২০০৮ জয়পুর ব্লাষ্টঃ কনভিক্ট ৪মক শিবগী চৈরাক পীখ্রে

জয়পুর,দিসেম্বর২০(এজেন্সি)ঃ

মীওই ৭১ হাৎখিবা অমসুং ১৮৫ শোকহনখিবা ২০০৮ দা থোকখিবা জয়পুর সেরিয়েল ব্লাষ্টশিংদা চেন্নবগী কনভিক্ট ফঙলবা টেরোরিষ্ট ৪ মক ঙসি মফম অসিদা লৈবা স্পিসিয়েল কোর্ট অমনা শিবগী চৈরাক পীখ্রে।

মে ১৩,২০০৮ দা জয়পুর সিটিগী মফম ৮ দা বোমশিং পোখায়হনখিবগীদমক মরাল শীখিবা মীওই ৫ গী মনুংদগী মীওই ৪ বু স্পিসিয়েল জজ অজয়কুমার শর্ম্মনা য়ুমশকৈশা নুমিৎতা কনভিক্সন পীখি। মখোয় অদুদি মোহম্মদ সইফ, সহাফররহমন, সরাব্রার আজমি অমসুং মোহম্মদ সলমাননি।

অফগানিস্টানদা য়ুহার হাবদা দেল্লীদা নীকখ্রে

নিউ দেল্লী,দিসেম্বর২০(এজেন্সি)ঃ

অফগানিস্টানগী হিন্দুকুস রিজনদা ঙসি নুমিদাংব্রাইরম মেগ্নিচুদ ৬.৩ গী য়ুহার হাবদা নিউ দেল্লী অমসুং থংনবা মফমশিং য়াওনা অৱাং থংবা ইন্দিয়াগী শরুক কয়ামরুমদা নীকপগী শাফু ফাওখ্রে।

লৈবাক্কী কোনুং অসিদা য়ুমশিং অমসুং ওফিসশিংদগী মিপাইনদুনা মীওই কয়া চেম্বোকনরকখি, অদুবু শোকপা, শিবা নৎত্রগা লন থম মাঙ–তাকপা পাউ খুদক্তা লৈখিদে। গুরগাও, নোয়দা অমসুং রাজষ্ঠানগী কোনুং জয়পুরদসু নীকপগী শাফু ফাওখি।

সি বি আই কোর্টনা রাঞ্চি রেপ–মর্দর এক্যুজ কনভিক্সন পীখ্রে

নিউদেল্লী,দিসেম্বর২০(এজেন্সি)ঃ

রাঞ্চিদা ২০১৬ গী দিসেম্বর ১৫–১৬ কী লোন্নবা অহিংদা ইঞ্জিনিয়ারিং মৈহেরোই অমা রেপ তৌখিবা অমসুং হাৎখিবগী তমখিবা থৌদোক অদুদা চেন্নবা মীওই অদু স্পিসিয়েল সি বি আই কোর্ট অমনা থা অমা শাবা অথুবা ৱায়েল অমা চথদুনা ঙসি ইরাই নুমিৎতা কনভিক্সন পীখ্রে।

থৌদোক অদুগী মতুংদা চেনখিবা মরু ওইবা এক্যুজ রাহুল রাজবু সি বি আইনা ফাখি। কেস অসিগী ইনভেষ্টিগেসন ২০১৮ গী মার্চ ২৮ দগী সি বি আইনা পায়রকখিবনি। অমসুং চহী অসিগী জুনদা রাহুলবু লক্ষনৌদগী ফাখি। মহাক লক্ষনৌদা অতোপ্পা ক্রাইম অমগীদমক জেলদা লৈরমখিবনি।

ইন্দিয়া অমসুং চিনানা ঙসি দেল্লীদা ২২ শুবা তাঙ্কক্কী ঙমখৈগী ৱারী শান্নগনি

নিউ দেল্লী দিসেম্বর২০(এজেন্সি)ঃ

ইন্দিয়া অমসুং চাইনিজ মীহুৎশিংনা লৈবাক অনীগী মরক্তা লৈরিবা ইন্টর্নেসনেল বাউন্দরিগী মতাংদা খন্নবা হয়েং নিউ দেল্লীদা খন্নরগনি। মসি প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদিগা চিনাগী প্রসিদেন্ট জি জিনপিংগা হান্না চহীসিদা চেননাইদা ইনফোর্মেল ওইনা উন্নদুনা ৱারী শান্নখিবা অমগী মতুংদা লৈবাক অনীগী অহানবা ৱারী শান্নবনি অমসুং ইন্দো–চিনা ঙমখৈগী মতাংদা স্পিসিয়েল রিপ্রজেন্টেটিব থাক্কী ৱারী শান্নবগী ২২ শুবা তাঙ্কক্কি।

