থম্মোয় পাউদম | হুইয়েন ইন্দু

যোগগী নুমিৎ - করিগী পাঙথোক্লিবনো?

হৌখিবা ইরাই নুমিৎ, জুন ২১, ২০১৯ - মালেম শীন্না পাঙথোকপা 'যোগগী নুমিৎ' - ইন্টরনেসনল দে ওফ যোগগী মঙারকশুবা নুমিৎনি। ইম্ফালদসু পাঙথোকখি, মণিপুর লৈঙাক্লা শীন্দুনা। য়ুনাইটেদ নেসন্স জেনরেল এসেমব্লি'না লৌখিবা ৱারেপ অমগী মতুংইন্না পাঙথোকপা হৌরকখিবা থৌরম অসি ঐখোয়গী লমদম অসিদদি বি জে পি কৌবা পোলিটিকল পার্টি অসিখক্কী থৌমীশিংনা থৱায় য়াওনা অশিন অরাং তৌবা, বি জে পিগী থৌরম অমা মালহল্লি। অতোপ্পা মী কাঙলূপ অমদনা, 'যোগ' হায়বসি ইন্দিয়ন ওইবা য়ুনাইটেদ নেসন্স ওর্গনাইজেসনগী মেম্বর - কন্ত্রি খুদিংমক্তা 'যোগগী নুমিৎ' হায়না পালন তৌবা হৌখরে। মোদি কৌবা পোলিটিসিয়ন্দুনা মরম ওইদুনা পাঙথোকপা হৌখিবা থৌরমনি, মোদি য়াদবা ঐখোয়গীদি নুমিৎ অসি 'ইন্টরনেসনল দে' অমা ওইরবসু ঐখোয়গী শরুক য়াওদে - পোলিটিসিয়ন খরগী ৱাখলনি। দিস ইজ ইন্দিয়া! ঐখোয়না পামজনা 'মথানুংদা কোনশিনবীনবা' চঙজরুবা। ইন্দিয়ন ওইনীংদবা ইন্দিয়নশিং অদুনসু - ইন্দিয়ানবু ফৈ হায়রবা থবক অদুদি ঐখোয়না ফত্তে হায়গনি চোংথোরকপা। মতাংসিদা ইশা ফাউন্দেসনগী সদগুরু জগ্গি বাসুদেবনা য়ুনাইটেদ নেসন্স এসেমব্লিদা হায়খিবদু ওরিজিন ওইবনা 'যোগ প্রাক্টিস তৌবা' হায়বসি ইন্দিয়ানাইজেসনগী শরুক অমা ওইনা উই। মাগী মাগী ধর্ম্ম (লাইনীং লম্বী) দা হকচিনবা মীওই, রিলিজিয়স ফেনাটিকশিংদনা - 'যোগগী মরমদা ঙাঙবা' হায়বসি হিন্দু লাইনীংগী মরমদা ৱারী শাবা। ইন দ রিঅল সেন্স, মসিমদি তশেংনা লাইবক থীবনি। খলহৈদবা ৱাখলনি।

খলহৈদবা ৱাখল অসি খল্লিবগী মরমসু লৈ। নরেন্দ্র মোদি'না নৌনা প্রাইম মিনিষ্টর ওইরকপা, মমিং কন্না চৎখৎলকপা মতমদুদা, সেপ্টেম্বর ২৭, ২০১৪- য়ুনাইটেদ নেসন্স জেনরেল এসেমব্লি'দা ৱা ঙাঙবদুদা, মহাক্না হায়খি ... 'যোগ হায়বসি লীরবা মতমগী মমাঙদা, ইন্দিয়াগী ইপা-ইপুশিং অদুনা থম্বীরম্বা মমল নাইদ্রবা খুদোল অমনি ... মসিনা পূক্নিং অমসুং হকচাং অনীবু অমত্তা ওইহল্লি, ৱাখলগা থবক্কা পূলহল্লি, মীওইববু মহৌশা লাইরেম্বীগা উনহল্লি, হকচাং ফনা লৈনবা, পূক্নিং ৱাখল নুংঙাইহন্নবা অমত্তা ঙায়রবা পাম্বৈনি... মসিদি ইচম চম্বা হকচাং শাজেল অমা নত্তে, মীওইবনা মশাবু মশাদা থিজিনবগী লম্বী অমনি ... ঐখোয় পূন্না ৱাখল তামিন্নদুনা মালেম পূম্বগী ওইবা যোগগী নুমিৎ অমা পালন তৌনবা হোৎনসি...।

