বি জে পিনা মণিপুরদা নহা লাখ ১৫ থবক পীগনি হায়খিবদু হৌজিক্তি কদায়দা পীখ্রবনো : বঙ্কিমচন্দ্র

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ২৯ (ঐচ এন এস): বি জে পিনা লুচিংবা লৈঙাক লাকপদগী ষ্টেট অসিদা নহারোলশিংদা ঙসিদি থবক ফংদবগী অৱাবা কয়ামরুম মায়োক্ল রি। থবক ফংদ্রিবসি করিগীনো হায়বা থিদোকপা মথৌ তাই। বি জে পিনা লৈঙাক পায়রবদি ইন্দিয়াদা নহা ক্রোর ২ থবক পীগনি হায়বা অমদি মণিপুরদসু বি জে পিনা নহা লাখ ১৫ থবক পীগনি হায়খিবা অদু হৌজিক্তি কদায়দা চৎখ্রবগে হায়না মণিপুর প্রদেশ য়ুথ কোংগ্রেস কম্মিটি (এম পি ৱাই সী সী)গী জেনরেল সেক্রেটরি বঙ্কিমচন্দ্রনা ফোঙদোরক্লি।

ৱাফম অসি ঙসি ইন্দিয়ন য়ুথ কোংগ্রেস (আই ৱাই সী)কী লিশাং শিংনা চথরকপা প্রোগ্রামগী শরুক অমা ওইনা মণিপুর প্রদেশ য়ুথ কোংগ্রেস কম্মিটি অমদি এম পি ৱাই সী সীগী ষ্টেট কোওর্দিনেটর উশম মংলেমনা শীন্দুনা ঙসি ৱাংজিং-তেন্থা এ সীগী কাইরেন্বীখোক্তা পাঙথোকখিবা মাস য়ুথ ইনরোলমেন্ট প্রোগ্রাম হৌদোকপগী থৌরমদা শরুক য়ারদুনা হায়খিবনি।

থৌরমদুগী শরুক অমা ওইনা হান্না বি জে পিদা য়াওরম্বা কাইরেন্বীখোক খুঙ্গংদগী মীওই ১০০ রোম কোংগ্রেস পার্টিদা য়াওরক্তুনা এম পি ৱাই সী সীগী ষ্টেট কোওর্দিনেটর উশম মংলেমবু শৌগৎলকখ্রবশিংবু লেংয়ান য়ানবীদুনা তরাম্না ওকখ্রে। থৌরমদুদা এম পি ৱাই সী সীগী জেনরেল সেক্রেটরি ক্বাশিম, এম পি ৱাই সী সীগী সেক্রেটরি অভিনাশ, ইম্ফাল ৱেষ্ট টু দি সী সীগী জেনরেল সেক্রেটরি অলফ্রেদ অমসুং ষ্টেট কোওর্দিনেটর কিরন মৈতৈসু শরুক য়াখি।

মোটোর সাইকল রেল্লি চৎখ্রে

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ২৯ (ঐচ এন এস): ৱাংজিং-তেন্থা এসেমব্লী কন্সটিট্যুএন্সিগী নহাশিংনা শীন্দুনা য়ুথ ফোর চেঞ্জ হায়বা পান্দমদা নহাশিংনা এ সী অসি চাউখৎ মায়কৈদা পুরক্লসি হায়বা খোল্লাও কয়াগা লোয়ননা ঙসি মোটোর সাইকল রেল্লি অমা এ সী অসি শিনবা থুংনা চৎখ্রে।

রেল্লি অদু মণিপুর প্রদেশ য়ুথ কোংগ্রেস কম্মিটি (এম পি সী সী)গী ষ্টেট কোওর্দিনেটর উশম মংলেমনা কাইরেন্বীখোক কাংজেবুংদগী লমথাদুনা ৱাংজিং, ফুন্দ্রে, লাঙথেল, খোংজোম, লাংথাবাক, পাপল, তেকচম অমসুং তেন্থা ফাওদুনা এ সী অসিগী তোঙান তোঙানবা মফমশিং চৎলবা মতুংদা কাইরেন্বীখোক্তা অমুক হল্লক্তুনা য়ুথ ইনরোলমেন্ট প্রোগ্রাম অমসু পাঙথোকখ্রে।

