রূপমহল আর্টিষ্ট মেমোরিএল দ্রামা ফেষ্টিভেল ২০২৫-২০২৬
কংলৈ লিভিং আর্টসকী দ্রামা হুরানবনা হুখ্রবা থম্মোয় উৎখ্রে

হেমচান্দ নিংথৌজম

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১২ (ঐচএনএস): রূপমহল ঠিএটর, ইম্ফালনা মণিপুর ষ্টেট কলা একাদেমীগা খূৎশম্নদুনা পাঙথোকপা ২৪ শুবা রূপমহল আর্টিষ্ট মেমোরিএল দ্রামা ফেষ্টিভেলগী ঙসি তরানিপাননি চনবদা কংলৈ লিভিং আর্টস (কংলা), মণিপুর উচিৰাগী দ্রামা 'হুরানবনা হুখ্রবা থম্মোয়' উৎখ্রে। দ্রামাসিগী অইবা অমদি তাকপী-তন্মীবা থৌনাওজম প্রেমজিৎনি। তেংবাঙখিবশিংনা সগোলশেম বিজেন, মৈকাম বেবিগ্রেস অমদি লৈহাওথাবম খেখেনি।

দ্রামাসিগী শন্নপ্পা ৰারীদি অফবা তৌনিংদবা তাইবংদা কনাবু য়াওবগে। অদুবু ফীভম মতমনা মীওইবনা অরানবা লন্মীদা খোঙ থাংলি। ফৎত্রে হায়বা খঙলবসু ফত্তবা থবক অদু হন্না হন্না পাঙথোক্লবা লেপ্তে। মসি তাইবংগী চৎনবী অমা ওইরক্লি। মায়কৈ অমরোমদনা লৈবাক্কী ঈৰাং, বন্দনচিংবগী খুদোংচাবা লৌদুনা মশাগী ওইজবা থিবা মীওই খরগা পান্বে লৈজদ্রবা, নোংমগী অফং-অফংবা শু-নোমদুনা হিংজরিবা লায়রবা কয়াবু লৈবাক্কী ঈৰাংগী মিংদা মখোয়গী মরল-মথুম মুনবীরি, চাইখাইবীরি, মখোয়গী পূন্সিদা কোকপা ঙম্লরোইদবা অৰাবা চৈনা কয়া পীবীরি। পান্বে লৈজদ্রবা, শুফম-নোম্ফম লৈত্রবা খুন্নাইসিগী ফৎত্রবা চৎনবীনা হিংনবগী লন্মী থদৎপীখ্রবা লায়রবশিংসিনা অরানবা লন্মীদা খোঙ থাংবা তারক্লি। মীগী মপোৎ মরল হুরানবা হৌরকই। মখোয়সু থৰায় পানবা ওইবনিনা হিংনবগীদমক, মচা-মশুগীদমক মখোয়গী মবুক থাক্লবগীদমক অরৈবা পান্বে শীজিন্নদুনা মথ্বায় খুবাক্তা হাপ্পুনা হোৎনরকই। অদুবু মীগী মপোৎ হুরাল্লবসু, ফত্তবা থবক কয়া তৌরবসু মদু মহাক্লা তৌনিংদুনা তৌখিবদি নত্তে, মহাক্কীসু থম্মোয় পাল্লি, মীনুংশি পোকই হায়না উৎলিবা দ্রামা অমনি 'হুরানবনা হুখ্রবা থম্মোয়'।

দ্রামাসিদা শক্তম লাংলিবশিংদি অমুমচাগী শক্তমদা সগোলশেম বিজেন, বন্দ লুচিংবা-লৈহাওথাবম খেখে, শেল থৌবা নুপা-সলাম প্রেমকুমার, ইবেমহল-মৈকাম বেবিগ্রেস, পিশক (অমুমচাগী নুপী)-কৈথেল্লাকপম চেরিন্দা, মচে-সরাংথেম উশারানি, মনাওনুপী-সগোলশেম লমঙানবী, অঙাং-লাইজ থৌনাওজম হায়রিবশিং অসিনি। কোরসতা ইরোম কিষন, এস প্রেমকুমার, এস ঐচ পান্থোইবা, এস ঐচ হিরাচন্দ্র, পারী থৌনাওজম, আর কে রাজেন্দ্রো, টি ঐচ ইরাচন্দ্র, ঐচ গেলেক্সি অমদি ঐচ নোংপোকঙানবা হায়রিবশিং অসিনি।

