জগোয় হৈত্রগা শুমাংদা তায়নৈ হায়খিদনবা হোৎনসি

থম্মোয় পাউদম | ও সি মৈরা

লাইরিক পাবা হায়বসি অৱাবা থবক অমনি। অঙাংদি লাইৱদনা অহল ফাওবা লাইরিক পাবা তনবদগী পানদ্রিবনি। অঙাংশিংদনা তুংগী অফবা মী ওইনবগীদমক্নি হায়দুনা নমদুনা লাইরিক পাহনবগী ৱানি। পীক্তা পীক্লিবা অঙাংশিংদদি নম-নমদুনা লাইরিক পাহনবা হায়বসি তৌদবা য়াদ্রবা অমনি। অদুবু ৱাখল খনবা ঙল্লবা, মপুং মরৈ ফারবা অঙাংশিংদা নমদুনা লাইরিক পাহনবনা করিসু কান্নবা পুরক্কদবা নত্তে। লাইরিক হায়বসিদি মীওই খরনা ঙাঙননবগী মচাক থিনবা পায়। মীওই খরনা ইবগী মচাক থিনবা পায়। অদুগা মীওই খরা অমনা পুন্সিদা মপুং ফাবা মী ওইনবগীদমক লৌশিং কয়া তানশিন্দবা য়াদে খল্লগা অতম্ননা লাইরিক পায়। ঙাঙনবা নৎত্রগা ইনবা লাইরিক পাবা নত্তবা, হোবি অমা ওইনা লাইরিক পাবা মীসু লৈরি। লাইরিক পাবা মীগা পাদবা মীগগী মরক্তা য়াম্না খেন্নবা লৈগনি হায়বসিদি পুম্নমক্না য়ানরবা ৱাফমনি। ফনা য়াম্না চাউখৎলে হায়রিবা লৈবাক ফাওবদা লাইরিক হায়বসিদি পাদনা তোক্তে। চাউখৎলবা লৈবাকশিংদদি মীওই অমনা পাবা লোইরবা লাইরিক মীওই অদুগী থোঙ্গালদা থেৎলগা থল্লগা মীয়াম্না লাইরিক অসি পাবীখো হায়না ইরগা থম্মী হায়বা ৱাফম কয়া লৈরিবনি। হায়রিবা ৱাফম অসি প্রোফেসার নোংমাইথেম তোম্বীনা ঙাঙবা ৱাফমদা তোয়না পল্লিবনি। মহৈরোয়শিংদা লাইরিক পাহনবা হায়বসিদি ওজা অমসুং গার্জিয়ানশিংগী চাউরবা যৌদাং লৈ। তীন্নবা মমান্নবশিংনসু লাইরিক পানিংহন্নবগী পূক্লিং-ইথিল পোকহল্লি। অফবা মহৈরোয় পুথোকপদা খ্বাইদগী মরুওইরিবসি কৈরোয়-লৈকায়নি। কৈরোয়-লৈকায়নবু ফৎত্রবদি অফবা মহৈরোয় থোরকপগী চাং নেম্মী। মরম অসিননি কৈরোয়-লৈকায় শেমদনা খুন্নাই অমা শেম্না য়ারোই হায়দুনা লৈকায় খুদিংগী ক্লব অমসুং লন্নাই এন জি ওশিং লিংখৎনরিবসি।

লাইরিক পাবগা শান্ন-খোৎনবগা করিগুম্বা মতমদা ফাক চৎনৈ। ফনা য়াম্না চয়েৎনবা লৈরবসু হায়রিবা অনী অসিদি মহৈরোয় অমগী পূন্সিদা থেংনদবা শুকয়ামক য়াদ্রবা যৌদৌনি। মতাং অসিদনি করম্না লাইরিক পাগদগে হায়বগী ৱাফম অমা লাক্লিবসি। বেঙ্ককী মেনেজরশিংনা বেঙ্কতা শেল করম্না তুংশিনগনি অমসুং শেল করম্না লৌথোক্লগা অফবা মায়কৈদা শীজিন্নগদগে হায়বসিগী মরমদা তোয়না হায়দুনা লৈরিবনি। বেঙ্ককী মথৌনা শেল লৌশিনবা অমসুং শান্দোকপনি। শেন্দোং লৈনা হিংনবা হোৎনবদা বেঙ্ককী মীওইশিং মতম পুম্ন মক্তা কোক শাদুনা লৈরিবনি। অসিগুম্বা চৈরক অসিদা টাইম বেঙ্ক হায়বা ৱাফম অমসুং থোরক্লি। মতমবু লিক্লা শীজিন্নবা মীওইশিংতনা অফবা মী ওইগদবনি হায়দুনা চেৎনা থাজবা মীওই কয়া লমদমসিদা লৈরি। মতম ঙাক্ল া শীজিন্নদবগী চৎনবী ৱাহৈ ওনখ্রবা মীতৈ পুং হায়বসি মুখৎকদবনি। মতম ঙাক্লদববু মীতৈ পুংনি হায়জিল্লগা চাউখৎপা থিন্থহনবা য়ারোই হায়না খঞ্জবা মীওই কয়া লমদমসিদা নোংম-নোংমগী মশীং হেনগৎলক্লি।

