

Rules :- Nos. given in the grid should not be changed. Free boxes is to be filled with numbers from 1 to 9 horizontally and vertically without repeating any numbers.

Hard Sana Sudoku-1069

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

সনা-সুদোকু-১০৬৯গী সোবাসন লমাই ৬দা

এডিটোরিয়েল
ডাঃ স্যার

থরানগী ২৪ নি পানবা থাংজ, সেপ্টেম্বর ০৫, ২০২৬

ଡେକାମିଟା ଯଥାଗା ଯଥାସ୍ଥ ପ୍ରକାଶଂ

[illegible][illegible]

লাইব্রেরীক তাকপা খন্ডা নত্তে

শাগী হৌদাং মশক খঙহনবসু ওজাগী মথৌনি

হৈন্দব্রী মৌরান্দা শ্যোবদীরা অমদি তলপক-তল্হিরিও জাশিন্দা
শ্যোবদীরা ভলসি মইহেরোয়শিলি থাখসি-খাশি লেজনা মাদিদিল
হৈন্দল-লানশিও অমদি ওজাশিও ইয়াময়মুদীও চান হাছলি মইহেরোয়
খুদিওমক সিজিক সেপ অমদি মোরেল লৈহে হায়বানতি য়ারোই। অমদি সিজিক
সেপ অমদি মেলো য়াওবা মইহেরোয় শিখরান্দা য়ারো হ্লাস ৮ দীন্দা।
কোকেজেল অমদি যুনিভাতিও তল্হিবা মইহেরোয় চাম্শী মইমক ১০ ওজা কবা
তল্হিবা শীজিরোয় হায়বদা হায়বানবা থোয়লি। পুনমক অমদি ওয়া হাছলি
চানহানদি য়ারোই, মমা-পা অমদি য়ুয়াই অদুনা চনবীরা চন-লোচল
অদুনা ওহুতল্হগনি। লেকায়-লেকারাদা, তলপ, থৈনি, চ্ছট অমদি
চুনিবা মইকা কজিক মক কাননা ফলগতা মৌকা কল্লি মকম অদুনা
সেরিবা ইনংহল্লবী মইহেরোয়শিলি অফবা রাখল লাকপা ভমগনি, অওনবা
মইমক অমদি অদুনা ভলসি মইহেরোয় শিখি অদিলা লাকপা অওনবা তল্হি
য়েল্হবনা নুশানিগনিওই ওইহে। পুনমক খজী বায়ম অওন, ইয়ীয়া
লোমেনী মফম ক্লাসুস অমদি চাটা অহোবা উা ফলি। মইহেরোনা ওজা
হোবা-হোবা অমদি নৌগেনা কপ্তা হাংপণি থৌলোক কবা থোজি। ইয়ীয়া
মইমক মইমক য়ারো থোয়লি হোয়োক-বাহোয়োক অসিগা য়েনলরবদি
মইমক মইমক য়ারোই অকু হাছলি রতনতি ওইহে। মোখোব ওজা লরদি
নুতলকা অমদি নী অময়ম ওইহেবা শেল্ল হায়বদি ওজাশিখী থৌদিনি। ভসি
ওটসে নে নুমিনিং, ওজাশিখি ইকাসুগুনা নুমিনিং। অদুনা টপসি নে হাছলি
মইমক অমদি ইকাসুগুনা হায়েছক লেজোই। ওজাশিখা ওজা
কবাবা অমদি দুম লৌবা হায়বসিদি নুমি নুমি খুদিগী তৌগাবা থমোয়ানু
ল লাচোবা ইয়ল ওজা। ওজা ইতৌনবা মীশক অমনা ওজা ইতৌকবা
মৌওই অদুনা থৈয়োনা ওজা অমদি চগাবা থৌদা লৌরকনি হায়না থাজবা
অদুনি থৈয়োখী হোলা ওফনি।

লুপা লাক ১০ দীর্ঘ লাক ৬০ ফাংবা পীরাগা ওজা ওংকোশা মীওং
অদুর্গী মিংখা শুঙ্গুরী শেল খাজ উতান, অম্বা মহেরায় পুথোকে হায়কী
খলদি মীয়া শোলা তেবান তরনি। অগুস্তা ওজা অদুর্গা ওংকোশা অরবা
ওংকোশা শেঙ্গুরী হায়কী থাঙবা থুঙুবা মজলগা পাঙ্ক ওংগনি। পুসিস
ওংকিবশো মীওই কোশা শেল পিজগা পুসিস ওংবদনী পুসিস অমরী তেংম
থাকলা অমদি লোম্ম থোকো থোংগ লোংকোশী লোকো অদুর্গী ওংকো
লুপা ওংগরী কীভ মমুগুগু খওঁবনি। থামোয় শেংবা লোবাক্কিম খনবা
ওংকিবশো খনবারী সিম্বি অদি বাঙলানু চুগ চহুবা চুই। শেল চুগনা
খনব লোবা ময়ো তনি। শিম্বক মুদিকমি হাফনি। ওজা হায়বিস শ্যেমন
ওংকিবশো হায়নাবনি। অদুর্গা মুদিকমি হাফনা অমত্ত লেতে। শেং
শোঁরিশালা, লোমনিয়া বমপ-মংগা, পোয়েন্টশি অমদি খুই অদুর্গী খা
হায়কী ওংগি। মার্ক যান্না কাবা ফবা মহেরায় পুথোকসি। লোয়ানা মলেক
হায়কী পেরীয়া অদি কানীয়া ভদ্রমো, মহেরায় লোংগা খুইলী, হোইক
অমদি ইং-মন্সকী থোংগ করিনো যান্না মরেক শেংবা হোইক্সা মীয়ালাশি
ম শব্দনবা ওংগি। উক্স তেওরাপুগা ভদ্রা লোনা মামা খোই শোং খবড়া,
হোইলি অদি লোবাক্কিম খনবা অরবা মশগী খত খনবা পুথোকবনী হায়ক
খোংগা মশক খবড়া, মমা লোবাক্ক নুশিবা, মীংয়ে শাখা, ইং-মন্স অদি
মহেল-নামশিগ লুপা তেঁবা ওজা মীশক পুথোকশনা লোবাক্কি কাবা ওংগনি।
লাইরিক হোইগ লাই ওংগা ওংগা ইংফা অটোবা অমা লোংগা ফবরা
হায়কী যুম অমা শারগা পুগা মশক অরবা অলোংগা কোপেলাবা মামা
খোংগাংগা কোপেলা মীয়া ত্রিদিবা, লোবাক্কি মন্ডবা ব্যুরোকেই অমদি লুচিবা
পুথোকগা ককি কামগনি। হিওবা শেল ওজা, মমুগু শেল খত ওজি লাগনি।
ওজা অমরী থোংগ লাইরিক তলপা খত নোং, দাশগী থোংগ মশক খব্দমবা
অদুসু ওজগী মীয়াই হায়বা ওজগিশো নীশিবা চুগনি।

'Global Burden of Disease' গী রাফমদা থওই রাওইদনা থম্বীরিবা
মেন্টেল ইলনেসনা টোপ রেঙ্কতা লৈরগনি হায়না প্রোজেক্ট তৌরকপা

