সিঙ্গল য়ুজ প্লাষ্টিক শীজিন্নদনবা অমদি থিংননবা ৱারেপ লৌমিন্নবগী মতম ওইরে : ডা. রুদ্রবাবু

ইম্ফাল, এপ্রিল ১৬ (ঐচ এন এস):

ঐখোয় মীওইবা অমসুং মহৌশাগী অকোয়বগী খলদা চাউনা অকায়বা পীরক্লিবা সিঙ্গল য়ুজ প্লাষ্টিক শীজিন্নবা তোক্লবা অমসুং মসিবু থিংননবা ঐখোয় খৃদিংমক্না ৱারেপ লৌমিন্নবগী মতম ওইরে হায়না খা-মণিপুর কোলেজ, ককচিংগী প্রিন্সিপাল ডা. ও রুদ্রবাবুনা ফোঙদোকখ্রে।

ৱাফম অসি মণিপুর লৈঙাক্কী দিপার্টমেন্ট ওফ ইনভাইরনমেন্ট এন্দ ক্লাইমেট চেঞ্জগী গ্রীন এদ্যুকেশন প্রোগ্রামগী মখাদা মণিপুর ষ্টেট অসিদগী সিঙ্গল য়ুজ প্লাষ্টিক মপুং ফানা থিংননবা চঙশিল্লক্লিবা 'প্লাষ্টিক ফ্রী জোন' কেম্পেনগী শরুক অমা ওইনা খা-মণিপুর কোলেজগী ইনভাইরনমেন্টেল সাইন্স য়ুনিট, ইকো-ক্লব অমসুং এন সী সী য়ুনিটনা পুন্না শীন্দুনা চৎখিবা খোঙচৎ অমা লমথাবগা মরী লৈননা মহাক্না পাউমীশিংদা ফোঙদোকখিবনি।

ডা. ও রুদ্রবাবুনা মখা তানা হায়খিবদা, সিঙ্গল য়ুজ প্লাষ্টিকশিং অসিনা ঐখোয়গী মহৌশাগী অকোয়বদা লৈরিবা খলদা অসুক্কী মতিক অকায়বা পীরি হায়বসি ঐখোয় খৃদিংমক খঙমিন্নবা পাউজেল পুবা খোঙচৎ অসি ঙসি পাঙথোক্পনি। ঐখোয়না ঐখোয়গী খুন্নাই অসিগী তুংগী মীরোলগীদমক খল্লগা সিঙ্গল য়ুজ প্লাষ্টিকনা মাঙহল্লিবা কয়া অসি মীপুম খৃদিংমক্তা মমুৎ তানা খঙহন্নবা অমসুং

পোৎলম অসিবু শীজিন্নদবা হায়বা ৱারেপ অসি পুন্না লৌমিন্নবগী তঙাইফদবা কয়াগী পাউজেলশিং অসি ঐখোয় পুম্নমক্না শন্দোকমিন্নসি। ঐখোয়না ঐখোয়গী ইনভাইরনমেন্ট অসিবু কন্নবা হোৎনবদা পুন্না হোৎনমিন্নবগী তঙাইফদবা লৈরি।

মতমগী য়াওল মতুংইন্না ঙসিদি ঐখোয়গী খুন্নাই অসিদা নুংতিগী পুন্সিদা শীজিন্নবা পোৎলম কয়া অমা সিঙ্গল য়ুজ প্লাষ্টিকশিংনা য়োম্বা অমদি মসিনা শাবা খাউশিংদা হাপ্তুনা শীজিন্নরি। খুন্নাই অসিগী থৌদোক-ৱাথোক কয়াদা অচা-অথক হাপ্নবা অমদি য়োম্লবা শীজিন্নরিবা প্লাষ্টিককী খাউশিং অসিসু অয়াম্বনা সিঙ্গল য়ুজ প্লাষ্টিকনা অয়াম্বনি। লুরিবদি অসিগুম্বা মখলগী প্লাষ্টিককী পোৎলমশিং অসি শীজিন্নবা লোইরবা মতুংদা মতৌ করম্না তাশিন-খোমজিনগদগে অমদি মাঙহনখিগদগে হায়বগী ৱাখল মীয়ামদা পোক্লদে অমসুং থোইনা থৌশানবসু উদে। মরম অসিনা লম্বী-সড়ক, লম্মাং-তুহাং অমদি মীয়াম তীনবা মফমশিংদা সিঙ্গল য়ুজ প্লাষ্টিককী পোৎলমশিংনা পুমচাই চাইবা ঐখোয় পুম্নমক্না উদুনা লাক্লি। পোৎলমশিং অসিবু তাশিন-খোমজিনবা নৎত্রগা চাইথোকহন্দবা হায়বসি ঐখোয় খৃদিংমক্কী ইথৌদাং ওইগদবনি হায়খি।

