নেসনল ফার্মরস দে ২০২০গী থৌরম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, দিসেম্বর ২৩ (ঐচ এন এস) : ক্বাকৈথেল অৱাং থিয়াম লৈকায়দা লৈবা দি গ্রীন ফাউন্দেসন অমদি ইম্ফাল ৱেষ্টকী উকাসোস/মনা ইখ্বোলদা লৈবা সন্দুম নিংথৌ দিভলপমেন্ট এসোসিএসনগা পুন্না খুৎশম্নরগা ঙসি নেসনল ফার্মরস দে ২০২০গী থৌরম ইম্ফাল ৱেষ্টকী উকাসোই/মনা ইখ্বোলদা লৈবা সিনসং ওর্গানিক দেমো ফার্মদা পাঙথোকখ্রে।

থৌরম অদুদা নবার্দকী জেনরেল মেনেজর ডা. এম শ্রীনিভাস রাও পি ঐচ দি, এম বি এ, ময়াং লাংজিং জিলা পরিষদকী মেম্বর কে সোহোদেবা, ইম্ফাল ৱেষ্ট দিষ্ট্রিক্ট এগ্রিকলচর ওফিসর কে কুল্লাবিধু, ময়াং লাংজিং গ্রাম পঞ্চায়টকী প্রধান টি তোম্পোক মৈতৈ, ময়াং লাংজিং গ্রাম পঞ্চায়টকী ৱার্দ মেম্বর কোইজম পহারী, কে ভি কে থৌবালগী সবজেক্ট মেট্রর স্পেসিএলিষ্ট ডা. এম থোইথোই অমদি আই সী এ আর, ইম্ফালগী সোইল সাইন্টিষ্ট ডা.টি বসন্তনা মথংশিংনা চীফ গেষ্ট, প্রসিদেন্ট অমদি গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরম অদুদা সন্দুম নিংথৌ দিভলপমেন্ট এসোসিএসনগী এদভাইজর য়ু হিস্মৎনা হায়খি, দিসেম্বর ২৩দা নেসনল ফার্মরস দে পাঙথোকপগী মরমদি ইন্দিয়াগী মঙাশুবা প্রাইম মিনিষ্টর ওইখিবা চৌধুরি চরন সিংহগী মপোক নুমীৎপু ঈকায় খুম্নবা উৎপনি। মহাক্না ইন্দিয়াগী এগ্রিকলচর সেক্তরদা মরুওইবা থৌদাং লৌরম্বগা লোয়নন ফার্মরশিং চাউখৎনবগী মখল মখা কয়াগী শেন্থং কয়া থাদবীরম্মী। মহাক্না ফার্মর লিদর অমা ওইরম্বদগী অকোনবদা পোলিটিক্স অমদি রাজ নিতিদা য়াওরক্লুবা মতুংদা মিনিষ্টর অমদি প্রাইম মিনিষ্টর ওইরক্লবা ফাওবদা লৌমীশিংগী য়াইফনবা থবক কয়া তৌরম্মী অমদি বিল কয়া হৌদোক্লম্মী। অনৌ অনৌবা এক্ত কয়া হৌদোকপীরম্মী। মহাক্না তেল্লবা মতম প্রাইম মিনিষ্টর ওইরিঙৈদা লৌমীশিংবু চাউখৎনবা তৌবীরম্বা অদুবু নীংশিংবা ওইনা নেসনল ফার্মর দে অসি মাগী মপোক নুমীৎতা পাঙথোকপনি হায়খি।

থৌরম অদুদা কে ভি কে থৌবালগী সবজেক্ট মেট্রর স্পেসিএলিটি ডা. এম থোইথোইনা ক্রোপ মেনেজমেন্ট ফোর ফার্মরস ইনকম হায়বসিদা ৱা ঙাংখি। অদুগা আই সী এ আর ইম্ফালগী সোইল সাইন্টিষ্ট ডা. টি বসন্তনা মেনেজমেন্ট ওফ সোইল ওর্গানিক কার্বোন হায়বসিদা ৱা ঙাংখি। ডা. এম থোইথোইনা ফোঙদোকখিবদা, ঐখোয়না পোৎ থাবা মতমদা লৈবাক লৈশা অসি য়াম্না মরুওই। লৈবাক লৈশা অসি য়াম্না ফহনবা য়াম্না কলহনবা মরুওই। অহিংবা লৈবাক ওইহনগদবনি। আলু থাবা মতমদা লৈবাক লৈচং লৈবা ইঞ্চি ৮ য়ৌনা লৈচং লৈরগদি আলু হেন্না তাগনি। অদুগা তিলহৌ থাবদনা তিলহৌগী মরা অদু ইঞ্চি অমগা মখায় লুনা লৈনুংদা লৈহনগনি। মথক্তা চরু কল্লুগা ঈশিং চাইবদা য়াম্না কান্নগনি হায়রি। তিলহৌ অমদি চনম থাবদা হেন্না চাথোক ফংগনি হায়খি। ঙসিগী থৌরম অদুদা লৌমীশিংগী লৈবাক লৈহাওসু চাংয়েং তৌখি। লোয়নন খল্লবা বেনিফিসরি খরদা লোন ওইনা য়েন মচা খরসু য়েন্থোকখি।

