থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

পুন্সি মরী শমজিনবা অমসুং থদৎপা

ঐখোয়না শীজিন্নরিবা লোল অসি করিগুম্বদা লান্না শীজিন্নরমদুনা, ৱাহৈ (লোল) অদুগী ৱাহন্থোক'কা, লোল'দুগী ইমপেক্ট'কা অনী অসি চুনরমদবা য়াওই। খুদম ওইনা, নুংশিবা/নুংশিনবা/মরী লৈনবা! নুংশিবা হায়বগা নুংশিনবা হায়বসিগা, ইহুল অনী অসি খেন্নৈ, মান্নদে। 'ঐনা মাবু নুংশি' হায়বসিগা 'ঐগা মাগা নুংশিনৈ' হায়বসিগা অনীসি ৱাহন্থোক মান্নদে। অমনা ইথন্তগী ইহুল। অকোনবগীসিনা মীওই অনীনা অমনা অমগী ইহুলদু 'পোজিটিবলি সেয়র তৌনরবা'/অমনা অমগী ইহুলদু খঙনরবা মতমদুতদা শীজিন্নগদবা। অদুগা 'মরী লৈনবা' হায়বসিনা নুংশিনবগী অতোপ্পা থাক অমনি। 'ইবানি নুংশিনৈ' (ৱি আর ইন লব) হায়বসিনা থম্মোয় অনী খঙনরে, অমনা অমগী ইমোসন সেয়র তৌনরে হায়বনি। 'ইবানি মরী লৈনরে' (ৱি আর ইন এ রিলেসনসিপ) হায়বসিনা থম্মোয় অনী নত্তবা, হকচাং অনী নকশিন্নরে হায়বনি। থাজ-নোংইন অনীগা প্রমান তৌনরম্বদগী হায়রক্কনি - 'থৱায়সিসু নঙগীনি, হকচাংসিসু নঙগীনি'। তূম্বা-চাবা য়াদবা হায়বদু মতাংসিদই হৌগদবনি।

ঙসি ঐনা লৌখৎচরুবা/পায়খৎচরুরিবা হীরমসি ওন্থোকপা মখল অমনি। নকশিন্নরুবা মরী অমা থদৎপা হায়বসি কয়াম লুবা থবকনো? করিগী থদৎনদৌরিবনো? করম্না থদৎনগদগে? হায়বনচিংবসিগী মরমদনি। চুম্না, পাখঙ-লৈশা ওইরিঙৈদা লৈনখিবা পূক্নিং অমসুং হকচাংগী মরী তৎনহনবগী ৱা'দুঙাক নত্তে। অদুদই মখা শমথরক্কুনা, থদৎনবা য়াদনা অমত্তা ওইখ্রবা মতমদুদসু অচেৎপা মরী অমা তৎনরকপা য়াই। মরী অমা থদৎনবা হায়বসি ইরায় লায়বা, অচুম্বা থবক নত্তে। কৈদৌঙৈদা তরাইনা লৌরোইদবনি।

ইশাদা থোকখিবা ৱারী অমনা ৱামাঙ য়ানজগে। মায়োক্লনা হকথেংনরুবা কনাগুম্বী অমগা নত্তবা, ইনখৎলকপা মতমগী লাক্লা ফানা ৱারবা পূক্নিং-ইহুল অদুনা বোম্বেগী ফিল্ম-ষ্টার 'মীনা কুমারি'দা ঙাওখিবা খুৎ'ঙাওসি, ইশা ইথন্তা, ঙসিসু ফাওরি - মালেমদা অনী শুরমগনি থাজদে। অয়ুক-নুংথিল-নুমিদাং মহাক্তগী ৱাখলনি। কুমজা ১৯৭২, মার্চ ৩১ - মহাক্লা তাইবঙপান থাদোকখিবগী পাউ তাবদা কোরৌ নুমিৎ কয়ানি তূম্বা-চাবা য়াখিদবগী এক্সপরিয়েন্স - ৱারী ওইনা তাবদা নোক্লোইদবা কনানো! মশা লৈখিদবা চহী ৪৭কী মতুংসিদসু মহাক্কী ৱাখল, পূক্নিংসিদগী তান্থোকপা ৱারবা, ঙম্লরোইদবা অমনি। হায়জনীংলিবদি - নোংমতসু শকচানরকখিদে কনাগুম্বী অমগী মমি'নফাও অসুম্না, চান্দদা কোক্লরোইদবা মচু অমা শঙবা ঙম্লগা অহিংবা থৱায় ওইনা হিংমিন্নরক্লবা অনীনা অমনা অমদগী শেত্তোক্লবা - কয়াগী মতিক অৱাবগী মশকনো হায়বসিনি। মরম অসিনা, ঐদি খল্লি - থদৎনগদবা মরীদি কৈদৌঙৈদা শেমলোইদবনি, শেত্তোক্লদৌ লৈরবা কৈদৌঙৈদা নকশিন্নরোইদবনি- কায়নথংদা পূম্নমক্কা লৈনবা মরী থদত্তুনা, তাইবঙসিগা শেৎনগদৌ' লৈরবা মীওইবনি।

