WAYEL KATI
Evening Newspaper
রায়েল কাতি
Vol. 2, Issue 033 RNI NO. MNMAN/25/A1111 মালিয়াফম পালচা কুমশিং–৩৪২৪ ইম্ফাল, ইঙাগী ২৫ নি পানবা, ইরাই, জুলাই ১০,২০২৬ ইং মমল লুপা ২।–

নাগা ৬ ফারগা হাৎখিবগা মরী লৈননা মৈতৈদগী কুকি ওনখ্রবা মতৈ মনাও ফারে

নাগাশিংনা ফাননবা খূৎ থিল্লকপা ৫গী মনুংদা ৩ ফাগদবা ৱাৎলি

ইম্ফাল, জুলাই ১০(ৱায়েল কাতি)ঃ কোন্সা খুলগী নাগা ৬ ফাখ্রবা তুংদা য়াম্না তমথিনা হাৎখিবা থৌদোক্কা মরী লৈননা মৈতৈদগী কুকি ওনখ্রবা মতৈ মনাও ঙসি অয়ূক সেক্যুরিতি ফোর্সনা লৈলোন বাইফৈ খুলদগী ফাগৎপা ঙমখ্রে।

এন আই এগী কেসতা সি আর পি এফ অমসুং মণিপুর পুলিসকা খূৎশম্লনা ফারবা মৈতৈদগী কুকি ওনখ্রবা মতৈ মনাও অদুদি ৱাথম প্রদিপ অপোকপগী মিং তোম্বী অমসুং মহাক্কী লোইনবী অইংবী এলাইজ মঙ্গাই অপোকপগী মিং নিমখিনসাউনি। ৱাথম প্রদিপ ইম্ফাল ৱেষ্ট দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা চিরাংদগীনি। অদুগা মহাক্কী লোইনবী অসিনা নম্লোল মায়কৈ রোমদগীনি হায়রি।

থাজবা য়াবা মফমদগী ফংবা পাউনা হায়, প্রদিপ হায়রিবা মীওই অসি ঙসিদগী ৩৮ রোমগী মমাঙদা ইমুং মনুংগা লোয়ননা লৈলোন বাইফৈদা লৈদুনা কুকি ওনখ্রবা মৈতৈনি। মহাক খৃষ্টান লাইনিংসু চৎপা মীওইনি। মহাক্কী অপোকপী মমা অদুসু

মহাক্কা পূন্না লৈমিন্নরি।

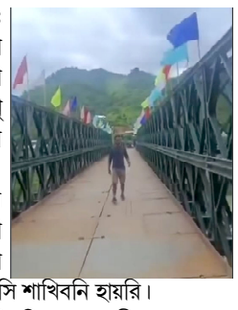
কোন্সাখুলগী নুপী অমসুং নুপাশিং কিদনেপ তৌবা মতমদুদা মতৈ মনাও অনী অসি য়াওই হায়না ভিক্তিম ওইরুরবী নাগা নুপীশিং অদুনা পুলিসতা ৱাকৎলকখিবা লৈখি। খুল্লোন্নবা ওইবনিনা অমনা অমবু মশক খঙনবদগী মখোয়বু ফাবদা মৈতৈ য়াওই হায়না মতমদুদা হায়নখিবা লৈখি। মখোয়না নাগাগী মীয়াম অদুবু গাড়ীদগী চিংথবনি। অদুগা সস্পেন্সন ওফ ওপরেসন তৌনবদা য়াওরিবা কুকি নেস্লেল ফ্রন্ট (পি)গী কাদরশিংদা খূৎশিন্নবদা মখোয় অনী য়াওই। নাগাশিং অদুনা ৱাকৎলকপদা খুল অদুগী খুঞ্জা ৫গী মমিং হাপ্লকখি।

পাউ অসিনা মখা তানা হায়, নহানমখৈ মখোয় অসি মমিং মথা লৈফম খঙলগসু খুল অদুদগী চেনখিবনা পুলিসনা ফাবা ঙমদনা লৈরকখিবনি। ঙরাং নুমিদাং অসি মতৈ–মনাও মখোয়গী য়ূমদা লাকখ্রে হায়বা অকক্লবা পাউ অমা ফংবদগী সি আর পি এফ অমসুং মণিপুর পুলিসকী কাঙবুনা অহিংদগী মফম অদু কোইশিন্দুনা থম্লগা মখোয় অনী ফাবা ঙমখিবনি। ফাগদবা ৱাৎলিবা খুল অদুগী খুঞ্জা ৩ অদুদি হৌজিকসু থিবা খঙদ্রি। অথুবা মতমদা মখোয়সু ফাবা ঙমগনি হায়বগী থাজবা লৈরি।

মখোয় অনী ফারবনিনা নাগা ৬ অদু কে এন এফ(পি)গী কনাদা শীন্নবনো হায়বা চপ চানা খঙলগনি। মখোয়না শীন্নরিবা মীওইশিং অদু মশক হেক খঙবগা মখোয়না লৈরিবা দিজিগনেটেদ কেম্প অদুদগী চেন্নরিবা খূদিংমক ফাননবা থৌরাং লোইরে হায়না পাউ অসিনা মখা তারি। ফারবা মতৈ মনাও অদু ঙসি নুমিৎয়ুংবা মতুংদা এন আই এগী কোর্টতা পুথোক্লবা তুংদা পুলিস কষ্টদি রিমান্দ লৌরে হায়রি।

লৈঙাক্কী মমিৎ খুল্লগা কুকি–শিংনা শাখিবা চান্দেল–সিসিপুর ফাওনবা থোং শঙ্গাখ্রে

ইম্ফাল, জুলাই ১০ (ৱায়েল কাতি)ঃ কুকিশিংনা লৈঙাক্কী অয়াবা লৌদনা নারোলদা শাখিবা চুড়াচান্দপুর দিষ্ট্রিক্টকী সিংহিয়ু অমদি চান্দেল দিষ্ট্রিক্টকী ৱালখু শম্লগদবা মণিপুর তুরেল মথক্তা শাবা থোং ঙসি শঙ্গাখ্রে।



দ্রগ মাফিয়াশিংনা ময়াই কাবা দ্রগ পুথোকপুশিন তৌবদা হেন্না খূদোংচানবগী পান্দমদা শাবা থোং অসি কুকিশিংনা লূপা ক্রোর ২.৪ খায়নরগা থোং অসি শাখিবনি হায়রি।

মফম অদুদা খুন্দারিবা কুকিশিংনদি মণিপুর তুরেলগী নাকল ৱাংমা ৱাংমাদা খুন্দারিবা মীওইশিং চৎথোক চৎশিন তৌবদা খূদোংচানবগীদমক অচঙবা শেনফম মীয়াম্না খায়নরগা থোং অসি শাবনি হায়রি। নোংজু থা মতমদা তুরেলগী ঈমায় ৱাংখৎলকপনা মরম ওইরগা চুড়াচান্দপুর অমসুং চান্দেলগী মীওইশিংনা তুরেল লাম্থোক লানশিন তৌবদা খূদোংচাদবা কয়ামরুম মায়োক্লদুনা লাকখি।

মমাঙ চহীদা মণিপুরগী গভর্নর অজয় কুমার ভল্লানা চুড়াচান্দপুর দিষ্ট্রিক্টতা লাক্লম্না মতমদা কুকি– জো কাউন্সিলগী লূচিংবশিংনা মণিপুর তুরেল মথক্তা চুড়াচান্দপুর অমসুং চান্দেল দিষ্ট্রিক্ট ফাওনবা থোং অমা শাবীনবা তকশিনবা লৈখি। লৈঙাক্লা থবক পায়খৎপা ঙাইদনা মফম অদুদা খুন্দারিবা কুকিশিংনা অচঙ শেনফম পুথোক্লগা থোং অসি শাখিবনি হায়রি।

কামজোং দিষ্ট্রিক্টকী মপুম খুল হেল্‌ঠ সেন্টর বিল্ডিং খক্তা ঙাইরে

হেল্‌ঠ সেন্টরগী ষ্টাফ অমত্তা অমুক ফাওবা উদ্রিঃ হেদমেন

ইম্ফাল, জুলাই ১০(ৱায়েল কাতি)ঃ কামজোং দিষ্ট্রিক্ট হেদ ক্বার্টরদগী কিমি ৩৭ রোম চৎলগা শিরোই চীংশাংগী নোংপোক থংবা মায়কৈদা তাঙ্খুল ফুরুপনা খুন্দারিবা মপুম খুল অৱাৎ–অপানা পীক থলহৌরি। খুল অসিদা চহী ১০ গী মমাঙদগী প্রাইমারি হেল্‌ঠ সব– সেন্টর হাংলবসু ষ্টাফ অমত্তা উগে ফংদ্রি হায়না খুল অসিগী হেদমেন য়ুরেঙমনা ফোঙদোরক্লি।

থৌওং অসি হন্দক পিপলস য়ুনাইটেদ য়ুঠ এল্লাইয়েন্স (পুয়া)না শীন্দুনা ফুটহিলস নাগা কোওর্দিনেসন কম্মিটি (এফ এফ সি সি)গা লোয়ননা নুমিৎ নিনি চুপ্পা উখুলগী মনুং হঞ্জিনবা খুলশিংগী অৱা অপা য়েংশিনবগী খোঙচৎতা থেংনরকখিবনি।

