থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

মশাগী ইকায়খুম্নবা খঙবা অমসুং খঙদবা মী

'চাক্লিবা' হায়বা ৱাহৈ অসি ঐগী পীক্লবা ৱাখলসিদদি, ইরমদমসিগী ৱাংমদা লৈবা চৎনবী অমা ৱাখলদুনা লামশিল্লগা মাঙলমচৎকী মীরোলদুনা শেমজীল্লম্বা ৱাহৈ মাল্লি। চাক + নিবা = চাক্লিবা, করিমত্তা শূ-নোমদনা মীঙোন্দগী নিরগা চাবা মী হায়বনি। চহী দিকেদ মঙাগা তংখায় হিংলক্লবা পুন্সিসিদা, শিনফম অমা ওইনা লম্বীদা শেল নিদুনা/য়ুমথোঙ খুদিং চাকলেম নিদুনা চাবা মী অমত্তসু উরক্তে। নৌদা নৌরিবা অঙাং ওইরিঙৈ, চৈশু পায়বা অহল অমা/অনী অচৌবা তেঙ্কোৎ নৎত্রগা কৌতা পায়রগা নিবা লাকখিবদি উখি। তোয়না উখিদে। খরা লৈরগদি উখিদ্রে। পাখঙ ফারক', ইন্দিয়াগী চাওখৎলবা সহরশিংদা কোয়রুরবা মতুংদদি 'প্রোফেসনেল বেগ্গর', নিব'না শিনফম ওইবা 'ভিক্ষারি' মশিং খঙদনা উরক্লে। চুম্নগী নিরগা চাবা নত্তবা, তাঞ্জা ফংবদা হুরানবা/ক্রিমিনেলগী থবক তৌবা 'বেগ্গর'শিংগী ৱারী ফাওবা তারকখি। ইকুই কুইদ্রিঙৈ, চাক্লিবা অমা লৈখিদ্রবা মতুংদা, মহাক্না লৈরম্বা মফমদুদা লুপা ক্রোর অমা হেন্না লৈরম্বগী পাউসু তারকখি। 'নিরগা চাবা' হায়বা থবক অসি ইন্দিয়াদদি অচৌবা প্রোফেসন অমনি।

নিরগা চাবা, বেগ্গর, ভিক্ষারিগী ৱারীনা শৈহৌ ওইরিবা ৱারেংসি, মখোয়গী পুন্সি-শক্তম য়েক্লনবা হোৎনবগী নত্তে। অতোপ্পা ৱারী অমা মখোয়গী পুন্সিগা মরী লৈননা লীগে খঞ্জরুবনি। ইন দ রিঅল সেন্স, তশেংবমক্তি, হিংনবগীদমক হোৎনবা য়াবা হোৎনরুরবা মতুংদা, পাম্বে লৈত্রবা, শোইনাইরক্লবা মতমদুদা তঙাইফদনা পায়খৎনবা শিনফম অমনি। অদুসু চাওখৎলবা লমশিংদদি মখোয়গীদমক অতোপ্পা এরেঞ্জমেন্ট তৌদুনা স্ত্রিৎ'তদি থোকহন্দে।

নোংমা, চাওখৎলবা সহর অমগী এয়রপোর্ট গেট ময়াদা, মল্টি-নেসনল কম্পনি অমগী এগজিক্যুটিভ ওফিসর অমনা ওন্থোকপা মওংগী বেগ্গর অমা থেংনখি। রোদসাইদ অমদা ফম্লগা 'বেগ্গিং বাউল' (চেঙনি খুজাই) অদুদা 'বোল-পেন' খরা হাপ্লগা মখুৎনা পায়দুনা অচৎ-অওকশিংদগী শেল নীরম্বদু উবদা ঙকচানখি। মনাক্তুদা পিক-তকপা সাইন বোর্দ মচা অমা লৈরিবদুদা ই ... 'অদোম্না ঙমজবা শেল খরা মতেং ওইনা থাদবীরম্মু, মমল ওইনা কলম অমা পায়বীখো' ...।

'মাগী নিবগী মওংসি পুমতোপ তোপ্পা অমনি' খল্লদুনা দ্রাইভরদুদা কারদু খামহল্লে, বেগ্গরদুগী মনাক্তা চঙশিন্দুনা লুপা চামা থাদরে, 'বাউল'দুদা য়াওরম্বা কলমশিংদু লোইনা লৌখৎলে, অদুগা হায়রম্মী ... 'ঐসু বিজিনেসমেন অমনি, নঙসু ঐহাক্কুম্বনি, আই লাইক য়োর আইদিয়া, য়োর ৱে ওফ সেল্লিং'...। চাক্লিবদু ঙক্লা য়েংহৌই।

চহী অমগী মতুংদা বিজিনেস সম্মিত অমগী কম্পনিশিংগী এগজিক্যুটিভশিংগী ওইবা মীটিংদা মখোয় অনী উনরে। চাক্লিবা নুপা অদুনা মশা নান্না, সুত-তাই পুন্দুনা লাকপদুদা মশক খঙবা ঙমদ্রে খঙলদুনা একজিক্যুটিভ ওফিসরদুগী মনাক্তা চঙশিন্দুনা হায়রম্মী ... 'এক্সক্যুজ মি সার ! অদোম্না ঐবু শক লাকশিনবীবা ঙমদ্রমাল্লে, অদুবু ঐনদি সারবু কাউজদে, কাউবদু ঙম্লোই পুন্সিসিগী' ...। চহী অমগী মমাংদা থোকখিবা থৌদোক অদু পাউদম্লে।

