

Content

Issue – 05 May 2023

Name of the Journal	Vol./ Issue/ No.	Month & Year	Page No.
LMD		May 2023	01
Profit	කාණ්ඩය 06, කලාපය 08	May, June 2023	02
දෙසතිය	වෙළුම 45, කලාපය 05	මැයි 2023	03
මැහුම් තක්සලාව	කාණ්ඩය 04, කලාපය 05	මැයි 2023	04
විජය පරිගණක	වෙළුම 26, කලාපය 05	මැයි 2023	06
සුවය	කාණ්ඩය 13, කලාපය 04	මැයි, ජූනි 2023	07

A MEDIA SERVICES PUBLICATION | SINCE 1994

INSIDE BUSINESS CONFIDENCE | DIGITAL LABOUR | SOCIAL E-COMMERCE
LMDtv PLAYBACK | ECONOMIC REFORM | INDUSTRIAL CORRUPTION

LMD[®]

THE VOICE OF BUSINESS

EXCLUSIVE

UPSIDE FROM A CRISIS



A crisis opens opportunities to embrace new thinking and eradicate some of the past sins

Hasitha Premaratne

Managing Director
Brandix Lanka

REGISTERED AT THE DEPARTMENT OF POSTS OF SRI LANKA (DOP/NEWS/03/2023)



www.LMD.lk

ශ්‍රී ලංකාවට වැඩිම
විදේශ ප්‍රේෂණ
ගෙන්වීමේ ප්‍රමුඛයා
ලංකා බැංකුව

09



පාන් ගෙඩියෙහි
නිධෙන බර ප්‍රශ්නයට
සියයට සියයක්
වගකිවයුත්තේ බේකරී
නිමියාම නොවේ

12



Business Revival
කුඩා හා මධ්‍යම
පරිමාණ
කර්මාන්තකරුවන්ට
සහ අපනයනය
පදනම් කරගත්
ව්‍යවසායකයන්ට
මහඟු පිටුවහලක්

22



භූතකතර
වෙළඳාමට
අවශ්‍ය සියලුම දෑ
පෑන් ඒකියා
බැංකුවෙන්

42



පටුන

සාර්ථකත්වයට යාමට
සිහින දකින්නෙකුට
යුතියන් ඇඳුවරන්ස්
සමාගම හොඳ
මඟපෙන්වන්නෙක්

18

මහරගම හගරයෙන්
තරු පන්තියේ නොටලයක
පහසු දැන ඔබටත්

30

හැමවිටම පාරිභෝගිකයා
මුල්කරගෙන ව්‍යාපාර
කටයුතු සිදු කරන රක්ෂණ
සමාගමක් නම්
AIA ඉන්ෂුරරන්ස්
සමාගමයි

32

නිෂ්පාදනය කෙරුණු
කරගත් ආර්ථිකයකට
යාමට හැකි වුණොත්
අපට අපේ ඉලක්කවලට
යන්නට පුළුවන්

39

තමන්ගේ ඉලක්ක භීත
ජයගන්න පුළුවන් හොඳ
තෝතැන්නක්
යුතියන් ඇඳුවරන්ස්
සමාගම

47

ව්‍යාපාරයක දියුණුවට
හැකුවම බැරී සාධකය
ඩිජිටල්කරණයයි

50

දීර්ඛ අපනයන
සංවර්ධන වැඩසටහනේ
බලාපොරොත්තුව
ව්‍යවසායකයන්ව ඔවුන්ගේ
ඊළඟ පියවර
වෙත කැඳවාගෙන යාමයි

53

දෙසතිය

පුවත් සඟරාව

වෙළුම 45, කලාපය 05,
2023 මැයි

රජයේ ප්‍රවෘත්ති දෙපාර්තමේන්තුව,
163, කිරුළපහ ඇවිහිවි,
පොල්හේන්ගොඩ, කොළඹ 05.