মসিগী মতুংদা, ওক্টোবর ১৪, ২০১৪- 'ইন্টরনেসনল দে ওফ যোগ' হায়বা দ্রাফ্ট-রিজোল্যুসন অমা পুথোক্তুনা খন্নবা হৌখি। কুমজা ২০১৪, দিসেম্বর ১১দা য়ু এন'দা ইন্দিয়াগী পার্মিনেন্ট মেম্বর ওইরিবা 'অশোক মুখর্জি'না দ্রাফ্ট রিজোল্যুসন অদু য়ুনাইটেদ নেসন্স জেনরেল এসেমব্লি'দা পুথোকখি। মেম্বর ষ্টেট ১৭৭না শৌগত্তুনা, ভোট লৌনদনা ৱারেপ অদু পাস তৌখি। করম্বা নুমিৎপু যোগগী নুমিৎ ওইহনগদগে খন্নরকপদা, পৃথিবী অসিগী অৱাং থংবা শরুক, 'নোর্দর্ন হেমিসফ্যার' দা খ্বাইদগী হেন্না নুংথিল শাংবা নুমিৎ, জুন ২১বু খনবনা খ্বাইদই মরম চাবা ওইগনি - মোদিনা হায়খি।

কুমজা ২০১৫, জুন ২১- মালেমগী লৈবাক ১৯১না মেম্বর নীংশিংই -'যোগবু ইন্দিয়নখক্তগীনি হায়রবদি অর্থকী গ্রেভিটি অসি য়ুরোপখক্তগীনি হায়বা তাবনি'। য়ু এন' না লেপখিবা 'তুং কোয়বা মালেম্বু চাওখৎহন্নবা পান্দম' (সষ্টেনেবল দিভলপমেন্ট গোল) তরাতরেৎ অদুগী মনুংদা খ্বাইদগী মরু ওইবা পান্দম খরা ফংহন্নবা হোৎনবদা 'যোগ' না অচৌবা থৌদাং অমা য়ারি হায়বসি মালেম পূম্বনা য়ানরবা তুংদনি 'নুমিৎ অসি পালন তৌব'দা য়ানখিবা। অদুবু পাকিস্থান'নদি হায় - 'মালেম পূম্বদা কান্নবা পীরবসু যোগনা পাকিস্থান'দদি কান্নবা পীরক্লোই, মরমদি, মসি ইন্দিয়া'না হৌদোক্লকপনি'। বেঙ্গলগী মমতা বেনর্জিনসু হায় - 'মীওইবা খুন্নাইনা কান্নরসু বেঙ্গোলিশিংদদি কান্নরোই, মরমদি, মসি মোদিনা হৌদোকখিবনি।

মরৈ য়েৎকেবু হায়রবদি 'যোগনা পূক্নিং-হকচাং অনীবু অমত্তা ওইহল্লি' হায়বা ৱাসিদা লোইনাইদবা মরৈ অমা য়েৎনবা য়াই। পূক্নিংগী দিফিনিসনখক্তদা য়ানীংবা/য়ানীংদবা নাকপাক অনী থোরক্কনি। ঐবু নুংনাংহল্লিবদি অতৈ নত্তে - ইন্দিয়নশিং অসিবু যোগ প্রাক্টিস তৌবদা মতিক চারবা মীওই ফুরুপ অদুরা? হায়বা ৱাহং অসিনি। নহান 'যোগগী নুমিৎ' অদুদা হরিয়ানাগী 'রোহটক' সহরদা পাঙথোকখিবা, ভি আই পি য়াওবা যোগ-প্রেক্টিস-সেসন অদু লোইরগা, প্রাক্টিসতুদা য়াওরম্বা মীচম-যোগী ময়ামদুনা যোগ-শান্নবদা ফম্নবা ফিদা (যোগ মেট) ময়ামদু মুন্নবগী, ভাইরেল ওইরবা ভিদিও ফুটেজ, টেলিভিজন চেনেল অমগী রিপোর্টরনা তান্না তান্না নম্বগী টি ভি কোভরেজ অদু উবীদ্রিবরা? মদু অমুক্তং প্রাইম মিনিষ্টরগী মোবাইল ফোন'দুদা য়ৌহনবীবা ঙম্লবদি পূম্নমক্কী ওইনা কান্নগনি-করিগীনো ফিদা অদু মুন্নরিবা? ঐখোয়গীসিদনা হংনরি - লেম্না য়েনবা টি-সার্ট অদুগীদমক 'যোগ-দে' য়াওনা চৎনরিবরা? 'ইন্টরনেসনল দে ওফ যোগ' পাঙথোকপগী পান্দমদি - নুমিৎতুখক তাৎকী যোগ প্রাক্টিস তৌবদু নত্তে।

লৌশিং পুক্কে

ষণনা হরাওরিঙৈদা শুম্বা শঙ্গোমনা হকচাংদা কান্নবা হেল্লি

ষ ণনা হরাওরিঙৈদা শুম্বা শঙ্গোমদা কেলসিয়মগী চাং ৱাংনা য়াওবগা লোয়ননা হকচাংদা কান্নবা হেল্লি হায়বা কুপ্না থিজিনবদগী খঙবা ঙম্লে।