- 'ও ... ঐ নীংশিংলক্লে ... পুমনৌ নৌবা শেল নিবগী মওং অমা হৌদোকখিবদো ... মতুংদদি সুকউ উখিদ্রে ... ঙসিগী মীফম অসিদদি, নহাক করম্না ... চমোৎনরবা ফিগী মহুত্তা সুত-তাই-আনবা ফি-রোল .. আই জষ্ট কান্ত বিলিভ মাই আইজ'..।

- 'সার ! নুমিত্তুদা অদোম্না ঐঙোন্দা পীরম্বা খুদোল মমল নাইদে, ঈশ্বরমক্কী খুদোলনি ... ঐবু লম্বীগী চাক্লিবা অমা ওইনা উবীবগী মহুৎ, অদোমগা মান্নবা থাক অমদা থাঙ্গৎপীদুনা য়েংলম্বা, হায়বীরম্বা ৱাহৈ ... অদোম্না চৎখ্রবা 'তুং ঈশানা ঈশাদা ৱাহং কয়া হংজখি.. ঐনা তৌরিবসি করিনো ... করিগী নিরগা পুন্সি লেন্দৌরিবনো ... খোঙ তেক্ত্রি, মীৎ তাঙদ্রি, নহা ওইরি ... ঐহাক ঈশাবু মশক খঙবা ঙম্লকখি, থৌদোক্তুনা ঐবু মীকপ থোকহনখি, ঙসি ঐনা অনৌবা মপোক অমা পোক্তুনা মফমসিদা লেপ্পা ফংজরিবসি নহাক্কী নপান্দগীনি... 'থেঙ্ক য়ু' হায়নবা তাঞ্জা অমত্তং থিজরকপদু ঙসিদি ফংজরে, নহাকপু হায়নীংঙাই লৈতনা থাগৎচরি সার'...।

ৱারীসিনা পীরিবা পাউজেল/মোরেল লেসন, করিসু নত্তে - ঈশানা ঈশাদা থাজবা, সেল্ফ-রেস্পেক্ত, সেল্ফ-ইস্তিম অদুনা পুন্সিদা থাজদবা-অঙকপা অহোংবা কয়া পুরকপা ঙম্মী হায়বসিনি। কলকত্তাগী হিথাংফমদা খজিং য়োল্লম্বা নুপা অমনসু বিজিনেস তাইকুন ওইরকখি। পুলিস ইন্সপেক্তর অমগী মচানুপা গুন্দা অমনা, বোম্বে-অন্দরৱার্ল্ড-দোন ওইরক্তুনা ঙসি, পাকিস্থানগী মপু-ইবুংঙো ওইদুনা নিংথৌগুম্না পুন্সি লেল্লি। 'ঈশাবু থাজবা' হায়বসি ঈশানা চুম্মী অমদি ফৈ খনজবা থবক অমা তৌরুবদগী ফংলকপা অপেনবা অমদি নুংঙাইবা অদুনি।

মশানা মশাবু থাজবা (সেল্ফ কনফিদেন্স) ৱাৎলবা মীশক অদুদি মহাক্না থবক অমা তৌরুবা, থবক্তুগী মরমদা মীঙোন্দা ৱারী শাদোক্কনি, থাগৎলগা পেনজগনি। য়ুম অমা শারুবা, কার অমা লৈরুবা-মীবু খঙহন্নিংগনি, অদুসু মানা ইকাইখুম্নদবা, মীথানদবশিংদুদা। সী'সু শীজিন্নরোইদবা, দরকার লৈতবা পোৎ পঙলৈদা লৈশিল্লক্লবা, তৌফম থোক্তবা এক্সপেন্দিচর তৌখৎলক্লবা কনাগুম্বনা, খঙজিনবীরো-মহাক অদু মশাগী হুম্মাং'মলনা তানবা শেনফম নত্তবা ইনকম অমা লাক্লবনি। মশানা মশাবু থাজবা, ইকাইখুম্নবা ৱাৎলকপা, সেল্ফ-ইস্তিম হন্থরকপদুগী খুদমনি - মশাদা অতোপ্পগী এত্তেন্সন হেন্না চিংশিননিংলক্লিবা। সংসারসিদা মী মখল খরা লৈ, ফত্তবা/অরোনবা থবক্লি খঙলবা থবক্তু, খঙনা খঙনা অদুম লেপ্তুনা তৌনিংবা। মরমদি, মখোয়, অতোপ্পগা মান্নদনা মীয়ামগী অমদি মিদিয়াগী এত্তেন্সন চিংশিন্নবা অতোপ্পা পাম্বে উদে। মখোয়না লো'বু শীংনৈ, মশাগী ওইজবা থিনবা। গান্ধি অমদি অব্রাহম লিনকোন'না পোলিটিকেল ওথোরিটিবু শীংনখি - মীয়ামগী য়াইফবা পুন্সি অমগীদমক। মিদিয়াগী এত্তেন্সন চিংশিন্নবা নৎখিদে।

লৌশিং পুক্কৈ

শঙ্গোম অহিংবদা এন্টিবাইওটিক-রেজিষ্টেন্ট ওইবা বেক্টেরিয়া কয়াগী মকোল শাই: ষ্টদি

অনৌবা ষ্টদি অমদা শঙ্গোম অহিংবশিংগী সেম্পলশিং এনালাইজ তৌবদা হকচাংদা কান্নবা বেক্টরিয়া খজিকখত্তংগা লোয়নননা খুদোংথীনিংঙাই ওইরবা এন্টিবাইওটিক-রেজিষ্টেন্ট ওইবা বেক্টরিয়া কয়া য়াওরম্বা থেংনখ্রে। শঙ্গোম অদু রুম টেম্পরেচরদা থম্বা মতমদা খুদোংথীনিংঙাই ওইরবা বেক্টরিয়াশিং অদুগী মশিং হেনগৎলকই হায়রি।

