চীং নীংখায়বদা শিন্মী ২ ননশিন্খ্রে

গুৱাহাটি, এপ্রিল ৬ঃ

গুৱাহাটিগী মতায়দা লৈবা সোপাইদাংদা লৈবা আইকোন ইংলিস স্কুলগী গার্দ রাল শাগৎনবা চীং ককপদা চীং নীংখাইরকপদা শিন্মী ২ ননশিন্দুনা শিগ্রে।

কোকারজহায় দিষ্ট্রিক্ততগী রোইস্ উদ্দিন অমদি সাইদুল আলি চীংগী চাউরবা শরুক অমা নীংখাইরকপদগী হিনা ফুমজিনখি।

থৌদোক অসি থোকখ্রবা মতুংদা কামরূপ (মেত্রো) গী দিপুতি কম্মিস্নার এম অঙা মুথু না দিষ্ট্রিক্ত অসিদা নোংজুথা লোইহিব্রা ফাওবা লৈবাক ককপগী থবক পুম্নমক থিংজিনখ্রে। দিপুতি কম্মিস্নারনা থোকখিবা ওর্দর অদুগী মতুংইন্না সাইন্টিফিক ওইদবা মওংদা অমদি মওং মরিল তাদবা মওংদা লৈবাক ককপা অমদি লৈবাক ফুনজিনবা পুম্নমক খুদক্তগী থিংজিন্নে হায়রি।

রিভিন্যু সার্কল ওফিসারশিং, দিষ্ট্রিক্ত ওফিসাশং, ফোরেষ্ট, ট্রান্সপোর্ট অমদি সোইল কঞ্জাবেসন দিপার্টমেন্টশিং, পি দব্লিউ ডি, গুৱাহাটি ম্যুনিসিপাল কোপোর্রেসন লোয়ননা পঞ্চায়েট ফন্ধসনরি পুম্নমক্না লৈবাক কোংপগী পার্মিং অমত্তা পীদনবসু ওর্দর অদুনা খঙহনখি।

অমরোমদা, দিসপুর রিভিন্যু সার্কলনা পানিখায়ত্তি আউন পোইত্তা স্কুল অদুগী মথক্তা এফ আই আর থাংগৎখ্রে।

গ্রান্ট ফংলিবা এন জি ও শিং কুপ্না য়েংশিন্নবা নিয়ম দ্রাফ তৌখ্রে

ন্য দিল্লি, এপ্রিল ৬ঃ

গভর্ণমেন্টতগী চহী খুদিংগী লুপা কোটি ১,০০০ রোম গ্রান্ট ফংলিবা নন–গভর্ণমেন্ট ওর্গনাইজেসন (,ন জি ও) অমদি ভোলুন্টরি ওর্গনাইজেসন (ভি ও) লাখ লাখকী একাউন্টেবলিটি হেনগৎহয়বগীদমক য়াম্না চেকশিনবা গাইদ লাইন অমা দ্রাফ তৌদুনা সেন্ট্রেল গভর্ণমেন্টনা ঙরাং সুপ্রিম কোর্টতা লানখৎখ্রে।

গাইদ–লাইন অসিগী মখাদা ফন্দ ফংলিবা এন জি ও অমদি ভি ও শিংনা নিতি আনোগকী ''এন জি ও দপর্পত'' দা ওন লাইনদা নৌহৌনা রেজিষ্টার তৌবা দরকার ওইগদৌরি। রেজিষ্টার তৌবা মতমদা গভর্ণমেন্টশিং অদুনা তৌখিবা থবকশিং শীজিন্নখিবা ফন্দশিংগী মওং, চহীগী ওদিট রিপোর্ট অমদি এন জি ও অমদি ভি ও শিং অদু শিল–লাংলিবা দায়ত্ব লৈবা মীওইশিং পুম্নমক য়াওগদবনি।

