পোকপদগী মখোম খাইদ্রিফাওবা ওক্লাও য়োকপা

সরাংথেম জেসমারানি

শেন্দাল লম্বী অমা ওইনা মণিপুরগী মীচম মীয়াম অয়াম্বনা ওক লোয়নরি। ওক য়োকপা ফনা খূৎলোয়রগসু ওক্লাও য়োকপসি কয়া খূৎলোয়দবনিনা শিবগী চাং য়াম্না ৱাংনা লৈ। মসিনা শেন্দোং লৈহনবা ঙমহন্দে। ওক মপীনা মচাগা শগোন্নরগা লৈমিন্নবা হৈরগদি য়াম্না ফৈ। করিগুম্বা মপীদু শাজৎ থীবা ওইরবদি মচাদা নীংথিনা শেন্নবীদবদগী শিবগী চাং য়াম্না ৱাংই। লুরিবদি মচা পোক্লবা তুংদা মপীদু লাইবক থীদুনা শিখিবা তারগদি ওক্লাওদু ঐখোয়না নীংথিনা শেন্নবীদ্রগদি শিবগী চাং য়াম্না ৱাংই।

লমদমসিদদি চৎনবী অমা ওইনা ওক মচা হেক পোকপগা মচাশিংদু অমমম মপীনা নন্দনবা থুমোক্তা হাপ্লগা থম্লগা মতুং মচা লোইনা পোক্লগা নাওফম তারবা মতুংদা ওইনা মপীগী মখোম পীথকই। মসিসু নুমিৎ ২/৩দি থুমোক্তা হাপ্লগা পুথোক-পুশিন তৌদুনা মখোম পীথক্লে। মসি খক তৌবিরোইদবনি।

ওক মপীনা মচা লৌখ্রবা মতুংদা গর্ভ পুবগী মতমসি থা ৩ হাপ্তা ৩গা নুমিৎ ৩নি হায়না লায়না পাবা য়াই। থা ৩গা হাপ্তা ২ শুখ্রবদি চাবোক্কদৌরিবা মকোন্দুগী মতাইগী কাচিন অমদা মচা থম্নবা মফম শেম-শাবীগদবনি। হায়রিবা মচা থম্নবগী মফম শেম-শাবসি শেল য়াম্না চংদনবা ৱানা নৎত্রগা উনা শাবসু য়াই। নিংথমথাগী অইংবদগী ঙাকথোক্লনবা অকোইবদসু বোড়ানচিংবনা খাজিল্লগা মনুংদা চরু থাবিদুনা লুম্না থন্বীগদবনি। ওক্লাও লৈনবা কা মচাসি ওক্লাওনা চংথোক চংশিন তৌবদি য়াহনগনি অদুগা মপীনা চংবদি য়াহল্লোইদবনি। ওক মচা পোকপা মতমদা য়ামদ্রবদা মচা ৪দগী ১০ফাওবা চাংচত্তা পোকই। হায়রিবা মচাশিংসি মরী-মরী পোকপদি নত্তে অদুনা ওক্লা মচা হেক পোকপা মতমদা মাবু মতম পূম্নমক্তা লোয়নদুনা লৈরিবা মপুনা মনাক্তা লৈরগদি য়াম্না ইংনা-তপ্না মচা পোকপা ঙম্মী। অসুম্না মচা অহানবা পোকপগা পাঙথোকপীগদবা থবক-থৌরমশিং অদু থমজরি।

১) ওক মচা হেক পোকপগা অনানবা অকংবা ফী অমনা ওক্লাওগী মনাতোন অমদি মচীন্দা পক্লকপা অনপ্পী মচুম অমসুং কুরাংবানশিং অদু তৈথোকপীগনি। করিগুম্বা মতমদা স্বর হোনবা ঙমদবা তারগদি পাইপ অমা লৌরগা নাতোন মখুন্দগী মহী-মনায় অদু চীংথোকপীগদবনি অমদি অশেংবা নুংশিৎ মনাতোন মখুন্দা কামশিনবীবগা লোয়ননা ওক্লাও অদুগী মথবাক্তা খূৎশানা হঙ্গৎ-হন্দা নমদুনা প্রেসর পীরগা স্বর হোলহন্নবা হোৎনবীগনি। অসুম্না মপূং ফানা স্বর হোন্দ্রিফাওবা হঙ্গৎ-হন্দা শান্নবীগনি।

২) স্বর নীংথিনা হোল্লবা মতুংদা খোইরী ককপীগনি। খোইরী ককপা মতমদা আইওদিন্দা লুপ্লবা লংনা মবুক্তগী ইঞ্চি মখায়রোম চথোকপীরগা হায়বদি ইঞ্চি অনীরোম চথোরক্লগা অনীশুবা কীশি অমা অমুক কীশিনবীরগা কীশি অনীগী ময়াইদা কাটি নৎত্রগা ব্লেড অমগা খোইরী অদু ককথৎপীরগা ককফম মতোন্দুদা টিনচর আইওদিন তৈশিনবীরগা থন্বীগনি।