ৱাহং অমত্তং হঙ্গৎচগে। পাউখুম পাম্বা নৎচদে। অদোম করিগুম্বদা অহৈবা কলাকার অমনা শেম্বা কলাগী পোত্থোক অমদা পূক্নিং লৈতানা য়েংবীরুরবরা? কলা অদু ফজে নৎত্রগা ফজদে - পূক্নিংদুদা ফাওরকপা অহানবা ফিলিং অমা শোয়দনমক্কী ওইরমগনি। থীবা নৎত্রগা ফজবা - য়েংলিবা মী অদুগী পূক্নিংগী থাক অদুনা লেপচগদবনি। কলাগী খুৎশেম অমা য়েংলুরবা নৎত্রগা শোক্লুরবা - অয়েংবদুগী থম্মোয়বু কায়হৌবা, য়াকায়হনবা ঙমগদবনি। মদু ঙমদ্রবা খুৎশেমদো কলা নতে, তাদুনা লৈরম্বা নুংদুম অমা খুল্লুরগা থেন্দুনা থম্বগুম্বনি।

মতৌ অদুগুমদুনা তাইবঙসিদা লৈরিবা মীশিংসিগী মরক্তা কনাগুম্বা খরা লৈ। মখোয়দুদি ফবা নৎত্রগা ফত্তবা থোইদোক্তে। মহাক্লা অতোপ্পা কনাগুম্বা অমগী পুন্সিদুবু কাইহৌবা, ফৈনা চৎলমগদবা লম্বী অমবু চুমথোক্তুনা অচুম্বা লম্বী অমদা খোঙবু ওইনা চৎমিন্নরকপা নৎত্রগা লমজিং মৈরা ওইরম্বা ... অদুগুম্বা কনাগুম্বা অমগসু থেংনরকপা য়াই। মখোয়দুবুনি ঐখোয়না 'লাইনা থাবা/থারকপা' হায়না শৈথানরিবা। 'মেরিএজেস আর মেদ ইন হেন হেভন' - লুহোংবা হায়বসি লাইরৈবাক্তা পাঙথোকই হায়নরম্লিবা মরম অমা লৈবননি। মশীং থিঙমদ্রবা নুপা/নুপী কয়াসিগী মরক্তা ঐনা/নঙনা অমখক খল্লগা লৈমিন্নদৌরিবসিবু, অতাবা নুংদুম অমা খুনবগা পাংখক্লহন্দৌরিবা করিগীনো! ঐগী পুন্সি খোঙলোয় ওইরিবা মহাক্তুনি খ্বাইদগী পুমথোয় থোইরবা, মঙোন্দই হেনবা লৈত্রবা ... ৱাখল অসিনা খল্লগা রিলেসনসিপ অমা শাগৎপা ঙম্বা অদুনি 'অচেৎপা-য়ূম্বান'/আইদিএল কুপল'। অসিগুম্বা রিলেসনসিপ, য়ূম্বানমিন্নবগী রিলেসনশিপ অমা শাগৎপা অরুবা অমা ওইবগুম, অদুগুম্বা মরী অমা থদৎপসু অরুবা থবক অমনি। 'তলাক! তলাক! তলাক!' হায়না অহুল্লক চিন্দা অহুল্লক হায়রগা থদৎনবা য়াবা মীওইবগী মরীদুদি 'রিলেসনসিপ' নত্তে, য়ূম্বান-মরী কৌবা য়ারোই। তঙাইফদনা তোঙান তোঙানবা লম্বীদা চৎমিন্নদবা য়াদ্রবা, লৈনরম্বা অচেৎপা মরী কোমথোরকপা, মখা তানা লৈমিন্নবনা হেন্না মাঙনবা ওইরকপা অদুগুম্বা তানফম লাক্লগনা অতোপ্পনি। মরী অদু তৎনরগা তোখায় তোখায় লৈদৌ' শরুক তাইবঙসিগা লৈনবা মরীসি ওইনা থদৎলগা - অসিগুম্বা ফিরেপ লৌখিবসু কোঙ্গায়নি। পুন্সি - খোঙলোয় খনবা লুবদুগুম খাইনবসু লুবনি।