(1) Mental illness/ Mental disorders হায়না খবুনরিবা লায়নশিা অসিগী মরজ্ঞা য়ান্না তায়ানা নার্গনবা অনুদু কিনিংঙদিই ওঁহরা Common Mental Disorders হায়না জন্মবা লায়নশিা সেরি। মথায়িশ্বপ্তগী মরজ্ঞা Anxiety Disorder অমসুম Depression হায়রিবা অনি অসি য়ান্নামসুম ওঁহবা মেটেলগী আবারনি। Conversion Disorder, ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder), OCD (Obsessive Compulsive Disorder), Schizophrenia (Schizophrenia) (Psychosis) Bipolar Mood Disorder হায়রিবা মেটেল দিসওর্ডরশিংসু লৈরি। অদুগা য়ান্না কম্পন হাইদ্রিদ নন্তবা অদুগা থরা হোয়া শাখিবা মখলগী মেটেল সওর্ডর শন্ন Severe Mental Disorders হায়না খন্তনবা লায়না থরা অমসু লৈরি। মথায়ীগী Schizophrenia (Psychosis) Bipolar Mood Disorder হায়রিবা মথায়িশ্বপ্তগী অসি যাওরি। মথায়িশ্বপ্ত অসিনা অনাবা মীষক ডাব শাখিবা Disable ওঁহনবা গুন্ডি। লায়েগীখনিংগী অনারবিশিঙা য়ান্নমক তায়ানা ওঁহবা নংত্রসুম অমসুম Suicidal তেদুনা শিখিবগী ট্রেজদিশিং খৎখনিরি। আগুংশিঙা অমসুম Adolescent শিখিবগী তায়ানা নার্গনবা মেটেল দিসওর্ডরশিং অসিনা সেএবিলাটিজ থোকহনবা মরঙ্গা হিরম অশেমদসু ওঁহরা চণ্ডা ওনা অকনবা মীরেং চড়লি। অসিগীসু মথক্ত epilepsy (শাঠৈ হৌবা) অমসুম Dementia অতলশিঙা অমসুম থেং চেয়বগী আবারশিং হায়রিবা আনারবিশ অসি ন্যুরোলোজিকেল প্রোগ্রেসিং ওঁহরবসু রোসাইকিয়াট্রিকী ওঁহবা লায়ওংশিং যাওশিনবসু মরম ওঁহুনা দিল্লিয ঞচ ওনা লুল্লা লৈরি। মরম অসিনা পিপলেপসি থেংথবা মেমেসিয়াগী কেৱরি সাতিস পীবাতমদা ন্যুরোলোজিষ্ট অমসুম সাইকিয়াট্রিষ্ট অনীমক্কী হৌ চঙলফই। Drug Abuse (Alcohol, Opioids, Stimulants, Cannabis, etc) হায়রিবা ইশু অসিসু মেটেল হেল্থকী ওঁহবা মচাকশিং চাওনা চেম্বা সাইকিয়াট্রিগী ব্রেক অমা ওঁহরি। মরম অসিনা সাইকিয়াট্রি নংত্রগা মেটেল হেল্থকী মর ওঁহবিশং খল্পরকপা মতমদা MNS (Mental-Neuropsychiatric Substance Use) হায়রিবা সবজেক্শিং অসি পূন্না রা খা-নেমনগী অমসুম ট্রেনি পীবগী থবকশিং চথরি।

(2) Untreated Mental Disorders হায়না প্রোবল বর্ন ওঁফ দিজিগ্গা ১৩%গী চাদা য়ান্না অকব্যা পীরি। Unipolar Depressive Disorder হায়রিবা মেটেলগী অনাবা অসিতম্ভা ১৩%গী চাদা প্রোবল বর্ন ওঁফ দিজিগ্গা অহমগুতা পোজিসদা হায়রি। অখও অহেশিঙা অসুন্না ফোঙসেক্সি মৃদুদি ইং ০০০ দদি দিশ্রোন হায়সিগা পৃথিবীগী দিজিগ্গা বর্নগী ইগী মকোতা লৈবা লায়না অমা ওঁহরিগনি হায়রি।

(3) প্রেথায মীওঁনবা খন্তহৌয়া হ্যামেন্টটারিঅন মরজেসি সিচুয়েসন অমা মায়েক্রকপপা মেটেল

হেল্টার্কী ক্রিয়ানু শাবিনা শোকজননীরকী চেষ্টেং অমা ফং
 হেল্লা। অসিগুস্তা ক্রিয় অসি থোরকপা মতমদা হাল্লা
 লৈজরপা ফোলেম অমসু হুনাফোলেম ওহুনা লৈজরপা
 হেল্টার্কীকয়র সিস্টেম অদুনা শোকহস্তজ্বল্লা হাননা নাদুনা
 লৈরবা মীওংশিপসু লায়ংবা ফলন্তে, নৌনা নারকপা
 মীগী মশিসু খহনেং হেনগফলক্কি অদুনা লায়ংবা ফংগী
 খুদেফলক্কি ফক্জনে অমসু মতেং পাণ্ডীবা লাকপগী মক্শী
 য়াশু ন্যাম্মী। অসিগুস্তা হ্যামেনিচিরালা কনক্লিস্ট নত্রগা
 ইয়ারজেলি অসি থেংকরদনী দিপ্সেননীর হাল্লা জেনরেল
 পোপুসেননীর মরজা লৈরপা এভ্রজে প্রিজনেলে রেট
 অদি ৭৭%দা অদুনা পোষ্ট ড্রাটমেন্ট ট্রেস দিলগর্দ
 (পু চি এচ দিগীনা) ১৫% হেনগফলক্কি অদি

(৪) Mental Health কী ওহনাদি অনাবা মীগী
মশিংনা কা হেন্না য়ান্নবুস ত্রিটমেন্ট ফেসিলিটি অমসুং
প্রোভিন্সশিদি মরাং কায়না লৈহনবা ঞমদে। মরম
অসিনা লায়োবা ফব্বা ঞমদবগী ত্রিটমেন্ট গুপ অমা
য়ান্ন চাওনা লৈরি। সেভর মেডেটল দিসওর্ডনার নারবা

- ডা. রোবিন্দ্রো খাণ্ডেশ্বর -
সেনিয়ার সাইকোলজিস্ট, মণিপুর হেলথ সার্ভিসেস

মহিলা ও শিশু বিষয়ক সচিবালয়
 অসি লো ইনকম কন্ট্রিশিং অসংগত মিন্দল ইনকম কন্ট্রিশিং
 গী ওইনা ৭৬% দগীনা ৮৫% মুক ওইরি। অদুগা হায়
 ইনকম কন্ট্রিশিংগীনা ৩৫% দগীনা ৫০% মুক ওইরি।
 ফিভম অসি য়ান্না লায়বক থিবনি।

(৫) Mental Disorder না নারবা মীওইশং
অসি মতং চাদনা শিবগী ঙং রাই। ... না নারবা মীওইশং
অসিনা জেনেরেল পোলুদসনদগী ঙনখংনা শিবগী ঙং
অসি শরক ১.৬ রোম হেল্লি অদুগা মেজর দিপ্রেশননা
নারবা মীওইশংগীনা শরক ১.৪ রোম ওই মরমদি
মখোয়াদা কেল্লর, দইবোটি অসসু ঙ্টে আই নিচিবা
ফিজিকেল হেলড প্রোরোমেশং অসিনা আইননবগী চাং
রাংবগা লোয়ানা সুসাইল তৌবগী চাপ্স রাই।

(৬) মেস্তেল দিসওর্দরনা নারবা মীওইশিং অসি
সোসিয়েল দিসএদভাণ্টেজ অমসুং ইকোনোমিক
দিসএদভাণ্টেজ কয়ামরুমু মায়াঙ্কহল্লিঃ-

