ꯍꯨꯏꯌꯦꯟ ꯂꯥꯟꯄꯥꯎ
ꯏꯝꯐꯥꯜ, ꯅꯤꯡꯊꯧꯀꯥꯕꯥ, ꯖꯨꯟ ꯲꯳, ꯲꯰꯱꯴
[illegible]
হুইয়েন লানপাউ
ইম্ফাল, নিংথৌকাবা, জুন ২৩, ২০১৪
৩৮ শুবা চহী, ১০৩ শুবা মশীং

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ম্যানমারনা লম খোপচিনবা লেপ্তবা

লমখৈগী ৱাথোক লৈহন্দনবা লৈঙাক্লা খুউ শেলহৌবা ফৈ

লৈবাক অমা নৎত্রগা ষ্টেট অমগী মনুংদা লৈরীবা মীয়াম্না হাংনা লৈবা লম খোপচিনবা, কনা খঙহন্দনা মরী লৈনবা লেন্দ এন্দ সেট্টলমেন্ট লোয়শঙগী মীওইশিংগা মান্নরগা লোৎনা পাট্টা পানশিনবগী থৌদোক ৱাথোক মশীং খঙদনা থোরকই। লম খোপচিনবগী হৈনবী অসি চহী কয়াগী মমাংদগী লমদমসিদা চৎনদুনা লাকপনা কৈরোই লৈকায় কয়াদা শান্নবুং ওইনা লৈরম্বা লমহাং কয়া অমা ফাওবা উবা ফংখিদ্রে। মসিদা নত্তনা মনিপুরগী তোঙান তোঙানবা দিস্ত্রিকশিং মরু ওইনা তম্পাক্কী লমদা লম খোপচিনবগী থৌওং লেপ্তুনা চত্থদুনা লাকপনা মহৌশা খোঙবান-ঈপান নৎত্রগা নালা ওইনা পাক চাওনা লৈরম্বদু পীশক পীকশিনখিবদগী মীয়াম্না অৱাবা কয়া মায়োক্লদুনা লৈরক্লি। মমাংঙৈ ইপা ইপুশিংগী হাক্তক্তা খোঙবান হায়না খঙনরম্বদু হৌজিক্কী মীরোলদা উবা ফংদ্রে। ঈরম-নালা পীকশিনখিবদগী নোংজু পান্থাগী মতমদা ঈশিং নীংথিনা চেন্থখিবা ঙমদবদগী মৌখৎলকপা ঈশিংনা খুৎশেমগী ঈচাও নংহনবগী অচৌবা মরম অমা ওইরি। মসিনা লমদম অসিগী মীয়ামগী মরক্তা থোকপা কোকহনবা ঙমদনা লৈরীবা থৌওংনি। লাক্লিংলিবা ৱাফমদি মনিপুরগী লমখৈগী লম মাংশিল্লকপগী নুংঙাইতবা ৱাথোক লৈরকপা অসিনি। হৌখিবা মতম খরগী মমাংদা ইন্দিয়া গভর্নমেন্টনা ইন্দো-ম্যানমার ঙমখৈগী মনিপুরগী বোর্দর টাউন মোরেগী মনুং চন্না শম্বল খাবদা ৱাথোক ওইখিবদু হৌজিক ফাওবা লৈখাই তাবা ঙমদনা লৈরী। ম্যানমারগা ইন্দিয়াগা লোন্নবা ঙমখৈ পরিংগী চান্দেল দিস্ত্রিক্ট মনুং চনবা মোরেগী চিদাইদা য়ুংবা বোর্দর পিল্লর মাংখিবা অমদি ম্যানমারগী খুৎলায় পায়বা সিফাইশিংনা মনিপুরগী মীওইশিংদা কীহন খঙহন্দুনা লম খোপচিনবগী থৌওং চত্থদুনা লাক্লি। থৌওংসিদা লমখৈ ঙাক্লিবা ইন্দিয়াগী লান্মীবু ওইরো, বি এস এফপু ওইরো কনামত্তনা হকচিন্না লৌদুনা ইন্দিয়াগী সিটিজেনশিং ওইরিবা মনিপুরগী মীয়ামগীদমক হাকন চংবীদনা লৈরক্লিবা অসি নুংগী ওইবা ৱাহন্থোক করিনো হংনরি। মতম অমদা মনিপুরগী লম ওইরম্বা কবো ভেলি হৌজিক্লা ম্যানমার হায়না খঙনরিবা বর্ম্মাদা মনিপুর মীয়ামগী অয়াবা য়াওদনা পীথোকখি হায়বগীদমক ষ্টেট অসিগী মীয়াম্না নীংদোল পোম্বা কোক্ত্রি। মসিগী মথক্তা মহৌশাদগী মনিপুরগী ওইদুনা লাক্লবা লম কয়া ম্যানমারনা মখোয়গীনি হায়না ক্লেম তৌদুনা লাকপদা ইন্দিয়া গভর্নমেন্টনা নাচুংদনা লৈথোকপগী মওং উরক্লি হায়বসি ওইরক্লিবা ফিভম কয়ানা লেঙদ্রবা সাখিনি। লাইওইখ্রবা ইপা ইপুশিংগী থৌনা লীংজেলতনা ঙাক শেন্দুনা থম্বীরম্বা মনিপুরগী টেরিটোরিদা পোলিটিকেলগী নৎত্রগা মখল অমগী শেন্দোং ফংনবা হোৎনবা মানবা থৌশিলগী মখাদা পীথোকখিবা নৎত্রগা মাংহনখিবা হায়বসি লমদমসিগী মীয়ামগী থম্মোয়দা তাশোলনা থীনবগা পাঙখক্লি। মমালৈবাক মরমদমগী ঙমখৈ ঙাক্লবগীদমক থৱায়না পোম্থা পীবদা অকিবা লৈতে হায়বসি মালেমগী ওইনা চৎনদুনা লাক্লি। হৌজিক ইন্দিয়া অমদি ম্যানমারগী লমখৈ পরিংদা মোরেদগী কি:মি ২/৩ লোম চৎলগা লৈবা হাওলেনফাইদা ম্যানমারগী লান্মীশিং চংশিল্লক্তুনা মখোয়গী লমনি হায়না শীংনদুনা শম্বল খাজিল্লকপা, কেম্পনচিংবা শাজিনবা লৈরক্লে। থৌওং অসিদা নত্তনা মনিপুরগী মনুং চন্না লৈবা অতৈ লম কয়াসু ম্যানমারনা মখোয়গীনি হায়না মখা তানা ক্লেম তৌরকপা লৈরে হায়বা ৱাফম লৈরক্লে। ফিভমসিদা লমদম অদোমদা লৈরীবা মনিপুরগী মীয়াম্না মতৌ করম্না পুক্লিং লৈতানা লৈবা ঙমগদৌরিবনো? হিরমসিদা লৈঙাক্লা করিসু খন্দনা লৈথোকপা তারবদি য়ুমলোন্নরিবা ম্যানমারদা সরেন্দর তৌবনি হায়না লৌরোইদবগী মরম লৈব্রা? ইন্দিয়া গভর্নমেন্টগী থৌশিল মখাদা ঙমখৈগী শম্বল খাবা হৌরকখিবদা মনিপুরগী লম মাংখিববু হন্না য়েংশিনবীখিদবা অদুম্মক্লা ম্যানমারনা চুহী চাবা খুদুং ইল্লি হায়বগী মওংদা মনিপুরগী লম খোপচিন্নবা হোৎনরকপনি। মনিপুর লৈঙাক্লা ষ্টেট অসিগী অপুনবা লমগী অয়াম্বা শরুক ওইরিবা চীংগী লমদমদা ওইরিবা ফীভম কয়া মমুৎ তানা হেক য়েংশিনদ্রিবমখৈ মনিপুরগী অপুনবা টেরিতোরি ঙাক্লবা হোৎনবদা পাঙ্গল লৈরোই। মরম অসিনা ষ্টেট অসিগী লৈঙাক্লা সেন্টর লৈঙাক্লা মমুৎ তানা খন্নদুনা লমখৈগী ৱাফমগা মরী লৈননা ইতৎ তৎতনা ম্যানমারনা খোই মহুমদা চৈনা থীনবগী থৌওং চৎথরক্লিবা অসিগী চপচাবা ৱারোইশিন লৈহন্নবা খুদক্তা থবক পায়খৎহন্নিংই। মীয়াম্না অশাওবনা হেনখিদুনা লুতোল কান্নরকপা মতমদা তম্বা ঙমদবা ইম্পেক্ট লৈরকপা য়াই।

