



Norwegian Embassy
Islamabad



© TVET SSP

ہیئر اینڈ بیوٹی سروس

ٹیچنگ اینڈ لرننگ گائیڈ

نیشنل ووکیشنل سرٹیفیکیٹ لیول-2

ورژن-1، جنوری-2019



Implemented by

giz Deutsche Gesellschaft
für Internationale
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Published by

National Vocational and Technical Training Commission
Government of Pakistan

Headquarter

Plot 38, Kirthar Road, Sector H-9/4, Islamabad, Pakistan
www.navttc.org

Authors

Mohni Saif, Director Academics, STEP IADM (Institute of Art Design & Management), Lahore
Ayesha Khurram (Instructor, Punjab TEVTA)
Sana Iqbal (Instructor, Punjab TEVTA)
Sajda Perveen (Instructor, PVTC)
Nagina Arooj (Instructor, PVTC)
Sumaira Ranjha (Beautician, Shin Beauty Saloon)
Farha Javed (Beauty Therapy and Hair Dressing Expert, Hunar Foundation)
Ayesha Aslam (Academic Manager, Step)
Saira Samad Khan (CEO, AIMS Beauty Network)

Responsible

Director General Skills Standard and Curricula, National Vocational and Technical Training Commission
National Deputy Head, TVET Sector Support Programme, Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Layout & design

SAP Communications

Photo Credits

TVET Sector Support Programme

URL links

Responsibility for the content of external websites linked in this publication always lies with their respective publishers. TVET Sector Support Programme expressly dissociates itself from such content.

This document has been produced with the technical assistance of the TVET Sector Support Programme, which is funded by the European Union, the Federal Republic of Germany and the Royal Norwegian Embassy and has been commissioned by the German Federal Ministry for Economic Cooperation and Development (BMZ). The Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH in close collaboration with the National Vocational and Technical Training Commission (NAVTTTC) as well as provincial Technical Education and Vocational Training Authorities (TEVTAs), Punjab Vocational Training Council (PVTC), Qualification Awarding Bodies (QABs) and private sector organizations.

Document Version

January, 2019
Islamabad, Pakistan

ہمیں آئندہ بیوی سروس

ٹیچنگ اینڈ لرننگ گائیڈ

نیشنل ووکیشنل سرٹیفیکیٹ لیول-2

ورژن-1، جنوری-2019

تعارف

بیوٹیشن کے لیے ضروری ہے کہ وہ بیوٹی کیری انڈسٹری میں استعمال ہونے والی مصنوعات و طریقوں اور اپنی ذمہ داریوں کے بارے میں آگاہ ہوتا کہ وہ کلائنٹ کو بہتر طریقے سے سروس مہیا کر سکے۔ کلائنٹ کی ضرورت کو مد نظر رکھنا اور اسے بہتر سروس مہیا کرنے کے لیے بیوٹیشن کو بازار میں پائی جانے والی مختلف اقسام کی مصنوعات استعمال کرنا ہوتی ہیں جس کے لیے مناسب علم اور ہنر کا ہونا بہت ضروری ہے۔ اس امر کو مد نظر رکھتے ہوئے نیشنل ووکیشنل اینڈ ٹیکنیکل ٹریننگ کمیشن (نیوٹک) نے نیشنل ووکیشنل سرٹیفیکیٹ لیول 2 بیوٹیشن کے عنوان سے ایک تربیتی کورس تشکیل دیا ہے۔ اس کورس کو بیوٹی کیری انڈسٹری اور اس سے وابستہ افراد کے تعاون سے تیار منظور کیا گیا ہے تاکہ ٹرینی اس کورس کو مکمل کرنے کے بعد اس قابل ہو جائے کہ وہ ایسی مہارتوں کو سیکھ لے جو کہ موجودہ دور میں اس پیشہ اور انڈسٹری کی ضروریات کے عین مطابق ہوں۔

اس تدریسی و تربیتی مواد کو بیوٹی کیری انڈسٹری کے متعین کردہ پیشہ ورانہ سینڈرز اور نصاب کے عین مطابق تیار کیا گیا ہے۔ یہ کورس 80 کریڈٹس پر مشتمل ہے اور اس کے 11 ماڈیول ہیں جن کی تفصیل درج ذیل ہے:

کام کرنے کی جگہ پر پیشہ ورانہ صحت و صفائی کے عوامل کے اطلاق	ماڈیول نمبر 1:
پیشہ ورانہ صلاحیتیں	ماڈیول نمبر 2:
بنیادی ہئیر اسٹائلنگ	ماڈیول نمبر 3:
غیر ضروری بالوں کو ختم کرنا (خواتین / مرد)	ماڈیول نمبر 4:
بنیادی ہئیر ٹریٹمنٹس سرانجام دینا	ماڈیول نمبر 5:
بنیادی فیشنل سرانجام دینا (خواتین / مرد)	ماڈیول نمبر 6:
بنیادی میک اپ کرنا (خواتین / مرد)	ماڈیول نمبر 7:
مینی کیور اور پیڈی کیور سرانجام دینا	ماڈیول نمبر 8:
مساج تھراپی سرانجام دینا (خواتین / مرد)	ماڈیول نمبر 9:
حنا / مہندی لگانا (خواتین)	ماڈیول نمبر 10:
ہئیر کٹ انجام دیں (مردوں کے لیے)	ماڈیول نمبر 11:

یہ تدریسی و تربیتی مواد آپ کو اس کورس میں فراہم کردہ مہارتوں کو سیکھنے کے لیے مدد فراہم کرے گا اور سیکھنے کے عمل کو آسان بنائے گا ہر ماڈیول کے آغاز میں تدریسی نتائج دیے گئے ہیں جو اس بات کا عیادہ کرتے ہیں اس ماڈیول کے اختتام پر آپ ان فنی مہارتوں کا عملی مظاہر کرنے کے قابل ہو جائیں گے ہر ماڈیول کے اختتام پر سوالات و جوابات کو خود ٹیسٹ کرنے کے لیے ایک سوال نامہ دیا گیا ہے جس سے آپ خود کو ٹیسٹ کر پائیں گے نیز یہ آپ کو ہمتی امتحان کی تیاری میں بھی مدد فراہم کرے گا۔

فہرست

ماڈیول 1		
صفحہ نمبر	عنوان	یونٹ نمبر
1	کام کرنے کی جگہ پر پیشہ ورانہ صحت و صفائی کے عوامل کا اطلاق	
2	کام کی جگہ کے خطرات کی شناخت	1
4	عملی سرگرمی	
5	پیشہ ورانہ صحت و صفائی کی احتیاطی تدابیر کی تفصیل	2
8	عملی سرگرمی	
9	ذاتی حفاظتی اور حفاظتی سامان کا اطلاق	3
10	عملی سرگرمی	
10	ماڈیول کا خلاصہ	
10	سوالات و جوابات	
11	خود کو آزمائیں	
12	درست جوابات	

ماڈیول 2		
صفحہ نمبر	عنوان	یونٹ نمبر
13	پیشہ ورانہ صلاحیتیں	
14	کلائنٹ/مہمانوں کا استقبال کرنا	1
15	عملی سرگرمی	
16	سیلون کی سروسز مصنوعات اور قیمتوں کی مارکیٹ کرنا	2
23	عملی سرگرمی	
24	جدید بیوٹی ٹرینڈس کے علم کے لئے ٹریننگ، ورکشاپس اور سیمینارز میں شرکت کرنا	3
25	عملی سرگرمی	
26	دوسرے سیلونز اور ماہرین کے ساتھ رابطہ کرنا	4
26	عملی سرگرمی	
27	ماڈیول کا خلاصہ	
27	سوالات و جوابات	
28	خود کو آزمائیں	
29	درست جوابات	

30		بنيادی ہيئر اسٹائنگ	ماڈيول 3
صفحہ نمبر	عنوان	پينٹ نمبر	
31	خود کو، کلائنٹ اور کام کی جگہ کو ہيئر اسٹائنگ کے لئے تيار کرنا	1	
34	عملي سرگري		
35	مقررہ معيار کے مطابق بالوں کا جائزہ، شيمپو اور کنڈيشننگ کرنا	2	
37	عملي سرگري		
39	بلوڈ رائنگ سرانجام دينا	3	
41	عملي سرگري		
42	عارضی طور پر بالوں کو سیدھا کرنا	4	
43	عملي سرگري		
44	عارضی طور پر بالوں کو کرل کرنا	5	
46	عملي سرگري		
47	مختلف قسم کی چھيا بنانا	6	
49	عملي سرگري		
50	ماڈيول کا خلاصہ		
50	سوالات و جوابات		
51	خود کو آزمائیں		
52	درست جوابات		

53		غير ضروری بالوں کو ختم کرنا (خواتين / مرد)	ماڈيول 4
صفحہ نمبر	عنوان	پينٹ نمبر	
54	چہرے کی تھريڈنگ	1	
60	عملي سرگري		
61	مقررہ معيار کے مطابق ويکنگ کرنا	2	
65	عملي سرگري		
66	ماڈيول کا خلاصہ		
66	سوالات و جوابات		
67	خود کو آزمائیں		
68	درست جوابات		

69		ماڈیول 5
بنیادی ہیئر ٹریٹمنٹس سرانجام دینا		
صفحہ نمبر	عنوان	پونٹ نمبر
70	آئکل ہیئر ٹریٹمنٹ سرانجام دینا	1
76	عملی سرگرمی	
77	آکٹیک ہیئر ٹریٹمنٹ سرانجام دینا	2
78	عملی سرگرمی	
79	ماڈیول کا خلاصہ	
79	سوالات و جوابات	
80	خود کو آزمائیں	
81	درست جوابات	

82		ماڈیول 6
بنیادی فیشل سرانجام دینا (خواتین/مرد)		
صفحہ نمبر	عنوان	پونٹ نمبر
83	فیشل کیلئے ورک شیٹیں اور کلائنٹ کی تیاری	1
86	عملی سرگرمی	
87	مقرر کردہ معیار کے مطابق کلیرنگ، ٹوننگ اور موچر ائزنگ سرانجام دینا	2
88	عملی سرگرمی	
89	سکن پالیشر لگانا	3
90	عملی سرگرمی	
91	بنیادی فیشل	4
94	عملی سرگرمی	
95	ہربل فیشل	5
96	عملی سرگرمی	
97	ماڈیول کا خلاصہ	
97	سوالات و جوابات	
98	خود کو آزمائیں	
99	درست جوابات	

100		ماڈیول 7
بنیادی میک اپ کرنا (خواتین/مرد)		
صفحہ نمبر	عنوان	پونٹ نمبر
101	مقرر کردہ معیار کے مطابق میک اپ کے لئے کام کرنے کی جگہ کو تیار کرنا اور میک اپ مصنوعات اور آلات واو زار کو سنبھالنا	1-2
103	عملی سرگرمی	
104	نیچرل میک اپ کرنا	3
108	عملی سرگرمی	
113	ماڈیول کا خلاصہ	
113	سوالات و جوابات	
114	خود کو آزمائیں	
115	درست جوابات	

116		ماڈیول 8
مینی کیور اور پیڈی کیور سرانجام دینا		
صفحہ نمبر	عنوان	پونٹ نمبر
117	مقررہ معیار کے مطابق مینی کیور سرانجام دینا	1
126	عملی سرگرمی	
	مقررہ معیار کے مطابق پیڈی کیور سرانجام دینا	2
128	عملی سرگرمی	
129	ماڈیول کا خلاصہ	
129	سوالات و جوابات	
130	خود کو آزمائیں	
131	درست جوابات	

132		ماڈیول 9
مساج تھراپی سرانجام دینا (خواتین/مرد)		
صفحہ نمبر	عنوان	پونٹ نمبر
133	مقررہ معیار کے مطابق مساج کی مختلف ٹیکنیکس کو سرانجام دینا	1
139	عملی سرگرمی	
139	فل باڈی مساج سرانجام دینا	2
141	عملی سرگرمی	
141	ماڈیول کا خلاصہ	
142	سوالات و جوابات	
142	خود کو آزمائیں	
143	درست جوابات	

144		ماڈیول 10
حنا/مہندی لگانا (خواتین)		
صفحہ نمبر	عنوان	پونٹ نمبر
145	حنا/مہندی کے مختلف ڈیزائن بنانا	1
149	عملی سرگرمی	
151	حنا/مہندی لگانا	2
155	عملی سرگرمی	
156	ماڈیول کا خلاصہ	
156	سوالات و جوابات	
157	خود کو آزمائیں	
158	درست جوابات	

159		ماڈیول 110
ہیئر کٹ انجام دیں (مردوں کیلئے)		
صفحہ نمبر	عنوان	پونٹ نمبر
160	بالوں کی Straightlinge Cutting انجام دینا	1
167	بالوں کی Inward Cutting انجام دینا	2
168	بالوں کی Spike Cutting انجام دینا	3
170	بالوں کی Under Cut Cutting انجام دینا	4
171	ماڈیول کا خلاصہ	
172	سوالات و جوابات	
173	خود کو آزمائیں	
173	درست جوابات	

ہمیں اینڈ بیوٹی سروس

ٹیچنگ اینڈ لرننگ گائیڈ

نیشنل ووکیشنل سرٹیفیکیٹ لیول-2

ورژن-1، جنوری-2019

ماڈیول-1

کام کی جگہ پر پیشہ ورانہ صحت و صفائی کے عوامل کا اطلاق

Apply Occupational Health and Safety Procedures at Workplace

عمومی جائزہ

اس ماڈیول میں ٹرینیز کام کی جگہ اور صحت و صفائی کے بارے میں معلومات اور ہنر سیکھیں گے اور کام کی جگہ کو صاف، محفوظ اور خوشگوار رکھ سکیں گے بلکہ مقرر کردہ معیار کے مطابق کام کے دوران ہونے والے خدشات (Risks) پر بھی قابو پا سکیں گے۔

تدریسی نتائج:

- اس ماڈیول کے اختتام پر ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ
- ☆ کام کی جگہ کے خطرات کی شناخت کر سکیں۔
- ☆ پیشہ ورانہ صحت و صفائی کی احتیاطی تدابیر کی تعمیل کر سکیں۔
- ☆ ذاتی حفاظتی ساز و سامان استعمال کر سکیں۔

کام کی جگہ کے خطرات کی شناخت

(Identify Hazards in Workplace Environment)

عمومی جائزہ

اس لرننگ یونٹ کے بعد ٹریینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ

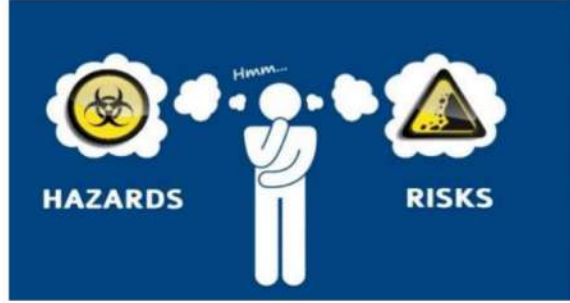
- ☆ مقررہ معیار کے مطابق کام کی جگہ پر خطرات کی نشاندہی کرنے کے عمل اور طریقہ کار کو پڑھ اور سمجھ سکیں۔
- ☆ مقررہ معیار کے مطابق ممکنہ طور پر نقصان پہنچانے والے عمل، آلات و سامان اور مواد کی پہچان کر سکیں۔
- ☆ مقررہ معیار کے مطابق ممکنہ خطرات کی شناخت کرنا اور ان خطرات کو کم کرنے کے لیے مناسب کارروائی کر سکیں۔

1- خطرات (Risk / Hazards)

کسی بھی مواد، آلات، ساز و سامان، انسان، جگہ یا ماحول کو پہنچنے والے نقصان Hazards/Risk کہتے ہیں۔

کیا آپ جانتے ہیں۔

سیلون میں خطرناک مواد میں شامل ہیں: شیمپو، کنڈیشنر، ہینر ڈائی، ہینر اسپرے، مہندی کی مصنوعات، صفائی کرنے والے کیمیکلز اور ڈس انفیکٹنٹس (Disinfectants)



کام کی جگہ پر رونما ہونے والے کچھ ممکنہ خطرات درج ذیل ہیں:

i- زمین پر گرے ہوئے مائع سے پھسلنا۔

ii- گیلی جگہ یا گیلے ہاتھوں کی وجہ سے بجلی سے چلنے والے آلات یا سوئچ (Switch) سے کرنٹ پڑنا۔

یا درکھیں۔

Dermatitis

کی علامات میں جلد کی سوزش، سرخی اور خارش شامل ہیں اور ان علامات کے ظاہر ہونے کی صورت میں ڈاکٹر سے رجوع کریں



iii- ٹوٹے پھوٹے بجلی کے آلات کے استعمال سے کرنٹ پڑنا۔

iv- آگ بجھانے کے پُرانے آلات کا ضرورت کے وقت مناسب طریقے سے کام نہ کر سکرنا۔

کیا آپ جانتے ہیں؟

ہونے Dermatitis

کی وجوہات ہیں:

ہمیر ڈاکی یا شیمپو کرتے وقت ہاتھوں
میں ڈی۔سپوزائبل دستانے استعمال
نہ کیے جائیں، ہمیر اسپرے ہاتھوں
پر ہو جائے، جراثیم زدہ سطح یا کپڑے
کو ہاتھ لگ جائے۔



v- ہوا کے اخراج کے نامناسب انتظام کی بدولت الرجی یا سانس لینے میں مسئلہ ہونا۔

vi- آگ پکڑنے والے مواد کو لا پرواہی سے رکھنا وغیرہ۔

vii- روشنی کے نامناسب استعمال سے سیلون کی متعدد سرسز کا متاثر ہونا۔

viii- بجلی کے آلات کی تاروں کو نامناسب طریقے سے فرش پر پھینے دینا۔

ix- کسی کیمیکل یا ہمیر ڈاکی کی وجہ سے جلد میں جلن یا Dermatitis ہونا۔

x- کسی بھی بیکٹیریا سے انفیکشن ہونا۔

xi- کسی نوکیلی چیز کی وجہ سے زخم ہونا مثلاً "قینچی، کیونیکل کلپ وغیرہ

xii- ہمیر اسپرے کی وجہ سے سانس لینے میں دشواری ہونا۔

xiii- مہندی کا کیمیکل ری ایکشن ہونا۔



2- کام کی جگہ پر درپیش خطرات کو کنٹرول کرنے کے طریقے اور تکنیکس

(Techniques & methods to control risks of identified hazards in the workplace)

ہر کسی کو حفاظتی تدابیر کے بارے میں معلومات ہونی چاہئے کیونکہ خطرات ہر جگہ موجود ہوتے ہیں اور واقع بھی ہو سکتے ہیں۔ ان وقوع پذیر ہونے والے خطرات کے متعلق جاننا بہت ضروری ہے۔ ان خطرات سے نمٹنے کے لیے مختلف طریقے اور تکنیکس ہوتے ہیں۔

سیلون میں خطرات اور ریسک کے ساتھ نمٹنا



خطرات کا حل	سیلون میں موجود خطرات
مینجر کو رپورٹ کریں۔	آگ لگانے والا سلنڈر دیوار پر نہیں لٹکا ہوا
لوٹن ضائع کر کے مینجر کو رپورٹ کریں۔	پرمنگ لوٹن (Perming lotion) کی بوتل بنا ڈھکن کام کی جگہ پر ہے۔
کلائنٹ کی مدد کریں اور سیلون کے سینئر سٹاف کی مدد لیں۔	ایک کلائنٹ کو گرنے سے چوٹ آئی ہے۔
پانی صاف کریں اور مینجر کو اطلاع دیں۔	شیمپو اور کنڈیشننگ کے پونٹ کے پاس فرش پر پانی پھیلا ہوا ہے۔
سیلون مینجر کو رپورٹ کریں۔	شیمپو اور کنڈیشننگ کا پونٹ ٹوٹا ہوا ہے۔
قینچی کو اٹھائیں اور ون مینجر کو رپورٹ کریں۔	قینچی کا ایک جوڑا کام کی جگہ پر رہ گیا ہے۔
سیلون مینجر کو رپورٹ کریں اور الیکٹریک مشینری اور آلات کو ہر چھ مہینے کے بعد چیک کروائیں۔	الیکٹریک مشینری اور آلات میں مسئلہ ہے۔
گرے ہوئے مواد سے بچنے کے لیے اور دوسروں کو آگاہ کرنے کے لیے اس جگہ کے آگے کرسی رکھ دیں اور گرے ہوئے مواد کی صفائی کریں۔	زمین پر مواد گرنا ہوا ہے۔
اس بات کی یقین دہانی کریں کہ سارا سٹاف سیلون میں موجود کیمیکلز اور گندگی کو چھینکتے ہوئے مینٹو فیکچر کی ہدایات پر عمل کریں۔	سیلون میں موجود فالتو یا زائد المیعا دیکیمیکلز اور گندگی (Waste) موجود ہے۔

عملی سرگرمی

سیلون میں درپیش خطرات میں سے چند ایک درج ذیل ہیں ان کا حل بتائیں۔

i۔ سیلون میں موجود فالتو یا زائد المیعا دیکیمیکلز اور گندگی (Waste)

ii۔ الیکٹریک مشینری اور آلات میں مسئلہ

iii۔ آگ لگانے والا سلنڈر دیوار پر نہیں لٹکا ہوا۔

iv۔ فرش پر پانی پھیلا ہوا ہے۔

v۔ ایک کلائنٹ کو گرنے سے چوٹ آئی ہے۔

پیشہ ورانہ صحت و صفائی کی احتیاطی تدابیر کی تعمیل

(Comply with Occupational Health and Safety Precautions)

عمومی جائزہ

اس لرننگ یونٹ کے اختتام پر پڑھنے والے اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ

☆ کام کی جگہ میں صحت اور حفاظت کے خطرات کی نشاندہی کر سکیں اور ذاتی چوٹ، آلات و سامان کو پہنچنے والے نقصان کیلئے احتیاطی اور اصلاحی کارروائی کر سکیں۔

☆ ان مسائل سے نمٹ سکیں جو ان کے کنٹرول میں ہیں اور جن مسائل سے نمٹنا جاسکے انہیں سیفٹی آفیسر کو رپورٹ کر سکیں۔

1- ہنگامی صورتحال سے نکلنے کے حفاظتی منصوبے (Security exits plans in case of emergencies)

ہنگامی صورتحال (Emergency plan) کے لیے منصوبہ بندی کرتے وقت درج ذیل اہم نکات کا خیال رکھنا چاہیے۔

i- آگ اور دوسری ہنگامی صورتحال کی رپورٹ کا بہتر طریقہ ایک فائر الارم ہے۔

ii Evacuation پالیسی اور اس کا طریقہ۔

iii- ہنگامی صورتحال سے بچنے کا طریقہ کار، محفوظ راستوں کی راہنمائی، کام کرنے والی جگہوں کے نقشے اور محفوظ علاقے

یاد رکھیں

سیلون شاف کوڑ بینگ دیں کہ ہنگامی صورتحال کے وقت وہ اپنے حواس پر قابو رکھیں اور مناسب کارروائی کریں۔



iv- اپنی ٹیم سے انفرادی طور پر نامزد کی گئی ڈیوٹیاں یا فرائض، ہنگامی صورتحال میں باہر نکلنا اور ذاتی طور پر رابطہ کرنا۔

v- کسی ورکر کے لیے ریسکیو اور طبعی فرائض کو نامزد کرنا تاکہ وہ ان کو ادا کر سکے۔

vi- تمام ورکرز کے لیے اسمبلی ایریا کو نامزد کرنا، بہت ضروری ہے۔

2۔ کام کی جگہ پر حادثات کی بڑی وجوہات

(Major cause of workplace accidents relevant to the work environment)

احتیاطی تدابیر	وجوہات
<p>☆ cable leads کو احتیاط سے پکڑنا۔</p> <p>☆ جب ضرورت نہ ہو تو پلگ نکال دیں۔</p> <p>☆ راستے، سیڑھیاں اور کام کی جگہیں صاف رکھیں۔</p> <p>☆ مناسب روشنی کا انتظام کریں۔</p> <p>☆ سیڑھی مہیا کریں۔</p>	<p>Slip, trip switches & fall کی وجہ اونچی نیچی سطحیں اور تاروں کے گھٹے ہیں۔</p>
<p>☆ تمام خارجی راستوں کو صاف رکھیں۔</p> <p>☆ سنور کی ہوئی چیزوں کو شعلے اور حرارت والی چیزوں سے دور رکھیں۔</p> <p>☆ گیس ہیٹر استعمال نہ کریں۔</p> <p>☆ رات کے وقت تمام پلگ نکال لیں اور مین سوئچ آف کر دیں۔</p> <p>☆ اس بات کو یقینی بنائیں کہ ملازمین ایکشن پلان سے آگاہ ہیں جو ان کو حادثاتی صورت میں لینا ہے۔</p>	<p>آگ اکثر بجلی کے آلات کی شارٹ سرکٹ اور آتش گیر چیزیں وجہ بنتی ہیں۔</p>
<p>☆ وزنی اشیاء اٹھانے سے پرہیز کریں، ہرالی کا استعمال کریں اور لفٹ اور دوسرے آلات کا استعمال کریں۔</p> <p>☆ ورک سٹیشن کو کام کے مطابق ڈیزائن کریں تاکہ سٹاف کے پاس کام کرنے کے لیے مناسب جگہ موجود ہو۔</p>	<p>چیزوں کو اٹھانا اٹھانا اور چیزوں کو آگے لے کر بڑھانا، غلط بنے ہوئے ورک سٹیشن، اعصابی دباؤ اور بیک انجری کی وجہ بنتے ہیں۔</p>
<p>☆ دوبارہ استعمال ہونے والا سامان اچھی کوالٹی کا ہو مثلاً "Tweezer, Cuticle clipper وغیرہ تاکہ ان کی صفائی میں آسانی ہو۔</p> <p>☆ جہاں ممکن ہو ڈسپوزیبل مصنوعات استعمال کریں۔ جیسا کہ سرورس کے دوران استعمال ہونے والی اورنج اسٹک اور نیڈلز وغیرہ</p> <p>☆ ایسی تکنیکس اختیار کریں جو میک اپ کی مصنوعات، کریمز اور ویکس کو آلودگی سے محفوظ رکھیں۔</p> <p>☆ استعمال کے دوران برش، اسٹیفن اور ٹولیوں کو اچھی طرح صاف رکھیں۔</p>	<p>حفظانِ صحت جب سامان اور آلات کو مختلف لوگوں پر استعمال کیا جاتا ہے تو جراثیم کی منتقلی کا خطرہ ہوتا ہے۔</p>

کیا آپ جانتے ہیں؟

سیلون میں نامناسب صفائی کی وجہ سے ہپائٹائٹس، ٹائیفائیڈ اور سانس اور جلد کی بیماریاں پھیل سکتی ہیں۔

3۔ کیمیکلز اور مصنوعات کا محفوظ استعمال (Safe use of chemicals and products)

☆ تمام نقصان دہ مصنوعات کی فہرست بنائیں۔	نقصان دہ اشیاء
☆ اس بات کا دھیان رکھیں کہ سیلون میں محفوظ پراڈکٹس استعمال کی جا رہی ہیں۔	بیوٹی سیلون میں کچھ سروسز میں کیمیکلز استعمال ہوتے ہیں جو کہ بہت نقصان دہ ہوتے ہیں۔ یہ جلد اور سانس کے مسائل کی وجہ بنتے ہیں۔ صفائی کے لیے استعمال ہونے والی اشیاء بھی خطرناک ہو سکتی ہیں۔
☆ پہلے تمام نئی مصنوعات کا جائزہ لے لیں۔	☆ مینوفیکچرر کی ہدایات کے مطابق مصنوعات کو استعمال اور محفوظ کریں۔
☆ زائد المیعا د مصنوعات کے بارے میں مینوفیکچرر کی ہدایات پر عمل کریں۔	☆ اگر جلد پر سوزش یا سانس لینے میں مسئلہ ہو تو مناسب طریقہ کار استعمال کریں اور کریم اور ماسک مہیا کرنے چاہیں۔
☆ شاف کو کیمیکلز کو محفوظ کرنے کے طریقوں کی معلومات ہونی چاہیے۔	

4۔ ایمرجنسی نمبروں کا ریکارڈ رکھنا (Emergency contacts numbers)

ایمرجنسی نمبرز کا ریکارڈ رکھتے ہوئے نیچے دی گئی ہدایات پر عمل کریں تاکہ ان کو ضرورت پڑنے پر استعمال کیا جاسکے۔

☆ لوکل گورنمنٹ ایجنسیز کے رابطہ نمبرز کو اکٹھا کریں تاکہ ہنگامی صورتحال میں ان سے رابطہ کیا جاسکے۔

☆ سیلون کے کمپیوٹر میں ان نمبروں کو محفوظ کیا جائے۔

☆ ان نمبروں کو کسی ڈائری میں لکھنا چاہئے۔

☆ ان نمبروں کو استقبالیہ اور خارجی راستوں کے قریب دیوار پر چسپاں کرنے چاہیے تاکہ ہنگامی صورتحال میں کوئی مسئلہ نہ ہو۔

☆ ان نمبروں کو موبائل فون میں بھی محفوظ رکھیں۔

☆ سیلون کے تمام شاف کو تربیت یافتہ اور ذمہ دار ہونا چاہیے اور ان رابطہ نمبروں کا ان کو علم ہونا چاہئے۔

5۔ الیکٹریک سامان کو ہینڈل کرنے کا طریقہ (Procedure of handling electric equipment)

☆ تمام الیکٹریک سامان کی باقاعدہ چیکنگ کریں جیسا کہ ہیرڈ رائیر، اسٹریٹر، ویکس ہیڈ وغیرہ اور خراب چیزوں کو نشان لگادیں۔	☆ الیکٹریک احتیاط
☆ خراب چیزیں جب تک ٹھیک نہ ہو جائیں استعمال نہ کریں۔	☆ بیوٹی سیلون میں الیکٹریک سامان کا استعمال بہت زیادہ ہے۔ جو بہت زیادہ ٹوٹ پھوٹ کا شکار ہوتا ہے۔
☆ الیکٹریکل سرکٹس کو اوور لوڈ کرنے کی بجائے ہر سامان کو علیحدہ استعمال کریں۔	

6۔ احتیاطی تدابیر کی فہرست (List of precautions)

حادثات اور نقصانات سے بچنے کے لیے درج ذیل احتیاطی تدابیر کو ضرور استعمال کریں۔

i۔ سیلون میں محتاط معاملات پر شاف کو باقاعدہ ٹریننگ دیں۔

ii۔ آتش گیر اور زہریلی مصنوعات محفوظ جگہ پر رکھیں۔

iii۔ آلات وغیرہ کو صحیح طریقے سے ہینڈل کریں جیسا کہ ہینڈ رائیر اور کرلرز وغیرہ۔

- iv۔ سٹاف کو فرسٹ ایڈ کے بارے میں پتا ہونا چاہئے تاکہ چھوٹے زخموں کو ہینڈل کیا جاسکے۔
- v۔ چیک کریں اگر کوئی خراب مشینری اور سامان ہو تو اس کی وجہ سے کوئی حادثہ نہ ہو۔
- vi۔ کسی بھی ہنگامی صورتحال میں آگ بجھانے والے سلنڈر لگائیں تاکہ آگ پر فوری قابو پایا جاسکے۔
- vii۔ کسی بھی ہنگامی صورتحال میں آگ بجھانے کے طریقوں کے بارے میں بتائیں۔

یاد رکھیں۔
فرسٹ ایڈ دینے کے بعد ڈاکٹر سے
رجوع کریں۔

7۔ فرسٹ ایڈ باکس کو استعمال کا طریقہ (Method of using first aid box)



- فرسٹ ایڈ باکس میں تمام بنیادی چیزوں کو موجود ہونا چاہیے تاکہ فوری طور پر فرسٹ ایڈ دی جاسکے۔ فرسٹ ایڈ باکس درج ذیل اشیاء پر مشتمل ہوتا ہے۔
- i۔ چھوٹے زخموں کو لگانے کے لیے مختلف سائز کے پلاسٹرز کا باکس اور پلاسٹر کی پٹیوں کو کاٹنے کے لیے قیچی۔
 - ii۔ Antiseptic lotion اور کاشن رول
 - iii۔ کچھ پٹیاں اور سفٹی ہیز، ضرورت کے وقت پٹی بنانے کے لیے۔
 - iv۔ زخموں کو ڈھانپنے کے لیے مختلف سائز کی اسٹریلز ڈریسنگ اور آنکھوں کے زخم کے لیے آئی ڈریسنگ پٹی۔
 - v۔ پینا ڈول اور پیراسٹامول۔
 - vi۔ کیڑے مکوڑوں کے کاٹنے اور ڈنگ مارنے کے لیے Antihistamine کریم۔
 - viii۔ سپلنٹرز (Splinters) کو نکالنے کے لیے ٹیوزر۔
 - ix۔ موج، زخم کے لیے، کہنیا اور ٹخنے جیسی جگہوں کے لیے پٹیاں۔
 - x۔ Alcohol pads، Sanitizer زخم صاف کرنے کے لیے۔

عملی سرگرمی-1

ٹریینیز ایک دوسرے کے مصنوعی زخموں پر پٹیاں کریں۔

عملی سرگرمی-2

سیلون میں موجود کوئی سی چار مصنوعات کی نشاندہی کریں جن کے استعمال سے جلد پر سوزش یا سرنجی ہو سکتی ہے۔

لرننگ پونٹ نمبر 3

ذاتی حفاظتی اور حفاظتی سامان کا اطلاق

(Apply Personal Protective and Safety Equipment-PPE)

عمومی جائزہ

- ☆ اس لرننگ یونٹ کے اختتام پر ٹریینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ
- ☆ کام کی ترتیب کے مطابق ذاتی حفاظتی سامان کی قسم اور مقدار منتخب کر سکیں۔
- ☆ کمپنی یا سیلون کے طریقہ کار کے مطابق زیادہ سے زیادہ تحفظ کو یقینی بنانے کے لیے ذاتی حفاظتی ساز و سامان پہننا، ایڈجسٹ اور برقرار رکھ سکیں۔
- ☆ ذاتی حفاظتی ساز و سامان صاف اور مناسب جگہ پر جمع کر سکیں۔

1۔ ذاتی حفاظتی سامان استعمال کرنے کی اہمیت- (Importance of using Personal Protective Equipment- PPE)

سیلون میں مختلف سروسز کے دوران کیمیکلز کے استعمال کے دوران سٹاف کے لیے ضروری ہے کہ وہ مناسب حفاظتی سامان، پلاسٹک کیپ، ایپران یا گاؤن استعمال کریں اور کلائنٹ کو سروس کے مطابق مناسب حفاظتی سامان مہیا کریں تاکہ سٹاف اور کلائنٹ کی صحت اور صفائی (Health and hygiene) کا خیال رکھا جا سکے۔ سیلون سٹاف کو معلوم ہونا چاہئے کہ کلائنٹ کی ہر لحاظ سے حفاظت بہت ضروری ہے ورنہ وہ اس بات کا حق محفوظ رکھتا ہے کہ وہ consumer court میں سیلون کے خلاف شکایت درج کروادے۔

2۔ ذاتی حفاظتی سامان کی اقسام (Types of PPE)

ذاتی حفاظتی سامان کی بنیادی اقسام درج ذیل ہیں:

یاد رکھیں

PPE وہ ساز و سامان ہے جو کام کے دوران صحت یا حفاظت کو درپیش خطرات کے خلاف کام کرتا ہے۔



Respiratory protectioni

سانس کے مسئلہ سے بچنے کے لیے ڈسپوز ایبل ماسک وغیرہ استعمال کیے جاتے ہیں۔

Eye Protection.ii

حفاظتی چشمے مختلف قسم کے کیمیکلز کے استعمال کے دوران پہنے جاتے ہیں۔

Hearing Protectioniii

ear muffs کو اس وقت استعمال کیا جاتا ہے جب کوئی شور حد سے بڑھ جائے مثلاً "ڈرائیئر کی آواز وغیرہ"

Hand Protectioniv

ڈسپوز ایبل دستانے ہالوں کو رنگنے کے مختلف طریقوں میں استعمال کیے جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ بھی سیلون کی مختلف سروسز میں انہیں استعمال کیا جاتا ہے۔

نوٹ
PPE پر عمل کرنے کی ذمہ داری
سیلون شاف اور سیلون کے مالک پر
ہے۔



Body protection-v

ایپرن، گاؤن، تولیے، کیپ ایک سیلون میں اہم ذاتی حفاظتی سامان کے طور پر استعمال کیے جاتے ہیں۔

3۔ ذاتی حفاظتی سامان کو برقرار یا صحیح رکھنا (Maintaining the PPEs)

اگر چہ سیلون کے مالک یا ذمہ داری ہوتی ہے کہ وہ سیلون میں ذاتی حفاظتی سامان کو برقرار رکھے اور خراب ہونے کی صورت میں تبدیل کرے لیکن سیلون شاف کی بھی ذمہ داری ہے کہ وہ ذاتی حفاظتی سامان کا خیال رکھے، صاف رکھے اور اس کو صحیح رکھے اور اگر اس کو تبدیل یا مرمت کروانا ہے تو سیلون کے مینجمنٹ کو اطلاع دے۔

عملی سرگرمی

سیلون میں موجود کوئی سی چار کیمیکلز والی مصنوعات کی نشاندہی کریں اور ان کے استعمال کے سے پہلے کون سا ذاتی حفاظتی سامان پہنا جاتا ہے ان کی بھی نشاندہی کریں۔

ماڈیول کا خلاصہ

اس ماڈیول میں ٹرینیز نے مندرجہ ذیل موضوعات کے متعلق معلومات حاصل کیں:

- ☆ کام کی جگہ پر درپیش خطرات اور ان کو کنٹرول کرنے کے طریقوں اور تکنیکس کو سیکھنا بہت ضروری ہے۔
- ☆ ہنگامی صورتحال سے نکلنے کے حفاظتی منصوبوں، کام کی جگہ پر حادثات کی بڑی وجوہات کو جاننا بہت ضروری ہے۔
- ☆ کیمیکلز اور مصنوعات استعمال کو کیسے محفوظ کیا جاتا ہے۔
- ☆ ایمرجنسی نمبروں کا ریکارڈ رکھنا بہت اہم ہے۔
- ☆ الیکٹریک سامان کو ہینڈل کرنے کا طریقہ، احتیاطی تدابیر کی فہرست اور فرسٹ ایڈ باکس کے استعمال کو جاننا اور سیکھنا بہت ضروری ہے۔
- ☆ ذاتی حفاظتی سامان استعمال کرنے کی اہمیت (PPE)، اقسام اور ان کو صحیح Maintain رکھنے کو جاننا اور سیکھنا بہت ضروری ہے۔

اکثر پوچھے جانے والے سوالات

سوال نمبر 1۔ ذاتی حفاظتی سامان (PPE) کیا ہے؟

جواب: PPE وہ ساز و سامان ہے جو کسی بھی کام کے دوران صحت یا حفاظت کو درپیش خطرات کے خلاف کام کرتا ہے۔

سوال نمبر 2۔ الیکٹریک احتیاط کیا ہے؟

جواب: تمام الیکٹریک سامان کی باقاعدہ چیکنگ کریں جیسا کہ ہیر ڈرائیور، اسٹریٹر، ویکس بیٹر وغیرہ اور خراب چیزوں کو نشان لگادیں۔ الیکٹریکل سرکٹس کو اوور لوڈ کرنے کی بجائے ہر سامان کو علیحدہ استعمال کریں۔

ج) کوئی فرق نہیں پڑتا
د) جلد پر خشکی ہو جاتی ہے۔

7۔ سرومز میں کیمیکلز استعمال کرنے سے پہلے ہاتھوں میں پینے جاتے ہیں۔
ا) ڈسپوز ایبل گلووز (Gloves)
ب) اڈیٹیو گلووز (Gloves)
ج) ا اور ب
د) سرجیکل گلووز

8۔ الیکٹریک مشینری اور آلات کو چیک کروائیں۔
ا) ہر ایک مہینے کے بعد
ب) ہر چھ مہینے کے بعد
ج) ہر چھ مہینے کے بعد
د) خراب ہونے پر

9۔ فرسٹ ایڈ دینے کے بعد رجوع کریں۔
ا) کسی سے نہیں
ب) سیلون کے مالک سے
ج) ب اور د
د) ڈاکٹر سے

10 Body protection میں شامل ہیں۔
ا) ایپرن، کیپ، ڈسپوز ایبل دستاں
ب) حفاظتی چشمہ
ج) Ear muffs
د) ڈسپوز ایبل ماسک

درست جوابات

سوال نمبر	درست جواب
1	ب
2	د
3	ب
4	د
5	ب
6	ا
7	ا
8	ج
9	د
10	ا

ہمیںز اینڈ بیوٹی سروس

ٹیچنگ اینڈ لرننگ گائیڈ

نیشنل ووکیشنل سرٹیفیکیٹ لیول-2

ورژن-1، جنوری-2019

ماڈیول-2

پیشہ ورانہ صلاحیتیں

(Develop Professionalism)

عمومی جائزہ

اس ماڈیول میں ٹریڈیز کلائنٹ کا پیشہ ورانہ طریقے سے استقبال کرنا سیکھیں گے، ورکشاپوں میں حصہ لے سکیں گے، دوسرے سیلونز کے ساتھ رابطہ کر سکیں گے اور مارکیٹ میں چلنے والی سیلون سروسز اور جدید مصنوعات کے بارے میں جان سکیں گے۔

تدریسی نتائج

اس ماڈیول کے اختتام پر ٹریڈیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ

☆ کلائنٹ اور مہمانوں کا استقبال کر سکیں۔

☆ جدید تکنیک، مصنوعات اور قیمتوں کے بارے میں تحقیق کر سکیں۔

☆ جدید بیوٹی ٹرینڈس کے لیے تربیتی پروگرامز، ورکشاپوں اور سیمیناروں میں حصہ لے سکیں۔

☆ دوسرے سیلونز اور ماہرین سے رابطہ کر سکیں۔

کلائنٹ / مہمانوں کا استقبال کرنا

(Greet and Receive Clients and Guests)

عمومی جائزہ

اس لرننگ یونٹ کے بعد ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ

☆ کلائنٹ کو پیشہ ورانہ طریقے سے خوش آمدید کہہ سکیں۔

☆ سیلون کے اصولوں کے مطابق ماحول کو خوشگوار بنانا سیکھ سکیں۔

1۔ تمام کلائنٹس اور خاص طور پر وی آئی پی، عمر رسیدہ اور اسپیشل کلائنٹس سے بات چیت کے لیے تحریری پروٹوکول پلان

(Written protocol plan for dealing with all clients particularly for V.I.P., old age

and special clients)

کلائنٹ سے دوستانہ انداز سے ملنا اور اپنا تعارف کروانا ہمیشہ اہم ہوتا ہے۔ سیلون سٹاف مخصوص استقبالیہ جملے استعمال کریں۔

☆ ہیلو السلام علیکم

☆ سب کو خوش آمدید کہتے ہیں (سیلون کا نام)

☆ صبح بخیر، شام بخیر! مہربانی فرما کر تشریف رکھیے۔

☆ میرا نام ----- ہے، میں آپ کی کیا مدد کر سکتی ہوں؟

بیوٹی ٹیشن کلائنٹ کو آرام دہ محسوس کروانے اور ان کا سیلون میں داخل ہونے پر استقبال کرنا چاہیے۔ اگر وہ دوسرے کلائنٹ کے ساتھ

مصروف ہو تو بھی وہ اوپر دیکھ کر ان کو اپنی موجودگی کا احساس دلائے جیسے ہائے! میں کچھ دیر میں آپ کے پاس آتی ہوں یہ بات ایک منٹ

لیتی ہے لیکن بہت ضروری ہے۔

آپ مندرجہ ذیل جملوں میں سے کسی ایک کا انتخاب کر سکتی ہیں۔

نوٹ کلائنٹ کو اس بات کا احساس دلائیں کہ وہ آپ کے لیے اہم ہے۔

Hang on, I'll be there in a second

انتظار کیجیے میں ایک سیکنڈ میں آتی ہوں

Hello ! Can I help you?