(a) মখেয়া অসি হোমলেসনেস ওইনা কোয়চং
চংপসু য়াউই অদুগা নাটে চাদবা খৌদোক রাথোকশিং
দা চেম্বলদগী জেলদা বন্দি ওইনা লৈবসু য়াওই। মতো
অসিনা মখেয়াবু ঙ্গিগমা, দিসক্রিমিনেশন অমসুং মারজি
নেলাইজ তৌবীদগী চংসু রাংই।

(b) শাখিবা মখলগী মেটেল দিওওর্দনা নারবা
মীওইংখি অসি এদুকানোল এদোলমেন্টো রাংলি, ইনকাম্পানি
জেনেরেসনগী ওপ্পুরচুনিটিসু নেশমী অমসুং ফংবা য়াৰাৰা
অমদি লৌবা য়াৰা ইকোনোমিক পকেজজিশং লৌজাবা
ফংদি অমসুং সোয়িগেল নেট পাকি ক্যান্দা ইহ্মোজা
তখী। তেঙান তেঙানবা লান্নাৰাখানা ওইহ্মকপা
দিংএবিলিটিংখী মরঙ্তী সেভর মেটেল ইলসেনসন

ওইহল্লকপা দিসএবিলিটি অসিনা খ্বাইদগী রাংবা চাংদা
(90%) Unemployment গী ইশু অসি লৈহল্লি।

(c) Mental Disorder না নারবা মী ওগঁখ
অসিগি ছামেন রাইটস ইত তক্তা ভাইওলেন সতৌবীবা
যৌথীকো রাখোখিশি মারো কায়না। মখোয়গী রাইট
ওফ রাব্ব অমসুং রাইট টি এদুকেন খোখাওনবীবা নক্তা
মখোয়বা অনবীজিনিক অমসুং ইনছামেন ওঁবো মও
না। মফমদা থবীবা, ফিজিক্যাল অমসুং সেন্সুয়েল এণ্ডা
তৌবাবা, নেস্ত্রী তৌবাবা অমসুং হেল্ঠ পেস্টিলিটিসিগা
মার্বল অমসুং দিগ্ৰাদেশ ওঁবো মওনা ট্রান্সমেন্ট তৌবাবা
অমসুং হস্তা নেয়ৌবাবী যৌওগঁখ লেন্ডনা চখবির।
অসিগিগু মখতা সিভিল রাইটস অমসুং পোলিটিকেল
রাইটস (খুদম ওঁনা হায়রবা লুহোবুনা ফেমিলি লিববী
রাইটস), সিটিজেনশিপ রাইটস, ভোটিং রাইটস অমসুং
পল্লিক লাইফ ইট ফেইটভ ওঁনা য়াওজববী রাইটসিংস
খোখোইববির।

(e) Mental Disorders না বারবশিং অসি
মশাগী ওইবা অমসুং ফেমিলিগী ওইবা ইকোনোমিক
দিভলপমেন্ট ৰাংপনা মরম ওইদুনা অয়াবুনা লায়ববা

খাণ্ডেশ্বরম –
নিপুণ হেলথ সার্ভিসেস

(Poverty) হামবদু ওইহল্লি। মসিনা নেসনেল
বেলগী ইকোনোমিক দিভলপমেন্টসু চাওনা খুরৌ
খাংহল্লি।

(f) Mental Health Professional শিং
গী মশিসু কা হেন্না রাংপনা মরম ওইদুনা অনাবশিঙা
ংনিংবা মফমদা অমদি লাক্টিংবা মতমদা মখোয়গী
লায়েনবগী খুদোংচাবসু ফংজবা ঙমদে। মসিনসু মখোয়দা
ংবা কায়হন্নগী মরম অমা ওইহল্লি।

(g) হেলথ সেক্টরদা খাদরকপা শেনফমদগী মেস্টেল-হলঠকী ওইনা কায়খোরকপা শেনফমসু কা হেমা দীকমনবদগী মেস্টেল হেলঠ প্রমোসন, প্রিভেনশন, ট্রিটমেন্ট অমসং মেনেজমেন্টকী পোলিসিগিং শেম শাবদা কা হেমা খুদোং চাহদে।

TABLE 1-Global Bu

Rank	Cause	% Total	Rank	Cause	% Total
1.	Lower respiratory Infections	8.2	1.	Isohermic heart diseasa	5.9
2.	Diarrheal diseases	7.2	2.	Unipolar major depresalon	5.7
3.	Perinatal conditions	6.7	3.	Road traffic accidents	5.1
4.	Unipolar major depression	3.7	4.	Cerebrovascular disease	4.4
5.	Ischemic heart disease	3.4	5.	Chronic obstructive puimonary disease	4.2
6.	Cerebrovascular oisease	2.8	6.	Lowet tespiratory inlecionis	3.1
7.	Tuberculosis	2.8	7.	Tuberculosis	3.0
8.	Measles	2.7	8.	War injuries	3.0
9.	Road traffic accidents	2.5	9.	Drarrheal diseases	2.7
10.	Congenital abnormalities		10.	HIV	2.6

Source Murray CJL Lopez AD eds The Global Burden of Disease A Comprehensive Assessment of Mortality and Disability From Diseases, Injuries and Risk Factors in 1991 and Projected to 2020 Boston. Harvard School of Public Health, World Health Organization World Bank 1996.

মহোশাগী লায়েঃ অমসুং চাবা

—ডা. কে বসন্ত সিংহ

নানা মশিনী চালাবে হোতা চাঙ্গদান। যারিবামতে নুমিৎ খুদিগী খোঙ্গদান, সে চুঙ্গদা চালা যাহোংগদান, শিঙুঙ্গদাচিবা যারা খরা চানবা নত্রগ্গা অত্রিবা মহী হোতা থরুবা হোশেংগদান। থবি, তোরোৎ, খোঙ্গদাং, খামেন আশিবা গজরংগদা মহী লৌদনা থপ্পা যান্না কামে। অতপ্পা মহীখি চপ্পা মহী, কামেং মহী, কোলো মহী, হরিখাগোন্দি শরবংগদা থকপসু আনাশিবা থুনা পিঙ্গদা পীবা শুন্দি।

চাণা করল শোণ শাণন?
 হেঁজিকি মতমন নারিবা লায়নায়ি? অসি চট্টায়ে চাণা ৮০ দি চিট্টাঙকী
 হৌকাকিবা ভাঙনি। মরম অদুনা লায়বেশ চিট্টাঙে য়েংদাবনি, ফাশাদিবা
 ফড়বা হীলকশিং, ভিটমিনশিং সিনা মতম শরগী ওঁনো হককং ফাংহনবদি
 জমণি। অনুভু ত্বে জুনা কায়রেল্লো। অদুনা অমোয় ঐখোয়ী ইমুদা
 লৈবা চকশপকশিং অসি ফাশাসি অমগুগু। খন্দনা অহৌবা ফাশাসি সিনা মলম
 মনগণী হীদাক পিওনচনা চকগুগু শেবো চাক কোমেশাপিগু ভিটমিন মিনরেল
 মরং কয়না যাওবা পোংখিনা নীংখিঙনা ভিটমিন, মিনরেল মাঙহন্দনা শেম
 শাদুনা খোঙন্দবা হোংগন্দনি। মরম অদুনা চকশা বৃদ্ধা শেমৌরিবা নুপী
 ওঁইখিগণী মগুভু ইংম অদুদী মীওঁইগণী হককং ফনবনা নব্রঙো অনাবা ইমুং
 ওঁনবনা অটো শকক য়ারিবনি।