සංස්කාරක මණ්ඩලය
දු. අ. 011 - 2513757 / 0112 - 513153
Email - desathiya@gmail.com
බෙදුනැරිමේ අංශය
දු. අ. 011 - 2514150

උපදේශක සංස්කාරක
දිනිත් වින්තක කරුණාරත්න
රජයේ ප්‍රවෘත්ති අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
අංශ ප්‍රධානී - සංස්කරණ අංශය
ඩබ්. එම්. ශාන්තප්‍රිය

සංස්කාරක
මාලා මල්කාන්ති පරණගමගේ

රූ රටා සංස්කාරක
සංජීව පෙන්නාවඩු
කවරයේ සිතුවම
අනුනස් මනවලගේ

විශේෂාංග ලේඛකයන්
රංගිකා අබේසේකර
තිරුනා මධුරංගි
වික්‍රම රණපුරගේ

ප්‍රවෘත්ති නිලධාරී
නිල්මිණී ප්‍රනාන්දු

ඡායාරූප
රජයේ ප්‍රවෘත්ති දෙපාර්තමේන්තුවේ
ඡායාරූප අංශය

බෙදුනැරිම
දෙසතිය බෙදුනැරිමේ අංශය

මුද්‍රණය
රජයේ මුද්‍රණ දෙපාර්තමේන්තුව
ප්‍රකාශනය හා බෙදුනැරිම
රජයේ ප්‍රවෘත්ති දෙපාර්තමේන්තුව

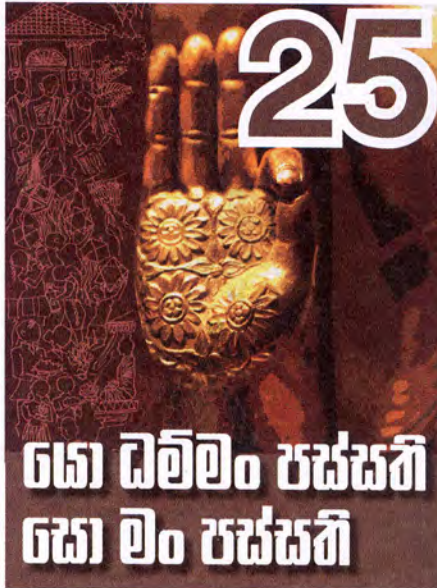
නිතවත් පාඨකයින්,

45 වසරක් ඔබ වෙත දැනුම ලබාදුන්
'දෙසතිය' පුවත් සඟරාව වෙත පාඨක
ඔබගේ අදහස් කෙටියෙන් ලියා නැපැල්
ලිපිනයට හෝ විද්‍යුත් නැපැල් ලිපිනයට
හෝ යොමු කරන්න

සංස්කාරක

මෙහි පළ වන ඇතැම් ඡායාරූප
අන්තර්ජාලයෙන් ලබාගත් ඒවා වන අතර
ඒවායේ අයිතිය මුල් හිමිකරු සතු යි.

කවරයේ කතාව

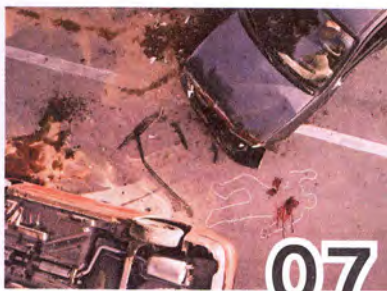


ශා ධම්මං පජ්ජති ශා මං පජ්ජති



03

උමා ඔයෙන් ගලන රන්දිය



07

ප්‍රතිව්‍යුහගතකරණය විකිණීමක් නොවේ



19

මොලි මංගලය



34

ඉන්ග්ලවේනසා ශ්‍රවසන රෝගයක්



51

දිවි සිතමාවෙන් සමුගත් වියපත් තරුණයා - කලං



56

තුවක්කුව අතට ගත් සටන් ශූරයා

මැනුම්, ගෙතූම්, අත්කම් සපිරි

පිණිසට
වෙළඳ
මහලයක
වේවා!

