থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

বেলারিদ ইন্সপাইর ইন্সটিট্যুট ওফ স্পোর্টস-২

চেবাউ অদু ফংবদা খনখি 'ঈরুজনীংবগা থোঙ্গ্রা তেকপগা মান্নে' হায়বা মীতৈ পাউরৌ অদু চুমখ্রেদা! ইরন্নাই শেল পুথোক্তুনা চৎকদবা খোঙচৎ ওইরম্লবা, পাউথোং অমা নৎত্রগা অমা থিদুনা 'রিগ্রেট মেসেজ' অমা থারমগনি শোয়দনা - চেবাউ পীবিরকপগীদমক থাগৎচরি, অদুবু অতোপ্পা প্রোগ্রাম অমদা হান্ননা এনগেজ তৌথোকখ্রবনা, অদোমগী প্রোগ্রাম অসি য়াওবা ঙমজরোইদবসিগীদমক ঙাকপীগনি। ইম্ফাল-বেঙ্গলোর-ইম্ফাল হঙ্গৎ হন্দাগী এরোপ্লেন অতোংমল, এয়রপোর্টতগী আই আই এস ফাওবই টেক্সি এরেঞ্জমেন্ট, লৈফম চাফম পূন্নমক মখোয়না পুথোক্কনি হায়রকপদগীনি ঐনা চিন থীখিদবা, এসেপ্তেন্স খুদক্তা হনখিবা। ইশাদা ইকায়বদি ফাওরকখিদবা নত্তে, লৈতবনা 'ওইজবা-থিবা-তারবা-ইতৌ'দুগী খল্লুবদা। মীনা পীরকপা 'ইনভাইট' অদু ঙাইদনা ইশানা খঙনা চৎলমগদবনি।

ওগষ্ট ১৩, ২০১৮, নিংথৌকাবা নুমিৎকী নুংথিলগী ইন্দিগো ফ্লাসট'তা চৎলগনি খঙলল্লবা মতুং, নোংমা ৱাৎলিঙৈ খঙলকই - য়ুথ ওলেম্পিক্সকী ক্বালিফাই ওইখ্রবা থাংজম তবাবিগী মমা-মপা অনীসু ঐগা লোয়ননা চৎকনি, মখোয়গীসু টিকেট থারক্লে।

নুমিদাং পুং ৮ মিনট ৩৬, বেঙ্গলোর এয়রপোর্টতগী থৌদোরকপা টেক্সি (স্বিফট দিজায়র কার) অদু বিজয়নগর (বেল্লারি), আই আই এস কেম্পস মনুংদা লৈবা মীথুংশঙ (হমপি হাউজ) য়ৌবদা নোংয়াই মতুং পুং ২.৪০ রোম চৎলে। মতমদুদসু মেইন গেট (মরু ওইবা হোজঙ) দা মথৌ তৌরিবা সিক্যুরিটি ষ্টাফ অমদি মীথুংশঙগী ষ্টাফশিং তূমদনা মথৌ তৌরম্মী।

হমপি হাউজগী রুম নম্বর বি-১৫-নোংঙাল্লকপদা খঙলকই - ষ্টার রেটেদ হোটেল অমগা পাংখক্লি। রুম-সর্ভিস, রেষ্টুরেন্ট, ফুদ ক্বালিটি - ক্লাসিক হোটেল'না হেনবা নত্তে। সহরদগী লাপ্পা, লৌউ-শিংউগীদমক চন্নদ্রবা, চীংদুম মচা মচা লৈবা লমহাং অমদা শেমগৎলকপা ৱর্ল্ড-ক্লাস-স্পোর্টস ইন্সটিট্যুসন অমনি 'আই আই এস'। 'ইন্সপাইর ইন্সটিট্যুট ওফ স্পোর্টস' - মঙ লল্লোনবা 'পার্থ জিন্দল' না ইন্সটিট্যুসন অসিগী মিসন (মঙলান) অসুম্না থম্মী ... 'ঐখোয়গী শান্নরোয়শিংবু মশাদা য়াওজরকপা (পীথোরকপা) মতিক-মঙম অদু মথৌ শঙদুনা হেনগৎহল্লগা, ওলেম্পিক গেমস অমদি অতৈ ইন্টরনেসনেল কম্পিটিসন কয়াদা মেদল ফংবা ঙম্বগী থাক অদুদা ইনখৎনবা, মশান্না খুদিংমক্ল া অমনা অমদা মতেং পাংনবগী ফম্বাক অমা মালেমগী থাক্তা শেমগৎপনি'...। মহাক্কী খোঙ-খূৎ ওইরিবা, থৌ-পাঙলিবা তোপ এগজিক্যুটিব পূন্নমক্লা পান্মি - ইন্সপাইর ইন্সটিট্যুট ওফ স্পোর্টস, মাঙগী অমসুং তুংগী ওলেম্পিয়ন ময়ামগী য়ুম অমা ওইহনবা।

