থম্মোয় পাউদম | হুইয়েন ইন্দু

শিনফম অহুমখক ঐখোয়না মীরায়রুবই মহয়

ঙসিগী মীরোলসিগী হেক মমাঙ, ঐখোয়না পাখং য়ক ফাগৎলকপা মতম অদুদদি মমা-মপা ওইবশিংনা মচাশিংবু অৱাংবা থাক্কী মহৈ-মশিন তমহনবা হায়বসি দাক্তর/ইঞ্জিনিয়র ওইহনবা হায়বসিনা খ্বাইদই ৱাংবা থাক্তুনি খন্নরম্মী। এম বি বি এস নৎত্রগা বেচেলর ওফ ইঞ্জিনিয়রিং কোর্স তল্লিবা মহৈরোয়দু খ্বাইদই ফবা মহৈরোয়নি খন্নখি। ময়ায় ওইরপ ফবা, সেকেন্দ-ক্লাস ষ্টুদেন্টশিং অদুনা বি এ/এম এ অমদি অতোপ্পা ষ্ট্রীমশিং- এগ্রিকলচর, ভেটিরিনরি সাইন্সনচিংবা তম্লখি। ...'মসি অঙাংসি মহৈ-মশিন পাঙলোইদৌরি, উকিল'লা করিনো অমা তমহল্লো'... অহলশিংনা হায়নরম্মী। মশানা পামজনা, উকিল অমা ওইরগে খন্না লো তমখিবা মী, মতমদুদা মশীং য়াল্লমদে। ষ্টেট গভর্ণমেন্টকী দিপার্টমেন্টশিংগী ওফিসর অমদি লৱর গ্রেদ ইমপ্লোয়ীশিং লৌবদা কম্পিটিটিভ এগজামিনেসন পাঙথোকপা চৎনরমদে। অচৌবা ওফিসর/মিনিষ্টরশিংগী মীনুংশি-থৌজাল মখা পোন্না থবক হাপ্পা চৎনরকই। রিক্রুইটমেন্ট বোর্দ শেমদুনা অইবা চাংয়েং পাঙথোক্লবসু, এপ্লিকান্টশিংগী পর্ফোর্মেন্স/মেরিত লিষ্ট য়েংলগা মতিক চাবা, অফবা কেন্দিদেট খনবগী চৎনবীদুসু লৈরমদে। মিনিষ্টর/এম এল এশিংগী নক্লবা মীশিংদুতবু খনবগী চৎনবী শেল্লকই। মচা-মশু, মরী-মতাশিংখক্তবু থবক হাপ্পগী চৎনবীদুদগী খঙন-চান্নবা থিদুনা খুদোলপোৎ পীবা, ঙাজাও থিনবগী চৎনবী শেল্লক্তুনা, কায়নথংদা থবক্কী মমল লেপথোক্তুনা মমল পীদুনা লৈবগী চৎনবী শেল্লকখি। চৎনবী অদু মথং মথং থংথরক্তুনা ঙসি ফাওবা চৎনরি। ...'মশানা মতিক চাদুনা পরিক্ষা থাদুনা সেন্ট্রেল সর্ভিস অমা ফংগনি হায়বগী আশাদুসু লৈত্রবনিনা কৈদৌনি, লৈজবা মাল-চাং কায়বরা, লৌ-ইংখোল য়োনবরা করিনো তৌদুনা ওজা মচা অমা ওইহনবরা, সিফাই খনহনবরা করিনো অমা তৌহনবা হায়বদুনি'... অসুম্না হায়নবা তারক্লিবসি কুইরক্লে। মতম অমদা এদ্যুকেসন দিপার্টমেন্ট'তা কেরানি ওইরম্বা, দিরেক্টরগী খূৎচাবী, মেট্রিক্যুলেট/গ্রেজ্যুয়েট টিচরগী পোষ্ট, থবক হাপ্পা ঙম্বদা মমিং চৎখিবা ঐনা খঙবা মী খরা লৈ। করি অমুক হায়গনি- মণিপুর পব্লিক সর্ভিস কম্মিসনগী খূত্থাঙদা থবক চঙখিবা কম্মিসন-ওফিসর ফাওবা মমল লৌরগা হাপখিবগী ৱারী তাখি, পুকচেল শেংদবা ওফিসরনা কম্মিসনগী চেয়রমেন ওইখিবা হাক্তক্তা। মেরিত লিষ্ট'তা য়াওরবা, শোয়দনা খল্লগদবা কেন্দিদেটশিংগী ময়ুমদা কম্মিসনগী মেম্বরশিংনা 'সূপশোয় শোয়দনা খল্লগে অৱামল খরদি পীয়ু' হায়দুনা মন্ত্রিক্লরম্বা, 'অশিবা শেল চাবা' হায়নরম্বা থৌওংদু চত্থনবা