করিগুম্বা গভর্ণমেন্টনা পীগদৌরিবা গাইদ–লাইননিং অসি ঙাক্না চত্তবা এন জি ও শিং অমদি শেল লান্না শীজিন্নবশিংগী মথক্তা ক্রিমিনেল কেস লৌখৎনবগী রাফমসু গাইদ–লাইন অদুদা য়াওগদৌরি।

গাইদ লাইন অদুদা য়াওরিবা অতোপ্পা রাফম অমনা গ্রান্ট ফংগদৌরিবা এন জি ও অদুনা ফংগদৌরিবা গ্রান্ট অদুগা মায়বা শেনফম অমা চাদা ১০ পীরগা বোন সাইন তৌনগদৌরি।

অসামদা মিদ–ডে মিল মহৈরোইশিংগী অৱাবা ওইরে

গুৱাহাটি, এপ্রিল ৬ঃ

অসামগী বার্পেটা দিষ্ট্রিক্ততা লৈবা চেঙ্গোগী প্রাইমারী স্কুলগী মহৈরোই ৬০ মিদ–ডে মিল চারুবা মতুং মশা শ্রমভুদুনা লায়েবদগী অৱাবা ওইগ্রে হায়না ওফিসিয়েল ওইবা পাউ অমনা হায়রি।

চেঙ্গোগী হাসরা লরার প্রাইমরী স্কুলগী মহৈরোইশিংনা য়ুমশকৈশ নুমিত্তা মশা নুংঙাইতবদগী ওদুনা হোস্পিটালদা পুখৎখিবনি। মখোয়গী মরক্তা মশা শাগৎপা অমদি ডাইরিয়া তৌবগী নুংঙইতবসু লৈ হায়খি।

বার্পেটাগী দি সিনা মরী লৈনবশিংনা অকনবা চেকশিন থৌরাং পায়খৎখ্রে হায়না পাউ অসিনা মখা তরি

In the Court of the Sub-Deputy Collector
Porompat, Imphal East, Manipur
Ref. :- Mutation Cass No. 247/SDC/P of 2017

Pangambam Olen Meitei
S/o (L) P. Jatra Singh
of Kongba Kshetri Leikai.

- Petitioners

-Verses-

Pangambam Jatra Singh
S/o (L) P. Chaoba Singh
of Kongba Kshetri Leikai.

- O.P.

N O T I C E

Porompat,the 6/4/2017

Under Section 46(3) of M.L.R. & L.R. Act, 1960 গী মতুং ইন্না খঙহল্লী মদুদি ঃ– Imphal East Porompat Circle গী Village No. 32- Gangapat গী Patta No. 6 (অরিবা) 47/300 (অনৌবা) C.S. Dag No. 160/356 an area .092 acre of Ingkhol Class লম অসিগী Co-Pattadar No 1(One) অসি মতু (Late) ওইগ্রে। মরম অসিনা মথক্কী Petitioner অসিনা লৈখিন্নবা Co-Pattadar No. 1(One) গী মহত্তা মমিং ওনবীরো হায়না কোর্ট অসিদা দরখাষ্ট থাররে মরম অসিনা পাউ–চে অসিনা ফোত্তবা মতুং নুমিৎ ৭ (তরেৎ) নিগী মনুংদা অইবা চেগা লোয়ননা লম অসিগী মরী লৈনবা মীওইশিংনা S.D.C. Porompat Court অসিদা Objection তৌবীরনবা খঙহল্লি। নংত্রবদি Court কী হৌনবী মতুং ইন্না Case মখা চৎথগনি মতুংদা লাকপা রাকৎ Court অসিনা লৌজরোই।

Sd/-
Sub-Deputy Collector,
Porompat, Imphal East,
Manipur

SL/1976(c)/07

In the Court of the Sub-Deputy Collector
Bashikhong, Imphal East
Mutation Case No. 92/SDC/B/IE/2017

Radha Govinda Sevayet
1. Shreemayum Nimai Sharma
2. -do- Shyam Sharma
all are S/o (L) Sh. Krishnamahon Sharma of Ningom Thongjao.