ৱারী শান্নবা অদুদা শরুক য়াগদবা ইন্দিয়াগী কাঙবু অদু নেসনেল সেক্যুরিটি এদভাইজর অজিৎ দোবলনা লুচিংগনি। চিনাগী নাকলদনা মখোয়গী ফোরেন মিনিষ্টর ৱাং য়িনা লুচিংগনি। হৌখিবা চহীদা চিনাগী চেঙদুদা পাঙথোকপা ২১ শুবা তাঙ্কক্কী ৱারী শান্নবা অদুদা ঙমখৈগী লৈরিবা য়েৎনবা মতম ঙন্না শমতাইন্নবগীদমক ৱারী শান্নবা হেন্না কনশিন্নবা অমসুং মাঙলোমদা চঙশিন্নবা নাকল অনীমকনা লেপ্পখি।

নাকল অনীনা ঙমখৈগী পরিংদা শান্তি অমসুং তঙদু–লৈতাবা অমসুং ঙাক্তুনা থম্বগী মরু ওইবা অদুসু চেৎশিনহনখি। ঙমখৈদা লৈরিবা ট্রুপশিংগী মরক্তা মরী ফগৎহন্নবা মেকানিজম কয়া শীজিন্ননবসু মখোয়গী মীলিটরীশিংদা পাউতাক পীনবা য়ান্নখি।

চহী অসিগী ৱারী শান্নবসি হৌখিবা থাদা চেন্নাইদা লাকখিবা প্রসিদেন্ট জিনপিংগী খোঙচৎ অদুগী মাঙওইননা সেপ্টেম্বর থাদা পাঙথোক্লমগদবনি অদুবু হীরম কয়াগী মরমদগী য়ৈথোকখিবনি হায়না নাকল অনীমত্তংগী ওফিসিয়েলশিংনা হায়খি।

স্পিসিয়ে রিপ্রজেন্টেটিব–লেভেলগী ৱারী অসি ঙমখৈগী ৱাথোক্কী ৱারোইশিন পুরক্লবগী খন্ননবা থবক শিন্নবা অদুতা নত্তনা লৈবাক অনীগী ওইবা অতৈ হীরমশিংগীসু খন্ননবগী ওথোরিটি পীরবা খ্বাইদগী ৱাংবা ওফিসিয়েল–লেভেল ফোরম অমনি। ইন্দিয়া অমসুং চিনাগী মরক্তা ঙমখৈগী য়েৎনবা লৈরিবসি লাইন ওফ একচ্যুয়েল কন্ট্রোল (এল এ সি)গী কিলোমিটর ৩৪৮৮ নি।

ইন্দিয়ানা খ্বাইদগী কনবা মওংদা শীংনদুনা লেপ্লিবা ৱাফম অমা ওইনা চিনানা অরুনাচল প্রদেশপু খা থংবা টিবেটকী শরুক্লি হায়না লৌরি।

মুশারফ ত্রিজন কেসকী ৱায়েলবু ক্রিটিসাইজ তৌবগীদমক আর্মিবু পাকিষ্টানি বার কাউন্সিলনা য়ানিংদবা ফোঙদোকখ্রে

ইস্লামাবাদ, দিসেম্বর ২০(এজেন্সি)ঃ

পাকিষ্টানদা ত্রিজন কেসতা জেনরেল (রিটয়ার) পরভেস মুশারফকী মায়োক্তা পীবা স্পিসিয়েল কোর্টকী ৱায়েল অদুবু ক্রিটিসাইজ তৌবগীদমক আর্মিবু পাকিষ্টানি লোয়ারশিংগী খ্বাইদগী মকোক থোংবা বোদি অদুনা চৈখ্রে। আর্মিগী ৱারোল অদু কোর্টপু কন্টেম্প তৌবা চিংবা লিগেল অমসুং কন্সটিট্যুসনেল প্রোভিজনশিং ময়েকশেংনা থুগাইবা অমনি হায়খ্রে।

জজ অহন্না শাবা স্পিয়েল কোর্ট বেঞ্চ অদুনা চহী ৬ কী লিগেলগী ওইবা কেস অমা চথরকপ্পবগী মতুং হায় ত্রিজনগীদমক লৈবাকপোকপা নুমিৎতা কোর্টতা মশা লাক্তনা মশাগী চহী ৭৬ শুরবা মুশারফপু শিবগী চৈরাক পীনবা রাই তাখি। পেসাৱার হায় কোর্টকী চীফ জষ্টিস ৱাকার অহমদ সেথনা ইবা লমায় ১৬৭ পানবা মপুং ফারবা জজমেন্ট অদুদা স্পিসিয়েল কোর্ট অদুনা শগোলশেন নুমিৎতা, কনভিক্ট অদুদা শীরিবা মরাল অদুগী মতুং ইস্লামাবাদকী দি–চোতা চিংদুনা পুরক্লদবনি অমসুং নুমিৎ হুন্নি থৌরি য়ানগদবনি হায়খি।

