এডিটোরিয়েল

করিনো অমদি তৌবা ফৈ

নেসনেল হায়রে হায়বসি মীয়ামগী চথোক চৎশিনদা অমসুং তঙাইফদবা পোৎলমশিং পুথোক পুশিন তৌবদা অপনবা অমত্তা লৈতনা পুং ২৪ চুঙ্গা সার্ভিস তৌবা য়াবা লম্বীশিং ওইফম থোকই। ভারতকী অতৈ মফমশিংদা লৈরিবা নেসনেল হায়রেগী শরুকশিং অসিদা কনাগুম্বা অমত্তনা অয়েৎপা পীদনা অদুমক চথোক-চৎশিন তৌবা য়াবনা হায়রিবা হায়রেশিং অসিগী শরুক্তা খুদোংচাবা মফম কয়াদা চান-থক্লবা অমদি পোখানাবা মফমশিং লৈদুনা হায়রিবা মফমশিং অদুগী মীওইশিংদসু শেন্থোক লম্বী অমা পীবা ঙম্মি। অথেৎবা অহিদো ফাওবা গাড়িগী মীওইশিংনা করিগুম্বা অমত্তা চিংবা লৈতনা গাড়ি থৌরিবশিং হায়রিবা লম্বীগী শরুক অসি অকি-অখং লৈতবা লম্বীশিং ওইবদগীনি। অদুবু হায়রিবা লম্বীশিং অসিগী সেফটি অমসুং সেক্যুরিটি অসি মরু ওইনা নোর্থ ইষ্টকী শরুক্তা লৈরিবা ইম্ফাল দিমাপুর লম্বী অসিদদি শুকলৈমক লৈত্রবনি হায়বসি হৌখিবা চহি কয়াদগী থোকখিবা থৌদোকশিংনা অদুমক তাকচরবনি। য়াম্না নুংঙাইবা অমনা ইম্ফাল মনুং ফাওনা চেঙ্গিবা ইম্ফাল দিমাপুর হায়রেগী শরুকশিং অসিগী মনুংদা মফম কয়ামুত্তা সরকারনা গাড়ি পার্কিংগী অয়াবা পীথোক্লিবা অসিনি। হায়রিবা লম্বীগী শরুক অসিদা মরু ওইনা দি এম কলেজ মমাংগী শরুক, কংলা পাংকী মতাই থংবা শরুক, পি দব্লীয়ু দি, এল আই সি ওফিস, ইম্ফাল ম্যুনিসিপাল কাউন্সিলগী মমাং, ইন্দিরা পার্ক মমাং, জি এম হোলগা তাইনবা শরুক, কংলা পাং লোম থংবা জোনষ্টোন স্কুল মমাং, সি এম বঙ্গলো অমসুং ইম্ফাল পোষ্ট ওফিস মমাং, পুলিস হেদ ক্বার্টরস, এ জি ওফিস, ওল্ড অমসুং ন্যু সেক্রেটরিয়েৎ মমাং, ইম্ফাল থানাগী মমাং থংবা মোটোর ভেহিকলগী ওফিস মমাং, ফার্ষ্ট এম আরগী মমাংগী সরক কাগুত্তা অদুমক অঙম অথৌশিং অমদি শেঙ্গাও পায়বশিংগী গাড়িশিংগা লোয়েননা এম্বোটেকী গাড়িশিং পৈশিন্দুনা থাজিল্লগা থদ্রি অমসুং মদুনা মীয়ামদা শাথিনা চথোক চৎশিনগী অরাবা নংহল্লি। মসি নেসনেল হায়রে অমদা থমগথবা অথিংবা অদুনত্তে। মসিদি হঞ্জিন-হঞ্জিন হায়দুনা লাক্লবা ফাওবদা মরা লৌদবগী মওদা অদুমক লৈরবনি।

