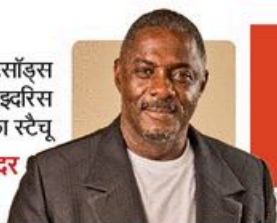


मैडम टुसॉइस
में लगा इंदरिस
एल्बा का स्टैचू
देखें अंदर



नवभारत टाइम्स
DelhiTimes
OF INDIA
masala mix

SUNDAY, DECEMBER 21, 2025
ADVERTORIAL, ENTERTAINMENT,
PROMOTIONAL FEATURE



डायपर बदलने
में अब माहिर हो
गया हूं: विकी
देखें अंदर



AU REAL ESTATE

..... Now in

**GREATER NOIDA WEST,
NEAR D-MART**

OWN A SLICE OF LUXURY

3BHK APARTMENTS STARTS

.....@.....

INR 7979 / SqFt*

Corporate Office

A001, World Trade Centre, Nauroji Nagar, Ring road, New Delhi -110029

RESIDENCES | COMMERCIAL | ADVISORY | JOINT VENTURES | SERVICES

Connect with us info@aurealestate.in | aurealestate.in | [instagram.com/aurealestategroup/](https://www.instagram.com/aurealestategroup/)

DISCLAIMER: ASPIRE LEISURE VALLEY IS HONOURABLE SUPREME COURT MONITORED HOUSING PROJECT UNDER THE ASPIRE INITIATIVE.
AU REAL ESTATE HAS ACQUIRED CHANNEL PARTNER RIGHTS OF TOWER T1 AND T2 IN THIS PROJECT.



दीन दयाल जू
आवास योजना

DDJAY 3BHK Floors

Sector 02, South of Gurugram, Sohna

Registration Amount is Fully Refundable to Non Allotees



सरकारी कर्मचारियों एवं महिलाओं के लिए
33% प्राथमिकता उपलब्ध है। फ्लोर तुरंत
पंजीकरण हेतु उपलब्ध।



DDJAY 3BHK Floors from just ₹1.59 Cr.

**TODAY is the
Last Date of Registration**

REGISTRATION AMOUNT

₹49,000

Floor Specification

- Sleek & Luxurious Anti Slip Tiles
- Grade A Bathroom Fittings
- Built-in Wardrobes
- Earthquake Resistance Structure
- Top End Split Air Conditioning
- Modular Kitchen & Granite Tops
- Stylish False Ceiling in Living Area
- Power Backup

LOCATION ADVANTAGES

- GD Goenka University / KR Manglam University - 2 MIN
- DMIC - 5 MIN
- IGI Airport - 35 MIN
- KMP Expressway - 10 MIN
- Medanta Hospital /
- Artemis Hospital - 20 MIN



For Registration: www.haryanadeendayalfloors.org

Developer: N. S. BUILDTECH PRIVATE LIMITED
Location: Sector-2, Sohna, HARYANA
PROJECT NAME : AVANI SIGNATURE FLOORS

