# খুন্দোংবম ব্রোজেন্দ্রো ঠিএটর ফেষ্টিভেল-২০২৬
## নীনি চনবদা অরিয়ান ঠিএটরগী 'দ কেস ইজ দিসমিসদ' উৎখ্রে

নোমিতা খোংবান্তাবম

**ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১৯ (ঐচএনএস):** খুন্দোংবম ব্রোজেন্দ্রো কলচরেল ত্রষ্টনা শীন্দুনা চহী ৩/৩ লৈরগা পাঙথোকপা খুন্দোংবম ব্রোজেন্দ্রোনা ইরম্বা দ্রামাশিংদা য়ূম্ফম ওইদুনা পাঙথোকপা তরেৎশুবা খুন্দোংবম ব্রোজেন্দ্রো ঠিএটর ফেষ্টিভেল -২০২৬কী ঙসি নীনি চনবদা অরিয়ন ঠিএটরনা 'দ কেস ইজ দিসমিসদ' উৎখ্রে। দ্রামা অসিবু লমজিং-লমতাকখিবনা ৱাহেংবম মিত্রচান্দনি। অরিয়ান ঠিএটরগী দ্রামাগী মশক মফোংদোক কায়হন্দনা অদুমক মীয়ামদা দ্রামা অসিগী মহাও পীবা ঙম্না দ্রামা ওইখি।

দ্রামা অসিগী ৱারীদি ইনাকখুনবী একাশিনি লৌরগা কুল্লবিনা নুংঙাইগনি খঞ্জখিবা মঙলান মঙফাওনখিদবা য়ূম্বান লম্বী অমদা লাকখি। অদুবু লৈমিন্নরবদি শাউনৈ, মদুদা নুপীবু খম্বনবা, নুপাবু খম্বন্নবা ৱাহে-ৱাতা য়াওরকপদা খায়নবগী ফিরেপ লৌনরকই। লুরিবদি সিভিল মেরিএজ, কোর্ট মেরিএজ হায়নরিবসিদি কোর্ট য়ৌদবা য়াদবনি। খায়নবা, য়ানবা পুরক্লবগী লম্বীসি কোর্টনি। কোর্টতা শান্নবা লীলাগী মরুমদা লৈনরিবা মরীদুনা য়েংলিবা মীয়ামদা অৱাবা পীদনা নুংঙাইনা ফাগিদা য়ূম্ফম ওইহল্লি। অচুম্বা হায়বা লম্বীসিদা চঙশিল্লক্লবদা নোকহন্নবগী মচাক পীবনি। জজসু মানা পামজরিবা নুংশিজরিবা নুপীদুনা ৱিটনেস ওইরকপদা নুপাদুগা নুংশিনৈ হায়রকপা নুপী থিদবা উকিল পাখঙ অরিবদুনা নুপাদু খায়নরগা নুপীদু লৌগনি হায়দুনা খঞ্জবা মঙলানদুনি। তশেংনা ৱিটনেস ওইরিবা মালাতি লৌগনি হায়রকপদা অশেংবা থোরকপদগী 'দ কেস ইজ দিসমিসদ' ওইখিবনি।

দ্রামাসিনা মীয়ামদা পীনিংলিবা পাউজেলদি য়ূম্বানবা হায়বসি নুপা-নুপী থোং মান্নবা চঙই। নুপানা মাগী নুপীবু মপান থোকহন্দনা খুন্নাইরোল করিনো খঙহন্দবা হায়বসিনা নুপীশিংগী ৱাখল শোন্থরকই। অদুগীসু মথক্তা য়ূম্বানমিন্নরিবা নুপা-নুপীনা অতোপ্পগা নুংশিনবগী ৱারী পুশিল্লকপা হায়বসি ফাগিনি হায়রগসু নুপীগী থম্মোয়দা ফাগি ওইনা খনে দাকপা ঙমদে হায়বসিনি। নুপীসু মঙাই ঙম্না ঙম্নবা ঙাংনবসিনা য়ূম্বান লম্বীদদি কাইথরক্লবগী মচাক ওইহল্লি। মসিনা হায়দোরকপা মতমদদি মপুরোইবদগী লাপথোরকপা মতমদা ৱানোম্বা লাকচবা উকিল ফাওবনা মীৎয়েং চঙদুনা খুদোংচাবা লৌনবা হোৎনবদা খায়ননবা হোৎনবদা মতেং পাংশিল্লি। মসিগুম্বা খুন্নাইগী চৎন-লোনচৎ অমনা পুদুনা খুন্নাইসিদা চৎলি। হোংদোকপা য়াদনা লৈ হায়বসি দ্রামাসিদা উৎলি।