স্পিসিয়েল কোর্টকী মেম্বর অহন্না শাবা বেঞ্চ অদুগী লুচিংলিবা জষ্টিস সেথনা মুশারফকী এক্সজিক্যুসন অদুগী মমাঙদা করিগুম্বা মহাক শিগ্রবা ফাওবদসু মহাকপু হেঙ তৌগদবনি হায়না ইখি।

মীচেন অমসুং কনভিক্ট অদু ফানবা অমসুং লোগী মতুং ইন্না মঙোন্দা পীরিবা চৈরাক অদু শোয়দনা পাঙথোক্লবা লো এনফোর্সমেন্ট এজেন্সিশিংবু মখোয়গী ঙমজবী থাত্তা হোৎননবা ঐখোয়না দাইরেক্টিব পীরি, অদুগা করিগুম্বা মহাক শিনা ফংলবদি মহাক্কী হকচাং অদু ইস্লামাবাদকী দি–চোতা চিংদুনা মতুং ইন্না মহাক শিদ্রিবা ফাওবা মহাক্কী মঙকশমদা থৌরি য়ানগদবনি হায়খি।

পাকিষ্টানদা শক্তিং লৈরবা মিলিটরিগী ৱাঙাংলোই মেজর জেনরেল অসিফ গাফুরনা হায়খি, দিসেম্বর ১৭ তা পীখিবা অতেনবা জজমেন্ট অদুগী মতাংদা কিরম্বশিং অদু ঙসি থোরক্লিবা মপুং ফাবা জজমেন্ট অসিনা চুম্লে হায়বদু প্রমান তৌরে।

ঙসিগী ৱারেপ অসি অমসুং মরু ওইনা মসিদা শীজিন্নরিবা ৱাহৈশিং অসি হ্যমেনেটি, রিলিজন, সিভিলাইজেসন অমসুং অতৈ ভেলু খুদিংমক্কী মায়োক্তনি হায়না মিলিটরী ৱাঙাংলোই মেজর জেনেরেল অদুনা হায়খি। আর্মি চীফ জেনরেল কামার জাবেদ বাজাৱা অমসুং প্রাইম মিনিষ্টর ইমরান খাননা মুশারফকী কনভিক্সনগী মতাংদা উনদুনা মপুং ফানা ৱারী শান্নখ্রে অমসুং থুনা লাওথোক্লগদবা মরু ওইবা ৱারেপ খরা লৌখ্র হায়না মহাক্না হায়খি।

আর্মিনা জজমেন্ট অদু ক্রিটিসাইজ তৌখিবদুনা পাকিষ্টানদা ইন্সটিট্যুটশিং পূন্নমক আর্ম ফোর্সশিংগী মখা পোন্না লৈ, মখোয়গী ৱা ইনগদবনি অমসুং জুদিসিয়ারি য়াওনা ফোরম অমত্তগী ইকাইখুন্নবা লৈতে হায়বা ৱাখল্লোন অদু ময়েক অসিনা পীরে হায়না বার পাকিষ্টান বার কাউন্সিলনা হায়খি।

অনৌবা সিটিজেন্সিপ লোগী মরমদগী বংলাদেশতগী মীওই অমা ফাওবা অসামদা চঙহল্লোই ঃ সোনোৱাল

গুৱাহাটি দিসেম্বর ২০(এজেন্সি)ঃ

লাইনিংগী মরমদগী ওৎপী নৈবিরবা বংলাদেশতগী চহী ১০ গী মমাঙদা অসামদা চঙলকখিবা মীওইশিং অদু ইন্দিয়া সিটিজেন্সিপগীদমক চে থারকপা য়াই, অদুবু অনৌবা সিটিজেন্সিপ লো অসিনা য়ুম্লোন্নবা লৈবাক অদুদগী অনৌবা মীয়াম চেনশিল্লকপদি পুক্লিং থৌগৎতে হায়না অসাম চীফ মিনিষ্টর সরবানন্দ সোনোৱালনা ঙসি হায়খ্রে।

লো অসিনা মখোয়গী কাঙলূপকী মশক মাঙহল্লনি হায়বগী অৱাবা পোক্লবা অসামগী য়েলহৌমী মীয়ামগী লৈরিবা অকিবশিং অদু কোকহল্লদুনা চীফ মিনিষ্টর সোনোৱালনা সিটিজেন্সিপ এমেন্দমেন্ট এক্ট (সি এ এ)গী খুৎথাংদা বংলাদেশতগী শুপুগী মীওই অমা ফাওবা অসামগী মনুংদা চঙহল্লোই হায়খি।

