কংলৈ লিভিং আর্টস মণিপুর, উচিৱানা শীনবা কংলা ঠিএটর মরাথোনগী তরুক্লি চনবদা *চৈরাক, নোংলালেম্বী* অমদি *নুমিদাং অমা পূন্সিগী* উৎখ্রে

হেমচান্দ নিংথৌজম

ইম্ফাল, ফেব্রুৱারী ০৬ (ঐচএনএস): কংলৈ লিভিং আর্টস (কংলা), মণিপুর, উচিৱানা শীন দুনা চথৱক্লিবা ১২শুবা ফেষ্টিভেল ওফ ফোক নেরেটিভ আর্টস এন্দ কংলা ঠিএটর মরাথোন-২০২৬কী ঙসি তরুক্লি চনবা নুমিৎকী অহানবা শোদা পোৎশংবম তোম্বা লিগেসি ঠিএটর, বিষ্ণুপুরগী দ্রামা 'চৈরাক' উৎখ্রে। দ্রামাসিগী অইবা ময়েংবম সুনিল অমসুং দিজাইন অমদি দিরেক্সন পীখিবনা পোৎশংবম রিতানি।

দ্রামাসিগী শন্নপ্পা ৱারীদি পোইরৈ অমদি মাগী শিন্থোই ওর্ফান হোম অমদা চাউমিন্নরকখি। তুংদা যূম্বান পূন্সিদা খোঙদামিন্নদুনা মচানুপী পিয়াইনু লৈরবা মতুং শিন্থোই মখা তানা অঙাং য়াওবা ঙম্লরোই খঙলকপদগী মহাকপু অরোনবা কা অমদা থমজিল্লগা মীয়ামদা য়ূমদগী চৎখিবদগী হল্লক্রে হায়না শন্দোকখি, মীয়াম্নসু থাজখি। তুংদা মচানুপীগী খনবা শাদুনা চিংলেম্বীগা অমুক লুহোংখি। চিংলেম্বী লাক্লবা মতুং য়ূম অদুদা থৌদোক কয়া থোক্লককখি। তুংদা পূকচেল শেংবা পুলিস ওফিসর অমনা থিজিনবদগী অশেংবা মিহুল লাংখ্রে। চকপা লাইবুং লাইমাংদা য়াৱা চিল্লোক্লরিঙৈ পিবারেলগী ময়াথংনা চকপা লাইবুং হঞ্জবনা সেলোই পাখঙদু লুরেন চাইখি। চকপা সলাইগী মখূত্তা লুরেন চাইখ্রবা তম্বা ওইবা কয়াশিং হাংলবা সেলোই খুল্লাকফম মেনশিল্লনি খন্না মপারী শেৎনা মৈচাকনা অঙাওবীগী পাঙ্কক ওই। খুঞ্জাশিংগী মায়োক্তা তলা পামেন উশাখক মংশৎ তানগে শরিনা মপারীগী কোকলেন য়ান্দুনা থমখি। পিবারেলগী ময়াথংনা খম্লুংলাংবী নোংলেম্বী মমা-মচা অনীমক লমদাইবুংগী পনখৈদা তানখ্রে। খোইজি মিহুল লাংখিবা নোংলালেম্বী মহাক্তো হৈনৌবা কৌবা মপারী অমা ফংজখ্রে। কৈরোই মশুং মমান্নবশিং চকপা সলাই মীনোক্তা খোয়শাউনরবা নৱানা মমাদা পাউহংজখি। পম্বৌ চেংলৌ তাকপীয়ু।

মিপাই চাউবী পলেমগা য়াৱা চেনফেন হেন্নসি। কোরৌ ৱাংলেন কয়াদা খোইখা লিনখা থা হুল্লাকখ্রে সেলোইদা। শকখঙনরে খুল্লাকপী মশু-মবেন অনীমক মেনশিনখ্রে হাংলবা খুল্লাকফম মশু হেনৌবদা। চকপা কাঙলোন খঙলবা খুল্লাকপা মংশৎ তানখ্রে সেলোইগী চকপা সলাই মথক্তা। মথোং হুক্রবা লাল্লোংদা খাঙমদ্রবা পিবারেলনা চকপা পুম্বা কয়াবা পলেম নোংলালেম্বীদা খুৎশিন্নখ্রে। শারেন থাঙ মপারী য়াইবী লৌননবা, তাইবং শারমচৎনা মাঙওইনা মপারীগী য়াইবী লৌখি। ওন্ন-থোইনা খাঙখি, অকি-তুজুং মৈচাকলক অৱা-চৈনা মরক্তা। চীংঙু লাইবাও থারক্লে, অৱা লাংওন লোইরেদো, লাইরক্লেন্দা হল্লক্লে হা খোংজোমনুবীও। অসিগুম্বা ৱারী-শিংবুল অসিবু উৎখিবা দ্রামানি।