অমরোমদা, কোর্ট হায়বসি মতম পুম্বদা অচুম্বগীদমক লেপকদবনি। অরানবা মশক খঙহন্নবগীদমক লো লৈরিবনি। লোবু ঈকায় খুম্নগদবনি হায়বগীদমক লো কোর্ট লিংলিবনি। মসিদা অচুম্বনা কনানো অরানবনা কনানো হায়বদু খঙহনগদৌরিবনি। ইমুং-মনুংগী ৱারীদা য়ূম্ফম ওইরবসু ঙসিগী খুন্নাইসিগী চৎনবী মরক্তা য়ূম্বাল্লোন হায়বসি নুপা-নুপীশিংনা চেকশিনসি হায়বা পাউজেল পীরি।

দ্রামাসিদা শক্তম লাংলিবশিংদি কুল্লবিগী শক্তমদা দল্লিয়ু মিত্রচান্দ, নেত্রজিৎ-সী ঐচ খোগেন্দ্রজিৎ, চাওবা-সী ঐচ সিংহজিৎ, কোর্ট এটেন্দেন্ট-দল্লিয়ু শরত, একাশিনি-ৱাই রিনা অমদি মালাতিগী শক্তমদা এল রোমোলা (রোজিতা)নি।

## 'অথুবদা লম্বী শেম্বীয়ু'

**ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১৯ (ঐচএনএস):** খুরাই লল্লোংদগী জেনিমস তাবা য়াম্না মরু ওইরিবা অয়াংপল্লি লম্বীসি মতম শাংনা শেম্বীরক্তবদগী লম্বীগী নাক-য়েত্তা লৈরিবা মীয়াম, ক্লব অমসুং মৈরা পায়বীশিংনা লম্বী থিংবগী খোঙজং হৌজিকসু চথুদুনা লাক্লি হায়না খুরাই জেনিএল ক্লবকী জেনরেল সেক্রেটরি কে এস ঐচ জোন্সনগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

মসিনা মরম ওইদুনা লল্লোংদগী মিনুথোং তাবা অমদি লম্বী অনীসি ফাওনবা য়াবা খুরাই থৌদাম লৈকায় অমসুং থাংজম লৈকায়গী লৈরক মচাশিং অঙকপা ফংনা চিল্লে। মরম অদুনা মায়কৈ অসোমগী মীয়ামদা খুদোংচাদবা মায়োক্লরিশিংসিগী য়েংবীদুনা মরী লৈনবা ওথোরিটিনা অথুবা মতমদা লম্বীসি শেমজিনবীয়ু হায়না ফোঙদোরক্লি।

## ত্রিপুরাগী অগরতলাদা ইপুধৌ পুথিবা হরাওবা হৌখ্রে

**ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১৯ (ঐচএনএস):** পুথিবা ৱেলফ্যের এন্দ কলচরেল সোসাইটি, পুথিবা লাই হরাওবা কম্মিটি, অভয়নগর, ত্রিপুরা লৈঙাক্কী কলচর দিপার্টমেন্ট অমসুং মণিপুরগী উমংলাই কনবা অপূনবা লূপ (উকল)গা পুন্না খুৎশম্নদুনা ত্রিপুরাগী কোনুং অগরতলাগী অভয়নগরদা লৈবা ইপুধৌ পুথিবা হরাওবগী থৌরম ঙসি ফাইরেনগী নোংমা পানবা নুমিত্তগী ঈকৌদুনা হরাওবা হৌখ্রে।

