রূপমহল আর্টিষ্ট মেমোরিএল ড্রামা ফেষ্টিভেল ২০২৫-২০২৬

ফেষ্টিভেলগী নীনি চনবদা রিপামগী *ভোল্লারামগী থৱায়* ১দি হুম্নী চনবদা লাংমৈদোং ড্রামাটিক য়ুনিয়নগী *শৈদাংবী* উৎখ্রে

হেমচান্দ নিংথৌজম

ইম্ফাল, দিসেম্বর ২৬ (ঐচএনএস):

রূপমহল ঠিএটর, ইম্ফালনা মণিপুর ষ্টেট কলা একাদেমীগা খূৎশম্নদুনা পাঙথোকপা ২৪ শুবা রূপমহল আর্টিষ্ট মেমোরিএল ড্রামা ফেষ্টিভেলগী ঙরাং নীনি চনবদা রেপর্টরি ফোর পর্ফোর্মিং আর্টস ওফ মণিপুর (রিপাম)গী ড্রামা 'ভোল্লারামগী থৱায়' উৎখ্রে। ড্রামাসিগী অইবা, দিজাইন অমদি দিরেক্সন রাজকুমার খোগেন্দ্রনি।

ড্রামাসিগী শন্নপ্পা ৱারীদি ভোল্লারাম লৈঙাক্কী থবক তৌরম্বদগী পেন্সন ফংলবা মতুং মহাক্কী পেন্সনগী শেনফম ফংনবগীদমক লৈঙাক্কী লোয়শঙদা য়াম্না তোয়না চত্তুনা চে-চাংশিং কোয়তান তান্নরম্মী। অদুবু মহাক্কী পেন্সনগী শেনফম ফংদ্রিবৈঙে তাইবংপান থাদোকখ্রে। অমরোমদা, যমরাজগী লোয়শঙদা অশিবা থৱায় কয়ানা মানা মানা হিংলিভৈদা তৌরম্বা থবক্কী ৱায়েল চথুরি। লোয়শঙ অদুদা ভোল্লারামগী থৱায় থিবা ফংখিদ্রে। ৱায়েল লোয়শঙনা ইনক্কারি কম্মিশন শেমদুনা নার্দ মুনিবু কম্মিশনগী আই ও হাপ্পুনা মীরল্লেন্দা ভোল্লারামগী থৱায় থিনবা থারক্লে। নার্দ মুনিনা মীরল্লেন্দা লাক্কুনা ভোল্লারামগী থৱায় থিবা হৌরক্লে। মদুদা ভোল্লারামদি পেন্সনগী শেনফম ফংদ্রিবমখৈ লাইরল্লেন্দা চৎখিরোই হায়না লৈখ্রবদা নার্দনা মহাক্না থবক তৌরম্বা ওফিসতা লাক্কুনা পেন্সনগী শেনফম তান্নখি। মতমগী চৎনবী শেঙ্গা-থুমজাগী লাংদা নার্দ থুখি। য়াম্না ৱানা হোৎনদুনা ভোল্লারামগী পেন্সনদি ফংহনখি। অদুবু অরোইবদা নার্দনা ভোল্লারামগী থৱায় পুদুনা যমরাজগী ওফিসতা লাকপদদি খোঙ্গ্রাও মতৎ অমগা লাকখি। মহাক অঙাওবা তাখি। লোয়শঙগী মীওই পূম্নমক্না নার্দবু নোক্লখি, করেম্নখি। অসুম্না শেঙ্গা-থুমজাদা য়ূম্ফম ওইবা ড্রামানি।

ড্রামাসিদা শরুক য়াখিবা আর্টিষ্টশিংদি নুপা কাঙলুপ্তা যমরাজ-ওইনাম অশ্বানি, ছিত্রগুপ্তা-নাওরেম রোবেল, থৱায়-শামু, নার্দ-সী ঐচ কুঞ্জেশ্বর, দুটশিংদা-কে বিশোরজিৎ, এস রোবি, এন মালেমঙানবা, পিওন-তোম্বা ময়াই, সঙ্কীর্ত্তন কাঙলুপ্তা-এস রোসন, পি মিলন, এস ইবোমচা অমদি আই গৌরচান্দ অসিনচিংবনি। নুপী কাঙলুপ্তা ওফিসর-টি ঐচ মঞ্জিতা, ভোল্লারামগী নুপী-এল জেমিনা, ভোল্লারামগী মচানুপী (অঙাং)-ঙাম্থোই ৱাহেংবম, এল দি সী-অলবিনা মোইরাংথেম অমদি য়ু দি সীদা পি রুদ্ধি অসিনচিংবনি। ক্রেদিটতা মেকঅপ-সী ঐচ কুঞ্জেশ্বর, লাইট-এন মনাও, কোষ্টুম-এন ইবেয়াইমা, ম্যুজিক দিরেক্তর-পি ঐচ ইতোমচা, বাঁসি-টি ঐচ লোয়াঙম্বা, পেনা-কে ঐচ কেনেদি অমদি এসিষ্টেন্ট দিরেক্তর-ও বিনারানিনি।

