প্রাইভেট স্কুল খরনা ফোর্ম ফিল-অপকী শেনফম হেনগৎনা লৌরিবসি খুদক্তা লেপকদবনি : এমসু

ইম্ফাল, ওক্তোবর ২৯ (ঐচ এন এস):

প্রাইভেট স্কুল খরনা কাউন্সীল ওফ হায়র এদ্যুকেশন মণিপুর (কোসেম)না লেপ্পা এগজামিনেশনগী ফোর্ম ফিল-অপকী শেনফম লৌফম থোকপা চাংদগী হেনগৎনা লৌরিবসি খুদক্তা লেপকদবনি হায়না ওল মণিপুর ষ্টুদেন্টস য়ুনিয়ন (এমসু)গী সেক্রেটরি জেনরেল সলাম চঙখোনবগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোলসিনা মখা তারদুনা, তুংগী য়ূন্নীরেল ওইরক্কদৌরিবা মহৈরোয়শিংবু মমা-মপা ওইবশিংনা ৱারবসু ৱানা কন্না হোৎনদুনা অফবা মহৈ তম্ফমশঙশিংদা মহৈ তমহল্লি। লৈবাক অসিদা ঈরাং অমদি ইস্যু কয়া লেপ্পুনা থোক্লি। হৌজিকসু হৌখিবা কুমজা ২০২৩গী মে ৩দগী চিন-কুকি-নার্কো টেররিষ্টশিংনা মখোয়গী তোঙানবা লৈবাক অমা শেম্নবগী অকনবা ঈরাংনা মরম ওইরগা মীশি-মীনা কয়া য়াওখিবসিগী ৱারোইশিন অমা লৈত্রি। অমরোমদা, নেশনল হায়ৱেদা ফ্রী মুভমেন্ট য়াদ্রি, চীংগী দিষ্ট্রিক্টশিংদা চঙবা য়াদ্রি, লল্লোন-ইতিক তৌরিবশিংনা অচৌবা খুদোংচাদবা কয়া মায়োক্নরি। পুম্নমকসিনা নোংমদা চঙদবা য়াদ্রবা পোৎলমশিং অমদি মপান দগী পুশিল্লকপা পোৎ-চৈশিংগী মমল লেপ্পুনা ৱাংখৎলক্লি। মসিনা মরম ওইরগা ষ্টেটসিগী শেন্মীৎলোন য়াম্না ফীভম শোকচিনখ্রে।

অসিগুম্বা তাঞ্জাসিদা লমদমসিগী লন্নাই মহৈশঙ খরনা কোসেমনা লেপ্পা এগজামিনেশন ফোর্ম ফিল-অপকী লৌফম থোকপা শেনফমগী চাংদগী কা হেন্না লৌনবগী তোঙান তোঙানবা নোটিশ কয়া থোকপা মহৈরোয় লূপসিনা থেংনরে। থৌওংসি লৈঙাক্কী মরী লৈনবশিংনা খুদক্তা মীৎয়েং চঙবীরগা লেপহন্নবা থবক লৌখৎপীনবা মহৈরোয় লূপ অসিনা মরী লৈনবশিংগী পূক্নিং চিংশিল্লক্লি। অহেনবা শেনফম লৌরিবা মহৈলোয়শঙশিংনা মশা-মশানা খঙনা লৌবা লেপত্রবা অমদি লৌশিনখিবা অহেনবা শেনফমশিং অথুবদা মহৈরোয়শিংদা হন্দোক্ত্রবদি মহৈরোয় লূপসিনা মহৈশঙশিং অসিগী মথক্তা অকনবা মীৎয়েং চঙবগা লোয়ননা অকনবা থবক পায়খৎলগনি হায়রি।