এ সী অসিগী তোঙান তোঙানবা খুঙ্গংশিংগী ক্লব মেম্বরশিং, নহারোলশিংনা শরুক য়াদুনা চৎখিবা রেল্লি অদু লমথারবা মতুং উশম মংলেমনা পাউমীশিংদা হায়খি, ৱাংজিং-তেন্থা এসেমব্লী কন্সটিট্যুএন্সিগী শোখদুনা লৈহৌরিবা মফমশিং অসিবু মেনখৎনবা এ সী অসিগী নহারোলশিংনা হৌনরুবা নাইদনা থোক্লকপসি অপেনবা পোকচৈ। ঙসি এ সী অসিগী মরুপ-মপাং মীয়াম্না থন্বীরিবা থাজবা অসি মতম পুম্বদা মাঙহঞ্জরোই। মীয়ামগী অপান্বদা চপ চানা লেপকনি। এ সী অসিগী মরুপ-মপাংশিং, নহারোলশিংনা হোৎনজরিবা অসিদা মীয়াম্নসু মতেং পাংবীয়ু। অওনবা ৱাংজিং-তেন্থা এসী অমা পুরক্লবা হোৎনবদা মহাকপু মীয়াম্নসু শৌগৎপীয়ু অমদি অৱাৎ-অপা মেনখৎপদা শরুক য়াহনবীয়ু হায়না উশম মংলেমনা ফোঙদোকখি।

‘জে এ সীনা লৌখৎলকপা থবক থৌরমদা অঙম্বা মতেং পীগনি’

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ২৯ (ঐচ এন এস): জে এ সী এগেনষ্ট দি ব্রুটেল কিল্লিং ওফ অথুৱান অবোনমাইনা মীশি অসিগী মতাংদা অচুম্বা ৱায়েল ফংননবা লৌখৎলকপা থবক খূদিংমক্তা অঙম্বা মতেং পাংগনি অমসুং জে এ সীগা পুন্না চৎমিন্নগনি হায়না নেসনল কনফিদরেসন ওফ হুমেন রাইটস ওর্গনাইজেসন (এন সী ঐচ আর ও) মণিপুর ষ্টেটকী জেনরেল সেক্রেটরি বেঞ্জামিননা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, মীওইবা খুন্নাইগীদমক য়েংথিনবা পামদবা, তোখায় তোখায় তানা হিংনিংদবা মীওই য়াম্না লৈরমগনি। অদুগুম্বা মীওইশিং অদুগী মরক্তা জেলিয়াংরোং বাউদিগী হান্নগী প্রসিদেন্ট অথুৱান অবোনমাইসু অমনি। মহাক্না হিংলিঙৈ মতমদা ইরমদম মণিপুরদা লৈরিবা ফুরুপ খূদিংমক অমত্তা ওইনা পুন্না চান্ন-চিন্ননা লৈমিন্নবসু পামজরম্বনি। অসিগুম্লবা ফিদম্লিংঙাই ওইরবা মীওই অমবু ফাদুনা পুখ্রগা মীহাৎ থিনা হাৎলম্বা হায়বসি মীওইবা কাঙলুপপু ঈকায়খুম্নদবনি হায়দবা ঙম্লোই।

এন সী ঐচ আর ও মণিপুর ষ্টেটকী মেম্বরশিংনা লৈখিদ্রবগী য়ুমদা চৎতুনা লৈখিদ্রবগী মফমদা ঈকায়খুম্নবা উৎপগী থৌরম অমা পাঙথোক্লুরে অমসুং লৈখিদ্রবগী ইমুং-মনুংগী অৱাবদসু শরুক য়াজরি। মণিপুর লৈঙাক্লসু থৌদোক অসিগী মতাংদা থিজিন্ননবা এন আই এদা খুৎশিন্নরগনি হায়বা ৱাফম অদু অথুবা মতমদা থবক ওইনা পায়খৎহন্নিংই হায়রি।

ককচিংদা খোঙজং শৌগৎতুনা ওকখ্রে

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ২৯ (ঐচ এন এস): কুমজা ২০২২গী অঙনবা শরুক্তা পাঙথোক্কদৌরিবা মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেম্ব্লী ইলেক্সনবু ফ্রী এন্দ ফ্যের ওইহন্নবগী পান্দমদা মণিপুরগী এসেমব্লী কন্সটিট্যুএন্সি ৬০ শিনবা থুংনা চৎকদৌরিবা সাইকল থৌদুনা চৎলিবা কেম্পেয়ন পিপল ফোর ফ্রী এন্দ ফ্যের ইলেক্সন ২০২২ শৌগৎলদুনা ঙসি ককচিংদা থুংলগদবা ইন্টেন্দিং কেন্দিদেট কে এস ঐচ কেনেদি, ফিলান্ট্রোপিস অমসুং পোলিটিকেল এক্টিভিষ্টনা লৈ পরেং হুক্তুনা ওকখ্রে।

সিনিয়র সিটিজন ফোর সোসল মণিপুর, মণিপুর হ্যুমেন রাইটস কম্মিসন অমদি সিভিল লিবর্টিজ এন্দ হ্যুমেন রাইটস ওর্গনাইজেসনগী লমজিং মখাদা চত্থগদৌরিবা কেম্পেয়ন অসিনা ঙসি ককচিংদা য়ৌরকপদা ককচিং এ সীগী ইন্টেন্দিং কেন্দিদেট কে এস ঐচ কেনেদিনা ইবুধৌ নাওহল্লাই লাইবুংদা ওক্লদুনা হায়, রোহান ফিলেমনা লুচিংদুনা লাক্লিবা কেম্পেয়ন অসি মীয়াম্না মপুং ফানা শৌগৎপীফম থোকই। মথং চহীদা পাঙথোক্কদৌরিবা এসেমব্লীগী মীখল অসিদা মনি পৱার অমসুং মসল পৱার য়াওদনা ফ্রী এন্দ ফ্যের ইলেক্সন অমা ওইহল্লসি হায়বগী কেম্পেয়ন অসি শৌগৎলি। মীয়াম্নসু মীখলদা শেল লৌবীগনু, অচুম্বা অমসুং অশেংবা মীখল অমা ওইহল্লসি হায়নসু ফোঙদোকখি।

