

সানসেয়ারি “বড়’সা” খৌরালাহ্যাব
সমাজয়ারি জিউজো লোকা থানায় রায়ায়ায়,
খন্দায়া, সল’, সল’বাথা আরো দাববায়ায়ি
থাবনি, পাক’বাইদিনি সায়াব লিস্বায় লিরবাদাং
দেশায় ছুট। সানসেয়ারি “বড়’সা” খৌরালাহ্যাব
সোবুয়ানানে ফাসাবগোন।

বড়’সায়াব লিস্ব হুন্দায়ানি হুন্দা
খ্বালাম, ‘বড়’সা’ খৌ নোঞ্চ, জো ব্যাবো ওঁগো
খ্বালাম।

সানসেয়ারি বড়’সা মাবখুলি

মাইক্রোগোর, জোহোলাম দেমালু লামা

কক্ষাঙ্গার, বিটার্সি-783370

Website: www.bodosanewspaper.com

সানসেয়ারি

বড়’সা

BODOSA ★ A Bodo News Daily ★ Thursday ★ 17 June, 2021 Kokrajhar, BTC, Assam ★ Vol.- 31, Issue No. 82 ★ R.N.I.Regd.No.40994/91, Assam Govt.Regd.No.IPRD.40/2006/13,★ Rs.8/-

গিবি মন্থি শৰ্মা দে রানসারথায় আৱো হা সৈৱাথি বিফাননি বিবানগিৰিফোৰজো মেল জথুমদো

দিসপুৰ, 16 জুন: গিবি
মন্থি ডঃ হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মা আ
দিনে গুৰুন গুৰুন বিথাংখিফোৰ
মাবফুন্দায়খৌ খৌৰান লানে
থাখায দে রানসারথায আৱো
হা সৈৱাথি বিফাননি
বিথাংখিফোৰ মাবফুণ্গাসিনো
থানায আযদানি সায়াব
বিফাননি বিবানগিৰিফোৰন্প্রয়ো
খৌৰান লায়ো। লোগোসে



সোলিগাসিনো থানায গাসৈ
বিথাংখিফোৰখৌ থাৰ্বৈ নো
মাবফুণ্জোবানায়নি থাখায রাহা

লানো বিফানখৌ খালালযো। বিথাংখিফোৰ মাবফুন্দায়
লোগোসে দে রানসারথায আৱো হা
আদ্বা জানানৈ থানায়নি রেখা
সৈৱাথি বিফাননি গোবাং দিনেনি বে

এ আড় আৱ গুৱাহাটীনি প্ৰগ্ৰাম অফিসাৰ নৈশ্বৰ চৈনারিনি রঁসাৰি জানায়খৌ বাৰ’ থুনলাই আফাদাব দুখু ফোৰমাযদো



গুৱাহাটী, 16 জুন: অল
ইন্ডিয়া রেডিং গুৱাহাটী
প্ৰগ্ৰাম অফিসাৰ মুখি নৈশ্বৰ
চৈনারিনি গোবাব সমন্বিত্যনো
লোমজানানৈ এবা দেহাজো
নাখেবজানানৈ দিনে গুৱাহাটী
নোমসাব থানায গোবাব
নে ম কে চুৰ দে হা
ফাহামসালিযাব জোবথা
হো বোঝো। মখ'নো গোনান্দি,
ৰঁসাৰি চৈনারিআ সাসে
ঝোঁপাথি গোনান আৱে ব্যোৰো
অন্সায়াগো আৱে মানিজাগা

ফুঁখা থুনলাইয়াৰি গৌথুমনি ৩ থি জোনোম সান ফালিদো

বাক্সা, 16 জুন: বাক্সা জিল্লানি সিডিব থানায সাপাগু
হালামনি দাববায়াব দিনে 16 জুন, 2021 অক্তুবৰ্তী
ফুঁখা থুনলাইয়াৰি গৌথুমনি ৩ থি জোনোম সান ফালিদো।
থানায 2018 ইন মাইথায়নি 16 জুনখালি জোনোম মোনায
ফুঁখা থুনলাইয়াৰি গৌথুমনি ৩ থি জোনোম সানখৈ জিল্লানি
সিডিব থানায জেলাগোনি ইত এন (ফুঁখা থুনলাইয়াৰি গৌথুমনি ৩ থি জোনোম সানখৈ জিল্লানি
সিডিব থানায জেলাগোনি ইত এন) (৫ বিলাইআৰ)

কক্ষাঙ্গারআব জিনাহারি খালামনা বুথারনায় জাথায়খৌ লানানৈ গুৰুন গুৰুন ফুৱায়সা আফাদফোৰা হেঁথা সোমাবসারদো



গুৱাহাটী, 16 জুন: কক্ষাঙ্গার
জিলাবায়াব দেহাজো হেঁথা
সোমাবসারনায হাবাফাৰি
লাদোঁ। থানায 11 জুনখালি কক্ষাঙ্গারিন
অভয়াখুতিযাব
সানৈ তদৈ বৈসোনি হিন্জাবাফোৰখৌ জিনাহারি খালামনৈ ইনায়
বুথারনায জাথায়াব লোক্বা থানায দায়নিগিৰিফোৰখৌ ফাসি
হোনানৈ দাবি দেখানৈ বে হেঁথা সোমাবসারনায হাবাফাৰিখৌ
লায়ো। বে হেঁথা সোমাবসারনায হাবাফাৰযাব রাভা ফুৱায়সা
আফাদজো লোগোসে মোন 6 রাভা আফাদফোৰা বাহাগো লায়ো।
দায়নিগিৰিফোৰখৌ ফাস্টেকে (৫ বিলাইআৰ)



পাগলাদিয়া দেসানি হা খুৱানায়খৌ হোবথানো জিঅ বেগ আৱো
পাৰ্কুপাইন গায়সনায়ানি হাবায়া দিনেসিমবো আবুন্দ জায়াখৈ

বাক্সা, 16 জুন: বাক্সানি
পাগলাদিয়া দেসাআৰ মাথাবৰি
লুকুন নায়নি খামানিয়া
দিনেসিমবো আবুন্দ মহৱ
মোনাখৈ। জাউনাব জারতালুকা
আৰ্সোলানি সুবুফোৰা
জিগাসিদো। দেসানি গিবি দে
বানায়াবনো মাথাবৰি