ہیلو کیا میں آپ کی مدد کر سکتی ہوں

Good afternoon

May I help you?

گڈ آفٹرنون میں آپ کی کیا مدد کر سکتی

ہوں؟

Do you have any appointment?

کیا آپ کی کوئی اپائنٹمنٹ ہے۔

sorry to keep you waiting, what can I do for you?

آپ کو انتظار کروانے پر معذرت میں آپ کے لیے کیا کر سکتی ہوں؟

2- چائے اور مشروبات پیش کرنے کی مہارت (Presentation skills for serving drinks or tea etc)

دوسرے پیشورانہ لوگوں کے سامنے اپنے سیلون کا اچھا اثر ڈالنے کے لیے چائے اور مشروبات پیش کرنے کی مہارت حاصل ہونا بہت ضروری ہے۔

- i- کلائنٹ کو خوش آمدید کہیں۔
- ii- ان سے چائے اور مشروبات کے انتخاب کا سوال کریں۔
- iii- چائے / مشروب کو کسی ٹرے پر رکھ کر پیش کریں۔
- iv- جب کلائنٹ مشروب پی لیں تو برتن اٹھا کر جگہ کو صاف کر دیں۔

3- کلائنٹ کے ساتھ دوستانہ اور خوشگوار سلوک کرنا

Pleasant and friendly behavior at arrival and departure of Client

- i- سیلون کے عمل کو اپنی سادہ بہتر بنانے کے لیے کلائنٹ سے اپنی گفتگو پر خاص توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔
- ii- آپ کی گفتگو کا انداز ہی آپ کی کامیابی کا آئینہ دار ہے۔ جو آپ کی شخصیت کے تاثر کو دیر تک قائم رکھتا ہے۔ وہ کلائنٹ جو سیلون میں پہلی مرتبہ اپائنٹمنٹ لینے یا کسی انکوائری کے لیے آیا ہے اس پر بہت اچھا پہلا امپریشن پڑے گا۔ اسی طرح موجودہ کلائنٹ بھی واپس آئیں گے۔
- iii- کچھ کلائنٹس بہت جلد بات کرنا شروع کر دیتے ہیں تو کچھ چپ رہتے ہیں اور کچھ کا انداز شرمیلا ہوتا ہے اور وہ انتظار میں ہوتے ہیں کہ آپ کب ان سے بات کریں گے۔
- iv- کلائنٹ کی بات فور سے سنیں اور جب کلائنٹ بات کر رہا ہو تو مداخلت نہ کریں۔

v- کلائنٹ آپ کے رویہ سے متاثر ہوگا تو آپ اس سے ان سرومز کے لیے مناسکتی ہیں جو آپ پیش کر رہی ہیں ہمیشہ انہیں ان کے مسائل کا بہترین حل بتا کر ہی ان کی رہنمائی کریں ہر کسی کو عزت دیں۔ اور ہر کسی کے ساتھ ایسے پیش آئیں کہ ان کو یہ احساس ہو کہ وہ ان کے سیلون میں آنے والا سب سے اہم شخص ہے۔

vi- اگر کسٹمر موجود نہیں تو اس کی اپائنٹمنٹ کا شیڈول دوبارہ بنائیں نرمی سے پیش آئیں اور اسکی سہولت کے مطابق دوبارہ ممکنہ دستیاب وقت دیں۔

vii- کلائنٹ کو مطمئن کرنے کے لئے پرکشش چیک پیش کریں۔

viii- سیلون سروس کے لئے ادائیگی کا طریقہ کار بتائیں۔

xi- اگر کریڈٹ / ڈیبٹ کارڈ کی سہولت کام نہیں کر رہی تو کلائنٹ کو پہلے آگاہ کر دیں کہ یہ سروس کام نہیں کر رہی ہے۔

x- اگر کلائنٹ فون یا ای میل کے ذریعے آپ سے رابطے میں ہے تو بھی اس کی بھرپور مدد کریں۔

لوگ	گفتگو کی مہارت
ساتھ کام کرنے والے	نرم اور ہمدردانہ رویہ رکھیں، ضرورت کے مطابق واضح ہدایات دیں اور دی گئی ہدایات کو فور سے سنیں اگر کوئی چیز سمجھ نہ آئے تو سوال پوچھ لیں۔
سپلائر (Supplier)	نرم اور شائستہ رویہ اپنائیں۔ اپنا تعارف کروائیں۔ اپنا آرڈر واضح طور پر بتائیں تاکہ غلطی کا امکان نہ رہے۔ سپلائر سے کہیں کہ آرڈر کو دہرائیں اور اگر کچھ سمجھ نہ آئے
کلائنٹس	نرمی اور شائستگی سے پیش آئیں۔ اپنا تعارف کروائیں ٹریٹمنٹ کے طریقہ کار کی وضاحت کریں۔
دیگر پیشور افراد	آپ کسی دوسرے سیلون کے تھیراپسٹ سے رابطہ کر سکتے ہیں۔ آپ کو ہر کام پیشورانہ طور پر سرانجام دینا چاہیے اور کسی بھی قسم کی معلومات کا تبادلہ نہیں کرنا چاہیے ماسوائے اس کے کہ جس کی کلائنٹ نے اجازت دی ہو۔

عملی سرگرمی نمبر-1

کردار ادا کریں: سیلون کی انتظامیہ کی ہدایات کے مطابق وی آئی پی کلائنٹ سے سرومز کے بارے میں معاملہ طے کریں۔

عملی سرگرمی نمبر-2

کردار ادا کریں: بوڑھے اور خصوصی افراد کے ساتھ سروسز کے بارے میں معاملہ میں محبت اور دوستانہ رویہ اختیار کریں۔
لرننگ یونٹ نمبر 2

سیلون کی سروسز، مصنوعات اور قیمتوں کی مارکیٹ کرنا (Market Salon Services, Products and Prices)

عمومی جائزہ

- اس لرننگ یونٹ کے بعد ٹریڈر نیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ
- ☆ مارکیٹ ریسرچ / فیڈ بیک / سروے کر سکیں۔
 - ☆ مارکیٹ کی ڈیمانڈز کا اندازہ لگا سکیں۔
 - ☆ مارکیٹ میں دستیاب کردہ مصنوعات اور میٹیریل کی قیمتوں اور لاگت کا موازنہ کر سکیں۔
 - ☆ کلائنٹ کے لیے پروموشنل آفرز کو پیش کر سکیں۔
 - ☆ پروموشنل آفرز کو ڈیزائن کر سکیں۔
 - ☆ کلائنٹ کو آفرز کی اہمیت بتا کر ان کا اعتماد حاصل کر سکیں۔
 - ☆ کلائنٹ کے ساتھ پروموشنل میٹیریل اور آفرز کو شیئر کر کے اس بارے میں بات چیت کر سکیں۔
 - ☆ کلائنٹ کے ساتھ پروموشنل سروسز اور مصنوعات کے بارے میں رائے لیں سکیں۔
- یا دیکھیں۔
- سیلون میں سروسز کے چارجز کا معاملہ ملک کی معاشی صورتحال پر ہوتا ہے۔ جب ٹیکس لگتے ہیں تو قیمتوں میں اضافہ ہوتا ہے۔

1۔ سیلون کی طرف سے پیش کردہ مصنوعات، سروسز، معاملات اور قیمتیں

(Products, services, deals and prices offered by salon)

سیلون کی طرف سے پیش کردہ مصنوعات، سروسز اور ڈیلز (Deals) کی قیمتیں ہر سیلون کی مختلف ہوتی ہیں۔ کسی شہر کے پوش ایریا اور متوسط علاقے کے سیلونز کے چارجز میں فرق ہوگا۔ اور اس کا انحصار مصنوعات کی کوالٹی اور سیلون میں فراہم کردہ بہولیات پر ہے۔

سروسز	مکمل وقت	قیمت (روپے)
شیمپو اور کنڈیشننگ	20-25 منٹ	300/=
بلوڈ رائے	30 منٹ	600/=
ہینرکٹ اور بلوڈ رائے لے بے بال	35 منٹ	1000/=
سوکھے بالوں کو ٹرم کرنا یا بال گیلے کر کے کاٹنا	30 منٹ	600/=
کلر۔ پورے بال، مستقل رنگ یا پلچ	35 منٹ	600/=
کلر۔ دوبارہ بڑھتے ہوئے بال مستقل رنگ یا پلچ	35 منٹ	400/=
ہائی لائٹس / لولائٹس (بالوں کی لمبائی کے مطابق قیمت)	2 گھنٹے	4000-8000/=
پرمنٹنگ	2 گھنٹے	4000/=
لے بے بال بنانا (Curls)	30 منٹ	800/=
نقلی بال لگا کر ڈھیر ساری چھیاں بنانا	1 گھنٹے	700/=
سر کی سکین سے شروع ہونے والی چھیاں (پورا سر)	1 گھنٹے	800/=

8000-10000/=	6-8 گھنٹے	مستقل بال سیدھے کرنا (Permanent straightening) (بالوں کی لمبائی کے مطابق قیمت)
800/=	30 منٹ	جُوڑا (Buns)
1000/=	45 منٹ	ہینئر ٹریٹمنٹ (ہر بل)
2500/=	45 منٹ	ہینئر ٹریٹمنٹ (پروڈکٹس)
500/=	20 منٹ	(CTM) کلیننگ، ٹوننگ اور ماسیجر انر
1000/=	35 منٹ	فیشل (سادہ)
1800/=	45 منٹ	فیشل (ہر بل)
3000/=	45 منٹ	فیشل (Whiteing)
4500 - 6000/=	60 منٹ	ٹریٹمنٹ فیشل (Galvanic/Vacum suction)
1200/=	45 منٹ	مینی کیور اور پیڈی کیور
1800/=	45 منٹ	مینی کیور اور پیڈی کیور (پیرافین ویکس)
2000/=	1 گھنٹہ	فریج مینی کیور اور پیڈی کیور
800/=	30 منٹ	ہاف ٹانگوں کی ویکسنگ (Half legs)
300/=	20 منٹ	ہاف بازوں کی ویکسنگ (Half arms)
500/=	30 منٹ	پورے بازوں کی ویکسنگ (Full arms)
200/=	10 منٹ	ماتھے کی ویکسنگ (Fore head)
500/=	30 منٹ	پورے چہرہ کی ویکسنگ (Full face)
120/=	10 منٹ	بھنوں اور اُپر لپ کی تھریڈنگ (Eye brows & Upper lips)
2500/=	30 منٹ	نچرل میک اپ
5000/=	45 منٹ	پارٹی میک اپ
20000-25000/=	5 گھنٹے	برائڈل میک اپ
2500/=	2 گھنٹہ	مہندی (برائڈل - دونوں ہاتھوں اور پاؤں)
1000/=	1 گھنٹہ	مہندی (دونوں ہاتھ)

ملک میں مختلف مذہبی، قومی اور معاشرتی تہواروں کے موقع پر اکثر سیلونز مختلف پیکیز آفر کرتے ہیں مثال کے طور پر کسی بھی قسم کے فیشل کے ساتھ ہینئر کٹ مفت ہوتا ہے یا کسی بھی قسم کے ہینئر کٹ کے ساتھ بھنوں اور اُپر لپ کی تھریڈنگ مفت ہوگی۔



2- مارکیٹنگ کے مختلف وسائل اور آلات

(Various mediums and tools of marketing motional)

مارکیٹنگ کے مختلف روایتی اور آن لائن وسائل موجود ہیں جن کی مدد سے سیلون اور اس کی سروسز کو بہتر انداز میں کلائنٹس کے سامنے پیش کیا جاسکتا ہے۔ ہر طرح کی مارکیٹنگ کے فوائد اور اخراجات ہوتے ہیں اس لیے اس بات پر دھیان ہونا چاہئے کہ کس قسم کی مارکیٹنگ کی ضرورت ہے۔

روایتی وسائل درج ذیل ہیں:

i- پرنٹ میڈیا (Print Media)

پرنٹ میڈیا میں اخبارات، مختلف طرح کے رسائل، چھپی ہوئی ٹیلی فون ڈائریکٹری اور ریل بورڈز شامل ہیں۔

ii- ریڈیو

ریڈیو کے پروگراموں کے شروع اور درمیان میں اشتہارات چلائے جاتے ہیں جن سے موثر مارکیٹنگ ہو سکتی ہے۔

iii- ٹیلی ویژن

یا دیکھیں۔

آٹومیشن مارکیٹنگ

(Automation) ایک ایسا

سوفٹ ویئر ہے جس سے خود کار

طریقے سے مارکیٹنگ ہوتی ہے۔

کراس چینل تکنیک میں کسٹمر اپنی ای

میل میں موجود اشتہاری میل پڑھنے

سے پہلے اس برانڈ کا اشتہار کسی ویب

سائٹ پر پڑھ لے گا

یہ سب سے پہلی مارکیٹنگ کے پلیٹ فارمز میں سے ایک ہے۔ انٹرنیٹ کی موجودگی کے باوجود یہ مارکیٹنگ کا سب سے مضبوط ذریعہ ہے۔ اس کے لیے بہت زیادہ ریسرچ کی ضرورت ہوتی ہے۔

iv۔ براہ راست میل (Direct mail)

براہ راست میل میں Flyers ، خطوط اور کیٹلاگ (Cataloges) شامل ہیں اور یہ ہمیشہ ایک موثر اور نسبتاً کم لاگت والی مارکیٹنگ کے طور پر مقبول ذریعہ رہا ہے۔

v۔ ٹیلی مارکیٹنگ (Telemarketing)

یہ مارکیٹنگ کا ایک موثر ذریعہ ہے لیکن اس کو فی الحال محدود پیمانے پر استعمال کیا جاتا ہے۔ اس میں آڈیویشن اور کراس چینل کی تکنیکس استعمال کی جاتی ہیں۔

آن لائن وسائل درج ذیل ہیں:

i۔ سرچ انجن مارکیٹنگ (Serach engine marketing)

یہ انٹرنیٹ مارکیٹنگ کا ایک ذریعہ ہے جس میں ویب سائٹس کو فروغ دیا جاتا ہے۔ اور اس میں Paid ads کی مدد سے سرچ انجن میں اس کو آسانی سے تلاش کیا جاسکتا ہے۔

نوٹ

ایس ایم ایس (SMS) کے

ذریعے بھی سیلون کی مختلف آفرز

کو کاؤنٹس تک پہنچایا جاتا ہے۔

Pay per click marketingii

اس کا تعلق عام طور پر سپانسرڈ رابٹوں اور Pop up ads اور اشتہار (banner ads) سے ہوتا ہے۔ اس کی اہمیت کچھ کم ہے کیونکہ کسٹمر کو ان اشتہارات کو کلک کرنے کے لیے متوجہ کرنا ایک مشکل امر ہے۔

iii۔ ای میل مارکیٹنگ (Email marketing)

آن لائن مارکیٹنگ کے آغاز کے بعد ای میل مارکیٹنگ ایک کامیاب طریقہ کار کے طور پر سامنے آئی ہے۔ اشتہارات، News letters اور دوسری معلومات کو براہ راست ان کسٹمرز کو بھیجا جاتا ہے جو ان کی آفرز اور مصنوعات میں دلچسپی لیتے ہیں۔

iv۔ سوشل میڈیا مارکیٹنگ (Social media marketing)

کیا آپ جانتے ہیں؟

کسی بھی سیلون کی کامیابی میں اچھی

مارکیٹنگ بہت اہم کردار ادا کرتی

ہے۔

کیونکہ سیلون کے کاروبار میں بہت

مقابلہ ہے۔ ایک علاقے میں کم از کم

پانچ سے دس بیوٹی سیلون ہیں۔

فیس بک، واٹس ایپ، انسٹاگرام اور ٹویٹر آجکل سماجی روابط کا ایک موثر ذریعہ ہے اور اس میں کاروباری اداروں کی مارکیٹنگ کے بہت زیادہ امکانات موجود ہیں۔

v۔ موبائل مارکیٹنگ (Mobile marketing)

مارکیٹنگ کی نئی اور ابھرتی ہوئی شکلوں میں موبائل مارکیٹنگ ہے۔ موبائل فونز اور ٹیبلیٹس (Tablets) کے بہت زیادہ استعمال کی وجہ سے ایسی ایپلیکیشنز (Apps) متعارف کروائی جا رہی ہیں جن سے مصنوعات کی خریداری کے علاوہ مختلف طرح کی ٹیکنالوجی بھی ہو جاتی ہیں اور اس کے استعمال کرنے والوں میں روز بروز اضافہ ہو رہا ہے۔

مارکیٹنگ کے آلات

مارکیٹنگ کے آلات کی تعریف مصنوعات کی ترقی، پروموشنل حکمت عملی اور عمل ہے جو کوئی بھی کمپنی یا سیلون اپنی مصنوعات یا سروسز کو فروغ دینے کے لیے استعمال

کرتے ہیں۔ مثال کے طور پر مارکیٹ ریسرچ سروے اور فوکس گروپ۔

i۔ مارکیٹ ریسرچ سروے (Market research surveys)

ایک سوالنامہ یا فون سروے کی مدد سے اپنی کمپنی یا سیلون کی مصنوعات اور سروسز کے بارے میں لوگوں سے رائے لی جاتی ہے تاکہ اپنی کارکردگی کو بہتر کیا جاسکے اور خاص طور پر ایسے کلائنٹس کو اس طرح کے سروے میں شامل کیا جاتا ہے جن کی رائے اس کمپنی یا سیلون کے بارے میں درست نہ ہوتا کہ ان کی شکایات کو دور کیا جاسکے۔ درج ذیل ایک سوالنامہ کا ایک نمونہ (sample) ہے،

Client Feedback Form

To ensure we offer the highest level of treatment experience, we ask if you would please complete or print and fill out this feedback form. You may drop it in or post it to:

Name (optional):

Contact Number (optional):

Email (optional):

Treatment you experienced at our salon:

Your beauty therapists name:

Tick the appropriate description for the following:

Beauty Therapists personal presentation	<input checked="" type="radio"/> Excellent	<input type="radio"/> Good	<input type="radio"/> Average	<input type="radio"/> Poor
Initial greeting - phone	<input checked="" type="radio"/> Excellent	<input type="radio"/> Good	<input type="radio"/> Average	<input type="radio"/> Poor
- in salon	<input checked="" type="radio"/> Excellent	<input type="radio"/> Good	<input type="radio"/> Average	<input type="radio"/> Poor
Treatment room cleanliness	<input checked="" type="radio"/> Excellent	<input type="radio"/> Good	<input type="radio"/> Average	<input type="radio"/> Poor
Treatment room ambience	<input checked="" type="radio"/> Excellent	<input type="radio"/> Good	<input type="radio"/> Average	<input type="radio"/> Poor
Explanation of treatment	<input checked="" type="radio"/> Excellent	<input type="radio"/> Good	<input type="radio"/> Average	<input type="radio"/> Poor
Value for money	<input checked="" type="radio"/> Excellent	<input type="radio"/> Good	<input type="radio"/> Average	<input type="radio"/> Poor

Did you make a future appointment at the end of your treatment:

Is there anything you would change or suggest that may improve your next treatment experience with us?

Are there any other treatments you would like us to offer:

Your feedback is very important as there is always room for improvement. We thank you for taking the time and look forward to welcoming you in the salon again.

ii۔ فوکس گروپ (Focus group)

یہ ریسرچ کا وہ طریقہ ہے جس میں ایک کمرے میں چھ سے دس لوگوں کو بیٹھا کر ان سے خاص مصنوعات اور سروسز کے بارے میں رائے لی جاتی ہے۔

3- حریفوں کی طرف سے پیش کردہ خدمات، مصنوعات اور معاہدے

(Services, products and deals offered by competitors)

ہر کاروبار کرنے والا مقابلے کرنے والوں کو دھیان میں رکھتا ہے اور اپنے مقابل کی خوبیوں اور کمزوریوں کو سمجھتے ہوئے کاروبار کو کامیاب اور قائم رکھنا ایک مشکل کام ہے۔ حتیٰ کہ چھوٹے پیمانے کے کاروبار کے لیے بھی باقاعدگی اور حسابی طریقے سے مقابلے کی ضرورت ہوتی ہے۔ جب کاروبار شروع کیا جاتا ہے تو مقابلے کے عوامل تک رسائی ضروری ہے تاکہ نئے کلائنٹس تک رسائی ممکن ہو۔ اس مقصد کے لیے سروسز کے معیار، مصنوعات اور سیلون کا ماحول اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ بلاواسطہ مقابلہ کرنے والوں پر نظر رکھیں اور اپنے مخالفوں کا بغور مشاہدہ کریں۔ مد مقابل ہر سیلون کے بارے میں معلومات رکھیں اور اس بات کا خاص دھیان رکھیں کہ وہ آپ کو مشکل وقت کہاں دے سکتے ہیں۔ اس کے لیے درج ذیل نکات کا خیال رکھیں:

- i- اُن کی خوبیاں کیا ہیں؟ (قیمت، سروس، سہولت، وسیع انویسٹری وغیرہ)
- ii- اُن کی کمزوریاں ہیں؟ (کمزوریاں مواقع ہیں آپ کو فائدہ لینا چاہیے)
- iii- بنیادی عوامل کیا ہیں؟ کیا وہ پریمیئم کلائنٹس (premium clients) کو متوجہ کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔
- iv- وہ کیا حکمت عملی اختیار کرتے ہیں (مارکیٹنگ، ایڈورٹائزنگ وغیرہ)
- v- اگر وہ مصنوعات اور سروسز کو بدلتے ہیں تو کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں۔
- vi- اگر وہ کم قیمت کی سروسز دے رہے ہیں تو جان لیں کہ آپ قیمتوں کے لحاظ سے کمزور ہیں۔
- vii- اگر ان کی سروس بڑھ رہی ہے تو دیکھیں کہ آپ کا سیلون خراب سروس مہیا کرتا ہے۔
- viii- مقابلہ کرنے والوں کی تشہیر کا تجزیہ نہ صرف ان کے مقاصد بتاتا ہے بلکہ یہ بھی بتاتا ہے کہ وہ آپ کے بارے میں کیا رائے رکھتے ہیں۔

کامیاب کاروبار کے اہم اور بنیادی اصول درج ذیل ہیں:

- i- اپنے کلائنٹس سے بات چیت کریں اور ان کو سروسز کے بعد کی احتیاطی تدابیر ضرور بتائیں اس سے آپ کے کلائنٹس آپ کے سیلون سے مطمئن ہوں گے اور اپنے دوستوں اور کولنگز کو آپ کے سیلون کے بارے میں بتائیں گے۔
- ii- اپنے سیلون میں سروسز اور آفرز میں اتنی ورائٹی رکھیں کہ کلائنٹس کے لیے کسی اور سیلون کے لیے کشش پیدا نہ ہو۔
- iii- ان سروسز اور آفرز کو سیلون میں متعارف کروائیں جو آپ کے سیلونز میں موجود نہ ہوں۔
- iv- دوسرے سیلون میں موجود مصنوعات، سروسز اور قیمتوں کی معلومات ہونی چاہئیں۔
- v- سیلون میں موجود اعلیٰ درجہ کی مصنوعات متعارف کروائیں تاکہ کلائنٹس سروسز کے معیار سے مطمئن رہیں۔
- vi- سوشل میڈیا، کاروباری کارڈز، بروشرز اور دوسرے پروموشنل لٹریچر کو آپ کے علاقے میں عام کریں۔ کیونکہ ایڈورٹائزنگ سے سیلون کے کاروبار کا تعین کیا جاسکتا ہے۔
- vii- نئی متعارف ہونے والی مصنوعات کے بارے میں آگاہ ہونے کے بعد سیلون میں اس کو متعارف کروائیں تاکہ پرانے کلائنٹس کے علاوہ نئے کلائنٹس بھی آپ کے سیلون سے استفادہ حاصل کریں۔

4- پروموشنل میٹیریل کی ڈیزائننگ (Designing promotional material)

کسی بھی کاروبار کے لیے پروموشنل میٹیریل بہت اہمیت کا حامل ہے۔ پروموشنل میٹیریل کی درج ذیل اقسام ہیں:

i- بزنس کارڈز

برنس کارڈز سے ہوتے ہیں اور ہر کسی کو دیں اس میں آپ کے فیملی ممبرز کے ساتھ ساتھ دوست اور دوسرے ملنے والے شامل ہیں۔

ii۔ پوسٹ کارڈ

پوسٹ کارڈ بھی انتہائی موثر کم لاگت والے لیکن اچھا اثر ڈالتے ہیں۔



iii۔ پوسٹرز

کسی خاص مقصد کے تحت لگائے گئے پوسٹرز توجہ کا باعث بنتے ہیں۔

iv۔ فلائیرز (Flyers)

فلائیرز، پوسٹر کی طرح کے ہوتے ہیں کسی بھی جگہ بانٹنے اور نوٹس بورڈز پر لگائے جاسکتے ہیں۔

v۔ گائیڈز

میک اپ، خاص ہیئر اسٹائلز اور بالوں کی حفاظت کے بارے میں کتابوں کو پرنٹ کرائیں، جس میں ماڈلز کی تصاویر لگائی جائیں کہ وہ میک اپ اور مختلف ہیئر اسٹائلز میں وہ کیسی لگتی ہیں۔

vi. کیٹلاگ (Catalogs)

بہت سے سیلون، ہیئر کئیر، میک اپ اور سکین کی مصنوعات بیچتے ہیں لیکن چند ایک ان مصنوعات کی catalog بھی تقسیم کرتے ہیں۔

vii۔ کیلنڈرز

ہر کسی کو کیلنڈرز بہت اچھے لگتے ہیں اس لیے ہر سال مختلف ہیئر سٹائل اور مختلف میک اپ کے ساتھ کیلنڈرز تیار کرنے کی کوشش کریں۔

viii-گریٹنگ کارڈز (Greeting cards)

بہت سے کلائنٹس کے ہمیر اسٹائلز اور بیوٹی تھراپسٹ کے ساتھ ذاتی تعلقات ہوتے ہیں اس لیے ان کو گریٹنگ کارڈز بھیجیں۔

ix. اخباری خط

اپنے کلائنٹس سے رابطے میں رہنے کے لیے ایک بہترین طریقہ اخباری خط ہیں۔ ہمیر اسٹائلز اور میک اپ کے نئے رواج اور دوسرے سیلون کی خبروں کو ہائی لائٹ کریں۔ دلچسپ آرٹیکلز لکھیں جو پڑھنے والے پر اچھا تاثر چھوڑیں۔

عملی سرگرمی نمبر-1

میک اپ اور ہمیر اسٹائلز کی نئی مصنوعات کے لیے مارکیٹ ریسرچ کریں۔

عملی سرگرمی نمبر-2

کردار ادا کریں: کلائنٹس سے سرومز کے پروموشنل میٹریل اور پیکیجز کے بارے میں گفتگو کریں۔

لرننگ پونٹ نمبر 3

جدید بیوٹی ٹرینمنٹس کے علم کے لیے ٹریننگ، ورکشاپس اور سیمینارز میں شرکت کرنا

(Participate in trainings, workshops and seminars on latest beauty treatments)

کیا آپ جانتے ہیں؟

کاسمیٹک کی بڑی کمپنیاں سال میں ایک سے دو بار ورکشاپس کا انعقاد کرتی ہیں جن میں فیس ادا کر کے شمولیت اختیار کی جاسکتی ہے اور میک اپ، ہیرا سٹائل اور جلد کے لیے جدید مصنوعات اور ٹیکنیکس کے بارے میں آگاہی حاصل کی جاسکتی ہے۔

عمومی جائزہ

اس لرننگ پونٹ کے بعد ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ

- ☆ ٹریننگ اور ورکشاپ / سیمینار کو شناخت کر سکیں اور ہدایتوں کی احتیاط کے ساتھ پیروی کر سکیں۔
- ☆ ٹریننگ اور ورکشاپ / سیمینار میں متعارف شدہ نئی مصنوعات اور ان کے استعمال کے نوٹس تیار کر سکیں۔
- ☆ مصنوعات اور ٹیکنیکس کو پروفیشنلی استعمال کر سکیں۔
- ☆ ٹرینمنٹ کے دوران تضاد (Contraindications) کو شناخت کر سکیں۔
- ☆ کسی بھی طرح کے مُضر اثرات ظاہر کی صورت میں ٹرینمنٹ اور مصنوعات کی شناخت کر سکیں۔

1- مختلف کمپنیوں کی اپنی مصنوعات کے استعمال کی مختلف ٹیکنیکس کی فہرست

(List of techniques described by different companies about their products)

بیوٹی اور ہیر کی صنعت مسلسل ترقی کر رہی ہے۔ اور نئے طریقے اور مصنوعات متعارف کروائی جا رہی ہیں اس وجہ سے ایک پروفیشنل بیوٹیشن کو باقاعدگی سے ورکشاپس میں شرکت کرنی چاہیے تاکہ جلد کی بیماریوں کے علاج کے نئے طریقے اور ٹیکنیک سیکھ سکے۔ اس مقصد کے لیے ایک بیوٹیشن کو باقاعدگی سے اخبارات، رسائل اور انٹرنیٹ سے اچھی معلومات حاصل کرنی چاہیے اور اس کو معلوم ہو کہ کب اور کہاں ورکشاپس یا ٹریننگ منعقد ہوں گی اور مناسب چینل کے ذریعے اپنے آپ کو ورکشاپ کے لیے رجسٹرڈ کرے۔

اس جدید دور میں نئی ٹیکنیک جیسا کہ مائیکرو ڈرما بریشن (Microdermabrasion)، گیلوینک (Galvanic)، اور اعلیٰ پیمانے کے علاج حساس جلد، ایکٹیو کے مسائل، چھریوں اور جلدی بیماری کے علاج کے لیے متعارف کروائے جا رہے ہیں۔ اس وجہ سے ایک بیوٹیشن باقاعدگی سے ٹریننگ لے کر اور ورکشاپس میں شمولیت کر کے ہی ان نئی ٹیکنیک کو سیکھ سکتی ہے۔

نوٹ

ورکشاپ میں امیدواروں کی محدود تعداد ہوتی ہے اس لیے ٹرینیز سے سکھنے اور بات چیت کی زیادہ مواقع ملتے ہیں۔ جبکہ ورکشاپس میں حصہ لینے والوں کی تعداد زیادہ ہوتی ہے اس لیے ٹرینیز کے ساتھ بات چیت کم ہو سکتی ہے۔



2- ٹریننگ میں مختلف کمپنیوں کی نئی متعارف شدہ مصنوعات کی قیمتوں کی فہرست

(List of new products with prices introduced by the companies conducting training)

اس مقابلے کے دور میں مینوفیکچرنگ (manufacturing) کمپنیاں جدت پیدا کر رہی ہیں۔ اور جدید مصنوعات بنا رہی ہیں۔ اس وجہ سے ایک بیوٹیشن کو جدید مصنوعات کے بارے میں کافی معلومات رکھنی چاہیں۔ اس کے علاوہ جدید مصنوعات کے استعمال، قیمتوں اور ان کے اجزاء کے بارے میں بھی معلومات ہونی چاہئے۔ ایک بیوٹیشن کو جدید مصنوعات ٹیسٹ کرنے کے بعد سیلون میں استعمال کرنا چاہئے۔

3۔ ٹریننگ سے حاصل شدہ پرنٹڈ مٹیریل اور کتابچوں کا ریکارڈ کا نظام رکھنا

(Maintenance of record of leaflets and printed material taken from the training)

کاسمیٹک کمپنیوں کے ذریعے ترتیب کیے ہوئے تربیتی پروگرام میں اکٹھے کیے گئے مواد کے ریکارڈ کو ترتیب دینا بہت ضروری ہے۔ ٹریننگ کے وقت اکٹھے کیے ہوئے بروشرز، کتابچوں اور دستی اشتہارات کو علیحدہ فولڈرز میں صاف ستھرے انداز میں مناسب عنوان کے ساتھ رکھنا چاہئے تاکہ ان کو بعد میں آسانی سے نکالا جاسکے ایک علیحدہ نوٹ بک کو بھی ترتیب دینا چاہئے جو کہ ٹریننگ کے دوران بنائے گئے نوٹس پر مشتمل ہونی چاہئے ان فولڈرز اور نوٹ بکس کو سیلون کی شیفٹ پر رکھنا چاہئے جہاں سے تمام ورکرز کو آسانی سے مل سکیں۔

عملی سرگرمی

نئی متعارف شدہ مصنوعات کے متعلق نوٹس تیار کریں یا اس کو ٹریننگ میں دکھائیں اور اس کے مطابق سیلون کو جدید کریں۔

لرننگ یونٹ نمبر 4

دوسرے سیلونز اور ماہرین کے ساتھ رابطہ کرنا

(Interact with other salons and experts)

عمومی جائزہ

اس لرننگ یونٹ کے بعد ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ

- ☆ ماہرین کے ساتھ مشاورت کر کے مہارت کو نئے انداز میں کر سکیں۔
- ☆ پیشہ ورانہ ترقی کے لیے دوسرے سیلونز کے ساتھ رپورٹ تیار کر سکیں۔
- ☆ مارکیٹ میں موجود مناسب مصنوعات، اوزار و آلات اور فرنیچر منتخب کر سکیں۔

1- مارکیٹ کی ڈیمانڈز کا علم (Knowledge of market demands)

پیشہ ورانہ مہارت کے ماہر کو مارکیٹ کے رجحان اور طلب کے بارے میں معلومات ہوتی ہیں اسی طرح ہیوشن کو کلائنٹ کی ضرورت کے بارے میں پتہ ہونا چاہیے۔ کسی بھی خاص جلدی علاج کو کلائنٹ کی ضرورت پر معلوم کیا جاتا ہے۔ مثال کے طور پر اگر ایک بڑی تعداد میں کلائنٹ مینی کیور طلب کرتے ہیں تو اس کا مطلب یہ ہے کہ یہ بہت بڑی ضرورت ہے۔ اسی طرح موجودہ فیشن اور رجحانات کو دیکھ کر ڈیمانڈ کا تجزیہ کیا جاسکتا ہے۔ اگر شو بزنس سے تعلق رکھنے والی شخصیت الیکٹریک ٹریٹمنٹ جیسے Galvanic, Macrodermabrasion، وائٹینگ فیشن وغیرہ باقاعدگی سے لیتے ہیں تو یہ سروس کلائنٹ کی زیادہ ڈیمانڈ ہوگی۔ مختلف تہواروں اور شادیوں کے سیزن میں سیلونز کا کام بہت بڑھ جاتا ہے۔ اس لیے ہیوشن کو مارکیٹ کی ضرورت کا پتہ ہونا چاہیے تاکہ مارکیٹ کی ضرورت کے مطابق سیلون کے لیے مصنوعات کو حاصل کر سکے۔

2- مارکیٹ میں دستیاب مصنوعات کے بارے میں معلومات

(Information about products available in market)

ایک پروفیشنل ہیوشن کو مارکیٹ میں موجود مصنوعات کے بارے میں معلومات ہونی چاہئیں جیسا کہ لوکل مارکیٹ میں کوئی خاص پروڈکٹ موجود نہیں تو اس کو چاہیے کہ وہ اس کا نعم البدل تلاش کرے جو ایسے ہی اجزاء پر مشتمل ہو اس طرح بڑے آرام سے سیلون میں سروسز پیش کی جاسکیں گی۔

3- تمام مصنوعات کی قیمتوں کی موازنہ کی فہرست

(Comparative list of the prices for all the products)

بنیادی اصولوں میں سے ایک اصول یہ ہے کہ تمام بڑھتے ہوئے کاروباروں کا منافع قیمتوں کو کم کر دیتا ہے۔ اس مقصد کے لیے تمام مصنوعات کی تقابلی قیمتوں کی فہرست ہونی چاہیے۔ کمپنی کو مصنوعات کے لیے قیمتوں کا کم سے کم انتخاب کرنا چاہیے یا معیار پر سمجھوتہ نہیں ہونا چاہیے۔

تقابل قیمتوں کی فہرست کا نمونہ

مصنوعات	کمپنی A	کمپنی B	کمپنی C
فیس سکرپ	350 روپے	375 روپے	325 روپے
پیرافن ویکس	280 روپے	275 روپے	282 روپے
سوٹھنگ لوشن	250 روپے	225 روپے	240 روپے

یاد رکھیں

آج کل مارکیٹ میں معیاری اور غیر معیاری ہر طرح کی مصنوعات کی بھرمار ہے اس لیے ضروری ہے کہ مصنوعات کے معیار پر سمجھوتہ نہ کریں ورنہ سیلون کی ساکھ خراب ہو سکتی ہے۔

عملی سرگرمی

کردار ادا کریں: مشہور سیلون کو فون کریں اور جلد کی ٹریٹمنٹ میں استعمال ہونے والی جدید مصنوعات کے بارے میں معلومات حاصل کریں۔

ماڈیول کا خلاصہ

اس ماڈیول میں ٹرینیز نے مندرجہ ذیل موضوعات کے متعلق معلومات حاصل کیں:

- ☆ کلائنٹ کو پیشہ ورانہ طریقے سے خوش آمدید کہنا بہت ضروری ہے۔
- ☆ سیلون کے اصولوں کے مطابق ماحول کو خوشگوار بنانا ضروری امر ہے۔
- ☆ مارکیٹ ریسرچ / فیڈ بیک / سروے اور مارکیٹ کی ڈیمانڈز کا اندازہ لگانا بہت ضروری ہے۔
- ☆ مارکیٹ میں دستیاب کردہ مصنوعات اور میٹریل کی قیمتوں اور لاگت کا موازنہ کرنا بہت اہم ہے۔
- ☆ کلائنٹ کے لیے پرموشنل آفرز کو ڈیزائن اور پیش کرنا ایک توجہ طلب کام ہے۔
- ☆ کلائنٹ کو آفرز کی اہمیت اور پرموشنل میٹریل کے بارے میں کیسے بتانا ہے۔
- ☆ ٹرینٹمنٹ کے دوران تضادات (Contraindications) کو کیسے شناخت کرنا ہے۔
- ☆ کسی بھی طرح کے مُضر اثرات ظاہر کی صورت میں ٹرینٹمنٹ اور مصنوعات کی شناخت کرنا ایک اہم کام ہے۔
- ☆ ماہرین کے ساتھ مشاورت کرنا ضروری ہے کہ مہارت کو نئے انداز میں کیسے کرنا ہے۔
- ☆ مارکیٹ میں موجود مناسب مصنوعات، اوزار و آلات اور فرنیچر منتخب کرنا بہت ضروری ہے۔

اکثر پوچھے جانے والے سوالات

سوال نمبر 1۔ آٹومیشن مارکیٹنگ (Automation) کیا ہے؟

جواب۔ آٹومیشن مارکیٹنگ ایک ایسا سوٹ ویئر ہے جس سے خود کار طریقے سے مارکیٹنگ ہوتی ہے۔