দিষ্ট্রিক্ট লিগেল সর্ভিসেস ওথোরিটিনা লিগেল এৱেয়ার্নেস প্রোগ্রাম পাঙথোকখ্রে

ONE DAY LEGAL AWARENESS PROGRAMME

ইম্ফাল, দিসেম্বর ২৩ (ঐচ এন এস) : লম্ফেল কোর্ট কমপ্লেক্সকী এ দি আর বিল্ডিংদা লৈরিবা ইম্ফাল ৱেষ্ট দিষ্ট্রিক্টকী দিষ্ট্রিক্ট লিগেল সর্ভিসেস ওথোরিটিনা শীন্দুনা লিগেল এৱেয়ার্নেস প্রোগ্রাম অমা দিষ্ট্রিক্ট অসিগী কংলাতোংবী শান্তিপুর দুর্গা মন্দির কম্যুনিটি হোলদা পাঙথোকখ্রে।

ঙসি অয়ুক পুং ১১ তারকপদগী পাঙথোকখিবা প্রোগ্রাম অসিদা দিষ্ট্রিক্ট লিগেল সর্ভিসেস ওথোরিটি, ইম্ফাল ৱেষ্টকী সেক্রেটরি ইন-চার্জসু ওইরিবা চীফ জুদিসল মেজিষ্ট্রেট (সী জে এম), ইম্ফাল ৱেষ্ট ৱাই সোমোরজিৎ, কংলাতোংবী গ্রাম পঞ্চায়টকী প্রধান মিনা বিস্তা, গ্রাম পঞ্চায়ট অসিগী উপ-প্রধান দিপা থাপা, এক্স-প্রধান শিব বাসনেট, কংলাতোংবী শান্তিপুর ৱিমেন সোসাইটিগী সেক্রেটরি চন্দ্রকলা কর্কি অমসুং সোসাইটি অসিগী প্রসিদেন্ট বিন্দা পছাইনা প্রসিদিয়ম মেম্বরশিং ওইখি।

নোংমগী ওইবা লিগেল এৱেয়ার্নেস প্রোগ্রাম অসিদা এদভোকেট বি সুপ্রিয়ানা ক্রাইম এগেনষ্ট ৱিমেন, প্রোহিবিসন ওফ চাইল্ড মেরিয়জ এক্ত, ২০০৬ অমসুং লিগেল সর্ভিসেস টু সিনিয়র সিটিজন্স স্কিম, ২০১৬কী মতাংদা রিছোর্স পার্সন ওইনা ৱা ঙাংখি। অদুগা লিগেল এইদ কাউন্সেল (ইম্ফাল ৱেষ্ট) কৈশাম ধনেনা নেসনল ফুদ সিক্যুরিটি এক্ত, ২০১৩, ফন্দামেন্টেল দ্যুটিজ, কোভিদ-১৯ পেন্দমিক, চাইল্ড লেভর অমসুং লিগেল রাইটস এন্দ সোসল জষ্টিস হায়বা টোপিকশিং অসিগী মতাংদা রিছোর্স পার্সন ওইনা ৱা ঙাংখি হায়রি।

কার্দ লৌরনবা খঙহল্লক্লি

ককচিং, দিসেম্বর ২৩ (ঐচ এন এস) : মণিপুর লৈঙাক্কী চীফ মিনিষ্টর এন বিরেনগী লমজিং মখাদা পায়খৎলকপা গো টু ভিলেজ মিসনগী মখাদা লৈঙাকসিগী সোসল ৱেলফ্যের দিপার্টমেন্টনা মণিপুর ওল এজ পেন্সন স্কিমগীদমক এপ্লাই তৌখিবা এপ্লিকান্ট অহলশিংগী পেন্সন কার্দশিং শাবা লোইরে হায়রি।

ৱাফম অসি খঙহল্লকপগা লোয়নন ষ্টেটসিগী তম্পাক্কী দিষ্ট্রিক্টশিংগী মনুংদা অমা ওইরিবা ককচিং দিষ্ট্রিক্টকী ওইনা চৎলিবা থা অসিগী ২৪ দগী হৌরগা ককচিং ম্যুনিসিপাল কাউন্সিল (কে এম সী) দা লৈরিবা দিষ্ট্রিক্ট সোসল ৱেলফ্যের ওফিস (দি এস ও) তগী অয়ুক পুং ১০ দগী নুংথিল পুং ৩ ফাওবগী মনুংদা মণিপুর ওল্ড এজ পেন্সন স্কিম অসিগীদমক এপ্লাই তৌখিবা এপ্লিকান্ট অহলশিংনা লাক্তুনা লৌবা য়াগনি হায়রি।

ৱাফম অসি দিষ্ট্রিক্ট সোসল ৱেলফ্যের ওফিসর, ককচিংগী অরাম্বম কামেশ্বরনা থোকপা ওফিসল চেরোল অমগী মতুংইন্না হায়বনি।

অদুম ওইনমক হায়রিবা ওল্ড এজ পেন্সন স্কিমগী কার্দশিং অসি লৌবা লাকপা মতমদা এপ্লিকান্ট মশা মশাগী অধার কার্দকী জেরোক্স কোপি লোয়নরক্কদবনি হায়নসু দি এস ও, ককচীংগী চেরোল অসিনা মখা তানা খঙহল্লক্লি।

