

**REGIONAL NEWS UNIT**

**ALL INDIA RADIO GANGTOK**

**BHUTIA NEWS BULLETIN**

**BROADCAST: 18:50 HRS \_\_\_\_\_ DATE: 21/06/ 2026**

**GOVERNOR | YAGA DAY**

འབྲས་ལྗོངས་ གཞུང་གི་ AYUSH ལྷན་ཁང་གི་ ད་རིང་ སྐང་ཏོག་གི་ ༡༢ International Day of Yoga 2026 ལོ་ སྲུང་ཅེ་ བཞུ་ ཡོད། འདི་ རྒྱ་གར་གི་ ལོ་ Yoga བྱས་མཁུག་ དང་ སློབ་སྦྱོང་གཞུང་གི་ གཞུང་མཁུག་། འདི་ ལས་ མི་དམངས་ ལུ་ གེས་བོ་ ལྷག་ ལས་རིམ་ འདི་ རྒྱ་ གཞུང་གི་ ལོ་ སྲུང་ ལས་རིམ་ འདི་ རྒྱ་གར་གི་ ལོ་ འབྲས་ལྗོངས་ གི་ སྲིད་སྲོལ་ Om Prakash Mathur མཚོག་ མགོན་ གི་ གཙོ་བོ་ ཐོག་ལས་ བཅར་བོ་ སྐད། International Yoga Day གི་ དུས་སྟོན་ འདི་ རེ་ འབྲས་ལྗོངས་ གི་ རྫོང་ཁ་ ལུ་ དཔོ་སྦྱོང་ རྣམ་ཅི། གསོ་རེད། ལྷུ་ལོང་ དང་ མན་གན་ ངོས་ སྲུང་བཅེ་ གནང་བོ་ སྐད། རྣམ་ཅི་ རྒྱ་གར་གི་ ལོ་ Yoga འདི་ རེ་ Baichung རྩེད་ཐང་ སྲུང་ཅེ་ གནང་བོ་ ཞིན། འདི་ ལས་ མན་གན་ རྫོང་ཁ་ ར་ AYUSH ལྷན་ཁང་གི་ རྫོང་བོ་ ལུ་འདི་ Yoga དུས་སྟོན་ གསུང་བོ་ ཞིན། འདི་ ལས་ ས་གནས་ དཔོ་སྦྱོང་ ར་ མི་ལག་ ༤༠ ཅམ་ གི་ དུས་སྟོན་ འདི་ ར་ མཉམ་བཞུག་ ལོ་ སྲུང་ མཇུག་ མཐའ་མོ་ ར་ ལྷུ་ལོང་ དང་ གསོ་རེད་ རྫོང་ཁ་ ལོ་ གསོ་རེད་ PHC དང་ མཉམ་ཅིག་ གསོ་རེད་ District Administration གི་ Yoga དུས་སྟོན་ སྲུང་བོ་ སྐད།

**CM MESSAGE | YOGA**

འབྲས་ལྗོངས་ གི་ གཙོ་སྤྱི་ སློབ་བོ་ Prem Singh ཏཱ་དམག་ མཚོག་ གིས་ ༡༢ International Day of Yoga གི་ དུས་སྟོན་ ར་ ཁོང་གི་ མི་དམངས་ ཁེ་ལེ་ གང་བོ་ ལོ་ མཚམས་འདྲི་ ལྷུ་ལོ་ སྐད། ཁོང་གི་ གསུང་ཐིན་ རྒྱ་གར་གི་ དུ་ཅིག་གི་ བརྗོད་གཞི་ འདི་ ལོ་ “Yoga for Healthy Agering” འདི་ གེས་ གཞུག་ གོ་ སློབ་སྦྱོང་གཞུང་ དང་ སེམས་ གི་ བདེ་སྦྱིང་ འདི་ ལས་ འཕྲོད་བཞེན་ ལེདམ་ ཅིག་ བཟོ་ཤད་ ལུ་ མཚོན་བཞིན་ ཡོད་ སེ་ གསུང་ འདུག། ཁོང་གི་ དམིཌ་གསལ་ གི་ ཉིན་ འདི་ རྒྱ་གར་ རང་རང་ འཕྲོད་བཞེན་ ལེགས་ གི་ ངོན་ལས་ དང་ འཛམ་གུ་སྦྱང་ སྤྱི་ཚེད་ འདི་ ལུ་ ཞི་བདེ་ དང་ དགའ་དུགས་ བཟོ་བདེ་ ངོན་ལས་ “Yoga” འདི་ ལུ་ ལོ་ ལས་ལེན་ གནང་ དགོས་པོ་ སེ་ གསུང།

