

भ्रष्टाचार प्रतियोगिता में & भ्रष्टाचार की जानकारी देने

**National Rights Group
Youtube Channel**

krantisamay@gmail.com



9879141480

fight against corruption india

**भारत में भ्रष्टाचार
के खिलाफ लड़ाई**

प्रकृति ने पत्तियों में बहुत सारे गुण प्रदान किये हैं जो सहत और सौंदर्य के लिए वरदान से कम नहीं। कुछ उदाहरण :-

-नीम की कच्ची कोपलों को पीस कर पेस्ट की तरह चेहरे पर लगाने मुँहसे कम होते हैं। यह स्किन के लिए अच्छे फेसेंस का भी काम करता है। खासकर तैलीय त्वचा के लिए यह बेहतरीन कल्मीजर है।

-नीबू की कोमल पत्तियों का पेस्ट बनाकर उसमें कुछ बूदें नीबू के रस की मिलायें। चेहरे पर फेसेंपैक को कुछ देर लगाकर रखें। इससे रंग में निखार आता है और ताजीगी का अहसास होता है।

-तुलसी की पत्तियों को सुखाकर बारीक पाउडर बना लें। इसे टेल्कम पाउडर की तरह स्किन पर रगड़ने से चेहरे के दागध ब्लैंक कम हो जाते हैं।

-आंखों में ताजीगी लाने और डार्क सर्कल्स को दूर करने के लिए पुदीने की पत्तियों पीस कर लगानी चाहिए। ताजा हरा पुदीना पीसकर चेहरे पर लगाने से चेहरे की गर्मी निकल जाती है।

-मेरी की पत्तियों का पेस्ट बनाकर उसमें आंवले का रस मिलायें। बालों में अच्छी तरह लगायें और कुछ समय बाद धो डालें। इससे बालों में चमक आती है।

-तुलसी की पत्तियों का रस निकालकर उसमें कुछ बूदें नीबू के रस की डालें। चेहरे पर लगाकर सूखने दें। साफ पानी से धो डालें। इससे ब्लैंक स्पॉट मिटते हैं और त्वचा निखरी-निखरी नजर आती है।

-नीम की पत्तियों का पेस्ट बनाकर बालों की जड़ों में अच्छे से लगाने से रुखी दूर हो जाती है। इससे खिर में होने वाले दूसरे इंफेक्शन और जुओं से भी छुटकारा मिलता है।

-मेर्हदी की हीरी या सूखी पत्तियों का पेस्ट बालों के लिए बेहतरीन कंडीशनर का काम करता है।

-मीठे नीम की पत्तियों के रस को छाछ के साथ मिलाकर पीने से बालों को असमय सफेद होना

पातियों से सौंदर्य

बंद हो जाता है।

पत्तियों से स्वास्थ्य

-तुलसी की कुछ पत्तियां मुंह में रखकर धीरे-धीरे चबाने से दुगंध नहीं आती, दांत के दर्द में आराम मिलता है और रक्त भी शुद्ध होता है।

-मधुमेह के रोगियों के लिए पालक की हरी पत्तियों का सेवन बहुत ही लाभकारी होता है।

-अमरुल के पत्तों को पान की तरह कथा लगाकर चबाने से मुंह के छाले ठीक होते हैं।

-पुदीने की कुछ पत्तियां सुखर शाम चबाने से दांतों के कीड़े खत्म हो जाते हैं और मुंह में ताजगी बनी रहती है।

-आम की कच्ची कोपलों को दांतों से खब चबाकर थक दें। दांत मजबूत और चमकदार बन जायेंगे।

-ब्राह्मी की पत्तियों का थोड़ा-सा ताजा रस (एक चम्पच) लेने से सर्दी-खांसी और उल्टी-दस्त बंद हो जाते हैं।

-नीम की पत्तियों के पेस्ट में थोड़ी-सी हन्दी मिलाकर लगाने से फुसियां ठीक हो जाती हैं।

-हैंजा, पेटदर्द, अजीर्ण, हिचकी बंद न होना, चमरोग और ब्लडोशर कंट्रोल जैसी कई खास्थ समस्याओं के लिए पुदीना की पत्तियां कारगर दवा हैं। पुदीना एंटीबायोटिक औषधि का