මැනුම් තක්සලාව

මාසික සඟරාව

2023 මැයි කලාපය
4 වැනි කාණ්ඩය
5 වැනි කලාපය



ස්කූල්
යුනිෆෝම්
ඒක
මහන හැටි...



අම්මරම් කලාවෙන්
අපුරු
වී මැස්සෙක



යුවනියා කලාවේ
හැදෑරීම්
ක්‍රොස්ටොප්

වෙසක් එකම
මුතු කුඩියක්

නිරූපණය :
නිරන්තා මියුනි
නඳුනි මියුනි

හැඩගැන්වීම : සිකාරා ගිතමාලා
ඡායාරූප අනුග්‍රහය : සේසිඵ ක්‍රියේෂන්



වැඩි දෙනෙක් කමති
වෙඩි බොගා

චූටියා හැඩකරන

හැඩවීම්
පොඬුපත

සමනල
දැනුම
ප්‍රකාශනයකි.



මිල රු. 180/=

▼ ප්‍රධාන විශේෂාංගය

ඉන්ටනෙට් කේබල්

අන්තර්ජාලය රටින් රටට සම්බන්ධ වෙන්නේ සාගර පත්ල ඔස්සේ වළා ඇති කේබල් පද්ධතියකිනි.

04

විශා **පරිගණක**

2023 මැයි කලාපය



▼ පුවත් විශේෂාංග



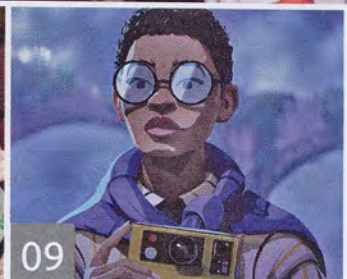
06



07



08



09

06 වින්ඩෝස් 12
අලුත් වින්ඩෝස් මෙහෙයුම් පද්ධතිය 2024දී වයි.

07 එක්ස් එච්සී
අලුත් කාලීන බුද්ධි සමාගමක් වලි දැකී.

08 සෙලියුලර් ස්වර්ණ ජයන්තිය
සෙල්ලෝන් ඇවින් පනස් වසරකි.

09 පරිගණක ක්‍රීඩාව

10 අලුත් වෙබ් සේවා

11 **[PCUser]**

12. ආචාර්ය මයිකු කොන්ට්‍රෝලර් ප්‍රෝග්‍රෑම්

14. වින්ඩෝස් 11 ඩිලේට් ඇඩ්මිනිස්ට්‍රේටර් යුසර් එකවුන්ට්

16. මැල්ටිමාඩියම් ආරක්ෂාව

18. පරිගණක පැන - විසඳුම්

21 **PCleaner**

22 Word

24 Premiere Pro

26 Photoshop

28 Illustrator

30 Python

02. කර්තව් ලිපි
02. කාලනය
40. ප්‍රහේලිකා

Wijeya PARIGANAKA is registered as an IT magazine in Sri Lanka. © 2023 Wijeya Newspapers Ltd. All rights reserved. Reproduction in whole or in part without written permission is prohibited. Wijeya PARIGANAKA, PCUser, PClearner, and PCDigest logos and design protected through copyright regulations in Sri Lanka. All other trademarks, trade names and logos are the properties of their respective owners. Wijeya PARIGANAKA magazine is published by Wijeya Newspapers Ltd, No.08, Hunupitiya Cross Rd, Colombo - 02. The editor is Palitha Amarasooriya. Inquiries can be made to +94 112479660 or pariganaka@wijeya.lk



රයිට් මීඩියා (පෞද්ගලික) සමාගම,
නො.: 15/1/8, මත්තේගොඩ හන්දිය, පැලැන්වත්ත, පන්නිපිටිය.
දු.ක.: 011 20 86 736
ඊමේල්: info@suwayamagazine.lk / rightmediamkt@gmail.com

