎ খূদিংগী অয়ুক হৌগৎলকপগা ঈশিং অশাবা কপ অমদা খোইহী চামচ অমগা উশিংশা মকূপ চামচ তংখায় অমা থীৎলগা থকপা তারবদি হকচাংগী অরুম্বা হন্থহনবগা লোয়ননা দাইবেটিস কন্ট্রোল তৌই।

অদুম ওইনমক মীরোনবী নুপী অমসুং কনাগুম্বা ওপরেসন তৌগদৌরবা মীওইশিংনদি শীজিন্নরোইদবনি। থম্মোয়গী লায়না অমদি দাইবেটিসকী হীদাক মখল খরদা উশিংশানা অকায়বা পীবসু য়াওই।

দিভাইন এদ্যুকেস্নেল ইন্সটিট্যুটকী তরেৎশুবা ফাউন্দেসন দেগী থৌরম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ওক্তোবর ১৭ (ঐচএন এস):

দিভাইন এদ্যুকেস্নেল ইন্সটিট্যুট, লুৱাংশংবমগী তরেৎশুবা ফাউন্দেসন দেগী থৌরম ঙসি লুৱাংশংবমদা লৈবা ইন্সটিট্যুট অসিগী কেম্পতা পাঙথোকখ্রে।

থৌরম অদুদা বোর্দ ওফ সেকেন্দরি এদ্যুকেসন মণিপুর (বোসেম) গী সেক্রেটরি অখাম জয়কুমারনা চীফ গেষ্ট, আইনোন ভিলেজ, লুৱাংশংবমদগী হান্নগী মিনিষ্টর আর কে থেখোনা প্রসিদেন্ট অমদি বোসেমগী কন্ট্রোল্লর ওফ ইগজামিনেসন এল ফুলচান্দনা গেষ্ট ওফ ওনরশিং ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরম অদুদা চীফ গেষ্ট ওইনা শরুক য়াখিবা অখাম জয়কুমারনা ফোঙদোকখিবদা, মহৈরোয়শিংনা মহৈ তল্লিবসি মপুং ফাবা ৱাখল্লোন অমা শাগৎনবগী পান্দমদা তল্লিবনি। মীপুম খুদিংমক পোকপা মতমদা মশাগী গুন অমমম লোয়নরিবনি। মী মীদুগী হৈনজবী অমদি তৌবা ঙম্বা হায়বদুনা মহৈ চানবা হোৎনবীগদবনি। মসিদা ওজা অমদি মমা-মপা ওইবশিংগী চাউরবা থৌদাং লৈ।

মহাক্না মখা তানা ফোঙদোকখিবদা, ঐখোয়না থবক অমা তৌবা মতমদা থৱাই য়াওনা হোৎনবা তারগদি শোয়দনা মায় পাক্কনি হায়বা ৱাখল্লোন অসিদা স্কুল অসি লীংখৎপনি খল্লি। স্কুল অসিদা লাইরিক তম্বখক নত্তনা লাইশুসু খঙবা তঙায়ফদে। লাইরিক হৈরগসু লাইশু খঙদবা মী অমত্তা মায় পাক্লোই। অদুনা লাইরিক হৈবগা লোয়ননা লাইশুসু খঙদুনা মায় পাক্লবা হোৎনগদবনি হায়না মখা তাখি।

থৌরম অদুগা মরী লৈননা চহী অসিগী ঐচ এস এল সী ইগজামিনেসনদা স্কুল অসিদগী মার্ক ৱাঙনা ফঙদুনা মায় পাকখ্রবা মহৈরোয়শিং অমসুং স্কুল অসিদগী হৌখিবা অফবা মহৈরোয়শিংদা স্কুলগী মায়কৈদগী অচম্বা খুদোল পীদুনা পুক্নিং থৌগৎখি। লোয়ননা থৌরম অদুগী শরুক অমা ওইনা স্কুল অসিগী মহৈরোয়শিংগী ইন্টরটেনমেন্ট প্রোগ্রামসু পাঙথোকখি।