অনীশুবা ওলেম্পিক গেমসতগী লেপ্তুনা শরুক য়ারক্লিবা ইন্দিয়ন ওলেম্পিক স্কৱাদ'না ঙসি ফাওবদা মেদল ২৮ পুরকখ্রে। ১৯৫২ ওলেম্পিক্স'তা অহানবা ওইনা শরুক য়াখিবা, মেদল অমত্তা ফংখিদবা 'চিনা', ১৯৮৪দগী ওলেম্পিক ঈহৌদা য়াওরকখি। ঙসি ফাওবদা চিনা'না ওলেম্পিক মেদল ৫৪৩ লৌখরে। চহী য়াঙখৈ-চান্মা চঙনা হোৎনরবসু, ইন্দিয়া'না তান্নবা ফংলরোইদবা চহী কয়াগী খোঙকাপ হান্দুনা চেনখ্রবনি। আই আই এস'কী ৱাশকমক্তি নত্তবা পান্দম ওইনা ফল্লাংদা ইদুনা থেৎহৌই - ওলেম্পিক্কী লমজেলসিদা মখোয়না তানখৎকদবা লৈপাক মরিগী লিষ্ট অমা। অহানবদা ওলেম্পিক মেদল ২৫২০ ফংখ্রবা 'য়ুনাইটেদ ষ্টেটস ওফ অমেরিকা' (য়ু এস এ) অনীশুবদা রসিয়া (মেদল ১৮৬৫), অহুমশুবদা জর্মনি (মেদল ১৬৮১), মরিশুবদা গ্রেট বৃটেন (৮৪৭)।

বোক্সিং, জুদো অমদি রেষ্টলিংগী ট্রেনিং হোল - সেন্ট্রেল্লি এয়র কন্দিসন তৌরবা চাউরবা ইনেদার- ষ্টেদিয়ম, ট্রেক এন্দ ফিল্ডগী ষ্টেদিয়ম, এথলেট পূন্নমক্কী হায় পার্ফোমেন্স - সেন্তর (ফোরেন ট্রেনর মঙাগী মীৎয়েংখাদা চলাইরিবা জিম) স্পোর্টস সাইন্স লেবোরেটরি, ৱর্ল্ড-ক্লাসতা মচি ওইবা, হাইজিনিক ওইবা (প্লেয়র, কোচ, ওফিসল পূন্নমক্কী কম্মন ওইবা) চিঞ্জাক পীরিবা কেফেটরিয়া, তরু-তানানবা হোটেল অমগা চাংদম্নবা য়ারবা নুপামচা অমসুং নুপীমচাগী হোষ্টেলশিং, শান্নরোয়শিংনা শান্ননবা স্কৱাস-রেক্কেট-হোল, বেদমিন্টন কোর্ট, করাটে শান্নফম, বোল্লিবোল কোর্ট, স্বিমিং পুল, ফুটবোল ফিল্ড ... অসিনচিংবা খরসি ঐগী পূক্নিংবু শুমহৎখিবা, লমদমসিদা উঙমদ্রবা খরনি। ট্রেনিংগীদমক শীজিন্নগদবা স্বিমিং পুলশিং অদুদি কন্না শাগৎলিবনা, স্বিমর-ট্রেনীশিং অদু হৌজিক্তি খা অফ্রিকাদা ট্রেনিং তৌরি হায়।

চাউরাক্লা লুপা ক্রোর চাম্মা য়াংখৈমুক চঙনা শেমগৎখিবা স্পোর্টস-কমপ্লেক্স অসিগী মপূ, পার্থ-জিন্দল'না হায়, মহাক্লা নিউ য়োর্কতা মহৈ তম্লিঙৈ, নোংমা মহেস ভুপতি (টেনিস প্লেয়র) না চাক চরা (লঞ্চ) অমা চামিন্নসি হায়দুনা রেষ্টুরেন্ট'তা কৌথোক্লগা শানখিবা ৱারী অদুনা 'ইন্সপাইর' তৌদুনা ৱারেপ লৌহনখিবনি 'ইন্সপাইর ইন্সটিট্যুট ওফ স্পোর্টস' লীংখৎনবা। মরম অসিনা ওইগনি 'আই আই এস ম্যুজিয়ম' গী ইনোগুরেটর ওইনা মহেশ ভুপতি লেঙলকখিবা, মাগী লোয়নবী লারা দত্ত'কা লোয়ননা। অখন্নবা থৌরম অদুগী মরু ওইবা অতোপ্পা অখন্নবা গেষ্ট খরনি, হৌখ্রবা মতমগী ওলেম্পিক মেদল ৱিন্নরশিং - বলবির সিংহ (চহী ৯৪, হোকি), অভিনব বিন্দ্র (শুটর), য়োগেশ্বর দত্ত (রেষ্টলিং) অমদি অতোপ্পা ওলেম্পিয়ন কয়া অমা। মখোয়গা ৱারী শানবদা, অমত্তা ওইনা মত পীরম্মী - অসিগুম্বা সেন্তর, ইন্দিয়াগী অতোপ্পা মফম অমত্তদা লৈতে। জুদো ফেদরেসন ওফ ইন্দিয়াগী টেক্নিকেল দিরেক্টর মনোহর বঙ্গেরা'না শোল্লম্মী... 'মুম্বাইদসু অসিগুম্বা সেন্তর অমা থুনা হাংদোরক্লবা য়াই'... পার্থ জিন্দলগী অপোকপা সঞ্জন জিন্দলনা ইন্দিয়াগী মীয়ামদা পাউজেল্লি ... 'গভর্ণমেন্টনা শান্নবগীদমক কৈদৌবীখ্রবগে হায়দুনা মরাল শীবিগনু, ঐখোয়না করি তৌবা ঙম্বগে হায়বদু থিমিন্নসি ... ইন্সপাইর ইন্সটিট্যুট ওফ স্পোর্টস'কুম্বা মফম কুনখক্তং ষ্টেট কুন'দা লীংখৎপীয়ু, য়েংসি ওলেম্পিক গেমস খুদিংদা ইন্দিয়া'না ইকায় ফিরুক খুন্নিবসি খুম্বরা...?