- Petitioners

-Vrs-

Shreemayum Krishnamohan Sharma
S/o all Mata Bidhu Lukhrabi
of Ningom Thog

- O. P.

N O T I C E

Bashikhong , the 6th April 2017

অসিনা মরম ওইদুনা Under Section 46 (3) of MLR & LR Act 1960 গী মতুং ইন্না ইঃ ইঃ তাহশিল খুলনং ৫৮–খোজু পট্টা নং ৫০৩ অনৌবা দাগ নং ১২৮ মোট এরিয়া ০.৩৬ একর চাওবা ইংখোল অসিগী পট্টাদারশিং শ্রী মায়ুম কৃষ্ণমোহোন শর্ম্মা অলি মতা বিধু লুপ্রাবী সাং নিংঙোম থোং দা লৈবা অসি মুঃ ওইগ্রে। মরম অসিনা মুঃ পট্টাদারগী মমিংদা লৈবা ইংখোল অসি মথক্তা পনলীবা দরখাষ্ট কারীশিং অসিনা সত্তা ওইনা ফংজরে, অমসুং নমা ওখোকপীরো হায়না উক্তা কোর্ট অসিদা দরখাষ্ট থারক্লে।

মরম অসিনা লম অসিগা মরী লৈনবা মীওইশিংনা য়েৎপীনিংবা লৈরবদি খবর অসিদা ফোত্তখিবা মতুং নুমিৎ ৭ (তরেৎ)নি ফাওবগী মনুংদা উক্তা কোর্ট অসিদা লাক্লুনা অপটি(Objection) ঢে পীশিনলবা য়াগনি, মতুং লাকপা অপটি (Objection) অমতা লৌজরোই, কোর্টকী হৌনবী মতুং ইন্না কেস মখা চৎথরগনি।

Sd/-
Sub-Deputy Collector,
Bashikhong Imphal East

SL/1975(b)/07

In the Court of the Sub-Deputy Collector
Porompat, Imphal East, Manipur
Ref. :- Mutation Cass No. 246/SDC/P of 2017

Keisam chingsangamba Meitei
S/o K. Meghajit Meitei
of Khurai Nandeibam Leikai.

- Petitioners

-Verses-

K. (o) Akaleishingnou Leima
W/o Meghajit Leisatou Mamang
of Khurai Nandeibam Leikai.

- O.P.

N O T I C E

Porompat,the 6/4/2017

Under Section 46(3) of M.L.R. & L.R. Act, 1960 গী মতুং ইন্না খঙহল্লী মদুদি ঃ– Imphal East Porompat Circle গী Village No. 19-Ningthoubung গী Patta No. 102 (অরিবা) 98/474 (অনৌবা) C.S. Dag No. 147/507 an area .0361 acre of Ingkhol Class লম অসিগী Pattadar অসি মতু (Late) ওইগ্রে। মরম অসিনা মথক্কী Petitioner অসিনা লৈখিন্নবা Pattadar গী মহত্তা লম অসি মমিং ওনবীরো হায়না কোর্ট অসিদা দরখাষ্ট থাররে মরম অসিনা পাউ–চে অসিনা ফোত্তবা মতুং নুমিৎ ৭ (তরেৎ) নিগী মনুংদা অইবা চেগা লোয়ননা লম অসিগী মরী লৈনবা মীওইশিংনা S.D.C. Porompat Court অসিদা Objection তৌবীরনবা খঙহল্লি। নংত্রবদি Court কী হৌনবী মতুং ইন্না Case মখা চৎথগনি মতুংদা লাকপা রাকৎ Court অসিনা লৌজরোই।

Sd/-
Sub-Deputy Collector,
Porompat, Imphal East,
Manipur

SL/1976(b)/07

In the Court of the Sub-Deputy Collector
Porompat, Imphal East, Manipur
Ref. :- Mutation Cass No. 245/SDC/P of 2017

1. Brahmacharimayum Chandrajit Sharma
S/o (L) B. Surendra Sharma
2. B. (o) Sorojini Devi W/o (L) B. Shinghajit Sharma
3. B Girichandra Sharma S/o (L) B. Surendra Sharma
4. B. Parbiti Devi D/o -do- All are Kongpal Khaidem Leikai.