মসিদা অমুক হাপচিল্লক্লিবা লাইথেৎ অমনা হায়রিবা নেসনেল হায়রেগী নিয়মদা য়াদবা পার্কিং এরিয়াশিং অসিগী মনুংদা অমুক পার্কিং ফি লৌদুনা শেন্দান লম্বী অমা চথবা মীওই কাংলুপ শিংসু থোক্লকপসিনি। অসিগুম্বা ফিডমশিং অসিদি সরকারনা তরাইনা লৌক্তম থোক্তে। নিয়ম লান্না থবক তৌরিবশিং অসিদি তঙাই ফদনা লৈহন্দনবা হোৎনবা তাই। নিয়ম থুগাইনা থবক তৌরিবশিং অসিসু সিষ্টেম অমগী মখাদা তপ্পা-তপ্পা লৌথোকফিনবা হোৎনবা তাবনি। মীয়াম্না সেক্রেটরিয়েৎ ওফিস মমাংনচিংবা অসি ওফিস অরারদা লাল্লগা চৎকনি খনবদা মীয়াম তম্নরবনি। লৈবাক্কী য়াইতোং ফমদোংবশিংনা অমসুং মখোয়াগী খাওবুনাইশিংনা তৌনিংবা মঁখৈ তৌবদা থীংবিনবা লৈতবগুম তৌরিবা সাসনগী মওং অসিনা মতৌ করম্না ইম্ফাল দিমাপুর লম্বীগী নেসনেল হায়রে অসি অকি-তুজুংবা লৈতবা লম্বী অমা ওইহনবা ঙমগদৌরিবনো হায়বসি অচৌবা রাহংনি। মণিপুরগী সেক্রেটরিয়েৎ ওফিস অসি অনৌবা হায় কোর্টকী শংলেনদা তাইনবদা অচৌবা লম অমা লৌদুনা শাগৎলি অমসুং মসিদা কৈদৌঙে হোংজিনগদৌরিবনো হায়বসি মীয়ামগী খঙনিংনা হংবা লম্বী চিনবদগী থোকপা রাহং অমনি। অসিগুম্বা মরুওইবা ওফিস ময়াম অমা লৈরিবা অমদি ভিজিটর ময়াম অমা নুমিৎ খুদিংগী লাকপা মফম অসিদা পার্কিং ফি লৌরগা গাড়ি থাননগী অয়াবসিনা কনানা পীরিবা হায়বসি চমন্নবা অমা অদুমক ওইহনবা ফত্তে। ওইরিবা ফিতম কয়া অমসু মসিগী মথক্তা হায়রে অসিগী নাক-য়েৎতা খুন্দারিবা মীওই কাংলুপশিংনা মখোয়াগী দাবী তানবদা লম্বী অসিবু খুৎলাই ওইনা শিজিন্নরিবা অসিমদি মমাংদগীসু য়াফম থোক্তে হায়দুনা ফোংদোক্তুনা লাকপনি অমসুং হঞ্জিন-হঞ্জিন লম্বীসিদা গাড়ি অমসুং গাড়িগী মীওইশিংদা অকি-অখং কয়া থোকহল্লিবা অসিগী মতাংদা মণিপুর সরকারনা তিং ফুদোক্লা মতম চুল্লগী ওইনা অথিংবা লৈতবা, অশোয় অঙাম য়াওদবা নেসনেল হায়রে অমা ওইহয়বা হোৎনবদা অখাকপা লৈতনা মখৌ পাংথোক্তুনা সিষ্টেম অমা লৈহৌনবা হোৎনবা ফরে। মদু নত্রগদি লম্বী অসি মী চৎপা ঙম্দবা মরম চাদনা শেন তানবা মীওইশিংগী শেন্দানফম লম্বী ওইদুনা লৈরকপা য়াই।

এডিটরদা থারকপা চিঠি

আই এল পি চৎনহনবা

ইকায় খুম্নজরিবা এডিটর,

হন্দক্কী মীয়ামগী ঈহৌ আই এল পি গী মতাংদা সরকার অসিনা থাংলিবা খোঙথাং য়েংলুবদা সি পি আই (মাওইষ্ট) কী লিলানি হায়খিবদু ময়েক অসুম শেংলক্লি। মসানসু হোৎনদ্রবা ১মদি তৌবসু ঙম্রেরাইহৌবা থবক্তা ছই খৌদবদা হৌজিনবগুম্বা পার্টি অপুনবগী মিটিংগা কৌশিন্দুনা ময়াম চহলগা দিল্লিগী লুচিংবশিংগী মখোঙ কোল্লুসি হায়দুনা থৌজিল্লবসি করবা য়াখলদগীনো খঙনিংই। কংগ্রেসকী হিষ্টরী হায়গত্তুনা য়েংবদগী খঙবদি হৌগ্রবা থৌদোক অমদা ওইজবা থিবা নিংথৌমচাদা ইনশিন্দুনা ভারত্তা মর্জ তৌরুবদগী ঙসিগী ফিতমসি লাকপনি হায়বসি কংগ্রেস অমদি পোলিটিকেল পার্টি খুদিংমক্তা খঙজিনবদা কায়গনি।