পাওদৈজাংদা জেদ য়ু এফকা এন এস সী এন (আই-এম) গা অকনবা মওংদা নোংমৈ কাপ্পখ্রে

ইম্ফাল, ওক্তোবর ১৭ (ঐচএন এস):

নোনে দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা নুংবা পুলিস ষ্টেসনদগী নোংপোকলোমদা কিলোমিটর ১৫ রোম চৎলগা লৈবা পাওদৈজাংদা জেলিয়াংরোং য়ুনাইটেদ ফ্রন্ট (জেদ য়ু এফ) অমদি এন এস সী এন (আই-এম) অনীগী কাদরশিং থেংনদুনা অকনবা মওংদা নোংমৈ কাপ্পখ্রে।

থৌদোক অসি ঙসি নুংথিল পুং ২.৪০ রোম তাবা মতমদা থোকখিবনি। প্রেসনা ফংবা পাউগী মতুংইন্না, পাওদৈজাংদা জেদ য়ু এফকী কাঙবু অমা মফম অদুদা পোথাদুনা লৈরিঙৈদা এন এস সী এন (আই-এম) গী কাঙবু অমসু চঙশিল্লকপদগী নাকল অনীগী মরক্তা অকনবা মওংদা নোংমৈ কাপ্পখি। নাকল অনীনা মীনিট ৩০ রোম নোংমৈ কাপ্পবা অদুদা পাওদৈজাং খুনগী খুঞ্জাশিং মীশি মীনাদি অমত্তা য়াওখিদে হায়রি। অদুবু লালহৌলুপ অনী অদুগী মনুংদা অশোক অপন য়াওখিব্রা হায়বদুদি হৌজিকমক্কী ওইনা চপ চানা পাউ ফঙবা ঙমদ্রি।

নুংবা এরিয়াগী সিভিল ওর্গনাইজেসনগী লীদর খরনা ফোঙদোরকপদা, হান্নদগী হৌনা মী তাবা খুনদা নোংমৈ কাপ্পবীদনবা খুঞ্জাশিংনা মরী লৈনবশিংদা কয়ারক হন্না আপিল তৌদুনা লাকপনি। ঙসি পাওদৈজাং খুনদা জেদ য়ু এফ অমদি এন এস সী এন (আই-এম) অনীগী মরক্তা নোংমৈ কাপ্পবা অদুদা লায়বক ফবদগী খুঞ্জাশিং অশোক অপনদি য়াওখিদে। মতুংদসু মী তাবা খুনগী এরিয়াদা খুৎলায় পায়বশিংনা নোংমৈ কাপ্পবীগনু। খুৎলায় পায়বা চীংগী মচিন-মনাওশিংগী মরক্তা নোংমৈ কাপ্পবগী থবক অসি মখা তানা তৌবীগনু হায়রি। মদুগী মহুত্তা লমদম অসিগী ওইনা চাউখৎ থৌরাংগী থবক্তা ওইনা মায় ওনশিনবীনবা আপিল তৌরক্লি। লোয়ননা লমদম অসিদা ঈং তপ্পা লৈমিন্নসি হায়রি।

থৌদোক থোকফম অদুদা হৌজিক নুংবা পুলিস ষ্টেসনগী কাঙবু মতম থেংজিল্লকপনা চঙশিনবা ঙমদনা লৈরি। মখোয় হয়েং অয়ুক ওইনা পাওদৈজাং খুনদা চঙশিল্লগনি হায়রি। পাওদৈজাং খুন অসি রেংপাং খুনদগী কিলোমিটর মরি মঙারোম চৎলগা লৈবনি। হৌখিবা নুমিৎ খরনিগী মমাংদসু নোনে পুলিস ষ্টেসনগী মনুং চনবা এরিয়াদসু জেদ য়ু এফ অমদি এন এস সী এন (আই-এমৱ অনীগী মরক্তা খুৎ থোক্লুবদা মীশি মীনা য়াওবা য়াওখ্রে হায়না পাউ অসিনা মখা তারি।

বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্টকী কৈনৌদা স্পেসল গ্রাম সভা পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ওক্তোবর ১৭ (ঐচএন এস):

