

रेसिपी
स्पेशल

८०
रेसिपीज़

रिश्तों में
परफेक्शन
नहीं, ढूंढें
कनेक्शन

हेल्दी लाइफ के लिए
सीखें ब्रेन मैनेजमेंट

शादी के बाद कैसे
होती है रियलिटी
चेंज जानें इन
१२ बातों से...

सीखें रिजेक्शन
को मैनेज करना

M.S.
216

आत्महत्या के बढ़ते मामलों के क्या हैं
कारण? क्या कहता है क़ानून?

भारत की सबसे
ज़्यादा पढ़ी
जानेवाली हिंदी
मासिक पत्रिका

संस्थापक
वेद प्रकाश पाहवा

संपादक
हेमा मालिनी

प्रबंध निदेशक व सह संपादक
राजीव वेद प्रकाश पाहवा

निदेशक
ललित वेद प्रकाश पाहवा
वरुण राजीव पाहवा

संपादकीय प्रमुख
साधना पाहवा

कार्यकारी निदेशक
सार्थक ललित पाहवा

फूड एडिटर
जूही वरुण पाहवा

कार्यकारी संपादक
प्रतिभा तिवारी
editorial@pbcindia.com

फीचर एडिटर
उषा गुप्ता
editorial@pbcindia.com

उप संपादक
पूनम नागेंद्र शर्मा

ADVERTISING
BUSINESS DIRECTOR
LALIT VED PRAKASH PAHWA
Mobile: 9821140505

MUMBAI
Kakad Udyog Unit Bhawan Chs. Unit no 101, 2nd Floor,
Sitaram Keer Marg, Mahim, Mumbai 400016.
Phone: 0224443465 Mobile: +912235120448, 9892100002
Email: response@pbcindia.com

DELHI
E-231 (LGF), Greater Kailash-2, New Delhi -110048.
Phone: 011-26227038/39, 40532578

KOLKATA
Needbased Communication Pvt Ltd, 9, Weston Street, Siddha
Weston, Room No. 210 (2nd floor), Kolkata-700013.
Tel: (033) 6452-8041

CHENNAI
42/3, Maansoravar, Raja Apartment, 11A Arcot Road, Porur,
Chennai-600116, Ph: 044-45000410,
Mob: 9444402291

BANGALORE
Via Media Communication, #40/3, Ave Maria, Dickenson Road,
Bangalore-560042. Mobile: 9845178393

GUJARAT
Rajiv Desai Associates,
310, Shaan Complex, B/4, Sakar 4,
(Opp. N. J. Library), Ellis Bridge, Ahmedabad-380 006.
Ph: 079-26579115, Mobile: 9824022296

HYDERABAD
C/o. Usha Rani, 126, 10-3-77/1, Flat No. 602, Indira
Devi Apartments, Teachers Colony, East Marredpally,
Secunderabad-500 026. Mobile: 09849387829

KANPUR
111/325, Ashok Nagar, Kanpur, U.P.-208012,
Phone: 0512-2526127 Mobile: 09415440602

NAGPUR
A-13/3, N.S.K. Hsg. Scty, Near Ravi Nagar,
Nagpur-460021. Phone: 0712-6451744/2552209

HARYANA
Media Vox, SCO-8, 3rd Floor, Near Krishna Mandir,
Model Town Extension, Ludhiana-141 001.
Mobile: 09781300172, 09464826882



मेरी
सहेली

वॉल्यूम ३७, अंक ०२, फरवरी अंक

'मेरी सहेली' अब वेबसाइट पर भी उपलब्ध।
लॉग ऑन करें- www.merisaheli.com

रेसिपी स्पेशल

ईजी ब्रेड स्नैक्स	४३
पनीर डिलाइट	४८
एग डेलीकेसी	५२
डिलिशियस चिकन	५६
मटन रेसिपीज़	६०
पोटैटो स्नैक्स	६४
मटर का स्वाद	६८
साउथ इंडियन स्नैक्स	७२

ज्वलंत लेख

जेन एक्स, जेन जी, जेन बीटा- क्या आप जानते हैं इन जनरेशन्स से जुड़ी मजेदार बातें?	२४
सीखें रिजेक्शन को मैनेज करना	३०
आत्महत्या के बढ़ते मामलों के क्या हैं कारण? क्या कहता है कानून?	३२
क्या आपको भी लगता पैथोलॉजी टेस्ट से डर?	३०
स्मार्ट किचन ट्रिक्स	३४
गुस्सैल और चिड़चिड़े पार्टनर को कैसे करें डील?	३६