হয়েং (জন্যুৱারী ১৩,২০২৬) জগোয় নাচোম সঙ্গিত কলা একাদেমী মহাবিদ্যালয়গী দ্রামা 'মচা' উৎকনি

অগরতলা বূক ফ্যের লোইশিল্লগনি

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১২ (ঐচএনএস): থা অসিগী ২দগী চয়োল অনীরোম চুপ্পা চত্থরকখিবা ৪৪শুবা অগরতলা বূক ফ্যের ২০২৬ হয়েং লোইশিল্লগনি হায়রি।

বূক ফ্যের অসি ত্রিপুরাগী চীফ মিনিষ্টর ডা. মনিক শাহনা হৌদোকখিবনি। ঙসি নুংথিল লাইরিক মেলাসিদা মণিপুরী, চকমা অমসুং মোগ লোল অহুমগী সাহিত্য হায়বা হীরমসিদা তোঙান তোঙানবা মীওই অহুম্না খন্ন-নৈনবগী থৌরমদা শরুক য়াখি। ঙরাংনা মণিপুরী অমসুং চকমা, মোগ, হালমনচিংবা অতোপ্পা মাইনোরিটি ফূরুপকী লোলশিংগী অপূনবা শৈরেং শৈদিন্নবা অমা অইবা ৱাঙ্খেম বিরমঙ্গলনা মোদরেটর ওইদুনা পাঙথোকখি। শৈরেং শৈদিন্নবা অদুদা নৌনা মচিন তুমখৎলকপা মণিপুরী অইবী কয়া য়াওনা পুন্না ৩৩ না শরুক য়াখি হায়রি।

ৱিমেন ইম্পৱারমেন্টকী মতাংদা সিম্পোজিয়ম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১২ (ঐচএনএস): লায়ন্স ক্লব ওফ ইম্ফাল, চনুরা অমদি ইন্টরনেশনল কমপ্লেন্ট কম্মিটি (আই সী সী) জি পি ৱিমেন্স কোলেজনা পুন্না খূৎশম্নুনা ৱিমেন ইম্পৱারমেন্টকী মতাংদা নোংমগী ওইবা সিম্পোজিয়ম অমা ঙসি কোলেজ অসিগী সেন্ত্রেল হোলদা পাঙথোকখ্রে।

থৌরমসিদা লায়ন্স ক্লব ইন্টরনেশনল ৩২২-দিগী দিষ্ট্রিক্ট গভর্ণর লায়ন ললিত কুমার কোথারি, পি এম জে এফনা অথোইবা মীথুং, কোলেজ অসিগী প্রিন্সিপাল প্রোফেসর এল রাজেননা থৌরম মপু, দিষ্ট্রিক্ট ৩২২-দিগী ভাইস দিষ্ট্রিক্ট গভর্ণর ৱান লায়ন নীনা দত্ত এম জে এফ, লায়ন্স ক্লব ওফ ইম্ফাল, চনুরাগী প্রসিদেন্ট লায়ন এলাংবম মেঘবতি এম জে এফ অমদি কোলেজসিগী আই সী সীগী কো-ওর্দিনেটর ডা. নলিনি নোংমৈকাপ্পমনা অখন্নবা মীথুংশিং ওইনা শরুক য়াখি।

সিম্পোজিয়ম অদুদা প্রোগ্রাম চেয়রপার্সন লায়ন কে এস ঐচ পদ্মনা নুংগী ওইবা ৱারোল থমখি।

লায়ন নীনা দত্তনা ৱিমেন এন্দ এদ্যুকেশন, নারেংবম নোনিবালানা ৱিমেন্স এজ লিদর্স ফোর পিস ইনিসিএটিভ, লায়ন নন্দিনি থোকচোমনা নো য়োর রাইটস, লায়ন গোজেন্দ্র, পি দি জিনা ৱিমেন ইন এ লিদরশিপ রোল অমদি লায়ন লক্ষ্মী রোইনা দ পৱার ইজ ৱিদিন য়ু গ্রেব ইট হায়রিবশিং অসিগী মতাংদা পৱার পোইন্ট প্রজেন্টেশন তৌদুনা মরিক চুম্বা ৱাফমশিং থমখি।

অনাল ফূরুপকী অথৌবশিংগী নীংশিং থৌরম 'অনাল ফেথা নি এলম' পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১২ (ঐচএনএস): লমদমসিদা খুন্দারিবা অনাল ফূরুপপু ঙল্লিঙৈ মতমদগী হৌনা ঙাক শেন্দুনা লাকখ্রবা অথৌবশিংগী নীংশিং কুম্মওন থৌরম 'অনাল ফেথা নি এলম' গী থৌরম পাঙথোকখ্রে।