দ্রামাসিদা শক্তম লাংখিবশিংদি নুপা কাঙলুপ্তা পিবারেলগী শক্তমদা য়ূম্নাম সোমেন্দ্রো মৈতৈ, লাইবুং হঞ্জবা-য়ূম্নাম পোলোই মৈতৈ, হেনৌবা-লাইশ্রম রোনাল্ডো, সেলোই পাখঙ-এলাংবম অনন্দ অমদি খোঙমীশিংদা সোরোখাইবম মেক্সি অমদি এলাংবম সৈত্যজিৎনি। নুপী কাঙলুপ্তা খম্লুংলাংবীগী শক্তমদা মাইবম পুর্ণিমা, নোংলালেম্বী-লাইশ্রম বিদিয়া, খুল্লাকপী-এলাংবম বিলাসিনী, খুল্লাকপীগী মনাই-লাইশ্রব ভাবীনি অমদি হেন্থোইন্না (অঙাং)গী শক্তমদা য়াইন্না মাইবমনি।

ঙসিগী অহুমশুবা শোদা দ বাশিখোং দ্রামাটিক এসোসিএশনগী দ্রামা 'নুমিদাং অমা পূন্সিগী' উৎখি। দ্রামাসিগী অইবা ডা. মোইরাংথেম প্রিয়োব্রত, লমজিং-লমতাকখিবনা মুতুম ইবোচৌবা অমদি তেংবাঙখিবনা নন্দকিশ্বরনি।

দ্রামাসিগী শন্নপ্পা ৱারীদি থম্বলঙৌ থকশি-খাশি লৈবা য়াম্না পামজবা, ইমুংদা ময়াই কাবা চীঞ্জাক শীজিন্নবা য়াদবা অহল অমনি। মচানুপা অনী, নুপী অমা পোকই। মচানুপা অহল ওফিসকী থবক তৌই। য়াইমা খোইমৈ মপান্দা মহৈ তম্মী। মচানুপী তেম্বী য়ূমদা লৈ। থোইবা ইমুংগী খন্দে। মমা-মপা উশিত্তে, মচিন-মনাওগী খন্দে। মনাওনুপাগী শেল থাবীদে। মনাওনুপা খোমৈতোন মহৈ তম্বা লোইদনা থোক্লকই। থোইবগী য়ূমদা থবক হাপ্পীনবা শেল থিল্লকই। মচলনুপীনা শেল খিত্তা পীয়ু হায়বদা থোইবনা পীদে। থোইবনা ময়ূমদা পাটি তৌদুনা ময়াম কৌদুনা শানৈ-য়ূনৈবা তৌই, মদু মপানা পামদে, মদ্গীদমক খৎনৈ। থোইবগী নুপী গুনিনা মাগী নুপাগী লমচৎ য়ানিংদে, শেঞ্জা-থুমজা পামদে। থবক্কী পীজরম্বা শেল মনেমগা তান্নদুনা লোন্না থিন্দোকখি। থোইবনা মদু খঙহৌদবনা শেলদু মচননুপীনা লৌবনি খল্লি। মমা-মপা, মাগী নুপী গুনি, মনাওনুপা পুন্না চঙদুনা ৱাখল তানবা হোৎনৈ। পাম্বৈ লৈতে। অরোইবা মমা-মপানা মরল-মথুম পূম্নমক থোইবদা পীথোক্লক্লগা পুন্না শাংলবা খোঙচৎ অমগীদমক থৌরাং হৌই। মসিনি দ্রামাসিদা উৎলিবসি।

দ্রামাসিদা শক্তম লাংখিবশিংদি নুপা কাঙলুপ্তা মপা থম্বালঙৌগী শক্তমদা এম ইবোচৌবা, থোইবা-এন ওকেন, খোমৈতোন-এন সোমোজিৎ, চান্দ-কে সোমোরেন্দ্রো, প্রকাশ-এন শরত অমদি রতনগী শক্তমদা এস ইনাওচানি।