লৌশিং পুক্কে/খোমজিনবা- কৈথেল্লাকপম খুমনঙম্বা

শম শাঙ্গৎলকপগী মরমদা খঙবা য়াবশিং

ঐখোয়গী শম অসি চাংচত্তা থা অমদা সেন্টিমিটর ০.৫ দগীনা ১.৭ ফাওবগী চাংদা শাংগৎলি। হায়রিবা চাং অসি ট্রাইকোলোজি কেল সোসাইটিনা লেপ্পনি। অদুবু শম শাঙ্গৎলকপগী খোঙজেল অসি তোঙান তোঙানবা মরম কয়ামরুম্না হোংহল্লি। খুদম ওইনা নুপাশিংনা নুপীশিংদগী হেন্না থুনা শম শাংবা য়াই। শম শাংগৎলকপগী খোঙজেলদা অহোংবা পীবা মরমশিংগী মনুংদা জিনেটিক্কী ওইবা মরম, চহী, হকশেলগী ফিভম, অমদি মীরোনবা অসিনচিংবশিং য়াওরি।

মীওইবগী হকচাংদা য়াওবা কয়াৎশিংগী মনুংদা শমদগী হেন্না থুনা শাংবা কয়াৎতি বোন মেরোখক্তংনি। অদুগা মীওইবগী হকচাংগী কয়াৎশিংগী মনুংদা শম হৌদবা কয়াৎশিংদি চীনবাল, খূবাক অমদি খোঙপাকখক্তংনি। হকচাংদা শম হৌবগী মরুওইবা মরমদি হকচাংবু প্রোটেক্সন তৌবা অমদি ইংহন্দবা অসিনি। শম হৌবা অমদি শাঙ্গৎলকপগী মতাংদা নৈনমিন্নসি।

মীওইবনা পোক্লকপা মতমদা হেয়র ফোল্লিকল মিল্লিয়ন ৫ রোম য়াওরকই। হেয়র ফোল্লিকল হায়বসি উনশাদা য়াওবা শম হৌরকফম খাউ মচাশিংনি। ফোল্লিকলশিংগী মনুংদা ১০০,০০০ রোমদি কোক্কী শরুক্তা য়াওই। ওভেল ওইবা ফোল্লিকলশিং য়াওবা মীওইশিংদি শম খোই, অদুগা রাউন্দ ওইবা ফোল্লিকল লৈবা মীওইশিংগীনা শম তিংই।

শম হৌবা অমদি শাঙ্গৎলকপগী ষ্টেজশিং-

ফোল্লিকল খুদিংমক্তা প্রোটিনগী সেলশিংনা শেম্বা হেয়র রুট অমমম য়াওই। ঈনা হকচাংগী মফম শিনবা থুংনা চেনবা মতমদা প্রোটিন সেলশিং অসিদা ওক্সিজেন অমদি ন্যুট্রিএন্টশিং য়ৌহল্লি। মখোয়শিং অসি প্রোটিন সেলশিং অদু মচা পোকথোকপদা মথৌ তাই। প্রোটিন সেলশিং অদু মশিং য়ামখৎলকপগা লোয়ননা শম শেমগৎলক্তুনা উনশা ফাওরগা মপান্দা ঈন্থোরকই। শমনা উনশা ফাওরগা মপান্দা থোক্লকপা মতমদা থাউগী গ্লান্দ অমা ফাওরগা লাকই। মসিনা শমবু থোৎ-থোৎ লাউনা অমদি অরংবা কাহন্দুনা লৈহল্লি। থিনগৎলক্লিবা শম অদু উনশা ফাওরবা মতমদা শিখি। অনৌবা শম অমা মনুংদা হৌরকপগা লোয়ননা হান্নগী অশিবা শম অদু মপান্দা ঈন্থোরক্তুনা কেনখি। ফোল্লিকল খুদিংমক্তি মতম চপ মান্ননা মথৌ তৌদে।

শম হৌবগী সাইকলগী মতুংইন্না মীওই অমদগী নোংমদা শম্লা ৫০ দগী ১০০ ফাওবা কেল্লি।

শম শাংগৎলকপগী খোঙজেলদা অহোংবা পীবা ফেক্টরশিং-

জিনেটিক্স: মীওই অমগী জিননা মহাক্কী শম অদু কয়াম থুনা শাঙগদগে হায়বদু লেপ্পী।

সেক্স: নুপানা নুপীদগী শম থুনা শাংই

চহী: মশাগী চহী ১৫ দগীনা ৩০ ফাওবগী মনুংদা লৈরিঙৈ মতমদনা খ্বাইদগী থুনা শম শাংগল্লি, মসিগী মতুংদগী তপথরক্লগনি। চহী য়ামশিল্লকপগা লোয়ননা ফোল্লিকল খরদি মথৌ তৌবা লেপখি। মসিনা মীওই খরদা শম পাথরকপা অমদি কোক তাঙবা ওইহল্লি।

ন্যুট্রিসন: চীঞ্জাক্তগী ফংবা অফবা মচিগী শরুক হায়বসি শম শাঙ্গৎলকপা অমদি শম ফনবগীদমক তঙাইফদ্রবা পোৎলমনি।

