মণিপুর লৈঙাক্কী এমপ্লোয়ীশিংনা রিটায়র্মেন্ট বেনিফিটস মতম চানা ফংবা ঙমদবা

– ডা. সোরাম মনিকান্তা –
প্রসিদেন্ট, ইন্দিয়ন সাইকিয়াট্রিক সোসাইটি, মণিপুর ষ্টেট ব্রাঞ্চ
dr.smanikanta@gmail.com

চহী অহুমগী মমাঙ কুমজা ২০১৮গী অঙনবা মতম ওইগনি। নোংমা ইখঙ খঙহৌদনা সিভিল সেক্রেটরিএটতা থবক তৌবা তামোশিং অমা লাকই। ৱারী তৌরকই। তূম্বা য়াদে, লৈতাফম খঙদে, শাউনীংবা য়াম্না তোয়না ফাওই। ৱাখলসি নুংঙাইফম খঙদে। খঙনীংনা হংই মসিগী মরম লৈফম থোকই। কুমজা ২০১৬ লোইগদবা থা খরা ৱাৎলিঙৈদা থবক্তগী পোথারে। রিটায়র্মেন্ট বেনিফিট খরা ফংগদ্রা হায়দুনা অমুক অনীরক মথৌ তাবা চে চাং ইখৎপীনবা হায়জরুই। ইলেক্সন কুইদ্রে। ইলেক্সনগী থবক য়াম্না চিল্লি হায়দুনা কুমজা ২০১৭কী জেনরেল ইলেক্সন লোইবা ঙাইখি। ইলেক্সন লোইরবা মতুংদসু অনৌবা লৈঙাক লাকপগী শেল থুমগী ফীভম ফৎত্রি হায়দুনা থা খরগা অমুক ঙাইবা তাখি। মরক মরক্তা ইখৎপীরব্রা হায়দুনা হংবদসু থবক পোত্থারবা মতুংদদি কনানসু থৌ-ৱা শাদে। থা ৯গী মতুংদা চে চাং পূম্বা একাউন্টেন্ট জেনরেল (এ জি), মণিপুরদা থাখ্রবনি তাকপীরকই। এ জি, মণিপুর ওফিসতা চৎতুনা হংলুই। য়াম্না লৈবাক মচা তানা হায়রকই ৱাননবনি লাকত্রবসু য়ানি। পেন্সনগী প্রোসেস তৌগদবা মীওই য়াম্না লৈরি। সেরিএল নম্বরগী মতুংইন্না পায়খৎকনি। সেরিএল নম্বর খঙবীখো হায়দুনা তাকপীরকই। য়াম্না থাজরুই। ৱাখল নুংঙাইনসু হল্লকই। থা খরা লৈরগা ঐগী মতুংদা পীশিনখিবা মীওই অমা এ জিদগী পেন্সন বেনিফিটশিং হোৎপা লোইরে হায়দুনা চে চাং ঐঙোন্দা উৎলখি। মরী মখোঙ হংলবা মতুংদা ঐসু মীওই অমদা কন্টেক্ট তৌই। মঙোন্দা এ জিগী চে চাং লোইশিনবীনবা শিন্নরম্লে। মণিপুরদদি ওফিসিএল ফাইলসি ইনবা অমা য়াওদ্রবদি মচি লেংদে। ফংফম থোকপা শেনফমশিং অদু ফংলবদি কোক শাবসি খরগী মখৈদি ফরনি। মসি ফংদ্রিমখৈদি নয়াম্বসি কোক খরা শাখিগদৌরি। তূম্বা য়ানবা, ৱাখল চরাংনবা অমসুং পূক্নিং ৱাবা ফনবা হীদাক খরা চাদুনা য়েংগে। নয়াম্বা ৱারে। য়াম্না থম্মোয় শোকপা ৱাফমনি হায়রিবা ৱাহৈশিংদু।

