থম্মোয় পাউদম | হুইয়েন ইন্দু

মমা-মপা ওইবসিবু আর্ত অমরা?

পেরেন্ত হায়বদি অঙাং অমগী মমা-মপাদুবুনি। ফাদর নৎত্রগা মাদর হায়রগদি অপোকপা (বাইওলোজিকল) মমা নৎত্রগা মপাদুবুনি। পেরেন্ত হায়রগদি বাইওলোজিকেল ওইবা রিলেসনসিপ (ঈগী-মরী) লৈনদবা অমনসু ওইবা য়াই। মবোক, মনে, মন্দোমচা, মখুরা, মতোন, ময়াম্বা, নৎত্রগা লিগেল গার্জিয়ান অমনা হেক্তা মমা-মপা লৈজদ্রবা অঙাং অমগী পেরেন্ট ওইবা য়াই। মমা-মপা লৈনা লৈনা কনাগুম্বা অঙাং অমবু অতোপ্পা কনাগুম্বনা য়োকখ্রগা মমা-মপা শক্তুনা অঙাংদুগী পেরেন্ত ওইবসু য়াই।

ময়াম পুম্নমক্না খঙনরবা ৱাফম অসিবু করিগী ঙসিগী পাউদম অসিগী হিরম ওইনা লৌখৎচরুবনো? মরম লৈ। 'পেরেন্ট' হায়বা ইংরাজি ৱাহৈসিদগী পাউদম অসি হৌরুবনো মদু হান্না শেংদোকচগে। অঙাং মচা পিশক্তগী হৌরগা স্কুল- কোলেজ তন্নকপফাওগী অঙাংশিংনা মহৈ-মশিন তম্বীবসি ঙসিদি অচৌবা শেন্দানফম লম্বী অমা ওইরক্লবনা মমা-মপা ওইবশিংনা মচাশিংবু মীরক তীন্নবা, মীমান্নবা ঙম্নবা তঙাইফদবা এদ্যুকেসন পীবা হায়বসিসু য়াম্না এক্সপেন্সিব ওইবা (শেল তিংবা) থবক অমা ওইরক্লে। মচাবু স্কুলদা বেসিক এদ্যুকেসন পীনবা থাবা হৌদ্রিঙৈ, মরোল-শুনা ঙাঙদ্রিবা, চেন-চোংবা হৈরকপদা ঙায়রিবা অঙাং অদু ফাওবা 'প্রি-স্কুল' হায়বা স্কুল অমা লিংখৎতুনা মমা-মপা ওইবশিংদগী করম্না শেল খোমগৎকদগে হায়বই পোথি পুথোক্লক্লে। এদ্যুকেসন পোলিসী শেম্লিবা গভর্ণমেন্টকী মরী লৈনবা দিপার্টমেন্ট'না প্রি-স্কুল-স্কুলিং কন্সেপ্ত থবক ওন্থোক্লবা হোৎনবফাও হৌদ্রিঙৈ প্রাইভেট প্লেয়রশিংনা হৌদোকখিবা কুইরক্লে। ঙসিদি 'প্রি-স্কুল' হায়বা তোখায়বা স্কুল অমা ইন্টরনেসনল চেইন ওইনা লিংখৎনরক্লে।

অসুম্না, মমা-মপা ওইবশিংনসু হান্নগী লীক্লম অদুদা মচা য়োকপা য়ারক্লে। রিয়রিংএ চাইল্ড (অঙাং য়োকপা) ৱাহৈদুদগী থৈদোক্লগা 'পেরেন্টিং' হায়বা ৱাহৈ অমা শেমগৎলক্লে। 'পেরেন্টিং এ চাইল্ড'- ৱাহৈগী ৱাহন ওইনা য়েংলুরগদি 'অঙাং অমগী মমা-মপা করম্না ওইগদগে' হায়বগুম্বনি। মতম খরগী মমাঙ নোংমা, 'দি আর্ট ওফ পেরেন্টিং' হায়বা লাইরিক অমগী মরমদ'সুম ৱারী শারুবদা, মমাঙঙৈগী লাইরিক হৈবা অহল অমনা কয়া থীনা চৈরকখ্রে... 'করিনো ইবুংঙো? নোয়না লাইরিক হৈরিবসি কদায়দনো? নখোয়বু কয়ামুক য়াম্না হৈর'গে? মীগী মমা-মপা ফাওবা করম্না ওইগদগে তাকশিল্লক্লগদি-লাও, ঐঙোন্দা তাক্লোলাও, নমা-নপাদা 'মপা করম্না ওইগদগে' তাক্কে হায়রিবরা-উ'?... ঐ ৱা মখা তারুদ্রে। হায়রুবা ৱা অমত্তা তাননবা নাকোং লৈতে। জেনরেসন গেপ হায়'দুনি। ওজাদা ছাত্রনা তাকশিল্লে হায়বসিনি মাগী ৱাখল। ওন্থোক্লা শাউনা শোলহৌই- 'মপাদৈ হনবা মচাঙাক্তা'!