৩) খোইদৌ কক্লবা মতুংদা মপীদগী মখোম পীথক্লবা হোৎনবীগদবনি। মচা পোকপা লোইদ্রিঙৈদা ঙন্না পোক্লিবা মচাদু মখোম পীথকহৌরগদি মপীদা হোর্মোনেল চেঞ্জ অমা লাক্তুনা মচা খাউ চপশিল্লক্তুনা য়াম্না থুনা মচা পোকপা লোইশিনবগা লোয়ননা নাওফমসু ঙন্না তারকই। নীংশিংবীগদবা অমা মখোম পীথকপা মতমদা ওক মপীগী মনুংদা লৈরিবা খোমজিন পরেংদু নন্দনবা মখাদা ফী অমা থাবিদুনা মথকলোমদা পুথোকপীগনি।

৪) মথংদা অমুক ময়া ককথৎপীগদবনি। ওক্লাওশিংসি পোকপা মতমদা ময়া নীপাল হৌরগা পোক্লকই। মথক্তা মরি, মখাদা মরি। হায়রিবা ময়াসি য়াম্না তুম্বা মরম্না ওক্লাওনা মপীদগী মখোম থকপা মতমদা মপীগী খোমজিন্দু চীকথৎপদগী মপীনা ফুক-ফুক হৌগত্তুনা ওক্লাও ননবগী চাং য়াম্না ৱাংই। মরম অসিনা ঐখোয়না ময়া নীপালসি ককথৎপীগনি। ময়া ককপা মতমদা ইরায় লায়না ঐখোয়না য়ূমদা শীজিন্নরিবা নেইল কট্টরনা ককপা য়াই। মসি ককপা মতমদা ওক্লাওগী ময়াদু ময়ায় ওইরপ্না চপ্পীগনি। করিগুম্বদা ঈ থোকপা তারগসু লশিংনা নপশিন্দুনা ঙাইহাক্তং থন্বীগদবনি। মসিদা অকাইবা করিসু লৈতে। মতোমতা অদুমক ফজখিগনি। চেকশিনবীগদবা অমনা ময়া ককপা মতমদা য়াখোঙ নোমদনবা অথৌবা মচীন লৈহৌদনবা অমদি য়ারি শোক্তনবা চেকশিনবীগদবনি।

৫) ময়া ককথৎলবা মতুংদা মচা পোকপা লোইদ্রগদি মপীগী মনাক্তা অদুম থন্বীগনি। মচা পোকপা লোইরগদি মকোন মনুংদা শেল্লিবা ওক্লাওনা লৈনবা কা মচাগী মনুংদা ওইনা পূল্লপ হাপচিল্লগা থন্বীগনি। নোংমদা য়ামদ্রবদা ওক্লাওশিংদু ৬-৭লক মপীগী মখোম পীথকপীগনি। মচা পোকপদগী নুমিৎ হুম্নিফাওবদি মখোমদা য়াওবা কোলোষ্ট্রমনা নৌরিবা মশা-মউ ফহন্নবা অফবা মখলগী প্রোটিন, ফেট, মীনরেল অমদি ভিটামিনশিং মতিক চানা ফংহল্লি। মসিদা নত্তনা কোলোষ্ট্রমনা পোকপদগা ঙাইরিবা ওক্লাওশিংদা মমাগী পূক্লুংদা লৈরিঙৈ মতমদগী য়াওরকপা নাওথীদু ফাইদোকহনবদা মতেং পাংই। মরমসিনা ওক্লাও অমা পোক্লবা মতুং পুং ২৪ফাওবদা মপীগী মখোম ফংহন্নবা হোৎনবীগদবনি।