য়ূমথোং ২০০ রোম লৈদুনা মীওই ২০০০ রোমনা খুন্দারিবা খুলর অসিগী হেল্‌ঠ সেন্টর অসিগী মতাংদা হেদমেননা মখা তানা হায়, খুল অসি অৱাৎ–অপাতনা পীক থল্লে, স্কুল, অনা–লায়েং, লম্বী থোং, থক্ল–চান্নবা ঈশিংনচিংবা হীরম খূদিংমক্তা শোখরবা খুল হায়বদু ওইরে। লম্বী থোংগী ফীভম য়াম্না ফত্তবনা মরম ওইরগা অনাবা য়াওরবসু গাড়ী ফাওবা ফংদবগী ফীভমদা লৈরি। মসিগী মথক্তা চাউখৎখ্রবা মতম অসিদা মোবাইল নেটৱার্কসু নিংথিনা ফংদ্রি।

খুল অসিনা হিংবদা চঙদবা য়াদ্রবা খূদিংমক ফংননবা হোৎনবদা উখুলদা তাংদুনা লৈরি। প্রাইমারি হেল্‌ঠ সব সেন্টর অসি চহী ১০ গী মমাঙদগী লৈরকখিবনি। লোয়ননা অনৌবা বিল্ডিং অসিসু ২০২৪ দগী শাবা হৌখিবনি। হৌজিক ফাওবা বিল্ডিং কন্সট্রক্সন মপুং ফানা লোইশিন্দি। হেল্‌ঠ সেন্টর অসিগী ষ্টাফ অমা ফাওবা খুল অসিদা লাক্লিবা মরমনা ষ্টাফ মশিং ফাওবা খঙদনা লৈরে হায়খি।

হীরম অসিগী মতাংদা পুয়াগী জেনরেল সেক্রেটরি লোংজম অবোথেনা হায়, হন্দক্কী য়েংশিন খোঙচৎ অসিদা হেল্‌ঠ দিপার্টমেন্টনা চীংগী মনুং হঞ্জিনবা মফমশিংদা মপুং ফানা য়েংশিন্দ্রে হায়বসি য়াম্না ময়েক শেংলে। খুল অসিদা হেল্‌ঠ সেন্টর অমা লৈরবসু বিল্ডিং খক্তমক ঙাইদুনা লৈরম্না, লোয়ননা বিল্ডিংদসু মপুং ফানা শাবা লোইশিন্দনা ছো লোনশিল্লগা শঙ্গোনগুম্না লৈরম্বসি উবদা তশেংনা নুংঙাইতবা ফাওই।

মীওই লিশিং অনী হেন্না খুন্দারিবা খুল অসিদগী উখুল ফাওবা চৎপগী লম্বী অসিসু হায়নিংঙাই লৈতনা ফত্তে। লোয়ননা কিমি ৩৭ খক্তমক লাপ্লবসু লম্বী ফত্তবনা মরম ওইরগা পুং ২ হেন্না চঙলি। অসিগুম্বা ফীভম অসিদা মীওই ২০০০ রোম খুন্দারিবা খুল অসিগী খুঞ্জাশিংনা খম থেংনা অৱাবা মায়োক্লরম্বসি হায়নিংঙাই লৈতনা নুংঙাইতবা ফাওই।

খোঙচৎ অসিগী শরুক অমা ওইনা মায়কৈ অসোমদা লৈরিবা শাহামফুং অমদি জিংসুই হায়রিবা খুলশিং অসিদসু অনা–লায়েংগী খূদোংচাবা অমত্তা ফংদনা লৈহৌরি।

চীংগী মনুং হঞ্জিনবা খুলশিং অসিদা ওইরম্লিবা ফীভমশিং অসি থেংনরুবদা ইরৈচা অমা ওইনা য়াম্না নুংঙাইতে। ঙমখৈদা লৈরিবা ইচিন ইনাওশিং অসিনা ইরমদম অসিগী ঙমখৈ ঙাক্লিবনি হায়দুনা লৈরগসু মখোয়গী হিংবদা চঙদ্রবা য়াদ্রবশিং অসি ফংহন্দনা লৈরি।

অসিগুম্বা খূদোংচাদবা কয়া অসিনা মরম ওইরগা খুলগী মীশিং অসিনা ঙমখৈ অসি থাদোক্তুনা নুংঙাইবা হিংবদা খূদোংচাগদবা মফমশিং য়েংদুনা লাকপা তারগদি মণিপুরগী ঙমখৈ অসি হেন্না হেন্না পীকশিল্লক্কনি। মরম অসিনা মণিপুর লৈঙাক্কী মরী লৈনবা দিপার্টমেন্টকী ওফিসিয়েলশিংনা অথুবদা থবক পায়খৎপীয়ু হায়খি।

থৌ পুবা খনখ্রে

ইম্ফাল, জুলাই ১০ (ৱায়েল কাতি)ঃ ঙসি অয়ূক পুং ১১ রোম তাবদা কৈশাম্পাৎতা লৈবা দি ওল মণিপুর ব্রুমেন্স ভলন্টরি এসোসিয়েসন (অমাৱোভা)গী হেদ ক্বার্টরতা লূপ অসিগী প্রসিদেন্ট য়ূমখায়বম কুঞ্জারাণিননা মীফম মপু ওইদুনা ২০২৬ দগী ২০২৮ ফাওবগী জেনরেল বোদি মীটিং অমা পাঙথোকখ্রে। মীফম অদুদা কুমজা ২০২৬দগী ২০২৮ ফাওবগী অনৌবা থৌ পুনবগীদমক প্রসিদেন্টতা দব্লিউ ইবেম্মা, ভিপিদা এস রোমিতা, ভি পিদা কে এস ঐচ সুজাতা, জেনরেল সেক্রেটরিদা কে নন্দবতি অমসুং ফাইনান্স সেক্রেটরিদা এই শুশিল্লাবু য়েৎনবা লৈতনা খনখ্রে হায়রি।

জেনরেল বোদি মীটিং

ইম্ফাল, জুলাই ১০ (ৱায়েল কাতি)ঃ থা অসিগী ১৭কী নুংথিল পূং ১ তাবদা সিনে মেক–অপ আর্টিষ্ট এন্দ কোষ্ট্যুম দিজাইনরস গিল্ড মণিপুরগী জেনরেল বোদি মীটিং অমা মণিপুর প্রেস ক্লবতা পাঙথোক্লগনি। মীফম অসিদা মণিপুরী ফিল্মবু নুংশিবীদুনা ফিল্মগী লাইনদা মেক অপ অমদি কোষ্ট্যুম দিজাইনরশিংনা শরুক য়ানবা খঙহল্লক্লি।

হয়েংগী নোংদম

১১।০৭। ২০২৬
–এষ্ট্রো–কন্সল্টেন্ট হেম

মেষ – থবক তৌবদা পাঙ্গল থোকপা য়ারোই ।। মীগা খৎন–চৈনবা, য়েৎনবা কয়া লৈগদৌরি।

বৃষ – ইরাই লাইনা থবক অমা মায় পাকপা য়াবা মতম ওইদে। খাঙবা কনবনা উকল ওইগনি।

মিথুন– লল্লোন ইতিক্কী থবক্তা খোঙজেল য়াংগনি হায়না পাখৎপীগনু। ঈ–পাউ ফাওনগনি।

কর্কট–অনৌবা থবক অমা হৌদ্রিঙৈদা, লোইশিন্দ্রিবা থবক তুদা মীৎয়েং থম্মু। শেল থাদবা য়াদে।

সিংহ– শেল থুম লাকপগী লম্বী লৈ। অদুবু চাদিংদি চেকশিল্লু। লুচিংবা ওইনা থবক তৌবা য়াই।

কন্যা– পাঙ্গল থোক্লা অহেনবা থবক তৌবা য়াদে। নিংথিনা পোত্থাবগী তঙাইফদবা লৈ।

তুলা– মরুপ মপাং, লোইনবশিংগা নিংথিনা থবক তৌমিন্নবা ঙম্লবদি মায় পাক্কনি।

বৃশ্চিক– থবক তৌবদা মায় পাক্তবা, মীৱা মৈশা লাংবা মতমনি। শেল থুম মাঙদনবা চেকশিল্লু।