سوال نمبر 2۔ پرموشنل میٹریل کی کوئی سی پانچ مثالیں بتائیں؟

جواب۔ پوسٹ کارڈز، فلائرز، کیٹلاگ، گائیڈز، کینڈر، اخباری خط، بزنس کارڈز، پوسٹرز وغیرہ

سوال نمبر 3۔ مارکیٹنگ کے روایتی وسائل کون سے ہیں؟

جواب۔ پرنٹ میڈیا، ریڈیو، ٹیلی ویژن، براہ راست میل، ٹیلی مارکیٹنگ

سوال نمبر 4۔ مارکیٹنگ کے آلات سے کیا مراد ہے؟

جواب۔ مارکیٹنگ کے آلات کی تعریف پرموشنل حکمت عملی اور عمل ہے جو کوئی بھی کمپنی یا سیلون اپنی مصنوعات یا سروسز کو فروغ دینے کے لیے استعمال کرتے ہیں۔

سوال نمبر 5۔ فوکس گروپ (Focus group) کیا ہے؟

جواب۔ یہ ریسرچ کا وہ طریقہ ہے جس میں ایک کمرے میں چھ سے دس لوگوں کو بیٹھا کر ان سے خاص مصنوعات اور سروسز کے بارے میں رائے لی جاتی ہے

خود کو آزمائیں

دیئے گئے بیانات میں سے درست کے سامنے (✓) لگائیں۔ آپ اپنے جوابات کا ماڈیول کے آخر میں دی گئی جوابی فہرست سے موازنہ کر سکتے ہیں۔

1۔ سوشل میڈیا مارکیٹنگ (Social media marketing) ----- کے ذریعہ سے ہوتی ہے۔

- (ا) فیس بک، واٹس ایپ، انسٹاگرام اور ٹویٹر
(ب) اخباری خطوط اور فلائرز
(ج) ای میل اور انٹرنیٹ
(د) ا اور ب

2۔ براہ راست میل (Direct mail) میں شامل ہے۔

- (ا) پوسٹرز
(ب) ای میل
(ج) Flyers، خطوط اور کیٹلاگ
(د) ان میں سے کوئی نہیں

3۔ پرنٹ میڈیا (Print Media) میں شامل ہے۔

- (ا) اخبارات، بل بورڈز
(ب) کمپیوٹر
(ج) موبائل
(د) خط

4۔ بیوشین کو ورک شاپس میں شرکت کرنی چاہئے تاکہ سیکھ سکے۔

- (ا) مختلف زبانیں
(ب) جلد کی بیماریوں کے علاج کے نئے طریقے اور تکنیک
(ج) کھانا پکانا
(د) لوگوں سے میل ملاقات

5۔ کلائنٹ سے دوستانہ انداز سے ملنا اور اپنا تعارف کروانا ہمیشہ ہوتا ہے۔

- (ا) غیر اہم
(ب) خوشگوار عمل
(ج) اہم
(د) ناخوشگوار عمل

6۔ انٹرنیٹ کی موجودگی کے باوجود مارکیٹنگ کا سب سے مضبوط ذریعہ ہے۔

- (ا) ریڈیو
(ب) اخبار
(ج) کیٹلاگ
(د) ٹیلی ویژن

7۔ مارکیٹ ریسرچ سروے کمپنی یا سیلون کی مصنوعات اور سروسز کے بارے میں لوگوں سے رائے لی جاتی ہے۔

- (ا) ایک سوالنامہ یا فون سروے کی مدد سے
(ب) خط لکھ کر
(ج) ا اور ب
(د) کلاس روم میں

8۔ ایک بیوشین کو جدید مصنوعات کو سیلون میں استعمال کرنا چاہئے۔

(ا) ٹیٹ کرنے کے بعد
(ب) خرید کر
(ج) اس کی کمپنی دیکھ کر
(د) ب اور ج

9۔ سیلون میں سروسز کے چارجز میں اضافہ کا اٹھارہ ہوتا ہے۔
(ا) کلک پیپر
(ب) ا اور ج

(ج) ملک کی معاشی صورتحال پر
(د) بیوشن پر

10۔ Pay per click marketing کا تعلق ہے۔

(ا) Pop up ads
(ب) ای میل سے
(ج) اخبار سے
(د) ورکشاپ سے

درست جوابات

سوال نمبر	درست جواب
1	ا
2	ج
3	ا
4	ب
5	ب
6	د
7	ا
8	ا
9	ج
10	ا

ہمیںز اینڈ بیوٹی سروس

ٹیچنگ اینڈ لرننگ گائیڈ

نیشنل ووکیشنل سرٹیفیکیٹ لیول-2

ورژن-1، جنوری-2019

ماڈیول-3

بنیادی ہیئر اسٹائلینگ
(Basic Hair Styling)

عمومی جائزہ:

اس ماڈیول کا بنیادی مقصد یہ ہے کہ ٹرینیز اس قابل ہو جائیں کہ وہ مختلف ہیئر سٹائل کو جان سکیں اور انھیں بنانے کی مہارت حاصل کر سکیں اور مارکیٹ کی ضرورت کے مطابق بنیادی ہیئر سٹائل کی مختلف تکنیکس کو سرانجام دے سکیں۔

تدریسی نتائج:

اس ماڈیول کے اختتام پر ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ:

- ﴿ مقررہ کردہ معیار کے مطابق خود کو، کلائنٹ کو اور کام کرنے کی جگہ کو تیار کر سکیں۔
- ﴿ مقررہ معیار کے مطابق بالوں کا جائزہ اور شیپ کنڈیشننگ کر سکیں۔
- ﴿ مقررہ معیار کے مطابق بلو ڈرائی کر سکیں۔
- ﴿ مقررہ معیار کے مطابق عارضی طور پر بالوں کو سیدھا کر سکیں۔
- ﴿ مقررہ معیار کے مطابق عارضی طور پر بالوں کو کرل (Curl) کر سکیں۔
- ﴿ چھپا بنا سکیں۔

لرننگ پونٹ نمبر 1

خود کو، کلائنٹ اور کام کی جگہ کو ہمیشہ سائٹنگ کے لئے تیار کرنا

(Prepare yourself, client & work area for Hair Styling)

تدریسی نتائج:

اس لرننگ پونٹ کے اختتام پر پڑھینا اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ:

- ☆ مقررہ معیار کے مطابق خود کو ہمیشہ سائٹنگ کے لئے تیار کر سکیں۔
- ☆ مقررہ معیار کے مطابق کلائنٹ کو ہمیشہ سائٹنگ کے لئے تیار کر سکیں۔
- ☆ مقررہ معیار کے مطابق کام کی جگہ کو ہمیشہ سائٹنگ کے لئے تیار کر سکیں۔

مقررہ معیار کے مطابق خود کو ہمیشہ سائٹنگ کے لئے تیار کرنا

- 1- سب سے پہلے جیولری اتاریں۔
- 2- گلوں پہنیں۔
- 3- چہرے پر ماسک پہنیں۔
- 4- بالوں کو شاور کیپ سے کور کریں۔
- 5- ایپرن پہنیں۔

یاد رکھیں

تولید کنندہوں کے گرد لپٹنے سے پہلے اس بات کا یقین کر لیں کہ تولیے اچھی طرح سے دھلا ہوتا کہ کسی زہنکیشن کا خدشہ نہ ہو۔



مقررہ معیار کے مطابق کلائنٹ کو شیمپو، کنڈیشننگ اور ہمیشہ سائٹنگ کیلئے تیار کرنا

- 1- کلائنٹ سے جیولری اتارنے کا کہیں۔
- 2- ایپرن پہنا سکیں۔
- 3- ٹاؤل لگائیں۔
- 4- کانوں میں کاٹن Ear Pads لگائیں۔
- 5- آنکھوں کو کور کریں۔
- 6- گردن کو ریٹ پوزیشن میں لانے کے لئے تولیہ تہہ کر کے گردن کے نیچے رکھیں۔
- 7- پانی کا ٹمپر پیچر چیک کریں تاکہ کلائنٹ کو کسی ممکنہ نقصان سے بچا سکیں۔
- 8- بالوں کو شیمپو کنڈیشننگ کرنے کے بعد ورک اسٹیشن پر واپس لے جائیں گے۔
- 9- نیا ایپرن اور ٹاؤل لگائیں۔
- 10- بالوں کو ڈرائی کر کے ہمیشہ سائٹنگ کے لئے تیار کریں اور ورک اسٹیشن پر لے جائیں۔



- مقررہ معیار کے مطابق کام کی جگہ کو شیپو، کنڈیشننگ اور ہنیر اسٹائلنگ کیلئے تیار کرنا
- 1- شیپو کنڈیشننگ اور ہنیر اسٹائلنگ کے لئے ورک اسٹیشن کو صاف کریں۔
 - 2- ہنیر اسٹائلنگ کی مصنوعات، آلات و اوزار کی ترتیب لگائیں۔
 - 3- شیپو کنڈیشننگ اور ہنیر اسٹائلنگ کیلئے متعلقہ آلات کو سٹرلائز کریں۔
 - 4- کلائنٹ کے بالوں کی ساخت کے مطابق شیپو اور کنڈیشننگ کا انتخاب کریں۔
 - 5- کلائنٹ کے بالوں کی ساخت کے مطابق ہنیر اسٹائلنگ کی مصنوعات کے مطابق (جیل، موس اور سپرے) کا انتخاب کریں۔
 - 6- مطلوبہ ہنیر اسٹائل کے لئے منتخب کردہ سامان (ہنیر پنز، بیکشن پنز، ٹیل کومبز، ہنیر برشز، ہنیر ڈرائیئر، ہنیر سٹریٹسر، ہنیر Tong، ہنیر مینڈرز اور بالوں کی سجاوٹ کا سامان) ٹرالی میں ترتیب دیں۔



ہنیر اسٹائلنگ کیلئے استعمال ہونے والی مصنوعات اور آلات

- i- آلات و ساز و سامان
- | | |
|-------------------------|---------------------|
| 1- والیم بڑے ساز کے برش | 2- ان ورڈ میڈیم برش |
| 3- ان ورڈ چھوٹے برشز | 4- آؤٹ ورڈ برشز |
| 5- پیڈل برشز | 6- کومبز |
| 7- نیگرو کومبز | 8- بلوڈ رائے کلیپس |
| 9- سیکشن کلیپس | 10- ریزو بیٹرز |
| 11- ہنیر پنز | 12- بوٹی پنز |

ہمیر ہینڈر	-14	Tong	-13
سجاوٹ کا سامان (ہیٹس، گلیٹر، کلیپس)	-16	ہمیر سٹریٹر	-15
ہمیر رولرز	-18	ہمیر ڈرائیئر	-17
ہڈ ڈرائیئر	-21	ہائیڈرولک چیئر	-19
سپرے بوتل	-20		

کیا آپ جانتے ہیں!
ہڈ ڈرائیئر ایک بڑا سارقی آلہ ہوتا ہے۔
جس میں ایک لمبے شینڈ کے اوپر بڑا
سے ہڈ لگا ہوتا ہے۔ اس ہڈ میں چھوٹے
چھوٹے سوراخ ہوتے ہیں۔ جو کہ
Steam اور Ventilation
دینے کے کام آتے ہیں۔



ٹول بکس

ii- مصنوعات

درج ذیل مصنوعات بلو ڈرائیونگ کیلئے استعمال کی جاتی ہیں۔

بالوں کا سپرے (Hair Spray)

اسے بالوں کو سیٹ کرنے کیلئے اور شاکل بنانے کے بعد لگا یا جاتا ہے۔ یہ بالوں کو سہارا دے کر شاکل کو Fix کرتا ہے۔



وکیس (Wax)

یہ بالوں کی حرکت کو روکتی ہے اور بالوں پر شاکل بنا کر لگائی جاتی ہے۔ اسے ہاتھوں پر مل کر جس جگہ ضرورت ہو وہاں لگا دیا جاتا ہے۔



جیل (Gel)

یہ بالوں کو اکٹھا کرتی اور سہارا دیتی ہے یہ بہت ساری قسموں کی ہوتی ہے جیسے سپرے جیل جس سے بال گیلے لگتے ہیں وغیرہ یہ بھی ہاتھوں پر پھیلا کر بالوں پر لگائی جاتی ہے۔



موس (Mousse)

یہ جیل، فوم سپرے کی شکل میں ہوتی ہے۔ یہ بالوں کو بلوڈرائی کرنے سے پہلے گیلایا کرنے کے کام آتی ہے۔ اس سے ہینرڈ ریسر کو بالوں کو سیٹ کرنے میں مدد ملتی ہے۔ بلوڈرائی سے پہلے اسے بالوں میں لگا کر کنگھی کر دی جاتی ہے۔



رنگ دار موس (Color Mousse)

یہ عام موس جیسا ہی ہوتا ہے اس میں کچھ عارضی رنگ ملا دیے جاتے ہیں جو کہ بالوں کے رنگ کو نکھارنے یا پھر سفید بالوں کو قوی طور پر چھپانے میں مدد دیتے ہیں۔ اسے بالوں کو دھوتے ہی بالوں میں لگا کر کنگھی کر دی جاتی ہے۔

عملی سرگرمی

- ﴿ شیمپو اور کنڈیشننگ کیلئے کام کی جگہ کو تیار کریں۔
- ﴿ شیمپو اور کنڈیشننگ کرنے سے پہلے خود کو تیار کریں۔
- ﴿ شیمپو اور کنڈیشننگ کیلئے کلائنٹ کو تیار کریں۔

مقررہ معیار کے مطابق بالوں کا جائزہ، شیمپو اور کنڈیشننگ کرنا

(Perform shampoo & conditioning as per standard procedures)

تدریسی نتائج:

اس لرننگ یونٹ کے اختتام کے بعد ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ:

- ☆ کلائنٹ کو شیمپو اور کنڈیشننگ کے لئے تیار کر سکیں۔
- ☆ مقررہ معیار کے مطابق شیمپو کر سکیں۔
- ☆ مقررہ معیار کے مطابق کنڈیشننگ کر سکیں۔

مصنوعات کا علم

شیمپو اور کنڈیشننگ کی مصنوعات کو جاننے سے پہلے بالوں کی اقسام کا علم ہونا بہت ضروری ہے تاکہ صحیح شیمپو اور کنڈیشننگ کا انتخاب کیا جاسکے۔

بالوں کی ساخت کی شناخت کرنا (Identification of Hair Structure)

بال کی ساخت اس کے سائز اور Hair Follicle پر منحصر ہے۔ Hair Follicle وہ گڑھا ہے جہاں سے بال اگتا ہے۔ اس کی مختلف اقسام ہیں۔

باریک بال (Fine Hair)

باریک بال سب سے نازک ساخت کے ہوتے ہیں اور باریک بالوں والے اشخاص کے سر پر عموماً زیادہ بال ہوتے ہیں۔ باریک بال زیادہ چکنے پکنے اور چٹے ہوتے ہیں اس لئے ان کا سٹائل برقرار رکھنا مشکل ہوتا ہے۔ باریک بالوں کی دوسری سطح ہوتی ہے Crotex اور Cuticle۔



مناسب بال (Medium)

بال موٹے ہونے کی وجہ سے الجھ سکتے ہیں۔ ان کا سٹائل بنانا تھوڑا مشکل ہوتا ہے ان کی ساخت دھاگے نما ہوتی ہے یہ نہ باریک ہوتے ہیں نہ ہی کھر درے۔



موٹے اور کھر درے بال (Coarse)

ایسے بالوں میں تین سطحیں ہوتی ہیں Cortex، Cuticle اور Medulla، اس لئے ان کی ساخت روکھی ہوتی ہے۔ Medulla میں زیادہ تر ہوا اور پروٹین ہوتی

ہے۔ ایسے بال سوکنے میں زیادہ وقت لیتے ہیں۔ کیمیکل ٹریٹمنٹ کرنے میں مشکل دیتے ہیں۔ ہیٹ برداشت کر سکتے ہیں اور آسانی سے ٹوٹتے نہیں۔



گھنگریالے بال (Curly)

گھنگریالے بال سیدھے نہیں بلکہ لہروں والے ہوتے ہیں۔ یہ لہریں پتلی بھی ہو سکتی ہیں اور موٹی بھی۔ بعض لہریں اوپر کی جانب بڑھتی ہیں اور بعض نیچے کی جانب لیکن ہر طرح کے گھنگریالے بالوں کی حفاظت ایک جیسی ہوتی ہے۔

بالوں کی ساخت کے مطابق شیمپو کا انتخاب

شیمپو کی اقسام	بالوں کی صورتحال
لیمون، سادہ صابن کے بغیر میڈی کلنڈ (Medicated) اور اینٹی ڈینڈرف (Anti Dandruff)	چکنے بال اور کھوپڑی آگلی بال اور Scalp خشک کھوپڑی (ڈرائی Scalp)
نمی والا شیمپو بارل، بادام یا لینولن (lanolin) پروٹین کنڈیشنر اور شیمپو تیزاب (amino Acid) سے ملا کر تیار کیا گیا ہو۔	نارل بال قدرتی خشک بال کیمیکی خشک بال
Volumising شیمپو	(پریم، پلچ کیے ہوئے بال) اجھے ہراتے ہوئے بال
گہرائی سے صاف کرنے والا Deep Cleaning شیمپو	بال جن پر بیہر یا دوسری چیزوں کو بہت استعمال کیا جاتا ہو
سادہ صابن کے بغیر والا شیمپو متوازن تیزابیت والا شیمپو جس کا 4-SPH ہو	بال جو کہ سیلون میں پریم کیے جاتے ہوں بال جو کہ سیلون میں پلچ یا tint کئے جانے ہوں
شیمپو جو کہ کرلز کو کم کرے اور بالوں کو نرم اور ملائم بنائے۔ شیمپو جن میں گلیسرین (glycerin) اور collagen وغیرہ ملے ہوں تاکہ بالوں کو کچھ نمی (moisture) مل سکے۔	موٹے اور کرلی بال خشک بال

ذیل میں، مارکیٹ، میں دستیاب کچھ کنڈیشنرز کی اقسام بیان کی جا رہی ہیں۔

کنڈیشنر	
ہائڈریٹنگ / موئسچرائزنگ کنڈیشنر Hydrating/Moisturizing	بالوں میں نمی، چمک اور ہمواری کے لیے بہترین ہوتے ہیں۔ کرلی، ٹوٹنے والے اور موٹے بالوں کے لیے اچھے ہوتے ہیں۔
جھم پیدا کرنے والے کنڈیشنر	اچھے اور بھاری بالوں کے لیے بہت اچھے ہوتے ہیں۔ اگر آپ اپنے بالوں کا جھم بڑھانا چاہتی ہیں تو Volumizing کنڈیشنر استعمال کر سکتی ہیں۔
مضبوطی بخشنے والے کنڈیشنر	خراب کمزور، ٹوٹنے والے یا جن پر زیادہ کیمیکل استعمال کیا جاتا ہو ان کے لیے بہترین ہیں۔
توازن دینے والے کنڈیشنر	درمیانی خصوصیات کے حامل ہوتے ہیں۔ نہ بہت زیادہ نمی والے اور نہ ہی بہت خشک۔
ناہموار اور بالوں کو سیدھا کرنے والے کنڈیشنر کرلی بالوں کے لیے کنڈیشنر	اضافی نمی سینے والے اجزاء Cuticle کو بند کر کے بالوں کو سیدھا اور ہموار کرتے ہیں۔ یہ کنڈیشنر خاص طور پر مست Curly بالوں کے لیے بنائے جاتے ہیں جو کی بالوں کو نمی دینے والے اور کرلز کو کم کرنے کے لیے اضافی محنت کرتا ہے۔

عملی سرگرمی

سیلون میں استعمال ہونے والے شیمپو کی فہرست بنائیں مینو فکچر کی ہدایات ضرور پڑھ لیں کہ یہ شیمپو اور کنڈیشنر کس قسم کے بالوں کے لئے موزوں ہے اور اس کا استعمال کیسے کیا جاتا ہے۔

شیمپو کروالی مصنوعات	بالوں کی اقسام
	نارٹل
	چکنے
	خشک
	رنگ دار

شیمپو کرنے کا طریقہ

- 1- انڈسٹری کے مقرر کردہ معیار کے مطابق خود کو، کام کرنے کی جگہ کو اور کلائنٹ کو حفظان صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کریں۔
- 2- مشاورت کے بعد کلائنٹ کو کام کرنے کی جگہ پر لے جائیں۔
- 3- بالوں کو اچھی طرح گھسیا کریں۔
- 4- بالوں کی ساخت کے مطابق تھوڑا سا شیمپو اپنی ہتھیلی پر ڈالیں اور پھر دونوں ہاتھوں کو لکڑی سے پھیلا لیں۔
- 5- بالوں کی جڑوں سے شیمپو لگانا شروع کریں۔
- 6- اپنی انگلیوں کے پوروں سے دو تین منٹ تک Scalp پر مساج کریں۔
- 7- شاور سے بال اچھی طرح دھو لیں۔
- 8- اچھی طرح یقین کر لیں کہ بالوں سے شیمپو مکمل طور پر نکل گیا ہے۔

9- اگر ضرورت ہو تو دوبارہ شیمپو لگائیں۔ اور پھر اس کے بعد اچھی طرح دھولیں۔

10- کنڈیشنر لگانے سے پہلے بالوں کو تھوڑا سا پانی نکال دیں۔



شیمپو کی تعریف

ایسی پروڈیکٹ کو بالوں سے میل، چکنائی، جلد کے ذرات خشکی اور ماحولیاتی آلودگی کو صاف کرے۔

کنڈیشنر کرنے کا طریقہ

کنڈیشنر کرنے کا طریقہ درج ذیل ہیں۔

- 1- تھوڑا سا کنڈیشنر اپنی ہتھیلی پر لیں اور اسے دونوں ہاتھوں پر مل کر پھیلائیں۔
- 2- کلائنٹ کے بالوں کی موٹائی اور لمبائی کے مطابق کنڈیشنر کی اچھی مقدار جڑوں کو چھوڑ کر سارے بالوں میں یکساں لگا دیں۔
- 3- کنڈیشنر کو تین سے پانچ منٹ کے لیے بالوں میں لگا رہنے دیں۔
- 4- بالوں کو دھونے سے پہلے ٹوتھ کو مہ سے بالوں کو سلجھالیں۔
- 5- بالوں کو اچھی طرح پانی سے دھولیں تاکہ کنڈیشنر نکل جائے۔
- 6- کلائنٹ کے بالوں کو توتلیے سے لپیٹ کر ورک اسٹیشن پر واپس لے آئیں۔
- 7- بالوں کو کھلے منہ والی کنگھی سے سلجھائیں۔

یاد رکھیں!

کنڈیشنر کھدے اور روکھے بالوں کے ہیر Ph کو بیلنس کرنے کیلئے استعمال کی جاتا ہے۔

احتیاطی تدابیر

- 1- سروس ایریا بالکل صاف ستھرا اور خشک ہو۔
- 2- شیمپو اور کنڈیشنر کلائنٹ کے بالوں کی ساخت کے مطابق ہو۔
- 3- کلائنٹ کو آرام دہ حالت میں بٹھانا چاہئے۔
- 4- پانی کا ٹمپرچر نارمل ہو۔

بلوڈ رائنگ سرانجام دینا

(Perform Blow Dry)

تدریسی نتائج:

اس لرننگ پونٹ کے اختتام کے بعد ٹریٹمنٹ اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ:

- ☆ مقرر کردہ معیار کے مطابق Straight بلوڈ رائی کر سکیں۔
- ☆ مقرر کردہ معیار کے مطابق Inward بلوڈ رائی کر سکیں۔
- ☆ مقرر کردہ معیار کے مطابق Outward بلوڈ رائی کر سکیں۔

مصنوعات اور آلات واوزار کا علم ہونا

یہ موضوع لرننگ پونٹ نمبر 1 میں پہلے ہی بیان کر دیا گیا ہے۔

بلوڈ رائی کی اقسام اور خصوصیات

1- نوزل اور نوزل کے بغیر والے ڈیزائن

عام اصول کے مطابق بلوڈ رائی دو طرح کے ہوتے ہیں، نوزل والے اور بغیر نوزل والے۔ یہ ہوا کے بہاؤ دینے والے سسٹم ہوتے ہیں زیادہ تر نوزل کو ہوا کے بہاؤ کو بالوں پر مرکوز کرنے کی ضرورت کے مطابق ترجیح دی جاتی ہے۔

2- ہینیر ڈرائی کی ہوا کی رفتار واٹس میں ماپنی جاتی ہے

ہینیر ڈرائی واٹس کی حد زیادہ سے زیادہ 2000 اور کم سے کم 600 تک ہوتی ہے۔

3- کم سے کم درجہ حرارت والی سیٹنگ درکار ہوتی ہے

نازل پتلے، نازک یا خراب بالوں کو ڈرائی کی ٹھنڈی اور گرم کی خصوصیات کی وجہ سے نقصان پہنچانے کا اندیشہ ہوتا ہے۔

4- کولڈ شاٹ بٹن

بالوں کی سٹائلنگ میں سب سے آخر میں ٹھنڈی ہوا بالوں پر ڈالنے سے بال اچھے طرح سیٹ ہو جاتے ہیں کیونکہ گرم ہوا سے بالوں کے کیونیکل کھل کر بالوں کو کھردرا کر سکتے ہیں۔ بلکہ ٹھنڈی ہوا بالوں کی کیونیکل کو بند کر کے سٹائل کو فکس کرتی ہے۔

5- زیادہ کرلی بالوں کیلئے Ionic ٹکنیک کا استعمال

بلوڈ رائی کے ساتھ Ionic خصوصیات والی ڈبل پورٹ ملتی ہے جو کہ منفی Inos کو خارج کرتی ہے اور مثبت Inos کو بے اثر۔ اس عمل سے بال چمکدار اور صحت مند نظر آتے ہیں۔ اسے Dual Port Inoic بھی کہا جاسکتا ہے۔

بلوڈ رائی کا تعارف

بلوڈ رائی سے بالوں کی دیورنگالی جاتی ہے۔ جس میں ہینیر ڈرائی اور بلوڈ رائی کے برشز استعمال ہوتے ہیں۔ جن کا تعارف پونٹ نمبر 1 میں دیا جا چکا ہے اور اس کے بعد بالوں کو Outward, Inward and Straight شکل میں لایا جاتا ہے۔

بالوں کو سکھانے اور اسٹائلنگ کی ٹکنیک

ان ورڈ

ان ورڈ کرتے ہوئے بلوڈ رائیز سے گرم ہوا کو اوپر سے دیں۔ بالوں کو باہر سے اندر کی طرف سیٹ کریں۔

آؤٹ ورڈ

آؤٹ ورڈ کرتے ہوئے بلوڈ رائیز سے گرم ہوا کو نیچے کی طرف سے دیں۔ اس میں بالوں کو اندر کی بجائے باہر کی طرف سیٹ کیا جاتا ہے۔

جھم بڑھانے کیلئے بلوڈ رائی

بالوں کی جڑوں پر موس یا جیل لگادی جاتی ہے۔ کیونکہ بلوڈ رائی سے ان کا جھم بڑھایا جاتا ہے۔ باقی کا عمل ایک جیسا ہی رہے گا۔

بال سیدھے کرنے کیلئے بلوڈ رائی

بالوں کو زیادہ درجہ حرارت سے بچانے کیلئے سیرم (serum) یا بام لگادی جاتی ہے۔

بلوڈ رائنگ کا طریقہ کار

- 1- کام کرنے کی جگہ کو بلوڈ رائنگ کیلئے تیار کر لیں جیسے سٹائلنگ والی کرسی (سارے لیور کام کر رہے ہیں)، ٹرالی (Trolley)، ڈرائیو (Drayer)، سیکشننگ کلپ (sectioning clips)، ٹیل کومب (tail Comb)، موس (Mousse) اور بیئر سپرے وغیرہ
- 2- کلائنٹ کو آرام دہ طریقے سے کرسی پر بٹھائیں۔
- 3- کلائنٹ کے آرام اور اپنے قدم کے مطابق کرسی کا لیول سیٹ کر لیں۔
- 4- کلائنٹ کے بالوں کی ساخت کا معائنہ کریں (کرلی، موٹے، پتلے، سیدھے وغیرہ)
- 5- کلائنٹ سے اس کی پسند پوچھیں کہ وہ کیسا بلوڈ رائی چاہ رہے ہیں، ان ورڈ، آؤڈ ورڈ یا سادہ بلوڈ رائی۔
- 6- اگر بال پتلے ہوں تو ان میں جھم دینے کیلئے بالوں پر پہلے موس لگالیں۔
- 7- اگر بال بہت چھولے ہوئے اور موٹے ہیں تو ان پر ٹونر یا سیرم لگالیں۔
- 8- موٹے اور کرلی بالوں کیلئے سب سے بڑا گول برش استعمال کریں اور پتلے اور چھولے ہوئے بالوں کیلئے درمیانے سائز کا۔ مطابق 30 سے 45 منٹ ہوتا ہے۔
- 9- بالوں کو اچھی طرح جڑوں سے سروں تک سکھائیں۔
- 10- سارے بالوں کو آدھے آدھے حصے میں تقسیم کریں اور دو حصے بنا ٹیل کومب سے۔
- 11- گھنے بالوں میں زیادہ سیکشن بنائیں اور پتلے بالوں میں کم۔
- 12- ڈرائیو کا پلگ آن کریں اور درجہ حرارت بالوں کی ساخت کے حساب سے سیٹ کریں جیسے، کرلی اور گھنے بالوں کے لئے زیادہ درجہ حرارت اور پتلے اور کم وزن بالوں کیلئے کم درجہ حرارت رکھتے ہیں۔
- 13- گردن کے اوپر سے بھی سیکشن لے کر سیکشن کلپ لگادیں اور اب بلوڈ رائنگ شروع کریں۔
- 14- ہوا کا بہاؤ بالوں کی سمت کے مطابق رکھیں۔
- 15- بلوڈ رائنگ کا اچھا اثر ڈالنے کیلئے پہلے جڑوں سے تھوڑے فاصلے پر ڈرائیو کریں پھر درمیان میں اور پھر سیکشن کے سروں پر۔
- 16- بلو ڈرائنگ کا اچھا اثر ڈالنے کیلئے پہلے جڑوں پر ڈرائیو کریں پھر درمیان میں اور پھر سیکشن کے سروں پر۔
- 17- سر کی چوٹی کے سیکشن کو اوپر کی طرف کھڑا کر کے بلوڈ رائی کرنا چاہئے اس سے بالوں میں جھم آجاتا ہے اور بال چپکے ہوئے نہیں لگتے۔
- 18- ان ورڈ سٹیلنگ کیلئے بالوں کے سروں کو برش سے اندر کی طرف رول کریں اور آؤٹ ورڈ سٹیلنگ کیلئے باہر کی طرف۔
- 19- یہ عمل تب تک جاری رکھیں جب تک سارے بال خشک ہو کر سیٹ نہ ہو جائیں۔
- 20- اپنی انگلیوں سے دوڑوں طرف کے بالوں بٹھا کر سیٹ کریں۔
- 21- بلوڈ رائی مکمل ہونے کے بعد بالوں کو فیکس کرنے کیلئے ٹھنڈی ہوا سے بلوڈ رائی کریں۔



احتیاطی تدابیر

- 1- کلائنٹ کو تولیہ اور ایپرن ضرور لگائیں۔ تاکہ کلائنٹ کے کپڑے خراب نہ ہوں۔
- 2- ڈرائیور کو مناسب فاصلے پر رکھ کر چلائے۔
- 3- نارمل درجہ حرارت پر رکھیں۔
- 4- بلوڈ رائی کرنے کے بعد بالوں کو گیلانا نہ کریں۔

عملی سرگرمی

- ﴿ ٹریننگ کے مطابق 25 منٹ میں ان ورڈ بلوڈ رائی کریں۔
- ﴿ ٹریننگ کے مطابق 25 منٹ میں آؤٹ ورڈ بلوڈ رائی کریں۔

عارضی طور پر بالوں کو سیدھا کرنا

(Perform Temporary Straightening as per Standard Procedures)

تدریسی نتائج:

- اس لرننگ یونٹ کے اختتام کے بعد ٹریینر اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ:
- ﴿ مینوفیکچر کی ہدایات کے مطابق تھرمل پروٹیکشن کی مصنوعات لگانا
 - ﴿ ضرورت کے مطابق بالوں کی Ironing کرنا
 - ﴿ ضرورت کے مطابق فینشنگ کرنا

مصنوعات اور آلات و اوزار

یہ موضوع لرننگ یونٹ نمبر 1 میں پہلے ہی بیان کر دیا گیا ہے۔

یاد رکھیں!

Straightening سے پہلے تھرمل پروٹیکشن کی مصنوعات ضرور لگائیں۔

بالوں کو سیدھا (Straight) کرنے کا طریقہ کار

- 1- بالوں کو سیدھا کرنے کیلئے خود کو کام کرنے کی جگہ اور کلائنٹ کو حفظان اصول کے مطابق تیار کریں۔
- 2- کلائنٹ سے مشاورت کے بعد کام کی جگہ پر لے جائیں۔
- 3- Straightening کے لیے تمام سامان، کنگھی، ہیئر سیریم، Thermal Heat Protector، برش، Straightener کو ترتیب دیں۔
- 4- کلائنٹ کے بالوں کی ساخت اور قسم چیک کریں کہ آٹلی، خشک، پتلے اور موٹے ہیں۔
- 5- چیک کریں سر کی جلد پر کوئی زخم یا نشان تو نہیں۔
- 6- چیک کریں کہ وہاں کوئی ہنر کلر، ری بونڈنگ یا پرمنگ کیمیکلز کی باقیات تو نہیں ہیں۔
- 7- Straightening سے پہلے گھنگریالے اور موٹے بالوں کو بلو ڈرائی کریں۔
- 8- straightening کا سوچ لگائیں کلائنٹ کے بالوں کی قسم کے مطابق درجہ حرارت سیٹ کریں۔ مثال کے طور پر نارمل بالوں کے ۲۱۰ ڈگری اور گھنگریا لے بالوں کے لیے 230 ڈگری۔
- 9- بالوں کو چار برابر حصوں میں تقسیم کریں۔
- 10- بالوں کو چھوٹے حصوں میں تقسیم کر لیں اور کپ سے محفوظ کریں۔
- 11- سر کے پیچھے سے بالوں کے ایک حصے کو کھول دیں۔ ایک ہاتھ میں کنگھی اور دوسرے میں straightener ہونا کہ straightening کا عمل شروع کیا جاسکے۔
- 12- کنگھی کے ساتھ ایک حصے کو اٹھائیں اور بالوں کے ہر حصے کی نوک سے جڑوں تک سیدھا کریں۔
- 13- یہی عمل سارے بالوں پر دہرائیں۔



احتیاطی تدابیر

1- بالوں کو سیدھا کرتے ہوئے حفظانِ صحت کے اصولوں کا خاص خیال رکھیں۔ اور تمام آلات کو Sterlize کر لیں۔

عملی سرگرمی

20 منٹ میں بالوں کو سیدھا کریں۔

عارضی طور پر بالوں کو کرل کرنا

(Perform Temporary Curling as per Standard Procedures)

تدریسی نتائج

اس لرننگ یونٹ کے اختتام کے بعد ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ:

- ❖ ضرورت کے مطابق Tong کے ساتھ عارضی طور پر کرل کر سکیں۔
- ❖ ضرورت کے مطابق رولر سیٹنگ کر سکیں۔
- ❖ ضرورت کے مطابق فننگ کرل کر سکیں۔
- ❖ ضرورت کے مطابق ہینڈ زکرل کر سکیں۔

مصنوعات اور آلات و اوزار

یہ موضوع لرننگ یونٹ نمبر 1 میں پہلے ہی بیان کر دیا گیا ہے۔

یاد رکھیں!

کرلنگ سے پہلے بالوں کی سیکشنگ اچھی طرح کریں۔ تاکہ بالوں میں کھینچاؤ نہ پڑے۔

بالوں کو کرل کرنے کی مختلف تکنیکس اور طریقہ کار

1- فننگ کرلز Finger Curls

- 1- انڈسٹری کے مقرر کردہ معیار کے مطابق خود کو کام کرنے کی جگہ اور کلائنٹ کو حفظانِ صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کریں۔
- 2- کلائنٹ سے مشاورت کے بعد کام کی جگہ پر لے جائیں۔
- 3- ضرورت کے مطابق بالوں کی سیکشنگ کریں۔
- 4- بالوں کو ضرورت کے مطابق جیل یا موس لگا کر فننگ کرلز کیلئے تیار کریں۔
- 5- ضرورت کے مطابق بالوں کو فننگ کے ساتھ ان ورڈ یا آؤٹ ورڈ (bubels) ہبلز بنا کر سادہ پن کے ساتھ پن اپ کریں۔
- 6- ضرورت کے مطابق ہڈ ڈرائی سے بالوں کو 10 سے 15 تک ہیٹ دیں۔
- 7- ڈیمانڈ کے مطابق اگر کرلز ہو گئے ہوتو انکو کھول کر ہینر سپرے کر کے فیکس کر دیں۔



2- ہینڈ زکرل Bands Curls

- 1- انڈسٹری کے مقرر کردہ معیار کے مطابق خود کو کام کرنے کی جگہ اور کلائنٹ کو حفظانِ صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کریں۔

- 2- کلائنٹ سے مشاورت کے بعد کام کی جگہ پر لے جائیں۔
- 3- ہینڈز کا باکس ان کریں۔
- 4- ضرورت کے مطابق بالوں کی سیکشنگ کریں۔
- 5- کلائنٹ کی ڈیمانڈ کے مطابق ان ورڈ یا آؤٹ ورڈ ہینڈز لگا کر فکس کریں۔
- 6- اگر ضرورت ہو تو کلائنٹ کو ہڈ ڈرائیئر سے ہیٹ دیں۔
- 7- ایک کرل کھول کر دیکھ لیں اگر ٹھیک ہو تو باقی بھی کھول دیں۔
- 8- ہینڈ سپرے کریں تاکہ اسٹائل فکس ہو جائے۔



3- Tong (چٹا) ہینڈ اسٹائل

- 1- انڈسٹری کے مقرر معیار کے مطابق خود کو ورک اسٹیشن اور کلائنٹ کو حفظانِ صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کریں۔
- 2- کلائنٹ سے مشاورت کے بعد اسکو کام کرنے کی جگہ پر لے جائیں۔
- 3- جیل ماؤس لگا کر بالوں کو اسٹائل کیلئے تیار کریں۔
- 4- ضرورت کے مطابق بالوں کی سیکشنگ کریں۔
- 5- کلائنٹ کی ڈیمانڈ کے مطابق بالوں کو Tong پر inword یا outword پلٹیں۔
- 6- بالوں کی ساخت کے مطابق اسکو ٹائم دیں۔
- 7- یہی عمل سارے بالوں پر دہرائیں۔
- 8- Tong اسٹائل مکمل کرنے کے بعد ہینڈ سپرے سے اسٹائل کو فکس کر دیں۔



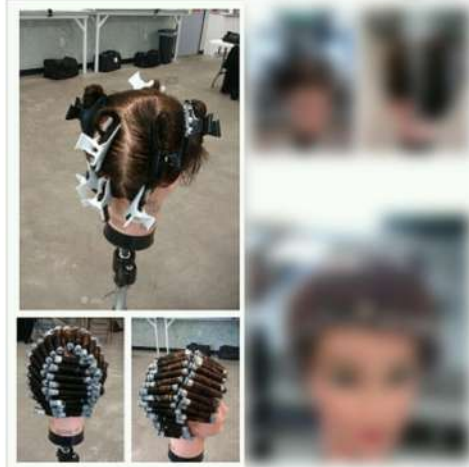
4- رولر ہینڈ اسٹائل

- 1- رولرز بالوں کو کرل کرنے کے لئے استعمال ہوتے ہیں۔ یہ عام طور پر تین سائز میں پائے جاتے ہیں۔ لارج، میڈیم اور سمال۔ رولر کی دو اقسام ہوتی ہیں۔ دونوں کی سیکشنگ ایک جیسی ہوتی ہے۔ سادہ رولرز اور الیکٹریکل رولرز۔

رولرز لگانے کا طریقہ

رولرز لگانا ایک آرٹ ہے اس میں بالوں کی لمبائی کے ساتھ ساتھ اسٹائل کو بھی مد نظر رکھنا پڑتا ہے۔ بالوں کی نیچر کے مطابق کاسٹیکس استعمال میں لائی جاتی ہے مثلاً نارٹل قسم کے بالوں کیلئے سیٹنگ جیل استعمال کرتے ہیں۔ سلی کمی قسم کے بالوں کے لیے موس کا استعمال کیا جاتا ہے۔ نارٹل بالوں پر ہلکی نمی میں رولرز لگانے جاسکتے ہیں تاکہ رولرز کھولنے کے بعد بالوں میں آکڑپن زیادہ نہ رہے۔ بال سافٹ بھی رہیں اور رول بھی صحیح آئے۔

- 1- انڈسٹری کے مقرر معیار کے مطابق خود کو ورک اسٹیشن اور کلائنٹ کو حفظان صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کریں۔
- 2- کلائنٹ سے مشاورت کے بعد اسکو کام کرنے کی جگہ پر لے جائیں۔
- 3- بالوں کو شیپو کر کے ٹاول سے خشک کریں۔
- 4- کسٹمر کو ایپرن لگائیں اور برش کر لیں۔
- 5- رولر کے سائز کے مطابق ٹیل کو موب کی مدد سے سیکشن کر لیں۔
- 6- بڑے بالوں پر ذرا موٹے اور چھوٹے بالوں پر ذرا چھوٹے رولر کا انتخاب کریں۔ یعنی کم از کم اڑھائی اور زیادہ سے زیادہ چھ ٹرن آجائیں۔ مجبوری میں تھوڑا بہت کم یا زیادہ بھی ہو سکتے ہیں۔
- 7- بیک سے ایک سیکشن کھول کر موس یا جیل کا استعمال کریں رولر کے مطابق لٹ نکالیں۔
- 8- ٹیل کو موب کی مدد سے لٹ کو سیدھا ایک لائن میں کریں لٹ کا رخ سر کی شیپ کے مطابق سیدھا کر دیں گے۔
- 9- کناروں کو فولڈ کرتے ہوئے اور رولر پر ذرا ٹائٹ رکھتے ہوئے سٹاپر پن سے لاک لگادیں۔
- 10- اسی طرح تمام بالوں کو رولرز لگائیں۔
- 11- رزلٹ آنے پر پہلے نیچے کے رولرز بعد میں اوپر کے رولرز کھولیں تاکہ بال الجھ نہ جائیں ساتھ ہلکی ہلکی سپرے کا استعمال کریں۔
- 12- تمام رولرز کھولنے کے بعد برش اور کو موب سے سیٹنگ کریں۔
- 13- فائنل ہونے پر ہیئر سپرے کا استعمال کریں۔



احتیاطی تدابیر

- 1- سٹائل سے پہلے بالوں کی سیٹنگ ضرور کریں۔
- 2- ہڈ ڈرائیر استعمال کرتے ہوئے احتیاط سے کام لیں ضرورت سے زیادہ ہیٹ نہ دیں۔
- 3- Tong کو زیادہ دیر تک بالوں میں نہ رہنے دیں۔ تاکہ بال خراب نہ ہوں۔

عملی سرگرمی

﴿ 25 منٹس میں بینڈ کر لوز کریں۔ ﴾

﴿ 30 منٹس میں فنکر کر لوز کریں۔ ﴾

مختلف قسم کی چٹیا بنانا

(Perform Braiding)

تدریسی نتائج

اس لرننگ یونٹ کے اختتام کے بعد تدریس تیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ:

- ﴿ ڈچ بریڈ بنا سکیں۔
- ﴿ فرینچ ٹیل اور فیش ٹیل بنا سکیں۔

مصنوعات اور آلات و اوزار

یہ موضوع لرننگ یونٹ نمبر 1 میں پہلے ہی بیان کر دیا گیا ہے۔

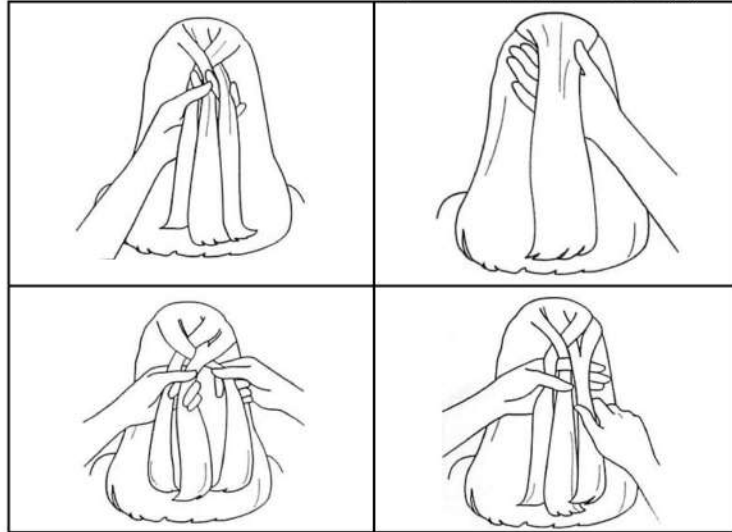
یا دیکھیں!