প্রজাদা উৎ চায়দুনা ২রক এসেমব্লিদা পাস তৌদুনা খরগ্রে অমসুং সেন্টরদা থাগ্রে হায়রগা সেন্টরদা চত্তুনা প্রেসর পীদবসি কিদুনা পার্টি ময়াম খোত্তা ? মেন্বর ৬০ মক লোয়না রাখল তাবা অমত্তা ফাওবা য়াওদ্রবা? ইরেপাক ইজাতি ঙাকচনবা ইশানা আইন শেমজগদৌবনি হৈত্রবা কান্দদা মীঙোন্দগী পুরুগদবনি। ষ্টেটন। Disturb Area Declare তৌরবদি সেন্টরনা কৈদৌঙৈদা অফম্প থথজিল্লমগ্রোই। ষ্টেট সরকারনা লো এন্দ ওদর ঙাকপা ঙমদরে হায়দুনা সেন্টরদগী অহেনবা ফোর্স নিরুবদগী খুদোংচবা লৌদুনা অফম্প থমজিল্লকপনি হায়বসি ঢেনবা য়াররোইহদবনি। হন্দক্কী সরকারসিদি প্রজাদা ঈরাং ইৌনবা পাউজেল পীদুনা মতম পুম্নমক্তা লৈরে। মরম ইচা চাদনা উমং লাইবু গোবিন্দজি টেম্পল বোর্ড কী মখাদা থমজিন্দুনা শিন্নথোক্লবদগী অমফাওবা লাক্লবা ঙমদ্রিঙৈদা অমসু শিদ্রিফাওবা চরা হেনবগী খোঙজং চংশিল্লক্লদৌরি।

Students are the pillars of the nation হায়বা রাফম্বু খংদবদগী ছাত্রশিংবু লৈবাক্কী ঈরাদা ইনশিল্লে হায়বগা লোয়েননা শা-শন্দা তৌবগুম্না ফু চৈবা অমদি খোঙপ্পা নেংহনবা অমসুং কাওহনবা তৌহল্লিবা অঙম অথৌ অমদি পুলিসকী মীওইশিংসিনা তাল্লিবা দাবিসি মখোয়া মশা মশাগীদা নত্তনা মখোয়গী চারোন শুরোনফাওবগী য়াওরিবনি হায়বসি খংজবা ঙমদ্রে। সেনটিমেনটেল ওইবা থবকশিং তৌবগী মহত্তা ছাত্রশিংবু মতিক চাবা সিচিজিন ১- ১ ওইহয়বা শিনবিদুনা লৈবাক্কী খরদদা ওইরবসু তৌবনা ফগনি।

মীয়ামদি লাইনি, লাইবু পেলহনবগী মহত্তা খোই মহমমদা চৈনা থিনবগুমব সেনটিমেনটেল ওইবা থবক ঙাক্তা তৌদুনা লৈরবদি মদুগী তেকচাক ফংবা হায়বসিদি শোয়দ্রবনি। থবক ঙম্রোইহদবা লৈরবদি লেমনা ফম থাদোকহৌবনা ইশাগী অমদি লৈবাক্কী ওইনা অফবা ওইগনি।