লাইশ্রম নবকিশ্বর, পদ্মশ্রীনা মতম ঙাক্তে হায়দুনা যৌরম কয়া য়াওরমদনা হনখিবা লৈখ্রে। আসাম য়ুনিভর্সিটিদা মণিপুরী দিপার্টমেন্টকী প্রোফেসার ওইরিবা এন শরতচন্দ্রনা দিপার্টমেন্ট অসিগী হেদ ওইরিঙৈ মতমদা পাঙথোকপা মহৈরোয়শিংনা শিনবা যৌরম অমদা মতম ঙাক্তে হায়দুনা যৌরমদুগী চীফ গেষ্ট ওইগদবা মহাক্লা মহাক্কী ক্বার্টরদা হনখিবগী ৱারী ঙসি ফাওবা লিনরি। মণিপুরদা নোংচুপ হারম খোর্জৈলুপনা শীনবা যৌরম ওইরবদি মতম চানা হৌই হায়বা খঞনখিবদগী মখোয়গী যৌরমদদি নংহৌররোই হায়দুনা হোবে-হোবে চেন্নবসু মীয়াম্না হেন্না খঞনরিবনি। মতম হায়বসিদি চেকশিন্না শীজিন্নবা তারবদি মতম লেমহনবদা করিসু নত্তে হায়না খঞ্জবা মীওইশিংগী মনুংদা কে এম ব্লমিং হায়র সেকেন্দরি স্কুলগী ফাউন্দর মেঞ্জোর মঙাঙসু অমনি। মহাক্লা থবক অমা তৌরিঙৈ মতমদা থবক অমগী ৱাখল খন্নবা হোৎনৈ। মথক্তা পঞ্জরিবা খরা অসিনা খুদমগী ৱানি। মতম ঙাক্লা চৎলিবা মীওইশিংগী অশাংবা মিংগী পরিং অমা শেম্বা হায়বসিদি কনানসু ঙমগদবা নত্তে। অহল ওইরবশিংনা মতম ঙাক্লা চৎপগী হৈনবী লৈরকপা অসুম্না মহৈরোয়শিংনসু মতম চানা থবক পাঙথোকহৌবগী তঙাইফদবা লৈ। ইগজাম ময়াদা হরাউ-কুম্ফৈ থিংজিল্লগা লাইরিক পাগনি হায়না খনবা অসিদি অরানবা ৱাখলনি। লাইরিক হায়বসিদি অকক্লবা মতম অমদা পারগে হায়না পাকথরগা পারগা খঙহৈ হেক্তা হৈগৎলক্কদবা নত্তে। লিশাং শিৎনা চথ্বা থবক অমগুম্ননি। হৌজিক্তি ইগজাম ময়া নকশিল্লক্লে হায়দুনা মেত্রিক অমসুং টুয়েল্ক্কী ইগজাম থাগদৌরিবা মহৈরোয়শিংনা লাইরিক পানরি। মহৈরোয়শিংনা লাইরিক পারিঙৈ মনুংদা অয়েৎ অপন থোক্তনবগীদমক হরাউ-কুম্ফৈ থিংলি। মসিসু মণিপুরগী অঙকপা অমনি। ইগজাম পাঙথোক্কদৌরি হায়দুনা হরাউ-কুম্ফৈ লেপহনবা হায়বসি মালেমগী মফম অমত্তদা তৌদবা থবক্লি। অদুগা করিবু হরাউ-কুম্ফৈ কৌগদগে নৎত্রগনা করিবুনা কৌরোইদগে হায়বসিসু নৈনবা য়ারিবা অমনি। করিগুম্বা মতমদা শুমাং লীলা হায়বসি মীদিয়াগী পার্ট অমনি, ফিল্মসু মীদিয়ানি হায়না তোয়না হায়খিবা পুম্নমক্না তানরিবনি। মীদিয়ানি হায়রিবা শুমাং লীলা অমসুং ফিল্ম থিংলগা অফবা মহৈরোয় হেক্তা থোক্ক ক্কদবা নত্তে। মসিদি মহৈরোয়শিংনা পূক্লিং লৈতোনা লাইরিক পারবা মতমদা ফংগদবা অফবা মহৈনি। শুমাং লীলা, ফিল্ম অমসুং ঈশৈ মতম খরা লেপ্পদা আর্টিষ্টশিংনা অৱাবা খরা মায়োক্ক রবসু মহৈরোয় খুন্নাই কন্নবনি। হায়রিবা লমশিং অসিদা লৈরিবা মীওইশিংনা মহৈরোয়শিংগীদমক কথোক্কবনিনা মহৈরোয়শিংনসু মখোয়গী খুৎতা ফংলিবা মতমশিংলেম্মা মাঙহন্দনবা হোৎনবা মথৌ তাই।