৬) করিগুম্বদা পোক্লকপা মচাগী মশীংনা খোমজিন মশীংদগী হেল্লবা নৎত্রগা মপী শিদোকখ্রবা নৎত্রগা মরম খরদগী মপীগী মখোম থোকখিদ্রবদি অহেনবা ওক্লাও নৎত্রগা মপী লৈত্রবা ওক্লাওশিংদু মখোয়গা চাউবা হায়রপ মান্নবা অতোপ্পা মপী অমদা থাজিন্দুনা য়োকহনবিগনি। মসিগী খুদোংচাবা ফংদ্রগদি মপীগী মখোমগী মহুৎ শীনবা য়াবা মচীঞ্জাক পীথক্তুনা য়োক্কদবনি। ওক মপীনা মচা পোকপা হেক লোইবগা শিখিবা তারগদি ওক্লাওশিংদা কোলোষ্ট্রম থকপা ফংদ্রবগদি ওক মপীগী কোলোষ্ট্রম পীবা শক্তি অদুমক য়ৌবদা খরদি ৱানা থোক্কনি। মরমসিনা চেকশিন্না শেন্নবীগনি। মচা য়াম্না চেন্দবা মপী অমগী মনাক্তা ওক্লাওশিং থাজিনবা তারগদি মপী অদুগী অহেনবা খোমজিনশিংদু কংশিন্দ্রিঙৈদা থাজিনবীগনি। থাজিনবা মতমদা অনৌবা ওক্লাওশিংগা মনম লৈবা পোৎশক অমা চাইশিনবীদুনা পুং অমরোম থম্মীন্নরবা মতুংদা মপী অদুগী মনাক্তা পূল্লপ থাজিন্দুনা মখোম পীথক্কদবনি। মপীগী মখোম মহুৎ শীনবা মচীঞ্জাক মরাং কায়না পীজদুনা য়োকপা তারগদি লায়না ফংবা ঙম্বা ষণবীগী শঙ্গোম অনৌবা লিটর অমদা য়েরুম অহিংবা অনী, বদাম থাউ মিলিলিটির অনী, ভিটামিন, মীনরেল মিক্স মিলিলিটর অনী অমদি এন্টিবাইওটিক্স মিলিগ্রাম ৪০ ফজনা থীৎলগা অঙাংগী খোমচুপ্তা হাপ্তুনা নোংমদা ৫/৬মুক হাপ্তা অনী পীথকপীগদবনি। অসুম্না ওক্লাও অমনা নোংমদা মিলিলিটর ২০০ ফাওবা পীথকপীবা য়াই।

৭) পোকপদগী নুমিৎ মরিনি শুবদা ওক্লাও খুদিংমক ঈ ৱাৎপগী লায়নাদগী ঙাকথোক্লবা আইরন কাপথোকপীগনি। মসি নুমিৎ ১৪নি শুবদা অমুকসু পাঙথোক্কনি। মসি নৎত্রগসু ওক মপীগী মখোম অমদি খোমজিনশিংদা ফেরস সলফেট মিলিগ্রাম ০.৫ ঈশিং অশাবা লিটর ১০দা য়ানশিন্নদুনা শেন্লবা মহীসু নুমিৎ খুদিংগী পোকপা নুমিৎতগী মচা খায়নবা নুমিৎ ফাওবা তৌবিরগদি হায়রিবা ঈ ৱাৎপগী লায়নাসি য়াম্না লায়না কনবা ঙমগনি।

৮) নুমিৎ ২৫নি শুরগদি ওক্লাওশিংদা অফবা মখলগী শজীক অথোৎপা অনৌবা মনা-মশিং ককথৎলগা পীজবা তন্বীগদবনি। অসুম্না নুমিৎ খুদিংগী অশংবা মনা-মশিং মরাং কায়না ফংহন্নবা হোৎনবীগনি।

৯) নুমিৎ ৩০-৪৫ শুরবা মতমদা অইং-অশাগী ফীভম য়েংলগা মপাশা ওইরোইদবা কাঙবুদি মচা শেমদোকপীবা য়াই। মচা শেন্বসি মখল অনী শুই। মখোয়শিংদুদি- ক) কেমিকেল শীজিন্নরগা শেন্বীবা অমসুং খ) লেন্থৎলগা ওক্লাওগী টেসটিকল লৌথোকপীবা।

ক) কেমিকেল শীজিন্নরগা শেন্বীবা : হায়রিবা থৌওং অসিগী মখাদা ওক্লাওবু মচা শেন্বা মতমদা গ্লেসিয়ল এসিটিক এসিদ মিলিলিটর ১৭, দিষ্টিল ৱাটর মিলিটর ৮৩ অমসুং পোটাসসিয়ম পরমেগনেট গ্রাম ০.২৫না পূনশিল্লগা শেন্বা মিলিলিটর ১০০গী ওইবা মহী অসি ওক্লাওশিংগী টেসটিকলদা মিলিলিটর ২/২ কাপ্পীরগা মশা শেমদোকপীবা য়াই। হীদাক কাপ্লবা মতুংদা টেসটিকল অদু পোমখৎলগা লৈবা থেংনবিগনি। মতুংদা নুমিৎ ২১দগী ৩০ ফাওবগী মনুংদা টেসটিকলগী চাউবগী চাং হন্থদুনা পুম্মাং মাঙখিগনি।

খ) লেন্থৎলগা টেসটিকল লৌথোকপা : মসিদি ওক মপুনা নৎত্রগা অহৈবা অমা হেক্তা কৌরগা তৌনৈ। মসি তৌবদা ওক্লাওশিংদা চৈনাখোল ফাওবা মরম্না চাবা থকপদা খুদোংচাহন্দবসু য়াওহল্লি।