ইকুই কুইদ্রি, হন্দক্তা ঐগী মরুপ অমসু তূম্বা য়াদে, ৱাখল চরাংনৈ হায়দুনা ঐবু উনবা লাকখি। লৈঙাক্কী লোয়শঙ অমদা থবক তৌবা মীওইনি। করম করম পাল্লিগে ঐগী অহানবা ৱাহংনি। থবক্তগী পোত্থাবা চহী অনী শুরে। হৌজিক ফাওবা রিটায়র্মেন্ট বেনিফিট অমত্তা ফংবা লৈত্রি। থবক পোত্থারবা মতুং থা অহুম্মুক্কী মতুংদা নোংমা ওফিস চৎলগা হংলুই। ওফিসল প্রোসেস হৌরগে ইখৎলগে হায়হৌই। য়াম্না তোয়না চৎনীংবা ফাওদে। হৌজিক মতমগী অঙাংশিং, ঐগী ইখাদা থবক তৌরম্বা সবোর্দিনেট ষ্টাফনা মখোয়গী সিনিয়রবু রেস্পেক্ট তৌবা ৱাৎলি। মরুপ্পা হায়রিবা ৱাফম অদু অচুম্বমক্নি। চহী খরগী মমাঙ মণিপুর পুলিসকী মশক নায়বা অচৌবা ওফিসর অমনা ঐঙোন্দা লীখিবা ৱারী অমা লৈ। ডাক্টর সাহেব থবক পোত্থারবা মতুংদদি হান্না সর হায়না কৌরম্বদু খুরা হায়না কৌরকপসু য়াওই। মখোয়না তৌরিবা মওং অদু উরুরগা মখোয়গীদমক ইকায়বা ফাওই। তশেংনমক সিনিয়রশিংবু ইকায়খুম্নদবা হায়বসি চাওখৎপগী খুদম নত্তে। পুলিস ওফিসর অদুনা নুংঙাইতনা ফোঙদোক্লমই। ঐগী মরুপতু ঙাইহাক তূমিন্না লৈরুরগা ৱারী মখা তারকই। মতম খরা লৈরগা ওফিস চৎলুবা মতমদদি কোভিদ লাইচৎনা মরম ওইদুনা এমপ্লোয়ী অয়াম্বা ওফিস কারমদে। অসুম্না পেন্সনগী চে চাং এ জি, মণিপুরদা থানবা হোৎনবদা থা কয়ামরুম চঙখি। এ জি, মণিপুর ওফিসতসু মদু মঙায়। কোভিদ লাইচৎ মনুং ওইবনা ফোনদা কন্টেক্ট তৌবা নত্তনা পাম্বে লৈখিদে। জি পি এফকী শেনফম খরা লৌথোক্লগা লৈত-লায়র খরা শীজিন্নরম্বা অদুসু হৌজিক্তি লোইশিনখ্রে। পেন্সনগী চে চাং পূম্নমক এ জি ওফিসতগী ইম্ফাল ত্রেজরিদা মার্চ ২০২১দা থাজিনখ্রে। শেনফম খরদি শোয়দনা ফংলনি। অঙাংগী লাইরিক লাইশু তম্বদা মতেং ওইননি খল্লুই। অদুবু থা তরেৎ হেল্লবা ফাওবদা কোভিদ লাইচৎ অসিনা মরম ওইদুনা লৈঙাক্লা শেল থাদোরক্তে হায়দুনা পীবিদ্রে। থাগী পেন্সনসু ফংদে। ফাইনান্সিএল বেনিফিটসু পীথোক্তে। মসিনি ঐগী হৌজিক ওইরিবা প্রোব্লেম হায়ববু।

মথক্কী মীওই অনী অসিগী থৌদোক অসিনা হেন্না মীপায়নীংঙাই ওইবা ৱাফমদি ষ্টেট অসিগী জেনরেল ইলেক্সন মতম নকশিল্লক্লে। কোভিদ লাইচৎসু লোইদ্রি। কোভিদ লাইচৎ অমসুং জেনরেল ইলেক্সননা মরম ওইদুনা থবক্তগী পোত্থাবা মতমদা মীওই কয়া লৈঙাক্লা শেল থাদোরক্তে হায়দুনা ফংফম থোকপা বেনিফিটশিং অসি ফংদনা লৈবা তাব্রা? অসুম্না থবক্তগী পোত্থাবা মতমদা রিটায়র্মেন্ট বেনিফিটশিং অসি মতম চানা পীবিদবা অসি অতৈ ষ্টেটশিংদসু তৌনবা জাৎলা। ষ্টেট অতৈ নৎত্রবসু হিমাচল প্রদেশতদি থবক্তগী পোত্থারবা মতুংদা রিটায়র্মেন্ট বেনিফিটকীদমক্তা কোয়চেন চেনবগী মথৌ তাদ্রে। ঐগী মরুপ অমখক মশাগী চহী শুরদুনা থবক্তগী পোত্থাবা মতমদা ফ্যেরৱেল অমগা লোয়ননা পেন্সনগী চে চাং অদু মখূৎতা শিন্নরকখি হায়দুনা ৱারী তৌরকখি। মখোয়গীদি কোভিদ লাইচৎ লৈতবা জাৎলা। মণিপুর খক্তনা লাইচৎ অসি মায়োক্লব্রা? থবক্তগী পোত্থাবা মতমদা মীওই অমদা মখল মখা কয়াগী মেন্টেল ট্রোমা থেংনবা য়াই। মরু ওইনা বি পি ৱাংবা, থবাক নাবা, পাঙথোক্কে খনবা থবক কয়া পাঙথোকপা ঙমদবা, পূক্নিং লাংতক্লবা, ৱাখল পিকথরকপা, কনফিদেন্স ৱাৎপা, কাউগনবা, মরুপ মপাং কয়া উন্নবা ফংলক্তবা, অনৌবা পুন্সি মরেল অমদা হিংনবা হোৎনবা কয়া অসি পনবা য়াই। অসুম্না মখল মখা কয়াগী পূক্নিং ৱাখল লৈতাদনা লৈরিঙৈ মতম অসিদা মতম চানা রিটায়র্মেন্ট বেনিফিট ফংহন্দবা হায়বসি সিনিয়র সিটিজেনশিংদা চত্থবা মীওৎ মীনৈ অমনি হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই।