মীফম য়াওখিবা লৈতে, মীয়ামদা লান্না উহন্নবা চথরকপা থৌওংনি : চানথোই কোম

চান্দেল, দিসেম্বর ২৩ (ঐচএনএস): হৌখিবা ওক্তোবর ২৫দা ইমর্জেন্সি মীফম অমা ফমদুনা কে মেকাপ কোমবু তোন্সেন খুল্লেনগী ভিলেজ চীফ ওইনা খল্লে অদুগা এম চানথোই কোমবুনা ভিলেজ ওথোরিটিগী সেক্রেটরি ওইনা খল্লে হায়দুনা ঐহাক্কী মীং শীজিন্নদুনা মীদিয়াদা ফোঙলকখিবা ৱাফমশিং অদু অরানবা য়ূম্ফম য়াওদবা পাউনি। ঐহাকপু মীয়াম মাঙদা লান্না উহন্নবা চথরকপা থৌওংনি। ঐহাক্না করিগুম্বা হীরম অমত্তদা মরী লৈনদে, ঐহাক মীফম য়াওখিবসু লৈতে। তুংদা থোরকপা অফ-ফত্ত খুদিংমক ঐহাক্কী মীং শীজিন্নদুনা মীদিয়াদা ফোঙদোক্লিবা মীওইশিং অদুনা পুজগদবনি হায়না এম চানথোই কোমনা ফোঙদোরক্লি।

ঙসি তোনসেন খুল্লেন্দা এম চানথোই কোমনা পাউমীশিংদা হায়, থাসিগী ১৯দা মহাক্কী মীং শীজিন্নদুনা মীদিয়াদা তোনসেন খুল্লেনগা মরী লৈননা ফোঙলকখিবা ৱাফমশিং অদু থেংনরুবদা ঐহাক অঙকপা অমা ফাওখি। হৌখিবা ওক্তোবর ২৫গী নুংথিলদা তোনসেন খুল্লেন প্রাইমারি স্কুলদা ইমর্জেন্সি মীফম অমা ফমদুনা কে মেকাপ কোম, অপোকপা লৈখিদ্রবা কে থোংলেন কোমবু নৌনা তোনসেন খুল্লেনগী চীফ (খুল্লাকপা) ওইনা খল্লে অদুগা ঐহাক (এম চানথোই কোম) বুনা নৌনা ভিলেজ ওথোরিটিগী সেক্রেটরি পুহনবদা য়াননরে হায়রিবা ৱাফম অদু ঐহাক তশেংনা খঙবা লৈতে অমসুং মীফম ফমগনি হায়দুনা পাউ খঙহল্লকখিবসু লৈতে। ঐহাক হৌজিক হৌজিক ইশাগী অনাবা অমনা মরম ওইরগা লায়েংবগী চৎপা নত্তনা য়ূমদগী মপান থোক্তনা লৈরিবা ঐহাকপু মতৌ করম্না মীফম অদুদা শরুক য়ারুগদৌরিবনো হায়না ফোঙদোকখি।

মহাক্না মখা তানা হায়, মীয়াম্না মীদিয়াদা ফোঙলকখিবা য়ূম্ফম য়াওদবা অরানবা পাউ অদুদা থাজবিরুগনু। মীওই খরনা ঐহাকপু মীয়াম মাঙদা লান্না উহন্নবা চথরকপা থৌওংনি হায়না লৌই। মীদিয়াদা ফোংলকখিবা ৱাফমশিং অদুনা মরম ওইরগা করিগুম্বা খুল অসিদা পামদবা থৌদোকশিং থোরকপা তারবদি মীদিয়াদা ঐহাক্কী মীং শীজিন্নদুনা ফোঙলকখিবা মীওইশিং অদুনা মশা মশানা থৌদাং পূম্বা লৌজগদবনি অমদি ফোঙলিবা ৱাফমশিং অদু চৎনবসু য়ারোই হায়না এম চানথোই কোমনা ফোঙদোরক্লি।

নোংমগী ওইবা খন্ন-নৈনবগী মীফম পাঙথোকখ্রে

হিয়াংলম, দিসেম্বর ২৩ (ঐচ এন এস) : রোল ওফ সী এস ও'স ইন পোষ্ট অনলোক : চেলেঞ্জেস এন্দ ফ্যুচর দিরেক্সন হায়বা হীরমদা নোংমগী ওইবা খন্ন-নৈনবগী মীফম অমা হিয়াংলম দিভলপমেন্ট ফোরম, হিয়াংলম অমদি সেন্টর ফোর সোইল ইনোভেসন মণিপুরনা শীন্দুনা পাঙথোকখ্রে।