গাবস্বানো হমদোঁ। মখ'নো
গোনান্দি বোসোৱসে সিগানো বাক্সা
জিল্লানি জারতালুকায়াব
পাগলাদিয়া দেসায়াব মাথাবৰি
লুকুন নায়নি খামানিখৌ
জাগায়জেনদোঁমোন। থানায়
বোসোৱন লক ঢাউননি (৫ বিলাইআৰ)

মিৰু সরকারা বৰমাআব ভাৰতীয় রাব মুলুগসোলোঁসালিনি সা-সাৰ্জা বাদা গায়সননো থাংখি লাদোঁ

বাক্সা, 16 জুন: বি টি আৰ
গোৰোবৰথা বাদিয়ে বাক্সা
জিল্লানি বৰমাআব বড়’ফা
উপেন্দ্ৰ নাথ ব্ৰহ্মনি মুঁড়ে
মাবলেনি থাখায গোবাং
বিথাংখিফোৰ আদ্বা জানায়নি
(৫ বিলাইআৰ)

জিল্লানি বৰ মায়াব মিৰু
সোলোঁসালিনি মোনসে
মুলুগসোলোঁসালিনি বাদা
গায়সননো থাংখি লানায়
গোসুবুংফোৰখৌ
রংজাখাংহোদোঁ। মিথিনো মোনায়
বাক্সা জিল্লানি সুবুংফোৰখৌ
জালামবায থানায সমাবনো
বাদিব্লা মিৰু সরকারা সা-
(৫ বিলাইআৰ)

মেট্ৰিক আৱো হায়াৰ সেকেন্ডারি আন্জাদনি সায়াব 18 জুনআব থি খালামনায় জাগোন: কেশব মহন্ত

গুৱাহাটী, 16 জুন: দিনেনি
খুনায কে বিনেট জথুম্মায়াব
আথিখালনি কথিড-19 নি
থাসারিনি সায়াব গুৱারে
সাবৰাযলায়ননৈ ফৈগো সমাব
খুনায় গোনান মেট্ৰিক আন্জাদ, হাই
মাড্রাসা আৱো হায়াৰ সেকেডারি
জোবথা আন্জাদ খুনায়নি
সায়াব রেখা থাংখি লানায়
জায়ো। থাংখি লানায বাযদিয়ে
ফৈগো 18 জুন খালারিন উনাব
সোলোঁথায বিফানআ গাসৈবো
বিথিকব সাবৰাযলায়ননৈ বেনি
সায়াব থাংখি লানায় জাগোন
হোনানৈ সরকার সুলুডাব
মিবথিহোদোঁ। মখ'নো গোনান্দি,
মহন্ত আ বুঁথিদোঁ, দিনে
খুনায় গোনান্দি, বে
আথিখালনি কথিড-19 নি
বিফাননি মন্থি কে শব
থাসারিখৌ নোজো হোনানৈ থাংনায
হোনানৈ ফোৰমাযথিদোঁ।



বোসোৱনি বাবদিনি মেট্ৰিক আৱো
হাইয়াৰ সেকেডারি আন্জাদখৌ
খুনায় জাথাবনা ন ডান।
অল্বাবো বে থাংখিয়া রেখা
জায়াখৈ। বে বিথিকব ফৈগো
18 জুনআব সোলোঁথায
বিফানজো লোগোসে গুৰুন
গুৰুন দোলো আফাদফোৰজো
জথুম্মায়নানৈ গোথোঁ
সাবৰাযলায়ন জাগোন হোনানৈ
গোথোঁ সাবৰাযলায়ন জাগোন
হোনানৈ ফোৰমাযথিদোঁ।

নৃত্য কলা একাডেমিনি বাজায়নায়াব এম এল এ লেৰেস ইসলারি আৱো বি টি সিনি মাবফুন সোদ্রোমা দাববায়সা বাৰ’খৌ বৰায়দোঁ

(বি টি সি হারিমু বিফানআব
মাবফারিয়াফোৰনি আংখাল: দাববায়সা বাৰ’)

কক্ষাঙ্গার, 16 জুন: বি টি
সিনি হারিমু বিফানআব
মাবফারিয়াফোৰনি আংখাল
আৱো জেনানি থাখায থানায়
গোবাব বোসোৱ সিগানিপ্রয়ো
হারিমু বিফানআব খামানি
মাবনাযফোৰ মোঁজাং রেখোমৈ
সোলিবোয়াখৈ আৱো হারিমু
(৫ বিলাইআৰ)



দিনে মিৰু রেখাথি বিফাননি মন্থি রজনাথ সিংঘ আসামআব দাববায়ফৈগোন



গুৱাহাটী, 16 জুন: ফৈগো 17
জুন থামহিনবা গাবোন মিসনি
রেখাথি বিফাননি মন্থি
রজনাথ সিংঘ আসাম সোমাসে থানায়
মুলুগ দাববাফোৱ থালানোয়া
রাজনাথ সিংঘ আসামআব

আসাম নেপালি থুনলাই আফাদনি
বি টি আৱ ওন্সোলারি কমিটিনি
সমায়খিগা লানায হাবাফাৰি খুন্দোঁ
তদলগুৰি, 16 জুন: আসাম
নেপালি থুনলাই আফাদনি
বাজায়নায়াব দিনে ভাৰচুবেল
কনফাৰেসনি মেজেডজোঁ বি টি
আৱ ওন্সোলারি কমিটিনি
গোদান এবা গিবি মাবফুন
আফাদনি সমায়খিগা লানায
(৫ বিলাইআৰ)

রাইজো সরকারনি গোদান এস অ পিআ চিৰানি বিজনীআব গোহোম গোৱলৈদোঁ

বিজনী, 16 জুন: কেনানি
থাসারিনি থাখায রাইজো
সরকারআ গোদান এস অ

गोसोखाडे दाबो नोंखौ

हेमाश्री मुसाहारी
थं: उदालगुरु (अरं)