কোলেজ অসিগী মহৈরোয়শিং অমদি ওজ াশিংনা শরুক য়াদুনা কোলেজ অসিদগী ককচিং কৈথেল ফাওবা চৎখিবা খোঙচৎ অসিদা ৱারোল কয়া ইবা প্লে কার্দশিং পায়খিবগা লোয়ননা মীয়ামদা চেজাই ওইনসু য়েন্থোকখি।

অৱাবা ফোঙদোরক্লি

ইম্ফাল, এপ্রিল ১৬ (ঐচ এন এস) :

ইম্ফাল ইষ্টকী উয়ুম্পোক মনিং লৈকায়দা লৈরম্বা, জননেতা হিজম ইরাবতকী তুং ইল্লম্বা নিংথৌজম তোম্বা মৈতৈনা লৈখিদবদা অৱাং চীঙ্খৈ অপুনবা ইরৈবাক ঈনাৎ কনবা লূপ, উয়ুম্পোক মনিং লৈকায়না অৱাবা ফোঙদোকখ্রে হায়না লূপ অসিগী সেক্রেটরি য়ুম্লাম শরতমৈতৈগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

লৈখিদ্রবা তোম্বা লূপ অসিগী প্রসিদেন্ট ওইদুনা মপুং ওইবা থৌগাই কয়া পুরম্মী। লোয়ননা লৌমী-শিং মীশিংগী ঈহৌ কয়াদা থৌদাং লৌরম্বদা নত্তনা কংলাদা লৈরিবা হিয়াং হিরেন অনীসি শানবা হোৎনবসু অচৌবা থৌদাং লৌরম্মী। মহাক্না লৈখিদবদা লূপ অসিনা মিনট অনী তুমীন্না লেপ্তুনা অৱাবা ফোঙদোকখি হায়রি।

পেন্টিং কম্পিটিশন পাঙথোক্তুনা মনা য়েন্থোকখ্রে

ইম্ফাল, এপ্রিল ১৬ (ঐচ এন এস) :

সগোলবন্দ অপূনবা লূপ (সালুপ)না শীন্দুনা অনীশুবা পেন্টিং কম্পিটিশন অমা এস ৱাই পি ও মল্টিপর্পজ কম্যুনিটি হোল, সগোলবন্দ মবুথৌ মন্ত্রি লৈকায়দা পাঙথোক্তুনা মকোক-মথং তাখ্রবশিংদা সর্টিফিকেট অমদি শেলগী মনাশিং খৃৎশিন্নখ্রে হায়না লূপ অসিগী কনভিনর আর কে জে ান্সনগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

থা অসিগী ১৩দা পাঙথোকখিবা পেন্টিং কম্পিটিশন অসিদা মণিপুর য়ুনিভর্সিটিগী লো দিপার্টমেন্টকী হেদ ডা. য়ুম্লাম প্রেমানন্দনা অথোইবা মীথুং, সালুপকী জেনরেল সেক্রেটরি লাইশ্রম মেম্বনা অখ্রবা মীথুং অমদি লূপ অসিগী কনভিনর রাজকুমার জোন্সননা থৌরম মপু ওইখি।

কেটাগোরি অহুম থোক্লা পাঙথোকখিবা কম্পিটিশন অসিগী অহানবা কেটাগোরি ক্লাস থ্রীদগী ফাইব ফাওবগী কাঙলুপ্তা ঙংবম লুশিংলেম্বী, অপোকপা এন জি বিজয় সগোলবন্দ মবুথৌ মন্ত্রি লৈকায়না অহানবা; লনলৈমা লাইশ্রম, অপোকপা পোইরৈতোন মৈতৈ, সগোলবন্দ পুখ্রম্বম লৈরক্লা অনীশুবা অমদি ক্ষেত্রিময়ুম জেসিনা, অপোকপা কে এস ঐচ নিলমনি, সগোলবন্দ মবুথৌ মন্ত্রি লৈকায়না অহুমশুবা মনা ফংখি।

অনীশুবা কেটাগোরি ক্লাস সিক্সতগী আইট ফাওবগী কাঙলুপ্তা লাইশ্রম মংলেম্বী, অপোকপা এল গোজেন্দ্র, সগোলবন্দ বিজয় গোবিন্দ কেলি মখোঙনা অহানবা; দাইলিন লৌরেম্বম, অপোকপা এল রোবিন্দ্রো, সগোলবন্দ থাংজম লৈকায়না অনীশুবা অমদি অরাম্বম তোমথিনঙানবী, অপোকপা এ নোয়োনচান্দ, সগোলবন্দ কাঙবম লৈকায়না অহুমশুবা মনা ফংখি।