••• এডিটরদা থারকপা চিঠি •••

য়াইফ মঙ্গল পীবদা ইচা মীচা য়োংলৈ মেলৈ নাইরোইসি

ঈকাই খুন্নজরিবা এদিটর,

ঙসি তুম্বা চাবা খঙদনা হোৎনরিবা ঐখোয়গী ইচাশিংনা চাউরক্লবা কান্দনি নোংমদি লৈবাকসিনা তোমথিন ঙানগদৌরিবসি। হোৎনবগী মহৈ লেম্না খক মাঙবা য়ারোই, নোংমদি শোয়দনা মহৈ চাগনি। প্রকৃতিদি অহাংবা মফম অমা ফাওবা লৈবা য়াদে হায়রি। মরম অসিনা ইচা ওইবশিংগী অফবতা ওইনবা মমা মপা ওইবা কয়ানা অৱা অনা কয়া নাথৈদুনা ইচাশিংবু অফবা লৌশিং জ্ঞান হাপ্নবা ঙল্লীবমখৈ হোৎনরি, হোৎনফমসু থোকই ফত্তবা জ্ঞানগী মফম লৈহন্দনবা। অমম্বদগী অঙানবদা লাক্র বা লাইরিকসু অমনি, কনাগুম্বনদি ‘লাইরিক’ নত্তে ‘লাইগী লিক্নী’ হায়নবসু কয়ানি। মানা মানা তৌজরুবগী মহৈনা কনানা মীথোয় মীহেনবা য়াওরক্তুনা পুন্সি অমগী মরায়বক লেপ্পা য়াবা মেত্রিক অমদি টুৱেল্ভ ইগজামদা মীথোয় মীহেনবা ওইরকপগীদমক মফম মফম খুদিংদা মনা মথুম য়েঙ্থোক্তুনা ছাত্রশিংবু ঈকায়খুন্নবীরি, য়াম্না ফৈ। তৌবতবু নৌনা মচিন তুমখৎলক্লিবা ছাত্র-ছাত্রী ওকপদা, মখোয়বু লমজিংবীবদা অমদি য়াইফ মঙ্গল পীবদা মীচং মীখায়দি নাইরোয়শি অমদি ঐ ইশামক য়াম্না ফৈ হায়নবা হোৎনবদা মী অতোপ্পবু হুনলানবগী হৈনবী থাদোকপা মতম ওইরে। য়াম্না কন্না চৎনরিবা অমা হায়রগদি কা হেনবা এদভর্টাইজমেন্ট তৌবা অসিনি। ঐ অমুবনি অঙৌবা সেবা তৌবা লাকপনি হায়বা য়ু এস কী প্রসিদেন্ট বরাক ওবামাগী ৱাহৈ মীৎকুপ অমা ফাওবা কাউমিন্নরগুমসি। ছাত্র লমজিংবগী নমাদা খুদোংচাবা লৌদুনা অশোনবা সবজেক্ট খরগীদমক দিপোজিট তৌহনবা অদুগা ইগজাম হায়দোক্লকপদনা অহেনবা মার্ক ফংলকপদা অহেনবগী মনাদি পীনিংদবা স্কুলসু ময়াওরি, চুমথোকহৌবা ফগনি।

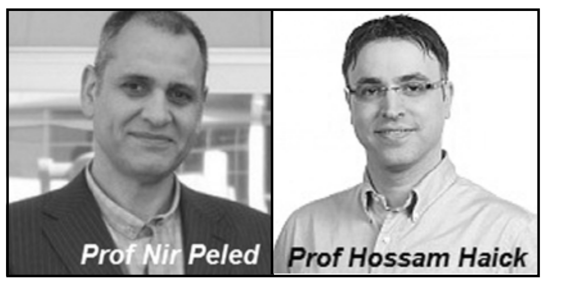
অদোমগী, মৈতালকৈশংবম পাহারি
নোংপোক সঞ্জেনবম বারুনি চিংখোং।