খন্নিংবা ৱাখল খনসনু। য়ানিংগেরা? য়ানিংলোইরা? মতমসিগী মীওইবই ৱাখল লেপ্পা লৈত হোংলক্লি। হোংলক্লিবা মতমগী য়াওলসিগা ঈরোয়ননা চৎপা ঙম্বা মীদুনি মীকোক থোংবা ওইদৌবা। মতমগী অহোংবসিনা শেম্লকপনি 'পেরেন্ট' হায়বা নাউনসিদগী 'পেরেন্টিং' হায়বা 'ভর্ব' অমা। ভর্ব অদুনা ওইহল্লকই পুমনৌ নৌবা সবজেক্ট অমা। স্কুল/কোলেজদা তম্নবা সবজেক্ট নত্তে। পুন্সি মহিং (ৱে ওফ লাইফ) হোংনবা, পুন্সি'দা য়েংবা মীৎয়েং (এট্টিচ্যুদ তুৱার্দস লাইফ) হোংদোক্লবা ৱাখল লীক্লম অমনি। ৱাখল লীক্লম অসিগী মরমদা হন্দক মরক ঐগী মরুপ মপাংশিংগা ইতৎ তৎতনা ৱারী শানৈ। পুন্সি খোঙচৎসিদা খোঙকাপ খরা লাওনা থাংখ্রবা, ময়া-মমৌ হান্না ফংদুনা মশু লৈরবশিংদুগী, মশু নুংশিবশিংদুগী ৱারী।... থোইদোক হেন্দোক্লা হৈ-শিংবা, মশাগী চহীগা চানদনা অহলগুম্না ঙাঙ-শকপা, মপু মবেন'দা মথক-থোংবা অমগুম থৌদারকপা, ফজদবা ৱাহৈ শীজিন্নরকপা... নোক্লা নোক্লা হরাওনা তম্মী। মরোল শুদ্রিবা মশুদুনা মোবাইল ফোন পায়বদা হৈ-শিংবা, সেটেল্লাইদ টিভি চেন্নেল খন-খন দুনা কার্তুন পিকচর য়েংবই ৱারী... লীথোকপদুদা মশাদা চাউথোকপা অমা য়াওজরি- 'ঐগী ইশুদি অতৈ অঙাংশিংদই হেন্না থোইদোক হেন্দোকই'। মথক্তা পঞ্জখ্রিবা লাইরিকশিংদা ইরি-মচাশিংবু অসিগুম্বা হৈনবী শেমগৎলক্লিবা মমা/মপাদু অফবা 'পেরেন্ট' নত্তে, মচা অদু মাঙনবা, ফত্তবা লম্বীদা লমজিংলিবনি, হায়বা ইন্দবা লমকেৎপা অঙাং অমা ওইহনবদা তেংবাংলিবনি।