মৈত্রেয়ী হাওয়া চাক চাক লেবুবাড়ী মী নারকনি হায়নবগী মনুগী অর্থস
চাক লেমহন্দনা ওরুস চশিল্লু চাকি নবত্রগী লুখাক লেবুবাড়ী ইমুদু নারগনি
হায়বা নভে, চাক খরা তানা থোঙউ চাকি লেবুবা থোঙ্গু হায়বনি।

[illegible]

শাহসুন্দরী মনো-মায়ান্ড্র ফেদোসোয়া থোয়েসোফানি থায়ো ত্তা মে খান্দা খোতানি, মনু-মায়ান্ড্রা ফুফানি অমদি পেগো হেইরদানি নত্রেগা মত গুৎতেরদদি মে ত্তা থান্দা থমগনি মরোই মপাং হাতিংবা হাঙ্গা যারে। নন্তুন্দা অযান্দা থোয়েভারিসদি হান্দা মুক্কা শোরোৎকান্দা ঈশি তাইন্দুনা চামযোন্ধনি। মতুদা থাওদে কুঁকো জ্রুঁদা হকৎগা কান্দাবা মদি ওঁইবোথোৎকান্দা মাত্তরৎগা থুম মোরোক থাও মর মরানো হোয়া হাৎকুনা হাওননবা থোৎগুনি। হকৎগ ফহরবা নত্রে। মরানি হোয়া চানিবা ফাওহান্দো হোঁল্লা চাবগী হেবাবী লৈল্লি। তু-দা বি পি রানগী আনাবা থোঙ হাৎকুনা লিকশা, হকৎগ চাইৎথংগা, ঈশিং পূকৎচনংগিবা ওঁইহাং।

অনাবরণী গুপ্তাক স্বাধীনী করবা হিন্দো (মজেননা চাৰা যাবাৰণ চান্দা থুনা মৰো পাঙা
লেননবা। নান্দিৰিৰাচা চাবদা হুংউহীয়া মীং-না শিৰা পুলি শাবনা থৰো চাবা মাঙা
লেননবা স্বাধীনী করবা চীজাঞ্জী। শম্মা নুংউহাৰা লাইদা কৰুপদা, তৰ্ণপনগী চাবা থৰো মাঙা
হৈশৌই শৈৱাৰা অদুমা ভৈয়োৱা পুত্ৰপুত্ৰ ঈঙ্গৰী মল্লিকা চাবা চাপনবা। শিৰি
কৰপ্তা অমা চামদমঙদা ওহুৱো অক্সুৰা চাবা চাবনি কৰনি। মাৰি
পঞ্জনিবদি থাওদা তওবা চিনি যান্না হাখুনা শেঞ্জ অখুম-অহাওদি য়াৰিবৰি
চাং হুহুৰা হোংদোপনি। য়াৰিবৰিৰে প্ৰকৃতিৰা ওহু উই-ৰাইহে, মনা-মণি
চাৰা চাবনা চাবদা হুংহা হাবসি খঙমসি।

ক্যাম যান্না চাগনি ?	হাওতে হায়দনা
যান্না চাবনা যান্না কল্লি। খজিঙে চাবনা পান্সল শোল্লি। মী খুদিম্‌কু	খন্না চাগনি। অ
হায়নে খনসু খল্লি। পীক্লিবা অঙাংশিবু থুনা চাউনবা মমা মপানা মচি ওইবা	শায়দনা চাগনি।
হকচাং ফনবা অহাওবা চিঞ্জাক কয়া লৈরি। অদুবু যান্না চারগা তুন্না গুদমদুনা	ঈশিং থক্লেইনবা

DALYs গা Mental Illness কা লৈনবা
মৰীঃ-

DALY হার্যর্দি Disability Adjusted Life Years হয়র্বনি। **DALY=YLL+YLD** (Sum of years of life lost because of Premature death and years of life lived with disability) হার্যর্বসনি। মেটেলিটি ত্রাণনব্বা লায়নাশিংনা য়় শিহ্নবর্গা চাং (জোন্টেলিটি নেন্নবর্গা অম্মর্দি মেটেল্ দিগর্ওর্গা) অনাবা অম্মর্ ট্রাণ ১০ প্রাইওলিটি লিষ্টতা যাওবা থেন্দে। অদুব্রা প্রাণেবর্গ বর্দন ওফ্ দিজিঞ্জ হেল্গেলগ্না মতাদর্দি মেটেল্ দিগর্ওর্গাশিংনা ট্রাণ লিষ্টতা চরা থেনগনি। মসিনা তাকপর্দি মেটেল্ দিগর্ওর্গাশিংনা য়় শিহ্নবর্গা চাং নেন্নবলবসু মযোয়ানা শীবা দিজিঞ্জ বর্দনি অসুদ্রী মত্কি ওওই অনুনা খজ্জি উশিদবরা য়়ারোই হার্যর্নি। দিজিঞ্জ বর্দন অসি মেটেল্ লিষ্টটি অম্মসু খস্গর্বিলিট অনী পুনাশিল্লগা ওইহল্লকপা প্রাণেয় অদুব্রা খস্গর্নি হার্যর্নি। **One DALY is one lost year of healthy life** হার্যনা খউন্। **DALY** য়় মশিং য়়ামখসল্লিবর্নি। হেং ২০০৮র্দি মেটেল্ দিগর্ওর্গানা ওইহবরা দিজিঞ্জ বর্দন অসি ১৫% দা হেনগখল্লগনি অদুগা য়়িন্শেলার মশিং দিগ্গেসনা হার্যর্গাচনা প্রাণেবর্ দিজিঞ্জ বর্দর্গী অনীশুবা মফম কল্লবনি হার্যনা প্রাণেজ্জেন্না ত্রোবনি। মসিনা তাকপর্দি প্রাণেবর্ বর্দন ওফ্ দিজিঞ্জ য়়় স্ট্রিদি অসিনা মেটেল্ হেল্ঠী ইশুশিং অসি তরাইনা লৌবা হার্যর্গাই হার্যর্গা আই ওপনিং অম্মসু মাইদ ওপনিং ওইবা হার্যর্গাশিংনা নেন্নবর্গা মচাক পীরে। মেটেল্ হেল্ঠপুনা থাখিদ্দনা নেপ্লেকর্টেদ ওইনা থসুদ্রী মছতা তঙাইফল্লনা মেটেল্টিমিং ত্রোগাবনি হার্যর্গা ইঙ্গিং পীরে। অসুদ্রা হার্যর্গে, 'There is no health without mental Health'। মময় অসিনা হেয়া চাওবা ত্রুইশিগ্গস অমা থোল্লক্লবদর্গী কনাইনবর্গাদমত্ মেটেল্ হার্যর্গাই ইশুশপুং মফম থানা নেন্নাইদ্দনা থিহ্বা ত্রৌবা হার্যর্গা অম্মসু আনাবা পোশিনি। প্রাগ্রায় শেমদুনা ইমপ্লিমেন্ট ত্রৌবগী তঙাইফল্লবা লেয়ে।

করস্থা মতমদা চাগনি ?