کسی بھی قسم کی چٹیا بناتے ہوئے چہرے اور بالوں کی ساخت کا خیال ضرور رکھیں۔

بالوں کی چٹیا بنانے کی مختلف تکنیکس اور طریقہ کار

i- فرینچ بریڈ French Braid

- 1- یہ ہینئر اسٹائل ایک چوٹی کی شکل میں ہے زیادہ تو گول چہرے پر اچھا لگتا ہے۔ یہ ہینئر اسٹائل میڈیم بالوں کا ہے۔
- 2- انڈسٹری کے مقررہ معیار کے مطابق خود کو، کلائنٹ اور کام کی جگہ کو حفظان صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کریں۔
- 3- کلائنٹ سے مشاورت کے بعد کام کی جگہ پر لے جائیں۔
- 4- بالوں کو موس اور ہینئر شائن لگا کر کنگھی کریں تاکہ بال اسٹائل کیلئے تیار ہو جائیں۔
- 5- کلائنٹ کا چہرہ دیکھیں گول ہے یا لمبا ہے اگر تو لمبا ہے تو دونوں آئی برو کے اینڈ سے بال اٹھائیں۔
- 6- اگر گول ہے تو مانگ کے دونوں طرف ایک ایک اٹیچ چوڑے بلاک میں بال اٹھائیں۔
- 7- جو بال اٹھانے ہیں ان بالوں کی اٹیچی چٹیا شروع کر دیں دو تین دینے کے بعد دونوں سائڈوں سے ایک ایک لیئر شامل کی جائیں درمیان والے بل ہیں۔
- 8- جب چٹیا کرواؤن ایریا تک جائے تو کلائنٹ کی گردن آگے کروائیں اور بالوں کے آخر تک چٹیا مکمل کر کے کلب یا ہینڈ لگا دیں۔
- 9- پھر موتیوں سے سجادیں اگر بال چھوٹے ہیں تو اینڈ سے فولڈ کر دیں۔





-ii ڈچ بریڈ Dutch Braid

- یہ ہمیر اسٹائل ایک چوٹی کی شکل میں ہے زیادہ تو گول چہرے پر اچھا لگتا ہے۔ یہ ہمیر اسٹائل میڈیم بالوں کا ہے۔
- 1- انڈسٹری کے مقررہ معیار کے مطابق خود کو، کلائنٹ اور کام کی جگہ کو حفظان صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کریں۔
 - 2- کلائنٹ سے مشاورت کے بعد کام کی جگہ پر لے جائیں۔
 - 3- بالوں کو موس اور ہمیر شائن لگا کر کنگھی کریں تاکہ بال سٹائل کیلئے تیار ہو جائیں۔
 - 4- کلائنٹ کا چہرہ دیکھیں گول ہے یا لمبا ہے اگر تو لمبا ہے تو دونوں آئی برو کے اینڈ سے بال اٹھائیں۔
 - 5- اگر گول ہے تو مانگ کے دونوں طرف ایک ایک اچھ چوڑے باک میں بال اٹھائیں۔
 - 6- جو بال اٹھانے ہیں ان بالوں کی سیدھی چٹیا شروع کر دیں دو تین دینے کے بعد دونوں سائیزوں سے ایک ایک لیٹر شامل کی جائیں درمیان والے بل ہیں۔
 - 7- جب چٹیا کراؤن ایریا تک جائے تو کسٹمر کی گردن آگے کروائیں اور بالوں کے آخر تک چٹیا مکمل کر کے کلب یا اینڈ لگا دیں۔
 - 8- پھر موتیوں سے سجادیں اگر بال چھوٹے ہیں تو اینڈ سے فولڈ کر دیں۔

-iii فش ٹیل Fish Tail

- 1- انڈسٹری کے مقررہ معیار کے مطابق خود کو، کلائنٹ اور کام کی جگہ کو حفظان صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کریں۔
- 2- کلائنٹ سے مشاورت کے بعد کام کی جگہ پر لے جائیں۔
- 3- سر کے بیک پر بلیک ریز اینڈ ڈالیں۔
- 4- پونی ٹیل کے درمیان سے تھوڑے سے بال لے کر اٹھی چٹیا کے دو تیس بل دیں۔
- 5- بل دینے کے بعد دونوں سائیزوں سے مناسب بال اٹھا کر درمیان والے بل میں شامل کر دیں اور آخر تک یہی عمل دوہرائیں۔
- 6- آخر میں ریز اینڈ ڈال کر چٹیا کو اندر کی طرف فولڈ کر کے پن اپ کر دیں۔
- 7- جہاں سے چٹیا شروع کی تھی درمیان والی لیر کو پکڑ کر ہلکا سا اوپر اٹھا کر سر کے بالوں کے ساتھ پن اپ کر دیں۔
- 8- چٹیا میں گلیٹر لگا دیں۔
- 9- آخر میں بالوں پر ہمیر سپرے کر دیں۔



کچھوری پٹیا Palm Hair Style

-iv

کیا آپ جانتے ہیں!
کسی بھی ہیئر ٹریٹمنٹ کے دوران اور بعد
میں بالوں کو سلجھانا بہت اہم ہے۔ یہ
بالوں کو صاف اور مکمل شکل دیتا ہے۔ اگر
بال لمبے عرصے تک سلجھائے نہ جائیں تو
انہیں سلجھانا مشکل ہو جاتا ہے اور بالوں
کے ٹوٹنے اور خراب ہونے کے خدشات
بڑھ جاتے ہیں۔

- 1- انڈسٹری کے مقررہ معیار کے مطابق خود کو، کلائنٹ اور کام کی جگہ کو حفظانِ صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کریں۔
- 2- کلائنٹ سے مشاورت کے بعد کام کی جگہ پر لے جائیں۔
- 3- بالوں کو پیچھے کی طرف سے چیل بیک کریں۔
- 4- بالوں کو دو حصوں میں تقسیم کریں۔
- 5- دونوں سائیڈوں سے بالوں کی باریک لیر لے کر درمیان میں شامل کرتے جائیں۔
- 6- اسی طرح سے بالوں کی پوری چٹیا مکمل کر کے پونی یا کلب لگائیں۔
- 7- موقع کی مناسبت سے موتی اور گلیٹر لگا دیں۔
- 8- آخر میں ہیئر سپرے کرتے شامل کو فیکس کر دیں۔



احتیاطی تدابیر

- 1- ہیئر اسٹائل سے پہلے بال ٹیمپو ہونے چاہئے۔
- 2- ہیئر اسٹائل چہرے کی شیپ کے مطابق ہونا چاہئے۔
- 3- ہیئر اسٹائل بناتے ہوئے بالوں کی ساخت اور کلائنٹ کی خواہش کو مد نظر رکھیں۔
- 4- ہیئر اسٹائل بناتے ہوئے کلائنٹ کی عمر، فنکشن کی نوعیت اور موسم کو مد نظر رکھیں۔

عملی سرگرمی

- 20 منٹ میں فرنیچر بریڈ بنا کر سجاوٹ کریں۔
- 20 منٹ میں فیش ٹیل بنا کر سجاوٹ کریں۔

ماڈیول کا خلاصہ

SUMMARY OF THE MODULE

اس ماڈیول میں ہم نے مندرجہ ذیل موضوعات کے متعلق معلومات حاصل کیں:

- ﴿ بنیادی Basic Hair Styling میں استعمال ہونے والے مختلف آلات، پروڈکٹس اور ٹیکنیک سے مکمل واقفیت اور اس کو بروکار لانا سکے۔
- ﴿ اس ماڈیول میں بلوڈرائی اور ہینر اسٹائلنگ کی مختلف اقسام کو بیان کیا ہے۔
- ﴿ مختلف بالوں کی اقسام کے لیے مختلف آلات استعمال کرتے ہوئے مختلف اقسام کے ہینر اسٹائل بنانا۔
- ﴿ مختلف Styling Product کا درست استعمال بہت ضروری ہے۔

اکثر پوچھے جانے والے سوالات

سوال نمبر 1- Blow Dry کی کتنی اقسام ہیں؟

جواب: Blow Dry کی تین اقسام ہے۔

(i) سیدھے Straight

(ii) باہر کو Outwards

(iii) اندر کو Inwards

سوال نمبر 2- Blow Dry کرنے سے پہلے کوئی پروڈکٹس لگانا ضروری ہیں؟

جواب: ہوس، ہینر اسپرے، جیل۔

سوال نمبر 3- بالوں کو دھوتے وقت مناسب شیمپو اور کنڈیشنر کا استعمال کتنا ضروری ہے؟

جواب: اگر مناسب طریقے سے بال نہ دھولے جائیں تو بالوں میں Oil رہ جائے گا جس کی وجہ سے اسٹائل اور بلوڈرائی میں مشکل آسکتی ہے۔

سوال نمبر 4- بالوں کو سیدھا کرتے وقت کوئی پروڈکٹس کا استعمال کیا جاتا ہے؟

جواب: بالوں کو سیدھا کرنے سے پہلے Thermal Heat Protection اور Hair Serum کا استعمال کیا جاتا ہے تاکہ بال Heat سے بچ سکیں۔

سوال نمبر 5- بالوں کو عارضی کرل کرنے کے کونسے طریقے ہیں؟

جواب: بالوں کو عارضی کرل کرنے کے مندرجہ ذیل طریقے ہیں۔

کرلنگ ٹونگ Curling Tong

کرلنگ آئرن Curling Iron

بنڈز Bender

خود کو آزمائیں

دیئے گئے بیانات میں سے درست کے سامنے (✓) لگائیں۔ آپ اپنے جوابات کا ماڈیول کے آخر میں دی گئی جوابی فہرست سے موازنہ کر سکتے ہیں۔

1- Blow Dry کن آلات سے کیا جاتا ہے۔

ب) Blow Dry Brushes بلو ڈرائی برشز (ا) کنگھی

ج) عام برش سے (د) آئرن سے

2- Inward Blow Dry کرتے وقت ہوا کہاں سے ڈالی جاتی ہے؟

ج) اوپر سے (ب) باہر سے

د) دائیں سے (د) نیچے سے

3- Outward Blow Dry کرتے وقت ہوا کہاں سے ڈالی جاتی ہے؟

ج) اوپر سے (ب) نیچے سے

د) بائیں سے (د) دائیں سے

4- Dutch braid میں بالوں کے بل کس طرف سے دیئے جاتے ہیں؟

ج) اوپر سے (ب) نیچے سے

د) پیچھے سے (د) پیچھے سے

5- شیمپو کرتے وقت شیمپو کوس وقت استعمال کرتے ہیں۔

ج) کنڈیشنر سے پہلے (ب) کنڈیشنر کے بعد

د) ہینر ماسک کے بعد (ج) ہینر اسٹائلنگ کے بعد

6- بالوں کو اسٹائلنگ کیلئے کونسی پراڈکٹس کا استعمال کیا جاتا ہے؟

ج) ہینر گلر کریم (ب) ڈوئلر

د) ہینر پاؤڈر (ج) موس، جیل، اسپرے

7- بالوں کو اسٹائلنگ کرتے وقت آئرن کی Heat کتنی ہونی چاہئے۔

ج) 210 سینٹی گریڈ (ب) 150 سینٹی گریڈ

د) 230 سینٹی گریڈ (ج) 180 سینٹی گریڈ

8- بالوں کو کرل کرنے کیلئے کون سے آلات کا استعمال کرتے ہیں۔

ج) کنگھی (ب) آئرن، کرلنگ ٹونگ، ہینڈز

د) برش (ج) موس

9- فیش بریڈ کیلئے بالوں کے بل کس طرف سے ڈالے جاتے ہیں۔

ج) اک طرف سے (ب) دائیں طرف سے

د) بائیں طرف سے (ج) دونوں طرف سے

10- برشز کو Sterlize کرنے کیلئے کون سے آلات کا استعمال کرتے ہیں؟

ج) Sterlizer (ب) کنگھی سے

د) برش سے (ج) Towel Waxmer

درست جوابات

سوال نمبر	درست جواب
1	ب
2	ا
3	ب
4	ب
5	ا
6	ج
7	د
8	ب
9	ج
10	ا

ہمیںز اینڈ بیوٹی سروس

ٹیچنگ اینڈ لرننگ گائیڈ

نیشنل ووکیشنل سرٹیفکیٹ لیول-2

ورژن-1، جنوری-2019

ماڈیول-4

غیر ضروری بالوں کو ختم کرنا (خواتین/مرد)

Perform Hair Removal (Women / Men)

عمومی جائزہ

اس ماڈیول کا بنیادی مقصد یہ ہے کہ ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ ویکسنگ اور تھریڈنگ کے ذریعے ہیر Removal کی روایتی اور Advance تکنیکس کے بارے میں جان سکیں اور مہارت حاصل کر سکیں۔ تاکہ وہ جسم کے مختلف حصوں جیسا کہ چہرہ، بازو اور ٹانگوں کی تھریڈنگ اور ویکسنگ کر سکیں۔

تدریسی نتائج:

اس ماڈیول کے اختتام پر ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ:

☆ مقررہ معیار کے مطابق چہرے کی تھریڈنگ سرانجام دیں (Perform Face Threading)

☆ مقررہ معیار کے مطابق ویکسنگ سرانجام دیں (Perform Waxing)

چہرے کی تھریڈنگ

(Perform Face Threading)

تدریسی نتائج:

اس یونٹ کے اختتام پر ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ:

- ☆ مقررہ معیار کے مطابق آئی بروز کی تھریڈنگ کر سکیں۔
- ☆ مقررہ معیار کے مطابق اپر لپس (Upper Lips) کی تھریڈنگ کر سکیں۔
- ☆ مقررہ معیار کے مطابق پورے چہرے کی تھریڈنگ کر سکیں۔
- ☆ مقررہ معیار کے مطابق ٹیوزنگ کا بہتر استعمال کر سکیں۔

1- کلائنٹ سے مشاورت (Client Consultation)

سلون میں آنے والے کلائنٹ کو خوش آمدید کہیں اور مشاورت کیلئے آرام دہ ماحول میں بٹھائیں۔ پھر کلائنٹ کو مشاورتی فارم (Consultation Form) پر گزرنے کیلئے دیں (جو کہ ماڈیول نمبر 1 میں موجود ہے)۔ ساتھ ہی ساتھ ذہنی مشاورت بھی جاری رکھیں۔ مشاورت کے بعد متعلقہ ایکسپرٹ کا کلائنٹ کی مطلوبہ سروس کے بارے میں آگاہ کریں۔

2- مناسب انداز میں مطلوبہ سروس کیلئے کلائنٹ کو تیار کرنے کی اہمیت (Importance of Preparing the Client appropriately)

مطلوبہ سروس کے مطابق کلائنٹ کو مناسب انداز میں تیار کرنے کی بہت اہمیت ہے۔ تھریڈنگ یا ویکسنگ کیلئے کلائنٹ کو گاؤن پہنانیں اور بالوں کو ہیڈ بینڈ لگا کر محفوظ کر دیں تاکہ بال چہرے پر نہ گریں۔

3- جلد کیا ہے؟ (What is Skin)

جلد ہمارے جسم کا ایک حفاظتی حصار ہے جو ہمارے جسم کو سر سے لے کر پاؤں کے انگوٹھے تک ڈھانپے ہوئے ہے۔ یہ ہمارے جسم کے درجہ حرارت کو کنٹرول کرتی ہے اور چھوٹے کی حس کو اجاگر کرتی ہے۔ یہ پانی اور نمکیات کو جذب کرتی ہے۔ جلد بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت کو بڑھاتی ہے۔ جلد کی تین اقسام ہوتی ہیں جو کہ درج ذیل ہیں:

یاد رکھیں

1- میلانن (Melanin)

ہمارا قدرتی رنگ ہے جس پر ہمارے جسم

کی رنگت کا دارومدار ہے۔

2- کیراٹن

ایک فائبر پروٹین ہے جو ہمارے بالوں،

ناخنوں اور چہرے کی پروٹین ہے۔

اپنی ڈرمس (Epidermis)

یہ جلد کی سب سے اوپر والی تہ ہے۔ یہ بہت باریک ہوتی ہے یہ مزید پانچ باریک تہ پر مشتمل ہوتی ہے۔ اسی لئیر کے اندر ہمارے میلانن (Melanin) اور کیراٹن (Keratin) ہوتے ہیں۔

ڈرمس (Dermis)

یہ اپنی ڈرمس کے نیچے والی تہ ہے اور اپنی ڈرمس سے زیادہ موٹی ہوتی ہے۔ اسی کے اندر ہماری خون کی نالیاں، گلیٹنڈز، حساسیات ہوتی ہیں۔ یہ بھی دو تہوں پر مشتمل ہوتی ہے۔ اس میں ایک پروٹین Collagen ہوتا ہے۔ جو ہماری جلد کو چمکدار، چکدار اور خوبصورت بناتا ہے۔

یاد رکھیں

Collagen-1

Dermis کی پروٹین Collagen کہلاتی

ہے۔

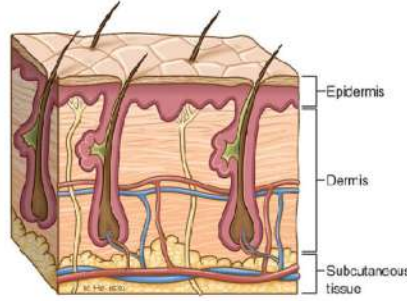
2- گلیٹنز (Glands)

یہ دو طرح کے گلیٹنز ہوتے ہیں۔

Sebecious ہمارا آئل خارج کرتے

ہیں اور Sweat پانی والے گلیٹنز ہیں اور

پسینہ خارج کرتے ہیں



Subcutaneous Storage

یہ ایک طرح کا Fat Bank ہوتا ہے جس میں Fatty Glands ہوتے ہیں۔ اس تہہ کو Hypo Dermis بھی کہتے ہیں۔ یہ گلیٹنز جسم کے مختلف حصوں پر زیادہ یا کم ہو سکتے ہیں جیسے ہاتھوں کی ہتھیلیوں اور پاؤں کے تلوے میں زیادہ ہوتے ہیں۔

3- جلد کی اقسام اور حالتیں (Skin Types and Conditions)

اس موضوع پر ماڈیول (مساج تھراپی) کے لرننگ پونٹ 1 (مساج کے مختلف طریقے) میں تفصیلی بحث کی گئی ہے۔

یاد رکھیں

Fatty Glands ایسے گلیٹنز ہیں جو

کہ مختلف رطوبتوں کا اخراج کرتے ہیں

اور ہمارے بالوں والے حصوں پر مقدار

میں زیادہ ہوتے ہیں۔

4- بالوں کی نشوونما اور بڑھنے کا عمل (Hair Growth Cycle)

بالوں کے بڑھنے اور نشوونما پانے کا عمل چار مراحل سے گزرتا ہے۔ بال اپنی خوراک خون سے حاصل کرتا ہے۔

Stages of Hair Growth



1- اینا جن (Anagen)

اس مرحلے میں ہر 28 دن کے بعد بال آدھا انچ بڑھتے ہیں۔ اس عمل کو اینا جن کا دور کہا جاتا ہے۔

2- کیٹا جن فیز (Catageni Phase)

اینا جن ختم ہونے کے دو ہفتے کے بعد کیٹا جن مرحلہ شروع ہوتا ہے۔ اسے (ٹرانسفر فیز) تبدیلی کا مرحلہ بھی کہتے ہیں۔ کیٹا جن کا دور محدود ہوتا ہے۔ جو کہ 2 ہفتوں پر مشتمل ہوتا ہے۔

3- ٹیلو جن فیز (Telogin Phase)

یہ مرحلہ تین مہینوں پر مشتمل ہوتا ہے۔ جب بالوں کو فولیکل Folicle اپنے آپ کو اینا جن کیلئے دوبارہ تیار کرتا ہے اسے Shedding یا Loss Phase) بالوں کے گرنے کا فیز بھی کہا جاتا ہے۔ اگر یہ عمل نہ ہو تو بال جان اور چمک سے محروم ہو جاتے ہیں۔

4- ایکسو جن فیز (Exogen Phase)

ایکوجن ایک نارمل بالوں کے گرنے کا عمل ہے جس میں روزانہ 50 سے 100 تک بال گرتے ہیں یہ عمل ہمیں لوس نہیں کہلاتا بلکہ صحت مند بالوں کی نشانی ہے جب تک آپ کی سر کی جلد صحت مند ہے۔

5- چہرے کی مختلف اقسام (Different Face Shapes)

اس موضوع پر ماڈیول پر (بنیادی میک اپ) کے لرننگ یونٹ 3 (نچرل میک اپ) میں پہلے ہی تفصیلی بحث کی گئی ہے۔

6- بھنوں کی مختلف اشکال (Different Eyebrow Shapes)

- | | | | |
|------|----------------------------------|-----|--------------------------------------|
| -i | خمدار بھنویں Arch Shaped Eyebrow | -ii | سیدھی بھنویں Straight Shaped Eyebrow |
| -iii | گول بھنویں Round Shaped Eyebrow | -iv | S Shapped Eyebrow شکل کی بھنویں S |

-i خمدار بھنویں Arch Shaped Eyebrow

یہ ایٹ وی شیپ کی نوک ہے یہ آنکھوں کے درمیان Space کو بڑھاتی ہے۔ یہ برا اینڈل میک اپ کیلئے آئیڈیل ہے۔

یاد رکھیں

Shedding یا لوس فیئر سے مراد بالوں کے گرنے کا مسلسل عمل ہے۔



-ii سیدھی بھنویں Straight Shaped Eyebrow

یہ سیدھی شیپ ہے یہ نہ خمدار ہوتی ہے اور نہ گولائی میں یہ شیپ زیادہ مقبول نہیں ہے۔ لیکن بڑی عمر کی خواتین اس کو آرج اور Round کی نسبت زیادہ پسند کرتی ہے۔



-iii گول بھنویں Round Shaped Eyebrow

یہ گولائی میں بنائی جاتی ہے یہ گول چہرے کیلئے آئیڈیل نہیں ہے۔ ایٹ وی (U) شیپ میں بنائی جاتی ہے۔



-iv S شکل کی بھنویں S Shapped Eyebrow

یہ آگے سے تھوڑی سیدھی اور اٹھی ہوئی اور پچھلی طرف سے آرج یا Round میں ہوتی ہے۔ دونوں اندرونی شیپ ایک سیدھی شکل میں نظر آتی ہیں۔



7- تھریڈنگ کیلئے مختلف اقسام کے دھاگے (Types of threads for threading)

تھریڈنگ کرنے کیلئے دو طرح کے تھریڈ استعمال کئے جاتے ہیں۔

☆ سنٹھیک تھریڈ ☆ کاشن تھریڈ

سنٹھیک تھریڈ: پروفیشنلز کی ڈیمانڈ کو مد نظر رکھتے ہوئے مصنوعی طریقے سے مختلف کیمیکلز کی مدد سے سنٹھیک تھریڈ تیار کیا جاتا ہے۔

کاشن تھریڈ: سوتی دھاگے کی مدد سے کاشن تھریڈ تیار کیا جاتا ہے۔

تھریڈنگ کیلئے کاشن تھریڈ کی نسبت سنٹھیک تھریڈ کا استعمال زیادہ موثر ثابت ہوتا ہے کیونکہ کاشن تھریڈ استعمال کے دوران رگڑ گلنے کی وجہ سے جلد ہی ٹوٹتا ہے اور اس کو رواگی میں چلاتے بھی دقت ہوتی ہے جبکہ سنٹھیک دھاگہ ملائم اور مضبوط ہونے کی وجہ سے رواگی سے چلتا ہے۔



یاد رکھیں!

کاشن کا دھاگہ، سنٹھیک دھاگہ کی نسبت حساس جلد کے لئے زیادہ موثر ہوتا ہے۔

8- مختلف اقسام کے ٹویزرز Different types of Tweezers

عام طور پر (5) پانچ طرح کے Tweezers سلون میں استعمال کئے جاتے ہیں۔

ii - راؤنڈ ٹپ ٹویزرز Round Tip Tweezers

i - سلائنٹ ٹپ ٹویزرز Slant Tip Tweezers

iv - آرچڈ کلیم ٹویزرز Arched Clam Tweezers

iii - فلیٹ ٹپ ٹویزرز Flat Tip Tweezers

v - وائیڈ گریپ ٹویزرز Wide Grip Tweezers

i - سلائنٹ ٹپ ٹویزرز Slant Tip Tweezers

Slant Tip Tweezer آئی برو کی شیب کو بہتر شیب دینے کیلئے مثالی ہے۔ یہ بالوں کو مضبوطی سے پکڑتا ہے اور یہ Eye Lashes لگانے کیلئے بھی استعمال ہوتا ہے۔



2- راؤنڈ ٹپ ٹویزرز Round Tip Tweezers

یہ سیدھی ٹیوزنگ کیلئے بہترین نہیں سمجھے جاتے کیونکہ یہ ایک ہی وقت میں زیادہ بال پکڑ لیتا ہے۔ اس شیب کا ٹیوزر مختلف زاویوں کی ٹیوزنگ کیلئے بہترین سمجھا جاتا ہے۔



3- فلیٹ ٹپ ٹویزرز Flat Tip Tweezers

یہ شیب بالوں کی ٹیوزنگ کیلئے اچھی نہیں ہوتی کیونکہ یہ ایک ہی وقت میں بہت زیادہ بال غیر معمولی طریقے سے کھینچتا ہے تاہم یہ دوسرے مختلف کاموں کیلئے استعمال

کیا جاسکتا ہے جیسے کہ Eye Lashes لگانا۔



4- آرچڈ کلیم ٹیجز (Arched Clam Tweezers)

یہ شپ آئی بروز میں چھوٹے اور سخت بال نکالنے میں مزید فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔ اس اسٹائل کا ٹیوزر آسانی سے چہرے کے نہ نظر آنے والے حصوں سے اور لمبی رنگت کے بالوں کو نکالنے کے کام آتا ہے۔

یاد رکھیں!

چہرے کے مختلف حصوں کی یعنی اپر لپس، فور ہیڈ، جو لائن کی تھریڈنگ کا طریقہ ایک ہوتا ہے۔



5- وائیڈ گریپ ٹیجز (Wide Grip Tweezers)

یہ مختلف شپس (Tip Shapes) کے ساتھ مارکیٹ میں دستیاب ہے۔ اسکی Wide Grip محفوظ پکڑ کی اضافی سہولت فراہم کرتی ہے۔



9- چہرے کے مختلف حصوں کی تھریڈنگ کا طریقہ (Procedure of threading the different parts of face)

- 1- جسم کے جس حصے سے بال اتارنے ہوں اس حصے کا اچھی طرح جائزہ لیں۔
- 2- اس حصے پر ٹالکم پاؤڈر لگائیں اگر چہرے پر میک اپ لگا ہو تو پہلے چہرے کی کلیمزنگ کر لیں۔
- 3- دھاگے کے ایک سرے کو منہ میں دبائیں اور دوسرے ہاتھ کی مدد سے بل دیں اور ایک قبضی کی شکل بنا لیں۔
- 4- ایک بار دھاگے کو موڑیں اور پھر انگلیوں کو بند کر کے مڑے ہوئے حصے کو کھینچیں۔
- 5- جس جگہ سے بال ہٹانے ہوں اس جگہ پر گرہ کو رکھ کر پیچھے اور آگے بالوں کے مخالف رخ کی طرف کھینچیں۔
- 6- آخر میں سرخی کو ختم کرنے کیلئے جلد پر سوئٹنگ لوشن لگائیں۔

تھریڈنگ کیلئے درکار سامان

-i	ہیئر پینڈ	-ii	ایپرن
-iii	تھریڈ	-iv	ٹیوزر
-v	ٹالکم پاؤڈر	-vi	سودنگ لوشن
-vii	سکس ٹولز	-viii	ماساج کریم
-ix	قبضی	-x	کاشن

بھنوں کی شیب بنانے کا طریقہ (Procedure of shaping eyebrows)

- 1- سب سے پہلے خود کو، کلائنٹ اور ورک اسٹیشن کو تیار کریں۔
- 2- آئی بروز پر ضرورت کے مطابق پاؤڈر لگائیں تاکہ جلد دھاگے میں نہ آسکے
- 3- آئی بروز ٹیسٹل سے آئی بروز کا خاکہ بنائیں۔
- 4- مندرجہ ذیل طریقہ:
- (i) شروع سے آئی بروز کی کٹنگ کریں۔
- (ii) درمیان سے آئی بروز کو ٹائٹ کریں۔
- (iii) آئی بروز کے نیچے سے بالوں کے اٹلے رخ سے تھریڈنگ شروع کریں۔
- (iv) آئی بروز کو اوپر اور نیچے سے بہت اچھی طرح ٹائٹ کریں۔
- (v) اب درمیان سے شروع کر کے پوائنٹ 3 کو 2 سے ملاتے ہوئے بالوں کو اٹلے رخ پر تھریڈنگ کریں۔
- (vi) اب آئی بروز اینڈ یعنی پوائنٹ 4 سے درمیان یعنی پوائنٹ نمبر 3 تک بالوں کے اٹلے رخ پر تھریڈنگ کریں۔
- (vii) اب آئی بروز کی اوپر کی جانب درمیان یعنی پوائنٹ نمبر 5 کی بالوں کے اٹلے رخ پر تھریڈنگ کریں۔
- (viii) اسکے بعد آئی بروز کے 2nd یعنی پوائنٹ نمبر 6 کو درمیان یعنی پوائنٹ نمبر 5 تک کے بالوں کو بالوں کے اٹلے رخ پر تھریڈنگ کریں۔
- (ix) دوسری آئی بروز پر بھی یہی طریقہ دوہرائیں۔



احتیاطی تدابیر

- 1- پسینہ اور چکنائی سے بچنے کیلئے ٹلکم پاؤڈر لگائیں۔
- 2- اگر بال سخت ہوں تو کسی مساج کریم یا آئل سے مساج کر لیں۔
- 3- جلن کو ختم کرنے کیلئے سوڈنگ لوشن لگائیں۔
- 4- دونوں آئی بروز Shape میں ایک جیسی ہونی چاہئے۔
- 5- دھاگہ ہمیشہ بالوں کے مخالف سمت میں چلائیں۔
- 6- دھاگہ بہت دبا کر نہ چلائیں تاکہ کٹ نہ لگے۔
- 7- تھریڈنگ سے پہلے جلد کو ہمیشہ ٹائٹ کریں تاکہ کٹ نہ لگے۔
- 8- تھریڈنگ سے پہلے جلد کو صاف ستھرا ہونا چاہئے۔

اپرلپ کرنے کا طریقہ (Upper Lips Threading)

- i- اپرلپ پر ٹلکم پاؤڈر لگائیں۔
- ii- دھاگے کے ایک سرے کو منہ میں دبائیں اور دوسرے ہاتھ کی مدد سے بل دیں اور ایک قبچہ کی شکل بنادیں۔
- iii- پھر اپرلپ کی سیدھی طرف (Right Side) سے تھریڈنگ کریں۔
- iv- پھر درمیان والے حصے سے اپرلپ کی تھریڈنگ کریں۔
- v- پھر اُلٹی طرف (Left Side) سے اپرلپ کی تھریڈنگ کریں۔

-vi آخر میں کائٹن سے اپرلپ صاف کر کے ٹونر یا سوتھنگ لوشن لگا دیں۔



10- احتیاطی تدابیر (After Care Advice)

- تھریڈنگ کرنے کے بعد مندرجہ ذیل احتیاطی تدابیر اختیار کریں تاکہ جلد کو لالی اور جلن یا الرجی سے بچایا جاسکے۔
- 1- ایٹنی سپنک لوشن اور سوتھنگ لوشن استعمال کریں تاکہ جلد کو ٹھنڈک پہنچے۔
 - 2- تھریڈنگ کرنے کے فوراً بعد مہندی یا پلٹچ کا استعمال نہ کریں تاکہ جلد کے جلنے اور خراب ہونے کا خدشہ نہ ہو۔
 - 3- برف اور ایلو ویرا کا استعمال جلد کو ٹھنڈک پہنچاتا ہے۔

عملی سرگرمی

- ﴿ 5 سے 8 منٹ میں اپرلپس کر کے دیکھائیں۔
- ﴿ ٹویز رکا صحیح استعمال کرتے ہوئے آئی بروز بنائیں۔
- ﴿ ماتھے کی شیپ کے مطابق تھریڈنگ کریں۔

مقررہ معیار کے مطابق ویکسنگ کرنا

(Perform Waxing as per standard procedures)

تدریسی نتائج:

- اس یونٹ کے اختتام پر ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ:
- ☆ با آسانی Patch Test کر سکیں۔
 - ☆ مقررہ معیار کے مطابق چہرے پر ویکس کر سکیں۔
 - ☆ مقررہ معیار کے مطابق ہاڈی ویکس کر سکیں۔

1- Patch Test کی اہمیت (Importance of Patch Test)

Patch Test ویکس کرنے سے پہلے اس لیے ضروری ہے کہ جب ہم ویکس کو ویکس ہینر میں گرم کرتے ہیں تو اس کا ایک خاص ٹیمپریچر ہوتا ہے۔ اس کو چیک کرنے کے لئے ہم Patch Test کرتے ہیں۔ تاکہ جب ہم Spatula کی مدد سے ویکس کو جسم کے کسی بھی حصے پر لگائیں تو جلد کے جلنے کا خدشہ نہ ہوں ساتھ ہی جلد کی حساسیت کا اندازہ ہو جاتا ہے۔



یاد رکھیں!