কৈনৌ গ্রাম পঞ্চায়ট, নম্বোল সী দি ব্লোক্তা শীন্দুনা *ঐখোয়গী খুঙ্গং ঐখোয়না শেমজরসি* হায়বা হিরমদা গ্রাম পঞ্চায়ট অসিগী অনীশুবা স্পেসল গ্রাম সভা কৈনৌ থোংখাদা লৈবা লোয়ালাকপা লাইবুংদা পাঙথোকখ্রে।

ওইনাম এসেম্ব্লী কন্সটিট্যুয়েন্সিগী এম এল এ অমদি মণিপুর পোল্লুসন কন্ট্রোল বোর্দকী চেয়রমেন লাইশ্রম রাধাকিশ্বর, দিষ্ট্রিক্ট টি বি ওফিসর বিষ্ণুপুর ডা. এস ব্রোজেন, গ্রাম পঞ্চায়ট অসিগী প্রধান এনজি সোভানা, আই সী দি এসকী সুপরভাইজর টিঐচ প্রেমিলা, এস দি এ ও বিষ্ণুপুরগী ইউ সোমোরেন্দ্রো অমদি দিষ্ট্রিক্ট হোর্টিকলচর ওফিসকী এ ও, ও কুমারনা প্রসিদিয়ম মেম্বরশিং ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরমগা মরী লৈননা এনজি সোভানা ফোঙদোকখিবদা, ঐখোয় ইশাগী খুঙ্গংগী মথৌ তাবা পোৎলমশিং ঐখোয়না খঙজৈ। মরম অদুনা মীনা ঐখোয়গী খুঙ্গং শেম্বীবা ঙাইবগী মহুত্তা ঐখোয় ইশানা তান্নরগা অৱাৎ অপাশিং শেমগৎনবগী পান্দমদা গ্রাম সভা অসি পাঙথোকপনি। ঙসিগী গ্রাম সভা অদুদা লেবর বজেট, এম জি এন আর ঈ জি এস ২০১৯/২০ গী মতাংদা কুপ্পা খন্নবগা লোয়ননা লাক্কদৌরিবা চহীশিংদা পায়খৎকদবা থবকশিংগী মরমদা কুপ্পা খন্ন নৈনখি অমদি থবকশিং অদু পায়খৎনবা ৱারেপ্পচিংবসু লৌখি।

থৌরমগী শরুক অমা ওইনা বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্টকী গ্রাম পঞ্চায়টশিংগী ওইনা স্বাছ হি সেবা, ক্লিনলিনেস কম্পিটিসন তান্নবদা গ্রাম পঞ্চায়ট অসিনা অহুমশুবা মনা ফঙখি। মদুগী নুংঙাইবা ফোঙদোক্তুনা পঞ্চায়ট অসিগী খ্বায়দগী লু-নান্না শীৎ শেংখিবা ৱার্দ নম্বর থ্রিনা ওইরে হায়না লাউথোকখি। লোয়ননা ৱার্দ নম্বর থ্রিগী মেম্বরদা লুপা ৩০,০০০ অমদি ৱার্দ নম্বর ১, ৬, ৯ অমদি ১০ দনা কন্সোলেসন প্রাইজ ওইনা লুপা লীশিং তরা/তরা মনা ওইনা পীখি।

ফিসরিজগী এদিস্নেল দিরেক্তর ঐচ বিরমনি সস্পেন্দ তৌখ্রে

ইম্ফাল, ওক্তোবর ১৭ (ঐচ এন এস): ভিজিলেন্স এন্দ এন্টি করপসন পুলিস ষ্টেসনগী টিম অমনা থা অসিগী ১২ গী নুংথিল পুং ৪ রোম তাবা মতমদা নাওরেমথোং লাইশ্রম লৈরক্তগী ফাখিবা মণিপুর ফিসরিজ দিপার্টমেন্টকী এদিস্নেল দিরেক্তর ঐচ বিরমনি সস্পেন্দ তৌখ্রে।