টেলোজেন ইফ্লুভিয়ম :

টেলোজেন ইফ্লুভিয়ম হায়বসি ৱাখল পুক্নীংদা ষ্ট্রেস লৈবনা মরম ওইরগা শমখোঙশিংবু য়াম্না ঙনমন্না টেলোজেন ষ্টেজদা চঙহনবা মতমদা থোকই। টেলোজেন ষ্টেজ হায়বসি হেয়র ফোল্লিকলশিংনা মথৌ তৌবা লেপখিবা তাঙ্কক অদুবুনি। মতম অসিদা থা অনীরোমগী মনুংদা কোক্তা হৌরিবা শমশিংগী চাদা ৭০ রোমগী চাংদা কেনখিবা য়াই। টেলোজেন ইফ্লুভিয়ম থোকহনবগী মরমশিংগী মনুংদা অঙাং পোকপা, ফিভর কন্না তৌবা, অকনবা ইনফেক্সন তৌবা, য়াম্না কন্না নাখিবা, সর্জরি, থাইরোইদ গ্লান্দগী প্রোব্লেম, প্রোটিন মতীক চানা চাদবা অসিনচিংবশিং য়াওরি।

টেলোজেন ইফ্লুভিয়ম অসি হীদাক মখল খরনসু থোকহনবা য়াই। মখোয়শিং অদুদি রেটিনোইদ, বেটা-ব্লোক্কর্স, কেলসিয়ম চেন্নেল ব্লোক্কর্স, এন্টিদিপ্রেসেন্টস, ননষ্টেরোইদেল এন্টি-ইনফ্লেমেটরি দ্রগ অসিচিংবশিংনি। টেলোজেন ইফ্লুভিয়ম অসি মসিবু থোকহল্লিবা মরম অদু লায়েংলবা মতমদা মথন্নতা ফগল্লি।

শম মশা ফহন্নবা পাম্বৈশিং :

মচী ওইবা চীঞ্জাক হায়বসি শম ফনা হৌনবগী মরুওইবা মচাক অমনি। মরমদি শমগী অহিংবা শরুক হায়বদি শমখোঙনা মঙোন্দা মথৌ তাবা ন্যুট্রিএন্টশিং অদু ঈদগী ফংলিবনি।

শম ফহনবা চীঞ্জাকশিংদি-

ঙা: ঙাদা ওমেগা-৩ ফেট্টি এসিদ, প্রোটিন, ভিটামিন বি-১২, অমদি আইরননচিংবা পোৎলমশিং য়াওই। মখোয় পুন্নমকশিং অসিনা শমখোঙ কংবা অমদি শম ৱাউবা ফহল্লি।

অশংবা মনা-মশিং: মখোয়শিং অসিদা শম মশা ফনা থম্বদা মতেং পাংবা ভিটামিন এ অমদি সী চাং ৱাংনা য়াওই।

লেগ্যুমস: মখোয়শিং অসি প্রোটিনগী য়াম্না চাং ৱাংনা য়াওই, মসিনা শম শাংবগী ফিভম ফগৎহনবগা লোয়ননা শমগী মপাঙ্গল শোনবা অমদি মরীল চৎপসু ফহল্লি।

বাইওটিন: বাইওটিন ৱাৎপনা শম মরীল চৎপা নৎত্রগনা শম কেনবা থোকহনবা য়াই। হৱাই-চেঙৱাই, লিভর, য়েরুম মমূৎ, সোই ফ্লোর অমদি য়িষ্ট, মখোয়শিং অসিদা বাওইটিন য়াওই।

শম শাংবা থীন্থহনবা মরমশিংগী মনুংদা ক্রাস দাইট, ইটিং দিসওর্দর (এনোরেক্সিয়া নৎত্রগনা বুলিমিয়াগুম্বা), ষ্ট্রেস, চুরুট থকপা, ভিটামিন ৱাৎপা অসিনচিংবশিং য়াওই।

লৈঙাক্লা মীৎয়েং চঙবিদবনা মণিপুর ফিচর ফিল্ম পুথোক্লিবশিংদা অৱাবা কয়া মায়োক্লরে

ইম্ফাল, নবেম্বর ২০ (ঐচ এন এস) : সেউটি ফিল্ম প্রডক্সনগী অহুল্লক শুবা প্রডক্সন ওইগদৌরিবা 'অরোনবা ৱারী' গী শুটিং লোইশিল্লক্লে হায়না ফিল্ম বেন্নরগী চ্যেরমেন মনাওবী এম এমনা পাউমীশিংগা উনবগী থৌরম অমদা ফোঙদোরক্লি।