गोसोखाडे दाबो नोंखौ
जेराव तुबोदोमोन गोबां सिमां
दंमोन गोबां मिंज नोंखौ लाना....
गोबों दखलासेयाव ज 'रा ज 'रा दावथु ज 'रा
गोदै गोदै मिलौहाव राव
दसे जेराव बिलिरलानाय गुसु बारजों
नोंनि साया सायखं सोलार एवथुनाय
रंजा रजा मिनिबाला लाजिस्लु मिनिनाय
बेसेदि गोजोनमोन वै....।
से कुरि ज 'रा बायदि
आमोल आमोल कुरिसे
होदोंमोन नों जित जितसे
गोबों गोबोंसे,
अन्नायनि बानदों बान्दोसे
जों सानैनि जित आत्मा मोनसे....।
नाथाल सालाय बिजोंनि राव
दानो दोरोदलानाय
आइशिख दाखुरा खाफालनि जिनिर
गासैबो फैमाल जालानाय,
थेवबो दाबो गोसो खाडे
थाफायो नों अंजों
गेलफैयो अंनि गासैबो समावनो
आंलाय बै समफोरनिनो फागोलि
जेराव नोंजों थाफादोंमोन करि फारि।

आंनि खामिलनाय गोसो

बे अंनि खामिलनाय गोसोआव
नोंनि महरा जाखां फैबाय थायो रजे।
मा गोसोजों बावनो हानो आं
नोंनि अननायखौ।
बेसेबा गोबाव जालांबाय रजे
नों आंखौ नेवसिलानाय।
फैफिन दो नों रजे अंनि सेराव'
अंनि बुखार जानाय गोसोखौ हामथा फैदो।
नोंनि अननाय मोनै-मोनैआवनो
जाबाय आं गोदाव-सोराव।
अननायखौ जासिफिनबाय रजे नोंनोनो आं
आजावदो नों अंनि अननायखौ।
नोंखौ नुवैआवनो आं रजे
अंनि गोसोआ खामिल लांबाय।
सोरमोन नों अंनि गोसोनि दाव मैना
खामिल होनानै थांबाय नों अंनि गोजानाव

मुस्ति अन्नेराम नाजरी
गामि- काकरमारी
जिल्ला-कक्षांगार, बिटिसि (आसाम)

रंजालि गथ' फोरनि सौरा

नोंजोर लाइसि

नोंजोर लाइसि
खालामबाय नों दानफ्रोमबो
अंखौ आखाइ फोलावना फरायगिरि।
नोंनि रेंदे-रेंदे बिदै गोनां
खच्छाइ सुंदे' सल' गोबोंनि रादाबआ
आंखौबो खन्थाइ लिरिगिरि जानो
थुलुंगा होबाइ।
हारिनि राव थुनलाइ
हारिमु फोजाखानो आंबो नाजाबाय
“नोंजोर लाइसिनि” अंगो लोगिरि जाना।
फैमाल दाखालाम नों लाइसि सुबुनि
हाविला गोसोखौ जापुंसारा हो
दानफ्रोमबो फरायगिरि महरै।

मुस्ति बिनय ब्रह्म
गामि-डालवाबारि
जिल्ला-कक्षांगार, (बड लेण्ड)

जोंनि हादत

बे जोंनि हादोद,
रावनिबो नडा बे हादोदआ
नोंनि अंनि राबबो गैया बे मुलुगाब
जाय सुबुडाव जित गारनानै थांदों
गावनि हादोद सिबिनायनि
थाखाय मुख्यं जालांदों।
बे हादोदआवनो थांदों
बे हादोदआवनो जादों
नाथाय रावबो खिन्था रोडा
गेदेमाफोरनि सलमा, रायथाय
जाय सुबुंआ गावनि गाव
हादोरखौ सिबि लांदों।
गावनि मुख्यं सान फालिलांदों।
हादोदआवनो उजिदों हादोदआवनो थांदों
हारि मानसेयैनो गावबा गाव आवाय
लांदों.....
हारि मानसेयैनो जय थादों
जाय गेदेमाया गावनि गाव हारियै
फेदेर लांदों बेपो जादों,
बेसो जादों हादोदनि आगोमा फिसा
बेसो जादों हादोद सिबिग्रा।

कनिस्वर बरगयारि

बर' राव थुनलाइ

जों नै बे मुगानि फरायसा हान्जा
बेखेव लांगोन जों बर राव थुनलाइ
इनायनि हेंथाय गंसं थेना।
संथोनि लामाजों आगान सुरना
हान्जा हान्जा दावगा लांगोन
बर राव थुनलाइ सिबिनो।
उदंश्री हास्थाय सुला हास्थायसुलि
बेखेव लांगोन जों बर राव थुनलाइ
जों सिबिगोन बर' थुनलाइखौ।
जों सोलोंगोन बर' हारिमु राव खान्थि
गनायगोन जों हारिनि बोसोनखौ
जों सिबिगोन बर' थुनलाइखौ
दे जाखांदे देहासात बर' बिमा थुनलाइ
जेब्लाबो गेजेन नडा बर' निं बिमा थुनलाइआ
देहासात बिमा राव गेवलांथो थुनलाइआ
जोंखांबाय हारिया.....॥

मिस रिंखु नार्जरी

आंनि जायखलंआव

आंनि गोसोनि जायखलंआव
नुजाफैबाय थायो।
हायना गोनां अनसुलि महरा
गेले फैयो नों अंनि
बिखा गेजेराव।
बावनो हाया मानो नोंनि बिबार
बायदि समायना भावर बायदि गुफुर
गोयैनि थाखाइनो गिंदिला
बायनो हाया। आइजेनि मोसोआ
मिथिनो मोन्दों। दि
माब्रे गायखेर होयो? बेयो बिफांनिफ्रायबो गायखेर
गोमोथाव खोथा। घाटनिफ्रयबो ओंखारो।

नों बजेखलौ

गोमोथाव नोंनि महरा रजे--
जेबोला नोंखौ नुयो जेराव-मेराव
जेबोला नों थाबाय लाडे दाव दिंखुर बायदि
जेबोला नोंनि राव खोनायो दाव मैननि गारां
अबोला आंखौनो आं बावगोमा फ्लाडे।
आंखौनो आं बावगोमा फ्लाडे।
मोनाय मोनब्ला नोंनि अनाय,
आजावनाय मोनब्ला आनि अनाय।
हावाब मादि माया गोनां नोंनि महरा?
बे नोंनि समायना सोलेर महरानो
आंनि बोदेर गोसो सोलेराव
सिपिहिरि जानानै बिरफाबाय थायेनों रजे--
आंनि जिग्नि सोलेरनि सेर-सेर।
आंनि बोदेर जावलिया गोसोआ
नोंखौल' मोनो हास्थायसे रजे
मा राहजों मोनगोन इसिबों गोमोथाव
महर गोनां नों रजेखौ।