মরমসিনা মচা শেন্বগী থবক্তদি অহানবগী হীদাক কাপ্লগা শেন্বা অসিনা হেন্না ফবা হেল্লি। মরমদি, মসিদা শেল য়াম্না চংবসু নত্তে। অদুগা ওক্লাওশিংদা চৈনাখোল অমত্তা পীদবনা মরম ওইরগা চাবা থকপদা করিসু অয়েৎ অপন ওইহন্দে। মসিনা হেন্না খুদোংচাবা হেলহল্লি। অসুম্না ওক্লাওশিংবু পোকপদগী মখোম খায়দ্রিঙৈগী চৈরকসিদা চেকশিন্না শেন্নবীরগদি ওকপুশিংদা কান্নবা পীবা ঙম্বতা নত্তনা লৈবাক খুন্নাইগী শেল থুমগী ফীভমসু ফগৎহল্লক্কনি। ●

লৌউ-শিংউবদা কেলসিয়মনা লৌরিবা থৌদাং

ডা. ৱাইখোম জিতেন

পান্বী অমনা মপূং মরৈ ফানা চাথোক পুথোক্লবা হোৎনবা মতমদা চঙবা তোঙান তোঙানবা পান্বীগী মচিঞ্জাকশিংগী মনুংদা কেলসিয়ম হায়বসিসু অমনি। অসিগুম্বা পান্বীগী তঙাইফদনা চঙদবা য়াদ্রবা মচিঞ্জাকশিংগী মনুংদা পান্বী অমগী মশাদা খ্বাইদগী য়াম্না য়াওবদা য়েংবা মতমদা কেলসিয়মনা নাইট্রোজেন অমসুং পোটাসিয়মগী মথংদা লৈদুনা অহুমশুবা মফম কল্লি। কেলসিয়ম অসি মপূং ওইনা কা হেন্না শিনবা লৌফম, নোং কা হেন্না তাবা লমদম অমদি লৈঙোইনা মপূং ওইবা লৌফমশিংদা পান্বীনা ফংবগী চাং নেম্মী।

কেলসিয়মনা পান্বীশিংদা লৌরিবা থৌদাং :-

১) পান্বীশিংনা পান্বীগী অতোপ্পা মচিঞ্জাকশিং খুদম ওইনা নাইট্রোজেন, ফোসফরসনচিংবা লৌখৎপদা মতেং পাংই।

২) পান্বী অমা শেন্বদা য়াওরিবা খ্বাইদগী পীকপা খুজিং ওইরিবা সেলশিং মশীং য়ামখৎহনবা অমদি চাও-শাংবা হেনগৎহনবদা কেলসিয়ম অসি তঙাইফদবা পান্বীগী মচিঞ্জাক অমনি।

৩) পান্বীশিংগী সেলগী মপান থংবা কুয়োমশিং মপাঙ্গল কন্না থম্বা অমদি সেল অমগা সেল অমগা ফাজিন্নবগী থবক্তা কেলসিয়ম অসি য়াওদবা য়াদ্রবা পান্বীগী মচিঞ্জাক অমনি।

৪) পান্বীশিংদা য়াওরিবা এঞ্জাইম অমসুং হোর্মোনশিংগী মথৌ পাঙথোকপদা কেলসিয়মনা অচৌবা থৌদাং লৌই।

৫) পান্বীশিংগী সেলগী মপান থংবা কুয়োম মপাঙ্গল কন্না থম্বনা পান্বীশিংদা লায়না তীলনা চঙগদবদগী ঙাকথোকপদা মতেং পাংই।

৬) পান্বীশিংদা নুংশাগী মৈশানা পীগদবা অৱাবদগী ঙাকথোকপদা কেলসিয়মনা মতেং পাংই।

লৈবাক লৈহাও ফনা থম্নবা হোৎনবদা কেলসিয়মগী মরু ওইবা :-

১) কেলসিয়মনা লৈবাক্কী লৈরিকশিং শন্দোক্লা লৈহনবগা লোয়ননা লৈরিকশিং অদুগী মরক্তা নুংশিৎ চঙনবা মফমশিং থম্মী।

২) কেলসিয়মনা লৈবাক্কী লৈরিকশিং মওং চুম্না ফাজিন্দুনা লৌফমদা ঈশিং লায়না চুপশিনবা ঙমহনবগা লোয়ননা লৌফমদা ঈনিল কুইনা খাঙহন্দুনা থম্বা ঙম্মী।

কেলসিয়মগী অৱাৎপা লৈগনবা মফমশিং :-

১) নোং কা হেন্না তাবা, লৈঙোইনা মপূং ওইবা লৌফম ওইবগা লোয়ননা অশিনবা লৌফমশিংদা কেলসিয়ম ৱাৎপগী অৱাবা তোয়না থেংনৈ।

২) অকোয়বগী লৈরিবা অইং অশাগী ফীভমনসু পান্বীশিংদা করিগুম্বা মতমদা কেলসিয়ম ৱাৎপগী অৱাবা মায়োক্নে। কা হেন্না নুংশিৎতা ঈনিল য়াওবা, কা হেন্না ঈংবা অমদি পান্বীশিংগী মনাদগী ঈনিল থাদোকপগী চাং নেম্বা মতমদা পান্বীশিংদা কেলসিয়ম ৱাৎপগী লায়ওং উৎলকপা য়াই।

