ম্যান্মারদগী চঙলক্লিবশিং মরমদমদা নীংথিনা হলহনখিনবা পোলিসী শেমহৌবা চুমগনি : মালেশ

ইম্ফাল, ওগষ্ট ৩০ (ঐচ এন এস): ম্যান্মারদা মিলিটরি লৈঙাক লাকপদগী মফম অদুদা তংদু-লৈতাদবা ফীভম কয়া থোরক্তুনা লাঞ্জেন্নরকপদগী ম্যান্মার মচা কয়া মণিপুরদা চঙলক্লিবশিং অসি নীংথিনা হলহনখিননবা পোলিসী অমা শেমহৌবা চুমগনি হায়না নাওরিয়া পাখংলাকপা এ সীদগী বি জে পিগী ইন্টেন্দিং কেন্দিদেট ওইরিবা ওইনাম মালেশনা ফোঙদোকখ্রে।

নাওরিয়া পাখংলাকপা বি জে পি মন্দল অমদি ইলেক্সন কম্মিটি নাওরিয়া পাখংলাকপনা পুন্না শীন্দুনা ক্বাকৈথেল কোঞ্জেং লৈকায়দা লৈবা কোঞ্জেংবম রাজেনগী যুমদা পাঙথোকখিবা নাওরিয়া পাখংলাকপা এ সীগী পোল্লিং ষ্টেসন মঙাগী বুথ লেভেল কম্মিটিগী মীফম্দদা ৱা ঙাংলদুনা মথক্কী ৱাফম অসি এ সী অসিদগী বি জে পিগী ইন্টেন্দিং কেন্দিদেট ওইরিবা ওইনাম মালেশনা ফোঙদোকখিবনি।

মহাক্না হায়খি, হৌজিক মণিপুরগা যুন্নোন্নরিবা ম্যান্মারদগী চঙলক্লিবা মীওইশিং অসি মীকুপ-নাহুম শিংনা য়েংশিনহৌবা চঙই। মরী লৈনবশিংনা মীকুপ নাহুম শিংনা য়েংশিনহৌদ্রবদি চহী খরগী মতুংদা লমদম অসিদা খুন্দা-লৈতাশিল্লক্তুনা মখোয়গী ওইবা দিমান্দ কয়া তাল্লক্লবদি অৱাবা ওইগনি। মরম অদুনা মতম লৈরিঙৈদা ম্যান্মারদগী চঙলক্লিবশিং অসি নীংথিনা মরমদমদা হলহনখিনবা পোলিসী অমা শেম্নবা অফবা খোঙথাং ওইগনি।

নাওরিয়া পাখংলাকপা এ সী অসিবু চাউখৎহন্নবা অঙন্বা থাক্তা থৌদাং লৌদুনা লাক্লি। এ সী অসিদা মীরেপ ওইগনি হায়না থোরক্লিবশিং অসিগী অফ-ফত্তগী মরমদা হায়জ রোই। মীখল ময়াদা শেল খরা পীবা অমদি অচা-অথক খরা পীজদুনা ঙাইহাক নুংঙাইহনবনা চহী ৫গী ওইবা য়াগদৌরিব্রা। মরম অসিনা মীয়াম্নসু ৱাখল মুন্না খনবীদুনা মীয়ামগী য়াইফননবা তৌরক্কদবা অমদি মীয়ামগী ইহুল খঙনা থবক তৌরক্কদবা মীহুৎ খলহৌসি হায়নসু মহাক্না মখা তানা ফোঙদোকখি।

মীফম অদুদা ইম্ফাল ৱেষ্ট দিষ্ট্রিক্ট বি জে পি মণিপুর প্রদেশকী প্রসিদেন্ট পি ঐচ ফোনি মৈতৈ, নাওরিয়া পাখংলাকপা বি জে পি মন্দলগী প্রসিদেন্ট এল ইন্দ্রজিৎ, ইলেক্সন কম্মিটি নাওরিয়া পাখংলাকপা এ সীগী কনভেনর দব্লিয়ু ইবোয়াইমা অমদি পোল্লিং ষ্টেসন ৫গী মরুওইবা মীওই কয়াসু শরুক য়াখি।

সনা কোনুংগী থাঙ-তা লোয়শঙ অমসুং হেরিকোননা অৱাবা ফোঙদোরক্লি

ইম্ফাল, ওগষ্ট ৩০ (ঐচ এন এস): থাঙ-তাগী শিন্তাকপুরেল সাইখোম নোদিয়া মঙাংনা লৈখিদবদা সনা কোনুংগী থাঙ-তা লোয়শঙ অমসুং হেরিকোননা অৱাবা ফোঙদোরক্লি।