চেরোলসিনা মখা তারদুনা, প্রাইমারীদগী হৌরগা হায়র সেকেন্দরি ফাওবদা লৈরিবা লৈঙাক্কী মহৈশঙশিং মতমগা চান্নবা ইনফ্রাষ্ট্রকচর মতিক চানা থম্বা ঙমদবদগী অমদি তাকপী-তম্বীনবা ওজা শুনা লৈতবদগী মমা-মপাশিংনা মচাশিংবু ৱারবসু ৱানা লন্নাই স্কুলশিংদা থারি। লন্নাই মহৈশঙশিংসিনা এদমিশন ফী অমদি থাগী ফী ৱাংনা ৱাংনা লৌই হায়বা খঙনা খঙনা মচাশিংগীদমক ৱানা ফী হুন্নরি। মরমদুনা কোসেমনা পীবা এগজামিনেশন ফোর্ম ফিল-অপকী শেনফমসু হেনগৎনা লৌনবা স্কুল খরনা হোৎনরিবসি মরম চাদে। মীয়ামগী অৱা-অনা য়েংদবা, লন্নাইগী অখুবা মীৎয়েংদা তৌনিংবা পাঙথোকপগী থৌওং খুদক্তা লেপকদবনি। থৌওংসিনা মহৈরোয়শিংগীদমক শেংনা হোৎনজরিবা স্কুলশিংসু চেন্থহল্লে। অসিগুম্বা থৌওং মমাঙদসু থোকখিবা লৈখ্রে। মরম অসিনা হীরমসিদা এমসুনা অকনবা মীৎয়েং চঙদুনা লাক্লি।

হৌখিবা দিকেট অমগী মমাঙদগী মণিপুর প্রাইভেট স্কুল রেগ্যুলেশন অমা থম্নবা এমসুনা দিমান্দ তৌদুনা লাকখি। লৈঙাক্লসু তাবীদুনা কুমজা ২০১৭তা মণিপুর প্রাইভেট স্কুল রেজিষ্ট্রেশন এন্দ রেগ্যুলেশন বিল এসেম্ব্লীদা পুথোক্তুনা এক্ট ওইনা চৎনবা হৌরম্লগা মপুং ফানা ইমপ্লিমেন্ট তৌদনা লৈশিল্লিবসি মপুং ফানা ইমপ্লিমেন্ট তৌবীয়ু হায়রি।

লাক্কদৌরিবা কুমজা ২০২৬-২৭ অসিদদি লন্নাই স্কুলশিংনা মখোয়-মখোয়গী ইন্সটিট্যুশনশিংগী ফী ষ্ট্রকচর মীয়াম খঙনা নোটিশ ওইনা থেৎপীরগা থম্বীয়ু। লোয়ননা স্কুল লিংখৎলিবশিংনা লাক্কদৌরিবা একাদেমীক সেসন অসিদগী মহৈরোয়শিংগী থাগী ফীদগী লাকপা শেনফমগী চাদা ৭০দি ওজাশিংগী অৱামল পীনবা থবক পায়খৎপীয়ু। তুংগী য়ূন্নীরেল কয়া শেল্লিবা মহৈলোয়শঙশিং অসিনা লৈবাকসিদা লৌরিবা থৌদাং অসিগীদমক্তি এমসুনা অৱাংবা থাক্তা থাগৎচরি। মসিদা খুদোংচাবা লৌরগা মহৈশঙশিংবু শেন্দালফম ওন্থোক্লকপগী থৌওংসিদি লাইবক থীবনি। মহৈ-মশিং তাকপী-তম্বীবগী মিংদা মীয়ামদগী ঈ চুপ্পিবশিংসি কৈদৌনুংদা এমসুনা য়েংদুনা লৈরোই, অথুবদা থবক পায়খৎপা হৌরগনি হায়নসু চেরোলসিনা মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

কেন্সর স্কৃনিং কেম্প

ইম্ফাল, ওক্তোবর ২৯ (ঐচ এন এস) :

তমথীরবা লায়না কেন্সরবু ঙল্লিঙৈদা খঙদোক্লবা অমদি মতম চারিঙৈ লায়েংদুনা পূন্সি-নুংশাংনা হিংনবগী পান্দমদা কেন্সর সর্ভাইবর্স ওফ মণিপুর (সী এ এস ও এম), কর্কিনোস মণিপুর, বিষ্ণুপুরগী সী এম ও অমদি ইরেংবম গ্রাম পঞ্চায়টনা খুৎশম্নরগা শীন্দুনা নোংমগী ওইবা কেন্সর স্কৃনিং এন্দ হেল্থ কেম্প অমা বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা ইরেংবম কাংজেবুং কম্যুনিটি হোলদা ঙসি পাঙথোকখ্রে।