পান্বীশিংদা কেলসিয়ম ৱাৎপা লায়ওং :-

১) পান্বীগী অনৌবা মউ, লৈ অমসুং মরূ-মরাশিং চাওদম থিনব।

২) পান্বীগী অনৌবা ময়োল চোঙবা ঙমদবা।

৩) পান্বীগী মনাশিং মওং চুম্না শেল্লক্তবা অমদি মকু-মকু তৌরকপা।

৪) চাং য়ামদনা ৱাৎপা মতমদা পান্বীগী মতোন থংবদা লৈবা অনৌবা মনাগী মপাল থংবা মনাশিং অশংবা মচু অদু ৱাওথরকই।

৫) কেলসিয়ম চাং ৱাংনা ৱাৎপা মতমদা পান্বীগী মতোন থংবা মনাশিং কোনশিন্দুনা লৈবগা লোয়ননা মনাগী ফীভমশিং কংশিনবা হৌরকই।

৬) খামেন অশিনবা, মোরোক মখলশিং, খামেন অচৌবী (এগ প্লান্ট) মাইরেলনচিংবা মতোন থংবা শরুকশিং মুনা খামদেক্তুনা পুমশিল্লকপা অদু কেলসিয়ম ৱাৎপননি।

৭) কোবি ফুলগী অনৌবা মনাশিং কোনশিন্দুনা লৈবগা লোয়ননা মতোন থংবা শরুক অদু কংশিল্লকপা অসি কেলসিয়ম ৱাৎপননি।

৮) কেলসিয়ম অসি পান্বীশিংগী মনুংদদি মফম অমদগী মফম অমদা চৎপগী চাং নেমই। মরম অদুনা কেলসিয়ম ৱাৎপগী লায়ওং অসি অনৌবা মনা অমসুং মহৈশিংদা হান্না উগনি।

কেলসিয়ম ৱাৎপা কোকহন্নবা পান্বৈশিং :- কেলসিয়ম ৱাৎপগী অৱাবা কোক্লবগীদমক লৈবাক্তা শুনু চাইবা অমদি হৌরিবা পান্বীশিংদা কেলসিয়ম য়াওবা হীদাকশিং কাপ্পা মতমদা কান্নবা ফংই। লৌফমদা অশিনবা পোকহনবা, নাইট্রোজেন য়াওবা হারশিং খুদম ওইনা য়ুরিয়াগুম্বা শীজিন্নবনা লৌফমদগী কেলসিয়ম মাঙহল্লি। মসিদগী কোক্লবগীদমক অসিগুম্বা হার কেজি ১০০ চাইবা খুদিংগী শুনু ($Ca\ CO_3$) কেজি ৮৪-১৪৮ হাপ্পীগদবনি। হৌরিবা পান্বীশিংদা কেলসিয়ম ৱাৎপগী লায়ওং উৎলবদি কেলসিয়ম নাইট্রেট গ্রাম ১০০ ঈশিং লিটর ১৫দা য়ানবীরগা কাপ্পীগদবনি।

মতৌ অসুম্না পান্বীশিংগী মথৌ তাবা পান্বীগী মচিঞ্জাকশিং খঙদোক্তুনা মচিঞ্জাকশিং পীবীদুনা লৌউ-শিংউবগী চাথোক হেনগৎহন্নবা হোৎনগদবনি। ●

ষ্টেটকী পাউ

বিষ্ণুপুরগী মীয়াম্না জয়কুমারবু শৌগৎপদা অমত্তা ওইনা য়ানখ্রে

ইম্ফাল, নভেম্বর ২১ (ঐচএনএস): বিষ্ণুপুর এসেমব্লি কন্সটিট্যুএন্সিগী মনুংচনবা বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্ট হেদ ক্বাটরদা হৌখিবা চহী ৪০ রোম হেন্না এ সী অসিদগী মীহুৎ অমা ফাওবা লৈতবদগী য়াইফ থৌরাং অমদি চাওখৎ খোংথাংগী লম্বীদা কা হেন্না শোৎথনা লৈরিবা অসিবু কোকহন্নবগীদমক বিষ্ণুপুরগী মীয়াম অমত্তা ওইনা পুনশিনবগা লোয়ননা বিষ্ণুপুরদগী বি জে পিগী মীরেপ ওইগদৌরিবা নিংথৌজম জয়কুমারদা বিষ্ণুপুরগী মীয়াম্না শৌগৎপদা অমত্তা ওইনা য়ানরে। মরম অদুনা জয়কুমারদা টিকেট পীবিয়ু হায়না ঙসি বিষ্ণুপুরগী অকোয়বদা মীয়ামগী খোঙচৎ অমা পাঙথোকখ্রে।