অনাল নাগা টাংপি (এ এন টি এ)না শীন্দুনা চান্দেল দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা অনাল খুল্লেন্দা ফূরুপ অসিগী নাৎকী ওইবা থৌরম কয়াগা লোয়ননা পাঙথোকপা থৌরমদুদা অনাল হিরোশিংগী মিংদা য়ুংবা নীংশিং নুঙবী মায়খুম হাংদোকখিবগা লোয়ননা য়ুনাইটেদ নাগা কাউন্সীলগী প্রসিদেন্ট এন জি লোর্হোনা সোভেনিয়র অমসু ফোঙখি।

থৌরমসিগা মরী লৈননা অনাল ফেথা নি এলমগী সোভেনিয়র কম্মিটিগী থৌমী অমসু ওইরিবা ঐচ টি ফ্রান্সিসনা হায়খিবদা, লাই হাত্তক্তগী হৌনা অনালশিংগী লম অমদি ফূরুপ অসিবু ঙাকপী-শেনবীরম্বা অথৌবশিংবু চহী খূদিংগী নীংশিং থৌরমসি পাঙথোক্তুনা লাক্লি। চহীসিগী ওইনা লাই ওইখ্রবা অথৌবশিংগী তুং ইন্দুনা ফূরুপসিগীদমক থৰায় থাখ্রবা অথৌবশিংবু পুন্না নীংশিংদুনা পাঙথোকপা থৌরমনি। অসিগুম্বা থৌরমসিনা অনাল অমদি অনাল খুল্লেন হায়না খঙনরিবা মফম অসি লাই হাত্তক্তগী লৈরক্লবা খুল অমনি হায়বসি অদুঙৈ ইপুথৌ ৱাংব্রেননা মফম অসিদা কোয়বা লাকখিবা মতমদা সংনু কৌবী নুপী অমবু খোয়দারুবদগী মতম অদুগী অনাল পাখঙ থুমখেরগা নুঙ হুন্নদুনা পাঙ্গল চাংয়েংনখিবগী পুৱারীনা খুদম চাংদম ওইরি। মসিদা নত্তনা নিংথৌ পাল্লিঙৈ মতমদসু লৈবাক নিংথৌনা ফূরুপসিদা খুদোল ওইনা শীন্নখিবা খূৎশু-খূৎলায়শিং ঙসি ফাওবা তেক্ত-কায়দনা চেকশিন্না থল্লি। রিছার্সর কয়ানসু মফমসিদা লাক্তুনা নুঙগী খূৎলায় কয়াসু ফংবা ঙমখ্রে হায়বা ৱাফমশিং ফোঙদোকখি।

অমরোমদা, থৌরমসিদা শরুক য়াখিবা য়ুনাইটেদ নাগা কাউন্সীলগী প্রসিদেন্ট লোর্হোনা হায়খিবদা, লাই ওইখ্রবা ইপা-ইপুশিংবু অসুম্না নীংশিংদুনা মখোয়গী নুমিৎ অমা থম্বা অসিমক য়াম্না চুম্বা অমদি থাগৎনিংঙাই ওইবা থৌরমনি। মতম অদুগী অথৌবশিংবু কাউথোকপা চুল্লোই। খোঙথাং অসিমক অনালশিং খক্কী নত্তনা নাগা পুম্নগী ওইনা অসিগুম্বা থৌরমসিবু পাঙথোকহন্নিংবগী অপাম্বসু লৈ হায়খি।

স্পোর্টস কম লিটরেরি মীট হৌদোকখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১২ (ঐচএনএস): বুংতে চিরু য়ুথ ক্লব, বিষ্ণুপুরগী নুমিৎ মঙানি চুপ্পা চত্থগদবা ২৭শুবা স্পোর্টস কম লিটরেরি এন্দ কলচরেল মীট ২০২৬ 'দ্যেয়র টু দ্রিম, দ্যেয়র টু দু' হায়বা থীমদা ক্লব অসিগী গ্রাউন্দদা ঙসি হৌদোকখ্রে।