থৌরমসিদা কর্কিনোস মণিপুরগী অখঙ-অহৈশিংনা শরুক য়াদুনা ওরেল, ব্রেষ্ট অমদি সর্ভিকেল কেন্সরগী ক্রিটিকেল স্কৃনিং তৌবগা লোয়ননা রুটিন ব্লদ টেষ্ট মখল ১৫ লেম্না পাঙথোকখি হায়রি।

পোখোক য়াম্না পুথোক্তুনা শেন্মীৎলোন চাওখৎহনসি : হন্নাহ কামৈ

ইম্ফাল, ওক্তোবর ২৯ (ঐচ এন এস) :

মিশন ফোর ইন্টিগ্রেটেদ দিভেলপমেন্ট ওফ হোর্টিকলচর (এম আই দি ঐচ)গী মখাদা লৈঙাক্না পীরিবা মরূ-মরাংশিং অমদি অতৈ আইটেমশিংসি লৌমীশিংনা নীংথিনা থাদুনা পোখোক য়াম্না পুথোক্তুনা ষ্টেটসিগী অমদি লৈবাকসিগী শেন্মীৎলোনগী ফীভম চাওখৎনবা হোৎনমিন্নসি হায়না থৌবালগী দি সী হন্নাহ কামৈনা ফোঙদোকখ্রে।

ৱাফম অসি থৌবালগী দিষ্ট্রিক্ট হোর্টিকলচর এন্দ সোইল কঞ্জার্ভেশন লোয়শঙনা শীন দুনা দিষ্ট্রিক্ট অসিগী খনগৎলবা লৌমীশিংদা মিশন ফোর ইন্টিগ্রেটেদ দিভেলপমেন্ট ওফ হোর্টিকলচর ২০২৫-২৬কী মখাদা নীংথম থাদা লোকপা য়াবা মখলগী মহৈ-মরোংশিংগী মরূ-মরাং য়েন্থোকপগী থৌরমদা শরুক য়ারদুনা মহাক্লা ফোঙদোকখিবনি।

দিষ্ট্রিক্ট হোর্টিকলচর এন্দ সোইল কঞ্জার্ভেশন লোয়শঙগী ত্রেনিং হোলদা পাঙথোকখিবা মরূ-মরাং য়েন্থোকপগী থৌরমসিদা দিষ্ট্রিক্ট এগ্রিকলচর ওফিসর টি ঐচ জয়প্রকাশ অমসুং দিষ্ট্রিক্ট হোর্টিকলচর এন্দ সোইল কঞ্জার্ভেশনগী ওফিসর কে ঐচ মালেমঙানবনা মরূ ওইবা মীথুংশিং ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরমসিদা দিষ্ট্রিক্টসিগী খনগৎলবা লৌমী ৫০দা অহানবা নুমিৎকী ওইনা হৱাই থরাক, কোবী, তিলহৌনচিংবগী মরূশিং য়েন্থোকখি। মখা তানা ৱাৎহৌরিবা লৌমীশিংদসু নুমিৎ খুদিংগী ওফিস মতমদা য়েন্থোক্কনি হায়রি।

রিমসতা থাঙম্বা অমদি লিন্থোইঙম্বী মচিন-মৌপ্বানা ঈ কৎপগী থৌরম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ওক্তোবর ২৯ (ঐচ এন এস) :

বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্টকী দি সীসু ওইরিবী রেদ ক্রোস সোসাইটি, বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্ট ব্রাঞ্চকী প্রসিদেন্ট পূজা এলাংবম অমদি চ্যেরমেন ডা. ৱাহেংবম গুলাপতিগী থৌশিল মখাদা 'ব্রদর এন্দ সিষ্টর ফোর দ নেশন' হায়বা থীমদা বিষ্ণুপুরদগী মোইরাংথেম ইবোহনবী অমদি মোইথাপকী মচানুপা থাঙম্বা অমসুং মচানুপী লিন্থোইঙম্বীনা ঈ কৎপগী থৌরম অমা দিপার্টমেন্ট ওফ ত্রান্সফ্যুজন মেদিসিন, রিমসতা ঙসি পাঙথোকখ্রে।

থৌরমসি রেদ ক্রোস সোসাইটি, বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্ট ব্রাঞ্চ, ছয়াতপ ফাউন্দেশন, দি আর দি এ বিষ্ণুপুর, ন্যু লাইফ ফাউন্দেশন মণিপুর, এস বি টি সী মণিপুর, মেক্স অমদি রিমসকী দিপার্টমেন্ট ওফ ত্রান্সফ্যুজন মেদিসিননা খূৎশম্নদুনা শীনখিবনি।

