পোকপদা ঙাইরিবা অঙাংদা য়ারিবমখৈ মমাগী খোল্লাং শোয়দনা পীথক্লবা হোৎনগদবনি : ডা. অশোক কুমার

ইম্ফাল, ওগষ্ট ০৪ (ঐচ এন এস) :
মমাগী খোল্লাং অসি অঙাংশিংগীদমক্তদি খ্বাইদগী অফবা হিদাকনি। পোকপদা ঙাইরিবা অঙাংদা য়ারিবমখৈ মমাগী খোল্লাং শোয়দনমক পীথক্লবা হোৎনগদবনি হায়না ককচিংগী জিবন হোস্পিটালগী মেনেজিং দিরেক্তর ডা. য়েঙ্খোম অশোক কুমারনা ফোঙদোকখ্রে।

ৱাফম অসি ব্রেষ্টফীদিং প্রমোশন এল্লাইয়েন্স ওফ মণিপুর (বি পি এ এম)না ককচিংগী জিবন হোস্পিটালগা খুৎশঙদুনা মালেমগী মমাগী খোল্লাং পীথকপা চয়োল থৌরম অসিগী মতাংদা জিবন হোস্পিটালগী ওদিটোরিয়মদা পাঙথোকখিবা থৌরমদা অথোইবা মীথুংগী ৱারোল পীবদা মহাক্না ফোঙদোকখিবনি।

থৌরম অসিদা ব্রেষ্টফীদিং প্রমোশন এল্লাইয়েন্স ওফ মণিপুরগী সিনিয়র এগজিক্যুটিভ মেম্বর টি ঐচ নন্দরানি (ভাইস প্রসিদেন্ট ট্রেন নর্সেস এসোসিএশন ওফ ইন্দিয়া-টি এন এ আই, এন ঈ রিজন) অমসুং ককচিংগী আই সী দি এস সেলগী প্রোগ্রাম ওফিসর এন পরাঙ্গোনা অখন্নবা মীথুংশিং অমসুং বি পি এ এমগী সেক্রেটরি ডা. জেমস এলাংবমনা থৌরম মপু ওইখি।

'প্রাইওরিটিজ ব্রেষ্টফীদিং: ক্রিএট সষ্টেনেবল সপ্পোর্ট সিষ্টেম' হায়বা থীমদা পাঙথোকখিবা থৌরমসিদা ডা. অশোক কুমারনা মখা তানা হায়খিবদা, পোকপদা ঙাইরিবা অঙাংশিংদা পুং ১গী মনুংদা শোয়দনমক মমাগী খোল্লাং পীথক্লবদি, অদুমকপু ওপরেশন তৌদুনা পোকপা মমা ওইবীগীদি খুদোংচাদবা লৈরবসু য়ারিবমখৈ মমাগী ফীভম খরা ফগৎলকপগা হেক খুদোংচাবা মতমদা পীথক্লবা হোৎনগদবনি হায়খি।

মণিপুর হেল্থ সর্ভিসেস (এম ঐচ এস) কী সিনিয়র পেদিয়াট্রিসিয়ন ডা. দল্লিয়ু জোসেফনা অখন্নবা ৱাঙাংলোই ওইনা করিগীদমক অঙাংদা মমাগী খোল্লাং পীথকপা চয়োল থৌরম পাঙথোক্লিবনো, মমাগী খোল্লাং পীথকপগী কান্নবা করিনো, করিগীদমক মমাগী খোল্লাং পীথকপা মথৌ তারিবনো, পোকপদগী থা ৬ ফাওবদি শোয়দনমক মমাগী খোল্লাং পীথক্কদবনি, ভিটামিন অমদি ইম্যুনাইজেশনগী হিদাক খক পীথকপা নত্তনা ঈশিংনচিংবা মহি-মনাইগী পোৎলম অমত্তা পীজ-পীথক তৌরোইদবনি হায়বনচিংবগী মতাংদা মরিক চুম্বা ৱারোলশিং থমখি।

ঙসিগী থৌরমসিদা য়েঙ্খোম নেত্রমনি কোলেজ ওফ নর্সিং, য়েঙ্খোম নেত্রমনি কোলেজ ওফ পেরামেদিকেল সাইন্সেস অমসুং আই সী দি এস, ককচিংগী মখাদা লৈবা অঙ্গনৱাদি ৱার্কৰশিং অমসুং হেল্থৱর্কৰশিং শরুক য়াখি।