ঐদি চাউথোক্লা হায়বা ঙমগনি, আই আই এসকুম্বা ইন্সটিট্যুসন অমা মণিপুরদা লীংলবা, অদুগা ইন্টরনেসনেল ওলেম্পিক এসোসিএসনগী থাক্তা পোলিটিকেল লোবী তৌরগা মণিপুর (ইন্দিয়া) হায়দুনা ওলেম্পিক'তা তোঙান্না রিপ্রজেন্ট তৌরবা, ইন্দিয়া, পাকিস্থান, বাংলাদেশতগীদি মেদল টেল্লিদা শোয়দনা মথক থংগনি।

লৌশিং পুক্কে

চাং নাইনা ব্রেকফাষ্ট চাবগী কান্নবশিং

ব্রেকফাষ্টনা খ্বাইদগী মরুওইবা চাকলেননি হায়না অখঙ-অহৈশিংনা হায়নবা লৈ। তশেংবসু চাং নাইনা ব্রেকফাষ্ট চাবনা হকচাংগী অৱাম্বা হেনগৎহন্দবগা লোয়ননা থবক তৌবদা মঙম শাল্লি অমসুং হকচাংদা কান্নবা কয়ামরুম পী।

তোঙান তোঙানবা ন্যুট্রিয়ন্ট, ভিটামিন অমসুং মিনরেলনচিংবা মচল শুনা য়াওবা ব্রেকফাষ্ট নুমীৎ খুদিংগী চারবদি ইথৌদা পূক্নিং চঙবা ঙম্মী অমসুং থবক তৌবদা মঙম শাল্লি।

ব্রেকফাষ্ট চাবনা মীপুম খুদিংমক্তা কান্নবা পী। অদুবু অমুক্কা হেন্না কান্নবা পীরিবসি পীক্লিবা অঙাং অমসুং ইনখৎলকপা মীওইশিংনি। অমেরিকান দাইটেটিক এসোসিএসন (এ দি এ) না হায়, চাং নাইনা ব্রেকফাষ্ট চাবা অঙাংশিং মহৈ তম্বদা পূক্নিং চঙবা ঙম্মী অমসুং শান্ন-খোৎনবদসু মীথোই-মীহেনবা ঙম্মী। পূক্নিং চঙলবনিনা মহৈ তম্বদা থুনা হৈগল্লি। মীৎকা-খুৎকা তান্ন-তান্ননা থবক তৌবা ঙম্মী।

ষ্টদি অমগী রিপোর্টনা হায়, ব্রেকফাষ্ট চাবা মীওইশিং হকচাংগী অৱাম্বা হেনগৎলক্তে। ব্রেকফাষ্ট ফজনা চারবদি তাল্লক্তা চাক লাম্বা ফাওহন্দবা মরম্না কান্নদবা অচোই-অপা চাহন্দে। কনাগুম্বনা হকচাংগী অৱাম্বা হন্থহন্নবনি হায়দুনা ব্রেকফাষ্ট চাদবা থোক্লবদি কা হেন্না অরাম্বা ফাওরকপা মরম্না লঞ্চ অমসুং দিন্নরদা হেঞ্জিন্না চাশিল্লি।

পরদ্যু য়ুনিভর্সিটিগী রিছার্সর ৱেন কেম্পবেলনা হায়, প্রোটিন, ভিটামিন অমদি মিনরেল শুনা য়াওবা ব্রেকফাষ্ট চাবগী তঙাইফদবা লৈ। মদুনা লঞ্চ মতম য়ৌদ্রি ফাওবা মরক্তা চাক লাম্বা ফাওহন্দে। মীওই অয়াম্বনা হকচাংগী অৱাম্বা হেনগৎলক্লিবসি চাক লাম্লে হায়দুনা মরক্তা কান্নদবা অচোই-অপা ময়াম অমা চাশিনবদগী ওইহল্লকপনি।

এক্সপরিমেন্টেল বাইওলোজি মীটিংদা পুথোরকপা পেনিংটন বাইওমেদিকেল রিছার্স সেন্টরগী রিপোর্ট অমনা হায়, নুমীৎ খুদিংগী ব্রেকফাষ্টতা য়েরুম চাবগী কান্নবা কয়ামরুম লৈ। ব্রেকফাষ্টতা য়েরুম চারবদি লঞ্চ মতম য়ৌদ্রিফাওবা চাক লাম্বা ফাওহন্দবা মরম্না মরক্তা কান্নদবা অচোই-অপা চাহন্দে।