কোভিদ-১৯গী লৈঙাক্লা পীবা এস ও পিশিং ঙাক্তুনা ককচীং দিষ্ট্রিক্টকী হিয়াংলম ৱাইখোম লৈকায়দা লৈবা লমজিং মৈরা ক্লবকী গ্রাউন্দদা পাঙথোকখিবা থৌরম অদুদা সাহিত্য একাদেমি এৱার্দি এম নবকিশোর, রিটয়ার্দ দি আই জি এ ঐচ দ্বিজমনি, সোসল ৱার্কর এম ধনবির, ককচীং দিষ্ট্রিক্টকী অধক্ষ পি ঐচ জিতেন, ককচীং দিষ্ট্রিক্ট পুলিসকী এদিসনেল এস পি ৱাই জয়রাজ অমদি এল এম সীগী প্রসিদেন্ট ঐচ ইবোয়াইমনা প্রসিদিয়ম মেম্বর ওইনা শরুক য়াখি। লোয়নন খন্ন-নৈনবগী থৌরম অদুদা হ্যুমেন রাইটস এলার্টকী এগজিক্যুটিভ দিরেক্টর বব্লু লোইতোংবম, ক্লাইমেট এক্টিভিষ্ট সুরজিৎ খেত্রিময়ুম, দেসামগী সেক্রেটরি এল লময়ানবা, সোসল এক্টিভিষ্ট ঈ লাবা অমদি এন য়াইস্কুলনা রিছোর্স পর্সন ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরম অদুগা মরী লৈননা রিছোর্স পর্সন ওইখিবা হ্যুমেন রাইটস এলার্টকী এগজিক্যুটিভ দিরেক্টর বাব্লু লোইতোংবমনা হায়খিবদা, মণিপুরবু অওনবা অমা পুরকপদা সী এস ও অমদি মীয়ামগী থৌদাং অসি অসুক্কী মতিক য়াম্মী। মরম অদুনা মীয়াম্না থবক অমা তৌরকপা মতমদা লৈঙাকখক্তা ঙাইরগা লৈবা অসি থাদোক্লসি। লোয়নন লুপা ক্রোর কয়াগী দ্রগকা কোন্ননা ফাখিবা চান্দেলগী হান্নগী এ দি সী চ্যেরমেন লুখোসৈ জৌবু কোর্টনা মরাল লৈত্রে হায়না থাদোকখিবা মতমদা ষ্টেট অসিগী তোঙান তোঙানবা সী এস ও কয়ানা তুমিন্না লৈশিনখিবা অসি য়াম্না লাইবক থীবনি। অসিগুম্বা খুন্নাই অমবু মাঙহনবা য়াবা মীওই য়াম্না লায়না থাদোকখিবা অসি ঐখোয়গী তুংগী লাইবক্তা অচৌবা মাঙজবা অমা ওইবা য়াই। মরম অসিনা কেস অসি লৈঙাক্না অমুক হন্না থিগৎহনবা মথৌ তাই। মসিগীদমক লমদম অসিগী সী এস ওশিংনা লৈঙাক অসিদা অকনবা প্রেসর অমসু পীবগী মথৌ তাই হায়খি।

থৌরম অদুদা রিছোর্স পর্সন ওইখিবা দেসামগী জেনরেল সেক্রেটরিনা মখা তানা হায়খিবদা লৈঙাক্না মীয়ামদা কোভিদ-১৯গী লায়না লাইচৎ অসি মতৌ করম্না থেংনগনি হায়না তম্বীবগী মহুত্তা কেন্দল থানবা, পুখম থিনবা ওইনা তম্বীখিবনা ষ্টেট অসিদা কোভিদ-১৯গী লায়নাগী ফীভম অসি হেন্না লুরক্তুনা ষ্টেট অসিগী শেন্মীৎলোন য়াওনা হীরম কয়াদা ফীভম শোকখিবনি। হৌজিকসু ইংলেন্দদা নৌনা শন্দোকপা হৌরক্লিবা লায়না অসিসু মতম চানা য়েংশিনহৌদ্রবদি মীশি মীনা কয়া য়াওরকখিগনি। লোয়নন মীয়াম্না লায়না অসিবু লাকশিনবদা লৈঙাকখক্তা ঙাইবগী মহুত্তা ইশা ইশাগী লৌফম থোকপা থৌদাংশিং লৌমীন্নসি। মরু ওইনা হৌজিক লায়না অসিগী ভেক্সিন চপ চাবা লাক্ত্রিবনিনা ইশা ইশানা লায়না অসিগা লোয়নন হিংবা তম্লসি হায়খি।

বি জে পি থৌবাল অমসুং ৱাংখেম মন্দলগী নুমিৎ নীনিগী মন্দল লেভেল ত্রেনিং হৌদোকখ্রে

থৌবাল, দিসেম্বর ২৩ (ঐচএনএস): কেন্দ্রিয়া প্রশিক্সান বিবহাগ অমদি মন্দল প্রশিক্সান শিবিরগী শরুক অমা ওইনা ভারতিয়া জনতা পার্টি (বি জে পি) মণিপুর প্রদেশ অমদি বি জে পি থৌবাল দিষ্ট্রিক্টকী মীৎয়েং মখাদা বি জে পি থৌবাল অমসুং ৱাংখেম মন্দলনা শীন্দুনা মন্দলশিং অসিগী ওইবা নুমিৎ নীনিগী মন্দল লেভেল ত্রেনিং প্রোগ্রাম ঙসি হৌদোকখ্রে।

বি জে পি থৌবাল মন্দলগী ওইনা লৈতান্থেম মান্দোপতা পাঙথোকখিবা অদুদা ৱাঙাঙলোইশিং টি ঐচ বসন্ত, এম দি বসন্ত, এম দি অস্কার অলি, রাজেস থিয়াম, এল মীনাবন্ত অমসুং পি ঐচ ফোনি মৈতৈনা 'হিষ্ট্রি এন্দ দিভলপমেন্ট ওফ বি জে পি', ষ্টেট গভর্ণমেন্ট এচিভমেন্ট এন্দ দিভলপমেন্ট ওফ বি জে পি, "বি জে পি এন্দ অৱার রেসপোন্সিবিলিটি', 'ইন্দিয়াজ আইদিওলোজিকেল ম্যেনষ্ট্রিমস অৱার আইদিওলোজি' অমসুং 'অৱার ৱার্কিং সিষ্টম এন্দ রোল ইন ওর্গনাইজেসন ষ্ট্রকচর' হায়বা হীরমদা ৱা ঙাঙখি।

