থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

য়ুম পানবগা, মমা-মপা ওইবগা

কুইদ্রি, ঙসি নিনি হুন্নীগী মমাঙ, কম্প্যুটরগী দেস্ক তোপ প্রিন্টিং (দি টি পি) গী থবকসু তৌবা, ফোটোস্টেট-লেমিনেসন-পাসপোর্ট ফোটো নম্ফমসু ওইবা, লাইরিকনচিংবা নম্বগী ওফ-সেট প্রিন্টিংগী থবকসু তৌবা, লম্বীগী হেক চিদাইদা লৈবা ময়ুম ওইবনা অয়ুক-নুংথিল-নুমীদাং নোংমাইজিং অমসুং ছুটিগী খেন্নবা লৈতনা লেপ্তুনা থবক শুবা ঙম্ন বা ঈনাও অমগী দুকান্দুদা ঐগী পুথোক্কদবগী মতম লেপ্তুনা লৈরবা লাইরিক অমগী টাইপ-সেট তৌবগী অরোয়বা তাঙ্কক য়ৌশিল্লকপদুদা, অয়ুক অঙনবা মাইন্দ ফ্রেস ওইরিবৈঙেদুদা মাগা অমুক্তা ফম্মিন্নহৌগে খন্দুনা চৎলুই। অয়ুক্কী পুং তরেৎ মখায় তাফাৎত্রিবৈঙে মতমদুনি। মতমদুদসু মাগী দুকান্দু মীনা কৃক-কৃক ইন্নরম্লে। ঐ থাজখিদে। মনাক্তা ফমজিন্দুনা মিনিট তরামঙা-কুন ঙাইরক্লবা মতুংদা, উচিল-নাচিন কোমথরক্তুনা ঐগীদু হেক পায়বা হৌরকপদুদা মাগী নুপী, ইবেম্মদু হাথু হাথু চঙশিল্লক্তুনা হায়রে 'অঙাংগী পাসপোর্ট ফোটো অহুমখক চাম্বীরকউসে, স্কুল ভান লাক্লগনি'। কম্প্যুটর মেমোরিদা অঙাংদুগী ফোটো থিরিবৈঙে, নুপা অমা অঙাং মচা অমা পুদুনা লাকই- 'অঙাংশিগী পাসপোর্ট ফোটো অমত্তা নম্বীয়ু, কোপি নিপান চাম্বীরকউ, হৌজিক স্কুল চৎতৌরিবনি'।

ঐগী থবক্তু অদুম তোক্লে। চন্দোন-চৱা লংত্রিক লংনা থিল্লবী ইবেম্মা মৌ নহাদুনা মাগী চিল্লবা নোংমগী দ্যুটি সিদ্যুলদুগী ৱারী লেপ্না লেপ্না লীরি। অয়ুক পুং মঙাদগী য়াহৌদুনা ইমুংগী ফ্লোর অনীমক্তা শেংদোক্লগা তৈরুবা, ঙরাং অহিং অথেংবফাও' প্রেসকী থবক শুবদুগী চাইথোক্লম্বা চেথী-চেকুম লোইশিনবা, ৱাইশিৎ লমশেং লোইরগা ঈরুজথোক্লগা লাই খুরুম্বা, অয়ুক পুং তরেৎকী মমাঙদা চাক লোইনবা হোৎনবা, মচাবু ঈশিং অশাবনা ঈরুজথোকপীরগা চাক অশাবা খরা পীজরগা তরেৎ মখায় নংনবা স্কুল চৎনবা শেম শাবীবা... মচানা স্কুল চৎখ্রিবৈঙে প্রেসকী থবক, লাইরিক বাইনি দংনচিংবদা মতেং পাংবা...।

ঐনা মরক থৎখি। পুং তরেৎ মখায়দদি করিগী অঙাং স্কুল'দা থিন্দৌরিবা? পুং কয়াদা হৌবগে? নিপান মখায়দা হৌবনি, তরেৎ মখায়দা গাড়ী লাকই। মিনিট মঙা শুনা ঙাইবীয়ু য়াদে, অঙাং মশিং য়াম্বনিনা। হায়নরিবৈঙে স্কুল-ট্রান্সপোর্ট গাড়ীদু থুংলখি। হোর্ন মখোল তাবদা লাইরিক নম্বো পোরগা চেন্থোরকপা নীংথিরবা য়ুনিফোর্ম শেৎপা মচাদু মমাদা পম্বোই-থাংবোই পুথোকখি।