হোৎনরম্বনি। পীখিবা/পীখিদবা অনীমক্কী পাউ তাখি। তমজরিবা পাউ অসি মণিপুরদা শেঞ্জা-থুমজা হায়বসি কয়ামুক ফজনা মরা তাখ্রবা প্রক্টিস অমা ওইখ্রবনো হায়বগী খুদম অমা পীজনিংদুনা তমজবনি। করপসনগী মহীক্লা মণিপুর পব্লিক সর্ভিস কম্মিসন'গুম্বা রিক্রুইটমেন্ট এজেন্সী অমা ফাওবা চাশিল্লকপগী ফীভম লাকপসিদদি লৈপাকসিগী তুংলমচৎ কদোমদা হায়বা ৱাহং অমা প্রজাশিংগী থম্মোয়দা শোয়দনা হংনীংলমগনি। ২০১৬তা এম পি এস সী'না শীন্দুনা পাঙথোকখিবা মণিপুর সিভিল সর্ভিসেস এগজামিনেসনগী রিজল্ট, সুপ্রীম কোর্ট য়ৌনদুনা হাবি জাবিগী থবক ময়াম অমা চত্থরক্লে হায়বগী প্রমান ফংদুনা চৎনহনখিদবা- লৈপাক হুপ্না খঙনরে। থাজবা মাঙলবা 'পব্লিক সর্ভিস কম্মিসন' অমা ওইরে। মদুগী মতুং, চহী মঙা হেন্না হৌখ্র'ফাওবদা, মাঙখ্রবা থাজবদু হনজিনহন্নবা অতোপ্পা চাংয়েং অমা পাঙথোকপা ঙমদনা লৈরক্লি। য়ুনিয়ন পব্লিক সর্ভিস কম্মিসন'না পাঙথোকপা এগজামিনেসন অমত্তা কোভিদ-১৯ পেন্দমিক মনুংদা ফাওবা পাঙথোক্তবা তৌখিদে। 'মণিপুর পব্লিক সর্ভিস কম্মিসন'সু পোলিটিকল ইনফ্ল্যুএন্স চঙদবা, করপসন-ফ্রী ওইবা এজেন্সী অমনি হায়বা ইমপ্রেসন অমা মীয়ামদা ফাওহনবা ঙল্লবদি 'অমুবা লৈচিলগী অশোম থংবা নাকলদদি অরংবা কুয়োম অমা লৈরি' হায়বা থাজবদু লৈরমগদবনি। চহী তরুক চুপ্পা তৌফম থোকপা মথৌ অমত্তসু পাঙথোকপা ঙল্লক্ত্রবা রিক্রুইটমেন্ট এজেন্সী'সিদা হৌজিক কনানা করম' থাজরুনি? হৌজিকমক্কী ওইনদি, শেঞ্জা-থুমজা তৌদনা গভর্ণমেন্ট- জোব অমা ফং'নি হায়বই থাজবা, য়ু পি এস সী, ষ্টাফ সেলেক্সন কম্মিসন'নচিংবা সেন্ট্রেল রিক্রুইটমেন্ট এজেন্সীশিংগী খুত্থাংদা চঙবা সেন্ট্রেল গভর্ণমেন্টকী থবক নত্তনা, কনাদসু লৈরল্লোই। মেরিত লৈবা, মতিং লৈবা, অফবা নহা অমত্তা, শেঞ্জা-থুমজা তৌদনা মণিপুর গভর্ণমেন্টকী ওফিস অমদা থবক ফংনি হায়বই থাজবা লৈতে। পোষ্ট খূদিংমক্কী, মাগী মাগী তলব-রেঞ্জ মতুংইন্না ষ্টেন্দর্দাইজ তৌরবা মমল লৈ। মমলদু পীবা ঙমদবা কেন্দিদেট, মশাগী ইসেন্সিয়েল অমদি দিজাইরেবল ক্বালিফিকেসন, রিসোর্সফুল পর্সোনেলিটি-কান্নদবা ঙাক্তনি। থা খরগী মমাঙদা থোকখিবা দিপার্টমেন্ট খরগী রিক্রুইটমেন্ট নোটিফিকেসনদুগী মতুংদা মরি লৈনবা মিনিষ্টরশিংদা পীশিন্নখিবা লাখ কয়া, ইলেক্সন কোদ ওফ কন্দক্ট লাউথোকখিবদা কোক্তা খুৎ হাপ্লবা মমা-মপা, ঐনা খঙবমক্তদা মরী মঙাদি লৈ। থাগৎনিংঙাইনি, মণিপুরগী পোলিটিসিয়নশিং। কয়াদা নীংথিজবা লমদম অমা শেমগৎলমখিবা মখোয়না! লমদমসিদা পোক্লগা লমদমসিদা শিনীংদবা মরৈবাকচা কয়া অমা শেল্লমখিবা মখোয়না!