ঙসি হুম্নী চনবদা লাংমৈদোং ড্রামাটিক য়ুনিয়নগী 'শৈদাংবী' উৎখি। ড্রামাসিগী অইবা ডা. এম প্রিয়োবর্ত অমদি লমজিং-লমতাকখিবা এস রতনকুমারনি।

ড্রামাসিগী শন্নপ্পা ৱারীদি তোম্বী মহাক্কী মপুরোইবগী থৌশাদবা অমদি মথৌদাং য়াওদবা থৌওং কয়ানা শাউবদগী মপামদা মতম খরা ঈংনা চিক্লা ৱাখল পোথারুগে হায়না হল্লকখি। অদুবু মহাক্কী মবুং খোমৈনদি ময়ূম পানখ্রবী নুপীনা মপামদা হল্লক্লগা লৈবদু পাল্লমদে। ইমুংগী মীওইশিং অমদি মহাক্কী নুপীগী ৱাকৎ কয়াদগী তোম্বীগী মফম অমা ফাওবা মপামদা পীবীরমদে। অদুবু পীশক পীল্লিভৈদগী মনিং তম্না চেন-চোংদুনা শান্নজরকপা, নীংশিং খুদম কয়ানা থল্লবা মপামদা মহাক্কী মফম অমত্তা লৈত্রবরা হায়না খল্লক্তুনা মমৈথংদা ময়ূম পানখ্রবী নুপীগী লিগেল রাইটসকীদমক মহাক চৎখি। কাইনথং মবুং খোমৈবু নিঙোলশিংগী লিগল রাইটসকী মতাংদা ৱাখল তাহনখি। অদুবু তোম্বীদি মপাম লমদা অমুক হন্না খোঙ্গুল তারক্লরোই হায়বা ফিরেপ অমগা লোয়ননা মপুরোইবগী মনাক্তা হল্লকখি। অদুবু মহাক্কী ৱাখলদা ময়ূম পানখ্রবী নিঙোলশিংসি মপামদা শৈদাংবীরা, রিফ্যুজিরা নৎত্রগা লন্নানবীরা হায়বা ৱাহংশিংসিনা নিনদুনা লৈখি হায়বা উৎপা ড্রামানি।

ড্রামাসিদা শক্তম লাংখিবশিংদি নুপা কাঙলুপ্তা তম্ফাজাওগী শক্তমদা দল্লিয়ু অমুজাও, খোমৈৱাই দরেন্দ্রজিৎ, ফাইরেঞ্জাও-টি ঐচ দেবিদ অমদি মোধু-এল প্রিয়োকুমার মৈতৈনি। নুপী কাঙলুপ্তা থরোশংবীগী শক্তমদা এস চন্দ্রকলা, তোম্বী-পি সন্তোশিনি অমদি রানিগী শক্তমদা কুমারী ঐচ রেস্মানি। ক্রেদিটসতা ম্যুজিক-এস রিঙ্গো, ষ্টেজ-এম ভবানন্দ, লাইট-এল ব্রোজেন, কোষ্টুম-এস জয়শ্রী, মেকঅপ-কে ঐচ রতনকুমার অসিনচিংবনি।

পেরেন্ট লৈবা লৈতবা থিদনা শোথরবা ইমুং ১দি মহৈ তমজনিংবা অঙাংশিংদা খুদোংচাবা পীরি : ইন্দিরা

ইম্ফাল, দিসেম্বর ২৬ (ঐচএনএস):

ৱিমেন ইনকম জেনরেশন সেন্টর (ৱিগস)না চলাইরিবা নুপীমচাশিংগী হোমসি অতৈ হোমশিংদগী খেন্নবা কয়া লৈ। আশ্রম হায়না মিংথোল্লিবা হোমসিদা পেরেন্ট লৈরিবা, লৈত্রবা নৎত্রগা শুনা লৈবা লৈতবা থিদনা শোথরবা ইমুং অমদি মহৈ-মশিং নীংথিনা তমজনিংবা অঙাং খূদিংমক লৈননবগী খুদোংচাবা পীরি হায়না ৱিগসকী ফাউন্দর অমসুং সেক্রেটরিগী থৌসু পুরিবী ওইনাম ইন্দিরানা ফোঙদোকখ্রে।