মীয়াম্না শঙ্গোম চাদ্রিঙৈদা মদুদা য়াওবা মহীক-মতাংশিংবু হাৎনবগীদমক মেন্যুফেকচররশিংনা পাসচরাইজ তৌবা নৎত্রগা মৈদা শাহনবনচিংবা তৌনৈ। পাসচরাইজেসনগী থৌওং অসি লুই পাষ্টর কৌবা ফ্রেঞ্চ মাইক্রোবাইওলোজিষ্ট অমনা কুমজা ১৮০০গী মতমদা পুথোকখিবনি।

অদুমওইনমক, হৌখিবা চহী খরা অসিদা মীওই কয়ানা অহিংবা নৎত্রগা পাসচরাইজ তৌদ্রিবা শঙ্গোম পাম্নবা হৌরকখি। অহিংবা শঙ্গোম চাবনা মচি ওইবগী চাং হেল্লি, দাইজেসনদা কান্নহল্লি অমদি ইম্যুন সিষ্টম কনখৎহল্লি হায়না মীওই কয়ানা থাজনরি।

অদুবু ৱাফম অদুগী মতাংদা দোক্তর অমদি সাইন্টষ্টশিংনা য়ানিংদবা ফোঙদোক্তুনা লাক্লি, অমদি শঙ্গোম অহিংবা চাবা নৎত্রগা থকপনা ওইহল্লকপা য়াবা খুদোংথীবশিংগী মতাংদা চেকশিনৱা থমদুনা লাকখি।

য়ু এস ফুদ এন্দ দ্রগ এদমিনিষ্ট্রেসন (এফ দি এ) নসু শঙ্গোম হিংনা চাবনা হকশেলদা কান্নবা পী হায়বা অরানবা ৱাফম অসিগী মায়োক্তা লৈরি। সেন্টর ফোর দিজিজ কন্ট্রোল এন্দ প্রিভেন্সন (সী দি সী)গী মতুংইন্না, য়ু এস এদা কুমজা ২০০৭তগী ২০১২ ফাওবগী মনুংদা পাসচরাইজ তৌদ্রিবা শঙ্গোম চাবনা মীওই ৯৭৯ অনা-অয়েক থোকহনখি হায়রি।

অসিগুম্বা খুদোংথীবা কয়া অসি লৈদুনসু য়ু এসকী ষ্টেট ৩০দা শঙ্গোম অহিংবা য়োল্লি অমদি মীয়ামগী দিমান্দসু হেনগৎলক্লি। অনৌবা ষ্টদি অমদা য়ুনিভর্সিটি ওফ কেলিফোর্নিয়া, দাভিস (য়ু সী দাবিস) কী রিসার্চরশিংনা অহিংবা শঙ্গোম য়াওনা য়ু এসকী মফম কয়াদগী লৈবা শঙ্গোমগী সেম্পল ২০০০ হেনবদা য়াওবা বেক্টরিয়াশিংবু এনালাইজ তৌখি। মদুদা পাসচরাইজ তৌবা শঙ্গোমশিংগা চাংদম্নবদা অহিংবা শঙ্গোমশিংদনা বেক্টরিয়াগী চাং হেন্না য়াওবা থেংনখি। হায়রিবা বেক্টরিয়াশিং অদুগী মনুংদা খরা অমদি এন্টিমাইক্রোবিয়ল রেজিষ্টেন্ট জিন য়াওই হায়বা খঙবা ঙমখি।

মাইক্রোবাইওম কৌবা জর্নেল অমদা পল্লিস তৌরকখিবা ষ্টদিগী ফাইন্দিংস অদুনা তাক্লি মদুদি, অহিংবা শঙ্গোমনা, মরুওইনা মওং চুম্না ইংহন্দ্রগদি, এন্টিবাইওটিক রেজিষ্টেন্স শন্দোরকপা ঙমগনি।

য়ু এসতা লৈবা মীওইশিংগী চাদা ৩ দি শঙ্গোম অহিংবা চাই হায়রি। কৈথেলদা ফংলিবা অহিংবা শঙ্গোমশিং অদুগী মনুংদা কয়া অমদি গট (থীবোং থীরিল) দা কান্নবা পীবা অফবা বেক্টরিয়া য়াওই হায়না ক্লেইম তৌই। হায়রিবা ক্লেইমশিং অদুগী মতাংদা নৈননবগীদমক, ষ্টদি অসিগী রিসার্চরশিংনা য়ু এসকী ষ্টেট মঙা (কেলিফোর্নিয়া, ইদহো, এরিজোনা, সাউথ কেরোলিনা অমদি মেইন) দগী শঙ্গোম শেম্পলশিং খোমগৎখি।

সেম্পলশিং অদুগী মনুংদা য়ু এসতা খ্বাইদগী হেন্না শীজিন্নবা মেথদ ওইরিবা হায়-টেম্পরেচর-শোর্ট-টাইম পাসচরাইজেসন (ঐস টি এস টি) অমদি শঙ্গোম্বু কুইনা চৎহনবা অল্ট্রা-পাসচরাইজেসন (য়ু ঐচ টি) য়াওনা তোঙান তোঙানবা মওংদা পাসচরাইজ তৌরবা শঙ্গোম মখল কয়া য়াওরম্মী। পাসচরাইজ তৌদ্রিবা (অহিংবা) শঙ্গোমশিংগী সেম্পলসু মখোয়না খোমগৎখি।