য়ুনাইটেদ ষ্টেটসতা লৈবা য়ুনিভর্সিটি ওফ ৱিস্কোন্সিন- মেদিসনগী রিছার্চরশিংনা থিজিনবদা খঙলকখি মদুদি ষননা হরাওবা মতমদা কেমিকেল অমা থোরকপা মরম্না কেলসিয়মগী চাং ৱাংনা য়াওবা শঙ্গোম পুথোরকই।

য়ুনিভর্সিটি অসিগী লোরা হর্নান্দেজনা লুচিংবা রিছার্চর কাঙবু অমনা মচা পোকপদা ঙায়রিবা জর্সি ষন খরদা থিজিনবদা ৱাফম অসি খঙলকপনি। হকচাংদা কান্নগদবা অফবা শঙ্গোম ফংনবগীদমক ষনবু পূক্নিং ৱাখল নুংঙাইনা লৈহনবা মথৌ তাই।

কেলসিয়ম মরাং কায়না য়াওবা শঙ্গোম চাং নাইনা থকপনা মীওইবগী হকচাংদা কান্নবা কয়ামরুম পী। অদুবু ষন অয়াম্বা হাইপোকেলসিমিয়ানা নাবা মরম্না কেলসিয়ম মরাং কায়না য়াওবা শঙ্গোম থকপা ফংনরক্তে। হাইপোপেলসিমিয়া হায়বসি কেলসিয়মগী চাং ৱাৎপগী থৌওংবুনি। জর্নেল ওফ এন্দোক্রাইনো-লোজিদা ফোঙলকখিবা রিপোর্ট অমদা লোরা হর্নান্দেজনা হায়খি, ষননা হরাও-তয়াম্না লৈরবদি সেরোটোনিন কৌবা কেমিকেল কম্পাউন্দ অমগী চাং ৱাংখৎলকই। মদুনা মরম ওইরগা কেলসিয়মগী চাং ৱাংনা য়াওবা শঙ্গোম পুথোরকই।

রিছার্চর কাঙবু অসিনা ষন মখল অনীদা মীরোনবদগী হৌরগা মচা পোক্লবা মতুংদা মখা তানা থিজিনবদা ৱাফম অসি খঙলকপনি। ষনশিংনা হরাওরবদি সেরেটোনিন কৌবা কেমিকেল মখল অমা হকচাং মনুংদা ৱাংখৎলকই। মদুনা মরম ওইরগা মখোয়না পুথোরকপা শঙ্গোমদা কেলসিয়ম য়াওবগী চাং ৱাংখৎলকই।

ষনগী অশেংবা শঙ্গোম থকপনা মীওইবদা কান্নবা কয়ামরুম পী। খরদং পল্লবদা শরূ কলহনবা, উনশা ফজহনবা, ইম্যুন সিষ্টেম কনখৎলক্তুনা লায়না কয়া ঙাকথোকপা, য়া কলহনবা, ব্লদ প্রেসর ৱাংখৎহন্দবা, দিহাইদ্রেসন তৌহন্দবা, নিংশা শ্বর মরী ফহনবা, হকচাংগী অরূম্বা হেনগৎহন্দবা, ওষ্টিওপোরোসিসতগী ঙাকথোকপা অমসুং কেন্সর মখল খরদগী ঙাকথোকপা অসিনচিংবনি।

তশেংবদি শঙ্গোম অসি ষনবীনা ষন্নাউ পীথক্লবগীদমক মশাগী মেম্মরি গ্লান্দদা শুংবনি। ষন্নাউ অমনা মপাঙ্গল মপুং ফাদ্রিবফাওবা মমাগী শঙ্গোম থকপা মথৌ তাই। মীওইবদসু অদুম্মঙায়রে, অঙাং অমনা হেক পোক্লকপগা থা ৬ ফাওবদি মমাগী খোল্লাং মবুক থন্না থকপগী তঙাইফদবা লৈ। অদুবু ষনগী শঙ্গোমদি ষন্নাউ খক্তদা নত্তনা মীওইবদসু কান্নবা পী।

য়ুনাইটেদ ষ্টেটসকী দিপার্টমেন্ট ওফ এগ্রিকলচর (য়ু এস দি এ) না পীবা গাইদলাইন মতুংইন্না মীপুম খুদিংমক মশা-মউ ফনা লৈনবগীদমক চাং নাইনা শঙ্গোম থক্কদবনি হায়রি।

চাং নাইনা শঙ্গোম থক্লবদি ভিটামিন এ, ভিটামিন বি-১২, ভিটামিন দি, কেলসিয়ম, কার্বোহাইদ্রেট, ফোসফরস, সিলেনিয়ম, মেগনে-সিয়ম, প্রোটিন, জিঙ্ক অমদি রাইব্লোফ্লেবিননচিংবা হকচাংদা কান্নরবা ন্যুট্রিয়ন্টশিং ফংবা ঙম্মী।