ৱাফম অসি ৱিগসনা চলাইরিবা চিলদ্রেন হোম ফোর গর্লসকী অঙাংশিংগী ওইবা নুমিৎ হুম্নী চথুগদবা এন্যুএল স্পোর্টস মীট ঙসি হৌদোকখিবদা থৌরম মপুগী ৱারোল পীরদুনা মহাক্না ফোঙদোকখিবনি।

থৌরমসিদা থৌবালগী দিষ্ট্রিক্ট য়ুথ এফেয়র্স এন্দ স্পোর্টস ওফিসর দেবেন মোইরাংথেমনা অথোইবা মীথুং, দিষ্ট্রিক্ট চাইল্ড প্রোটেক্সন ওফিসর সলাম রোবিন্দ্রোনা অখন্নবা মীথুং ওইখি।

থৌরমসিদা অথোইবা মীথুংনা হোমসিগী অনৌবা চহীগী কেলেন্দর অমা ফোঙখিবগা লোয়ননা তোঙান তোঙানবা ইভেন্ট ২৬তা হোমসিগী অঙাংশিংনা অথোই-অহেন তান্নগদৌরিবা স্পোর্টস মীট অসিগী ৱিগসকী কমপ্লেক্সতা হৌদোক্লদুনা হায়খিবদা, হোমসিগী অঙাংশিংনা পূক্নিং-ৱাখল হন্থবা য়াদে, হোৎনরবদা ঙমদবা লৈতে হায়না ফোঙদোকখি।

চাক্লোন কৎখ্রে

ইম্ফাল, দিসেম্বর ২৬ (ঐচ এন এস) :

বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্টকী ইশোকতা লৈবা চীংফু নিংথৌ অমদি শেম্বীলৈমা অনীগী চহীগী লাইরেন চাক্লোন কৎপগী থৌরম ঙসি চীংফু শেম্বীলৈমা থৌগল্লুপনা শীন্দুনা লাইবুংদা পাঙথোকখ্রে।

মহৌশা চৎনরকপগী মতুংইন্না থৌরমসিদা ইশোক খুলদা লৈরিবা খুঞ্জা অমত্তনা ঙসি খুলসিগী ৱাংমদা লন্নাই থবক-ইনখাং চথোক্লদনা থৌরমসিদা শরুক য়াখি। ইমুং খূদিংদগী অঙম্বা চেঙ, ফৌ, এঞ্জাং-নাপী, মনা-মশিং, ঙাগী ঙারম, শেলনচিংবা পোৎলমশিং কত্তুনা তাইবং শেম্বীবা মপুসিগী মফমদা কত্তুনা য়াইফ থৌজাল নিজখি। লোয়ননা সনা কোনুংদগী লাকপা অমাইবা-অমাইবীশিংনা কায়ফদবা লাইগী থৌরমশিং লীল্লম কায়দনা পাঙথোকখি হায়রি।

[illegible]

G 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

সাহেৎপ্লেংনে/তোইজম শাগৈগী পাউজেল

লাক্লিবা December গী তাং ৩১, ৱাকচিংগী ১২ নি পানবা য়ুমশকৈশা নুমিৎতা কোদোম্পোকপী মমাঙ লৈকাইদা লৈবা তোইজম শাগৈ অপোকপা খুভমদা শাগৈগী অপোকপা খুরুমজবগী থৌরম পাঙথোকচগনি। থৌরম অসিদা শাগৈ অসিগী ইচিল-ইনাওশিংনা শরুক য়াবীরনবা পাউচেগী খুথাংদা পাউজেল পীজরি।

পাউজেঞ্জরিবা : **Toijam Surchandra Singh**
President
Toijam Sagei Development Committee

HL-P/4606/27,28

LOKTAK DEVELOPMENT AUTHORITY (RETRENCHED)
M/R EMPLOYEES AND WORKERS ASSOCIATION
Ningthoukhong - 795126, Manipur
Regd. No. 536

