

মণিপুরদা Therapeutic Community 'দ্রুগ এদিক্টিশিংগী অখন্নবা লায়েংফম' লৈবা মথৌ তারে

ডা. সোরাম মনিকান্তা - প্রসিডেন্ট, ইন্ডিয়ান সাইকিয়াট্রিক সোসাইটি, মণিপুর স্টেট ব্রাঞ্চ, dr.smanikanta@gmail.com

মণিপুরদা হিরোইন অমসুং এচ আই ভি/এইডসকী সমস্যা থেংনরক্টিবা অসি চহী ৩০গী মথক ওইরক্লে। এচ আই ভি/এইডস Prevalence খরা হুহুৱবসু দ্রুগ শীজিমবগী প্রোগ্রাম অসিদি হুহুৱা উদ্রি। মণিপুরদা নোংমা কাংদনা ময়াই কাবা পোৎশক পুথোক পুশিন তৌবা লোপা লৈতে। মপাদনী (মায়াত্রা) দ্রুগ পুশিনকপদা নতনা ইরমদম অসিদ্রুগ দ্রুগ মক ওইনা হিরোইন অমসুং ব্রাউন সুগর শুংফম কয়া থুংগাখিবা অমসুং মীওই কয়া ফাগৎখিবগী যৌদোক কয়া লৈয়ে।

Harm reduction নংত্রা হাৰ্ম মিনিমাইজেশ্বন হায়বসি দ্রুগ শীজিমবগী হেইবী পুমতোক তেজ্জবা হোংনবদা মরক্টি ওইবা লায়েং পথাপ অমনি। মণিপুর মক ওইবা ৰাখলোনাৰি Physical, Psychological, Social harm ক্যাৰ্গী ঙকথোৱা হোংনবনি। মণিপুর মক ওইবা খৌৱম খরা পনবা তারবদি :- ১) আইয়া যাদবা দ্রুগ শীজিমবগী মত্ৰতা আইয়া যাদবা দ্রুগতা মত্ৰ শিববা হোংনবা।

- ৪) লৌনগনবা লায়না খুদম ওইনা HIV, Hepatitis B, C, STD খঙদেৱকা স্টেট তৌবগী খুদোংচাবা ফ্ৰহনবা। ৫) কাউন্সেলিং অমসুং ফেমিলি থেৰাপি শিববিবা। ৬) ওভরডোজ থোকপা মত্ৰতা লায়েংনবা হীদাক ৰাংতনবা হোংনবিবা। ৭) Relapse Prevention গী থৌৱাং পায়খংপা। ৮) OST (Oral Substitution Therapy) হায়বদি দ্রুগ কাপ্লগী মত্ৰতা চাবা যাবা দ্রুগ (পোৎশক) অমদা শীজিমবগী হোংনবা।

৯) সোসল প্রোগ্রাম খুদম ওইনা হুৱান-চিষ্টি, পোৎ লাকপা, লুট তৌবা অমসুং খংন-সৈবা ক্যাৰ্গী ঙকথোৱা হোংনবা লায়েং মখল অমনি। অসুয়া তৌবা অসিনা দ্রুগ এদিক্টিশিং লোপা উবা অমসুং ইহুহুৱকপীবদনী ঙকথোকপদা নতনা মীয়ামগী অফা মৰী অমা থমদনা মেনোষ্ট্ৰিমা পুৱক্টিগী লগ্নী অমা য়াংপা হৌৱবনি হায়না লৌবা হায়। মণিপুর এইডস কল্লেজ সোসাইটি (এম এ সী এস) কী মখাদা Targeted Intervention (TI) Project পায়খংচুনা মখল মখা ক্যাৰ্গী harm reduction গী থৌৱাং পাঙখোৱি। OST outlet centre কয়া হাংদোক্কা দ্রুগ এদিক্টি ক্যাৰ্গী মেনোষ্ট্ৰিমা পুৱক্টি হোংনবি।

লৈজিক্টি সোসল ৰেলফেৰ দিপাৰ্টমেণ্টকী মখাদা দ্রুগ ৰিহেবিলিটেশ্বন সেন্টৰ কয়া লমাই লুপশিংনা চলিহি। থৌৱম অসিগী মক ওইবা পাদমদি দ্রুগ related behaviour, দ্রুগ চাবগা লোয়নবিবা লমচ-শাজংশিং চুথোৱে হোংনবনি। মীওইক্টিগী হেইব্রবা লমচ-শাজংশিং অমা চুথোৱে হোংনবা হায়বসি অৱাযা থবকিন্তে। মসি মত্ৰ য়ায়া চুৰা থৌও অমনি।