হায়নবা লৈ ঃ
অতোম্বীনা ফদিগোম থাবদি মকা তাই ।

নানোজ : কেন্সরবু শ্বর হোনবদা য়াওরকপা কেমিকেলগী মতেংনা খঙদোকপা

কাঙলোনগী তাইবং
কুঞ্জো নাওরেম

কেন্সর হায়বসি মীয়াম্না কিনবা লায়না অমনি। তোঙান-তোঙানবা কেন্সরশিংগী মনুংদা থবোম্বীদা (লংস কেন্সর) নাবা কেন্সরসিনা মীওই কয়া অমগী পুন্সিবু খাংঙুথক্তা মাংহল্লি। ৱার্ল্ড হেল্ঠ ওর্গনাইজেসনগী মতুংইন্না ইং ২০১২ দা পৃথিবীগী ওইনা মীওই মিলিয়ন ১.৫৯ খক থবোম্বীগী কেন্সরনা নাবদগী শিখি হায়রি। ইজরেলদা চহী খুদীংগী মীওই ২০০০ রোম থবোম্বীগী কেন্সরনা নাবদগী শি। অমেরিকান কেন্সর সোসাইতিনা চৎলিবা চহী ২০১৪ দা মীওই ২,২৪,২১০ মুক্তা থবোম্বীদা নাবা কেন্সরগী অনৌবা কেসশিং থেংনরকপা য়াই অদুগা কেন্সরসিনা নারবা মীওই ১,৫৯,২৬০ মুক শিবা য়াই হায়না পারি। কোলোন, খোম অমদি পানক্রিজদা নাবা কেন্সরনা পুন্না শিহনবা মীগী মশীংদগী থবোম্বীগী কেন্সরনা শিবগী চাংনা হেল্লি হায়। মসিগী মরমদি থবোম্বীদা নাবা কেন্সরসি ঙল্লিবঙৈ মতমদা খঙদোকপা ঙম্বগী চাং য়াম্না নেম্বদগীনি। হৌজিক শীজিন্নরিবা থবোম্বীগী কেন্সর খঙদোক্লবগী তেস্তশিংদি



Prof Nir Peled | Prof Hossam Haick

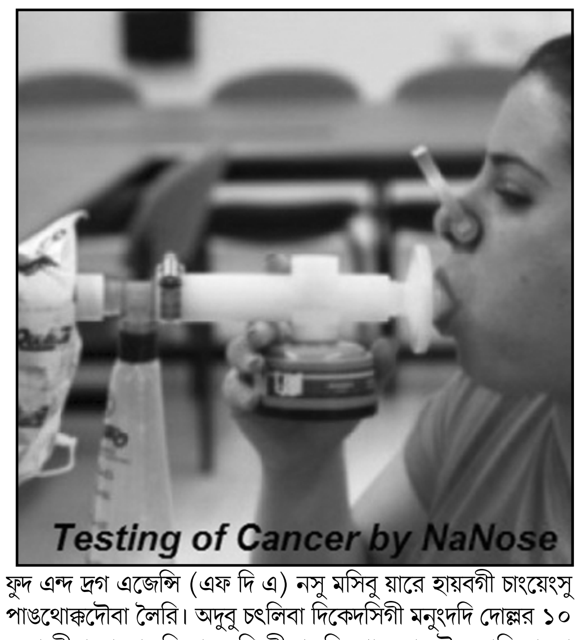
থবোম্বীগী এক্স-রে লৌবা, সি তি স্কেন, লো-দোজ হেলিকেল সি তি স্কেন (স্পাইরেল সি তি স্কেন), এম আর আই, পোজিত্রোন ইমিসন তোমোগ্রাফিনচিংবনি। করি করিগুম্বা মতমদদি ওপরেসন তৌবা, কম্প্যুতর শীজিন্নবা বাইওপসি ব্রোনকোস্কোপিনচিংবা তৌদুনা তেস্ত তৌবগী মথৌ তারকপসু য়াওই। মখোয়সিনা কেন্সরবু নৌরিঙৈদা খঙদোকপা ইঙম ঙমদে অদুগা হেন্না খুদোংচাদ্রিবসিনা পৈশা কা হেন্না চংবসিনি। অদুনা কেন্সরসিবু ঙল্লিঙৈদা খঙদোকপা ঙম্বা পাম্বৈ পুথোকপগী তঙাইফদবা লৈ। মসিগী মরমদা পৃথিবীগী তোঙান-তোঙানবা রিষর্চ সেন্তরশিংদা থিজিনবগী থবক লেপ্তুনা পায়খৎনরি।

অসুম্না থিজিল্লকপগী খুমাং চাওশিল্লকপা অমা ওইনা ইজরেল, অমেরিকা অমদি ব্রিতিসকী থিজিল্লোয়শিংনা থবোম্বীগী কেন্সরনা নৌরিঙৈদা খঙদোকপা ঙম্বা কাঙলোন অমা পুথোক্লে হায়বগী পাউদম অমা লৈরে। য়াম্না হেন্না নুংঙাইরিবনা কাঙলোনসিনা কেন্সরসি খঙদোকপদা মায় পাকপগী চাং য়াম্না ৱাংঙি হায়বদি ৯০% গী চাং ওই হায়বসিনি। মসিগা লোয়ননা কেন্সরদুগী চপ চাবা ফিভমসু তাকপা ঙম্মী হায়রি। পাউদমসি চিকাগোদা ফমখিবা *অমেরিকান সোসাইতি ওফ ক্লিনিকেল ওনকোলোজি কনফরেন্স* তা ফোঙদোকখি। নানোতেক্লোলোজিগী মতেংনা শাবা য়াম্না পীকপা নানোতেক চিপ য়াওবা খুৎলাই অমনা কেন্সরসিবু মশক খঙদোকপনি। খুৎলাইসিগী মমিং *‘নানোজ’ (নানোতেক্লোলোজি নোজ)* কৌই। মসি তেল অভিভ য়ুনিভর্সিতিগী সেকলর ফেকলতি ওফ মেদিসিনগী প্রোফেসর নির পেলেদ, তেক্নিওন-ইজরেল ইনস্তিত্যুত ওফ তেক্লোলোজিগী প্রোফেসর হোসাম হায়ক অমদি য়ুনিভর্সিতি ওফ কোলোরাদো স্কুল ওফ মেদিসিনগী প্রোফেসর ফ্রেদ হির্সচনা পুথোকখিবনি। মসিদা মরুওইবা থৌদাং লৌরিবনা তেক্নিওনগী হোসাম হায়ক্লি। মহাক্লা নানোজবু ইং ২০০৭ তগী শেমগৎপা হৌরকখিবনি।