বংলাদেশতা লাইনিংগী ওৎ–নৈবিবদগী চেল্লক্তুনা অসামদা চহী দিকেদ কয়া লৈরক্লবা মীওইশিং অদু খক্তনা ইন্দিয়াগী সিটিজেন ওইনা এপ্লাই তৌরকপা য়াগদবনি হায়না গুৱাহাটিদা প্রেসকা উন্নবা অমদা পাউমীশিংদা মহাক্না হায়খি। সিটিজেন্সিপকীদমক চে চাংশিং থাগৎপগী প্রোসেস অদু পুংলোই লোইরবা মতুংদা সিটিজেন ওইরে হায়বা মিং পরেং অমা ফোঙগনি। মশীং অদু থোইনা নুংনাংনিঙাই ওইরোই, অসাম এক্কোর্দকী ক্লোজ ৬ না ঐখোয়গী হকশিং ঙাক্লি হায়খি।

দিগ্রী সেলসিয়স ৪২ য়ৌদুনা অষ্ট্রেলিয়াদা খ্বাইদগী শাবা নুমিৎকী রেকোর্দ ওইখ্রে

সিদনি, দিসেম্বর ২০(এজেন্সি)ঃ

অষ্ট্রেলিয়ানা থংনা –থংননা নুমিৎ নীনি শুবা ওইনা হৌজিক ফাওবদা লৈবাক অসিগী খ্বাইদগী শাবা রেকোর্দ অমা থমখ্রে।

নেসনেল টেম্পেরেচরগী ৪১.৯ দিগ্রী সেলসিয়স (১০৭.৪ ফেরেনহৈট)কী চাংচৎ য়ৌখ্রে। মসি মমাঙগী রোকার্দতগী দিগ্রী অমা মপুং ফানা হেন্না ৱাংলবনি হায়না শগোলশেল নুমিৎতা ওফিসিয়েলশিংনা ফোঙদোকখ্রে।

লৈবাকপোকপা নুমিৎতা শাখিবা দিগ্রী ৪০.৯ অদুদগী হেল্লদুনা য়ুমশকৈশা নুমিৎতা অনৌবা নেসনেলগী চাংচৎকী মেক্সিমম টেম্পেরেচর অদু য়ৌখিবনি, মসি জনুৱারি ২০১৩দা লৈখিবা মমাঙগী ৪০.৩গী রেকোর্দ অদু ইন্থুরগনি হায়না ব্যুরো ওফ মেটিওরোলোজিনা হায়খি।

অকিবা ফংলবা হিটৱেব অদুদা অষ্ট্রেলিয়াগী পাক চাওরবা লমদমশিংদা মথং–মথং উমং মৈ চাকপা থোকহনদুনা মমাঙদা অমুক্তা থোকখিদবা ঈকংগী থৌদোক থোকখ্রে।

টেম্পেরেচ অসি নোংচুপ থংবা সব–অরবানশিংদদি শগোলশেল নুমিৎতা দিগ্রী সেলসিয়স ৪৫ ফাওবা য়ৌরবা য়াই হায়না মিপাইনখি।

কাথেকপা য়ৌনা শারবা টেম্পেরেচর অসিগী মথক্তা পুংদা কিলোমিটর ১০০ য়ৌনা কনবা নুংশিৎ শিৎতুনা উমং মৈ চাকপশিং অদু সিদনি সিটি মনাক য়ৌনা হুমজিল্লকপা য়ারি। ফিভম অসিদগী অষ্ট্রেলিয়ান ওথোরিটিজনা শগোলশেল নুমিৎতা ন্যু সাউঠ ৱেলস ষ্টেটতা নুমিৎ ৭নি ষ্টেট ওফ ইমজেন্সি লাওথোকখ্রে।

থোক্লকপা য়াবা খ্বাইদগী খুদোঙথিনিংঙাই ওইরবা ফিভমশিং অদুগীদমক ন্যু সাউঠ ৱেলস রুরেল ফয়ার সার্ভিস কমিস্নার সানে ফিটজিমোন্সনা মী ১০০না শাবা ষ্ট্রাইক টিম ৫ খ্বাইদগী খুদোঙথিনিংঙাই ওইরবা মৈ চাকপশিংদা দিপ্লোয় তৌনবা থৌরাং তৌদুনা থম্লে হায়খি।

য়ু এস অমসুং কনাদাগী টিমশিং লোয়ননা আষ্ট্রিলিয়ান দিফেন্স ফোর্স পার্সোন্নেলগী শৌগৎপগা লোয়ননা ফয়ার –ফায়টর ২,০০০না উমং মৈ চাক্লিবশিং অদু থোংনরি।

