

থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

অতোঙ্গগী রা তাবা তমসি, নঙগী রাসু তবীনবা

ঐগী মরুপ চন্দ্রকুমারগী রাফম অমা ওৱাং অযুক নীংশিংলকই। ঐথোয়গী ঈরম মচাশিংদি মাগী ৱাদং তাও হায়বা, মীগী ৱাদি তাবা ওমদবগী লায়না অমনা নাৱে। অমগী রা অমনা তাদ্রে। মানা মানা থোকপা তৌনিং-তৌনিংবদা তৌরে। অদুব নংত্রা ঐথোয়না চৱাংনবা খুন্নাই কৌরিবা। অদুম্ফ্রুনি ওসি লৈবাকসিদা থোক্রিবা। নুপীনা হায়বা নুপানা তাদবা নুপানা হায়বা নুপীনা তাদবা, ওজানা হায়বা মইহোয়না তাদবা, মইহোয়না হায়বা ওজানা তাদবা, মীয়াস্তা হায়বা লৈঙাক্লা তাদবা, লৈঙাক্লা হায়বা মীয়াস্তা তাদবা, মদুদগী লায়না হেঞ্জিলক্তনা মীতৈ-নাগা-কুকি-পাঙলশিং অমনা হায়বা অমনা তাদ্রে। তানদবদগী থোরকই মিস অন্দরষ্টেন্দি (লাম্মা লৌনবা) দগী নুংশিনরক্তে। নুংশিনদ্রবদি লৈমিংলক্তে। লৈমিংলক্ত্রবদি তোখায় তানিংলকই। তোখায় তানবা দিমাদ্দ গ্রেটর নাগালিম-কুকি লেস্ফ, অল্টনেটিব এরেঞ্জমেন্ট, য়েলহৌমিশিং কলবা দিমাম্দি হায়না ইয়র লাইন পার্মিট সিস্টেম চংনহনবা, ট্রাইবেলশিংনা হায়রিবনা ট্রাইবেলশিংগী মায়েজনি।

মদুদি ঐথোয় করি তৌগনি? চম্মবসি কোৱবা করি পাউসৈলৈ? প্রোগ্রেম অমা থোক্রবদি সোলুসন অমা লেফম থোকই। হায়নবা লৈবনি ইন প্রোগ্রেম ষ্টেন্দিং দিয়ার ইজ নো সিটিং ওন দ ফেস্ফ, যু আর পাট ওফ দ সোলুসন (রাফম/রাথোক অমা ৱাখনবা হোংনবা হায়বসিদি মরজা লৈবা হায়বদু শুকয়া যাদে। নহাক ৱাথোজুগী নংত্রগা ৱাথৈ রা অনীগী মরজা অমনি।) অদুব কয়াদা লাইবক থীত্ৰবা। লমদমসিদি ঐথোয় পুন্ম মক ৱাথোক অমমমগী হৌরকফম ওাজনি। কনামঙগী ৱাখৈনবা হোংনদে। থুগাইবা, যানখাইবা, মোব কলচর অনৌবা সোসল জট্টিসনি।

প্রোগ্রেমনা থল্লবা লৈবাকনি। অনৌবা প্রোগ্রেম হাপককুমসি।



থিসি-প্রোগ্রেমসিগী সোলুসন করিনো? শাদা লান্দা থৌরম্মা মীতৈ অমদি মীট্রিবাক্কী চিংমীশিং! হৌজিক থাঙগী, তাগী মতম অদু লৌইত্রে। পাক-চাউত্ৰবা মালেমসি পীৱ্কা খুন্সনি হায়নরক্কা মতমনি। হৌত্ৰবা মতমগী নীংশিংবা মরজতা হিংগুমসি। য়েংসি চহী ১০০০ গী তুংলমচংতা অফবা ইমুংগী লুচিংবনা চহী অমগী তুংদা ওইরক্কাব ফলনি। অফবা লৈঙাক লুচিংবনা চহী ১০০ গী য়েংলগা থৌৱাং যৌশিল যাংলি। অচৌবা স্পিচুয়ল অমনা চহী ১০০ গী তুংলমচং পূৱগা পাউরৌ পাউতাক থমলস্মী। হৌজিক ঐথোয়না তৌগদবসি অতোঙ্গগী রা তাবনি। ফ্রাংলগী মমিং চংলবা ফিলোসোফর *বোল্টয়ার* গী ৱাইহৈ পৱেং অমা লৈ। ৱাহায় অসি প্রভু যিশুগী, প্রোফেট মহমদকী নংত্রগা শ্রীকৃষ্ণ মশাকী মপাউনি খন্না ঐথোয় অমুত্ৰং শন্দোকমিলসি। নাকোং অমদগী অমদা মীকোক লীশিং/লী-চা-লীপুন লমদমসিগী মীকোক খুদিংমক্কী নাকোং যৌজিবফাওবা... নহাক্সা হায়রিবা ৱাফম অদো নহুগী শুকয়া যাবা ওন্মোই, অদুব ঐগী পুন্সিগী অৱোইবা মীকুপফাও নহাক্সা ৱাফমদু হায়জনবগী হক অদুদি ঐনা