ধনু– অনৌবা থবক তম্বগী তঙাইফদবা মতমনি। শেল থুমগী ফীভম ফগনি।

মকর– পোরম খঙনা থবক কন্না শুজরগদি তৌরিবা থবক্তু খোঙজেল য়াংগনি।

কুম্ভ– থাজদবা মওংদা শেল চৎলু হায়বা লৈ। মীগা মুক্লবা, পোৎমাঙ চৈমাঙ থোকপা য়াই।

মীন – থবক তৌবদা অয়েৎপা, অপনবা থেংনগনি। মরু ওইবা ৱারেপশিং লৌবদা থেংখৌ।

মপাল্লমগী পাউ

লৈখিদ্রবা ইরানগী সুপ্রিম লীদর খামেনিগী হকচাং লৈরোন চনখ্রে

টেহরান, জুলাই ১০(ৱায়েল কাতি)ঃ থা ৪ রোমগী মমাঙদা য়ুএসনা এটেক চথরকপদা লৈখিদ্রবা ইরানগী সুপ্রিম লীদর অলি খামেনিগী থৱায় য়াওদ্রবা হকচাং হৌনবী মতুং ইন্না ঙসি লৈরোন চনখ্রে। নোংপোক থংবা ইরানদা লৈবা পোক্লফম সিতি ওইরিবা মসাদকী ইমাম রেজার স্রাইনদা ফিরাল কুপ্লবা খামেনিগী থৱায় য়াওদ্রবা হকচাং হাপ্লা কু অদু লৈরোন চনখি। ৱাশিংতন অমসুং টেহরানগী মরক্তা নুমিৎ নিনি চুপ্পা অমগী মথক্তা অমনা এটেক চথনখ্রবা মতুংদা লৈরোন চনবগী থৌরম অদু পাঙথোকখিবনি। য়ু এসনা চথরকপা এটেক্তা মীচম ১৭ শিখি হায়না ঙরাং ইরানগী ওফিসিয়েলশিংনা মরাল শীখি। থৌদোক অদুগী লমন খূম্না ওইনা ক্লেট, বেহরান, কটারদা লৈবা য়ু এসকা মরী লৈনবা মফমশিংদা ইরান্না নোংথক্তগী অকনবা মওংদা এটেক চথখিবনি। পনবা য়াবদি, ফেব্রুৱারী ২৮দা য়ু এস অমসুং ইজরেলনা খূৎশম্লরগা ইরানগী মথক্তা চথরকখিবা লান হৌবা নুমিৎতা খামেনি অমসুং ইমুং মনুংগী মীওই খরা শিখিবনি হায়রি।

গুরুগ্রামদা গেঙষ্টর ৪ কাপ্তুনা হাৎখ্রে

গুরুগ্রাম, জুলাই ১০(ৱায়েল কাতি)ঃ নেস্লেল কেপিটেল রিজন মনুং চন্না লৈবা গুরুগ্রামদা পুলিসকা খূৎ থোক্লবদা গেঙষ্টর ৪ হাৎখ্রে। থৌদোক অসিগী মতাংদা পুলিসনা ফোঙদোরকপগী মতুং ইন্না, লৈখিদ্রবা মীওইশিং অদু ফাগদবগী কোইতান তান্নরিবা গেঙষ্টর দিপক নিন্দালগা মরী লৈনবা মীওই ঙাক্তনি। দিল্লি–এন সি আর রিজনদা পুলিস অমসুং গেঙষ্টরশিংগী মরক্তা খূৎ থোক্লবগী থৌদোক কয়ারক হন্না থোকখ্রে। কুমজা ১৯৯৪ গী সেপ্টেম্বর ১৫দা ব্রিসমোহন ক্যাগি কৌবা উট্টর প্রদেশকী মিরুটতা লৈবা মীয়াম্না কীনরবা ক্রিমিনেল অমা পুলিসকা খূৎ থোক্লবদা শিখি। লৈখিদ্রবা মীওই অদু এন সি আর রিজনদা লৈবা লল্লোন ইতিক তৌবা মীওইশিংদগী কিহন–খঙহল্লগা য়াম্লবা শেনফম অমা নমদুনা লৌখিবগী থৌদোক্তা চেন্নবনি হায়রি। কুমজা ১৯৯৭কী মার্চ ৩১দা দিল্লি পুলিসনা অখন্নবা পাউ অমা ফংবদগী মারুতি ষ্টিন কার অমা খাম্লগা নোংমৈ রাউন্দ কয়ামরুম কাপশিনখি। অদুবু কার অদুদা মরাল লৈজদবা বিজিনেশ মেন ২ নত্তনা গেঙষ্টর অমত্তা তোঙলম্বা থেংনখিদে। কুমজা ১৯৯৮গী সেপ্টেম্বর ২২দসু য়ু পি পুলিসনা ঘাজিয়াবার্দতা মীয়াম্না খ্বাইদগী কীনরবা শ্রী প্রকাশ সুক্লা কৌবা গেঙষ্টর অমা হাৎখিবনি।

অঙ্গনৱাদি সেন্টর ২৪০০গী খূখাংদা খূদোংচাবা কয়ামরুম ফংহল্লিঃ সৈখ অব্দুল

ইম্ফাল, জুলাই ১০(ৱায়েল কাতি)ঃ সোসিয়েল ৱেলফেয়ার দিপার্টমেন্টনা ইন্টিগ্রেটেদ চাইল্ড দিভলপমেন্ট সার্ভিসেস (আই সি দি এস)কী মখাদা মণিপুরগী তোঙান তোঙানবা মফমশিংদা অঙ্গনৱাদি সেন্টর ২৪০০ হাংদোক্তুনা স্কুল কাবা হৌদ্রিবা অঙাংশিংদা মহৈ মশিং তাকপীবগা লোয়ননা মীরোনবী অমসুং খোমজিংবী নুপীশিংদা মতেং কয়া পাংলি হায়না দিপার্টমেন্ট অসিগী দাইরেক্টর সৈখ অব্দুল হাকিমনা ফোঙদোকখ্রে।

ইম্ফালগী নিত্যাইপাৎ চুথেক্তা লৈবা দি আই পি আরগী ওদিটোরিয়মদা পাঙথোকপা মিট দি প্রেসকী থৌরমদা মহাক্লা ৱাফম অসি ফোঙদোকখিবনি। থৌরম অদুদা সোসিয়েল ৱেলফেয়ারগী জোইন্ট দাইরেক্টর জিটেশ্বর কৈশাম, জোইন্ট দাইরেক্টর এন বিনোবালা, দেপ্যুতি দাইরেক্টর এন সরোজা অমদি দেপ্যুতি দাইরেক্টর এন ধনেশ্বরসু শরুক য়াখি।

পাউমীশিংদা ৱা ঙাংলদুনা সৈখ অব্দুল হাকিমনা হায়, সেন্ট্রেল স্পোন্সর স্কিমশিং থবক্তা ওন্থোক্লিবা দিপার্টমেন্টশিংগী মনুংদা সোসিয়েল ৱেলফেয়ার দিপার্টমেন্টসু অমনি। দিপার্টমেন্ট অসিনা তোঙান তোঙানবা সেন্ট্রেল মিনিষ্ট্রিশিংদগী শেন্থং লৌরগা সব–স্কিম ২২ রোম ষ্টেট অসিগী মফম কয়াদা পায়খৎতুনা লাক্লি হায়খি।

রিমসতা তাঙনা থোকপা লায়নাশিংগী মতাংদা এৱার্নেশ প্রোগ্রাম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, জুলাই ১০(ৱায়েল কাতি)ঃ রিজনেল ইন্সটিট্যুট ওফ মেদিকেল সাইন্সেস ইম্ফালনা সেন্টর ওফ এক্সিলেন্স ফোর ৱ্যের দিজিজেস ইন মণিপুরগী মতাংদা এৱার্নেশ প্রোগ্রাম অমা পাঙথোকখ্রে। নেস্লেল পোলিসি ফোর ৱ্যের দিজিজেসগী মখাদা ষ্টেট হেল্‌ঠ সোসাইটি, নেস্লেল হেল্‌ঠ মিসন মণিপুরগা খূৎশম্লদুনা ইন্সটিট্যুট অসিগী সুক্রুতা হোলদা পাঙথোকখিবা থৌরম অদু ইন্সটিট্যুট অসিগী দাইরেক্টর প্রোঃ জি সুনিল কুমার শর্ম্মনা হৌদোকখি। রিমসকী সুপরিন্টেন্দেন্ট প্রোঃ এন সঞ্জিব সিংহ অমদি নেস্লেল হেল্‌ঠ মিসন মণিপুরগী ষ্টেট নোদেল ওফিসার ফোর ৱ্যের দিজিজেস ডা. এন সুগেতা দেবীসু য়াওখিবা থৌরম অদুদা প্রোঃ জি সুনিলকুমার শর্ম্মনা হায়, তাঙনা থেংনবা মীয়াম্না খঙনদ্রিবা লায়নাশিংনা নারবা মীওইগী পূন্সি কন্নবগীদমক মতম চানা লায়েংবা মথৌ তাই। নেস্লেল পোলিসি ফোর ৱ্যের দিজিজেস–২০২১ গী মখাদা রিমসনা হিরম অসিগা মরী লৈনবা থৌরাং কয়া লৌখৎকনি। থৌরম অদুদা ৱ্যের দিজিজেস কম্মিটিগী নোদেল ওফিসার প্রোঃ সিঐচ শ্যামসুন্দরনসু তোঙান তোঙানবা লায়নাশিংগী মতাংদা ৱা ঙাংখি।