সেম্পলশিং অদু মখোয়না ফ্রিজ টেম্পরেচর (4°C) অমদি রুম টেম্পরেচর (23°C) দা পুঙ ২৪ চুপ্পা লীদুনা থম্লম্মী। ষ্টোর তৌরিঙৈ মনুংদা সেম্পলশিং অদুদা য়াওবা বেক্টরিয়াগী মখলশিংবু এনালাইজ তৌরম্মী। মদুদা মখোয়না থেংনখিবদা, অহিংবা শঙ্গোমদা বেক্টরিয়া মশিং খ্বাইদগী য়াম্না য়াওই, মখোয়শিং অদু স্যুদোমোনাদেসি ফেমিলিগী মনুং চনবা, মীওইবদা অনা অয়েক থোকহনবা ঙম্বা বেক্টরিয়ানা অয়াম্বনি।

অহিংবা শঙ্গোমদা দাইজেসন ফগৎহনবা ঙম্বা 'অফবা' লেক্টিক এসিদ বেক্টরিয়া চাং ৱাংনা য়াওই হায়না মীওই কয়ানা ক্লেইম তৌই। প্রোবাইওটিক সপ্লিমেন্ট কয়াদা লেক্টিক এসিদ বেক্টরিয়া য়াওই, অদুবু অহিংবা শঙ্গোমদা অফবা বেক্টরিয়া মশিং য়াম্না লীক্লা য়াওই হায়বা ষ্টদি অসিদা খঙবা ঙমখি।

রিসার্চরশিং অদুনা অহিংবা শঙ্গোমগী সেম্পলশিং অদুদা এন্টিবাইওটিক-রেজিষ্টেন্ট ওইরবা বেক্টরিয়াগী ষ্ট্রেনশিং য়াওরম্বা থেংনখি। শঙ্গোম অদু রুম টেম্পরেচরদা থম্বা মতমদা হায়রিবা বেক্টরিয়াশিং অদুগী মশিং অদুক্কী মতীক য়াম্বা হেনগৎলকখি।

ষ্টদি অদুগী রিসার্চরশিংগী মনুংদা অমা ওইরিবা য়ু সী দাভিস ৱেষ্টর্ন সেন্টর ফোর ফুদ সেফটিগী মেনেজরসু ওইরিবা রিসার্চ মাইক্রোবাইওলোজিষ্ট মিচেলি জে-রুসেলনা হায় অহিংবা শঙ্গোম অসি থৌওইনবু ওইরবসু শোয়বদগীবু ওইরবসু টেম্পরেচর লান্না থম্লবদি এন্টিমাইক্রোবিয়ল রেজিষ্টেন্স জিন য়াওবা বেক্টরিয়াশিং মচা পোক্লকই।

এন্টিবাইওটিক রেজিষ্টেন্স হায়বসি হৌজিক্কী মতম অসিদা অনা লায়েংগী লমদা থেংনরিবা খ্বাইদগী খুদোংথীনিংঙাই ওইরবা ফিভমশিংগী মনুংদা অমনি। সী দি সীগী মতুংইন্না য়ু এসতা এন্টিবাইওটিক রেজিষ্টেন্টনা মরম ওইরগা চহী খুদিংগী মীওই মিল্লিয়ন ২.৮ নাহনবগা লোয়ননা মীওই ৩৫,০০০ শিহল্লি হায়রি।

এন্টিবাইওটিক-রেজিষ্টেন্ট বেক্টরিয়া চাশিন-থকচিনখিবা হায়বসি চারিবা মীওই মশাদুখক নত্তনা খুন্নাই পুম্নবু খুদোংথীহনগদৌরিবনি। মরমদি রেজিষ্টেন্স ওই হায়রিবা জিন অদু বেক্টরিয়াশিংগী মরক্তা ট্রান্সফর তৌনবা ঙম্মী, মসিদগী এন্টিবাইওটিক রেজিষ্টেন্সকী থৌওং শন্দোরক্কদৌরিবনি।

শঙ্গোম অফম্বা চারোইদবনি: শঙ্গোম অহিংবা অসি কাঙলোন চুম্না থমদ্রগদি অসুক্কী মতীক খুদোংথীনিংঙাই ওই হায়না রিসার্চরশিংদুনা হায়রি। মখোয়না শঙ্গোম অফম্বসু চাদনবা চেকশিনৱা থম্লি, শঙ্গোম অফম্বা শেম্নবগীদমক শঙ্গোম অহিংবা অদু রুম টেম্পরেচরদা নুমিৎ ১-৫ ফাওবা থম্মী। শঙ্গোম অফম্বা চাবনা এন্টিমাইক্রোবিয়ল-রেজিষ্টেন্স বেক্টরিয়া চাং হেন্না চাশিনখিনবগী মরম অমা ওইরি হায়নসু মখোয়না ফোঙদোক্লি। শঙ্গোম অহিংবা চানিংবা মীওইশিংনা মদু থম্বা মতমদা ফ্রিজদা ওইনা থম্নবগী ৱাফম ফোঙদোক্লদুনা রিসার্চর জিনজিন লিয়ুনা হায়, 'ঐখোয়না মীয়াম্বু কিহনবা পাম্বা নত্তে, মখোয়বু খঙহনবা পাম্বনি। শঙ্গোম অহিংবা থক্লিংলবদি এন্টিবাইওটিক-রেজিষ্টেন্ট জিন য়াওবা বেক্টরিয়াশিং মচা পোক্লকপগী খুদোংথীবা অদু হন্থহন্নবগীদমক রেফ্রিজরেটরদা থম্বীয়ু'।