কেলসিয়মনা কেন্সর, শরূ পাথরকপা, অরথ্রাইটিস, মাইগ্রেন হেদেক, প্রি-মেন্সট্র্যুয়ল সিন্দ্রোম অমদি ওবেসিটিনচিংবদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী। হকচাংদগী কান্নদবা ফেট লৌথোক্তুনা হকচাংগী অরূম্বা হন্থহনবদসু মতেং পাংই। শেল ইচঙ চঙহন্দনা অরায়বা মওংদা কেলসিয়ম ফংনবগী পাম্বৈদি চাং নাইনা শঙ্গোম থকপনি।

কেলসিয়মনা হার্টকী মথৌ নীংথিনা তৌহনবগা লোয়ননা ষ্ট্রোক তৌহন্দে। জপানদা মতম শাংনা চৎখিবা ষ্টদি অনীগী রিপোর্ট মতুংইন্না নুমীৎ খুদিংগী চাং নাইনা কেলসিয়ম চারবদি ষ্ট্রোক, এথরোসক্লেরোসিস অমসুং কার্দিওভাস্কুলর দিজিজগী রিস্ক হন্থহল্লি হায়রি। কেলসিয়মনা শরূগী মপাঙ্গল কন্না থম্বদা মতেং পাংই। ওষ্টিওপোরোসিসনচিংবা শরূগী লায়না কয়া শঙ্গোম থকপনা ঙাকথোকপা ঙম্মী। অঙাংশিংবু নুমীৎ খুদিংগী চাং নাইনা শঙ্গোম পীথক্লবদি শরূ কলহনবদা নৎতনা য়াগী মপাঙ্গলসু কলহল্লি।

মীওইবগী হকচাং অসি চাদা ৮০ রোমদি ঈশিংগী শরুকনি। ঈশিংনা হকচাংগী কয়াৎ অয়াম্বা মথৌ নীংথিনা তৌহনবা ঙম্লিবনি। ঈশিং থক্লবদি দিহাইদ্রেসন তৌদুনা কয়াৎ অয়াম্বা শোকচিল্লকই অমসুং খুদোংথিবা কয়ামরুম থোকহল্লকপা য়াই। অদুবু ঈশিং ফংদবা মতমদা শঙ্গোম গ্লাস অমা থক্লবদি দিহাইদ্রেসন তৌহন্দে।

মালেমদা খ্বাইদগী মশক ফজবী নুপীনি হায়না লৌনরিবা নাইলগী মহারানি ক্লিওপত্রগী মরমদা মীয়াম্না শোয়দনা খঙনরম্লগনি। ক্লিওপত্রনা নুপী খুদিংগী শঙ্গোমনা ঈরুজবগী হৈনবী থম্মী। শঙ্গোমনা উনশা ফজহনবগা লোয়ননা কুচুসু শেংহল্লি। মরম অদুনা অকে অমৌগী তোঙান তোঙানবা পোৎলম (কোস্মেটিক) শাবদা শঙ্গোমবু মরুওইবা মচল অমা ওইনা হাপ্লি।

মেদিকেল রিছার্চ অমগী রিপোর্টনা হায়খি, নুমীৎ খুদিংগী চাং নাইনা শঙ্গোম থক্লবদি হকচাংদা কান্নরবা ভিটামিন অমসুং মিনরেল কয়ামরুম ফংবা ঙম্মী। অমরোমদা সোদা য়াওবা সোফ্ট দ্রিঙ্ক থকপনা হকচাংদা কেলসিয়মগী চাং হন্থহল্লি। হকচাংগী কয়াৎ অয়াম্বা মথৌ নীংথিনা তৌহনবদা কেলসিয়ম চঙই। মরম অদুনা সোফ্ট দ্রিঙ্ক থকপগী মহুৎ নুমীৎ খুদিংগী শঙ্গোম থক্কদবনি হায়না দাইটিসিয়নশিংনা রেক্কমেন্দ তৌরি।

এসিদিটি অমদি পুক শাওগৎপগী খুদোংচাদবসু শঙ্গোম থক্লগা কোকহনবা ঙম্মী। শঙ্গোম গ্লাস অথনবা অমদা ভিটামিন এ অমসুং ভিটামিন বি মরাং কায়না য়াওবা মরম্না মীৎ ফহনবগা লোয়ননা রেদ ব্লদ সেল (আর বি সী) কাউন্ট হেনগৎহল্লি; কার্বোহাইদ্রেট য়াওবনা হকচাং কনখৎহল্লি; পোটাসিয়ম য়াওবনা নর্ভশিংগী মথৌ ফগৎহল্লি; মেগনেসিয়ম য়াওবনা মশল কলহল্লি, ফোসফরস য়াওবনা পাঙ্গল কলহল্লি অমসুং প্রোটিন য়াওবনা অমাঙ অতা থোক্লবা সেল শেমগৎপদা মতেং পাংই। চাং নাইনা শঙ্গোম থক্লবদি অহল ওইশিল্লক্লবসু নহা অমগুম হকচাং কন্না অদুমক লৈবা ঙম্মী হায়রি।