- Petitioners

-Verses-

B. Surendro Sharma S/o (L) B. Rajbabu Sharma
os Kongpal Khaidem Leikai.

- O.P.

N O T I C E

Porompat,the 6/4/2017

Under Section 46(3) of M.L.R. & L.R. Act, 1960 গী মতুং ইন্না খঙহল্লী মদুদি ঃ– Imphal East Porompat Circle গী Village No. 22-Khaidem Leikai গী Patta No. 22 (অরিবা) 96 (অনৌবা) C.S. Dag No. 161 an area 0.41 acre of Ingkhol Class লম অসিগী Pattadar অসি মতু (Late) ওইগ্রে। মরম অসিনা মথক্কী Petitioner শিং অসিনা লৈখিন্নবা Pattadar গী মহত্তা লম অসি মমিং ওনবীরো হায়না কোর্ট অসিদা দরখাষ্ট থাররে মরম অসিনা পাউ–চে অসিনা ফোত্তবা মতুং নুমিৎ ৭ (তরেৎ) নিগী মনুংদা অইবা চেগা লোয়ননা লম অসিগী মরী লৈনবা মীওইশিংনা S.D.C. Porompat Court অসিদা Objection তৌবীরনবা খঙহল্লি। নংত্রবদি Court কী হৌনবী মতুং ইন্না Case মখা চৎথগনি মতুংদা লাকপা রাকৎ Court অসিনা লৌজরোই।

Sd/-
Sub-Deputy Collector,
Porompat, Imphal East,
Manipur

SL/1976(a)/07

In the Court of the Sub-Deputy Collector
Bashikhong, Imphal East
Mutation Case No. 93/SDC/B/IE/2017

1. Thokchom Sarat Singh S/o (L) Th. Angou Singh of Kyamgei maning Leikai.
2. -do- Lopen Singh S/o (L) -do- of -do-
3. -do- Muhindro Singh S/o (L) -do- of -do-
4. -do- Dhanan Singh S/o (L) Th. Gouro Singh of -do-
5. -do- Nanda Singh S/o (L) -do- of -do-
6. -do- Sunil Singh S/o (L) -do- of -do-
7. -do- Ingochabi Singh S/o (L) -do- of -do-

- Petitioners

-Vrs-

1. Thokchom Gouro Singh S/o(L) Chaoba Singh of Kyamgei
2.-do- Angou Singh S/o (L) -do- of -do-

- O. P.

N O T I C E

Bashikhong , the 6th April 2017

অসিনা মরম ওইদুনা Under Section 46 (3) of MLR & LR Act 1960 গী মতুং ইন্না ইঃ ইঃ তাহশিল খুল নং ৬৮–ক্যামগে পট্টা নং ৩৫২ অনৌবা দাগ নং ৫৪৪/৫৪৬ মোট এরিয়া ০.২৯+০.২২ = .৫১ একর চাওবা ইংখোল অসিগী পট্টাদারশিং ১। থোকচোম গৌরা সিংহে পীং মৃঃ চাওবা সাং ক্যামগৈ ২। থোকচোম অঙৌ সিংহ পীং মৃঃ চাউবা সাং ক্যামগৈ দা লৈবা অসি মুঃ ওইগ্রে। মরম অসিনা মুঃ পট্টাদারগী মমিংদা লৈবা ইংখোল অসি মথক্তা পনলীবা দরখাষ্ট কারীশিং অসিনা সত্তা ওইনা ফংজরে, অমসুং নমা ওখোকপীরো হায়না উক্তা কোর্ট অসিদা দরখাষ্ট থারক্লে।