থৌরমসিদা থাঙম্বা অমদি লিন্থোইঙম্বী মচিন-মৌপ্বাগা লোয়ননা ৫৪ রকশুবা ওইনা ঈ পীরিবা রেদ ক্রোস সোসাইটি, বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্ট ব্রাঞ্চকী সেক্রেটরি ডা. হুইদ্রোম রোমেন য়াওনা ভোলন্টরি ব্লদ দোনরশিংনা লেম্না ঈ কৎখি। রেদ ক্রোস সোসাইটিগী মায়কৈদগী থাঙম্বা অমদি লিন্থোইঙম্বীগী ইমুংদা সর্টিফিকেট ওফ এপ্রিসিএশন পীদুনা পূক্নিং থৌগৎখি।

থৌরমসিগা মরী লৈননা দিপার্টমেন্ট ওফ ত্রান্সফ্যুজন মেদিসিন, রিমসকী প্রোফেসর ডা. এ বরিন্দ্রনা হায়খিবদা, রেদ ক্রোস বিষ্ণুপুর ব্রাঞ্চনা লৈবাকসিদা লৌখৎপা অহানবা থবক ওইনা ব্রদর এন্দ সিষ্টর ফোর নেশন হায়বা থীমদা ভোলন্টরি ব্লদ দোনেশন কেম্প শীল্লকপসি থোইদোক্না মীয়াম্না তমজ নিংঙাইহনি। ইমুং অমগী মচিন-মৌপ্বা, নিঙোল-পিবানা পুন্না থোক্তুনা ঈ কৎপগী থৌওং অমা ব্রাঞ্চ অসিনা ঙসি হৌদোক্লিবসিনা লমদমসিদা ঈ কৎপগী অনৌবা ঈনোৎ অমা হাপ্তুনা ভোলন্টরি ব্লদ দোনরশিং থোরকপা ওইরসনু হায়খি।

থাবক / মী পামজৈ

Sunday open

1) Tyre fitting হৈবা মীওই অনী (২)।
2) Driver (light vehicle) থৌবা অনী (২)।
3) Helper (Male) অনী (২)।
4) Salesman (F/M) অনী (২)।
5) Assistant Accountant (One) Knowledge in Tally

NB : পাম্নীবশিংনা Biodata/Resume, Passport Photo অনী, ক্লবতগী Character Certificate কা লোয়ননা মখাগী Contact সিদা থাজিনবীরকউ।

Contact : Bridgestone Select
M/S Imphal Tyre
Uripok Achom Leikai, Lane-1,
Opp ICICI Bank, # 8837326916

HL-P/3809/26,28,30

CONCEPT TUTORIAL

THANGMEIBAND MEISNAM LEIKAI, OPP THAU GROUND IMPHAL

TAMNA CHABUNGBAM
97%

PANGEIJAM IRISH
94%

JEESHAN NINGTHOUJAM
90.8%

3 MONTHS REVISION COURSE

CLASS 10, 11 & 12

BOTH CBSE & MANIPUR BOARD

CLASS STARTING FROM 27TH OCT. 2025

CLASS TIMING: 4:45 - 8:15 PM

SEPARATE HOSTEL AVAILABLE FOR BOTH BOYS AND GIRLS

VAN SERVICE AVAILABLE

8794 728 538 / 8794 303 740

HL-B/9528/17-29

লৌশিং পুক্কে

চিনি কা হেন্না চাবখক্তনা

ঐখোয় মীওইবদা দাইবেটিস নাহল্লকপা নত্তে

চিনি কা-হেন্না চাবনা দাইবেটিস ওইহল্লকপরা হায়বসি মীওই অয়াম্বগী পূক্নিংদা য়াম্না তোয়না হংদুনা লাক্লবা ৱাহংনি। মেদিকেল সাইন্সনা ৱাহং অসিগী পাউখুম পীনবা হোৎনবদা অৱাবা ওইরি। ঈদা য়াওবা চিনিগী চাং (ব্লদ সুগর) কা হেন্না ৱাংখৎলকপগী থৌওংবু দাইবেটিস হায়না খঙনৈ। টাইপ-১ অমসুং টাইপ-২ হায়দুনা দাইবেটিসকী মখল অনী লৈ। জেনেষ্টিক ওইবা মরম অমসুং চপ চানা খঙবা ঙমদ্রিবা মরম কয়ামরুম্না টাইপ-১ দাইবেটিস ওইহল্লকপনি। টাইপ-২ দাইবেটিসতি জেনেষ্টিক্স অমসুং পুন্সি মহিংনা মরম ওইরগা ওইহল্লকপনি।