অহুমশুবা কেটাগোরি ক্লাস নাইনদগী টেন ফাওবগী কাঙলুপ্তা লিও লৈফ্রাকপম, অপোকপা এল অনন্দকুমার, ক্বাকৈথেল অখাম মনিং লৈকায়না অহানবা; তেম্থোইঙানবী অচোম, অপোকপা এ গনিট, সগোলবন্দ বিজয় গোবিন্দ লাইরেঙ্গম লৈরক্লা অনীশুবা অমদি ঙাংবম চনচালা, অপোকপা এন বিজয়, সগোলবন্দ মবুথৌ মন্ত্রি লৈকায়না অহুমশুবা মনা ফংখি। মকোক-মথং তাখ্রবশিংদা অথোইবা মীথুংনা সর্টিফিকেট অমদি শেলগী মনা পীদুনা কম্পিটিটরশিংবু পূক্লিং থৌগৎখি হায়রি।

ঐখোয় মীওইবগী হকচাংদা

লৌশিং পুক্কে

মতৌ করম্না ৱেক সোল্টনা কান্নবা পীবগে হায়বগী মতাংদা খঙমিন্নসি

কালা নমক নৎত্রগা সঞ্চাল হায়নসু খঙনবা ইন্দিয়ন ৱেক সোল্টনা মীওইবগী হকচাংদা কান্নবা কয়ামরুম পী হায়না অয়ুর্বেদিক মেদিসিনগী লমদা খঙ-হৈরবশিংনা মতম কয়াগী মমাঙদগী ফোঙদোক্তুনা লাক্লি। হিমালয়ান চীংশাংগী অকোয়বদা লৈরিবা এসিয়াগী লৈবাকশিংদা চহী চা কয়াগী মমাঙদগী শীজিন্নদুনা লাক্লবা কলা নমকতা কান্নরবা মিনরেল কয়ামরুম য়াওই।

কালা নমকতা মরুওইনা য়াওরিবসি সোদিয়ম ক্লোরাইদ, সলফেট, সলফাইদ, আইরন অমসুং মেগনেসিয়মনি। অয়ুর্বেদিককী হীদাক লাংথক শুংবদা মরুওইবা মচল অমা ওইনা শীজিন্নরিবা কালা নমকনা খোঙ হাম্বা চাং নাইদবা, চাবা তুমদবা, থবাক শাবা, পূক নুংশিৎ কাবা, গোইটর, পূক কংখৎপা, মীৎ নুংঙাইতবা অমসুং হিষ্টিরিয়ানচিংবা লায়না কয়া ফহনবা ঙম্মী হায়না 'হর্বস দেট হীল' কৌবা লাইরিক অমদা ময়েক শেংনা ইরি।

থুম চাবা য়াদবা হাইপরটেন্সনগী খুদোংচাদবা মায়োক্লরবা মীওইশিংনা ইচম চম্বা ময়াম্না শীজিন্নরিবা থুম চাবগী মহুত্তা কালা নমক চারবদি হকচাংদা থোইদোক্লা অকায়বা থোকহন্দে। চতনি, অচার অমদি সলাদনচিংবদা হাপ্লরিবা কালা নমকপু কালেনগী শারবা মতমদা অঙৈংবা মহীদা য়াল্লগা থকপা কান্নে। কা হেন্না হুমাং শৌবা মতমদা হকচাংদগী সোদিয়ম কয়া মাঙখি। চমপ্রা মহীদা কালা নমক থীংলগা থকপা মতমদা মাঙখিবা হকচাংগী সোদিয়মগী শরুক পুম্নমক মেনখৎপা ঙম্মী।

পামজবা এঞ্জাং খুদিংমক থুম থাক্লবদি মহাউ য়াওদে। কাংশোইবু ওইরবসু, ইরোম্ববু ওইরবসু নৎত্রগা ঙা থোংববু ওইরবসু থুম থাক্তবা য়াদে। কনাগুম্বা মীওই খরদি তোখায়না চাকলুক মপান্দা থুম হাপ্লগা চাবসু য়াওরিবনি। অদুবু সাইন্টিফিক ওইবা মওংদা চৎখিবা তোঙান তোঙানবা ষ্টদি খরগী মতুংইন্না য়ুমথোঙ খুদিংমক্তা শীজিন্নরিবা থুম (কম্মন সোল্ট) না মীওইবদা পেরালাইসিস, থাইরোইদকী প্রোব্লেম, ফিনুংগী হকচাং মপাঙ্গল শোম্থহনবা অমসুং ব্লদ প্রেসর ৱাংহনবনচিংবা হকশেলগী ওইবা খুদোংচাদবা কয়ামরুম থোকহনবা য়াই হায়রি।