হৌদোকপগী থৌরমদা আই আই টি ৰূর্কী উত্তরখন্দ দেল্লিগী প্রোফেসর ডা. জি দি রনসিনচুং আর এন, বুংতে চিরু ভিলেজগী চীফ থাংলেনহাং থাঙ্গা, ফিজিকেল এদ্যুকেশন ত্রেনর থাঙ্গ্রা-ঐম জাতকনা প্রসিদিয়ম মেম্বরশিং ওইনা শরুক য়াখি। থৌরমসিদা খুলসিগী নহাশিংনা মৈবা চিংদুনা অশেংবা মৈ লৌরবা মতুং ডা. রনসিনচুং আর এননা থৌরম হৌদোকপগী মৈরা চুখৎখি। থৌরমসিগী শরুক অমা ওইনা বুংতে চিরু খুলগী ৱিমেন টিম অমদি য়ুথ টিমনা নাৎকী ওইবা জগোয়-ঈশৈ কয়া উৎখিবগা লোয়ননা ফুটবোল চাংদম্নখি।

থৌরমসিগা মরী লৈননা ডা. রনসিনচুংনা ফোঙদোকখিবদা, শান্ন-খোৎনবনা হকচাং ফহনবা অমদি লৈবাক্কী মিংচৎ পুরকপদা নত্তনা হৌজিক্কী মতমদা থোক্লিবা ফত্তবা চীঞ্জাক কয়াদগী লাপ্না লৈননবগী খ্বাইদগী মরু ওইবা পান্বে অমা ওইরি। অমরোমদা, জগোয় অমদি ঈশৈনা মালেমদা ঐখোয়গী মণিপুরবু শক তাক্লি, মসিবু য়োকখৎকদবনি হায়খি।

নেশনল য়ুথ দে পাঙথোকখ্রে, মনা-মথুম য়েন্থোকখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১২ (ঐচএনএস): লাইব্রেরী এন্দ ইনফোর্মেশন সেন্টর, ককচিংনা ক্লাস টেনগী থাক্তা পাঙথোকপা তোঙান তোঙানবা সবজেক্টশিংদা তোঙান তোঙানবা মীওইশিংনা স্পোন্সর তৌবা চাংদম্নবগী মনাশিং ঙসি সেন্টর অসিগী মীপুনশঙদা পাঙথোকখিবা থৌরমদা লান্থোকখ্রে।

নেশনল য়ুথ দেগী থৌরমগা ঈরোয়ননা ঙসি পাঙথোকখিবা মনা লান্থোকপগী থৌরমসিদা স্পোন্সরশিংগী মীওইশিং নাওরেম শান্তি, কে এস ঐচ শ্যামকেশ্বর, নাওরেম নোপুর, কে এস ঐচ রঞ্জননা প্রসিদিয়ম মেম্বরশিং ওইনা শরুক য়াখি। ষ্টেট থাক্কী চাংদম্নবশিংগী মনাশিং অদুদা টাল মেমোরিএল ত্রষ্ট, ককচিংগী মিংদা এম ভানুনা স্পোন্সর তৌবা ইংলিস সবজেক্টকী ওইনা পাঙথোকপা ২০শুবা ময়াংলম্বম অচৌবা মেমোরিএল কম্পিটিটিভ এগজামিনেশন ২০২৫ অমদি সাইন্স সবজেক্টকী ওইনা পাঙথোকখিবা ৮শুবা ময়াংলম্বম বিমোল মেমোরিএল কম্পিটিটিভ এগজামিনেশন ২০২৫, এস কে ফাউন্দেশন ককচিংগী মিংদা কে এস ঐচ শ্যামকেশ্বর অমসুং কে এস ঐচ কুমুদিনিনা স্পোন্সর তৌবা, মেথমেটিক্স সবজেক্টকী ওইনা পাঙথোকপা ১৭শুবা চন্দ্রগুলাপ মেমোরিএল মেথমেটিক্স কম্পিটিশন ২০২৫ অমসুং নাওরেম উত্তমকুমার অমসুং এম জিবোরানি, ককচিং অনীনা স্পোন্সর তৌবা

...মখা লমায় ৬ কলম ১

[illegible] / COOK পামজৈ

Imphal Area দা লৈবা Girls Hostel অমগী মশা নানবী চাক এঙ্গাং নীংথিনা থোংবা হৈবী চহী ৩০ দগী ৫০ ফাওবগী মনুংদা লৈবী নুপী অমা পামজৈ। Hostel দা লৈবগী খুদোংচাবসু পীজরি।

Contact Mobile No. 7005342814

HL-P/4779/13,14

[illegible]