ঙসিগী অনীশুবা শোদা হিরানমৈ কলচরেল একাদেমী (হিকা), হিয়াংলমগী দ্রামা 'নোংলালেম্বী' উৎখি। দ্রামাসিগী অইবা নিলধজ খুমন, লমজিং-লমতাকখিবা য়ূম্নাম পোলোই অমদি কন্সল্টেন্টনা সোরোখাইবম ভুবোলনি।

দ্রামাসিগী শন্নপ্পা ৱারীদি নোংলালেম্বী খোংজে মনুবী কৌবা লাইনা খোইয়ুম লাইয়াম মরক্তা লংজ-হৈদবা মরাল লংজরুবগীদমক চীংঙু চৈরাক পীরকখি। তাইবং লাংওনদা পোক্তুনা অৱা-মৈচাক খাংলুরো, পীক্লা পম্বৌ খায়নরো, অকি-তুজুং থৌদোক্লা তাইবং পূন্সি লোম্নুরো। অসুম্না অঙাং ওইরিঙৈ চীংঙু লাইগী নোংদমনা পম্বৌ মপা নোঙ্গাখ্রে। লৈশা মথোৎ কারকঙৈ সেলোই খুল্লাকপীগী মপারী পাখঙ ওইবা অমগা নুংশি পরৈ চেৎ তাউজিং হৈরু পান, খোইজি নুপী কাঙলুপ্তা মমা থরোশংবীগী শক্তমদা খেদা, গুনি- সোনিয়া অমদি তোম্বীগী শক্তমদা এম মতৌলৈবী হায়রিবশিং অসিনি।

লকিজ এস্থেটিক ক্লিনিক হাংদোকখ্রে

ইম্ফাল, ফেব্রুৱারী ০৬ (ঐচএনএস): ইম্ফাল ইষ্টকী পোরোম্পাৎ ক্রোসিংদা ঙসি সুর হোস্পিটাল, খাঙবোককী প্রোপ্রাইটর ডা. লাইশ্রম সোমেনকুমার অমদি ফিল্ম এক্টর সুস্মিতা মংশাতাবমনা লকিজ এস্থেটিক ক্লিনিক হায়না মিংথোনবা ক্লিনিক অমা হাংদোক্তুনা মীয়ামদা খৃৎশিন্নখ্রে। ক্লিনিক অসিদা মরু ওইনা কোস্মেটিক সর্জরি, স্কিন, হিয়র অমদি লেজর ত্রিটমেন্টকী খুদোংচাবা পীরগনি হায়রি।

'জি টি বিনা পন্দিত অচৌবা ইন-চার্জ হাপ্পগী ওথোরিটি ওইদে'

ইম্ফাল, ফেব্রুৱারী ০৬ (ঐচএনএস): শ্রীশ্রী গোবিন্দজি টেম্পল বোর্ড (জি টি বি)না পন্দিত অচৌবা ইন-চার্জ হাপ্পগী ওথোরিটি ওইদে। বোর্ড অসিনা নিংথৌ পাল্লিঙৈদগী লৈরক্লবা মণিপুরগী পন্দিত লোয়শঙ (মরু লোয়শঙ) গী ফম্লোন হাপ্পগী ওথোরিটি ওইদে হায়না চৈরাপ লোয়শঙ মণিপুরগী সেক্রেটরিগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

বোর্ড অসিনা মীওই খরগা লৌতুনরগা মণিপুর মীয়ামগী মথক্তা চমন্নবা থোকহল্লিবসি মুখৎনবগীদমক হৌজিক হায় কোর্ট ওফ মণিপুরদা এম সী (দল্লিয়ু পি (সী) নম্বর ৬৪৮ ওফ ২০২৫ অমসুং দল্লিয়ু পি (সী) নম্বর ৬৯১ ওফ ২০২৫ গী ৱায়েল চথদুনা লৈরিবনি। মরম অদুনা লৌতুনবা খুদিংমক খুদক্তগী লেপ্পীয়ু। লোয়ননা সনামহী লাইনিং, উমংলাই অমদি পন্দিত লোয়শঙ (মরু লোয়শঙ) চৈরাপ-গারোট, তানয়ৈ, পেনা লোয়শঙশিংসি বোর্ড অসিগা হীরম অমত্তদা মরী লৈনদে হায়নসু ফোঙদোরক্লি।

HEISNAM JUGESHWAR VEDIC ASTROLOGY COURSE

ঢংমক্লগেলে ইশ্নম / Admission Form

COURSE DETAILS

* Course Name: Heisnam Jugeshwar Vedic Astrology Course
* Duration: 4 months (Sunday Classes only)
* Class schedule: Every Sunday, 3 hours per class
* Instructor: Astrologer Heisnam Jugeshwar Singh (Retd. Govt. Teacher)
* Instructor Experience: Learning since 1987/ Practicing since 2001
* Address & Contact No. : Thangmeiband Lourung Purel Leikai, +91-6009073609