যারবাৎসী পাণ্ডুর পীড়া হেজ ইলৈ লায়না। অদু ত
 য়াংমায়া খোয়না য়েংনিজ ইলৈহাই। অদু শিব্ব
 চায়া চায় য়রনা য়েখো চানবস য়াওঙ। চং ওংনা য়শ্ব
 য়ং চ দরী ১১ য়করী মন্দা চরনা ফে য়াইনে অদু
 য়াংগুশ্বসী য়েখো তেজোনা চংনিবস লৈ। কাঙপুশ্ব
 চায়া রাঙ্গা য়েখো য়ং ১-২ চানবস চায়ু য়াওঙ। খ
 য়েন্নে চা য়োকপসু লৈ মকওইনা মণিপুগরী চাংগী ল
 য়াংমায়না য়ং ৭-৮ চানব চাক তেখৈ। অদুগা মূলগাংগী
 য়েখোইলৈ। লৈম্ব ধর্ম চংশপেশনসু অন্দবা য়ুজু চায়া হ
 য়ংদা নুমিং অগ্নিজো মূলগাংগী চায়া চাখোই। কনগু
 ০-১১ চা চাক চাবল লৈ। অদুগা জ্ঞা চায়া অদি অ
 য়েখোই শ্যেদ্রাবনি। নুমিংগা শ্যেদ্রা (সেল্পগাংগী) অহাবা
 য়রবদি আদুদুসু থুনা কোকহল্লি অমসু অচেই অগা চানিবি
 নুমিংগী চায়া জ্ঞা চাখোপনা নুমিংগা তুদা লেজেন
 কুঁত। ঐখোদা পীরিবরা অরাঙ্গ হায়বদি ঙাওংবাবা
 য়াংদা চাংগাংহিবনি। মসিনি ঙ্বাইদী মকওংহিবদি। চায়া
 য়াংদুসু ঐখোদা য়াখোপনি। মরজা ঈশিং তেয়না
 য়েখো চাবগী মতজ ঙাইদাবনি। অসুগা ঐখোদা চাবগী
 অদুগা অমত্ৰ নারেই।

কর চারিটি নং
 বাহাং অসিনি খুইদিগী মরুওহরিবা চাবগা মরী লৈম
 হুয়ংগা পুম্বক খঙই খেচোনা চাতিবা পুম্বকগুই এ ঙ্রী
 বনিব। অফকা হকচং ওইগে হায়রবদি অফকা চিঞ্জাক
 বাঙেই। ফক্তবা চিঞ্জাকগু পুন্সি লৈফমগী, পাঙ্গল ক
 হায়রবসু অত্রেঙ্গা শোভনবসু য়াওই। মরমদি
 চিঞ্জাক খেইবা লৈফম, ধর্ম, ত্রিবা শব্দ, হকচংগী
 হুয়ংগা থবক খেয়গী মরুই ইসুসু মী খুইদিগী তোঙ
 লৈ। খুইদি ওইনা মশা থাঙ্গা শান্নোই অমনা য়েয়
 হুইদিগী হুইদি লায়না তুরা শুম্গী, মাক কবসব শুম্গী
 চিঞ্জাক শাদাবা অনান্না মশা ফনবনি হায়দুনা অহান
 চারবদি তুরা ভুদদানা ওবা-ফায়বগী অনাবা ওইরকপ
 গুই ওই-তৈনাবা হকচং হোবা শোকেদি নতৈ অসুঙ্গা
 মরম হকচং ফনবনি হায়দুনা শা-ঙ্রী জিওরবগু খেয়ক
 লাগেই। শাদেয় মরুগী শিঞ্জিমা বাওঁরি। কাপ্তুর শা
 গুইদি খোলাপা পল্লবরগু লৈ। খেয়গী নাতেন ফনবা,
 হুয়ংগা শাদেয় থুয়ুরগা খোঙ হায়গনবসু ওইরি। অফ
 খল কাঙ্গী হুইবা আচাশে কায়রক শোদুনা চানরি
 স্লেম অসি তঙাইফদনা অমা ওইনা শিঞ্জিদি। মরু
 মরমা প্রোচিনি মরবসু ওইসিনি য়ামদে, থবক অরবা অ
 মরবসু মরবশদিদি তঙাইফদনা প্রোচি অহেবা দরক
 মরবা শব্দবা চাউং মপুং মরপে মরবশদিদি
 মরক চাউংহুই। হকচং অলুঙ্গা হেনবগী অরবা ওই
 খল মশা কাঙ্গী অরিবা অনাবশি ব্রদ প্রেসর বাংবা,
 য়াঙ নাগ, গাউ, কিদিনিগী অনাবশি অসি প্রোচিনি
 য়াঙ নাগ, গাউ, কিদিনিগী মরবদি য়ারিরকগু প্রোচি চাঙ্গী হাং
 হুতু ভিটিনি অমদি মিরিগন রাংবা য়াওবা চিঞ্জাকশি

পাণ্ডেগী অহলশিংনা মফম মতম নাইনা চেকশিনা চারম্মী।

বৈদ্যনাথ চক্ৰ আনান্দাৰ মধ্যমা অক্ষৰ পাছৰা হ'থুনা পুষ্কি
যা তপ্তা চানি। চাৰিওঁ মতমা পুষ্কি ব'ঙাইহৈহোৱা বানী
চাৰিওঁ মতমা চাননান চাৰেইহবনি। চাৰিওঁতা নাচুৱা বানী
গুপ্তা চাৰিওঁ অমদি নাৰীথনা শাইহৈহবনি। চাৰমদিহা অমদি
পাওণ্ডী চাৰি পা তুহুনা বনী, হায়েক্কাৰ্কেৰিক এদি অমদি
বীৰী ক্যা নাৰীথনা থোৱহবুনা চাৰিওঁশিপু তুহুনাহব
চিহ্ন-যা নাৰীথনা শেথোদক্ৰিওঁতা কৰিওঁতা পোং অমতা
বীৰী অহল-লমনিগনা তৌনমহেদ। মক্ৰওঁনি ঈৰ্গজনা
যায়ুনা অহলগিথনা চহৰবীৰী। অসিওঁতা ফজবনা চহনীৰ
দি চাৰা থকপা পুষ্কক অসি কহকাণী নুদা লৈৰবা অমতা
নি হায়না পুষ্কি থকৈ। চাননান মায়ম ওঁকৰা ঈয়ুনা
গুপ্তা, হক্কা চিক্কা অমতা চানমহেদ। থায়ম ওঁকো চিক্কা
কোৱেতা চাক কোৱাশাধা নওঁতা মূগা শৰুকা পোং নওঁতা
যা ওঁকৰগু চাৰি থায়না চানমহেদ। চানুৱা চা গুপ্তনা হাওঁ
ওঁকৰী চাৰা অহুগিথি অমদি নমুৱা ঈয়ুনা পীৰিবনি
কি শেতুনা পুষ্কি কহকাং শেতা তপ্তা ঈকো তোয়না
মহেদ মতমা চা ৰায়ুনা গুগ্লেইহবনি। ৰায়িবমৈ চাৰিওঁতা

কোঙ্গোদা ইবোলা আউটব্রেক থিংবা ঙুমদনা লৈরি, মীওই ৩,০৩৯ লৈখিদ্ৰে লৈঙাক্ৰা অরোইবা ওইনা খুঙ্গং খুদিংদা চঙদুনা থিংনবা হোংনগদৌরি