[illegible]/খঙহঞ্জবা

LDA (Re) MR Employee & Workers Association (Regd. No. 536) গী মখাদা লৈবা মেম্বরশিংগী Group Leader খুদিংমক্তা খঙহঞ্জরি মদুদি মমাঙগী তাং ০২-১২-২০২৫ তা হাপচখিবা থবক হঞ্জিনবগী কেস অদু লোইশিঞ্জরে হায়জখিবগী মখা তারকপদা অমদি তাং ০৬/১২/২০২৫ দা খন্নখিবা Group Leader শিংগী মীফমদা তাখিবা Resolution গী শরুক অমা ওইনা লাক্লিবা তাং ৩০/১২/২০২৫ অমদি তাং ০২/০১/২০২৬ নুমিৎ অনী অসিদা থবক হঞ্জিনবগা মরী লৈনবা চে-চাংশিং য়েন্থোকপগী থৌরম অমা নিংথৌখোংদা লৈবা শ্রীতাওরেম রাবী সিংহগী য়ুমদা পাঙথোকচরগনি। নুমিৎ অসিদা হৌথিবা মীফমদা শরুক য়াবীখিবা Group Leader শিংনা অয়ুক্কী পুং ১১.৩০ তাবা মতমদা য়ৌবীরক্কবা খঙহঞ্জরি।

খঙহঞ্জরিবা : **T. Rabi Singh**
General Secretary

HL-P/4605/27

[illegible]

'প্রোফেসর এল দেবান লৈখিদবদা অৱাবা ফোঙদোকচবা'

হৌখিবা তাং ২২/১২/২০২৫, নিংথৌকাবা নুমিত্তা ঐখোয় খ্বাইগী মরক্তা তিনবীরম্বা নুংশিরবা মরুপ **লাইরেনলাকপম দেবান সিংহ,** Retired, HOD Anaesthesia Department, RIMS না মনুং মতম চাদনা লৈখিদবদা, লৈখিদ্রবা মরুপকা লোয়নজরম্বা মরুপ-মপাং ঐখোয় খ্বাই খিবিক্লা মিনিট ২ তুমীন্না লেপ্তুনা লৈখিদ্রবগী থৱায়না ঈংনা চিক্লা মপুগী লৈকোলদা লৈরুনবা অৱাবা ফোঙদোকপগী মীফম অমা Kh. Gokulchandra Singh, Pishumthong Ningom Leirak কী য়ুমদা পাঙথোকখ্রে। লোয়ননা ইমুং-মনুংগী অৱাবদসু শরুক য়াজরি।

অৱাবা ফোঙদোকচরিবশিং : 1) E. Home Singh, 2) Ch. Jadu Nanda Singh, 3) Th. Debeshwar Singh, 4) A. Ajendro Singh, 5) Kh. Gokulchandra Singh, 6) M. Tarakeshor Singh, 7) Th. Nilachandra Singh, 8) M. Budha Singh, 9) A. Ibohal Singh, 10) Kh. Sachi Singh, 11) H. Nandakumar Singh, 12) W. Kunjaraj Singh

HL-P/4506/27

LIONS CLUB OF IMPHAL
Lions International: District 322D

[illegible]/NOTIFICATION
Imphal, 26th December, 2025

No. LCI/Vision/2025-26: Notice অসিগী খূথাংদা মীয়ামদা খঙহঞ্জরি মদুদি Lions Club of Imphal অমদি Lions Eye Hospital & Services Trust কা খূৎশম্নদুনা December, 2025 কী অনীশুবা Eye Screening OPD লাক্লিবা December গী তাং 28, 2025 ইং (নোংমাইজিং) নুমিৎকী অয়ুক পুং ১০.০০ দগী নুমিৎয়ুংবা পুং ১২.০০ তাবা ফাওবা Lions Eye Hospital, Sangaiprou Airport Road তা হাংজগনি। কনাগুম্বনা মীৎ চেকঅপ তৌবীনিংবা লৈবীরগদি মথক্কী পুংফম অসিদা লাকপীদুনা য়েংথোকপীবা য়াগনি।

Lions Eye Hospital গী OPD অসি চহী অসিগী ওইনা **Helen Keller** গী **"Knights of the Blind"** speech কী চহী ১০০ শুরকপা (1925-2025) গা মরী লৈননা থা খুদিংগী অনীশুবা অমদি মরিশুবা নোংমাইজিং নুমিত্তা অয়ুক পুং ১০.০০ দগীনা নুমিৎয়ুংবা পুং ১২.০০ ফাওবা হাংজগনি।