থবোম্বীগী কেন্সরনা নারবা মী অমবু নানোজনা করম্না খঙবা ঙম্বগে হায়বসি ইচম চম্বা ৱাফম ওইবনি। লুরিবদি নানোজগী সেন্সিতিভ ওইবগী চাংদুনি। থবোম্বীগী কেন্সরনা নারবা মী অমনা হোন্দোরকপা শ্বরদা য়াওবা কেমিকেলশিংগা কেন্সরসিনা নাদবা মী অমনা হোন্দোরকপা শ্বরদা য়াওবা কেমিকেলশিংগা খেন্নে। মরুওইনা কেন্সরসিনা নারবা মীনা হোন্দোরকপা শ্বরদা অকক্লবা ভোলাতাইল ওর্গানিক কম্পাউন্দ (ভি ও সি) শিং য়াওরকই। অদুগুম্বা কম্পাউন্দশিংবু য়াম্না সেন্সিতিভ ওইবা নানোচিপ অমনা মশক খঙদোকই। নানোচিপ হাপ্লবা নানোজদু তেস্ত তৌগদৌরিবা মীদুগী মচিন্না উমশিল্লি। অদুগা মীদুনা শ্বর হোন্দোরকপদা য়াওরকপা কেমিকেল লিশিংমুক নানোজনা মশক তাকপা ঙম্মী। অসিগুম্বা কেমিকেলশিংবু এনলাইসিস তৌরগা মীওইদু কেন্সর লৈ নৎত্রগা লৈতে হায়বা খঙবা ঙম্মী।

প্রোফেসর পেলেদনা ফোঙদোকপগী মতুংইন্না কেন্সর সেলশিংনা তোপ-তোপ্পা কেমিকেলশিং থাদোরকপদা নত্তনা, কেন্সরদুগী স্তেজ খেন্নবগী মতুংইন্না থাদোরক্লিবা কেমিকেলশিংগী মতিক মগুনসু খেন্নে হায়রি। অদুনা নানোজনা কেন্সরদুগী স্তেজবুসু য়াম্না লাইনা খঙহনবা ঙম্মী। কেন্সরনা নারবা মী মঙা খুদীংগী মরিদা লৈরিবা কেন্সরদুনা মীদুবু শিহনবা য়াবগী চাং য়ৌরে নৎত্রগা য়ৌদ্রি হায়বদুসু খঙহনবা ঙম্মী হায়রি। মসিগা লোয়ননা কেন্সরসিনা নাদ্রিবা মী অমগা অহানবা স্তেজদা লৈরিবা মী অমগগী মরক্তা ৮৫%, নাদ্রিবা মী অমগা এদভান্স স্তেজদা লৈরবা মী অমগা ৮২% অদুগা অহানবা স্তেজদা লৈরবা মীগা এদভান্স স্তেজদা লৈরবা মীগা ৭৯% য়াম্না মরিক চুম্না খন্দোকপা ঙম্বগী ৱাফমসু ফোঙদোক্লি।

হৌজিক নানোজবু কৈথেলদা ফংহন্নবগীদমক তেক্নিওন-ইজরেল ইনস্তিত্যুত ওফ তেক্লোলোজি অমদি কার্বন নানোত্যুব শীজিন্নবা সেন্সরশিং শাবদা মমিং লৈরবা বোস্তোনদা বেজ তৌবা *অলফা সেন্সর* গা পুল্লগা হোৎনরি। মসিদা চহী মরি মঙাদি চংখিগদৌরি মরমদি নানোজগী চাওবগী চাংসি হন্থহনখিগনি, অদুগা মসিবু কম্প্যুতরগী য়ু এস বি পোর্ত অমদা শন্নগা য়াম্না লাইনা এনালাইসিস তৌবসু য়াহনখিগনি। অতোপ্পা অমনা



Testing of Cancer by NaNose

ফুদ এন্দ দ্রগ এজেন্সি (এফ দি এ) নসু মসিবু য়ারে হায়বগী চাংয়েংসু পাঙথোক্কদৌবা লৈরি। অদুবু চৎলিবা দিকেদসিগী মনুংদদি দোল্লর ১০ মুক্তা পীবা নানোজসি দাক্তরশিংগী খুত্তদি শোয়দনা য়ৌরক্লগনি হায়না পেলেদনা ফোঙদোক্লি। হৌজিকমক্কী ওইনদি নানোজগী মমলসি দোল্লর ১০,০০০ মুক ওইরি অদুবু মসি সি তি স্কেন অমদগীদি য়াম্না হন্থরবনি। অলফা সেন্সরগী সি ই ও, স্তেভি লর্নরনদি নানোজবু স্মার্তফোন নৎত্রগা তেব্লেত অমদা শমজিল্লগা মী খুদীংমক্লা শীজিন্নবা য়াহন্নবগী মঙ ফাওবা মঙলি। মসিগীসু মথক্তা নানোজগী কাঙলোনসিনা মলতিপল স্কেলেরোসিস, পার্কিসন’স দিজিজ, অদগা খোম, প্রোস্ত্রেত কেন্সরনচিংবা লায়নাশিংবুসু মশক খঙদোকপদা শীজিন্নবা য়ারক্কনি হায়বগী থাজবা থল্লি।

পাম্বীশিংদা তাবা লায়না-তিলনা ঙাকথোক্লবগী লমদা আই টি কেগী মফম

হান্নগী মখা ...