Bank Loan Approved

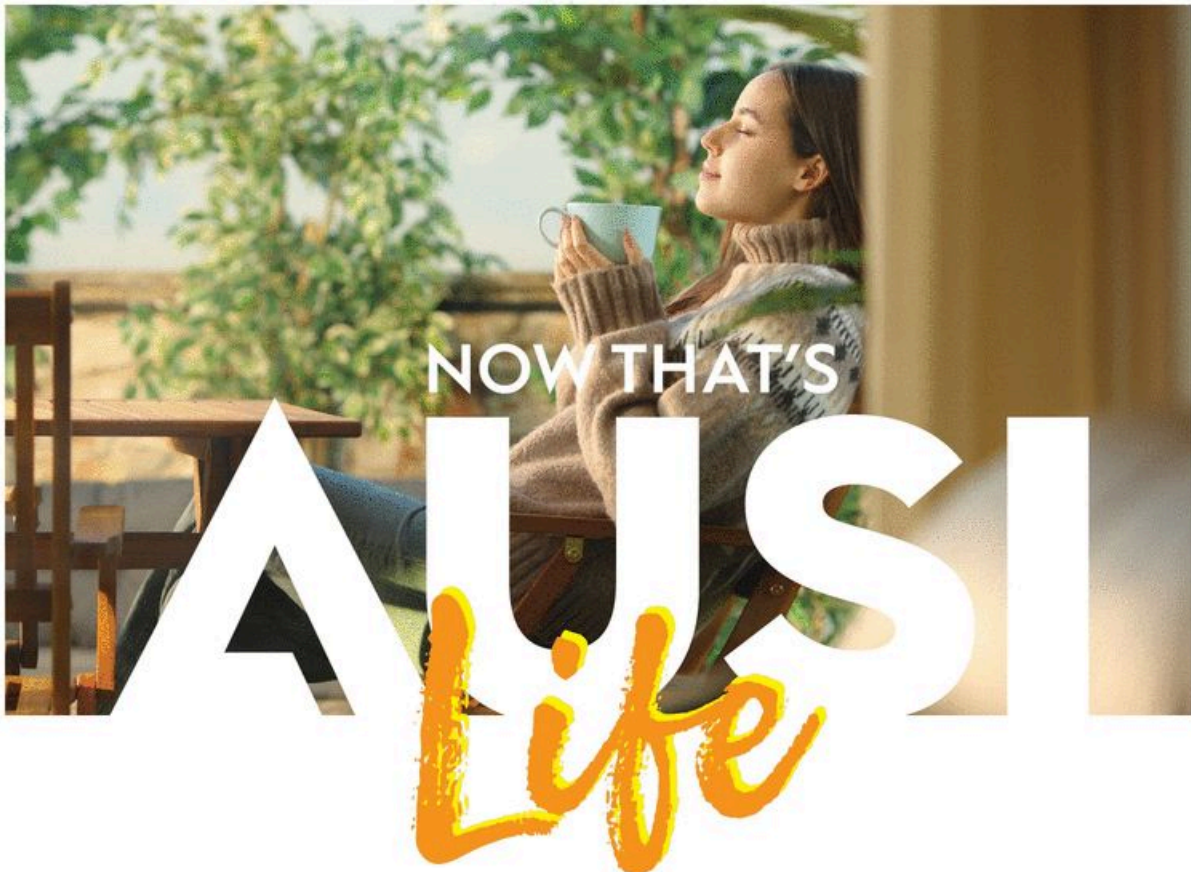


Helpline No.

8447908000



WHERE THE CITY STEPS BACK AND
LUXURY LIVING STEPS FORWARD



ASPIRE LEISURE VALLEY, GREATER NOIDA WEST

A thoughtfully balanced ecosystem of luxury, calm and connection.

AUSI Life brings together aqua retreats, landscaped greens, wellness and thoughtfully designed spaces to create a rhythm that restores your body, mind and soul. Every space is intentional. Every moment, unhurried. Experience luxury that lives with you, every day.

Book your AUSI Life home now!

3BHK APARTMENTS STARTS

..... @

INR 1.75 CR*



AQUA ZONES



UNDERCROFT AREAS



SPORTS ZONES



INTERACTIVE ZONES

Swimming Pool | Kids Pool | Deck | Floating Cabana | Jacuzzi | Fountain | Gazebo | Yoga & Zumba | Co-working Spaces | Open Air Gym | Ladies Corner | Library | Multipurpose room | Senior Citizen | Community Cooking Area | Meditation Area | Badminton Court | Basketball Court | Billiards | Box Cricket | Jogging Track | Lawn Tennis | Skating Rink | Table Tennis | Volleyball Court | Kids Play Area | Toddler's Development & Play Area | Mound & Sculpture Area | Adventures Play Area | Birds & Butterfly Garden | Central Green | Flower Garden | Herbs Garden | Lily Pond | Manicured Landscape | Nature walk | Palm Court | Reflexology Garden | Theme Garden | Urban Garden | Banquet Lawn | Amphitheater | Maze Runner | Pergola | Pets Park

सुंदरता के लिए
युवाओं में ब्लड
लिप्स का ट्रेंड
देखें अंदर



DelhiTimes

masala mix

SUNDAY, DECEMBER 21, 2025
ADVERTORIAL, ENTERTAINMENT,
PROMOTIONAL FEATURE



क्रिसमस पर
देसी जायका, पर
विदेशी अंदाज
देखें अंदर

MAHA BACHAT OFFER

250g Chai worth ₹ 85/-*

के साथ
FREE 35g JEERA worth ₹ 20/-*

Normal pack also available

इतिहास, जासूसी और मोहब्बत की दुकान चली!

2025 में देखिए ने नए जॉनर की फिल्मों को पसंद किया। इतिहास, स्पॉई, रोमांस व एनिमेशन फिल्मों ने कमाल किया

₹600 करोड़ छावा (ऐतिहासिक)

सा ल 2025 में बॉलिवुड में दर्शकों की पसंद काजी बदली-बदली नजर आई। जिको कोशल की ऐतिहासिक जॉनर की फिल्म छावा ने साल की सबसे ज्यादा कमाई करने वाली फिल्म का खिताब अपने नाम किया, तो जासूसी जॉनर की फिल्म धुरंधर कैस के बीच लड़ाई। रोमांटिक जॉनर की फिल्म सीबा ने जेन 2 को ठोका बना दिया। जबकि एनिमेशन जॉनर की महावत नरसिंहा ने कामबोरी की नई इबारत लिख दी। नी हा, इस साल दर्शकों ने बॉलिवुड के परंपरागत हिट मने खले कोमेटी, होर कोमेटी और सस्पेंस थ्रिलर की बजाय नए जॉनर को पसंद किया। केशक दर्शकों को इस बदली पसंद का असर अपने खले डिजो में भी दिखाई देगा।