থাঙ-তা লোয়শঙ সনা কোনুংগী সেক্রেটরিনা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়, থাঙ-তা লোয়শঙ সনা কোনুংগী শঙলেনদা ঙরাং উত্রাগী ফম্নাইবা অমদি থাঙ-তা লোয়শঙগী থৌমীশিংগা লোয়ননা থাঙ-তা লোয়শঙ সনা কোনুংগী পাউতাক্লোয় ওইনা চহী কয়া থাঙ-তা লোয়শঙ অসিবু চাউখৎননবা পাউতাক কয়া পীবীরম্বা অমদি ইরমদম অসিগী থাঙ-তাগী শিন্তাকপুরেল ওইদুনা লমদম অসিদা থাঙ-তাবু চাউখৎননবা হোৎনবদা ইনিংথৌনা শকখঙবীদুনা লেমজনিংঙাই ওইরবা মনা ফি (খামেন চৎপা) পীদুনা ঈকায় খুম্নখ্রবা অমদি মণিপুর ষ্টেট কলা একাদেমী এৱার্দ ফংখ্রবা শকখঙনরবা শিন্তাকপুরেল সাইখোম নোদিয়া মঙাংনা খঙহৌদনা লৈখিদবদা অৱাবা ফোঙদোকখ্রে।

লোয়ননা উত্রাগী ফম্নাইবশিং অমদি থাঙ-তা লোয়শঙগী মীহুৎশিংনা মিনিট অনী তুমীন্না লেপ্তুনা লৈখিদ্রবগী থৱায়না মপুগী লৈকোলদা ঈংনা চিক্না লৈরুনবা উত্রাগী লাইনিংথৌ নোংশাবা, ইবুধৌ পাখংবা, ইবেনধৌ লাইস্না অমদি ইমা যুমজাও লাইরেম্বীগী মফমদা থৌনিজখি। লোয়ননা লৈখিদ্রবগী ইমুং-মনুংগী অৱাবদসু উত্রা অমদি থাঙ-তা লোয়শঙনা শরুক য়াজরি হায়নসু ফোঙদোরক্লি।

অমরোমদা, ইথনো হেরিটেজ কাউন্সীল (হেরিকোন)গী পব্লিসিটি এন্দ প্রোপেগন্দা সেক্রেটরি য়ুম্লেম্বম য়াইফবনা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়, মতম অমদা ইরৈবাক ইরমদম অসিবু য়েক্লবগী মখুৎতগী কন্ননবা অমদি ঙাক শেন্ননবা হোৎনবদা অচৌবা থৌদাং লৌখিবা থাঙ-তাগী মহৈবু মাঙহন্দনা য়োকখৎতুনা থম্বগা লোয়ননা মহৈরোয় কয়া শিন্তাকপীদুনা তুংগী মীরোলনসু মহৈ অসি হৈহৌরগা ঐখোয়গী শক্তম ঙাক্লবগী লমদা লমজিংবীরম্বা থাঙ-তাগী শিন্তাকপুরেল সাইখোম নোদিয়া মঙাংনা লৈখিদবদা হেরিকোন্না অৱাবা ফোঙদোকচবগা লোয়ননা ইমুং-মনুংগী অৱাবদসু শরুক য়াজরি।

হেরিকোননা শিন্তাকপুরেল অসিবু ঈকায় খুম্নজবা অমদি ঐখোয়গী ইনাৎ শক্তম কঞ্জনবগীদমক মহাক্না পায়খৎপীরম্বা থবকশিংবু শকখঙজবা ওইনা হেরিকোনগী মপোক কুমওন থৌরমদা তোমথিন খুদোল লাম্থোক্তুনা ঈকায় খুম্নবা উৎচখিবদুনা শিন্তাকপুরেলনা পেনবীবা ওইরসনু হায়নসু চেরোলদুনা ফোঙদোরক্লি।

তরেৎশুবা ফাউন্দেসন দে পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ৩০ (ঐচ এন এস): লৈঙাক্কী এস ও পি ঙাক্লা ওল মণিপুর কিদনি ত্রান্সপ্লান্টস পেসেন্টস ৱেলফ্যের এসোসিএসনগী তরেৎশুবা ফাউন্দেসন দে থৌরম য়াম্না চম্না পাঙথোকখ্রে হায়না এসোসিএসন অসিগী মীদিয়াগী এদভাইজর ফাঞ্জৌবম লনজিৎনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, থৌরম অসিদা এন আর মীদিয়াগী প্রোপ্রাইটর এন আর রাজেশ, ওল মণিপুর কিদনি ত্রান্সপ্লান্টস পেসেন্টস ৱেলফ্যের এসোসিএসনগী প্রসিদেন্ট দব্লিয়ু কোমোল, এসোসিএসন অসিগী ভাইস প্রসিদেন্ট দব্লিয়ু প্রিয়োব্রত, পি দব্লিয়ু এস এসকী প্রোপ্রাইটর সী ঐচ প্রেম অমদি আই পি এম টিগী চ্যেরমেন এম জোলিনা মথংশিংনা চীফ গেষ্ট, প্রসিদেন্ট, গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়াখি হায়রি।