হন্দক থা খরসিদা উমং মৈ চাকপগী থৌদোকসিদা মী ৬ শিখিবা অমসুং য়ুম ৮০০ হেন্না মাঙ–তাকখিবগা লোয়ননা য়ামদ্রবদা লম হেক্টর মিল্লিয়ন ৩ (একর মিল্লিয়ন ৭.৪) মৈনা তুন্না চাতুনা উৎ ওনখ্রে।

য়ু এস অমসুং ইন্দিয়ানা এন্নুয়েল পার্লিয়ামেন্টরী এক্সচেঞ্জ লাওথোকখ্রে

ৱাসিংটন দিসেম্বর২০(এজেন্সি)ঃ

ইন্দিয়ান–য়ু এস ২ + ২ মিটিংগী অরোয়বা অপুনবা ষ্টেটমেন্টদা নাকল অনীগী লৈনবা মরীদা ষ্টেটেজিক্কী মরু ওইবা হীরমশিং খন্ননবগী এন্নুয়েল পার্লিমেন্টরী এক্সচেঞ্জ অমা লিংখৎলে হায়না লাওথোকখ্রে। ২০২০ গী মনুংদা পার্লিমেন্টরী এক্সচেঞ্জ অদু হৌরবা য়াই হায়না ঙৱাং প্রেসতা থোকপা চেরোল অমনা হায়খি। য়ু এস সেক্রেটরী ওফ ষ্টেট মাইক ওেম্পিও অমসুং য়ু এস দিফেন্স সেক্রেটরী মার্ক এস্পরগা ইন্দিয়াগী দিফেন্স মিনিষ্টর রাজ নাথ সিংহ অমসুং এক্সটর্নেল এফিয়ারস মিনিষ্টর এস জয়শঙ্করগা য়ুমশাকৈশা নুমিৎতা ৱসিংটনদা অনীশুবা ২ + ২ দাইলোগ অদু পাঙথোকখিবনি।

ইন্দিয়া অমসু য়ু এসপু মান্নবা অপাম্বশিংনা পুনশিনহনবা নত্তনা মদুদগী হেনবা ঐখোয়গী ফোরেন পোলিসিশিংদা মরু ওইবা শক্লোন লৌরিবা অকনবা লেজিস্লেটিব ব্রাঞ্চশিং লৈবা দেমোক্রেসিশিংসু ওইরি হায়না পার্লিয়ামেন্টরী এক্সজেঞ্জ অদুবু মাঙজিল থানা হৌদোকখিবা য়ু এস কংগ্রেসমেন ব্রা শেরমননা হায়খি। এক্সজেঞ্জ অদুবু হৌদোকখিবা কংগ্রেসমেন জর্জ হোল্ডিংনা ইন্দিয়াবু অমেরিকাগী খ্বাইদগী নরুবা মরু ওইবা খোঙবুশিংগী মনুংদগী অমনি হায়খি।

য়া অমসুং য়ারী চীকপা–নাবা থেংননবা মহৌশাগী লায়েং ৫

দিসেম্বর ২০(এজেন্সি)ঃ

য়া নাবা, য়ারী চীকপা–নাবা হায়বসি মরম কয়াদগী থোকহল্লকপা মী অয়াম্বদা থেংনবা হকশেলগী নুংঙাইতবা মওং অমনি। মসি য়া শেংবদা য়ান্না কনমন্নবা ব্রশনা তকখায়খিবা নৎত্রগা য়া শিথরকপদগীসু থোকপা য়াই।

য়া অমসং য়ারী চিকপা–নাবা করিদগী থোকহনবনো হায়বগী মরমদা ওইনিংবা ওইজরসনু, য়া নাবনা কনাগুম্বা অমবু য়ান্না শাথিনা নুংঙাইহন্দবা য়াই, চাবা–থকপা ফাওবদা ৱানা থোক্কনি, ৱা ঙাংবা নৎত্রগা অতৈ থবক অমগী মতাংদা খল্লুবফাওবা ঙম্লোই।

অনাবা অদুনা করিগুম্বা খাঙবা ঙ্গুক্তুদি য়াগী ডোক্টর অমদা চৎপা তাই, অদুবু চাং অসি য়ৌদনা ময়ায় ওইরপ্পা নাবা ওইরগদি মদু ঐখায়না য়ুমদা লায়না লায়েংবা য়াই। য়া অমসুং য়ারী নাবদগী থুনা অৱাবা কোকহন্নবগী য়ুমদা চখবা য়াবা মহৌশা–লায়েং ৫ লৈ।