সোসল এক্টিভিষ্ট অমদি সাইক্লিষ্ট রোহান ফিলেমনা খোঙচৎ অদুগী মতাংদা হায়, লাক্কদৌরিবা এসেমব্লীগী মীখল অসি কাঙলোন চুম্না পাঙথোক্ল বা, শেলনা লৈবা য়াদবা, চাকচা-হৈজ ন্নবা, শেলদা চৎতবা, ইশাগী অপাম্বা মীহুৎ কাঙলোন চুম্না খঞ্জবা অমসুং অচুম্বা অফবা লৈঙাক অমা মণিপুরদা পুরক্লবা পান্দমদা পাঙথোকপনি। কনাগুম্বা মীরেপ অমা, পার্টি অমবু শৌগৎপা নৎত্রগা কনাগুম্বা অমবু লান্না উহন্নবা পাঙথোকপা কেম্পেয়ন নত্তে। কনাগুম্বা কনাগুম্বী মীরেপ অমবুসু শৌগৎপগী ৱাফমসু লৈতে হায়নসু ফোঙদোকখি।

অৱাবা ফোঙদোরক্লি

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ২৯ (ঐচ এন এস): মণিপুর ষ্টেট শুমাং লীলা কাউন্সীলনা শুমাং কুম্মৈগী শক্লাইরবা শৈশকপা চৌধুরিময়ুম নবচন্দ্র শর্ম্মা এলিয়স নবা চাথেকপীগী বামোন লৈকায়, চৌধুরিময়ুম লৈরেক, ইম্ফাল ইষ্টতা লৈবনা ইখঙ খঙহৌদনা লৈখিদবদা ষ্টেটকী থাক্তা অৱাবা ফোঙদোকপগী থৌরম অমা পাঙথোকখ্রে। থৌরম অদুদা এল তর্পন, এদভাইজর, মণিপুর ষ্টেট শুমাং লীলা কাউন্সীল, সমজেৎশাবম মঙ্গোলজাও, চ্যেরমেন ফিল্ম ফোরম মণিপুর অমদি লাইশ্রম তোম্বা, ভাইস প্রসিদেনট মণিপুর ষ্টেট শুমাং লীলা কাউন্সীলনা প্রসিদিয়ম মেম্বর ওইনা শরুক য়াখি হায়রি।

ৱর্ল্ড হার্ট দে

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ২৯ (ঐচ এন এস): এন সী দি সেল, দিষ্ট্রিক্ট হেল্থ সোসাইটি থৌবালনা শীন্দুনা য়ুজ হার্ট টু কন্নেক্ট ৱিথ এভ্রি হার্ট হায়বা থীমদা অর্বান প্রাইমারী হেল্থ সেন্টর ফৌদেননা ৱর্ল্ড হার্ট দে ২০২১গী থৌরম পাঙথোকখ্রে। থৌরম অদুদা থৌবালগী সী এম ও ডা. ৱাই নোকুল, য়ু পি ঐচ সী ফৌদেনগী এম ও ইন-চার্জ ডা. এম রাকেশ মীতৈ, দিষ্ট্রিক্ট প্রোগ্রাম মেনেজর, দি ঐচ এস থৌবাল সী ঐচ বসন্তনা মথংশিংনা চীফ গেষ্ট, গেষ্ট ওফ ওনর অমসুং প্রসিদেন্ট ওইনা শরুক য়াখি। থৌরম অদুগী শরুক অমা ওইনা হেল্থ ষ্টাফশিং, অশাশিং অমদি লোকেল্লিটিশিংনা শরুক য়াবা ৱাকথোন অমসু চৎখি।

এম এল এ শরতচন্দ্রনা ফ্লদ লাইটশিং খুৎশিন্নখ্রে

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ২৯ (ঐচ এন এস): মোইরাং এ সীগী মনুংদা লৈবা নহা কয়াবু মশা-মউফনা থম্নবা অমদি অফবা শান্নরোয় পুথোক্লনবগীদমক চঙশিল্লকপা খোঙথাংগী শরুক অমা ওইনা এম এল এ লোকেল এরিয়া দিভেলপমেন্ট ফন্দদগী ঙসি মোইরাং ম্যুনিসিপাল কাউন্সীলগী ৱার্দ নম্বর টু অমসুং থ্রীদা লৈরিবা মোইরাংথেম লৈকায় অমসুং ফুবালা জি পিগী শুনুসিফাইদা থাননবা ফ্লদ লাইটশিং খুৎশিন্নখ্রে।