মালেমগী মমাগী খোল্লাং পীথকপা চয়োলগা মরী লৈননা ৱাই এন কোলেজ ওফ নর্সিংগী মহৈরোয়শিংগী ওইবা লাই য়েকপা চাংদম্নবদা মকোক-মথং তাখ্রবা/তাখ্রবী মহৈরোয়শিংদা মনা-মথুম পীদুনা পূক্নিংসু থৌগৎখি।

কাঙলোন কায়না চীংলৈবাক পুরম্বা টাটা ফাগৎখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ০৪ (ঐচ এন এস) :
থৌবাল ফোরেষ্ট দিভিজনগী দি এফ ও, এল জীসীলীগী মীৎয়েং মখাদা থৌবাল ফোরেষ্টকী রেঞ্জ ওফিসর দিনেশচন্দ্রনা লুচিংবা রেঞ্জ অসিগী বিট ওফিসকী ষ্টাফশিংনা ঙরাং নুমিদাং ফুন্দ্রেরোমদগী কাঙলোন কায়না চীংলৈবাক হাপ্পুনা পুথোরকপা ৪০৭ টাটা ত্রক (এ এস ১১ ঈ সী ০৬২৩) অমা ফাগৎখ্রে। কাঙলোন কায়না চীংলৈবাক কোৎতুনা পুবা য়াদে হায়বা হায় কোর্ট ওফ মণিপুরগী অথিংবা লৈনা লৈনা চীংলৈবাক কোৎলম্বসি য়াম্না লাইবক থীবনি। মতুংদা থেংনরবদি লোগী মতুংইন্না গাড়ী ফাজিনবা ফাওবা য়াই হায়রি।

কো-ওপরেটিভ সোসাইটি অমা লৈরবনিনা ঙামীশিংগী মার্কেটিংসু শোয়দনা ফগৎলক্লগনি থাজে : দল্লিয়ু দেবেন্দ্রো

ইম্ফাল, ওগষ্ট ০৪ (ঐচ এন এস) :
মমাঙথক্তগী লৌমীশিংনা ঙা য়োক্লগা শেল ফংবা ৱাৎপা, ঙাগী মচীঞ্জাক ফংদবগী, মার্কেটিং লৈতবগী, লোন লৌগে হায়বদা বেঙ্কশিংনা হেক্তা পীনিংদবগী খুদোংচাদবা কয়া থোক্লম্মী। মসিনা মরম ওইদুনা লৌমী ঙামীশিংনা অৱাবা কয়া মায়োক্লররক্লি। অদুবু হৌজিক্তি কো-ওপরেটিভ সোসাইটি অমা লৈরবনিনা ঙামীশিংগী মার্কেটিংনচিংবদা খরগীমখৈদি শোয়দনা নুংঙাইরগনি থাজে হায়না বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্টকী কো-ওপরেটিভ ওফিসর দল্লিয়ু দেবেন্দ্রোনা ফোঙদোকখ্রে।

ৱাফম অসি পি এম এম এস ৱাইগী সেন্ত্রেল সেক্তর স্কিম কম্পোনেন্ট মখাদা স্যের হোল্ডরশিংগী ওইবা স্যের সর্টিফিকেটশিং য়েন্থোকপগী থৌরম অমা পিপলস রিছোর্স দিভেলপমেন্ট এসোসিএশন (পি আর দি এ), বিষ্ণুপুরগী কনফরেন্স হোলদা ঙসি পাঙথোকখিবা থৌরমদা মহাক্না ফোঙদোকখিবনি।

থৌরমসিদা সী বি বি ও, দি এস এসকী খুথাংদা এন সী দি সীনা মতেং পীদুনা শেমখিবা বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্ট এফ এফ পি ও কো-ওপরেটিভ সোসাইটি লিমিটেদনা শীন্দুনা পাঙথোকখিবনি।