प्रयोग होता है।

भी काम करती है।

-मेहंदी की पत्तियों का पेस्ट पैरों के तलवों में लगाने से जलन कम होती है, ठंडक और सुखून का अहसास होता है।

-पालक की पत्तियों में मौजूद फ्लेजेवोनाइड्स एंटीऑक्सीडेंट्स का काम करते हैं। इससे रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है। पालक में विटामिन ए काफी मात्रा में पाया जाता है जो आंखें, बालों और त्वचा के लिए काफी फायदेमंद होता है।

-बथुए की पत्तियों को उबालकर उनका रस पीने से पेट और पेशाब के रोग ठीक होते हैं।

-पीपल की ताजी हरी पत्तियों का रस कान में टपकाने से कान का दर्द दूर होता है।

-कढ़ी पत्ता (मीठा नीम) के कुछ पत्तियों के रस को नीबू के रस और शक्कर के साथ मिलाकर पीने से अपच, उल्टी और थकान में आराम मिलता है।

-हरे धनिये की पत्तियां वातनाशक और पाचनशक्ति की



बढ़ाने वाली होती हैं। इसकी पत्तियों को पानी मिलाकर मसलकर पानी को छान लें।



कहीं नुकसान न पहुंचा दे

रंग लगाने आए तो अपनी आंखों को बंद करके पहले बचाने का प्रयास करें।

आंखों में चशमा पहनें, जिससे खतरनाक रंगों के रसायन से अपनी आंखें बच सकें।

बालों पर कोई बड़ी-सी टोपी या हैट लगाएं, जिससे अपके बालों का केमिकल डाई के दुष्प्रभाव से बचाव हो सके।

नहाते समय और रंगों को निकालते समय आंखों को अच्छी तरह से बंद कर लें ताकि पानी के साथ बहता हुआ रंग आप की आंखों में प्रवेश न कर सके।

घर पर खुद ही रंग बनाएं और उन्हीं का इस्तेमाल करें। बाहर के खरीदे हुए हानिकारक रंगों को इस्तेमाल न ही कर तो ही अच्छा है।

बच्चों को गूबारों से खेलने के लिए उत्साहित न करें, बच्चोंके गूबारे कभी भी किसी की आंखों को नुकसान पहुंचा सकते हैं।

अपने रंग लगाने की आंखों के पास न ले जाएं। हाथ धोने के बाद ही आंखों को छूएं। आंखों को मसलने या रगड़ने की गलती भी न करें।

ऐसे लोगों से बचने का प्रयास करें, जो हाथों से आपके चेहरे पर रंग लगाएं। यदि कोई रंग लगाने आए तो आप आंखों और हाँठों को बंद कर लें ताकि रंग आपके मुंह या आंखों में न जा पाए।

होली खेलने से पहले चेहरे पर कोल्ड क्रीम की एक मोटी परत लगाएं ताकि रंग लगाने के बाद जब आप अपना वेहरा धोएं तो रंग आसानी से निकल जाए।

यदि आंखों में कोई रंग लगाला जाए तो तुरंत पानी के छींटे मारें। यदि लक्षण कुछ भीषण प्रतीत हो रहा है तो तुरंत डॉक्टर को दिखाएं।

होली के बाद अपको आंखों में हल्की असहजता हो जाती है। घुलाल से साफ करने के लिए रंग लगाने से बचें।

इससे आपकी थकी हुई आंखों को आराम मिलेगा। यदि आंखों में रंग चला जाए और आंखों में जलन, सूजन या दर्द हो तो साफ पानी से आंखें धोएं। थोड़ी देर देखें, अगर तब भी लक्षण ऐसे ही रहे तो डॉक्टर के पास जाएं।

ये सावधानियां हैं जुरुरी। कोई आप के पास

से चोट लग गई हो, रेटिना को नुकसान पहुंचा हो, रक्तस्राव हो, तो आंखों में संक्रमण या अल्सर हो सकत है। होली पर गुबारों के इस्तेमाल से आंखों में अंदरूनी रक्तस्राव हो सकता है या किसी प्रकार की थोट लगाने से सकती है। इसलिए ऐसे हालातों में किसी बात का इंतजार न करें। आंखों को किसी प्रकार का खतरा हो, उससे पहले आप किसी अच्छे नेत्र रोग विशेषज्ञ से अवश्य ही संपर्क करें।