HL-P/4987/3,5,7

এৱার্দকীদমক অইবশিংদগী লাইরিক কৌরি

ইম্ফাল, ফেব্রুৱারী ০৬ (ঐচএনএস): মণিপুর সাহিত্য সমিটি, থৌবালনা চহী ২/২ কান্নরগা পীবা তোঙান তোঙানবা মনা ১২গীদমক অইবা-অইবীশিংনা মশানা ইজবা লাইরিকশিং থা অসিগী ২০ ফাওবগী মনুংদা কোপী ৩/৩ সমিটি অসিদা পীখৎলকপা য়াগনি হায়না সমিটিসিগী সেক্রেটরি সামোম রঘুমনিগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

মনাশিং অদুদি নিঙোম্বম ওংবী প্রমোদিনি নীংশিং সাহিত্য মনা (শৈরেং), অকোইজম চাওতোন, রাজকুমারী মুক্তাম্না নীংশিং সাহিত্য মনা (ৱারীমচা), অকোইজম ওজা বিজয় নীংশিং সাহিত্য মনা (ত্রান্সলেশন), অকোইজম ওংবী বিনোদিনি নীংশিং সাহিত্য মনা (ৱারী অশাংবা), কবি লৈতাম্বেম রামশিং নীংশিং সাহিত্য মনা (দ্রামা/প্লেরাইট), অকোইজম ওংবী শিজ নীংশিং সাহিত্য মনা (নৈন-ৱারেং), অকোইজম ওংবী শ্যামা নীংশিং সাহিত্য মনা (চহী ৪০ ফাওবগী মনুংদা লৈবা অইবশিং), অকোইজম ইবেচা দেবী নীংশিং মনা (মণিপুরী নাৎ), অকোইজম লিলাবতি দেবী নীংশিং মনা (চহী ৭০গী মথক, লাইফ এচিভমেন্ট)। মনাশিং অসিগীদমক কুমজা ২০২৪ দগী ২০২৫ ফাওবগী মনুংদা ফোঙবা লাইরিকশিং ওইগদবনি। অদুগা থিয়াম ওংবী তখেল্লম্বম নিঙোল ইবেচাওবী নীংশিং সাহিত্য মনা (অঙাংগী সাহিত্য) অমদি অকোইজম ভুবন সিংহ নীংশিং সাহিত্য মনা (ঈশৈ ময়েক) হায়রিবা মনা অনী অসিগীদমক্তা ওইনদি কু মজা ২০২৩ দগী ২০২৫ ফাওবগী মনুংদা ফোঙবা লাইরিকশিং ওইগদবনি হায়রি।

ঢাকেঁ/TENT HOUSE KI HELPER PAMJEI

Tent House amagi Helper ama athubagi pamjei. Leipham chapham pigani, masagi chahi 18-25 faobada leiba kanagumba singna thabak asibu pambiba yaoragadi makhagi pijariba contact no. asida pao phaobiraku.

HL-P/0021/6,7 **Contact : 9774757975**

OFFER / ঢৈঞ্জ **OFFER / ঢৈঞ্জ**

ঙানু মরুম অকোনমল লুপা ৩ খক্তং লৌজগনি

লাক্লিবা February গী তাং ১৪, থাংজ নুমিৎতা পুবীরকপা ঙানু মরুমশিংদা লুপা ৩ খক্তং লৌজগনি। নোংমাইজিং নুমিৎ খুদিংগী ঙানু মচা Muksan Peking, FFG, Kuroiler, Banaraja, Black Asterof, Layer (B.V. 380), Japanese Quail হোঙনা ফংবীগনি। Farmer শিংনা advance booking তৌবীয়ু। থাংজ খুদিংগী য়েরুম, ঙানু মরুম হাপচগনি। য়ুমশকৈশা খুদিংগী Japanese Quail মরুম হাপচগনি। Layer (B.V. 380) হায়রিবা য়েন অসি মপি ১০০ লোইবদা নোংমদা মরুম 90 দগী 95 ফাওবা কোকই। মশা য়াম্না হাওবগা লোয়ননা Kg. 2.5 দগীনা 3.5 Kg. ফাওবা লুম্বা ঙম্মী।