মমাদুগী ৱারীদুদই খঙই- মহাক্লা মায়োক্লরিবা প্রোব্লেমসি, ইমুং খুদিংমক মমা ওইবীশিংনা মায়োক্লরমগনি। কনভেন্ট-স্কুলদা মচা নৎত্রগা মশুবু লাইরিক তমহনবা হায়বসি মতম অমদা 'ষ্টেটস সিম্বোল' অমা ওইরম্বদু ঙসিদি 'কম্মন ফিচর' ওইরক্লে। চেক শুবা, পোৎ থাংবা মপাদুসু, মনা-মশিং য়োনবী, লুকমায় পানবী মমাদুসু প্রি-স্কুল ষ্টেজদগী মচাশিংবু ওফিসর অমই মচাশিংনা তন্নিবা স্কুলদুমক্তদা তমহন্নবা হোৎনরক্লে। সরকারগী প্রাইমারী স্কুলশিং, মতম খরই মতুংদা হিদাক তৌনবা থিরবসু ফংলক্লরোই। তপ্না তপ্না হায় স্কুলশিংসু মুৎখিদুনা প্রাইভেট স্কুল ঙাক্তা ঙায়রক্ল বগী লম্বীদুদা লাক্লিবনি। অঙাং পিশক ওইরিবৈঙে, মমা-মপাদা নাউথী শানা লৈজগদবা মতমদুদগী হৌনা নমদুনা স্কুল চৎপা হৈনহল্লবা অঙাংদুগী ৱাখলগী তাইবং ফক্লাং মরিনা কোয়শিনবা কাখু অমদি অশং-অমান (নেচরেল এনভাইরনমেন্ট) উদ্রবা স্কুল কেম্পস অদুনা লোইরবনি। মমা-মপা, মপু-মবেনগী থৌদাংসু অঙাংদুবু নোং হেক ঙানবগা মনাক্তগী লাপ্না 'কিদস দে-ক্যের সেন্টর' অমদা, নৎত্রগা 'প্রি-স্কুল' অমদা থাদোকখিবদই হৌরগা স্কুল/কোলেজ/য়ুনিভর্সিটি লেবেল ফাওবা মমা-মপাগী ক্যার, মীৎয়েংখাদা থম্বই ৱাখলদুমদি পূক্নিংদগী লাপ্না থম্নখ্রে।

মখোয় অসি নত্তবা মমা-মপা মখল অমগা লৈ। মচাগী ৱাখল খনবা শংদবা, অহিংচুপ্পা এন্দ্রোইদ মোবাইল অমদা গেম শান্নদুনা, নৎত্রগা ফেসবুক'তা চেত্তিং তৌনদুনা, হ্বাটসএপ'তা ৱারী শানদুনা, নৎত্রগা টিভিগী কোরিয়ন সেরিয়েল য়েংলদুনা তুমখিদ্রগা নোংঙাল্লমদাই তুমথখিদুনা অয়ুক্তা হৌগৎপা ঙমদবা, পুং মাপন তরাফাও তুমখুন হুনবা মমা-মপা।

নোংমা, কুকিং গ্যাস সিলিন্দর লৌফম অমদা ঐগী অঙাং মমাগা মমান্নবী খরগা ৱারী শানরম্বদু অকোয়বসু লোইনা তাহৌই।... 'ইবেম্মা! নমৌ ফংদ্রিবদো নুংঙাইরবা কুঙ্কে মথেল অমা উাদবা ৱাৎলিবনি... ঐখোয়না হৌজিক গ্যাস লৌবা লাক্লিবসি, ঈমৌ ৱাখিনি হায়দুনা নোংঙান্দ্রিবৈঙে ৱাইশিৎ-লমশেং তৌদুনা, তুলশিপুঙ ৱাই তৈদুনা লাই খুরুমজদুনা, চাক'কা ঙন্তা থোংদোক্লগা ইশু স্কুল থিন্দোক্লম্নগা লাক্লিবনি... হোরেন ফুক হৌগৎলগা, চাক চাবোই চাদবোই মতে-মনাও হৌনদুনা ওফিস চৎখ্রনি, নুমীৎ তার' হল্লক্লনি, ৱারবনিদো হায়দুনা চৌ-চৌ মো-মো কোফী টেলিভিজন মমাঙদা... ঈমৌগী খুৎ তঙ্গে খল্লবা চরা হেল্লগা তুমখিবা তাবা'... ৱা ৱা মখোয় ময়ামগী মীনোক মরক্তুদা অমনা ফেন্নজিল্লক্লনি... 'ওফিস চৎপী নমৌগী ৱারী নত্তবা, চাক থোংনি'সু খঙদবী, ফি শুনি'সু কাউগনবী, মীনোক মৈশা চঙদবী, ৱারকপদা লৌদবী, খুম্বদা ঈশিং লীৎতবী, নুংথিল হাওসি শান্নবী, জর্দা ক্কানা খজাইদা ফেসন ওইবী ঐগী ঈমৌ শকহেনবী, য়াঙ্খে তাল্লগা চাম্মা খরচ তৌবা ঐগী ঈচা মাঙ্গোলজাও অনী ৱারীসিদি তাবীনিংদবরা ময়ামবো'...? গ্যাস লৌরুরা' হল্লকপদা, মী অমত্তগী পূক্নিং খোন্না ঙাঙবা হৈতবী, নোক্লগা তাবতমক মহৈবী মমানা পাউ তম্মী... 'মায় মাঙ্গোলঙানবীদো ওন্থোক্ল ঙাঙবা হৈখ্রে, মমৌনুপী অনীদুগী ৱারী তম্বদনি ময়াম পোকখায়খে নোক্লিদো... ঐগী ইচা অহুমসিগী ঈমৌশিংদুনা কমদৌবা... তনবু তল্লে থিদৌবা'...।