মরম অসিনা লম অসিগা মরী লৈনবা মীওইশিংনা য়েৎপীনিংবা লৈরবদি খবর অসিদা ফোত্তখিবা মতুং নুমিৎ ৭ (তরেৎ)নি ফাওবগী মনুংদা উক্তা কোর্ট অসিদা লাক্লুনা অপটি(Objection) ঢে পীশিনলবা য়াগনি, মতুং লাকপা অপটি (Objection) অমতা লৌজরোই, কোর্টকী হৌনবী মতুং ইন্না কেস মখা চৎথরগনি।

Sd/-
Sub-Deputy Collector,
Bashikhong Imphal East

SL/1975(a)/07

EMPLOYMENT NEWS

থবক্কী পাও

Postal Circle recruitment 2017 Apply online for 2250 Gramin Dak Sevaks at indiapost.gov.in

391 Gramin Dak Sevaks in HP Postal Circle:- 02nd May 2017
1859 Gramin Dak Sevaks in MP Postal Circle:- 02nd May 2017
1072 Gramin Dak Sevaks in Odisha Postal Circle:- 26th April 201

HP Postal Circle recruitment 2017 Notification 391 Gramin Dak Sevaks Vacancies apply at indiapost.gov.in

Himachal Pradesh Postal Circle released new notification on their official website indiapost.gov.in for the recruitment of 391 (three hundred and ninety one) vacancies for Gramin Dak Sevaks. Job seekers should apply from 03rd April 2017 to 02nd May 2017.
Government Organization:- Himachal Pradesh Postal Circle

Designation:- Gramin Dak Sevaks
Location:- Himachal Pradesh
Advt No:- R&E/77-55/2017
Official web portal: indiapost.gov.in
HP Postal Circle Hiring 2017 updates news
Gramin Dak Sevaks: 391 Vacancies
Qualification:- Aspirants who decided to join HP Postal Circle Gramin Dak Sevaks posts should have pass 10th standard from approved state boards by the respective State Govt. / Central Govt.

Salary breakup:- Not Specified
Age Limit:- 18 to 40 years as on 02/05/2017 relaxed by 5 years for SC/ST, 3 years for OBC-NCL

Selection Process:- Only marks obtained in 10th standard of approved Boards aggregated to percentage to the accuracy of 4 decimals will be the criteria for finalizing the selection.

Fee charges:- Applicants who wanted to participate for Gramin Dak Sevaks vacancy should pay the below charges through at any Head Post Office. Candidate who requires to make the payment has to visit any Head Post Office to make the payment.

OC/OBC: Rs. 100/- (Rupee one hundred only)
SC/ST/All Female: Exempted Fee
How to apply online for HP Postal Circle vacancies 2017:-
Interested applicants may apply Online through the website indiapost.gov.in

OR www.appost.in/gdsonline from 03.04.2017 to 02.05.2017.
Important Dates to remember:-
Starting Date: 03.04.2017
Closing Date: 02.05.2017
MP Postal Circle recruitment 2017 Apply online for 1859 Gramin Dak Sevaks at indiapost.gov.in

Madhya Pradesh Postal Circle released new notification on their official website indiapost.gov.in for the recruitment of 1859 (one thousand eight hundred and fifty nine) vacancies for Gramin Dak Sevaks. Job seekers should apply from 03rd April 2017 and before 02nd May 2017.

Govt Department:- Madhya Pradesh Postal Circle
Job Name:- Gramin Dak Sevaks
Job Location:- Madhya Pradesh
Advertisement Number:- ESTT/1-110/GDS ONLINE SELECTION/16-17
Official website: indiapost.gov.in

MP Postal Circle recruitment 2017 Alert
Gramin Dak Sevaks: 1859 Vacancies
Qualification:- Candidates who wanted to participate for MP Postal Circle Gramin Dak Sevaks job should have pass 10th standard from approved state boards by the respective State Govt. / Central Govt.