ঙাক্সা থম্মগনি। আই দুনেট এগ্রি ৱিথ হুটয়ু হেদটু সে, বট আই ৱিল দিফেস টু দ দ্রেট য়োর হুট টু সে ইটস। ৱাখল তবীবৱা? করিনো মানা হায়নিংলিবা।

ঐনা ফনা কন্না মাবু ৱাখল তাহলবা হোংনরে। ওজানা তানা তান তাশিলদে। খঙনা খঙনা খঙশিলদে। হায়নবা যাদবনিনা কৈদৌনি মখা তানা থেগ্নৱেই। মাসু মানা থোকপা, ঐসু ঐনা থোৱ্কা হিংনবা তাবনি হৌজিক্তি... সিনি ওসিগী মীৱোলবা, কাঙলুপ অমনসু অমনসু খন্নরিবা ৱাখল্লোনা। মসিনা অচুন্না ওইরবা, অৱানবদি কদায়নো?

ফোঙদোক্কাইবা রা ফোঙহম্ফবা, ওাঙনিংবা রা ওাঙহম্ফবা... চেচশিনবীযু, লোনথোক্তবা নাপংবা কাঙলুপতা যাওবা নাপংবা লোহোক্তবা অমা ওইনা, কনাগুন্না অমনা যাও শঙ্খ অমবু মীহাংশঙদা পূৱগুম পুরিবনি।

মায়াববা মত ওইসন্ ফোঙদোকহনবীযু মনিংতল্লা। তবীযু মহাক্সা হায়রিবদু করিনো? অদোমসু ফোঙদোকপীযু অদোমগী অপাশ্চা নীংতল্লা, অমদুগী অপাশ্চু লাল্লি হায়বদি হায়বীরন্। তাগনি

মহাক অদোমগী ৱা। থমগনি মথম্মোয়াদা ফোঙদোক্তনা। নীংশিংবীযু-তোঙান তোঙানবা লম্বীদা লাক্সরবসু করিগুন্না, ৱাখল মায়াববা ময়াম সঙ্কায় অমত্তদা পুন্সপ থুংনবসু যাওবনি। হরিবস ৱাই বচচননা মাগী মথুশালা (যুৱাংফম) কৌবা শৈৱেংদা ইরস্মী অসুন্না ... যুথকফম তান্না চংকেখনা/থোরক্কে যুথকপদো ময়ুমদগী/করম্মা লম্বীদা চংকদগে খন/ককঙাওনরে চমজরবা মহাক্তো/পুন্মক্সা তাক্ক কই তোঙান তোঙানবা লম্বী/অদুব হায়জরি ঐদি অসুন্না/চংনিংবা লম্বী অমদা চংলু হেতা/ফংগনি শোয়দনা নঙগী যুৱাংফচ’

কনাগুন্না অমনা ফোঙদোরকপা ৱাফম, ৱাখল লীক্সম মায়াবনা, নহাক্সা যানিংলুদবা অকায়াব লৈতে করিসু। অদুব, মাগী ৱাদু ককথংনবগী হক অদুদি পীদে কনাসু নঙেগ্গদা। হায়বসু যাদে মহাক মীফতা অমনি। তবীযু, মহাক্সা হায়নিংলিবা করিনো? অদোমগী থম্মোয়াদা তাশোন্না থিনবা ওইরবদি খনবীযু, করিগীনো মহাক্সা মদু হায়রিবা?