মহাক্লা মখা তারদুনা হায়, দিসেম্বর থা ফাওবগী মনুংদা ফিল্ম নম্বা লোইশিলদুনা মীয়ামদা খুৎশিন্নবা ঙম্নবা হোৎনরি। পাউমীশিংগা উনবগী থৌরম অদুদা ফিল্মগী টিমগী মীওইশিংনা ফোঙদোরকপগী মতুংইন্না মণিপুরী ফিল্মদা ঙসি ফাওবদা মণিপুর লৈঙাক্লা থোইদোক হেন্দোক্লা মীৎয়েং চঙবিবা হায়বদু ওইদ্রি। মরম অদুনা লমদম অসিদা শুটিং তৌফম লোকেসন, সিনেমা উৎফম হোল মরাং কায়না লৈতবা, চীংগী লমশিংদা সিনেমা হোল লৈতবা, সেনসর বোর্ড মণিপুরদা লৈতবনা সার্টিফিকেট লৌনবা হোৎনবদা মীরমদা চৎতবা য়াদবা অমসুং ফিল্ম নম্নবগী মতিক চাবা খুৎলাইশিং লৈতবনা মণিপুরদা ফিল্ম পুথোকচরিবা মীওইশিংদা খুদোংচাদবা কয়া চার্উনা ময়োক্লরি হায়খি।

অরোনবা ৱারী হায়রিবা ফিল্ম অসি চৎলিবা চহীগী সেপ্তেম্বর থাগী অরোইবা চৈয়োলদগী শুটিং হৌরকখিবনি। ফিল্ম অসিদা শক্তম লাংলিবা এক্টরশিংদি শিলহৈবা, সুরজ ঙাসেপম, সুনিল মাইবোয়, সুরজিৎ, তেজকিশ্বর, ইধৌ, লোয়া, দেনি লিকমাবম, বালা হিজম, শুসমিতা, ময়া চৌধুরি, লিলাবতি, গাইট্রি, থোইথোই, বালা তেনসুবম অমসুং মিনাক্সিনচিংবনি। ফিল্ম অসিগী ডাইলোগ, স্ক্রিনপ্লে অমসুং ঈশৈ ময়েকসু ইরিবা মনাওবী এম এমনা হায় ফিল্ম অসিনা চীং তম অনীগী নুংশি লিপুন শেমগৎনবা হোৎনরিবা অসিদা চাউনা মতেং পাংবা হায়বদু ওইগনি হায়খি। লোয়ননা মহাক্লা হায় ফিল্ম অসিদা মণিপুরগী শক্লাইরবা এক্টর য়াম্না য়াওবা ওইরগসু অতেনবা মতমগী মনুংদা লোয়শিল্লকপা ফিল্ম ওইগদৌরি। ফিল্ম অসিদা লিদ রোল লৌরিবা বালা হিজমনা হায়, ফিল্মসিগী টিম অসি অসুক্কী মতিক লোয়নবা নুংঙাই। ৱা অনীরকসুনা ঙাঙনদে, মরম অসিনা ফিল্ম নম্বা অসি য়াম্না থুনা লোয়শিনবা ঙম্লিবনি। ফিল্ম অসি মীয়াম্না শোয়দনা য়াম্না পাম্নগনি হায়বগী অচেৎপা থাজবা লৈ। অরোনবা ৱারী হায়রিবা ফিল্ম অসি শরুংবম বিনোদিনিনা ইবা নোভেল 'মীনোত্তুগী মরুমদা' দগী মনাওবী এম এমনা ডাইলোগ, স্কৃনপ্লে অমদি ঈশৈ ময়েকসু ইথোকপনি। ফিল্ম অসিগী দিরেক্টরনা ও সী মৈরা অমসুং ম্যুজিক দিরেক্টরনা ননাও শগোলমাংনি। মেক অপ পেহিজন খুরাই অমসুং দাবো ৱাংখৈময়ুম্না ওইরি। ফিল্ম অসিদা শৈশকলিবশিংনা অরবিন, পুস্পরানি, নলিনি, শুসমিতা অমসুং ইরায়লৈমানচিংবনি।