TOLCHOU IBETON MEMORIAL ACADEMY HIYANGTHANG

Mayai Lambi Road, Hiyangthang, Imphal West

ADMISSION OPEN FOR		WANTED	
PRE-NURSERY TO CLASS IX		NAME OF THE POST	QUALIFICATION
ADMISSION FEE OFFER FOR		1. ENGLISH TEACHER (1)	M.A./B.A. with B.Ed/D.El.Ed
CELEBRATING 10th YEAR OF ESTABLISHMENT		2. SECURITY STAFF (1)	CLASS X PASS
PRE-NURSERY	FREE ADMISSION	2. CHOWKIDAR/MALI (1)	CLASS VIII PASS
NURSERY & K.G.	₹ 2,800	PAY SCALE	NEGOTIABLE
CLASS I & II	₹ 3,100	FOR MORE INFORMATION PLEASE CONTACT 9856804445/7005082127/ Email: tolchouibetonmacademy@gmail.com	
CLASS III & IV	₹ 3,450		
CLASS V & VI	₹ 3,750		
CLASS VII & VIII	₹ 4,100		
CLASS IX	₹ 4,400		

HL-P/4513/6 to 16 Jan.

লৌশিং পুক্কে

য়ু থকপগী হৈনবী থাদোক্কে
হায়রবদি খুদক্তা তোক্কদবনি, চাং হন্থনা থকপনা কান্নবা ফংলোই

কনাগুম্বা য়ুদা লাইচুরবা মীওই অমনা হৈনবী অসি থাদোক্লবা হোৎনবদা নোংমগী চাং খরা খরা হন্থরগা তোকপবুদি খুদক্তা খংতোক তোকপনা মায় পাকপগী চাং ৱাংই হায়বা ষ্টদি অমদগী খঙলে। স্বিদেনগী য়ুনিভর্সিটি ওফ গোথেনবর্গতা এসোসিএট প্রোফেসার ওইনা লৈবা কৃষ্টিনা বর্গলন্দনা লুচিংলগা চত্থখিবা ষ্টদিগী রিপোর্টনা হায়খি, য়ু থকপগী হৈনবী থাদোক্কে হায়রবদি নোংমগী চাং খরা খরা হন্থবগী মহুৎ খুদক্তা খংতোক তোক্কদবনি। য়ু থকপগী মওং মতৌ মী অমগা অতোপ্পা অমগা মান্নদে। কনাগুম্বা খরনা অকক্লবা চাংদা কন্ট্রোল তৌরগা থকই। অমরোমদা অতোপ্পা মীওই খরনা কন্ট্রোল ঙমদবা মওংদা থকপা হৌখ্রবদি পংথক্তা থকচিল্লি।

হীরম অসিগী মতাংদা ৱাশিংটন ষ্টেট য়ুনিভর্সিটিগী ন্যুরোসাইন্স দিপার্টমেন্টতা এসিস্টেন্ট প্রোফেসার ওইবা দেবিদ রোসিনা লুচিংদুনা চপ চাবা মরম খঙদোক্লবা ষ্টদি চত্থরম্মী। 'ন্যুরোসাইন্স' জর্নেলদা ফোঙলকখিবা ষ্টদিগী রিপোর্টতা রিছার্চরশিংনা হায়খি, য়ুনা ব্রেনগী সর্কুইট নৎত্রগা ন্যুরোনশিং নমথবা মরম্না এঞ্জাইটিগী চাং হন্থহল্লি। অলকোহোলনা থোকহল্লকপা মোটোর ইম্প্যেরিং ইফেক্টতা সেন্সিটিভ ওইবা মীওইশিংদি য়ু কা-হেন্না থক্তে। অমরোমদা, সেন্সিটিভ ওইদবা মীওইশিংদি য়ু কা হেন্না থকচিল্লি। ষ্টদিগী রিপোর্ট অসিদা য়ুম্ফম ওইরগা কা হেন্না য়ু থক্লিংদনবগী অনৌবা লায়েং মখল অমা পুথোকপা ঙম্লবা য়াই হায়না এসিস্টেন্ট প্রোফেসার দেবিদ রোসিনা ফোঙদোকখি।

অমরোমদা, অতোপ্পা ষ্টদি অমগী রিপোর্টনা হায়খি, মদুদি কনাগুম্বা মীওই অমনা য়ু কা হেন্না থকপা নৎত্রগা থক্তবা হায়বসি মী অদুনা লৈরুরিবা মফম অমসুং মহাক্লা লোয়নরিবা মীওইশিংগী মখা পোল্লি।