লৌশিং পুক্কে

তূম্বা ৱাৎপা নুপীশিং দাইবেটিসকী রিস্ক ৱাংই

অনৌবা ষ্টদিগী রিপোর্ট অমগী মতুংইন্না নুমীদাং তূম্বা ৱাৎপা নুপীশিং টাইপ-টু দাইবেটিস নারকপা য়াবগী রিস্ক ৱাংনা লৈ হায়বা খঙলে।

হার্ভার্দ স্কুল ওফ পব্লিক হেল্থ্না নুপীশিংগী ওইবা তূম্বগী মওং মতৌ থিজিন্দুনা য়েংলম্মী। মদুদা মপুং ফানা তূম্বা য়াদবা, তোয়না নাখোকপা, পুং ৬ য়ৌনা তূমদবা অমসুং মীৎকপ তোয়না থোক্কনবনচিংবা স্লিপিং প্রোব্লেম মায়োক্কবা নুপীশিং টাইপ-টু দাইবেটিসকী রিস্ক ৱাংই হায়বা খঙলকখি। রিছার্চরশিংনা নুপী ১,৩৩,৩৫৩ দা ষ্টদি অনী চথখি। হায়রিবা নুপীশিং অদু দাইবেটিস কার্দিওভাস্ক্যুলর দিজিজ অমসুং কেন্সরনচিংবা লায়না অমত্তা নাদবা মশা-মউফবা নুপী ঙাক্তনি। পাক হেক তূমথবা য়াদবা, ঙাইহাক তূম্লরগা তোয়না মীৎকপ থোক্কনবা অমসুং অহিং চুপ্পা তূম্বা য়াদবা হায়বনচিংবা স্লিপিং প্রোব্লেমশিংনা নুপী ওইবীশিংদা করি অকায়বা থোকহল্লকপগে হায়বদু খঙদোক্ল বগীদমক ষ্টদি চখ্থিবনি।

ষ্টদি অদুবু লুচিংখিবা রিছার্চর য়ানপিং, লিনা হায়খি, নুমীদাং মপুং ফানা তূম্বা য়াদবা নুপীশিং টাইপ-টু দাইবেটিস নারকপা য়াবগী রিস্ক ৱাংনা লৈ। টাইপ-টু দাইবেটিস ঙাকথোক্লবগীদমক নুমীদাং মপুং ফানা তূম্বা মথৌ তাই হায়না পল্লদুনা রিছার্চরশিংনা হায়খি, ক্লিনিকেল ফিজিসিয়ান অমসুং পব্লিক হেল্থ্ রিছার্চরশিংনা দাইবেটিস ঙাকথোক্লবগী যৌরাং লৌখৎপদা ৱাফম অসি খঙজিনবা কান্নগনি। ষ্টদিগী রিপোর্ট অসি দাইবেটোলোজিয়া জর্নেলদা হন্দক্তা ফোঙলকখিবনি।

অমরোমদা, অমেরিকান একাদেমী ওফ স্লিপ মেদিসিননা পাঙথোকখিবা ষ্টদি অমগী রিপোর্টনা হায়খ্রে মদুদি মীওইবগী চাবা-থকপগী মওং মতৌনা তূম্বদা অকায়বা থোকহল্লকই। ফাইবরগী চাং নেম্না চাবগা লোয়ননা সেচুরেটেড ফেট অমসুং চিনিগী চাং ৱাংনা চাবা মীওইশিং মপুং ফানা তূম্বা য়াগন্দে।

মীওইবগী চাকচা-য়ুথক শোয়রবদি তূম্বদা অকায়বা থোকহল্লকই হায়না ষ্টদি অদুবু লুচিংখিবা মেরি-পিয়রনা ফোঙদোকখি। নোংমত্তং ওইরবসু ফাইবরগী চাং নেম্না চাবগা লোয়ননা ফেটকী শরুক কা-হেন্না চারবদি তূম্বদা অকায়বা থোকহল্লি।

