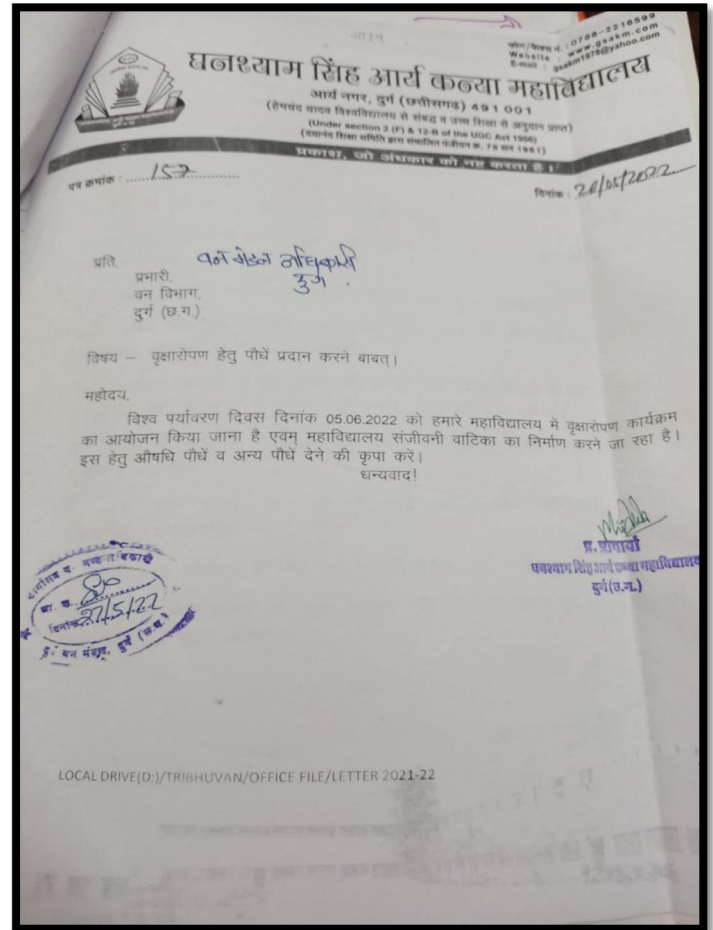



Best Practice 2

SANJIVANI VATIKA





मेहन्दी
Lawsonia inermis




उपयोग

- बालों को स्वस्थ बनाता है।
- बुखार को कम करने में मदद करता है।
- कई प्रकार के संक्रमण से लड़ता है।
- हार्ड बीपी के लुहकों को कम करता है।

सूची

1. मेहन्दी
2. नीम
3. सर्पगंधा
4. ज़ाही
5. पिचनसेया
6. तुलसी
7. औंवला
8. अश्वगंधा
9. घृतकुमारी
10. शतावर
11. नीलीगारी

अश्वगंधा
Withania somnifera



उपयोग -

- दुबिलता में लाभ मिलता है।
- चक्कर व भ्रम आदि के रोज में लाभ
- दिल व दिमाग की कमजोरी में लाभ