মোইরাংথেম লৈকায়গী গ্রাউন্দদা থাননবা ১৫০ ৱাটকী ফ্লদ লাইট ১২গা লোয়ননা মথৌ তাবা ইলেক্ট্রিকী পোল অমদি পোৎলমশিং মোইরাংথেম য়ুথ দিভেলপমেন্ট ওর্গনাইজেসন (এম ৱাই দি ও)গী ভলন্টিয়রশিংদা অমসুং শুনুসিফাইগী ওইনা ১৫০ ৱাটকী ফ্লদ লাইট ১৬কা লোয়ননা ইলেক্ট্রিক পোল অমসুং মথৌ তাবা পোৎলমশিং অদু শুনুসিফাই স্পোর্টিং ক্লবকী ভলন্টিয়রশিংদা মোইরাং এ সীগী এম এল এ, পি শরতচন্দ্রনা তোঙান তোঙানবা মফমশিংদা খুৎশিন্নখিবনি।

মোইরাংথেম লৈকায় মান্দপতা পাঙথোকখিবা ফ্লদ লাইট খুৎশিন্নবগী থৌরম অদুদা মোইরাং এ সীগী এম এল এ, পি শরতচন্দ্র, মোইরাং ম্যুনিসিপাল কাউন্সীল ৱার্দ নম্বর থ্রী এক্স-কাউন্সীল্লর কে ইবেমচা, মোইরাং ম্যুনিসিপাল কাউন্সীল ৱার্দ নম্বর টুগী ইন্টেন্দিং কেন্দিদেট ঐচ শ্যামকুমার, এক্স-কাউন্সীল্লর কে অমুয়াইমা, লৈকায় অদুগী অহলশিং অমদি এম ৱাই দি ওগী ভলন্টিয়রশিংসু শরুক য়াখি।

থৌরম অদুদা এম এল এ পি শরতচন্দ্রনা, মোইরাং এ সী অসি ইন্টরনেসনলগী থাক্তা অফাওবা ফুটবোল্লর কয়া পুথোক্লিবা অমদি হীরম কয়াদা য়াম্না ফরবা এ সী অমনি। মোইরাংথেম লৈকায় অমসুং শুনুসিফাইকী নহারোলশিংনা ইন্টরনেসনলগী থাক্তা শান্নরোয় কয়া পুথোকপা ঙম্নবা লৈকায়শিং অসিগী গ্রাউন্দদা থাননবা ফ্লদ লাইট পীবীয়ু হায়রকপদগী মতেং পীবনি হায়খি।

JAWAHAR NAVODAYA VIDYALAYA
KHUMBONG, IMPHAL WEST, MANIPUR
Azadi Ka Amrit Mahotsav
Invites online Application for Admission to Class VI
In 2022-23 Academic Session
Online Application Window is Open Now
Examination Date 30.04.2022
Last Date to Apply 30.11.2021
Eligibility for candidates
- Studying in Class V in academic session 2021-22 and completing the session from Govt. / Govt. recognized school in the same district, where JNV is functioning and to which candidate is seeking admission.
- Studied full academic session in each class and passed classes III & IV from Govt. / Govt. recognized school and born between 01.05.2009 to 30.04.2013 (Both the days inclusive)
Salient features
- Co-educational Residential School in every District.
- Separate Hostel for Boys & Girls
- Free Education, Board and Lodging
- Wide Cultural exchange through Migration Scheme
Achievements
- JEE MAIN-2020 : 3628 (44.04%) students qualified out of 8237
- JEE Advanced-2020: 1076 (29.66%) students qualified out of 3628
- NEET-2020: 11027 (82.71%) students qualified out of 13332
- Board Class Pass % (2020-21) X : 99.99% & XII : 99.94%
For online submission please visit: https://cbseitms.nic.in
Sd- Principal JNV, Khumbong
HELP DESK NO: 7005313261, 8259018516, 7629004745, 9862246373, 9862103663,7005213525
HL-B/7189/30

কোলেষ্টরোলগী মরমদা

লৌশিং পুক্কে

মীয়াম্না থাজনবা ৱাফমশিং— অরানবনা করি, অচুম্বনা করি-৩

অরানবা

ৱাফম ৫. মীপুম খূদিংমক্না চপ মান্নবা কোলেষ্টরোল টার্গেটশিংগীদমক পান্দম থমগদবনি

মসি অরানবনি হায়বা তাক্লদুনা ডা. পাজনা হায়, মীওই অমনা টার্গেট তৌগদবা কোলেষ্টরোল লেভেল অসি মীওই অদুদা অকক্লবা লায়না খরা (খুদম ওইনা হার্ট এটেক অমসুং ষ্ট্রোক)গী হিষ্টরি লৈবরা লৈতবরা হায়বদুগী অমসুং অসিগুম্বা ইস্যুশিং অসি দিভেলপ তৌরকপা য়াবগী রিস্ক লৈবগী মখা পোল্লি। অসিগুম্বা ইস্যুশিং অসিগী রিস্ক অসিনা ইশাগী চহী অমসুং ব্লদ প্রেসর ৱাংবরা ৱাংদবরা হায়বদুগী মখা পোল্লি।