ویکس سے وہی بال اتر سکتے ہیں جو اپنی مکمل گروتھ میں ہوتے ہیں۔

2- ہیمیر ریوگ ویکس کی مختلف اقسام (Different Types of Hair Removing Wax)

❖ ویکس کا تعارف (Defination of Wax)

جسم کے مختلف حصوں کے غیر ضروری بالوں کو اتارنے کے لئے ویکس کا استعمال بہت مقبول ہے یہ جسم کے بڑے حصوں سے با آسانی بال اتارتی ہے۔ بال اتارنے کے بعد جلد نرم اور صاف ہو جاتی ہے۔ تھریڈنگ کی نسبت یہ آسان طریقہ ہے۔ اس میں بال ٹوٹتا نہیں ہے اور جڑ سے نکل جاتا ہے جس کی وجہ سے بال تھریڈنگ کی نسبت دیر سے آتا ہے۔ ویکس دو طرح کی ہوتی ہے۔ جو کہ مندرجہ ذیل ہیں:

☆ کولڈ ویکس ☆ ہاٹ ویکس

☆ کولڈ ویکس Cold Wax

یہ سخت اور گاڑھی ہوتی ہے۔ ٹھنڈی اور نیم گرم دونوں حالتوں میں لگائی جاتی ہے۔ Cold Wax کی مختلف اقسام ہیں:

لیمن، فرٹس اور ویکس سٹریپس کی شکل میں مارکیٹ میں دستیاب ہیں۔ کولڈ ویکس گرم کرنے پر لیکوئیڈ کی شکل میں ہو جاتی ہے۔ ایسے Spatula کی مدد سے جسم کے درکار حصے پر پھیلا دیا جاتا ہے اور پھر ویکس سٹریپس سے ڈھانپ دیا جاتا ہے۔ جب سٹریپس کو اتارنے میں تو بال بھی ساتھ ہی اتر جاتے ہیں۔ وہ بال جو ابھی جلد کے اندر ہی ہوں اس ویکس سے ہٹانے مشکل ہوتے ہیں۔ یہ طریقہ بڑے حصوں سے بال اتارنے کا بہترین طریقہ ہے جیسے ناگیں، بازو اور کمر وغیرہ۔ تھراپسٹ عموماً ویکس لگانے سے پہلے تھوڑا سا پاؤڈر جسم پر لگا دیتی ہے۔ تاکہ پسینہ اور چکنائی ویکسنگ میں پرولم نہ کریں۔ یہ ویکس جسم کے غیر ضروری بالوں کے لئے موزوں ہے۔

یاد رکھیں!
وکیس کیلئے ہمیشہ باریک کاٹن سٹرپس یہ
چھپی کبکرم کی سٹرپس استعمال ہوتی ہیں۔



☆ ہاٹ ویکس Hot Wax

یہ ٹھوس حالت میں نکلے یوں یا Beans کی شکل میں موجود ہوتی ہے۔ یہ گرم کر کے لگائی جاتی ہے۔ ویکس ہیئر میں اسکو ایک خاص ٹمپر پیچر پر پتلا کیا جاتا ہے اور انگلیوں کی مدد سے بالوں کی سمت میں لگا کر مخالف سمت میں اتار لیا جاتا ہے یہ زیادہ تر جسم کے نازک حصوں اور چہرے کی جلد کیلئے موزوں ہے۔



3- ایمولینٹ کریمز اور جراثیم کش لوشن کی اقسام (Types of emollient creams and antiseptic lotions)

Emollients

یہ موچر انزنگ ٹریٹمنٹس ہیں جو کہ براہ راست جلد پر لگائے جاتے ہیں۔ یہ پانی کی کمی کو دور کرتے ہیں اور جلد پر ایک حفاظتی سطح بنا دیتے ہیں۔ یہ عموماً خشک اور چھلکوں والی جلد کے لیے استعمال کیے جاتے ہیں جیسے کہ eczema اور psoriasis والی جلد۔

Emollients کی اقسام

- ☆ موچر انزنگ کریم / مرہم / لوشن / سپرے
- ☆ نہانے کے تیل اور دیگر مصنوعات
- ☆ صابن کے متبادل مصنوعات

یہ چیزیں ٹیوبز، ٹب اور بڑے پمپ ڈسپنسرز میں ملتی ہیں اور کسی بھی pharmacy سے ڈاکٹر کے تجویز کیے گئے نسخے کے مطابق خریدی جاسکتی ہیں۔

Antiseptic Lotion

یہ پانی سے بنی ہوتی ہیں اور جلد کو آلودگی اور انفیکشن کے خلاف حفاظت فراہم کرتی ہیں۔ ان کا استعمال درج ذیل ہے:

- ☆ یہ معمولی زخموں کے لیے بہترین ہیں جیسے کٹس، چیرنا، چھالے، خراچیں وغیرہ۔
- ☆ یہ زخمی اور جلن والی جلد کے لیے بہترین ہے جیسے کہ eczema، nappy rash، ammonia dermatitis اور chafing۔
- ☆ معمولی جلی جلد، خارش، سن برن اور کیڑے کے کاٹے ہوئے کے لئے مناسب ہے۔

مختلف کمپنیاں ایک وسیع رینج میں یہ اینٹی سپیک کریمز Anti-Septic Creams سپلائی کرتی ہیں جو کہ اوپر دی گئی علامات والی جلد پر استعمال کی جاتی ہیں۔

4- انفیکشن سے بچانے کا بنیادی طریقہ (Infection control basic procedures)

- i- ویکس کی سٹریپس کو ایک سے دوسرے کلائنٹ کے لئے ہرگز استعمال نہ کریں۔ بلکہ ڈسپوزیبل سٹریپس کا استعمال کریں۔
- ii- Spatula کو استعمال کرنے کے فوراً بعد Sanitize کریں۔
- iii- ویکس بیئر کو استعمال کے فوراً بعد اچھی طرح واش کر لیں۔
- iv- جلد پر الرتبی کی صورت میں کبھی ویکس نہ کریں۔

5- ہاٹ/کولڈ ویکس کا درجہ حرارت کنٹرول کرنا (Temperature control for hot/cold wax)

ویکس کو ویکس بیئر میں ڈال دیں اور ایک خاص ٹیمپریچر کے لئے گرم ہونے دیں۔ اس کے بعد ویکس کا Patch Test کر کے چیک کریں کہ وہ اتنی گرم ہے کہ لگانے میں آسانی ہے اور کلائنٹ کی جلد کو کوئی نقصان بھی نہیں ہے۔



6- ہاٹ ویکس کرنے اور اتارنے کا طریقہ کار (Procedure of Hot Wax Application and Removal)

☆	☆	☆	☆	☆	☆
☆	☆	☆	☆	☆	☆
☆	☆	☆	☆	☆	☆
☆	☆	☆	☆	☆	☆
☆	☆	☆	☆	☆	☆
☆	☆	☆	☆	☆	☆
☆	☆	☆	☆	☆	☆
☆	☆	☆	☆	☆	☆
☆	☆	☆	☆	☆	☆
☆	☆	☆	☆	☆	☆

طریقہ کار

- ☆ کلائنٹ کی ضرورت، جلد کی قسم و حالت اور بالوں کے بڑھنے کے Pattern کا مشاہدہ کریں۔
- ☆ ویکسنگ کے لئے استعمال ہونے والے سامان اور اوزار تیار کر لیں۔
- ☆ کلائنٹ کو ویکسنگ کے لئے تیار کریں جیسا کہ گاؤن دیں، تولیہ درست طریقے سے رکھیں، حفاظتی بینڈ اور شاور کیپ وغیرہ۔
- ☆ خاص طور پر دھیان رکھیں کہ جس جگہ پر آپ سروں دے رہے ہیں وہ ہیکل علیحدگی میں ہوتا کہ کلائنٹ اطمینان سے سروں لے سکے۔
- ☆ کام شروع کرنے سے پہلے بیئر Sanitizer کا استعمال کریں۔
- ☆ Sanitizer کی مدد سے اوزاروں کو جراثیم سے پاک کر لیں۔
- ☆ سکین ٹیسٹ کر لیں اور کلائنٹ کو اس کے نتیجے سے آگاہ کریں۔
- ☆ کلائنٹ کے جسم کے درجہ حرارت کے مطابق ویکس کا درجہ حرارت سیٹ کر لیں۔

- ☆ ویکس لگانے سے پہلے ویکس کا ٹمبر پچر چیک کر لیں تاکہ وہ کلائنٹ کے لئے نقصان دہ نہ ہو۔
- ☆ اُنگلی یا سٹیچ لاکے ساتھ hot wax چہرے پر لگائیں اور پھر فوراً اُلٹی سمت میں کھینچ لیں۔
- ☆ Soothing Lotion یا Antiseptic Lotion لگائیں۔ 15 منٹ لگا رہنے دیں۔
- ☆ گاؤن، تولیہ Shower Cap اتار دیں۔
- ☆ استعمال کی گئی تمام اشیاء واپس اپنی جگہ پر احتیاط کے ساتھ رکھ دیں۔
- ☆ استعمال کی گئی تمام اشیاء کو Sanitize کر کے واپس اپنی جگہ پر احتیاط کے ساتھ رکھ دیں۔



7- کولڈ ویکس کرنے اور اتارنے کا طریقہ کار (Procedure of Cold Wax Application and Removal)

- ☆ کلائنٹ کی ضرورت، جلد کی قسم، حالت اور بالوں کے بڑھنے کے Pattern کا مشاہدہ کریں۔
- ☆ ویکسنگ کے لئے استعمال ہونے والے سامان اور اوزار تیار کر لیں۔
- ☆ کلائنٹ کو ویکسنگ کے لئے تیار کریں جیسا کہ گاؤن دیں، تولیہ درست طریقے سے رکھیں، حفاظتی بینڈ اور شاؤر کیپ وغیرہ۔
- ☆ خاص طور پر دھیان رکھیں کہ جس جگہ پر آپ سروس دے رہے ہیں وہ بالکل علیحدگی میں ہوتا کہ کلائنٹ اطمینان سے سروس لے سکے۔
- ☆ کام شروع کرنے سے پہلے بینڈ Sanitizer کا استعمال کریں۔
- ☆ Sentizer کی مدد سے اوزاروں کو پہلے جراثیم سے پاک کر لیں۔
- ☆ سکن ٹیسٹ کر لیں اور کلائنٹ کو نتیجے سے آگاہ کریں۔
- ☆ کلائنٹ کے جسم کے درجہ حرارت کے مطابق ویکس کا درجہ حرارت سیٹ کر لیں۔
- ☆ اگر جلد زیادہ آٹلی ہے تو پاؤڈر لگائیں۔
- ☆ موسم کے مطابق ویکس کو ویکس ہیئر کے ذریعے گرم کر لیں۔
- ☆ ویکس لگانے سے پہلے ویکس کا ٹمبر پچر چیک کر لیں تاکہ وہ کلائنٹ کیلئے نقصان دہ نہ ہو۔
- ☆ بہت آرام سے بالوں کے رخ پر Sptula کی مدد سے ویکس لگائیں اور wax strip کی مدد سے اسے بالوں کے مخالف سمت میں کھینچ لیں۔
- ☆ وہ بال جو چھوٹے ہوں اور ویکس کی مدد سے صاف نہ ہوں انہیں تھریڈنگ کے ذریعے ہٹائیں۔
- ☆ ویکس کرنے کے بعد جلد کو ہلکے گرم پانی سے دھو لیں۔
- ☆ آخر میں جلد پر Antiseptic اور Soothing Lotion لگائیں۔
- ☆ استعمال کی گئی تمام اشیاء کو Sanitize کر کے واپس اپنی جگہ پر احتیاط کے ساتھ رکھ دیں۔



- 8- احتیاطی تدابیر (After Care Advice)
- 1- خیال رکھیں کہ بہت زیادہ گرم ویکس کلائنٹ کی جلد پر نہ لگائیں ورنہ جلد جھلس جائے گی۔
 - 2- اگر جلد پر بیکٹیریل (Bacterial) انفیکشن یا کوئی زخم ہو تو ویکس نہ کریں۔
 - 3- بالوں کی لمبائی کم از کم ایک انچ ہونی چاہئے۔
 - 4- ایک ہی جگہ پر تین سے زیادہ مرتبہ سٹریپ نہ کھینچیں ورنہ جلد پر سوجن ہو جائے گی۔
 - 5- جس حصے سے سٹریپ کھینچ رہے ہوں وہاں سے جلد کو ٹائٹ رکھیں ورنہ جلد زخمی ہو سکتی ہے۔
 - 6- جس جلد پر پوس (Pus) والے دانے یا پھوڑے نکلے ہوں اس پر ویکس نہ کریں۔
 - 7- اگر ویکس کے دوران خون وغیرہ نکل آئے یا پھر زخم آجائے تو فوراً اینٹی سپلک وانپ سے صاف کریں۔
 - 8- ہر شخص کیلئے نئی سنک یعنی Spatula اور صاف سٹریپس استعمال کریں۔
 - 9- ویکس کرنے کے فوراً بعد پلچ نہ کریں۔
 - 10- یاد رکھیں بازوؤں پر ویکس کے فوراً بعد مہندی نہ لگائیں۔

عملی سرگرمی:

- ❖ ویکس کرنے سے پہلے کلائنٹ کے بازو کا Patch Test کریں۔
- ❖ 15-20 منٹ میں ہاٹ ویکس کے ساتھ کلائنٹ کی آئی ریز، جولاؤن (Jaw Line) کی ویکس کریں۔
- ❖ 25-30 منٹ میں کولڈ ویکس کے ساتھ کلائنٹ کے بازو اور ٹانگوں کی ویکس کریں۔

SUMMARY OF THE MODULE

اس ماڈیول میں ہم نے مندرجہ ذیل موضوعات کے متعلق معلومات حاصل کیں:

- ☆ جلد کی مختلف اقسام، بیماریاں وغیرہ۔
- ☆ چہرے اور بھنوں کی مختلف اشکال۔
- ☆ تھریڈنگ اور ویکسنگ میں استعمال ہونے والی مختلف مصنوعات کی معلومات۔
- ☆ تھریڈنگ کی اقسام۔
- ☆ چہرے اور جسم کے مختلف حصوں کی تھریڈنگ کا طریقہ۔
- ☆ ویکس کی مختلف اقسام۔
- ☆ جسم اور چہرے پر گرم اور سرد ویکس کے اثرات۔
- ☆ چہرے اور جسم کے مختلف حصوں کی ویکسنگ کا طریقہ۔

اکثر پوچھے جانے والے سوالات

FAQs

- سوال نمبر 1- بنیادی طور پر ویکس کی کتنی اقسام ہیں؟
جواب- بنیادی طور پر ویکس دو طرح کی ہوتی ہے۔ ہاٹ ویکس اور کولڈ ویکس
- سوال نمبر 2- بھنوں کی کوئی سی تین اشکال کے نام بتائیں؟
جواب- خمدار، گول اور s شیب کی۔
- سوال نمبر 3- ویکس کرنے سے پہلے چہرے پر کیا لگانا چاہیے؟
جواب- ٹیلکیم پاؤڈر
- سوال نمبر 4- ویکس کس میں گرم کرتے ہیں؟
جواب- ویکس ہیٹر میں
- سوال نمبر 5- تھریڈنگ کی کوئی سی دو احتیاطی تدابیر بتائیں۔
جواب- بال ہمیشہ مخالف سمت سے اتاریں۔
اگر جلد نرم ہو تو ہیلپر کی مدد سے جلد کو ٹائٹ کر کے پکڑوائیں۔

خود کو آزمائیں

Test yourself

ذیل میں دیئے گئے جوابات میں سے درست جواب پر نشان لگائیں۔ آپ اپنے جوابات کا ماڈیول کے آخر میں دی گئی جوابی فہرست سے موازنہ کر سکتے

ہیں۔

1- ویکس کے فوراً بعد کیا لگائیں گے۔

(1) سوٹنگ لوشن (2) کلیننگ

(3) پینچ (4) پاؤڈر

2- مندرجہ ذیل ہیر ریول کے طریقوں میں سے کونسے طریقے کی استعمال سے بالوں کی افزائش بڑھ جاتی ہے؟

(1) شیوگ (2) تھریڈنگ

(3) ہیر ریوونگ کریم (4) ٹوونگ

3- تھریڈنگ کی جاتی ہے؟

(1) جلد کا درد کم کرنے کیلئے (2) بالوں کی سطح پر نظر ثانی کرنے کیلئے

(3) اضافی بالوں کو دور کرنے کیلئے (4) بالوں کو بڑھانے کیلئے

4- انڈر آرم ویکس کرنے کے بعد آفٹر ویکس لوشن کیسے لگائیں گے؟

(1) ہاتھ سے (2) روئی کی مدد سے

(3) ٹشو کی مدد سے (4) کلائنٹ کے ہاتھ سے

5- موٹے بالوں پر تھریڈنگ سے پہلے کیا کرنا چاہئے؟

(1) مساج (2) سکین پاش

(3) فیشنل (4) ٹونگ

6- جلد کی پہلی لئیر کونسی ہے۔

(1) ڈرمس (2) اپی ڈرمس

(3) ہائپو ڈرمس (4) میلانن

7- بنیادی طور پر چہرے کی بناوٹ کے لحاظ سے کتنی اقسام ہیں؟

(1) 5 (2) 8

(3) 7 (4) 6

8- ٹیوزر کتنی اقسام کے ہوتے ہیں۔

(1) ایک (2) چار

(3) پانچ (4) چھ

9- ویکس کیسے درجہ حرارت میں کرنی چاہیے ہے؟

(1) ٹھنڈے (2) گرم

(3) نمی والے (4) خشک

10- ویکس کس کی مدد سے لگائی جاتی ہے؟

(۲) Spatula کی مدد سے
(۳) چھری کی مدد سے

(۱) ڈنڈے کی مدد سے
(۳) چھج کی مدد سے

درست جوابات

Correct Answers

سوال نمبر	جواب نمبر
1	۱
2	۱
3	۳
4	۲
5	۱
6	۲
7	۱
8	۳
9	۱
10	۲

ہمیں اینڈ بیوٹی سروس

ٹیچنگ اینڈ لرننگ گائیڈ

نیشنل ووکیشنل سرٹیفیکیٹ لیول-2

ورژن-1، جنوری-2019

ماڈیول-5

بنیادی ہیئر ٹریٹمنٹس سرانجام دینا

(Carry Out Basic Hair Treatments)

عمومی جائزہ

اس ماڈیول کا بنیادی مقصد یہ ہے کہ ٹریٹمنٹس اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ بالوں کے بنیادی ٹریٹمنٹس کے بارے میں جان جائیں اور آرگنک / نان آرگنک (Organic /Non-organic) مصنوعات کو استعمال کرتے ہوئے بالوں کے بنیادی ٹریٹمنٹس سرانجام دے سکیں۔

تدریسی نتائج:

اس ماڈیول کے اختتام پر ٹریٹمنٹس اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ:

☆ آئل ہیئر ٹریٹمنٹ سرانجام دیں سکیں۔

☆ آرگنک ہیئر ٹریٹمنٹ سرانجام دیں سکیں۔

آئل ہمیر ٹریٹمنٹ سرانجام دینا

(Perform Oil Hair Treatment)

” تدریسی نتائج“

- ☆ اس لرننگ یونٹ کے اختتام پر پڑھنے والا قابل ہو جائے گا کہ وہ
- ☆ کلائنٹ کو ہمیر ٹریٹمنٹ کے لیے تیار کر سکیں۔
- ☆ ہمیر ٹریٹمنٹ کے آئل کا انتخاب کر سکیں۔
- ☆ آئل ٹریٹمنٹ کو مقررہ اصولوں (SOPs) کے مطابق سرانجام دے سکیں۔
- ☆ ضرورت کے مطابق فائنل لگ دے سکیں۔

1۔ بنیادی ہمیر ٹریٹمنٹ کے لیے اپنی اور کلائنٹ کی تیاری

- i۔ کلائنٹ کو خوش آمدید کہیں اور اس سے کلائنٹ کا مشاورتی فارم فل کروائیں۔
- ii۔ کلائنٹ کو ٹریٹمنٹ کی جگہ لے کر جائیں۔
- iii۔ دستاں اور اپرن پہن کر خود کو تیار کریں۔
- iv۔ کلائنٹ کے کندھوں کے گرد تولیہ ڈال کر اس کو ٹریٹمنٹ کے لیے تیار کریں۔

کلائنٹ مشاورتی فارم

نام فون نمبر

گھر کا پتہ

تاریخ ای میل

ازدواجی حیثیت

ذاتی معلومات

1- آپ کون سی ٹریٹمنٹ لینا پسند کریں گے۔

i- آئل ہیپیز ٹریٹمنٹ ii- آرگینک ہیپیز ٹریٹمنٹ

2- آپ کو کسی قسم کی جلدی الرجی (خوشبو، فیشل مصنوعات، ماحولیاتی) تو نہیں ہے اگر ہے تو بتائیں۔

3- آپ کو جلد کی کوئی بیماری یعنی (فنگل، بیکٹریل، وائرل) تو نہیں ہے اگر ہے تو بتائیں۔

4- آپ کوئی باقاعدگی سے ادویات استعمال کر رہے ہیں تو انکی مدت اور وجہ کیا ہے۔

5- کیا آپ حاملہ ہیں یا اس سلسلے میں کوئی علاج کروا رہی ہیں۔

6- آپ کو کوئی ہارمونل، بلڈ پریشر، شوگر یا HB کی بیماری تو نہیں ہے تو بیماری کی مدت بتائیں۔

7- ایسی ناموافق علامات جن کیلئے طبی طور پر اجازت درکار ہوگی۔ ایسے حالات جن میں طبی اجازت نہیں کی جاسکتی کلائنٹ ایسی صورتحال میں سروس کے نتیجے کا خود ذمہ دار ہوگا (درج ذیل میں سے منتخب کریں)

Diabetes-i

Skin Cancer-ii

Infections-iv

Blood Pressure-iii

8- ایسی ناموافق علامات جو متعلقہ سروس کے درمیان رکاوٹ حائل کرتی ہیں۔

i- بخار ii- زخم iii- جلدی بیماری iv- اگیڑیما (Eczemia)

v- آنکھوں کی الرجی vi- ہیضہ vii- جلد کی سرفی

9۔ بالوں کی قسم اور موجودہ حالت

.....

10۔ گزشتہ ہیر ٹریٹمنٹ کی معلومات

.....

کلائنٹ فیڈ بیک (رائے)

.....

سروس کے بعد اور گھر کیلئے دی جانے والی تجاویز

.....

.....

.....

..... کلائنٹ کے دستخط

2۔ آئل ٹریٹمنٹ کے لیے ورک سٹیشن کی تیاری اور مصنوعات کا انتخاب

(Prepare Work station and Products Knowledge)

i۔ کلائنٹ کے بالوں کی ساخت اور حالت کو دیکھتے ہوئے مناسب ہئیر آئل کا انتخاب کریں۔

ii۔ تمام مصنوعات اور آلات کو ٹرالی میں ترتیب سے رکھیں جیسے کہ کنڈیشنر، اینٹی ڈینڈرف شیپو، تھرمل پروٹیکٹر، آئل، ہاڈل (مرکب لگانے

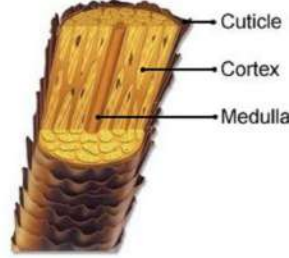
کے لیے) Applicator Brush، ہئیر برش، ٹیل کومب، سیکشن کلیپس، ہئیر اسٹیمر وغیرہ

کیا آپ جانتے ہیں؟

انسانی بال کیراٹین کا بنا ہوتا ہے۔ جو

ایک قسم کی فائبر پروٹین ہوتی ہے۔

بالوں کی ساخت



نوٹ

بنیادی طور پر بالوں کی تین

اقسام ہیں مثلاً "موٹے،

باریک، فائن / کھر درے

کیوٹیکل (Cuticle)

بالوں کی بیرونی تہہ کو کیوٹیکل کہتے ہیں۔ کیوٹیکل بال کا حفاظتی حصار ہوتا ہے۔ کیوٹیکل بے رنگ ہوتے ہیں۔ یہ کورٹیکس میں موجود پگمینٹس (Pigments) کے رنگ کی عکاسی کرتے ہیں۔ کیمیکلز کے زیادہ استعمال سے کیوٹیکل اپنی لچک کھودیتے ہیں۔

کورٹیکس (Cortex)

یہ درمیانی اندرونی تہہ ہوتی ہے جو کہ بالوں کو طاقت اور لچک دیتی ہے۔ یہ ریشے نما مادے کا بنا ہوتا ہے۔ اس کی تہہ میں پگمنٹ ہوتے ہیں۔ جو بالوں کو

رنگ دیتے ہیں۔

میڈیولا (Medulla)

یہ سب سے اندرونی تہہ ہوتی ہے۔ یہ گول خلیوں پر مشتمل ہوتا ہے لازمی نہیں کہ ہر بال میں میڈیولا موجود ہو جبکہ موٹے اور گھنے بالوں میں میڈیولا

موجود ہوتا ہے۔ اس میں پانی جذب کرنے کی صلاحیت ہوتی ہے۔

یاد رکھیں

بالوں کے رِف اور کھر درا ہونے کا

سبب تھائی رائیڈ میں کمی

بیشی، جنیاتی اور آئرن کی کمی

3۔ آئل ہئیر ٹریٹمنٹ کی مصنوعات (Oil Hair Treatment Products)



i۔ لیونڈر آئل Lavender Oil

یہ ایک Essential آئل ہے۔ یہ آئل ڈیپ کنڈیشننگ کا کام کرتا ہے۔ یہ خشکی کو ختم کر کے بالوں کو موچھرا کر تا ہے اور انہیں چمکدار بناتا ہے۔ اس

سے بالوں کی نشوونما میں اضافہ ہوتا ہے۔

-ii ٹی ٹری آئل T- Tree Oil
یہ اینٹی بیکٹریل اور اینٹی فنگل ہے اور یہ سر کی سکری اور انفیکشن کو ختم کرتا ہے۔

-iii Cinnamon Oil
گرتے بالوں کو روکنے کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔

-iv بادام کا تیل Almond Oil
بادام کا تیل بہترین کنڈیشنر ہے۔ اس میں Omega 3 اور وٹامن پائے جاتے ہیں۔ یہ بالوں کو مضبوط، ملائم اور چمکدار بناتا ہے۔

-v کیسٹر آئل Caster Oil
اس میں وٹامن E، منرل اور پروٹین پائے جاتے ہیں۔ یہ خشک بالوں اور بالوں کی نشوونما کیلئے بہت اچھا ہوتا ہے۔
نوٹ
میٹھا سوڈا بالوں کی خشکی کیلئے
بہترین طریقہ علاج ہے۔

-vi سرسوں کا تیل Mustard Oil
یہ بالوں کی نشوونما کیلئے قدیم طریقہ علاج ہے۔ یہ سردیوں میں آرام اور خون کی گردش کو تحریک دیتا ہے۔ اس میں پروٹین اور وٹامن 3 پایا جاتا ہے۔ یہ ہر قسم کے بالوں کے لیے عموماً استعمال ہوتا ہے۔
یاد رکھیں۔
آئل مساج کر کے بعد شیپو
کنڈیشننگ ہمیشہ
20 سے 25 منٹ بعد کریں۔

-vii ناریل کا تیل Coconut Oil
ناریل کا تیل بالوں کے بہت سے مسائل کیلئے موثر ہے۔ یہ خشکی کے علاج کے لئے بہتر ہے۔

-viii زیتون کا تیل Olive Oil
یہ بالوں کو مضبوط ملائم اور چمکدار بناتا ہے۔ اس میں وٹامن A اور E پائے جاتے ہیں۔ یہ بالوں کے کیراٹین کی حفاظت کرتا ہے اور نئی
پہنچاتا ہے۔
مختلف آئلز (Oils) کے
ساتھ ہمیں ٹریٹمنٹ کا
طریقہ ایک جیسا ہوتا ہے۔
یاد رکھیں۔

-ix تلوں کا تیل Sesami Oil
سر کی جلد اور بالوں کی نشوونما کے لئے بہترین ہے۔ یہ سورج کی U.V شعاعوں سے بچاتا ہے۔

4۔ بالوں کی مختلف حالتوں کے مطابق آئل ٹریٹمنٹ (Different Types of Oil Treatments)

i۔ اینٹی ڈینڈرف آئل ٹریٹمنٹ (Anti Dandruff Oil Treatment)
☆ ناریل کا تیل Coconut Oil کا تیل بہترین اینٹی ڈینڈرف آئل ٹریٹمنٹ ہے۔ بالوں اور سر کی جلد کی حفاظت کرتا ہے اور اس کو مینے میں ایک سے
چار مرتبہ استعمال کرنا چاہیے۔

ii۔ گرتے بالوں کا آئل ٹریٹمنٹ (Hair Loss Oil Treatment)
☆ Cinnamon Oil اور شہد کو ملا کر تین سے چار گھنٹے کے لیے بالوں میں لگائیں۔ یہ تیل گرتے بالوں کو روکنے کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔
☆ کیسٹر آئل Caster Oil میں زیتون کا تیل ملا کر گائیٹس بیگرتے بالوں کو روکنے میں مدد دیتا ہے۔

iii۔ روکھے اور بے جان بالوں کی آئل ٹریٹمنٹ (Dry and Demage Oil Treatment)
 ☆ لیونڈر آئل Lavender Oil کے چند قطرے تین کھانے کے چمچ زیتون کے تیل میں مکس کر کے بالوں میں دس منٹ کے لیے لگائیں اور پھر دھو لیں۔

5۔ آئل ہیئر ٹریٹمنٹ کی مختلف تکنیکس کا طریقہ کار

(Procedure of performing Oil Hair Treatment using different techniques)

- i۔ کلائنٹ کی جلد کی قسم اور بالوں کی ساخت کو دیکھتے ہوئے آئل کا انتخاب کریں۔
- ii۔ منتخب کردہ آئل کو نیم گرم کریں۔
- iii۔ بالوں کی لیئر ز نکال کر اُنگلیوں کرپوں کی مدد سے تیل لگائیں۔
- iv۔ اُنگلیوں کے پوروں کے ساتھ سرکلر موشن میں 5-10 منٹ مساج کریں۔
- v۔ مخصوص پریشر پوائنٹس پر مساج کریں۔ (ماڈیول۔ مساج تھراپی سرائیجام دینا کے لرننگ پوائنٹ نمبر۔ 1 میں پریشر پوائنٹس کے بارے میں معلومات درج ہیں)
- vi۔ پریشر پوائنٹ کے دوران دباؤ کا خاص خیال رکھیں۔
- vii۔ بالوں کو اکٹھا کر کے باندھ لیں اور شاوریپ پہنا دیں۔
- viii۔ towel warmer میں تولیہ کو خاص درجہ حرارت پر گرم کر کے شاوریپ کے اوپر ڈھانپ دیں۔
- ix۔ ٹریٹمنٹ کے 20-25 منٹ کے بعد کلائنٹ کا شیپوکنڈیشننگ کریں۔
- x۔ بالوں کو تولیہ سے خشک Towel Dry کریں۔
- xi۔ ہیئر ڈرائیئر سے خشک کرنے کے بعد کلائنٹ کی خواہش کے مطابق فائنل لک دیں۔





6 - بعد از سرویس کی احتیاطی تدابیر (After care Advice)

- i - ہمیز ٹریٹمنٹ کے فوراً بعد ہمیز اسٹائلنگ کی مصنوعات مثلاً "جیل، موس، ہمیز اسپرے وغیرہ کے استعمال سے پرہیز کریں۔
- ii دو سے تین دن کے بعد بالوں میں تیل کا مساج کرنے کے بعد شیمپو اور کنڈیشننگ کریں۔
- iii- کلائنٹ کے بالوں کو ٹریٹمنٹ کے بعد زیادہ بلوڈ رائی نہ کریں کیونکہ زیادہ بلوڈ رائی یا دوسری گرم مصنوعات بالوں پر استعمال کرنے سے بال دھاڑ کا شکار ہو جاتے ہیں۔

عملی سرگرمی

- 1- رُوکھے اور خراب بالوں کی آئل ٹریٹمنٹ سرانجام دیں۔
- 2- گرتے بالوں کی آئل ٹریٹمنٹ سرانجام دیں۔

آرگینک ہیر ٹریٹمنٹ سرانجام دینا

(Perform Organic Hair Treatment)

تدریسی نتائج

- اس لرننگ پونٹ کے اختتام پر پڑھنے والا قابل ہو جائے گا کہ وہ
- ☆ آرگینک ہیر ٹریٹمنٹ کے لیے کلائنٹ کو تیار کر سکیں۔
 - ☆ آرگینک ہیر ٹریٹمنٹ سے متعلق مصنوعات کا انتخاب کر سکیں۔
 - ☆ آرگینک ٹریٹمنٹ کو مقررہ اصولوں (SOPs) کے مطابق سرانجام دے سکیں۔
 - ☆ ضرورت کے مطابق فائل لگ دے سکیں۔

1- آرگینک ہیر ٹریٹمنٹ کی مصنوعات کو جاننا (Fruits, vegetable, hair mask etc.) Product Knowledge

- i- کیلا ہیر ماسک کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔
 - ii- ایوا کاڈو Avacado سر کی جلد کی نشوونما میں مدد دیتا ہے۔
 - iii- پیاز کا پانی بالوں کی جڑوں کو مضبوط کرتا ہے۔
 - iv- لیموں کا رس سر کی چکنی جلد کو نارمل کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔
 - v- کدو Pumpkin ماسک کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔
 - vi- ایلو ویریا پھلنے والوں کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔
 - vii- انڈا ماسک کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔
 - viii- سیب کا سرکہ بالوں میں چمک پیدا کرتا ہے۔
- یاد رکھیں۔
- Sebaceous gland جب
- sebum oil خارج نہیں کرتے تو
- بال خشک اور گھبر درے ہو جاتے
- ہیں۔

2- آرگینک طریقہ علاج

- چکنے والوں کے لئے
- i- لیمن جوس، ایلو ویریا، ایلو ویریا، دو انڈوں کی سفیدی اور تھوڑا سا زیتون کا تیل ماسک کر کے بالوں میں لگائیں 30 منٹ کے بعد نیم گرم پانی سے دھوئیں۔
 - ii- ملتان میٹھی کو پانی کے ساتھ ماسک کر کے پیسٹ بنا کر 20 منٹ تک بالوں میں لگا کر چھوڑ دیں۔ اُسکے بعد نارمل پانی سے دھوئیں۔
 - iii- لیمن جوس/ سفید سرکہ پانی میں ملا کر 10 سے 15 منٹ لگا رہے۔ پھر نارمل پانی سے دھوئیں۔

گھبر درے خشک بالوں کیلئے

- i- دہی، انڈا، آئل، شہد اور ایلو ویریا، ان سب چیزوں کو ملائیں اور بالوں میں لگا کر شاور کیپ چڑھائیں اور 20 سے 30 منٹ کیلئے چھوڑ دیں۔ پھر ہلکے نیم گرم پانی سے دھوئیں۔ انڈا پروٹین کا بہترین ماخذ ہے۔ نارمل بالوں کیلئے پورا انڈا لگا یا جاسکتا ہے۔ چکنے والوں کیلئے سفیدی اور خشک بالوں کیلئے انڈے کی زردی بہترین ہے۔

- ii- سیب کا سرکہ، زیتون کا تیل اور انڈے کی زردی ملا کر 15 سے 20 منٹ کیلئے بالوں میں لگا کر شاور کیپ چڑھادیں۔ ہلکے نیم گرم پانی سے دھوئیں۔

- iii- ایوکاڈو Avacado میں تھوڑا سا پودینے کا Essential آئل ملا کر 15 منٹ لگا رہنے دیں۔ اسکے بعد اسکو دھویں۔
 iv- کیلا اور زیتون کے تیل کو اچھی طرح مکس کر کے 20 سے 25 منٹ لگا رہنے دیں۔ اسکے بعد پھر دھویں۔
 v- Pumpkin اور شہد کو ملا کر بالوں میں لگائیں۔ 20 سے 25 منٹ لگا رہنے دیں۔ اسکے بعد پھر دھویں۔



3- آرگینک ہیمیر ٹریٹمنٹ

- i- مقررہ معیار کے مطابق خود کو کام کرنے کی جگہ اور کلائنٹ کو حفظانِ صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کرنا۔
 ii- کلائنٹ سے مشاورت کے بعد بالوں اور سر کی جلد کے مطابق آرگینک مصنوعات کا انتخاب کریں۔
 iii- بالوں کے سیکشن بنائیں۔
 iv- آرگینک مصنوعات کو بالوں میں برش کی مدد سے لگائیں۔
 v- ضرورت کے مطابق شاو رکیپ سے ڈھانچ دیں یا کھلا رکھیں۔
 vi- بالوں کو سر کی جلد کی ساخت کے لحاظ سے ٹائم دینے کے بعد بالوں کو نارمل درجہ حرارت پر رہنے دیں۔
 vii- ضرورت کے مطابق شیپو اور کنڈیشننگ کریں۔
 viii- بالوں کو تویل سے خشک Towel Dry کریں۔
 ix- ہیمیر ڈرائیئر سے خشک کرنے کے بعد بالوں کو فائنل لک دیں۔



4- بعد از سروں کی احتیاطی تدابیر (After care Advice)

- i- ہیمیر ٹریٹمنٹ کے فوراً بعد ہیمیر اسٹائلنگ کی مصنوعات مثلاً "جیل، موس، ہیمیر اسپرے وغیرہ کے استعمال سے پرہیز کریں۔
 ii- ٹریٹمنٹ کے دو سے تین دن کے بعد بالوں میں تیل کا مساج کرنے کے بعد شیپو اور کنڈیشننگ کریں۔

عملی سرگرمی

ایشی ڈینڈرف ہیمیر ٹریٹمنٹ موٹی پھلوں اور سبزیوں کے ساتھ انجام دیں۔

ماڈیول کا خلاصہ

اس ماڈیول میں ہم نے مندرجہ ذیل موضوعات کے متعلق معلومات حاصل کیں:

☆ بالوں کی ساخت، بالوں کی اقسام، بالوں کیلئے استعمال کیے جانے والے مختلف تیلوں کی اقسام، اُنکی افادیت اور مختلف بالوں کی بیماریوں کے لحاظ سے اُنکی ہیئر ٹریٹمنٹ کے بارے میں معلومات ہیں۔

☆ ہیئر ٹریٹمنٹس کی مدد سے سر کی جلد، بالوں کی ساخت کے مطابق تیل کا انتخاب اور اس کا استعمال اور Organic ہیئر آئل کا استعمال اور قدرتی پھلوں اور سبزیوں کو استعمال کرتے ہوئے بالوں کا علاج کیا جاتا ہے۔

درج ذیل سوالات کے مختصر جوابات دیں۔

سوال نمبر 1۔ بالوں اور سر کی جلد کی کونسی خصوصیات ہیں جنہیں تجزیہ کی ضرورت ہوتی ہے؟
جواب: سر کی جلد اور بالوں کی حالت، بالوں کے جذب کرنے کی صلاحیت

سوال نمبر 2۔ میڈیولا کسے کہتے ہیں؟
جواب: یہ بال کی سب سے اندرونی تہ ہوتی ہے۔ جو کہ گول ہڈیوں پر مشتمل ہوتا ہے۔

سوال نمبر 3۔ بال کس چیز کا بنا ہوتا ہے؟
جواب: بال کیراٹین کا بنا ہوتا ہے۔ جو ایک قسم کی فائبر پروٹین ہوتی ہے۔

سوال نمبر 4۔ بال خشک اور کھر درے کیوں ہوتے ہیں؟
جواب: sebaceous Gland جب sebum oil خارج نہیں کرتے۔ تو بال خشک اور کھر درے ہو جاتے ہیں۔

سوال نمبر 5۔ کونسے بالوں کو زیادہ دھونے کی ضرورت ہوتی ہے؟
جواب: آئلی بال چونکہ جلدی چکنے ہو جاتے ہیں۔ اس لئے ان کو زیادہ دھویا جاتا ہے۔

خود کو آزمائیں

دیئے گئے بیانات میں سے درست کے سامنے (✓) لگائیں۔ آپ اپنے جوابات کا ماڈیول کے آخر میں دی گئی جوابی فہرست سے موازنہ کر سکتے ہیں۔

سوال نمبر 1۔ بال کے تنے کی تیسری تہہ کا نام ہے۔

- (ا)۔ میڈولا
(ب)۔ کیرائٹین
(ج)۔ Helix
(د)۔ کوئی نہیں

سوال نمبر 2۔ کیلاکس قسم کے بالوں کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔

- (ا)۔ چکنے
(ب)۔ خشک
(ج)۔ نارل
(د)۔ ا اور ج

سوال نمبر 3۔ کون سی چیز بالوں کے رف اور کھر درا ہونے کا سبب بنتی ہے۔

- (ا)۔ تھائی رائیڈ میں کمی بیشی
(ب)۔ جنیاتی طور پر
(ج)۔ آئرن کی کمی کی وجہ سے
(د)۔ مندرجہ بالا ساری وجوہات

سوال نمبر 4۔ بالوں کی اقسام ہیں۔

- (ا)۔ تین
(ب)۔ چار
(ج)۔ چھ
(د)۔ آٹھ

سوال نمبر 5۔ Lavender Oil استعمال ہوتا ہے۔

- (ا)۔ Essential Oil کے طور پر
(ب)۔ بال کی نوک کے لیے
(ج)۔ بال کے تنے کے لیے
(د)۔ آرگینک ٹریٹمنٹ کے لیے

سوال نمبر 6۔ کیلے اور زیتون کے تیل کا کچھ لگاتے ہیں۔

- (ا)۔ خشک بالوں کیلئے
(ب)۔ چکنے بالوں کے لئے
(ج)۔ بالوں کو سیدھا کرنے کے لئے
(د)۔ بالوں کو گھٹکریا لے کرنے کے لئے

سوال نمبر 7۔ بالوں کے گرنے کا سب سے بڑا سبب ہے۔

- (ا)۔ نامناسب غذا
(ب)۔ بالوں کو کیمیکل سے ٹریٹ کرنا
(ج)۔ بالوں کو باندھ کر رکھنا
(د)۔ خون کی کمی

سوال نمبر 8۔ انڈے کی سفیدی استعمال ہوتی ہے۔

- (ا)۔ خشک بالوں کے لئے
(ب)۔ چکنے بالوں کے لئے

ج۔ نارمل بالوں کے لئے

د۔ گندے بالوں کے لئے

سوال نمبر 9۔ sebaceous Gland خارج کرتے ہیں۔

ا۔ Sebum Oil

ب۔ پینہ

ج۔ پانی

د۔ آنسو

سوال نمبر 10۔ کورٹیکس کیا ہے؟

ا۔ خلیہ

ب۔ ریشہ

ج۔ درمیانی اندرونی تہہ

د۔ ہیر لفت

جوابات

سوال نمبر	جواب
1	ا
2	ب
3	د
4	ا
5	ا
6	ا
7	ا
8	ب
9	ا
10	ج

ہمیں اینڈ بیوٹی سروس

ٹیچنگ اینڈ لرننگ گائیڈ

نیشنل ووکیشنل سرٹیفیکیٹ لیول-2

ورژن-1، جنوری-2019

ماڈیول-6

بنیادی فیشل سرانجام دینا (خواتین/مرد)

(Perform Basic Facial)

عمومی جائزہ:

اس ماڈیول کا بنیادی مقصد مقررہ معیار کے مطابق ٹرینیز کو بنیادی فیشل کے بارے میں معلومات، طریقہ اور ہنر فراہم کرنا ہے۔ اس ماڈیول کے ذریعے نہ صرف بنیادی فیشل کی مختلف تکنیکس تفصیلی ادبی معلومات کیساتھ مہیا کی جائیں گی بلکہ مختلف اقسام کی مصنوعات سے انڈسٹری کے معیار کے مطابق کام بھی کروایا جائے گا۔

تدریسی نتائج:

اس ماڈیول کے اختتام پر ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ!