বি জে পি ৱাংখেম মন্দলগী ওইনা য়ুনিভর্সেল কোলেজ য়াইরিপোক্তা পাঙথোকখিবা অদুদা ৱাঙাঙলোইশিং ৱাই নিল্লমনি, এল মীনাবন্ত, পি ঐচ ফোনি মৈতৈ অমসুং এন নিম্বসনা 'হিষ্ট্রি এন্দ দিভলপমেন্ট ওফ বি জে পি', 'ইন্দিয়াস আইদিওলোজিকেল ম্যেনষ্ট্রিমস অৱার আইদিওলোজি', 'য়ুজিং ওফ সোসল মীদিয়া ইফেক্টিভলি অমসুং ষ্টেট গভর্ণমেন্ট এচিভমেন্ট এন্দ দিভলপমেন্ট প্রোগ্রাম হায়বা হীরমশিংদা ৱা ঙাঙখি।

লৌশিং পুক্কে

দাইবেটিসকী মরমদা মীয়াম্না লান্না থাজনবশিং-১

মালেম পূম্বগী ওইনা দাইবেটিস হায়রিবা লায়না অসি নাবগী চাং হেনগৎলক্লি। লায়না অসি নাবগী চাং হেনগৎলকপগা লোয়নন লায়না অসিগী মরমদা মীয়ামনা থাজনবা অরানবা ৱাফমশিংসু অদুম্মক লোয়নদুনা চৎলি।

মালেমগী ওইনা দাইবেটিসনা নাবা মীওই মিল্লিয়ন ৪২২ হেন্না লৈ হায়রি। মসিগী মনুংদা ইন্দিয়াখক্তংদগী মিল্লিয়ন ৭৭ লোম ওইদুনা মালেমগী দাইবেটিস নাবা অপূনবা মীশীংগী শরুক তরুক থোকপগী অমরোমদি ইন্দিয়াদা লৈ হায়রি।

দাইবেটিস হায়রিবা ৱাহৈ অসি মীয়াম্না তোয়না তানরবা অমদি অখঙবা ৱাহৈ অমা ওইরে হায়রগসু লায়না অসিগী ওইবা বাইওলোজিকেল মেকানিজমশিং অদুদি কমপ্লেক্স ওই। লায়না অসি অসুক্কী মতীক কন্মন ওইবা মরম্না লায়না অসিগী মরমদা লৈরিবা অরানবা অমদি য়ূম্ফম য়াওদবা ৱাফমশিং অদু চুমথোকপা য়াম্না মরু ওই।

ইহান হানবা ওইনা দাইবেটিস হায়বা অসি করিনো অমদি মসিগী খ্বাইদগী কন্মন ওইবা মখল অহুম অদুগী খেন্নবশিংগী মরমদা চাউরাক্না পীরি। দাইবেটিস মখল অহুম অদুদি টাইপ ১, টাইপ ২, অমসুং জেষ্টেসনেল দাইবেটিস হায়রিবশিং অসিনি।

টাইপ ১ দাইবেটিস হায়রিবা অসি ওটোইম্যুন দিজিজ অমনি। মসিদা ইন্সুলিন পুথোক্লিবা হকচাং কয়াৎ পেনক্রিজদা হকচাংগী ইম্যুন সিষ্টেমনা এটেক তৌই। টাইপ ১ অসিনা টাইপ ২ দাইবেটিসতগী হান্না ঙন্না নাবা হৌগল্লি। টাইপ ২ দাইবেটিসতনা হকচাংনা ইন্সুলিন মরাঙ কায়না পুথোক্তবা, নৎত্রগা ইন্সুলিনদা নীংথিনা রেস্পোন্দ তৌদবা নৎত্রগা অনীমক ওইবা য়াই।

জেষ্টেসনেল দাইবেটিস হায়রিবা মখল অসিনা মীরোল্লিঙৈ মতমদা নাবা মখলনি। নুপীনা মীরোল্লিঙৈ মনুংদা হকচাংদা ইন্সুলিন হেন্না মথৌ তাই। হকচাংনা মথৌ তারক্লিবা অনৌবা ইন্সুলিনগী অহেনবা চাং অদু ফংবা ঙম্লক্তবা মতমদা জেষ্টেসনেল দাইবেটিস নারকই।

জেষ্টেসনেল দাইবেটিস অসি অনম্বনা অঙাং পোকখ্রবা মতুংদা ফগল্লকবসু, মতুংদা মীরোনবা মতমদা অমুক হন্না নারকপা নৎত্রগা তুংদা টাইপ ২ দাইবেটিস নাহল্লকপা য়াবগী ওইথোকপসু লৈ।

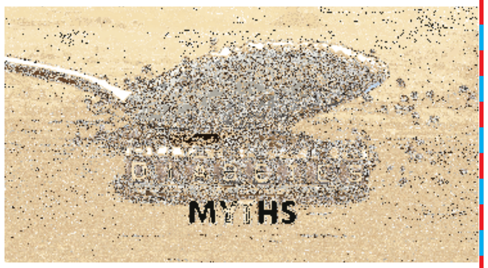
দাইবেটিসকী মরমদা মীয়াম্না লান্না খন্নবশিং অদু মখাদা পীরি।