উমদ্রবদি মথংগী লেভেলদা প্রমোসন পীবা যাদে। লেভেল অমদনী মথংগী লেভেল কাবা উমদ্রবদি মখল মখা ক্যাৰ্গী পাইথৈ শীজিমদনা তাকপী-তহুগনি অমসুং ৰাখল তহনগনি। ৰিহেবিলিটেশ্বন সেন্টৰদা লৈৱিঙেডা চেকশিয়া তাকপী তহুগীত্ৰবদি মসিদনী থোকখিবা ইকুই কুইনা relapse তাগলি। অসিগুৱা পাদমবা যৌদোকেশিং থোক্তনবা অমসুং মপুং ফাৰা ৰিকোভরি এদিক্টি অমা ওইবা উল্লেখ Therapeutic Community (TC) model শীজিমদনা লায়েং চখা হায়।

Therapeutic Community (TC) হায়বসি কিনিও? মসি দ্রুগ এদিক্টিশিং লায়েংবদা মপুং ফাৰা, অক্ৰবা প্রোগ্রাম কয়া গাওবা, ময়াম পুয়া লৈমিদনা লোপা লৈচনা অকনবা গওদা বিহেবির চুথোৱে হোংনবা লায়েংফম অমনি। মসি ময়াম পুয়া থবক তৌমিৱা, পুয়া লৈমিদনা হিংমিৱবগী ৰাখলোনা লৈবা হোংনবা মফম অমনি। দ্রুগ এদিক্টিশিং অমসুং লায়েং পীগৌৱাৰী মীওইশিং পুয়া লৈমিদনা মথোৱগী লমচ-শাজংশিং চুথোৱে হোংনবনি। দ্রুগ শীজিমবগা লোয়নবিবা negative ওইবা সোসল, Psychological, emotional behaviour শিং অদু খঙদোক্কা চুথোৱে হোংনবনী লায়েং পথাপ অমনি।

Step-1 : We admitted we were powerless over our addiction that our lives had become unmanageable. Step-2 : We came to believe that a power greater than ourselves could restore us to Sanity. Step-3 : We made a decision to form our will and our lives over to the care of God as we understood him.

অৰোইবা কায়নবগী উন্নবা ফংখিদ্ৰবা ৰূপ ৰাগগী ৰাহেংবম সমসন

ইৰেংবম ক্ৰমচন্দ্র

খাজৰুনা তামো ৰাহেংবম সমসন লৈখিছে হায়বগী পাট ফ্ৰখি। য়ায়া নুংগুইখিদি, ইখঙ খঙইদিমা মানা চ্ৰখিবা। অমুক্কা অমা লৈখিবা হায়বসি মত্ৰ ঈশেগী ওইনিদি অৰাং পা অমা ওইনি। মইশো মইশোদগী চ্ৰনৰুৱা কমাগুৱা অমগী অৰোইবা মথৌ মঙম পাওথোৱামদাই পুংজাদা চেংজেল খুজোক অমত্ত হাপাচা, লৈৱাং খুজোক অমত্ত মগী হকচাংদা চাইদনা কংচা, অৰোইবা কায়নবগী উন্নবা অদু ফ্ৰখিদি অদু মগী থায় মিৱেলদি ঈংনা চিৱ পাখোৰা ওইবসন।

খঙবা মুজিকিয়ান অমনি। অদুসু তামো সমসন এথোয় ৰূপ ৰাগগী মুজিক এৱেঞ্জৰ ওইবিবনি। ৰূপ ৰাগগী আষ্টি অমা ওইনা এথোয়গী শৈশকপাশিংগী ঈশৈ অমসুং মদুগী মুজিকশিং ফ্ৰহবনি হায়বদি ইচলিনা হায়জবিদি অদুদি মীয়ামা লেগ্নি। ৰূপ ৰাগগী মত্ৰমদুগী ঈশৈশিংগী মুজিকশিংগী অৱেগা সোচি তামোগী লিৱৰশিকা ৰোৱয়না শেমখিবা ঙক্টি। শৈক্ষম খুদি শেমখিবা সোচিখিং ৰেকোৰ্ডকম ময়ামদসু তহনবিবনি, মসি ৰূপ ৰাগগী মচংনি।