ঈশিংদা থুম হাপ্লগা শীজিন্নবা

থুমগী ঈশিং অসি নেচরেল দিসইনফেক্টেন্ট অমনি অমসুং য়া মরক–মরক্তা নপ্তুনা লৈবা চিঞ্জাক্কী মরিকশিংবুসু লৌথোকহল্লকপা ঙমই। হিদাক মখল অসিনা য়ারী পোন্না হন্থহনবসু ঙমই অমসুং স্বর মনম নমথিহন্নবগী মরম ওইরিবা য়ারীশিংদা লৈরিবা মাঙ–তক্লিংঙাই ওইবা বেক্টরিয়া অদু হাৎপা ঙমই।

মসি শীজিন্নবগী মওংদি অশাবা ঈশিং গ্লাস অমদা থুম চামস তংখায় অমা য়ানশিল্লু। মদু য়াউম অমা চিংশিল্লু অমসুং সেকেন্দ খরা চিন মনুংদা প্রোক–প্রোক ওৎলগা কামথোকখ্রো।

চনম শীজিন্নবা

চনম অসি চুন্নগী চিঞ্জাক অমা নত্তে, মসিবু সুপরফুদ হায়নসু খঙনে, মরমদি মসিদা মখল কয়াগী হিদাক্কী মচাক কয়া য়াওরি। অয়াম্বনা লোক অমসুং লাইহৌদা শীজিন্নবা চনম হায়বসিদা এন্টি–বেক্টরিএল প্রোপর্টিজশিং লৈবা, য়া–য়ারী নাবগী লায়েঙদা য়ান্না ফবা এল্লিশিন হায়বদু য়াওই। মসিনা য়াথি ওইহন্নবগী মরম ওইরিবা বেক্টরিয়া অদুসু হাৎলি অমসুং পেইন কিল্লর ওইনসু থবক তৌই।

শিজিন্নবগী মওংদি – চনম মনাও অমা তকখায়রগা মদু মতম খরা য়া অমসুং য়ারিদা নপশিন্দুনা থম্বা নৎত্রগা চনম মরু অমা অতেকপা ওইনা হেক্তা শাইজিনবসু য়াই।

এসেন্সিয়েল ওইলস শীজিন্নবা

য়ান্না মরৈ তৌবা, য়া চিকপা–নাবা মখা অসুম শাংথনা লৈরবদি, মদু হন্থহন্নবা পান্নি, মনা–মশীংদগী শেন্না থাও হায়বদি এসেন্সিয়েল ওইলস শিজিন্নবা য়ান্না কান্নগনি। মসি হেক্তা চাবসু য়াই, অদুবু অকক্লবা চাং অমদা চাগদবনি।

য়া –য়াখোঙ নাবা–চিকপা তৌরবদি মদুগী অৱাবা কোকহন্নবগীদমক লোংপান অমসুং গুনমরিচকী এসেন্সিয়েল ওইলশিং শিজিন্নবা কান্নে। শিজিন্নবগী মওংদি, এসেন্সিয়েল ওইলগী মরিক ২–৩ খুদোম্বীনা লৌরগা মদু য়াদা তক্লগা নানগদবনি।

চা মখল খরদসু Tannis কৌবা কম্পাউন্দ অমা য়াওরি। টান্নিস হায়বসিনা ঐখোয়গী চিন মনুংদা লৈবা বেক্টরিয়া অদু হাৎতোক্তুনা য়ারি নাবা হন্থহনবা ঙম্মি।

গ্রীন টি, হিবিকস টি অমসুং ব্রেক টিদা টান্নিস য়াওই অমসুং য়ারি নাবশিং ফহন্নবগীদা শিজিন্নবা কান্নে।

চা শিজিন্নবগী মওংদি – চা ময়োম মচা অমা অশৌবা ঈশিংদা মিনিট ৫ লুপশিন্দুনা থমগদবনি। মদুগী মতুংদা মদু লৌখৎলগা মতম খরা ইংথহনগনি। অদুবু মপুং ফানা ইংদ্রিঙৈগী মমাঙদা চা ময়োম অদু শারিঙৈদা নারিবা মফম অদুদা হককথেংননা নমশিনগদবনি।

এলো বেরাসু য়া নাবদা শিজিন্নবা কান্নে।

এলো বেরাগী নপ–নপ লাওবা অনঙবা মহিদা জার্মশিংবু হাৎপা ঙম্লা অমসুং য়া মন্থরকপা থিংবা ঙম্লা নেচরেল এন্টিবেক্টরিয়েল প্রোপরটিশিং য়াওই। মরম অদুনা য়া অমসুং য়ারি চিকপা নাবা মতমদা এলোবেরা শিজিন্নবা য়াই শিজিন্নবগী মওংদি মহৌশানা ফংবা এলোবেরা জেল অদু খরা লৌরগা চিনগী অনাবা মফম অদুদা নপশিনগদবনি অমসুং তপ্না–তপ্না নানগদবনি।

তপ্পদগীনা ময়াই ওইরপ্পা নাবা য়া অমসুং য়ারি নাবগী মতাংদদি য়ুমদা লায়েংবা লায়রবসু, করিগুম্বা অনাবা অদু নুমিৎ ৫নিরোমদগী হেন্না নারবদি শোয়দনমক য়াগী ডোক্টর –ডেন্টিষ্ট অমদা য়েংহল্লগদবনি।

কাউগুমসি! ঐখোয়না নুমিৎখুদিংগী এন্সাংদা থাক্লিবা য়াইঙংনা হকচাংদা করি করি কান্নে?