অরানবা ৱাফম-১: চিনি চাবনা দাইবেটিস নাহল্লি

চিনি চাবনা হকথেংননা দাইবেটিস নাহন্দে। অদুমওইনমক, চিনি য়াওবা দাইট চাবনা হকচাংগী অরুম্বা হেনবা নৎত্রগা ওবেসিটিগী খুদোংচাদবা থোকহল্লি। হায়রিবা ফিভম অনী অসি টাইপ ২ দাইবেটিসকী রিস্ক ফেক্টরশিংনি।

ঈদা য়াওবা চিনিগী চাংনা দাইবেটিসকী মরুওইবা রোল অমা লৌই হায়না মীয়াম্না থাজনৈ। অদুবু চিনি মশাদুমক্তদি লায়না অসি নাহনবা নত্তে।

সোদা দ্রিঙ্ক চাং নাইনা থকপগা টাইপ ২ দাইবেটিসকী রিস্ক লৈবগী মরক্তা মরী অমা লৈনবগী ফিভমদি লৈরি।



কুমজা ২০১৩দা পব্লিস তৌখিবা অচৌবা ষ্টদি অমদা সোদা দ্রিঙ্ক থকপগা টাইপ ২ দাইবেটিস নারকপগা মরী লৈনবা থেংনখি। হায়রিবা মরী অসি হৈ মহী, অমদি অতোপ্পা খুৎশেমগী অথূম্বা হাপ্পবা মহী-মনাইশিং থকপদদি থেংনখিদে।

মীওই খরদনা টাইপ ১ দাইবেটিস নারগা অতোপ্পা খরদনা নাদ্রিবসি করিগীনো হায়বগী মতাংদা সাইন্টিষ্টশিংনা হৌজিকফাওবা খঙবা ঙমদ্রি। অদুবু ন্যুট্রিসনদি লায়না অসিগী রিস্ক ফেক্টর ওইদে।

অরানবা ৱাফম-২: দাইবেটিস অসি অরুবা লায়না নত্তে

দাইবেটিস অসি য়াম্না কন্মন ওইনা নাগনবা লায়না ওইবা মরম্না ওইগদ্রা, মীওই খরনদি মসি থোইনা অরুবা, খুদোং থীনিংঙাই ওইবা লায়না নত্তে হায়না থাজনৈ। মসি অরানবা ৱাফম্নি। হৌজিকফাওবা দাইবেটিস ফহনবা ঙম্বা লায়েং লৈত্রি। অমদি লায়না অসি নারবা মীওই অমনা নীংথিনা মেনেজ তৌদ্রগদি থেংনরক্কদবা খুদোংথীবা কয়া লৈ।

খুদোংথীবশিং অদুগী মনুংদা কার্দিওভাস্কুলর দিজিজ, শীংলি নাউরি শোকপা, কিদনি শোকপা, মীৎ উদবা, উনশাগী লায়নাশিং, অমদি তাবা ঙম্বগী পাঙ্গল হন্থরকপনচিংবা য়াওরি।

অরানবা ৱাফম-৩: অনোয়বা মীওইশিংদখক্তং দাইবেটিসনা শোকহল্লি

হকচাংগী অরুম্বা হেনবা অমদি হকচাং নোয়বা (ওবেসিটি), হায়রিবা অনী অসি টাইপ ২ দাইবেটিস অমসুং জেষ্টেসনেল দাইবেটিসকী রিস্ক ফেক্টরশিংনি। অদুবু লায়না অসিদি হকচাংগী অরুম্বগী চাং অমা হেক্তা ওইবা মীওই খুদিংমক্তা নাবা য়াই। সেন্টর ফোর দিজিজ কন্ট্রোল এন্দ প্রিভেন্সন (সী দি সী) নেসনল দাইবেটিস ষ্টেটষ্টিক রিপোর্ট, ২০২০দগী ফংবা দেটাগী মতুংইন্না য়ু এসকী দাইবেটিস নাবা মীওইশিংগী চাদা ১১দি হকচাংগী অরুম্বা হেনবা নৎত্রগা হকচাং নোয়বা নত্তবা মীওইশিংনি হায়রি। টাইপ ১ দাইবেটিসতি হকচাংগী অরুম্বগা করিগুম্বা মরী অমত্তা লৈনদে।

অরানবা ৱাফম-৪: হকচাংবু নোয়রবদি দাইবেটিস নাহল্লকই

হকচাং নোয়বনা দাইবেটিসকী রিস্ক হেনগৎহল্লবসু, মসিনা লায়না অসি শোয়দনা নাহনবদি নত্তে। সী দি সীগী রিপোর্ট মতুংইন্না অমেরিকাদা লৈরিবা এদল্টশিংগী চাদা ৩৯.৮দি ওবেস ওই, অদুগা চাদা ১৩না দাইবেটিস নাই হায়রি।

বি জে ৱাই এমনা খৃষ্টমাসকী মতেং পাংখ্রে

থৌবাল, দিসেম্বর ২৩ (ঐচএনএস) : খৃষ্টমাস কুম্মৈনা লাকপগা লোয়নন ভারতিয়া জনতা য়ুব মোর্চা মণিপুর প্রদেশকী প্রসিদেন্ট কোইজম রামকৃষ্ণগী লিচিং মখাদা তমেংলোং দিষ্ট্রিক্টকী নুংবা এ সীগী মনুং হঞ্জিন্না লৈরিবা মুক্তি খুল্লেনগী মীয়ামদা বি জে ৱাই এম মণিপুর প্রদেশনা ব্লাঙ্কেট কয়া অমদি নোংমদা চঙবা চান-থক্লুবা পোৎলম কয়া খৃষ্টমাসকী খুদোল ওইনা তমখ্রে।