'মহৈরোয় খুন্নাই'- লৈপাক অমগী য়ুম্বীনি, নেসন অমগী য়াংলেন শরুনি- হায়নরকই মমাংঙৈদগী। অদুগা, য়ুম্বীসিবু মখোঙ-শোম'- শেল্লক্কদৌরিবা 'ওজা' হায়বা শিনফমসিবু ঈকায়খুম্নবীদবা, মীরায়বীবা খুন্নাই অদুদি লৈখা তারকপা হৌনশানি। ৱায়েলশঙনা অচুম্বা ৱায়েল তৌরক্কনি হায়বগী থাজবা লৈতবা... ঐখোয়বু ঙাকপী শেনবীনবা লৈরিবা পুলিস দিপার্টমেন্টকী পুলিস উবদা মীচম-মীয়াম্না কিরবা... অদুগুম্বা, সূম চারবা, কীন্থদৌবা কুইদ্রবা খুন্নাই অমদনি ঐখোয়না ঙসি হিংলিবা। অফবা খুন্নাই, অফবা লৈঙাক অমগী মখাদা, অফবা মীশিংগী মরক্তা লৈজনিংবগী অপাম্বা অমদি লৈরকখিবনি পূক্লিংসিদা, অঙাং ওইরিঙৈ পারকখিবা লাইরিকশিংদুনা মঙ মঙহন্দুনা। অদুগা, ঙসি পুন্সিগী অচুম্বা মশক খঙবা হৌরক্লবা মতমসিদা মায়োক্লরিবা অচুম্বশিং অসিগা তায়ওন্নবশিং অসি করিদগীনো খন্থরুবদা খঙলকই- মতম শাংনা লৈপাকসিগী মীয়াম্না খ্বাইদই মরুওইবা শিনফম অহুম অসি মীরায়রুবই মহয়নি- টিচিং, লো অমসুং লো-এনফোর্সমেন্ট। লোয়র, দোক্তর, ইঞ্জিনিয়র অমদি অতৈ শিনফমদা থবক তৌবা ইমপ্লোয়ীশিংনা জর্মনগী চাঞ্চেল্লর (হৌজিক্তি পোত্থাখ্রবা) এঞ্জেলা মার্কেলদা ৱাকৎলুবদা খুল্লকখিবা পাউখুম অদু নীংশিংলকই... 'নখোয় পুম্নমক্না পায়রিবা শিনফম অদু পায়বা ঙম্নবা লৌশিং হাপ্পীরক্লিবা ওজাশিংগী তলবতগী নখোয়না হেনগদবনি হায়বদুদি ঐহাক য়াবা শুকঙম ঙল্লোই'।