गिरता होता है और दर्द भी बना रहता है। यदि ध्यान न दिया जाए तो आंखों में संक्रमण या अल्सर हो सकत है। होली पर गुबारों के इस्तेमाल से आंखों में अंदरूनी रक्तस्राव हो सकता है या किसी प्रकार की थोट लगाने से सकती है। इसलिए ऐसे हालातों में किसी बात का इंतजार न करें। आंखों को किसी प्रकार का खतरा हो, उससे पहले आप किसी अच्छे नेत्र रोग विशेषज्ञ से अवश्य ही संपर्क करें।

गुलाल में ऐसे छोटे-छोटे कण मौजूद होते हैं, जो यदि आंखों में चले जाएं तो कॉर्निया को नक्सान पहुंचा सकते हैं। कॉर्नियल एंट्रेशन ऐसी ही एक एमरजेंसी होती है, जहाँ आंखों से निरंतर पानी

पहुंचता है। यदि लक्षण कुछ भीषण प्रतीत हो रहा है तो तुरंत डॉक्टर को दिखाएं।

यदि आंखों में रंग चला जाए और आंखों में जलन, सूजन या दर्द हो तो साफ पानी से आंखें धोएं। थोड़ी देर देखें, अगर तब भी लक्षण ऐसे ही रहे तो डॉक्टर के पास जाएं।

यदि आंखों में गुबारे या रंग में मिले हुए किसी कण



ब्यूटी टिप्स

होली के रंग निकाले, सूप निखार

युवाओं को होली के रंग-बिटंगे पर्व का खाल इंतजार होता है। रंगों न हो। होली का त्योहार ही कुछ ऐसा है। पर होली के लाल-पीले रंगों से सबसे

पंजाब चुनाव में जीत का परचम फहराने के बाद आप की नजर बंगाल पर

पंचायत चुनाव में टीएमसी से कटेगी मुकाबला

एजेंसी। पंजाब विधानसभा चुनाव में शनिवार प्रदर्शन करते हुए आम आदमी पार्टी (आप) ने जीत का परचम लहराया है और अब दूसरे राज्यों में भी विस्तार की कवायद कर रही है। आम आदमी पार्टी ने राज्य की 117 सीटों में से 92 सीट पर जीत दर्ज की। जबकि कांगड़ेस को 20 सीटें भी नीसीब नहीं हो पाई। इसके बाद आम आदमी पार्टी ने दूसरे राज्यों में भी दस्तक देने की योजना तैयार की। इसके तहत आम आदमी पार्टी



अरविंद केजरीवाल ने तृणमूल प्रमुख और मुख्यमंत्री ममता बनर्जी को सीधे चुनौती देने का मन बना चुके हैं। आपको बता दें कि दोनों ही पार्टियां अपने चुनाव चिन्ह का विस्तार करने की योजना बना रही है। आम आदमी पार्टी ने दिल्ली और फिर पंजाब में अपनी सरकार बना ली और गोवा में उन्हें दो सीटें रविवार को एक रैली निकाली।

हरियाणा में संगठित अवैध खनन का कोई मामला सामने नहीं आया : खनन मंत्री मूलचंद शर्मा



चंडीगढ़।

हरियाणा सरकार के परिवहन एवं खनन मंत्री मूलचंद शर्मा ने बताया कि राज्य में संगठित अवैध खनन का कोई मामला नहीं पाया गया है। इस तरह की घटनाओं सहित अन्य पड़ोसी राज्यों से बिना वैध सदस्यक दरावेशों के बिना वैध सदस्यक दरावेशों के बिना वैध

(अर्थात्) वैध विल/सोल पर्ची के बिना) खनिजों के परिवहन के मामले भी खान एवं खनिज (विकास और विनियमन) के अधिनियम, 1957 की धारा 21 (5) के प्रवानाओं के अनुसार जुमाना लगाया गया और 21 (5) के प्रवानाओं के अनुसार जुमाना लगाया निपटाएं जाते हैं। जीरो टालरेंस नीति अपनाई है। हालांकि खनिजों की चोरी की खिलाफ जीरो टालरेस की नीति

तृणमूल के आगामी पंचायत चुनाव भी लड़ेगी। अगले साल होने वाले पंचायत चुनाव के जरिए आम आदमी पार्टी ने दस्तक देने की योजना तैयार की।