লেংশিনবীরকসি : **EMOINU HATCHERY**
Near Eastern Ground, BSNL & POSTAL COLONY, Palace Compound
8787483251

HL-P/0024/6,7

লৌশিং পুক্কে

মীরোল্লিঙৈদা ব্লদ সুগর

ৱাংখৎলকপগী অকুপ্পা মরমশিং পুন্না খঙমিন্নসি

আলুকা-হেন্না মরুওইনা চিপ অমদি ক্রিস্প চাবনা নুপীশিংদা গেষ্টেশনেল দাইবেটিসকী রিস্ক হেনগৎহল্লি হায়বা হন্দক্তা নৌনা থিজিনবদগী খঙলে।

গেষ্টেশনেল দাইবেটিস হায়বসি নুপী ওইবীশিংনা মীরোল্লিঙৈ মনুংদা ব্লদ সুগরগী চাং ৱাংখৎলকপগী থৌওংবুনি। মসিনা মমা অমদি মচা অনীমক্তা খুদোংথিনিংঙাই ওইহনবগা লোয়ননা তুংগী পূন্সিদা থম্মোয়গী লায়না অমসুং অতৈ মখলগী দাইবেটিস ওইহল্লকপা য়াই।

মালেমগী মফম খুদিংমক্তা পাক শন্না চানরিবা আলুদা ভিটামিন সী অমসুং পোটাসিয়মনচিংবা হকচাংদা কান্নরবা ন্যুট্রিয়ন্ট কয়ামরুম য়াওই। অদুবু অতৈ মনা-মশিংগা য়েংনবদা ষ্টার্চ অমদি কার্বোহাইড্রেটকী চাং য়াম্না হেন্না য়াওই। মসিনা মরম ওইরদুনা ব্লদ সুগরগী চাং হেনগৎহল্লি।

দাইবেটিস হায়বসি হকচাংনা ইন্সুলিন মরাং কায়না পুথোকপা ঙম্লক্তবদগী ঈদা য়াওবা চিনিগী শরুক চুপশিনবা ঙমদবগী থৌওংবুনি। মেরিলেন্দগী রোকভিলিদা লৈবা নেসনল ইনষ্টিট্যুট ওফ হেল্থকী কুইলিন ঝাংনা লুচিংবা রিছার্চর কাঙবু অমনা চাকচা-য়ুথক অমদি গেষ্টেশনেল দাইবেটিস (মীরোল্লিঙৈদা ব্লদ সুগর ৱাংখৎলকপা) কী মরক্তা লৈনবা মরী খঙদোক্লবা হোৎনখি। মদুগীদমক 'নর্সেস হেল্থ ষ্টদি' গী দেটা নৈনরম্মী। কুমজা ১৯৮৯ দগী হৌনা নুপী ১১৫,০০০ রোমগী মওং মতৌ নৈনদুনা লাকখিবনি। কুইলিন ঝাং অমদি মহাক্কী কাঙবুনা কুমজা ১৯৯১ দগী ২০০১ ফাওবগী মনুংদা মীরোনখিবা মীরোনবী নুপী ১৫,৬৩২ গী রেকোর্দ নৈনখি। হায়রিবা নুপীশিং অদু মমাঙদা দাইবেটিস নৎত্রগা অতৈ ক্রোনিক দিজিজশিং নাখিবগী হিষ্ট্রি লৈবা অমত্তা লৈতে।

মীরোনবী নুপী ২১,৬৯৩ গী মনুংদা নুপী ৮৫৪ (চাদা ৪) গেষ্টেশনেল দাইবেটিস নারকপা থেংনখি। হায়রিবা নুপীশিং অদু মীরোনগদবা চহী অমরোম ৱাৎলিঙৈদা আলু কয়া য়াম্না চাখিবগে হায়বা খঙদোক্লবা হোৎনরম্মী। থা অমগী মনুংদা আলু অমুক্তং চাবা নৎত্রগা শুংচা চাদবা অমসুং নুমীৎ খুদিংগী আলু চাবা হায়দুনা কাঙলুপ অনী খায়দোক্লম্মী। মসিগীসু মথক্তা চহী মতাং অমদি দাইবেটিসকী ফেমিলি হিষ্ট্রিনচিংবগী ৱাফম কয়াসু নৈনরম্মী। মতৌ অসুম্না য়েংশিনবদা নুপীশিংনা মীরোনগদবা মতম খরা ৱাৎলিঙৈদা আলু য়াম্না চাখ্রবদি মীরোল্লিঙৈ মনুং অমসুং অঙাং উনবা মতমদা ব্লদ সুগর ৱাংখৎলকই হায়বা খঙলকখি।