অনৌবা ষ্টদি অমগী রিপোর্ট হায়খি, চাং নাইনা শঙ্গোম থক্লবদি কোলোন কেন্সর নারবা মীওইশিংগী পুন্সি শাংদোকহনবা ঙম্মী। অদুবু চেকশিনগদবা অমনা শঙ্গোমদা য়াওবা লেক্টোস কৌবা মচল অমনা কনাগুম্বা পুক নুংঙাইতবা, নুংশিৎ কাবা, পুক নাবা অমসুং খোঙ হামথবগী খুদোংচাদবা মায়োক্ল-হনবা য়াই। অমবু ওইরবসু অমবু ওইরবসু ষনবীনা হরাওরিঙৈদা শুংবা শঙ্গোমদা কান্নবা মচল কয়ামরুম য়াওই হায়বসিমদি ময়েক শেংনা খঙলবা ৱাফমনি। মরম অদুনা শঙ্গোম শুম্লমদাইদা ষনবীবু য়ারিবমখৈ হরাওহনগদবনি হায়রি।

এদ্যুকেসন লোনগী মতাংদা ইন্টরেক্সন পাঙথোকখ্রে

ককচিং, জুন ২৪ (ঐচ এন এস): মহৈরোইশিংনা তুংদা মতিক চাবা মী অমমম ওইনবা হোৎনবদা মহৈ-মশিন তম্মবগী লোন (এদ্যুকেসন লোন) করম্না লৌগনি হায়বগী মতাংদা মহৈরোইশিংগী ওইনা ৱারি-ৱাতাই শানদুনা ৱাখল তামিন্নবগী থৌরম অমা ঙরাং থৌবাল দিষ্ট্রিক্টকী থৌবাল মেলা গ্রাউন্দদা পাঙথোকখ্রে।

য়েনিং ফাউন্দেসন ফাইনান্স (ৱাই ৱাই পি), পেলেস কম্পাউন্দ, গেবিন্দজি গেট, ইম্ফাল ইষ্টনা তোঙান তোঙানবা লুপশিংগা খুৎশম্নদুনা পাঙথোখিবা থৌরম অদুদা থৌবাল এরিয়াদা লৈবা মহৈরোয় অমদি মমা-মপা কয়া লাক্তুনা তুংদা মাই পাকপা মী অমা ওইনবা হোৎনবদা ৱাই ৱাই পিনা পিরিবা এদ্যুকেসন লোনগী মতাংদা তাথোক-তাশিন তৌনখি।

পাঙথোকখিবা থৌরমগী মতাংদা য়েনিং ফাউন্দেসন ফাইনান্স (ৱাই ৱাই পি)গী মেনেজর, কোন্সম হেরোজিৎনা হায়, ইমুংগী লৈত-লাইরনা মরম ওইরগা এম বি বি এস, বি ডি এসনচিংবা অৱাংবা থাক্কী মহৈ তম্নীংবা অদুবু তম্নবগী মপুং ওইবা শেনফমদি পুথোকচবা ঙমজদবা মহৈরোইশিংগীদমক ইমুং-মনুংদা য়েনিং ফাউন্দেসন ফাইনান্সনা লোন ওইনা শেন্থং থাদদুনা অৱাংবা থাক্কী মহৈ তম্বা ফংহন্নবা অমদি অপিকপা শেনে দাইদা লাইনা শিংবা ঙমহন্নবা ৱাই ৱাই পিনা হোৎনবনি। মসিগীসু মথক্তা অৱাংবা থাক্কী মহৈ তমথনবা হোৎনবদা করি-করি মথৌ তাবগে হাইবনচিংবা অদুসু মহৈরোয়শিংদা তাকপি তন্বীনবা গাইদলাইন পিবগী থৌরম ওইনা পাঙথোকপনি। কনাগুম্বশিংনা ৱাই ৱাই পিদগী মচা-মশুশিং অৱাংবা থাক্কী মহৈ তম্নবগী শেলগী মতেং মথৌ তারবদি য়েনিং ফাউন্দেসন ফাইনান্সতগী অপিকপা শেন্দোইদা লাইনসু শিংবা ঙমগদবা মওংদা লোন লৌবিবা য়াগনি হায়নসু ফোঙদোরকখি।