Sd/- Lions Club of Imphal
Sangaiprou, Airport Road, Imphal

HL-P/4620/27

লৌশিং পুক্কে

মনা-মশিং চাবা অমদি যোগ

তৌবনা হার্ট দিজিজগী রিস্ক য়াম্না হন্থহনবা ঙম্মী

মেদিটেসন তৌদুনা পূক্নিং ৱাখল ফাথবগা লোয়ননা চাং নাইনা যোগ শান্নবা অমসুং মনা-মশিং খক্তা চাবনা হার্ট দিজিজ গী রিস্ক হন্থহল্লি হায়বা ষ্টদি অমদগী খঙলে।

পুন্সি মহিংগা মরী লৈনবা লায়নাশিংগী মনুংদা হার্ট দিজিজ সু অমনি। লায়না অসিনা মরম ওইরগা মালেমদা মীওই কয়া মনুং মতম চাদনা শিহল্লি। ষ্টদি অমদা মীওই খরবু নুমীৎ ৬ নি মনা-মশিং খক্তা পীজবগা লোয়ননা যোগ অমসুং মেদিটেসন তৌহনবদা কার্দিওভাস্কুলর দিজিজ গী রিস্ক হন্থরকপা থেংনখি।

ষ্টদি অদুবু লুচিংখিবা সেন্টর ফোর ৱেলবিইংগী দিপক চোপ্রানা হায়খি, শুপ্নগী চয়োল অমখক্তং ওইরবসু পঞ্চকর্ম্মগী থৌরাং লৌখৎপদা য়াম্না চাউবা কান্নবা ফংই। পঞ্চকর্ম্ম হায়বসি মসাজ তৌবগা লোয়ননা মনা-মশিং খক্তা পীজবা, লোয়ননা যোগ অমসুং মেদিটেসন তৌদুনা হকচাং মনুংগী কয়াৎশিং শেংদোক্লগা মপাঙ্গল কলহনবগী থৌওংবুনি। সেন্টর ফোর ৱেলবিইংদা লৈবা মশাগী চহী ৩০ অমসুং ৮০ ফাওবগী মনুংদা লৈবা মীওই ১১৯ দা চথখিবা ষ্টদি অমদগী ৱাফম অসি খঙলকপনি।

হায়রিবা মীওইশিং অদু চাংয়েং পাঙথোক্ত্রিঙৈ মমাঙ অমসুং লোইরবা মতুংদা লিক্বিদ ক্রোমাটোগ্রাফি অমদি মাস স্পেক্ট্রোমিট্রিনচিংবা ব্লদ প্লাসমা এনালাইসিস তৌদুনা য়েংলম্মী। পঞ্চকর্ম্মদা য়াওবা মীওইশিং অদু কোলেষ্টরোল হন্থরকপগা লোয়ননা টাইপ টু দাইবেটিসকী রিস্ক হন্থরকপা থেংনখি। ঈদা য়াওবা কোলেষ্টরোলগী চাং ৱাংখৎলক্লবদি মীওইবদা কার্দিওভাস্কুলর দিজিজগী রিস্ক হেনগৎলকই।

শুপ্নগী নুমীৎ ৬ নিখক মনা-মশিং খক্তা পীজবগা লোয়ননা যোগ অমদি মেদিটেসন তৌবদা য়াম্না চাউনা কান্নবা ফংলবনিনা মতম শাংনা থৌওং অসি চথরবদি অমুক্না হেন্না কান্নবা ফংবা য়াই হায়রি। অদুম ওইনমক হীরম অসিগী মতাংদা হেন্না মমুৎ তানা খঙনবগীদমক মখা তানা থিজিনবা মথৌ তারি। ৱাফম অসি 'সাইন্টিফিক রিপোর্টস'কী সেপ্টেম্বর ৯ গী ইস্যুদা ফোঙলকখিবনি।

রিছার্চরশিংনা হায়খি, কার্দিওভাস্কুলর দিজিজগী রিস্ক হন্থহন্নবগীদমক মথক্কী থৌরাং অসি লৌখৎপা য়াম্নমক তঙাইফদে। কার্দিওভাস্কুলর দিজিজ হায়বসি পুন্সি মহিংগা মরী লৈনবা লায়না অমনি। মীওইবনা চাহৈদবা চারুবা অমসুং তৌহৈদবা তৌরুবদগী লায়না অসি ওইরকপনি হায়রি। হার্ট দিজিজ নৎত্রগা ব্লদ ভেসেল দিজিজ হায়নসু খঙনবা লায়না অসি এথরোসক্লেরোসিসকা মরী লৈনৈ। অর্টরিগী ৱালদা প্লেগ হায়না খঙনবা মপং-মপং পৈশিল্লকপদগী ঈ উতোং খুজিল্লকপগী থৌওংবুনি। মসিনা ঈগী ঈচেলদা অপনবা থোকহন্দুনা হার্ট এটেক তৌহল্লকপা য়াই। হার্টতা মপুং ফানা ঈগী ঈচেল য়ৌবা ঙমদবদগী হার্ট এটেক তৌরকপনি।