অদুবু ইংলিস লোলদা হিমালয়ান সোল্ট নৎত্রগা হিমালয়ান রোক সোল্ট নৎত্রগা ৱেক সোল্ট, হিন্দীদা কালা নমক অমসুং টামিলদা ইন্টুপু হায়না খঙনবা থুম মখল অসিনা মহুৎ শীঞ্জিল্লবদি থুমগী চপ চাবা মহাউ ফংবগা লোয়ননা হকচাংদা কান্নবা কয়ামরুম ফংই।

চাকখাউগী হীদাক শেম্বদা মরুওইবা মচল অমা ওইনা শীজিন্নরিবা কালা নমকনা চাবা তুমহনবগা লোয়ননা পূক নুংশিৎ কাবা ফহল্লি। খোঙ হাম্বসু চাং নাইহল্লি। ইন্টেষ্টাইনগী অশোয়বা লৈবদগী খুদোংচাদবা কয়ামরুম মায়োক্লরিবা মীওইশিংনা কালা নমক শীজিন্নরবদি অৱাবা পুম্ন মক কোকহনবা ঙম্মী। মীয়াম্না শীজিন্নরিবা আইওদাইজদ সোল্টনা ঈদা সোদিয়মগী চাং হেনগৎহল্লি। মদুগী মথক্তা সলফরগী চাং ৱাংনা য়াওবা মরম্না পূক নুংশিৎ কাহল্লি অমসুং চাবা তুমহন্দে।

ঐখোয়না নুমীৎ খুদিংগী শীজিন্নরিবা ময়াক কনবা কেমিকেল কয়ামরুম য়াওবা সাপোননা উনসা শোকহনবগা লোয়ননা খোঙ-খুৎ কায়বা, খোঙ পোমখৎপা অমসুং মশল নাবনচিংবা খুদোংচাদবা কয়ামরুম ওইহল্লকই। অদুবু লুম্বু লুম্বু শাবা ঈশিংদা কালা নমক হাপচিল্লগা ঈরুজরবদি খুদোংচাদবা অসি কোকহনবা ঙম্মী। মীপুম খুদিংমক পুন্সিগী তাক্কক অমা নৎত্রগা অমদা শম কেনবগী খুদোংচাদবা

মায়োক্লে। হীরম অসিগী মতাংদসু কালা নমককী চন্নফম লৈ। হকচাংদা কান্নরবা মিনরেল কয়ামরুম য়াওরবা থুম মখল অসিনা শম হৌহনবদা মতেং পাংবগা লোয়ননা লুপৌ লৈবা অমদি শমদোন পোকখায়বা ফহল্লি। কনাগুম্বনা লুপৌ লৈবা অমসুং শমদোন পোখায়বগী অৱাবা মায়োক্লরবদি নুমীৎ খুদিংগী খামেন অশিনবা মহীদা কালা নমক য়ানশিল্লগা থকপদা অৱাবা পুম্নমক কোকখিগনি।

য়ুমথোঙ খুদিংগী শীজিন্নরিবা আইওদাইজদ সোল্টতা হকচাং শোক্লিংঙাই ওইবা পোটাসিয়ম আইওদেট অমসুং এলুমিনিয়ম সিলিকেট য়াওবা মরম্না চাওখৎলবা লৈবাক অয়াম্বদা শীজিন্নবা থিংখ্রে। মদুগী মহুত্তা অরথ্রাইটিস, পেরালাইসিস অমসুং ব্লদ প্রেসর ৱাংবগী অৱাবা কোকহনবগা লোয়ননা ফিনুংগী হকচাং মপাঙ্গল কলহল্লি হায়বগীদমক কালা নমক ওইনা শীজিন্নরে। কনাগুম্বনা হকচাংগী অরুম্বা হম্থহন্নিংলবদি থুম অঙৌবা শীজিন্নবা তোক্লগা কালা নমকনা মহুৎ শিঞ্জিনবা কান্নগনি। তাঙ-তাঙ নাবদগী লেঙবা ওৎপা ঙমদ্রবা মীওইশিংনা কালা নমক খরা ফিদা য়োম্লগা মৈশা ফংহল্লবা মতুংদা হীগা য়ৈরবদি কান্নবা ফংগনি।