Salary Structure:- Not Specified
Age Limit:- 18 to 40 years as on 02/05/2017 relaxed by 5 years for SC/ST, 3 years for OBC-NCL

Selection Process:- Only marks obtained in 10th standard of approved Boards aggregated to percentage to the accuracy of 4 decimals will be the criteria for finalizing the selection.

Fee charges:- Applicants who wanted to participate for Gramin Dak Sevaks vacancy should pay the below charges through at any Head Post Office. Candidate who requires to make the payment has to visit any Head Post Office to make the payment.

OC/OBC: Rs. 100/- (Rupee one hundred only)
SC/ST/All Female: Exempted Fee

How to apply for MP Postal Circle recruitment 2017:-
Interested applicants may apply Online through the website indiapost.gov.in OR www.appost.in/gdsonline from 03.04.2017 to 02.05.2017.

Important Dates to remember:-
Form Submission starts From: 03.04.2017
Form Submission End Date: 02.05.2017
Recruitment Notification & Apply Link
Odisha Postal Circle recruitment 2017 Notification 1072 Gramin Dak Sevaks vacancies apply at indiapost.gov.in

Odisha Postal Circle released new notification on their official website indiapost.gov.in for the recruitment of 1072 (one thousand and seventy two) vacancies for Gramin Dak Sevaks. Job seekers should apply from 27th March 2017 and before 26th April 2017.

Govt. Agency Name:- Odisha Postal Circle
Designation:- Gramin Dak Sevaks
Posting:- Odisha
Advt No.:- ST/1-3/19/GDS/2017
Official Web portal: indiapost.gov.in

Odisha Postal Circle hiring 2017 News updates
Gramin Dak Sevaks: 1072 vacancies
Qualification:- Aspirants who decided to join Odisha Postal Circle Gramin Dak Sevaks posts should have pass 10th standard from approved state boards by the respective State Govt. / Central Govt.

Age Limit:- 18 to 40 years as on 26/04/2017 relaxed by 5 years for SC/ST, 3 years for OBC-NCL
Selection Process:- Only marks obtained in 10th standard of approved Boards aggregated to percentage to the accuracy of 4 decimals will be the criteria for finalizing the selection.

Fee charges:- Applicants who wanted to participate for Gramin Dak Sevaks vacancy should pay the below charges through at any Head Post Office. Candidate who requires to make the payment has to visit any Head Post Office to make the payment.

OC/OBC: Rs. 100/- (Rupee one hundred only)
SC/ST/All Female: Exempted Fee
How to apply for Odisha Postal Circle vacancies 2017:-
Interested applicants may apply online through the website indiapost.gov.in OR www.appost.in/gdsonline from 27.03.2017 to 26.04.2017.

Important Dates to remember:-
Starting Date: 27.03.017
Closing Date: 26.04.2017

শগোলশেম হেমন্ত

খেংজোই চীংশাংদা

(মণিপুর অমদি মপান লমগী পাউমী খুৎপু অমনা ২০০৬ তা চান্দেল ডিষ্ট্রিক্টকী ম্যানমারগা তাইনবা ঙমখৈ পরিংদা চৎলুবগী অৱা–নুংঙাই পাউদম লাইরিকনি। ঙসি ফাওবদা খুৎনম তরুকলক পুথোক্তুনা খ্বাইদগী মশীং য়াম্না য়োনবা মণিপুরী লাইরিক ওইরি)

২

চেঙ বেগ ১৩

ঙরাংগী মখা...