দো. খুমুকচম ইবোহল সিংহ

৪) অশংবা মনা/মহৈ ঈশিংদা শৌহল্লগা হীদাক শেম্বা :- হীদাক শেম্বা য়াবা পাম্বীগী মনা নৎত্রগা মহৈ শংনা কিলো ৪ লৌরগা ঈশিং লিটর ১০ দা পাত্র অমদা হাপ্লগা মৈ থাদুনা শৌহনগনি। হেক শৌবা উবদগী পারগা মিনিট ২০ লোম শুবদা লৌথরগা ঈংহল্লবা মতুংদা ফি অমনা চুমথোক্লগা হীদাক মহী লৌগনি। হায়রিবা মহী অসি লিটর ১ লৌরগা ঈশিং লিটর ১০ দা অমুক য়াল্লগা নুমিৎ ১০ নি কান্নরগা অনীরক অহুমলক পম্প অমনা খামেন অশিনবা য়াওনা মনা মশীং, হৱাইনচিংবা পাম্বী মহৈ/থরাক হুৎপী তিল (গ্রাম পোদ বোরর, হেলিকোভর্পা অর্মিজেরা) য়াম্না লাইনা ঙাকথোকপা ঙম্মী।

হায়রিবা হীদাক শেম্বগী মওং অসিগা চপ মান্ননা খামেন অশীনবা মখল মরী শাংনা শাংনা চৎলগা মহৈ মচা-মচা পানবা থারুদ্রবসু য়ুমলক্তা, লমহাঙদা পঙহৌদা হৌবশিং মহৈ হেক্তোক্লগা মরা য়াওহন্দনা পাম্বী পুরা ঈশিংদা লোল্লগা মথক্কী চাং অসিদা য়াল্লগা পম্প অমনা কোবী পাম্বীদা চাইবদা কোবীদা তাবা তীল মখল অয়াম্বা মাই পাক্লা ঙাকথোকপা ঙম্বগী চাংয়েং ইম্ফালদা লৈবা কোলেজ ওফ এগ্রিকলচরদা তৌখ্রে।

৫) ষণয়ুং শীজিন্নদুনা পাম্বীদগী হীদাক শেম্বা :- হীদাক শেম্বা য়াবা পাম্বীশিংগী মনা-মশা মরেং-মহৈশীং শংনা শুগাইরবা মতুংদা গ্রাম ৫০০ লৌরগা লৈবাক্লা শাবা চফু অমদা ষণয়ুং লিটর অমগা লোইননা মখুম খুমজিল্লগা উরুমদা থমগনি। অসুম্না হাপ্তা অহুম থম্বদা তীলহীদাক ওনগনি। অদুদগী ফি অমনা মপুং ফানা শুমদুনা চুমথোক্লগা তিলহীদাক ওইনা শীজিন্নবা য়াই। হায়রিবা মহী অসি মিলিলিটর ১২ দগী ১৫ রোম লৌরগা ঈশিং লিটর ১ গী চাংদা য়াল্ল-য়াল্লগা মনা-মশীংশিংদা তাবা তিল-কাং ঙাকথোক্লবা শীজিন্নবা য়াই। ফৌ অমদি হৈ-রা পাম্বীদা তাবা তিল ঙাকথোক্লবা হীদাক অসিগী মহী মিলিলিটর ৩০ ঈশিং লিটর অমগা য়াল্ল-য়াল্লগা কাপথোক্তুনা য়াম্না কান্ননা শীজিন্নবা য়াই।

অতোপ্পা মওং অমদা মথক্কী অসুম্না শেম্বা য়াই। হায়রিবা মওং অসিদনা ষণয়ুং লিটর অমা লৈবাক্লা শাবা চফুদা হীদাক শেম্বা য়াবা পাম্বীগী অশংবা মনা/মহৈশীং শুগাইরগা গ্রাম ৫০০ লৌরগা হাপচিল্লগা মখুম চেৎনা খুম্লগা লৈবাক মনুংদা নুমিৎ ২১ নি তীংলগা ফীনা চুমথোক্লবা মতুংদা শীজিন্নবা য়ারে। হীদাক মহী অসি প্লাষ্টিক্কী অহাংবা বোটল অমদা হাল্লগা অঈংবা অকংবা মফমদা থমদুনা তিল ঙাকথোকপগী শক্তি মাঙহন্দনা চহী অমা থম্বা য়াই। লৈবাক্তা ফুম্লগা শেম্বসিনা ময়াক কনবা হেনবনা ঈশিং লিটর অমগী চাংদা হীদাক মহী মিলিলিটর ৫ (মনা-মশীংদা চাইবগী) অদুগা মিলিলিটর ১০ (ফৌ অমদি হৈ-রাদা চাইবদনা) য়াল্ল-য়াল্লগা কাপ্পনা তিল-কাং মপুং ফানা ঙাকথোক্লবা শীজিন্নবা য়াই।

হায়রিবা মথক্কী ষণয়ুং শীজিন্নরগা শেম্বা হীদাক অসি পাম্বীদা কাপ্পা মতমদা তিল-কাং ঙাকথোকপদা নত্তনা পাম্বীদা ভিটামিন পীবগী থৌওংসু তৌবনা পাম্বীবু মশা-মউ ফনা অমদি চাওনা হৌহনবদসু মতেং পাংই। তৌবতবু হীদাক মখল অসি মনা মশীংনা লোক্কদবা নুমিৎ ১০ নিমুক্কী মনুংদা হীদাক মখল অসি কাপ্তবনা ফৈ। মসিনা হু য়াওরক্কনি হায়বগী ৱাফম নত্তে। হীদাক অসিনা পোথোকশিং (মনা-মশীং) গী মশক থীহনবা অমদি ষণয়ুং মনম নম্বদগী অরৈবা মীওইশিংদা হৈনদবা পোকহনবা য়াই।

৬) চনমদগী লায়নাগী হীদাক শেম্বা :- চনম মরু মকু লৌথোক্লবা মতুংদা গ্রাম ৩০০ মমুৎ তানা তকখাইরগা ঈশিং লিটর ১০ দা পুং ৮ দগী ১০ ফাওবা তীংলগা ফি অমনা শেংনা চুমথোক্লগা চাইবনা হৱাই, কোবী, খোঙদ্রুম, মাইরেন, মোরোক্লচিংবগী মনা-মহৈ অমদি অতৈ পাম্বীগী শরুক্তা কোকফাই শুজানা থোকহনবা পাওদর কাবী (পাওদর মিলডিউ) লায়না মাই পাক্লা ঙাকথোকপা ঙম্মী।