মালেমগী তোঙান তোঙানবা মফমদা হৌজিক সোল্ট থেরাপি ক্লিনিক কয়া হাংদোক্লরক্লে। নিংশা শ্বর হোঞ্জিনবদা থুমগী মনিল য়াওখ্রবদি হকচাংদা কান্নবা কয়ামরুম ফংই। মসিগী মরুওইবা খুদম হায়ববু থুম পেকফম (সোল্ট মাইন) দা থবক তৌবা শিন্নী অমত্তা নিংশা শ্বর হোনবগা মরী লৈনবা লায়না নাদবা অসিনি। ঈদা য়াওবা কোলেষ্টরোলগী চাং ৱাংখৎলকপা মতমদা হার্টনা মথৌ তৌবগী মওংদা অহোংবা থোরক্তুনা ব্লদ প্রেসর ৱাংখৎলকই। চাং নাইনা কালা নমক শীজিন্নরবদি ব্লদ প্রেসর কন্ট্রোল তৌবগা লোয়ননা এথরোস-ক্লোরোসিস, হার্ট এটেক অমসুং ষ্ট্রোককী রিস্ক হম্থহল্লি।

কালা নমকনা সেরোটোনিন অমসুং মেলাটোনিন কৌবা হোর্মোন মখল অনীগী খল কায়হন্দবা মরম্না পূক্লিং-ৱাখল নুংঙাইহনবগা লোয়ননা নুমীদাং তুম্বা নুংঙাইহল্লি। মতৌ অসুম্না কালা নমকসু দিপ্রেসন মখল খরা লায়েংবদা শীজিন্নবা য়াই। ইন্সুলিন কৌবা কেমিকেল মখল অমনা মীওইবগী ঈদা য়াওবা সুগরগী লেভেল কন্ট্রোল তৌই। ইন্সুলিন ব্লদ সুগর কন্ট্রোল তৌনবগীদমক মপানথোংদগী ইন্সুলিন কাপ্পা মথৌ তাই। অদুবু চাং নাইনা কালা নমক শীজিন্নরবদি ব্লদ সুগর কন্ট্রোল তৌবদা মতেং পাংই।

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

অৱাং সেকমাইদা ওক লোইবগী ত্রেনিং পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, এপ্রিল ১৬ (ঐচ এন এস) : য়ুনাইটেদ কম্মিটি মণিপুর (য়ু সী এম), অৱাং সেকমাই য়ুনিটনা ইম্ফাল ৱেষ্টকী দিষ্ট্রিক্ট ভেটিরিনরি ওফিসকা খৃৎশম্নদুনা এদভান্স ৱিমেন সোসাইটি, অৱাং সেকমাই কৌজেংলৈমগী মল্টিপর্পজ হোলদা 'সাইন্টিফিক রিয়ারিং ওফ পিগ' হায়বা হীরমসিদা ত্রেনিং প্রোগ্রাম অমা ঙসি পাঙথোকখ্রে হায়না য়ু সী এমগী ইনফোর্মেশন এন্দ পব্লিক রিলেশনগী সেক্রেটরি সোইবম অনিলগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

ত্রেনিং প্রোগ্রাম অসি হৌদোকপগী থৌরমদা ইম্ফাল ৱেষ্টকী দিষ্ট্রিক্ট ভেটিরিনরি ওফিসকী দেপ্যুটি দিরেক্তর ডা. সাবিত্রি মাইবমনা অথোইবা মীথুং, য়ু সী এমগী প্রসিদেন্ট ৱাই কে ধিরেননা থৌরম মপু অমদি য়ু সী এম সেকমাই য়ুনিটকী চেয়রমেন অয়াংবম সুরেশনা অখন্নবা মীথুং ওইনা শরুক য়াখি।

অথোইবা মীথুংগী ৱারোল পীরদুনা ডা. সাবিত্রিনা হায়খিবদা, অসিগুম্বা ত্রেনিং, এব্রোর্নেস প্রোগ্রামশিং অসিনা লৌমীশিং মরু ওইনা ওক লোয়রিবশিংদা কান্নবা পীগনি। দিপার্টমেন্ট অসিগা ওক লোয়রিবশিংগা হকথেংননা উনদুনা টেক্নিকেল এক্সপার্টশিংদগী মতম-মতমগী ওইবা তঙাইফদবা শা-যন, ওক-য়েন লোইবগী কাঙলোনশিং, লায়না-লায়চংকী মতাংদা হংনিংবা, তান্নিংবশিংগী খুদোংচাবা লৌবীয়ু। মতম-মতমগী ওইনা দিপার্টমেন্টনা পায়খৎলক্লিবা থৌরম পরেংশিংদা মীয়াম্না শরুক য়াবীয়ু। দিপার্টমেন্টকী মায়কৈদসু তৌফম থোকপা কয়া থবক্তা ওন্থোক্লবা হোৎনগনি হায়খি।