কোভিদ লাইচৎ মনুং অসিদা পূক্নিং ৱাখলগী লায়না লায়ওং অসি শরুক মঙা হেনগৎলি হায়না পানরি। অসিগুম্বা মতম অসিদা অহল ওইরক্লবা থবক্তগী পোত্থারবা মীওই কয়াদা মখোয়গী ফংফম থোকপা ফাইনান্সিএল বেনিফিটশিং মতম চানা পীবিদবা হায়বসি মখোয়বু থৌশাদবতা নত্তনা মখোয়না লিশাংশিৎনা চহী কয়া লৈঙাক্কী মখাদা কত্থোকপগা লোয়ননা তৌরিবা মথৌ অমসুং মখোয়গী কন্ত্রিব্যুসন অদুবু শক খঙবীদবনি। মসিমক য়াম্না লাইবক থীবনি। হৌজিক্কী মতমদা ঐখোয়গী খুন্নাইদা জোইন্ট ফেমিলি লৈরক্ত্রে। ন্যুক্লিয়র ফেমিলিনা নম্না লৈবা খুন্নাই অসিদা সিনিয়র সিটিজনশিংবু য়েংশিনবীনবা ইমুংগী মী লৈশিল্লক্ত্রে। অহল ওইরবা মীওইশিংদা দিপ্রেসনগী লায়না অমসুং মশা মথন্তা শিজবগী থৌওং অসি মশীং অসুম অসুম হেনগৎলক্লি। য়ুনাইটেদ নেসন্সকী সষ্টেনেবল দিভেলপমেন্ট গোলস (এস দি জি) ২০৩০গী গোল অমা ওইরিবা "To ensure healthy lives and promote well-being for all at all ages" হায়বসিদা অহল ওইরবা মীওইশিংসু য়াওরিবনি। ইন্দিয়াগী ওইনা ১৩৮ মিলিয়ন চহী ৬০গী মথক্তা লৈবা মীওইশিংনি। মসি অপূনবা মীশিংগী চাদা ১০গী মথক ওইগনি। মরম অসিনা থবক পোত্থারবা মতুংদা ফংফম থোকপা ফাইনান্সিএল বেনিফিট লৈঙাক্লা মতম চানা পীবা ঙমদবা হায়বসি সিনিয়র সিটিজনশিংবু থওইদবগী থৌওংনি। য়ুনাইটেদ নেসন্সকী মখাদা পায়খৎলিবা য়ুনিভর্সেল হেল্থ কভরেজ পান্দমগী মায়োক্তনি। মণিপুর মীয়ামগী হকশেল ফগৎনবা লৈঙাক্লা অনৌবা স্কিম কয়া পায়খৎলি। হন্দক্তসু 'চীফ মিনিষ্টরস হেল্থ ফোর ওল' হায়বা অনৌবা স্কিম অমসু হৌদোকখ্রে। মসিমক পাল্লিবা লৈঙাক্লা হকশেল ফগৎনবা পায়খৎপা থৌরাংনি। অসিগুম্বা মতম অসিদা লৈঙাক্কী এমপ্লোয়ীশিংদা থবক্তগী পোত্থাবা মতমদা মখোয়গী রিটায়র্মেন্ট বেনিফিট পীথোকপা ঙমদবা হায়বসিমক 'হেল্থ ফোর ওল' হায়রিবা স্কিম অসিগী ৱাহন্থোক লৈহন্দ্রে।

থবক্তগী পোত্থাবা মতমদা থেংনরিবা খুদোংচাদবশিং অসি ঙসি ঙরাংতগী ওইবা ৱাফম অমা নত্তে। থবক্তগী পোত্থাবা মতমদা রিটায়র্মেন্ট বেনিফিটশিং অসি ফংহন্নবা শিনবীবা হায়বসি লৈঙাক্কী লোয়শঙশিংদা থবক তৌরিবা মীওইশিংনা মখোয়গী তৌফম থোকপা মথৌনি হায়বসি কাউনখ্রে। চাই পানিগী ৱাফম্না চৎনবী অমা ওইরক্লে। মসিগী ৱাখল্লোন অসিমক হোংদোকপা ফৈ। হিমাচল প্রদেশতা তৌরিবা থৌওংশিং মতৌ তম্বা ফৈ (থেংনরুবা ষ্টেট অমখক্কী ৱাফম পঞ্জবগী ৱানি)। মখোয়না ঙম্লগা ঐখোয় করিগী ঙম্লোইদৌরিবনো। পূম্নমক অসি পুকচেল শেংনা, মথৌ মশক খঙনা থবক তৌরবা মতমদা ওইথোক্কনি। লৈঙাক্কী এমপ্লোয়ী খুদিংমক্লসু নোংমদি থবক্তগী পোত্থাগদৌরিবনি হায়বসি কাউদবা ফৈ। লৈঙাক্লসু রিটায়র্মেন্ট বেনিফিট মতম চানা ফংহন্নবা য়েংশিনহন্নীংই। ●

হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ তোনিংখোক # ৩১২

– ডা. হুইদ্রোম বীরকুমার –
সী এস আই আর ঃ নোর্থ ইষ্ট ইন্সটিট্যুট ওফ সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজি, লম্ফেলপাৎ

ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদা মরোয়-মপাং অমা ওইনা শীজিন্নবা অদুবু হীদাক্কী ওইবা মগুণশিং থোইদোক্লা শীংথানিংঙাই ওইনা য়াওবা পাম্বীশিংগী মনুংদা তোনিংখোক পাম্বী অসিসু অমনি। তোনিংখোক পাম্বী অসি তুনিংখোক নৎত্রগা তোকনিংখোক হায়নসু অদুমক কৌনবা য়াওই। তোনিংখোক পাম্বী অসি ইংলিসতা হার্ট লিফ (Heart leaf) নৎত্রগা কেমিলিয়ন প্লান্ট (Chameleon plant) নৎত্রগা লিজার্দ তেল (Lizard tail) নৎত্রগা ফিশৱোর্ট (Fishwort) নৎত্রগা ফিশ মিন্ট (Fish mint) নৎত্রগা ফিশ লিফ (Fish leaf) নৎত্রগা রেইনবো প্লান্ট (Rainbow plant), জপানিজদা দোকুদামি (Docudami), ভিয়েটনামিজদা গিয়প কা (Giap ca), চাইনিজদা জিরগেন (Zheergen) সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা হাওতুইনিয়া কোর্দাতা (Houttuynia cordata Thunb.) হায়না কৌই অমসুং সৌরুরেসী (Saururaceae) শাগৈগী মনুং চল্লি। করিগুম্বদসু পাম্বী অসি পাইপরেসী (Piperaceae) শাগৈদা থম্মী। শাগৈ অসিগী মনুংদা এনিমোপসিস (Anemopsis), জিমনোথেকা (Gymnotheca), হাওতুইনিয়া (Houttuynia) অমসুং সৌরুরস (Saururus) হায়রিবা জেনেরা ৪ অসি লৈ। হাওতুইনিয়া হায়রিবা জেনেরা অসিগী মনুংদা স্পিসিস ২ লৈ। মখোয়শিং অদুদি (ক) হাওতুইনিয়া কোর্দাতা (Houttuynia cordata Thun.) অমসুং (খ) হাওতুইনিয়া ইমিয়েন্সিস (Houttuynia emeiensis ZY Zhu & SL Zhang) অসিনি।

তোনিংখোক পাম্বীগী হাওতুইনিয়া হায়রিবা জেনেরা অসি ১৭শুবা চহী চাগী লোইশিল্লকপদা হিংলম্বা দচ (Dutch) কী য়াম্না মমিং চৎখিবা মার্টিনস হাওতুন (Martinus Houttuyn) গী মমিং লৌদুনা থোনখিবনি অদুগা স্পিসিসকী মমিং কোর্দাটা হায়বসিনা পাম্বী অসিগী হার্টকী মওং মানবা কোর্দেট (Cordate) অসিদগী থোনখিবনি। তোনিংখোক পাম্বী অসি ইহান হানবা ওইনা কুমজা ১৭৮৪দা স্বিদিশ (Swedish) কী অফাওবা বোটানিষ্ট কার্ল পিটর থনবর্গ (Carl Peter Thunberg) না মমিং থোন্দুনা পুথোকখি। তোনিংখোক পাম্বী অসি মনমগী মতুংইন্না মখল ২ থোক্লা খায়দোকই। মখোয়শিং অদুদি - জাপানিজ হাওতুইনিয়া (Japanese Houttuynia) - কোমলাগী মনম নমতক তৌবা অদুগা অতোপ্পা অদুনা চাইনিজ হাওতুইনিয়া (Chinese Houttuynia) - সাইট্রোন নৎত্রগা চমপ্রাগী মনম নমলপ তৌবা অসিনি।