নীংথিনা খঙ-হৈরবা ন্যুট্রিশনিষ্ট অমগী পাউতাক মতুংইন্না অখন্নবা চীঞ্জাক চাবা মতমদা তূম্বা নুংঙাইহল্লি হায়বা রিছার্চরশিংনা খঙলকখি। ষ্টদিদা শরুক য়াখিবা মীওইশিংনা মশা-মশাগী অপাম্বা মওংদা চানিং-চানিংবা চীঞ্জাক চারগা তুম্লবা হোৎনবদা মিনিট ২৯ দি চঙলম্মী। অদুবু ফেটকী চাং নেম্বগা লোয়ননা প্রোটিনগী শরুক য়াম্না য়াওবা চীঞ্জাক পীজবা মতমদদি মিনিট ১৭ কী মনুংদা তূমথখিরম্মী।

জর্নেল ওফ ক্লিনিকেল স্লিপ মেদিসিনদা ফোঙলকখিবা ষ্টদিগী রিপোর্টনা হায়খি, তূম্বা য়াগন্দবা মীওইশিংনা পূন্সি মহিং অমসুং চাকচা-য়ুথক শেমদোকপা মথৌ তাই। অমরোমদা, য়ুনিভর্সিটি ওফ চিকাগোদা মেদিসিনগী এসোসিয়েট প্রোফেসার ওইবা এসরা টসালিনা হায়খ্রে মদুদি অয়াম্বা মতমদা তূমশিৎ ফাদবা (তূম্বা ৱাৎপা) মীওইশিংনা মরক-মরক্তা মতম খরা হেন্না শাংথনা তূম্বা মথৌ তাই। নোংমগী খজিক খজিক তূম্বা ৱাৎখিবা অদুনা দাইবেটিসকী রিস্ক হেনগৎহল্লকই। অদুবু চয়োল অমগী মনুংদা অমুক্তং ওইরবসু মতম খরা হেন্না শাংনা তূমদুনা ৱাৎখিবা শরুকশিং মেনখৎপা ঙল্লবদি থোইদোক্লা খুদোংথিনিংঙাই ওইদে হায়রি।

য়ুনিভর্সিটি ওফ কোলোরেদোগী এসিষ্টেন্ট প্রোফেসার জোসেন ব্রোসার্দনা হায়খি, নোংমদা পুং ৪ রোম তূম্বা ৱাৎপদা ইন্সুলিননা ব্লদ সুগর রেগ্যুলেট তৌবা ঙম্বগী চাং চাদা ২৩ হন্থরকই। মসিনা দাইবেটিসকী রিস্ক চাদা ১৬ হেনগৎহল্লি। অদুবু নোংমা ৱাৎহৌবা শরুক অদু অতোপ্পা থংনবা নুমীৎতা মেনখৎতুনা মতম খরা শাংনা তুম্লবদি দাইবেটিসকী রিস্ক হন্থরকই। ষ্টদিগী রিপোর্ট অসি দাইবেটিস ক্যের জর্নেলদা হন্দক্তা ফোঙলকখিবনি।

অমরোমদা, রটজরস য়ুনিভর্সিটিনা পাঙথোকখিবা ষ্টদি অমগী রিপোর্টনা হায়খ্রে মদুদি নুমীদাং তূম্লমদাইদা মোবাইল ফোন পায়দুনা টেক্সট মেসেজ থাবা নৎত্রগা ইন্টরনেট শীজিন্নবা তারবদি তূম্বদা অকায়বা থোকহল্লি। স্মার্টফোন অমদি টেব্লেটতগী থক্তোরকপা ইগোক মুচ্গী মঙালনা হকচাং মনুংদা মেলাটোনিন কৌবা হোর্মোন মখল অমা থাদোরকপগী যৌওংদা অকায়বা থোকহন্দুনা তূম্বা য়াহন্দবনি। মসিনা অঙাংশিংগী মহৈ-মশিন তম্বদসু অকায়বা পীরকই হায়রি। ষ্টদিগী রিপোর্ট অসি জর্নেল ওফ চাইল্ড ন্যুরোলোজিদা হন্দক্তা ফোঙলকখিবনি।

অপূনবা আর্টিষ্ট এসোসিএসনগী *পিরাংসিনা কংদ্রিঙৈ* উৎখ্রে

দিকেদ অমগী মমাঙদা মীয়াম্না য়াম্না পাম্লখিবা শুমাং লীলাগী আর্টিষ্টশিংগী মনুংদা নরেন্দ্র নিঙোম্বসু অমনি। চোংথোক-চোংশিন কল্লি হায়নরিবা শুমাং লীলা আর্টিষ্টশিংগী মরক্তা চোংথোক-চোংশিন লৈখিদবা আর্টিষ্ট অমসুনি। মহাক্লা শুমাং লীলাগী আর্টিষ্ট ওইবা লেপখিবা অসি চহী ১৩ মপুং ফারক্লে। শুমাং লীলাগী আর্টিষ্ট ওইবা তোক্লবসু শুমাং লীলাগী দিরেক্টর অমা ওইনা লৈরি। নুপী শুমাং লীলা কয়াদা দিরেক্টর ওইখ্রবা মীশকনি। নুপাশিংনা শান্নবা শুমাং লীলাদসু তোঙান-তোঙানবা লীলা কয়াগী দিরেক্সন পীখ্রে। মহাক্লা দিরেক্সন পীবা শুমাং লীলাশিংগী মনুংদা অপূনবা আর্টিষ্ট এসোসিএসন্না শান্নবা *পিরাংসিনা কংদ্রিঙৈ* হায়রিবা অসিসু অমনি।