ত্রাফিক কনভেক্স মিরর খিনখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ৩০ (ঐচ এন এস): লম্বীগী এক্সিদেন্ট থোক্তনবা পায়খৎলকপা থৌরাংগী শরুক অমা ওইনা লমদিং এদ্যুকেটেদ ৱেলফ্যের এসোসিএসন (লেৱা) লমদিং থৌবাল দিষ্ট্রিক্টনা ৱাংজিংদগী তেন্থা চৎপগী লম্বী শরুক্তা লৈরিবা লমদিং খুমন্থেম লৈকায় লৈরক অচৌবগী মপা ৯০ দিগ্রীদা চুথেক ওইবা য়াম্না খুদোংথিবা মফম অসিদা লেৱাগী থৌমীশিংনা সেন্টিমিটর ৮৫গী দাইমিটর ওইবা ত্রাফিক কনভেক্স মিরর অমা খিন্দুনা থমখ্রে হায়না লেৱাগী প্রসিদেন্ট এস ওজিৎনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, ত্রাফিক কনভেক্স মিরর অসিনা খুদোংথিবা থোকহনগদবগী চাং হন্থহনবদা মতেং ওইরগনি। অসিগুম্বা খুদোংথিনিংঙাই ওইরবা লম্বীগী গোলাই কয়াদা লৈঙাক্না ত্রাফিক কনভেক্স মিরর থম্বীরগদি গাড়ীগী এক্সিদেন্ট থোকপগী চাং হন্থহনবদা মতেং ওইগনি হায়না লৈঙাক্কী পূক্নিংসু চিংশিল্লক্লি। ত্রাফিক কনভেক্স মিরর খিনখিবা অসিদা লৈকায় অসিগী গাড়ী থৌরিবা কয়ানা অপেনবা পোক্তুনা শেলগী মতেংসু পাংলকখি হায়নসু চেরোলদুনা ফোঙদোরক্লি।

মহৈরোয়শিংদা ষ্টেসন্নরিগী পোৎলমশিং য়েন্থোকখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ৩০ (ঐচ এন এস): থৌবাল দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা লমদিং লাইশ্রম মমাঙ লৈকায়দা লৈবা লমজিংবা যুথ ক্লবনা শীন্দুনা ক্লব অসিগী শঙলেনদা প্রি-নর্সরিদগী ক্লাস টেন ফাওবগী থাক্তা মহৈ তম্লিবা মহৈরোয়শিংদা বোয়, কলম, পেন্সিল, ইরেজরনচিংবা য়াওনা ষ্টেসন্নরিগী পোৎলমশিং লেম্না য়েন্থোকপগী থৌরম অমা ঙরাং পাঙথোকখ্রে হায়না লমজিংবা যুথ ক্লবকী সেক্রেটরি ঐচ শরতচন্দ্রনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, কোভিদ-১৯ পেন্দমিক্কা মরম ওইদুনা অৱাবা কয়া মায়োক্নরিবা অসিগী য়েংলগা ক্লব অসিনা কোনবা জগাদা লৈরিবা ইমুংশিংগী অঙাংশিংনা মহৈ তম্বদা অৱাৎপা কয়া লৈরিবা অসিদা খরদা ওইরবসু মেনখৎননবা মতেং ওইনা মহৈরোয়শিংদা ষ্টেসন্নরিগী পোৎলমশিং অসি মতেং পাংখিবনি। মখা তানসু ক্লব অসিনা মহৈরোয়শিংগী অৱাৎপদা মতেং পাংখিগনি হায়নসু ফোঙদোরক্লি।

মেগা টুরিষ্ট সেন্টরদা উ চারা থাখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ৩০ (ঐচ এন এস): থৌবাল ফোরেষ্ট দিভিজনা ইন্টগ্রেটেদ মেগা টুরিজম দিভেলপমেন্ট কো-ওপরেটিভ সোসাইটি লিমিটেদকা খুৎশম্নদুনা বন মহোৎসব সেলেব্রেসন ২০২১গী শরুক অমা ওইনা ঙসিদগী খোংজোম মেগা টুরিষ্ট সেন্টরগী তোঙান-তোঙানবা মফমশিংদা উ চারাশিং থাবগী থবক হৌখ্রে।

উ চারাশিং থাবগা মরী লৈননা থৌবাল আর ও এস শামুঙৌনা হায়খিবদা, চহী অসিগী ওইনা পাঙথোকখিবা বন মহোৎসব সেলেব্রেসনগী শরুক অমা ওইনা মহৌশাগী খল ঙাক্তুনা থম্নবগী পান্দমদা মেগা টুরিষ্ট সেন্টর অসিদা ঙসিদগী উ চারাশিং অসি থাবা হৌবনি অমদি সেন্টর অসিদা মখা তানা উ চারাশিং থাবগী থবকশিং চৎথখিগনি হায়খি।

উচারা থাবা হৌদোকপা অদুদা ময়াই কৈথেল বিট ওফিসর এল ধনঞ্জয়, হৈরোক বিট ওফিসর এল বোবি, য়াইরিপোক বিট ওফিসর এম বিরেন, ৱাইল্দলাইফ ৱার্দেন থৌবাল দব্লিয়ু রামচন্দ্র অমসুং ইন্টিগ্রেটেদ মেগা টুরিজম দিভেলপমেন্ট কো-ওপরেটিভ সোসাইটি লিমিটেদকী মেম্বরশিংসু শরুক য়াখি।