তোনিংখোক হায়রিবা পাম্বী অসি ফুট ১.৫ ফাওবা ৱাংবা লৈমায়দা নেমথনা শন্দোক্তুনা হৌবা মনম চেনবা অদুগা চহী ১দগী হেন্না পুন্সিবা অথোৎপা পাম্বী মচা অমনি। পাম্বী অসিগী মনা অদু হার্টকী মওং মাল্লি। মখোক অদু লৈমায়দগী চপ য়ুংবা অদুগা লৈমায়দা পাকথনা শন্দোকপা মখল অনী শুই। তোনিংখোক পাম্বীগী লৈ অদু মখোক্তা পূন্না লৈ কয়ামরুম পাল্লি অমসুং লৈনাশিং অদু ঙৌরোক ঙৌই। পাউদমশিংগী মতুংইন্না তোনিংখোক পাম্বী অসি খা-নোংপোক থংবা এসিয়াগী লমদমশিংদগী হৌরকখিবনি। পাম্বী অসি হৌবা মরু ওইবা লৈবাকশিংদি ইন্দিয়া, চাইনা, জপান, নেপাল, থাইলেন্দ, ভিয়েটনাম অমসুং ইন্দোনেসিয়ানি। তোনিংখোক পাম্বী অসি ওষ্ট্রেলিয়া, ন্যুজিলেন্দ, অৱাং অমেরিকাগী মফমশিংদা পুদুনা থাখিবদগী ঙসিদি পাম্বী অসি মরাং কায়না হৌখ্রে অমসুং হাজোংবা পাম্বী অমনি হায়না লৌনরে। অৱাং নোংপোক ইন্দিয়াগী অয়াম্বা মফমশিং মরু ওইনা মণিপুরদা তোনিংখোক পাম্বী অসি য়াম্না মরাং কায়না হৌই। সিক্কিমদসু তোনিংখোক পাম্বী অসি হৌবা থেংনৈ। ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদদি তোনিংখোক পাম্বী অসি ইংখোলদা থাদুনা শেন্দাল লম্বী অমা ওইনৈ। পাউদমগী মতুং ইন্না বিতা-মাইর্সিন (β-myrcene) অমসুং ২-অনদিকেনোন (2-undecanone) অসি তোনিংখোক পাম্বীদা য়াওবা মরু ওইবা কেমিকেল কম্পাউন্দশিংনি।

তোনিংখোক পাম্বী অসি মীওইবনা হীরম কয়ামরুমদা শীজিন্নৈ। লৈবাক খরদদি তোনিংখোক পাম্বীগী মনা অমসুং মপাল অদু চা ওইনা লোন্দুনা থক্লে। মখল কয়াগী এঞ্জাং মথেলশিংদা তোনিংখোক পাম্বী অসি কূপ্না শোইরগা মরোয়-মপাং অমা ওইনা জপান, কোরিয়া, থাইলেন্দ, ইন্দোনেসিয়া অমসুং ভিয়েটনামদা চানৈ। তোনিংখোক পাম্বী অসি ঙা অমসুং শা থোংবদা তোয়না শীজিন্নবা অমদি পাম্না চানবা মরম্না পাম্বী অসিবু ফিস মিন্ট নৎত্রগা ফিস লিভ নৎত্রগা ফিস ৱোর্ট হায়না কৌনরিবনি। অৱাং নোংপোক ইন্দিয়াগী অয়াম্বা মফমশিংদা তোনিংখোক পাম্বী অসি মোরোক অমসুং অতোপ্পা পোৎ খরগা পূন্না তকখায়রগা শেম্বা অমেৎপা অদু য়াম্না পাম্না চাক্লা চানৈ।

ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদদি তোনিংখোক অসি লফু ইরোনবা, শিংজু, মোরোক মেৎপা অমদি কেলি-চানাগী মথেলশিংদা কূপ্না শোইরগা হাপ্তুনা য়াম্না হাওবা মথেলশিং ওইনা চানৈ। ভিয়েটনামদদি তোনিংখোক পাম্বী অসি শা-ঙা মৈদা য়াইবা অমসুং নুদলশিংদা হাপ্তুনা চানৈ। চাইনাদসু পাম্বী অসি ভিনেগর, মোরোক, সোস (Sauce) অমসুং ফদিগোমগা শেম্বা মথেলশিং হাওনা চানৈ।