দিসেম্বর ২০(এজেন্সি)ঃ

ইন্দিয়াদা এন্সাংদা থাক্লবা মরু–মরাং মচল অমা ওইনা শীজিন্নদ্রবা য়াদবা অমা ওইনা লৈরক্লিবা য়াইঙং (টেরমরিক)বু মালেম অসিগী মফম পুমবদা পাকশন্না পান্না শীজিন্নে।

করিগুম্বা নহাক্না নংগী নোংমগী চারিবা দায়ট ফৎত্রমাল্লে, লেল্লিবা পুন্সি মরেলসি হকচাং শোকহন্নিংঙাই ওইরমাল্লে অমসুং পোল্লুসননা নহাক্কী য়ান্না ফজগদবা মওং–মরিলদ লৈবা ঙমহন্দ্রে হায়বা ৱাখল অমা ফাওরক্লবদি, নহাক ডিটোক্স অমগী মথৌ তারন্নবা য়াই। মতাং অসিদা য়াইঙং শুন্নগা শেন্না মহী অদু নহাক্কী য়ান্না কান্নবা ওইগনি।

এন্টিবেক্টরিএল অমসুং এন্টি–ইমফ্লেমেটরি প্রোপর্টিশিং পীকথন্না য়াওরি। য়াইঙং মহীনা নহাক্কী অনাবা চৈনাশিং হন্থহনবদা মতেং ওইবা অমসুং নহাক্কী ইম্ম্যুন কায়হন্দনা থম্বা ঙম্বা য়াই।

নহাক্কী হকচাং তিক–তিক লাওনা নৎত্রগা লাওদনবু লৈরবসু, ডিটোক্স নৎত্রগা ডিটোক্সিফিকেসন হায়বদি হকচাংদগী মাঙনিংঙাই ওইবা কেমিকেলশিং লৌথোকপগী থৌওং অদুগী মরমদা শোয়দনমক্কী নারন্নগনি। মসি য়ান্না কান্নবা অমনি। নশামকপু হকচাংদগী মাঙনিংঙাইওইবা কেমিকেলশিং য়াওরন্নবা তারবদি মদু লৌথোকখিনবা ডিটোক্স তৌগদবনি, হায়বদি হান্নগী নহাক্না চারি–থক্লিবা চিঞ্জাকশিং অদু মফখল খরা তোকথোক্লগা নংগী চাংনাইনা চারিবা চিঞ্জাক্তা ৱাৎলম্বা য়ারিবা মচি ওইবা চিঞ্জাকশিং চারগা হকচাংদু কনখৎহনগদবনি। দায়ট অদু ফৎত্রমাল্লে, হকচাং ফনিংঙাই ওইদবা পুন্সি মরেল অমসুং পোল্লুসননা হকচাংদু ফগদবা মতমদা হেন্না শোকহক্লমাল্লে হায়বা ৱাখল অমা ফাওরক্লবদি নহাক ডিটোক্স অমা মথৌ তারম্বা য়াই।

স্পাইসেস অসি নোংমগী এন্সাং মথেলশিংদা শীজিন্নদবা য়াদবা অমা ওইরি। মসিনা মহাও অমসুং মগুন্দা হেনগৎল্লি। অদুবু খঙগদবদি মহাও নৎত্রগা মগুন হেনগৎনবগী ৱাদা নত্তনা হেন্না কান্নবা মরম কয়া লৈরি।

খুদম ওইনা মরু–মরাং–স্পাইসশিং অসিগী মনুংদা মশীং থারিবা য়াইঙং অসি হকচাংবু নৌহৌনা ঈনোৎ হাপলিবা অমসুং হকচাংদা য়াওরমবা কান্নদবা মাঙনিংঙাই ওইবা কেমিকেলশিংবু হকচাংদগী লৌথোকপা ঙম্বগী শক্তি লৈ।