ভিটামিন দি ৱাংপনা কিদনি শোকহল্লকপা

হকচাংদা ভিটামিন দি ৱাংলবদি ফ্রেনিক কিদনি দিজিজ (সী কে দি) গী ৱিষ্ক ৱাংখংলকই হায়বা ষ্টদি অমদগী খঙলে। সী কে দি নাৱবা মীওইশিং মরুওইনা অঙাংশিংদা ভিটামিন দি ৱাংলম্মা থেংনখি।

ষ্টদি অমগী মতুংইন্না ভিটামিন দি ৱাংপা অঙাং শরুক অহুম থোকপগী অনীৱোমদা গ্লোমেরুলোপেথিগুন্না লায়নাসু লৈরম্মা থেংনখি। গ্লোমেরুলোপেথি হায়বসি নেফ্রোনশিংদা অকায়াব থোকহনবা লায়না মখল খরনি।

চহী অমগী মনুংদা অতৈ মতমদগী নিংখমখাদনা ভিটামিন দিগী চাং ৱাংপা থেংনৈ। নিংখমখাদা নুংশা মঙাল মৱাং কায়না ফংদবা মৱম্মা ভিটামিন দিগী চাং ৱাংপনি হায়রি।

জমনিদা লৈবা যুনিভর্সিটি ওফ হেলদবগগী এক্সি দোয়োননা হায়থি, ভিটামিন দি ৱাংলবদি ওণ্ডিওপারোসিস, কেসর, কার্দিওভাস্কুলর দিজিজ অমসুং ওটোইম্যুন দিসওর্দরগী ৱিষ্ক ৱাংখংলকই। মৱম অদুনা ভিটামিন দি যাওবা চীঞ্জক চাং নাইনা চাবা মথৌ তাই।

করিগুন্না ভিটামিন দি মৱাং কায়না চারবদি তোঙান তোঙানবা কিদনিগী অনাবশিং ঙাকথোকপা ওন্মী।

ৱিছার্চৱশিংনা তোঙান তোঙানবা যুরোপকী



মাইগ্রেন নাৱবা মীওই অয়াস্তা ভিটামিন দি ৱাইবোফ্রেনিন অমসুং কোইঞ্জাইম ক্যু-১০ ৱাংলম্মা থেংনখি। কোইঞ্জাইম ক্যু-১০ হায়বসি হকচাংগী সেল খুদিংমক্তা যাওবা ভিটামিনগুন্না পোংশক অমনি।

অয়াস্তা মতমদা ইনখংলক্কিবা নুপীমচা অমসুং নহা ওইরিবা নুপীশিংদা কো-ইঞ্জাইম ক্যু-১০ ৱাংপা থেংনৈ। অমরোমদা, ইনখংলকপা নুপামচা অমসুং নহা ওইরিবা নুপাশিংদনা



লৈবাক ১২ দা লৈবা অঙাং ৫০০ রোমদা ষ্টদি চখরবা মতুংদা খঙলকপা ৱাফম অসি ক্লিনিকেল জর্নেল ওফ দ অমেরিকান সোসাইটি ওফ নেফ্রোলজি (সী জে এ এস এন) দা হন্দক্তা ফেঙলকপনি।

অমরোমদা, যুনাইটেড ষ্টেটসকী সিলিনাটি চিলড্রেন’স হোপ্সিটাল মেডিকেল সেন্টরগী সুজেন হেগলরনা লুচিংলগা চখথিবা ষ্টদিগী ৱিপোর্টনা হায়থি, পুংকক চাউরকপা অঙাং অমসুং মপুং মৈর ফারকপা মীওইশিংদা অফলবা থিনবা ওইরবদি খনবীযু, করিগীনো মহাক্সা মদু হায়রিবা?