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাম্লি

সিনাম জেমস, কোঞ্চাক ময়ায় লৈকায়, ময়াং ইম্ফাল

লমদম অসিদা কোভিদ-১৯ পোজিটিভ ওইরম্বদগী নেগেটিভ ওইদুনা ফরবা অমদি পোজিটিভ ওইদ্রবসু পোজিটিভ ওইবা মীওইগা ক্বারন্টিন সেন্টর অমদা পুন্না ক্বারন্টিন তৌমিন্নরুবা মীওইশিংনা ময়ূমদা হল্লকপা মতমদা লৈকায়গী মীওইশিংনা য়ূমদা চঙদুনা লৈবা য়ারোই হায়দুনা লৈকায়গী কম্যুনিটি হোলদা লৈহনবগী থৌওং য়াম্নমক নুংঙাইজদে। অসিগুম্বা থৌওং অসি ৱাখল য়াম্না থেনবগী থৌওংনি। অতোপ্পা ষ্টেটশিংদগী হল্লক্তুনা ক্বারন্টিন সেন্টরদা লৈরিবা মীওইশিংনসু ৱাখল তানা মতম খরদং লৈহন্নিংই। মপান্দা লৈবদা ৱারে হায়বদগী অচৌবা রিস্ক লৌদুনা লৈঙাক্লা পুশিনবিরকখিবনি হায়বসি কাউফম থোক্তে। নুমীৎ খরনীদং লৈবদা এঞ্জাং হাওই হাওতে হায়দুনা ইরাং তৌহন্নিংদে অমদি ক্বারন্টিন সেন্টরদা ময়াই কাবা চিঙাক চাশিন-থকচিনবা তৌবিগনু। অমরোমদা লমদম অসিদা কোভিদ-১৯ পোজিটিভ ওইবগী মশীং লেপ্পা লৈতনা হেগৎলক্লি। অদুবু লাইবক থীবদি হৌজিক ওইরিবা ফীভম অসিদদি লোকদাউন তৌরি হায়বসু মানদ্রে। লোয়নননা হৌজিক মীয়াম্না লম্বী-সোরোক্তা থোক্লুরক্লিবা অসি হিংদবা য়াদবগীনি। মরম অদুনা লৈঙাক্লা মীয়ামগীদমক্তসু করিগুম্বা খরদি তৌহন্নিংই।

নিংথৌজম রোনালদো, হৈরোক পার্ট-টু

মালেমদা লৈরিবা থৱায় পানবা পুম্নমক্লা হিংবদা তঙাইফদনা মথৌ তাবা মহৌশাগী খল নোংম-নোংমগী ফীভম কায়থরক্তুনা হৌজিক্তি অকিবগী ফীভম অমদা লাক্লে। চিং-পাৎ, তুরেলগী ফীভম হায়নিংঙাই লৈতনা শোকচিনখ্রে। তুরেলদা প্লাষ্টিক থাদরকপা, তীল হাৎনবগী হীদাক কয়া চেন্থরকপা, ফি শুজিনবা অমদি তোঙান-তোঙানবা তুরেলবু মোৎশিনহনবা য়াবা থবক লেপ্পা লৈতনা চৎথনরকপনা তুরেলগী ঈশিং হু চেল্লবা ঈশিং ওইরকপনা তুরেলদা লৈবা ঙাগী মরূম ফাওবা মচা ওনবগী চাং য়াম্না হন্থখ্রে। মরম অদুনা মণিপুরগী পুৱারীগা শাগোন্দুনা লাক্লবা তাঙলবা ঙা কয়াসু মূৎখ্রে, কয়া অমসু মূৎপা য়ানা লৈরে। মতম অমদা থকপা য়ারম্বা লোক্তাক পাৎকী ঈশিং ঙসিদি মচু ওনখ্রে। লোয়নননা লোক্তাক পাৎকী ইরোন্নুংসু থেনগৎলক্লি। চিংদা লৈরম্বা শা কয়া মাঙখ্রে। উমং-ৱামং লৈশিল্লক্তবনা নুংশিৎতা ফত্তবা হু চেনবা নুংশিৎ য়াওবগী চাং হেনগৎলক্লে। পূম্নমক অসিনা মীওইবা খুন্নাইনা হিংবদা অকায়বা পীবা খক নত্তনা মালেম অসিদা লৈরিবা থৱায় পানবা জীব খুদিংমক্তসু অচৌবা চৈথেং অমা পীরি। মরম অদুনা ঐখোয় মীকপ থোকপগী মতম ওইরে।

অদোমগী মরুওইবা ওপিনিয়ন ৯৭৭৪৮০৩১৪৫ নত্রগা hueiyen_lanpao@rediffmail.com/hueiyen_lanpao@yahoo.co.in দা থাবিরকউ।

লোকদাউনদা চাকখুম মৈ মুৎপা য়াওগদৌরে : মোবি

অসেম বেবিচা

ইম্ফাল, জুলাই ১৯ (ঐচ এন এস): মালেমদা শন্দোরক্লিবা কোভিদ-১৯গী লাইচৎ অসিনা নোংমগী অপীকপা শেল তাল্লগা ইমুং-মনুং পুদুনা হিংলিবা মীওই কয়াদি লোকদাউনদা চাকখুম মৈ মুৎপা য়াওগদৌরে হায়না চহী ২৩ হেন্না এন্সাং-নাপী য়োল্লক্লুবী তোংৱম মোবি (৫৬) না ফোঙদোরক্লি।

পাউচে অসিগা উনবদা মোবিনা হায়খি, মহাক ৱাংজিং ৱাংখৈদগীনি। মপুরোইবসু লৈখিদ্রে। মচানুপা অমগা নুপী অমগা লৈ। মচানুপীদি ময়ুম পানখ্রে। মচানুপাসু নুপী থিদুনা মচা অনী লৈরে। মচানুপাসু লৈঙাক্কী থবক তৌবা নত্তে, নোংম-নোংমগী অফং-অফংবা থবক শুরি।