হার্ট এটেক তৌখ্রবা মীওই অয়াম্বা ফীভম ফগৎলক্তুনা হান্নগী পুন্সি মহিংদা অমুক হঞ্জিনবা ঙম্মী। অদুম ওইনমক হার্ট এটেক তৌখ্রবা মীওই খুদিংমক পুন্সি মহিং শেমদোকপগী তঙাইফদবা লৈ। খ্বাইদগী তোয়না থেংনবা হার্ট এটেক মখলদি ইস্কেমিক ষ্ট্রোকনি। ব্রেন য়ৌনা চেনবা ঈ উতোং অমা ফুনখিবদগী থৌওং অসি ওইরকপনি। ব্রেনগী শরুক খরদা মপুং ফানা ঈ য়ৌহনবা ঙমদ্রবদি ব্রেন সেলশিং শিখিবদগী ৱা ঙাঙবা নৎত্রগা খোঙনা চৎপগুম্বা হান্না তৌবা ঙল্লম্বা থবক কয়া তৌবা ঙমহন্দে।

ব্রেনদা লৈবা ঈ উতোং অমা কায়রবদি হিমোরেজিক ষ্ট্রোক তৌরকই। কা হেন্না ব্লদ প্রেসর ৱাংবদগী থৌওং অসি ওইহল্লকপনি। ব্রেনদা ওক্সিজেন অমসুং ঈ ফংদবদগী ষ্ট্রোক তৌখ্রবা মতুংদা কনাগুম্বা মীওই অমবু মতম পুম্বগী ওইনা শোয়নাইহনবা য়াই। ব্রেন সেল মশীং য়াম্না শিখিবদগী থৌওং অসি ওইহল্লকপনি। অদুবু ব্রেন সেল খরদি মতম খরা লৈরগা মশা মথন্তা অমুক তপ্না তপ্না ফীভম ফগৎলকই।

হার্টনা মথৌ নীংথিনা পাঙথোকপা ঙমদবগী থৌওংবু হার্ট ফেলিয়র নৎত্রগা কঞ্জেষ্টিব হার্ট ফেলিয়র হায়না খঙনৈ। মতম চানা লায়েংহৌদ্রবদি ফীভম হেঞ্জিল্লক্তুনা মী শিহনবা য়াই।

হার্টনা তাম্বা কায়না মথৌ তৌবগী থৌওংবু এরিথমিয়া হায়না খঙনৈ। এরিথমিয়াগী তোঙান তোঙানবা মখল কয়ামরুম লৈ। হার্টনা কা হেন্না তপ্না, নৎত্রগা কা হেন্না খোঙজেল য়াঙনা নৎত্রগা অমুক তপ্না অদুগা অমুক খোঙজেল য়াঙনা মথৌ তৌরকপা য়াই। মিনিট অমদা ৬০ রক্তগী তানা মিহুল চোংবগী থৌওংবু ব্রেদিকার্দিয়া কৌই। মিনিট অমদা ১০০ দগী হেন্না মিহুল চোংলগনা টেচিকার্দিয়া হায়না খঙনৈ।

হার্টকী ভালভনা অশোয়বা লৈরগসু খুদোংচাদবা মায়োক্লরকই। হার্টকী ভালভ মপুং ফানা হাংদোক্লবদি হার্টতা ঈ মপুং ফানা চঙবা ঙমদে। মপুং ফানা ভালভ খুমজিন্দ্রগনা হার্টতগী ঈ লিক ওইরকই। পুম্নমক অসিগী মথক্তা কোলেষ্টরোল, ফেট্টি সবষ্টেন্স, সেল্যুলর ৱেষ্ট প্রদক্ট, কেলসিয়ম অমসুং ফাইব্রিন পৈশিল্লকপদগী ঈ উতোং থাগৎলগা কনশিল্লকপা য়াই। থৌওং অসিবু এথরোসক্লেরোসিস হায়না খঙনৈ। এথরোসক্লেরোসিস হায়বসি অর্টরিওসক্লেরোসিস মখল অমনি। ঈনা অর্টরি ফাওরগা হার্ট, ব্রেন, পেলভিস, খোঙ, খুৎ নৎত্রগা কিদনি য়ৌনা চেল্লি। অদুবু এথরোসক্লেরোসিস (ঈ উতোং থাগৎলগা খুজিল্লকপা) না মরম ওইরগা হার্ট দিজিজ, এঞ্জিনা (থবাক নাবা), এরোটিক অর্টরি দিজিজ, পেরিফরেল অর্টরি দিজিজ (পি এ দি) অমসুং ক্রোনিক কিদনি দিজিজ (সী কে দি) নচিংবা লায়না কয়া ওইহল্লকপা য়াই। অদুম ওইনমক নুমীৎ খরনি মেদিটেসন তৌবগা লোয়ননা মনা মশিং খক্তা চাবা অমসুং যোগ শান্নবা মতমদা লায়না অসিগী রিস্ক হন্থরকই হায়রি।