ঙসি চৎখিবা খোঙচৎ অদুদা য়ুমজাও লাইরেম্বীদা লাই খুরুম্লবা মতুংদা খোঙচৎ অদু লাইরেম্বী লম্বীদগী হৌরগা বিষ্ণুপুরগী তোঙান-তোঙানবা মফমশিংদা চৎপগা লোয়ননা বি জে পি বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্ট কম্মিটিগী ওফিস ফাওবা চৎখি। মীওই ৩,০০০ রোম হেন্না শরুক য়াখিবা খোঙচৎ অদুদা বিষ্ণুপুরগী অমত্তা ঙাইরবা মীরেপ এন জয়কুমারদা বি জে পিগী টিকেট পীবিয়ু, বিষ্ণুপুর এ সীদা বি জে পিগী একাউন্ট হাংদোকপীয়ু, বি জে পিনা য়াইফরে, লোং লিভ বি জে পি, লোং লিভ প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদি, চীফ মিনিষ্টর এন বিরেন, বি জে পি মণিপুর প্রদেশকী প্রসিদেন্ট এ সর্দা, কেঐচ লক্সমন হায়বনচিংবা খোল্লাউ কয়া লাউখি।

খোঙচৎ অদুদা বি জে পি বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্ট কম্মিটিগী ভাইস প্রসিদেন্ট খাঙেম্বম লক্সমন অমদি বি জে পি বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্ট মহিলা মোচাগী প্রসিদেন্ট লাইশ্রম প্রেমিলাসু শরুক য়াখি। খোঙচৎ অদুদা বিষ্ণুপুর এ সীগী বি জে পিগী মীরেপ ওইগদৌরিবা নিংথৌজম জয়কুমারনা ফোঙদোকখিবদা লাক্কদৌরিবা ইলেক্সন অসিদা বিষ্ণুপুরগী মীয়াম্না অমত্তা ওইনা মহাকপু শৌগৎপীবগা লোয়ননা মীয়াম্না হৌবিরকপা অসি উবদা য়াম্না নুংঙাইবা ফাওই। মীয়ামগী মীনুংশি অমদি থৌজাল মখা তানসু শৌগৎপিদুনা বিষ্ণুপুর এ সী অসিদা বি জে পিগী মীহুৎ অমা শোয়দনা লৈহন্নবা হোৎনবদা মীয়াম্না অচৌবা থৌদাং শোয়দনা লৌবিগনি হায়বগী অচৌবা থাজবা লৈ হায়খি। লোয়ননা কেঐচ লক্সমননা বিষ্ণুপুরগী মীয়াম্না বি জে পিদা অমত্তা ওইনা শৌগৎপিরকপসি উবদা অমদি অপুনবা শক্তম অমা উৎপিরকপা অসিদা নুংঙাইবা ফাওই হায়খি।

থৌবাল লৈশাংথেমদা লেদর গূদস মেকিংগী ট্রেনিং হৌদোকখ্রে

ইম্ফাল, নভেম্বর ২১ (ঐচএনএস): ইন্দিয়া গভর্ণমেন্টকী মিনিষ্ট্রি ওফ কম্মর্স এন্দ ইন্দষ্ট্রিগী ফূটৱয়র দিজাইন এন্দ দিভলপমেন্ট ইন্সটিট্যুট (এফ দি দি আই), নোইদাগী শেন্থং মখাদা নোর্থ ইষ্ট ৱিমেন ইন্টরপ্রেন্যুর্স এসোসিএসন মণিপুর চেপ্টরনা শীন্দুনা থা অমা চুপ্না চথুগদবা লেদর গূদস মেকিংগী ট্রেনিং ঙসি থৌবাল দিষ্ট্রিক্ট থৌবাল লৈশাংথেম ৱাংমাতাবদা হৌদোকখ্রে।

ট্রেনিং হৌদোকপগী থৌরমদা এফ দি দি আই সাম্যুএল চক্রবোর্তিনা অথোইবা মীথুংলেন, নোর্থ ইষ্ট ৱিমেন ইন্টরপ্রেন্যুর্স এসোসিএসন মণিপুর চেপ্টরগী প্রসিদেন্ট কাঙাবম বিজয়া চনুনা থৌরম মপু, বির তিকেন্দ্রজিৎ য়ুনিভর্সিটিগী দিরেক্টরসু ওইরিবা আর এস এস সঙ্ঘথনগী নোর্থ ইষ্ট কো-ইনচার্জ, এল সুরেশ, সোসল ইন্টরপ্রেন্যুর ওইনাম গোল্ডফ্লেগ, কে ভি আই সীগী দিরেক্টর অহমদ শাহ শামসুদ্দিন দিৱান অমদি হী য়াই কন্সট্রক্সনগী এমদি থাংজম লোকাসনা অখন্নবা মীথুংলেনশিং ওইনা শরুক য়াখি।