লোক্দাউন তৌদ্রিঙৈদদি ৱাংজিংদগী ইম্ফালদা লাক্লগা মনা-মশিং য়োল্লি। ইম্ফাল য়ৌবদা গাড়ী অতোংমল লুপা ৬০ লৌরম্মী। লোক্দাউন লৈখিবদগী মীওই ৩/৪না পুল্লগা গাড়ী রিজার্ভ তৌবদা ইম্ফাল য়ৌবদা লুপা ২০০০ লৌই। পোৎ খরা হেন্না য়োনবনা শেল খরা য়াম্না পী। এন্সাং-নাপী লৈকায় লৈকায়দগী খোল্লগা য়োনবনি। এন্সাং য়োন্দ্রবদি চরা হেনবগী ফীভমদা লৈরে।

ইশুনুপা পীক্লিবা অদুসু লৈকায়না অয়ুক্কী চাক পীজরগা মথন্তা য়ুমদা লৈহৌই। মপানা নোংমগী অফং-অফংবা থবক শুবা চৎলি। নোংঙান্দ্রিঙৈদগী ইম্ফাল য়ৌনবা লাকপদা অঙাং অদু য়েংশিনবা ঙমদে। গাড়ী অতোংমল খাইদোকখ্রগা য়ুমদা লুপা ২০০/৩০০দগী হেন্না লেমদে। ফংলকপা শেল খরা অসিনা য়ুম পুরি।

বি পি এল কার্দ পায়বনা থা খূদিংগী চেঙ ফংই। অদুবু মদুনা হিংনবা হোৎনবদি ঙমদে। বি পি এলগী তোঙান তোঙানবা স্কিম কয়া লৈ হায়রগসু ফংবা নত্তে। তান্নবসু ঙমদে। হৌজিক্তি চহী য়াল্লকপনা পাঙ্গলসু শোঞ্জিল্লক্লে। খনাওদা পোল্লগা ফুনজিল্লক্লি। লায়েংনবা শেল লৈতে। হান্না ৱারম্বা চাংদগী হৌজিক্লা হেন্না ৱারে। মপী-মপা ওইরিবা লৈঙাক্লা এন্সাং-নাপী য়োন্দুনা হিংনবা হোৎনরিবা মীওইশিংগীদমক থৌরাং খরা লৌখৎপীয়ু। হৌজিক লোকদাউন মনুং অসি য়াম্না ৱারে। লৈকায়-লৈকায়দা অৱাবা মীওই কয়া য়াম্না লৈরিবগে হায়বা সর্ভে তৌবীয়ু। ঐখোয়গী হিংনবগী লম্বী পীবীয়ু হায়নসু মহাক্না মখা তানা ফোঙদোকখি।

থোমগাইনবদা ১ শিরে

ইম্ফাল, জুলাই ১৯ (ঐচ এন এস): ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্টকী ইরিলবুং পুলিস ষ্টেসন্না কোনবা ঙারিয়ান লম্বীগী খাংজেং লাইরেম্বী লমখায়দা ইরাই নুমীৎকী নুংথিল পুং ৫.৫০ রোম তাবদা দাইও তোংদুনা নুপা অমা কার অমনা থোম্বদগী শোক্তুনা এদভান্স হোস্পিটালদা পুখৎতুনা লায়কন্নবা হোৎনবদা লৈখিদ্রে হায়রি। লাইবক থীবা থৌদোক অদুদা লৈখিদ্রবা নুপা অদুগী মমিং নিঙোম্বম রঞ্জিৎ এলিয়স ইঙো (৫৭), অপোকপা লৈখিদ্রবা এন ইবোবী কৌই। মহাক য়াইহিরিপোক বামোন লৈকায়দা লৈবনি। থৱায় য়াওদ্রবা হকচাং অদু ঙসি পোরোম্পাৎকী জেনিমস মোর্গতা পোষ্ট মোর্টেম তৌরবা মতুংদা পুলিসনা ইমুং-মনুংদা খুৎশিন্নখ্রে হায়রি।

ককচিংদগী পল্লেল তাবা লম্বীদা উ-চারা কয়া থাখ্রে

ইম্ফাল, জুলাই ১৯ (ঐচ এন এস): ককচিংদগী পল্লেল তাবা লৌয়াই লম্বী হায়না খঙনবা লৌউ-শিংউগী মরুওইবা লম্বী পরিং অসিদা লাইওন্স ক্লব ওফ ককচিং গ্রেটরনা শীন্দুনা ৭১রকশুবা বনমহোটসবকা মরী লৈননা উ-চারা কয়া থাখ্রে।

লাইওন্স ক্লব ওফ ইন্টরনেসনলগী হ্যুমেনিটরিয়ন সর্ভিসকী মরুওইবা পান্দম অমা ওইরিবা ইনভাইরনমেন্টবু কনবগী শরুক অমা ওইনা ঙসি ককচিংদগী পল্লেল তাবা লৌয়াই লম্বী হায়না খঙনবা মফম অসিদা উ-চারা মখল কয়া থাখিবনি।

উথাবগী থৌরম অদুদা লাইওন্স ক্লব ককচিং গ্রেটরগী প্রসিদেন্ট লাইওন উত্তম কুমার, সেক্রেটরি ডা. এম রাজকুমার, লাইওন্স ক্লব ককচিংগী মথং টর্মগী প্রসিদেন্ট খল্লবা লাইওন এন মুনাল, সেক্রেটরি এম মাঘো অমদি ট্রেজরর লাইওন প্রেমানন্দসু শরুক য়াখি।