ৱারেপ লৌখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ৩০ (ঐচ এন এস): চহী খুদিংগী লেপ্তুনা সেপ্টেম্বর থাদা পাঙথোরকপা চীং-তম ট্রেদিসনেল কলচরেল ফেষ্টিভেল অসি কোভিদ-১৯গী সেকেন্দ ৱেভকী ফীভম য়েংজরগা চহী অসিগী ওইনা পাঙথোক্কদবা ১১শুবা চীং-তম ট্রেদিসনেল কলচরেল ফেষ্টিভেল ২০২১ পাঙথোক্তনবা ওল মণিপুর হুয়েল লালোং এন্দ ট্রেদিসনেল কলচর প্রিজার্ভেসন কম্মিটিগী ময়াই শঙলেনদা প্রসিদেন্ট থিয়াম মেঞ্জোরনা থৌরম মপু ওইদুনা পাঙথোকপা মীফম্না ৱারেপ লৌখ্রে হায়না ওল মণিপুর হুয়েল লালোং এন্দ ট্রেদিসনেল কলচর প্রিজার্ভেসন কম্মিটিগী সেক্রেটরি রতন লৈশাংথেমনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

ট্রী প্লান্টেসন প্রোগ্রাম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ৩০ (ঐচ এন এস): মহিন্দ্র ফাইনান্সকী প্রোজেক্ট হরিয়ালিগী মখাদা রোটরি ক্লব ওফ ইম্ফালনা রোটরি ক্লব ওফ গুৱাহাতি সিটি অমদি মণিপুর লৈঙাক্কী দিপার্টমেন্ট ওফ টুরিজমগা খুৎশম্নদুনা খোংজোম ৱার মেমোরিএল কমপ্লেক্সতা ঙরাং ট্রী প্লান্টেসন প্রোগ্রাম অমা পাঙথোকখ্রে হায়না রোটরি ক্লব ওফ ইম্ফালগী প্রসিদেন্ট দেবকুমার থৌদামনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, প্রোগ্রাম অসি রোটরি ক্লব ওফ ইম্ফালনা ইনভাইরনমেন্ট কন্ননবা সেফ মাদর আর্ট হায়বা থীমদা পাঙথোরকখিবা কম্যুনিটি সর্ভিস প্রোজেক্টকী শরুক অমা ওইনা পাঙথোকখিবনি। প্রোগ্রাম অসিদা মণিপুর লৈঙাক্কী এদ্যুকেসন (হায়র এন্দ টেক্নিকেল এদ্যুকেসন)গী কম্মিস্নার এম হরেকৃষ্ণ, টুরিজমগী দিরেক্টর দব্লিয়ু ইবোহল, রোটরি ক্লবকী মেম্বরশিং অমদি মহিন্দ্র ফাইনান্সকী ওফিসলশিংনা উহৈ পাম্বী ১৬০ রোম খোংজোম ৱার মেমোরিএল কেম্পসকী অকোয়বদা থাখি। থৌরম অদুগী শরুক অমা ওইনা বিকি গুরুংবুসু ক্লব অসিগী মেম্বর ওইনা ইন্দক্ট তৌখি।

ক্লব অসিগী প্রসিদেন্ট রোটরিয়ন দেবকুমার থৌদামনা ইনভাইরনমেন্ট কন্ননবা হোৎনবদা মতেং ওইননবা মীপুম খুদিংমক্না উ চারাশিং থাননবা অমদি কোভিদ-১৯ লায়না-লাইচৎতগী ঙাকথোক্ননবা কোভিদ ভেক্সিন কাপথোক্ননবসু মীয়ামদা আপীল তৌখি হায়না চেরোলদুনা মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

ꯑꯃꯤꯕ ꯂꯩꯈꯤꯗꯕ / অৱাবা ফোঙদোকপা

ইরৈকাই অসিখক্তগী নত্তনা ইরমদম অসিগী নুপী সমাজবু চাওখৎনবা হোৎনবদা ঙল্লিঙৈ মতমদগী হৌনা মাঙজিল থাদুনা অচৌবা থৌদাং কয়া লৌদুনা লাকখিবতা নত্তনা লৈবাক মীয়ামগী ফগনিবু হায়রবদি ময়ুমগী লৈত-লায়র, অৱা-অনা কয়া অমা তুংওইনরম্লগা লৈবাক্কী থৌগাইদা মাঙজিল থাদুনা মীয়ামগী সেবাদা কথোকপীরম্বগা লোয়ননা কাইরং মনিং লৈকায়গী কাইরং সোসল রিফোর্মেসন দিভেলপমেন্ট এসোসিএসনগী মতম শাংনা সেক্রেটরিগী জেনরেলগী থৌ পুবীরম্বী শ্রীমতি চিঙাংবম ওংবী রাসিতোম্বী দেবীনা ইখঙ-খঙহৌদনা হৌখিবা তাং ২৬-০৮-২০২১ ইং, থৱানগী ১৯নি পানবা শগোলশেল নুমীৎতা মশাগী অনাবনা মরম ওইদুনা লৈখিদ্রে। লুচিংবী অসিনা লৈখিদবা অসি ইরৈকাই অসিদা নত্তনা ইরমদম অসিগীসু মেনখৎপা ঙম্লরোইদবা অচৌবা মাঙজবা অমা ওইহৌরগনি। মহাক্না লৈখিদবদা এসোসিএসন অসিগী মেম্বরশিংনা অৱাবা ফোঙদোকপগী মীফম অমা পাঙথোকখিবগা লোয়ননা মিনিট ২ লেপ্তুনা লৈখিদ্রবীগী আত্মানা মপুগী লৈকোলদা ঈংনা চিক্না লৈরুনবগীদমক ঈশ্বরগী মফমদা থৌনিজরি অমসুং লৈখিদ্রবীগী ইমুং-মনুংগী অৱাবা কয়াদসু শরুক য়াজরি।