চহী নৌরিবী নুপীমচা ফম্লাল্লবগী মরালদা চহী ২০গী ফাদোক পীখ্রে

ইম্ফাল, জুলাই ১০(ৱায়েল কাতি)ঃ চহী নৌরিবা নুপীমচা অমা ফম্লাল্লবগী মরালদা মশাগী চহী ৭৩ শুরবা মীওই অমা চহী ২০ জেলদা থবক শুহন্দুনা থম্বগা লোয়ননা লূপা লিশিং ২০ ফাইন থিহন্নবা ফার্ষ্ট ট্রেক্ট স্পেসিয়েল কোর্ট নম্বর ২ না ৱায়েল পীখ্রে।

ফার্ষ্ট ট্রেক্ট স্পেসিয়েল কোর্ট নম্বর ২ মণিপুরগী জজ দব্লিউ তোনেন মৈতৈনা জেলদা চহী ২০ থবক শুহন্দুনা থম্লবা ৱায়েল পীখ্রবা মীওই অদুগী মমিং মহমদ কোরা কৌই। থৌবাল দিষ্ট্রিক্টকী লিলোং পুলিস ষ্টেসননা কোনবা লিলোং শঙ্গোমশঙ সুক্লা কারোংদগী লৈখিদ্রবা এল ইবোতোন্না পোকপনি। হৌখিবা জুন ৩০দা কোর্ট অসিনা মহমদ কোরাবু প্রোটেক্সন ওফ চিল্ড্রেন ফ্রোম সেক্স্যুয়েল ওফেন্স এক্ট ২০১২গী সেক্সন ৪গী মখাদা মরাল লৈরে হায়না লাউথোকখ্রবনি। সেন্টেন্স হিয়ারিং চথরবা মতুংদা কোর্টনা মরাল লৈরবা মীওই অসি চহী ২০ জেলদা থবক শুহন্দুনা থম্বগা লোয়ননা লূপা লিশিং ২০ থীহন্নবা খঙহনখিবনি। ফাইনগী শেনফম অসিদগী লূপা লিশিং ১০ ভিক্তিম ওইহৌরবী নুপীমচা অদুনা পীনবসু খঙহনখি। করিগুম্বা মহাক্লা থা ৩গী মনুংদা ফাইন পীদবা থোক্লবদি মখা তানা থা ৬ অমগা জেলদা থম্লবা খঙহনখি।

ইন্দিয়াদা নিষান মোটোরসকী টেক্তোন প্রিমিয়ম এস য়ু ভি লোঞ্চ তৌখ্রে

ইম্ফাল জুলাই ১০(ৱায়েল কাতি)ঃ শগোলশেল নুমিৎতা নিষান মোটোরস ইন্দিয়ানা টেক্তোন প্রিমিয়ম সি–এস য়ু ভি লোঞ্চ তৌখ্রে। ইন্দিয়াগী এস য়ু ভি মার্কেটতা খোঙ থাংজিনবা ওইনা কম্পেনি অসিনা চহী অসিগী মনুংদা প্রদক্ত লোঞ্চ তৌবা হন্দক্লা ২রকশুবনি। নিষানগী চেন্নাই প্লান্টতা শাবা টেক্তোনগী মমল লূপা লাক্ষ ১০.৪৯ দগী হৌরগা লূপ লাক্ষ ১৪.৯৯ ফাওবনি। টি–১৬ মেন্যুয়েল ভেরিয়েন্টকী মমল লূপা লাক্ষ ১০.৪৯নি। অদুগা টি–২৮গীনা লূপা লাক্ষ ১৪.৯৯ নি। নিষানগী 'ৱান কার, ৱান ৱার্ল্ড' হায়বা ৱাখল্লোনগী মখাদা পুথোক্লিবা এস য়ু ভি অসি মিদ্দল ইষ্ট অমদি আফ্রিকাগী লৈবাকশিংদসু য়োন্নবা পান্দম থল্লি। নিষান পেত্রোলদগী ৱাখল্লোন লৌরগা নৌনা পুথোক্লিবা টেক্তোনদা টর্বো টি–১৬০ অমসুং টর্বো টি–২৮০গী টর্বো চার্জ ইঞ্জিন য়াওই। এস য়ু ভি অসিদা স্পিদ ৬কী মেন্যুয়েল য়াওবগা লোয়ননা দ্বেল ক্লষ্ট ওটোমেটিক ত্রান্সমিসন ওপসন য়াওই। সি–এস য়ু ভি অসিদা গুগুলগী কনেক্টিভিতি য়াওবনা গুগুল মেপ, গুগুল এসিষ্টেন্ট অমদি এপ্ল ২০০ রোম হেন্না য়াওই। গাড়ী অসিদা ষ্টেন্দার্দ সেফটি ফিচর ৪০ হেন্না য়াওরি।

দাইবেটিশ নাবশিং তাবা ঙম্বগী মতিক ময়াই হন্থরকপা য়াই

ইম্ফাল, জুলাই ১০ (ৱায়েল কাতি)ঃ দাইবেটিশনা নারবা মীওইশিংগী মীৎ, কিদনি অমসুং নর্ভশিং শোকচিল্লকই হায়না পুম্নমক্লা খঙনরবা ৱাফমনি। মসিনা মরম ওইরগা লায়না অসিনা মরম মীওইশিং দাইবেটিক রেক্টিনোপেঠি, কিদনি দিজিজ অমসুং ন্যুরোপেঠিনচিংবা ফীভম ওইহল্লক্তনবা চাং নাইনা ডাক্টরগা তান্নবগী থৌওং চথনরি।

অনৌবা ষ্টদিগী রিপোর্ট অমগী মতুং ইন্নদি, টাইপ টু দাইবেটিশ নাবা মীওইশিং তাবা ঙম্বগী মতিক ময়াই হন্থরকপা য়াই। দাইবেটিশ মেটাবোলিজম রিসার্ছ এন্দ রিভিউদা ফোঙলকপা ষ্টদিগী রিপোর্টনা হায়, অনাবা মীওই লিশিং ১৭ রোমদা চথখিবা তোঙান তোঙানবা ষ্টদি ২৯গী দেতা নৈনদুনা য়েংবদা হায়রিবা মীওইশিং অদু তাবা ঙম্বগী মতিক ময়াই হন্থরকপা য়াই হায়বা ময়েক শেংনা খঙবা ঙমখি।

মরম অদুনা দাইবেটিক পেসেন্টশিংনা চাং নাইনা মীৎ, হার্ট অমদি কিদনিগী টেষ্ট তৌবগুম হিয়ারিং টেষ্ট তৌবগী

তঙাইফদবা লৈ। কুমজা ২০০০দগী কুমজা ২০২৫ ফাওবা চথখিবা তোঙান তোঙানবা ষ্টদি ২৯গী রিপোর্ট নৈনদুনা য়েংলম্মী। মালেমগী তোঙান তোঙানবা মফমদা লৈবা দাইবেটিশনা নারবা মীওই লিশিং ১৭ কী ষ্টেন্দার্দ ওদিওমেত্রিক টেষ্ট তৌবদা মীওই অয়াম্বদা তাবা ঙম্বগী মতিক ময়াই হন্থরকপা থেংনরকখি হায়রি।

ষ্টদি অদুবু লুচিংখিবা য়ুনিভর্সিটি ওফ ক্লিন্সলেন্স, সেন্টর ফোর হিয়ারিং রিসার্সকী পোষ্ট ডোক্টরেল রিসার্ছ ফেল্লো মেহৱিজ মিসারনা হায়, মতম শাংনা ঈদা য়াওবা চিনিগী চাং ৱাংদুনা লৈরবদি মীৎ শোকচিল্লকপা কিদনি শোক্লকপা অমসুং নর্ভতা অকায়বা থোক্লকপগী ৱাফম অসি হান্নদগী খঙনদুনা লাক্লবা ৱাফম ওইরবসু তাবা ঙম্বগী মতিক ময়া হন্থরকপগী মতাংদদি মপুং ফানবু খঙনদ্রি। ৱার্ল্ড হেল্‌ঠ ওর্গনাইজেসন দব্লিউ ঐচ ওগী রিপোর্ট মতুং ইন্না, দাইবেটিশনা নারবা মীওই ৪ খূদিংগী মনুংদা অমমমদি তাবা ঙম্বগী মতিক ময়াই হন্থরকই হায়বা ময়েক শেংনা খঙবা ঙম্লে। মরু ওইনা মশাগী চহী ৬০ শুদ্রিবা মীওইশিংদা খূদোংচাদবা অসি মায়োক্লবা থেংনবগী চাং ৱাংলমখি।

চহী ১০ হেন্না দাইবেটিশকা শাগোন্নদুনা হিংলক্লবা মীওইশিংদসু না তাথিবগী খূদোংচাদবা অসি মায়োক্লবা য়াবগী রিস্ক ৱাংই। ব্লদ সুগর ৱাংলগা মতৌ করম্না তাবা ঙম্বগী মতিক ময়াই হন্থহল্লক্লিবনো হায়বসিগী চপ চাবা মরম পুথোরক্ত্রি। অদুম ওইনমক দাইবেটিক রেটিনো পেঠি নৎত্রগা ন্যুরোপেঠিগা মান্নবা মওংদা দাইবেটিশনা তাবা ঙম্বগী মতিক ময়াই হন্থহল্লকই হায়বা ৱাফম অসিমদি হন্দক্কী ষ্টদিদা ময়েক শেংনা খঙবা ঙমখি। মতম শাংনা ব্লদ সুগর ৱাংদুনা লৈরবদি নাকোংগী মনুং থংবা শরুক্তা ঈ য়ৌহল্লিবা অপীকপা ঈ উতোংশিং অমসুং নর্ভশিং অমাঙ অতা থোরকপনা ফীভম অসি ওইহল্লকপনি হায়রি।