কোফি থকপনা

লৌশিং পুক্কৈ

মীওইবগী হকশেলদা পীবা তোপ তোপ্পা কান্নবশিং-২

দিপ্রেসনগী রিস্ক হন্থহল্লি

ষ্টদি খরদা থেংনখ্রে মদুদি, কোফি থকপগা দিপ্রেসনগী রিস্ক নেম্বগা মরী লৈনৈ। ষ্টদি ৭কী রিভ্যু অমগী মতুংইন্না নোংমগী থকপা কোফি কপ অমা খুদিংগী দিপ্রেসনগী রিস্ক চাদা ৮ হন্থহল্লি

অতোপ্পা ষ্টদি অমদা থেংনখি মদুদি, নোংমগী কোফি কপ অমখক্তং থকপগা চাংদম্নবদা নোংমগী য়ামদ্রবদা কোফি কপ মরি থকপনা শিংথানবা য়াবা চাংদা দিপ্রেসনগী রিস্ক হেন্না হন্থহল্লি।

মসিদসু নত্তনা মীওই ২০০,০০০ হেনবদা চত্থখিবা ষ্টদি অমদা কোফি থকপনা সুইসাইদ তৌদুনা শিবগী রিস্ক হন্থহল্লি হায়বা উৎখি।

লিভরগী অনাবশিংদগী ঙাকথোকপা ঙমই

য়াম্না নুংঙাইবা ৱাফম অমা ওইনা, কোফিনা লিভরগী হকশেলদা মতেং পাংবগা লোয়নননা লায়নাদগী ঙাকথোকই হায়না ষ্টদি কয়ামরুম্না তাক্লি।

খুদম ওইনা পল্লবদা, ষ্টদি অমদা লিভরগী অনাবা লৈবা মীওইশিংদা নোংমগী কোফি কপ ২ দগী হেন্না থকপগা লিভর স্কারিং অমসুং লিভর কেন্সরগী চাং হন্থবগা মরী লৈনবা থেংনখি।

অতোপ্পা রিছার্সনা উৎলি মদুদি, মীওইবনা কোফি হেন্না থক্লিমখৈ ক্রোনিক লিভর দিজিজনা মরম ওইরগা শিবগী রিস্ক হন্থহবা হেল্লি। নোংমগী কোফি কপ অমা থকপগা রিস্ক চাদা ১৫ হন্থবগা মরী লৈনখি, অদুগা নোংমগী কপ মরি থকপনা রিস্ক চাদা ৭১ হন্থবগা মরী লৈনখি।

হার্ট মশা ফনা থম্বদা মতেং পাংই

কোফি থকপনা হার্টকী হকশেলদা কান্নবা পীবা য়াই হায়না রিছার্স খরনা উৎলি।

রিভ্যু অমদা থেংনখি মদুদি, নোংমগী কোফি কপ অহুমদগীনা মঙা ফাওবা থকপগা থম্মোয়গী লায়না নারকপা য়াবগী রিস্ক চাদা ১৫ হন্থবগা মরী লৈনৈ।

ষ্টদি ২১গী অতোপ্পা রিভ্যু অমদনা নোংমগী কোফি কপ ৩দগীনা ৪ ফাওবা থকপগা ষ্ট্রোককী রিস্ক চাদা ২১ হন্থবগা মরী লৈনৈ হায়বা উৎখি।