মীওইবনা করিগুম্বা খরা চাশিন-থকচিনখ্রবা মতুংদা ব্লদ সুগর লেভেল ৱাংখৎলকই। মদুদা ইন্সুলিন কৌবা হোর্মোন অমনা ব্লদ সুগর লেভেল কন্ট্রোল তৌই। পেনক্রিজদগী ইন্সুলিন পুথোকপা ঙমদ্রবদি ব্লদ সুগর কন্ট্রোল তৌবা ঙমদে। মতৌ অসুম্না পেনক্রিজদগী ইন্সুলিন মরাং কায়না পুথোক্তবা মরম্না ব্লদ সুগর কন্ট্রোল তৌবা ঙমদবগী থৌওংবু দাইবেটিস নৎত্রগা হাইপরগ্লাইসেমিয়া কৌই।

লিভরদা ফেট তুংশিন্দুনা লৈবদগী ইন্সুলিন রেজিষ্টেন্স ওইরকপনি হায়না থাজনৈ। অদুবু তশেংবদি লিভরদা অহেনবা সুগর লৈবদগী কার্বোহাইদ্রেট রেস্পোন্সিভ ইলিমেট বাইন্দিং প্রোটিন (সী ঐচ আর ঈ বি পি) হায়না খঙনবা মোলিক্যুলর ফেক্টর অমা এক্টিভেট তৌরকপদগী থৌওং অসি ওইরকপনি।

সী ঐচ আর ঈ বি পিনা ফেট্টি লিভর ওইহল্লকপগা লোয়ননা গ্লুকোজ পুথোকপগী চাং হেনগৎহনবনি হায়না লন্দনগী দ্যুক য়ুনিভর্সিটিদা এসিষ্টেন্ট প্রোফেসার ওইবা মার্ক হর্মেনা ফোঙদোকখি। মহাক্না হায়খি, পেনক্রিজনা ইন্সুলিন ফনা য়াম্না পুথোক্লবসু সী ঐচ আর ঈ বি পি প্রোটিননা মরম ওইরগা ব্লদ সুগরগী চাং কন্ট্রোল তৌবা ঙমদে। মরম অদুনা ব্লদ সুগর অদুম্মক ৱাংদুনা লৈবা থেংনৈ।

দ্যুক য়ুনিভর্সিটিগী এসিষ্টেন্ট প্রোফেসার মার্ক হর্মেননা লুচিংদুনা চৎখিবা ষ্টদি অমগী রিপোর্টনা হায়খি, সোদাদা য়াওবা সুগর ফ্রক্টোজ গুম্বা অথুম্বা পোৎশক কা হেন্না শীজিন্নবদগী মালেমদা মেটাবোলিক দিজিজ নাবগী চাং ৱাংখৎলকপনি। য়ামদবা চাংদা নুমীৎ খুদিংগী চিনি খজিক খজিক চাবনা দাইবেটিস নৎত্রগা অতৈ মেটাবোলিক দিজিজ ওইহল্লকপা নত্তে হায়না রিছার্চর খরনা ফোঙদোকখি।

অমরোমদা, অতোপ্পা রিছার্চর খরনদি চিনি কা হেন্না চাবনা দাইবেটিস ওইহল্লকই হায়না ফোঙদোকখি। মতৌ অসুম্না চিনি চারগা দাইবেটিস ওইহল্লকই হায়বা ৱাফম অসি য়েৎননিংঙাই ওইবা ফীভম অমদা লৈরি। মমাঙদা চৎখিবা ষ্টদিশিংদা ফ্রক্টোজ ৱাংবা চীঞ্জাক চাবনা ইন্সুলিন রেজিষ্টেন্স অমদি ফেট্টি লিভর দিজিজ য়াওনা মেটাবোলিক প্রোব্লেম কয়ামরুম থোকহল্লকই হায়বা খঙখি।