৭) চনম অমদি মোরোক তকখাইরগা হীদাক শেম্বা :- মোরোক অতেকপা কিলো ৭.৫ লৌরগা মখোক লৌথোক্লগা তকখাইরবা মতুংদা অহীং অমা (পুং ১০) ঈশিং লিটর ২৫ য়াওবা পাত্র অমদা তীংবা। অতোপ্পা পাত্র অমদনা চনম কিলো অমগা গ্রাম ২৫০ তকখাইরগা অহিং অমা কেরোসিন মিলিলিটর ৬২৫ দা তিংবা। তোঙান-তোঙানবা পাত্র অনীদা য়াওরিবা মহীশিং ফি অমনা চুমথোক্লগা থম্বা। অহুমশুবা পাত্র অমদনা ফিশু সাবন গ্রাম ৭৫ ঈশিং লিটর ১ দা তুমহনবা। হায়রিবা পোৎলম অহুম অসি মরিশুবা পাত্র অমদা পুন্না য়ানশীন্নরগা অমুক পুং ৬ কুম্বা থমগনি। তুংদা ফি অমনা ফজনা চুমথোক্লগা ঈশিং লিটর ২০০ দা য়াল্লগা পম্প অমদা হাল্লগা শঙম অমগী ফৌগী লৌফমদা চাইরবদি তিল-কাং ঙাকথোকপদা নত্তনা লায়না খরা ফাওবা ঙাকথোকপা ঙম্মী হায়দুনা ইম্ফালদা লৈবা কোলেজ ওফ এগ্রিকলচরদা চাংয়েং তৌদুনা উৎখরে।

৮) শৈজ্রাক্কী মরুদগী হীদাক মহী শেম্বা :- হৈজীং ফারবা শৈজ্রাক্কী মরু কিলো ৫ উরুমদা কংহল্লগা ফজনা মকু লৌথোক্লবা মতুংদা গ্রাইন্দর অমনা পাউদর তানা তকখায়রগা পাত্র অমদা ঈশিং লিটর ১০ গা লোয়ননা অহিং অমা তীংলগা উ মতেক অমনা শঙ্গোম মচু লাক্ত্রিবফাওবা ওৎখাইরগা ফি অমনা চুমথোক্তুনা মপং লৌথোক্লগা মহী লৌগনি। অসুম্না চুমথোক্লবা মপং লৌথোকখ্রবা মহী অসিদা অহেনবা ঈশিং হাপ্তুনা লিটর ১০০ ফাহনগনি। মসিগী মতুংদগী মিলিলিটর ১০ লৌরগা ঈশিং লিটর ১ গী চাংদা য়াল্ল-য়াল্লগা পাম্বীদা তাবা তীল-কাঙ ঙাকথোক্লবা মনা মখা অমদি মথক্তা কাপথোকপা য়াই। তৌবতবু অসিগুম্বা হীদাকসিদি শেল্লগা নুমিৎ নীনি ফানা থম্বা য়াদে তীল হাৎপা ঙম্বগী শক্তি মাংঙি। অদুনা পাম্বীদা তাবা তীল-কাং ঙাকথোক্লবা চাইগদবা নোংমা ৱাৎলিঙৈদা শেম্বীগনি।

৯) শৈজ্রাক্কী মহৈদগী পাওদর ওইবা হীদাক শেম্বা :- দরকারগী মতুং ইন্না হৈজিং ফারবা শৈজ্রাক মরু লৌরগা উরুমদা কংহল্লগা কুপ্পা তকখাইরগা শেমগনি। অসুম হায়না পাওদর তানা তকখায়রবা শৈজ্রক্কী মরুদগী শেম্বা হীদাক মফোল কিলো ৬/৭ শঙম অমগী লৌফমদা হৌবা মনা-মশীং, হৱাই-চেঙৱাইগী পাম্বীশিং শীন্থুংনা চাইথোক্কনি। হায়রিবা হীদাক অসি পাম্বীগী মশা-মরেংনা চোৎনা লৈবা মতম হায়বদি অয়ুক অঙনবা নৎত্রগা নুমিদাংৱাই অথেংবদা চাইগনি নৎত্রগদি তীল ঙাকথোক্লবা চাইগদৌরিবা পাওদর অদু লৈবাক্তা তাখিদুনা কান্নবা ফংলোই। হীদাক মখল অসি মরু-মরাঙ, হৱাই, মোরোক্লচিংবা লীবদা পাওদর গ্রাম ৩/৪ মরু কিলো অমগী চাংদা মমুৎ তানা তোৎলগা থমখিবদা তিল-কাং অমদি লায়না তাহন্দবদা য়াম্না চাউনা মতেং পাংই। হায়রিবা থৌওং অসি চারা অমদি চানবগীদমক্তা থম্বা আলু লীবদসু মথক্তা পীরিবা চাং অসিদা য়াল্লগা লীবদা য়াম্না কান্নবা ফংঙি।

অতৈ পোৎলমশিং শীজিন্নদুনা লায়না তিলনাগী হীদাক শেম্বা :-

১) ষণয়ুং অমদি ষম্থী অপেৎপা পুল্লগা হীদাক শেম্বা :- ষণয়ুং লিটর ১২ গা মিলিলিটর ৫০০ অমদি অনৌবা ষম্থী কিলো ১২ গা গ্রাম ৫০০ গা পুন্না লৈবাক্লা শাবা চাফুদা হাপ্লগা মসিগী মতুংদা ঈশিং লিটর ১২ গা মিলিলিটর ৫০০ হৈরগা ফজনা চৈ অমনা ওৎকনি। মখুম চেৎনা খুমদুনা অঈংবা-অকংবা উরুম লাংবা মফম অমদা চয়োল অমা পৎথ-পুমথনবা থমগনি। মরক-মরক্তা মখুম হাংদোক্লগা চৈ অমনা ওৎকনি। চায়োল অমগী মতুংদা ফি অমনা শেংনা চুমথোক্লগা লৌবা মহীদা শুনু গ্রাম ১০০ তুমহনগনি। অসিগুম্বা মহী অসি লিটর ১ ঈশিং লিটর ১০ দা য়াল্লগা লৌবুক্তা কাপথোকপনা তিল-কাং মপুং ফানা ঙাকথোকপা ঙম্মী। পরী ১গী লৌফমদা হীদাক মহী লিটর ৫০ চঙগনি।

মথং মথং...