ৱাফম অসিবু শৌগৎলদুনা ডা. গ্রিনফিল্ডনা হায়খিবদা, অমেরিকান হার্ট এসোসিএসন (এ ঐচ এ), দি অমেরিকান কোলেজ ওফ কার্দিওলোজি, অমসুং নেসনল লিপিদ এসোসিএসননা ফোঙবা কোলেষ্টরোল গাইদলাইনশিংনসু মসি অরানবা ষ্টেটমেন্টনি হায়রি।

মহাক্না মখা তানা হায়খি মদুদি, কার্দিওভাস্কুলর প্রোব্লেম অমত্তা লৈতবা মীওইশিংগী ওইনদি এল দি এল কোলেষ্টরোল (‘ফত্তবা’ কোলেষ্টরোল) অসি ১০০ mg/dl (মিলিলিটর পর দেসিলিটর) গী মখাদা লৈগদবনি। অদুবু হার্ট নৎত্রগা ভাস্কুলরগী অনাবা (হার্ট এটেক, ষ্ট্রোক, নৎত্রগা অতোপ্পা আর্টরিএল ভাস্কুলর দিজিজগী হিষ্টরি) লৈরগদি অমদি মরুওইনা দাইবিটিজ লৈরগদি এল দি এল কোলেষ্টরোল টার্গেট অসি ৭০ mg/dl গী মখাদা লৈবা ওইগদবনি হায়খি।

অরানবা ৱাফম ৬. কোলেষ্টরোল লেভেলগীদমক ৱানিংঙাই ওইরিবসি নুপাশিংখক্তংনি

মসি লেপ্তুনা অদুম্মক থাজনরক্লিবা ৱাফমনি, অদুবু মসি অচুম্বদি নত্তে। মসিগী মতাংদা ডা. পাজনা হায়, দি সী দিগী মতুংইন্না কুমজা ২০১৫-২০১৮গী মতমদা য়ু এসকী এদল্টশিংগী মরক্তা কোলেষ্টরোল ৱাংবা থেংনখিবা অসি চাদা ১২.৪ ওইখি। অদুগা নুপাগা নুপীগগী মরক্তা য়েংনবদনা নুপাশিংগীনা চাদা ১০.৫ ওইবা মতমদা নুপীশিংগীনা চাদা ১২.১ ওইখি হায়রি।

ডা. গ্রিনফিল্ডনা হায়, নুপীশিংদা ইষ্ট্রোজেনগী প্রোটেক্টিভ ইফেক্টশিং মাঙখ্রবা মতুংদা হার্টগী লায়না নারকপগী রিস্ক খোঙজেল য়াঙখৎলকই অমদি নুপাশিংগা চপ মান্ননা রিস্ক দিভেলপ তৌরকই।

শেংনা হায়রগদি, নুপীশিংদনা চহী হেন্না য়াল্লক্লবা মতমদা হার্টকী লায়না দিভেলপ তৌরকপনা মতম শাংনা হিংবনি, চহী অমগী ওইনা হার্ট এটেক তৌবগী চাং অসি নুপাশিংদগীদি নুপী পোপ্যুলেসনদনা হেনবগী রেকোর্দ লৈ।

নুপীশিংদা হার্ট এটেক তৌরকপদা খুদোংচাদবশিং মায়োক্লবগী চাং অসি নুপীশিংদনা হেনগল্লি, অমদি নুপীশিং অসি ব্রেষ্ট কেন্সরনা মরম ওইরগা শিবদগীদি হার্টকী লায়নানা নারগা শিবগী রিস্কনা য়াম্না ৱাংবা হেল্লি হায়নসু মহাক্না মখা তাখি।

অরানবা ৱাফম ৭. ইশাগী কোলেষ্টরোল লেভেলগীদমক ঐনা তৌবা য়াবা করিসু লৈতে

লাইবক ফবদি মসি অরানবনি। ডা. পাজগী মতুংইন্না, কোলেষ্টরোল হন্থহন্নবগী হীদাক-লাংথকশিং চাবা নত্তবদা, হকচাংগী অরুম্বা চাং চানা থমদুনা, চাফম থোকপা চীঞ্জাকশিং চাদুনা, হকচাং শাজেল তৌদুনা, মৈখু শীজিন্নবা থাদোক্তুনা, অমদি য়ু হেঞ্জিন্না থকপা লেপ্পনসু ইশাগী কোলেষ্টরোলগী ফিভম ফগৎহনবা য়াই হায়রি।