সবজেক্ট অসি থোক্লক্ত্রিঙৈ, মমাঙ'ঙৈদই হায়নরকই- অঙাংগীদি মমানা খ্বাইদই ফবা ওজানি। পেরেন্টিং'গী লাইরিকশিংদসু হায়, 'মতৌ তম্বদা খ্বাইদই হৈবদি অঙাংনি অঙাংদদি ৱাহৈ শীজিন্নদুনা তম্বীগনু থবক ওইনা উৎপীয়ু'। অঙাং খুদিংমক্কী খ্বাইদই ফিদমনিংঙাই ওইবা 'রোল-মোদেল'দি মহাক্কী অপোকপী মমানি। ম-মা-মা-মম্মা... খোন্থোকতই হৌনা, ইহান হানবা ৱাহৈসু 'ইমা'দগী তম্বা হৌবনি। অঙাং অমগী পুন্সিগী অহানবা পারা মমা-মপাদই হৌবনি। নুংশিবা ৱাহৈ, নুংশিবা মতৌ, ফজবা লীচৎ, ফম্বা-চৎপা হৈনবী-মমা-মপানা তৌবা উবদুনি মাগী অহানবা তাইবংপান। ফার্স্ট ইমপ্রেসন ইজ দি লাস্ট ইমপ্রেসন- মালেম পুম্বনা য়ানরবা ৱাহায়নি, অহানবা উবদা পূক্লিংদা তাখিবা মমি, পোলোই ফাওবা কাউঙমদে। অদুনা হায়নরল্লিবনি- 'দি হেন্দস দেদ রোকস দি ক্রেদল রুল দ ৱর্ল্ড' (নাউশুম হায়রিবা খুৎ অদুনা মালেমসিবু ঙাক্লিবনি)। থাজবীদবরা, মালেমগী খ্বাইদগী মশিং য়াম্বা সাইন্টিফিক ইনভেন্সন ময়াম পুথোক্লল্লিবা 'থোমাস অলভা ইদিসন', 'চন্নররোইদবা মী অমনি স্কুলসিদা থারক্লনু' হায়দুনা স্কুলদগী ওজানা তান্থোকখিবদগী লাইরিক ময়েক চত্তবী মমানা মচাবু শেম্বীরক্তুনা অচৌবা সাইন্টিষ্ট ওইহল্লকখিবনি। মমাই পূক্লুংদা লৈরিঙৈ মপানা মমাদা তম্বীখিবা বিদ্যাদুনা অভিমন্যুবু মহাভারতকী অথৌবা লাল্লোয় ওইহনখিবনি। মশামক্কী মচাশিংবু হাৎতোকচবা ঙম্বী 'মিদিয়া' গুম্বী মমাসু গ্রীস লৈপাক্তা পোকখি (য়ুরিপিদিসকী মিদিয়া)। মশাগী নুংঙাইবা থিবদা মচাগী মাঙনবা শিনবী মমাসু পোক্লি, হিংলি ঐখোয়গী ইরকসিদা, লৈপাকসিদা। ঙসিগী জোইন্ট-ফেমিলি-কন্সেপ্ত'সিদদি অঙাং অমগী তুংলমচৎ শেম্বা 'পেরেন্টিং'গী থৌদাংসি মমা-মপাদুখক্কী ওইদরে, ইমুংদুদা লৈমিন্নরিবা ময়ামদুগীসু অচৌবা থৌদাং লৈরক্লে। পেরেন্টিং হায়বা হিরমসি- ঐখোয় পুন্না খঙমিন্নসি অমুক্তং।

লৌশিং পুক্কে

লফোই অমুনবা চাবনা দিপ্রেসন, ব্লদ প্রেসর ৱাংবা, অলসরগী খুদোংচাদবা কোকহল্লি

মী য়াম্না খ্বাইদগী পাম্না চানরিবা উহৈশিংগী মনুংদা লফোইসু অমনি। কান্নরবা মচল কয়ামরুম য়াওরবা লফোই অনীখক চারবদি চাক চরা অমা চাবগা চপ মান্ননা কান্নবা ফংই হায়না অখঙ অহৈশিংনা ফোঙদোকপা লৈখ্রবনি। মসিগী মরুওইবা মরমদি লফোইদা মখল কয়াগী ন্যুট্রিয়ন্ট, ভিটামিন, ফাইবর, লোয়ননা সুক্রোজ অমদি ফ্রক্টোজগুম্বা নেচরেল সুগর য়াওবননি।

য়েংবদা মশক ফজবা হঙ্গামপাল মচুগী মশা নানবা লফোই অমুনবা চানিংলোইদবা কনাবু লৈরমগদগে। অদুবু মফম-মফম কয়াদা নাপু মচু চঙলক্তুনা খান্নকপদগী মশক থীজিল্লক্লবদি লফোই অদু

পৎলে, চাবদা কান্নররোই খন্দুনা লংথোক্কে। হীরম অসিগী মতাংদা অখঙ-অহৈশিংনা হায়রিবদি লফোইগী মচি-মচিদা নাপু মচু চঙলক্তুনা খামজিল্লকপগী চাং হেল্লিবমখৈ হকচাংদা কান্নবা হেল্লি হায়বসিনি। লফোই অমুনবদা ট্যুমর নেক্রোসিস ফেক্টর (টি এন এফ) গী চাং ৱাংনা য়াওবনা কেন্সর লায়না ঙাকথোকপা ঙম্মী হায়রি। মসিগীসু মথক্তা ইম্যুন সিষ্টেমগী মপাঙ্গল কনখৎহনবা মরম্না দিপ্রেসন, কোন্সটিপেসন, থবাক শাবা, ব্লদ প্রেসর ৱাংবা, অলসর অমদি ঈ ৱাৎপগী খুদোংচাদবা কোকহল্লি হায়রি।

অখঙ অহৈশিংনা হায়খি, চহী চুপ্পা ফংলিবা অমসুং ইহোঙ হোঙবা লফোইগী কান্নবা কয়ামরুম লৈ। লফু পান্বীদগী হৌরগা, লা, লফোই অমদি লফু থরোনচিংবা পুম্নমক লোইনা কান্নে। লফোই অমখক চাবদা কেলোরি ১০৫ ফংবা ঙম্বা মরম্না খুদক্তা হকচাং তেকখৎহল্লি।