মরুওইনা তাউরগা অমসুং মৈদা লৌরগা চাবনা অমুক্তা হেন্না খুদোংথিনিংঙাই ওই হায়রি। ৱাফম অসি বৃটিশ মেদিকেল জর্নেলদা হন দক্তা ফোঙলকপনি।

খুদোংচাদবা অসিদগী কোকহন্নবগী মতাংদা রিছার্চরশিংনা হায়খি, আলুগী মহুত্তা অতৈ মনা-মশিংনা হেন্না য়াম্না চাগদবনি। ডোক্তরশিংনা হায়খি, গেষ্টেশনেল দাইবেটিস মায়োক্লরকপা থোক্লবদি পম্বুবা তৌদনা চাকচা-য়ুথক শেমদোকপগা লোয়ননা হকচাং শাজেল তৌগদবনি। করিগুম্বা ফীভম হেঞ্জিল্লক্লবদি ইন্সুলিনগী মতেংনা লায়েংবগী মথৌ তারকপা য়াই। চয়োল অমগী মনুংদা অনীরক্তং ওইরবসু আলুগী মহুৎতা অতোপ্পা মনা-মশিংনা মহুৎ শীন্দুনা চাবা মতমদা গেষ্টেশনেল দাইবেটিসকী রিস্ক চাদা ১০ রোম হন্থহনবা ঙম্মী হায়রি।

আলু চারগা দাইবেটিস ওইহল্লকপগী মতাংদা রিছার্চরশিংনা চপ চাবা মরম পীবা ঙমদ্রি। অদুম ওইনমক আলুদা ষ্টার্চ মরাং কায়না য়াওবা মরম্না ব্লদ সুগর ৱাংখৎহল্লকপা ওইরমগনি হায়না থাজনরি। মীরোনবা হায়বসিমক্তবু নৌনা য়ুম্বান পুন্সিদা খোঙদারকপা মতৈ-মনাওশিংগী মফমদদি হরাওনিংঙাই ওইরবা থৌওং অমনি। মরম অদুনা মীরোনবগী খুদম হেক ফংলকপগা চপ চাবা অমা খঙদোক্লবগীদমক টেষ্ট তৌবগী থৌওং অমা হেক হেক চথনরি। শেনয়েক অমগী মমায় অনী লৈবগুম ঙল্লিঙৈদা প্রেগনেন্সি টেষ্ট তৌবগী কান্নবা অমসুং কান্নদবা লৈ। টেষ্ট তৌবগী কান্নবা খরদং হায়বা তারবদি নীংজিং-মাঙজিংনবা কোকহন্দুনা অশেংবা অমা খঙলবনিনা ৱাখলদা লৈতাহনবা অমসুং মীরোল্লম্বা তারগনা ঙল্লিঙৈদা চেকশিন থৌরাং লৌখৎহৌবা য়াবগী খুদোংচাবা ফংহনবা অসিনচিংবনি। মসিনা অঙাং কায়বগী খুদোংচাদবা কোকহনবদা মতেং পাংই।

অমরোমদা, মীরোল্লমদবা তারগনা নীংবা কায়হল্লি অমসুং অরেম্বদা শেল তিংহল্লি। পুম্নমক অসি ওইদুনসু ঙল্লিঙৈদা প্রেগনেন্সি টেষ্ট তৌরগা মতম চানা কনফার্ম তৌহৌবগী কান্নবা কয়ামরুম লৈ হায়না ডোক্তরশিংনা মোত পীরি। অমরোমদা, ন্যু বৃটিশ জর্নেল ওফ ক্লিনিকেল ফার্মাকোলোজিদা ফোঙলকখিবা রিপোর্ট অমগী মতুংইন্না করিগুম্বা মীরোনবীশিংনা দিপ্রেসন, ওবসেসিভ কম্পলসিভ দিসওর্দর, এঞ্জাইটি অমসুং পোষ্টট্রোমাটিক ষ্ট্রেসনচিংবা পূক্লিং-ৱাখলগী ওইবা লায়না ফহন্নবা হীদাক লাংথক চাবা তারবদি নৌনা পোক্লক্কদৌরিবা অঙাং অদুগী হার্টতা অকায়বা কয়ামরুম থোকহল্লি হায়রি।