লীলা অসি মণিপুর ষ্টেট শুমাং লীলা কাউন্সীলনা শীন্দুনা ইবোয়াইমা শুমাং লীলা শঙলেন্দা পাঙথোক্লিবা ১২ শুবা শুমাং লীলা নিংথম কুম্ফৈগী ৯শুবা সো ওইনা ঙসি নুংথিল অপূনবা আর্টিষ্ট এসোসিএসনগী লীলা কাঙবুনা শান্নদুনা উৎখ্রে। লীলা অসিগী নুংগী পাউজেলদি তাইবঙপান হায়বসি মীওই কাঙলুপ অনীনা খুল্লিংবনি হায়না লৌনরম্মী। নুপা অমসুং নুপী হায়বসিনা তাইবঙপান শেল্লিবনি। হৌজিক্তি নুপা অমসুং নুপীগী মথক্তা অতোপ্পা থর্দ জেন্দর হায়বা অমসু থোরক্তবদি নত্তে। অসিগুম্বা জেন্দরশিং অসিনা তাইবঙপান অসিদা পুন্না লৈমিন্নরি। লৈমিন্নরিবশিংনা কাঙলেন অমা য়াৎথোক্তুনা থল্লিবসি। চৎন-কাঙলোন অসি ঙাকপা ঙমদবশিংনা খুন্নাইসিনা য়েক্লবা ওইনা লৌরকপা হায়বসিদি মশানা তাবনি। চৎন-কাঙলোন ঙাক্তবা মীওইশিংনা পীরকপা চৈথেংনা খুন্নাইসিগী মীওইনা পুন্না ফংমিন্নরি। অৱাবতা মশরুক ওইরবা মীওই কয়াগী ৱারী লীথোকপা ঙমদনা লৈনরি। ৱারীশিং অদুগী মনুংদা পিরাং কংদ্রিবী অমগী ৱারীসু য়াওদবা নত্তে। পিরাং শিন্থদুনতা লৈরবী অমগী ৱাহৈনি *পিরাংসিনা কংদ্রিঙৈ*।

লীলা অসি লাই হেমন্তনা ইরগা নরেন্দ্র নিঙোম্বনা লমজিং লমতাকপনি। লীলা অসিদা শক্তম লাংলিবা কুম্ফৈরোয়শিংদি হিয়াং লুখোই, ৱাংখৈময়ুম বোবো, নিংথৌজম সিলহৈবা, ৱাংখৈময়ুম ভুবনেশ্বর, কোঞ্জেংবম চিংলেনসনা, লোইতোংবম অজিৎ, বসন্ত লুকোক অমসুং ইবোমচা মাইবমনি। নুপী শক্তম লাংলিবশিংনা থোকচোম কিসন, য়ুম্লাম থৱায়লেম্বা, নিঙোম্বম রোমেশ অমসুং কে ওকেশ্বরনি। লীলা অসিগী ঈশৈ-নোংমাইগী লমদনা নুপা খোঞ্জেলনা কুমারশানুনা শক্লি। নুপী খোঞ্জেলনা পুয়াম সুনিলনি। গিটর তখেল্লম্বম তোম্বীসনা, পেদ দ্রম চান্দম টিকেন, কিবোর্দ সুসিল অমসুং তবলা খ্বাইরাকপম রোমেশনি। লীলা অসিদা য়াওরিবা ঈশৈশিংগী শৈরেংবসু লীলা অসিগী লমজিং লমতাকপা ওইরিবা নরেন্দ্র নিঙোম্বনা ইরি।