নুমিৎ মঙানি চুপ্পা চথগদবা লাই হরাওবগী থৌরম ঙসি অয়ুক ঈকৌবগী থৌরম মপুং ফাবা পাঙথোকখ্রে। থৌরম অসিবু শরুক য়ানবগীদমক ত্রিপুরাগী তোঙান তোঙানবা মফম কয়াদগী মীওই কয়ামরুম লাকপা হৌনখ্রে। অসামদগী জগোয়গী টিমশিং অমদি থাঙতাগী শান্নরোই কয়াসু ইপুধৌগী থৌগল তৌনবগীদমক হরাওবুংদা থুংলরে। মণিপুরদগীসু মশক নাইবা মীওই কয়াগা লোয়ননা হরাওবগী থৌরম অসিগীদমক মাইবা, পেনা অমদি মাইবীনচিংবশিং থুংদুনা লৈরে। উকল অমদি মণিপুরগী তোঙান তোঙানবা লূপ কয়াগী মীওইশিংসু হরাওবা অসিদা শরুক য়ানবগীদমক থুংলরে। ঙসি নুমিদাংৱাইরম পাঙথোকপা লাই হরাওবগী থৌরমদা ত্রিপুরা অমদি মণিপুরগী মীহুৎ কয়ানা লাইবৌ জগোয় অমদি নোংমগী ওইবা থৌরম পরেংশিং কাঙলোন চুম্না পাঙথোকখি হায়রি।

## ঈরাৎ থৌনিগা লোয়ননা মৈতৈগী লৈহৌরোন ফাইরেন শৈশক শৈথারোল ফোঙখ্রে

**ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১৯ (ঐচএনএস):** ফাইরেন থাগী নোংমা পানবা মালেম ইমা লাই তাইনবা থৌনি থৌরম, হৈকৎ-লৈকৎ তম্না মীয়ামগা পুন্না ঙসি পাঙথোকখিবগা লোয়ননা চিঙ্খৈ লাই অমসুং থলো লাইরেম্বী ইমাদা চাককোক চাকশেং কৎপা থৌরম পাঙথোকখ্রে। থৌরমসিদা মৈতৈগী লৈহৌরোন ফাইরেন শৈশক-শৈথারোলসু ফোঙখ্রে।

ইমা লৈশেম ঈনাৎ লোয়শঙনা শীন্দুনা পন্থৌ ঈশাই কোনুং নোংপোক চীংঙু থোঙ, মৈতৈ লাইকোল, থলো সিপি লোক, সেলোই লংমাই চীংদা পাঙথোকখিবা থৌরমসিদা লাই ওইবা পন্থৌনা হায়খিবদা, ঐখোয় মৈতৈ অসি মতম লৈবা খিবিক্তা লাইপোক অমগী মশক্কী মনুং চল্লি। ইচম চন্না মহৌশা লাইগী ৱারীদা অপোকপা-অপোকপীনা পোকএ হায়রগা মী ওইনা থল্লমদে। লাইপোক অমগী মনুং চল্লগা মৈতৈ ঐখোয়সি পীরকই। অমরোমদা, লাইপোকনিসু হায়বা য়াই। মরমদি ঐখোয়সিনা চাক চারবসু লাই য়াওরম্মী। এঙ্গাং-নাপী থারবসু মসিগী মপু ওইবা লাই অমা হেক্তা লৈরম্মী। ঈশিংগী লাই, মৈগী লাই, নুংশিৎকী, থৱায়গী, হকচাংগীসু লাই লৈরম্মী। মীওইবগী হিংলিবা পূন্সিরোলগী খুন্থোক্লোন অসিদা মৈতৈ ঐখোয়সি লাইনিং অমসুং লাইগা শাগোন্নরগা লৈরম্বা ওইবনা লোইদাম থাচৎ ১২ অসিসু লাইগী মনুং চন্না লৈরম্মী। মরম অদুনা থাশি নুমিত্তা তেংবানবা মপুবু পূনেল্লসি। অদুগা ফৌওইবী অকোংজাম্বা অনীবুসু পুনেল্লগা ঐখোয়গী হাংলবা লৌবুক-লম্মাং, ইঙ্খোলনুংনচিংবসি লৌতানবা অমদি এঙ্গাং-নাপী থাননবা য়োৎলৈ-কাংখুল তাল্লসি।