লেপ্তনা খোঙ থাংজিল্লকপনা উ য়াম্না কুংনা হৌবা মফম অমা য়ৌরক্লে। লৈমায়দা তারিবা উনাশিং নুমিদাং নোং তখিবনা ইচোং চোংনা লৈরম্মী। নুংশা শারবসু মাশা মরেং ফল্লবা উখাদা নুংশা চঙবা ঙমদবনা লৈমায়দা তারিবা উনাশিং কংবা ঙমদনা লৈরি। উনাশিং অদুদা নেৎলগা চৎপদা খোঙউপ মখাদা নপশিল্লকপনা চৎপদা নাঞ্জংনবা ফাওরকখি। ময়ামদু চৈনা খোত্তোক্লগা চৎনবদা মঙম ইশান শান্নদ্রে। মসিদি থোইনবু খল্লদ্রে, ঐনা কিরিবদি কাকফৈ চিক্লমগদ্রা হায়বসিনি। অতৈ অতৈদি খরবু ফরি, ঐনা খ্বাইদগী হৈনদবসি হুইগা কাকফৈগনা মরোইরে। চীংদি নোংবু অাঙবা কাকফৈ অমতা ময়ুমদা লৈয়ু য়াদে হায়বসি ঐ হান্না তারবনি। কাকফৈ মপান থোকপা মতমদা চীংদা চৎপসি মাঙ থারগা চৎলু হায়নৈ। অদুবু খোঙচৎ অসিগী ওইনদি ঐখোয়না মাঙ থাবা য়াদ্রে। চীং লহী অসি ঐখোয়গী ইফমদদি ইনৌ নৌবা লম্বীনি। মরম অসিনা ঐখোয়বু ঙাক শেল্লিবা ইচিল–ইনাওশিংগী মতুং ইনবা তাবনি। অঙত্তা চীংময় কাখৎলকপা ওইবনা থাংলিবা খোঙথাংশিং পংখু থুজিনবা য়াদে। মতুং ইন্দবদি য়াদবনিনা রারবসু রান্না খোঙ থাংবদি লেপ্পা য়াখিদে। অসুকপা উমংগী মনুং অদুদা নুমিৎগী মঙাল ফাওজিল্লক্তবসু মঙালদি ফজনা ফংই। ঙাইহাক পোখা, ঙাইহাক চৎ কাখৎলকপা চীং অদুগী করিগুত্তা খরদি ফাওখি – অসুক লাপত্রবা মফম অসিদা করি শুর নোংগ্রা হিংলিগবা! ঐখোয়গী পোৎ পুবীরিবা খুম্নী অমদা করি খুলনো হংলুবগু ''ফৈজোল' কৌই হায়না খুন্নকই। খুলদুগী ময়ায় য়ৌরকপদা নোং থিংলি থিংলি চুবা হৌরক্লে। মথোঙ হুক্তবা নোং অদুদগী ঙাকথোক্লবা ঐখোয়না থৌবাল বজারদগী লৈরকপা প্লাষ্টিকশিংদু ইনশিন্নরম্মী।

মথং মথং ...

য়ুমগী লায়য়েং

শগোলশেম ইন্দ্রমনি সিংহ

চাবা (চিঙ্গাক)

ঙরাংগী মখা...

চিনিনা ১৫% দগী ৩০% লৈ। তারতারিক এসিড .৫ দগী ১.২% লৈ, ঙাঙলৈনবা জাংনা য়ু, অদুগা অঙৌবনা চাননবগী ওইনা থাঁনৈ। খোঙ হান্না য়াদবা, চিফেৎ–চিফেৎ হান্নদা নৎত্রগা ইতোন ফায়বগা লোয়ননা শাংনা ডাইরিয়া তৌবদা অঙ্গুর ঙাক্তা চাবা কাঁয়ে। ক্রোনিক কৃত্তিজদা হৈ অসিদা য়াওবা মনা–মশীংগী ওইবা আকালকলি কার্বোনেটনা কান্নহল্লি। মুন্দ্রবদি শীজিন্নবা য়াদে। অঙ্গুরদা চাদুনা লৈবনা মাংবা য়াহনবা অমসুং ঈশিং পৌহনবনা হার্ট শোকপদসু ঙমখৈ লৈতনা কান্নহল্লি। অশেংবা ঈশিং, শাজেন অমসুং ঙম্রা হৌবনা ''গ্রেপ–কিওর'' গী রুল ওইবনা মরম অসিনসু মতেং পী। সুইজরলেণ্ডদি মসি চহী চা কয়াদগী চৎনরকই।