ঙসি লীলা অসি য়েংবা মতমদা অয়েংবশিংগী অনৌবা মহাও পীবা ঙমখি। শুমাং লীলাগী নৌরিবা আর্টিষ্টশিং ওইজরবসু চেকশিন্না লীলা শান্নে। লীলাগী ক্লাইমেক্স য়ৌনা টেম্পো হলহন্দনা লীলা শান্নবা ঙম্মী। দিরেক্টরনা হৈ-শিংনা আর্টিষ্টশিংগী য়াচল লাকখিবগী মমি উবা ফংই। লীলা য়েংদ্রিঙৈ মতমদা মীয়াম্না থমখিবা থাজবা চাংদগী হেনগৎনা লীলা লোইরবা মতমদা নুংঙাইবা ফংখি। লীলা অসিদা ইবোমচা অমসুং লুখোইনা সেনিয়র আর্টিষ্ট ওইনা মতিং ওইনা লীলা শান্নে। নিংথম কুম্ফৈ অসি লোইখ্রবসু লীলা অসিগী মফম মণিপুরগী লোইজিং লোয়া শিনবা থুংনা শনে দাকপা ঙমগনি হায়না থাজবা লৈ। নুপী শাবশিংনসু সেরিয়স ওইনা লীলা শান্ননবা হোৎনৈ। খরা হেন্না দাইলোগ দেলিভরি নুংঙাইহনবগী মথৌ তারি। মীতৈ লোল হায়বসিদি অরুম-অয়াং লৈবা লোলনি। মরম অসিনা করম্বা মতমদা করি ৱাহৈনা খরা হেন্না লুম্না ঙাঙলগা করম্বা মতমদা করি ৱাহৈনা খরা য়াঙনা হায়গদগে হায়না নৈনবগী মথৌ তারি। লম অসিদদি লীলা অসিগী দিরেক্টর ওইরিবা নরেন্দ্র নিঙোম্বা থোইদোক্লা খঙ-হৈরবা আর্টিষ্ট অমা ওইনা মতম অমদা লৌনখি। লীলা অসি খরদংগা হেন্না খোঙজেল য়াঙখৎনা শান্নবা য়ারি। ঙসিগী লীলা অসি ওইহল্লক্লবা হোৎনবদা দিরেক্টরগী অটৌবা যৌদাং লৈখি হায়না হায়দবদি লানগনি।

হয়েং জন্যুৱারি ৩১ দা চুমথাং ক্রিএটিব আর্টিষ্ট এসোসিএসনগী *মচিন-মন্যা*ও উৎকনি।

শিংজু ফেষ্টিবেলগা মরী লৈননা মোইরাং থাংজিং লাইফম শেংখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ৩০ ঃ শিংজু য়োকখৎ লূপ (সাইয়োল) না শীন্দুনা এপ্রিল ৩ দগী ১৪ ফাওবা নুমীৎ ১২ নি চুপ্পা পাঙথোক্কদৌরিবা শিংজু ফেষ্টিবেল ২০১৬ গা মরী লৈননা ঙসি অয়ুক পুং ৯ তাবা মতমদা মোইরাং থাংজিংগী লাইফম্লেনদা লম-তু শেংবগী থৌরম অমা পাঙথোকখ্রে। থৌরম অদুদা মোইরাং থাংজিং লাই কম্মিটিগী মরুওইবা মীওইশিংসু শরুক য়াখি।

শিংজু ফেষ্টিবেল কম্মিটিগী চ্যেরমেন মেঞ্জোর মঙাঙনা লুচিংদুনা পাঙথোকখিবা লম-তু শেংবগী থৌরম অদুদা শিংজু ফেষ্টিবেলগী ব্রান্দ এম্বেসেদর ওইরিবী লৈশাংথেম তোম্বোইসু শরুক য়াখি। ফেষ্টিবেল অসি পাঙথোক্কদৌরিবা লম্লাই এসেম্ব্লী কনষ্টিট্যুএন্সিগী মনুং চন্না লৈবা চনা খুমনদা লৈবা নুংশিকোন পার্ক কী প্রোপ্রাইটর ও সি মৈরাসু শরুক য়াখি।

শিংজু ফেষ্টিবেলগা মরী লৈননা ঙসি থাংজিং লাইফম শিৎ-শেংবগী থৌরম পাঙথোকপগী নুংগী ওইবা ৱারোলদা ফেষ্টিবেল অসিগী কনভিনর ওইরিবা রাকেশ নাওরেমনা হায়খি, মোইরাং থাংজিংবু ঐখোয়না কৈদৌনুংদা লাইথোক্লা লৌবা য়ারোই। থাংজিংবু থাংতিং হায়গদবনি হায়না ফোঙনা শিংনরক্লিবসি ডাকথোকসি হায়বা তারবদি ঐখোয়না ঐখোয়গী তৌফম থোকপা ইথৌ পরম চুম্না পাঙথোকপা মথৌ তারে। মরম অসিননি চহীসিগী এপ্রিল থাদা পাঙথোক্কদৌরিবা শিংজু ফেষ্টিবেলগা মাঙওইননা অখন্ননা থাংজিং লাইফম্লেন অসি শিৎ-শেংবগী থৌরম নোংমতং ওইরবসু পাঙথোক্লিবসি।