বৃটেনদা লৈবা কার্দিও য়ুনিভর্সিটিগী প্রোফেসার সাইমন মুরনা হায়খি, লোয়নরিবা মরুপ মপাং নৎত্রগা অকোয়বদা লৈরিবা মীওইশিংনা হেঞ্জিনবা মওংদা য়ু থকপা উরবদি অউবা মী অদুসু (য়ু থকপা ওইরগদি) হেঞ্জিন্না থক্লিংবগী ৱাখল লাকই। ষ্টদি অদুগী শরুক অমা ওইনা রিছার্চরশিংনা চাংচৎতা মশাগী চহী ২৭ শুরবা মীওই ১,৮৬২ গী ব্রিথ অলকোহোল কন্সেন্ট্রেসন (বি এ সী) ওন্দুনা য়েংলম্মী। বি এ সী হায়বসি য়ু থকপা মীওই অমগী নিংশা শ্বরদা অলকোহোলগী চাং কয়া য়াম্না য়াওবগে হায়বদু য়েংবগী থৌওংবুনি। মতৌ অসুম্না তোঙান তোঙানবা মফমদগী মীওই ১,৮৬২ গী বি এ সী ওন্দুনা য়েংবদা ব্রিথ মিলিলিটর ১০০ দা অলকোহোল মাইক্রোগ্রাম ৩৫ হেন্না য়াওরম্বা থেংনরবসু মীওইশিং অদু মশা মশানদি য়ু কা হেন্না থকই হায়না লৌজদে। অকোয়বদা মীৎনা উবা মফমদা য়ু কা হেন্না থকপা মীওই কয়া লৈবা মরম্না হায়রিবা মীওইশিং অদু মশানা য়ু য়াম্না থকই হায়না লৌজদবনি। ষ্টদিগী রিপোর্ট অসি বৃটিশ মেদিকেল কাউন্সীলগী জর্নেল 'পব্লিক হেল্ঠ'তা ফোঙলকখি।

অমরোমদা, বৃটিশ জর্নেল ওফ স্পোর্টস মেদিসিনদা ফোঙলকখিবা ষ্টদিগী রিপোর্ট অমনা হায়খ্রে মদুদি, চাং নাইনা খোঙনা চৎপা নৎত্রগা সাইকল থৌবগুম্বা হকচাং লেঙ-ওৎপগী থবক তৌবা মীওইশিংদি য়ু থক্লবসু কা হেন্না হকচাং শোক্তে। ওষ্ট্রেলিয়াগী য়ুনিভর্সিটি ওফ সিদনিদা এসোসিএট প্রোফেসার ওইবা ইমান্যুএল ষ্টেমাটাকিসনা লুচিংদুনা চত্থখিবা ষ্টদিগী রিপোর্টনা হায়খি, য়ু থক্লবসু অয়াম্বা মতমদা হকচাং লেঙ-ওৎপগী থবক তৌরবদি কেন্সর নৎত্রগা অতে অতোপ্পা মরম্না শিহনবা য়াবগী রিস্ক নেম্না লৈ। হকচাং লেঙ-ওৎপগী থৌওংনা হীরম কয়াদা কান্নবা পীবগী খুদম ফংলে। অয়াম্বা মতমদা ফমজিন্দুনা লৈরবদি য়ু কা হেন্না থক্ত্রবসু কেন্সর নৎত্রগা অতোপ্পা মরম অমনা শিহনবা য়াবগী রিস্ক ৱাংনা লৈ হায়রি।