অদোমগী, রাহেংবম ইবোয়াইবা লুরাং
সগোলবন্দ, ইম্ফাল

কনানা হেল্লি

হৌজিক ষ্টেট অসি রাথোক্লা পীক থনবা অমা ওইদ্রি হায়বা ঙম্বরা? দিমোক্রেসিগী মরুম থুপ্লগা টেবল টৌক্লিগী লৈঙাক মখা চথরিবমখৈ অসুম শাংথনা চথফম থোক্তা? য়াম্না নুংঙাই য়েংবদা মী ময়াম পুম্না উমিন্নরবদুনি চহি মঙাগী তাঙ্কন নাইবা মীহুৎ লৈঙাক্কী মীরেপ থোরকপা মতমদা। মীরেপ ওইহণৌবিবা মীশক অদু লুপা লাক্ষ কুনমঙা পী হায়নরিবা জেশিবি অমগা দম্পপর মরি মঙা পুরক্লগা খোংবাল খরা নালা খরা অকুৎ-অতোং খরা শেন্নগা সোসিয়েল বার্কর হায়বা ফজম্বরা তাংলবা মিংথোল অমগা মশাগী লৈজবা অরোন অথুপকি ক্লোর কয়াগা মীখলগী লাঞ্জং চংশিল্লকপদি। দিমোক্রেটিক রাইটপু লৈবা য়োনবদা নৎত্রগা লেম্না পীথোকখিবদগী, মোংবহনবা খুভমদা লৈরিবা য়োংশিংদা দিজিটেল কেমেরা পীশিল্লবদা ময়ানা চিকখায়বা নত্তনা য়োংদুনা কেমেরাদু ক্লিক তৌবা হৈফম থোকপরা? মীওনবা লোয়ন্নিবা মীদি মাল্লবা কয়াদা দিমোক্রেসিগী ফজম্বরা চাংদমনিংঙাই লৈত্রবা রাইটপু মফম, মতম, মমল খঙনা শিজিন্নবা অরুবা নত্তে। রাথোক শাগোন্নবা কনাগুম্বা ব্যুরোক্রেৎ ওফিসার অমনা (অসুক্লা মঙম লৈবা) করিগুম্বদা লুপা খরা লান্না হৈত্থোকশ্রে হায়বা লৈবাক রাথোক ওইবা পাউ মরক মরক্তা তাবা ফংই। চুমই দিরেক্টর ওইরবা লুপা খরা হৈনথোকখিবা হায়বদি, লান্না শিজিন্নিখিবা হায়বসি হৌজিক খক্তগী নত্তনা তুংকোইনা লৈবাক মীয়ামগী চাওনা মাংঙগবা অমনি হায়জনিংই। মখোয় অসিনা মশাগী মঙমগী মনুংদা শেল-থুমগী ওইবা হিসাব চাগা-চাদিংদা মশাগী কান্নবা শিজিন্নথোকখিবগী রানি। অদুগা অমরোদা য়েংলুরগদি নোংমতা খুঙংগী লৈকাইগী কেন্দ্রগী চহি মঙাগী মনুংদা ঈশিং ঈচাওগী, ঈকংগী লম্বী-থোংগী, লৌউ-শিংউগী, পক্লিক দিষ্ট্রিব্যুসন্দা থা অমদা ইমুং অমদা পীফমথোকপা চেং কিলোগ্রাম ৩৬শুনা ফংলিত্রা! এস কে ওইল লিটর কয়া ফংলি হায়বা ঙম্রত্রা? মসি খ্বাইদগী পৌবা রাফমনি। পাউচেগী খুথাংদা ইজরিবা খরসি অঙাওবা রারেম থৌরেম শুবা থৌনাইদবা ওইনা উরিবনি। লৈবাক মীয়ামগী অরা-নুংঙাই পুন্সিগা মরী নোংমতা শন্নব্রবা কালেনগী মৈশা, নিংথমগী উলেনগী অইবো, ইঙা কুমদমগী নোংজুগী অতাং থা খঙব্রবা এসিগী কা, এসিগী কার অরা মৈশা লাংব্রবা মাগী খুঙংদা খোংদাফমগা মাগী (ক্লোরগিঙ) হিংনবগী পুন্সিগা শন্নব্রবা মহাক অদুনা মীখল মনাক্তা অমুবা লুপা খাওজাওগী মতেংনা অচৌবা পুবা ঙমব্রবা খরাং থাদুনা লৈবাক মীয়াম্বু অমম্বা লম্বীদা পুদুনা চৎবনা হোৎনবিরা কয়া অসি চহি কয়া লিশাং শিংনা চথদুনা তৌদবা য়াব্রবা চৎনবি ওইহণ্ডবনি হায়জনিংই। মতাং অসিদদি কেদর বেজ পোলিতিক্সকী রাগা লৈবা জাং নত্তে। অসিগুম্বা মীশকশিং অসিদা ভোট পীশিন্দুনা লৈঙাক খুৎপু লিংদুনা মেজোরিটিনি হায়দুনা লৈঙাক মাইকেদি খঙব্রবননি, ঙাইহাক লৈর বন্দ, ঙাইহাক লৈরগা ক্লোরেদ, পেত্রোল হেক্তা ফংলোই, দিজল হেক্তা ফংলোই। পীপাগী জরকেনগী পেত্রোল, দিজলদি শৌগ্রি য়ুংবগুম, য়ুংদুনা অরাৎপা লৈরোই। মসি নোংমা নিনিগী রা নত্তে কুমপুরবা লায়নানি লায়েংবা ঙমব্রিবনি। রাহেংবম লৈকাইদগী কৈশামপাং ফাওবগী শোরোক্কী মশক অসিনা অসুম তাক্লবা নংত্রা? থা ফাবসু নত্তে কোমকুৎ কয়া খোং লম্বী য়াওদনা শেন্নিবা অসিনা তাকপদি রাথোক্লা ক্রাইম ইনভাইত তৌবনি হায়জনিংই।

– মমি লুরাং –

খজিক খজিক্তগী চাওরবা পোৎলুম ওইরগা রাথোক কয়া হৌজিক কোক থোংনরি। মসি প্রোব্লেম মশক খঙবদা বঙ্গলোদগী হেনতোক্কনি খঙদবা লৈঙাক মাচং ওইবদগী থোকপরা খল্লি। রাহং খুদিং, রাথোক খুদিং চাওখৎপনা পাউখুম পীগদবনি হায়জনিংই। থাজবা পীবা খক্তনা রাজনিতি হৈবা ওইবা য়ারোই। থাজবনা নোংমদি চরম মেৎলকপা শোয়ব্রবনি। অদুউগী পুয়াগী রারিদা অয়ুক খুংথিল লাইওইবা নুমিদাং মীওইবা হায়বদু হৌজিক থিবা ফংলিত্রা? প্রোব্লেম পুম্নমক সোলভ তৌনবগীদমক্তা ইভোলুসন্দা য়ুম্ফম ওইবা সোসিয়েল সাইন্স খঙবা মীশকপু মীরেপ ওইনা পুথোক্তুনা লৈঙাক হনবা ঙম্রবা মতমদতা চাওখৎপা মশক উবা ফংগদৌরিবনি। প্রোব্লেম শোলভ তৌনবগীদমক্তা প্রোব্লেম মশক খঙদোক্লবা হোৎনবা তাবনি।