ষ্টেট অসিদা থোরকপা ইশু খূদিংমক নাগা অমসুং মৈতৈ পূন্না থেংনমিন্ননবা লূপ অমা শেমখ্রে

ইম্ফাল, জুলাই ১০(ৱায়েল কাতি)ঃ লমদম অসিদা থোরকপা ইশু কয়াদা য়েলহৌ ফুরুপশিংনা অমত্তা ওইনা থেংননবা পান্দমদা অৱাং সেকমাই, কংলাতোংবী অমসুং মখান এরিয়াদা লৈরিবা মৈতৈ অমসুং নাগা ফুরুপশিংগী ওইবা নোর্থ ইন্দিজিনস ব্রুমেন্স ওর্গনাইজেসন কৌবা লূপ অমা শেমখ্রে।

লোয়ননা নৌনা শেমখ্রবা লূপ অসিগী থৌ পুগদবশিংসু খনখ্রে।

ঙসি অৱাং সেকমাইদা লৈবা এদভান্স ৱিমেন্স সোসাইটি অপূনবা মৈরা পায়বী অৱাং সেকমাইগী প্রসিদেন্ট উশম অমুবীগী য়ূমদা নাগা অমদি মৈতৈ ফুরুপকী খুল ২০গী মৈরা পায়বীশিংনা শরুক য়াদুনা পাঙথোকখিবা অনৌবা লূপ শেম্বগী থৌরমগা মরী লৈননা লূপ অসিগী প্রসিদেন্ট ওইনা খল্লবা উশম অমুবীনা ফোঙদোরকপদা, মীতোপশিংনা নোংমা কাংদনা য

WAYEL KATI

এদিটোরিয়েল

ইম্ফাল, ইঙাগী ২৫ নি পানবা, ইরাই, জুলাই ১০,২০২৬ ইং

লৈঙাক্কী হোস্পিটাল শিখরকপা

নর্সতা নত্তনা ডাক্টর ফাওবা মহুৎ শিল্লক্লগদি লোইশিল্লক্লবনি

ঙসিদগী চহী ৫০ রোমগী মমাঙদা মণিপুরগী খ্বাইদগী চাওরবা পোৎলূমশিংগী মনুংদা অমা ওইরম্বসি এদুকেসন দিপার্টমেন্টতা ফেক ইমপ্লোয়ি কয়া থবক চঙলম্বা অসিনি। অশাবা সার্টিফিকেট, অশাবা এপোইন্টমেন্ট ওর্দর শীজিন্নরগা লোইজিং লোইয়াদা লৈবা স্কুলশিংদা ওঝাশিং জোইন তৌনরকই। জোইন তৌরক্লিবা ওঝা অদু অশাবা ত্রান্সফার ওর্দর শীজিন্নরকপা লাকপনি। মহাক শাজিন্নবা ওঝা অমনি হায়বসি খঙননবা পাম্বে পুথোকপা ঙল্লমদে।তলবসু স্কুলদুনা শারগা জেদ ই ওগী খুথাংদা কায়রকপনিনা ফাবা পাক ঙল্লমদে। মদুগী মতুং তারকপদা ওক্রম ইবোবীনা চীফ মিনিষ্টর ওইরকখি অমসুং মহাক্কী মতমদা এম জি ই এল শেল্লকখি। মতমদুদা অশাবা ওঝা ময়াম অমা ফারকপা ঙল্লকখি। ওঝা অমনা স্কুল অনীদা তলব চারগা লৈরম্বফাওবা থেংনখি। অয়াম্বা শাশিন্নবা ওঝামখৈ লৌথোকখ্রবা মতুংদা অতোপ্পা ৱাথোক অমা অমুক থেংনরকখি। ৱাথোক অদুদি গভর্নমেন্টকী স্কুলদা ওঝা ওইরিবা মীওই অদুনা ময়ূমদা লৈরগা মহাক্লা নেকপা মীওই অমদা ওঝা ওইনা থবক কাহনবা, অদুগা মঙোন্দা তলব খরা খাইরগা পীবগী মওং থেংনরকখি। মপুং ওইনা চীংগী মনুং হঞ্জিনবা মফমশিংদা মৈতৈনা ওঝা ওইনা পোষ্টিং তারকপা চীংমীশিংনা পামদে। মদুগী মহুৎতা ওঝা অদুগী তলবতগী শরুক খরা খুল অদুগী লাইরিক-লাইশু হৈরবা নহাশিংদা ওইনা ওঝা মহুৎ ওইহল্লম্মী। অসিগুম্বা থৌওং অসি কাইনথংদদি চীং অমসুং তম অনীমক্তা পাক শন্না চথরকখি। থৌওং অদু চাং খরমখৈ হম্বরবসু হৌজিক ফাওবা চথরগা লৈরি। মসি খুন্নাই অসিগী তমথিরবা অনাবা মখল অমনি। ক্বালিফাইদ ওইরে হায়দুনা খল্লবা ওঝা অদুনা লাইরিক তাকপী তম্বীগদবদা ত্রেনিং অমফাওবা ফংদবা ওঝা ওইবগী চপ চাবা সার্টিফিকেটসু পায়দবা অশাবা ওঝাশিং অদুনা তাকপী তম্বীরগা মহৈরোইশিং অদু করম্না ফরমগনি? একজাম ময়ামদনা নত্তবা পাম্বে শীজিন্নহনবা, লাইরিক তাকপীবা মতমদনা অশেংবা ওঝানা তাকপগী মহুৎতা শাশিন্নবা ওঝা ময়াম্না তাকহনবগী থৌওং অসিনা ক্বালিতি এদুকেসনদা পুমচাই চাইবা হায়বদু ওইখি। অসিগুম্বা অমোৎপা ময়াম অসিগী খূদোংচাবা লৌরগা প্রাইভেট স্কুল কয়ামরুম লিংখৎনরক্তুনা এদুকেসন হায়বসি কান্নরবা লল্লোনপোৎ ওইনা লৌনরকই। অঙাং ময়াম অমদগী য়াম্লবা মিংজলশেল লৌবনচিংবা তৌরকই। অনানবা স্কুল মীৎ থকপা য়াবা পোৎলম খরা উহল্লগা খ্বাইদগী ফবা স্কুলনি হায়দুনা প্রোপেগন্দা তৌদুনা মহৈরোইশিং চবুল চবুল খোম্মী। মহৈরোই য়াম্না পুরকপা ওঝা ফাওবা মনা পীবগী চৎনবী লৈরিবনি।