জর্নেল ওফ দ অমেরিকান কোলেজ ওফ ন্যুট্রিসন্দা ফোঙলকখিবা অতোপ্পা ষ্টদিগী রিপোর্ট অমনসু ব্রেকফাষ্টতা য়েরুম চাবগী কান্নবা কয়ামরুম লৈ হায়রি। অয়ুক য়াহৌবগা য়েরুম চারবদি নুমীৎ চুপ্পা কা হেন্না চাক লাম্বা ফাওহন্দবা মরম্না কেলোরি য়াম্না য়াওবা অচোই-অপা হেঞ্জিন্না চাশিন্দে।

য়েরুম অমদা য়াওরিবসি কেলোরি ৭৫, প্রোটিন গ্রাম ৬ অমসুং কোলেষ্টেরোল মিলিগ্রাম ২১২ নি। অমেরিকান হার্ট এসোসিএসনগী মতুংইন্না মীওই খুদিংমক নোংমদা য়েরুম অমমম চাগদবনি। মরম অদুনা মশা-মউ ফবা মীওই অমনা নুমীৎ খুদিংগী য়েরুম অমমম চাবদা ব্লদ লিপিদকী চাং ৱাংখৎলক্তুনা থম্মোয়গী লায়না ওইহল্লক্কনি হায়বগী মিপাইবা পোক্নিংঙাই ওইদে।

চাং নাইনা ব্রেকফাষ্ট চাবগী কান্নবা তোঙান তোঙানবা ষ্টদিশিংদগী খঙবা ঙম্লে। হার্বার্দ য়ুনিভর্সিটিনা মীওই ১৭,০০০ কাঙলুপ অনী খায়দোক্লগা কাঙলুপ অমা চাং নাইনা ব্রেকফাষ্ট পীরগা অতোপ্পা কাঙলুপ অমদনা পীজরমদে। মতম খরগী মতুংদা চাংদম্নদুনা য়েংবদা ব্রেকফাষ্ট চাবা কাঙলুপ অদু হকচাংগী অৱাম্বা হেনগৎলক্তে হায়বা খঙলকখি।

জর্নেল ওফ দ অমেরিকান দাইটেটিক এসোসিএসনগী রিপোর্টনা হায়, ব্রেকফাষ্টতা করম করম্বা চীঞ্জাক চাগদগে হায়বদু খন্দোকপা য়াম্না মরুওই। উহৈ-ৱাহৈ, মনা-মশিং, ফেট য়াওদবা দাইরিগী পোৎলম অমসুং প্রোটিন চাবা মথৌ তাই।

কনাগুম্বা মীওই অমনা নুমীদাং চাক চাখিবদগীনা মথং নুমীৎকী অয়ুক চাক চাবফাওবদা কান্নরিবা মতমসি চাউরাক্লা পুং ১২ রোমনি। মরম অদুনা মরক্তা ব্রেক পীবা ওইনা ব্রেকফাষ্ট চাবা য়াম্নমক তঙাইফদে। শাংলবা পুং ১২ চরা হেল্লগা (ফাষ্টিং তৌরগা) লাকপদু ব্রেক তৌরে হায়বগীদমক ব্রেকফাষ্ট হায়না খঙনবনি।

মচি ওইবা চীঞ্জাক মচল শুনা চারবদি ৱাখল খনবা ঙম্বগী চাং হেনগৎহনবা মরম্না ইথৌদা পূক্নিং চঙবা ঙম্মী। হকচাং শোন্থহন্দবা মরম্না থবক ফজনা তৌবা ঙমহল্লি।

কনাগুম্বা মীওই খরনা ব্রেকফাষ্ট চাদ্রবদি হকচাংগী অৱাম্বা হন্থরকই হায়না অরানবা মওংদা থাজনবা য়াওই। অদুবু ব্রেকফাষ্ট চাহৌদ্রবদি অতৈ অতোপ্পা মতমদা হেঞ্জিন্না চাশিন্নবগী মরম ওইহল্লকই। চাং নাইনা ব্রেকফাষ্ট চাবনা হকচাংগী মেটাবোলিজম ফগহন্দুনা ব্লদ সুগরগী খল কায়হন্দনা থম্বদা মতেং পাংই। মরক্তা অরাম্বা ফাওহন্দবা মরম্না কান্নদবা অচোই অপা চাহন্দে।

চাং নাইনা ব্রেকফাষ্ট চাবা মীওই অয়াম্বা মশা মউ ফনা, অনা অয়েক য়াওদনা লৈবা ঙম্মী। ব্রেকফাষ্ট চারিবনি হায়দুনা অথুম-অহাউ খরা, বন খরা, থাউদা তাউথোক্লবা য়েরুম, কেক খরা চাবা অমসুং সোফ্‌ট ড্রিঙ্ক খরা থকপনা হকচাংদা থোইদোকপা কান্নবা পীদে। ভিটামিন, প্রোটিন অমসুং মিনরেলশিং মরাং কায়না য়াওবা উহৈ-ৱাহৈ অমসুং মনা-মশিং চাবগী তঙাইফদবা লৈ।