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

পুৱারীদা ঙসি

[illegible]

১। কুমজা ২০০৭ কী ঙসিগী নুমিৎসিদা পাকিষ্টানগী ওপ্পোজিশন লিদর বেনাজির ভুট্টো, ৱৱালপিন্দি সিটিদা পাঙথোকপা মীখলগী মীটিন অমদা ৱা ঙাঙবা লোইদুনা কারদা হেক কাখৎপগা সুইসাইদ বোম্বর অমগী নোংমৈ অমসুং বোমগী এটেকতা হাৎখি অমসুং খোয়শাউনরবা মীয়াম্না লৈবাক অসিগী প্রসিদেন্ট পর্ভেজ মুশারফপু চৈরদুনা 'হুই মুশারফ হুই' হায়না লাউনখি।

১. [illegible]

২। কুমজা ২০০৭ কী ঙসিগী নুমিৎসিগী নুমিদাং পুং ৬.৩০ রোম তাবদা সদর হিলসকী সাইকুল পুলিস ষ্টেশননা কোনবা থম্নাপোকপী অমসুং সাইমোন ভিলেজ লোন্নবদা কুকি অন্দরগ্রাউন্দ গ্রুপ কুকি নেশনল আর্মি (কে এন এ)গা অতোপ্পা কুকি খূৎলায় পায়বা কাঙবু অমগা নোংমৈ কাপ্নবদা খুঞ্জাশিং কিদুনা লাঞ্জেন্নখি। কে এন এগী মীওইশিংনা ইম্ফাল উখুল লম্বীগী য়াইঙংপোকপী কৈথেলদা লৈবা দুকানশিংদা শেলগী দিমান্দ তৌবগা মরী লৈননা থৌদোক অসি থোকখিবনি।

২. [illegible]

৩। কুমজা ১৯৪৫ গী দিসেম্বর ২৭ তা ইন্টরনেশনল মোনেটরি ফন্দ অসি মসিগী অহানবা মেম্বর লৈবাক ২৯ না আর্টিকলস ওফ এগ্রিমেন্টতা অয়াবা পীদুনা হৌনবী মতুংইন্না লিংখৎখি।

৩. [illegible]

৪। কুমজা ২০০৭ তা, কোস্মোপোলিটান য়ুথ ক্লব, ৱাঙ্খেনা শীন্দুনা লাইশ্রম য়ুমজাউ লাইরেম্বী লম্পাক্তা পাঙথোকপা ১৯ শুবা জি দ্বিজমনি শর্ম্মা মেমোরিএল সিক্স এ সাইদ হোকি টুর্নামেন্টকী চহীদুগী ঙসিগী নুমিৎসিদা শান্নখিবা থর্দ প্লেসকী মেটচতা কোস্মো (জে), ৱাঙ্খেনা ফাম দল্লিয়ুবু গোল ৩-২দা মায়থীবা পীখি।

৪. [illegible]

৫। কুমজা ২০০৭ তা, এন ঈ কপ ওর্গনাইজিং কম্মিটিনা শীন্দুনা থাউ গ্রাউন্দ থাংমৈবন্দদা পাঙথোকপা ২শুবা নোর্থ-ইষ্ট কপ ২০০৭ কী ঙসিগী নুমিৎসিদা শান্নখিবা অহানবা সেমি-ফাইনেল মেটচতা ফ্লেম, মণিপুরনা এ টি ভি এফ এ থাংমৈবন্দবু টাই-ব্রেকতা গোল ৫-৩ দা মায়থীবা পীদুনা ফাইনেল তম্না চঙশিনখি। মেটচ অদুদা এ টি ভি এফ এগী দল্লিয়ু শরতকুমারনা মেন ওফ দি মেটচ তাখি।