১. ইম্ম্যুনিটি শাগৎলি

য়াইঙংদা য়াওরিবা করক্যুমিননা ইম্ম্যুনিটি হেনগৎহনবা অমসুং হকচাংদা ফ্রী রেডিকেলশিংনা শোকহনবা থিংবা ঙম্বগীদমক শীংথানৈ। য়াইঙংদা য়াওবা লিপোপোলিসচরাইদ কৌবা সবষ্টেন্স অসি এন্টি –বেক্টরিএল অমসুং এন্টি–ভাইরেল প্রোপর্টিশিংগীদমক মমিং চৎলি।

২. অনাবা ফহল্লি

মতম শাংনদগী হৌন ইন্দিয়ানশিংনা শঙ্গোমগা য়াইঙংগা শুগাইরগা মদুনা ইনফেক্সন অমসুং ফ্লু ঙাকথোকপসু ঙমই। য়াইঙংগী এন্টি–ইমফ্লেমেটরি প্রোপর্টিশিংনা হকচাং শরু তাং নাবা অমসুং পোমথোকপনচিংবসু ফহনবদা মতেং ওই।

৩. উনশা ফগৎহল্লি

য়াইঙংনা শেম্বা মোলোম উনশা ফহন্নবা অমসুং কুচু শেমদুনা ফজহন্নবদসু নিংশিংবা থোক্তবা মতমদগী হৌনা ইন্দিয়ানশিংনা শীজিন্নরক্লি। য়াইঙংদা য়াওরিবা এন্টিওক্সিদেন্টশিংনা হকচাংগী উনশাবু থুনা অহল ওইশিনহনবদা শরুক য়ারিবা ফ্রী–রেডিকেলগী থবক থৌওং শাথিনা কন্না থিংবা ঙমই। নুমিৎ খুদিংগী য়াইঙং মহী থক্লবদি নহাক্কী উনশাদু হেন্না মঙাল লৈবা, কন্না অমসুং তগৎ–তগৎ তেক্লা লৈহনবা ঙমগনি।

৪. অরুম্বা হন্থনবা অমসুং চাবা তুম্বদা মতেং ওই

চারি–থক্লিবা চিঞ্জাক তুমহনবদা য়াইঙং য়ান্না কান্নে। য়াইঙংদা য়াওরিবা মচাক খরদি বাইল থোকহন্নবা গোল্লব্লদ্দরবু কায়হৌহনবগীদমক মশীং থাবা য়াই অমসুং গোল্লব্লদ্দরনা চাবা তুমহন্নবগী মহী বাইল থাদোক্লক্তুনা দাইজেষ্টিব সিষ্টেম হেন্না মতিকচানা থবক তৌহল্লি। মসিনা পুক নুংশিৎ কাবনচিংবসু হন্থহনবা ঙমই।

চাশিন–থকচিনখিবশিং ফজনা তুমহনবা হায়বদি অফবা মেটাবোলিজম ফংনবগী মরু ওইবা অমনি। অসুন্না অফবা মেটাবোলিজম অমা হায়বসি হকচাংগী অরুম্বা হন্থহনবা অমসুং অরুম্বা চাং–চানা থন্নবগা মরি লৈনে।

৫. লিভর ফগৎহল্লি

য়াইঙংনা লিভরগীদমকসু অঙকপশিং তৌবা ঙমই। মসিনা টোক্সিনশিংবু মচেৎ–মচেৎ থুগাইরগা লিভরদা চঙলক্কদৌরিবা, ঐখোয়গী ঈদা য়াওরিবা মাঙনিংঙাই ওইবা মচাকশিং অমসুং কেমিকেলশিং লৌথোকপগী মরুওইরবা এঞ্জাইমশিং পুথোকপা হেনগৎহল্লি হায়বসি খঙনরবনি।

য়ুমদা য়াইঙং মহী করম্না শেমগনি।

কোন অমদা ঈশিং কপ অমা হাপলো অমসুং মদু মৈদা শৌহল্লো। অতোপ্পা কপ অমা লৌরগা য়াইঙং মকুপ চামচ অমা হাপচিল্লো অমসুং মদুদা চমপ্রা মহী চামচ তংখায় অমসু হাপচিল্লো। অরোয়বদা অশাবা অশৌবা ঈশিংদু য়াইঙং অমসুং চমপ্রা মহী অদুগী মথক্তা হৈজিল্লো। মসিদগী ফোং–ফোং শানা থকপা য়ারে।

মহী অসি চাং নাইনা থক্লো অমসুং তপ্ন–তপ্না নহাক্কী হকচাং অমসুং উনশা ফগৎলকপদু য়েংউ।

SANA - SUDOKU

Rules :- Nos. given in the grid should not be changed. Free boxes is to be filled with numbers from 1 to 6 horizontally and vertically without repeating any numbers.

Hard Sana Suduku-336

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

সনা–সুদোকু–৩৩৫ গী সোল্যুসন

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