তারবা ৱারী ঙাক্তনি, ইমিৎনা উরব'মক্তনি অনৌবা নত্তে ঐঙোন্দা। ৱারী ওইনা শানবা য়াবা হিরমসু নত্তে।...'অদুগুম্বদো ৱারী ওইনা তারুনু, মীঙোন্দসু শারুনু... ইচাশিংসে হেক লুহোংবগা ময়ুম অমমম পালহনসি, অদুগুম্বা ৱাথোক অমত্তা থোক্লোই, লুহোংবনা অমনি, য়ুম পানবনা অমনি। য়ুম্বালোন'দি তম্বীগদবা নত্তে, তমজগদবনি মশানা, য়ুম পানবা হৈতনা মচা শেম্বা হৈবা হৌনদে'...।

অহৌবদা পঙ্গখিবা নহাদো - য়ুম পানবা হৈবা কৌই। ময়াম্বগা পুল্লিঙৈদা হৈরমদে।

লৌশিং পুক্কে

থুম য়াম্না চাবা মীওইশিং ব্লদ প্রেসর ৱাংখৎলকপগা লোয়ননা ষ্ট্রোক তৌরকপা য়াই

ইন্দিয়াদা লৈরিবা মীওই অয়াম্বা থুম কা হেন্না চাবগী হৈনবী লৈ হায়বা ষ্টদি অমদগী খঙলে। জোর্জ ইনষ্টিট্যুট ফোর গ্লোবেল হেল্ঠ মীওই ২২৭,০০০ কী মরমদা থিজিনবদা মীওই অয়াম্বা ৱর্ল্ড হেল্ঠ ওর্গনাইজেসন (দব্লিয়ু ঐচ ও) না রেক্কমেন্দ তৌবা চাংদগী শরুক অনী থোক্লা থুম চায় হায়বা খঙলকখিবনি।

দব্লিয়ু ঐচ ওগী রেক্কমেন্দেসন মতুংইন্না নোংমদা মীওই অমনা থুম গ্রাম ৫ দগী হেন্না চারোইদবনি হায়রি। অদুবু ইন্দিয়াদা লৈরিবা মশাগী চহী ১৯ হেল্লবা মীওই অয়াম্বা নোংমদা থুম গ্রাম ১০.৯৮ গী চাংদা চায় হায়না জোর্জ ইনষ্টিট্যুট ফোর গ্লোবেল হেল্ঠকী রিপোর্টনা ফোঙদোকখি।

'জর্নেল ওফ হাইপরটেন্সন' দা ফোঙলকখিবা ষ্টদিগী রিপোর্টতা রিছার্চরশিংনা হায়খি, খা অমদি নোংপোক থংবা ইন্দিয়াগী ষ্টেটশিংদা লৈরিবা মীওই অয়াম্বা থুম য়াম্না চায়। মরুওইনা ট্রিপুরাদদি চাংচৎতা মীওই অমনা নোংমদা থুম গ্রাম ১৪ রোম চায় হায়রি। মসি দব্লিয়ু ঐচ ওগী রেক্কমেন্দেসনদগী শরুক অহুম হেল্লবনি।

খুঙ্গং অমদি সিটিদা লৈরিবা মীওইশিংগী মরক্তা থুম চাবগী চাং থোইদোক্লা খেন্নবা লৈতে। খুঙ্গংদা লৈবা মীওইশিংনা প্রোসেস তৌরবা চীঙ্গাক চাবগী চাং নেল্লবসু থুম য়াওবা আচার চাবগী চাং ৱাংই।