Sd/- **President**
The Kairang Social Reformation Development Association

HL-P/6905/31

মোবাইল ফোন পায়বা

লৌশিং পুক্কে

ঙাইহাক লেপ্পা মথৌ তাহল্লিবা হকশেলগী ওইবা মরমশিং

স্মার্টফোন শীজিন্নবনা ঐখোয় মীওইবগী পুন্সিনা হিংবদা য়াম্না খুদোং চাহল্লে হায়বসি ককপা য়াররোইদবা ৱাফম অমনি। ঐখোয়না স্মার্টফোনগী বটন অমখক্তং থেংবদা মালেমগী অথাপ্পা কাচিন অমদা লৈরিবা মীওই অমগা ৱারী-ৱাতাই শান্নবা, শক্না-শক্না উনবা য়াহল্লে অমদি মীৎকুপ অমগী মনুংদা মখল খুদিংমক্কী ইনফোর্মেসনশিং ফংবা ঙল্লে। মসি নত্তবা অতোপ্পা অচুম্বা ৱাফম অমগা হায়রগদি, সেল ফোনশিংনা ঐখোয়বু খুদোংথীরবা অনাবা কয়া নাহল্লকপগী রিস্কসু লৈহল্লকপা অসিনি। মতম শাংনা সেল ফোন পায়দুনা শীজিন্নবনা মীওই অমবু টেক্স নেক অমদি দ্রাই আইগী খুদোংচাদবা মায়োক্নহনবা য়াই। মোবাইল ফোন পায়বনা থোকহল্লিবা অমাঙবশিং অসি ফিজিকেলগী ওইবা মরমশিংখক্তংনসু লোইবা নৎত্রি। ওনলাইনদগী ইনফোর্মেসন কা হেন্না লৌশিনবনা ষ্ট্রেসকী লেভেল হেনগৎহনবগা লোয়ননা ইনসিক্যুরিটিসু হেনগৎহল্লি। অসিগুম্বা মোবাইল ফোন পায়বদগী ঙাইহাক লাপথোক্লবগী হকশেলগী ওইবা মরম খরা মখাদা পীরি।

মসিনা মীৎ শোকহল্লি ঃ মীওইবগী মীৎ অসি য়াম্না থোৎ-নৌই অমদি মোবাইল ফোন শীজিন্নবদা অকক্লবা মতম অমদগী হেন্দোকহন্দবা নৎত্রগদি সেল ফোনগী ব্লু স্ক্রিনা ঐখোয়গী মীৎ অসিবু য়াম্না লায়না মাঙ-তাকহনবা ঙমই। সেল ফোনগী স্ক্রিনা ফোটোরিসেপ্টর দেমেজ, কোক চীকপা, মীৎ মশেং মরাঙ উবা অমদি দ্রাই আই ফাওবা তৌহনবা য়াই। হায়রিবা সিম্পটমশিং অসিগী মনুংদগী অমা হেক্তা মায়োক্নরবদি মদু সেল ফোন পায়বদগী ওইরম্বা য়াবগী ওইথোকপা লৈ। ইশাগী মীৎপু মোবাইল ফোনদগী ঙাইহাক পোত্থাহনগদবনি অমদি মীৎ শোকপা হন্থহন্নবগীদমক চাং নাইনা মীৎ চেক তৌথোক্কদবনি।

মসিনা কার্পেল টনেল অমদি সেল্ফি রিষ্ট নাহল্লকপা য়াই ঃ কনাগুম্বা মীওই অমনা নোংমদা পুং ৫-৬ ফাওবগী চাংদা শীজিন্নরগদি হায়রিবা অনাবশিং অসি হয়েং তুংদা নারকপা য়াই। ষ্টদিশিংনা তাক্লি মদুদি, কার্পেল টনেল অমদি সেল্ফি রিষ্ট হায়রিবা অনীমক অসি ইনখৎলক্লিবা নহাশিংদা নাবগী চাং হেনগৎলক্লিবা অনাবশিংনি। হায়রিবা অনাবা অনী অসিনা খুজেং নাবা, পঙথবা, জিং-জিং লাউবা অমদি পিন্স এন্দ নিদল্স (য়েতুমনা চক-চক থিনবগুম ফাওবা অনাবা অমা)নচিংবা খুদোংচাদবশিং লাকহনবা য়াই। হায়রিবা লাইওংশিং অসি মায়োক্নরবদি দোক্তরদা তানবগা লোয়ননা মোবাইল শীজিন্নবগী চাং হন্থহনগদবনি। য়াঙলেন পরেং নাবা অমদি ঙকশম নাবা হায়রিবা অনী অসিসু সেলফোন কা হেন্না শীজিন্নবগা লোয়নবা খুদোংচাদবশিংনি।