ওঝাগী শিনফমদা অশাবা ময়াম চঙলকপগী ৱাথোক লোইদ্রিঙৈদা অনা লায়েংবদা তঙাইফদনা চঙলিবা নর্সসু অশাবা নর্সময়াম অমা থাজিল্লক্লে হায়বসি মতম খরগী মমাঙদগী হৌনা ৱাকৎ ওইনা লাকখ্রবনি। রিমস হোস্পিটাল, জেনিমস হোস্পিটালদগী হৌরগা গভর্নমেন্টকী হোস্পিটাল ময়াম অমদা লৈঙাক্কী অশেংবা নর্সতুনা ময়ূমদা নুংঙাইনা লৈরগা মহাক্লা শেল খরা পীরগা মহুৎ শিন্দুনা থবক কাহনবগী ৱাথোক অসি অমুক থেংনরকখি। মহুৎ শিনবা নর্স থাজিল্লকপা হায়বসি অরাইবা ৱাফম নত্তে।লুরিবদি মহাক্কা থবক তৌমিন্নরম্বা নসশিং, ডাক্টরশিং অদুসু অশাবা নর্সনি হায়বা খঙই। অদুবু হায়দোক্লদে। মরমদি নর্স ওইনা শাজিল্লগা চঙলক্লিবা মীওই অদুসু নর্স তম্বা লোইরবা মতুংদা থবক ফংদদুনা লৈবা মীওইনি। অশেংবা নর্স অদুনা তৌবা ঙম্বা অনাবগী থৌগল অদুগুম্না মহাক্কী মহুৎ শিলহল্লিবা নর্স অদুসু অদুম ঙম্বনিনা ইয়াদা য়ানৈ। লুরিবদি ঐখোয়গী সিষ্টেমনা মদুবু য়াহল্লিবা অদুনি। হায়রিবা থৌওং অসি পাক শন্না চথরে হায়বা লৈঙাকসু খঙলমগনি, মরমদি পাউচেশিংদসু পাউ ওইনা ফোঙনরকখিবা লৈখ্রবনি। লৈঙাক্তি অসিগুম্বা ৱাফম লাক্লবসু অদুম তুমিন্না লৈশিনগনি। উখ্রুল দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটাল অসি মণিপুর লৈঙাক্কী হেল্ঠ সার্ভিসেসকী মখাদা লৈবনি। হোস্পিটাল অসিদা উখ্রুল য়াওনা মনাক নকপদা লৈবা মীয়ামগী অনা লায়েংফমনি। হোস্পিটাল অসিদা তঙাইফদনা চঙবা মচাকশিং খূদম ওইনা হায়রবদা এক্স-রে ফিল্ম ফাওবা লৈরমদে। মসিগীসু মথক্তা দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটাল অসিদা অল্ট্রসাউন্দ মেছিন, সিটি স্কেন মেছিন অমসুং ব্লদ বেঙ্ক ফাওবা লৈতে। ষ্টাফ মশিংসু শাখিনা ৱাৎপা থেংনৈ। নর্স ৩৩ লৈগদবদা শুপ্নগী নর্স ১০ খক লৈরি। মৈতৈ নর্সশিংদি মখোয়গী মহুৎ পুবা নর্স ময়াম অমা থবক তৌরি। নর্সিং সুপরিন্টেন্দেন্ট লৈতে। নর্সিং ওফিসার ৫ গী মনুংদা ১ খক লৈরি। খ্বাইদগী হেন্না ঙক্লিবা অমনা অনা লায়েংবগী থবক তৌননবা লৈঙাক্লগা থারক্লিবা ডাক্টর অদুনা থবক ফংদবা ডাক্টর অমা নেক্লগা হোস্পিটাল অদুদা থবক পুহল্লম্বা থেংনরে। মহুৎ পুরিবা ডাক্টর অদুনা পেথোলোজিষ্টনি, অদুগা মহাক্লা মেদিসিনগী ডাক্টর ওইনা লায়েং চথরি। উখ্রুল দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটালদা তৌরিবা মওং মতৌ অসিগুম্না তমেংলোং, চুড়াচান্দপুর দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটাল অমদি অতৈ দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটালশিংদসু তৌরমগদ্রা হায়বগী চীংনবা লৈ। অসিগুম্বা থবক থৌরমশিং অসি মেদিকেল সুপরিন্টেন্দেন্টশিংনা কুপ্না য়েংশিনগদবদুসু য়েংশিন্দে। মেদিকেল দাইরেক্টোরেটতা ওফিসার ওইনা মথৌ তৌরিবা ডাক্টরশিংনসু নোংমতা দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটালশিংদা ভিজিট তৌবা উদে। মতাং অসিদা পঞ্জনিংবা ৱাফমদি অনা লায়েংগী থবক তৌরিবা ডাক্টর অমসুং নর্স ফাওবদি মহুৎ শিলহন্নিংদে। মহুৎ শিল্লিবা অমসুং মহুৎ শিলহল্লিবা কাঙবু অনীমক মরাল লৈ। হিরম অসিগী মতাংদা মণিপুর লৈঙাক্কী অহেনবা মীৎয়েং তঙাইফদে। মীয়ামগী পুন্সি কনগদবা মেদিকেল ষ্টাফশিংনা তৌরিবা থবক মতৌ অসিদি য়াম্না শাখিনা কিনিংঙাইনি হায়জনিংই।

তগৎ-তগৎ তেকপা লফোইদগী মচি-মচিদা মুনা খামদোক্লবা লফোইনা হকচাংদা কান্নবা কয়া পীরি

মীয়াম্না খ্বাইদগী পাম্না চানরিবা উহৈশিংগী মনুংদা লফোইসু অমনি। কান্নরবা মচল কয়ামরুম য়াওরবা লফোই অনিখক চারবদি চাক চরা অমা চাবগা চপ মান্ননা কান্নবা ফংই হায়না অখঙ-অহৈশিংনা ফোঙদোকপা লৈখ্রবনি। মসিগী মরুওইবা মরমদি লফোইদা মখল কয়াগী ন্যুত্রিয়ন্ট, ভিটামিন, ফাইবর, লোয়ননা সুক্রোজ অমদি ফ্রক্টোজগুম্বা নেচরেল সুগর য়াওবননি।

য়েংবদা মশক ফজবা হঙ্গামপাল মচুগী মশা নানবা লফোই অমুনবা চানিংলোইদবা কনাবু লৈরমগদগে। অদুবু মফম মফম কয়াদা নাপু মচু চঙলক্তুনা খান্নকপদগী মশক থিজিল্লক্লবদি লফোই অদু পৎলে, চাবা কান্নররোই খন্দুনা লংথোক্লে। হীরম অসিগী মতাংদা অখঙ-অহৈশিংনা হায়রিবদি লফোইগী মচি-মচিদা নাপু মচু চঙলক্তুনা খামজিল্লকপগী চাং হেল্লিবমখৈ হকচাংদা কান্নবা হেল্লি হায়বসিনি। লফোই অমুনবদা ট্যুমর নেক্রোসিস ফেক্টর (টি এন এফ)গী চাং ৱাংনা য়াওবনা কেন্সর লায়না ঙাকথোকপা ঙম্মী হায়রি। মসিগীসু মথক্তা ইম্ম্যুন সিষ্টেমগী মপাঙ্গল কনখৎহনবা মরম্না দিপ্রেসন, কোন্সটিপেসন, থবাক শাবা, ব্লদ প্রেসর ৱাংবা, অলসর অমদি ঈ ৱাৎপগী খুদোংচাদবা কোকহল্লি হায়রি।

অখঙ-অহৈশিংনা হায়, চহী চুপ্পা ফংলিবা অমসুং ইহোঙ হোঙবা লফোইগী কান্নবা কয়ামরুম লৈ। লফু পাম্বীদগী হৌরগা, লা, লফোই অমদি লফু থরোনচিংবা পুম্নমক লোইনা কান্নে। লফোই অমখক চাবদা কেলোরি ১০৫ ফংবা ঙম্বা মরম্না খুদক্তা হেকচাং তেকখৎহল্লি। মেগনেজিয়ম অমসুং পোটাসিয়ম মরাং কায়না য়াওবা লফোই চাং নাইনা চারবদি মশল পোখাহনবগা লোয়না খোঙ-খুৎ শিথবা অমদি তুম্নিঙৈদা মশল চেনখৎলকপগী অৱাবা কোকহল্লি। পোটাসিয়ম মরাং কায়না য়াওবা লফোই চাবদা ব্লদ প্রেসর রিগুলেট তৌবা মরম্না হার্টএটেক অমদি ষ্ট্রোক তৌহন্দে। চাকখাঙা এসিদ থোরকপগী চাং হম্বনবা মরম্না অলসর অমসুং এসিদিটিগী খুদোংচাদবা কোকহল্লি।

ফাইবর অমদি পেক্টিস করাং কায়না য়াওবা লফোই চাবনা খোঙ হাম্বা চাং নাইহল্লি অমসুং কোন্সটিপেসনগী অৱাবা কোকহল্লি। কনাগুমবনা খোঙ হামথবদগী হকচাং চোকথরকপা তারবদি লফোই চাবা মতমদা হকচাং কনখৎহল্লি। দাইরিয়া তৌবা মতমদা হকচাংদগী মহী অমসুং ইলেক্ট্রোলাইট য়াম্না মাঙখিবা মরম্না দিহাইদ্রেসনগী খুদোংচাদবা মায়োক্লরকই। অদুবু লফোই চাবা তারবদি মাঙখিবা পোটাসিয়মগী শরুক পুম্নমক খুদক্তা ফংবা ঙম্বা মরম্না হকচাং কনখৎলকই। খোঙ হামথবা থোক্লবদি মাঙখিবা পোটাসিয়ম মেনখৎনবগীদমক লফোই চাশিনগদবনি। লফোইদা য়াওবা ফ্রেক্টোওলিগো সকরাইদ (এফ ও এস) তা প্রোবাইওটিক্কী মগুন চেল্লি। মসিনা ইন্টেষ্টাইন্দা অফবা মহীক্কী মশিং হেনগৎহনবা মরম্না পুক নুংশিৎ কাহন্দে। হকচাংনা কেলসিয়ম চুপশিনবদসু মতেং পাংবা মরম্না শরুগী মপাঙ্গল কলহল্লি। চাং চাইনা লফোই চারবদি হকচাংদগী অহেনবা মহী লৌথোকখিবদা মতেং পাংবগা লোয়ননা কিদনিদা নুঙ লৈহন্দে অমসুং হকচাং মনুংগী অমোৎপশিং শেংদোকই।

কনাগুম্বা তুম্বা য়াদবগী অৱাবা মায়োক্লরবদি চাং নাইনা লফোই চাবা কান্নগনি লফোই য়াওবা ত্রিপ্টোফেনা ব্রেন য়ৌরগা সেরোটোনিনদা ওম্বোরকই। মসিনা ৱাখল নুংঙাইহনবগা লোয়না কন্সেট্রেসনগী লেবেল ৱাংখৎহল্লি। লফোই চারবদি সেক্সুয়েল হোর্মোন পুথোকপদা মতেং পাংবা ন্যুত্রিয়ন্টশিং ফংবা ঙম্বনিনা ফিনুংগী হকচাং মপাঙ্গল কনখৎহল্লি। হকচাংনা সেরোটোনিন পুথোকপগী খল কায়হন্দবা মরম্না য়ুম্বান পুন্সি মরেক মহাউ থোকহল্লি হায়রি। মতৌ অসুম্না হকচাংদা কান্নরবা মগুন কয়া চেল্লি। অদুবু য়েংবদা তরু-তনানবা লফোইদগীদি মচেৎ মচেৎ খামদোক্লবা অপৎপা মানবা লফোইনা হকচাং ফবা হেল্লি।