পার্সন ৱিথ দিসএবিলিটিজ এক্ট কনফরেন্স পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, জুন ২৪ (ঐচ এন এস): সেন্টর ফোর ৱেলফ্যের ওফ দিফরেন্টলি এবল্ড পার্সন, ৱেলফ্যের এসোসিএসন ফোর দিফরেন্টলি এবল্ড পার্সননা ষ্টেট কম্মিস্নার ফোর পার্সন ৱিথ দিসএবিলিটিজকা খুৎশম্ননা শীন্দুনা রাইট ওফ পার্সন ৱিথ দিসএবিলিটিজ এক্ট ২০১৬ গী মতাংদা নোংমগী ওইবা কনফরেন্স অমা ঙসি থোঙাম কম্যুনিটি হোল, ককচিং খুনৌদা পাঙথোকখ্রে।

থৌরম অদুদা ষ্টেট কম্মিস্নার ফোর পার্সন ৱিথ দিসএবিলিটিজ ডা. আর কে কুমারজিৎ, রিলিফ সেন্টর ফোর ৱেলফ্যের ওফ দিফরেন্টলি এবল্ড পার্সননগী প্রেসিদেন্ট পি গোপেন্দ্রো, দিষ্ট্রিক্ট সোসল ৱেলফ্যের ওফিসর, থৌবাল এ কামেশ্বর, ককচিং ম্যুনিসিপাল কাউন্সীলগী চেয়রপার্সন কে ঐচ লৈমা অমদি কাউন্সীল্লর কে ঐচ রাধামনিনা থৌরম অদুদা চীফ গেষ্ট, প্রেসিদেন্ট অমদি গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরম অদুদা ৱা ঙাঙলদুনা ডা. আর কে কুমারজিৎনা ফোঙদোকখিবদা, লৈঙাক্না দিফরেন্টলি এবল্ড পার্সনশিংগীদমক স্কিম কয়া পায়খৎলি। লৈঙাক্কী থবক চঙবদা পার্সন ৱিথ দিসএবিলিটিজগী ওইনা চাদা ৪ গী রিজার্বকী খুদোংচাবা অসি লৌবীয়ু হায়নসু মখা তাখি।

চাইল্ড ৱেলফ্যের ওফিসর এল ধনেশ্বরনা ফোঙদোকখিবদা, স্কোলারশিপ য়াওনা পার্সন দিসএবিলিটিজশিংগীদমক সোসল সিক্যুরিটি স্কিম কয়া পায়খৎলি। লাইরিক-লাইশু হৈরবশিংদা অন-এমপ্লোয়মেন্ট এল্লাওৱেন্সসু পীরি। মেরিএজ ইন্সেন্টিব এৱার্দ অমদি পার্সন ৱিথ দিসএবিলিটিজশিংনা শেম্বা ওর্গনাইজেসনশিংদা গ্রান্ট ইন এইদসু পীরি হায়নসু মখা তাখি।

দিষ্ট্রিক্ট সোসল ৱেলফ্যের ওফিসর এ কামেশ্বরনা থৌরম অদুদা রাইট ওফ পার্সন ৱিথ দিসএবিলিটিজগী মতাং অমদি সী এমগী শোথরবশিংগী তেংবাং মখাদা পীবা খুদোংচাবা কয়াগী মতাংদা ৱাফম কয়া থমখি হায়রি।

অহোংপুঙ কনবদা মতেং পাংবীয়ু : লূপ

ইম্ফাল, জুন ২৪ (ঐচ এন এস): খুরাই অহোংপুঙ কনবদা মতেং পাংবীয়ু হায়না মাইচৌ নীংশিং লূপ, লৈমরোল য়াইফ লমজিং লূপ, লাইরেম্বী শিন্থা লূপ, সোইবম লৈকায় অৱাং লৈমরোল য়াইফ থৌরাং লূপকী থৌ পুবশিংনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, খুরাই অহোংপুঙ লাইফম অসি মালেম লৈশেম্লকঙৈদগী লৈরক্লবা য়েলহৌমী মীতৈ/মৈতৈ মীয়ামগী য়াইফ থৌনি থৌরম তৌনবা খুভমনি। কুমজা ২০০০ দা একর ০.১০ পাক চাউবা লম খুরাই অহোংপুঙ ষ্টেট লেন্দ ওইনা লাউথোকখি। মতম অদুদা দি সীনা দিমার্কেসন তৌখিদবদগী খুদোংচাবা লৌরগা অহোংপুঙগী লমশিং মীওই অমনা খোপচিন্দুনা থমখিবদগী ঙসি ফাওবা চথুদুনা লৈরি। এন্সিএন্ট মোন্যুমেন্ট এক্টকী মনুং চনখ্রবা লম অমনি। লাইফম অসিদা অহল-লমন, নুপী-অঙাং কয়াসু লাই খুরুম্বা লাক্লরে। মীয়াম্না শৌগৎপীবনা মরম ওইরগা ঙসিদি লোগী মতুংইন্না খুরাই অহোংপুঙ লাইফম ষ্টেট গভর্ণমেন্টনা শক খঙবীবা নৎত্রগা মীওই অদুনা মহাক্কী লমনি হায়রিবসিদা মরম চাই চাদে হায়বা থা অসিগী ২৪ দা ৱারেপ লৌরগনি। অহোংপুঙ লাইফমগী মরাইবক লেপকদৌরিবা নুমীৎ অসিদা লাইফম অসিবু কনবদা শৌগৎপীয়ু। খুরাই অহোংপুঙ কনবদা মতেং পাংবীয়ু হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