- ☆ مقرر کردہ معیار کے مطابق فیشل کے لیے کلائنٹ اور کام کرنے کی جگہ کو تیار کر سکیں۔
- ☆ مقرر کردہ معیار کے مطابق کلنزنگ، ٹوننگ اور موچر انرنگ (CTM) کر سکیں۔
- ☆ مقرر کردہ معیار کے مطابق سکین پالٹنگ کر سکیں۔
- ☆ مقرر کردہ معیار کے مطابق بنیادی فیشل کر سکیں۔
- ☆ مقررہ کردہ معیار کے مطابق ہر بل فیشل کر سکیں۔

لرننگ پونٹ نمبر 1

فیشل کیلئے ورک سٹیشن اور کلائنٹ کی تیاری

(Preparation of Work Station and Client for Facial Service)

تدریسی نتائج:

اس لرننگ پونٹ کے اختتام پر پڑھنے والا اس قابل ہو جائے گا کہ وہ

اپنے کام کرنے کی جگہ کو سیلون کے مقرر کردہ معیار کے مطابق تیار کر سکیں۔

اپنے کلائنٹ کو ضرورت کے مطابق سروں کیلئے تیار کر سکیں۔

یا دیکھیں

فرشوں اور ٹائیکوٹس کو ڈس انفیکٹ کی مدد سے جراثیموں سے صاف کیا جاتا ہے۔ مشینری اور اوزاروں کو سٹرلائزیشن کے ذریعے جراثیموں سے پاک کیا جاتا ہے۔

Occupational Health and Safety Measures (OHS)

1- پیشہ وارانہ صحت اور حفاظت کے معیار



پیشہ وارانہ صحت سے مراد صحت کے اصولوں کو دیکھتے ہوئے اپنے ورک سٹیشن اور اپنے ماحول کو صاف ستھرا رکھنا ہے۔ اگر ورک سٹیشن گندا ہے مشینری اور اوزار صحیح طریقے سے صاف نہیں ہو رہے تو جراثیم پھیلنے اور بیماریاں لگنے کا خدشہ نہ صرف بیوٹیشن بلکہ کلائنٹ کیلئے بھی بڑھ جاتا ہے اسکے لئے ضروری ہے کہ Hygiene یعنی صفائی کا خاص خیال رکھا جائے۔ پیشہ وارانہ حفظان صحت کیلئے مندرجہ ذیل اصولوں کو مد نظر رکھنا چاہئے:



i- ورک سٹیشن کی صفائی

اس سے مراد مشینری اوزاروں اور کام کرنے کی جگہ کو کام سے پہلے اور بعد میں صاف کرنا اور انکی جراثیم کشی کرنا ہے۔



ii- ذاتی صفائی

ذاتی صفائی سے مراد بیوٹیشن کی اپنے ہاتھوں، ناخنوں، منہ کی صفائی، کپڑوں کو صاف ستھرا رکھنا، بالوں اور جسم کی صفائی ہے۔



iii- سیلون کی صفائی

فرش، ٹائیکوٹس انفکٹ کرنا اور گاؤن، اپرن وغیرہ کی دھلائی اور صفائی وغیرہ کا خیال رکھنا وغیرہ ہے۔ سیلون میں استعمال ہونے والا سامان اور تمام مصنوعات کو صاف رکھیں تاکہ ایک صحت مند ماحول پیدا کیا جاسکے۔

iv- ماحول کی صفائی

اس سے مراد سیلون کے ماحول میں اخلاقی کردار کی صفائی ہے یعنی سگریٹ، دھواں، اونچی آواز میں قہقہے اور فحش باتوں سے سیلون کے ماحول کے اوپر غلط اثرات پڑتے ہیں اس سے اجتناب برتنا چاہیے۔

(Maintenance of products, tools and

2- فیشل کی مصنوعات، مشینری اور آلات و اوزار کا خیال رکھنا

equipments)

فیشل کی مصنوعات اور آلات و اوزار صاف ستھرے اور آسان رسائی میں رکھنے چاہئیں تاکہ بوقت ضرورت آسانی سے ان تک پہنچا جاسکے اور وقت کا خیال اور کلائنٹ

کو انتظار کی زحمت سے بچایا جاسکے۔ سیلون کی مشینری کو صاف ستھرا رکھیں اور استعمال کے بعد اس کو بجلی سے منقطع کر دیں۔ اوزاروں کو سٹرلائزر سے یا سینٹائز کر لیں تاکہ بیماریوں سے بچا جاسکے۔

3۔ کلائنٹ سے مشاورت (Client Consultation)

کوئی بھی سروس مہیا کرنے لگیں تو سب سے پہلے مشاورتی فارم پُر کروائیں تاکہ کلائنٹ کی ضرورت کے مطابق اس کی بیماری کو مد نظر رکھتے ہوئے اس کو متعلقہ سروس مہیا کی جاسکے تاکہ مطلوبہ نتائج مل سکیں۔

کلائنٹ مشاورتی فارم

نام فون نمبر

گھر کا پتہ

تاریخ ای میل

ازداجی حیثیت

یاد رکھیں
کلائنٹ سے مشاورتی فارم فل کروانے
وقت زبانی مشاورت بھی جاری رکھیں۔

ذاتی معلومات

- 1۔ آپ کیا سروس لیننا پسند کریں گے۔
i۔ فیشل ii۔ ویکسنگ iii۔ میک اپ iv۔ ہیئر اسٹائل
v۔ تھریڈنگ vi۔ کٹنگ vii۔ مہندی viii۔ مساج

2۔ آپ کو کسی قسم کی جلدی الرجی (خوشبو، فیشل مصنوعات، ماحولیاتی) تو نہیں ہے اگر ہے تو بتائیں۔

3۔ آپ کو جلد کی کوئی بیماری یعنی (فنگل، بیکٹریل، وائرل) تو نہیں ہے اگر ہے تو بتائیں۔

4۔ آپ باقاعدگی سے کسی قسم کی ادویات استعمال کر رہے ہیں تو انکی مدت اور وجہ بتائیں۔

5۔ کیا آپ حاملہ ہیں یا اس سلسلے میں کوئی علاج کروا رہی ہیں۔ (صرف خواتین کے لیے)

6۔ آپ کو کوئی ہارمونل، معدہ کی گرمی، قبض، بلڈ پریشر، شوگر یا HBI کی بیماری تو نہیں ہے تو بیماری کی مدت بتائیں۔

7۔ ایسی ناموافق علامات جن کیلئے طبی طور پر اجازت درکار ہوگی۔ ایسے حالات جن میں طبی اجازت نہیں دی جاسکتی کلائنٹ ایسی صورتحال میں سروس لینے کے نتیجے کا خود ذمہ دار ہوگا (درج ذیل میں سے منتخب کریں)

Stomach infection-iii Skin Cancer-ii Diabetes-i
Hepatitis-vi Blood Pressure-v Infections-iv

8۔ ایسی ناموافق علامات جو متعلقہ سروس کے درمیان رکاوٹ حاصل کرتی ہیں۔

i۔ بخار ii۔ زخم iii۔ جلدی بیماری iv۔ اگزیما (Eczemia)
v۔ آنکھوں کی الرجی vi۔ ہیپنڈ vii۔ پھلسی ہوئی جلد viii۔ جلد کی سرخی ix۔ دمہ

9۔ جلد کی قسم اور موجودہ حالت

10۔ گزشتہ فیٹل / سروس کی معلومات

کلائنٹ فیڈ بیک (رائے)

سروس کے بعد اور گھر کیلئے دی جانے والی تجاویز

کلائنٹ کے دستخط

4- کلائنٹ کو موزوں انداز میں تیار کرنے کی اہمیت (Importance of Preparing the client appropriately)

فیشل سروس شروع کرنے سے پہلے ورک نیشن کے ساتھ ساتھ کلائنٹ کی تیاری بھی ایک بہت ضروری امر ہے تاکہ وہ ایک صحت مند اندازہ ماحول میں کام کرواتے ہوئے خود کو پُر سکون محسوس کر سکے۔

کلائنٹ کی تیاری کیلئے مندرجہ ذیل اصولوں کو مد نظر رکھیں:

- i- کلائنٹ کو گاؤن دیں اور اس کی ڈریسنگ روم تک رہنمائی کریں۔
- ii- کلائنٹ کو بڑے آرام دہ فیشل بیڈ یا ہائیڈرو لک چیئر پر بٹھائیں اور سہولت کے مطابق فیشل بیڈ/چیئر ایک زاویہ پر سیٹ کسی فائدہ کے لیے نقصان کا خدشہ کر لیں۔
- iii- ہیڈ بینڈ یا شاؤر کیپ کی مدد سے بالوں کو ڈھانپ دیں۔
- iv- عرق گلاب یا پانی سے تر کاشن کلائنٹ کی آنکھوں پر رکھ دیں تاکہ اسکی آنکھوں کو فیشل کے دوران ٹھنڈک ملتی رہے اور فیشل کی مصنوعات اسکی آنکھوں میں نہ جا سکیں۔

کیا آپ جانتے ہیں؟

1. Risk یعنی خدشہ جس میں آپ

کسی فائدہ کے لیے نقصان کا خدشہ

مول لیتے ہیں۔ یہ خدشہ فائدہ یا

نقصان دونوں صورتوں میں ہو سکتا

ہے۔

2. Hazzard حادثات

، خطرات اور نقصانات کو

Hazzard کہتے ہیں۔

5- کام کے دوران درپیش مختلف خدشات (Work Hazards)

کام کی جگہ پر کسی ممکنہ نقصان یا خطرے کی صورت میں درپیش آنے والے حادثات کو Hazards کہا جاتا ہے۔ سیلون میں پائے جانے والے (Hazards) یعنی خطرات دو طرح کے ہوتے ہیں۔

i- فزیکل خطرات ii- کیمیکل خطرات



i- فزیکل خطرات

﴿ پھسلن والا فرش

﴿ چلنے کے راستے میں بکھرے ہوئے اوزار

﴿ غیر محفوظ بجلی کی تاریں

﴿ روشنی اور ہوا کی کمی اور آگ وغیرہ

ii- کیمیکل خطرات

﴿ گرد و غبار

﴿ بدبودار کیمیکل

﴿ تیزابیت والے محلول وغیرہ

عملی سرگرمی (1)

فیشل ٹریٹمنٹ (Facial Treatment) کے لئے اپنے ورک نیشن کو تیار کریں۔

عملی سرگرمی (2)

سکن کینزسروں کے لیے کلائینٹ کو پانچ منٹ میں تیار کریں۔

یاد رکھیں

کسی بھی قسم کی اسکن پروڈکٹ کو استعمال کرنے سے پہلے اس کے استعمال کی میعاد کو چیک کر لیں

لرننگ یونٹ نمبر 2

مقرر کردہ معیار کے مطابق کلینزنگ، ٹوننگ اور موچر انزنگ کو سرانجام دینا (CTM)

(Carry out Cleansing, Toning and moisturizing)

تدریسی نتائج:

اس لرننگ یونٹ کے اختتام پر پڑھنے والے اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ!

﴿ مقرر کردہ معیار کے مطابق کلینزنگ سرانجام دیے سکیں

﴿ مقرر کردہ معیار کے مطابق ٹوننگ سکیں

﴿ مقرر کردہ معیار کے مطابق موچر انزنگ سکیں

یاد رکھیں

کلینزنگ کرتے ہوئے ہاتھوں کی پوروں کا استعمال کریں اور ہاتھوں کا دباؤ زیادہ نہ ڈالیں۔

(Product Knowledge)

1- مصنوعات کی معلومات

فیشل کرنے سے پہلے آپ کو معلوم ہونا چاہئے کہ جو سروس سرانجام دی جا رہی ہے وہ کلائنٹ کی جلد کے مطابق بھی ہے کہ نہیں۔ ہمیشہ فیشل کرنے سے پہلے کلائنٹ کی جلد کا معائنہ کریں اور پھر کاسمیٹکس کے اندر سے وہ مصنوعات چنیں جو اس کی جلد کے لیے موزوں آئل فری موچر انزنگ جلد کیلئے ہے اور ہوں۔

کلینزنگ، ٹوننگ اور موچر انزنگ (CTM)

CTM سے مراد Cleansing Toning and Moisturizing ہے۔ CTM ہر قسم کی جلد کیلئے موزوں ہے اگر روزمرہ کی روٹین میں CTM شامل کر لیا

جائے تو جلد جلدی بوڑھی نہیں ہوتی اور صاف ستھری اور چمکدار نظر آتی ہے۔

Cleanser -i

کلینزر سے مراد وہ مصنوعات ہیں جس کی مدد سے جلد کی صفائی کی جاتی ہے اگرچہ پکلیزنگ معمول بنائیں تو جلد صاف ستھری رہے گی۔

Tonner -ii

ٹونر لگانے کا مقصد جلد کو ہم رنگ (Even tone) کرنا اور مساموں کو تنگ کرنا ہے۔ اسکی مدد سے جلد کا پی۔ ایچ لیول P-H

level درست رہتا ہے۔

Moisturizer-iii

موچر انزنگ جلد کو بچانے، اس کا علاج، نازک جلد کی حفاظت، رنگت اور ساخت کو بہتر بناتے ہیں۔ موچر انزنگ بھی دو قسمیں ہیں، یہ آئل فری بھی ہوتے ہیں اور کریمی بھی۔

CTM میں درکار سامان:-

i-تولیہ	ii-گاؤن	iii-ہیزر بینڈ	iv-کاشن
v-باؤل	vi-جراثیم کش (Hand Sanitizer)	vii-اسفنج (Sponge)	viii-کلینزر
ix-ٹونر	x-موچر انزنگ	xi-Spatula	xii-اسپرن
xiii-فیشل بیڈ			

(Procedure of Cleansing, Toning and

2- کلینزنگ، ٹوننگ اور موچر انزنگ (CTM) کا طریقہ کار

Moisturizing)



- i ورک شیٹن کو خود اور کلائنٹ کو مطلوبہ سروس کے مطابق تیار کریں۔
- ii کلائنٹ کی جلد کے مطابق کلینزر کا انتخاب کریں۔
- iii Sapatula کی مدد سے ضرورت کے مطابق کلینزر نکالیں۔
- iv کلینزر کو ہاتھوں پر لے کر چہرے اور گردن کا 5 سے 7 منٹ تک مساج کریں، پھر گیلی کائٹن کی مدد سے چہرہ صاف کر لیں۔
- v کلینزر صاف کرنے کے بعد کائٹن کو ٹوٹھر سے تر کر کے پورے چہرے پر لگا دیں، اور 5 منٹ تک لگا رہنے دیں اور اس کے بعد گیلی کائٹن کی مدد سے صاف کر لیں۔
- vi حسب ضرورت اور جلد کی ساخت کے مطابق موٹیوچر انز چہرے پر لگانے۔
- vii سروس دینے کے بعد اپنے ورک شیٹن کی صفائی کریں اور آلات و اوزار کی جراثیم کشی کر لیں۔

3- کلینزنگ، ٹوننگ اور موچیوچر انزنگ (CTM) کے فائدے اور نقصانات (Advantages and Disadvantages of CTM)

- i روزمرہ کی زندگی میں CTM کرنے سے جلد انتہائی صاف ستھری اور چمکدار نظر آئے گی۔
- ii روزمرہ کی زندگی میں CTM کو ایک اہم جز بنا نا چاہیے تاکہ جلد فریش اور تروتازہ رہے۔
- iii CTM سے جلد گروڈغبار اور میل سے پاک رہے گی۔
- iv CTM کے کرنے سے جلد بڑھاپے کی طرف دیر سے جائے گی۔
- v میک اپ تروتازہ اور دیر پارہے گا۔
- vi ایکنی اور دانوں والی جلد پر زیادہ مساج نہ کریں اور جلد پر گرڈ نہ لگائیں۔
- vii جلد کی مناسبت سے مصنوعات کا انتخاب کریں تاکہ جلد کو نقصان نہ ہو۔

4- بعد از سروس احتیاطی تدابیر (After Care Advice)

- i CTM کے بعد گرم درجہ حرارت میں نکلنے سے پرہیز کریں۔
- ii CTM کے فوراً بعد Soap یا کسی بھی طرح کا Face Wash استعمال کرنے سے گریز کریں۔
- iii CTM کے دس منٹ کے بعد چہرے پر میک اپ استعمال کر سکتے ہیں۔

عملی سرگرمی

جلد کی ساخت کے مطابق کلینزنگ، ٹوننگ اور موچیوچر انزنگ (CTM) کریں۔

سکن پالیشر لگائیں

(Apply Skin Polisher)

تدریسی نتائج:

اس لرننگ یونٹ کے اختتام پر پڑھنے والا اس قابل ہو جائے گا کہ وہ!

- ﴿ سکن پالش تیار کر سکیں۔
- ﴿ سکن پالش کو کلائنٹ کے چہرے پر لگا سکیں۔
- ﴿ ماسک کو لگا سکیں۔



1 - مصنوعات کی معلومات (Product Knowledge)

سکن پالش کرنے سے پہلے آپ کو معلوم ہونا چاہئے کہ کلائنٹ کی جلد کونسی قسم کی ہے اور اسکی حالت کیا ہے اور اس کے مطابق اس پر کونسی مصنوعات لگائی جاسکتی ہیں۔ حساس جلد پر تیز آمونیا والی مصنوعات لگانے سے گریز کریں۔ پالشنگ میں دو طرح کے ڈوبلیر کا استعمال ہوتا ہے۔ 10 اور 20 ولیم۔ 10 ولیم انتہائی حساس جلد کیلئے استعمال ہوگا اور 20 ولیم نارمل اور تھوڑے سے سخت بالوں کیلئے۔ سکن کو کسی بھی طرح کی الرجی سے بچانے کیلئے سوتھنگ لوشن (soothing lotion) کا استعمال مفید ہے۔

سکن پالیشر میں استعمال ہونے والے سامان

- | | | |
|--|---------------------------------------|-----------------------|
| i- کلیننگ ملک | ii- پلچ پاؤڈر (یعنی سکن پالیشر) | iii- ڈوبلیر 10-20 Vol |
| iv- اسپرن | v- گاؤن | vi- تولیہ |
| vii- کاشن | viii- ہینڈ سینیٹائزر (Hand Sanitizer) | ix- سپونج |
| x- باؤل | xi- پالش برش | xii- گلاب کا عرق |
| xiii- فیس شائزر | xiv- ماسک | xv- فیشل ہینڈ |
| xvi- سوتھنگ لوشن | xvii- میئرنگ سپون (Measuring Spon) | xviii- ہیڈ ہینڈ |
| xix- اینٹی سپیکل / ایمولینٹ (Emolient) | | |

2- مینوفیکچرر کی ہدایات کے مطابق سکن پالیشر تیار کرنے کا طریقہ (Method of Mixing of Bleach as per advice of Manufacturer)

اسکن پالش مینوفیکچرر کی ہدایات کے مطابق تیار کریں، اور یہ ہدایات مصنوعات کے ساتھ موجود ہوتی ہیں۔ اگر ہدایات موجود نہ ہوں تو آپ درج ذیل طریقہ سے بھی اسکن پالش بنا سکتے ہیں۔

- | | | | |
|---------------------|---------|------------------------|----------------|
| i- شائزر | ایک حصہ | ii- ڈوبلیر 20 / 10 Vol | دو حصے |
| iii- سوتھنگ لوشن | ایک حصہ | iv- عرق گلاب | دو سے تین قطرے |
| v- سکن پالیشر پاؤڈر | ایک حصہ | | |

ان تمام چیزوں کو ایک باؤل میں اچھی طرح کس کر لیں اور برش کی مدد سے مطلوبہ حصہ پر لگادیں۔

3۔ پالش کی مصنوعات میں استعمال ہونے والے کیمیکلز اور ان کے رد عمل

(Results of Chemical Products used for Polishing Specially for Reactions)

- i۔ پالشنگ کی مصنوعات میں موجود کیمیکل یعنی امونیا اور ہائیڈروجن کی وجہ سے اکثر جلد پر الرجی یا جلن ہو جاتی ہے ایسی صورت حال میں گیلی کاٹن کی مدد سے متاثرہ حصے سے پالیشر صاف کر لیں اور اس پر سوٹھنگ لوشن یا اینٹی سپلک لوشن لگا لیں۔
- ii۔ الرجی یا ریکشن ہونے کی صورت میں ٹریٹمنٹ کو روک دیں۔



یاد رکھیں

Dry اور Damage اور حساس جلد پر اسکن پالشنگ لگانے سے گریز کریں۔

4۔ اسکن پالشنگ کا طریقہ کار (Procedure of Skin Polishing)

- i۔ مطلوبہ سروس کے لیے خود کو، کلائنٹ کو اور کام کرنے کی جگہ کو تیار کریں۔
- ii۔ نیشنل کرسی یا فیشنل بیڈ کو کلائنٹ کے آرام کے مطابق سیٹ کر لیں۔
- iii۔ کام شروع کرنے سے پہلے Hand Sanitizer کا استعمال لازمی کریں۔
- iv۔ کلینزر کو ہاتھوں پر لے کر چہرے اور گردن کا پانچ سے سات منٹ تک مساج کریں، پھر گیلی کاٹن کی مدد سے چہرہ صاف کر لیں۔
- v۔ پہلے بتائے گئے طریقے سے اسکن پالیشر کی تمام چیزوں کو کس کر لیں (یاد رکھیں) اسکن پالیشر کو جلد کی موجودہ حالت دیکھ کر بنائیں۔
- vi۔ برش کی مدد سے اسکن پالیشر جلد پر لگائیں اور ساتھی وقت نوٹ کر لیں پالیشر کا تجویز کردہ وقت 15-20 منٹ ہے۔ لیکن آپ 5 منٹ بعد بھی چہرے یا مطلوبہ جگہ کو چیک کرتے رہیں تاکہ کسی کی جلد کو نقصان نہ پہنچے اور نہ کوئی کیمیکل ری ایکشن ہو۔
- vii۔ اسکن پالیشر کو دھو کر اسی جگہ پر کوشش کریں کہ پالیشر کا استعمال نہ کریں اور اگر کریں تو پاؤڈر اور ڈویلپر کی مقدار کم کر لیں۔
- viii۔ پالیشر کا وقت مکمل ہو نیچے کے بعد Sponge کی مدد سے چہرے سے پالیشر اچھی طرح صاف کر لیں۔
- ix۔ اس کے بعد چہرے کی موجودہ حالت کو دیکھتے ہوئے گلاب کا عرق / سوٹھنگ لوشن یا Toner کا استعمال کریں۔
- x۔ ایک باؤل میں جلد کیتیم کے مطابق ماسک لیں اور اس میں دو سے 4 عرق گلاب کے قطرے ڈال کر کس کر لیں اور برش کی مدد سے 10-15 منٹ کیلئے لگا دیں۔
- xi۔ ماسک اتارنے کے بعد جلد کی ساخت کے مطابق موشیچر ایئر لگا دیں اور ہونٹوں پر Lip balm لگا دیں۔

یاد رکھیں
پالشنگ کو آنکھوں پھنوں اور پلکوں پر نہ لگائیں۔

5۔ ہنگامی حالت سے نمٹنا (Contingency Handling)

- i۔ الرجی یا جلن کی صورت میں سوٹھنگ لوشن لگائیں یا برف کی کور کریں۔
- ii۔ الرجی یا Reaction ہونے کی صورت میں ٹریٹمنٹ کو روک دیں۔
- iii۔ اگر جلد پر سرخی اور جلن زیادہ بڑھ جائے تو ایسی صورت حال میں کلائنٹ کو اسکن اسپیشلسٹ سے رجوع کرنے کا مشورہ دیں۔

6۔ بعد از سروس احتیاطی تدابیر (After Care Advice)

- i۔ اسکن پالیشر کے فوراً بعد گرم جگہ پر مت جائیں۔
- ii۔ کسی بھی طرح کے Face Wash اور Soap کا استعمال نہ کریں۔
- iii۔ الرجی ہونے کی صورت میں جلد پر کسی بھی طرح کی کریم کا استعمال نہ کریں بلکہ برف کو کپڑے یا ٹشو میں ڈال کر چہرے پر چھپائیں۔
- iv۔ پالیشر کے چوبیس گھنٹے تک میک اپ سے گریز کریں۔

عملی سرگرمی

جلد کی مناسبت سے اسکن پالش تیار کریں اور لگائیں۔

بنیادی فیشل

(Carry out Basic Facial) ?

تدریسی نتائج:

اس لرننگ یونٹ کے اختتام میں ٹریڈیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ!

﴿ مقررہ کردہ معیار کے مطابق کلائنٹ سے مشاورت اور مشاورتی فارم پُر کروائیں۔

﴿ مقررہ کردہ اصولوں کے مطابق جلد کو چیک کر سکیں۔

﴿ مقررہ معیار کے مطابق ڈیپ کھیزنگ کر سکیں۔

﴿ مقررہ معیار کے مطابق ٹوننگ کر سکیں۔

﴿ مقررہ معیار کے مطابق ایکسفو لی ایشن (Exfoliation) کر سکیں۔

﴿ مقررہ معیار کے مطابق اسٹیم دے سکیں۔

﴿ مقررہ معیار کے مطابق فیشل مساج کر سکیں۔

﴿ مقررہ معیار کے مطابق ماسک لگا سکیں۔

نوٹ

فیشل کی تمام مصنوعات گلینزر، ٹونر،
سکرب ماسک وغیرہ کا انتخاب چہرے کی
جلد کی مناسبت سے کریں۔

یاد رکھیں

گلینزر کا انتخاب ہمیشہ چہرے کی جلد
کی مناسبت سے کریں۔

(Product Knowledge)

1- مصنوعات کی معلومات

فیشل شروع کرنے سے پہلے آپ کو اس میں استعمال ہونے والے سامان کے بارے میں مکمل آگاہی ہونی چاہئے تاکہ باسانی چہرے کی مناسبت سے مصنوعات کا
انتخاب کیا جاسکے اور ان کو کلائنٹ کے چہرے پر استعمال کر سکیں۔

i- گلینزر

گلینزرنگ سے مراد ہے صاف کرنا اور گلینزر صاف کرنے والی مصنوعات کو کہتے ہیں۔ فیشل گلینزر سے مراد ایسے گلینزر ہیں جو چہرے کی صفائی کیلئے استعمال کرتے
ہیں۔

گلینزر کی تین اقسام ہوتی ہیں۔

(ا)۔ ملکی گلینزر

گلینزرنگ ملک کے نام سے مارکیٹ میں موجود ہیں یہ خشک جلد کیلئے موزوں ہیں۔

(ب)۔ کریم گلینزر

یہ کریم اور فوم کی شکل میں مارکیٹ میں موجود ہیں۔ گلینزرنگ ملک کے مقابلے میں تھوڑے سے گاڑھے ہوتے ہیں اور کچنی

جلد کیلئے موزوں ہیں۔

(ج)۔ ٹرانسپیرنٹ گلینزر

یہ جیل Water Based (پانی کی طرح) ہوتے ہیں اور نازک اور اکیٹی کی وجہ سے حساس جلد کیلئے موزوں ہوتے ہیں۔

ii- ٹونر

ٹونر جلد کو ایک جیسی ٹون Even Tone کے کام آتے ہیں۔ یہ زیادہ تر آئلی جلد کیلئے موزوں ہیں لیکن ہر قسم کی جلد کیلئے زیادہ تر Freshner کے نام سے مارکیٹ میں
موجود ہیں یہ Pore کو تنگ کرتا ہے۔ اس لئے کھلے مساموں والے چہرے کیلئے بھی بہت اچھا ہے۔



iii۔ ایکھولی ایشن (Exfoliation)



Exfoliation جلد کے مردہ خلیوں کو اتارنے کو کہتے ہیں۔ ہماری جلد کے مردہ خلیے (Dead Cell) 21 سے 28 دن میں گرتے اور بحال ہوتے رہتے ہیں۔ وقت کے ساتھ ساتھ گلے اور بحالی کا عمل (Sheding Process) سست ہو جاتا ہے فیشنل میں ہم مصنوعی طریقے سے ان مردہ خلیوں کو اتار دیتے ہیں تاکہ نئے خلیے بننے میں رکاوٹ نہ درپیش ہو۔ بازار میں ملکی، کریمی، ٹرانسپیرنٹ، اور Oxygenated Exfoliators موجود ہیں۔

iv۔ Massage مساج کریم / آئل



مساج لاطینی زبان کا لفظ Massies سے نکلا ہے۔ ہزار سال قبل مسیح چین کے بادشاہ فو کی تحریروں میں بھی مساج کا لفظ ملتا ہے۔ جس سے اس کے قدیم ہونے کا سراغ ملتا ہے۔ مساج کریم اور آئل خشک جلد کیلئے موزوں ہیں حساس جلد اور چکنی جلد پر مساج ہرگز نہ کریں۔ مساج خون کی گردش کو تیز کرتا ہے جس سے جلد میں حرارت اور گرمائش پیدا ہوتی ہے جو دونوں والی جلد کے لئے نقصان دہ ہے۔ بادام کے تیل، ناریل کے تیل، Essantional Oil، سرسوں کے تیل، خوشبودار تیل، اسکے علاوہ مساج کریموں کی مدد سے مساج کیا جاتا ہے۔

یاد رکھیں

اور Exfoliation

Scrub ایک ہی مرحلے کا نام

ہے۔

Mask -5

فیشنل کا سب سے آخری مرحلہ ماسک ہے۔ ماسک مختلف اقسام کے ہوتے ہیں، مثلاً دھونے والے ماسک یعنی رنز آف ماسک (Rinse off Mask) اور پیل آف ماسک (Peel off Mask)۔

i۔ رنز آف ماسک (Rinse off Mask)

یہ وہ ماسک ہیں جو دھوئے جاتے ہیں ان کو کھینچ کے نہیں اتارا جاتا۔ دھونے والے ماسک کی بھی دو ٹائپ ہیں:-

(ا)۔ خشک ہونے والے رنز آف ماسک:

خشک ہونے والے ماسک زیادہ تر آئلی جلد کے لئے ہوتے ہیں۔ یہ آئل جذب کر کے جلد کو ایک اچھا تاثر دیتے ہیں۔

(ب)۔ خشک نہ ہونے والے رنز آف ماسک:

یہ پیلکے سے موچرا رنگ ماسک ہوتے ہیں یہ خشک نہیں ہوتے اور دھونے سے ہی اترتے ہیں۔ یہ زیادہ تر ناریل اور خشک جلد کیلئے مفید ہوتے ہیں۔

ii۔ پیل آف ماسک (Peel off Mask)

پیل آف ماسک سے مراد کھینچ کر اتارنے والے ماسک ہیں۔ یہ جیل کی شکل میں بھی ہوتے ہیں اور پاؤڈر کی شکل میں بھی۔

یاد رکھیں

ہائی بلڈ پریشر کے مریضوں کو

مساج نہ کریں۔

فیشنل کا مفہوم اور مقصد:-

فیشنل کا لفظ Face سے نکلا ہے۔ جس کے معنی چہرے کے ہیں اور فیشنل سے مراد چہرے کا کام کرنا ہے۔ فیشنل کے معنوں میں وہ تمام کام شمار کئے جاتے ہیں جو چہرے سے متعلق ہیں۔ فیشنل کا مقصد چہرے کی صفائی، قدرتی رنگت کو نکھارنا اور مزید دلکش بنانا ہے۔ بلکہ یہ ایک ایسا عمل ہے جس کے ذریعے کلائنٹ کے چہرے کی خامیاں مثلاً داغ دھبوں اور مختلف نشانیوں کو ختم کیا جاسکے اور چہرے کی خوبصورتی اور دلکشی میں اضافہ کیا جاسکے۔ فیشنل سے چہرے کی جلد کی مکمل صفائی ہوتی ہے اور چہرے کی تازگی برقرار رہتی ہے۔



فیشنل کرنے کے فوائد:-

i۔ فیشنل کرنے سے چہرے اور جلد کی اندرونی صفائی ہوتی ہے۔

ii۔ چہرے کی نمی برقرار رہتی ہے۔

iii۔ چہرے پر چمک پیدا ہوتی ہے۔

iv۔ چہرے پر دانے، داغ دھبے وغیرہ نہیں بنتے۔

- v چہرے کی خوبصورتی اور لکشی میں اضافہ ہوتا ہے۔
- vi چہرے پر وقت سے پہلے جھریاں نہیں پڑتیں۔
- vii فیشل کرنے کے دو دن بعد میک اپ کارزلٹ اچھا آتا ہے۔

2- بنیادی فیشل

یہ عام فیشل کہلاتا ہے۔ اس میں جلد کی مناسبت سے فیشل کی مصنوعات استعمال کی جاتی ہیں۔ مثال کے طور پر خشک جلد (Dry Skin) اور چکنی جلد (Oily Skin) کیلئے الگ الگ مصنوعات استعمال کی جاتی ہیں۔

بنیادی / سہل فیشل کرنے کا طریقہ (Procedure of basic Facial)

فیشل کی مصنوعات		
i - کلیننگ اوٹن	ii - کلیننگ ملک	iii - سکرپ
iv - سکین ٹونر	v - مساج کریم	vi - ماسک (ٹڈ ماسک)
viii - Hand Sanitizer	viii - Emollient/ Anti septic lotions	

فیشل کیلئے درکار سامان۔

i - گاؤن	ii - تولیہ	iii - ہیڈ بینڈ
iv - اسفنج	v - روٹی / کاٹن	vi - باؤل
vii - ماسک برش	viii - spatula	ix - بلیک ہیڈ ریوونگ پن
x - محدب عدسہ یا Magnifying glass	xi - اسٹیر	xii - فیشل ٹرالی
xiii - فیشل ہیڈ / ہائیڈرو لک چیئر	xiv - Applicator Brushes	

2- بنیادی فیشل کا طریقہ کار۔



- i - کلائنٹ سے مشاورت کر کے اس کی جلد کا معائنہ کریں۔
- ii - مطلوبہ سروس کے مطابق خود کو اور کام کی جگہ کو سیٹ کر لیں۔
- iii - کلائنٹ کے بالوں کو فیشل بینڈ / شاور کیپ سے کور کریں۔ پھر کلائنٹ کی گردن کے ساتھ تولیہ لگائیں تاکہ کلائنٹ کے کپڑے خراب نہ ہو جائیں۔
- iv - جلد کی مناسبت سے مصنوعات کا انتخاب کریں۔
- v - Hand Sanitize کی مدد سے اپنے ہاتھ سینیٹائز کر لیں۔
- vi - کلیننگ روکاشن پراگ کر چہرے اور گردن کو صاف کریں۔
- vii - پھر کلیننگ ملک کو ہاتھوں پر لے کر چہرے اور گردن کا پانچ سے سات منٹ تک مساج کریں۔ پھر گیلی کاٹن سے چہرہ صاف کریں۔
- viii - اب سکرپ سے چہرے کی سکرپنگ کریں اگر جلد نرم ہو تو باریک دانے والا سکرپ، بلیک ہیڈز ہوں تو موٹے دانے والا سکرپ لگائیں۔ سکرپ کو آنکھوں پر نہیں لگاتے ہیں۔ سکرپ کرتے ہوئے ہاتھوں کی موومنٹ نرم اور گولائی میں ہونی چاہئے۔
- ix - جلد کی مناسبت سے چہرے کو پانچ سے سات منٹ تک بھاپ دیں۔
- x - بھاپ دینے کے بعد بلیک ہیڈز لگائیں۔
- xi - بلیک ہیڈز لگانے کے بعد ٹونر لگادیں۔
- xii - جلد کی مناسبت سے مساج کریم کی مدد سے چہرے کا مساج کریں۔ چکنی اور لکشی والی جلد پر مساج نہ کریں۔

یاد رکھیں
ایکٹی والی جلد پر اسٹیم ہرگز نہ دیں۔

- xiii جلد کی مناسبت کے لحاظ سے ماسک کا انتخاب کریں اور چہرے پر لگا دیں 15 منٹ کے بعد ماسکو صاف کر دیں۔
- xiv سب سے آخر میں جلد کی مناسبت سے Sun Protection Cream لگا کر فیشنل کا اختتام کریں۔
- xv فیشنل کا مکمل وقت 50 سے 60 منٹ تک ہونا چاہئے۔

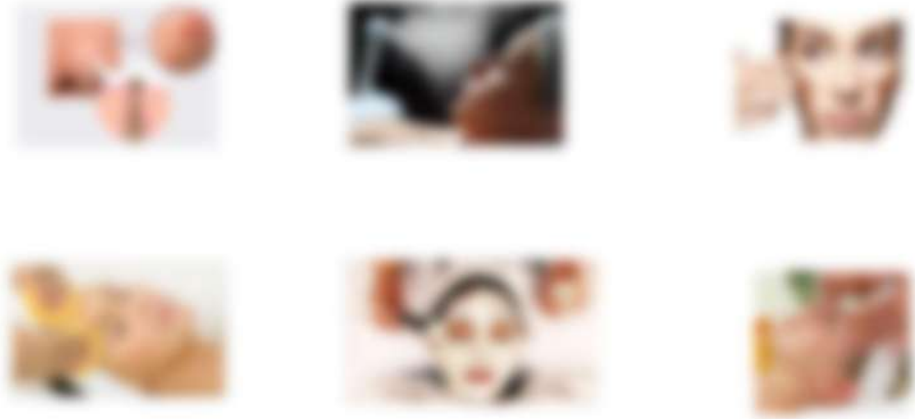
3- احتیاطی تدابیر (After Care Advices)

نوٹ
دانوں والی جلد پر فیشنل میں مساج کی
سروس نہ دیں کیونکہ یہ حرارت اور گرمائی
دائے والی جلد کیلئے بہت نقصان دہ ہے
اور مزید ایکٹی کا باعث بن نکلتا ہے۔

- i فیشنل کے دوران چہرے کے ساتھ ساتھ گردن اور کانوں کو نظر انداز نہیں کرنا چاہئے۔
- ii ہلکے ہاتھ سے پورے چہرے پر مساج کریں۔
- iii زیادہ چمکیدانوں والی اور حساس جلد کو بھاپ دینے کا عمل نہیں کرتے۔
- iv اسٹیم کا دورانیہ ایک سے دو فٹ ہونا چاہئے یا پھر ضرورت کے مطابق
- v کم عمر خواتین کے چہرے پر ہلکی قسم کی مصنوعات کا استعمال کریں۔ چہرے کو کھلے پانی سے دھونا چاہئے۔
- vi ایکٹی والی جلد پر پٹیج، اسٹیم اور سکراب کا استعمال نہیں کرنا چاہئے۔
- vii جلد کے مسام بند کرنے کیلئے جلد کی مناسبت سے ماسک اور ٹونر لگائیں۔

عملی سرگرمی:-

مختلف اقسام کی جلد کو مد نظر رکھتے ہوئے بنیادی فیشنل کریں۔



ہربل فیشل

(Carry out Herbal Facial)

تدریسی نتائج

اس لرننگ یونٹ کے اختتام پر پڑھنے والا اس قابل ہو جائے گا کہ وہ!