কোলেষ্টরোল ৱাংবদা তৌবা য়াবা অসুক্কী মতীক লৈখ্রে হায়বা ৱাফম ফোঙদোক্লদুনা ডা. গ্রিনফিল্ডনা হায়, দাইট অমসুং হকচাং শাজেল হায়বসি মতম পুম্নমক্তা অহানবা খোঙথাং ওই অমদি মসি অসুক্কী মতীক মরু ওইদুনা লৈ। কোলেষ্টরোল হন্থহনবদা ষ্টেটিনশিং অসি য়াম্না ইফেক্টিভ ওই অমদি খুদোংথীনিংঙাইসু ওইদে হায়খি।

অরানবা ৱাফম ৮. ঐ ষ্টেটিন শীজিন্নরি, অদুনা ঐনা চানীংবা চাবা য়াই

ৱাফম অসি অচুম্বা ওইরল্লবদি য়াম্না নুংঙাইরোইদ্রা, অদুবু মসি অচুম্বা নত্তে হায়না ডা. গ্রিনফিল্ডনা হায়রি। করিগুম্বা ঐখোয়না চানিংবমখৈ চাশিল্লবা অমদি কেলোরি হেঞ্জিন্না চাশিল্লবদি হকচাংগী অরূম্বা হেনগৎলক্কনি। অরূম্বা কা হেন্না হেনগৎলক্লকপদা (মরু ওইনা পুক্কী অকোয়বদা) মেটাবোলিক সিন্দ্রোম কৌবা কন্দিসন অমা দিভেলপ তৌরকপা য়াই, মসি প্রিদাইবিটিক ওইবা ফিভম অমনি হায়খি।

মহাক্না মখা তারদুনা হায়, ষ্টেটিনশিং অসি অরূম্বা হন্থহন্নবা দ্রগশিং নত্তে। মখোয়গী মথৌদি ‘ফত্তবা’ এল দি এল কোলেষ্টরোলবু হন্থহনবনি, অদুগা ঐখোয়গী ইথৌনা ইশাগী হকচাংবু ইকাইখুম্নজবগা লোয়ননা ট্রিট তৌবা অদুনি, মদুগী মনুংদা ঐখোয়না করি চারিবগে হায়বদুসু য়াওই হায়না ফোঙদোকখি।

অরানবা ৱাফম ৯. ঐ চহী ৪০ শুদ্রি, অদুনা কোলেষ্টরোল চেক তৌবগী মথৌ তাদে

মসিগী মতাংদা ডা. পাজনা হায়, করম্বা মতমদগী কোলেষ্টরোল ৱাংখৎলকপগী স্ক্রিনিং তৌগদগে হায়বগী মতাংদা য়েংনবা খরা লৈরগসু, এ ঐচ এগুম্বা সোসাইটি কয়া অমনা য়াম্না ঙল্লিঙৈ হায়বদি চহী ২০ লোম শুরকপদগী স্ক্রিনিং তৌবা হৌনবা রেক্কমেন্দ তৌরি।

ডা. পাজগী ৱাফম্বু শৌগৎলদুনা ডা. গ্রিনফিল্ডনা হায়, কোলেষ্টরোল লেভেল কা হেন্না ৱাংনা য়াওরবা ঈনা ইশাগী ঈ উতোংশিংদা মতম শাংনা হেক চেল্লিমখৈ হয়েং তুংদা কার্দিওভাস্কুলর দিজিজকী রিস্ক ৱাংবা হেল্লি। ইহান হানবা ওইনা কোলেষ্টরোল চেক তৌবা অসি ইনখৎলকপা মতমগী মনুংদা তৌগদবনি, অদুগা য়ুমগী মীওইশিংদা অকনবা হিষ্টরি লৈখিবা তারগদি মদু হেন্না ঙন্না তৌহৌগদবনি।

হোমোজাইগস ফেমিলিএল হাইপরকোলেষ্টরোলেমিয়া লৈবা মীওইশিংগী ওইনদি কোলেষ্টরোল অসি মশাগী চহী ২ শুবদা চেক তৌগদবনি হায়নসু মহাক্না মখা তাখি।

আর্টিকল অসি রিলাইএবল সোর্সতা য়ুম্ফম ওইরগা ফোঙবনি, অদুবু মসিনা মেদিকেল প্রোফেসনেলশিংগী পাউতাককী মহুৎ শিন্নবা হোৎনবদি নত্তে