উ-চারা থাবগা মরী লৈননা লাইওন্স ক্লব ককচিংগী সেক্রেটরি ডা. এম রাজকুমারনা ফোঙদোকখিবদা, ইনভাইনরমেন্ট কনবগা মরী লৈনবা প্রোগ্রাম অসি লাইওন্স ক্লব ইন্টরনেসনলগী অচৌবা মীৎয়েং অমনি। ইনভাইরনমেন্ট কন্নবা ৱাখল্লোনগা লোয়ননা উ থাবগী থৌরম অসি পাঙথোকপনি। উপাল-ৱাপাল থাবগী খ্বাইদগী ফবা মতম অসি জুন অমদি ওগষ্ট ফাওবগী মতমনি। অশংবা মালেম অমা ওইহন্নবা চঙশিল্লকপনি। উপাল-ৱাপাল য়োকখৎপা অমসুং উ-চারা থাবগী থবক্তা পূক্নিং থৌগৎপগা লোয়ননা ঐখোয় খূদিংমক্না ঈশা-ঈশানা উ-চারাশিং থাবা তাই। ক্লব অমদি লৈকায়গী অকোয়বদা নুমীৎ খূদিংগী উ-চারা থারবদি অশংবা লমদম ওইরক্কনি।

মহৌশাগী অঈং-অশাগী খল ঙাক্লা থম্নবা হোৎনবা হায়বসি য়াম্না মরুওইবা অমনি। ক্লাইমেট চেঞ্জকী চৈথেং কয়া ঐখোয়না থেংনরবনি। মালেমগী ওইনা অঈং-অশাগী খল কায়রকপদগী ওইরক্লিবা চৈথেং কয়া অসি খঙমিন্নবা তঙাইফদে। উমংশিং য়োকখৎতুনা মহৌশাগী ওইবা অঈং-অশাগী খল ঙাক্লবা হোৎনবদা মীয়ামগী থৌদাং চাউই। তুংগী মীরোলগীদমক ঙসিগী মীরোল ঐখোয়না উপাল-ৱাপাল য়োকখৎপগী তঙাইফদবা অদু খঙমিন্নবা তঙাইফদে হায়নসু মহাক্না মখা তানা ফোঙদোকখি।

খুৎয়েক পীবীয়ু

ইম্ফাল, জুলাই ১৯ (ঐচ এন এস): পব্লিক হেল্ঠ এঞ্জিনিয়রিং দিপার্টমেন্ট ৱর্কর এন্দ ইমপ্লোয়ী ওর্গনাইজেসনগী ওফিসতা পি ঐচ ঈদা থবক তৌরিবা কেজ্যুএল অমদি মাষ্টর রোল ইমপ্লোয়ীশিংনা থা অসিগী ২০দা মশা-মশাগী সর্ভিস মেটরগীদমক খুৎয়েক পীবীয়ু হায়না কম্মিটি অসিগী কো-কনভিনরনা থোকপা চেরোল অমনা হায়রি।

খুৎয়েক পীবা লাক্তবা ইমপ্লোয়ী-শিংগী ৱাকৎতি মখা তানা লৌরোই। ইমপ্লোয়ীশিংনা খুৎয়েক পীবা লাকপীয়ু হায়নসু মখা তারি।

ভলন্টিয়রশিং পোজিটিভ ওইবা য়াওরক্লবসু নিংহন্নবা লৈতনা হোৎনরি : কম্মিটি

ইম্ফাল, জুলাই ১৯ (ঐচ এন এস): কোভিদ-১৯বু মায়থীবা পীনবগীদমক ভলন্টিয়র কয়ানা শিবা নাবা কিদনা ইরমদমসিগী খন্দুনা মশা-মশাগী লৈত-লায়র পুম্নমক তুংওইনরগা থা ৪ রোম হোৎনরকপা অসিদা ভলন্টিয়র কয়া পোজিটিভ ওইবা য়াওরক্লবসু নিংহন্নবা লৈতনা হোৎনরি হায়না সেন্ট্রেল কম্মিটি ফোর মেনেজমেন্ট ওফ কম্যুনিটি ক্বারন্টিন সেন্টর, লিলোং এ সীগী কনভিনর তাজউদ্দিননা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, ফ্রন্ট লাইন ৱর্করনি হায়রিবা লৈঙাক্কী ইমপ্লোয়ীশিংনা থেংনরিবা অসিদগী ভলন্টিয়রশিংনা হেন্না ইনমেটশিংগা হকথেংননা থবক তৌবনা ভলন্টিয়র কয়া পোজিটিভ ওইদুনা আইসোলেসন ৱার্দতা লৈবা য়াওরি। লৈঙাক্কী মায়কৈদগী শুপ্নগী থাগৎ ৱাহৈ ফাওবা থম্বীদবসি লাইবক থীবনি। তাঞ্জা অসি য়ৌরবা ফাওবা ভলন্টিয়রশিংনা নিংহন্নবা লৈতনা ইনমেটশিংগী মতেং পাংদুনা লৈরি।

লিলোং এ সীগী ক্বারন্টিন সেন্টরগী ভলন্টিয়র ৫ পোজিটিভ ওইদুনা কোভিদ ক্যের সেন্টর থৌবালদা লায়েংলিবা অসিদা মেদিকেল ফেসিলিটিজ মরম চাদনা পীদবদা নত্তনা রুমশিং অসিদা পীরিবা খুদোংচাবা অসি নোর্মেল পেসেন্ট অমদা পীবনা হেল্লি। পোজিটিভ ওইরবা ভলন্টিয়রশিংদা অহেনবা মীৎয়েং চঙবীদ্রবদি ভলন্টিয়রশিংগী ওইবা ৱারেপ লৌরক্লগনি হায়রি।