গ্রাম ১২০ লুম্বা লফোই অমুনবা অমদা য়াওরিবসি কেলোরি ১০৫, সোদিয়ম মিলিগ্রাম ১, কার্বোহাইদ্রেটগ্রাম ২৭, দাইটরি ফাইবর গ্রাম ৬, সুগর গ্রাম ১৪.৪, ষ্টার্চ গ্রাম ৬.৩, প্রোটিন গ্রাম ১.৩, ভিটামিন এ ইন্টরনেসনেল য়ুনিট ৭৫.৫, ভিটামিন সি মিলিগ্রাম ১০.৩. ভিটামিন ঈ মিলিগ্রাম ০.১. ভিটামিন কে মাইক্রোগ্রাম ০.১, ভিটামিন কে মাইক্রোগ্রাম ০.৬. রাইবোফ্লেবিন মিলিগ্রাম ০.১, নিয়াসিন মিলিগ্রাম ০.৮, ভিটামিন বি-৬ মিলিগ্রাম ০.৪, ফোলেট মাইক্রোগ্রাম ২৩.৬, পেন্টোথেনিক এসিদ মিলিগ্রাম ০.৪, কোলিন মিলিগ্রাম ১১.৬, কেলসিয়ম মিলিগ্রাম ৫.৯. আইরন মিলিগ্রাম ০.৩, মেগনেজিয়ম মিলিগ্রাম ৩১.৯, ফোসফোরস মিলিগ্রাম ৩১.৯, পোটাসিয়ম মিলিগ্রাম ৪২২, সোদিয়ম মিলিগ্রাম ১.২, জিঙ্ক মিলিগ্রাম ০.২, কোপ্পর মিলিগ্রাম ০.১, মেনগানিজ মিলিগ্রাম ০.৩. সেলেনিয়ম মাইক্রোগ্রাম ১.২ অমসুং ফ্লোরাইদ মাইক্রোগ্রাম ২.৬নি।

কোরকোমগী ১৫শুবা মপোক কুমওন্না লাকপদা...

হান্নগা মখাঃপল্লিসিটি কম্মিটি কোরকোমনা থাদোরকপা চেরোল অসিনা মখা তানা হায়রিবনা, য়ুনিয়ন ওফ ইন্দিয়াগী এক্সপান্সনিজমগী মখাদা ৱেসিয়াবু মতম চুপ্পগী ওইনা মিলিটরাইজেসন তৌখি। জিয়োপোলিটিক্সকী লানবন ওইনা শিজিন্নবা হৌরকখি। ১৯৪৯ দা নমজা নমথোক্লগা লৌশিনখ্রবা তুদা পোলিটিকেল ষ্টেটসতা হন্থহন্দুনা পোলিটিকেল, সোসিয়েল, ইকোনোমি অমসুং মীওইবগী হক্কী লমদা চাওনা অথিংবা কয়া পীবা হৌরকখি। মালেমগী মীয়াম্না কন্দেম তৌনরিবা ইনহ্যুমেন লো ওইরিবা অফস্পাগী মখাদা ৱেসিয়াবু থম্বা হৌখি। মণিপুরবু এন্নেক্স তৌখিবা অমদি অফস্পা থমজিল্লিবা অসিবু ইন্তরনেসনেল হ্যুমেনিটরিয়ান লো কয়া মরুওইনা য়ুএন চার্টরগী আর্টিকল ২(৪) অমদি জেনেভা কনভেন্সনগী কম্মন আর্টিকল ৩ নচিংবা পুম্নমক খোঙ্গাওনবগী খুদম চাংদম্নবনি। মণিপুর লৈঙাক্কী নীংতম্বা মৎখিবা অসি তশেংনমক ১৯৪৫ তা য়ুএনগী মেম্বর ষ্টেট অমা ওইখিবা ইন্দিয়ানা য়ুএন চার্টরগী আর্টিকল ২(৪) থুগায়বনি। থৌদোকসিগা ইরোয়ননা সিভিলিয়ান কয়া অতম্নমা চৈথেং পীবা হৌরকখি। নমদুনা মী মাংহনবা, শাশিন্নবা খুৎ থোক্লবশিং, নুপীগী ইকায়খুম্নবা মাংহনবা, অওৎ অনৈ পুম্নমক ৱেসিয়া অমদি মণিপুরদা চথরি।

মশাগী অকক্লবা নেসনেল মেপ লৈরক্তবনা ইন্দিয়ানা বৃটিশ লোয়লমনা থম্বীরম্বা কার্তোগ্রাফি অদুদা ভারত। ইন্দিয়া শেম্নবা হোৎনরকখি। মরম অসিমক্লা ঙসি ফাওবা চাইনানা এমসি মহোনলাই ১৯১৪ অসিবু মশক খঙদে হায়দুনা লাক্লি। মরম অদুনা ইন্দিয়াগী ঙম্বখৈ ৱাথোক ঙসিসু লোয়বা নাইদ্রি। নেসন অমসুং টেরিটোরি অনিগী চপ চাবা খল লৈতবা ইন্দিয়া অসি ঙসিদি হিন্দু লাইনিং চৎপা ফুরুপকী ওইবা আইদিয়োলোজি অমদি নেসনেলিজম অদুদা য়াম্নমক য়াংনা চঙশিল্লক্লি। হিন্দু রাষ্ট্র অমদি কেপিটেলিজম অনিগী য়ানশিন্নবা হাইব্রিদ পোলিটিকেল ইকোনোমি অমা শেমগৎতুনা ৱেসিয়াগী য়েলহৌমীশিংগী লন থুম, মহৌশাগী খল থুগায়বা অমদি লৈনুংগী পোৎলমশিং লৌনবা অকনবা লাল্লোং কয়া চথরক্লি।

কেপিটেলিষ্টশিংগা লৌতুনরগা লমদম অসিগী বাইওদাইভর্সিটিদা চাওনা চৈথেং পীরক্লি। পটাঞ্জলি ফুদ লিমিটেদ অমদি গোদ্রেজ এগ্রোভেটতা য়াম্লবা মণিপুরগী উমং পাম্না ওইল থানবা এমওয়ু খুৎয়েক পীনখ্রে। মসিদা ইরমদম অসিগী হংলাই লৈঙাকসিনসু ইরাই লাইনা য়াথোকখি। মরমদমদা তুংদা ওইরক্কদবা ফিভম অদু করিমত্তা খম্বা ঙমদ্রি। রাইট ৱিং ফেসিষ্ট ফোর্স অমসুং নিও কেপিটেলিষ্ট অনি পুল্লগা লমদম অসিগী লৈনুংগী পোৎলমশিং কৃতিকেল মিনরেল পুম্না চিংথোক্লবা হোৎনরি। লমদম অসিদা দ্রগ অমসুং ওপিয়ম। পোপ্পি কল্টিভেসননা পীরক্লিবা চৈথেং অসি চেকশিন্নিংঙাই ওই। বফর জোন থমজিন্দুনা লমদম অসিবু মিলিটরাইজ তৌনবা কন্না হোৎনরি হায়রি।

রাইট ৱিং ফেসিষ্ট ফোর্স অমসুং নিওকেপিটেলিষ্ট ২ পুল্লগা লমদম অসিগী লৈনুংগী পোৎলমশিং-ক্রিটিকেল মিনরেল পুম্না চিংথোক্লবা হোৎনরি। লমদম অসিদা দ্রগ অমদি ওপিয়ম। পোপ্পি কল্টিভেসননা পীরক্লিবা চৈথেং অসি চেকশিন্নিংঙাই ওই হায়রি।