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাম্লি

মপুনা শোয়রগা সোরি, মচানা শোয়রগনা সস্পেন্দ তৌবগী চৎনবী কদায় ফাওবা চুম্বগে

নাগালেন্দগী গ্রুপ অনী শক উনবা য়ানখিদ্রে। মমল য়াল্লবা মীওই কয়া অশিবগী খায়াৎতা তাহনখ্রে। গ্রুপ অনীমক ইন্দিয়া লৈঙাক্তা সীজফায়র তৌদুনা লৈনরিবনি। মণিপুরদা চৎনৈ-চৎনদে ঈৱাং লৈরি। চীংগী লমদা গ্রুপশিং অসিগী কেম্প লৈ হায়বসি খঙনরবা ৱাফম্নি। উখ্রুলগী কসোম খুল্লেন সব-দিভিজনগী এস দি ও কিসন, রাজেন অমদি তোকেন অহুমবু আই এমগী কর্নেল অমনা মীহাৎ থিনা হাৎপীখি। মশামক জেলদা লৈরি। ষ্টেট অমগী সী এমনা গো টু হিলস তমেংলোংদা চৎখি। মতাং অসিদা নীংশিংলকই, অমেরিকাগী জোন এফ কেনেদি থবক অমা চৎনবা হোৎনরকপদা ইন্টলিজেন্টশিংনা চত্তনবা হায়খি। অদুবু মীয়ামগী নুংশিবগী খোল্লাওনা মহাক চৎখি। অদুবু খোঙচৎ অদুদা মহাক্কী থৱায় মাঙখি। ইন্দিয়াদগী মচেৎ তারগদবা খালিষ্টান গভর্ণমেন্ট পূং অমা চোম্থরম্বদা মনিং তম্বা লৈবাক অমা ওইখিদোইনি। থংনবা লৈবাকশিংনা লাউথোক্কদবগী ঙাইদুনা লৈরিবনি। পাকিস্টানগী মঙলান অরেম্বা তাখি। মসি ইন্টলিজেন্টশিংগী হৈ-শিংবননি। মিজোরামগী লালহৌ এম এন এফ তূম্না মাঙখি। অবোনমাই মীশিগী থৌদোক অসি ইন্টলিজেন্টশিংগী হৈ-শিংবা ৱাৎপনা থোকখিবনি। কান্নগদবা মফমদনা খূৎ শাংই হায়বগী চৎনবী ওইরমান্নে। গাড়ী মচা ১/২দং তানবা য়াই। মখোয় মশেলগী মরক্তা কোর্পোরেসন পীনদবগী চাওনা মমি তাখি। শুপ্নগী য়েংদুনা লৈবগী ৱাহঙ্খোক করিনো। মপুনা শোয়রগা সোরি, মচানা শোয়রগনা সস্পেন্দ তৌবগী চৎনবী থাদোকহন্নিংই।

❐ **জয়কুমার তখেল্লম্বম, খুরাই অহোঙ্গৈ লৈকায়**

লমদম অসিগী ফুরুপ-চা খূদিংমক খন্থমিন্নবগী মতম ওইরে নৎত্রবদি মীহাৎ মীপুন্তনা থল্লগনি

ইরমদম মণিপুর অসি য়াম্না নুংশি-চান্ননা লৈমিন্নবা ইরমদম অমনি। হায়রিবা নুংশি-চান্ননা হিংমিন্নরিবা ঐখোয় পূম্নমক অসি ভোটপু নকশিল্লক্লবা মতমদদি অমনা অমবু নুংশিনদে, য়েংশিন্নবা, খৎন-চৈনবা কয়া অমা থোকই। থৌওংশিং অসি হৌজিক্তগী হৌনা মফম খরদদি থোক্লরে। ভোটর ককথৎপা, চহী শুদ্রিবা অঙাংশিং চহী শেমদোক্তুনা মাগী মাগী ৱর্করশিংনা ভোটর হাপচিনবগী থৌওং চত্থবা য়াওদবসু নত্তে। অসিগুম্বা থৌওং অসি য়ারিবমখৈ তৌহঞ্জনীংদে। ভোটনা মীনা লেপ্পগা ঐখোয় মশেল মরক্তা ঈহিং-নাহিং তান্নবগী থবক থাদোক্লসি। লমদম অসিগী তোঙান তোঙানবা দিপার্টমেন্টশিংনা তৌগদবা থবকশিংদা মীয়ামসু য়াওশিল্লগা খৎনবা, দ্রগ চাদুনা অরানবা থবক তৌরিবশিং অসি তোকপীয়ু। য়ুথশিংবু লান্না লমজিংবগী থবক তৌবীগনু। মিনিষ্টরশিংনা য়ূমদা টি ভি য়েংদুনা নুংঙাইনা লৈরে। অদুগা ৱর্করশিংবুনা খূৎলায় ওইনা শীজিন্নবগী থৌওং য়ানীংদে। মরম অদুনা মীয়ামদা হায়জনিংবদি থোক্লিবা থৌওংশিং অসি থোক্তনবা ঐখোয় পূম্নমক ৱাখল খন্থমিন্নসি নৎত্রবদি ঐখোয়গী ইরমদম অসি মীহাৎপুং ওল্লকপা য়াই। হৌখিবা ইলেক্সন কয়াদসু অসিগুম্বা থোকহন্নিংদবা থৌদোক কয়া অদুমক থোক্তুনা লাকখি। অদুবু হৌজিক্তি লাইরিক-লাইশু হৈরবা, ৱাখল খন্থবগী চাং য়াম্না ৱাংনরক্লবা মতম্নি। মরম অদুনা ঐখোয়না শুপ্নগী খুদোংচাবা খরগীদমক ইলেক্সনগী মতমদা অমনা অমবু হুন্নদুনা খৎন-চৈনবগী থবক তৌরগুমসি। মদুগী মহুত্তা লৈবাক্কী থবক তৌরক্কদবা মীহুৎশিংবু থাগৎমিন্নসি হায়জরি।