মালেমদা দাইবেটিস নাবগী চাং ৱাংখৎলকপা তারবসু মীপুম খুদিংমক পুন্সি মহিং শেমদোকপগা লোয়ননা হকচাং শাজেল তৌবা অমসুং চাকচা-যুথক শেমদোকপা তারবদি লায়না অসিগী চাং হন্থহনবা ঙমগনি হায়রি। দাইবেটিসকী মরমদা মীয়াম্না শেরান্নবা মওংদা থাজনবা ৱাফম খরা লৈ। কনাগুম্বা খরনা দাইবেটিসপু অদুক হাক্লা অরুবা লায়না নত্তে হায়না থাজনৈ। তশেংবদি মালেমদা চহী খুদিংগী এইদস অমসুং ব্রেষ্ট কেন্সরনা পুল্লগা শিহল্লিবা মী মশীংদগী দাইবেটিসনা শিহনবা মী মশীংনা য়াম্না হেল্লি। হকচাংগী অরূম্বা হেনবা মীওই খুদিংমক দাইবেটিসনা নারকপা য়াই হায়না মীওই অয়াম্বনা থাজনৈ। অতৈ রিস্ক ফেক্টরশিংগী মতাংদদি থোইদোক্না থৌশানদে। হকচাংগী অরূম্বা অমদি অনোয়বা হেনবা মীওই খুদিংমক শোয়দনা দাইবেটিস নারগনি হায়বা করিসু লৈতে। ময়াং কংবা মীওই কয়াসু লায়না অসিগা শাগোন্নদুনা হিংলি।

মীওই অয়াম্বনা থাজনরিবা ৱাফমদি চিনি কা হেন্না চারগা দাইবেটিস ওইহল্লকই হায়বসিনি। হীরম অসিগী মতাংদা চপ চানা খঙদোক্লবা মায়কৈ কয়াদা কন্না থিজিন্নবা হোৎনরি। অমেরিকান দাইবেটিস এসোসিএসন (এ দি এ) গী রেক্কমেন্দেসন মতুংইন্না লায়না অসি ঙাকথোক্লবগীদমক য়ারিবমখৈ চিনি য়াওবা অথুম্বা মহী থক্লোইদবনি হায়রি।

দাইবেটিসনা নারবদি চাবা থকপদা কা হেন্না চেকশিনগদবনি হায়না মীওই অয়াম্বনা থাজনৈ। তশেংবদি নাবা-নাদবা থিদনা মীপুম খুদিংমক চাবা থকপদা চেকশিনবা মথৌ তাই। খ্বাইদগী অরানবা মওংদা মীপুম খুদিংমক্না থাজনরিবা ৱাফমদি দাইবেটিসনা নারবা মীওই খুদিংমক অথুম্বা চীঞ্জাক নৎত্রগা চোকোলেট চাবা য়াদে হায়বসিনি। নুমীৎ খুদিংগী মচি ওইবা চীঞ্জাক মচল শুনা চাবগা লোয়ননা হকচাং শাজেল তৌরবদি দাইবেটিসনা নারবসু অথুম্বা চীঞ্জাক খরা খরা চাবদা থোইদোক্না অকায়বা লৈতে। ঐখোয়না করিগুম্বা চীঞ্জাক অমা চারবা মতুংদা চীঞ্জাক অদুনা হকচাং মনুংদা চঙখ্রগা ব্লদ সুগর ৱাংখৎহল্লকপনি। চিনি চাবা খক্তনা ব্লদ সুগর ৱাংখৎহনবা নত্তে। দাইবেটিসনা নারবা মীওইশিংনা ব্লদ সুগর কন্ট্রোল তৌনবগীদমক হীদাক-লাংথক চারম্বদগী ডোক্তরনা ইন্সুলিন কাপ্পবা খঙহল্লকপা মতমদা অনাবগী ফীভম হেঞ্জিল্লে হায়না মীওই অয়াম্বনা শেরান্নবা মওংদা থাজনৈ। তশেংবদি ব্লদ সুগর হন্থহন্নবগীদমক ইন্সুলিন কাপ্পা মতমদা থোইদোক্না অকায়বা লৈতে। খ্বাইদগী ফবদি মাঙজৌননা চেকশিন থৌরাং লৌখৎতুনা লায়না ঙাকথোকহৌবদুনি। অমবু ওইরবসু অমবু ওইরবসু চিনি চাবা খক্তনা দাইবেটিস ওইহল্লকপা নত্তে হায়বসি খুদিংমক্না খঙজিনবা মথৌ তাই।