মসিদসু নত্তনা, মীওই ২১,০০০দা চত্থখিবা ষ্টদি অমদা কোফি থকপগী চাং হেনগৎপগা হার্ট ফেল ওইবগী চাং শীংথানবা য়াবা চাংদা হন্থবগা মরী লৈনৈ হায়বা থেংনখি। অদুমওইনমক, কেফিননা ব্লদ প্রেসর লেভেলদা এফেক্ট তৌবা য়াই হায়বসি কাউরোইদবনি। মরম অদুনা মশাগী ব্লদ প্রেসর মেনেজ তৌদবা মীওইশিংনা কোফি থকপগী চাং অকক্লনা থম্বা নৎত্রগা ময়াই ওইরপ্পা চাংদা থম্বা মথৌ তাই।

পুন্সি শাংদোকহনবা ঙম্মী

কোফি থকপনা পুন্সি-নোংশাংবগী চাং হেনগৎহনবদা মতেং পাংই হায়না রিছার্স খরনা তাক্লি। খুদম ওইনা পল্লবদা, ষ্টদি ৪০গী রিভ্যু অমগী মতুংইন্না মীওই অমগী মশাগী চহী, হকচাংগী অরুম্বগী ফিভম, অমদি য়ু থকপগুম্বা ফেক্টরশিংগী থোইদোকপা খেন্নবা লৈতনা, নুমিৎ খুদিংগী কোফি কপ ২দগী ৪ ফাওবা থকপনা শিবগী রিস্ক হন্থহল্লি হায়রি।

মসিগা চপ মান্নদা, মীওই ১,৫৬৭দা চত্থখিবা ষ্টদি অমদা কেফিনেটেদ কোফি থকপগা চহী ১২ অমসুং ১৪ ফোলো-অপ তৌরবা মতুংদা শিবগী রিস্ক হন্থরকপগা মরী লৈনবা থেংনখি। মসিদা নত্তনা নোংমগী য়ামদ্রবদা কোফি কপ অমতা ওইরবসু থকপগা কেন্সরনা মরম ওইরগা শিবগী রিস্ক হন্থবগা মরী লৈনবসু থেংনখি।

পুক্লিং চিংশিন্নিংঙাই ওইবা ৱাফম অমনা, কোফিনা য়িষ্টপু ফ্রী রেদিকেলশিং অমসুং দি এন এ দেমেজতগী ঙাকথোক্তুনা য়িষ্ট অদুগী মপুন্সি শীংথানবা য়াবা চাংদা শাংদোকহনবা ঙমখি হায়না টেষ্ট-ট্যুব ষ্টদি অমনা উৎখিবা অসিনি। অদুমওইনমক হায়রিবা ৱাফম অসিমক মীওইবদা পানশিনবা য়াবরা হায়বগী মতাংদদি অহেনবা রিছার্স মথৌ তারি।

শান-খোৎনবগী পর্ফোমেন্স ফগৎহল্লি

কোফি অসি এঠলিটশিংনা মখোয়গী পর্ফোমেন্স হেনগৎহন্নবগীদমক অমদি ইনর্জি লেভেল হেনগৎহন্নবগীদমক ইর্গোনিক এইদ অমা ওইনা তোয়না শীজিন্নৈ।

ইর্গোনিক এইদ হায়বসি পর্ফোমেন্স ইনহেঞ্চর হায়নসু কৌনৈ।

ষ্টদি মাপলগী রিভ্যু অমনা রিপোর্ট তৌখিবদা, কন্ট্রোল গ্রুপ অমগা চাংদম্নবদা হকচাং শাজেল তৌরমদাইদা কোফি থকপা মীওইশিংনা অৱাবা খাঙবা ঙম্বগী পাঙ্গল ফগৎহল্লি অমদি অৱাবা ফাওবগী চাং হন্থহল্লি হায়রি।