सीवतल की कबार से बोर हुए दर्शक

खेले सालो पर नजर डालें, तो सीवतल और फिल्म जूनियर्स को बॉलिवुड में सफलता का नया फॉर्मूला माना जा रहा था। लेकिन इस बार सीवतल फिल्में को दर्शकों ने उतना पसंद नहीं किया। यही वजह है कि सुरुआत फिल्में की सीवतल फिल्में वॉर 2, हाउसफुल 5, सितारे नमीन पर, रेड 2 और बाबा डम्मी के मुताबिक जेवतल प्रदर्शन नहीं कर पाई।

2025 REWIND

CONTINUED ON P. 3

₹503 करोड़ धुरंधर (जासूसी)

₹337 करोड़ सीबा (रोमांस)

मैडम टुसॉड्स में इदरिस का स्टैचू

वैस स्टैचू

लंदन के मैडम टुसॉड्स म्यूजियम में इदरिस एल्बा का वैस स्टैचू लगाया गया है, जिसको देखकर खुद इदरिस भी बाकी खुश नजर आए। इस मौके पर इदरिस ने स्टैचू के साथ फोटो भी खिंचवाई। उन्होंने सोशल मीडिया लिखा, 'मेरा सचमुच पुरा हो गया।'

Buzzstop

बी प्राक के घर लौटीं खुशियां, भारती बनीं मां

बी प्राक एक बार फिर से पापा बने हैं, उनकी पत्नी मीरा बचन को एक बेटा हुआ है। बी प्राक ने सोशल मीडिया पर इस खुशी को जाहिर करते हुए लिखा है कि राधेश्याम की दिव्य कृपा से, हमें 1 दिसंबर, को एक बेटे का आशीर्वाद प्राप्त हुआ है। वहीं भारती सिंह भी दूसरी बार मां बनी हैं और उन्होंने बेटे को जन्म दिया।

Simco Swift LUXURY

PERFUMES & DEODORANT

OxyVeda

BODY LOTION
FACE WASH

"Rukawat ke liye khed hai... Kyunki hamaare pass Ved hai"

For enquires contact : 011-4262 8263 (MO) + 91 82509 14954
Email : sales.simco@gmail.com

"Simco Oxyveda. The Vedic Beauty."

SUNDAY QUIZ HUNT

हाल ही में कौन सी भारतीय कॉमिडियन ने अपने दूसरे बेटे को जन्म दिया है?

इस सवाल का जवाब खाली में ही छिपा है। जवाब ढूँढकर हमें अपने नाम के साथ भेजें। सही जवाब देने के लिए QR कोड को स्कैन करें या 9220747220 पर वॉट्सएप करें। आप अपने जवाब delhiresponse@timesofindia.com पर ईमेल भी कर सकते हैं। सप्ताह में सिर्फ एक Kid

पिछला सवाल : किस ऐक्ट्रेस ने बच्चों के लिए सोशल मीडिया बैन करने की मांग की ? जवाब है : शिल्पा शेट्टी। सही जवाब देने वाले पाठक हैं : सोनाली पटवारी, श्वेता जैन, कैलाश, शतनु, नदिनी, दीपक कुमार गुप्ता, मनीष बंसल और पाखी।



₹182

करोड़

महाभारत नरसिम्हा

(एनिमेशन)

नए जॉनर ने किया कमाल

एनिमेशन फिल्मों के मामले में अभी तक भारत में होलिवुड फिल्मों का ही बोलबाला था। बॉक्सऑफ में तो एनिमेशन फिल्मों के आडिडिया को भाव ही नहीं मिला। लेकिन इस साल महाभारत नरसिम्हा ने कमाई का नया इतिहास रच दिया। इससे पहले हिंदी में एनिमेशन फिल्म लाइन किंग ने सबसे ज्यादा कमाई की थी।

CONTINUED FROM • 1

छा गई फिल्म छावा

काफी अरसे बाद किसी ऐतिहासिक फिल्म ने बॉक्स ऑफिस पर ज़ोरदार कामवाबी हासिल की। कोविड से पहले ऐतिहासिक किस्मों पर बनी अनेक देवगन की तन्हा नौ और रणवीर सिंह व दीपिका पादुकोण की पञ्चजन और बज्रवज्र मल्लाने ने इस जॉनर में कमाल किया था।

धुरंधर ने किया धमाल

धुरंधर ने जसूसी नॉनर की फिल्मों के लिए मुद्राबद्ध कड़ा कर दिया है। इससे पहले स्पार्ड बुनिवर्स की फिल्म पञ्चन ने ज़ोरदार कामवाबी हासिल की थी। लेकिन उसके बाद टाइगर 3 और बर 2 के अग्रज प्रदर्शन नहीं कर पाए के चलते इस बुनिवर्स की अगली फिल्म एल्फा पोस्टपेन हो गई है।

रोमांटिक हिट सेयारा

रोमांटिक फिल्म हमेशा से बॉक्सऑफ में हिट रही है। लेकिन बीते लंबे अरसे किसी रोमांटिक फिल्म को सुपरहिट की लिस्ट में शामिल नहीं किया गया। अक्षिरी बार ये जगानी है टैक्नी और अक्षिरी 2 जैसी रोमांटिक फिल्में सुपरहिट हुईं थीं। लेकिन इस साल सेयारा ने ज़ोरदार पर रोमांस की फिर जिंदगी कर दिया।