ফেষ্টিবেলগী কম্মিটিগী চ্যেরমেন মেঞ্জোর মঙাঙনা হায়, উমং লাইগা শিংজুগা তৎন-থানবা য়ারোই। শিংজু কনবদা উমং লাইগী অটৌবা মফম লৈ। লাই হরাউবদা শিংজু হায়বসি থাদোক্লবা য়াদ্রবা মচল অমনি। মরমসিনা মণিপুরগী উমং লাইশিংগী মনুংদা মীয়াম্না লুম্না লৌনরিবা থাংজিং লাইফমবু শিৎ-শেংদুনা ঙমজবা খরদং পাঙথোকপা অসিনা উমংলাই কন্দবা য়াদে হায়বা খোল্লাউ অমা শিংজু ফেষ্টিবেলনা পীনবা হোৎনজবনি। থাংজিং লাইফম্লেনদা পাঙথোকপা লম-তু শেংবগী থৌরম লোইরবা মতুংদা তোঙান-তোঙানবা কৈথেলশিংদা শিংজু ফেষ্টিবেলগী চেজাই চাইথোকপা অমসুং ৱাল পোষ্টর কেম্পেইন মখা চথ্বনা ঙসিগী ওইনা শিংজু ফেষ্টিবেল কম্মিটিগী মরুওইবা থৌরম ওইখি।

ঙসি ৱাল পোষ্টর কেম্পেইন পাঙথোকখিবা মফমশিং অদুদি, সেন্দ্রা, মোইরাং কৈথেল, নরানসৈনা কৈথেল, নিংথৌখোং কৈথেল, বিষ্ণুপুর কৈথেল, ওইনাম কৈথেল অমসুং নন্থোল কৈথেলনি।

দিষ্ট্রিক্ট খুদিংমক্তা চৎতুনা পাউজেল শনে দাক্কদৌরিবা শিংজু ফেষ্টিবেল ২০১৬ গী পোষ্টর কেম্পেইনগী থৌরম অসিনা ষ্টোল হাংনিংবা মীওইশিংদা ইনোৎ হাপ্পনি খনবদগী পোষ্টর কেম্পেইনগী থৌরম অসি পাঙথোকপনি হায়না ফেষ্টিবেল অসিগী ব্রান্দ এম্বেসেদর ওইরিবী লৈশাংথেম তোম্বোইনা ফোঙদোকখি।

পোষ্টর কেম্পেইনগী থৌরম অসি তোম্বোইনা গুৱাহাতিগী মফম খরদসু পাঙথোক্কদৌরি। হায়রিবা কেম্পেইন অসি পাঙথোক্লবগীদমক্তা তোম্বোই গুৱাহাতিগী মফম অমদা মতম খরা লৈগনি হায়রি। পনবা য়াবদি, ফেষ্টিবেল অসিদা নোর্থ ইষ্টকী ওইবা সোর্ট অমসুং দোক্যুমেন্টরি ফিল্মগী ফেষ্টিবেল অমসু হাপচিন্নবা থৌরাং তৌরিবনি। হায়রিবা ফেষ্টিবেল অসিগী মরী লৈনবা ৱাফম পুম্নমক তোম্বোইনা গুৱাহাতিদা লৈরিঙৈদা ফাইনেল তাগদৌরি। ফেষ্টিবেল অসি পাঙথোক্কদৌরিবা নুংশিকোন পার্ক শেম-শাবগী থবক চাদা ৫০গী চাংদা লোইশিল্লক্লে। অদুবু ফেষ্টিবেল পাঙথোক্ত্রিঙৈদগী হৌনা মীওই কয়ানা ফেষ্টিবেল পাঙথোকফম য়েংবা লাকপা হৌনরে। লাক্লিবা মীয়ামগী অপাম্বা ঈ-পাউশিং মপুং ফানা ফংহনবা ঙম্ননবগীদমক্তা অথুবা মতমগী মনুংদা ফেষ্টিবেল অসিগী ইনফোর্মেসন সেল অমা নুংশিকোন পার্কতা হাংদোক্তুনা থল্লগনি হায়নসু ফেষ্টিবেল কম্মিটিগী ভাইস চ্যেরমেন ওইরিবা রনবিরনা ফোঙদোরক্লি। ফেষ্টিবেল অসিদা মখল মখা কয়াগী তোঙান-তোঙানবা ষ্টোলশিং হাংগদৌরি। শুপ্পতগী শিংজু খক্তগী ওইবা মথেলশিংনা ফেষ্টিবেল অসিগী লৈতেং ওইগনি হায়না মীয়াম্না খন্নরিবা ৱাখল অদুদি অরানবনি। তোঙান-তোঙানবা পোৎলমশিংগী ওইবা ষ্টোলশিংসু ফেষ্টিবেল অসিদা হাংগদৌরি। মদুগী মনুংদা মণিপুরদা ফংলিবা অশেংবা খোহি মখলশিংগী ওইবা ষ্টোলশিংসু হাংননবা পাউ ফাওনবা লোইরে হায়না ফেষ্টিবেল কম্মিটিগী মায়কৈদগী ফোঙদোরক্লি।