শৈৱংসিগী সুৱ কয়া থিৱি। শোমদনা তামো সমসনা এওন্দা - কৃষ্ণ নঙগী ত্ৰিপল কোঙ্গোদা নুপীনা ইয়াং ফি শাবগী মৱেল ইয়েকট হায়ৰকখি। তামোসু মখুংত একোষ্টিক গিটাৰ পায়ৰিৱনি। উইহাত্ৰং অদুদি এসু ইঙাও হেক ঙাওই। উইহাত্ৰং খুৱৰগা এওন্দা দা ফাগৰকই, এনা অঙা ওইৰিঙই ইমানা মুখিদি ফি শাবগী ফিষাখেল ... কোঙ্গো য়েদুনা ত্ৰাইয়েল তৌখি।



শৈৱংসিগী সুৱ কয়া থিৱি। শোমদনা তামো সমসনা এওন্দা - কৃষ্ণ নঙগী ত্ৰিপল কোঙ্গোদা নুপীনা ইয়াং ফি শাবগী মৱেল ইয়েকট হায়ৰকখি।

TECHVIO PERSONAL AND BUSINESS LOAN All Loans are from Banks & RBI Certified NBFC

MARKSHEET LOST I have lost my original Marksheet of Class-X of 2017 bearing Roll No. 3166756 issued by Central Board Secondary Education (CBSE)

Government of Manipur Directorate of Agriculture : Manipur NOTICE Dated 18th December, 2020.

UMA AYURVEDIC CLINIC (DR. VAID R N GUPTA) উনশাগী লায়না, অস্ত্রীবা পৰুপা, নুংশং, প্যাটিক্টি, মিনুগী অনাবশিং, নাকোংগী প্রোগ্রাম, শমগী প্রোগ্রাম, তাং-তাং চিকিৎসা অমসুং ষাং নাবা

টাংগুংপা ফোন্ডোকচৰি খুৱাই কেন্দ্রী এম এল এবু খুৱাই কোংগাল লাইশ্রম লৈকাই মখা ৰাৱ নম্বৰ ৩২ / ১গী হৈজ্জম লৈৱকপু মঙফা ওনৰঙম এম এল এনা কোইলাশ থানবগী পাকা লৌবীৱদগীমক হায়নিঙাই লৈতনা থাগংচৰি।

EBUNGBU THAGATCHARI Eigi echanupigi mashada nung leibadagi eikhoigi leikai Sagolband Khamnam Leirak I.T.I. manak Imphal

মোবাইল ফোন অমা তাহৌৱে গুৱাং নুংখি পুং ৩.৩০ দলী ৪ ফাওবগী মনুনা মাইৰাংখাম লোৱাওবুং সিকা বিক্টিংদগী সেগা ৱোদ ত্ৰাংজ্জম লৈকাইগী লম্ভীনা মোবাইল ফোন Samsung Galaxy A71 Prism Crush Black, ROM 8 GB, ROM 128 GB

উনশাগী লায়না, অস্ত্রীবা পৰুপা, নুংশং, প্যাটিক্টি, মিনুগী অনাবশিং, নাকোংগী প্রোগ্রাম, শমগী প্রোগ্রাম, তাং-তাং চিকিৎসা অমসুং ষাং নাবা অসিনাখিবা অনাবশিং (অস্ত্রীবা পৰুপা) হৌজিক অস্ত্রীবা পৰুপীমক ৰোইদেৱকা ৰানিঙাই লৈয়ে। অস্ত্রীবা পৰুপীমক অফা মখলগী হীদাকশিং শীজিমদনা চাৰুনা ময় পুৱা লায়েংজি।

ADMISSIONS OPEN FOR THE ACADEMIC YEAR 2020-21 HURRY UP BOOK YOUR SEAT NOW!!! STUDY IN BANGALORE BEST COLLEGES FOR MANIPURI STUDENTS

ADMISSIONS OPEN FOR THE ACADEMIC YEAR 2020-21 HURRY UP BOOK YOUR SEAT NOW!!! STUDY IN BANGALORE BEST COLLEGES FOR MANIPURI STUDENTS

HOW TO GIVE UP WINE If you or your addict want to give up wine. If you want to return happiness in your family then please use our "VISH MUKTI" Powder. You can give it with meal, vegetables or tea without telling him.