₹124

करोड़

यामा

(हॉरर कॉमिडी)



यामा हॉरर कॉमिडी बुनिवर्स की फिल्म रज़ी के मुकामले काफी कमजोर साबित हुई। हालांकि निर्माताओं ने इसमें थैफिया से लेकर सरकटा तक को शामिल किया, लेकिन अफसोस कि दर्शकों ने इसे नकार दिया।

2025
REWIND

पसंद नहीं आई सीक्वल फिल्में

कोविड के बाद से बॉक्सऑफ में सफलता के नए फार्मूले के दौर सीक्वल फिल्मों का ज़बर्दस्त ट्रेण्ड है। कुछ निर्माता तो इससे भी एक कदम आगे बढ़कर फिल्मों के बुनिवर्स बना रहे हैं। लेकिन इस साल दर्शकों ने सीक्वल या बुनिवर्स फिल्मों को ज्यादा भाव नहीं दिया।

₹178 करोड़

ऐड 2 (थ्रिलर)

अजय देवगन की रेंड की सीक्वल रेंड 2 से प्रथम प्रकाशनी तरह धमाकेदार प्रदर्शन की उम्मीद थी। लेकिन अफसोस कि यह फिल्म यह कमाल नहीं कर पाई। रेंड 2 पर दर्शकों ने इसकी प्रीक्वल रेंड जितना प्यार नहीं लुटाया।

₹160 करोड़

हाउसफुल 5

(कॉमिडी)

सुपरहिट हाउसफुल फ्रेंचाइजी की पांचवी किस्त हाउसफुल 5 को निर्माताओं ने बड़े सितारों के साथ बड़े बजट में बनाया था। साथ ही इसके क्लाइमैक्स भी ठो रहे गए थे। लेकिन अफसोस कि यह टोटका भी काम नहीं आया और बॉक्स ऑफिस पर फिल्म नहीं चली।

₹165 करोड़

सितारे जमीन पर

(ड्रामा)

आमिर खान की सुपरहिट फिल्म तारे जमीन पर की रिप्रिजुअल सीक्वल सितारे जमीन पर से लोगों को ज़बर्दस्त सफलता की उम्मीद थी। लेकिन अफसोस कि इस फिल्म ने भी आमिर को निराश किया और वह बॉक्स ऑफिस में साल 2007 में आई उनकी फिल्म तारे जमीन पर जैसा प्रदर्शन करने में नाकामयाब रही।



₹185 करोड़

वॉर 2 (एक्शन)

स्पार्ड बुनिवर्स की फिल्म वॉर 2 में बॉक्सऑफ सुपरस्टार रितिक रोशन और सैफु सुपरस्टार जूनियर एनटीआर आपने-नामने से, लेकिन कमजोर कहानी के चलते दर्शकों ने इस फिल्म को नकार दिया। इससे पहले फिल्म वॉर को दर्शकों ने काफी पसंद किया था।

आर्नल्ड के लिए मोटिवेशन की जगह रूटीन है जरूरी



जिम रोशन के दौरान मेनल करते आर्नल्ड स्वारज़ेनगर

आर्नल्ड स्वारज़ेनगर ने अब लोगों के साथ अपना मोटिवेशन का मंत्र खड़ा किया है। उन्होंने कहा है कि सबसे अग्रिम अग्रिम 'चौक है तो यह है' रूटीन। अपने सोशल मीडिया पर उन्होंने लिखा, 'मुझे रोज़ पूजा जाता है कि मोटिवेट कैसे रहे। उनसे मैं कहना चाहता हूँ कि मोटिवेशन कुछ समय तक ही रहता है। जब आप जोश में होते हैं तो अच्छा लगता है, लेकिन यह बहुत जल्द ही समाप्त हो जाता है। इसके बजाय आपको रोज़ 'चौक है तो यह है' रूटीन शुरू करने हैं, बीच में ही छोड़ देते हैं। उनका जोश खत्म हो जाता है।

रुटीनो अग्रे काम, 'लंबे समय तक चलने वाला आराम' है रूटीन। और रूटीन लंबी बनता है जब आप उन दिनों भी काम करते हैं, जब बिल्कुल मान नहीं होता। बार-बार ऐसा करने से ही आराम बनती है। मुझे पता है यह जगह किसी को पसंद नहीं आता। कदाचित् कोई जादूई टिप होना। लेकिन सच्चाई यही है कि लंबे समय तक सिर्फ आपका रूटीन ही काम करता है। अपने लिए हर दिन हाज़िर होना, चाहे आपका उसके लिए मन करे या न करे। बस जबरदस्ती।