মালেমগী মীওইবা খুম্নইবা থেংনরিবা প্রোব্লেম মায়োক্লবা খনবদা নুংঙাইবা শরুক ফংদনা মপুন্সি লোইঙবা ফিলোজোফী কয়ানা তাইবংপান্দা থোক্লিবা প্রোব্লেমশিং অসি মশক খঙদোক্লগা কাখল অঙম হাপচিন্দুনা শোলভ তৌগদবনি। অসিগুম্বা মীয়াম য়াইফনবগী ফিলোজোফিগী মশক অসি জেশিবি লোয়বা ঙম্বা মীখলদা কৈথেল নংনবা থোরকপা ক্লোরপতিনা মশক খঙফম থোকপ্তা হংজনিংই। ব্যুরোক্রেৎ ওফিসার অমনা দিপাটমেন্ট অমগী দিরেক্টর অমনা মাংহনবগা মীচম ওইরিবা ঐখোয়না ঐখোয়গী মীহুৎ খনবা মতমদা মীয়াম্বী লন-থুম মাংহল্লোইদবা খনবা ঙম্রবা সোসিয়েল সাইন্স খঙবগী তঙাইফদবা লৈ হায়জনিংই। পেন পোইন্ট ডর্শেগনপোইন্ট হায়খিবদু নিংশিলকই। মীজোরামদগী লফু লৈবা অনা লায়েং খুৎশু-খুৎলাইদা প্রজাগী থরায়গী মশক শেঙাও (শেন হায়া খাঁও)দগী মরাম্রই ফুরিৎ খাঁডা হাপচিনখিবগা-ব্যুরোক্রেৎ ওফিসার অমনা হৈনথোকখিবা অসিগী মীখল মতমদা মীচম মীয়াম ঐখোয়না মীয়ামগী অচৌ-অচৌবা শেনফম অমম্বদা হাইহহনবা মীখল মতমদা খরচ চাওনা তৌবা ঙম্বা মীখল্লগা ভোট পীশিল্লবা ঐখোয়গা কনানা হেল্লি মাংহনবা?

হকচাং ফন থম্ননবগী অফবা চীঙ্গাক চাবগী হৈনবী

(ট্রেন্স ফেদ কা হেন্না চাদনবগী উপাই)

চীঙ্গাক্তগী ফংবা ফেদতা স্টেরেতেদ, মোনে অন স্টেরেতেদ অমসুং পোলি অন স্টেরেতেদ ফেত্তি এসিদদিং য়াওবা য়াই। মখা তানা হায়রবদা, ঙবল বান্দ তৈবা হাইহোজেদ এতোমশিংগী মখা পোন্না ফেত্তি এসিদদিংসি সিস নত্রগা ত্রান্সকী কনফিগুরেসনদা লৈবা-য়াওবা ঙম্মী। সিস কনফিগুরেসনগী মতাংদা হায়বগনা, হায়দ্রোজেন এতোম অনিমক কার্বোন ঢেনগী নাকল অমত্তদা লৈবনা মরম ওইবনা থাওনা অনানবগী শরুক হেন্না য়াওহল্লি। অদুম ওইনমক ত্রান্স কনফিগুরেসনদদি হায়দ্রোজেন এতোমশিং অসি অতোক্লা নাকল অমদা লৈবনা চেনশিং অসি হেন্না চেৎশীনবা মওদা লৈ। মিস আইসোমর অসি চানবা ত্রান্স আইসোমরদা ওত্থোরকপদা মখোয়গী মেলটিং পোইন্ট রাংখৎহল্লী। হকচাং ফনা থম্ননবগী মিংয়েদগী হায়রগদি মেলটিং পোইন্ট হেন্না নেত্রীবা অদুক্কী মতিক ওইল অমসুং ফেদ অদু হেন্না ফবা ওই।