'বৃটিশ জর্নেল ওফ স্পোর্টস মেদিসিন'দা ফোঙলকখিবা রিপোর্ট অদুনা হায়খি, য়ারিবমখৈ য়ু থকপগী হৈনবী থাদোক্কদবনি। অদুম ওইনমক তঙাইফদনা মরক মরক্তা থকপা তারবসু হকচাং শাজেল তৌরবদি য়ুনা শোকহনবগী চাং হন্থে। অমরোমদা, 'চেষ্ট' জর্নেলদা ফোঙলকখিবা ষ্টদি অমগী রিপোর্টনা হায়খি, মদুদি য়ু কা হেন্না থকপনা লংসতা য়াওবা নাইট্রিক ওক্সাইদকী চাং হন্থহনবা মরম্না নিংশা শ্বর হোনবদা খুদোংচাদবা মায়োক্লুহল্লি। য়ুনাইটেদ ষ্টেটসতা লৈবা লোয়োলা য়ুনিভর্সিটি চিকাগো ষ্ট্রিটচ স্কুল ওফ মেদিসিনগী এসিস্টেন্ট প্রোফেসার মাজিদ অফশরনা হায়খি, অলকোহোলনা লংসতা য়াওবা নাইট্রিক ওক্সাইদকী খল কায়হল্লি। মদুনা মরম ওইরগা চনিং তানা নিংশা শ্বর হোনবা ঙমহন্দে। নাইট্রিক ওক্সাইদ হায়বসি হকচাংনা নিংশা শ্বর হোনবদা পুথোরকপা মনম চেন্দব গ্যাস অমনি। য়ু এসকী সেন্টর ফোর দিজিজ কন্ট্রোল এন্দ প্রিভেন্সননা নেসনল হেল্ঠ এন্দ ইগজামিনেসন সর্ভে (এন ঐচ এ ঈ এস) কী শরুক অমা ওইনা কুমজা ২০০৭ তগী কুমজা ২০১২ ফাওবা মীওই ১২,০৫৯ দা চত্থখিবা ষ্টদি অমদা কা হেন্না য়ু থকপনা নিংশা শ্বর হোনবদা খুদোংচাদবা মায়োক্লুহল্লি হায়বা খঙলকখিবনি। নুপীনা নোংমদা য়ু গ্লাস অমদগী হেন্না থকপা অদুগা নুপাগীনা নোংমদা য়ু গ্লাস অনীদগী হেন্না থকপা তারবদি কা হেন্না য়ু থকপা কৌই হায়রি।

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

পুৱারীদা ঙসি

[illegible]

১। কুমজা ২০১২ গী জন্যুৱারী ২৮ দা পাঙথোকখিবা ১০ শুবা মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেম্ব্লীগী মীখলদা ভোট লেপ্পা মীরেপ খূদীংমক্লা কোংগ্রেস পার্টিগা ভোট মমাঙ অমসুং মতুংদা এল্লাইয়ন্স শেম্বা য়ারোই হায়না চহীদুগী ঙসিগী নুমিৎসিদা কে সী পি, কে ৱাই কে এল, প্রিপাক, প্রিপাক (প্রো), আর পি এফ, য়ু এন এল এফ অমদি য়ু পি পি কেগী অপূনবা লূপ কোরকোমনা অথিংবা থমখি।

[illegible]

২। 'কম্ফোর্ট ৱিমেন' হায়না খঙনবা নুপীশিংবু নমদুনা ফাবদা জাপানগী লান্মীনা শক্লোন অমা লৌখি হায়বসি উৎপা নৌনা থেংনবা দোক্যুমেন্টশিং পল্লদুনা, ২শুবা মালেমগী লাঞ্জাও মনুংদা কোরিয়াগী নুপী লীশিং চা কয়ামরুম নম্ফুদা মশাগী লান্মীশিংগী সেক্স স্লেভ ওইহনখিবগীদমক্তা কুমজা ১৯৯২ গী জন্যুৱারী ১৩ দা জাপাননা মরাল ঙাকপীনবা হায়জখি।

[illegible]

৩। কুমজা ২০১২ দা সস্পেন্সন ওফ ওপরেশন (সূ) চৎনবদা য়াওবা তোঙান তোঙানবা কুকি লালহৌলূপ অমসুং কে সী পি লাল্লুম্বা কাঙবুগী মীওইশিং পোষ্টেল বেল্লোটকী খূত্থাংদা ভোট থাদহনগনি হায়না চহীদুগী ঙসিগী নুমিৎসিদা পাঙথোকখিবা জোইন্ট মোনিটরিং কম্মিটি ওন 'সূ'গী মীফমদা লৈঙাক্লা খঙহনখি।

[illegible]

৪। কুমজা ২০১২ দা, ওল মণিপুর ফুটবোল এসোসিএশনগী মীৎয়েং মখাদা ওল মোইরাং ফুটবোল এসোসিএশন, মোইরাংনা শীন্দুনা মোইরাং মল্টিপর্পজ হায়র সেকেন্দরি স্কুলগী শান্নবুংদা পাঙথোকপা ৫শুবা লোক্তাক ট্রোফি ২০১২গী চহীদুগী ঙসিগী নুমিৎসিদা শান্নখিবা মেটচতা নোর্থ ইম্ফাল স্পোর্টিং এসোসিএশন, থাংমৈবন্দনা অনৌবা ইমাগী মঙাল, খাবম লমখায়বু গোল ১-০দা মায়থীবা পীখি।