মেগনেসিয়ম অমসুং পোটা-সিয়ম মরাং কায়না য়াওবা লফোই চাং নাইনা চারবদি মশল পোৎথাহনবগা লোয়ননা খোঙ-খুৎ শিথবা অমদি তুন্নিঙৈদা মশল চেনখৎলকপগী অৱাবা কোকহল্লি। পোটাসিয়ম মরাং কায়না য়াওবা লফোই চাবনা ব্লদ প্রেসর রেগুলেট তৌবা মরম্না হার্ট এটেক অমদি ষ্ট্রোক তৌহন্দে।

চাকখাউদা এসিদ থোরকপগী চাং হন্থহনবা মরম্না অলসর অমসুং এসিদিটিগী খুদোংচাদবা কোকহল্লি।

ফাইবর অমদি পেক্টিস মরাং কায়না য়াওবা লফোই চাবনা খোঙ হাম্বা চাং নাইহল্লি অমসুং কোন্সটিপেসনগী অৱাবা কোকহল্লি। কনাগুম্বনা খোঙ হামথবদগী হকচাং চোকথরকপা তারবদি লফোই চাবা মতমদা হকচাং কনখৎহল্লি। দাইরিয়া তৌবা মতমদা হকচাংদগী মহী অমসুং ইলেক্ট্রোলাইট য়াম্না মাঙখিবা মরম্না দিহাইদ্রেসনগী খুদোংচাদবা মায়োক্লরকই। অদুবু লফোই চাবা তারবদি মাঙখিবা পোটাসিয়মগী শরুক পুম্নমক খুদক্তা ফংবা ঙম্বা

মরম্না হকচাং কনখৎলকই। খোঙ হামথবা থোক্লবদি মাঙখিবা পোটাসিয়ম মেনখৎনবগীদমক লফোই চাশিনগদবনি।

লফোইদা য়াওবা ফ্রক্টো ওলিগো সকরাইদ (এফ ও এস) তা প্রোবাইওটিক্কী মগুন চেল্লি। মসিনা ইন্টেষ্টাইনদা অফবা মহীক্কী মশীং হেনগৎহনবা মরম্না পূক নুংশিৎ কাহন্দে। হকচাংনা কেলসিয়ম চুপশিনবদসু মতেং পাংবা মরম্না শরূগী মপাঙ্গল কলহল্লি। চাং নাইনা লফোই চারবদি হকচাংদগী অহেনবা মহী লৌথোকখিবদা মতেং পাংবগা লোয়ননা কিদনিদা নুঙ লৈহন্দে অমসুং হকচাং মনুংগী অমোৎপশিং শেংদোকই।

কনাগুম্বনা তুম্বা য়াদবগী অৱাবা মায়োক্লুরবদি চাং নাইনা লফোই চাবা কান্নগনি। লফোইদা য়াওবা ট্রিপ্টোফেননা ব্রেন য়ৌরগা সেরোটোনিনদা ওন্থোরকই। মসিনা ৱাখল নুংঙাইহনবগা লোয়ননা কন্সেষ্ট্রেসনগী লেবেল ৱাংখৎহল্লি। লফোই চারবদি সেক্স্যুয়েল হোর্মোন পুথোকপদা মতেং পাংবা ন্যুট্রিয়ন্টশিং ফংবা ঙম্বনিনা ফিনুংগী হকচাং মপাঙ্গল কনখৎহল্লি। হকচাংনা সেরোটোনিন পুথোকপগী খল কায়হন্দবা মরম্না য়ুম্বান পুন্সি মরেক মহাউ থোকহল্লি হায়রি। মতৌ অসুম্না হকচাংদা কান্নরবা মগুন কয়া চেল্লি। অদুবু য়েংবদা তরু-তনানবা লফোইদগীদি মচেৎ মচেৎ খামদেক্লবা অপৎপা মানবা লফোইনা হকচাং ফবা হেল্লি।