रिश्तानशिय

शादी के बाद कैसे होती है रियलिटी चेंज जाने इन १२ बातों से	२७
रिश्तों में परफेक्शन नहीं, ढूँढ़ें कनेक्शन	८८

हेल्थ

कहीं आप भी तो नहीं हैं इन फिटनेस मिथ्स के शिकार? ..	८०
हेल्दी लाइफ के लिए सीखें ब्रेन मैनेजमेंट	९२

वैलेंटाइन डे स्पेशल

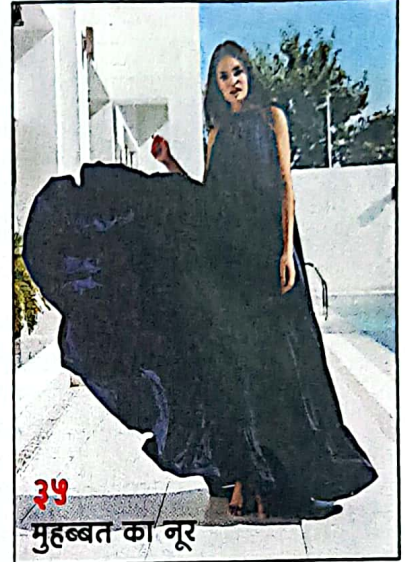
राशि के अनुसार वैलेंटाइन डे गिफ्ट आइडिया	१६
किन राशियों के लिए कैसा होगा इस बार वैलेंटाइन डे? ..	१०४

फैशन

मुहब्बत का नूर	३५
----------------------	----

ब्यूटी

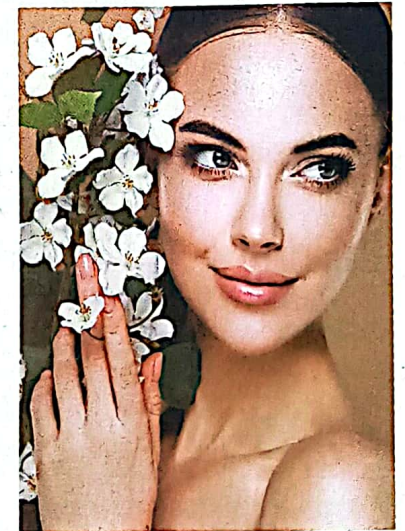
डेली एंड वीकली ब्यूटी प्लान	८३
-----------------------------------	----



३५
मुहब्बत का नूर

८३

डेली एंड वीकली ब्यूटी प्लान



पीआरबी अधिनियम के अंतर्गत लेखों के चयन के लिए संपादक उत्तरदायी.

'मेरी सहेली' में पूर्णतया मौलिक, अप्रकाशित लेखों को ही कॉपीराइट बेस पर स्वीकार किया जाता है. किसी भी बेनाम लेख/योगदान पर हमारी कोई ज़िम्मेदारी नहीं होगी. जब तक कि खासतौर से कोई निर्देश न दिया गया हो, सभी फोटोग्राफ्स केवल रेखांकित उद्देश्य से ही इस्तेमाल किए जाते हैं. हालांकि संपादक प्रकाशित विवरण को पूरी तरह से जांच-परख कर ही प्रकाशित करते हैं, फिर भी उसकी शत-प्रतिशत सत्यता की ज़िम्मेदारी उनकी नहीं है. प्रोडक्ट्स, प्रोडक्ट्स से संबंधित जानकारियां, फोटोग्राफ्स, इलेस्ट्रेशन आदि के लिए 'मेरी सहेली' को ज़िम्मेदार नहीं ठहराया जा सकता. सभी कानूनी विवाद मुंबई कोर्ट के अधिकार क्षेत्र में ही सुलझाए जाएंगे.

फीचर राइटर्स/ग्राफिक डिजाइनर्स/लेआउट आर्टिस्ट/वेब डेवलपर/प्रोग्रामर/SEO/SMO अपना रैज्यूमे भेजें: careers@pbcindia.com
info@pbcindia.com • response@pbcindia.com