मुस्ति सोर खुंगर बर'
कक्षांगार।

थनिजा ब्रह्म

सांग्रेमा एम्फौ

हर दान खोमसिआव
जोडो नों सांग्रेमा
साननि समाव नों जोडा;
हरनि समावल' जोडो नों।
रिथिथ-रिथाव जोंथ-माथि
स्टेसननि रड लाइट
जोंनाय बाद बेसे समायदों।
नों सांग्रेमा जोंनाय
मादि गोहो लानानै जोडो नों
रावबो हाया नोंनि जोंनायजों
हर दान खोमसिखौनो
साथफक्कहोयो।
नों सांग्रेमा एम्फौलाबो
नोंनि गोहोआ गोबां,
हर खोमसिआव आन्दायनाय
सुबुं फैनयफोरनोबो सिंग
जानानै जोंनाय होयो नों।
बे मुलुगाव थानानै
थाबाय था नों सांग्रेमा
अरायबोनि थाखाय।

मिस मासुमि देमारि

मिस दिपान्जलि मोसाहारि

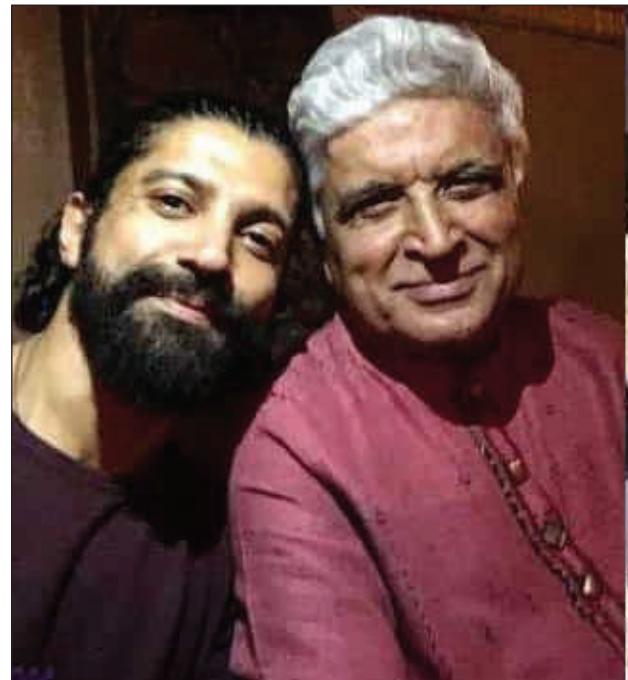
Issue No - 82.pmd

4

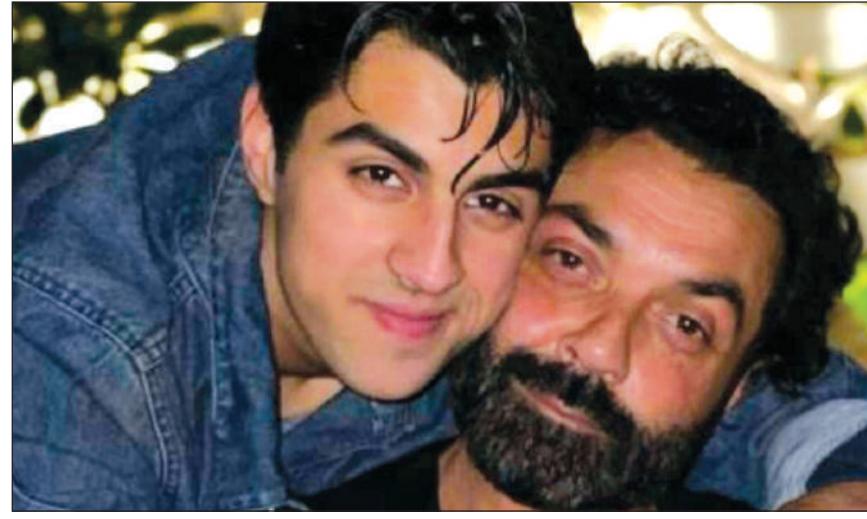
17-Jun-21, 12:27 AM

सलीम खान-जाबेद आख्तारनि हिट जरायाव डक्युमेन्ट्रि बानायसिंगोन

गोदान दिल्ली, 16 जून : सलीम खान-जाबेद अख्तारनि हिट जरायाव डक्युमेन्ट्रि बानायसिंगोन। वेनि थाखाय सा 3 गिरिं सावधुनि स्टारफोरा लोगोंसे फैंगोन। दासिमनि बयनिखुइबो देरसिन फोसावायरोरनि गेजेराव मोन 3 गाहाय प्राक्षसन हाउस सलमान खान फिल्लम एकसेल एन्टारेनमेन्ट आरो टाइगर बेबी फिल्मसआ थाबैनो सलीम खान आरो जाबेद अख्तारनि डक्युमेन्ट्रिंयो यंग मेनखों दिन्धिनो थाखाय लोगोंसे फैंगोन। बिसोरो मुंदांखा इन्डिस्ट्रिनि बयनिखुइबो मुंदांखा लिरपिरिकोरनि गेजेराव सासे। बे डक्युमेन्ट्रिंआ सलीम-जाबेदनि दाववायनायथो मोजाँडे दिन्धिनाय जागोन। नप्रता रावनि गेजेरजों विथोन होनाय डक्युमेन्ट्रिंयो बानायनाय



बबी देअलनि फिसाज्ला आर्यमाननि सावगारिया खौराडव थाबाय थादों



गोदान दिल्ली, 16 जून : बलिउडनि मुंदांखा फावखुंगुर, देंखोगिर आरो प्रिडिउसार मिथुन चक्रबर्तीनि दिनै 71 थिं जोनोम सान। बी टाउनाव सुबुंफोरा बिखौं अन्नानै मिथुन दा' बो बुडे। दिनैनि सान एबा 16 जून 1950 आव मिथुनआ जोनोम जादोंमोन। थानाय बोसोरनि नभेक्कराव मिथुन चक्रबर्तीआ उत्तरायान्डनि मसुरीआव बिकेक अग्निहत्रीनि सावथुन दा काशीमीर फाइल्स नि सुटि खालामदोंमोन आरो बे समावनो बियो हरखाबै सुटि सेटाव गोल्लोंदों। हरखाबै सुटिखौं दोन्थ 'नो गोनां जायो, नाथाय देहाय