গ্রাম ১২০ লুম্বা লফোই অমুনবা অমদা য়াওরিবসি কেলোরি ১০৫, সোদিয়ম মিলিগ্রাম ১, কার্বোহাইদ্রেট গ্রাম ২৭, দাইটরি ফাইবর গ্রাম ৬, সুগর গ্রাম ১৪.৪, ষ্টার্চগ্রাম ৬.৩, প্রোটিন গ্রাম ১.৩, ভিটামিন এ ইন্টর্নেসনল য়ুনিট ৭৫.৫, ভিটামিন সী মিলিগ্রাম ১০.৩, ভিটামিন ঈ মিলিগ্রাম ০.১, ভিটামিন কে মাইক্রোগ্রাম ০.৬, রাইবোফ্লেবিন মিলিগ্রাম ০.১, নিয়াসিন মিলিগ্রাম ০.৮, ভিটামিন বি-৬ মিলিগ্রাম ০.৪, ফোলেট মাইক্রোগ্রাম ২৩.৬, পেন্টোথেনিক এসিদ মিলিগ্রাম ০.৪, কোলিন মিলিগ্রাম ১১.৬, কেলসিয়ম মিলিগ্রাম ৫.৯, আইরন মিলিগ্রাম ০.৩, মেগনেসিয়ম মিলিগ্রাম ৩১.৯, ফোসফরস মিলিগ্রাম ৩১.৯, পোটাসিয়ম মিলিগ্রাম ৪২২, সোদিয়ম মিলিগ্রাম ১.২, জিঙ্ক মিলিগ্রাম ০.২, কোপ্পর মিলিগ্রাম ০.১, মেনগনিজ মিলিগ্রাম ০.৩, সেলেনিয়ম মাইক্রোগ্রাম ১.২ অমসুং ফ্লোরাইদ মাইক্রোগ্রাম ২.৬ নি।

ইরিল তুরেলগী ঈচেল তৎলুবদগী থবক লেপ্লুরবা পোরোমপাৎ ৱাটর সপ্লায় স্কিমনা ঈশিং পীবা অমুক হৌখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারি ২৩(ঐচএন এস): ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্ট ফাওদুনা চেল্লিবা ইরিল তুরেলগী ঈচেল তৎখিবদগী পোরোমপাৎ ৱাটর সপ্লায় স্কিমনা মীয়ামদা ঈশিং পীবা ঙমদবদগী নুমিৎ ১৫ নি ঈশিং পীবা লেপ্লুরবা মতুংদা অমুক ঈশিং পীবা হৌখ্রে।

পুখাওগী তেরাপুরদা ইরিল তুরেলগী খোঙনুংদা দোলাইথাবী বারাজ শাগৎখিবনা মরম ওইদুনা ঈরিল তুরেলগী ঈশিং থিংগৎখিবদগী বারাজগী খা থংবা শরুকশিংদা ঈশিং তৎতুনা মীয়াম্না ঈশিং ফঙদবগী অৱাবা মায়োক্লরকখিবনি।

দোলাইথাবী বারাজগী গেট তরুক থিংগৎতুনা থল্লম্বা অদু গেট অমা হাংলগা ইরিল তুরেলদা ঈশিং থাবা হৌরকপদগী থা অসিগী ১৯ দগী পোরোমপাৎ ৱাটর সপ্লায় স্কিমনা পাইপলাইনদা মীয়ামগী ঈশিং পীবা হৌখি। অদুগা থা অসিগী ২০ দনা ৱাটর টেঙ্করশিংদা ঈশিং পীবগী থবক হৌখি হায়রি।

পোরোমপাৎতা লৈবা পি ঐচ ঈ দিগী প্রোজেক্ট কন্সত্রক্সন দিভিজনদগী ফঙবা পাউনা হায়, মণিপুরদা কুমজা ১৯৯৯ দা নেসনল গেমস তৌবা মতমদা ইম্ফাল তুরেলগী খোঙনুং অসি ঈশিং ঈচেল তৎখিবদগী মীয়াম্না তুরেল মনুং অসি খোঙনা লানবা মতমদা ইরিল তুরেলদি ঈশিং কংদবনা মরম ওইদুনা পোরোমপাৎ ৱাটর সপ্লায়না মীয়ামদা ঈশিং লেপ্তুনা পীরম্মী।

ইরিল তুরেলদা হৌজিক মরুওইনা মীয়ামদা পীনবা শারিবা ৱাটর সপ্লায় অসি মরুওইনা পোরোমপাৎ অমদি ইরিলবুং ৱাটর সপ্লায়নি। থা অসিগী ৬ তগী ইরিল তুরেলগী ঈশিং তৎখিবনা মরম ওইদুনা তোপ খোঙনাংখোং থোঙখোংদা ৱাটর সপ্লায় স্কিমগী ইনটেক অসি ঈশিং চিংখৎপা য়াদনা লৈরম্বনি। অদুবু দোলাইথাবী বারাজদগী গেট অমা হাঙদুনা ঈশিং থারকপদগী থা অসিগী ১৯ দগী নৌনা অমুক মীয়ামদা ঈশিং পীবা হৌখিবনি হায়রি।