থৌরমসিদা সী বি বি ও-দি এস এস, ইম্ফালগী জোইন্ট দিরেক্তর রেভরিন্ট সোনি থোমাস, পিপলস রিছোর্স দিভেলপমেন্ট এসোসিএশন, বিষ্ণুপুরগী সেক্রেটরি এল সুরঞ্জয়, সী বি বি ও-দি এস এসগী প্রোজেক্ট মেনেজর সোলোমোন ফাওমৈ, বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্ট এফ এফ পি ও কো-ওপরেটিভ সোসাইটি লিমিটেদকী প্রসিদেন্ট নাওরেম কান্তনচিংবনা প্রসিদিয়ম মেম্বরশিং অমদি ৱাঙাংলোইশিং ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরমসিদা বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্টকী এফ এফ পি ওগী মেম্বরশিংদা স্যের হোল্ডর সর্টিফিকেটশিং য়েন্থোকখি।

অচুম্বা ৱায়েল চথুদুনা মীওই ২গী পাট্টা ককখিবা অপেনবা পোকই : পেচিগী মীয়াম

ইম্ফাল, ওগষ্ট ০৪ (ঐচ এন এস) :
থৌবাল দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা পেচি খুলগী শান্নবুং ওইরম্বা হৌজিক্কা ষ্টেট লেন্দ ওইনা লৈরিবা মফম অমদা মীওই ২না লোন্না মশা-মশাগী মমিংদা পাট্টা তাশিল্লম্ববু লৈঙাক্কী মরী লৈনবশিংনা থিগৎপীদুনা অচুম্বা ৱায়েল চথুরবা মতুংদা মীওই অনী অসিগী মমিং পাট্টাদগী ককথৎখিববু পেচি খুলগী মীয়াম্না অপেনবা ফোঙদোক্লরি হায়না ঙসি পেচি য়ুথ দিভেলপমেন্ট ক্লবকী সেক্রেটরি পি দেবিগৌরানা পাউগী মীফম অমদা ফোঙদোকখ্রে।

সেক্রেটরি দেবিগৌরানা মখা তানা হায়খিবদা, পেচি খুলগী শান্নবুং অসিদা লৈকায়গী ওইবা ৱাটর সপ্লাই স্কিম অমা শাবা হৌরকপদা শান্নবুং অসিগী শরুক খরা চাউরাক্লা পোইন্ট ১৯০গী শরুক অসি ষ্টেট ইমপ্লোয়ী অমসু ওইরিবা টেলিকোম দিপার্টমেন্টকী মখাদা এ এস আই ওইনা

লৈরিবা পেচি অৱাং লৈকায়দগী কৈশাম ব্রোজেন্দ্রো অমদি ভি দি এফ ওইরিবা য়ুম্নাম মুক্তা অনীনা লোন্না থুপ্পা মখোয়গী মমিংদা পাট্টা তাশিল্লম্লে হায়বসি খঙনরকখিবনি। অসিগুম্বা থৌওংসিগী মায়োক্তা লৈকায় মীয়াম্না মরী লৈনবা লৈঙাক্কী দিপার্টমেন্টশিংদা ৱাকত্তুনা লাকখিবনি। লৈঙাক্লা মীয়ামগী মখোয় অনীগী পানশিল্লম্বা পাট্টা ককথৎখিবা অসিগীদমক লৈঙাক্কী থৌমীশিং, মরু ওইনা সেটলমেন্টকী দিরেক্তর গোগেন্দ্রো, থৌবালগী দি সী হন্নাহ কামৈ, এস দি ও রঞ্জিতা অমদি রেভিন্যু দিপার্টমেন্টকী ষ্টাফ পূম্নমকপু পেচি খুলগী ক্লবশিং, ভিলেজ ওথোরিটি অমদি মৈরা পায়বী পূম্নমক্কী মায়কৈদগী ঙমখৈ অশেংবা ৱাকৎ তাবীদুনা অচুম্বা ৱায়েল চথুবীরকপা অমসুং লৈতনা থাগৎপা ফোঙদোকচরি।