মসিনা উনশাগী অনাবশিং থোকহনবা য়াই ঃ সেলফোনশিং অসি মখল মখা কয়াগী মহীক-মতাংশিং অমদি বেক্টেরিয়াশিংগী মকোলনি হায়না উৎপা ষ্টদি কয়ামরুম ওনলাইনদা ফংই। হায়রিবা মহীক-মতাংশিং অসিনা ঐখোয়গী উনশাদা চঙলক্তুনা উনশাগী অমদি অতোপ্পা হকশেলগী খুদোংচাদবা কয়া থোকহল্লকপা য়াই।

ঐখোয়না মোবাইল ফোনবু নাকোং নৎত্রগা খজাইগা নক্লনা পায়বা মতমদা মহীক-মতাংশিং অদু ঐখোয়গী উনশাদা চঙশিল্লকই অমদি দাকফমশিং লৈহল্লকপা অমদি উরিং থুংলকপনচিংবা তৌহল্লকপা য়াই। মতাং-মতম চাদনা অহল ওইশিল্লকপা হায়বা অসিসু সেলফোন কা হেন্না শীজিন্নবগী খুদম অমনি। রিস্কশিং অসি হন্থহন্নবগীদমক ইশাগী ফোনবু অলকোহোল ৱাইপ্স শীজিন্নদুনা চাং নাইনা শেংদোক্কদবনি।

মসিনা তুম্বগী পেটুর্নদা অকায়বা থোকহল্লি ঃ ঐখোয়গী হকচাংনা হকচাং ফবা মওংদা মথৌ নীংথিনা তৌনবগীদমক নুংমিদাং খুদিংগী পুং ৭-৮ চাং নাইনা তুম্বা মথৌ তাই। অদুবু নুমিদাংগী মতমদা ফোন কা হেন্না শীজিন্নবনা মীওই কয়াদি তুম্বা য়াদবগী খুদোংচাদবশিং থেংনরি। মখোয়না মশাগী সেল ফোন স্ক্রিনদা য়েংনা য়েংনা তুমথখিবা নৎত্রগা তুমগদবা মতম হেল্লবফাওবা তুম্বা য়াদদুনা ওন্না-থোইনা লৈ। তুম্বগী পেটুর্ন চাং নাইদবা হায়বা অসিনা মীওই অমবু শাউগনবা, থৱায় নুংঙাইগন্দবা অমদি কা হেঞ্জিন্না চাশিনবা ফাওবা তৌহল্লকই।

মসিনা ষ্ট্রেস লৈহল্লি ঃ সেল ফোননা ঐখোয়বু ষ্ট্রেস হেন্না লৈহন্নবগী মওং অনী লৈ। অহানবদা তুম্বা ৱাৎপনা মরম ওইরগা অমদি অনীশুবদনা ইন্টরনেটতগী ফংবা ইনফোর্মেসনশিং কা হেন্না লৌশিনবদগীনি। সোসল মীদিয়া য়েংববু ওইরো নৎত্রগা ইন্টরনেট শীজিন্নবগীবু ওইরো অনীমক অসিনা অসুম কুইশিল্লক্লগা ঐখোয়বু চরাঙনহল্লকই অমদি কোর্টিসোল লেভেল হেনগৎহল্লকই। সেল ফোন এদিক্সননা এঞ্জাইটি, দিপ্রেসন অমদি ইম্পলসিভিটিসু নাহল্লকপা য়াই।

ঐখোয়না নুমিৎ চুপ্পা অমা সেল ফোন য়েংদনা লৈবা হায়বসি তশেংনা অরায়বা অমদি নত্তে। মরম অদুনা ফোন শীজিন্নবগী চাং হন্থহনবদা মতেং পাংগদবা গ্রাউন্দ রুল খরা শেম্বা মথৌ তাই। খুদম ওইনা, চারি-থক্লিঙৈদা ফোনদা য়েংদবা, অয়ুক তুম্বা হেক হৌগৎলকপগা ইহান হান্না ফোনদা লাম্বগী থৌওং থাদোকপা, তুম্লমদাইদা সোসল মীদিয়া চেক তৌরম্বগী থৌওং থাদোকপা, অমদি তুম্বা চঙদ্রিঙৈ মমাঙ য়ামদ্রবদা পুং ৩ ৱাৎলিঙৈদগী সেল ফোন শীজিন্নবা তোকপা হায়বনচিংবশিং অসিনি।