ইন্টরনেসনেল ৱিদোস’ ডে

ববিনা এলাংবম

থৱায় পানবা জীব খুদিংমক জুরা শেমদুনা হিংঙি। মসি তাইবং শেম্বা মপুনা শেমলকপদা য়াওরকপা নুংগী ওইবা ইথিল অমননি হায়নসু লৌবা য়াই নৎত্রগনা বাইওলোজিকেল ওইবা ৱাহৈদনা- পা পি অনীগী মরক্তা অমনা অমবু পান্নবা ইহুল অমনা ওইহনবা অসিনচিংবা কয়া লৈখ্রে। জিবশিংগী লক্তা খ্বাইদগী অথোইবা জীবনি হায়না লৌনবা মীওইবদি লুহোংবগী পাম্বৈনা জুরা শেমদুনা য়ুম্বালবগী লম্বীদা খোঙদানৈ। অসিগুম্বা চৎনবীগা লোয়ননা নিতি নিয়ম কাইদনা য়ুম্বালবগী লম্বীদা খোঙদাবা মীওইদি সমাজগী মীনোক-মৈশা নংগন্দে। অদুবু কনা-কনাগুম্বগী য়ুম্বাল-পুন্সিদা লাইবক-থিবা থোকপা য়াওদবসু নৎতে -অমনা অমবু থাদোক্লম্বা, খাইনবা নৎত্রগা শিবা-নাবা য়াওবা। হোয়, শিবা-নাবা ’সিদি মীওইবনা থিংবা ঙমদবা ঈশ্বরগী খুৎশেমনি। য়ুম্বালবগী লম্বীদা খোঙদারবা নুপা অমগী লোয়নবী শিখি-নাখিবা থোকপদা মহাক্তি সমাজগী ওইবা মীনোক-মৈশা নংদে হায়বা য়াই। মহাক্লা মহাক্কী লোয়নবী কায়নবদা (শিখিবদা) খাংঙমদ্রবা চৈনাদি শোইদনা ফংগনি, অৱাৎপা অদু কনানসু মেনশিনবা ঙমদবা অমা ওইদুনা মপুন্সি চুপ্পা অৱাবগী ঈরোলনুংদা তাদুনা পুন্সি লেনখিবা মীওইসু লৈতবদি নৎতে। অদুমক ওইদুনসু পাখ্রা (নুপী লৈখিদ্রবা নুপা) অমদদি সমাজগী ওইবা মীনোক-মৈশাদি লৈতে। অদুবু মপুরোইবা লৈখিদ্রবী নুপীদি সমাজগী ওইবা মীনোক-মৈশা কয়া খাংঙি। অশম্বা খুদম অমা পল্লবদা মমাঙ মতমদা ভারত্তা মপুরোইবা লৈখিদ্রবা লুখ্রাবীবু সতি ধর্ম্ম ঙাক্লবগীদমক মপুরোইবগী অচাকপা মৈনুংদা লংশিনলি। মসিদা নৎতে, সমাজগী ওইবা থবক থৌরম অমত্তদা মখোয় য়াওহন্দে- লাইশঙদা চঙহন্দে, অফবা চীঞ্জাক পীজনরমদে, তিলহৌ-চনম চাবদা অথিংবা থম্লম্মি। অথিবা-ৱাহৈ ৱাতানা চৈবী। মখোয়বু উরগা অফবা মঙ্গাল লৈতে হায়বি। চাউখৎলকপগী মতুংইন্না অহোংবা কয়া লাক্লে, মসিমক্কী ৱাখল্লোনিদ সমাজদা উবা থোইনা ফংদ্রে। অদুবু লুখ্রাবী ওইবীশিংনা ঙসি ঙসিমকসু অৱাবদি থেংনরি। নুপীবু নুপাগী মরুম থুপ্তুনা হিংগদবনি হায়বা ৱাখল্লোন, হকচাংগী মপাঙ্গল শোনবা অমসুং সমাজগী ওইবা চৎনবীগী লীপুন কয়ানা মরম ওইদুনা নুপীনা নাইতোম হিংবা পাম্নদে। ঈশ্বরগী ওইবা খুৎশেম্না নুপাদগী নুপীনা হেন্না থোৎনৌই, পুক্লিং হুবা ঙম্বা গুন লোইনৈ অমদি হকচংগী ওইবা শাথেক্লা-ওপ্পোজিট সেক্সকী পুক্লিং চিংশিনবা ঙম্মী। অসিগুম্বা নীংথিরবা শক্তম্না লৈতেংবা নুপী ওইবীনা মপুরোইবা শিদুনা লুখ্রাবীশিংদা চল্লবা মতমদা কল্লক-মীহৌবগী অয়াকপা মীৎয়েং থেংনবগী ঈ-পাউ মীয়াম্না তোয়না তারি। পৃথিবীগী ওইনা লুখ্রাবী মিলিয়ন ১০০ রোমগী মথক্তা লাইরবগী পনখৈদা লৈদুনা অৱাবা খাংলি, লুখ্রাবী মিলিয়ন ৮১ রোম্না ওৎ-নৈবীবা, সমাজদগী নাইতোম তাহনবা, পুক্লিং ঈহুলবু শান্নবীবা করেম্নবা মতুংদা হুন্দোক্লম্বা থৌদোক কয়াগী রিপোর্ট লৈ। মশীং থিঙমদ্রবা লুখ্রাবী কয়াবু নমদুনা ঈজৎ মাঙহন্নবা হোৎনবা, ওৎ-নৈবীবা, হাংতোকপীবা, নম্ফু-হাফুদা ওক্তবা লীচৎ চৎনবা লম্বীদা পুশিন্নবা থৌরাংবা, মশাগী অপাম্বগী মায়োক্তা অমুক হন্না লুহোংনবা থৌরাংবা, ফিজিকেল এন্দ সাইকোলোজিকেল এব্যুজ তৌবীবা ঐখোয়না উরি, থেংনরি। মথক্তা পনখ্রিবা থৌওংশিংসি মীওইবগী হক-খোঙ্গোইনবা (হ্যুমেন রাইটস ভাইওলেসন) নি।