থৌরম মপুগী ৱারোল পীরদুনা য়ু সী এমগী প্রসিদেন্ট ৱাই কে ধিরেননা হায়খিবদা, লৈবাক মীয়ামগী অচৌবা থৌদাং লৌমিন্নরিবা ঐখোয়গী থৌমীশিংনা ঐখোয়গী শেন্নীৎলোন ফগাৎনবগা মরী লৈনবা থবক থৌরমশিং ষ্টেট অসিগী দিপার্টমেন্টশিংগা খৃৎশম্নদুনা তোঙান তোঙানবা শিনফমশিংদা পোথোক পুথোক্লিবা লৌমীশিংগী মতম-মতমগী তঙাইফদবা ত্রেনিং, সাইন্টিফিক মেথদশিংদু খঙমিন্নবা য়াম্না মথৌ তাই। অসিগুম্বা মীয়াম্না থেংনরিবা খুদোংচাদবা অমদি খুন্নাই অসিগী শেন্নীৎলোন ফগাৎনবা হোৎনবদা করি করম্না মওংদা মতেং পাংগদগে হায়বগী থৌশিল মখাদা থৌরমসি পাঙথোকপনি হায়খি।

থোঙাম গোশে মৈতৈ লৈখিদবদা অৱাবা ফোঙদোক্লরক্লি

ইম্ফাল, এপ্রিল ১৬ (ঐচ এন এস) : লৈবাক মীয়াম্না খঙনরবা মণিপুরী খুনুং ঈশৈগী শৈশকপা থোঙাম গোশে মৈতৈনা থা অসিগী ১৪দা খঙহৌদনা লৈখিদবদা লমদমসিগী তোঙান তোঙানবা লূপ কয়ানা অৱাবা ফোঙদোক্লরক্লি।

মণিপুর ষ্টেট কলা একাদেমীগী সেক্রেটরি সুনন্দ থোকচোমনা লুচিংদুনা একাদেমী অসিগী থৌমীশিংনা শৈশকপা অসিনা লৈখিদবদা ঙসি ওফিস অসিদা মিনট অনী তুমীন্না লেপ্তুনা লৈখিদ্রবগী থৱায়বু ঈকায় খুম্নবা উৎখ্রে হায়না একাদেমী অসিগী সেক্রেটরিগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

লৈখিদ্রবা গোশে মৈতৈ লমদমসিগী শক্লাইরবী নামৈরাকপম ওংবী ইবেমনি, ৱাঙু খোংনাং, উয়ান ইবোমচানচিংবদগী শৈশক অসি তম্লকখিবগা লোয়ননা মণিপুরী ক্লাসিকেল দান্স, ম্যুজিক অমদি পোনাগী লমদসু নীংথিনা তমখিবা মীওইনি। মহাক অকাশবানি ইম্ফালগী এপ্রুভ আর্টিষ্ট ওইখিবদা নত্তনা মণিপুরী ফিল্ম খরদা প্লেবেক সিঙ্গরসু ওইখি হায়না চেরোলসিনা শীংথারক্লি।

অমরোমদা, ওল মণিপুর আর্টস এন্দ কলচর ষ্টুদেন্টস য়ুনিয়ন (অমাক্সু)নসু ঙসি নুংথিল পুং ১.৩০ তাবদা জে এন মণিপুর দান্স একাদেমীগী কেম্পসতা লৈবা য়ুনিয়ন অসিগী ময়ায় লোয়শঙদা মীতৈ ঈশৈ শৈশকপা গোশে মৈতৈনা খঙহৌদনা লৈখিদবদা অৱাবা ফোঙদোকখ্রে হায়না য়ুনিয়ন অসিগী জেনরেল সেক্রেটরি এল নরজিৎকী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

ওজা অসিনা হিংলিঙৈদা লমদমসিগী জগোয়-ঈশৈগী লমদা লৌরম্বা থৌদাংশিংবু শীংথাদুনা মহাক্কী থৱায়না মপুগী লৈকোলদা ঈংনা চিক্লা লৈরুবা ওইরসনু হায়না তাইবং মপুদা থৌনিজদুনা মিনট অনী তুমীন্না লেপখি অমদি ইমুং-মনুংগী অৱাবদসু শরুক য়াখি হায়রি।

ওল মণিপুর এথনিকেল সোসিও-কলচরেল ওর্গনাইজেশন (অমেঙ্কো)নসু মীতৈগী খুনুং ঈশৈ অমদি ঙল্লিঙৈ মতমগী ঈনাৎকী ঈশৈশিং য়োকখৎপদা অচৌবা থৌদাং লৌরম্বা ওজা গোশে মৈতৈনা লৈখিদবদা লূপ অসিগী ময়ায় লোয়শঙদা মিনট অনী তুমীন্না লেপ্তুনা অৱাবা ফোঙদোকখিবগা লোয়ননা লৈখিদ্রবা ওজাগী ইমুং-মনুংগী অৱাবদসু শরুক য়ারি হায়না ওর্গনাইজেশন অসিগী পব্লিসিটি সেক্রেটরি দিপু ৱাঙ্খেমগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