ষ্টদি অদুবু লুচিংখিবা জোর্জ ইনষ্টিট্যুট ফোর গ্লোবেল হেল্ঠকী ক্লেয়র জোন্সননা হায়খি, হৌখিবা চহী ৩০ গী মনুংদা ইন্দিয়নশিংনা চাবা-থকপগী মওং হোংলক্লে। উহৈ-ৱাহৈ অমসুং মনা মশিং চাবগী চাং হন্থরকপগা লোয়ননা প্রোসেস তৌরবা চীঙ্গাক অমসুং ফাষ্ট ফূদ চাবগী চাং হেনগৎলক্লে। প্রোসেস তৌরবা চীঙ্গাক অমদি ফাষ্ট ফূদতা থুম, চিনি অমসুং হকচাং শোক্লিংঙাই ওইবা ফেটকী চাং ৱাংনা য়াওবা মরম্না ব্লদ প্রেসর ৱাংবা, হকচাংগী অরূম্বা হেনবা অমসুং কার্দিওভাস্কুলর দিজিজ, মরুওইনা হার্ট এটেক অমদি ষ্ট্রোক তৌবগী চাং হেনগৎলক্লে।

জোর্জ ইনষ্টিট্যুট ফোর গ্লোবেল হেল্ঠকী ইগজিক্যুটিব দিরেক্টর বিবেক ঝানা হায়খি, ইন্দিয়ানা দব্লিয়ু ঐচ ওগী রেক্কমেন্দেসন ঙাক্লা চৎপগা লোয়ননা কুমজা ২০২৫ ফাওবগী মনুংদা থুম চাবগী চাং চাদা ৩০ রোম হন্থহন্নবা থৌরাং লৌখৎপগী তঙাইফদবা লৈ। নেসনল সোল্ট রিদক্সন প্রোগ্রাম পায়খৎপগা লোয়ননা নোংম-নোংমগী হেনগৎলক্লিবা কার্দিওভাস্কুলর দিজিজ অমসুং হাইপরটেন্সনগী চাং হন্থহন্নবা থৌরাং লৌখৎকদবনি হায়রি।

মীওইবনা চারিবা চীঙ্গাক্তা থুম হায়বসি য়াম্না মরুওইবা মচল অমনি। খজিক্তং ৱাৎপা নৎত্রগনা খজিক্তং হেনবদা এস্নাং মহাউ হন্থহল্লি। মতৌ অসুম্না মীওইবগী হকচাংদসু থুম খরা হেন্না চাবা নৎত্রগা চাং ৱাৎনা চাবা মতমদা খুদোংথীবা কয়ামরুম থোকহল্লকপা য়াই। নোংমদা মীওইবনা থুম চামচ অমদগী হেন্না চারোইদবনি। হায়দ্রবাদতা লৈবা নেসনল ইনষ্টিট্যুট ওফ হেল্ঠকী রেক্কমেন্দেসন মতুংইন্না ইন্দিয়াদা লৈরিবা মীওইশিংদি নুংশা মরক্তা তোয়না থোকপগা লোয়ননা হুমাং য়াম্না তাবা মরম্না নোংমদা থুম গ্রাম ৬ ফাওবা চাবা য়াই হায়রি।

অদুম ওইনমক ইন্দিয়ন অয়াম্বা থুম য়াওবা অচার অমদি পাপর য়াম্না চাবা মরম্না থুমগী শরুক হন্থনা চাবা মথৌ তাই। থুম চাবগী চাং চাদা ২৫ হন্থবা মতমদা মীওইবগী পুন্সি শাংদোকই হায়রি। চহী য়ামশিল্লক্লবা মীওই অমসুং ব্লদ প্রেসর ৱাংবা মীওইশিংদি থুম য়াম্না চাবসু ফৎতে।, চাং য়াম্না হন্থনা চাবসু ফৎতে। থুমগী চাং ৱাৎনা চাবা মীওইশিংদা হাইপোনেট্রিমিয়া নারকপা য়াই। খুদোংথিনিংঙাই ওইরবা লায়না অসিনা নারবা মীওইশিং অয়াম্বা মতমদা তূম্নিংদুনতা লৈবগা লোয়ননা ৱাখল নীংথিনা খনবা ঙমহন্দে।