পোরোমপাৎ ৱাটর সপ্লায় স্কিম অসিনা নোংমদা অয়ুক্তা ৱাটর টেঙ্কর ৩০/৪০ রোমদা ঈশিং পীরি অদুগা নুংথিলগী মতমদনা ৱাটর টেঙ্কর ৪০/৫০ রোমদা ঈশিং পীরি। লৈঙাক্লা লেপ্পা মমলদা মফম অসিদগী ঈশিং লৌবদা ১২ কিলোলিটরদা লুপা ৯৬ নি অদুগা ১০ কিলোলিটরদনা লুপা ৮০ লৌই হায়রি। ইরিল তুরেলদগী ঈশিং চিংখৎলিবা ইনটেক্ট অসিনা পুং অমদা ঈশিং লিটর ৭,২০,০০০ রোমনি হায়রি। পোরোমপাৎকী ৱাটর সপ্লায়না হৌজিক পাইপ লাইনদা ঈশিং পীরিবা অসি মরুওইনা খুরাই, লমলোং, খুরাই সাজোর লৈকাই, হট্টা, রামানিয়া, চেক্কোন, সোইবম লৈকাই, অয়াংপল্লি অমদি খুরাই সলানথোংনচিংবনি হায়রি।

অমরোমদা, ইরিল তুরেলগী কেচমেন্ট এরিয়া অসিদা হৌজিক নোংম নোংমগী শীং ওইনবা অমদি য়ুম কৈ শানবা উ-ৱা য়ান্থৎতুনা কোকথোক্লিবা অসি লৈঙাক্লা মতম চানা থিংহৌদ্রবদি ইরিল তুরেল অসিসুনীংথম থাগী মতমদদি ঈশিং ঈচেল তৎতুনা মীয়ামদা ঈশিং পীবা ঙম্লরক্তবা য়াই। মরম অদুনা ইরিল তুরেলগী কেসমেন্ট এরিয়াশিং অসি উয়োক শেমগৎপা মথৌ তারি। মসিদা নত্তনা ইম্ফাল ইষ্টকী মনুং চন্না লৈবা চীংশিং অসি অয়াম্বনা হৌজিক্তি মরু কোক্কে। মসিসু লৈঙাক্লা অখন্নবা মীৎয়েং চঙদুনা শেমগৎপা মথৌ তারি। চীংয়াগী শরুকশিং অসি লম্বী অমা শেম্বীরগা মদুগী নাকনদা ৱাটর হার্ভেষ্টিং ওইনবা কেনেলশিং তৌদুনা নোংজুথাগী মতমদা ঈশিং য়োক্তুনা থমহৌনবা হোৎনবা তঙায়ফদ্রে। জন্যুৱারিদগী মার্চ ফাওবসি ঈশিং কংবা মতম ওইবনা কেনেলশিং অসিদগী ঈশিং শীজিন্ননবা থৌরাং পায়খৎনবা লৈঙাক্লা মীৎয়েং চঙহন্নিংই হায়না মায়কৈ কয়াদগী ফোঙদোক্লুরক্লি।

দব্লিউ ৱাই টেব্লেট ১৯,৬০০ কা কোন্ননা মীওই অমা ফারে

ইম্ফাল, জন্যুৱারি ২৩(ঐচএন এস): নেসনল হায়ৱে নম্বর ১০২, ইম্ফাল মোরে লম্বীদা য়াম্না তোয়না ময়াই কাবা চীঙ্গাক লল্লোনবা মীওইশিংনা দ্রগ পুথোক পুশিন তৌবদগী লম্বী অসিদা লৈরিবা সিক্যুরিটি ফোর্সনা অকনবা চেকশিন থৌরাং লৌখৎলিঙৈ চৈরকসিদা মোরেরোমদগী ইম্ফাল তম্না লাকপা মারুটি ভেন (এম এন ০১জি ৩৩৬৫) অমা থা অসিগী ২০ দা খুদেংথাবীদা ২৬ শুবা অসাম রাইফলস কাঙবুনা খামদুনা চেক তৌবদা দব্লিউ ৱাই টেব্লেট ১৯,৬০০ রোম ফারে হায়রি।

ফারবা দব্লিউ ৱাই টেব্লেট অদু কেজি ২.০৫ রোম লুম্মী হায়রি। দ্রগকা কোন্ননা ফারবা নুপা অদুগী মমীং পুয়াম চলাম্বা (৩২) অপোকপা পি চাওরেন কৌই। মহাক মোরেদা লৈবনি। মহাক্লা পুরক্লিবা দব্লিউ ৱাই টেব্লেট অদু তোঙান তোঙানবা প্লাষ্টিক পেকেট ৯২ দা হাপ্লগা পুরম্বনি হায়রি। দব্লিউ ৱাই টেব্লেটকা কোন্ননা ফারবা মীওই অদু মোরেগী কষ্টম পুলিস ষ্টেসনদা খুৎশিন্নখ্রে হায়রি।