৫. [illegible]

ঙসিগী রাশি ফল

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

তাং ২৭।১২।২০২৫ ইং, থাংজ;
নুংথিল পুং ১.১০ ফাওবা ৱাকচিংগী ৭নি পাল্লি, মতুংদি ৮নি পাল্লনি।

মেষ: লন চাওখৎপা, মীয়াম্না চানবীবা, ইমুং-মনুং ৱা তান্ননা থৌ পাঙমীন্নবদি হেন্না চাওখৎকদবা নুমিৎনি। নখা থাবনদি শীংথাবীবা ৱাৎকনি।
লৈশা পাখংগী- নুংশিবনা চানবীগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

বৃষ: মিপাইরম্বা কোকচরনি, নক্লবগী মতেং পাল্লবদি ফংজগনি, পূক্নিংদা ফাওরকপা ৱাখল্লোন্না পাঙ্গল ওইয়ু, কান্নগনি। ফিংবনদি তাথিরি।
লৈশা পাখংগী- আশা চাউবগী কান্নজগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

মিথুন: হকচাং নুংঙাইবা হেনবা, অরং-অরাক লৌশিনবা য়াবা নুমিৎনি। অশাওববু ফাথরবদি মায়থিবা লৈরোই। হোয়া ফরুরবদি তাথিবীগনি।
লৈশা পাখংগী- তুংগী পোরম শীন্দোকউ।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

কর্কট: মতম মাঙহন্দনবা লৈজবা পাম্বৈ শীজিন্নবা নৎত্রগনা অনৌবা থৌরম অখঙ-অহৈ য়াওদনা পাঙদবা ফগনি। য়েৎনবা/মীৱা লৌবা ফত্তে।
লৈশা পাখংগী- নশাগীতা খনগনু।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

সিংহ: ওইজবা ফংবনা হেনগনি, আশা চাউবগীসু কান্নগনি। নাপল থাদোক্লবদি মীরক চঙলগা হেন্না নুংঙাইজগনি অমদি থৌদাং পাঙগনি।
লৈশা পাখংগী- নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

কন্যা: লন চঙবা, ৱাখল য়াম্না থোকপা, মীনা ঈকায় খুম্নবীবা অমদি অনৌবা থবক্তা আশা লাকপা নুমিৎনি। য়েৎনবা/খৎনবদি য়াওরুনু।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

তুলা: চিন শোয়রগা নরলদা তায়নবা য়াবা লৈ, ৱা ঙাংবা চেকশিল্লু। অচুম্বনা মাঙওইনরবদি লাই-গুরুনফাও চানবীগনি, অয়েৎপা চেল্লরোই।
লৈশা পাখংগী- মতম হৌহনখিবনা ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/কিসমিস

বৃশ্চিক: ইমুং-মনুংতা নত্তনা মীয়াম্না তেংবাঙনিংগনি। চাদিং হন্থবা ঙমজগনি। লম-চৎপা/অরাপ্পগা মতেং লৌনবদি মাঙবনা হেনগনি।
লৈশা পাখংগী- নীংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

ধনু: খোয়রাং-খোয়শাওবা খরা লৈরবসু নীংবদি থুংজগনি। লন ফংবা য়াবা লৈরে। অঙম্বগা ৱা তান্নবদদি য়ারিমখৈ নোল্লুকপা ফগনি।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

মকর: তফিং-তফিং থৌ পাঙলবদি কায়নগনি, চাদিংসু হেনগনি। লৈতারবদি লাই-গুরুনফাও চানবীগনি, অয়েৎপা চেল্লোই, ঈকায় খুম্নবীগনি।
লৈশা পাখংগী- চরাংনদবা ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

কুম্ভ: পূক্নিং মকা লাম্না নুংঙাইজবা, অনৌবা আশা লাকপা, য়েক্লবা হন্থখিবা নুমিৎনি। থিবা-হুম্বা কন্দনা ঙাইঙমদনা খূৎ থাবদি মাঙগনি।
লৈশা পাখংগী- নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

মীন: নক্লবগী/মীয়ামগী মতেংনা চাউনা কান্নবা ফংজৌ হায়বা লৈ। ফরে খনবা থবক্তা নীংহন্নদনা মাঙলোমদা চঙশিনবা ঙসিসু কান্নগনি।
লৈশা পাখংগী- মরী হান্নগুম ফরি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।