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

পুৱারীদা ঙসি

[illegible]

১। কুমজা ২০০৯ দা, মণিপুর পুলিসকী কন্সটেবল ওইনা খল্লবা মতুংদা লালহৌবনি হায়না পুলিসনা ফারবা মীওই অনীনা হায়দোক্লকপদগী ফুদ এন্দ পব্লিক দিষ্ট্রিব্যুশন মিনিষ্টর ৱাই ইরাবতকী য়ূমদা লোক্তুনা থম্বা এস এল আরগী শীজিন্নবা য়াদ্রবা মচাক খরা ফংখ্রবা মতুং ওক্তোবর ২৮ দা, শিল্লোংদা ত্রেনিং তৌদুনা লৈবা এ এস আই অমা পি এল এগা মরী লৈনবগী মরালদা পুলিসনা ফারে হায়বা রিপোর্ট অমা চহীদুগী ঙসিগী নুমিত্তা ফোঙবা পাউচেশিংদা ফোঙনরকখি।

১. [illegible]

২। কুমজা ২০০৯ গী ঙসিগী নুমিৎসিদা খূৎলায় পায়বগী অকনবা ঈরাং লৈবা জম্মু এন্দ কাশ্মিরদা নবেম্বর ১ দগী প্রি-পেইদ মোবাইল সর্ভিস থিংনবা অমসুং সিম কার্দশিং মখা তানা রিন্যু তৌদনবা য়ুনিয়ন মিনিষ্ট্রি ওফ হোম এফেয়র্সনা ৱারেপ লৌখি।

২. [illegible]

৩। কুমজা ২০০৯ গী ঙসিগী নুমিৎসিদা উখ্রুল দিষ্ট্রিক্টকী লিতান পুলিস ষ্টেশননা কোনবা য়াইঙংপোকপীগী লোকত্রে হায়না খঙনবা মফমদা লৈঙোই চিংলকপা ত্রক অমা এক্সিদেন্ট থোক্তুনা মদুদা তোংলকপা মতৈ-মনাও অনী শিখি অমসুং মীওই তরুক শোক্তুনা জে এন হোস্পিটালদা লায়কন্নখি।

৩. [illegible]

৪। কুমজা ২০০৯ দা, পাকিস্টাননা সাউথ ৱাজিরিস্তানদা লৈবা টালিবান লালহৌবশিংগী মথক্তা চৎখিবা ওপরেশনদা সিক্যুরিটি ফোর্সশিংনা লালহৌবা ২৪ হাৎলে অমসুং সাউথ ৱাজিরিস্তানগী চিংজাউশিংদা লৈবা লালহৌবগী মরু ওইবা লানবন অমা য়ৌনা চঙশিল্লে হায়না আর্মিনা ফোঙদোকখি।

৪. [illegible]

৫। কুমজা ২০০৯ দা, ওল মণিপুর ভোল্লিবোল এসোসিএশনগী মীৎয়েং মখাদা সঙ্গেনলোকপী য়ুনাইটেদ ৱেলফেয়র ক্লব (ভোল্লিবোল কম্মিটি)না শীন্দুনা ইরেংবম অৱাং লৈকায়দা লৈবা ক্লব অসিগী ভোল্লিবোল কোর্টতা পাঙথোকপা অহানবা ষ্টেট লেভেল মিনি বোইজ ভোল্লিবোল টুর্নামেন্ট ২০০৯ গী চহীদুগী ঙসিগী নুমিত্তা শান্নবা অহানবা সেমি ফাইনেল মেটচতা এস য়ু দব্লিয়ু সী (এ), ইরেংবমনা এল এফ সী ঙাইখোং খুনৌবু সেট ৩-২দা মায়থীবা পীদুনা ফাইনেল চঙখি।

৫. [illegible]

ঙসিগী রাশি ফল

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

তাং ৩০। ১০। ২০২৫ ইং, শগোলশেল;
অয়ুক পুং ১০.০৭ ফাওবা হিয়াঙ্গৈগী ৮নি পাল্লি, মতুংদি ৯নি পাল্লনি।