অঙাংশিংগী ওইবা নেসনল রেসিদেন্সিএল পেন্টিং কেম্প

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ৩০ ঃ সেকেন্দ ব্রেন দ্রেন এক্সপোসিয়া হায়না মিংথোনবা নেসনল চিলদ্রেন রেসিদেন্সিএল পেন্টিং কেম্প ঙসিদগী হৌনা ৱাংজিংদা লৈবা ইনষ্টিট্যুট ওফ রুরেল এদ্যুকেসন (আই আর ঈ) গী কমপ্লেক্সতা পাঙথোক্কদৌরি।

হায়রিবা চিলদ্রেন পেন্টিং কেম্প অসি পেট্রিওটিক রাইটস ফোরম, ইম্ফাল অমসুং ৱিং থৌবালগা পুন্না শিনমিন্নবনি। কেম্প অসি হৌদোকপগী থৌরমদা আর কে মেমচা দেবী, মেম্বর সেক্রেটরি মণিপুর ষ্টেট লিগেল সার্ভিস ওথোরিটি, মণিপুর, রঘু লৈশাংথেম, প্রসিদেন্ট পেট্রিওটিক রাইটস ফোরম মণিপুর, প্রোফেসার জোধা সি সনসম, সাহিত্য একাদেমী এৱার্দী অমসুং লাইশ্রম ফোনিন্দ্রো, ইমিনেন্ট আর্টিষ্টনা মথংশিৎনা চীফ গেষ্ট, প্রসিদেন্ট অমসুং গেষ্ট ওফ ওনরশিং ওইদুনা শরুক য়াগদৌরি।

থৌরম অসি ঙসি নুংথিল পুং ১ রোম তাবদগী পাঙথোকপা হৌখি। হায়রিবা পেন্টিং কেম্প অসিদা হোজাইদগী মহৈরোয় অনী, ত্রিপুরাদগী মহৈরোয় অনী অমসুং কছারদগী মহৈরোয় অনীসু শরুক য়াগদৌরি। পেন্টিং কেম্প অসিদা অঙাংশিংন লাই য়েকপা খক্তা নক্তনা লম কয়াদা শক্লাইরবা মীওইশিংগা ঊনহন্দুনা ৱারী-ৱাতাই শাবগী থৌরমসু পাঙথোক্কদৌরি। নুমীৎ খুদিংগী ওইনা তোঙান-তোঙানবা থৌরমশিং পাঙথোক্তুনা অঙাংশিংগী টেলেন্ট হন্ট তৌগদৌরি। ফুদোকফম খঙদনা লৈরম্লবা পোকপদগী য়াওরক্লবা গুনশিং ফুদোকহনবা হায়বসিনা কেম্প অসিগী পান্দম ওইরি। নুমীৎ ৮ নি চুপ্পা পাঙথোক্কদৌরিবা থৌরম অসিগী মনুং চন্না ঈশৈ-নোংমাইগী ওইবা থৌরমশিংসু পাঙথোক্কদৌরি। জগোয়, ঈশৈনা মণিপুরবু মালেমদা শক তাক্লি হায়বসি মীপুম খুদিংমক্না খঙনরবা ৱাফমনি। অসিগুম্বা কেম্প অসিদসু জগোয়গী ওইবা কুম্ফৈশিং উৎননবা থৌরাং তৌরি হায়না অশিন-অরাংগী মায়কৈদগী ফোঙদোরক্লি। অঙাংশিংগী ওইবা লাই য়েকপগী কেম্প অসিদা পেট্রিওটিক রাইটস ফোরম, মণিপুরনা করিগী শরুক য়ারিবনো হায়না হংবা ৱাহং অমগী পাউখুমদা ফোরম অসিগী প্রসিদেন্ট রঘু লৈশাংথেমনা হায়, চহী ৩ পেট্রিওটিক রাইটস ফোরমনা অঙাংগী সাহিত্যদা অকনবা মীৎয়েং চঙগনি হায়না মমাঙদা লাউথোকখ্রে। লাউথোকখিবা অদু থবক্তা ওন্থোকপা ওইনা থৌবাল লৈশাংথেম, খোংজোম য়াওনা তোঙানবা মফম কয়াদা চিলদ্রেন লিটরেচরগী থৌরমশিং পাঙথোকখ্রে। হায়রিবা কেম্প অসিসু চিলদ্রেন লিটরেচরগা মরী লৈনৈ হায়না লৌদুনা পাঙথোকপনি হায়খি।