অথোইবা মীথুংগী ৱারোলদা সাম্যুএল চক্রবোর্তিনা হায়, লৈবাক অসিগী নহারোলশিংবু থবক ফংদবগী অৱাবা লৈহন্দনবগীদমক্তা এফ দি দি আইনা থা অমদগী হৌরগা চহী ৪ ফাওবগী কোর্সশিং পীদুনা লাক্লি। লৈঙাক্কী থবক ফংদ্রিবা নহারোল কয়া ট্রেনিং পীদুনা অচৌ অচৌবা কম্পনি কয়াদা থবক পীবা ঙমখ্রে। মখোয়গী পোত্থোক ঙসিদি মালেমগী মফম কয়াদা থাদোক্তুনা শীজিন্নখ্রে। মণিপুর অসি হেন্দিক্রাফটকী পোত্থোক য়াম্না পুথোকপা মফম্নি। অদুমকপু লেদরগী পোত্থোক অসি অনৌবা ওইনা হাপচিল্লবদি লমদম অসিগী নুপী অমদি নহারোলশিং কয়া থবক পীবা ঙমগনি হায়বা ৱাখল্লোন্দা অনীরকশুবা ওইনা মণিপুরদা ট্রেনিং অসি পীজবনি। মখল কয়াগী লেদরগী পোত্থোক হায়বদি, খোঙউপ, বেগনচিংবশিং পুথোকপা ঐখোয়না তাকপীতন্বীগনি। মসিগী তুংদা ইশানা ৱাখল থন্বীদুনা অনৌবা মখলগী লেদরগী পোত্থোক পুথোকপীয়ু। করিগুম্বা হীরম অসিগী মতাংদা ৱেবসাইট হাংদোক্তুনা চাওনা বিজিনেস তৌনিংলবসু, অচৌবা কম্পনিশিংদা থবক তৌবগী খুদোংচাবা অদুসু ফংলগনি। ইশানা ইশাগী থবক পীজদুনা ইশাখক্তগী নত্তনা লমদম অসিগী অমদি লৈবাক অসিগী শেন্মীৎলোনগী ফিভম হেনগৎনবা হোৎনমিন্নসি হায়না মীয়ামদা আপীল তৌখি।

নোর্থ ইষ্ট ৱিমেন ইন্টরপ্রেন্যুর এসোসিএসন মণিপুর চেপ্টরগী প্রসিদেন্ট কাঙাবম বিজয়া চনুনা ফোঙদোকখিবদা, লেদরগী পোত্থোক পুথোকপগী ট্রেনিং অসি ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্টকী মনুংদা ঙসিগী অসিনা অনীশুবা বেটচনি। ট্রেনিং অসি অতোপ্পা দিষ্ট্রিক্টশিংদসু মখা তানা পাঙথোকচখিগনি। ট্রেনিং অসি ফংলবা মীওইশিংনা মশাগী ওইবা বিজিনেস তৌনিংলবসু গ্রান্ট পীবগী থৌরাংসু লৈ নৎত্রগা কম্পনি অচৌবদা থবক তৌনিংলবসু থবক পীগনি। মমাঙগী বেট্চতা শরুক য়াখিবা হৈথোই শিংথোইবা কয়াদি থাদা লুপা ২৫,০০০ তোলোব চাবা য়াওখ্রে। ট্রেনিং অসি য়াওবগীদমক্তসু ষ্টাইপেন্দশিং পীরি হায়খি।

ঙসিগী হৌদোকখিবা ট্রেনিং অসিদা থৌবাল দিষ্ট্রিক্টকী মীওই ৫০না শরুক য়াখি।

উপাল থাবগী থাবুম হৌদোকখ্রে

ইম্ফাল, নভেম্বর ২১ (ঐচএনএস): লাক্কদৌরিবা ১২শুবা জেনরেল এসেমব্লি ইলেক্সনদা নেসনল পীপলস পার্টি গী মীরেপ ওইগদৌরিবা থোঙাম শান্তিগী ইলেক্সন ওফিস অহানবা ওইনা ক্বাক্তা ম্যুনিসিপাল কাওন্সিলদা এমদি মজিদ আলি ক্বাক্তা বজার ৱার্দ নম্বর-৮ গী য়ূমদা কাওন্সিল অসিগী ৱার্দ ৱার্দকী মরু ওইবা ৱর্কর কয়ামরুম য়াওনা হাংদোকখ্রে।

থৌরম অদুদা শান্তিনা ফোঙদোকখিবদা, ঙসি অহানবা ওইনা ইলেক্সন ওফিস হাংদোক্লিবা অসিগী খুদোংচাবা লৌজরগা ইলেক্সনগী ওইবা থবক থৌরম পাঙথোকপদা হেন্না খুদোংচাবা ওইরগনি খঞ্জবগা লোয়ননা পূম্নমক্কী পূক্নিং চিংশিনখি।