- ✦ مقرر کردہ معیار کے مطابق کلائنٹ سے مشاورت کر سکیں۔
- ✦ مقرر کردہ اصولوں کے مطابق جلد کا معائنہ کر سکیں۔



1- مصنوعات کی معلومات (Product Knowledge)



ہربل فیشل میں دیسی اشیاء استعمال کی جاتی ہے۔ جیسا کہ اس کے نام سے ظاہر ہے اب مارکیٹ میں ہربل فیشل پراڈکٹس آسانی سے دستیاب ہیں۔ فیشل کے معنوں میں وہ تمام کام کہئے جاتے ہیں جو چہرے کی جلد کو تروتازہ رکھتے ہیں اور جو چہرے سے متعلق ہیں۔ مثلاً کلینزنگ کرنا، مساج کرنا، سکرینگ، ماسک لگانا اور چہرے کو بھاپ دینا وغیرہ۔

i- ہربل کلینزر (Herbal Cleaner)

گیسرین، گلاب کا عرق، لیموں کا عرق، شہد یا ہربل، کلینزر مارکیٹ میں موجود ہیں۔



ii- ہربل موچرائزر (herbal moisturizer)

گیسرین، گلاب کا عرق، لیموں کا عرق، شہد یا الیو ویرا نیل سے جلد کو موچرائز کیا جاسکتا ہے۔

iii- ہربل سکرپ (herbal scrub)

ہربل سکرپ کیلئے جو کا آنا، دودھ اور پے ہوئے بادام استعمال کیے جاسکتے ہیں۔



iv- ہربل مساج (herbal massage)

ناریل کا تیل، زیتون کا تیل، روغن بادام اور ہربل مساج کریم ال استعمال کیا جاتا ہے۔

v- ہربل ماسک (Herbal Mask)

گوند قطیرہ اور دودھ، بیسن اور دودھ یا ہربل ماسک (خشک دودھ، ٹیلکم پاؤڈر، ملٹانی مٹی کا ایک چمچ اور گلاب کے عرق کو حسب ضرورت کس کر لیں یہ ماسک ہر قسم کی جلد کیلئے بہترین ہے)۔ چکنی جلد کے لیے انڈے کی سفیدی اور شہد اور خشک جلد کے لیے انڈے کی زردی اور شہد کا ماسک موزوں ہے۔

2- ہربل فیشل کا طریقہ کار (Procedure of Herbal Facial)

درکار سامان:

- | | | |
|-------------------|----------------|--------------|
| i- ہربل مساج کریم | ii- ٹاول | iii- روزواٹر |
| iv- سکرپ | v- ہربل کلینزر | vi- ماسک |
| vii- گاؤن | viii- اسپرن | ix- تولیہ |
| x- spatula | xi- پاؤل | xii- کائٹن |
| xiii- اسٹیر | xiv- اسفنج | xv- ہیڈ بینڈ |

xvi- Applicator brushes

طریقہ:

- i- کلائنٹ سے مشاورت کر کے اس کی جلد کا معائنہ کریں۔
- ii- مطلوبہ سروس کے مطابق خود کو اور کام کی جگہ کو سیٹ کریں۔
- iii- کلائنٹ کے بالوں کو فیشل بینڈ / شاور کیپ سے کور کریں۔ پھر کلائنٹ کی گردن کے ساتھ تولیہ لگائیں تاکہ کلائنٹ کے کپڑے خراب نہ ہو جائیں۔
- iv- جلد کی مناسبت سے مصنوعات کا انتخاب کریں۔
- v- Hand Sanitize کی مدد سے اپنے ہاتھ سینیٹائز کر لیں۔
- vi- ہرٹل کلینزر سے چہرے کی کلیننگ کریں اور گیلی کاٹن سے صاف کریں۔
- vii- اب چہرے کی اسکریننگ کریں اسکریننگ گولائی کی صورت میں کریں۔
- viii- سٹیم دے کر بلیک ہیڈزریمو کریں۔
- ix- ٹشو سے چہرہ صاف کرنے کے بعد 2 سے 3 منٹ تک روز واٹر لگائیں۔
- x- چہرے کی مناسبت سے 15 منٹ تک ہرٹل ماسک لگادیں۔
- xi- سب سے آخر میں Sun Protection Cream یا ایلو ویرا جیل لگا کر فیشل کا اختتام کریں۔
- xii- فیشل کا مکمل وقت 50 سے 60 منٹ ہونا چاہئے۔

3- احتیاطی تدابیر (After Care Advices)

- i- فیشل کے دوران چہرے کے ساتھ ساتھ گردن اور کانوں کو نظر انداز نہیں کرنا چاہئے۔
- ii- بلکہ ہاتھ سے پورے چہرے پر مساج کریں۔
- iii- سٹیم کا فاصلہ چہرے سے ایک دو فٹ کے فاصلے پر ہونا چاہئے۔
- iv- زیادہ Oily دانوں والی احساس جلد کو Steam نہیں دیتے۔
- v- سٹیم کا دورانیہ ایک سے دو منٹ ہونا چاہئے یا پھر ضرورت کے مطابق
- vi- کم عمر خواتین کے چہرے پر ہلکی قسم کی مصنوعات کا استعمال کریں۔ چہرے کو کھلے پانی سے دھونا چاہئے۔
- vii- ایکٹیوی جلد پر پلچ، سٹیم اور سکراب کا استعمال نہیں کرنا چاہئے۔
- viii- جلد کے مساج چھوٹے ٹے کرنے کیلئے جلد کی مناسبت سے ماسک لگائیں۔

بعد از سروس احتیاطی تدابیر (Aftercare Advice)

- i- فیشل کے فوراً بعد میک اپ کا استعمال ہرگز نہ کریں۔
- ii- فیشل کے بعد گرم جگہ پر مت جائیں۔
- iii- فیشل کے بعد دھوئیں اور گردوغبار والی جگہ پر مت جائیں۔
- iv- Soap یعنی صابن کا استعمال نہ کریں۔

عملی سرگرمی:

حساس جلد کو مد نظر رکھتے ہوئے ہرٹل فیشل کریں۔

ماڈیول کا خلاصہ

- اس ماڈیول میں ہم نے مندرجہ ذیل موضوعات کے متعلق معلومات حاصل کریں۔
- ☆ کلائنٹ مشاورتی فارم پر کلائنٹ کی ذاتی معلومات، جلد کے مختلف مسائل اور روزمرہ کی جلد کی دیکھ بھال کی معلومات ریکارڈ کی جاتی ہے۔
 - ☆ فیشل شروع کرنے سے پہلے کلائنٹ اور کام کرنے کی جگہ دونوں کی تیاری ضروری ہے۔
 - ☆ الرجی جسم کے مدافعتی نظام کو خراب کرتی ہے یہ کسی بھی کھانے پینے کی اشیاء، پون، سموگ، گردوغبار، کسی خوشبو کی الرجی وغیرہ سے ہوتی ہے جس سے جسم حساس ہو جاتا ہے۔
 - ☆ متعدی مرض مہلک اجسام مثلاً بیکٹیریا کے جسم کے اعضاء پر حملے سے لاحق ہوتی ہے اس کے نتیجے میں بیماریاں پھیلتی ہیں۔
 - ☆ جلد کی سوڈنگ، سوڈنگ لوشن کی مدد سے کی جاتی ہے تاکہ جلد کی سرخی اور جلن کو کم کیا جائے۔
 - ☆ سٹیٹنگ کا عمل فیشل ٹریٹمنٹ کے دوران کیا جاتا جس میں گرم پانی میں موجود بھاپ کی مدد سے جلد کی صفائی کی جاتی ہے۔
 - ☆ جلد کا ٹوزوہ لوشن ہوتا ہے جس سے جلد کے کھلے ہوئے مساموں کو تنگ کیا جاتا ہے۔
 - ☆ SPF فارمولا سے مراد ہے کہ کن بلاک یا سکرین کتنے اچھے طریقے سے جلد کو UVB شعاعوں سے بچائے گا۔
 - ☆ سٹیم کے ذریعے چہرے کے بلیک اور وائٹ ہیڈز کا نکالا جاتا ہے۔
 - ☆ CTM سے مراد چہرے کی گلیمزنگ، ٹوننگ اور موچر ائزنگ ہے۔
 - ☆ سکن پالشنگ کا عمل چہرے کے بالوں کو رنگنے اور جلد کو چمک دینے والا عمل ہے۔
 - ☆ ہربل مصنوعات سے مراد ایسی مصنوعات ہیں جن میں قدرتی اجزاء شامل ہوں۔
 - ☆ ماسک کا عمل اس لئے ضروری ہے کہ اس سے مساموں کا سائز تنگ ہو جاتا ہے اور جلد ٹائٹ ہو جاتی ہے۔

اکثر پوچھے جانے والے سوالات

- سوال نمبر 1۔ کلینزر سے کیا مراد ہے؟
- جواب: کلینزر سے مراد صاف کرنا ہے اور کلینزر صاف کرنے والی مصنوعات کو کہتے ہیں۔
- سوال نمبر 2۔ Exfoliation کسے کہتے ہیں؟
- جواب: Exfoliation جلد کے مڑے ٹھیکوں کو اتارنے کے عمل کو کہتے ہیں۔
- سوال نمبر 3۔ CTM کا کیا مطلب ہے؟
- جواب: کلیمزنگ، ٹوننگ، موچر ائزنگ
- سوال نمبر 4۔ مصنوعات کی معلومات سے کیا مراد ہے؟
- جواب: سکن کی کسی بھی سروس میں مصنوعات کی معلومات بہت زیادہ ضروری ہوتی ہے اس کے بعد ہی جلد پر اس کی قسم کی مناسبت سے کاسمیٹکس کا انتخاب کیا جاتا ہے۔

- سوال نمبر 5۔ کیا بنیادی فیشل اور ہربل فیشل ایک ہی فیشل ہوتا ہے؟
- جواب: بنیادی فیشل اور ہربل فیشل تقریباً ایک جیسے ہوتے ہیں۔ لیکن ہربل فیشل میں ہربل کاسمیٹکس کا استعمال کیا جاتا ہے۔

خود کو آزمائیے

دیئے گئے بیانات میں سے درست کے سامنے (✓) لگائیں۔ آپ اپنے جوابات کا ماڈیول کے آخر میں دی گئی جوابی فہرست سے موازنہ کر سکتے ہیں۔

- 1- کیا سکن پالیشر لگانے سے پہلے الرجی ٹیسٹ کرنا ضروری ہے۔
 (ا) جی ہاں
 (ب) جی نہیں
 (ج) کبھی کبھی
 (د) کلائنٹ کی ضرورت کے مطابق
- 2- سکن پالیشر کو کسی جلد پر نہیں کیا جاتا ہے۔
 (ا) آٹلی جلد
 (ب) خشک جلد
 (ج) ایکٹیو جلد
 (د) ملی جلی جلد
- 3- بنیادی فیشنل کیوں کیا جاتا ہے۔
 (ا) تاکہ چہرے کی صفائی ہو
 (ب) چہرے کا رنگ گورا ہو
 (ج) میک اپ کو صاف کرنے کیلئے
 (د) جلد کا تجربہ لینے کیلئے
- 4- ذاتی صفائی سے کیا مراد ہے
 (ا) اچھا چال چلن
 (ب) ورک پلیس کی صفائی
 (ج) ذاتی بیماریاں
 (د) اپنی جسمانی صفائی کا خیال رکھنا
- 5- CTM میں بالوں کو کور (Cover) کرنے کیلئے کیا استعمال ہوگا۔
 (ا) ہیئر بینڈ
 (ب) تولیہ
 (ج) اسپرن
 (د) Tissue
- 6- Toning چہرے پر کس کی مدد سے کی جاتی ہے۔
 (ا) برش کی
 (ب) ٹشو پیپر کی
 (ج) کاشن کی
 (د) Spatula کی
- 7- فیشنل کرنے سے پہلے ہاتھوں پر جراثیم کشی کیلئے کیا استعمال کرنا چاہئے۔
 (ا) صابن
 (ب) ڈیٹول
 (ج) Hand Sanitizer
 (د) فیس واش (Face Wash)
- 8- سکن پالیشر کس کی مدد سے چہرے پر لگایا جاتا ہے۔
 (ا) انگلیوں کی
 (ب) برش کی
 (ج) Spatula کی
 (د) Sponge کی
- 9- فیشنل میں جلد کو ٹھنڈک پہنچانے کیلئے کونسی مصنوعات کا استعمال کیا جاتا ہے۔
 (ا) سکرپ
 (ب) سوٹھنگ لوشن
 (ج) ٹونر
 (د) گلینزنگ ملک
- 10- فیشنل میں سٹیم کیوں دی جاتی ہے۔
 (ا) بلیک ہیڈز نکالنے کیلئے
 (ب) پسینہ نکالنے کیلئے
 (ج) چکنائی نکالنے کیلئے
 (د) جلد کو ٹھنڈک دینے کیلئے

درست جوابات

سوال نمبر	درست جواب
1	ا
2	ج
3	ا
4	د
5	ا
6	ج
7	ج
8	ب
9	ب
10	ا

ہمیںز اینڈ بیوٹی سروس

ٹیچنگ اینڈ لرننگ گائیڈ

نیشنل ووکیشنل سرٹیفیکیٹ لیول-2

ورژن-1، جنوری-2019

ماڈیول-7

بنیادی میک اپ کرنا (خواتین/مرد)

Perform Basic Makeup (Women / Men)

عمومی جائزہ

اس ماڈیول کا بنیادی مقصد مقرر کردہ معیار کے مطابق بنیادی میک اپ کرنا ہے۔ اس ماڈیول کے اختتام پر پڑھنے والے اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ مقرر کردہ معیار کے مطابق بنیادی میک اپ کرنے کیلئے سروس سے پہلے کلائنٹ اور جگہ کی تیاری، کلائنٹ کی جلد کے مطابق مصنوعات کا انتخاب اور موقع کی مناسبت سے میک اپ کرنا سیکھ سکیں گے۔

تدریسی نتائج:

اس ماڈیول کے اختتام پر پڑھنے والے اس قابل ہو جائیں گے کہ:

- ☆ مقرر کردہ طریقوں کی مدد سے کلائنٹ اور کام کرنے کی جگہ کو تیار کریں۔
- ☆ میک اپ کرنے سے پہلے اور بعد میں میک اپ کی مصنوعات اور اوزاروں کو مقرر کردہ طریقے کے مطابق استعمال کریں اور انھیں سنبھالیں۔
- ☆ مقرر کردہ طریقوں کے مطابق نیچرل میک اپ کریں۔

لرننگ یونٹ نمبر 2 & 1

مقرر کردہ معیار کے مطابق میک اپ کے لئے کام کرنے کی جگہ کو تیار کرنا اور میک اپ مصنوعات اور آلات واوزار کو سنبھالنا

(Prepare the work place and maintain the makeup products, tools and equipment before / after providing service)

عمومی جائزہ

- اس لرننگ یونٹ کے اختتام کے بعد ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ:
- ☆ مقررہ معیار کے مطابق کام کی جگہ کو جراثیم سے پاک کر سکیں۔
 - ☆ مصنوعات اور آلات کی صفائی کر سکیں۔
 - ☆ ضرورت کے مطابق میک اپ کی مصنوعات اور اوزاروں کو ترتیب سے رکھ سکیں۔
 - ☆ مقرر کردہ معیار کے مطابق مصنوعات اور آلات کو جراثیم سے پاک کر سکیں۔
- یاد رکھیں!
جلد پر گلے کٹ یا چٹوں کو واٹر پروف ڈریٹنگ یا
پٹی سے ڈھانپ لیں۔

1- میک اپ کی سروں کے لئے پیشہ وارانہ صحت اور صفائی کا خیال رکھنا

میک اپ کی سروں کیلئے پیشہ وارانہ صحت (OHS) کے اصولوں کی بہت اہمیت ہے۔ اس کے لئے مندرجہ ذیل باتوں کا خیال رکھنا بہت ضروری ہے:

- i- ذاتی صفائی کا خیال رکھنا
 - ii- کام والی جگہ کی صفائی کا خیال رکھنا
 - iii- اوزاروں اور مصنوعات کی صفائی کا خیال رکھنا
 - iv- استعمال شدہ غیر ضروری مصنوعات کو ضائع کرنا
 - v- اپنی صحت اور حفاظت کا خیال رکھنا
- کیا آپ کو پتہ ہے!
Deodorant پینے کی بدبو کو روکتا ہے اور
antiperspirant پینے کو روکتا ہے۔

2- مصنوعات، آلات و اوزار کی حفاظت

- i- آلات کو گرم پانی یا آٹو کلیو (Auto Clave) سے باہر نکالتے ہوئے چھنا استعمال کریں۔
 - ii- آلات کو سٹرلائز باکس میں رکھیں اور صاف جگہوں پر محفوظ کریں۔
 - iii- مزید استعمال کے لئے ڈسپوزیبل گلووز (Gloves) استعمال کریں تاکہ آلودگی (جراثیم) سے بچ سکیں۔
 - iv- گندگی اور آلودگی سے بچنے کیلئے ضروری ہے کہ میک اپ کے اوزار استعمال سے پہلے اور بعد میں مقرر کردہ طریقے کے مطابق صاف کر لئے جائیں۔ اس کے مندرجہ ذیل فوائد ہیں۔
- (ا) کلائنٹ اگر کسی بیماری کا شکار ہے تو اس کے جراثیم دوسرے کو منتقل نہیں ہو سکتے۔
(ب) مناسب صفائی اور احتیاط اوزار کی مدت استعمال کو بڑھا دیتا ہے۔
- v- میک اپ کی کچھ مصنوعات کے استعمال کی معیاد متعین ہوتی ہے ان میں سے کچھ پانچ سال کے اندر اندر تبدیل کرنا پڑتی ہیں جیسے کہ لپ اسٹک، گلوں، کریم شیڈو، کریم لائسنر، مسکارا، فاونڈیشن، کنسیلر وغیرہ
- میک اپ کی کچھ مصنوعات لمبے عرصہ تک قابل استعمال رہ سکتی ہیں۔ جیسا کہ ہیش آن، پاؤڈر، آئی شیڈو وغیرہ کیونکہ یہ مصنوعات پانی یا تیل پر مشتمل نہیں ہوتی۔ ان کا صحیح استعمال اور مناسب دیکھ بھال ان کو دیر پا بنا سکتا ہے۔

3- کام کے دوران درپیش ممکنہ خدشات (Work Hazards)

- i- استعمال شدہ برشز اور سپونجز کا دوبارہ دوسرے کلائنٹ پر استعمال ایکنی اور جلدی بیماری کا باعث ہے۔

ii - ایکسپانڈر پروڈکس کا استعمال جلد پر ریشتر اور جلد کے کینسر کا باعث ہے۔

سرگرمی!

مختلف قسم کے صاف کرنے والے ایجنٹ کی وضاحت کریں۔ جن کی سیلون میں ضرورت ہوتی ہے۔

4 - میک اپ کی مصنوعات اور آلات و اوزار کو جانا

میک اپ میں استعمال ہونے والی مصنوعات اور ان کا استعمال درج ذیل میں دیا گیا ہے:

1 - کنسیلر Concealer

یہ ایک ایسی پراڈکٹ ہے جس کا مقصد چہرے کی جلد کے داغ دھبوں کو چھپانا ہے مثلاً آنکھوں کے نیچے حلقوں، جھانپوں، دانوں کے نشانات یا پیدا شدہ نشانات وغیرہ

2 - فاؤنڈیشن / بیس Foundation / Base

یہ میک اپ کیلئے بیس کا کام کرتی ہے اور جلد کے مختلف رنگوں کے مطابق ہوتی ہے۔ یہ جلد کے رنگ کو ایک جیسا کرتی ہے جس سے میک اپ زیادہ دیر تک رہتا ہے۔ یہ اسٹک، لیکوئیڈ اور کریم کی شکل میں دستیاب ہے۔

3 - کمپکٹ پاؤڈر Loose / Compact Powder

یہ پاؤڈر کی شکل میں ہوتا ہے جس کی مدد سے چہرے پر لگے فاؤنڈیشن کو سیٹ کیا جاتا ہے۔

4 - بلش آن Blush On

یہ میک اپ میں اس لئے استعمال کی جاتی ہے تاکہ کلائنٹ کا چہرہ کھلا اور تروتازہ لگے۔ اس کے علاوہ اس کی مدد سے چہرے کی ظاہری لک بھی بہتر کی جاسکتی ہے۔

5 - آئی شیڈو Eye Shadow

یہ مختلف رنگوں میں دستیاب ہیں اس میں ہلکے اور گہرے رنگ پائے جاتے ہیں۔ یہ آنکھوں کے رنگ، موقع اور لباس کی مناسبت سے استعمال کئے جاتے ہیں اور ان کو استعمال کرتے ہوئے آنکھوں کی بناوٹ کا بھی خاص خیال رکھا جاتا ہے۔

6 - آئی لائنر Eye Liner

یہ آئی شیڈو لگانے کے بعد استعمال کیا جاتا ہے۔ اس کی مدد سے آنکھوں کی شکل کو واضح کیا جاتا ہے۔ یہ پنسل، ٹیک اور لیکوئیڈ کی اقسام میں آتا ہے۔

7 - مسکارا Mascara

اسے مسکارا برش کی مدد سے پلکوں پر لگایا جاتا ہے تاکہ یہ گھنی اور لمبی دکھائی دیں۔

8 - آئی برو پینسل Eye Brow Pencil

اس کی مدد سے پلکوں کی شکل کو واضح کیا جاتا ہے تاکہ وہ زیادہ بھری ہوئی اور واضح دکھائی دیں۔

9 - لپ لائنر Lip Liner

اس کی مدد سے ہونٹوں کی شکل کو واضح کیا جاتا ہے۔

10 - لپ اسٹک Lipstick

یہ ہونٹوں کو رنگ دینے کیلئے استعمال کی جاتی ہے۔ اس میں مختلف رنگوں کے شیڈز پائے جاتے ہیں مثلاً "سرخ، گلابی وغیرہ

11 - لپ گلوس Lip Gloss

یہ ہونٹوں کو زیادہ چمک دینے کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ شفاف (Transparent) سے لے کر مختلف رنگوں جن میں گلابی اور سرخ شامل ہیں دستیاب ہے۔

اوپر دی گئی مصنوعات کے علاوہ کچھ ایسے اوزار ہیں جنکی مدد سے یہ مصنوعات استعمال کی جاتی ہیں۔ یہ آلات نیچے دکھائے گئے ہیں۔



Powder Brush



Eye Shadow Brush



Brow Brush



Makeup Sponge



Eye Liner Brush



Blush Brush



Lipstick Brush



Eye Shadow Applicator

5- میک اپ کی مصنوعات کو صاف کرنا اور جراثیم سے پاک کرنا

آلات کی صفائی (Sanitation)، کے لئے مختلف سامان اور طریقے استعمال کیے جاتے ہیں۔ مثال کے طور پر بیکٹریا کو مارنے کے لئے UV لائٹ سٹرلائزیشن بہت فائدہ مند ہیں۔

Sanitation (صحت و صفائی): یہ ایک ایسا عمل ہے جس کے ذریعے جراثیم کو ختم کیا جاتا ہے۔

Sterilization: سٹرلائزیشن تمام بیکٹریا (جراثیم) اور تمام وائرس کو مارنے کا عمل ہے۔ یہ مکمل طور پر جراثیم کا خاتمہ کرتی ہے۔

ہر میک اپ کے بعد میک اپ برشز کی صفائی ضروری ہے کچھ چیزوں کی صفائی آسان نہیں ہوتی جیسے کہ بلش آن، آئی شیڈز وغیرہ ان کی صفائی کیلئے مختلف محلول یا سپرے استعمال کئے جاتے ہیں جو کہ فوری طور پر خشک ہو کر ان کو سینفائز کر دیتے ہیں۔ تاہم کچھ مصنوعات کو گرم اور گیلیے کاٹن پیڈ کا استعمال کرتے ہوئے ان کے رنگ کی پہلی تہہ کو اتارتے ہوئے صاف کیا جاسکتا ہے مثلاً لپ اسٹک، لپ لائٹ وغیرہ۔ آئی اور لپ پنسلوں کو صاف کرنے کیلئے شاپیز کا استعمال کرتے ہوئے پہلی پرت اتار لیں۔

عملی سرگرمی

میک اپ برش اور آلات کو 10 منٹ میں Sanitize کر کے دیکھائیں۔

نچرل میک اپ کرنا

(Perform Natural Makeup)

تدریسی نتائج

اس یونٹ کے اختتام پر پڑھنے والا قابل ہو جائے گا کہ:

- ☆ ضرورت کے مطابق کلائنٹ کو تیار کر سکیں۔
- ☆ ضرورت کے مطابق جلد کی تیاری کر سکیں۔
- ☆ ضرورت کے مطابق آنکھوں کا میک اپ کر سکیں۔
- ☆ ضرورت کے مطابق ہیش آن، فاؤنڈیشن اور ہائی لائٹر کر سکیں۔
- ☆ ضرورت کے مطابق لپ کالر لگا سکیں۔

کلائنٹ سے مشاورت کرنے کا طریقہ

کلائنٹ سے مشاورت کرنے کا طریقہ کار درج ذیل ہے:

- 1- کلائنٹ سے اس کی ضروریات کے بارے میں مشاورت کریں۔
- 2- کلائنٹ کو اس کی جلد، کپڑوں کی رنگت اور موقع (Occasion) کے مطابق میک اپ کے بارے میں رائے دیں۔
- 3- ضرور چیک کریں کہ کہیں کلائنٹ کو جلدی مسائل (Contraindications) تو نہیں جن کیلئے میک اپ سے پہلے کسی ماہر جلد سے مشورہ ضروری ہو۔

کلائنٹ کو تیار کرنا

کلائنٹ کو میک اپ کیلئے تیار کرنے کے لئے درج ذیل مرحلے سرانجام دینا ضروری ہیں۔

- 1- کلائنٹ کو سرویس ایریا میں لے کر جائیں اور اسے ہائیڈروک کرسی پر آرام دہ پوزیشن میں بٹھائیں۔
- 2- کلائنٹ سے کہیں کہ وہ جبوری Contact Lenses یا عینک وغیرہ اتار دے اور ان چیزوں کو محفوظ جگہ پر رکھیں۔
- 3- کلائنٹ کو اس طریقے سے گاؤن یا تولیہ لگائیں کہ اگر کسی وجہ سے کوئی مائع یا میک اپ کی پراڈکٹ گرے تو اس سے کپڑے خراب نہ ہوں۔
- 4- Head Band کی مدد سے کلائنٹ کے بالوں کو محفوظ طریقے سے باندھ لیں تاکہ کوئی رکاوٹ درپیش نہ آئے۔

مشاورتی فارم میک اپ کرنے سے پہلے ضرور پھرنا چاہئے تاکہ اہم معلومات حاصل ہو سکیں۔

(Client Consultation Form)

مشاورتی فارم برائے کلائنٹ

تاریخ _____ نام _____ فون نمبر _____

پتہ _____

ای میل _____

ازدواجی حیثیت _____

ایسی Contraindication یا ناموافق علامات جن کیلئے طبی طور پر اجازت درکار ہوگی۔ ایسے حالات جن میں طبی اجازت نہیں لی جاسکتی تو ایسی صورت میں کلائنٹ کو چاہئے کہ وہ سروس سے پہلے اپنی مرضی کے بارے میں لکھ کر دے کہ وہ خود اس سروس کے نتیجے کا ذمہ دار ہوگا (درج ذیل میں سے انتخاب کریں)۔

Medical edema	Nervous/psychotic condions	Epilepsy
Diabetes	Skin Cancer	Slipped disc
Undiagnosed Pain	When takin prescribed medication	Whiplash
		Recent facial operations affecting the area

ایسی Contraindications جو ٹریٹمنٹ میں رکاوٹ حاصل کرتی ہیں (درج ذیل میں سے انتخاب کریں)

Fever	Cuts	Dermatitis
Psoriasis	Eczema	Bruises
Diarrhoea and vomiting	Watery eyes	Eye infection
Abrasion	any know allergies	Sun burn Hypersentitive skin
	Undignosed lumps and bumps	Contagious or infectious diseases

جلد کے ٹیسٹ (درج ذیل میں سے منتخب کریں)

Moisture Content	Excellent	Good	Fair	Poor
Musle Tone	Excellent	Good	Fair	Poor
Elasticity	Excellent	Good	Fair	Poor
Sensitivity	High	Medium	Low	
Skins Healing Ability	Excellent	Good	Fair	Poor
Skin Tone	Fair	Medium	Dark	Olive
Circulation	Good	Normal	Poor	
Pores	Fine	Dilated	Comedowns	Milia

جلد کی مجموعی صورتحال (Overall Condition of Skin)

_____ ٹریٹمنٹ کی تفصیل: _____

_____ احتیاطی تدابیر بعد از سروس: _____

_____ کلائنٹ کے دستخط: _____

جلد کا تجزیہ


فاؤنڈیشن کے صحیح رنگ کے انتخاب کے لیے کلائنٹ کے چہرے کے Under Tone کا تجزیہ کرنا بہت ضروری ہے۔ (ریفرنس)

میک اپ کیلئے مصنوعات کا انتخاب

آج کل مارکیٹ میں میک اپ کے لئے استعمال ہونے والی مختلف اقسام کی مصنوعات اور آلات دستیاب ہیں۔ اگر ان مصنوعات اور آلات کے استعمال کے بارے میں ٹرینیز کو علم ہوگا تو بہتر طریقے سے کلائنٹ کی جلد کی مناسبت سے میک اپ کر سکیں گے۔

بنیادی میک اپ کیلئے نیچرل کلر کی مصنوعات کا انتخاب

میک اپ کے لئے تجاویز	جلد کی رنگت
<p>ایسی فاؤنڈیشن اور کنسیلر کا استعمال کریں جو جلد کی رنگت سے ملتا جلتا ہو۔ فاؤنڈیشن کو سیٹ کرنے کیلئے بے رنگ یا پیلے رنگ کا پاؤڈر استعمال کریں۔ آنکھوں کیلئے کوئی جاذب نظر رنگ استعمال کریں۔ سیاہ اور چمکدار آئی لائنز کا استعمال کریں۔ مسکارہ کی دوہری تہہ لگائیں۔ ہلکے سرخ یا گلابی رنگ کی اپ سنک کا استعمال کریں۔ پیچ (Peach) یا مروں رنگ کا بلش آن استعمال کریں۔</p>	<p>(Fair Skin Tone)</p> 
<p>چہرے کو خط و خال دینے کیلئے Bronzing مصنوعات استعمال کریں۔ چمکتے ہوئے سنہری، برانز اور سلور رنگ کا آئی شیڈو Eye Shadow استعمال کریں۔ لپ سنک اور لپ گلوں کو Earthy Tones کا استعمال کریں تاکہ Pink Tones نمایاں نہ ہو۔</p>	<p>Medium Skin Tone</p> 
<p>ہلکے پیلے رنگ کا کنسیلر استعمال کریں۔ آئی شیڈو پر Neutral Earthy tone کا استعمال کریں جیسا کہ گاڑھا گولڈن براؤن، ہلکا گلابی Yellow under tones کا استعمال کریں۔ لپ سنک کیلئے ہلکا گلابی، پیچ اور پیل روز (Pale Rose) کلر استعمال کریں۔ بلش کے لئے پیچ یا مروں، مرجان، گلابی یا ہلکا پیری رنگ بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔</p>	<p>Olive Skin Tone</p> 

<p>کوئی بھی موچہرائزر یا پلکے رنگ کی فاؤنڈیشن چہرے کے درمیانی حصہ پر استعمال کریں۔ پیشانی کیلئے Copper Bronzer کا استعمال کریں۔ لپ سنک کیلئے گہرے رنگوں کا استعمال کریں جیسا کہ گہرا سرخ یا وائن گلر آنکھوں کیلئے گہرے جامنی، سنہری اور بھورے رنگوں کے شیڈز استعمال کریں۔</p>	<p>Dark Skin Tone</p> 
---	---

یاد رکھیں
بنیادی اور نیچرل میک اپ ایک ہی
تکنیک کے دو نام ہیں۔

بنیادی (نیچرل) میک اپ کرنے کا طریقہ کار

	<p>میک اپ میں استعمال ہونے والے آلات و اوزار اور سامان کو ترتیب سے رکھ لیں۔</p>
	<p>کلائنٹ کو میک اپ والی کرسی پر آرام دہ پوزیشن میں بٹھائیں اور اسے گاؤن پہننے کو کہیں اور اس کے بالوں پر ہیر ہینڈ لگائیں تاکہ بال میک اپ کے دوران رکاوٹ نہ ہیں۔</p>
	<p>جلد کا تجربہ کریں اور کلائنٹ کے ساتھ میک اپ کے رنگوں کے بارے میں مشاورت کریں تاکہ رنگوں کا بہترین انتخاب ہو سکے اس کے بعد جلد پر ہلکی میں لگائیں۔</p>
	<p>چہرے اور گردن پر تھوڑا پاؤڈر لگائیں اور فالٹو پاؤڈر کو پونچھ لیں۔</p>
	<p>لباس کے رنگ کے مطابق آئی شیڈز کا استعمال کریں۔</p>

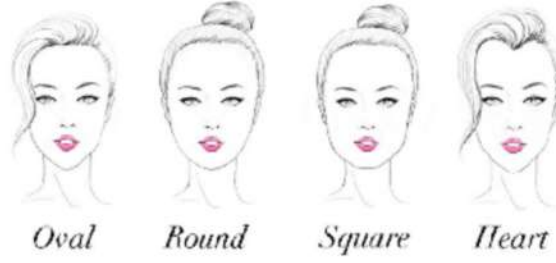
کیا آپ جانتے ہیں؟
ہائی لائٹ چہرے کے ابھاروں کو
نمایاں کرنے کے لیے استعمال کیا
جاتا ہے۔

	آئی لائٹ کی مدد سے آنکھوں کی بناوٹ کو واضح کریں۔
	کلائنٹ کی پلکوں پر مسکرا لگائیں۔
	باش آن برش کی مدد سے گالوں پر باش کا استعمال کریں۔
	چہرے کی خصوصیات کو واضح کرنے کیلئے شیڈ کنٹورنگ کا استعمال کریں۔
<p>لپ سنک کا انتخاب میک اپ کی مناسبت سے کریں اور اسے پہلے نچلے ہونٹ کے ایک سرے سے لگاتے ہوئے دوسرے سرے تک لے جائیں اسی طرح پھر اوپر کے ہونٹ کے درمیان سے لے کر ایک سرے تک اور پھر درمیان سے دوسرے سرے تک لگائیں۔ اس کے بعد Lip Gloss کا استعمال کریں تاکہ ہونٹ خوبصورت نظر آئیں۔</p>	

عملی سرگرمی

- ❖ کسی ایک سکن ٹون (Skin Tone) کے کلائنٹ کا انتخاب کریں۔
- ❖ کلائنٹ کے چہرے کی شیب اور رنگت کے مطابق نیچرل میک اپ سرائیج دیں۔
- ❖ اس عملی سرگرمی کے لئے آپ کو 30 منٹ درکار ہیں۔

چہرے کی مختلف خصوصیات



چہرے کی اشکال

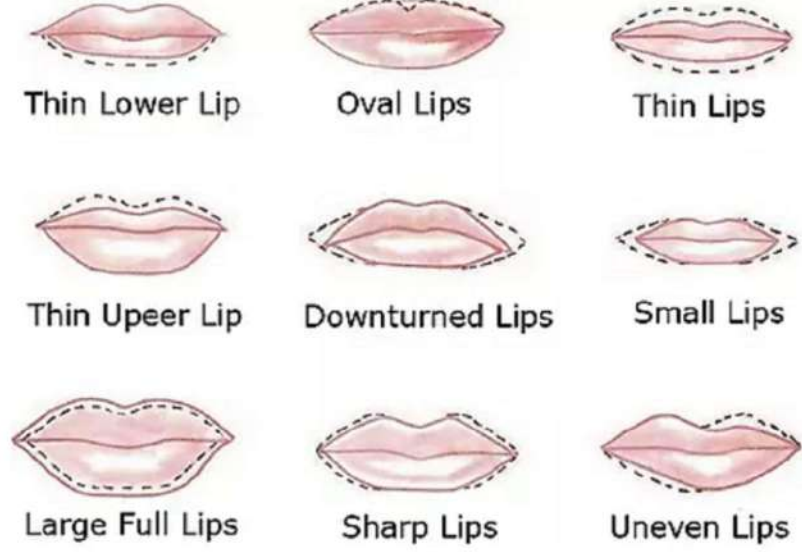
- 1- گول چہرہ
گول چہرے کی لمبائی اور چوڑائی تقریباً برابر ہوتی ہے۔ یہ عام طور پر بڑا اور بھرا ہوا ہوتا ہے۔ گول چہرے پر کنٹورنگ کے ذریعے تپلا ہونے کا تاثر دیا جاتا ہے۔
- 2- چوکور چہرہ
چوکور چہرے کی چوڑائی اس کی لمبائی کے مقابلے میں زیادہ ہوتی ہے۔
- 3- تگولن چہرہ
اس چہرے پر رخساروں کی ہڈیاں چوڑی اور پیشانی لمبی ہوتی ہے۔ جبکہ ٹھوڑی باریک ہوتی ہے۔ اس کو Heart shape face بھی کہتے ہیں۔
- 4- بیضوی چہرہ
بیضوی چہرہ ایک مکمل چہرہ ہوتا ہے یہ میک اپ کے لیے ایک آئیڈیل چہرہ تصور کیا جاتا ہے۔ اس کی لمبائی اور چوڑائی بہت مناسب ہوتی ہے۔
- 5- لمبا چہرہ
اس چہرے کی لمبائی اس کی چوڑائی سے زیادہ ہوتی ہے۔

آنکھوں کی اشکال



ہونٹوں کی اشکال

یاد رکھیں
لپ اسٹک لگانے کے لیے لپ برش
کا استعمال کریں۔



لپ کلر لگانے کی تکنیک

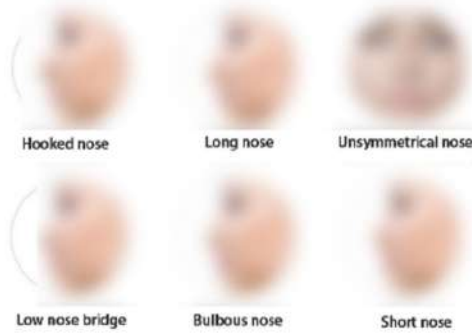
۱۔ پتلے ہونٹوں کی شیب بنانا (بکس)
پتلے ہونٹوں کو بھر پورا اور واضح کرنے کے لئے:

☆ Lip Liner کی مدد سے ہونٹوں کے قدرتی کنارے کے باہر لائن لگائیں۔

☆ جولائن لگائی گئی ہے اس کے اندر برش کی مدد سے لپ کلر بھریں اس سے ہونٹ موٹے ہونے کا تاثر آتا ہے۔

☆ پلکے رنگ کے لپ کلر سے اجتناب کریں کہ کیونکہ اس سے ہونٹ زیادہ پتلے نظر آتے ہیں جبکہ گہرے رنگ کی لپ اسٹک سے ہونٹ واضح نظر آئیں گے۔

ناک کی اشکال



ناک کے خط و خال کو ٹھیک کرنا

پتلا ناک نظر آنا

☆ بھورے (Brown color) رنگ کی مدد سے ناک کے اطراف میں دو لائنیں لگائیں۔

☆ ناک کے سامنے والے حصے (Bone Area) پر چہرے کی جلد کے رنگ سے ایک یا دو شیڈ ہلکا رنگ لگائیں۔

☆ اگر کوئی لائن واضح ہے تو اسے ملا (Blend) دیں۔

چھوٹا ناک نظر آنا

☆ بھورے (Brown color) رنگ کی مدد سے ناک کے اطراف میں دو لائنیں لگائیں۔

☆ پلکے رنگ (Bronzer) کو ناک کی نوک پر لگائیں تاکہ ناک کھڑی نظر آئے۔

- ☆ نرم برش کا استعمال کرتے ہوئے ہلکے رنگ (Bronzer) کو اچھی طرح کمس کر لیں۔
- ☆ Highlighter کو ناک کے سامنے والے حصے (Bone Area) پر لگائیں۔
- ☆ سیدھا ناک نظر آنا
- ☆ چہرہ کی جلد کی رنگت سے ایک یا دو شیڈ ہلکے رنگ کے پاؤڈر کی مدد سے دوسیدھی لائین ناک کے اطراف میں کھینچیں۔
- ☆ ان دونوں لائنوں کو نیچے کی طرف تھنوں کے درمیان جوڑیں اور پھر ملا دیں۔
- ☆ ہلکے رنگ کا Concealer یا Foundation کا استعمال کرتے ہوئے ایک بہت ہی پتلی لائن ماتھے کے درمیان سے لیکر ناک کے سامنے والے حصے (Bone Area) تک لے آئیں اور پھر ملا دیں۔
- ☆ ناک کے اطراف میں یعنی تھنوں کے قریب، Concealer کو نرمی سے لگائیں اور ملا دیں۔

فاؤنڈیشن (Foundation) کی اقسام

فاؤنڈیشن Foundation کی اہمیت میک اپ میں ایسے ہی ہے جیسے پینٹنگ میں کینوس کی ہوتی ہے۔ یہ جلد کو شفافیت اور نکھار بخشنے کے ساتھ ساتھ رنگت کو یکسانیت اور ہمواری فراہم کرتی ہے۔ مارکیٹ میں بہت سی اقسام کی فاؤنڈیشنز بہت سارے رنگوں میں دستیاب ہیں اور اچھے میک اپ کیلئے یہ امر نہایت اہمیت کا حامل ہے کہ کلائنٹ کی جلد اور رنگت کے مطابق ان کا استعمال کیا جائے۔ درج ذیل میں فاؤنڈیشن کی اقسام، خصوصیات اور ان کے استعمال کے بارے میں بتایا گیا ہے:

1- Liquid (Oil-based) Foundation

اس قسم کی فاؤنڈیشن میں تیل کا استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ خشک، نارمل، بوڑھی اور ملی جلی جلد کیلئے استعمال کی جاسکتی ہے۔ یہ ہلکے سے درمیانے درجے کی کورٹیج فراہم کرتی ہے۔

2- Liquid (Water-based) Foundation

یہ پانی سے مل کر بنتی ہے۔ اسے چکنی، نارمل اور ملی جلی جلد کیلئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ پانی چونکہ جلدی سوکھ جاتا ہے اس لئے اسے جلدی لگایا جانا چاہئے۔ یہ بھی ہلکے سے درمیانے درجے کی کورٹیج فراہم کرتی ہے۔

3- Cream Foundation

اس میں بھی تیل پایا جاتا ہے۔ یہ خشک، نارمل اور بوڑھی جلد پر استعمال کی جاسکتی ہے۔ یہ باآسانی گس کی جاسکتی ہے اور یہ بہت زیادہ کورٹیج فراہم کرتی ہے۔

4- Gel Foundation

یہ پانی سے مل کر بنتی ہے۔ اسے سیاہ رنگت والی جلد، ایسی جلد جس پر داغ دھبے نہ ہوں، بھوری رنگت والی جلد اور ایسی صورت میں جب کلائنٹ قدرتی لک چاہتا ہو استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ غیر چکنی کورٹیج فراہم کرتی ہے۔

5- Compact or Cake Foundation

یہ تیل، ویکس اور پاؤڈر سے مل کر بنتی ہے۔ اسے خشک، نارمل اور داغ دھبوں والی جلد پر استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ زخم کے نشانات اور دھبوں کو چھپانے کیلئے انتہائی موثر ہے کیونکہ یہ بہت زیادہ کورٹیج فراہم کرتی ہے۔ یہ میچور جلد کے لیے مناسب نہیں ہے۔

6- Mousse Foundation

اس میں تیل پایا جاتا ہے اور اسے صرف نارمل اور ملی جلی جلد پر استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ ہلکی سے درمیانے درجے کی جلد کو کورٹیج فراہم کرتی ہے جو کہ اسے لگانے کی تکنیک پر منحصر ہے۔

7- Mineral Foundation

اس میں قدرتی معدنی اجزاء پائے جاتے ہیں اور اسے تمام اقسام کی جلد کیلئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ ایسے کلائنٹ جو قدرتی یا نامیاتی میک اپ کو پسند کرتے ہیں ان کیلئے یہ ایک اچھا انتخاب ہے۔ یہ حساس اور الرجی والی جلد کیلئے بھی انتہائی موزوں ہے۔ یہ ہلکی اور اچھی کورٹیج فراہم کرتی ہے۔

سیاہ حلقوں کو چھپانے کا طریقہ

مرحلہ 1: کنسیلر کا استعمال

- ☆ آنکھوں کے نیچے کارنگ نیلا یا ڈارک براؤن ہوگا۔
- ☆ جو بھی رنگ ہو اس کے برعکس رنگت کے کنسیلر کا انتخاب کریں مثلاً گوری رنگت کیلئے درمیانے بیچ رنگ کا اور سیاہ رنگت کے لئے گاڑھے بیچ رنگت کا۔
- ☆ کنسیلر کے رنگ کا انتخاب کرتے ہوئے اس بات کا دھیان رکھیں کہ اس کارنگ جلد کی رنگت سے ایک یا دو شید گاڑھا ہونا چاہئے۔