මාසික සුව සඟරාව
දහතුන්වන කාණ්ඩය
හතරවන කලාපය

සංස්කාරක

යොමිත බිමල් - 0718 030 738

සම්බන්ධීකරණ සංස්කාරක

එම්. ඩී. ධර්මසිරි - 0767 799 865

විශේෂාංග ලිපි සම්පාදකයෝ

සවිති බස්නායක,
ශාමිකා තල්පහේවා,
මහේෂානි මීගහපොල,
ප්‍රනසා චාන්දනී ද සිල්වා

කෝදුපත් හා පරිවර්තන සංස්කාරක

අතුල ඒ. දොඩන්ගොඩ - 0773 124 261

**පිටි කවර නිර්මාණය සහ පිටු සැලසුම්
ප්‍රකාශනය හා බෙදාහැරීම**

රයිට් මීඩියා (පෞද්ගලික) සමාගම
011 20 86 736

අලෙවිය අංශය

රයිට් මීඩියා (පෞද්ගලික) සමාගම

මුද්‍රණය

Neo Graphics (Pvt) Ltd
No: 44, Udahamulla Station Rd,
Nugegoda

සඟරාවක් වශයෙන් ලියාපදිංචි කරන ලදී.
අංකය ISSN 2012-547X.
ශ්‍රී ලංකාවේ තැපැල් දෙපාර්තමේන්තුවේ
ලියාපදිංචි අංකය QD/140/NEWS/2009.

ප්‍රතිකාර සහ ඖෂධ ඇතුළත් ලිපිවල මූලාශ්‍රයන් සඳහන් කර තිබේ. මූලාශ්‍ර සඳහන් නොවන ප්‍රතිකාර සහ ඖෂධ වෛද්‍ය උපදෙස් නොමැතිව ගැනීමෙන් වලකින ලෙස සුවය කාරුණික ඉල්ලීමක් කරයි. සුවය සඟරාවේ පළ කෙරෙන සියලු ලිපිවල අයිතිය ප්‍රකාශන ආයතනය සතුය. අවසරයකින් තොරව උපුටා පළ කිරීම සපුරා තහනම් ය. පළවන දැන්වීම් ලිපිවල අදහස් සුවය සඟරාවේ නොවන අතර එම සමාගමේ හා එම වෛද්‍යවරුන්ගේ අදහස් බව කරුණාවෙන් සලකන්න.

පටුන

වෛද්‍යවරුන් ලංකාවට පමණක් නොව ලෝකයටම සේවය සඳහා යොදවීම අපගේ බලාපොරොත්තුවයි	06
මංගල දිනයේ දී මංගල ඇඳුම තෝරාගන්නේ කෙසේ ද?	08
විවාහයන් වූ නව යුවලක් උපන් පාලන සැලසුමක් තෝරාගන්නේ කොහොම ද?	10
මනාලියක් වීමට සිහින දකින බබගේ සමට කරන සත්කාර	12
The science and myth of the "Virginity" & "Hymen"	14
මම නමයි හොඳටම කළේ හෙවත් Narcissitic Personality Disorder	18
මව්කිරි දෙන මවකට පෝෂ්‍යදායී ආහාර	20
මේ දිනවල පැතිර යන ඉන්ෆ්ලුවන්සා ගැන දැනගන්න	22
ලස්සන නම් යුදු කියන එක නමයි බොහෝ දෙනෙක්ගේ මතය	25
සෞඛ්‍ය සම්පන්න විදියට ඉන්නනම් නිතරම වතුර බොන්න	30
පින්තාඥය ඉවත් කිරීම හොඳ ද නරක ද	33
බන්ලයින් ඉගැන්වීම හා අපේ ඇස	36
Why Sri Lanka should continue to take Malaria seriously despite having eliminated it	38