মহাক্না মখা তারদুনা, নেসনল পীপল্স পার্টিনা ঙসি মুসলিম ইচিলইনাওশিংগী ইন্টরেষ্ট কয়ামরুম পাঙথোক্লক্লি। মণিপুরদসু এন পি পিদা ভোট পীনিংবগী অপাম্বা ৱাখল্লোন হেনগৎলক্লি। নোর্থ ইষ্ট মীয়ামগী অপাম্বা ঈহুল খঙবা রিজনল পার্টি অমা ওইনা হৌরকখিবা এন পি পি নেসনলগী ওইবা পার্টি ওইরক্তুনা কোলিসন গভর্ণমেন্ট ওইনা এন দি এগা চৎমিন্নরগসু অতোপ্পা মেজোরিটি ওইবা পার্টি অমগসু পূন্না চৎমিন্নদুনা হেন্না মরা চেৎপা লৈঙাক অমা শেম্বা ঙমগনি খঞ্জদুনা চাওখৎপা মোইরাং এ সী অমা ওইনবা এন পি পিদা য়াওবনি। মরম অদুনা এন পি পিগী লাইৱিক য়েকপা মার্কাদা লাইনিং পূম্নমক্কী অশেংবা লাইৱকমক্লিখনবীদুনা মীওইবা খুন্নাইগী লমজিংবা মঙাল পীরিবনি হায়না খনবীদুনা সিম্বোল অসিদা ভোট পীবিদুনা মোইরাং এ সীগী ওইবা অওনবা এ সী অমা ওইহল্লসি হায়খি। থৌরম অদুদা ক্বাক্তা ম্যুনিসিপাল কাওন্সিল অমসুং মোইরাং ম্যুনিসিপাল কাওন্সিলগী মীরেপশিংসু শরুক য়াখি।

ককচিং অমসুং জিরিবামনা ফংলে

ইম্ফাল, নভেম্বর ২১ (ঐচএনএস): স্মাছ সর্বেক্সন এৱার্দ ২০২১ দা ককচিং ম্যুনিসিপাল কাওন্সিলনা বেষ্ট সিটি ইন সিটিজন ফৃদবেক ইন নোর্থইষ্ট জোন (মীশিং ২৫,০০০-৫০,০০০ ফাওবদা লৈবগী ওইনা) অমসুং জিরিবাম ম্যুনিসপাল কাওন্সিলনা ক্লীননেস সিটি ইন 'নোর্থ ইষ্ট ইন্দিয়া' (মীশিং ২৫,০০০ মখাদা লৈবা কাঙলুপকীদা) গী মনা ফংলকখ্রে।

ঙরাং ন্যু দেল্লীগী ভিগ্যান ভৱনদা ইন্দিয়াগী প্রসিদেন্ট রামনাথ কোভিন্দনা শরুক য়াদুনা পাঙথোকখিবা 'স্বাছ অমৃত মহোৎসব'কী থৌরম অমদা মনাশিং অসি লাম্হোকখিবনি।

ইন্দিয়াগী সিটি ৪,৩২০না শরুক য়াদুনা তোঙান তোঙানবা কেটেগোরিদা খ্বাইদগী তরু-তনানবা অমদি গার্বেজ ফী ওইবা সিটিশিংগা চাংদম্নবা 'স্বাছ সর্বেক্সন ২০২১'গী রিপোর্টকী মতুং ইন্না খনগৎতুনা মকোক মথং তারবশিং খনগৎপদা ককচিং অমসুং জিরিবামনা মনাশিং অসি ফংলকখিবনি।

মনা অসি ফংলকপদা মণিপুরগী চীফ মিনিষ্টর নোংথোম্বম বিরেননা মহাক্কী ট্বীটরদা থাগৎলকপা ৱারোল অমদা হরাও তয়াম্বা ফোঙদোরক্লি।

ADMISSION OPEN
PHOENIX ENGLISH COACHING
FOR CLASSES X (BOSEM) & XII (COUNCIL)
KHWAI BRAHMAPUR NAGAMAPAL, LAIMAYUM LEIRAK
Detailed explanation of every lesson
Complete discussion of exam-related questions
Free supply of printed questions and answers
Weekly exam-oriented tests.
Nowhere can you find such English coaching class.
CLASS COMMENCING SHORTLY. GET YOURSELF ADMITTED. SEATS ARE LIMITED.
6 TO 7:30 AM & 5:30 TO 7 PM
HL-B/7261/2/11-2/12
PLEASE CONTACT 8974642764

পাউচে অসিদা ফোঙজরিবা ৱারেংশিং অসিগী ৱাখল, মীৎয়েং অইবা মশা মশাগীনি। পাউচে অসিগী ৱাখল্লোন অমসুং মীৎয়েংগা থোইদোক্লা মরী লৈনদে।