ঐখোয়না য়োৎলৈ-কাংখুল তানবগী লাইসি খল্লাংবনি। ইবুধৌসিনা পীবা খূৎশু-খূৎলায়সিনা য়োৎলৈ-কাংখুল তাল্লগা মহে-মরোং থারসি। মসিগী মতুং তারকপদা মহে-মরোং চুল্লক্লবা মতুং খোইয়ুম লাইদা কৎলগা ঐখোয়না অমুক চাগদৌরিবনি। মরম অদুনা মৈতৈ হায়বা ফূরুপ ঐখোয়না খঙগদবদি নীংথম থা লোইরে, ফাইরেন থা লাক্লে হায়বসিনি। নুমিৎনা খারোমদা চেন্থখিবদো হৌজিক্লা অমুক চিঙ্খৈ মায়কৈ পাঙনা তপ্না তপ্না চেনখৎলক্লে। হৈপাল-লৈপাল খূদিংমক মপাল শাৎলক্লগনি, ময়োল লিংখৎলক্লগনি, হৈনম-লৈনম ফোঙলনি, কুচু-কুমেন থোরক্লগনি। অসিগুম্বা মতমসিদা মীওইবা ঐখোয়গী থৌনা পাঙ্গলসু কল্লক্লগনি। মতম লৈবা খিবিক্তা অকোয়বগী লমবু লম্মাং ওইনা থাদোক্লগাদি মপু পান্দবা লম্মাং ওইনা উবদগী লমসি লৌখিবা তারে। অদুনা ঐখোয় থবক শুর-শুরগা লৈকোৎলগা লৈতৌদুনা মরূ-মরাং থাবা তাই। মরোল থোকপা মী ঐখোয়না লমগী লমখৈ ঙাক্লসি হায়নসু ফোঙদোকখি।

## হোলসেল্লর এন্দ রিটেলর্স মীট পাঙথোকখ্রে

**ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১৯ (ঐচএনএস):** মণিপুর কন্সোর্টিয়ম ওফ পোটেটো এন্দ ওনিয়ন ফ্রাইটস এন্দ ত্রেদর্সনা শীন্দুনা চহীগী ওইবা হোলসেল্লর অমদি রিটেলর্স মীট প্রেস ক্লবতা পাঙথোকখ্রে।

প্রোটেক্টিং অৱার মার্কেট ইন এ সস্টেনেবল ইকনোমি হায়বা হীরমদা পাঙথোকখিবা থৌরমসিদা মণিপুর লৈঙাক্কী ট্রান্সপোর্ট দিপার্টমেন্টকী দিরেক্তর খুমন্থেম দাইনা অমদি সী এ এফ এন্দ পি দিগী দিরেক্তর কে বোনো, এম এ সী পি ও এফ টিগী প্রসিদেন্ট মোইরাংথেম দিপক, কঞ্জুমরস ক্লবকী প্রসিদেন্ট টি ফুলচান্দনচিংবনা শরুক য়াখি।

থৌরমদুদা ট্রান্সপোর্ট দিরেক্তর কে ঐচ দাইনানা হায়, লমদমসিগী মীয়াম্না

...মখা লমায় ৬ কলম ৪


## য়ুম চিংজরি

চহী কয়াগী মমাংদগী লেপ্তুনা হোৎনজরিবা য়ুম, শঙ্গোয়, কৈ-কোৎ চাউরবা মাপে দাপনচিংবা কয়া অসি মমায় লৈথোক-লৈশিন, উগী য়ুম মফম নেম্না লৈবশিংবু ৱাংনা থাঙ্গৎনিংবনচিংবা অসি অচৌবা-মচা খায়দনা মপোৎ য়াম্না চঙহন্দনা অমদি মী ৩/৪ দনা থবক শুবা ঙম্মী। কনাগুম্বা তৌবীনিংবা লৈরগদি মখাগী অসিদা পাউ পীবীরকউ।