অঙাং উনবা য়াবগী চহী মতাংদা লৈরিবা নুপী চাদা ২০ লোম পূক্লিং-ৱাখল নুংঙাইতবগী খুদোং-চাদবা মায়োক্লে হায়না পল্লদুনা ষ্টদিগী রিপোর্টনা হায়খি, মীরোল্লিঙৈদা ৱাখল লায়না ফহন্নবা এন্টি-দিপ্রেসেন্ট চাবগী চাং নোংম-নোংমগী হেনগৎলক্লে। কেনাদাদা লৈবা য়ুনিভর্সিটি ওফ মোষ্টিয়লগী এনিক বেরাদনা হায়খি, মীরোল্লিঙৈ মনুংদা পূক্লিং-ৱাখলগী লায়না ফহন্নবা হীদাক চাবনা মমা-মচা অনীমক্তা খুদোংথিবা থোকহল্লকপা য়াবা মরম্না মীরোন্দ্রিঙৈগী মমাঙদা নীংথিনা থৌরাং তৌহৌবা অমসুং সাইকোথেরাপি নৎত্রগা হকচাং শাজেলগী মতেংনা ৱাখল লায়না ফহন্নবা হোৎনহৌবগী তঙাইফদবা লৈ।

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

পুৱারীদা ঙসি

[illegible]

১। কুমজা ১৯৬৪ গী ফেব্রুৱারী ৭ ঙসিগী নুমিৎসিদা Beatles না মখোয়গী অহানবা অমেরিকান টুর পাঙথোক্লবা ন্যু য়োর্ককী জোন এফ কেন্নেদি ইন্টরনেশনল এয়রপোর্টতা থুংলবদা নুংঙাইবনা মথুম-মরাং হৌরবা ফেন লীশিং কয়ানা লাউ-খোংদুনা তরাম্না ওকখি।

২। [illegible] Beatles [illegible]

২। কুমজা ২০০৭ কী ঙসিগী নুমিৎসিদা ময়াং ইম্ফালনা কোনবা উচিৱা মেইন রোদকী মফম অমদা সিক্যুরিটি ফোর্সশিংনা কে জি ১৫ লূম্বা বোম অমা থেংনখিবগা লোয়ননা বোম অদু প্লান্ট তৌবদা চেন্নবনি হায়বা পি এল এ অকজিল্যরি য়ুনিটকী এক্টিভিষ্ট অনী নোংমৈ অমসুং আই ঈ দি মেটরিয়েলশিংগা কোন্নানা ফাখি।

৪। [illegible]

৩। কুমজা ২০০৭ কী ঙসিগী নুমিৎসিদা কোম ত্রাইবশিংগী ৬শুবা কোমরেম লামকুট লাম ফেষ্টিভেল, চুড়াচান্দপুর দিষ্ট্রিক্টকী অপ্পর কোম কৈরাপ ভিল্লেজদা পাঙথোককখি। চহী খুদীংগী পাঙথোকপা কোম ত্রাইবকী অচৌবা কুম্মৈ অসি কোমরেম টাইফস' রেলফের্র ওর্গনাইজেশন অমসুং কোম কলচরেল দান্স এন্দ রিছর্স সেন্টর, মণিপুর অনীনা শীনবনি।

৪। [illegible]

৪। কুমজা ২০০৭ কী ঙসিগী নুমিৎসিদা যু এন এল এফকী সিনিয়র পব্লিসিটি ওফিসরনা থাদোরকপা চেরোল অমা পল্লদুনা ইম্ফালগী পাউচেশিংদা চান্দেল দিষ্ট্রিক্টকী হেংসি অমদি হোলেঞ্জাং খুল অনীগী মরক্তা চহীদুগী ফেব্রুৱারী ৪ দা আই ও এফকী পর্সনেল পুদুনা লাকপা শক্তিমান ব্রক অনীদা ২৯৩ শুবা বট্টালিয়ন এম পি এনা লান্দাবদা আই ও এফকী এ আর ৬ লোম হাৎখ্রে হায়না রিপোর্ট তৌনখি। অদুবু আই ও এফকী পি আই বিনদি মীওই অমতমক শোকখি হায়না শেংদোকখি।

৪। [illegible]

৫। কুমজা ২০০৭ কী ঙসিগী নুমিৎসিদা ন্যু দেল্লিদা পাঙথোককখিবা পাউজী মীফম অমদা ইন্দিয়ন রেথলিফটিং ফেদরেশনগী ওফিসল বলবীর সিংহনা লৈবাক অসিগী লিফ্টর অহুম ৱর্ল্ড এন্টি দোপিং এসোসিএশননা টেষ্ট তৌবদা অথিংবা থমখ্রবা দ্রগ পোজিটিভ ওইবা থেংনরে হায়না ফোঙদোকখি। অদুম ওইনমক মহাক্লা দ্রগ পোজিটিভ ওইরবা লিফ্টর অহুম অদুগী মশক মমিংদি ফোঙদোকপা তৌখিদে।