ত্রান্স ফেদ নত্রগা ত্রান্স ফেত্তি এসিদদিং অসি হকচাংদা খ্বাইদগী অমাংবা থোকহনবা ফেদশিংনি। মেজর ফেত্তি এসিদকী মনুংদা এসিদ (৭ trans CI 8:1) অসি ভিজিটেবলদগী শুংবা থাও অমসুং শা অমদি শঙ্গোমদগী পুথোক্তুনা ভেসেনিক এসিদ (11 trans C 18:1) অসি য়াওই। তিওফত্র অসি লাইনোলেইক এসিদ অমা য়াওই (CLA C 18:2)। অদুম ওইনমক পোলি অনস্টেরেতেদশিংসিদি ডবল বোন্ড অমা নত্রগা অমদগী হেন্না য়াওবা ত্রান্স কনফিগরেসনশিংদা লৈ। মরম অমদুনা পোলিঅনস্টেরেতেদ ফেত্তি এসিদশিংদা মিস অমসুং ত্রান্সকী ডবল বোন্দশিং পুন্না য়াওমিন্নবা য়াই।

মীয়াম্না চানরিবা লৈবাকহরাই, নুমিৎলে, হুশাম, চোরোফোন, ঢেং অমসুং সিসমগী থাওদা সেস মোনো অমসুং পোলি অনস্টেরেতেদ ফেত্তি এসিদ অমসুং মখোয়গী স্টেরেতেদ ফেত্তি এসিদ কী চাং অসি নেন্না য়াওই। অদুম ওইনমক অশেংবা ঘী দা ওকসিদেটিভ ট্রেনীলিটি লৈননবা অমদি মপানগী মচাক মাননবা হোৎনবদা মখোয়শিং অসি হাইদ্রোজিনেসন তৌই। মপুং ফাবা হায়দ্রোজিন্যোন তৌরবদি না হেন্না কনবা অমদি ব্রেক্সি ওইগদবনিনা মখোয় অসি পার্সিএল হায়দ্রোজিনেসন খত্তমক তৌই। পার্সিএল হায়দ্রোজিনেসন না খখোয় অসি কুইনা উনাদ লিদুনা থম্না অমদি পৎথ পুমথবদগী কনবা ঙমই। অদুম ওইনমক, করিগুম্বদা সিস আইসোমরশিং অসিনা মখোয়গী কাউন্টরপাট ত্রান্সতা তৌলশিং অসিনা ব্যোতা অমদি কৈনচিংবগী কাচিন কোয়া, চেকখায়বা, অহোবনচিংবদা লোত্তুনা লৈরগা অনৌবা পুশিল্লকপা মরু মরাংশিংবু সু মাঙহল্লি। চুজাক অমসুং লৈবাক হরাইদদি কংদবশিং পুল্লপ পৈশিনবদা মীওইবদা য়াম্না শোকহনবা কোকফাই মখল অমা কারকপা য়াই। মসিনা লায়েংবদা খুদোং চাব্রবা লিভর সিরোসিস অমসুং কেন্সরগুম্বা লায়না থোকহনবা য়াই। মরম অদুনা মরু মরাংশিংবু শোয়দ-ঙামদনা লীনবগীদমক ধাতুগুম্বগী অনানবা পাত্রশিং শীজিন্নবা, ঈশিং নুংশিং অমসুং তীল কাঙদগী ঙাকথোকপা ঙম্বা চেকশিন্নবা শারবা কৈদা থম্বগী দরকাত ওই। লীণদৌরিবা মরু মরাংশিং অদু হায়না শোক চিনখ্বা ওইরবদি নিংথিনা খপতোকপা-ঙমদোকপা তৌরগা নুংশাদা ফৌদুনা কংহনগদবনি। অদুগী মতুংদা মনম কনবা মনিলদা ওমদুনা (ফ্যামিগেসন) য়াওরম্বা তীল খুদিংমক মাঙহনগদবনি।

– পি আই বি (ফিচর) –

২) বনপন্থী নত্রগা মারগরিন শীজিন্নরগা থোং-থাকপা চীঙ্গাক চাবা লেপকদবনি, মসি শোইদনবগীদমক ফুদ লেবেল নপহনগদবনি।

৩) কৈথেলদা য়োনবা থোং-থক্লবা চিঙ্গাক চাবগী অরেপ্পা চাং লৈগদবনি।

৪) পুরি নত্রগা ভতুরা তাওবদা থাও শিজিন্নগদবনি (হায়দ্রোজেনেটেদ ফে শিজিন্নরেইদবনি।) অমদি থাওদু কা হেন্না কুইনা শাহল্লোইদবনি।