Sd/- **Bisho, Heirok**
Phone No. : 8837230047

HL-P/4869/20

## পাঞ্জি তম্বা
**(নোংমাইজিং খক তম্বা)**

পাঞ্জিগী চহি ২০ গী Experiences তা লমদম অয়াম্বদা মশক নাইবা পাঞ্জি কয়া পুথোকখ্রবা ১০০% মায় পাক্লবা খুৎতম্বীদা Computer Software শীজিন্নবা হৈহনবা, কোষ্ঠি ইবা, ফল (ফলিত) কুপ্না য়েংবা তম্বা হৌজরগনি। থৱায় য়াওবীবশিংনা পাঞ্জি অমগী হৈফম/খঙফম থোকপা থুনা ৱাদনা হৈবীয়ু।

**ফোর্ম পীশিনবা : তাং ২১।০১।২০২৬ ইং (21st Batch)**
**তম্বা হৌবা : তাং ২৫।০১।২০২৬ ইং (থা ৮ তম্বা)**

Sd/- **Acharya Ahambhijit Sairom**
Secretary, Astrological Coaching Centre
Uripok Yambem Leikai, Imphal (Lane 5)
# 6909260636

HL-P/4863/20

ENGLISH COMPUTER
Govt. Regd. No. 2102 of 2012
**GLOBAL SPOKEN ENGLISH & COMPUTER**
Paona Bazar, Behind Pologround, Gourahari Market, Near Hotel Krishtina
**ADMISSION OPEN FOR NEW BATCH**
Online or Offline Class Available
For the Students of Class V to IX and Seniors
SPECIAL CLASS FOR ONE OR TWO PERSONS ONLY
**SPOKEN ENGLISH**
Classes for groups & special class for only one person
For Senior, College and University Students
Grammer, Pronunciation, Vocabulary, Group Discussion, Public Speaking.
Class Timing
07:00 am
08:30 am
11:30 am
**COMPUTER COURSE**
BCC, CCA, DCA, DTP, CCP, Tally with GST, Data Entry, Multimedia, Office Automation, Graphic Designing, Business Package Etc.
**INSTRUCTORS:**
Sir Tejkumar (Teaching Since 1987) (+91 8132904426)
Miss Alice Thokchom (M.A. English) (+91 7005847722)

HL-B/11065/25


লৌশিং পুক্কে

# য়ু থকপা তোক্লবা ঐখোয়না
## তৌবা য়াবা পাম্বৈ খরগী মতাংদা খঙমিন্নসি

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 চথুখিবা 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 চথুরম্মী। '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 ঙল্লবা 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 মহাক্না 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 হেল্‌থ'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 ইমান্যুয়ল ষ্টেমাটাকিসনা লুচিংদুনা চথুখিবা ষ্টদিগী রিপোর্টনা হায়খি, য়ু থক্লবসু অয়াম্বা মতমদা হকচাং লেঙ-ওৎপগী থবক তৌরবদি কেন্সর নৎত্রগা অতৈ অতোপ্পা মরম্না শিহনবা য়াবগী রিস্ক নেম্না লৈ। হকচাং লেঙ-ওৎপগী থৌওংনা হীরম কয়াদা কান্নবা পীবগী খুদম ফংলে। অয়াম্বা মতমদা ফমজিন্দুনা লৈরবদি য়ু কা হেন্না থক্তবসু 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 মায়োক্লহল্লি। 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 চেন্দবা গ্যাস অমনি। য়ু এসকী সেন্টর ফোর দিজিজ কন্ট্রোল এন্দ প্রিভেন্সননা নেসনল হেল্‌থ এন্দ ইগজামিনেসন সর্ভে (এন ঐচ এ এন ঈ এস) কী শরুক অমা ওইনা কুমজা ২০০৭ তগী কুমজা ২০১২ ফাওবা মীওই ১২,০৫৯ দা চথুখিবা ষ্টদি অমদা কা হেন্না য়ু থকপনা নিংশা শ্বর হোনবদা খুদোংচাদবা মায়োক্লহল্লি 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