য়াইবিলেন চিলদ্রেন হোমদা তেংবাংলকপশিং থাগৎলক্লি

ইম্ফাল, নবেম্বর ২০ (ঐচ এন এস) : ইম্ফাল ইষ্টকী কৈবি সনাপাৎতা লৈবা য়াইবিলেন চিলদ্রেন হোমদা থা অসিগী ১২ দা কৈশামথোং হোদাম লৈরক্তা লৈবা চিত্তরঞ্জন গুরুঅরিবম অমদি গুরুঅরিবম ওংবী সুপ্রভাগী মচানুপী ভেনোরিকাগী লাইসোম লৈরক্তা হাংবা দেন্টেল ষ্টুদিওগী ৩লকশুবা চহীগী কুমওনগা মরী লৈননা হোমদা লাক্তুনা অচা-অথক পীরম্বগা লোয়ননা জেকেট ১৩ পীরম্মী হায়না য়াইবিলেন চিলদ্রেন মেনেজিং কম্মিটিগী প্রসিদেন্ট য়াঙ্গোই পিবানা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, থা অসিগী ১৪ দা থাংমৈবন্দদা লৈবা আই এম সীগী ৱার্দ নম্বর ২ গী কোর্পোরেটর হিজম ন্যুতনচন্দ্র অমদি মহাক্কী লোয়নবী অনিতাগী মবোক লৈখিদ্রবী ইবেমহলগী মঙারকশুবা লৈখিদবগী চহীগী কুমওনগা মরী লৈননা হোমদা লাক্তুনা মীওই ১০০ গী চাক্লেন শিনবগা লোয়ননা অঙাংশিংগীদমক সেমশঙ কল্লর টিভি অমদি কেবল পুশিনবীরম্মী। তাকয়েল খোংবানদগী সুরঞ্জয়না লুপা লিশিং ১, ক্বাকৈথেলদগী প্রেমিলানা লুপা লিশিং ৫, নাওরেমথোংদগী আই এম সীগী কোর্পোরেটর হেরোজিৎ ঙাঙোম্বনা লুপা লিশিং ১, দ্যুলালেন্দগী শামুয়েলনা লুপা লিশিং ১, থাংমৈবন্দদগী মোইরাংথেম সোমেন্দ্রোনা লুপা লিশিং ১, পিশুমদগী মাইবম সুরজনা লুপা লিশিং ১ তেংবাংলম্মী।

খোংমন অতোম লৈরক্তগী লাইফ্রাকপম গনশ্যামনা মহাক্কী ইমুং-মনুংগা লোয়ননা হোমদা লাত্তুনা মহাক্কী লৈখিদ্রবী লোয়নবী আর কে তম্ফাসনাগী ২৭ রকশুবা চহীগী লৈখিদবা কুমওন নুমীৎকা মরী লৈননা হোমগী অঙাংশিংগীদমক চেঙ বেগ অনী, আলু বেগ ১, হৱাই, থুম, অচাপোৎনচিংবা পীরম্মী।

থা অসিগী ১৭ তা আই সী দি এস প্রোজেক্ট ইম্ফাল ইষ্ট শওম্বুং চাইল্ড দিভলপমেন্ট প্রোজেক্ট ওফিসরনা হোমগী অঙাংশিংগীদমক চেঙ বেগ ১, শঙ্গোম পাউদর কিলো ২, অচাথাউ লিটর ২, মনা-মশিং তেংবাংলম্মী। শিংজমৈ ক্ষেত্রি লৈকায়দগী থৌদাম বিজয় অমদি থৌদাম ওংবী সুনিতিবালাগী মচানুপী রোমে থৌদামনা মহাক্কী মরুপশিংগা লোয়ননা হোমদা লাক্তুনা চাক্লেন পীজবগা লোয়ননা ষ্টেসনরি আইটেমশিং পীরম্মী। তেংবাংলক্লিবশিংবু হোমগী থৌবুরোইশিং অমদি অঙাংশিংনা তৌবীমল খঙবা উৎপগা লোয়ননা থাগৎলি হায়নসু মেনেজিং কম্মিটিগী মায়কৈদগী থাদোরকপা চেরোল অদুনা মখা তারি।

অব্দুলা ফুন্দ্রেময়ুম কন্দিসন য়াওদনা থাদোক্কদবনি : অম্মাসো

ইম্ফাল, নবেম্বর ২০ (ঐচ এন এস) : এম এম দল্লিয়ু ও হেদ ক্বার্টরগী অব্দুলা ফুন্দ্রেময়ুম কন্দিসন য়াওদনা থাদোক্কদবনি হায়না ওল মণিপুর মুস্লিম ষ্টুদেন্টস ওর্গনাইজেসনগী সেক্রেটরিনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, অব্দুলা ফুন্দ্রেময়ুমবু পোরোম্পাৎ পুলিস ষ্টেসন্না ফাজিন্দুনা থম্বসি অম্মাসোনা কন্দেম তৌই। মরম চাদনা ফাজিন্দুনা থম্বা হায়বসি সী এস ওশিংনা ঈকায় খুম্নদবনি লৌই। অথুবদা থাদোরক্ত্রবদি খোঙজং চঙশিন্নবা শেম-শারে হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

HL-B/5749/17oct-16nov.