নুমীৎ খুদিংগী চাং নাইনা ব্রেকফাষ্ট চাবগী কান্নবশিংদি পূক্নিং-ৱাখলগী ফীভম ফগহনবা, হকচাং চোকথহন্দবা, থম্মোয়গী মথৌ নীংথিনা তৌহনবা, হকচাংগী অৱাম্বা হন্থহনবদা মতেং পাংবা, ব্লদ সুগর কন্ট্রোল তৌবা, মীৎকী ফীভম ফগহনবা, ইম্যুন সিষ্টেম কলহনবা, ঈদা য়াওবা কোলেষ্টেরোলগী চাং হেনগৎহন্দবা, শরূগী পাঙ্গল কলহনবা, দাইজেষ্টিভ সিষ্টেম ফগহনবা, উনসা ফজহনবা অমসুং শম ফগহনবা অসিনচিংবনি।

মণিপুরী লোনগী নুমিৎকা মরী লৈননা শৈরেংগী লাইরিক ফোঙখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ২১ (ঐচ এন এস): সাহিত্য সেবা সমিতি, মণিপুর ককচিংনা শীন্দুনা মণিপুরী লোনগী নুমিৎকা মরী লৈননা অখন্নবা থৌরম অমাগা ইরোইননা শৈরেংগী লাইরিক অমা ঙরাং ককচিং দিষ্ট্রিক্ট কাই ককচিং ফৌশুপাৎ লৈকাইদা লৈবা লাইব্রেরি এন্দ ইনফোর্মেসন সেন্টর ককচিংগী মীপুংশঙদা পাঙথোকখ্রে।

থৌরম অদুদা কেংবা য়েংখোম, প্রসিদেন্ট সাহিত্য সেবা সমিটি মণিপুর ককচিং, নাওরেম গন্ধার, থবক্তগী পোৎথারবা প্রিন্সিপাল অমসুং ক্ষেত্রি বীর, সাহিত্য একাদেমি এৱার্দি অহুম্না থৌরম মপুংশিং ওইনা শরুক য়াখি। দোক্তর ৱাহেংবম কুমারি চনু, এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর, লিলোং হাওরৈবী কোলেজনা মণিপুরী লোনগী নুমিৎকা মরী লৈননা ৱাফমশিং ফোঙদোকখি।

থৌরমগী অহানবা শরুক অমা ওইনা *মী ওইখিনু লাই নঙ* হায়না মীংথোনবা দা. নোংমাইথেম প্রামোদিনিনা ইবা শৈরেংগী লাইরিক অমসু ফোঙখি। ঙরাং ফোঙদোকখিবা লাইরিক অদুগী মতাংদা য়েংখোম বিহারিনা ৱা ঙাঙখি।

লায়নস ক্লব ওফ ইম্ফাল গ্রেটরনা উ চারাশিং থাখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ২১ (ঐচ এন এস): লায়নস ক্লব ওফ ইম্ফাল গ্রেটরনা শীন্দুনা ঙরাং মোংশাঙ্গৈদা লৈবা ওল্ড এজ হোমদা উ চারাশিং থাখিবগা লোয়ননা তঙাইফদনা চঙবা পোৎলমশিং খুদোল তমখ্রে।

থৌরম অদুদা লায়ন এম গোজেন্দ্র দিষ্ট্রিক্ট গভর্ণর লায়ন উমাকান্ত নাওরেম প্রসিদেন্ট লায়ন ক্লব ওফ ইম্ফাল গ্রেটর, লায়ন কে ঐচ কৃষ্ণনন ট্রেজরর লায়ন ক্লব ওফ ইম্ফাল গ্রেটর অমসুং জোন চ্যেরমেন্নচিংবনা শরুক য়াখি।

লায়ন ক্লব ওফ ইম্ফাল গ্রেটরগী প্রসিদেন্ট লায়ন উমাকান্ত নাওরেম্না থৌরম অদুগী তরাম্না ওকপগী ৱারোল পীবদা অসুম্না হায়খি, অকোয়বগী ফীভম ঙাক্তুনা থম্বা হায়বসি খ্বাইদগী মরুওইবনি অমসুং লায়ন ক্লবনা অকোয়বগী ফীভম কন্নবা অমসুং ঙাক্তুনা থম্নবা থবক কয়া পায়খৎলি। হোম অদুদা লৈরিবা অহল ওইরবা মীওইশিংগীদমক্তা চেঙ, চানথক্লবা পোৎলমশিং, অচাথাও, ঙা অমসুং মনা-মশিংনচিংবসু খুদোল তমখি হায়রি।

ফ্রেমৱার্ক এগ্রিমেন্টকী মায়োক্তা রেল্লি চৎখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ২১ (ঐচ এন এস): য়ুনাইটেদ কম্মিটি মণিপুরগী বেন্নর মখাদা মণিপুরদা আর্টিক ৩৭১ (এ) নৎত্রগা তরুকশুবা সেদ্যুল চৎনহনবা য়ারোই হায়বা দিমান্দ তৌরদুনা নোংচুপ ইম্ফাল পলেম ইমা অপুনবা লুপ (নিম্পাল) না শীন্দুনা ঙসি মীয়ামগী রেল্লি চৎখ্রে।