ভিটামিন দি ৱাংপা থেংনৈ। মসিগীসু মখক্তা মতম শাংনা মাইগ্রেন নাৱক্সা মীওইশিংদা কোইঞ্জাইম ক্যু-১০ অমসুং ৱাইবোফ্রেনিন ৱাংলম্মা থেংনখি।

মাইগ্রেন নাৱবা মীওইশিংদা ভিটামিন সল্লিমেন্ট পীজবনা কান্না ৱাফংল্লা হায়বদু ময়েক শেংনা খঙদেক্সা মখা তানা থিজনগদবা ৱাংলি।

তোঙান তোঙানবা ষ্টদিশিংগী মতুংইন্না মীওই অয়াস্তা ভিটামিন দি ৱাংপগী অৱা ৱায়েক্টে হায়বা খঙলে। ভিটামিন দি ৱাংলবদি কেসর, কার্দিওভাস্কুলর দিজিজ, ওণ্ডিও অৱথ্রাইটিস, ওটোইম্যুন দিসওর্দর মল্টিপল স্কলেৱোসিস, যাৱবী ৱিষ্ক ৱাংনা লৈ।

টাইপ-ৱান দাইবেটিস, দিপ্রেসন অমসুং অতৈ লায়না কয়াগী ৱিষ্ক হেংগংহল্লি।

মীওইবগী হকচাংনা ভিটামিন দি শুংবা ওমদবা মৱম্মা অকোয়বগী ফীডম অমসুং চীঞ্জাক্কী মপান তান্না মথৌ তাই। নুংশা মঙালনা ভিটামিন দি মৱাং কায়না যাওই। অদুব নুশা মঙালদা যাওবা অলট্রাভাইওলেট ৱেদিয়োননা স্কিন কেসর ওইহনবগা লোয়ননা মখল কয়াগী খুদোংচাদবা মায়েক্সহনবা মৱম্মা য়ারিবমথৈ নুংশা মৱত্তা থোক্তনবা হোংনৈ। নুংশা মঙালদা চংপা তারবসু সনস্ক্রিন লোসন তৈরগা চংলি। মৱম অদুনা নুংশা মঙালদগী ভিটামিন দি মৱাং কায়না ফংবা ওমদে।

জর্নেল ওফ দ অমেরিকান মেডিকেল এসোসিয়েসনগী ৱিপোর্ট মতুংইন্না মশাগী চহী ৬৫ হেল্লবদি মীওইবনা নুশা মঙালদগী ভিটামিন দি লৌশিনবা ওঙ্কগী চাং হস্করকই। মৱম অদুনা চাং নাইনা নুশা য়াইরবসু ভিটামিন দি মৱাং কায়না ফংবা ওমদে।

কা-হেমা নংত্রগা হকচাংগী অৱম্মা হেনবা তারবসু ভিটামিন দি ৱাংপগী অৱা ৱায়েক্স গল্লি। জর্নেল ওফ ন্যুট্রিশন অমদি অমেরিকান জর্নেল ওফ ক্লিনিকেল ন্যুট্রিশনদা ফোঙলকথিবা তোঙান তোঙানবা ৱিপোর্টশিংগী মতুংইন্না অনোয়াবা মীওইশিংদি নুশা য়াইরবসু ভিটামিন দি মতিক চানা লৌশিনবা ওমদে।

অমরোমদা, দাইজেষ্টিভ দিজিজনা নাৱবা মীওইশিংসু চীঞ্জাক্কী ভিটামিন লৌশিনবা ওমদবা মৱম্মা ভিটামিন দি ৱাংপগী অৱা ৱায়েক্টে হায়রি। কনাগুন্না অমা ভিটামিন দি ৱাংলি হায়বসি মপানথোংদগী য়েংবদা খঙবা ওমদবা মৱম্মা ঈ টেষ্ট তৌবগী তঙাইফদা লৈ। অদুম ওইনমক ৱিষ্ক অমদি তাঙ নাবা নংত্রগা শোহুরকপা; শরু নাবা; হকচাং চেকখা; ৱাখল নুংঙাইতবা অসিনখিবা পুন্মক ভিটামিন দি ৱাংপগী খুদমনি।

হুইয়েন লানপাউ লিটরেৱি ক্রিজ নম্বর ৮, ৯ অমসুং স্পোর্টস ক্রিজ নম্বর ৬, ৭ কী মনাশিং খুংশিলত্রে



হুইয়েন লানপাউ লিটরেৱি ক্রিজ নম্বর ৮ কী ৱিৱর ওইত্ৰবা মাইস্রাম সুৱনজিৎ (ওই) তা পাউ-চে অসিগী কলমনিষ্ট সলাম তোহ্মনা মনা খুংশিলবা



হুইয়েন লানপাউ লিটরেৱি ক্রিজ নম্বর ৯ কী ৱিৱর ওইত্ৰবা তেইজম জয়াবতি (ওই) দা পাউ-চে অসিগী কলমনিষ্ট নবকুমার ওইনানা মনা খুংশিলবা