টিনসিদ রোদ শেম্বীয়ু

ইম্ফাল, জন্যুৱারি ২৩(ঐচএন এস): খুরাই অমদি লম্লাই এ সীগী লোন্নবদা লৈবা তিনসিদ রোদ অসি লৈঙাক্লা শেম্বীরক্তবা চহী মঙারোম হেল্লে। মদুনা মরম ওইদুনা হৌজিক লম্বী অসিগী তোপ মোইরাংকম্পুদগী তিনসিদ চিংজিন ফাওবা কিলোমিটর ৩ রোম শাংবা লম্বী অসি হৌজিক ফিভম য়াম্না ফত্তবনা মীয়াম্না চৎথোক চৎশিন তৌবদা খুদোংচাদবা কয়া মায়োক্লুরে। লম্বী অসিদা গাড়ী অমা চৎপদা উফুলনা শলাক শারে। লম্বীগী নাক য়েৎতা লৈরিবা মীওই কয়াসু খুদোংচাবা মায়োক্লুরে। মরম অদুনা পি দব্লিউ দিনা অথুবা মতমদা লম্বীসি শেম্বীনবা মীয়াম্না আপিল তৌরক্লি।

সং-ঃাম্লে/পী বহাদুর সেক্রেটরি জৈন মহাবীর হায়র সেকেন্দরি স্কুল /সিতি মোর্দন একাদেমী অমসুং লমগী মপুদা পিবা অফোংবা চে-পাউ। মরি লৈনবা পুম্নমক্তা

জৈন সমাজ, পাউনা বজারনা লোন ওইনা লুপা লাখ অনী অমসুং শাবদা চংবা পোৎলমশিং, ওজাশিংনা অঙম অঙম্বা পৈশা পুথোক্তুনা কাংঙবম লৈকাইদা লৈবা এল তোম্বী, লোকেশ্বর অমসুং বীলোনাগী পট্টালেন্দা লিজ ইনরগা লম মপু অমসুং স্কুল পুন্না লৈবা য়াবা মওংদা পাকখন ওইনা শাখি। শাবা লোইবগা পাউনা বজারদা লৈরম্বা স্কুলগী পোৎ-চৈ পুম্নমক ছাত্রশিং য়াওনা নৌনা শাবা স্কুলদা হোংজিল্লে। ওজা এন তোম্বগা জৈন সমাজগা এগ্রিমেন্ট অমসুং রেজিষ্টার তৌনখি। ওজা তোম্বনা সভাপতি ওইদুনা তাং ৫/৬/২০১২ ইংদা স্কুল মেনেজিং কম্মিটি শেম্লে। কে ধীরেন প্রসিদেন্ট, পী. বহাদুর সেক্রেটরি, মেম্বর ওইনা সেলিনা তখেল্লম্বম, জী. ইবেয়াইবা, টি. ইবোচৌ অমসুং এম বীরেন অসিনচিংবনি। ওজা এন তোম্বনা হৈনা শিংনা হোৎনদুনা স্কুলগী রিকোগনিসন মখা চৎথনা ফংহল্লম্মী। কে. ধীরেন, প্রসিদেন্টনা অচুম্বা পাম্বৈ শীজিন্নদুনা লুপা লীশিং হুম্ফুতরানিথোই স্কুলদা চহী চহীগী ওইনা কাহনবা ঙল্লম্মী। মচোই মচোই তারম্বা স্কুল অমত্তা ওইনা পুনশিল্লে। ওজাশিংগী হোৎনজমন, চাং নাইনা ষ্টাফ মীটিং তৌদুনা অফবা স্কুল অমা ওইরে।