फिसाज्ला आर्यमाननि जोनोम सानआव बिजों लोगोंसे गावनि पासनेल लाइफ्हौं लानानैबो गोबां खौराडव थाबाय थायो। वेनि गेजेरावनो बबी देअलनि फिसाज्ला आर्यमाननि सावगारिया खौराडव फैदों। आर्यमाननि सावगारिया खौराडव फैदों। आर्यमाननि सावगारियो तुनानै ससियेल मिडियाआव इउजारफोरा बिनि लुकखौं बिखौं धमेन्द्रजों रुजुंदों। फरसेथिं लात्रिये फेन्सफोरा आर्यमाननि लुकसखौं बाखायदों। बबी देअलआ बावदों आरो लुकखौं बाखायदों। बबी देअलआ

सलमान खान, फरहान अख्तार आरो रितेश सिध्वानी (एकसेल एन्टारेनमेन्ट) जया अख्तार आरो रीमा गाती (टाइगर बेबी फिल्मस) नि दैंदेन्नायाव महरै मोनथाम बेनारनि गेजेरजों मोनसे जुथाय उद्यग महरै खालामानय सल' लिरगिर जानायनि

जागोन। बे प्रजेक्टाव बै मुगानि जादुखौं के ज्वार खालामगोन जायखौं सलीम जाबेदआ जाकुंसाराय भारतीय सल लोगोंसे यै बानायदोंमोन। सलीम जाबेदआ स्टारनि महरै सिनायजानायनि सिंगां भारतीय

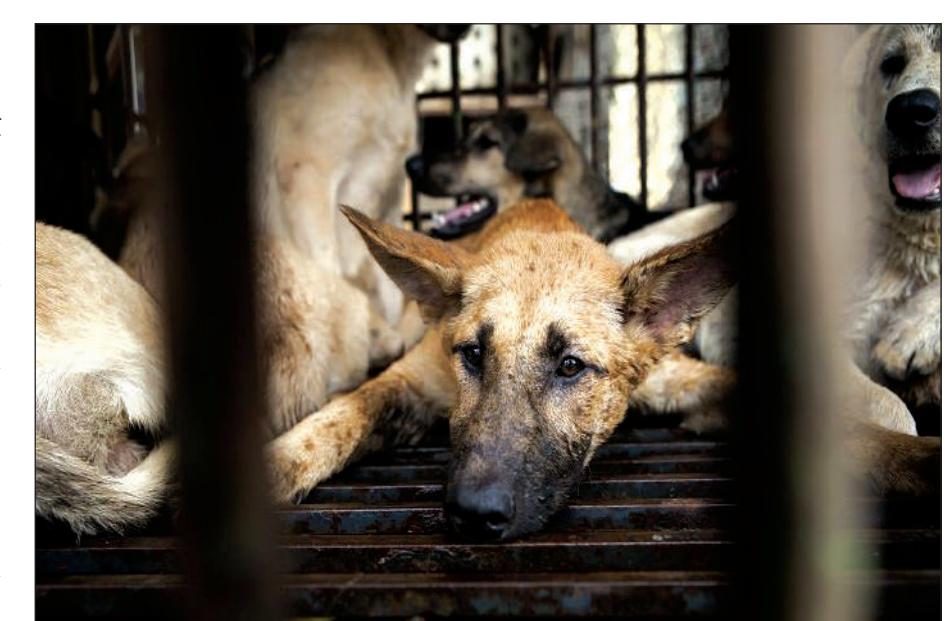
सोलायनाय लाबोंदें, बलिउडनि फर्मुलाखौं सोलायहोदें आरो गोदानै जागायदों। फार्सेथिं लिरपिर जादों आरो 1970 नि बलिउड ब्लक बाट्टर जौआइआव भारतीय सावथुनआव फेरमेटखौं सामलायबोदों।

मिथुन चक्रबर्तीआ 71 बोसोर फुरा जाबाय

गोदान दिल्ली, 16 जून : बलिउडनि मुंदांखा फावखुंगुर, देंखोगिर आरो प्रिडिउसार मिथुन चक्रबर्तीनि दिनै 71 थिं जोनोम सान। बी टाउनाव सुबुंफोरा बिखौं अन्नानै मिथुन दा' बो बुडे। दिनैनि सान एबा 16 जून 1950 आव मिथुनआ जोनोम जादोंमोन। थानाय बोसोरनि नभेक्कराव मिथुन चक्रबर्तीआ उत्तरायान्डनि मसुरीआव बिकेक अग्निहत्रीनि सावथुन दा काशीमीर फाइल्स नि सुटि खालामदोंमोन आरो बे समावनो बियो हरखाबै सुटि सेटाव गोल्लोंदों। हरखाबै सुटिखौं दोन्थ 'नो गोनां जायो, नाथाय देहाय



गोब्राब जानायनि उनावबो मिथुनआ बै सिनखौं फुरा खालामनो हास्थायदोंमोन। जायखौं बानायनाय समाव बेनि देहाया गोब्राब जादोंमोन। वेनि सोमोन्दै बिकेक अग्निहत्रीनि मिडेंजों बोल्डें बाथ्रा सावरायनानै बुंदों मोनदि, मिथुनआ जाय सीननि सुटिखौं खालामदोंमोन, बेयो मोनसे एक्सन सिनमोन बे सिनआ आबुडे बिनि सायावनो फकासमोन नाथाय बिनियाव फुट पइजिन जादोंमोन आरो बियो गसनो हानायनि थासारिआवावो गैयामोन। वेनि उनाव गोबां ब्रेक लानायनि उनाव बियो बे सिनखौं फुरा खालामदोंमोन।



न'आव फिसिनाय जायो। बे बोसोरोमबो गासै 1 मिलियन होबथानाया हादरआव सैमाफोर लाबोनाय आरो गुबुन हादरफोराव जायो। बावैसो समाव रुस, सैमा हरफिन्नाय मोननैबो इडक्रेन आरो कलमिक्यानिफ्राय लाबोनाय सैमाफोरखौं रिजेक्ट खालामानाय जादोंमोन। बेखोरनि बे फोरमानलाइफोराव बिसोरनि गेजेराव माखासे