কমলাঃ– কমলা হায়বসি মহৌশা লাইরেম্বীনা পীবা চিঙ্গাক্কী মনুংদা খ্বাইদগী ফজবা খুদোন অমনি। হেক চাবদা হাউরবা থুম্নবা করিগুত্তা তুন্নগী থবক অমত্তা য়াওদনা ঈদা চঙখিদুনা খুনা হেক্তা শীজিন্নবা হৌই। অদুগা চোকথরবা মতমদা কমলা অমতা চাদিনবা হেক্তা হকচাং তেকখৎলি। কমলা অমগা তল মচেৎ অমগা মাঁয়ে। অদুবু কমলা মহীদি অমুক তুন্নগী থবক চঙদ্রে। তলদি হকচাদো পাঙ্গল হৈনিংবা পীননবা তুন্না তাই অদুগী মতুংদা ঈদগী পাঙ্গল পীরক্কদবনি। অৱাবদি তল মচেৎ অদু তুন্নদা পুং কয়া চঙই। অশোন– অনানা কমলা পান্নিবসি থুনা হকচাং তেকখৎহনবদগীনি। কমলা হাইফেৎ চাউবা অমনা কেলোরী ৭৫ দগী ১০০ পী। কমলা মহীদা লাইম অমসুং অতোপ্পা আলকালি ওইবা থুম য়ান্না য়াওই। শায়াম, চাকয়াম চাবা, অদুগা অহল ওইশিল্লক্লবা অদুগা ফমদুনতা লৈবা মীনা ঈ অসি এসিড ঙাক্তা ঙায়শিল্লক্লবা মতমদা এসিড মাঙহন্নবা কমলা চাবা য়ান্না কাঁয়ে। ইমুং –মনুংদা থবক শৃবা, কেরানি ওৰাগুন্না মীওইগী পুন্সিদা থুনা অহল ওইহনবা থিংনবা কমলা হীদাকক্তুবা হৈ মখল অমনি।

তুম্মমদাইদা কমলা ১–২ (মকু য়াওনা হৈনরগা) চাশিনবদা থোইদোক্লা শাথীবা মওংদা খোঙ হান্না য়াদবা মী কান্নবা ফংগনি। চাক অনীগী মরক্তা অচোই–অপা চাননা মীগী মশা ফহন্দে। হৈ মহীদি থকপা য়াই। কমলা মহী নৎত্রগা কমলা চাক ২ গী মরক্তা চাবনা খোঙহান্না ফজনা য়াহল্লি। খোঙ হান্না য়াদদুনা পখ–পুমথদুনা খোইরীন, থীরিন্দা পৈদুনা লৈরীবা চিঙ্গাক্কী শরুক অদু কমলানা ''পেরিসন্তেলটিক'' হায়বদি খোইরীন অসি সুম মথারোমদা খপথবগুম, নীকথবগুম লেঙহনবগী থবক অসি, কমলা মহিগী মহাও অমসুং ময়াইকাবা মগুণ অমনা মতেং ওইহল্লি। অদুনা কোলোন্দা পত্ত–পুমথবগী থবক থিংই। মমাগী মখোম্না য়োক্তবা, শঙ্গোম অশেম্বা নৎত্রগা ঙৌথোক্লবা শঙ্গোম শীজিন্নরবদি মৈদা লোনবা অদুনা ভিটামিন মাঙহল্লি। অদু মেনখৎনবা কমলা মহী পীথকপা তাই। খোমচুপ শীজিন্নবা অঙাং খূদিমেক নোংমদা কমলা মহী আউঙ অমা পীথক্কদবনি।

মথং মথং ...