মহাক্না মখা তারদুনা, ষ্টেট লৈঙাক্কী মরু ওইবা ওফিসরশিংনা অসুক ফজনা হোৎনবীরবা অমদি ৱায়েল তৌবীরক্লবা ফাওবদা ঙসি মখোয় অনীনা মশা-মশাগী খক খন্দুনা খুলগী মীয়াম অমসুং লৈঙাক্কী দিপার্টমেন্টশিংগী মীওইশিংবু লান্না উহন্নবা ৱাফম কয়া সোসল মীদিয়াগী খুথাংদা থাগৎলক্লিবশিংসি তোকপীয়ু। মখোয় অনীনা লৈকায় অসিগীদমক ৱাটর সপ্লাইগী স্কিম অমা শাগৎলিবগী থবক থৌরমশিংদা হৌজিক অপনবা পীরিবসি খুদক্তা লেপ্পীয়ু। মখা তানা অদুম্মক অয়েৎ-অপন চথুরক্লবদি মখোয় অনীগী মথক্তা লৈঙাক্লা অহকপা মীৎয়েং চঙবীয়ু হায়নসু পাউগী মীফম অদুদা সেক্রেটরিনা মখা তানা ফোঙদোকখি।

[illegible]

[illegible]

[illegible] / ইস্খোল য়োঞ্জরি

লাংজিং অচৌবা অৱাং লৈকাইদা Main Road তগী ft. 250 মুক চঙলগা Point 5 গী ইস্খোল য়োঞ্জরি।

Contact No. : 7005696607, 9856177031

HL-P/3049/5

M/s. Akoi Agro Milling Associates
Kongba Nongthombam Leikai, Near East Garden,
P.O. & P.S. - Porompat, Imphal East District, Manipur-795005

খঙহঞ্জবা
1st August, 2025

Akoi Rice হায়রিবা চেং অসি শিজিন্নরিবা নুংশিজরবা ইরৈচাশিংগী মফমদা "Akoi Rice Mill" গী Team ঐখোয়না খঙহঞ্জরি মদুদি - Akoi Rice Mill অসি হেন্না মশক থোকপা অফবা পেথোক পুথোক্লবগী পান্দমদা Machine Upgrade তৌবনা মরম ওইদুনা মতম খরগী ওইনা Service লেপচখিগনি। Mill অসি Upgrade তৌবা হেক লোইবগা মীয়ামদা খঙহঞ্জরকে। খুদোংচাদবা অসিগীদমক্তা ৱারৌবিদনবা নিংশিংজরি।

মখা তাবদা ঐখোয়গী চেং শিজিন্নবিরিবা Customer শিংনা খঙহনবিরকপগী মতুং ইন্না Akoi Rice থাবা Bag শিজিন্নদুনা Akoi Rice নত্তবা চেং হাপচিন্দুনা ফোংনা নত্রগা লোন্না Akoi Rice কী চেংনি হায়দুনা মীওই খরনা য়োল্লে হায়বগী পাও পীবিরক্লে। হায়রিবা অরানবা, শেমজিন শাজিনবা থৌওং অসি মখা তানা চখিবিদনবা মীয়ামদা খঙহঞ্জরি। অমদি হেন্না-হেন্না ফগনবা পাওতাক পীবিরক্লবসু নিংশিংজরি।

অদুমওইনমক Grocery Item গী ওইনদি হন্নগুম Service মখা তানা তৌজখিগনি। Grocery Item শিং অসি Playstore দগী Akoimart App Download তৌশিল্লগা Online দা Order তৌবিরকপা য়ারগনি।

DOWNLOAD OUR NEW APP
GET IT ON Google Play

হায়জরিবা
Akoi Rice Mill Team

HL-P/3015/3&5

ঐখোয় মীওইবনা এন্টিওক্সিদেন্ট

মরাং কায়না য়াওবা চীঞ্জাক চাবা মথৌ তাই : ষ্টদি

এন্টিওক্সিদেন্ট মরাঙ কায়না য়াওবা চীঞ্জাক নৎত্রগা সপ্লিমেন্ট হায়বসি মীওই অয়াম্বনা তানরম্বা য়ারে। অদুবু এন্টিওক্সিদেন্ট হায়বসি করিনো নৎত্রগা হকচাং মনুংদা মখোয়না করম্না মথৌ তৌবগে হায়বগী মতাংদদি মীওই কয়া অমনা মপুঙ ফানা খঙলমদবা য়াই।

বাইওমোলিক্যুল্স কৌবা জর্নেল অমদা য়াওবা আর্টিকল অমগী মতুংইন্না এন্টিবাইওটিক হায়বসি সাইন্টিফিক লিটরেচরনসু ময়েক শেংনা মশক তাক্তবা খ্বাইদগী হেন্না চমম্নবা সাইন্টিফিক টর্মশিংগী মনুংদা অমনি হায়রি। এন্টিওক্সিদেন্টকী মরমদা নীংথিনা মমুৎ তানা খঙনবগীদমক অকুপ্পা ৱারোলশিং মখাদা পীরি।