থ্রী মার্দরস ট্রষ্টকী মপোক কুমওন

ইম্ফাল, জুন ২৪ (ঐচ এন এস): দেদিকেটেদ থ্রী মার্দরস ট্রষ্টকী মপোক কুমওন থৌরম চহীসিগী জুলাই ১ দা পাঙথোক্লগনি হায়না ট্রষ্ট অসিগী ফাউন্দর সনাহনবীনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, কৈশামথোং এ সীগী ৱার্দ নম্বর ১৪ না কোনবা মফমদা লৈবা মহৈরোয়শিংগী মনুংদা ক্লাস টেন অমসুং টুয়েল্ভ এগজামদা ফর্ষ্ট দিভিজনদা লাকখিবশিংনা ক্বাকৈথেল অখাম লৈকায়দা লৈবা ট্রষ্ট অসিগী ওফিসতা সার্টিফিকেট অমসুং মার্কসিট জেরোক্স কোপি পীশিনবীয়ু। নুমীৎ অসিদা অচম্বা খুদোল পীগনি হায়নসু ট্রষ্ট অসিগী ফাউন্দরনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অদুনা মখা তানা হায়রি।

থৌবাল দিষ্ট্রিক্ট ব্রাঞ্চ আই আর সী এসকী কুমওন

ইম্ফাল, জুন ২৪ (ঐচ এন এস): থৌবাল দিষ্ট্রিক্ট ব্রাঞ্চ, ইন্দিয়ন রেদ ক্রোস সোসাইটি (আই আর সী এস) কী ১০ রকশুবা মপোক কুমওন থৌরম কম এন্যুএল জেনরেল বোদি মীট থা অসিগী ২৭ কী অয়ুক পুং ১০.৩০ তাবা মতমদা ব্রাঞ্চ অসিগী ওফিসতা পাঙথোক্লগনি হায়না আই আর সী এস, থৌবাল ব্রাঞ্চকী সেক্রেটরি কে সদানন্দনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি। থৌরম অসিদা পেত্রোন, ভাইস পেত্রোন লাইফ মেম্বর, ৱাই আর সী এন্দ জে আর সী মেম্বরশিংনা মতম চানা লাকপীয়ু হায়রি।

ADMISSION ADMISSIONS OPEN ADMISSION

JCRE Skill Solutions
empowering our youth

N·S·D·C National Skill Development Corporation
Transforming the skill landscape

HURRY UP! Limited Seats Available

SL. NO.	NAME OF THE COURSE	DESCRIPTION	TENTATION BATCH START DATE	TIMING	DURATION
1	DCA (Diploma in Computer Application)	MS Office/DBMS/Multimedia/Web-designing/e-governance/Networking	1st Week of July	07:00am - 09:00am 02:30pm - 04:00pm	6 Months
2	IT Fundamentals	Ms office/Designing & Publishing content/Internet Basics/ Maintenance & Troubleshooting	1st Week of July	09:00am - 11:00am 01:00pm - 02:30pm 02:00pm - 04:00pm	3 Months
3	Travel & Tourism (Tour Guide)	Overview of Tourism Industry, Tour Guiding Skills, Preparation of Travel Itinerary	1st Week of July	04:30pm - 05:30pm	3 Months
4	Accountancy & Tally + GST	Accounts Masters & Vouchers Entry/Advanced Tally ERP 9/ Taxation		07:30am - 09:30am	3 Months

For futher details , Please contact:
JCRE Skill Solutions, Thangmeiband
Meisnam Leikai, Opp. THAU Ground
Imphal West, Manipur
+917085051125/ +919366847804
Email: info@jcre.co.in
Please visit: www.jcre.co.in
JCRESkillSolutions
JCRE_Skill

HOW TO APPLY:
Qualification:
- Minimum class X passed for the available courses
- Identity Proof: Aadhaar card
- 2 passport size photo

Features:
- Free Counselling
- Free Trial Class
- Audio Visual enabled classroom
- Well Equipped Lab
- Industrial Visits
- Job Placement Assistance