থুম হায়বসি সোদিয়ম অমসুং ক্লোরিননা পুল্লগা শেন্নকপনি। মরম অদুনা থুম য়াম্না চারিবমখে হকচাংদা সোদিয়মগী শরুক হেনগৎলকই। হকচাংদা সোদিয়ম য়াম্না য়াওরবদি ব্লদ প্রেসর ৱাংখৎলকই। ষ্টদি অমগী রিপোর্টমতুংইন্না নোংমদা মীওইবনা থুম চাবগী চাং হন্থরিবমখে ব্লদ প্রেসরসু হন্থরকই হায়রি। সোদিয়ম হায়বসি হকচাংদা য়াম্না কান্নবা মিনরেলনি। অদুবু মিনরেল অসিগী চাং য়াম্না চারবদি কার্দিওভাস্কুলর দিজিজ, কোরোনরি হার্ট দিজিজ, হার্ট ফেলিয়র অমসুং ষ্ট্রোক্কী রিস্ক হেনগৎলকই। মরম অদুনা অহল ওইরবা মীওই, মৈখু শীজিন্নবশিং, দাইবেটিসনা নারবশিং অমসুং ব্লদ প্রেসর ৱাংবশিংনা য়ারিবমখে থুমগী চাং হন্থনা চাগদবনি।

ব্লদ প্রেসর ৱাংলবদি ব্রেনদা অকায়বা থোকহল্লকই। থুম য়াম্না চারগা অয়াম্বা মতমদা ফমজিন্দুনা লৈবা মীওইশিং নীংশিংবা ঙম্বগী মতিক ময়াই হন্থরকই। মরম অদুনা থুমগী চাং হন্থনা চাবগা লোয়ননা নোংমদা মিনিট ৩০ রোম হকচাং শাজেল তৌগদবনি।

কিদনিনা ঈদা য়াওবা অমোৎপশিং চুমথোকপদা মরুওইবা থৌদাং লৌই। কিদনিগী মথৌ লেপখ্রবদি ঈদা য়াওবা মহীগী খল কায়রকপগা লোয়ননা মী শিহনবা য়াই। ব্লদ প্রেসর ৱাংবা মীওই খুদিংমক কিদনি ফেল ওইরকপা য়াবগী রিস্ক মায়োক্নে। কিদনিগী লায়না লৈবা মীওইশিংনা থুমগী চাং হন্থনা চাদুনা ব্লদ প্রেসর হন্থহনবা মতমদা কিদনিগী ফীভম ফগৎলকই হায়বা ষ্টদি অমদগী খঙবা ঙম্লে। কিদনিগী ফীভম ফনা থম্নবগীদমক থুমগী চাং হন্থনা চাবা মথৌ তাই।

অমরোমদা থুম য়াম্না চাবা মীওইশিংগী ঈদা সোদিয়মগী চাং ৱাংনা য়াওরক্তুনা ব্লদ প্রেসর ৱাংখৎলকপগা লোয়ননা ষ্ট্রোক তৌরকপা য়াই হায়রি। থুম য়াম্না চাবনা ইদিমা ওইহল্লক্তুনা খোঙ, খুৎ অমদি খুজেং পোমখৎলকপা য়াই। ইদিমানা মরম ওইরগা হকচাংগী তোঙান তোঙানবা মফমদা উনসা পোমখৎলকপা য়াই। পুন্নমক অসিগী য়েংলুরগা য়ারিবমখে থুমগী চাং হন্থনা চাবা মথৌ তাই।

মহৈরোয়শিংনা তুংগী য়াইফনবা অমসুং খুন্নাই অসি অফবা মায়ওন্দা পুরক্কবা হোৎনগদবনি : গীৎচন্দ্র

ইম্ফাল, ফেব্রুৱারী ২১ (ঐচএনএস) : কোলিসন এগেনষ্ট দ্রগ এন্দ অলকোহোল (কাদা) না লমদম অসিদগী ময়ায় কাবা চিঙ্গাক মরূ ফংনা মুখৎনবা পান্দমদা চঙশিল্লকপা খোঙজংগী শরুক অমা ওইনা ঙসি অয়ুক পুং ১১ তাবদা ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা ন্যু চেক্কোন্দা লৈবা কনভেনেন্ট ইংলিস স্কুলদা একাদেমিক এৱ্যেরনেস কেম্প্যেন পাঙথোকখ্রে হায়রি।

ময়াই কাবা চিঙ্গাক্লা মহৈরোয় খুন্নাইদা পীবা চৈথেং হায়বা হীরম অদুদা পাঙথোকখিবা একাদেমিক এৱ্যেরনেস কেম্প্যেন অদুদা মেথিয়ু খাওলম এসিষ্টেন্ট হেদ মাষ্টর কনভেনেন্ট ইংলিস স্কুল অমসুং নিংথৌজম দোরেন ভাইস প্রসিদেন্ট কাদানা প্রসিদিয়ম মেম্বরশিং ওইনা শরুক য়াখি।