@vickykaushal09

ऐक्टिंग से माहिर डायपर बदलने में हो गया हूँ: विकी

न एन्टरप्राइस बने विकी कौशल इन दिनों अपनी फायरहुड जूनी एंजोय कर रहे हैं। कुछ दिनों पहले ही उनकी पत्नी कटरीना कैफ ने बेटे को जन्म दिया है। अब दिल्ली में एक इन्वेंट के दौरान उन्होंने अपने पिता बनने के अनुभवों को साझा किया। विकी ने कहा कि बेटे को छोड़कर काम पर नज़र मुकिल होता है और वह पहली बार है जब वह मुंबई शहर से दूर है। जब विकी से पूछा गया कि क्या अब उन्होंने 'डायपर बदलना' भी सीखा लिया है, तो उन्होंने जवाब दिया, 'मैं ऐक्टिंग से ज्यादा डायपर बदलने में माहिर हो गया हूँ।'



SHOPPERS STOP SALE

SHOP FROM 500+ PREMIUM BRANDS



YES! SURE! ALBERTO KURT GEINER MICHAEL KORS JUST CAVALLI ALDO
GAS STEVE MADDEN G-STAR TOMMY HILFINGER Colvin Klein Jeans
VERO MODA FOREVER NEW W W ALDO
Visit us at MCF Metropolitan Mall, Saket | Ambience Mall, Vasant Kunj
Sector 30, Rohini | Pitampura Metro Station, Madhuban Chowk, Pitampura
Shop In-store or online at www.shoppersstop.com



TIMES HOLIDAYGUIDE

Spl. New Year Celebration Package

Includes
Live Music, DJ, Gala Dinner,
Drinks On The House

HAPPY New Year 2026

Reservations : 9313002006, 9313502006, 9313202006
email: reservations@thesirmourretreat.com Website: www.thesirmourretreat.com

Sirmour Retreat
Rest. Relax. Rejuvenate.

Spl. New Year Celebration Package

Includes
Live Music, DJ, Gala Dinner,
Drinks On The House

HAPPY New Year 2026

Reservations : 9313002006, 9313502006, 9313202006
email: reservations@thesirmourretreat.com Website: www.thesirmourretreat.com

क्रिसमस पर परोसें देसी जायका, अंदाज़ हो विदेशी

विदेशी डिशोज को परोएँ भारतीय अंदाज में

कई शोक करते हैं कि विदेशी बिजुग का इस अंशाल में परोसा जा सकता है कि वह देशी लंगे और क्रिसमस बाइबे भी नहीं रत। फुड कान्टेट क्रिएटर लिविंगी विधिवालया कलती है, भारत में फुड कान्टेट आउटर में जो लक्ष्मीरों पर परोसने के लिए प्रयत्न हैं। गीते अजल (फ्लैटिडर) सरका। अजल उल्लालय है नवीन दिनस बाइबे नुसल लोस है और ने मंगलमन व मीसेलीनो तरत जो किशक के विषय वेतरातरी मेसल कलती है। 'फुड अल्ला कलती है, क्रिसमस पर इडलीन क्रिश्चन लंग मने में धेवी की जा सकती है। जैसे कलती हवली, अजल और काली फिरी के साथ पूरा गोमी रोस कलती और ऊपर से हाइ की लुसल लुसल या गीतले वलस या नारिलस के दल से बनी कलती जो बिना अदरी के भी अजल देरल कलती है।

भूति पाणिकर

चा रो और लाल, हरे और सुनहरे रंग से सजावट नज़र आ रही है, अग्निर किसमस ले आ गया है। अगर आप इस मक़ी पर घर पर एक स्ट्राइपिंग, टेस्टी और मजेदार पार्टी रखने की सोच रहे हैं, तो इसे सिंपल बनाने के बजाय ऐसी होस्ट करें कि इसमें ग्लोबल टच तो नज़र आए, साथ ही यह टेबो भी लगे।

शेक अरुण घिनव कहती है, 'क्रिसमस पर अपने टेस्टी डिशेज ऐसे तैयार करें जो लेबल क्रिसमस ट्रिडिशन से प्रेरित हो जैसे कि गरम मसालों के साथ धीमी आंच पर रूखा फकाया फ्रिड इंडो यूरोपियन स्वाद का टच है। जब इन चीजों का फ्यूजन बनता है, तो डिनर टेबल क्रिसमस के लिए तैयार तो लगती है, मगर इसका इन्टी स्टाइल भी कायम रहता है।'

मैंने एक बार साधारण चुकंदर पोरियल को गजरे के आकार में सजाया था। स्वाद वही रहा, लेकिन दिखने में बिल्कुल बदल गया जो परफेक्ट लग रहा था। — शेफ अरुण विजय