লুখ্রাবীদা থল্লিবা সমাজগী অখুবা মীৎয়েংদগী অহোংবা পুরক্লবা হোৎনবদা পৃথিবীগী ওইবা মীৎয়েং থল্লক্লি। লমসিদা অহানবা খোঙদাখিবা লৈবাক্তি য়ুরোপনা ওইরি। লন্দনদা লৈবা দ লূম্বা ফাউন্দেসন কৌবা ওর্গনাইজেসনন‍া ইং ২০০৫ দা অহানবা ইন্টরনেসনেল ৱিদোস’ ডে পাঙথোকখি। ফাউন্দেসন অসিগী ফাউন্দর ওইখিবী পুস্পা ৱাটি লূম্বা ইং ১৯৫৪ গী জুন ২৩ দা লুখ্রাবী শিংদা চনখি। মহাক্লা লুখ্রাবী ওইখিবা নুমিৎ জুন ২৩ বু লৌদুনা ঙসিফাওবদা নুমিৎসিদা ইন্টরনেসনেল ৱিদোস’ ডে পালন তৌই। মহাক্লা তাইবংদা হিংলিঙৈদা নুপী অঙাংগী য়াইফনবা থবক-থৌরম কয়া তৌখি। ফাউন্দেসন’সিনা চহী কয়া হোৎনজরবা মতুং ইং ২০১০ গী দিসেম্বর ২১ দা য়ুনাইটেদ নেসন্স জেনরেল এসেমব্লিনা জুন ২৩ দা পাঙথোকপা ইন্টরনেসনেল ৱিদোস’ ডে শকখঙখি। লোয়ননা য়ুনাইটেদ নেসন্সকী মেম্বর ষ্টেটস, য়ু এনগী বোদিশিং, ইন্টরনেসনেল অমসুং রিজনেল ওর্গনাইজেসনশিংগী পুক্লিং চিংশিন্দুনা চহী খুদিংগী জুন ২৩ বু লুখ্রাবী অমসুং অঙাংগী ফীভম ফগৎনবা থবক পাঙথোক্লবা য়াথং পীখি। ইং ২০১১ গী জুন ২৩ দগী অহানবা ওইনা ইন্টরনেসনেল ৱিদোস’ ডে মালেমগী লৈবাকশিংদা পাঙথোক্লখি।

য়ু এনগী সেক্রেটরি জেনরেল বান কি-মুননা হায়খি, "No women should lose her rights when she loses her husband, ... Let us use International Widow's Day to advocate for the rights of all widows so they can enjoy better lives and realize their great potential to contribute to our world."

পৃথিবীগী ওইনা লুখ্রবী মিলিয়ন ২৪৫ অমসুং অঙাং মিলিয়ন ৫০০ হেনবনা চৈথেং খাংলি, লুখ্রাবী মিলিয়ন ১১৫ রোম্না লাইরবগী পনখৈদা লৈদুনা হিংনবগী লানফমদা অৱাবা খাংলি। মচা-মশু নীংথিনা য়োকপী-থাকপীবা ঙমদবনা তিঞ্জং-কাইজংবা ওইরি, চহী নৌরিবা লুখ্রবী কয়াবু হ্যুমেন ট্রাফিক্কিং তৌবা, ঈজৎ মাঙহনবা থৌদোক কয়া থোকই হায়নসু য়ু এনগী রিপোর্টনা পল্লি।

ইন্দিয়াদা লুখ্রাবী মিলিয়ন ৪০০ লৈ, মীওই (লুখ্রাবী) ১৫,০০০ রোম্না বৃন্দাবন্দা লৈবা শ্রী রাধা কৃষ্ণগী খুয়াদা চঙজদুনা পুন্সি লেল্লি। ওম শান্তি ওল্ড এজ হোম সরকারনা চলাইবা হোম কয়াদসু চহী য়াম্লবা লুখ্রাবীশিংনা চঙজফম লৌরি। ইন্দিয়াগী গভর্নমেন্টকী দিপার্টমেন্ট ওফ ৱিমেন এন্দ চাইল্ড দিভলপমেন্টনা লুখ্রাবী অমদি অঙাংগী য়াইফনবা থৌরাং পায়খৎলি। অদুবু মদুমক্লা মখোয়গী দরকার ওইবা পোৎলম খুদিংমক পিবা ঙল্লব্রা হায়বা ৱাহংদি তোয়না হংনরি। Delhi Pension Scheme to Women in Distress (Widows, Divorced, Separated, Destitute, Abandoned Women) অসি গভর্নমেন্ট ওফ এন সি টি ওফ দিল্লিনা ইং ২০০৭ দগী হৌদোক্তুনা দিল্লিদা লৈবা হিংনবগী অতোপ্পা পাম্বৈ লৈজদ্রবা লুখ্রবী মশাগী চহী ২৮ দগী ৬০ ফাওবগী মনুংদা লৈবদা থাগী লুপা ১৫০০ পেন্সন পীবা হৌদোকখি। পীরিবা শেনফম অসিনা মখোয়দা মতেং অমদি ওইনরি অদুবু মীওই অমনা হিংবদা চংবা খুদিংমক্তি শেনফম অসিদগী ফংবদি ওইথোক্তে। মখোয়না পাম্লিবদি মখোয়গী মফমদা সমাজনা য়েংলিবা হন্থবা মীৎয়েং অদু থাদোক্লগা মান্নবা সমাজ অমদা তোৎন-তিন্ননা হিংবা অদুনি। ইন্টরনেসনেল ৱিদোস’ ডে পাঙথোকপগী নুংগী ওইবা ৱাফম অমসু মসিনি।

মসি’মগা ঃ
মীওই কয়ানা মখোয়গী খুলায়শিংগী খুৎলায়শিং ওইরকই।
--- হেনরী মেকদোনাল্ড