सैमाफोर लाबोनाय खौं आमेरिकायाव बेनिखायनो होबथानाय जायो। मानोना बेखौं लाबोनायजों सोमोन्दों गोनां फोरमानआ थि नडामोन। बेखोरनि बे फोरमानलाइफोराव बे सैमाफोरनि बैसोआ 4 थानाय 1970-1988 नि गेजेराव

गाहाम देहानि राहा



डायबिटिज बेरामिफोरनि थाखाय बादामनि गाइखेरआ मुलाम्फा गोनां

जों दिनै बेयाव बादामनि गाइखेरआ मुलाम्फानि सोमोन्दै सावरायगोन। अदेबानि बादामजों बानायनाय गाइखेरआ देहानि थाखाय जोबोद मुलाम्फा गोनां जायो। हेल्थ एक्सपार्टफोरनि बादिल्ला, बेयो देहोग्रा-लावहोग्रा गुनफोरजों बुफबनाय आरो ल' केलरि ट्रिक, जाय देहानि थाखाय गोनां।

(1) डाइट एक्सपार्ट डा: स्जना सिंग बादिल्ला, बादामआव थानाय केलिस्याम, मैंगेसियाम, मैंगानीज, भिटामिन के, भिटामिन इ, प्रटिन, जिंक आरो कपारखौं देहानि थाखाय गाहाम महरै गनायनै लानाय जायो। बेयो गासै देहोग्रा-लावहोग्रा गुनआ देहावौ हेल्डवै लाखिनायजों लोगोसे स्कीन आरो खानायनि थाखायबो गोबां मुलाम्फा गोनां।

(2) जाय सुबुंनाव मोसो गायनि गाइखेर लोनायाव जेना जायो, बिसोरनि थाखाय बादामनि गाइखेरआ गाहाम जायो।

(3) डा: स्जना सिंग बुनाय बादिल्ला, हार्ट फांस्पन, बन हेल्थ आरो इमिडिनिट्रॉ स्ट्रैड लाखिनो थाखाय देहाया भिटामिन दिनि गोनां जायो, जायनि बयनिखु देहसिन पुंखाया सानलाइट होनानै गनायना लानाय जायो। बेबादिआव बादामनि गाइखेरआ साबसिन अप्सन।

(4) डा: स्जना सिंग बादिल्ला, जुदि सानकोमबो कापसे बादामनि गाइखेर लोडेल्ला बेयो सानकोमबो केलिस्याम टेक्नि 20-45 जौबोन्दो केलिस्यामबो जैगायनै होनो हायो। जाय हार्ट, बन्स, नार्थ बायदिखौं साबसिने खामानि मावानाय मदद खालामो।

(5) डाइट एक्सपार्ट डा: स्जना सिंग फोरमायोदि, जुदि सोरबा डायेभिटिज्जों भुगिनांदेंब्ला सरसायन्का गाइखेरनि रुजुनायाव बादामनि गाइखेर लोनो हागोन। बेयाव सुपार कटेन्ट्स जोबोद खम थायो आरो फाइबरआ थोजासे बिबांनि थायो।

आल्का याग्निकजों लोगोसे हिमेश रेशमीयानि गोजाम सावगारिखौं नुनानै फेन्सफोर गोमोदों

गोदान दिल्ली, 16 जून:



हिमेश रेशमीयानि मोनसे गोजाम सावगारिखिं सासेल मिडियाआव भाइरेल जादों। सुबुंफोरा बे सावगारिखौं नुनानै गोमोदों। माखासे सुबुंफोरा हिमेशखौं फावखुंगुर फारुख सेख बायदि नुदेल्ला गुबुन माखासे सुबुंफोर बिखौं तारक मेतत का उत्त्व चश्मानि मुंदांखा भिडे होनानै फोरमायोदों। साफ्रोमबो बिनि ट्रेन्सफर्मेसन आव गोमोदों। माखासे सुबुंफोरा हिमेशखौं बैसोजों लोगोसे उद्दे जादों होनानै बुंदों। भाइरेल जानाय सावगारिखिं हिमेशजों लोगोसे आल्का याग्निकखौंबो नुनो

मोदों। हिमेशआ शार्टगान्दो आरो सायाव गोमोथाव कमेन्टफोर बिखौं बेवहाय सिनायाखौं। खालामदों। सासे इउजारआ हरखावै हिमेश रेशमीयानि देंखो लिरदों-जैं साप्रोमबो मिथिगोदि शुरु 2021 आ रिलीस जादों। बियो फासख शेख सार। गुबुन बेन उनिक्रियों बे सावगायिआ गोसारो लोगोसे भाइरेल जादों। सुबुंफोरा बेनि बेनि बैसोआबो खम जादों।

मोदों। हिमेशआ शार्टगान्दो आरो सायाव गोमोथाव कमेन्टफोर बिखौं बेवहाय सिनायाखौं। खालामदों। सासे इउजारआ हरखावै हिमेश रेशमीयानि देंखो लिरदों-जैं साप्रोमबो मिथिगोदि शुरु 2021 आ रिलीस जादों। बियो फासख शेख सार। गुबुन बेन उनिक्रियों बे सावगायिआ गोसारो लोगोसे भाइरेल जादों। सुबुंफोरा बेनि बेनि बैसोआबो खम जादों।

फारहान अख्तारआ तुफाननि रिलीस अक्टरखौं फोसावबाय

गोदान दिल्ली, 16 जून: बलिउड फावखुंगुर फारहान अख्तारनि सावथुन तुफाननै फेन्सफोर गोसो गुडुडे नेनानै डद। बेनि गेजेरावनो फावखुंगुरआ बेनि रिलीस जागोन अक्टरखौं फोसावनानै होनो। फारहानआ सावथुननि मोनसे गोदान पस्टजों लोगोसे बे खौंखौं शेयर खालामदों। फारहाननि पस्टनि बायदिल्ला तुफानखौं।



थिएटरफोरनि अनगायै 16 जुलाइआव एमेजन प्राइम भिडिअवाव रिलीस खालामनाय जागोन। फारहाननि बे पस्टआ बाइर