আর্টিকল ৩৭১ (এ) চৎনবা য়ারোই, মসিগা মান্নবা এক্ট শেম্বা য়ারোই, লৈবাক য়োল্লগা ফম কোনবা য়ারোই, সিক্স সেদ্যুল চৎনবা য়ারোই হায়বা খোল্লাউশিং লাউদুনা নিম্পালগী থৌমীশিংনা ক্বাকৈথেলদগী রাজ ভাবন তম্না লাকখি। অদুবু কৈশামপাৎতা লৈবা ইলেক্ট্রিসিটি মপাদা পুলিসনা মীয়াম অদু থৎতুনা চৎহনখিদে। তুংদা নিম্পালগী থৌমী তরুক খনগৎলগা গভর্নর উননবা চঙহনখি।

গর্ভনর উন্নরুবা অদুদা শরুক য়াখিবী নিম্পালগী সেক্রেটরি জেনরেল এস শান্তি লৈমনা ফোঙদোকখিবদা, চহী কয়াগী মমাংদগী ফুরুপ কয়ানা খুন্দাদুনা লৈমিন্নরক্লিবা অসিবু ফ্রেমৱার্ক এগ্রিমেন্টতা করিমত্তা য়াওদে হায়রগা হৌজিক থোরক্লিবা আর্টিকল ৩৭১ (এ) গী ৱাফম অসি মণিপুর কায়বগী মচাক অমা ওইগনি। অদুনা আর্টিকল ৩৭১ (এ) অমদি মসিগা মান্নবা এক্ট অমত্তা চৎনহনবীদনবা গভর্নর মশাদা হায়জরম্মী হায়খি। গভর্নর মশানসু হায়রিবশিং অসি ফনবা হোৎনরগে। লোয়ননা এসেমব্লী সেসনসু অথুবা মতমদা কৌহনগে হায়বগী থাজবসু পীরকখি হায়না মহাক্লা মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

পেন্সনরশিংনা ৱাকৎ মীফম চথখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ২১ (ঐচ এন এস): জে এ সী ওফ এমটুক এন্দ এমজিওনা ষ্টেট অসিদা তরেৎশুবা সেন্ট্রেল পে রিকমেন্দেসন চৎনহনগদবনি হায়বা দিমান্দ তৌদুনা চঙশিল্লক্লিবা নুমিৎ ১৫৪ শুরবা খোঙজং অসিগী শরুক অমা ওইনা পেন্সনরশিংনা ঙসি কৈশামপাৎ লৈমজম লৈকাইগী কম্যুনিটি হোলদা ৱাকৎ মীফম ফমখ্রে।

ৱাকৎ মীফম অদুদা শরুক য়াখিবা পেন্সনর সলাম বিরেন্দ্রনা ফোঙদোকখিবদা, ষ্টেট অসিদা তরেৎশুবা সেন্ট্রেল পে চৎনহনগদবনি হায়না নুমিৎ ১৫৪ নি খোঙজং চঙশিল্লকপা অসিদা তাশিন্নদনা লৈরিবা লৈঙাক অসি মতিক চাদ্রে। মসিগী লৈঙাক অসি অমুক হল্লক্তনবা শিনবা ফৈ। জে এ সীনা চঙশিল্লিবা খোঙজং অসি হনবা লৈতনা শরুক য়াখিনি। জন্যুৱারি ১, ২০১৬ দগী চৎনবা হৌগদবা পে অসি মমাংদা এম ও য়ু সাইন তৌনখিবা কাঙবুগা য়াম্না চোন্থরগা য়ানখি। মসিদা লৈঙাক্লা ইমপ্লোয়ী, পেন্সনরশিংদা উৎ চাইবগী থবক অসি য়াম্না পেন্দে। তরেৎশুবা সেন্ট্রেল পে অসি জন্যুৱারি ১, ২০১৬ দগী পীগদবনি অমদি জে এ সী ওফ এমটুক অমদি এমজিওনা শেম্বা এরিয়রসু অমত্তা মাঙহন্দনা পীগদবনি হায়রি।

ইকায়খুম্নবা উৎখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ২১ (ঐচ এন এস): থৌবাল দিষ্ট্রিক্ট কোংগ্রেস কম্মিটিগী টর্ম অহুল্লক প্রসিদেন্ট ওইরম্বতা নত্তনা দিষ্ট্রিক্ট য়ুথ কোংগ্রেস অমসুং সেভা দলগী ফাউন্দর প্রসিদেন্ট ওইরম্বা থৌবাল কৈথেলদগী সঞ্জেনবম অচৌ ঙরাং নুংথিল মশাগী অনাবা অমদগী লৈখিদ্রে।

লৈখিদ্রবা অচৌগী হকচাং ঙসি অয়ুক পার্টিগী লুচিংবা কয়ানা শরুক য়াদুনা থৌবাল দিষ্ট্রিক্ট কোংগ্রেস কম্মিটিগী থৌবাল অথোকপমদা লৈবা ওফিসতা পুরক্তুনা পার্টিগী ফিরাল উপ্তুনা ইকায়খুম্নবা উৎখ্রে। মীয়াম্না মহাক্কী মফমদা মীনিট অনী তুমিন্না লেপ্তুনা লৈ-শু কৎতুনা ইকায়খুম্নবা অমদি অৱাবা ফোঙখ্রে।