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

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাম্লি

লম্বীদা নুং চহিনরক্কে, লৌমীশিংদা হার হোংনা ময়ুম-ময়ুমদা ফংহল্লে ইলেক্সন নকশিল্লক্লবা মাল্লি

মণিপুরগী জেনরেল ইলেক্সন ২০২২গী অঙনবা মতমদা শোয়দনা পাঙথোক্লগনি। হৌজিক ইলেক্সন ময়া নকশিল্লক্লবা মতমসিদা এ সী ৬০মক্তা হান্নগী মিনিষ্টর, এম এল এ অমসুং নৌনা ভোট লেপক্কদৌরিবা সোসল ৱার্কর কয়ানা অঙন্বা থাক্তা মীয়াম্বু পেলহন্নবগী যুমথোং খুদিংদা চঙদুনা চানবা পোৎচৈ কয়া য়েনবা লেপ্তুরি। চহী কয়া অমা মিনিষ্টর, এম এল এনা শেম্বিরমদ্রবা লৈরক খুল্লক কয়া অমা চৎপা য়ানবনি হায়দুনা বালু সিঙ্গলগী নুং চখাইবগী থবক ঙসি মীয়াম্না মীদিয়াগী থোঙদা উন্নরি। মসিমক্তি খরা ফবরা হায়নিংই। হার বেগ অমা ফাওবা ফংদনা লৈরম্বা লৌমীশিংসু ময়ুম-ময়ুমদা অহোংবা মওংদা হার ফংহল্লে। কোভিদ-১৯না অৱাবনা থা কয়া থোঙ লোন্দুনা লৈরক্লিবনি। অঙাং কয়া অমা লাইরিক তম্বা ফংদনা ককঙাওনদুনা লৈরিবনি। কোভিদ-১৯গী অৱাবসি হান্নদগীদি খজিক্তং ফববরা খল্লি। অসিগুম্বা ৱানরবা মতম অসিদা ভোটকী ইরাং অচৌবা অমা লাকপা হৌরে। ভোট লেপ্পীগদবা মীওই কয়ানা মাগী-মাগী কেন্দ্রশিংদা থবক ওইনা পাঙথোকপা ঙম্লি-ঙম্লোই খঙদনা অৱাৎপা ময়াম অমা মমাংদা লৈরম্বা এম এল এ, মিনিষ্টরশিংনা পাঙথোক্লমদবা কয়া পাঙথোক্কনি হায়না মীদিয়াগী থোঙদা হায়নরক্লিবশিং অসি তারু-উরুবদা পৱার পায়খিবা এম এল এ, মিনিষ্টরশিং অদুনদি করিগী থবকশিং অদু পাঙথোকপা ঙমখিদ্রিবনো হায়বসিসু অচৌবা ৱাহং অমনি।

❒ ওইনাম কুঞ্জেশ্বর, লাংজিং অচৌবা

লমদমসিগী নহা-অহলশিংদা শুনিংদবগী লাইহৌ হৌরক্লিবসি মতম চানা লায়েংথোকপনা চুমগনি

ঐখোয়গী লমদম অসি শুরগা চাজবা লমদম অমনি। অদুবু লমদম অসিগী নহা-অহল কয়া অমা থবক শুনিংদবগী হৈনবী অমা য়াম্না কন্না লৈরক্লিবসি য়াম্না লাইবক থীবা অমনি। অসিগুম্বা চৎনবি অসিদি মণিপুরদা লৈরিবা ঐখোয়না চৎপদা য়াম্না পকচদবা শাজৎ-লিচৎ অমনি। অসুম্না তৌরবদি ঐখোয় নোংম-নোংমগী অসুম-অসুম মরাই চাইথরকপা মণিপুর অমা ওইরক্লগনি। থবক শুনিংদবা মীওইশিংনা ৱারেম ঙাঙনরগা লৈবা, মীগী অফবা উবা য়াদবা, মীগী মচা অফবা মাঙহন্নবা হোৎনবা অসিগুম ফৎত্রবা থৌওং কয়া চৎলিবা অসি ফত্তে খুদক্তা ঐখোয় অসিগুম্বা হৈনবি অসি থাদোকসি। অহল কয়া তনবগী মশিং হেনগৎলে, জ্বার শান্নদুনা নোংমগী তাঙলবা মতমবু ফ্রিদা মাঙহল্লি। থবক শুসি মীপাল তাংদনবা হোৎনসি। ঐখোয়গী যূথশিংনা নখোয়গী মতৌ তম্লক্লবা অহলশিংনা অসিগুম্বা থবক অসি তোকপীয়ু নৎত্রবদি খুন্নাই অমা শোয়দনা মাঙলগনি। নখোয়না লমজিংবিগদবা নহাশিংবু অসিগুম্বা হৈনবি অসি লৈহন্নবা থবক তৌবিগনু। ঐখোয় শেল তানশি, এঙ্গাং-নাপী থাসি, ফ্রিদা লৈথোক্লোইসি। হৌজিক হায়বা মতম অসিদগী হৌরদুনা চাওখৎপা লমদম অমা ওইরক্লবা অপুনবা ফীরেপ অমা লৌমীন্নদুনা থবক শুবা হৌরসি। তাংলবা মতম অসিদা খোই চোপতুনা, জ্বার শান্নদুনা অমদি ৱারেম ঙাঙনদুনা লৈবগী হৈনবী অসি থাদোকমিন্নরসি হায়না অমুক্কা হন্না হায়জরি। ঐখোয়গী নহাশিংদা ফুমদুনা লৈরিবা টেলেন্টশিং অসি মপান্দা পুথোকচবা ঙম্নবা লমজিং-লমতাকপীসি। মদুতদা অফবা খুন্নাই অমা শোয়দনা ওইরক্তুনা শিংথানিংঙাই ওইবা মণিপুর অমা ওইগনি খল্লি।