তোনিংখোক পাম্বী অসি অরিবা মতমদগী হীদাক-লাংথক ওইনা শীজিন্নরক্লি অমসুং বিজ্ঞাননা থিজিনবদসু হীদাক্কী ওইবা মগুণশিং শীংথানিংঙাই ওইনা য়াওবগী পাউদমসু লৈ। চাইনাগী অনা লায়েংদা তোনিংখোক পাম্বী অসি শ্বর হোনবা নুংঙাইতবা, হরা-কংখু তৌবা অমসুং লোক থুংদুনা থবাক খেবা অমসুং লোক ফুনগৎপদা হীদাক ওইনা শীজিন্নৈ। বিজ্ঞানগী চাংয়েং কয়া চত্থদুনা য়েংবদা তোনিংখোক পাম্বী অসি ভাইরস অমসুং বেক্টেরিয়া হীংকুপ মখল কয়ামরুম হাৎপা ঙম্মী হায়না খঙবা ঙমখ্রে। কুমজা ২০১৪দা কুমার অমসুং মহাক্কী কাঙবুনা চত্থখিবা রিসর্স হায়বদি থিজিন-হুমজিনবা অমদগী খঙবা ঙমখরে মদুদি - ইথানোল হায়রিবা য়ু অসিদা তোনিংখোক পাম্বী শুগাইরগা শেম্বা মহী অদু উচিদা চাংয়েং চত্থবদা দাইবেটিস হায়রিবা ঈদা চিনি চাং ৱাংনা য়াওবা লায়না অদু শিংথানিংঙাই ওইনা হন্থবা ঙম্বা মরম্না পাম্বী অসি মীওইবগী দাইবেটিস লায়না অসিদা হীদাক ওইনা শীজিন্নবা য়াগনি হায়বসিনি। অতোপ্পা বিজ্ঞানগী ওইবা পাউদম অমগী মতুংইন্না তোনিংখোক পাম্বী অসি মীওইবগী কা হেন্না নোয়খৎপা ওবেসিটি (Obesity) হায়রিবা অসি মপূং ফানা হন্থহনবা ঙম্মী হায়বসিনি। মীওইবনা হক্কী ঈশিং কা হেন্না চৎপা দাইউরেসিস (Diuresis) হায়রিবা লায়না অসিদা তোনিংখোক পাম্বীগী নৌতক তৌবা মনা অদু শুগাইরগা শেম্বা মহী অদু পীথক্তুনা য়াম্না কুইরবা মতমদগী লায়েং হীদাক ওইনা শীজিন্নরক্লি। অতোপ্পা পাউদম অমগী মতুংইন্না তোনিংখোক পাম্বীগী মহী অদু পীথকপদা মীওইবগী হকচাং মনুংদা য়াওরিবা হুশিং লৌথোকপা ঙম্মী। উনশাগী মখল কয়াগী লায়নাশিংদা তোনিংখোক পাম্বী শুগাইরগা লৌবা মহী অদু চাং নাইনা তৈবদা কান্নবা ফল ফংবা ঙম্মী। পূক্নিং চীংশিনীংঙাই ওইবা ৱাফমদি তোনিংখোক পাম্বী অসি হৌজিক মীয়াম্না য়াম্না কিনরিবা কোভিদ-১৯গী লায়না অসি ঙাকথোকপদা মতেং ওইগনি হায়বসিনি। ●

ষ্টেটকী পাউ

অনওর্গনাইজ সেক্টর ৱর্করস ৱেলফ্যের য়ুনিয়ন শেমখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ২২ (ঐচএনএস): ঙসি লমশাং এসেমব্লি কন্সটিট্যুএন্সিগী ইন্টেন্দিং কেন্দিদেট অরাম্বম করমজিৎকী য়ূমদা মীয়ামগী ওইবা মীফম অমা পাঙথোকপগী শরুক অমা ওইনা লমশাং এ সী অনওর্গনাইজ সেক্টর ৱর্করস ৱেলফ্যের য়ুনিয়ন অমা শেমখ্রে হায়রি।

থৌরম অদুগা মরী লৈননা ইন্টেন্দিং কেন্দিদেট অসিগী ইলেক্সন কোর কম্মিটি অমসুং ইলেক্সন বুথ লেভেল কম্মিটিসু শেমখি।

ঙসি পাঙথোকখিবা থৌরম অদুদা অরাম্বম করমজিৎনা ৱর্করস ৱেলফ্যের য়ুনিয়নগী মেম্বর ১,০০০ মুক্তা লুপা ৪,০০০গী ভেল্যু য়াওবা ৱর্করস গার্দ অমমম য়েন্থোকখিবগা লোয়ননা ৱর্করশিংনা থবক শুবদা শীজিন্নগদবা হেন্দগ্লোভ অমমসু য়েন্থোকখি।

ঙসি শেমখিবা লমশাং এ সী অনওর্গনাইজ সেক্টর ৱর্করস ৱেলফ্যের য়ুনিয়নগী মরু ওইবা থৌ পুগদবশিং অদুদি মথংশীৎনা অরাম্বম করমজিৎ (ইন্টেন্দিং কেন্দিদেট লমশাং এ সী), প্রসিদেন্ট ; লমশাং অৱাং লৈকায়দা লৈবা মংসাদম লোকেন্দ্রো, ভাইস প্রসিদেন্ট; ঙারিয়াম্বম ক্বাকসিফাইদা লৈবা ঙারিয়াম্বম সুধির, ভাইস প্রসিদেন্ট; অৱাং পোৎশংবম খুল্লেনদা লৈবা নান্দৈবম অমুসনা, ভাইস প্রসিদেন্ট; নোংথোম্বম ব্রোজেন (ষ্টেট লেভেল রাইস ক্রোপ কম্পিটিসন এৱার্দী), জেনরেল সেক্রেটরি অমদি খোংহাম্পাৎ ময়ায় লৈকায়দা লৈবা লৈশাংথেম জিবনবু ট্রেজরর ওইনা খনখ্রে হায়রি।

থৌরম অদুগা মরী লৈননা ইন্টেন্দিং কেন্দিদেট অরাম্বম করমজিৎনা ফোঙদোকখিবদা, ঙসিগী মীফম অসিদা লমশাং এ সী অনওর্গনাইজ সেক্টর ৱর্করস ৱেলফ্যের য়ুনিয়ন শেম্লিবা অসি লমশাং এ সীদা লৈরিবা শিন্মীশিংগী শেন্মীৎলোন ফগৎনবা অমদি মখোয়গী ৱেলফ্যেরশিংদা মতেং পাংবা ঙম্নবনি হায়খি।