आफगानिस्तानखौद याव होबथानानै भारतया एसिया कापनि क्वालिफायासनि धामधि बादायलायनायाव थादों

दहा, 16 जून : भारतीय फुटबल टीमया एसिया काप 2023 नि क्वालिफायासनि थामधि राउन्डवाव सौहावाय। भारतआ आफगानिस्ताननि हें थाये 1-1 ड्रॉ गेलेदों।

आफगानिस्ताननि गलकिपार अवेश अजिजिन गोख्रों गल सोनायजों पड़न्ट मोन्हो हानायखौद भारतीय टीमआ लाखिलांनो हायाखै। फिफा वर्ल्ड काप 2022 आरो एसिया काप 2023 नि क्वालिफायास मेचखों दहायाव गेलेनाय जादों। मोनेबो टीमआ वर्ल्ड काप 2022 नि बादायलायनायनिफ्ट याव बायजोआव थानादों। एफसि एसिया काप क्वालिफायासनि थामधि बादायलायनायाव सौहावे थाखाय भारतों ड्रॉ, जेराव आफगानिस्ताननो देरहायानि गोनांथिं दंमोन।

सुनिल छेत्रीनि सामलायनाय भारतीय टीमया बे ड्रॉ बादायलायनायनि उनाव मृप इयाव थामधि सारियाव थानों। मेचनि 75 मिनिटयाव भारतीय हेफाजाबगिरिफोरनि गेजेराव बै समाव रं जानायनि दोहौ सोमजिदों, जेराव बलआ अजिजिन आखायनिफ्ट याव गलानायनै बेनि फार्से थाडो। भारतीय टीमया बे पड़न्टखौ बांद्राय गोबाव समसिम



लाखिलांनो हायाखौ आरो आफगानिस्ताना हसेन जामाननि गल सोनायजों 82 मिनिटयाव स्करखौ 1-1 खालामो। आफगानिस्तानआ जोबथा समाव गोख्रोडै गेलेयो। नाथाय भारतनि डिफेन्स लाइना बिनि गल सोबावनो नागिरनायखौ होबथायो। भारतीय टीमया आगुयाव गुपयाव 5 थि सारियाव थादोंमोन। □

इउर' काप 2020 : मेटस हमेल्सनि गल सोनायाव जार्मनीखौ फ्रान्सआ 0-1 जों फेजेन्दों

मिउनिख, 16 जून : जार्मन टीमआव फैफिनानै मेटस हमेल्स आ गोख्रों गल सोनायनि मदतजों फ्रान्सआ इउर' फुटबल सेमियनसिप 2020 नि मेचयाव दैदेनग्रा हान्जाखौ 1-0 जों फेजेन्दों।

आखा-फाखा डिफेन्डर हमेल्सखौ बे दुनामेन्टनि थाखाय जार्मन कच जकिम लुबआ टीमआव लाकादेरदोंमोन। नाथाय बेनि फैफिनाया मध्य' जाथावाव जायाखै।

लुकास हर्नान्डेजनि क्रसखौ 20 मिनिटयाव फ्रान्सनि फरवार्ड काइलियान एमबाप्पे सिम सौहै नायखौ होबथानो नाजानायाव बियो गलखौ गोरेन्थिं गावनिनो नेटआव सोहरो। लुबआ बुदों गाव



बिखौ दाय होया। मानोने बेयो जेना गोनांमोन। बलआ गोबां गोख्रौ खारदोंमोन आरो बेखौ बायजोआव बुखार हरनाया गोल नडामोन। मोने टीमआ गल सोनो नाजादों आरो फ्रान्सआ गरनै गल

सोनानै नैथ हाफयाव जेन्नायनि उनाव फ्रान्सनि अफसाइट खालामो। गिबियाव एमबाप्पे आ आरो नैथयाव करिब बेन्जे माया खालामदोंमोन। बेन्जे माया 2014 वर्ल्ड काप क्वार्टर फाइनालाव जार्मनजों

जेन्नायनि उनाव फ्रान्सनि अपर्युगलजों जेराव फ्रान्सआ बुडापेस्तयाव हांगरीजों मेच बादायलायगोन। □

बुडापेस्त, 16 जून : आगुनि देरहायाव पर्युगलआ हांगरीखौ फेजेनानै इउर' कापआव देरहासात जानो हादों।

पर्युगलनि केपेन आरो स्टार स्ट्राइकर क्रिस्टियान रनाल्डआ गरनै गल सोनो हादों, जेगव गरसे गलखौ राफेल गुरेझरआबो सोनो हादों। बेनि जाहोनाव मेचयाव पर्युगलआ हांगरीखौ 3-0 जों फेजेन्दों। गिबि हाफयाव मोन्हो टीमनि गेलेगिरिफोर बोजाडै गेलेनानै दिन्धिकुंदों। नाथाय गरसेबो गल सोनो हायाखै, नैथ हाफयाव जागायजेनायावनो रनाल्डनि

सामलायनाय टीमआ मोजाडै गेलेनानै दिन्धिकुंदों हादोंमोन। बेनि गिबि गोहोम गोलायाखौ नुनो मोनो जेल्वा 84 मिनिटयाव पर्युगलनि राफेल गुरेझरयागल सोनो हायाखौ आवगय होयो। बिनि उनाव हांगरीनि टीमनि सायाव गल सोनायनि नार्सिनथाया बांदोंमोन आरो बियो ऐनाल्टी होयो। 87 मिनिटयाव रनाल्डआ बेनि फुरा मुलाम्फाखौ लायो आरो ऐनाल्टीयाव गल सोनानै इउर' कापाय 10 था गल सोनो हानाय गिबि गेलेगिरिफोर जायो। बेनि उनावबो रनाल्डया देरो। इउर' कापायाव पर्युगलनि केतेन क्रिस्टियान रनाल्डआ हांगरीजों लोगोसे मेचनि सिंगा मोगा-मोगि जायाय समाव कका कलानि गंनै बतलखौ बोखारनानै गाहायाव जोनो, जायखौ नुनानै बिजों लोगोसे मोगा मोगि जानादों। बे देरहायावजों लोगोसे पर्युगलनि टीमआ यूप अफ डेथ बुंजानाय यूप एफयाव गावनि गिबि बादायलायनायाव देरहानानै 3 पड़न्ट आरो गिबि सारियाव थानो हादों। बे यूपायाव पर्युगल, हांगरीनि अनगायै जार्मनी आरो फ्रान्स बादि गोख्रों टीमयाबो दंफा खौरांबो होदों। □