পী বহাদুরনা সেক্রেটরি অমা ওইনা ঙসি ফাওবা স্কুল শাখিবগী হিসাব পুথোকপা ঙমদ্রি। ইং ২০১২ দগী ২০১৮ ফাওবগী চহী চহীগী ষ্টেটমেন্ট ওফ একাউন্ট পুথোকফম থোকপদু পুথোকপা ঙমদ্রি। বেঙ্ক একাউন্ট হাংলে, বেঙ্ক ওপরেটর হাপ্লে। বেঙ্কতা পৈশা হাপচিন্দে অদুগা একাউন্ট ওপরেসনেল ওইহন্দে। তাং ১৯/১১/২০১৬ ইংদা মেনেজিং কম্মিটিনা তাং ১/১/২০১৭ ইংদগী স্কুলগী কারকপা পৈশা পুম্নমক প্রসিদেন্টতা পীশিন্নবা ৱারেপ তারম্মী, ৱারেপতু মানা ভাইওলেট তৌরম্মী। ২০১৭ ইংদা হায়দোকপা মেট্রিক পরিক্ষাদা য়াম্না ফজবা মেট্রিক রিজল্ট ফংলম্মী, মদু ইতিহাসিকনি হায়বা য়াই। অঙাংশিং, ওজাশিং অমসুং গার্জিয়ানশিংবু পৈশা অমসুং অচম্বা খুদোলপোৎ পীদুনা ইকাই খুম্নবা উৎপগী থৌরম অমা তাং ৭/৭/২০১৭ ইংদা পাঙথোক্লম্মী, মী চামঙারোম তিল্লম্মী। সেক্রেটরিনা তাং ২৭/৬/২০১৬ ইংদা নোটিশ থোক্তুনা কনাগুম্বা অমত্তা য়াওবা য়ারোই হায়না ফোঙদোক্লম্মী। তাং ২৩/৭/২০১৭ ইংদা ফম্বা কম্মিটি মীটিংদা, রুলস এন্দ রিগুলেসন থুগাইদুনা জোন কৌবা উকিল অমা মীটিং কন্দক্ট তৌহল্লম্মী। প্রসিদেন্ট লৈনা লৈনা মেম্বর অমবু প্রোতোকোল থুগাইদুনা প্রিসাইদ তৌহল্লম্মী। মীটিংসু ক্বারম ফারমদে। ঐনা ওবজেক্সন তৌরগা মপাল থোরক্লম্মী। তাং ৬/২/২০১৮ ইংদা লিগেল এদ ক্লিনিক চৈরাপ কোর্টতা মীটিং তৌদনা মীটিংঅহুম্লক এবসেন্ট ওইরে হায়দুনা ঐবু এক্সপেল তৌরে হায়না রিপোর্ট তৌরম্মী। মীটিংগী তারিখ হায়য়ু হায়বা কানদা হায়বা ঙমদদুনা চোপ্পা নংলম্মী। তাং ১৪/৪/২০১৭ ইংদসু মীটিং তৌদনা মীটিং তৌখ্রে হায়দুনা রিজোলুসন পুরক্লগা সোই তৌবীয়ু হায়বগী ৱাথোক অমসু লৈখ্রবনি। সেক্রেটরিনা চহী মাপনগী ষ্টেটমেন্ট ওফ একাউন্ট পুথোক্তবা অদুগা রুলস এন্দ রিগুলেসন অমসুং প্রোতোকোল থুগাইবসি য়াম্না লাইবক থিবনি অদুনা তাং ৩০/১/২০১৯ ইং ফাওবগী মনুংদা সেনিয়র ওজা এন. তোম্বা অমসুং স্কুল অসিবু শেমগৎলকপদা ৱাজরক্লবা ওজাশিং য়াওনা মীটিং অমা শোয়দনা কৌগদবনি।

লমগী মপু ওইরিবা এল তোম্বী, লোকেশোর অমসুং বীলোনা নখোয়না সেক্রেটরিদা পিবা চেপাউগী অহানবা পেরাদা মীংদি পন্দনা সেনিয়র টিচর অমবু মশাগী ইন্টরেষ্টতা থবক তৌই হায়না মরাল শিরি। অনীশুবা পেরাদা য়ুমলোন্নবশিংবু প্রোক্লেক শাগৎপা মীওইশিংনি হায়না মরাল শিরি অদুগা কনানো হায়বা মীং পন্দনা ফত্তবা মীশিংগী প্রেসরদগী খাংবা ৱারে হায়না পল্লি। তাং ৩০/১/২০১৯ ইংগী মীটিংদা তঙাইফদনা শেংদোক্কদবনি।

ওনরেবল চ্যেরপর্সন লিগেল এদ ক্লিনিক চৈরাপ কোর্ট তাং ৬/২/২০১৮ ইংদা ওনরেবল চ্যেরপর্সন্না সেক্রেটরি অমসুং এম. বীরেন, মেম্বর এস দি জে এম হায়র সেকেন্দরি স্কুল, কাঙবম লৈকাইদা পীখিবা দাইরেক্তিপ মখোয়না ইনদ্রে। পাউখুম পীবগী মহুত্তা ঐখোয় খঙহন্দনা স্কুলগী মীং "মোর্দন সিতি একাদমী" হায়না ওন্থোকখ্রে।

ময়ামগীঃ কে ধীরেন সিংহ

প্রসিদেন্ট, এস দি জে. এম. হায়র সেকেন্দরি স্কুল

এদভাইজর/এক্স প্রসিদেন্ট, নহারোল ৱেলফ্যের ক্লব,

কাঙবম লৈকাই, ইম্ফাল

HL-P/3315/24