১। কুমজা ২০১২ দা মীখলগা মরী লৈননা লংশিনবা বোমনা মণিপুরদা খুরক হাঙদনা পোকখায়খি, হৌখিবা অহিংদগী ঙসিগী নুমিৎসিগী নুমিদাংৱাইরম ফাওবদা নেশনল পিপলস পার্টিগী ক্ষেত্রিগাও এসেম্লী কন্সটিট্যুএন্সিদা মীরেপ ওইবা এ আর খানগী য়ুম অমসুং কোংগ্রেস ৱার্কর ১৩গী য়ূমদা বোম লংশিন্দুনা এটেক তৌখি।

১. [illegible]

২। কুমজা ২০১২ দা, লালহৌলূপ তরেৎকী অপূনবা লূপ কোরকোমনা মণিপুরগী এসেম্লী কন্সটিট্যুএন্সি ৪০গী ইন্দিয়ন নেশনল কোংগ্রেসকী মীরেপ ওইবশিংগী থবক চেনবা ৱার্কর ১,২২৮ গী মমিং থা অসিগী ১৬তা পাউচেশিংদা থাদোকখ্রবা মতুংদা চহীদুগী ঙসিগী নুমিৎসিদা নৌনা কোংগ্রেস ৱার্কর ৮৪২গী লিষ্ট অমসু পাউচেশিংগী ঈ-মেলদা থারক্তুনা ৱার্করশিংনা কোংগ্রেসকী ভোট খোম্বা তোক্কদবনি অমসুং তোক্লে হায়রক্কদবনি হায়না খঙহল্লকখি।

২. [illegible]

৩। কুমজা ১৮৪১গী জন্যুৱারী ২০ দা চাইনানা হোং কোং ঈথৎপু গ্রেট বৃটেনদা তঙাইফদনা তিলহনখি। ঈথৎ অসি কুমজা ১৯৯৭তা চাইনাগী কন্ট্রোল মখাদা অমুক লৈরকখি।

৩. [illegible]

৪। কুমজা ২০১২ দা, পুলিসনা গাড়ী চেক তৌবদা অথিংবা পীরুবগীদমক্তা ১০শুবা মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেম্লী মীখলদা ১১-সগোলবন্দ এসেম্লী কন্সটিট্যুএন্সিদা কোংগ্রেসকী মীরেপ ওইবা আর কে ইমো অমসুং মহাক্কী মনাওনুপা আর কে গান্ধী ইম্ফাল ৱেষ্ট পুলিসনা চহীদুগী ঙসিগী নুমিৎসিদা ফাজিনখি।

৪. [illegible]

৫। কুমজা ২০১২ দা, ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্ট ফুটবোল এসোসিএশননা শীন্দুনা ইম্ফালগী খুমন লম্পাক মেইন ষ্টেদিয়মদা পাঙথোকপা ৮শুবা সোরাইশম রোনিকা মেমোরিএল জুনিয়র গর্লস ফুটবোল টুর্নামেন্ট ২০১২গী ঙসিগী নুমিৎসিদা শান্নখিবা মেটচতা ৱাই দল্লিয়ু সী, লংথবাল অমসুং ঈ এস য়ু ৱাঙ্খৈ মায় পাক্তুনা সেমি-ফাইনেল চঙখি।

৫. [illegible]