ইহান হানবদা হংবা য়াবা ৱাহংদি এন্টিওক্সিদেন্ট হায়বসি করিনো হায়বসিনি। এন্টি ওক্সিদেন্টশিং অসি হকচাং মনুংদা য়াওবা ফ্রী রেদিকেল হায়না খঙনবা মোলিক্যুলশিংবু ন্যুট্রেলাইজ তৌদুনা সেলুলর দেমেজ থিংবা নৎত্রগা হস্থহনবা কম্পাউন্দশিংনি।

ফ্রী রেদিকেলশিং অসি মখোয়গী মপান থংবা ওর্বিটতা অনপ্যের ইলেক্ট্রোন অমা নৎত্রগা অমদগী হেন্না য়াওবা মোলিক্যুলশিংনি। অনপ্যের ইলেক্ট্রোন য়াওবা অসিনা মখোয় অসি অনষ্টেবল ওইহল্লি অমদি হায়লি রিএক্টিব ওইহল্লি। মখোয় অসি হকচাং মনুংদা ইনর্জি পুথোকপা য়াওনা নোর্মেল ওইবা ইন্দোজেনস মেটাবোলিক প্রোসেসশিংদগী ওইরকপনি। ইনভাইরনমেন্টেল অমসুং লাইফষ্টাইল ফেক্টরশিং, খুদম ওইনা নুমিৎতা এক্সপোজ তৌবা, মৈখু শীজিন্নবা, য়ু থকপা অমদি অতোপ্পা কয়া অমদা হকচাংনা রেস্পোন্স তৌবা মতমদসু ফ্রী রেদিকেলশিং অসি পুথোকই। এন্টিওক্সিদেন্টশিংনা ওক্সিদেসন কৌবা প্রোসেস অমসু থিংজিল্লি। ওক্সিদেসন প্রোসেসনা ফ্রী রেদিকেলশিং পুথোকই, মসিনা সেলুলর দেমেজ থোকহল্লি। এন্টিওক্সিদেন্টশিংনা ফ্রী রেদিকেলশিংদা অমাঙ-অতা থোক্লোইদবা মওংদা ইন্টরেক্ট তৌদুনা ফ্রী রেদিকেলশিং অদুনা প্রোটিন, লিপিদ অমসুং দি এন এদা অমাঙ অতা থোকহল্লক্ত্রিঙৈদা মখোয়বু ন্যুট্রেলাইজ তৌহৌই।

হকচাংদা ফ্রী রেদিকেল কা হেন্না য়াওরক্লবা মতমদা ওক্সিদেটিব ষ্ট্রেস তৌরকই। অসুম্না খল কায়রকপা অসি ফ্রী রেদিকেল পুথোকপগী চাং হেনগৎলকপা নৎত্রগা এন্টিওক্সিদেন্ট দিফেন্স ৱাৎলকপদগী ওইরকপা য়াই। হকচাংগী নোর্মেল ফিজিওলোজিকেল ফঙ্কসনশিং পাঙথোকপদা ফ্রী রেদিকেলশিংনা মরুওইবা থৌদাং অমা লৌদুনা মীওই অমগী হকশেলদা কান্নবা পী। অদুমওইনমক অসিগুম্বা ফ্রী রেদিকেলশিং অসি হকচাংনা কা হেন্না পুথোক্লগদি মীওই অমদা লায়না-তিলনাশিংনা নাবগী রিস্ক ৱাংখৎহল্লকপা ঙমই।

এন্টিওক্সিদেন্ট দিফেন্স সিষ্টেম: সেলশিংগী এন্টিওক্সিদেন্ট দিফেন্স সিষ্টেমশিং লৈ, মসিনা ফ্রী রেদিকেলশিং পুথোকপগী চাং চানা থম্বদা মতেং পাংই। খুদম ওইনা সেলশিংদা ফ্রী রেদিকেল লেবেলশিং হস্থহনবদা মতেং পাংবা এন্টিওক্সিদেন্ট এঞ্জাইমশিং য়াওই। সেলশিংদা য়াওবা প্রাইমরি এন্টিওক্সিদেন্ট এঞ্জাইমশিংগী মনুংদা সুপরওক্সাইদ দিসম্যুটেস (এস ও দি), কেটালেস (সী এ টি), গ্লুটাথিওন পেরোক্সিদেস (জি পি এক্স), অমসুং গ্লুটাথিওন রিদক্টেস (জি আর এক্স) পনবা য়াই।