৫) হয়া হয়া থাওদু শাহল্লোইদবনি নত্রগা হয়া হয়া শিজিন্নরোইদবনি। অয়াম্বা প্রজানা টি এফ এ না হকচাংদা শোকহনবা অমদি হেন্না লোয়বা থাও নত্রগা ফেদনা কন্নম্না টি এফ এ থোকহনবগে হায়বদি খংদে। মখা তানা হায়রবদা, অহানবা তাওবদগী লেমহৌবা থাও-ফেদতু ইংথরবা মতুংদা অমুক্তা মনা মশিং অকংবা ইনশাং নাপী থোংবদা নত্রগা প্লাও হৌবদা শিজিন্নৈ।

৬) চীঙ্গাক থোং থাকপদা হায়া শারবা মীঙ্গশিং অসি ত্রান্স ফেদ চাং হেন্না য়াওবা য়াবগী মরম্না শিজিন্নরোইদবনি।

৭) পেকেজ ফুদশিংদা ন্যুত্রিসন লেবেল নঙ্গদু চেক তৌরগা মখোয়দা য়াওবা টি এফ এ গী চাং পীরবদি খংদোক্লদবনি।

৮) করিগুম্বদা পেকেজ ফুদ কী ইনগ্রেদিএন্তশিং অদুদা 'শোরতনিং' অমদি 'পর্সিএল্লি হায়দ্রোজিনেটেদ ভিজিটেবল ওইল, নত্রগা 'হায়দ্রোজিনেটেদ ভিজিটেবল ওইল' হায়না য়েংগনি, য়াওরম্নবদি ত্রান্স ফেদ য়াওরে হায়না খংগনি।

৯) কুকিজ, টিপ, কেক অমসুং পটিজশিং অসিনচিংবা ফুদ প্রোসেস তৌবা চীঙ্গাকশিং অসি চারোইদবনি। অদুগা বনস্পটি HVO শিজিন্নদুনা থোংবা বজারগী অথোং-অরাকসু চারোইদবনি শিজিন্নরসু মখোয়দুগী চাং হন্থহনগদবনি।

১০) চান-থকনবদা অতোক্লা থোং-থাকহল্লবদি মখোয়না শিজিন্নরীবা থাওদু খঙদোক্লদবনি। য়ারগদি থাও হন্থনা শিজিন্নবা খঙহনগদবনি কা হেন্না মুন্না থোং-থাক্লবা চীঙ্গাক চাদনবা হোৎনগদবনি।

১১) বেকরীগী চান-থক্লবা বিস্কুইট অমদি কেক শাবদা সেমী-সোলিদ টেকসর ওইবা রেদ পালম ওইল গুম্বগা অতৈগা 1:1/1:2 চাদো য়াননরগা শেন্না য়াই। মসিনা তিতামিন A য়াওবগী চাং হেনগৎহনলগনি। সেমী সোলিদ টেকচর না মরম্না মদুদা তি এফ এ গী চাং হেনগৎলোই।

ইমগ্রীকেসন ফোর পোলিসি, প্রেক্টিস অমসুং এদুকেসন ঃ

এথোরিটিশিংনা বনস্পটি অমসুং মেগারিন শিজিন্নবা অমদি কা হেন্না শিজিন্নরিবা থীংগদবি। হোতেলরালাশিংদা হয়া হয়া তাওরবা থাওরেম শিজিন্নদনবা খঙহনবা করিগুম্বা শিজিন্নরগে হায়রগনা মদু ইঙ্গং-নাপী, মনা-মশিং থোংবদা, য়াম অহিংবদা নত্রগা প্লাউ হৌবদা শিজিন্নবা তাক্কদ-নি। হোটেলরাশিংদা টি এফ এ না হকচাং শোকহনবা অমদি করম্না অচুম্বা মওদা করম্না থোং-থাক্লদগে হায়বদুগী ত্রেনিং পীবগী তঙাইফদবা ফংবে।

সরকারগী মাইকেদগী অথোং-অরাক অমদি ভিজিটেবল ওইল তঙাইফদনা খ্বাইদগী নেন্না থাক্তা য়াওবা য়াবা টি এফ এ অমসুং এস এফ এ গী চাং লেপথোক্লদবনি। অথোং-অরাক্তা টি এফ এ অমদি এস এফ এ অসি লেবেল অমা নপ্লগা তোঙান তোঙাম্না অদুগা য়াম্লবদা কনাই ফাওবা য়ৌবা য়াবগে হায়বদু খঙহনগদবনি। হোটেলরালাশিংনা পাসিএল্লি হায়দ্রোজিনেটেদ ওইল শিজিন্নরোইদবনি নত্রগা পুমথৌং থীংগদবনি।