অবুজা, সেপ্টেম্বৰ ০৪ (এজেন্সি): কোঙ্গোদা থোন্ধিবা ইবোলা আউটব্রেক অসি লৈঙাক্ৰা চখরিবা চহন-কাঙলোন অসি মায় পাঙা থেংনবা ঙুমদনা। মখা তানা আউটব্রেক থোন্ধিবা মীওই কয়া অশি-অনা থোকপগী যৌদোক লেপুনা থোন্ধিবা অসিবু থিংবা ঙুমদনাগী অখমবা থোঙথাং ওইনা কোঙ্গো লৈঙাক্ৰা খুঙ্গং খুদিংদা চঙদুনা আউটব্রেক অসিবু থিংবা ঙুমদনাগী থোঙথাং লৈখংনবা বারেপ লৈছে।

অফ্ৰিকা সেন্টৰ ফোৱ দিজিটেল কন্ট্রোল এন্ড প্ৰিভেন্সনগী মায়কৈদগী কোঙ্গোদা থোন্ধিবা ইবোলা আউটব্রেক সি হৌজিক ফাওবগী ওইনা গীক সোনা থোন্ধি হায়বগী থাঙবা লৈ। হৌথিবা চহী অসিগী মে থাগী ময়ই থংবা চয়োলদগী হৌদুনা কোঙ্গোদা থোন্ধিবা ইবোলা আউটব্রেক অসি মায় ময়গা লৈবাক অসিদা মৰম ওইরগা লৈবাক অসিদা ইবোলাগা মৰী লেনবা কেস ৬,২৫০ থোন্ধি। কেসশিং অসিগী মনুংদা পুনা মীওই ৩,০৩৯ লৈখিদ্ৰে। লৈবাক অসিদা মায়োন্ধিবা ইবোলা আউটব্রেক অসি মায় পাঙা থিংবা ঙুমদনা অখমবা থোঙথাং লৈখংনবা মথৌ তাই হায়না ফোঙদৌরিকি।

অফ্ৰিকা সেন্টৰ ফোৱ দিজিটেল কন্ট্রোল এন্ড প্ৰিভেন্সন

(সি দি সি) গী মতুং ইয়া হৌথিবা চহী ২০১৪দগী হৌদুনা ২০১৬ ফাওবা ৱেষ্ট অফ্ৰিকাদা থোকথিবা ইবোলা আউটব্রেক অদুনা মীওই ১১,০০০ লৈখিদ্ৰে। অদুনা চাং দমৰুদা হৌজিক কোঙ্গোদা থোন্ধিবা ইবোলা আউটব্রেক অসি চালা ৫ হেমা খুমাঙ য়াংনা ইবোলা আউটব্রেক থোকপগী মমি চাউনা তাই হায়না ফোঙদৌরিকি।

চয়োল অসিগী ওইনা য়ু এস সেন্টৰ ফোৱ দিজিটেল কন্ট্রোল এন্ড প্ৰিভেন্সনগী মায়কৈদগী থোকপা খুয়দগী নৌবা নোটিফিকেশন অমগী মতুং ইয়া কোঙ্গোদা মায়োন্ধিবা ইবোলা আউটব্রেক অসি মায় পাঙা থেংনবা কোঙ্গো লৈঙাক্ৰা মৰু ওইবা থোঙথাং ৫ লৈখংনবা মথৌ তাই হায়না ফোঙদৌরিকি।

য় এস সেন্টৰ ফোৱ দিজিটেল কন্ট্রোল এন্ড প্ৰিভেন্সনগী মতুং ইয়া কোঙ্গোদা মায়োন্ধিবা ইবোলা আউটব্রেক অসি খুদক্তা সৰ্ভিলেং তৌদুনা ইবোলা ভাইরাস ইনফেক্সন তৌরে হায়বগী থিডোকপা মথৌ তাই।

ইবোলা ভাইরাস ইনফেক্সন তৌরে হায়বা দিটেক্সন তৌবগী থিহুবা অসি। ময়ম ওইরগা কোঙ্গোদা ইবোলা আউটব্রেক অসি অমুন্ধা



হেমা পাকথোক শব্দোকপদা মতেং পাংলি। হৌথিবা চয়োল অসিদা ইবোলা ভাইরাস ইনফেক্সন তৌদুনা লৈখিদ্ৰবশিং অদুগী মনুংদা চালা ৬৩দি ইবোলাগী লৈরিবা ব্ৰিটমেট সেন্টৰ অসিগী পীৰিবা মথৌ তাবা

লায়েং অদু ফুংদনা লৈখিদ্ৰা গাভনি হায়না ফোঙদৌরিকি। চংলিবা চহী অসিগী মে থাগী থাংম মতদগী হৌদুনা কোঙ্গোদা থোন্ধিবা ইবোলা আউটব্রেক অসি ঙসি ফাওবা থিংবা ঙুমদনা মখা তানা

পাকথোক শব্দোৱিকি। মৰী লেনবা ওখোৱিটনা ইবোলা আউটব্রেকপু থিংনবা লৈখংলিক্ৰিবা থোঙথাং অসিবু নৌনা হোংদোক হোংজিন তৌবগী মথৌ তাবা কয়া লৈছে হায়নসু অফ্ৰিকাগী সি দি সিগী

মায়কৈদগী ফোঙদৌরিকি। লেগা লৈতনা শব্দোৱিক্ৰিবা ইবোলা আউটব্রেক অসিবু থিংবা ঙুমদনা কোঙ্গো লৈঙাক্ৰা অমদি মৰী লেনবা ওখোৱিটনা লৈবাক অসিগী খুঙ্গং খুদিংদা ইবোলা

পোজিটিভ ওইবগী কেস দিটেক্সন তৌবগী থোঙথাং লৈখংনবাগী বারেপ লৈছে। বারেপ অসিগা মতুং ইয়া কোঙ্গোদগী লৈরিবা খুঙ্গং খুদিংদা চঙদুনা মৰী লেনবা খুঙ্গংলিগী লৈখংলিগী খুঙ্গংলিগী ইবোলা ভাইরাস পোজিটিভ ওইবগী কেস দিটেক্সন তৌবগী থোঙথাং লৈখংলিগী হায়না অফ্ৰিকা সি দি সিগী ইমজেন্সি প্ৰিপায়নেনসী হেদ চাব বাউননা ফোঙদৌরিকি।

চংলিবা চহী অসিগী মে থাগী হৌদুনা মায়োন্ধিবা ইবোলা আউটব্রেক অসিগী খুয়দগী ইবোলা আউটব্রেককী কেস থেংনখিবা ইতুৰি প্ৰোভিডতগী হৌদুনা অফ্ৰিকা সি দি সিগী মায়কৈদগী খুঙ্গং খুদিং দা চঙদুনা ইবোলা পোজিটিভকী কেস দিটেক্সন তৌবগী থোঙথাং অসি পায়খংনবা হৌনবগী অপাশ্বা য়ব বায়ুনা ফোঙদৌরিকি।

নাকল অমরোমদা, কোঙ্গোদা ইবোলা পেসেন্টকা শোন্ধ-শম্বৰুবা মীওইশিং খঙদোন্ধুবা হোংনবদা মৰী লেনবা ওখোৱিটনা অৰাৰা মায়োন্ধুনা লৈরি। অদুৰ মৰী লেনবা ওখোৱিটনা ইবোলা ভাইরাস পোজিটিভ ওইবগী কেস থিডোকপগী কেস অহিং খুংলিখবু লেগা তৈতনা হোংনবগী মনুং চালা ইবোলা পেসেন্টকা শোন্ধ শম্বৰুবা মীওইশিং