देसी डिश को ऐसे परोएँ

- बाज़र और काले तिल को टार्टलेट्स: एक ऐसी गर्म और भूनी हुई डिश जिसमें सर्दियों के तिलखियाँ भरी होती हैं। यह दिखाता है कि सर्दियों में बाज़ार कितना महत्वपूर्ण है और डिनर टेबल को भी अलग लुक देता है।
 - आंवला और हरी मिर्च की चटनी: आंवला खाने में ताज़गी लाता है। इसे मिलेटे क्रैकल के साथ परोसा जाए तो यह हल्का और रंगीन स्टार्टर बन जाता है।
 - गाजी हल्दी और काला रीस्ट: यही से बनी रीस्ट गोभी: यह व्योहरों के लिए एक खास डिश है, जिसे ताजी हल्दी, अदरक और नीरियस वही में मैरिनेट करके धीनी आंच पर रोटी बनाया जाता है।
 - बेबड भरवा लौक: नरम लौक में हरी सब्जियाँ, मेवे, मटर और मसाले भरकर बेक किया जाता है। देखने में शानदार और स्वाद में बेहतरीन लगती है।
 - लाल गाजर और आंवले का सलाद: हल्कसी भूनी गाजर को कटे आंवले और भूनी मूंगफली मूंगफली के साथ परोसे।
- 

अगर आप वीगन किसमस मील प्लान कर रहे हैं, तो डिरोज को टेक्सचर पर ध्यान दें ताकि यह सभी तरह के छाने वाले को पसंद आए। इसके साथ पुराने फैशन वाली कोल्ड कॉफी, गरम मसाला हॉट चॉकलेट, कोकम सिट्रस जैसी पीने वाली चीजें भी परोसें।

डॉ. शेफ. इशिज्योत सूर्यी

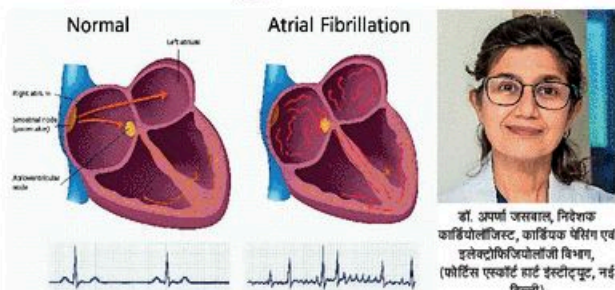
अपनी क्रिसमस टेबल को बनाएं रंगीन

लाल रंग के लिए: चुकंदर, लाल गाजर, अनार, स्ट्रॉबेरी, सूखे गुलाब

हरे रंग के लिए: मेथी का तेल, धनिया तेल, भनी हड़ सर्दियों की हरी सब्जियाँ।

सुनहरे रंग के लिए: रोस्ट किए हुए शकरकंद, भूने हुए मेवे, गुड़ की ग्लेज़ का इस्तेमाल करें।

कहीं बेवजह की थकान दिल की
धड़कनों से ज़ुड़ा खतरा तो नहीं?



आनकल की बिन्दुगी में टेशन और स्ट्रेस बढ़ता जा रहा है और इसका सीधा प्रभाव हमारे दिल पर पड़ता है। हमें लगता है कि दिल की आनकल बढ़ती या घीमी होती धड़कन केवल धक्का की वजह से है। अपने दिल की धड़कन को अन्दरेखा करना निकट भविष्य में हार्ट रिटम की समस्या को उत्पन्न करता है।

क्या होते हैं इसके लक्षण ?

- दिल का अधानक तेज धड़कना
- धड़कना का रुक-रुक कर चलना या फ्लटर महसूस होना
- हल्के काम में भी थकावत और सांस फूलना
- चक्कर, अस्थिरता या धुंधलापन
- सोते समय दिल की गति बदल जाना
- कई बार इसकी वजह 'अफेब्रिल फिब्रिलेशन' (AFib) नाम की एक समस्या होती है। इसमें दिल के ऊपरी हिस्से अपनी सही लय नहीं देते हैं और मजबूत तरह से जल्दी-जल्दी से संकुचित होना लगते हैं, जिससे धड़कन अचानक तेज हो जाती है।

AFib को हल्के में न लें

यह नकरी नहीं है कि AFB₁ में हमेशा मरीन को दर्द हो। असल में दर्द होने पर लोग इसे साधारण मान लेते हैं। दिल जब अविचल होता है तो इससे बृद्धन और भी सम्भावना बढ़ जाती है। इसकी वजह से ही स्ट्रोक और हार्ट फेलियर होते हैं। तनाव, डाइबिटीज, हाई बीपी और स्ट्रोक डम के कारण AFB₁ के मरीन लगातार बढ़ रहे हैं और हॉटबेड में इसकी संख्या ज्यादा है।

कब और कहां जाएं

अगर आपको ये लगता बार-बार दिखता है, तो आप तुरंत किसी इलेक्ट्रोफिजियोलॉजिस्ट या कार्डियोलॉजिस्ट से जरूर मिलें। वे दिल की लय का सही मूल्यांकन कर सकते हैं। दिल की धड़कन की साईं से जांच करने पर ही परेशानी का सही से पता चल सकता है। इसी लिए आपको कुछ जांच करनी पड़ती है। इनमें कुछ टेस्ट ऐसे हैं जिन

आपको समस्या को जानने में मदद करते हैं जैसे:

- ECG - दिल की लय का श्रेष्ठिक परीक्षण
 - होल्टर मॉनिटरिंग - 24 घंटे तक धड़कन की रिकॉर्डिंग
 - इकोकार्डियोग्राफी - दिल की बनावट और कार्यशीलता का
- ## 3D एक्लोजन: लंबे समय के लिए

एक महोत्सवंद इलाज

- 3D मैपिंग - गूगलैड कैपेटर एन्जेशन

इलाज करना सबसे आसान हो गया है। इसमें EP विशेषज्ञ दिल के भीतर की विद्युत गतिविधि का 3D नक्शा बनाते हैं, जिसकी मदद से इलाज करना संभव हो जाता है।

प्रक्रिया के खास फायदे है जैसे:

- कट या टर्कि नहीं लगते
- जोखिम बेहद कम
- कई मरीजों में लंबे समय तक सामान्य धड़कन बनी रहते
- दवाओं पर निर्भरता घटती है
- रिकवरी आमतौर पर तेज होती है

ये उपाय आंग्रे का लक्ष

- विषमिमत हलका-पुलका व्याचाम
 - नमक, कैसीन और तैयकू को रमिमित प्रयोग
 - पयौत नौद
 - तनाव विमंत्रण करने को विषमिमत एडिस्टिटी करे
 - हार्ड रिडम को साल मे एक बार नौच
- अरुम बात यह है कि फिल हमारे साथ जिंदगी की बागरी हमारा साथ देता है लेकिन अरुम दिल की धड़कन मे शेड्यूल बाटलन होता है तो हमे भी उस पर ध्यान देना आवश्यक है

डिस्कलेमर: इस लेख में दिए गए विचार, सुझाव और चित्र पूरी तरह से एक्सपर्ट की जिम्मेदारी हैं।

वर्ल्ड लिप आपके लुक
में लगा देगा चार चांद



कई सीजन तक हाई-शूजन मलिया और शोरी नेमी चमकदार पिनबल का दबाकर खने के बाद अब बूटी टैटो एक मोस्ट और नेचुरल अंदाज की और बड़ बड़ा है। इसमें मैं सामने आया बूटी लिप टैटो एक कूल-गर्ल लुक, जो चुपचाप सामने मीडिया फीस पर छा रहा है। यह लुक एक मोस्ट-मोकसा, मेन-टेड डिजिटल से एक जगह नेता है जो बिना शरत लाइफ्स या हेवी डिजिटल के लिए लिप का जो बेहतर बनाता है।

इसमें आपके लिए और अधिक लुक जो मैं खुश करने है।

ब्लर्ड लिफ्ट का खालीपन भी है सन्दर्भ

मक टैंक ऑनलाइन तेजी से लोकप्रिय हुआ है। कॉन्टेंट डिस्ट्रिब्यूशन और प्रोफेशनल मेकअप ऑनस्ट्रिड कल्के सिंप स्ट्रेमिंग, स्क्रिप्ट बाय और सांप्रत में फॉर्मलाज की मदद से इस बुक को अपना रहे हैं। सटीक सिंप लाइनर या जववा अपनी हुई दिखाने की जगह, कर्बों सिंप आकर्षण को खुबसूरती मानते हैं। इसमें कोकस 'विटान' ड्रैफ्ट पर रहता है। जो लुक को नेचुरल, रोमांटिक और स्टायलिश बनाता है।



जेन आँस्टेन के 250 साल परे होने का जश्न मनाया



इस खल नेन आंदोलन के जन्म को 250वीं सालगिरह मनाई गई, जिसे तुलुचा मर मेविनिन काफ़ूकोकी जेनरॉ येनेनेने लिखा गया। हाल ही में उनके क्रांतिकारी जन्म होम टाउन चॉटन में इकठ्ठा हुए, जहाँ नेन आंदोलन हासम मे 16 सितंबर 1775 को उनके जन्म को मनाई। मे खाइएट हुए, मिक्कानन रोशन और कई प्रेसोसम हुए। इस पार्टी को अब मिक्कानन का रूस 2 दिया गया है। यह वही स्थान है, जहाँ आंदोलन अपने आंदोलन के दिनांक पर और प्रखर एंड रेजिडेंट और सैस एंड सैसिफिटीरी नेने प्रिंस 6 मीलीन लिखे थे।



लिंगसे स्नेहान
ने अपने
लिप्स को
अलग लुक
देने वाले ब्लैंड
मेकअप से
वैसेंस किया

लुक परफेक्ट बनाने के टिप्स

हाइड्रेंट तिलिय से गुरुजाल करें: पहले हल्का-सा तिलिय बाग लगाएं, फिर एकदरा बाग को ब्रॉट कर दें, ताकि शिथिला फिसलन भरी न लगे।

वेज तिलिय ताइनट से बर्ब: अगर तिलिय लाइनर इस्तेमाल करें भी, तो तिलिय के रंग के करीब वाला धुन और उते धीरे से अंदर की ओर स्मज करें।

हथकड़ी को बीच से लगाएँ: लिपस्टिक या वाम को होंठों के बीच में थपथपाएँ और अंगुली की मदद से फिनारों की ओर हलका फैला दें।