মুক্তি খুল্লেন্দা ঙরাং পাঙথোকখিবা খুদোল তন্বগী থৌরম অদুদা বি জে ৱাই এমগী প্রসিদেন্ট কোইজম রামকৃষ্ণ, তমেংলোং ইনচার্জ কে এস ঐচ প্রিয়োবর্ত অমদি মন্দল প্রসিদেন্ট কিংসন য়াওনা বি জে ৱাই এমগী নহা কয়া শরুক য়াখি। খুদোল অদুগী মীয়াম্না বি জে ৱাই এমবু হরাও তয়াম্না ওকপীবা অমদি পূক্নিং থৌগৎপীরকপা কয়া অদুগী তৌবীমল ওইনা বি জে ৱাই এমগী মায়কৈদগী গেদরিং অদুগীদমক লুপা লিশীং ২০ তেংবাংলমখি অমদি খুল অদুদা বি জে ৱাই এমগী ওফিস শাবা মতমদা লুপা লিশীং ১০ অমগসু হাপখিগনি হায়না বি জে ৱাই এম মণিপুর প্রদেশকী মায়কৈদগী ফোঙদোক্লমখি। মখা তানা অতৈ মনুং হঞ্জিনবা মফম কয়াদসু চৎতুনা মতেং পাংখিগনি হায়রি।

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাল্লি

য়ুমখাইবম লোকেন্দ্রো, মালোম তুলিয়াইমা

কনাগুম্বা খরনা মণিপুর ইমা লৈবাক অসি লায়রবা ষ্টেট অমনি হায়নরি। হীরম খুদিংদা লায়রবা অমদি শোৎথরবা ষ্টেট অমা ওইরবসু হৌজিক্কী মতম অসিদা মণিপুরগী লন্বীশিংদা থৌনরিবা মমল য়াম্ল-য়াম্লবা চকা অনী পানবা, ৪ পানবা মখল মখা কয়াগী গাড়িশিং মমিং লৈরবা কম্পনিশিংনা পুথোক্তুনা থৌনরি। পীকখ্রবা ষ্টেট অসিদা অমদি পিকখ্রবা লন্বীশিং অসিদা গাড়ি য়াঙনা-য়াঙনা থৌনবদগী খুদোংথিবা থৌদোক কয়া থোকখিবসু লৈখ্রে। থৌনরিবা গাড়িশিং অসিগীসু থাউ হানফম ওইল পম্প মরাং কাইনা লৈরবনিনা ৱানদ্রে। অদুবু থাউ হানফম পম্পশিং অসিসু থাউ কাপ্পদা লৌনম য়াম্না তৌনরে। কদাই ফাওবা লৌনম তৌনরগে হায়ববু থাউগী গনশিংনা থাউ কাপ্পদা মিটরগী পোইন্ট ৪/৫দগী হৌবা কয়া অমনি। হৌজিক্কী ওইনা থাউগী মমলসু নোংমগী লেপ্পা লৈতনা হেনগৎলক্লি। অদুবু থাউ হানবদা পোইন্ট ৪ নৎত্রগা ৫দগী হুবগী থৌওং অসিদি পম্পগী মপুদদি য়াম্না কান্নরমগনি। থাউ হাল্লিবা কষ্টমরশিংদদি য়াম্না মাঙজরিবনি। মরম অদুনা মরি লৈনবা দিপার্টমেন্টশিং অমদি লৈঙাক্লা ষ্টেট অসিদা লৈরিবা থাউ পম্পশিংদা চৎথরিবা লৌনম তৌবগী থবকশিং অসিগী মতাংদা দ্রাইভ অমুক্তং চৎথদুনা চেক তৌরবদি খরমখৈদি লৌনম তৌবগী থবক অসি ফগনি খল্লি।

শৌগাইজম রোনন খুমন, ককচিং ৱাইরি ৱার্দ-২

সেন্টর অমদি ষ্টেট লৈঙাক্লা এন ই পি ২০২০ চৎনবা হৌনবা কন্না হোৎনরিঙৈ মরক অসিদা মণিপুর লৈঙাক্লা গ্রেজ্যুট টিচর ৯২৩ অমদি হিন্দি টিচর ৪৫৪ ৱাফম লাক্লি। অমরোমদা প্রাইমরি টিচর ৪৫৪গী লৌবগী ৱাফম লাক্লি। অমরোমদা প্রাইমরি টিচর ১৯০৪না প্রমোসন পীবিনবা দিমান্দ তৌরক্লি। অদুগা ২০১৬গী মে ১১ দা এদ্যুকেসন (এস)না থোকখিবা প্রাইমরি টিচর ৪৮৯ লৌনবা নোটিফিকেসন অদুদি ফোর্ম থাজিন্নখ্রবা মতুংদগী ঙসি ফাওবা মখা তাবা প্রোসেস অমত্তা তৌবিদনা নমশিন্দুনা থম্বিরি। মসিনা ওজাগী শিনফমবু পামজবা অমদি নুংশিজবা কয়াদা নিংবা কায়হনবত্তা নত্তনা মখোয়গী করিয়র মাংবা য়াবগী ফীভমদা লাকপগা লোয়নন ৱানা হোৎনজদুনা এস সী ই আর টিগী মখাদা প্রি সার্ভিসতা দাইট তৌজখিবা পুম্না অরেম্বা তাহল্লে অমদি টেট অসিসু এন সী টি ই গী গাইদলাইন্স ঙাক্তুবরা চিংনরে। চহী হেল্লা ফাওবদা এগজাম হায়দোরক্তবনা এগজামগী ৱাহন্থোকসু লৈহন্দ্রে। মণিপুরগী টিচর রিক্যুটমেন্ট পোলিসি অমদি ট্রান্সফর পোলিসি মপুং ফানা লৈত্রি। মরি লৈনবশিংনা অশানবা মীৎয়েং থম্বিদুনা তুংগী মীরোলশিংনা তুংলমচৎকী কান্নগদবা অফবা এদ্যুকেসন সিষ্টম অমা থম্নবা হোৎনবিয়ু হায়জরি।