ইবোলা ব্ৰেইন তৌবগী টেষ্ট চালা ৮১ বৌনা পাঙথোকপা ঙুময়ে। অদুৰ ওফিসিয়েল ওইনা ইবোলা ভাইরাস ব্ৰেইন তৌবগী থবক অসিগা মৰী লেনবা ওখোৱিটনা খঙহনবা তৌদনা লৈরিবা ইবোলা ইবোলা ভাইরাস পোজিটিভ ওইবগী কদায় ফাওবা অহোবা লৈরমগনি হায়বা অদু নুংনাংলিঙাই অমনি হায়না অফ্ৰিকা সি দি সিগী ইমজেন্সি প্ৰিপায়নেনস হেদ য়ব বায়ুনা মখা তানা ফোঙদৌরিকি।

হৌথিবা চয়োল অমুং অসিদা অফ্ৰিকা সি দি সিগী মতুং ইয়া ইবোলা পেসেন্টকা শোন্ধ-শম্বৰুবা মীওই ৯৭,৬০০ হেমা লৈছে হায়না থাঙবা থম্বী। হৌথিবা চয়োল ৩ অসিদা লৈবাক অসিদা ইবোলা ভাইরাস পোজিটিভ ওইবা কেস ৬০ থেংনছে। হায়রিবা ইবোলা পোজিটিভ ওইবা কেস ৬০ অসিদা য়ুম্ফম ওইরগা লৈবাক অসিদা মীওই ৯৭,৬০০ শোন্ধ শম্বৰমগনি হায়না লৌবনি। হৌজিক ফাওবগী ওইনা লৈঙাক্ৰা ওফিসিয়েল ওইবা ৱেকোৱদতা মহাক য়াওদবা ইবোলা পোজিটিভ ওইবা কেস কয়া হৌথিবা চয়োল অসিদা লৈরমগনি হায়বা খঙবা ঙুমদনা লৈরি হায়নসু অফ্ৰিকাগী সি দি সিগী মায়কৈদগী মখা তানা ফোঙদৌরিকি।

ইন্দিয়াদগী ক্লাইমেট কম্পেন্সেশনগী শেনফম লৌগনি হায়বা ৱিপোর্ট নেপাল লৈঙাক্ৰা য়াখিদ্ৰে

কথামান্দু, সেপ্টেম্বৰ ০৪ (এজেন্সি): হৌথিবা ওগুট থাগী ২৬তা টিমেট অমদি নেপালগী ঙুমথে পৰিৱৰ্ত্তি হৌৱকথিবনি হায়বা অকনবা ঈশিং ঈচেলনা ময়ম ওইরগা নেপালদা থোকথিবা খঙহৌদবা ঈশিং ঈচাও অদুনা মশীং য়াংনা মীওই কয়গী পুন্ডি মাঙথিবা, মীওই কয়া অমনা থিবা খঙদনা লৈখিবা অমদি লুণা ক্লেৱ কয়গী মাল-চাং মাজহন তাকহনখিবা অদু মহৌশাগী খলদা কায়ৱকপদগী থোকথিবনি হায়ৱদুনা ইন্দিয়া, চাইনা অমদি য়ু এসতা কম্পেন্সেশনগী শেনফম পীনবা নেপাল লৈঙাক্ৰা সিমাদ তৌত্ৰে হায়বা ৱিপোর্ট অদু অনৱবনি হায়না নেপালগী ফোৱেন এফিয়ার্স মিনিষ্টৰ সিসিৰ খনালনা ফোঙদৌরিকি।



এফিয়ার্স সিসিৰ খনালনা হায়, নেপাল লৈঙাক্ৰা অমদি মশাগী পাৰ্শ্বেল ওইনা নেপালদা থোকথিবা খঙহৌদবা

ফোঙদৌরিকি। ফোৱেন এফিয়ার্স মিনিষ্টৰ সিসিৰ খনালনা মখা অৱদুনা ফোঙদোকথিবা চাইনা, ইন্দিয়া অমদি নেপালগী লৈরিবা এনভাইৰনমেণ্টেল ইকো সিস্টেম অসি নেপালগা অমতনি। ক্লাইমেট চেঞ্জনা পীৱিক্ৰিবা চেংথে অসি লৈবাক অসিদা চপ মাননা মায়োন্ধি। ময়ম অদুনা নেপাল য়াওনা হায়ৱিবা লৈবাকশিং অসিগা লোয়নদুনা ক্লাইমেট চেঞ্জ অসি কৰি কৰখা থোঙথাং পায়খতুনা ফগংহনগদগে হায়বা ৱাক্ষম ফোঙদোকথিবা খঙনি। অসিদা নানুনা মালেমগী ওইনা ক্লাইমেট চেঞ্জগী থেংনখিবা চেংথে অসি মালেমদা লৈরিবা লৈবাক খুদিংমক্ৰা ফগংহনবা হোংনবা মথৌ তাই হায়না তৰুশিনবখতনি হায়না ফোঙদৌরিকি।

ঈশিং ঈচাও অসিগী মতাংদা ইন্দিয়া য়াওনা চাইনা অমদি য়ুনাইটেড ষ্টেটস ওফ অমেৰিকাগী মায়কৈদগী কম্পেন্সেশনগী শেনফম পীগদবনি হায়বা ৱাক্ষম অমতা সিমাদ তৌথিবা

নেপাল লৈঙাক্ৰা মায়কৈদগী ক্লাইমেট চেঞ্জনা ময়ম ওইরগা নেপালদা থোকথিবা খঙহৌদবা ঈশিং ঈচাও অসিদা য়ুম্ফম ওইরগা মালেমগী ওইনা ক্লাইমেট চেঞ্জনা পীৱিক্ৰিবা চেংথে অসি মতেী কৰখা মায়োন্ধিগদগে হায়বা ৱাক্ষম ফোঙদোকথিবা খঙনি হায়না

ক্ৰোছৱাৰ্ড ১১৩৫ গী পাউখুম

P	A	R	I	S	P	A	I	R	A	V	O	N
E	M	O	T	E	A	C	N	E	K	E	N	O
A	M	A	S	S	R	E	C	R	E	A	T	E
S	O	R	E	S	T	D	I	E	T	S	S	E
L	I	A	R	T	A	C	T					
P	E	R	F	O	R	A	T	E	D	S	C	A
A	X	E	N	O	V	A				P	O	P
L	I	E	D	T	E	N	D	S	S	C	A	R
E	L	S	E		G	O	O	D				O
R	E	E	L	I	N	O	R	D	I	N	A	T
I	N	C	A	M	A	N	E					
A	S	H		A	I	R	S	S	E	A	M	A
S	T	A	G	G	E	R	E	D	T	R	I	B
K	A	T	E		S	O	M	E	T	E	N	E
S	T	E	M		T	W	I	N	E	D	I	T

SINTHA GAS MAINTENANCE SERVICING CENTRE

Gas Leakage or Any Gas Explosion Control Safety Solution Provided for Every Card Holders

GET YOUR CARD NOW

BENEFITS OF CARD HOLDER

- Comprehensive Repairs
- Expert Technicians
- Prompt Service
- Quality Spare Parts
- Safety Checks