হায়রিবা এন্টিওক্সিদেন্ট এঞ্জাইমশিং অসিবু ফর্ষ্ট-লাইন দিফেন্স এন্টিওক্সিদেন্ট্স হায়না খঙনৈ। মখোয় অসিনা ফ্রী রেদিকেলশিংবু অমদি ফ্রী রেদিকেল ওইরকপা য়াবগী পোটেন্সিয়ল লৈবা অতোপ্পা মোলিক্যুলশিংবু ন্যুট্রেলাইজ তৌদুনা ফ্রী রেদিকেলগী লেভেল রেগ্যুলেট তৌবদা মতেং পাংই। হকচাংনসু মশাগী মেটাবোলিজমদগী মেটাবোলিক ওন্টিওক্সিদেন্টশিং পুথোকচৈ। অসিগুম্বা এন্টিওক্সিদেন্টশিং অসিগী মনুংদা লিপোইক এসিদ, গ্লুটাথিওন, কোএঞ্জাইম ক্যু১০, মেলাতোনিন, য়ুরিক এসিদ, এল-আর্জনিন, মেটেল-কিলেটিং প্রোটিন্স, বিলিরুবিন, অমসুং ট্রান্সফরিননচিংবা য়াওরি।

অদুমওইনমক হকচাং মশানা পুথোকচবা ঙমদবা এন্টিওক্সিদেন্ট খরসু লৈরি। মসিনা তাকপদি হায়রিবা এন্টিওক্সিদেন্টশিং অসি ঐখোয়না চীঞ্জাক নৎত্রগা দাইটরি সপ্লিমেন্টশিংগী খুথাংদগী ফংগদবনি হায়বনি। অসিগুম্বা মখলগী এন্টিওক্সিদেন্টশিং অসিগী মনুংদা কেরোটিনোইদশিং, এন্টিওক্সিদেন্ট ভিটামিনশিং (ভিটামিন সী অমসুং ঈ য়াওনা), সেনেনিয়ম, মেঙ্গানিজ, জিঙ্ক, ফ্লেভোনোইদশিং, অমদি ওমেগা-৩ অমসুং ওমেগা-৬ ফেটশিংনচিংবা য়াওরি। এন্টিওক্সিদেন্টশিং মরাঙ কায়না য়াওবা দাইট চাবনা হকচাংগী এন্টিওক্সিদেন্ট দিফেন্সশিংগী মপাঙ্গল কনখৎহনবা মরম্না দাইটরি অমসুং সপ্লিমেন্টেল এন্টিওক্সিদেন্টশিং অসি ন্যুট্রিসনগী তাইবংদা মীয়াম্না খ্বাইদগী পাম্নবা ওইরক্লি।

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

রিমসতা নোংমগী ওইবা হেল্থ এৱ্যের্নেস প্রোগ্রাম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ০৪ (ঐচ এন এস) :
রিজনল ইন্সটিট্যুট ওফ মেদিকেল সাইন্সেস (রিমস)কী দিপার্টমেন্ট ওফ নর্সিংনা শীন্দুনা হোস্পিটাল অসিগী জেনরেল ও পি দি কমপ্লেক্সতা নোংমগী ওইবা হেল্থ এৱ্যের্নেস প্রোগ্রাম অমা পাঙথোকখ্রে হায়না রিমসকী মীদিয়া সেলগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

অনাবশিং অমদি অনাবগী মতেং পাংবা লাক্লিবশিংদা হোস্পিটাল অসিগী চৎন-কাঙলোনশিং ঙাক্লবা, হকশেলগা মরী লৈনবা চেকশিন থৌরাংশিং, অমোৎ-অকায়শিং মফম চানা হুন্দোক্লবা অমদি ঐখোয় মশেল নীংথিনা লোয়ননবগী মতাংদা ৱাখল তামিন্নবা হোৎনবদা য়ূম্ফম ওইবা থৌরম অদুবু রিমসকী মেদিকেল সুপরিন্টেন্দেন্ট প্রোফেসর এন সঞ্জিবনা পূক্নিং থৌগৎখি।