মণিপুর লৈঙাক্কী দেপ্যুটি সেক্রেটরি রমলৈ সিংলাইনা থা অসিগী ১৫ দা ঐচ বিরমনিবু সস্পেন্দ তৌবগী ওর্দর অদু থোকখিবনি। ওল ইন্দিয়া সর্ভিসেস (দিসপ্লিন এন্দ আপিল) রুল ১৯৬৯ দগী সব রুল ১০(২)(এ) গী মখাদা ওর্দর অদু থোকখিবনি। পনবা য়াই, মহাক ফাবা মতমদা নোংমৈ অনী, মরু ৮৫ অমদি শেল ওইনা লুপা ৩,০৬,৬৬০, সনা সন ৪৮ সু য়াওনা ফাগৎপা লৈখ্রে।

রিমসকী এ ব্লোক মনাক্তা শাশিন্নবা বোম অমা লৈরম্লে

ইম্ফাল, ওক্তোবর ১৭ (ঐচএন এস):

রিজনেল ইন্সটিট্যুট ওফ মেদিকেল সাইন্সেস (রিমস) হোস্পিটালগী এদমিনিষ্ট্রেটিব ব্লোককী লম্বী চংফমগী উপাম্বী অমদা শকখঙদবশিংনা শাশিন্নবা বোম অমা থল্লম্লে।

থৌদোক অসি ঙসি অয়ুক পুং ১০.৩০ রোম তাবা মতমদা থোকখিবনি। রিমসকী এ ব্লোক চংফমগী লম্বীগী নাকলদা হৌবা উপাম্বী অমদা পাউচেনা য়োল্লগা বোম মানবা ময়োম অমা য়াল্লগা লৈবা অদু অচৎ অওকশিংনা থেংনরকপদগী বোম ওইরম্বা য়াই হায়না ঙাংনরকপদগী রিমসকী পুলিস পেকেটকী কাঙবু অমনা মফম অদু মী চঙহন্দনা থমখি।

মতুংদা লম্ফেল পুলিসকী টিম অমা লাক্লগা বোমনি হায়না থাজনরিবা পোৎশক অদু লৌথোক্লগা য়েংখি। অদুবু অশেংবা বোম ওইরমদ্রে। পোৎশক অদু য়ুরিন টেষ্ট তৌবগী কৌটাগুম্বা পোৎশক অমদা চেনা য়োমশিল্লগা থনম্বনি হায়রি।

রিমস হোস্পিটালগী মচিন চৎপা দোক্তর অমনা ফোঙদোরকপদা, অসিগুম্বা অনা লায়েংশঙ অসিদা মীওই নুপী অঙাং য়াওনা অশোন অনা কয়া লায়েংবা লাক্লরিবনি। অসিগুম্বা তাল্লক অসিদা মীয়াম্বু মীপায় থাবায়বা পোকহনবা য়াবা অসিগুম্বা মথোং হুক্তবা থৌওং অসি মতুংদা অমুক হন্না তৌবীগনু। মসিনা ঈং তপ্পা লায়েংলিবা লায়েংশঙ অসিদা চাউনা অপনবা পীরে। মরী লৈনবশিংনসু হিরম অসিগী মতাংদা অকনবা মীৎয়েং চঙবীয়ু হায়না মহাক্না মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

অনাবা য়েংবা লাকপা মীওই অমনা ফোঙদোরকপদা, ঙসি অয়ুক হোস্পিটালদা অসিদা মহাক্কী মপাবুং বি পি ৱাংবদগী লায়েংবা লাকখিবনি। অদুবু মীয়াম্না বোম লৈরে হায়দুনা কোয়চেন চেন্নবদগী মহাক্কী মপাবুংনা পাউ অসি তাখিবদগী মহাক্কী অনাবদা অসুক্কী মতিক খুদোংচাদবা থোকহনখি। অসিগুম্বা অনা লায়েংশঙ অসিদা তৌহৈদবা অসিগুম্বা থবক থৌওং কয়া অসি মরী লৈনবশিংনা মতুংদা অমুক হন্না তৌবীদনবা মহাক্না আপিল তৌরক্লি।

তোঙান তোঙানবা মফম অনীদা য়ুম অমা দুকান অমা মৈ চাকখ্রে

ইম্ফাল, ওক্তোবর ১৭ (ঐচএন এস):