কে ডি কে খৌবালগী প্রোগ্রাম কোর্ডিনেটর ডা. এম খৌথোইনা স্পোর্টস ক্রিজ নম্বর ৬ কী ৱিৱর তেঙ্গুবম সঞ্জয়প্রকাশ (ওই) দা মনা খুংশিলবা



হুইয়েন লানপাউ স্পোর্টস ক্রিজ নম্বর ৭ কী ৱিৱর ওইত্ৰবা তোহ্মন জিবোন (ওই) দা পাউ-চে অসিগী কলমনিষ্ট সৌবাম তোহ্মনা মনা খুংশিলবা

হুইয়েন লানপাউ লিটরেৱি ক্রিজ নম্বর ৮, ক্রিজ নম্বর ৯ অমসুং হুইয়েন লানপাউ স্পোর্টস ক্রিজ নম্বর ৬, ক্রিজ নম্বর ৭ কী ৱিৱর ওইত্ৰবাশিংদা হুইয়েন লানপাউ প্রুপ ওফ পল্লিপ্ৰেসপননা মনাশিং খুংশিলত্রে।

পাউ-চে অসিগী কলমনিষ্ট সলাম তোহ্মনা হুইয়েন লানপাউ লিটরেৱি ক্রিজ নম্বর ৮ কী ৱিৱর ওইত্ৰবা মাইস্রাম সুৱনজিৎতা মনা খুংশিলখি। হুইয়েন লানপাউ লিটরেৱি ক্রিজ নম্বর ৯ কী ৱিৱর ওইত্ৰবা তেইজম জয়াবতিদনা পাউ-চে অসিগী কলমনিষ্ট নবকুমার ওইনানা মনা খুংশিলখি। হুইয়েন লানপাউ স্পোর্টস ক্রিজ নম্বর ৬ কী ৱিৱর ওইত্ৰবা তেঙ্গুবম সঞ্জয়প্রকাশতনা কৃষি বিজ্ঞান কেন্দ্রে (কে ডি কে) খৌবালগী প্রোগ্রাম কোর্ডিনেটর ডা. এম খৌথোইনা মনা খুংশিলখি। অদুগা হুইয়েন লানপাউ স্পোর্টস ক্রিজ নম্বর ৭ কী ৱিৱর ওইত্ৰবা তোহ্মন জিবোনদা পাউ-চে অসিগী কলমনিষ্ট সৌবাম তোহ্মনা মনা খুংশিলখি।

লিটরেৱি ক্রিজ নম্বর ৮ কী ৱিৱর ওইত্ৰবা মাইস্রাম সুৱনজিৎ নম্বোল ফোইজিং নোদিয়া থোংখোঙদগী মাইস্রাম ইবোতোস্ত্রী অমসুং লৈখিদগী মাইস্রাম ওংবী চাওবগী মচানুপানি। দি টি পি ওপৱেটর অমা ওইনা শিনকম পায়রিবা মাইস্রাম সুৱনজিৎনা হায়থি, লিটরেচরগা মৱী লৈনবা লমদা হুইয়েন লানপাউগী ক্রিজ হেক হৌরকপদগী ওসি ফাওবা শরুক

যাদুনা লাল্লি। হন্দক্কী অসিনা অহাবা ওইনা মায় পাকপনি। ক্রিজ অসিগী অচুন্না পাউখুমশিং পুথোক্সা হোংনবদা অখঙ-অইহৈ কয়াগসু তায়জৈ। মসিগীসু মখক্তা অইবা-অইবীশিংগী লাইরিং নহুগী থবক তৌরকপা অমদি ৱাৱীমচা পাবগী হেনবী লৈবনা ক্রিজ অসিদা শরুক যাজরকপনি। মখা তানসু ক্রিজ অসিদা শরুক য়াথিগে থালি।

পাউ-চে অসিবু পায়িবা মীপুম খুদিংমক্কী ইন্টৱেষ্টতা লিটরেৱি ক্রিজ, স্পোর্টস ক্রিজ অমদি কেরিকের-নচিংবা তোঙান তোঙানবা মখলগী কম্পিটিশনশিং পাঙথোকপা অসি থাগংনিংঙাইনি। অসিগুন্না কম্পিটিশন পাঙথোকপা অসিনা মীওই কয়াগী হৈ-শিংবশিং অদু উংথোকচবগী তাজ্জা অমসু পীৱো পাউ-চে অসিগী ৱেবসাইটতা নোংমাইজিং নুমীং খুদিংগী ফোঙলিবা লাতম অসি হাপকৎপীৱবদি হোম্মা নুংঙাইগনি।