মখা তানা হায়রবদা কঙ্গুমরশিংনা টি এফ এ চাবগী হকচাং শোকপা অসি এব্রায় ওইগদবনি। থাও শুংবদা ফুদ ইন্দ্রস্ট্রীজনা অনৌবা টেক্নোলোজিশিং শিজিন্নরগা ত্রান্স ফেদ য়াওদনবা অদুগা অতৈ মগুন য়াওহয়বা মওদা পোথোক পুথোক্লবা হোৎনগদবনি। হিরম কয়াদা কান্নবা মওদা ইন্দ্রস্ট্রীদগী টি এফ এ থোকহনবদগী থীংগদবনি। রাহম অসি মেসেজ কেমপেইন তৌদুনা টি এফ এ চাদনবা পুক্লিং থৌগৎক্লবদি য়াম্না কান্নগনি।

দিভেলোপীং কন্ট্রিজ খরনদি চীঙ্গাক্তা টি এফ এ য়াওবগী চাং পরীং অমা শেন্রে। ভারতকীসু বজারগী চান-থক্লবা অথোং অরাক্তা অমদি থাওদা টি এফ এ য়াওবগী চাংশিগা মরী লৈনবা হৌজিমক্কীদি দাইহু অসি চারীবা কঙ্গুমরশিং অদুগীনি। মরম অসিদগী য়ুমশিংদা নত্রগা ইন্দস্ট্রীজগী পোথোক চীঙ্গাক্তা টি এফ এ য়াওবগী চাং হন্থহয়বা খোঙথাং লৌখৎফম থোকই।

'চেকশিল্প! নখোয়গী দাইহু য়াওবা টি এফ এ গী চাং হেন্না চাবনা নখোয়গী পুন্সি মহিংগা মরী লৈনবা লায়না পোকহনবগী খুদোংথীবা লৈরে, হায়দ্রোজিনেটেদ ওইল-ফেদতা হৌবা চীঙ্গাক অমদি হায়দ্রোজিনেটেদ ওইল-ফেদমু পামদে হায়রেো। অদুগা বজারগী অথোং অথাক চাবগী চাং হন্থরো'।

মরু-মরাং লিদুনা থম্বা

মতম শাংনা লীদুনা থমগদবা মঁহৈ মরোং অমদি মরু-মরাংশিং য়াওফম থোকপা চপ চাবা মোইচর (ঈশিং মনিল) গী চাং অসি চাদা ৯ খক্তনি। করিগুম্বনা নোং চীংগী ফিতম ফত্তবনা মরম ওইদুনা লীগদৌরিবা মরু মরাংশিং অসিবু হায়রিবা চাং অসি য়ৌনবা কনা ফৌদোকপা য়াদবদগী নৎত্রগা থমগদৌরিবা লৈময় অদুদগী অমসুং ঈশিং নুংশিংতগী চুপশিনবা ঈশিংমনিলনা লীবদা খুদোং চাহন্দে। অসিগুম্বা ফিডমদদি মখোয়গী য়েক্লবা তীল কাঙশিংগী মশীং য়াম্না থুনা য়ামখৎলকই। মরু-মরাংশিংগী য়েক্লবা লীনবগীদমক ধাতুগুম্বগী অনানবা পাত্রশিং শীজিন্নবা, ঈশিং নুংশিং অমসুং তীল কাঙদগী ঙাকথোকপা ঙম্বা চেকশিন্নবা শারবা কৈদা থম্বগী দরকাত ওই। লীণদৌরিবা মরু মরাংশিং অদু হায়না শোক চিনখ্বা ওইরবদি নিংথিনা খপতোকপা-ঙমদোকপা তৌরগা নুংশাদা ফৌদুনা কংহনগদবনি। অদুগী মতুংদা মনম কনবা মনিলদা ওমদুনা (ফ্যামিগেসন) য়াওরম্বা তীল খুদিংমক মাঙহনগদবনি।

– নবকিশ্বর ঙাংবম –

মরু মরাংশিংবু মাঙহল্লিবা তিল কাঙশিংবু মশিং য়াম্না শন্দোরকপা হায়বসি অইং অশা (টেম্পরেচর) গী মখা য়াম্না পোল্লি। হায়রিবা তীল কাঙশিং অসিনা চাওখৎলকপা অমসুং শন্দোরকপদা খুদোং চাবা খ্বাইদগী য়ামদবা অইং অশাগী চাং অসি সেন্টিগ্রেট দ্রিগ্রি ১.৫.৫ দগী ১৮.৩ ফাওবনি। অইংবা মতমদসু তীল অয়াম্বনা মতম কুইনা লৈবদি ঙম্মী। অদুবু মখোয়না মাঙহনবগী ঙম্বগী চাংদি য়াম্না হৌল্লে। মখোয় অয়াম্বনা লৈবা ঙম্বা টেম্পরেচরগী চাং অসি সেন্টিগ্রেট দ্রিগ্রি ২৯দগীনা ৩২ ফাওবনি। মথং মথং ....