মহাক্না নর্সিং দিপার্টমেন্টনা হোস্পিটাল অসিগী চৎন-কাঙলোনশিং নীংথিনা ঙাক্লবা হোৎনবদা অচৌবা থৌদাং লৌগদবনি হায়না ফোঙদোকখি। থৌরমসিদা চীফ নর্সিং ওফিসর এন ইবেমহল, ইনফেক্সন কন্ট্রোল নর্স মুতুম মোনিকা, সিনিয়র নর্সিং ওফিসর টি ঐচ বিনোদিনিনা হোস্পিটালসিগী চৎন-কাঙলোন, হায়জিন অমদি হেল্থ ক্যেরগী মতাংদা মরিক চুম্বা ৱাফমশিং থমখি হায়রি।

পুৱারীদা ঙসি
[illegible]

১। কুমজা ২০১২ গী ওগষ্ট ৫ দা পাঙথোকপা লন্দন ওলিম্পিক্সতা ইন্দিয়াগী নুপী বোক্সর এম সী মেরিকোমনা মহাক্কী অহানবা বাউটতা পোলেন্দগী বোক্সর কারোলিনা মাইকেলজুকপু থিন্দৎতুনা ক্বার্টর ফাইনেল চঙখি।
[illegible]
২। কুমজা ১৯৬২ দা সাউথ আফ্রিকাগী এন্টি-এপার্থেদ এক্টিভিষ্ট নেলসন মান্দেলাবু পাসপোর্ট য়াওদনা লৈবাক অসি থাদোক্তুনা চৎপা অমসুং শিন্মীশিংদা ঈরাং হৌহন্নবা ইনশিল্লি হায়বা মরালশিং অসিগীদমক্তা ফাজিনখি, মদুনা মহাকপু চহী ২৭ কৈশুমশঙদা থম্বগী শৈহৌ ওইখি।
[illegible]
৩। কুমজা ১৯৬২ দা মশাগী চহী ৩৬ শুরবী মেরিলিন মোনরো মহাক্কী লোস এঞ্জেলসতা লৈবা ময়ূমদা শিদুনা লৈরম্বা থেংনখি, মহাক্কী মীশি অদু 'মশা নুংঙাইনবা অকনবা দ্রগ মখল অমা চাবদগী' মথন্ত শিজবা ওইরম্বা য়াই হায়নখি।
[illegible]
৪। কুমজা ১৯৬৪ দা য়ু এস নেভিগী পাইলোট ইভরেট্ট এলভারেজ জুনিয়র অসি নোর্থ ভিয়েটনামনা কাপথবা অমসুং ফাবা অমেরিকাগী ইহান হানবা ফ্লাইয়র ওইখি, মহাক কুমজা ১৯৭৩ গী ফেব্রুৱারী ফাওবা ফাজিন্দুনা থমখি।
[illegible]
৫। কুমজা ১৯১৪ দা ইহান হানবা ইলেক্ট্রিক ট্রাফিক লাইট সিষ্টেমনি হায়না থাজনবা অমা ক্লিভলেন্দদা লৈবা ওহাইওগী ইষ্ট ১০৫ ষ্ট্রিট অমসুং য়ুক্লিদ এভিন্যুগী শম্নফমদা খিনখি।
[illegible]
৬। কুমজা ১৯৩৬ কী বর্লিন ওলিম্পিক্সতা য়ুনাইটেদ ষ্টেটসকী জে সি ওৱেন্সনা ২০০ মিটরগী লমজেলদা মায় পাক্তুনা গেম অসিদা মহাক্না ফংখিবা গোল্ড মেদল মরিগী অহুমশুবা অদু লৌখি।
[illegible]
৭। কুমজা ২০১০ দা অৱাং থংবা চিলিদা টন্নেল অমা নমথরকপদগী শেঞ্জেংগী খনি অমদা থবক তৌবা শিন্মী ৩৩ থোক্লকপা য়াদনা নুমিৎ ৬৯নি লৈনুংদা লৌখি।
[illegible]

ঙসিগী রাশি ফল

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

তাং ৫।০৮।২০২৫ ইং, লৈবাকপোকপা;
নুংথিল পুং ১.১৩ ফাওবা থৱানগী ১১নি পাল্লি, মতুংদি ১২ নি পাল্লনি।