हिंदूपुर घटनाएं संज्ञान में आती हैं जिन्हें कानून के अनुसार निपटाया जा रहा है।

इस तरह की घटनाओं सहित अन्य पड़ोसी राज्यों से बिना वैध

सदस्यक दरावेशों के बिना वैध

</

'आप' छोड़ भाजपा में शामिल हुए महिला पार्षद मनीषा कुकड़िया की घर वापसी

क्रांति समय, सूरत

www.krantisamay.comwww.epaper.krantisamay.com

सूरत, कुछ दिन पहले आम

आदमी पार्टी (आप) को

छोड़ भाजपा का भगवा धारण

करनेवाली सूरत की महिला

नगर पार्षद मनीषा कुकड़िया

ने घर वापसी कर ली है।

गुजरात प्रदेश आप के प्रभारी

गुलाबसिंह यादव, प्रदेश प्रमुख

गोपाल इटलिया, प्रदेश संगठन

महासचिव मनोज सोठिया की

उपस्थिति में मनीषा कुकड़िया

ने फिर एक बार आप का

दामन थाम लिया। बता दें

कि कुछ समय पहले सूरत में आप के पांच नगर पार्षदों ने भाजपा भगवा धारण कर लिया था। जिसमें विलुप्त मोवलिया, मनीषा कुकड़िया, ऋषा दुधागर, भावना सोलंकी और ज्योतिका लाठिया शामिल हैं। बाद में और एक पार्षद कुंदन कोठिया ने भी भाजपा जॉइन कर ली थी। गुजरात में केवल सूरत नगर निगम में 27 सीटें जीतकर आप ने कांग्रेस से विपक्ष का पद छीन लिया था। हालांकि बाद में गांधीनगर नगर निगम चुनाव में आप



को कोई बड़ी कामयाबी नहीं हुई। सूरत के उद्योगपति और मिली और उसके बाद आप टूटने का सिलसिला शुरू हो गया। एक के बाद एक कई नगर पार्षदों ने आप से किनारा कर

भाजपा जॉइन कर ली। पंजाब में आप की शानदार सफलता से गुजरात आप के कार्यकर्ता काफी उत्साहित हैं। पंजाब में आप की सफलता हो या अन्य किसी कारण से भाजपा जॉइन करनेवाली सूरत की महिला नगर पार्षद मनीषा कुकड़िया ने आज घर वापसी कर ली है। इस मोके पर गुलाबसिंह ने कहा कि पंजाब में आप की शानदार जीत का जश्न मनाया जा रहा है,

जिससे भाजपा के भीतर एक डर का माहौल है। इसी डर की

बजह से भाजपा गुजरात में छह महीने पहले ही विधानसभा चुनाव कराने की फिराक में है। क्योंकि आगले छह महीने में पंजाब में आम आदमी पार्टी की सरकार द्वारा कई नए काम किए जाएंगे। जिसका डर भाजपा को सता रहा है और इस बजह से गुजरात में छह महीने पहले ही चुनाव का ऐलान किया जाए तो कोई आश्चर्य नहीं होगा। गुलाबसिंह दावा किया है कि इस बार गुजरात में भाजपा और आप के बीच सीधा मुकाबला होगा।

याता से ठीक पहले नगर अध्यक्ष समेत 100 को हिंगसत में
क्रांति समय, सूरत
www.krantisamay.com
www.epaper.krantisamay.com

को पुलिस के हवाले कर गलत तरीके से हिंगसत में ले रहे हैं। एक लोकतंत्र में, सभी को अपने तरीके से जीत का जश्न मनाने और एक राजनीतिक दल के शासकों का विरोध करने की भी अनुमति है। लेकिन हमारे कार्यकर्ताओं को पुलिस पर दबाव बनाकर और कार्यक्रम न करने के लिए मजबूर कर राजनीतिक प्रताड़ना के आरोप में हिंगसत में लिया जा रहा है। हमारी आज की तिकोनीय याता के रद्द होने के पीछे का कारण भी बहुत ही हास्यरोध है। भारी ट्रैफिक के कारण याता रद्द कर दी गई। जिससे पता चलता है कि केवल भारतीय कार्यालय में जाम हो गए थे।