## ঙসিগী রাশি ফল

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

তাং ২০।০১।২০২৬ ইং, লৈবাকপোকপা;
ফাইরেনগী ২নি পানবা।

**মেষ:** লাই-গুরুনা ৱারৌবা, থিবা-হুম্বা কন্দবনা কায়নবা/চাদিং হেনবা নুমিৎনি। য়েক্লবদি শোন্থখিনি, ৱাখল লৈবনা থবক্তি পাঙগনি।
লৈশা পাখংগী- নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

**বৃষ:** অঙম্বনা থোইনা চাল্লি অদুবু হন্থবনা কল্লক্তুনা লান্না পাউথোকপিবা লৈগনি। মীয়াম্নদি লুনা চান্না তৌবীগনি। অচুম্বনা মাঙওইনৌ।
লৈশা পাখংগী- নুংশিবনদি লুনা খল্লি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

**মিথুন:** লৌশিং চাউবগী মতেং য়াওদনা অনৌবা থৌরম পাঙগনু, মাঙগদবগী শরুক য়েথোকউ। ঈরাং পুবা/ঙক কনবনা হেন্না মাঙগনি।
লৈশা পাখংগী- পূক্নিং ফাথনা লৈথোকউ।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

**কর্কট:** হকচাং খিঙই, নীংবদুমক পাঙলবদি থোইনা কান্নগনি। অশাওবা, ৱাঙাং চেকশিন্দবা, নীংথিনা পোরম য়াত্তবা ওইরবদি ৱা থোক্কনি।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

**সিংহ:** লাংতক্লবনা খুরৌ থাংবা হেনগনি, অতোনবনা কিহল্লকপা লৈরবসু নীংবা থুংগনি, লৌশিংনা লন তানশিনগনি, নচা-ননাই ফংজৈ।
লৈশা পাখংগী- নীংবা মপা চাগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

**কন্যা:** নুংঙাইবা পাউ তাবা নৎত্রগা মতেং লাকপা, লেঙদবা নরল তাশিনবা ঙমজবা নুমিৎনি। অনম তানবনদি নখা থাবনা উশিৎলোই।
লৈশা পাখংগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

**তুলা:** মীচঙ তাঙবা নুমিৎনি, মীনা নুংশিরোইদবা থৌওং থাদোকউ। খোঙফম অমা/অনী হল্লগা অমুক মাঙলোমদা চঙবসু মায়থিবা নত্তে।
লৈশা পাখংগী- ৱাখল চাওথোক্লা লৈয়ু।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

**বৃশ্চিক:** য়েৎনবনা মাঙজবা য়াবা অমদি মরুপ্পা য়েংশিনবা খরা লৈরবসু নীংজবা থুংগনি, লাই-গুরুনা চাল্লি, য়েক্লববু লায়না ঙমগনি।
লৈশা পাখংগী- মরী ফগৎকনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

**ধনু:** খন্থদনা হোয় হায়বা লুগনি। অফবা মীগী পাউতাক্তি মাঙবা লৈরোই, অরাপ্পগা মতেং লৌনবা নীংথিনা কান্নজগনি। হকচাংসু খিঙগনি।
লৈশা পাখংগী- লাইবক লৈরোই।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/হিগোক

**মকর:** মীয়ামগী মতেংনা নুংঙাইজবা, ওইজ-ওইথকসু ফংবনা পূক্নিং পেঞ্জবা নুমিৎনি। অদুবু অনম তাল্লবদি নতোমতা কোক চিক্কনি।
লৈশা পাখংগী- নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

**কুম্ভ:** অরং-অরাক্তি ফংগনি, ঙাং-শকপা হৈগনি, নখা থাবগী মতেং ফংগনি, থৌরম শীন্দোকপা হৈগনি। ফিংলবদি থবক মঙম শাল্লোই।
লৈশা পাখংগী- থাগৎপীগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

**মীন:** থিজিনবা ৱাৎপনা অফা-অপুন্নবা খরা মায়োক্লরবসু ঙাং-শকপা হৈবনা মিংচৎ তানশিনবদি ঙমজগনি, শেল-থুম খরদি কান্নগনি।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।