ফৌওইবী অমসুং ইবুধৌ নোংশাবা ইরাৎ থৌনি পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ২২ (ঐচএনএস): উত্রা শঙলেন সনা কোনুংনা শিন্দুনা, মাইচৌ পুরেল এনজি কাংজিয়া মঙাংনা লুচিংদুনা ককচিং মন্তক খুন্দা লৈরিবা ফৌওইবী ইমাগী খুভম লৈরিবা অমসুং ইবুধৌ নোংশাবগী খুভমদা, চহী খূদিংগী লেপ্তুনা পাঙথোরকপা ইরাৎ থৌরম ঙসিসু পাঙথোকখ্রে।

থৌরম অসিদা এনজি কাংজিয়া মঙাংনা হায়খি, সনা কোনুং উত্রা শঙলেননা চহী খূদিংগী ককচিং মন্তক খুন্দা লৈরিবা ফৌওইবী ইমাদা ফৌ কৎচদুনা লাকখিবগী মতুং ইন্না ঙসিসি ফৌ হৈজদুনা কৎচবনি। ইমা ফৌওইবীদা কৎচরিবা থৌনিজরিবা অসি চহী অমগী মনুংদা পাঙথোকচবা থৌরম অমনি। থৌরম অসি পাঙথোকপগী ৱাহন্থোক্তি লমদম অসিদা চাকহোং ঙাহোংনা অৱাং-অপা লৈহনবীগনু হায়দুনা নিজবনি। মসিগা লোয়নবদা ইবুধৌ নোংশাবা অসিসু য়াম্না মরু ওইবা লমদমসিগী ওইনা সনা কোনুংনা ইরাৎচবা ইবুধৌনি। অদুনা চহী খূদিংগী পাঙথোক্তুনা ইরাৎ থৌনি পাঙথোকপা অমনি হায়খি।

থৌরম অসি ফম্নাইবা অমাইবা অমাইবী অমদি ৱাংখৈ লাকপা লাইশ্রম পোইরৈতোন পব্লিসিটি সেক্রেটরি সনা কোনুংনা শরুক য়াদুনা পাঙথোকখি।

ফাদুনা পুখিবশিং চৈরাক পীয়ু হায়দুনা ৱাকৎ মীফম চত্থখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ২২ (ঐচএনএস): ২০১৯গী জুলাই ১১দা উরিপোক পোলেম লৈকায়দা লৈবী মীমান্নদ্রবী হৌগৎ কাংখৎপা ঙমদনা লৈরিবী নুপীমচা অমবু ময়ূমদগী ফাখিবদা চেন্নবশিং ফাবীয়ু হায়দুনা, উরিপোক পোলেম লৈকায়দা ৱাকৎ মীফম চত্থখ্রে।

উরিপোক য়াম্বেম লৈকায়, উরিপোক পোলেম লৈকায়, উরিপোক নুপী অপূনবা লুপ অমসুং দিসএবলশিং পুন্দুনা ৱাকৎ মীফম চত্থখিবা অদুদা মশাগী ফিভম চাদ্রবী নুপীমচা অমবু ইমুংগী মীওই অমত্তা য়াওদনা অহিং অমা ফারগা পুখিবদগী নোংঙাল্লগা অমুক ময়ূমগী মাঙ্গোন্দা থল্লম্বনি। ফাদুনা পুরিবশিং অদু কনা কনানো হায়বদু ফাদুনা চৈরাক পীয়ু।

মীমান্নদ্রবী নুপীমচা অমবু ফাদুনা অহিং অমা থল্লগা অমুক ময়ূমগী মাঙ্গোন্দা থল্লম্বা হায়বসি ইকায় খুম্নবা মাঙহনবীবনি। মসিগুম্বা থৌওং অসি য়াম্না লাইবক থিবা অমনি। খুন্নাইবু শীংনবনি হায়বা খোল্লাও কয়াসু লাউখি। হেন্দিকেপ দিভলপমেন্ট ফাওন্দেসন অমসুং পেরেন্টশিংসু শরুক য়াখি।

MANIPUR UNIVERSITY
CANCHIPUR : IMPHAL

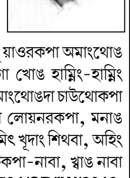
ꯈꯪꯍꯟꯕ / **NOTICE**
Dated the 22nd October, 2021.

Mu/6-6/2021/Fcy/441 : It is hereby notified that the advertisement dated 01/10/2021 for appointment of 1 (one) Guest Faculty in the Department of National Security Studies scheduled on 23rd October, 2021 has been postponed due to unavoidable circumstances.