অহল ওইরবা মীওই ১২৬তা চত্থখিবা অতোপ্পা ষ্টদি অমনা থেংনখি মদুদি, কোফি থকপগা ফিজিকেল পর্ফোমেন্স হেনগৎপা অমদি খোঙথাং য়াঙবগী চাং থুগৎহনবগা মরী লৈনৈ। হায়রিবা অসি পার্টিসিপেন্টশিং অদুগী মশাগী চহী, পুক্কী ফেট, অমসুং ফিজিকেল এক্টিভিটি লেভেলনচিংবা ফেক্টরশিং এদজষ্ট তৌরবা মতুংদসু অদুম্মক হোংদনা লৈখি হায়রি।

আর্টিকল অসি রিলাইএবল সোর্সতা য়ুম্ফম ওইরগা ফোঙবনি, অদুবু মসিনা মেদিকেল প্রোফেসনেলশিংগী পাউতাককী মহুৎ শিন্নবা হোৎনবদি নত্তে

মহৈরোয় ১১৯দা ভেক্সিন কাপথোকখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ২০ (ঐচএনএস) : হৌজিক মণিপুরদা কোভিদ পোজিটিভিটিগী চাং নোংম-নোংমগী হেনগৎলক্লিবা অসিগী মতাংদা ইন্টরনেসনল স্কুল ওফ রিসোর্সেস (ইসোর), কাঞ্চিপুর ইম্ফালগী ষ্টাফশিংনা কুপ্না খন্নরবা মতুংদা স্কুল অসিদা তল্লিবা মহৈরোয়শিংদা মাস ভেক্সিনেসন তৌবগী প্রোগ্রাম অমা ঙসি স্কুল অসিগী কেম্পসতা পাঙথোক্তুনা পূন্না মহৈরোয় ১১৯দা কোভিদ ভেক্সিন কাপথোকখ্রে।

ভেক্সিনেসন প্রোগ্রাম অদুগী মতাংদা ফোঙদোক্লদুনা স্কুল অসিগী প্রিন্সিপাল এল বিরেননা ফোঙদোকখিবদা, প্রোগ্রাম অসিগী মরুওইবা পান্দমদি মহৈরোয়শিংবু কোভিদ-১৯দগী ঙাকথোকপা অমদি মহৈরোয়শিংগী মরক্তা লায়না অসি শন্দোকপা থিংবা হায়বসিনি। ঙসি পাঙথোক্লিবা প্রোগ্রাম অসি মপুঙ ফাবা অমা ওইবা ঙল্লিবা অসি মরুওইনা ইম্ফাল ইষ্টকী মেদিকেল দিপার্টমেন্টকা খুৎশম্নদা পাঙথোকপনি। থৌরম অসি মপুঙ ফাহনবিবগীদমক মেদিকেল দিপার্টমেন্টকী টিমবু স্কুল অসিগী মায়কৈদগী ঙমখৈ লৈতনা থাগৎপা ফোঙদোকচরি।

অরোইবদা প্রোগ্রাম অসিবু কভরেজ তৌবিবগীদমক প্রিন্ট অমদি ইলেক্ট্রোনিক মীদিয়াগী মরী লৈনবা মীওইশিংবুসু থাগৎপা ফোঙদোকচরি হায়নসু মহাক্না মখা তাখি।