• Free Servicing
• Spare Parts @Wholesale
Rate for Every Card Holders

WAHENG LEIKAI
NEAR MANIKUMAR JEWELLERY, IMPHAL

CALL: 8414040028

হৌথি অমদি য়েমন লৈঙাক্ৰা মরক্তা থোক্ৰিবা খংন-চৈনবগী থৌদোক্তা মীওই ৮১ লৈখিদ্ৰে

দুবাই, সেপ্টেম্বৰ ০৪ (এজেন্সি): হৌথিবা শগোলশেন নুমিতগী হৌদুনা য়েমন হৌথি ৱেবেল অমদি লৈঙাক্ৰা মরক্তা থোক্ৰিবা খং থোক্ৰবগী থৌদোক অসিদা ৱেদ সি কোষ্টতা মীওই ২৪ লৈখিদ্ৰে। অদুগা ইনলেণ্ড টাইয়স এয়ায়াদা মীওই ১৫ হাংত্ৰে হায়না ফোঙদৌরিকি।

অসিদা নানুনা ৱিজনশিং অসিদা অনা লায়গী থবক তৌৱিবা তোঙন তোঙনবা মেডিকেল ওফিসিয়েলিং গী মতুং ইয়া হৌথি মিলিটেট ৪২ হাংত্ৰে হায়নসু ফোঙদৌরিকি।

ৱেবেল অমদি য়েমন লৈঙাক্ৰা মরক্তা থোক্ৰিবা খং থোক্ৰবগী থৌদোক অসিদা ৱেদ সি কোষ্টতা মীওই ২৪ লৈখিদ্ৰে। অদুগা ইনলেণ্ড টাইয়স এয়ায়াদা মীওই ১৫ হাংত্ৰে হায়না ফোঙদৌরিকি। অসিদা নানুনা ৱিজনশিং অসিদা অনা লায়গী থবক তৌৱিবা তোঙন তোঙনবা মেডিকেল ওফিসিয়েলিং গী মতুং ইয়া হৌথি মিলিটেট ৪২ হাংত্ৰে হায়নসু ফোঙদৌরিকি।

পনবা য়াবদি, হৌথিবা শগোলশেন নুমিতা সাউদি লৈঙাক্ৰা তোঙন তোঙনবা লমদা শৌগংলি হায়বা হৌথি ৱেবেলশিংনা ৱোকেট অমদি দ্ৰোন শীজিৱদুনা টাইয়স ৱিজন অমদি ৱেদ সিগী লৈরিবা কোষ্টেল এয়ায়শিংদা এটেস্ট চখৱকথিবা অদুগী মতুং য়েমন লৈঙাক্ৰা অমদি হৌথি ৱেবেলশিংগী মরক্তা ঙসি ফাওবা লেগা লৈতনা খং থোক্ৰদুনা লাক্ৰি।

য়ু এস ৱাৱসিপতা এটেস্ট চখনবা ইরানগী মিসাইল শেখদা ৱুশিয়ানা মতেং পাংলিঃৱিপোর্ট

ৱাশিংটন, সেপ্টেম্বৰ ০৪ (এজেন্সি): য়ু এসকী লৈরিবা ৱাৱসিপশিংদা অতেননা এটেস্ট চখনবগীদমক মথৌ তাবা মিসাইল শেখগং শাগংপগী থবক্তা ৱুশিয়ানা ইরানদা মতেং পাংলি হায়না মালেমগী মমিং থৈৱবা নুজ এজেন্সি অমনা ৱিপোর্ট তৌৱিকি। ৱিপোর্ট অসিগী মতুং ইয়া মিলদ ইষ্টা লৈরিবা য়ু এস এয়ায়শিংদা য়াবসিপ কয়াদা এটেস্ট চখনবগীদমক ইরানগী সুপাৰসোনিক ক্ৰুজ মিসাইল

শেখগং শাগংপগীদমক লোৱা থুগা ৱুশিয়ানী মায়কৈদগী মতেং পাংলি হায়না ফোঙদৌরিকি। হৌথিবা চহী ২০২৩দগী হৌদুনা মীয়াম খঙহন্দনা সি ৪৩০এল হায়না সেক্ৰেট কোদনেম চমগী মখাদা ৱুশিয়ানী মায়কৈদগী ইরানগী মিসাইল শেখগং শাগংপগী থবক্তা মতেং পাংলিগী থবক চখনুনা লাক্ৰি হায়না ফোঙদৌরিকি।

মতম কয়গী মমাঙদগী ইরানগী মায়কৈদগী মপাঙ্গল কনবা ৱাৱসিপ কয়া মায় পাঙা এটেস্ট চখনুনা মাজহন তাকহনবা ঙুহা ৱামজেট প্ৰোপালসন সিস্টেম শেখগং শাগংপগী যৌৱা তৌদুনা লাক্ৰি। ইরানগী মায়কৈদগী মতম কয়গী মমাঙদগী ৱামজেট প্ৰোপালসন সিস্টেম শেখগং শাগংপগী যৌৱা তৌদুনা লাক্ৰি। ইরানগী মায়কৈদগী মতম কয়গী মমাঙদগী ৱামজেট প্ৰোপালসন সিস্টেম শেখগং শাগংপগী যৌৱা তৌদুনা লাক্ৰি। ইরানগী মায়কৈদগী মতম কয়গী মমাঙদগী ৱামজেট প্ৰোপালসন সিস্টেম শেখগং শাগংপগী যৌৱা তৌদুনা লাক্ৰি।

ZONE OF MATHEMATICS

ENDEAVOURING TOWARDS EXCELLENCE

A place where learning Mathematics begins

WANT TO EXCEL IN MATHS? ENROLL NOW

HSCE (MATHS) SUBJECT TOPPERS 100/100

SUCCESSFUL CANDIDATE IN JEE/CUET (UG)/NEET - I & II

REGISTER NOW
For details call - **9420049737**
8794725747
OR VISIT THE **TUTORIAL**
35 STUDENTS PER BATCH

REVISION COURSES FOR 10 & 12 STARTING FROM 14 OCT 2026

KNOW YOUR TUTOR

JAMES THOKCHOM
M.Sc. Mathematics First Class,
Ph. D. Research Scholar,
D. El. Ed., B. Ed., CTET, TET, Examiner
Experience - More than 12 years

CO - TUTOR - SARJUN HUIDROM
M. Sc. Life Science First Class,
D. El. Ed., B. Ed., CTET, TET,
Experience: More than 5 years

Classes/Courses- Maths & Science VII & VIII (BOTH ROSE & CBSE) IX & X (BOSE) XI & XII (BOTH CBSE & CBSE) JEE & NDA MATS CUET (UG) MATHS AND GAT NAVODAYA & SAINIK ENTRANCE EXAM

WANTED PARTNERSHIP INVESTORS

Since 2012 dagi Registered touraga leijaraba Machinery Sales toujaba business firm amani. Handak ki fresh season asigi oina order masing khara yamma leiba maramma eigi hana akaknaba oina toujabana, machine sing ashi cigi own capacity da chensinnaba hotnabada shortage leiba maramma, kanagumba kanagumbi sen thadharaga profit sharing 50/50 ratio da chap manana share touminaningba leiragadi, henna akuppa marol gidamak makhada pijariba no.asida pao faobirakpa yagani. Geniucely partnership agreement hana tougani aduga makha taba step follow tougani...

Interested Investors Enquiry through Phone Calls only

Contact Us 87942 28735

Owned and Published by Waikhom Meghachandra Singh on behalf of Nongpok Publishers Pvt. Ltd. from Khwai Brahmapur, Nagamapal, Imphal West, Imphal-795001, Manipur and Printed at Advance Printers, Kongpal Kongkham Leikai, Imphal East, Imphal-795005, Manipur

Editor: Dr. Khaidem Athouba, RNI Registration No. 31350/ 77; e-mail sanaleibak.ads@gmail.com, sanaleibakdaily2008@gmail.com