❒ নিংথৌজম রোনাল্ডো, হৈরোক পার্ট-২

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

ঙসিগী রাশি ফল

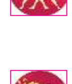
অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টেট) জেনিমস
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ৩১।০৮।২০২১ ইং, লৈবাকপোকপা, থৱানগী ২৪ নি পানবা।

মেষ: পুক্নিং ফাথনা লৈগদবা নুমিৎনি। খুৎচাও থাগনু, অনৌবা থৌরম পাঙগনু অমদি অনম তানগনু। শাওগৎকনু অমদি নোল্লুক্না চৎলু য়াম্না শাফগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- য়াকা য়েংনা চৎলু।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

বৃষ: মরুপ-মপাং শাওনবা অমদি নথক থোংবগা য়েৎনবা য়াবা লৈ। অদুবু লাইবক ফবনা খন্থরগা থৌ পাঙলদি হরাওবা অমদি ওইজবা ফংগদবা নুমিৎনি।
লৈশা পাখংশিংগী- পুক্নিং নুংঙাইগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মিথুন: হকচাং নুংঙাইরমদ্রসু নুংঙাইজগনি, ঙাং-শকপা হৈগনি অমদি মীংচৎ ফংগনি। অফবা লাইরিক পাবা অমদি অচুম্বদা যুম্ফম ওইরগা পাঙবা কান্নগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- থাগৎপিগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।



কর্কট: শেন্দোং তানবগী লমদা য়াম্না কান্নগনি। থাজদবা নুংঙাইবসু ফংগনি অমদি মরুপ মপাং লোয়নবা থবক খুদিং মায় পাক্কনি। য়েক্লবদি লৈ, লাইথোক্কনু।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবা ফংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

সিংহ: খোয়রাংবা ফাথৌ অমদি মরুপ-মপাং য়ারগদি লোয়নদবা ফগনি। নীংবদি থুংগনি অমদি অফা থবক পাঙবা ঙমগনি। অনৌবা থৌরমদা চাওখৎকনি।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

কন্যা: মীপায়বা পোক্তনবা অমদি মাঙজবা লৈতনবা পুক্নিং ফাথৌ। লৌশিং চাওবা মীগী ৱা তাদনা খুৎ থাগনু অমদি য়েক্লবনা পাঙ্গল্লি, খাংবা কল্লু অমদি থিজিল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী- ৱারৌনবা লৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

তুলা: লান্দবা অমদি লৌশিং চাওবগী ৱা লৌবনা মায় পাক্কদবা নুমিৎনি। তঙাইফদনা নঙগী ওইবা মীশিং লোয়নবা য়াগনি। মীয়ামগদি মরী ফবা ৱাৎলি।
লৈশা পাখংশিংগী- ৱারৌনবা লৈ, চরাংগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

বৃশ্চিক: লাইবক থোইনা ফগনি, নীংবা মপা চাই অমদি ওইজ-ওইথক তানবদা চাওনা কান্নগনি। ৱনোম থৌনোম মায় পাক্কনি অমদি থৌনা ফুদোকপা য়াগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

ধনু: মীচঙ হেনগৎকনি, অরং অরাক ফংবৈ নুংঙাইবা অমদি তুংগী পোরম য়াৎপা য়াবা নুমিৎনি। য়েৎনবা মরমদদি লৈথোকউ অমদি থৌনাদি হনগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মকর: লৌশিং/অচুম্বা অমদি নক্লবা মীশিংনা উপায় ওইগনি। লানগে খল্লুনু অমদি মীতোপ থাজরুনু, মাঙজগনি। য়েক্লবনা নথক থোংবদা লান্না তমশিনগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নীংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

কুম্ভ: পঙশিল্লি অমদি মহু চাওবনা মরুপ মপাং কায়নহনগনি। অদুবু অফবা মরুপ খরসু ফংগনি, অঙম্বনা চানবীগনি অমদি মীয়াম্নদি য়াই। নাপলদি তৌগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- মরী ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিন: মীয়াম লোয়নবদি মাঙজবনা হেনগনি অমদি ঈরাং পুগনু, কান্নরোই। অদুবু ইচঙ থৌনা লৈবনা চাওনা কান্নবদি ফংজগনি অমদি শেন্দোং তানবদসু ওইজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- ৱাখল খরদি নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/চেঙ।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।