[illegible]

ঙসিগী রাশি ফল

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

তাং ১৩।০১।২০২৬ ইং, লৈবাকপোকপা;
নুংথিল পুং ৩.১৮ ফাওবা ৱাকচিংগী ২৫নি পাল্লি, মতুংদি ২৬নি পাল্লনি।

মেষ: য়েৎনবা অমদি অখঙ-অহৈ শাবনা পূক্নিং ৱাবা অমদি চাদিং হেনবা খরা লৈরবসু নীংবদি থুংগনি, অরাপ্পদগী কান্নবা/শেল ফংগনি।
লৈশা পাখংগী- নীংবা মপা চাগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

বৃষ: হকচাং নুংঙাইরনি, মীয়ামগা মরী ফগৎকনি, য়েক্লবা হন্থখ্রনি অমদি শেল-থুম কান্নগনি। থৌ পাঙবদি খুৎলোইবা ৱাংলি, লাইথোক্নু।
লৈশা পাখংগী- নুংশিবনা চানবীরনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

মিথুন: হান্নদৈ পাঙলকপা নত্তনা অনৌবা থবক অমত্তা পায়দবা ফগনি। তঙাইফদ্রবদি মীয়ামগী মতুং ইনবা ফগনি। খৎন-চৈনবদি য়াওরুনু।
লৈশা পাখংগী- নীংবা ইথুং থুংলোই।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

কর্কট: থৌরম শীন্দোকপা হৈবা অমদি থৌনা ফুদোকপগী কান্নবা ফংগদবা নুমিৎনি। য়েৎনবা অমদি অফা-অপুনগী থবক্তদি য়াওরুরনু।
লৈশা পাখংগী- ঙাং-শকপা হৈগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

সিংহ: লৌশিং চাউগনি, নচা-ননাইগী য়াইফবা, লান্দবনা মায় পাক্কদবা নুমিৎনি। হুরানবদি ইমুংদা মীৎয়েং চঙই, চেকশিন্দবা তৌগনু।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/হিগোক

কন্যা: ৱানোম্বা কান্নবা, মীয়ামগা মরী হান্নগুম ফগৎপা, নরল চাওখৎপা লৈ। নোল্লুকপা হৈত্রবদি মরুপ-মপাং কায়ননি, চাদিং হেনগনি।
লৈশা পাখংগী- মরীদি ফরি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

তুলা: য়াম্না কান্নজবা নুমিৎনি, পাঙনিংবা অফবা থবক পাঙহৌরো। থৌনা ফুদোকপা অমদি ইমুং-মনুংগী মতেংনা অফবা মফম কনগনি।
লৈশা পাখংগী- পূক্নিং পেঞ্জগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

বৃশ্চিক: খাঙবা কনবা, ৱা য়াম্না ঙাংদবা অমদি লৌশিং তানশিঞ্জবনা মাঙবা য়াবা কয়াদগী কনগনি। ওইদবনা মাঙওইনরবদি মী তীন্নবা ৱাগনি।
লৈশা পাখংগী- পূকচেল চাউথোকউ।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু/কিসমিস

ধনু: মীয়াম্না তেংবাঙনিংবা, থাজদবা ওইজবা খরসু ফংজবা, অরাপ্পগী মতেং ফংবা নুমিৎনি। নাপলনদি য়াম্না তাথিগনি, অঙম্বনা য়ারোই।
লৈশা পাখংগী- মায় পাকচগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

মকর: নীংবদুমক পাঙগনি, শেন্দোং লৈ, ইমুং-মনুং ৱা তান্নবনা হেন্না কান্নগনি। ফিংবা অমদি ৱাজাও ঙাংবদি কায়নবগী নুংঙাইতবা ফংগনি।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

কুম্ভ: কিদবা অমদি মতাং চানা পাঙ্গল থৌনা ফুদোকপনা থবক য়াংগনি। অফবা মিংচৎ ফংগনি। খাঙবা কন্দনা য়েৎনবনদি নরল ময়েং তাগনি।
লৈশা পাখংগী- নীংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

মীন: থৌশাদবনা মাঙবা, পাউ নুংঙাইতবা তাবা, কায়নবা নংবা অমদি অফা-অপুন্নবা নংবা য়াবা লৈ। মীয়াম্না য়ানবা চৎপনা শাফগনি।
লৈশা পাখংগী- নীংবনা অমা ওইগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু/কিসমিস

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।