হান্নগী চীফ মিনিষ্টর ওক্রম ইবোবীনা ইকায়খুম্নবা উৎপা অদুদা শরুক য়ারদুনা হায়, এক্স প্রসিদেন্ট অচৌনা পার্টি অসিগীদমক থৌবাল দিষ্ট্রিক্ট খক্কী নত্তনা মণিপুর পুম্বদা কোংগ্রেস পার্টিবু মপাঙ্গল কনখৎহন্নবা হোৎনবদা অচৌবা থৌদাং লৌবিরম্মী। মহাক্লা লৈখিদবা অসি পার্টি অসিগী চাউনা মাঙজবা অমনি। মহাক্লা লৈখিদবদা ইমুং-মনুংগী অৱাবদা পুন্নমক্ল া শরুক য়ারি হায়খি। অৱাবা ফোঙদোকপা অদুদা খাঙবোক এ সীগী এম এল এ, ও সুর্জকুমার অমদি লুচিংবা কয়াসু শরুক য়াখি।

ঈচাও অমদি চীং নিংখায়বদা শোকহনখ্রবশিংগী কম্পেন্সেসন লৈঙাক্লা পীদবগী খোঙচৎ চৎখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ২১ (ঐচ এন এস): কুমজা ২০১৫ দা মণিপুরদা থোকখিবা লায়বক থিবা ঈশিং ঈচাও অমদি চীং নিংখায়বগী থৌদোক্তা অৱা অনা তাখ্রবা চান্দেল অমদি তেংনৌপলগী মীয়ামদা হৌজিক ফাওবা রিলিফ ফন্দ পীথোকপীদবগী মায়োক্তা ৱাকৎ খোঙচৎ অমা ঙসি চান্দেল দিষ্ট্রিক্ট হেদক্বার্টরদা চৎখ্রে।

সেন্ট্রেল গভর্নমেন্টনা স্পেসল পেকেজ ওইনা পীরকখিবা আই এ ৱাই হাউসিং স্কীমগী অহানবা অমদি অরোয়বা পীথোকফম থোকপা শেনফমশিং হৌজিক ফাওবা পীথোকপীদববু য়ানিংদবা ফোঙদোক্তুনা ফ্লদ ভিক্তিম দিমান্দ কম্মিটি (এফ ভি দি সী) চান্দেল অমদি তেংনৌপল দিষ্ট্রিক্টনা এফেক্তেত ভিলেজ চীফশিংগা পুন্না খুৎশম্নরগা মীয়ামগী ওইবা ৱাকৎ খোঙচৎ অদু চৎখিবনি হায়রি।

চান্দেলগী জফৌ কৈথেলদা ইন্দোর ষ্টেদিয়মদগী হৌদুনা দি সী চান্দেলগী ওফিস ফাওবা চৎখিবা মীয়ামগী খোঙচৎ অদুদা মীয়াম্না ৱি দিমান্দ ইক্বেল জষ্টিস এন্দ ইক্বেল রাইটস, মিনিষ্টর পি আর এন্দ পি দি এটেন্সন এন্দ ইনিসিএট টু রিলিজ আৱর দিমান্দ, গভর্নমেন্ট ওফ মণিপুর রেস্পেক্ট সিটিজন্স ওফ মণিপুর পার্টিকুলরলি ভিক্তিমস/এফেক্টেদ দ্যুরিং ফ্লদ লেন্দস্লাইদ ইন ২০১৫ হায়বনচিংবা থাবা প্লেকার্দশিং পায়দুনা চৎখি।

লোয়ননা মীয়ামগী ৱাকৎ ৱারোল য়াওবা মণিপুর গর্ভনর, চীফ মিনিষ্টর, ৱার্ক্স মিনিষ্টর, ৱাই এ এস এন্দ ৱাটর রিছোর্সেস মিনিষ্টর, চীফ সেক্রেটরি অমদি মরী লৈনবা য়ুনিয়ন হোম মিনিষ্টরদা এদ্রেস তৌবা মেমোরেন্দম অমা দেপ্যুটি কম্মিস্নর, চান্দেল কৃষ্ণকুমারগী খুত্থাংদা পীশিনখি।