**AWARD**

འབྲས་ལྗོངས་ གི་ སྤྱི་ལུབ་ ས་ལུལ་ དཔོ་སྦྱོང་ གི་ Biring ལོ་ ཡོད་པའི་ Biyad Yuva Literacy Institute གི་ ལོ་ཐོག་ ལུ་ འཕོར་ ཡོད་པའི་ དུས་ཚན་ རྒྱ་གར་གི་ རྫོང་བོ་ ལུ་ གེས་ ད་རིང་ Aritar ལོ་ གསར་འགོད་བོ་ རྣན་བོ་ Joseph Lepcha མཚོག་ ལོ་ Biyad Pratibimb Samman 2026 གསུང་མཁུག་ གཞུང་བསྟོན་ ལུལ་ ཡོད། ཁོང་ ལོ་ གཞུང་བསྟོན་ འདི་ ལུལ་བའི་ ལྷུ་མཚོན་ རེ་ སྤྱིར་ ཁོང་གི་ གསར་འགྱུར་ ལས་རིམ་ གི་ ངོན་ལས་ སྤྱི་ཚེད་ གི་ ལྷོད་ ལོ་ སོ་སའི་ གནས་ཚུལ་ གསལ་སྟོན་ དད། མི་དམངས་ ལོ་ གོ་བ་ ལུལ་བཞིན་ སྤྱི་ཚེད་ བཟང་དུགས་ ཅིག་ བཟོ་ཐབས་ གནང་བའི་ དམིཌ་ལུལ་ བྱས་ལུ་ ཞིན་བོ་ སྐད།

**NASH MUKT BHARAT ABHIYAAN**

འབྲས་ལྗོངས་ གི་ དཔོ་སྦྱོང་ རྫོང་ཁ་ གི་ རྫོང་དཔོན་ Pari Bishnoi མཚོག་ དང་ Sarathi རྫོང་པའི་ མཉམ་འབྲེལ་ བྱས་ལུ་ Nasha Mukht Bharat Abhiyaan གི་ ལས་རིམ་ ཅིག་ འབྲམ་བཞུག་ གོ་ སྐད། ལས་རིམ་ འདི་ གི་ དམིཌ་ལུལ་ གཙོ་བོ་ རེ་ Addiction Free

བཟོ་ཤེད་ Suicide Free གྱི་ སྤྱི་ཚོཾ་ གསར་བ་ ཅིག་ མཉམ་ཅིག་ ལྷན་ཚོང་བ། ཚང་ཁང་ བདག་པོ། ས་གནས་ འབྲུས་མི་ དང་ གོང་  
གསལ་བོ་ ཅུ་ ལེགས་ ཅིག་ བཟོ་བའི་ ཐབས་ བྱས་དོ་ ཡིན། འདི་ རང་ཤ་ ལོ་ Chief Coordinator, Sarathi ལྷ་སྐྱ་ Ashmita  
Tamang མཚོག་ གི་ Mobile Addiction ལྷོར་ལོ་ གསུང་བོ་ སྤང། Pakyong PHC གྱི་ Dr. Nitesh Bhusal མཚོག་ གི་ Mental  
Health Awareness ལྷོར་ལོ་ གསུང་ཤད་ གནང་བོ་ སྤང། འདི་ ལོ་ ལུ་མཐུད་ དཔོ་སྦྱོང་ ཁྲིམས་སྲུང་ ལས་ལག་ གི་ Station Home  
Office ལྷ་ཞབས་ Pradeep Chettri གི་ དུས་རྒྱུ་ ལོག་སྦྱོང་ གྱི་ ཁྲིམས་ལུགས་ ལྷོར་ལྷུང་ ལྷོར་ གསུང་ལྷི་ དཔོ་སྦྱོང་ Samaritam  
Rehabilitation Centre གྱི་ Director ལྷ་ཞབས་ Andrew Syangbo མཚོག་ གི་ ཉམས་ལྗོངས་ ལྷོར་ གསུང་ཤད་ གནང་ལྷི་ ལས་རིམ་  
མཐུག་ ལྷུང་བོ་ སྤང།

**SIR 2026**

དཔོ་སྦྱོང་ རྫོང་ཁ་ འོས་བསྐྱུ་ ལས་ཁུངས་ གྱི་ ཉིན་རྗེངས་ གཉིས་པོ་ རང་ཤར་ འགོ་སྐྱེ་ རང་ SIR Public Awareness Vehicle  
Campaign འབྲུས་བཅུགས་ ཡོད་ འདུག། འདི་ ཅུ་ འོང་མཁན་ ཉིན་ ར་ མི་དམངས་ ཅུ་ SIR ལོའི་ འོས་མི་ འདེམས་སྐྱ་ ར་  
མཉམ་བཞུད་ ལེན་བའི་ དོན་ལས་ ཡིན་པོ་ སྤང། Awareness Campaign འདི་ཅུའི་ ཐོག་ལས་ མི་དམངས་ ཅུ་ ལོ་ བསྐྱུང་ཞིབ་ གྱི་  
གལ་ཆེའི་ རང་བཞིན་ ལྷོར་ལོ་ ཤེས་ཡོན་ ལུལ་ཤད་ དང་ འདི་ ལས་ ཁོང་ ཅུ་ Booth Level Officer ཅུ་ དང་ མཉམ་ཅིག་ ཁོང་ ལོ་  
ཤོག་གུ་ འདི་ ཅུ་ ཁྲིམ་ཚེ་ ལྷར་གྱི་ ལུལ་དགོས་བའི་ དམིཾ་ཡུལ་ བཟུང་ འདུག།