ইম্ফাল পুলিস ষ্টেসনগী মনুং চনবা কৈশামথোং লোংজম লৈরক্তা লৈবা লোংজম সুসিলো কৌবা নুপা অমগী য়ুম ঙসি নুমিদাং খঙহৌদনা মৈনা চাকখ্রে অদুগা পোরোমপাৎ পুলিস ষ্টেসন্না কোনবা ক্ষেত্রিগাওদনা দুকান অমা মৈ চাকখ্রে হায়রি।

ঙসি নুমিদাংৱাইরম পুং ৬ রোম তারকপা মতমদা কৈশামথোং লোংজম লৈরক্তা লৈবা লোংজম সুসিলোগী য়ুম খঙহৌদনা মৈ চাক্লকপদগী ইম্ফালগী ফায়র সর্ভিস চঙশিন্দুনা মৈ কন্নবা হোৎনখি। য়ুম অদুগী অয়াম্বা শরুক মৈনা চাকখ্রে অদুবু য়ুম অদুগা থংনবশিংদি ফায়র সর্ভিসকী কাঙবুনা মতম চানা মৈ লানশিল্লক্কদবদগী কলহৌবা ঙল্লে হায়রি। মৈ অদু ইলেক্ট্রিক সোর্ট সর্কিটতগী হৌরকপ্রা নৎত্রগা বোম্বুলা থাবদগী হৌরকপ্রা হায়বা চপ চানা খঙবা ঙমদ্রি।

অমরোমদা, ঙসি নুংথিল পুং ২.৪০ রোম তাবা মতমদা পোরোমপাৎ পুলিস ষ্টেসনগী মনুং চনবা ক্ষেত্রিগাওদা লৈবা দুকান অমা খঙহৌদনা মৈ চাক্লকপদগী অকোয়বদা লৈবা মীয়াম্না মৈ কনবা ঙমহৌরে হায়রি। ফায়র সর্ভিসকী কাঙবুসু পাউ অদু তাবদগী মফম অদুদা থুনা লাকখি। অদুবু মীয়াম্না অয়াম্বা শরুক কল্লম্লে হায়রি।

মরকসিদা ঙসি নুংথিল পুং ২.৪৩ রোম তাবা মতমদা ইমা কৈথেল মনাক্তা পৈবা অমোৎ অকায়শিং খঙহৌদনা মৈ চাল্লকপদা থংনবা দুকানশিং মৈ চাল্লকপা য়াই হায়না পাখৎনবদগী ফায়র সর্ভিসকী কাঙবু লাক্লগা মৈ অদু মুখৎখ্রে হায়রি। মৈ অদু কনানা থারম্বনো হায়বা চপ চানা খঙবা ঙমদ্রি। অমরোমদা, মণিপুর ফায়র ব্রিগেদকী মচিন চৎপা ওফিসর অমনা পাউচে অসিদা ফোঙদোরকপদা, মীয়াম্না য়ারিবমখৈ হৌজিক নিংথমথা চঙশিল্লকপা অসিদা মৈহৌ লাংপোক্তগী য়াম্না চেকশিনবা মতম য়ৌরে। য়ুমদা কেন্দল থানবা অমদি মৈ হৌরগা মপুং ফানা মুখৎলমদবনা মৈহৌ লাংপোক থোক্লুবগী অচৌবা মরম অমসু ওইরি। মৈহৌ লাংপোক হেক থোক্লকপগা মনাক নকপদা লৈবা ফায়র সর্ভিসতা খুদক্তা পাউ পীবীয়ু হায়রি।

SPECIAL OFFER
TILL 31ST OCT. '18
25%
25% OFF FOR STUDENTS
20% OFF FAMILY OFFER (3 OR MORE)
20% OFF FOR SENIOR CITIZENS (60+YRS)
15% OFF FOR COUPLE & PAIR
10% OFF FOR GYM NEW ENROLMENT
LIMITED TIME OFFER
«RADIANT FITNESS»
PALACE GATE, KONUNG MAMANG

HL-B/4876/22/9-21/10