অমরোমদা, কংলৈপাক শৈদমশঙ (অশৈ লোয়শঙ), লাঙ্গোল নিংথৌ লৈকায়, ইম্ফাল ৱেষ্টকী সেক্রেটরি লাইশ্রম কোইফাওগী চেরোল অমনা শক্লাইরবা কংলৈ ঈনাৎকী শৈশকপা থোঙাম গোশে মৈতৈনা তাইবং চেঙজেল লোইরদুনা, তাইবং মপোক থাদোক্তুনা শীংখুম মায়কৈ পাঙখিবদা শৈদমশঙ অসিগী থৌবুরেম্বী ইরুংবম পদ্মবতি, থম্বালৈলমা অমদি শৈদম শৈশক্লোইশিংনা পুন্না অৱাবা ফোঙদোকখ্রে হায়রি।

ঙসিগী রাশি ফল

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

তাং ১৭।০৪।২০২৫ ইং, শগোলশেল;
নুংথিল পুং ৩.২৩ ফাওবা শজিবুগী ১৯ নি পাল্লি, মতুংদি ২০নি পাল্লনি।

মেষ: হকচাং নুংঙাইবা ৱাৎপা, ফংবা য়াবা পনবা, য়েৎনবনা মাঙজবা লৈগনি। ঈকায় খুম্নবদি ফংগনি, পোরম শীন্দোকপা, ঙাং-শকপা থোইনা হৈগনি।
লৈশা পাখঙগী- পুকচেল চাউথোকউ।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

বৃষ: নীংবদুমক পাঙবদা মায়থিবা লৈরোই। মতাং চানা য়েৎপনা ওইজবা হেনগনি, অনৌবা মরুপ অফবা ফংগনি। হান্নগুম ফংগে খনবা অমদি পনখিনি।
লৈশা পাখঙগী- নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু/কিসমিস

মিথুন: নচাক-নরল চাওখৎনবা হোৎনবা খুদিং শোয়দনা মায় পাকচগনি। কিহনবা/চিংনবা লৈরবসু থাংজিনখ্রবা খোঙথাংদি হন্দোক্লনু, নঙগী মতম লাক্লে।
লৈশা পাখঙগী- মরী ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

কর্কট: অশাওবা অমদি ফিংবা ফাথরগা অরুবা ৱারেপ লৌবা অমদি ইচঙ থৌনা থৌ পাঙবদা মায় পাক্কনি। অনীরক খম্বদনা অনৌবা থবক্তি পাঙগনু।
লৈশা পাখঙগী- নীংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

সিংহ: অফবা মিংচৎ অমদি মাঙফদ্রবা লন ফংজবগী নুংঙাইজবা নুমিৎনি। পোরম শীন্দোকপা হৈগনি। ঙায়ঙমদবা/অফা-অপুনগী থবক্তদি মায়থিগনি।
লৈশা পাখঙগী- ঈকায় খুম্নবীগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

কন্যা: ঈরাং পুদবা, মীৱা লৌদবা অমদি শকখঙদবা লোয়নদবনা মাঙবা লৈরোই। লৈজবা লৌশিং ফুদোকপনা নথক থোংববু লায়না লাকশিনগনি।
লৈশা পাখঙগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা/চেঙ

তুলা: থাংজিনখ্রবা খোঙথাংদি হান্নগুম হন্দোক্কে খনগনু, মায় পাক্কদবা কুইদ্রে। নাইতোম অরুবা ৱারেপ লৌবা য়াগনি। হকচাং নুংঙাইবদি ৱাৎকনি।
লৈশা পাখঙগী- ঈরাং পুরবদি নীংবা কায়গনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা/চেঙ

বৃশ্চিক: নীংবা মপা চাবা, ৱানোম-থৌনোম কান্নবা, হকচাং নুংঙাইবা নুমিৎনি। পোরম শীন্দোকপা অমদি ঙাং-শকপদদি অখঙ-অহৈ তান্নবা ফগনি।
লৈশা পাখঙগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/কিসমিস

ধনু: অনৌবা থৌরম পাঙবা লায়দে, মীৱা লৌবা, অরাপ্পগা মতেং লৌনবা, অখঙ-অহৈ শাবা অমত্তা কান্নরোই। মীয়াম্না য়ানবা চৎপনা য়াম্না শাফগনি।
লৈশা পাখঙগী- মতম খরা ঙাইবা ফৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু/কিসমিস

