

अप्रैल 2025

समर डेकोर आइडियाज

आपकी हमदम, आपकी दोस्त

वॉनिता

मूल्य ₹ 70

Fit Forever

फैट बर्निंग
एक्सरसाइज

हेल्दी
ड्रिंक्स

दुबलापन
मैनेज करें

सस्टेनेबल
वेटलॉस

प्रोटीन है
सबके लिए

हर्बल स्किन
ट्रीटमेंट

स्ट्रेस का ना
लें स्ट्रेस

Vanita
175



वनिता

विविध

समर डेकोर आइडियाज.....	34
कौन सा नमक सबसे बेहतर.....	42
डाइट में शामिल करें साबुत अनाज.....	43
क्यों रामबाण है इसबगोल.....	47
ताजगी और सुकून भरी ब्यूटीफुल बालकनी.....	58
सुकून भरी नींद ऊर्जा भरा दिन.....	66
परंपरा, आस्था और तर्क.....	67
क्यों होते हैं बच्चे हाइपर एक्टिव.....	76
साक्षात्कार : कामाक्षी और विशाला.....	78
ऐसे कराएं मैटरनिटी शूट.....	83
आप नकली पत्नीर तो नहीं खा रहे हैं.....	90
जब पति अचानक प्यार जताए.....	100
गहने कैसे चमकाएं.....	102

कहानी

मोहिनी, मीरा या कृष्णप्रिया (आभा श्रीवास्तव).....	36
आधी तसवीर (ललन प्रसाद सिंह).....	60
सर्द रातों के बाद निकली धूप/प्रथम किस्त (कुंकुम चतुर्वेदी).....	94
दददा ऑफ हो गए/हास्य-व्यंग्य (गोपाल सिन्हा).....	104

व्यंजन

हेल्दी एंड टेस्टी पीनट बटर.....	48
ट्रिक्स फॉर वेटलॉस.....	68

फैशन

नयी अदाएं अनछुई.....	52
समर्स आर फन.....	84

फिल्म

साक्षात्कार : रकुल प्रीत सिंह.....	106
फिल्मी ड्रगड्रगी.....	108

कवर मॉडल : रकुल प्रीत सिंह



व्यंजन

68

100
दांपत्य

स्थायी स्तंभ

संपादकीय.....	8
आपके खत.....	9
मन की उलझन.....	12
काम की बातें.....	14
आई लव माई फैमिली.....	16
वनिता पॉजिटिव.....	17
सेल्फ हेल्प.....	26
स्त्री स्वास्थ्य.....	75
3 Q&A.....	89
क्विज टाइम.....	91
शॉपिंग मॉल.....	111
आपका भविष्यफल.....	112
हाउस नं. 36.....	114