লোকদাউন লৈরিঙৈ মনুংদা শেন্দোয় খোম্বগী থবক অথিংবা থম্লে : ক্লব

ইম্ফাল, জুলাই ১৯ (ঐচ এন এস): সেল্ফ হেল্প ক্লব, লাইফ্রাকপমনা কোনবা খুনশিংদা শেন্দোয় খোম্বগী থবক লোকদাউন লৈরিঙৈ মনুংশিংগী ওইনা অথিংবা থম্লে হায়না ক্লব অসিগী সেক্রেটরিনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, কোভিদ-১৯না মরম ওইরগা লোকদাউন লৈখিবদগী মীয়াম হায়নিংঙাই লৈতনা অৱাবা মায়োক্লরি। হৌজিক শুফম-নোম্ফম লৈতবগী খুদোংচাদবা কয়া অমা লৈবনা শেল-থুমগী অৱাবা মায়োক্লরি। ক্লব অসিনা কোল্লিবা লাইফ্রাকপম খুনগী অকোয়বদা মরুপ, টৈন্দর, লোট্রি অমদি মাইক্রো ফাইনান্সকী শেলহুন খোম্বা লাকপশিং অথিংবা থম্লে। অথিংবা অসিগী মায়োক্তা কনাগুম্বনা থবক তৌরক্লবদি মদুদা থোক্লকপা অফ-ফত্তা মশা-মশানা পুজগদবনি। লোকদাউন লৈবনা থেংনরিবা অৱাবা অসি ঐখোয় পুম্নমক্লা খঙমিন্নবা চঙই হায়রি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ২০।০৭।২০২০ ইং, নিংথৌকাবা; ইঙেলগী থাশু।

মেষ : মীকোক থোংবদি খরা ৱারসু অমদি নচা-ননাইগীদমক পেন্দবা খরা লৈরসু লাইবক ফবা, মরুপ-মপাংগী মতেং ফংবা অমদি লেংদবা লন চাওখৎপা নুমিৎনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি মরী ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃষ : খম্থদনা ঙাঙবনা অমদি পোরম য়াৎপনা নচাক-নরল মাঙজবা লৈগনি অমদি হোয়া মরম চাদনা ফগনু। অদুবু মীকোক থোংবা ঙমজবা অমদি শেল ফংবদি লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - চরাংনগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

মিথুন : মায় পাকচবা, মীচং হেনগৎপা অমদি অঙম অথৌনা চানবীবা নুমিৎনি। অনীংবা থবকসু লায়না পাংগনি অমদি খুদোংথীবা কয়া লৌশিংনা নাথৈবা ঙমগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা থুংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কর্কট : পূক্নিং খরা ৱাবা, মীৱা লৌবনা শেল চৎপা অমদি নথক থোংবনা চানবীদবা লৈগনি। মরুপকী মতেং লৌবা কান্নগনি, মীয়াম লোয়নবনা অৱাবা কোকচগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি মরী ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু।

সিংহ : শেল অমদি মীচং ফংগদবা নুমিৎনি। লল্লোনবদা চাওনা কান্নগনি অমদি অনৌবা অশা লাক্কনি। অদুবু ফিংবা অমদি অনম তানবদি মাঙবগী শরুক্তা থুংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - ঈংথবা ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কন্যা : থবক পাংগনি, লাইবকসু ফৈ অমদি হকচাংসু নুংঙাইগনি। মীংচৎ ফংবগুম নুংঙাইবা, অরং-অরাক লেপশিনবা য়াবা নুমিৎনি। য়েক্লবনদি য়েংশিনবা লৈরি-কাউগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - খাংবা কল্লু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

তুলা : হেয়া অশা চাওবনা মীংচৎ থিগনি অমদি মীপাইবা পোক্কনি। অদুবু খরা থেংলপ্পা নীংবা থুংগনি, শেন্দোং ফংগনি। লৌশিং চাওবা লোয়নৌ, মীতোপ থাজগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - মীৱা লৌগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

বৃশ্চিক : শক-চু থোকপা ৱাৎকনি অদুনা অনম তানগনু অমদি নাপল থাদোকউ। মীয়ামগা মরী ফবা ৱাৎলি অদুনা ঈরাং পুগনু অমদি চিন য়াংগনু। হুরানবদৈ চেকশিল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী - য়াকা য়েংনা চৎলু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

ধনু : নীংবা খ্বাইদগী হেয়া থুংগনি, লল্লোন ইতিক্তা মীকোক থোংগনি অমদি মীচং হেনগৎকনি। খম্থদনা ঙাঙলদি খৎনবা নংবা য়াবা অমদি মরুপকা শাওনা লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মকর : মীচং হেনগৎপদা নত্তনা ওইজ-ওইথকসু য়াম্না ফংগনি। পন্দুনা লৈরুবা থবক পাংগনি অমদি অরং-অরাক লৌবা য়াগনি। অদুবু লৌশিং ইচাও চাওদে-তপথৌ।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা মপা চাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/য়াইঙং।

কুম্বা : নুংঙাইবা অমদি লৌশিং শোইদনা ফংগদনা নুমিৎনি। অচুম্বনা মায় পাকপা ঙসিসু লৈগনি। মরুপ-মপাং অমদি মীয়াম্নসু থোইনা চানবীগনি। মীৱাদি লৌগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - মরী ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিন : য়েক্লবনা পাঙ্গলবা অমদি ৱাজাও ঙাঙবা য়াদবা নুমিৎনি। লাইবক ফবসু ৱাৎলি অদুনা মরম খঙদনা খুৎ চাওগনু। মীয়ামগদি অফবা মরী লৈগনি, নুংঙাইবা ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - মরী ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।