Value & Variety

5000+ Styles

285+ STORES

SEASON-READY FASHION FOR THE WHOLE FAMILY



WINTER
JUST GOT
Stylish

16
STORES IN
DELHI NCR

*T&C APPLY

Starts@

₹149

ONWARDS

Starts@

₹149

ONWARDS

Starts@

₹149

ONWARDS

Starts@

₹99

ONWARDS

KIDS' WEAR

MEN'S WEAR

LADIES' WEAR

LIFE STYLE

DELHI/NCR : BHAJANPURA : F-397, MAIN WAZIRABAD ROAD, BHAJANPURA || BHANGEL : OPPOSITE SALARPUR GATE, MAIN DADRI ROAD, RC MARKET, NEAR CANARA BANK || BURARI: KHASRA NO. 863/1, EXTENDED LAL DORA OF VILLAGE BURARI || FARIDABAD: NIT 1, MAIN MARKET STREET, BLOCK C, GREENFIELDS COLONY || GHAZIABAD: NEAR TIGRI GOL CHAKKAR, TAJ HIGHWAY, WESTERN GATE, TIGRI || GREATER NOIDA: OMAXE CONNAUGHT PLACE MALL, LGF, BETA-II || GURGAON: PLOT NO. 15/77, ANAMIKA ENCLAVE, NEAR CHOUDHARY TVS, OLD DELHI ROAD, SECTOR 14 || INDRAPURI LONI: A/18, NEAR POLICE CHOWKI || KANJHAWALA: POOTH KALAN, MAIN KANJHAWALA ROAD, IN FRONT OF BRAHM SHAKTI HOSPITAL || KAPASHERA: KAPASHERA VILLAGE, OPPOSITE FUN N FOOD VILLAGE || KIRARI: MUBARAKPUR MAIN ROAD, PREM NAGAR, KIRARI, NEAR POLICE STATION || MAHAVIR ENCLAVE: MAHAVIR ENCLAVE, DABRI-PALAM ROAD || NAJAFGARH: ROSHAN PURA EXTENSION, NEAR BATA SHOWROOM, NAJAFGARH || NARELA: GAUTAM COLONY, MAIN ROAD, SAFIYABAD, FRONT OLD PANI TANKI, NEAR MAHINDRA SHOWROOM || RANI BAGH: HOUSE NO. 880/804, ARYA SAMAJ ROAD, MAIN MARKET, RANI BAGH || VASANT KUNJ: PRAKASH HOUSE, IN FRONT OF INDIAN OVERSEAS BANK, NEAR SMALL RED LIGHT, VASANT KUNJ ROAD |

ALSO AVAILABLE AT: DELHI, BIHAR, HARYANA, JHARKHAND, UTTAR PRADESH, HIMACHAL PRADESH, KARNATAKA, ODISHA, TRIPURA, ANDRA PRADESH, CHATTISGARH, KARNATAKA, MAHARASTRA, PUNJAB, RAJASTHAN, ARUNACHAL PRADESH, UTTARAKHAND, ASSAM, MADHYA PRADESH, JAMMU & KASHMIR, TELANGANA, WEST BENGAL & GOA

*TERMS & CONDITIONS APPLY: OFFER VALID TILL STOCKS LAST. PRICES & OFFERS ARE SUBJECT TO CHANGE AND CAN BE WITHDRAWN WITHOUT PRIOR NOTICE. QUANTITY RESTRICTIONS APPLY. PRODUCT PICTURES ARE INDICATIVE OF THE OFFERS ONLY AND MAY NOT MATCH WITH THE ACTUAL PRODUCTS. OFFERS FOR RETAIL CUSTOMERS ONLY. OFFERS MAY VARY AS PER LOCATION. IN CASE OF ANY DISPUTE V2 RESERVES THE RIGHT TO TAKE THE FINAL DECISION. ALL MAJOR CREDIT CARDS ARE ACCEPTED.

www.v2retail.com

Follow Us On f @ t i

support@v2kart.com

+91 8130 907 705

NOTE :-

[: राजस्थान पत्रिका , दैनिक जागरण delhi, नवभारत टाइम्स delhi, अमर उजाला delhi, हिन्दुस्तान delhi, Pioneer hindi delhi, जनसत्ता delhi,]

English NEWSPAPERS

[Times Of India delhi, Indian Express delhi, The Hindu delhi, Financial Express delhi, economic times delhi , the Pioneer english delhi , the tribune delhi] ETC.

We are providing all news paper pdf hindi and English want to read daily newspapers by pdf please msg me on telegram

2. आकाशवाणी (AUDIO)

whatsapp Group ka link pane ke liye
Newspaper_pdf_bot par jaye.

Click here to contact:- https://t.me/Newspaper_pdf_bot

Or type in Search box of Telegram

@Newspaper_pdf_bot And you will find a channel

BACKUP GROUP LINK

<https://t.me/joinchat/5P9EL1JaQoYzNTI1>

Hindi-English News Paper

Website:- onlineftp.in