पुलिस ने नहीं दी विजय तिरंगा याता की इजाजत गुजरात के सभी जिलों में आम आदमी पार्टी "विजय तिरंगा याता" चला रही है। तिरंगा याता को आज सूरत शहर के लिंबैता इलाके से खाना करने की योजना थी। उनकी पुलिस अनुमति भी मांगी गई थी लेकिन राजनीतिक दबाव के चलते यातायात के बहाने अनुमति रद्द कर दी गई थी। इसका आम आदमी पार्टी के नेताओं और कार्यकर्ताओं ने विरोध किया।

आम आदमी पार्टी के प्रवक्ता योगेश जडवानी ने कहा कि सत्ता के क्रॉस फायर में फंसे राजनीतिक नेता कार्यकर्ताओं

गुजरात में 'द कश्मीर फाइल्स' फिल्म को कर मुक्तकरने का राज्य सरकार ने किया फैसला

क्रांति समय, सूरत

www.krantisamay.comwww.epaper.krantisamay.com

कश्मीर घाटी में कश्मीरी

पंडितों की हत्या पलायन के

पृष्ठभूमि पर बनी 'द कश्मीर

फाइल्स'

गुजरात में टैक्स

फ्री करने का राज्य सरकार ने

फैसला किया है। सिनेमा हॉल

द्वारा फिल्म प्रदर्शित करने के

लिए भुगतान किए गए कर का

भुगतान उन्हें राज्य सरकार की

ओर से किया जाएगा। गुजरात

के मुख्यमंत्री भूपेन्द्र पटेल ने

रविवार को ट्रैटी के माध्यम

से यह जानकारी दी थी। राज्य

सरकार द्वारा इस संदर्भ में एक

प्रस्ताव पास किया गया है।

जिसके मुताबिक 14 मार्च

2022 से 13 जून 2022

तक इस फिल्म को प्रदर्शित

करने के लिए संबंधित सिनेमा

हॉल द्वारा एसजीएसटी का

वापसी भुगतान राज्य सरकार

की ओर से किया जाएगा।

इसके लिए सिनेमा हॉल

संचालक को फिल्म कर मुक्त

भी टैक्स फ्री कर दिया गया।

यह दर्शना होगा और फिल्म के

प्रदर्शन के लिए भुगतान किए

गए एसजीएसटी के मुआवजे

के लिए गांधीनगर सूचना

निदेशक कचहरी में आवश्यक

प्रमाणों के साथ क्लैम करना

होगा। बता दें कि कश्मीर

घाटी में कश्मीरी पंडितों की

हत्या और उनके पलायन पर

आधारित 'द कश्मीर फाइल्स'

फिल्म को हरियाणा, मध्य

प्रदेश, कर्णाटक और गोवा में

भी टैक्स फ्री कर दिया गया।

यह दर्शना होगा और आप

के प्रदर्शन के लिए भुगतान

किए गए एसजीएसटी

के मुआवजे के लिए गांधीनगर

सूचना निदेशक कचहरी

में आवश्यक प्रमाणों के साथ

क्लैम करना होगा। इसके

प्रदर्शन के लिए भुगतान किए

गए एसजीएसटी के मुआवजे

के लिए गांधीनगर सूचना

निदेशक कचहरी में आवश्यक

प्रमाणों के साथ क्लैम करना

होगा। इसके लिए गांधीनगर

सूचना निदेशक कचहरी

में आवश्यक प्रमाणों के साथ

क्लैम करना होगा। इसके

प्रदर्शन के लिए भुगतान किए

गए एसजीएसटी के मुआवजे

के लिए गांधीनगर सूचना

निदेशक कचहरी में आवश्यक

प्रमाणों के साथ क्लैम करना

होगा। इसके लिए गांधीनगर

सूचना निदेशक कचहरी

में आवश्यक प्रमाणों के साथ

क्लैम करना होगा। इसके

प्रदर्शन के लिए भुगतान किए

गए एसजीएसटी के मुआवजे

के लिए गांधीनगर सूचना

निदेशक कचहरी में आवश्यक

प्रमाणों के साथ क्लैम करना

होगा। इसके लिए गांधीनगर

सूचना निदेशक कचहरी

में आवश्यक प्रमाणों के साथ

क्लैम करना होगा। इसके

प्रदर्शन के ल