অদোমগী মরুওইবা ওপিনিয়ন ৯৭৭৪৮০৩১৪৫ নত্রগা hueiyen_lanpao@rediffmail.com/hueiyen_lanpao@yahoo.co.in দা থাবিরকউ।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টেট) জেনিমস
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ২৪।১২।২০২০ইং, শগোলশেল;
পোইনুগী ১০ নি পানবা।

মেষ : হরাওবা-নুংঙাইবা, মীচং লৈবা অমদি মরুপ মপাংনা লুনা তৌবীবা নুমিৎনি। অনীংবা থবক পাংবা মায় পাক্কনি। নাপল অমদি ফিংবদি থাদোকউ।
লৈশা পাখংশিংগী - অশাওবনা মাঙজগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

বৃষ : নহৈদা অমদি অরং অরাক্তা পূক্নিং চংনা হোৎনরদি চাওনা মায় পাক্কনি। মতাং চারে অনীংবা ফোঙদোকপা য়াগনি। ফিংগনু অমদি য়েৎনরুনু-মাঙজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - ঙাঙবদা রাশি য়াওগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিথুন : লন চংগনি, নীংবা থুংগনি, লাইবক ফগনি অমদি মীনা ইনশিনবা ঙাইগনু। মীৱা হেন্না থাজরদি কিবা পোক্কনি। অখঙ-অহৈ খক শাগনু-মায়থীগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - পাউ নুংঙাইতে।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/থোইদি অমুবা।

কর্কট : মরুপ অমদি শেল ফংগদবা নুমিৎনি। হনবা লৈতনা হোৎনবগী মহয় ফংদুনা কনানসু লাকচবা ঙমলোই। লৈঙাক্কী লম্দা খুৎচাও থাহৌরো-চিংনগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

সিংহ : আশাওবা থাদোকউ, মীকাগনু, চিন য়াংগনু -ঈৎথনা লৈয়ু। থেংলপ্লা থৌনা ফবদগী অমদি মরুপকী মতেংদগী লন ফংজগনি-অকিবা থাদোকউ।
লৈশা পাখংশিংগী - লাংতক্লগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

কন্যা : লৌশিং চাওই, মরুপ মপাংগী মতেং লৌবসু য়াগনি অমদি অচুম্বনা মাংওইনবনা মায় পাকপা ওইগনি। ফত্তবদি তৌনিংগনি -অরানবনা মাংওইনগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - চরাংনগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/থোইদিং অমুবা।

তুলা : নীংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংজবা নুমিৎনি। খুদোংচাবা মাঙহনগনু অমদি নীংবদুমক পাংদুনা অথোইবা কান্নবা তালহৌরো। ওইদবনদি মাংওইনগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা চানবী।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

বৃশ্চিক : মায় পাক্কনি, অশা চাওবগী কান্নবা লৈগনি, মীয়াম্না পাম্নবা নুমিৎনি। অদুবু নোল্লুকপা হৈত্রবা খৎনবা/মীখা পোনবা নংগনি-কাউগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি ৱাখলদা নুংঙাইজে।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

ধনু : হায়দোকখিবা ৱা ঙাকপা ৱাগনি অমদি অরং অরাক চেকশিঞ্জবা ফগনি। অরুবা মরম খুদিং অখঙ অহৈ তান্নদনা খক পাংগনু। মতম ঙাইয়ু-ফরক্কনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাংতক্লবা থাদোকউ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/অশংবা।

মকর : পুং ১১ ফাওবা লাইবক ফবা খোঙশাল লৈগনি-থেংথরদি নুংঙাইরোই। পাউদি নুংঙাইতবা অমদি খুরৌ-থাংবগুম য়েৎনবা লৈগনি। খাংবা কল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী - থিবা হুম্বা কল্লু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/থোইদিং অমুবা।

কুম্ব : মরুপ মপাংগা থবক তৌমিন্নবা কান্নগনি অমদি মীয়াম্না য়াগদবা নুমিৎনি। লৈঙাক্কী লম্দা খুদক্কী ৱারেপ লৌবা য়াগনি অমদি নিংহন্নদবনা থৌ পাংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা চানবীগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিন : অয়ুক্তা হরাওবা, মীচং খোম্বা মায় পাকচবা অমদি ননাই ফংজবা লৈ। পাইরক্কী লৌশিং চাওবনা অরুবা থবকসু লায়না পাংগনি। খোইরাংবদি ফাথখো।
লৈশা পাখংশিংগী - তপথবনা শাফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।