अलिम्पिक मेचयाव फाइनालनि सिंगां जुदि गेलेगिरिफोरनाव करना इनफेक्सन जाल्ला सिल्भार मेडेलजोंनो गोजान नांगान

टक्किय, 16 जून : हारिमायारि अलिम्पिक समिति (आईएसि) नि गेले मु बिथेनगिरि किट मेक्कनेलआ अलिम्पिक गेलेमुनि नेमखानि



थानाय प्लेबुकनि जोबथा आरो थामधि हाबाफारीखौ फोसावदों। बे खाबुयाव बियो बुदों, कभिड-19 इनफेक्सन मोनायनि जाहोनाव गेलेगिरिफोरखौ बेनि बादायलायनायनिफ्ट याव खालामनाय जानाय नड। मानोना बिसोराना गाव गावनि मोनाय दं। मेक्कनेलआ बुदों जुदि गोबाव समसिम सोलियाव थानाय मेच बादि टेनिस आरो बेडेमिन्टनयाव गेलेगिरिफोरखौ फाइनालालनि सिंगा कभिड-19 इनफेक्सन मोनब्ला बिसोरो सिल्भार मेडेलजोंनो गोजोन नांगोन। गासैबो मेचनि नेमखानियाव कभिड-19 नि जाहोनाव माखासे सोलाय सोल' खालामनाय जादों। जायखौ गासिबो हारिमायारि एबा टीमनि जेबो दाय गैया। बेनि अनायायै सोरबा गेलेगिरिआ बायजोआव थान्ब्ला बिनि जायगायाव लॉटाडेनो थागोन। बेनि अनगायै जुदि मारेबा सेमिफाइनालाव बाहागो लानो हायाखैब्ला बिनि जायगायाव खालामनाय जानाय नड। मानोना करना इनफेक्सन जानाय बे गेलेगिरि एबा टीमनि जेबो दाय गैया। बेनि अनायायै सोरबा गेलेगिरिआ बायजोआव थान्ब्ला बिनि जायगायाव लॉटाडेनो थागोन। बेनि अनगायै जुदि मारेबा सेमिफाइनालाव बाहागो लानो हायाखैब्ला बिनि जायगायाव खालामनाय जादों। जुदि सोरबा गेलेगिरिया मेडेलनि बादायलायनाय मेच बायाव करनाजों इनफेक्सन जानाय मोनब्ला बिनो गाहायाव थाखोनि हि साबै मे डे लखौ होनाय जागोन। बेनि उल्टायै जुदि गेलेगिरिया करना नेमखानियाव सिफायब्ला, बिनि सायाव होबथानयनियो नेमखानिय दं। मख' नो गोनांदि, एलेक्ट्रोकाव गेले गिरिफोर आरो बिबानगिरिफोरनि थाखाय करनाजों सोमोन्दो थानाय बिथेन होनाय जादों।

गरम जानायनि जाहोनाव बरफआ गोमालांगोन। बिगियानगिरिफोर नर्द पलनियाव गोमाथाव फोरमानखौ लानानै फैदें, जायनिफ्राय मोनथिनो मोनाय जायेदि माखासे जैथायनि गेजेरावनो आर्केटिक खौ संदानग्रा हान्जानि दैदेनगिरि प्रफेसर मार्क्स रेक्सआ बुदों, आर्केटिकयाव गरमजों लैथोमानिफ्राय बरफ आवलिनाया जेना गोनां। फैनो गोनां माखासे बोसोरनि गेजेराव लैथोमानिफ्राय

गरम जानायनि जाहोनाव बरफआ गोमालांगोन। बिगियानगिरिफोर नर्द पलनियाव गोमाथाव फोरमानखौ लानानै फैदें, जायनिफ्राय मोनथिनो मोनाय जायेदि माखासे जैथायनि गेजेरावनो आर्केटिक लैथोमानिफ्राय गरमजों बरफआ गोमालांगोन। बे टीमया गावजों लोगोसे संदानायजों सोमोन्दो थानाय 150 टेराबाइट डेटा आरो बरफनि 1,000 निफ्राय बासिन सेम्पलखौ लानानै फैदें। □

दुर्खावनायनि जाहोनाव आर्केटिक लैथोमानिफ्राय बरफआ आवलि लांगोन



बलिन्स, 16 जून : मुलुगनाडै बुहम दुखावनायजों खैहा जानाय अधिखालाव ओरेबादि थाखोयाव सौहैदों, जायखौ थिक खालाम फिनो हानाय नड। जों बे सोलायनाय आरो खाहाजोंनो थाना थानगोन। अर्केटिक खौ संदानग्रा हान्जानि दैदेनगिरि प्रफेसर मार्क्स रेक्सआ बुदों, आर्केटिकयाव गरमजों लैथोमानिफ्राय बरफ आवलिनाया जेना गोनां। फैनो गोनां माखासे बोसोरनि गेजेराव लैथोमानिफ्राय

गोदान दिल्ली, 16 जून : भारतनि बेटिं खालामग्रा सुनिल गाबस्करआ हमदानाला लांदोंदि, साडथेमटननि गोबां गरमयाव निर्जिलेन्डनि हेंथायै वर्ल्ड टेस्ट सेमियनसिप फाइनालाव भारतीय टीमिनिफ्राय रबिन्द्र जाडेना आरो रविचन्द्रन अश्विन साठेखौबो गेलेहोनो हागोन। मानोना पिचआ लारै लासै रानखांनायनि उ नाव स्पिनार फोरखौ मदद खालामगोन। गाबस्करआ 18 जूनिनिफ्राय जानो गोनां मेचनि कमेन्ट्री पेनेलानि सोरोमान आरो बे समाव साडथेमटनया दं। साड थे मप्ट न आव थांनाय माखासे सानिनिफ्रायनो गोबां गरम जादों। भारतीय गेलेगिरिफोर गावजों गाव मेचनि हुदा खालाम लायदों। टीमयाव लाइमोन आरो रोगौथिं गोनां गेलेगिरिफोर द आरो