HL-B/5383/23,25,27

RaDiant Group
Celebrating
1 year completion

RaDiant e-ride
AUTHORISED DEALER
OFFER

Models	Old Price	New Price
Arjun Rickshaw	₹ 151064	₹ 137940
Krishna Rickshaw	₹ 176326	₹ 150820
E-Loader	₹ 164454	₹ 141380
Futura Miracles	₹ 75240	₹ 67450
Race 60	₹ 78310	₹ 70450

RADIANT E-RIDE
GHARI AWANG LEIKAI, AIRPORT ROAD
9366288858

SANGAIPROU, NINGTHEMKOL
7085040962

THOUBAL ATHOKPAM
6009025091

MOIRANG PATLOU LEIKAI NEAR FISH MARKET WARD NO. 1, MOIRANG
8787743072

HL-B/5441/4june to 4 july

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ২৫।০৬।২০১৯ ইং,নিংথৌকাবা,
ইঙাগী ২৩ নি পানবা।

মেষ : থবক পনবা, শেল পনবা, নথক থোংবনা চানবীদবা অমদি চাদিং হেনবা লৈগনি। অরাপ্পা মফমদগী কান্নগনি, অফবা মরুপ ফংগনি ,অথেংবদা কান্ননি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংঙাইবা পাউ তাগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু।

বৃষ : শেল-থুম কান্নগনি, য়েক্লবা হন্থরনি, ৱাখল নুংঙাইগনি অমদি মীয়াম্না চানবীগনি। অনৌবা থবক্তা শেনজাও থাদবা য়াগনি। মরুপ শাবদগী চেকশিল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংবৈ নুংঙাইগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মিথুন : অফবা থবক্তা শেল থাদবা খুৎচাউ থাবা ফবা ওইগনি। অদুবু অশাওবা/ফিংবা অমদি নাপলদি থাদোকপা ফগনি নত্রদি কোক শাগনি,লন মাঙগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

কর্কট : অচম্বা চাবনা হকচাং নুংঙাইগনি, ৱাঙাঙ হৈত্রদি ইকায়-নুংশি য়ান্নবা থৌদোক নংগনি। হেন্না চাউগনু। অয়েৎপদি লৈররোই, ঙাইজবগী কান্নবা ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - য়াকা য়েংনা চৎপা ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

সিংহ : মরী-মতা অমদি নঙগী ওইবা মীশিংগা লোয়ননা থবক পাংবা কান্নগনি। খল্লুদবা কান্নবা ফংগনি অমদি পাউ নুংঙাইবা তাগনি। লল্লোন ইতিক্তা খুৎচাও থাগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি মরী ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

কন্যা : নীংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংজবা অমদি ইচং থৌনা হনবা লৈতনা হোৎনবনা পাংঙমদ্রবা থবক পাংবা ঙমজগদবা নুমিৎনি। লেংদবা লন চাওখৎকনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

তুলা : মাই পাক্কনি, মীচংসু হেনগৎকনি অমদি ইমুং-মনুং ৱাখল মান্নবনা থৌনা ফুদোক্লা অরুবা থবক পাংবা য়াগনি। ৱানোম-থৌনোম থোইনা কান্নগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃশ্চিক : মতম মাঙদনবা নথক থোংবনা য়ানবা চৎলু অমদি মীগী থৌওংবু মীরাইবা থৌগনু। খাংবা কনবা অমদি চিন য়াঙদবনা য়াইফবা শোইদনা ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - ঙাইঙমদবা তৌগনু-পূক্নিং ফাথৌ।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

ধনু : মীতোপ থাজদবা, ঈরাংদা তাওদবা অমদি অঙম্বগা মুক্লদবনা খ্বাইদগী লাইবক ফবা ওইগনি। লল্লোন ইতিক্তা লাইবক লৈবা ৱাৎলি, চিঞ্জাক কান্বা য়াদে।
লৈশা পাখংশিংগী - ৱারৌনবা লৈগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা

মকর : ৱাখল নুংঙাইগনি, লল্লোন ইতিক্তা শেন্দোং চাউনা ফংগনি অমদি মীথোই মীহেনবা ওইয়ু হায়বা লৈ। অশাওবা অমদি ফিংবনা লন ময়েং তাগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কুম্বা : হকচাং নুংঙাইবা হেনগৎপা, থিবা-হুম্বা কনবনা থবক থৌরমদা চাউনা মাই পাকপা লৈগনি। অফবা মফম অমদি মীংচৎ ফংগনি। চাদিং হন্থবা ঙমগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - ঙাইজরকপগী নুংঙাইজৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/শঙ্গোম।

মিন : ৱাখল নুংঙাইবা অমদি ৱাখলগী পাঙ্গল হেনগৎপা নুমিৎনি। অচুম্বা থৌওংনা নথক থোংববু লায়না খুদুম চনবা ঙমগনি। মীৱা লৌরদি মরুপ কাইনগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - খন্থরদি শাফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।