লিটরেচরগী ওইবা ক্রিজ অসিখক নঙনা শাম-খোংনবগা মৱী লৈনবা হিরমদা পাঙথোক্সা ক্রিজ অসিদা শরুক য়াজৈ। ক্রিজগী ৱাহং শেনীৱিৱশিংনসু ৱাহং অমা হংবা মতমদা করি মমিং কৌই অমসুং করম্মা চহীদা পাঙথোকখি হায়বা ৱাহং অনী অসি ৱাহং অমখক্তা পুনশিল্পগা হংলকপা অসি তৌহেল্লগে। মসিনা অচুন্না পাউখুম পীননবা হোংনবদা হোম্মা অৱা ৱা ৱাহবদু ওই। ক্রিজগী ৱাহং হংলিবা অসিসু নম্বর ৱান, টু হায়না থারগা হংহল্লিই অমদি পাউখুম পীৱকপা

মতমদসু হংখিবা ৱাহং নম্বর ৱান অমসুং টুগী পাউখুমনি হায়বদু মচা থায়না খঙহল্লিই।

নুমীং খুদিংগী থোকপা থৌদোক-ৱাথোকশিংগী পাউদম খক পীৱতা নঙনা পাউ-চে অসিবু পায়িৱশিংনা শরুক য়াহন্দুনা ক্রিজগী শরুক অমা হাল্লিবা অসিনা অদুক্কী মীয়ামগী য়াইফদবা মওংদা পাউ-চে অসিনা মখা তানা থৌশিল কয়া অমসু পায়খংপীৱকনি থাজৈ হায়না মহাক্সা মখা তানা ফোঙদোকখি।

হুইয়েন লানপাউ লিটরেৱি ক্রিজ নম্বর ৯ কী ৱিৱর ওইত্ৰবা তেইজম জয়াবতি ৱাংখৈ থম্মালখোংদগী তেইজম জ্যতিদ্র অমসুং তেইজম ওংবী শান্তিবালাগী মচানুপানি। মহাক হন্দক্তা পাঙথোকখিবা বি এ তরুকশুবা সেমিষ্টৱগী ইগজাম পীত্ৰবা মইহোয় অমনি।

তেইজম জয়াবতিনা হায়খিবদা, হুইয়েন লানপাউ পাউ-চেনা মইহোয় খক নঙনা মীপুম খুদিংমক্কী ইন্টৱেষ্টতা স্পোর্টস অমদি লিটরেচরগী ওইবা ক্রিজগী শরুক অমা হাল্লিবা অসি অদুক্কী মতিক কান্লে খল্লি। লিটরেৱি ক্রিজ অসিদা হন্দক অহানবা ওইনা শরুক য়াবদা মনা অসি ফংজবনি।

মমাঙথক্তা ক্রিজ অসি শরুক য়ানিংলবসু মৱী লৈনবা মেটৱিয়েলশিং খোমজিনবা ওমদবনা শরুক য়াদনা লাকখিবনি। অদুব হন্দক্কী মেটৱিয়েলশিং খোমজিল্লা তুংদা ক্রিজ অসিদা শরুক য়ারকপনি। মণিপুরী

লিটরেচর অসি য়াম্মা পাক-চাউবা হায়বদু ওইদি খল্লি। অসিগুন্না ফীডম অসিদা হুইয়েন লানপাউনা লিটরেচরবু য়োকখংনবা অসিগুন্না যৌশিল অমা পায়খংলকপা অসিনা লমদমসিদা লৈবনা নহা-অহল খাঙননা পুন্মমত্তা কান্না ৱাৱি। ক্রিজ অসিদা লমদমসিগী নহা ওইরিবা অইবা-অইবীশিংগী মৱমদসু ৱাহং কয়া হংহল্লিই।