❐ **নিংথৌজম রোনাল্ডো, হৈরোক পার্ট-টু**

অদোমগী মরুওইবা ওপিনিয়ন ৯৭৭৪৮০৩১৪৫ নৎত্রগা 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 ৩০।০৯।২০২১ ইং, শগোলশেল; লাংবনগী ২৪ নি পানবা।

মেষ: লৌশিং ফুদোকপা ৱারসু অমদি হুরানবনা নচাক নরলদা মীতাবা লৈরসু অনিংবা থবক পাঙগনি, ৱাখল নুংঙাইগনি অমদি পল্লম্বা লন/মীচঙ ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

বৃষ: মরুপ খনবা লুই অমদি অরুবা ৱারেপ লৌবসু লায়দে। অদুবু নোল্লুক্না চৎলবা, লৌশিং-চাওবগী ৱা লুম্না লৌরবা অমদি মীয়াম্না য়ানবা চৎলদি কান্নগনিয়ে।
লৈশা পাখংশিংগী- পুক্লিং ফাথনা লৈয়ু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মিথুন: ৱাখল নুংঙাইজবা, অনৌবা থৌরমসু লায়না পাঙগনি অমদি ওইজ-ওইথকসু ফংগনি। তৌবতবু অশাওবনা মাঙওইনগনু অমদি অনম তানগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- মীচঙ লৈগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

কর্কট: থৌনা ফুদোকপনা মফম কনগনি অমদি থৌরম য়াৎপা হৈবনা মীংচৎসু ফংগনি। ঙাংবদা মীনা তানিংগনি অমদি অরং অরাক লেপশিনবা য়াগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- ঈকায়খুম্নবীগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

সিংহ: মীয়াম্না থোইনা নুংশিবীবা, থবক্কী লমদা নুংঙাইজবা অমদি শেল-থুমগী লমদা নিংবা মপা চাবা নুমিৎনি। অদুবু কল্লক মীহৌবদি লৈ হায়বা কাওগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবা ফংজৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কন্যা: কোক শাবা অমদি মীকোক থোংবা ৱাবা লৈরসু অনিংবা থবক পাঙগনি অমদি ওইজ-ওইথক ফংজগনি। ৱানোম থৌনোম কান্নগনি, লন চাওখৎকনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশি মরি ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

তুলা: ৱাঙাং হৈত্রদি অমদি মরম চাদনা হোয়া ফরবদি মীপায়বা অমদি ঈকায়বা নংবা য়াবা লৈ। অশাওবনা কায়নবা নংগনি-তপথৌ। য়াকা য়েংনা চৎলু।
লৈশা পাখংশিংগী- চিন য়াংগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/হিগোক।

বৃশ্চিক: মরুপ অমদি নক্লবশিংনা তেংবাঙনিংবা অমদি অফবা মীংচৎ ফংগদবা নুমিৎনি। অদুবু নথক থোংবনদি চানবীবা ৱাৎলি-নিংথিনা খন্থদনা থৌপাংগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- ঙাংবদি পকচৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

ধনু: ঙসিসু নিংবা থুংগনি, শেন্দোং চাওনা ফংগনি অমদি য়েক্লবশিংবু লায়না লাকশিন্দুনা হেন্নদুম ওইজবা ফংগনি। লৈঙাকলোনগী লমদসু মায় পাক্কনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবা ফংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/য়াইঙং।

মকর: মীচঙ হেনগৎপা অমদি ইমুং-মনুং পুন্না থৌপাংমীন্নবনা ওইজ-ওইথক ফংজবা নুমিৎনি। নাইতোম ৱা তুপ্পদি য়ারোই। থৌনা ফুদোকপদি কান্নগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চানবী।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কুম্ভ: অশাওবনদি তাথিবা অমদি য়েৎনবনা মাঙজবা নুমিৎনি। অদুবু হন্থবা লোয়নদ্রবা, ফিংদ্রবা অমদি খাঙবা কল্লবা মাঙনিংঙাই লৈতে। লাই-গুরুগী ৱা তাও।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/হিগোক।

মিন: য়েৎনবদা মায় পাক্কনি অমদি লৌশিং ফুদোক্না থৌপাংবা ঙমগনি। অফবা লাইরিক পাশিনবা ফবা নুমিৎনি। পাউ নুংঙাইবা তাগনি অমদি হকচাং নুংঙাইজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।