Sd/- Hoineilam Kipgen
Assistant Registrar (Sr. Scale)

HL-B/7239/23

ꯈꯣꯡ ꯍꯥꯝꯕ/খোঙ হাম্বা খূদিংগী ঈ দ্রোপ-দ্রোপ তারকপা, অমাংথোঙদা পোমথোক্লগা অমাংথোঙ মনুংদা য়াম্না চিকপা, খোঙ তোয়না হাম্বা, খোঙ হাম্বদা মনাঙ অমদি কোঙ্গোলগা লোয়নরকপা, শা-ঙা, থাউ, মোরোক, পান, ময়রেন অসিনচিংবা চাবা য়াদবা ফহনবগী ওজা Zia-Ul-Haque পু থাগৎচরি।



ঐগী হকচাংদা নুংশংনা য়াম্না কন্না নাদুনা খোঙ হাম্বা খূদিংগী ঈ দ্রোপ-দ্রোপ তারকপা, ঈ তাখিবা অদুনা মরম ওইদুনা ইশাদা হেমোগ্লোবিন ৱাৎশিল্লকপা, খোঙ হাম্বা লোইরগা হৌগৎপা মতমদা কোক ঙাওবা অমদি কল্লাক মরী নাবা ঈ তাখিবা অদুনা মরম ওইদুনা, খোঙ হাম্বা চঙগনি খনবদা হকচাংদা অৱাবা অমা ওইবা ঈ তাগনি খনবদা, নোংম-নোংমগী হকচাং শোকচিল্লকপা অমদি ময়েং তাশিল্লকপা, মরক-মরক্তা অমাংথোঙদা মরেং-মরেং চৎলগা হাক্কৎচরকপসু য়াওরকপা অমাংথোঙ মনুংদা য়াম্না চিকপা-নাবা, খোঙ তোয়না হাম্বা, পূক য়েক্লগা খোঙ হাম্লিং-হাম্লিং তৌরগা লৈবা, শংলগা অদুম লৈনিংবা খোঙ তোয়না হাম্লগা অমাংথোঙদা চাউথোকপা হেনগৎলকপা, খোঙ হাম্বা মতমদা মনাঙ অমদি কোঙ্গোলগা লোয়নরকপা, মনাঙ কোঙ্গোলগা হাম্লকপা মতমদা হকচাং চোকথ-ৱান্থবা হেনবা, খুমিৎ খূদাং শিথবা, অহিং তুম্বা য়াদবা ফম্বী শোনবা, ঙকশম মরী নাবা, শয়েং অনীমক চিকপা-নাবা, খ্বাঙ নাবা তৌরম্বা অদু ষ্টেট অমদি নেসনল এৱার্দ ফংলবা **Regd. No. 1591/SR/IW/2019, MD. Zia-Ul-Haque Phusam ☎ 8414825323, 9774274439** দা চৎতুনা লায়েংজরুবদগী ঐগী হকচাংদা লৈরম্বা অনাবশিং অদু মপূগী থৌজালদগী মপূং ফানা ফরে। মরম অসিনা ওজা Zia-Ul-Haque পু থাগৎচরি।

লায়েংফম :1. Kekru Villa North AOC, Opp. Kekru Pat, Imphal (10 a.m. to 5 pm.)
2. Mayang Imphal, Konchak Makha Leikai. (6 am to 9 am.)
3. Yairipok Bamon Leikai Kabastan Road (Only Wed. & Sat. Open) (10 a.m. to 4pm.)

থাগৎচরিবা : **M. Sunil Meitei**
Hiyangthang Makha

HL-B/7236/23

MANIPUR POLICE HOUSING CORPORATION LTD.
(A GOVT. OF MANIPUR UNDERTAKING)
IMPHAL, MANIPUR.

ꯈꯪꯍꯟꯕ

NOTICE INVITING e-Tender

The Executive Engineer-I, MPHC Ltd. Imphal, invites on behalf of the Managing Director, MPHC Ltd. online item rate bids in two bid system for the following work.

No. e-tender 15/EE-I/MPHC/2021-22 dated 22/10/2021, Name of Work: Development of Heliports under RCS UDAN-2 at Moreh, Estimated Cost: Rs.2,23,85,778 /-; Period of completion: 6 (six) months. Last date of submission of bid: 1300 hrs of 28/10/2021.

The bid forms and other details can be obtained from the website www.manipurtenders.gov.in

HL-B/7241/23

OFFICE OF THE SUB DEPUTY COLLECTOR
SAWOMBUNG, IMPHAL EAST

ꯈꯪꯍꯟꯕ / **NOTICE**
21st October 2021

No. 1/SDC/SWG/Misc/06 (pt) : This is for the general information that one individual namely Md. Abdul Satar S/o Munashi Ali of Khabeisoi has been recorded in our records under patta number 661 Dag No : 216/454 measuring an area of 0.67 acres in Village 32-Khabeisoi.

The said person has not been identified in the said village. The pradhan of Kairang Khomidok G.P. has established that no such person exist in their jurisdiction in his written statement.

Moreover The Officer in Charge of Heingang Police Station has also verified the non-existence of the said person.

Thus is no one can establish their claims with relevant document within seven days the said patta will be deleted.

Sd/- **Sub-Deputy Collector, Sawombung**
Imphal East

HL-P/0436/22

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