মেষ: মথোং খঙদনা আশা চাউরুনু, মিপাইনিংঙাইনি, য়েৎনবনসু কান্নফম খঙলোই। নোল্লুক্লবদি অকিবা লৈরোই, য়েক্নরম্বা মীনফাও চানবীগনি।
লৈশা পাখংগী- নীংবা মপাদি চারোই।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

বৃষ: নুমিৎয়ুংবা ফাওবা ওইজ-ওইথক ফংগদবা খোঙশাল লৈ। পোরম শীন্দোকপা হৈগনি, অরং-অরাক ফংগনি, খুরৌ থাংলম্বা কোকচরনি।
লৈশা পাখংগী- ঈকায় খুম্নবীগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

মিথুন: খ্বাইদগী হেন্না নীংবা থুংগদবা নুমিৎনি। চুম্বা/লানবগী ৱারুনু, তঙাইফদবনি খল্লু। মীয়াম্না চাল্লি, খূৎচাও থানা ওইজবা তালহৌরো।
লৈশা পাখংগী- নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

কর্কট: নুমিৎয়ুংবা মতমদা লাইবক ফগনি, হকচাং নুংঙাইরক্কনি, ৱাখলসু থোক্কনি। ওইজবতা খল্লবদি কোক শাগনি, কথোকপসু তম্মু।
লৈশা পাখংগী- চরাংনরবদি কায়নগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা/শঙ্গোম

সিংহ: নুমিৎয়ুংবা ফাওবা মতম মাঙহন্দনা খূৎচাও থাহৌবা য়ারগনি। ঙাং-শকপা হৈগনি, অরং-অরাক ফংবগী নুংঙাই। লাংতক্নরবদি ফরোই।
লৈশা পাখংগী- মায় পাকপগুম্বনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

কন্যা: নুমিৎয়ুংবা ফাওবা নীংবা থুংগদবা অফবা খোঙশাল লৈ। শকখঙদবনা তেংবাঙবীগনি, অরাপ্পা চৎপা কান্নগনি। মরুপ্তি খনবদি লুগদৌরি।
লৈশা পাখংগী- পাউ নুংঙাইবা তাগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু/কিসমিস

তুলা: নুমিৎয়ুংবা মতমদা অয়াম্বা থবক্তা মায় পাক্কনি। লান্দবনা লাই-গুরুনা চাল্লি, নীংহন্নদবনা অপাম্বা থবক পাঙগনি। হুদগীদি চেকশিল্লু।
লৈশা পাখংগী- নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

বৃশ্চিক: অয়ুক্তদি নীংবা থুংবা, লল্লোন-ইতিক্তা চাউনা কান্নবা, মীয়ামগা মরী ফগৎপা লৈরনি। থৌনা ফুদোকপা য়ারে। নাপলনদি তাথি।
লৈশা পাখংগী- মরী ফগৎকনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

ধনু: অয়ুক্তা চাদিং হেল্লবসু নুমিৎয়ুংবা মতমদি শেন্দোংনা হেনগনি। থৌরম শীন্দোকপা মপা লৈতনা হৈগনি, লৌশিংসু তানশিনবা য়াগনি।
লৈশা পাখংগী- নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

মকর: নুমিৎয়ুংবা ফাওবা খূৎচাও থানা নরল তানশিলহৌবা য়াগনি। নচাক-নরল চাওখৎকনি। শীংবা তান্নবা মফমদদি য়াওরুনু, পঙশিন্নৌ।
লৈশা পাখংগী- মায় পাক্কনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু/কিসমিস

কুম্ভ: থবক পাঙগনি, নীংবা মপা চানা ওইজ-ওইথক ফংগনি, ৱারুনু। মরুপ/নথক থোংবনা চাল্লি। মীৱা হেন্না থাজরবদি চিংনবা ফাওগনি।
লৈশা পাখংগী- ৱাখল নুংঙাইগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

মীন: নুমিৎয়ুংবা মতুংদা মিপাইরম্বা কোকচরদুনা থবক পাঙলনি, ওইজ-ওইথক ফংলগনি। অরং-অরাক্তিঙ চেকশিল্লু, অশাওবা উখোকপা ফরোই।
লৈশা পাখংগী- লাইবক লৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।