পাউ-চে অসিনা মীয়ামগী ইন্টৱেষ্টতা ক্রিজগী শরুক হাল্লিৱা অসিগুন্না পাউ-চে অসিবু পায়িবা মীওইশিংগী ক্রিএটিব আইদিশিংগি ফোঙদোকহনবা অফলবা পেজ অমগা হাপহল্লিই।

মণিপুরী লিটরেচরগী লমদা হংলিবা ৱাহংশিং অসিগী অচুন্না পাউখুম থীবা হায়বসি তৱাইবা হায়বদু ওইদে। মসি য়াম্মা লুই। লিটরেৱি ক্রিজ নম্বর ৯ দা হংলকখিবা ৱাহংশিংগী অচুন্না পাউখুম ফংনবদা হোংনবদা মণিপুর যুনিভর্সিটিগী লাইব্রেরীদগী লাইরিক ফাওবা পাখি। মৱম অসিনা হুইয়েন লানপাউনা ক্রিজগী চাংদম্মা অমা পাঙথোরকপা অসিনা মইহোয় ওইরিবশিংদা চাউনা কান্না পীৱে হায়না লৌই হায়নসু মহাক্সা মখা তানা ফোঙদোকখি।

হুইয়েন লানপাউ স্পোর্টস ক্রিজ নম্বর ৬ কী ৱিৱর ওইত্ৰবা তেঙ্গুবম সঞ্জয়প্রকাশ পোইরৌখোংজিৱ অংগ লৈকায়দগী তেঙ্গুবম ক্বাকলৈ অমসুং তেঙ্গুবম ওংবী মেম্মেগী মচানুপানি। মহাক হৌজিক হৌজিক মণিপুর পুলিস

দিপার্টমেন্টতা থবক তৌরি।

তেঙ্গুবম সঞ্জয়প্রকাশনা হায়থি, ঐহাক্সা ঝাইদগী পামজবা অসি ক্রিজ চাংদম্মবদা শরুক য়াজবা অদুনি। ক্লাস টেন তল্লিঙৈদগী হৌনা তোঙান তোঙানবা ক্রিজ কম্পিটিসন কয়াদা শরুক য়ারকখি। কম্পিটিসন কয়াদসু মায় পাক্সক্তুনা মনা কয়া ফংজত্রে অমদি স্কোলারশিপসু ফংজত্রে।

ক্রিজগী শরুক য়াওবা লাইরিক নংত্রগা পাউ-চে অদুদি হেজ্জমক লৈৱগা পাজৈ। পাউ-চে অসিগী স্পোর্টস ক্রিজদা লমদমসিগা মৱী লৈনবা মশালশিংগী মৱমদা ৱাহং খৱা যাওবা অসি অদুক্কী মতিক নুংঙাইজৈ। ৱাহংশিং অসিগী পাউখুমশিং ইন্টৱেটতসু থিবা ফংদবনিনা বুক ষ্টোর নংত্রগা লাইব্রেরীশিংদা চংলগা অচুন্না পাউখুম থীননবা হোংনৈ। অফলবা ৱাহং অমগী পাউখুম ইয়ায় লায়না ফংবা ওইদবনা কোয়থি থিননবা হোংনৈ। অফলবা ৱাহং অমগী অচুন্না পাউখুম থীৱগা খঙথিবা হায়বসি পুন্সি চুপ্পা কাউৱেই খল্লি।

মতৌ অসুন্না ক্রিজদা হংলকখিবা ৱাহংশিংগী পাউখুমশিং থিৱগা খঙথিবা অসিনা কম্পিটিটিব ইগজামিনেসন য়াওবদা হোম্মা কান্না ফংহনগনি থাজৈ। পাউ-চে অসিনা মীয়ামগী অমদি শাল-খোংনবসু নুশিলজবশিংগী ইন্টৱেষ্টতা পায়খংলক্কিবা থৌশিল অসি পুন্সিং যৌগংনিংঙাই ওই।