কাদাগী ফাইনান্স সেক্রেটরি গীৎচন্দ্র মঙাংনা রিছোর্স পার্সন ওইনা শরুক য়ারদুনা ৱা ঙাঙমদা অসুম্না হায়খি, মহৈ তন্নিবা চহী নৌরিবা মহৈরোয়শিংগী পুন্সিদা মায় পাকপা মী অমমম ওইগে হায়বা তারবদি ময়াই কাবা চিঙ্গাক দ্রগ মখল অমত্তা শীজিন্নগে হায়বগী ৱাখল খল্লোইদবনি। ময়াই কাবা দ্রগ শীজিন্নবনা মহৈরোয় অমগী পুন্সিবু লৈখা তানা মাঙহনবদা খুন্নাইদা তোঙান তোঙানবা চৈথেং কয়া পীরি অমসুং খুন্নাই অমগী কাঙ্খুল মুৎপা ফাওবা ঙম্মী হায়খি।

মহাক্লা মখা তানা ফোঙদোকখিবদা অঙাং অমনা দ্রগ শীজিন্নবা হৌরকপা হায়বসি অঙাং অদুনা লৈরিবা ইমুং মনুংদগী হৌরকই। মরম অসিনা মমা মপা ওইবশিংনা মচাশিংগী মাঙদা দ্রগ মখল অমত্তা শীজিন্নরোইদবনি। পেরেন্টশিংনা অঙাংশিংদা দ্রগকী পোৎলমশিং লৈরুনবা পাখোন থাবীরোইদবনি। ইনখৎলকপা চহী মতাং হায়বসি পোৎ খুদিংমক টেষ্ট তৌনীংবা চহী মতাং ওইবনা ঐখোয়না ফিরেপ অমা লৌদ্রিবৈঙেদা মুন্না অফ-ফত্ত খন্থবগী হৈনবী থমগদবনি।

ইমান্নবশিংনা প্রেসর পীরকপদগী লাপ্না লৈবগা লোয়ননা ফত্তবা মীওইশিংদগী লাপ্না লৈবনা পুন্সিদা মায় পাকপা মী অমা ওইবা ঙমগনি হায়নসু ফোঙদোকখি।

প্রসিদিয়ম মেম্বর ওইনা শরুক য়াখিবা নিংথৌজম দোরেন, ভাইস প্রসিদেন্ট কাদানা হায়খি, মণিপুরদা দ্রগকী লাইচৎ অমা পাক শন্না শনে দারকপনা ঐখোয়গী তুংগী জেনরেসন মুৎখিবা য়াবগী অকিবা মায়োক্লরে। অকিবা অসিদগী কন্নবা অমদি খুন্নাই অসিবু ময়াই কাবা চিঙ্গাক্কী ঈপাক্তংগী কঞ্জনবা মহৈরোয়শিংনা তুংগী খল্লগা অমদি খুন্নাই অসিগী খল্লগা ময়াই কাবা দ্রগ অমত্তা শীজিন্নরোইদবনি হায়খি।

থৌরম অদুগী অরোইবদা কাদানা থা ৩ খুদিংগী পুথোকপা জর্নেল হেলথ ফোর ফ্যুচরগী কোপিশিং স্কুল ওথোরিটিদা শিন্নরমখি হায়না কাদাগী ইনফোর্মেসন এন্দ পব্লিসিটি সেক্রেটরি খুন্দোংবম আনন্দনা থোকপা চেরোল অমনা হায়রি।

এ আরনা শীন্দুনা সেমিনর পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ফেব্রুৱারী ২১ (ঐচএনএস) : আই জি এ আর (সাউথ) কী মীৎয়েং মখাদা ৯ সেক্টর অসাম রাইফলসকী টুলিহল বট্টালিয়ন্না শীন্দুনা ঙসি মৈত্রমদা লৈবা অজাদ ইংলিস স্কুলদা চাইল্ড এব্যুজগী লেকচরর অমা পাঙথোকখ্রে।

চাইল্ড এব্যুজগা মরী লৈননা মহৈরোয়শিংদা এৱ্যেরনেস পীনবগী পান্দমদা পাঙথোককিবা লেকচর অদুদা মহৈরোয় নুপীমচা ১০০ হেনবনা শরুক য়াখি অমদি চাইল্ড এব্যুজগী মরমদা ৱাখল তাহনখি। হীরম অদুদা য়ুনিট মেদিকেল ওফিসরনসু মরীক চুম্বা ৱাফম থমখি।