মেষ: পোরম শীন্দোকপা হৈবা, অরং-অরাক ফংবগী নুংঙাইজবা, খল্লুদবা মরমদগী শেল লাক্কনি। ঙাইঙমদ্রবদি চাদিং খরা হেন্না তৌগনি।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

বৃষ: লৌশিং খরা ফুদোকপা ৱাগনি অদুনা অনৌবা থবক্তদি লৌশিং চাউবগী পাউতাক লৌ। হকচাং খিংগনি, মরুপ-মপাংগা মরী ফৈ।
লৈশা পাখংগী- মরীদি হান্নগুম ফরি।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু/কিসমিস

মিথুন: মীয়াম্না পাম্নবা থবক পাঙলবদি চাদিং হন্থবা ঙমগনি অমদি পূক্নিং নুংঙাইগনি। থৌনা ফুদোকপদা চিংনগনু কান্নবা শোয়দনা ফংগনি।
লৈশা পাখংগী- নুংশা থিনিংঙাই ওইদে।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা

কর্কট: হকচাং নুংঙাইবতা নত্তনা য়াম্না লাইবক ফবা নুমিৎসু ওই। অফবা থবক্তা খূৎচাও থাবা য়াগনি, ৱানোম-থৌনোম কান্নগনি, পন্থরনু।
লৈশা পাখংগী- নুংশিবা ফংবগী নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

সিংহ: শকখঙদবা লোয়নদ্রবা অমদি অফা-অপুনগী থবক্তা য়াওরুদ্রবদি চাউনা কান্নগদবা নুমিৎনি। অখঙ-অহৈদি শারুনু, ওইজবদি শোয়দ্রে।
লৈশা পাখংগী- নীংবা মপা চাগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু/কিসমিস

কন্যা: মীয়াম্না চানবীবগী নুংঙাইজবা ফাওরি, খোঙ য়াম্বসু কান্নবদি ফংজৈ, পাউ নুংঙাইবা তাই। অদুবু নোল্লুকপা হৈত্রবদি নরলদা তায়নগনি।
লৈশা পাখংগী- নুংশিবনা চানবী।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

তুলা: ফংবা য়াবা পনবগী কোক খরা শাগনি, পাইরক্কী লৌশিং খরা শোল্লি, অনম তানগনু। অশাওবা ফাথরদি মাঙবা য়াবদৈ কনগনি।
লৈশা পাখংগী- হেন্না আশা চাউরুখিনু।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু/কিসমিস

বৃশ্চিক: নীংজবা থুংগনি, অফবা থবক ওইরদি থিন্থদনা পাঙহৌরো। লাই-গুরুনা চানবীগনি, মখোয়গী ৱা হিক্তোক্তবনা পামদবা নংলোই।
লৈশা পাখংগী- ৱা ঙাংগনু, লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/হিগোক

ধনু: অচুম্বা ঙাক্তনা মায় পাক্কনি খনগনু। মীতোপ্তুগী কান্নবা ফংগনি, য়েক্লবা লাকশিনবা ঙম্বা নুমিৎনি। অঙম্বগী ৱা তাবা কান্নগনি।
লৈশা পাখংগী- মরীদি হান্নগুম ফৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু/কিসমিস

মকর: লাইবক থোইনা ফগনি, অনীংবা থবক পাঙহৌরো। মীয়াম্না থাগৎলি, নীংহন্নদবনা মীকোক থোংগনি, তাঞ্জা লৌবা হৈয়ু, চিংনগনু।
লৈশা পাখংগী- নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

কুম্ভ: পোরম শীন্দোকপা, ৱা ঙাংবা হৈবা ৱাৎলি, অরং-অরাক চেকশিল্লু, আশা চাউগনু। মতাং চানা থৌনা ফুদোকপনদি থৌ পাঙগনি।
লৈশা পাখংগী- নীংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/কিসমিস

মীন: লন চঙগনি, নীংজবা থুংগনি, হকচাংসু নুংঙাইবা হেনগনি, লৌশিং চাউই, মীবু ৱাখল তাহনবা লায়না ঙমগনি। খাঙবদি খরা কল্লু।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।