বফর জোন থমজিন্দুনা লমদম অসিবু মিলিটরাইজ তৌনবা কন্না হোৎনরি। ইন্দিয়ানা থাদোরকপা হংলাই খুৎলায় পায়বা লুপ শেমদুনা সুগী কাংলোন শেমদুনা প্রোক্সি মেছিন্নরি মিলিসিয়া ওইনা ৱেসিয়াগী নীংতম ঈহৌবু নমথনবা কাউন্টর পোলিটিক্স চথরি। মখোয়বু ওপিয়ম। পোপ্পি ফিল্ড্রশিংগী অকোয়বদা লৈহন্দুনা ইরমদম অসিদা ওপিয়ম এগ্রেসন চথরি। ঙসি লমদম অসিগী মমল য়াম্লবা নহা কয়া, নুপী মচাশিং য়াওনা দ্রগ এদিক্সনগী অৱাবা চাওনা মায়োক্লরি। মসিদগী লমদম অসিগী মমা মপা ওইবশিংনা চেকশিনবা মতম ওইরে। পাম ওইল থাবগী থবক অসি নেসনেল মিসন ওফ ইদিবল ওইল-ওইল পাম মিসনগী মখাদা চথরকপা থৌশিলনি। ন্যু দিল্লিনা মণিপুরগী লম হেক্তর ৬৬,৬৫২ খন্দোক্তুনা দিষ্ট্রিক্ট ৬ তা পাক শন্না পাল্ম ওইল থানবা থৌরাংনি। পাল্ম ওইল থাবগী পোলিসি অসিমক ইন্দোনেসিয়া অমসুং মালেসিয়াদা চাওনা মায়থিখ্রবা থৌশিলনি। পাল্ম ওইলনা মহৌশাগী খল অমদি এগ্রো ফোরেষ্টতা কা হেন্না শোকহনবনা পাল্ম ওইল থাবগী ৱাফম অসি ঙসিসু অচৌবা ৱাথোক অমা ওইরিবনি। পাল্ম ওইল থাবনা লমদম অসিগী ঈশিং নুংশিৎকী খলদা চাওনা অকায়বা পীরগনি।

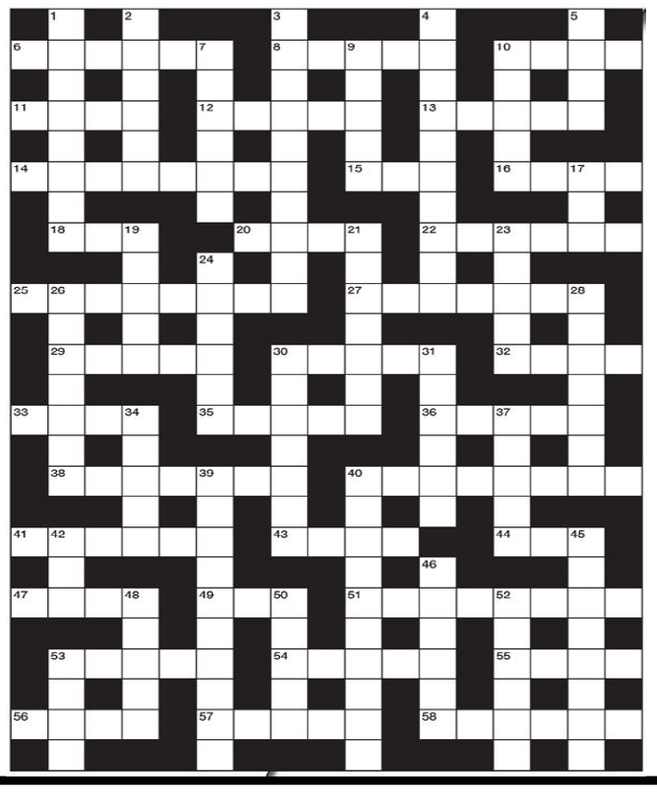
চেরোল অসিনা হায়, পাল্ম ওইল নমদুনা থাবনা পীগদবা চৈথেং অসি ঙসি ফাওবা ইন্দিয়া লৈঙাক অমসুং মাগী অচানবা হংলাই লৈঙাক্লা মণিপুর মীয়ামদা উৎ চাইদুনা মীয়াম্বু অফ ফত্ত খঞ্জনবগী তাঞ্জা পীদ্রি। ইন্তরনেসনেল লোগী মখাদা চৎনরিবা ফ্রি প্রাইয়র এন্দ ইনফোর্ম কন্সেন্ট অদুসু লমদম অসিগী য়েলহৌমীশিংদগী লৌবা লৈত্রি। ইন্দিয়া লৈঙাক্কী নম্মুগী থৌওং অসিনা ৱেসিয়াগী পোলিটিকেল সোভরেন্তি মাংবদা নত্তনা লমদমসিগী ইকোনোমি অমদি বাইওদাইভর্সিটিদা চাওনা চৈথেং পীগদৌরি। ইথনিক পোলিটিক্স অমদি ফুরুপকী ৱাখল্লোন্দা লুপ্লিঙৈ ইরমদমগী লৈহাও চেল্লবা লৌবুক লমহাং উমং ৱামং পুম্নমক মাংখিবগী অকিবা লৈরে। মণিপুরনা মল্টি ইথনিক খুন্নাই অমা ওইনা মরোমদোম লেপ্পা ঙমজরকপা অদুবু ঙসিদি হোরাইজোন্তেল কন্ত্রাদিক্সনগী লাংদা থুহন্দুনা শিংকুপ শানা থুগায়নবা হোৎনরক্লিবসি ইরৈবাক্কী অপুনবা শক্তমগীদমক চেন চোংজরিবা অমদি খোইরাংজরিবা ফুরুপচা খরনা য়াম্না চেকশিন্না য়েংদুনা খোঙ থাংফম থোকই। কাংলুপ নাইবা ইথনিক হোমলেন্দগী ৱাফম অসি কৈদৌঙৈদা তুং কোয়না চৎপা য়ারোই হায়বসি লমদম অসোমদা খুন্দামিন্নরিবা ঐখোয় খুদিংমক্লা মীৎকুপ খুদিং কাওদনা লৈগদবনি। এ সোসাইতি প্রোগ্রেস ইস কোএকজিস্তেন্স নোট ইন সেক্লুজন হায়বা ৱাখল্লোন অসিনা ঙসিসু মণিপুরগী শক্তাক খুদম ওইরিবনি। মরম অদুনা মণিপুরদা খুন্দামিন্নরিবা ফুরুপ কাংলুপশিংনা ফুরুপ কাংলুপকীর লানবন শেমগৎপদগী নাম্থোকপা চুমগনি। মসিনা ঐখোয় মশেলগী মরক্তা মাংজবা নত্তনা করিসু পুরক্লোই হায়বসি খঙলবদি অপুনবা চাওখৎপা ঙমগনি হায়না কোরকোমনা মীয়ামদা থম্লি হায়রি।

WAYEL SUDOKU

Puzzle 320

	6							
	5	2			7			
							8	4
			3				9	
	7				5			
1								
						5		7
8								
3			4			2		

WAYEL CROSSWORD

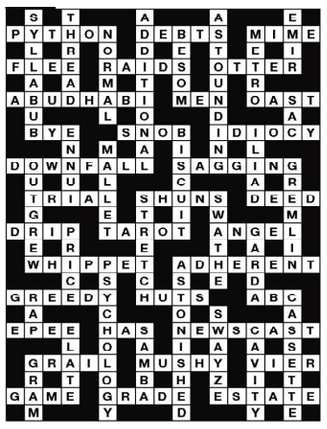


ACROSS

6 Large snake (6)
8 Unpaid bills (5)
10 Act out in silence (4)
11 Dash (4)
12 Sorties (5)
13 Aquatic mammal (5)
14 Middle Eastern city (3,5)
15 Chess pieces (3)
16 Hop-drying kiln (4)
18 Cricket extra (3)
20 One who looks down on others (4)
22 Stupidity (6)
25 Undoing, ruination (8)
27 Drooping (7)
29 Test run (5)
30 Steers clear of (5)
32 Act (4)
33 Fall in drops (4)
35 Fortune-telling cards (5)
36 Holy messenger (5)
38 Greyhound-like dog (7)
40 Loyal follower (8)
41 Voracious (6)
43 Shacks (4)
44 *Poison Arrow* pop group (3)
47 Sharp-pointed sword (4)
49 Owns (3)
51 TV bulletin (8)
53 Sacred chalice (5)
54 Overly sentimental (5)
55 German for 'four' (4)
56 Match (4)
57 Rank (5)
58 Total possessions (6)

DOWN

1 Cream and wine dessert (8)
2 Yarn (6)
3 Supplementary (10)
4 Staggering (10)
5 Middle Eastern ruler (4)
7 Ordinary (6)
9 Twig broom (5)
10 Paris underground system (5)
17 Small pouch (3)
19 Boredom (5)
21 Unglazed pottery (7)
23 Homer's epic poem (5)
24 Croquet stick (6)
26 Became too big for (7)
28 Mischievous sprite (7)
30 Elongate (7)
31 Envelop (6)
34 Financial cost (5)
37 Irish police force (5)
39 Study of human behaviour (10)
40 Flabbergasted (10)
42 Hit, knock (3)
45 Tape cartridge (8)
46 Patrick ___, late actor (6)
48 Fill with optimism (5)
50 Brazilian dance (5)
52 Hole (6)
53 Metric unit of mass (4)



9	6	8	1	4	3	7	5	2
4	5	2	6	8	7	1	3	9
7	3	1	5	2	9	6	8	4
5	2	4	3	7	1	8	9	6
6	7	3	8	9	5	4	2	1
1	8	9	2	6	4	3	7	5
2	1	6	9	3	8	5	4	7
8	4	5	7	1	2	9	6	3
3	9	7	4	5	6	2	1	8

Owned, Published & Edited by **Ningombam Hemantakumar** & Printed by him at Hiyai Advance Offset Printers, Keishampat Thiyam Leikai Machin, Email: wayelkati6@gmail.com Tel. No. **9856088733**