স্পোর্টস ক্রিজ নম্বর ৬ তা শগোল কাংজৈ মশালগা মৱী

লৈননা হংলকখিবা ৱাহংগী পাউখুম খঙনবগীদমক ইম্মালগী মরুওইবা মফমশিংদা লৈবা বুক ষ্টোরশিংদা চংলগা শগোল কাংজৈগী লাইরিক লৈননবা থিথি অদুব ফংখিদে। মদুদগী অচুন্না পাউখুম অসি থিডোক্তবা য়াদে খল্লগা মণিপুর যুনিভর্সিটিদা তল্লা মরুপ অমদা এম যুগী লাইব্রেরীদগী লাইরিক ৱাইহন্দুনা পাখি। লাইরিক অদুব ফংখিদে। মদুদগী অচুন্না পাউখুম ইয়ায় লায়না ফংবা ওইদবনা কোয়থি থিননবা হোংনৈ। অফলবা ৱাহং অমগী অচুন্না পাউখুম থীৱগা খঙথিবা হায়বসি পুন্সি চুপ্পা কাউৱেই খল্লি।

মতৌ অসুন্না ক্রিজদা হংলকখিবা ৱাহংশিংগী পাউখুমশিং থিৱগা খঙথিবা অসিনা কম্পিটিটিব ইগজামিনেসন য়াওবদা হোম্মা কান্না ফংহনগনি থাজৈ। পাউ-চে অসিনা মীয়ামগী অমদি শাল-খোংনবসু নুশিলজবশিংগী ইন্টৱেষ্টতা পায়খংলক্কিবা থৌশিল অসি পুন্সিং যৌগংনিংঙাই ওই।

স্পোর্টস ক্রিজ নম্বর ৬ তা শগোল কাংজৈ মশালগা মৱী

শাল-খোংনবগী ৱাহংশিং হান্না যাওবগা চাং অসিগী হেনগংহল্লিই।

মমাঙথক্তা পাঙথোকখিবা ক্রিজশিংগী অচুন্না পাউখুম থংনবা চয়োলদা পীথোক্সদবা অদু হৌজিক্তি পীথোকপীৱে। মসিনা ক্রিজ অসিদা শরুক য়ারিবশিং অমদি পাউ-চে অসিবু পায়িৱশিংদা লৌশিং হেনগংহল্লগনি খল্লি। মীয়ামগী ইন্টৱেষ্টতা হুইয়েন লানপাউনা পায়খংলক্কিবা থৌৱাং অসি থাগংনিংঙাই ওই। লমদমসিগী শাল-খোংনবগা মৱী লৈনবা ৱাহংগী মশিং

অসি হেনগংহল্লবদি কম্পিটিসন অসি হোম্মা মগুন লৈহনগনি খল্লি। মৱমদি লমদমসিগী স্পোর্টসকা মৱী লৈনবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম ইয়ায় লায়না ফংবা ওইদে। লমদমসিগী ওইবা মশালশিং অহেনবা ৱাহং হংলকপা অদুনা নহা ওইরিবশিংদা য়েলহৌ মশালশিংগা মৱী লৈনবা ৱাফমশিং ময়েক শেংনা খঙনবদা ওমগনি। মদুনা লমদমসিগী ওইবা মশালশিং য়োকখংপদা মতেংসু ওইগনি হায়না মহাক্সা মখা তাখি।

DIRECT & SPOT ADMISSION - 2016

MBBS,BDS,MDS,BAMS,BHMS,BPT, MPT, NURSING : B.Sc NURSING, GNM, PB-NURSING, MSc. NURSING

BE / B-TECH / M-TECH / LAT-ENTRY

CIVIL / EEE / MECHANICAL, ECE / IT / ARCHITECTURE

COMPUTER SCIENCE, MECHATRONICS, ARONOTICAL/ROBOTIC

B. Sc. / M. Sc.

AGRICULTURE, HORTICULTURE, FORESTRY, FISHERIES

B. Sc., B.A. & M.A., M. Sc. & Ph.D.

PHY., CHE., ZOO., BIO., MATH., I.T. MASS COM, HIS., POL. Sc., ENG, ECO, GEPHY, GEO, SOCIOLOGY, FORENSIC SC.

BBA, BCA, BIO-TECH, FOOD-TECH, BMLT, OPHTHALMIC, FOOD NUTRITION & DIETETICS, B.PHAM, D.PHAM, MEDICAL MICROBIOLOGY, RADIOLOGY, TOURISM, MASS COM, ART & SCIENCE, MLT, OT-TECH, RADIOLOGY, DIALYSES, X-RAY, MRI, RADIOLOGY, CT-SCAN, ETC.

PROGRESSIVE EDUCATIONAL COUNSEL

Singamei Leishangthem Leikal opp. Library

SINGJAMEI-#9089335398 THOUBAL# 9089267407