৬। [illegible]

ঙসিগী রাশি ফল

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

তাং ০৭।০২।২০২৬ ইং, থাংজ;
ফাইরেনগী ২১নি পানবা।

মেষ: মায়থিবা লৈররোইদবা, অরং-অরাক ফংগদবা অমদি নীংবা মপা চাগদবা নুমিৎনি। য়েৎনবনা মাঙজবা, ফংবা য়াবা পনবদি লৈখিনি।
লৈশা পাখংগী- খাঙবা কল্লবদি নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

বৃষ: পাঙনিংবা থবক মচু তানা পাঙগনি, লৌশিং শীজিন্নদুনা নচাক-নরল চাওখৎহনবা ঙমগনি। থাজদনা নক্লবনদি থবক্তা কায়নবা শীল্লক্কনি।
লৈশা পাখংগী- অখঙ-অহৈ, আশা চাউবা মতাং চারোই।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু/কিসমিস

মিথুন: মীয়াম্না চানবীগনি, চাদিং হন্থবা ঙমগনি অমদি নচা-ননাইগী মতেং কান্নগনি। অনম তানবা, মীৱা লৌবনা মাঙজবতা নংগনি।
লৈশা পাখংগী- মতম্না অফবা পুরক্কনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

কর্কট: নীংবা থুংজবা, অনৌবা আশা লাকপা, শেন্দোং চাউনা ফংগদবা নুমিৎনি। অনম তাল্লবা, অশাওবা লোয়নরবদি মাঙবতা নংগনি।
লৈশা পাখংগী- নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

সিংহ: নচা-ননাইগী মতেং অমদি লৌশিং নত্তনা অতোপ্পা পাম্বৈ লৈরোই। ৱাঙাং হৈত্রবদি অরং-অরাক মাঙগনি, নচাক-নরল চেকশিল্লু।
লৈশা পাখংগী- নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

কন্যা: হরাওবা, মীচঙ হেনগৎপা অমদি নীংবা মপা চাবা লৈগনি। নুংঙাইবা পাউ তাজগনি, লৌশিং তানশিনবা মতাং চাগনি। হুরানবনদি তাথি।
লৈশা পাখংগী- নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

তুলা: পূক্লিং ফাথনা লৈগদবা নুমিৎনি। নুমিৎ খুদিং থানিল ওইদে খল্লগা মতম হৌহনখো। অনম তানবনা মরুপ-মপাং কায়নগনি, কাউগনু।
লৈশা পাখংগী- খাঙবা কল্লু।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

বৃশ্চিক: শেল-থুম কান্নগনি, নীংবসু থুংগনি, লাই-গুরুনা চানবীগনি। থৌনা ফুদোকপা মতাং চাগনি, মিংচৎ ফংগনি, ঙাং-শকপা হৈগনি।
লৈশা পাখংগী- নীংবা মপা চাগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

ধনু: থবক পাঙগনি, মাঙবা লৈরোই, খৃৎচাও থাহৌরো। থাজদবা নুংঙাইবা পাউ তাজগনি। অফা-অপুনগী থবক্তদি হৈত্রবদি মাঙগনি।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

মকর: মিপাইবা পোক্তনবা নচা-ননাই অমদি মীয়ামগী ৱা তাবা ফগনি। কোক শাবা লৈতনবা নাপল থাদোকউ, হুরানবদগী চেকশিল্লু।
লৈশা পাখংগী- মরীদি হান্নদৈ হেন্না ফৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

কুম্ভ: অশাওবা ফাথরবা, হোয়া ফদ্রবা মায়থিরোই। নীংবা খুদিং পাঙগনি খনগনু, মরুপ/মীয়ামগী মতেং য়াওদনা অরুবা থবক পাঙগনু।
লৈশা পাখংগী- অশাওবনা মাঙহনগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

মীন: থৌনা ফুদোকপা মতাং চাগনি, পোরম শীন্দোকপা হৈবা অমদি ইমুং-মনুংগী ৱা তাবা কান্নগনি। অরং-অরাক লৌশিনবা য়াগনি।
লৈশা পাখংগী- মায় পাকচগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।