ইন্দিয়ন কন্সটট্যুসনগী মখাদা লৈরিবা রাইটস ওফ চিলদ্রেনগা মরী লৈননা মখোয়গীদমক্তগা তৌবীগদবা সার্ভিসশিং লোয়ননা মেদিকেল ক্যের, ফেমিলি কাউন্সেল্লিং, তোঙান তোঙানবা গভর্ণমেন্টকী এজেন্সিশিং অমসুং এন জি ওশিংনা অতম্না ফোঙদোকখি। মহৈরোয়শিংগা রিছোর্স পার্সনশিংগা ৱাহং পাউহংগী থৌরম পাঙথোকখিবগা লোয়ননা ইনখৎলক্লিবা নহা ওইরিবা মীওইশিংবু ভাইওলেন্স অমদি ময়াই কাবা পোৎলমশিং লান্না শীজিন্নরোইদবনি হায়নসু ফোঙদোকখি।

Ph.D. Degree Awarded

Rojini Athokpam, daughter of Athokpam Birendrajit Singh and Kongkham Promila Devi of Khongman Zone-VI (East), Imphal East, Manipur has been awarded the Degree of Doctor of Philosophy in Life Science and Bioinformatics by Assam University (Central), Silchar, Notification No. AURW-13/02R/04/2018(Vol-II) dated 11th February, 2019. The title of her thesis in **"Evaluation of hepatoprotective activity of some ethnomedicinal plants of Manipur, India".** She carried out her research work under the supervision of Dr. Meenakshi Bawari, Associate Professor and co-supervision of Prof. Manabendra Dutta Choudhury, Department of Life Science and Bioinformatics, Assam University (Central), Silchar. She has published research paper in peer review journals, attended workshops and presented her findings in National and International seminars/conferences.

With best wishes from
HL-P/3790/22 ***Athokpam family, friends and relatives***

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ২২।০২।২০১৯ ইং, ইরাই, অয়ুক পুং ১০.৫০ ফাওবা ফাইরেনগী ১৮নি পাল্লি, মতুং ১৯ পাল্লনি।

মেষ: লাইবক ফবা, শেল থুমগী থবক্তা কান্নবা ফংবা, মরুপ মপাংনা থোইনা চানবীবা অমদি মীয়াম্না থাগৎপিবা নুমিৎনি। অদুবু পুক্নিংদা চিংনবা অমদি লোইনৈ-অরোনবা ৱা ঙাংথোক্কনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

বৃষ: হকচাং নুংঙাইবা হেনগৎলি, য়েক্লববু লাইনা খুদুম চনগনি, মরুপকী মতেংনা অরুবা থবক পাংগনি অমদি লৈঙাক্কী থৌ পাংবা কান্নগনি। নক্লবা থাজবদি মতম মাংদুনা তোক্কনি।
লৈশা পাখংশিংগী - অশাওবনা মরি কাইহনগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/চেং।

মিথুন: অফবা মীংচৎ ফংগনি, ঙাং শকপদা মীনা তানিংবা অমদি অরং অরাক লেপশিনবা য়াবা অফবা নুমিৎনি। পাঙ্গল থৌনা ফুদোকপনা কান্নবা ঙসিসু লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - অনিংবা ফোংদোকপা য়াখিরোই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

কর্কট: নুংঙাইবা, কান্নবা অমদি অয়েৎপা লৈরম্বসু ঙমজবা নুমিৎনি। লাইগুরু অমদি নথক থোংবনা মতেং পাংবিগনি। শকখংদবনা কীহনবদি লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - মীৱা লৌরদি মাংজগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

সিংহ: নক্লবা মী লোইনবা কান্নগনি, অরুবা থবকসু পাংবা য়াগনি অমদি মীয়াম্না য়াগনি। অদুবু হকচাংগীদি চেকশিনবা ফৈ অমদি খুৎচাও থাবা য়াদবা নুমিৎনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা চানগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/চেং।

কন্য: হরাওবা নুংঙাইবা অমদি ওইজ-ওইথক য়াম্না ফংবা নুমিৎনি। য়েক্লবা কোকপা, হনবা লৈতনা হোৎনবনা মীকোক থোংবা লৈ। অরং অরাক্তি পীথোক্কনু।
লৈশা পাখংশিংগী : নুংশিবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

তুলা: নথক থোংবনা চাল্লি, মরুপ-মপাং ফংগনি, লৌশিং চাওখৎপা অমদি নচা ননাইগী লমদা নুংঙাইজগনি। হোয়াদি ফগনু-কান্নগদ্রা খল্লুবা হেন্নদুম চাদিং তৌগনি অমদি থবক মাংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা থাগৎপিগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