এদ্যুকেসন (এস) দিপার্টমেন্টকী ৱেবসাইটতগী দাউনলোদ তৌবা য়াগনি

ইম্ফাল, নবেম্বর ২০ (ঐচ এন এস) : মেরিট স্কোলারশিপ স্কিমগী ফোর্ম এদ্যুকেসন (এস) দিপার্টমেন্টকী ৱেবসাইটতগী দাউনলোদ তৌবা য়াগনি হায়না এদ্যুকেসন (এস) গী দিরেক্টরনা থোকপা নোটিফিকেসন অমনা হায়রি।

নোটিফিকেসন অদুনা হায়, মেরিট স্কোলারশিপ স্কিমগী মখাদা ক্লাস টেন অমদি ট্রেল্বকী স্কোলারশিপ পীরি। কুমজা ২০০৯ গী হায়স্কুল লিভিং সার্টিফিকেট একজামিনেসনদা খ্বাইদগী য়াম্না মার্ক ফংবা মহৈরোয় ৩০০ দা চহী অমদা লুপা ৬০০০ কী চাংদা স্কোলারশিপ ফংগনি। কাউন্সিল ওফ হায়র সেকেন্দরি এদ্যুকেসন মণিপুরনা লৌবা হায়র সেকেন্দরি এগজামিনেসন ২০১৯ দা সাইন্স ষ্ট্রিমদা খ্বাইদগী মার্ক ৱাংনা ফংবা মহৈরোয় ১২৫, আর্টস ষ্ট্রিমদা খ্বাইদগী মার্ক ৱাংনা ফংবা মহৈরোয় ১২৫ অমদি কমার্স ষ্ট্রিমদা খ্বাইদগী মার্ক ৱাংনা ফংবা মহৈরোয় ৫০ দা চহী অমদা লুপা ১২০০০ গী চাংদা স্কোলারশিপ ফংগনি। স্কোলারশিপ অসি কুমজা ২০০৯ দগী হৌনা পীদুনা লাক্লি। বোর্দ ওফ সেকেন্দরি এদ্যুকেসন মণিপুর অমদি কাউন্সিল ওফ হায়র সেকেন্দরি এদ্যুকেসন মণিপুরনা সপ্লাই তৌরকপা মেরিট লিষ্টতা বেজ তৌরগা স্কোলারশিপ অসি পীবনি। মণিপুর লৈঙাক্কী এদ্যুকেসন দিপার্টমেন্টকী ৱেবসাইটতগী লিষ্টনচিংবা খঙবা য়াগনি।

মেরিট স্কোলারশিপ (ক্লাস ১২ পাস) কুমজা ২০১৭ অমদি ২০১৮ গী ওই না মেরিট স্কোলারশিপকী খনখ্রবা অমদি মেরিট স্কোলারশিপ ক্লাস ১০ গী ওইনা কুমজা ২০১৮ গী খনখ্রবা মহৈরোয়শিংনা এফিদেবিট, ইন্দোর্সমেন্ট সার্টিফিকেট অমদি মার্কশিট কোপি, লোয়ননা অধার কার্দনচিংবা সম্মিট তৌগদবনি। মেরিট স্কোলারশিপ স্কিম (ফ্রেস/রিন্যুএল) গী ফোর্ম এদ্যুকেসন এস দিপার্টমেন্টকী ওফিসল ৱেবসাইটতগী দাউনলোদ তৌবা য়াগনি হায়নসু নোটিফিকেসন অদুনা মখা তারি।

অদোমগী আইদেন্টিটি খঙউ হায়বা পব্লিক দিস্কসন পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, নবেম্বর ২০ (ঐচ এন এস) : ফেদরেসন ওফ হাউমিনা শিন্দুনা নোংদমদা নোংমগী ওইবা অদোমগী আইদেন্টিটি খঙউ হায়বা পব্লিক দিস্কসনগী থৌরম পাঙথোকখ্রে। অদোমগী আইদেন্টিটি খঙউ হায়না পাঙথোকখিবা পব্লিক দিস্কসন অদুগী পান্দমদি মণিপুরদা লৈরিবা চিং অমদি তমদা লৈরিবা ইচিন-ইনাউশিংবু নুংশি চাননা লৈমিন্নবগী পান্দমদা পাঙথোকখিবনি।

থৌরমগী মখা তারকপা ওইনা ফেদরেসন ওফ হাউমিগী ব্রাঞ্চ অমসু নোংদমদা হাংদোকখি। থৌরম অদুদা নোংদম, ন্যু সালেন, হৈরোক, লাইকোই চিং, ওকসু, নিংথেমচা খুল, নোঙ্গ্রেনগী ভিলেজ ওথোরিটি, মৈরাপাইবী অমদি খুঞ্জাশিংনা শরুক য়াখি হায়রি। থৌরম অদুদা ফেদরেসন ওফ হাউমিগী কনভিনর কোর কম্মিটি আর কে রাজেন্দ্রো, প্রসিদেন্ট সাপমচা জদুমনি, মেম্বর কোর কম্মিটি সাম্যুল রিসোম, কো-কনভিনর কোর কম্মিটি কিংস্যুট রাইহিং, এন ভি দি সীগী সেক্রেটরি চুংখাম লিক্লাই, নোংদম য়ুথ ক্লবকী প্রসিদেন্ট এলাংবম ইনাউ অমসুং এন জি বিরহরিসু শরুক য়াখি হায়রি। অদোমগী আইদেন্টিটি খঙউ হায়বা পব্লিক দিস্কসন অদুদা ৱেলকম এদ্রেস সনাতম্ফা রাজকুমারি অমদি কি নোট এদ্রেস কিংস্যুট রাইহিংনা পীখি হায়রি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ২১।১১।২০১৯ ইং, শগোলশেল, অয়ুক পুং ১১.২৯ ফাওবা হিয়াঙ্গেগী ২৪ নি মতুং ২৫নি পানগনি।