হিজম নরুন কুমারবু উরিপোক এ সীগী এ এ পিগী মীরেপ ওইবদা অয়াবা পীরে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ২০ (ঐচএনএস) : লাক্লিবা মণিপুর এসেমব্লি ইলেক্সন ২০২২ অসিদা আম আদমি পার্টি (এ এ পি), মণিপুরগী মীরেপ ওইনবগীদমক পার্টি অসিদা হায়জরকখিবা এ সী খরগী মীওইশিংগী মরক্তা উরিপোক এ সীগী ওইনা হিজম নরুন কুমারবু মীরেপ ওইনবা পার্টি অসিগী লাংগোল গেম ভিলেজদা লৈবা কম্মিটিনা অয়াবা পীরে। পার্টিগী ফ্লেগ থেৎপা অমসুং বুথ লেভেল কম্মিটি শেম্বা য়ারগনি হায়না এ এ পি মণিপুরগী প্রসিদেন্ট থৌদাম মণিহারনা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অসিনা হায়, পার্টি অসিদা মীরেপ ওইগে হায়জরকখিবা এ সী খরগী মীওইশিংগী বাইও-দেটাশিং পার্টিগী প্রসিদেন্ট য়াওনা এগজিক্যুটিব কম্মিটিনা কুপ্না খন্নরি। মীওইশিং অদুগী মরক্তা অহানবগী ওইনা উরিপোক্কী হিজম নরুন কুমারবু কেন্দিদেট ওইবদা অয়াবা পীবনি।

রিপব্লিক টি ভিগী সর্ভে মতুংইন্না পঞ্জাব ষ্টেট এসেমব্লি ইলেক্সনদা এ এ পিনা সিট ৫০-৬০ ফাওবগী চাংদা কারবা য়াই হায়রি। গোৱাদা এ এ পিনা চাদা ১২গী চাংদা মায় পাক্কনি হায়না থাজনরি। নাকল অমরোদা, মণিপুরগী ওইনা মীখল অসিগী অহানবা ফেজ ফেব্রুৱারী ২৭তা লেপ্লিবা অসি নোংমাইজিং নুমিৎ ওইবা মরম্না ঈ সী আইদা রুলগী মতুংইন্না জেনরেল হোলিদে নত্তবা নুমিৎ অমদা লেপ্নবা এ এ পি মণিপুরনা অইবা চেরোল থারগনি হায়নসু মখা তারি।

কোভিদ-১৯গী এৱ্যের্নেস পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ২০ (ঐচএনএস) : ঐখোয় পুন্না কোভিদ-১৯ থিংমিন্নসি হায়বা ৱাখল্লোন্দা সেলিন দিজিটেলনা ঙসিসু কোভিদ-১৯ এৱ্যের্নেস কম পোষ্টর কেম্পেইন সাইকুল এ সীগী মনুং চনবা য়ুম ৯৪না খুন্দাবা লাইফারোক মরিং খুলদা পাঙথোকখ্রে। কেম্পেইন অদুদা শরুক য়াখিবশিংদা সেলিন দিজিটেলগী প্রদ্যুসর ফাঞ্জৌবম লনজিৎনা কোভিদ-১৯গী মতাংদা চেকশিন্নিংঙাই ওইবা অমদি মরুওইবা ৱাফম কয়া থমখি হায়না সেলিন দিজিটেলগী মায়কৈদগী থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টেট) জেনিমস
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ২১।০১।২০২২ ইং, ইরাই; অয়ুক পুং ৮.৫২ ফাওবা ৱাকচিংগী ১৮নি পাল্লি, মতুং ১৯নি পাল্লনি।

মেষ: অফবা ৱাখল্লোন পোকপা, লৌশিং ফুদোক্লা থৌপাংবা ঙম্বা অমদি লাই-গুরুনা চানবীবা নুমিৎনি। মীয়াম লোয়নবা হৈরদি পাংঙমদবা থবক লায়না পাঙগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা।

বৃষ: মীঙোন্দা মতেং পাঙথোকপা অমদি মরুপ মপাংগী য়াকা য়েংনা চৎপনা নুংঙাইগদবা নুমিৎনি। য়েক্লবা লৈরল্লসু ময়েং তাখিনি অমদি হকচাংসু নুংঙাইবা হেনগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশি মরিদি ফৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাংবা।

মিথুন: নচা-ননাইগী লমদা অমদি মীয়ামগা লৈনবা মরিদা পুক্লিং চঙনা থৌপাংবা ফৈ। মীগী অৱাবা উদবা তৌগনু, লিংজেল ফুদোকপা মতাং চাদে। শেন্দোং লৈ, লাইবক ফৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাংবা।