বৃশ্চিক: শেল ফংগনি, নিংবা মপা চাবা অমদি অঙম্বনা চানবীবা লৈগনি। মীতোপ থাজগনু অমদি লম চৎপদা হুরানবদগী চেকশিল্লু। মীয়াম্নদি থাগৎপিগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - তেংলপ্না নুংশি মপাউ তাজে।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

ধনু: থবক পাংগনি, ৱাখল য়াম্না থোকপা নুমিৎনি অদুনা কোক থাদরগা থৌ পাংউ শোইদনা মাই পাক্কনি। নথক থোংবগী মতেংনা অরুবা থবক পাংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি মরি ফগৎলি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মকর: খুৎচাও থারদি মীপাইবা নংগনি, য়েক্লবনা নরল মাংনবা শিনবা লৈগনি অদুনা অনম তানগনু অমদি ৱাঙাং হৈবা ফগনি। মরুপ মপাংগনি মরি ফৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফবা ৱাৎলি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/চেং।

কুম্ভ: থাজদবা মরমদগী কান্নবা ফংগনি, থিবা কনবগী কান্নবা ফংবা অমদি অনা অয়েক কোকচবা লৈগনি। হান্নগী পোরম কাইদনা থবক পাংউ, মীতোপ থাজগনু।
লৈশা পাখংশিংগী -নিংবা থুংবা ৱাৎকনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/য়াইঙং।

মীন: লৌশিং থোইনা চাওগনি অদুনা কনানসু লাকচবা ঙমলোই। য়েক্লবা মাংখিনি অমদি মীয়াম লোইনবা কান্নগনি। শেন্দোং ফংগনি। কাইনবগী নুংঙাইতবদি লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংবগী নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

ফ্রী মেদিকেল কেম্প পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ফেব্রুৱারী ২১ (ঐচএনএস) : আই জি এ আর (সাউথ) কী মীৎয়েং মখাদা ২৮ সেক্টর অসাম রাইফলসকী ককচীং বট্টালিয়ন্না শীন্দুনা ঙসি ককচীং দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা পাঙলতাবীদা লৈবা মোদেল হায় স্কুলদা সেবা ভারতি অমসুং নেসনল মেদিকোজ ওর্গনাইজেসনগা পূন্না শীন্দুনা ফ্রী মেদিকেল এসেসমেন্ট কেম্প অমা পাঙথোকখ্রে।

ডোক্তর ২৭কী টিম অমনা শরুকয়াবা স্পেসিএলিষ্ট ডোক্তর ৯ য়াওবা মেদিকেল টিম অমনা কার্দিওলোজি, ইন্টরনেল মেদিসিন, গাইনিকোলোজি, য়ুরোলোজি, পেদ্রিয়াট্রিক্স, ঈ এন টি, ওর্থোপেদিক্স অমসুং ন্যুওরোলোজিগী চেক-অপ পাঙথোকখিবগা লোয়ননা ফ্রী কন্সলটেন্সিনসু পাঙথোকখি। কেম্প অদুদা পূন্না মীওই ৫১৩ লায়েংখিবগা লোয়ননা হীদাক লাংথকসু লেম্না য়েন্থোকখি হায়রি।

Job Opening for RaDiant Group

Sega Road Konjeng Hajari Leikai

Interview on 25th Feb. 2019 from 11:00am.

No. RD/HR/Recruit/2019-08 Dated: 21/02/2019

POST	SECTION	QUALIFICATION	EXPERIENCE	M/F	REQUIREMENTS	SALARY
Manager	Corporate	Graduate/MBA with management Background	0-1 years	M	1 (One)	10,000/- to 15,000/-
Branch Manager	Finance	Graduate and above	0-1 years	M/F	2 (Two)	10,000/- to 15,000/-
Accountant/ MIS Assistant	Finance	Graduate with computer knowledge	0-1 years	M/F	1(One)	5,000/-to 8,000/-
Loan Inspector	Finance	Graduateand above	0-1 years	M/F	1(One)	5,000/-to 8,000/-
Relationship Officer	Finance	XII and above	0-1 years	M/F	6 (Six)	5,000/- to 7,000/-
Driver	Corporate	VIII pass	1-2 years	M	1(One)	6,500/-to 8,500/-

Interested candidate can call us @ 9774132616 or SMS us with <Name><Post><Qualification><Experience> during office hour i.e. 10:00am – 05:00pm and have the details.

HL-B/5147/22,23,24,25