মেষ : খোইরাং-খোইশাওনবা, নখা থাবনা উশিত্তবা অমদি থৌনা লিংজেল ফুদোকপা ইয়া য়াদবা নুমিৎনি। লল্লোন ইতিক্তা খুৎচাউ থাগনু অমদি ঈংথনা চৎলু।
লৈশা পাখংশিংগী - অশাওবনা মাঙজগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

বৃষ : য়েৎনবা অমদি চরাংনবনা মাঙজবা খরা লৈরসু লন-থুম চাওখৎপা অমদি ঙাঙবা শকপদা মীয়াম্না থাগৎপিবদি লৈগনি। থৌনা লৈউ-অরুবা থবক পাংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - ইকায়খুম্নবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

মিথুন : লাইবক ফৈ, লেংদবা লন লেপশিনবা য়াগনি অমদি শেলতা নত্তনা অঙম্বগী মতেং ফংবগী নুংঙাইবসু লৈগনি। অতোনবনা তাথি, মীতোপ থাজগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা খরদি থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কর্কট : পূক্নিং ইনুং নুংঙাইরোই, অনম তাল্লগা লন মাঙগনি অমদি হোয়া ফরগা ওইজবা হেন্না মাঙগনি। মরুপ লোয়নৌ শাফগনি অমদি নাপল থাদোকউ।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি মরীদি ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

সিংহ : লাইবক ফগনি, অনৌবা থৌরম চিংনদনা পাংবা ঙসিসু য়াগনি, মীংচৎ লৈগনি, পূক্নিংদা লৈবা ফোঙদোকপা মায় পাক্কনি। মরুপ-মপাং লোয়নবসু ফৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু।

কন্যা : লাইবক ফবা ৱাৎলি-অনৌবা থৌশিল হৌদোক্কনু। খাংবা কল্লু অমদি অরুবা ৱাফমদা অরেপ্পা হায়গনু। থিবা-হুম্বা অমদি লৌশিং চাওবগী ৱা তাবা ফৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - মতম খরা ঙাইয়ু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

তুলা : লন ফংগনি, মীচং হেনগৎকনি, মীয়াম্না তেংবাংবীগনি অমদি হরাওনা মীয়াম লোয়নবা ফংগনি। অদুবু পূক্নিং ৱাবা অমদি ফত্তবা ৱাখল পোকপদি লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু।

বৃশ্চিক : থবক মায় পাক্কনি, হায়জ-চৎচবা কান্নগনি অমদি মীয়ামগী থবক্তা মীংচৎ ফংগনি। অদুবু মথা শাবা অমদি হকচাং নুংঙাইবা ৱাৎপদি লৈগনি-অনম তানগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা চানগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

ধনু : অয়েৎপা অমদি খজিক লোয়নৈ-খাংবা কল্লু। অমরোমদা নচা-ননাই ফংবগী নুংঙাইবা, শেল চংবা অমদি অরুবা থবক পাংবগী নুংঙাইবদি লৈগনি, ঙাঙবা হৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফবা ৱাৎকনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

মকর : থাজদবা মরমদগী কান্নবদি ফংগনি অমদি লম চৎপসু কান্নবা ওইগনি। অদুবু অফা-অপুন্নবা, কাইনবা, চাদিং হেনবা অমদি পূক্নিং নুংঙাইতবদি লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - থেংলপ্না নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কুম্বা : নীংবা থুংগনি, লল্লোন ইতিক্তা খ্বাইদগী হেন্না শেন্দাং ফংগনি অমদি ইমুং-মনুং পুনবনা অরুবা থবক পাংগনি। লৈঙাক্কী লম্‌দা মীকোক থোংগনি-মী কিগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা য়াই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিন : ঙসিসু হেন্না কান্নবা অমদি লাইবক ফবা নুমিৎনি। য়েক্লবদি লৈ অদুনা নোল্লক্লদি চৎলু অমদি নথক থোংবগা মুক্লগনু। থেংলপনা মীংচৎ ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা মপা চাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।