মকর: শেল-থুম ফংনবা হোৎনজবা খুদিং শোয়দনা মায় পাক্কনি, মীয়াম্নসু য়াম্না য়াই, পাউসু নুংঙাইবা তাজগনি। নাপল লোয়নরবদি মরুপ কায়নগনি।
লৈশা পাখঙগী- নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

কুম্ভ: য়েক্লববু ঙমদুনা পাংঙমদবা থবকসু অনৌবা ৱাখল্লোন্না পাঙগনি। পাইরক্কী লৌশিং চাউবনা কনানসু লাকচবা ঙম্লোই, থৌনা ফুদোকপা য়াগনি।
লৈশা পাখঙগী- নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

মীন: মতাং চাদনা আশা চাউরুবা মীপাইনিঙাইনি, খম্থৌ। অশাওবা, ৱা-য়াম্না ঙাংবা, য়েৎনবনা খুদোংচাবা মাঙবা য়াই। য়াম্না নক্লবগী মতেং লৌ।
লৈশা পাখঙগী- য়াকা য়েংনা চৎলু।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু/কিসমিস

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

ঙসিগী/EMPLOYMENT NEWS

1) One Chowkidar Couple (Rs.11000 to Rs.14000)
2) One Boarding Cook Couple (Rs.12000 to Rs.14000)
3) One Male Warden cum Teacher for Maths. Qual. Graduate/Post Graduate (Rs.12000 to Rs.15000)
4) One JCB Driver cum Security (Rs.8000 to Rs.12000)

Please Contact : 8798754418/9615206584

HL-P/1697/17

Regd. No. : KNL/497/(CE) of 2018 (I/W)
SANGAI TUTORIAL
Kwakeithel near Imphal College,Imphal
ADMISSION OPEN
FOUNDATION COURSE for
CLASS -XII Sc.(COHSEM) 7th April 2025 (4:20- 7:40 p.m.)
&
CLASS -XII Arts (COHSEM) 7th April 2025 (4:20- 7:40 p.m.)
HSE RESULT 2023
20th POSITION
Course Fee: 16,000/- SCIENCE STUDENTS
Subjects: Physics, Chemistry, Biology, Mathematics, English
Course Fee: 14,000/- ARTS STUDENTS
Subjects: History, Geography, Pol. Science, Economics, English
INSTALLMENT BASIS ACCEPTED.
Printed Study Materials.
Hostel & Van Service available.
HSE RESULT 2023
18th POSITION
Form Available at:
1. 'SANGAI HOSTEL', Kwakeithel Ningthemkol, Opp. Kwakeithel Tiddim ground.
2. Office of Sangai Tutorial, Kwakeithel near Imphal College.(3:00pm-7:30pm)
3. 'YAIMA BOYS HOSTEL', Ghari Maning Leikai near Auto parking.
9436295784
HL-P/1295/3-29 April - 1-24 May

The Four Pillars Coaching Institute
Empowering Aspirants
A complete guidance for all competitive exams
UPSC, MPSC, SSC - CGL, CPO, CHSL, MTS, SBI, IBPS, RRB - PO, CLERICAL, RAILWAYS, INSURANCE, CSAT, TET, CTET, CDS, CPF, LIC, Government and PSU jobs etc.
Grab the opportunity to learn from the top faculties of Manipur
Congratulations Dear Aspirants !!!
GENERAL FOUNDATION COURSE
For SSC, Bank and Other Exams.
Duration Of Course - 7+ Months
Morning Shift : 6:00 am to 8:00 am | 24th April, 2025
Morning Shift : 8:15 am to 10:15 am | 5th May, 2025
Afternoon Shift : 2:30 pm to 4:30 pm | 22nd May, 2025
Contact: 7005755924
UPSC/ MPSC GS (PRELIMS) COURSE
For UPSC, MPSC,CAPF AC, CDS and other Exams.
Duration Of Course - 6 Months
Morning Shift : 8:15 am to 10:15 am | 5th May, 2025
BANKING FOUNDATION COURSE
For SBI, IBPS, RRB, RBI & Insurance Exams.
Duration Of Course - 6 Months
Morning Shift : 8:15 am to 10:15 am | 26th May, 2025
MATHS SPECIAL COURSE
For SSC, Bank and other Exams.
Duration Of Course - 7 Months
Noon Shift : 11:00 am to 1:00 pm | 16th April, 2025
Hostel and Rent Facilities for Both Gents & Ladies
For Queries: 7005755924 | OFFICE ADDRESS : SAGOLBAND MOIRANG LEIRAK MACHIN.
HL-B/9463/13 to 14 May