কর্কট: নখা থাবগী মতেংনা ওইজ-ওইথক ফংজৌ হায়বা নুমিৎনি। পাংঙমদবা থবক পাঙবৈসু নুংঙাইজবা খরদি লৈ। অদুবু শিল-লাংবা অমদি ৱা ঙাংবদি হৈবা ৱাৎকনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/কিসমিস।

সিংহ: পুক্লিং পেঞ্জবা, অনিংবা থবক পাঙবা ঙম্বা অমদি অফা-অপুন কোকচবা নুমিৎনি। মীয়ামগী মতেং পাল্লদি লৌবা য়াগনি অমদি থেংলপ্পা মীকোক থোংবা লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- ৱাখল নুংঙাইগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক।

কন্যা: মীয়ামগা মরি হান্নগুম ফৈ, মীগা পুল্লগা পাঙবা থবক মায় পাক্কনি, অঙম-অথৌগী মতেংসু লৌবা য়াগদবা নুমিৎনি। নাপলনা মাঙওইনরদি অচানবা কায়নগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাংবা।

তুলা: ৱাখল থোকপা, মীয়াম্না চানবীবা, পাংঙমদবা থবক পাঙবৈ নুংঙাইবা, থৌনা ফুদোক্তুনা অফবা থবক পাঙবা ঙম্বা অমদি মীংচৎ ফংবা নুমিৎনি। অনমদি তানগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা থুংই।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাংবা।

বৃশ্চিক: মীপায়রম্বা কোকচবা, ৱাখল থোকপনা খন্থরগা পাঙবা থবক খুদিং লায়না মায় পাকচবা নুমিৎনি। অরং-অরাক ফংবৈ নুংঙাইজবসু লৈ। অশাওবনদি লন মাঙহনগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাংবা।

ধনু: অনৌ অনৌবা মরুপ ফংবৈ নুংঙাইবা অমদি লম চৎপদা ওইজ-ওইথক ফংজবা নুমিৎনি। য়েৎনগদবা মরমদৈ লৈথোকউ অমদি নক্লবা মীবু পংথা থাজগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশি-ৱাখলদা নুংঙাইজৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক।

মকর: হোয়া ফবা, খোয়রাং খোয়শাওবা অমদি ঙক কনবনা নুংঙাইফম খঙলোইদবা লৈ, ঈংথনা থৌ পাঙউ ফগনি। মরুপ মপাং কা-হেন্না থাজবা য়াদবা নুমিৎনি।
লৈশা পাখংশিংগী- মতম খরা হৌহনখো।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা/চেঙ।

কুম্ভ: নিংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংবা, মীচঙ খোম্বা য়াবা, অনৌবা থবক পাঙবদা চাওনা কান্নবা নুমিৎনি। অকিবা লৈতনা থৌয়াম পাঙবা অমদি মীংচৎ তানবা শোয়দনা কান্নগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা।

মিন: নিংবা থুংলনি, মীচঙ লৈরনি, শেন্দোং চাওনা ফংলনি, পল্লম্বা লন চঙবৈ নুংঙাইবা, ৱাখল থোকপা নুমিৎনি। অদুবু অখঙ অহৈ শারদি কায়নবা নংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- মরি ফৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু/কিসমিস।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

মমি ৱারী

থৱান

অশেংবা নুংশিৎ, অশেংবা মৈ, অশেংবা মশক কনানা কদাইদা কদোমদা পুদুনা চৎলি। কনানা ওইনীংবা ওইহল্লি। ঐখোয়গী অপাম্বা ঐখোয়না পোকহনব্রা। ওইরিবা থোক্লিবশিংসিদা য়াওরিবা অহোংবগী মচাকশিংদা ঐখোয় চাওখৎলক্লিব্রা নৎত্রগা করি।