ঙসিগী মীয়ামগী ৱাকৎ খোঙচৎ অদুগা মরী লৈননা ফ্লদ ভিক্তিম দিমান্দ কম্মিটি চান্দেলগী কনভিনর বি দি বেথানা ফোঙদোরকপদা, হৌখিবা কুমজা ২০১৫ দা থোকখিবা ঈশিং ঈচাও অমদি চীং নিংখায়বগী থৌদোক্তা অৱা অনা নংখ্রবা মীয়ামগী রিলিফ ফন্দ অমদি য়ুম শানবা সেন্তরনা স্পেসল ওইনা থাদবীরকখিবা হাউসিং স্কীমগী শেনফমশিং মণিপুর লৈঙাক্লা ঙসি ফাওবা মপুং ফানা পীথোকপীদবা অসি কন্দেম তৌই। হৌজিক ফাওবা থোকখিবা লায়বক থিবা থৌদোক অদুদা শাথিনা অমাং অতা থোকখ্রবা য়ুম ২০ গী ফর্ষ্ট পেমেন্ট ফাওবা পীবীদ্রি। বিনিফিসরি ২২৬ গীনা ফুল পেমেন্ট তৌবিখ্রে। বিনিফিসরি ৯৭৯ গীনা অহানবা তাঙ্কক্কী শেনফম খক্তমক পীরগা অনীশুবা অরোইবা ফেজগী শেনফম হৌজিক ফাওবা পীবীদ্রি। হায়রিবা মীয়ামগী ফংফম থোকপা শেনফমশিং অসি ঙসিদগী চয়োল অমগী মনুংদা মণিপুর লৈঙাক্লা পীথোকপীদ্রবদি মথংগী নুমিত্তগী কম্মিটি অসিনা মীয়ামগা লোয়ননা মখল মখা কয়াগী খোঙজংশিং লেপ্তুনা চঙশিন্নবা শেম শারে হায়না চেকশিন ৱা থম্লকখি।

মাদ্রাসাগী ওজা ফুরকপা কন্দেম তৌই: এসোসিএসন

ইম্ফাল, ওগষ্ট ২১ (ঐচ এন এস): মাদ্রাসা মোর্দনাইজেসনগী ওজা এম দি অব্দুল জাবরবু ৱাকফ বোর্দকী চ্যেরমেনসু ওইরিবা ৱাবগাই এ সীগী এম এল এ ফজুর রহিমনা ঙরাং নুংথিল লম্বীদগী ফারগা ফুরবা মতুংদা পোরোমপাৎ পুলিস ষ্টেসনদা শীন্নরম্ববু ওল মণিপুর মাদ্রাসা মোর্দনাইজেসন টিচর্স ৱেলফ্যের এসোসিএসন্না অকনবা মওংদা কন্দেম তৌরক্লি।

লিলোং হায়র সেকেন্দরি মাদ্রাসাদা ঙসি পাঙথোকখিবা পাউগী মীফম অমদা লুপ অসিগী ইগজিক্যুযিব মেম্বর এম দি অস্লম খান্না হায়, এম দি জাবরবু এম এল এ ফজুর রহিমনা মহাক্কী এস্কোর্টকা লোয়ননা হট্টাদগী ফারগা পুলিসতা শীন্নরম্বা অসি লৈঙাক অসিগী মরী লৈনবশিংনা অথুবদা মীৎয়েং চঙবীদুনা অচুম অরান থিদোকপীয়ু। এম এল এ অমদা পীরিবা এস্কোর্টশিং অসি মীফা মীপুনদা শীজিন্নবা য়াৱা হায়নসু হংলক্লি। লোয়ননা হিরম অসিদা চেন্নরিবশিং মণিপুর লৈঙাক্লা মতিক চাবা এক্সন লৌখৎপীয়ু হায়রি।

মাদ্রাসা মোদর্নাইজেসনগী ওজা ১৫০ অসি থা ৪০ তলব ফঙদবনা অৱাবা কয়া মায়োক্নদুনা হিংলিবনি। ওজাশিং অসিগী অৱাবা অসি লৈঙাক্ল া কোকহনবীয়ু। চহী অসিগী এপ্রিল ১৯ দগী ২৪ ফাওবা চথুখিবা ওজাশিংগী ভেরিফিকেসনগী রিজল্ট অথুবদা খঙহনবীরগা রেগ্যুলর এপোইন্টমেন্ট ওর্দর পীথোকপীয়ু হায়নসু ফোঙদোকখি।

হয়েং পাঙথোক্নদৌরিবা ইস্লাম লাইনিং চৎপশিংগী ইদ উল অধাগী য়েংলগা থা ৪০ গী তলব পীদনা লাক্লবা মাদ্রাসা মোর্দনাইজেসনগী ওজা ১৫০ তলব পীথোকপ্রা হায়না হট্টাদালৈবা ৱাকফ বোর্দকী ওফিসতা হংলুবগী থোক্লকপদা ট্রাফিক পোইন্ট য়ৌরমদাইদা এম এল এ ফজুর রহিমনা মহাক্কী এস্কোর্টশিংদা ওর্দর তৌরগা মহাকপু ফাহল্লগা পোরোমপাৎ পুলিস ষ্টেসনদা শীন্নরম্বনি। অসিগুম্বা থৌওং অসি করিগীদমক্তা চথুখিবনো হায়বদু মরী লৈনবশিংনা থিদোকপীয়ু হায়না মহাক্লা মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

JOIN THE
PREMIUM FITNESS CENTRE IN MANIPUR
«RADIANT FITNESS»
360° WELLNESS CENTRE
»GYM »AEROBICS »ZUMBA »YOGA »SPA »SAUNA »COFFEE & MORE...
Visit Us: Palace Compound Gate, Opp. City Convention Hall, Imphal
HL-B/4808/22/8-21/9