مرحلہ 2: فاؤنڈیشن کو چہرے پر لگانا

- ☆ ایسی فاؤنڈیشن کا انتخاب کریں جو جلد کی رنگت سے ملتی ہو۔
- ☆ اسے چہرے پر لگائیں اور پھر برش، اسفنج یا انگلیوں کی مدد سے چہرے پر پھیلائیں۔
- ☆ فاؤنڈیشن کو سیٹ کرنا
- ☆ آنکھوں کے نیچے پاؤڈر کا استعمال کریں تاکہ جس جگہ کنسیلر کا استعمال کیا گیا ہے وہاں میک اپ سیٹ ہو سکے۔

کیا آپ جانتے ہیں۔
بیس سے پہلے کلینزنگ کیوں کی جاتی
ہے۔

تاکہ جلد کے مردہ خلیات، بیکٹیریا
اور دوسرے گردہ غبار جو جلد کے
ساتھ لگ جاتے ہیں ان کو دور کیا
جاتا ہے۔

بنیادی میک اپ کا طریقہ کار

- 1- جلد کی مناسبت سے کلینزنگ کریں اور جلد کی کلینزنگ سے میک اپ کی شروعات کریں۔
- 2- چہرے پر موشچرائزنگ کریں تاکہ میک اپ کرنے میں آسانی ہو اور اچھی لگ حاصل ہو۔
- 3- کنسیلر کی مدد سے داغ دھبوں، حلقوں اور ان کے علاوہ دوسری اقسام کے نشانات کو اچھی طرح چھپائیں۔
- 4- فاؤنڈیشن کو تمام چہرے اور گردن پر لگائیں اور پھر اسے اچھے طریقے سے پھلائیں۔
- 5- ایسٹریس یا فاؤنڈر جو جلد کی رنگت سے ملتا ہو اسے چہرے پر برش یا اسفنج کی مدد سے لگائیں۔
- 6- میک اپ کی مناسبت سے بلش آن کا انتخاب کریں۔
- 7- نیٹرل آئی شیدز کا انتخاب کریں اور اسے Eyelids پر آنکھوں کی مناسبت سے لگائیں۔
- 8- آئی لائنز کو آنکھوں کی شبیہ کے مطابق Lash line پر لگائیں۔
- 9- پکوں پر مسکارا لگائیں۔
- 10- لپ لائنز کی مدد سے ہونٹوں کی شبیہ بنائیں۔
- 11- لباس کی مناسبت سے لپ اسٹک کے رنگ کا انتخاب کر کے ہونٹوں پر لگائیں۔
- 12- میک اپ کے بعد میک اپ Fixer spray کا استعمال کریں تاکہ میک اپ دیر تک قائم رہ سکے۔

میک اپ کے بعد کی احتیاطی تدابیر

- ☆ میک اپ کے بعد اگر چکنائی آئے تو Blotting Sheet یا ٹشو پیپر جلد پر رکھ کر چکنائی کو اٹھالیں اور لوہا پاؤڈر کا استعمال کریں۔
- ☆ آنکھوں کا میک اپ اتارنے کے لئے آئی میک اپ ریپور سے صاف کریں۔
- ☆ میک اپ اتارنے کیلئے میک اپ ریپور کا استعمال کریں۔ اس کے بعد CTM (Cleansing Toning Moisturising) کا عمل مکمل کریں تاکہ جلد بالکل صاف ہو جائے۔

ماڈیول کا خلاصہ

- 1- کلائنٹ کی ذاتی معلومات اور اس کی جلد کے مسائل کا تمام ریکارڈ کلائنٹ کے مشاورتی فارم (Client Consultation Form) میں درج کیا جاتا ہے۔
- 2- مقرر کردہ معیار کے مطابق میک اپ سروس کے لئے خود کو کام کی جگہ کو اور کلائنٹ کو تیار کیا جاتا ہے۔
- 3- پیشہ وارانہ صحت اور صفائی کے اصولوں کے مطابق میک اپ کی سروس انجام دی جاتی ہے۔
- 4- میک اپ کی بہت سی مصنوعات اور آلات واوزار با آسانی مارکیٹ میں مل جاتے ہیں، جن سے میک اپ کرنے میں مدد ملتی ہے۔
- 5- میک اپ شروع کرنے سے پہلے گلینزنگ، ٹوننگ اور موچرا سزنگ کی سروس بہت اہم ہے۔
- 6- میک اپ چہرے کی بناوٹ کے مطابق ہونا چاہئے۔
- 7- عمومی طور پر نیچرل میک اپ کیا جاتا ہے۔

اکثر پوچھے جانے والے سوالات

- سوال نمبر 1- چہرے کی مختلف اشکال/اقسام کون کون سی ہیں؟
جواب: گول چہرہ، بیضوی چہرہ، لمبوتر چہرہ، دل کی طرح کا چہرہ، ڈائمنڈ نما چہرہ، چوکور چہرہ
- سوال نمبر 2- Compact Powder کس مقصد کیلئے استعمال کیا جاتا ہے؟
جواب: بیس/فاؤنڈیشن کو سیٹ کرنے کیلئے یہ پاؤڈر استعمال کیا جاتا ہے۔
- سوال نمبر 3- فاؤنڈیشن کی کوئی سی تین اقسام لکھیں؟
جواب: جیل فاؤنڈیشن، موس فاؤنڈیشن، کریم فاؤنڈیشن، منرل فاؤنڈیشن وغیرہ
- سوال نمبر 4- مسکارا لگانے سے آنکھیں کبسی نظر آتی ہیں؟
جواب: لمبی اور گھنی
- سوال نمبر 5- میک اپ اتارنے کیلئے کیا طریقہ اختیار کرنا چاہئے؟
جواب: میک اپ اتارنے کیلئے کلینر یا میک اپ ریموور کو Cotton Balls کی مدد سے میک اپ اتارنے کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔

خود کو آزمائیں

دیئے گئے بیانات میں سے درست کے سامنے (✓) لگائیں۔ آپ اپنے جوابات کا ماڈیول کے آخر میں دی گئی جوابی فہرست سے موازنہ کر سکتے ہیں۔

1۔ بیس / فاؤنڈیشن سے پہلے کی سروس ہے۔

- (ا) موچر انزنگ، کلینزنگ اور ٹوننگ
(ب) کلینزنگ اور ٹوننگ
(ج) کوئی نہیں
(د) کلینزنگ، ٹوننگ اور موچر انزنگ

2۔ لپ لائنز کا استعمال کیا جاتا ہے۔

- (ا) گالوں پر رنگ کیلئے
(ب) آئی شیڈز کیلئے
(ج) ہونٹوں کو واضح کرنے کیلئے
(د) جلد کو نمایاں کرنے کیلئے

3۔ بیس / فاؤنڈیشن ہے۔

- (ا) فیشن کی بنیاد
(ب) میک اپ کی بنیاد
(ج) فیس پالش کی بنیاد
(د) تھریڈنگ کی بنیاد

4۔ آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے چھپائے جاتے ہیں۔

- (ا) فاؤنڈیشن سے
(ب) کنسیلر سے
(ج) آئی شیڈز سے
(د) پاؤڈر سے

5۔ موس فاؤنڈیشن کو استعمال کیا جاتا ہے۔

- (ا) خشک جلد پر
(ب) حساس جلد پر
(ج) نارمل اور ملی جلی جلد پر
(د) ہر طرح کی جلد پر

6۔ فاؤنڈیشن کو -----

- (ا) جلد کی رنگت کے مطابق ہونی چاہئے
(ب) جلد پر نمایاں ہونا چاہئے
(ج) جلد پر نہیں لگانا چاہئے
(د) جلد پر غیر نمایاں ہونا چاہئے
7۔ منرل فاؤنڈیشن کو استعمال کیا جاتا ہے۔

- (ا) نارمل جلد پر
(ب) چکنی جلد پر
(ج) تمام اقسام کی جلد پر
(د) خشک جلد پر

8۔ لپ گلوں کے استعمال سے -----

- (ا) ہونٹ پتلے نظر آتے ہیں
(ب) ہونٹ خشک نظر آتے ہیں
(ج) ہونٹ کو چمکدار نظر آتے ہیں
(د) ہونٹوں پر کوئی اثر نہیں ہوتا
9۔ ناک کو پتلا دکھانے کیلئے ہے۔

- (ا) کنسیلر
(ب) Contouring
(ج) پاؤڈر
(د) فاؤنڈیشن

10۔ کنسیلر ایک ایسی پروڈکٹ ہے جس کا مقصد -----

- (ا) چہرے کے داغ دھبوں کو چھپانا ہے
(ب) بالوں کو چمکدار بنانا ہے
(ج) جلد کو تروتازہ رکھنا ہے
(د) رنگ صاف کرتا ہے

درست جوابات

سوال نمبر	درست جواب
1	د
2	ج
3	ب
4	ب
5	ج
6	ا
7	ج
8	ج
9	ب
10	ا

ہمیںز اینڈ بیوٹی سروس

ٹیچنگ اینڈ لرننگ گائیڈ

نیشنل ووکیشنل سرٹیفیکیٹ لیول-2

ورژن-1، جنوری-2019

ماڈیول-8

مینی کیور اور پیڈی کیور سرانجام دینا

Perform Manicure and Pedicure

عمومی جائزہ

اس ماڈیول میں ٹرینیز مینی کیور اور پیڈی کیور کا طریقہ کار سیکھیں گے اور اس میں استعمال ہونے والی مصنوعات اور اوزار و آلات کا انتخاب کریں گے۔

تدریسی نتائج:

اس ماڈیول کے اختتام پر ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ

☆ مینی کیور کو مقررہ معیار کے مطابق سرانجام دے سکیں۔

☆ پیڈی کیور کو مقررہ معیار کے مطابق سرانجام دے سکیں۔

لرننگ یونٹ نمبر 1

مقررہ معیار کے مطابق مینی کیور سرانجام دینا

(Carry out Manicure as per standard procedures)

عمومی جائزہ

اس لرننگ یونٹ کے بعد ٹریٹمنٹ اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ

☆ بنیادی مینی کیور کو مقررہ معیار کے مطابق سرانجام دے سکیں۔

☆ فرنچ مینی کیور (French Manicure) کو مقررہ معیار کے مطابق سرانجام دے سکیں۔

☆ پیرافین ویکس (Parafin wax) کو مقررہ معیار کے مطابق سرانجام دے سکیں۔

☆ مصنوعی ناخنوں کو لگا سکیں گے۔

☆ مصنوعی ناخنوں کو اتار سکیں گے۔

1۔ کلائنٹ سے مشاورت

کلائنٹ کو خوش آمدید کہیں اور اس سے کلائنٹ کا مشاورتی فارم پُر کروائیں۔

نوٹ

جلد کی اہم اقسام یہ ہیں۔

نارمل جلد

چکنی جلد

خشک جلد

مٹی ٹھلی جلد

حساس جلد

2۔ ناخنوں کی مختلف حالتیں اور جلد کا جائزہ

ناخنوں کو کچھ حالتیں درج ذیل ہیں:

i۔ بلیو ناخن (Blue Nail)

اندرونی بیماریوں یا چوٹ کی وجہ سے ناخن نیلے ہو جاتے ہیں۔



ii۔ ہیمو فیلیا (Hemophilia)

یہ بیماری بہت زیادہ ڈرگزی لینے والے لوگوں کو ہوتی ہے اور اس میں انگلیوں سے خون رستار ہوتا ہے۔

iii۔ فنگل انفیکشن (Fungal Infection)

ناخنوں کے اندر کی طرف بڑھتا ہے اور ایک سمت یا دونوں سمتوں کی جانب سے ٹوٹ جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے اس میں سوزش اور خارش ہوتی ہے۔



iv۔ اگھڑا ہونا ناخن (Hang Nail)

اس میں لالی، سوزش، درد اور جلد میں گرمی اور کبھی کبھار خون کا جاری ہو جانا ہے۔





ذیابیطس (Diabetes)

ایسے کلائنٹ میں اگر ذیابیطس کا لیول خراب ہو تو اس کو بہت احتیاط سے مینی کیور اور پیڈی کیور کروانا چاہئے۔

الرجی (Allergy)

الرجی دانوں اور جلن، خارش کی صورت میں ہوتی ہے۔ اور سوزش بھی ہو جاتی ہے۔



کورن (Corn)

یہ انگلیوں کی جلد پر ایک بیج کی شکل میں نمودار ہوتے ہیں یہ زیادہ تر تنگ جوتا پہننے کی وجہ سے بنتے ہیں۔



کٹ (Cut)

غیر متوازن خوراک کی وجہ سے ناخنوں کے اندر کٹ (Cut) نمودار ہو جاتے ہیں۔

3۔ مینی کیور اور پیڈی کیور میں استعمال ہونے والی مصنوعات، اوزار و آلات

مصنوعات

i۔ نیل پالش ریموور (Nail polish remover)

نیل پالش ریموور سے ناخنوں سے پالش کو صاف کیا جاتا ہے۔

ii۔ بلیچ (Bleach)

بلیچنگ میں Vol 20 پاؤڈر، سوٹھنگ لوشن (Soothing lotion)، سکین شائزر (Skin shiner) شامل ہیں۔ جو کہ مینی کیور کرنے والے پہلے ہاتھوں پر لگائی جاتی ہے۔

iii۔ ڈبل ایکشن کلینزر (Double action cleaner)

یہ ہاتھوں اور پاؤں سے میل کچیل کو صاف کرنے کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔

iv۔ سکرپ (Scrub)

سکرپ سے پرانی اور مردہ جلد کو صاف کرتا ہے اور جلد کو نرم و ملائم کرتا ہے۔

v۔ مساج کریم (Massage cream)

مساخ سے ہاتھوں اور پاؤں کو مساج کیا جاتا ہے جس سے خون کی گردش بہتر ہوتی ہے اور کلائنٹ کو سکون ملتا ہے۔

vi۔ ماسک (Mask)

مینی کیور اور پیڈیکیور کے آخر میں ماسک لگایا جاتا ہے۔ ماسک سے جلد کو موچہ پھرا سزا زار ماننا ہے۔

vii۔ بیس کوٹ (Base Coat)

مینی کیور اور پیڈیکیور کے عمل کے دوران ناخن پالش لگانے سے پہلے ناخنوں پر base coat لگایا جاتا ہے۔ یہ نیل پالش کو ناخن سے رابطہ مہیا کرتا ہے جس کی وجہ سے نیل پالش زیادہ دیر تک رہتی ہے اور ناخن کو پیلے رنگ میں تبدیل ہونے سے روکتا ہے۔ یہ ناخنوں کو بڑھنے میں مدد بھی دیتا ہے اور ان کو ٹوٹنے سے بھی روکتا ہے۔ اس میں پروٹین، کیتشیم اور وٹامن E پایا جاتا ہے جو ناخنوں کو صحت مند رکھتے ہیں۔

viii۔ ٹاپ کوٹ (Top Coat)

نیل پالش سے ناخنوں کو رنگنے کے بعد ٹاپ کوٹ لگایا جاتا ہے۔ یہ جب سوکھتا ہے تو سخت ہو جاتا ہے جسکی وجہ سے یہ نیل پالش کو اکھڑنے اور اترنے سے روکتا ہے۔ یہ ناخن کو مضبوط کرتا ہے اور نیل پالش کو بھی چمکدار اور چمکیلی رکھتا ہے خاص طور پر جب تیز رنگ کی نیل پالش استعمال کرتے ہیں مثلاً "سیاہ رنگ کی نیل پالش بہت جلدی جمتی اور اکھڑتی ہے۔"

اوزار و آلات

یاد رکھیں
مینی کیور میں ہاتھوں کی صفائی کی
جاتی ہے



i۔ ایمری بورڈ (Emery Board)

یہ گتہ کا ٹکڑا ہوتا ہے جس پر emery paper چپا ہوتا ہے جو اسے ہر لحاظ سے لچک دار اور سخت بناتا ہے۔ یہ ہاتھوں کے ناخنوں اور پاؤں کے ناخنوں کی حفاظت کیلئے استعمال ہوتا ہے۔ یہ وہ آلہ ہے جو بیوٹیشن مینی کیور اور پیڈیکیور کے عمل کے دوران ناخن کو شکل دینے اور نرم کرنے کیلئے استعمال کرتی ہے۔ اس کی مدد سے ناخن کو شہیپ دی جاتی ہے اس کے لیے ناخن کو ہلکے گراہک سمت میں اوپر سے نیچے کی طرف سٹروک سے ناخنوں کی شہیپ بنائی جاتی ہے۔



ii- کیوٹیکل مساج کریم اور تیل (Cuticle Massage Cream and Oil)

Cuticle مساج کریم اور تیل مینی کیورا اور پیڈیکیور کے عمل میں ہاتھ اور پاؤں کے ناخنوں کے گرد مردہ جلد کو صاف کرنے کے لیے لگائی جاتی ہے۔

iii- کیوٹیکل کٹر (Cuticle Cutter)

Cuticle cutter ناخنوں کے ارد گرد کی مردہ جلد کو اتارنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے اور یہ اسٹیل کا بنا ہوتا ہے۔



یاد رکھیں

مینی کیورا اور پیڈی کیور کے اوزار کی الیکٹریک کٹ بھی ہوتی ہے جو ناخنوں کی ہیپ بنانے کیلئے استعمال ہوتی ہے۔

iv- ہوف / اورنج اسٹک (Hoof / Orange Stick)

اس سے ناخنوں کی مردہ جلد کو آگے دھکیلا جاتا ہے۔



v- بفر (Buffer)

یہ مینی کیورا اور پیڈیکیور کے عمل میں ناخن کی ہفنگ کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ ہاتھوں اور پاؤں کی انگلیوں کے ناخنوں کو گرائی کے بعد عمدہ قسم کی چمک دیتا ہے۔



vi- کلیپر (Clippers)

Nail Clipper کو nail cutter یا nail trimmer بھی کہا جاتا ہے۔ یہ ایک دستی آلہ ہے جو ہاتھوں اور پاؤں کی انگلیوں کے ناخن کو تراشنے میں استعمال کیا جاتا ہے۔ Nail Clipper عموماً اسٹیل کا بنا ہوتا ہے لیکن یہ پلاسٹک اور ایلومینیم میں بھی دستیاب ہے۔



vii۔ پومک سٹون (Pumice Stone)

یہ پیڈیکیور کے عمل کے دوران خاص طور پر کھر درمی ایڈویوں کو ہموار کرنے کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ پاؤں کے تلوں سے مردہ خلیات کو اتارتا اور جلد کو ہموار کرتا ہے۔



4۔ مینی کیور

اس کے طریقہ کی تفصیل درج ذیل ہے:

مینی کیور اور پیڈی کیور کے لیے ٹریٹمنٹ ایریا کو تیار کرنا

- i۔ چیک کریں کہ مینی کیور اور پیڈ کیور کرنے کی جگہ صاف ہے اور وہاں پانی اور کسی قسم کی گندگی تو نہیں۔
- ii۔ چیک کریں اور یقینی بنائیں کہ ماحول جس میں کمرے کا درجہ حرارت بھی شمار ہوتا ہے، کلائینٹ اور مطلوبہ سروس کے لیے موزوں ہے۔
- iii۔ چیک کریں کہ سامان کی ٹرائی صاف ہے۔
- iv۔ صاف اور ڈھکے ہوئے کوڑا دان کا انتظام کریں۔
- v۔ اس بات کا اطمینان کر لیں مینی کیور اور پیڈ کیور کرنے کی جگہ میں پانی وافر مقدار میں موجود ہے۔
- vi۔ ٹریٹمنٹ ایریا میں گرم پانی کا برتن اور فٹ ہاتھ کا انتظام کریں۔
- vii۔ ٹریٹمنٹ ایریا میں صاف تولیے کا انتظام کریں۔
- viii۔ سامان کی ٹرائی کو ترتیب دیں۔
- ix۔ اس بات کا اطمینان کر لیں کہ تمام آلات مثلاً cutical knives، clippers، اور scissors وغیرہ sterilized ہیں اور رے میں ترتیب سے رکھی گئی ہیں۔
- x۔ تمام کرمیں، اسکر بز، اور نیل پالش وغیرہ کو صحیح طریقہ سے سامان والی ٹرائی میں رکھیں۔

مینی کیور کرنے کا طریقہ



نوٹ
مینی کیور اور پیڈی کیور میں بلچنگ ایک لازمی عمل نہیں ہے۔ جلد کارنگ خراب ہونے کی صورت میں بلچنگ کی ضرورت ہوتی ہے۔

- i- سب سے پہلے ناخنوں سے نیل ریور کی مدد سے ناخن پالش اتاریں۔
- ii- ہاتھوں پر پینچ لگائیں۔
- iii- ایک برتن میں گرم پانی، شیمپو ڈال کر ہاتھوں کو 10 منٹ تک بھگوئیں۔
- iv- ہاتھوں کو اچھی طرح صاف کر کے پانی سے باہر نکال لیں۔
- v- نیل کٹرز (Nail cutter) کے ساتھ ناخنوں کی شیب بنائیں۔
- vi- ناخنوں کی سطح پر کیوٹیکل آئل (Cuticle oil) لگائیں۔
- vii- اس کے بعد کیوٹیکل پشر (Cuticle Pusher) اور نج وڈ اسٹک (Orange wood Stick) سے کیوٹیکلز کو پیچھے دھکیلیں۔
- viii- کیوٹیکل کٹر (Cuticle cutter) سے کیوٹیکل کو صاف کریں۔
- ix- بفر (Buffer) سے ناخنوں کی سطح کو چمکائیں۔
- x- ہاتھوں پر سکراب کرنے کے بعد صاف پانی سے دھو لیں۔
- xi- ہاتھ صاف کرنے کے بعد ہاتھوں پر مساج کریم سے مساج کریں تاکہ کلائنٹ سکون محسوس کرے۔
- xii- آخر میں کلائنٹ کی مرضی کے مطابق ناخنوں پر نیس کوٹ اور ٹاپ کوٹ لگائیں۔

5- مینی کیور اور پیڈی کیور کے اوزار و آلات کو جراثیم سے پاک کرنے کا طریقہ

مینی کیور اور پیڈی کیور کے اوزار اور آلات کو جراثیم سے پاک کرنے کا طریقہ درج ذیل ہے:

- i- جن اوزاروں اور آلات کو محفوظ کرنا ہے ان کو ترتیب دیں۔
- ii- ان اوزاروں اور آلات کو علیحدہ کر لیں جن کو محفوظ کرنے سے پہلے جراثیم سے پاک کرنا ہے۔
- iii- اوزاروں اور آلات کو ڈس انفیکشن محلول میں دھو کر صاف کر لیں۔
- iv- اوزاروں اور آلات کو دھاتی ٹرے میں ڈال کر sterilise میں رکھیں۔
- v- Sterilise کے لیے وقت مقرر کریں: دھاتی اوزاروں کے لیے 10 سے 15 منٹ، پلاسٹک کے اوزاروں کے لیے 5 منٹ، اور بڑا سنج / شیشے کے مواد سے بنے ہوئے اوزاروں کے لیے 2 سے 3 منٹ۔
- vi- دینے گئے وقت گزر جانے کے بعد sterilise کا سوچ بند کر لیں۔
- vii- چمچے کی مدد سے اوزاروں کو sterilise سے باہر نکالیں۔
- viii- جراثیم سے پاک اوزاروں کو hygienic sheet پر اگلی جاگ کے لیے محفوظ کر لیں۔
- ix- دھاتی ٹرے sterilise اور sanitise کو ان کی مناسب جگہ پر محفوظ کریں۔

یاد رکھیں

اگر اوزار و آلات کی باقاعدگی سے جراثیم کشی نہ کی جائے تو متعددی بیماریاں مثلاً "ہیپاٹائٹس اے اور بی وغیرہ" کا گلنے کا خطرہ لاحق ہو سکتا ہے۔

6- مینی کیور اور پیڈی کیور کیلئے ضروری ہدایات

- i- کسی بھی لوشن یا کریم سے ہاتھوں اور پاؤں کا باقاعدگی سے مساج کریں۔
- ii- باغبانی، گھر کی صفائی اور برتن دھونے وقت حفاظتی دستاں استعمال کریں۔
- iii- کسی بھی کام کو کرتے ہوئے ناخن کو اوزار کی صورت میں استعمال نہ کریں اس سے ناخن گہرائی تک ٹوٹ سکتا ہے۔
- iv- ناخن پالش لگانے سے پہلے ہمیشہ بیس کوٹ استعمال کریں تاکہ نیل پالش کے سائڈ ایفیکٹس بچا جاسکے۔
- v- ہاتھوں کو سخت اور کھر در کرنے والے صابن سے احتیاط کریں۔
- vi- مینی کیور باقاعدگی سے ہر دو ہفتے بعد کروانا چاہئے۔
- vii- میٹل فائلر کو بہت احتیاط سے استعمال کریں۔
- viii- ناخنوں کو اتنا بڑھانا چاہئے کہ کسی بھی کام کرتے ہوئے مشکل پیش نہ آئے۔

7- ہنگامی صورت حال سے نمٹنا

- i- کلائنٹ کو ہاتھوں پر پٹیج کی وجہ سے اگر جلن یا خارش شروع ہو جائے تو پٹیج کو فوراً صاف کر کے ٹھنڈے پانی سے دھو کر سوتھنگ کریم کا مساج کریں۔
- ii- اگر کلائنٹ کے ہاتھ پر کٹ لگے ہوں تو پٹیج نہ لگائیں۔

8- بعد از سرویس احتیاطی تدابیر

- i- غسل کرنے کے بعد روزانہ ہاتھوں کو مومچر انٹر لوشن لگائیں۔
- ii- روزانہ رات کو ہاتھوں کو کریم کا اچھی طرح سے مساج کریں۔

فرنج مینی کیور اور پیڈی کی (French Manicure and Pedicure)

یہ مینی کیور اور پیڈی کیور کا ایسا اسٹائل جس میں ناخنوں کی ٹپس کو سفید پالش لگائی جاتی ہے، جبکہ بقیہ ناخنوں کو شفاف یا ہلکی گلابی پالش لگائی جاتی ہے۔



یاد رکھیں

فرنج مینی کیور میں سفید پالش کے علاوہ مارکیٹ میں سفید اسٹیکر بھی دستیاب ہے۔

پیرافن ویکس (Parafin Wax)

یہ ایک سفید یا بے رنگ نرم ٹھوس مادہ ہے جو پٹرولیم، کونک، یا چٹائی تیل سے حاصل ہوتا ہے۔ یہ کمرے کے درجہ حرارت پر ٹھوس رہتا ہے اور تقریباً 37 ڈگری سینٹی گریڈ پر پگھلنا شروع ہو جاتا ہے۔ مینی کیور اور پیڈی کیور کے عمل کے آخر میں پیرافن ہاتھوں اور پاؤں پر لگائی جاتی ہے۔ پیرافن لگانے کے بعد ہاتھوں اور پاؤں کو پلاسٹک کی شیٹ کی مدد سے ڈھانپ کر صرف پانچ سے سات منٹ کے لیے چھوڑ دیا جاتا ہے تاکہ وہ سوکھ جائے۔ آخر میں، ہاتھوں اور پاؤں سے شیٹ کو ہٹا دیں اور نرم، گرم اور گیلے تیلے کے ساتھ صاف کیا جاتا ہے۔ اس سے جلد نرم و ملائم اور چمکدار ہو جاتی ہے۔



یاد رکھیں

پیرافن ویکس ہر طرح کی جلد کے لیے موزوں ہے۔



مصنوعی ناخن لگانے کا طریقہ

- 1۔ ہاتھوں کو دھو کر اچھی طرح خشک کر لیں۔
- 2۔ ناخنوں سے نیل پالش اُتارتے ہوئے اس بات کا خیال رکھیں کہ ریپورائل فرمی ہو ورنہ مصنوعی ناخن جلدی اُتر جائیں گے۔
- 3۔ اصلی ناخن پر Glue کا ایک قطرہ لگائیں اور ایک قطرہ مصنوعی ناخن پر لگائیں۔
- 4۔ اب مصنوعی ناخن کو اصلی ناخن پر رکھ کر دس منٹ کے لیے دباؤ ڈالیں تاکہ مصنوعی ناخن اچھی طرح فیکس ہو جائے۔
- 5۔ Q-Tip یا روٹی کی مدد سے کیوٹیکل کے آس پاس سے صفائی کر لیں تاکہ اگر glue باہر نکل آئی ہے تو وہ صاف ہو جائے۔

مصنوعی ناخن اُتارنے کا طریقہ

مصنوعی ناخن اُتارنے کے دو طریقے درج ذیل ہیں:

1- ایک برتن میں گرم پانی ڈال کر اس میں بیس منٹ کے لیے ہاتھ ڈالیں۔ پھر پانی میں سے ہاتھ نکالیں اور اس وقت ناخن نرم ہو جائیں گے تو آسانی سے مصنوعی ناخن اُتار لیں۔ پھر تویہ سے ہاتھ خشک کر لیں۔

2- ناخنوں کے کیونیکلز اور اس کے ارد گرد کی جلد پر پیٹرولیم جیلی اچھی طرح لگا دیں تاکہ جلد اور کیونیکلز محفوظ رہ سکیں۔ پھر ایک بیالی میں نیل پالش ریمر ڈالیں اور اس میں ہندہ سے بیس منٹ کے لیے انگلیوں کو ڈالیں۔ اور اس وقت ناخن نرم ہو جائیں گے تو آسانی سے مصنوعی ناخن اُتار لیں۔ پھر ہاتھ دھو کر تویہ سے خشک کر لیں۔

کلائنٹ کا اطمینان

ہر طرح کے کاروبار میں کلائنٹ کا اطمینان بہت اہم ہے اور یہی معاملہ خوبصورتی اور جلد کے شعبے کے ساتھ بھی وابستہ ہے۔ لہذا، جب مینی کیور اور پیڈیکیور کا عمل مکمل ہو جائے تو آپ کو چاہیے کہ آپ کلائنٹ سے اس کے اطمینان کے بارے میں پوچھیں۔ اگر کلائنٹ منفی رد عمل دیتا ہے تو پھر آپ کو چاہیے کہ درکار خدمت انجام دے کر کلائنٹ کو مطمئن کیا جائے۔ سیلون کی انتظامیہ کو بھی چاہیے کہ وہ ایک feedback کارڈ کی مدد سے کلائنٹ سے رائے لے تاکہ کلائنٹ کے اطمینان کی سطح کا تعین ہو سکے۔

عملی سرگرمی

مینی کیور کریں۔

لرننگ یونٹ نمبر 2

مقررہ معیار کے مطابق پیڈی کیور سرانجام دینا

(Carry out Pedicure as per standard procedures)

عمومی جائزہ

اس لرننگ یونٹ کے اختتام پر پڑھنے والا اس قابل ہو جائے گا کہ وہ

- ☆ بنیادی پیڈی کیور کو مقررہ معیار کے مطابق سرانجام دے سکے۔
- ☆ فرنیچ پیڈی کیور کو مقررہ معیار کے مطابق سرانجام دے سکے۔
- ☆ پیرا فین ویکس رکو مقررہ معیار کے مطابق سرانجام دے سکے۔

1۔ کلائنٹ سے مشاورت

لرننگ یونٹ 1 میں دیکھیں۔

2۔ ناخنوں کی مختلف حالتیں اور جلد کا جائزہ

لرننگ یونٹ 1 میں دیکھیں۔

3۔ پیڈی کیور میں استعمال ہونیوالی مصنوعات، اوزار و آلات

لرننگ یونٹ 1 میں دیکھیں۔

4۔ پیڈی کیور

پیڈی کیور کی تفصیل درج ذیل ہے:

پیڈی کیور کے لیے ٹریٹمنٹ ایریا کو تیار کرنا

لرننگ یونٹ 1 میں دیکھیں۔

پیڈی کیور کرنے کا طریقہ



- i- سب سے پہلے ناخنوں سے نیل ریمو (Nail remover) کی مدد سے ناخن پالش اتاریں۔
- ii- پاؤں پر پلچ لگائیں۔
- iii- Foot Spa میں گرم پانی، شیمپو، ہائیڈروجن ڈال کر پاؤں 10 منٹ تک ڈبوئیں۔
- iv- جھانویں کی مدد سے پاؤں کی چمکی سطح کو صاف کریں۔
- v- پاؤں کو اچھی طرح صاف کر کے پانی سے باہر نکال لیں۔
- vi- نیل کٹر (Nail Cutter) کے ساتھ ناخنوں کی ہیپ بنائیں۔
- vii- ناخنوں کی سطح پر کیوٹیکل آئل (Cuticle oil) لگائیں۔
- viii- اس کے بعد کیوٹیکل پشر (Cuticle Pusher) اور نچ وڈ اسٹک (Orange wood stick) سے کیوٹیکل کو پیچھے دھکیلیں۔
- ix- کیوٹیکل کٹر (Cuticle cutter) سے کیوٹیکل کو صاف کریں۔
- x- بفر (Buffer) سے ناخنوں کی سطح کو چمکائیں۔
- xi- پاؤں پر سکرپ کرنے کے بعد صاف پانی سے دھولیں۔
- xii- پاؤں صاف کرنے کے بعد پاؤں پر مساج کریم سے مساج کریں تاکہ کلائنٹ سکون محسوس کرے۔
- xiii- آخر میں کلائنٹ کی مرضی کے مطابق ناخنوں پر بیس کوٹ اور ناپ کوٹ لگائیں۔

5- پیڈی کیور کے اوزار و آلات کو جراثیم سے پاک کرنے کا طریقہ
لرننگ پونٹ 1 میں دیکھیں۔

6- پیڈی کیور کیلئے ضروری ہدایات
لرننگ پونٹ 1 میں دیکھیں۔

- 7- ہنگامی صورت حال سے نمٹنا
- i- کلائنٹ کو پاؤں پر پلچ کی وجہ سے اگر جلن یا خارش شروع ہو جائے تو پلچ کو فوراً صاف کر کے ٹھنڈے پانی سے دھو کر سوڈنگ کریم کا مساج کریں۔
 - ii- اگر کلائنٹ کے پاؤں پر کٹ لگا ہو تو پلچ نہ لگائیں۔

- 8- بعد از سروں احتیاطی تدابیر
- i- پاؤں کو دھو کر ناخن خشک ہونے کا انتظار کریں۔
 - ii- اگر ممکن ہو تو پیڈی کیور کے بعد کھلا جوتا پہنیں۔
 - iii- روزانہ جراثیم تباہی کریں۔
 - iv- پاؤں دھونے کے بعد خشک کریں خاص طور پر انگلیوں کے درمیان والی جگہ کو اچھی طرح خشک کر لیں۔
 - v- روزانہ رات کو پاؤں دھو کر کریم کا اچھی طرح سے مساج کریں۔

عملی سرگرمی

پیڈی کیور کریں۔

ماڈیول کا خلاصہ

اس ماڈیول میں ہم نے مندرجہ ذیل موضوعات کے متعلق معلومات حاصل کیں:
☆ کلائنٹ کی ذاتی معلومات، اس کی جلد اور ناخنوں کے مسائل کا تمام ریکارڈ کلائنٹ کے مشاورتی فارم (Client Consultation Form) میں درج کیا جاتا ہے۔

- ☆ مینی کیور اور پیڈی کیور کے اوزاروں اور آلات کی جراثیم کشی کرنا بہت ضروری ہے۔
- ☆ مینی کیور اور پیڈی کیور کی اہمیت کو مد نظر رکھتے ہوئے صحیح طریقہ کار کا انتخاب بہت ضروری ہے۔
- ☆ مینی کیور اور پیڈی کیور میں درپیش مسائل کا حل نکالنا بہت ضروری ہے۔
- ☆ مصنوعی ناخن لگانے اور اتارنے کا درست طریقہ استعمال کرنا بہت ضروری ہے۔

اکثر پوچھے جانے والے سوالات

سوال نمبر 1۔ مینی کیور اور پیڈی کیور میں ہاتھوں اور پاؤں کو بھگونے کا عمل کتنی دیر میں مکمل ہوتا ہے؟
جواب: دس منٹ میں

سوال نمبر 2۔ کیونیکل کلپر کا مقصد کیا ہے؟
جواب: کیونیکل کلپر سے مردہ کیونیکل کو اتارا جاتا ہے۔

سوال نمبر 3۔ مینی کیور اور پیڈی کیور میں کس قسم کا سکرَب استعمال ہوتا ہے؟
جواب: سخت ذرات اور سکرَب

سوال نمبر 4۔ بفر کس لئے استعمال کیا جاتا ہے؟
جواب: مینی کیور اور پیڈی کیور کے عمل کے دوران ناخنوں کی سطح کو ہموار بنانے اور چمکدار بنانے کے لئے بفر استعمال کیا جاتا ہے۔

سوال نمبر 5۔ اورنج اسٹیک کس لئے استعمال کی جاتی ہے؟
جواب: یہ جلد کو کیونیکل سے پیچھے اور ناخن کی بنیاد سے دور کرتا ہے تاکہ ایک مضبوط ناخن کو نشوونما پانے میں مدد ملے۔

خود کو آزمائیں

دیئے گئے بیانات میں سے درست کے سامنے (✓) لگائیں۔ آپ اپنے جوابات کا ماڈیول کے آخر میں دی گئی جوابی فہرست سے موازنہ کر سکتے ہیں۔

1- کیونیکل ریور کو لگانے کا دورانیہ ہے۔

- (ا) صرف ایک منٹ کیلئے
(ب) صرف تین منٹ کیلئے
(ج) صرف چار منٹ کیلئے
(د) صرف دو منٹ کیلئے

2- پیرافن ویکس کو لگانے کا دورانیہ ہے۔

- (ا) صرف دس منٹ کیلئے
(ب) صرف ایک منٹ کیلئے
(ج) صرف سات منٹ کیلئے
(د) صرف پندرہ منٹ کیلئے

3- Emery Board استعمال کیا جاتا ہے۔

- (ا) ناخنوں کو چمکدار بنانے کیلئے
(ب) ناخنوں کو شکل دینے کیلئے
(ج) ناخنوں کو پتلا کرنے کیلئے
(د) کسی مقصد کیلئے نہیں

4- ناخنوں کی بنیادی اشکال ہوتی ہیں۔

- (ا) پانچ
(ب) آٹھ
(ج) دو
(د) تین

5- ناخنوں کا کثرت سے کاٹنا

- (ا) ان کی نشوونما کو تیز بناتا ہے
(ب) ان کو چمکدار بناتا ہے
(ج) ان کو کھردرا بناتا ہے
(د) نقصان دہ ہے

6- کیونیکل ریور کو مقررہ وقت سے زائد لگانے سے -----

- (ا) ناخن جھڑنے کا باعث بن سکتا ہے
(ب) ناخن سیاہ ہونے کا باعث بن سکتا ہے
(ج) کوئی فرق نہیں پڑتا
(د) ناخن کی خشکی کا باعث بن سکتا ہے

7- دھاتی آلات کو سٹرائز کریں۔

- (ا) 2 سے 3 منٹ
(ب) 10 سے 15 منٹ
(ج) 5 منٹ
(د) ایک منٹ

8- مینی کیور اور پیڈی کیور میں اسکریننگلے عمل کا دورانیہ ہے۔ -----

- (ا) 5 سے 10 منٹ
(ب) 1 سے 2 منٹ
(ج) 3 سے 5 منٹ
(د) 10 سے 15 منٹ

ہمیںز اینڈ بیوٹی سروس

ٹیچنگ اینڈ لرننگ گائیڈ

نیشنل ووکیشنل سرٹیفیکیٹ لیول-2

ورژن-1، جنوری-2019

ماڈیول-9

ماساج تھراپی سرانجام دینا (خواتین/مرد)

(Massage Therapy)

عمومی جائزہ

اس ماڈیول کا بنیادی مقصد مقرر کردہ معیار کے مطابق ٹرینینگ کو ماساج کی مختلف تکنیک کے بارے میں معلومات اور ہنر دینا ہے تاکہ وہ اس قابل ہو جائیں کہ وہ پیشہ دارانہ طریقہ سے ماساج کر سکیں۔

تدریسی نتائج

اس ماڈیول کے اختتام پر ٹرینینگ اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ!

- ☆ مقررہ معیار کے مطابق ماساج کو مختلف تکنیکس کے ساتھ سرانجام دے سکیں۔
- ☆ مقررہ معیار کے مطابق فل باڈی ماساج (Full Body Massage) سرانجام دے سکیں۔

مقررہ معیار کے مطابق مساج کی مختلف تکنیکس کو سرانجام دینا

(Perform Different Techniques of Massage as per Standard Procedures)

تدریسی نتائج

اس لرننگ یونٹ کے اختتام کے بعد لرنرز اس قابل ہو جائیں گے کہ:

- ﴿ مقررہ معیار کے مطابق اعلیٰ رج (Effleurage) تکنیک مساج کیساتھ کر سکیں۔
- ﴿ مقررہ معیار کے مطابق پیٹریسج (Petrissage) تکنیک مساج کیساتھ کر سکیں۔
- ﴿ مقررہ معیار کے مطابق ٹیمپومنٹ (Tempoment) تکنیک مساج کیساتھ کر سکیں۔
- ﴿ مقررہ معیار کے مطابق وائبریشن (Vibration) تکنیک مساج کیساتھ کر سکیں۔
- ﴿ مقررہ معیار کے مطابق فریکشن (Friction) کی تکنیک مساج کیساتھ کر سکیں۔

1- کلائنٹ سے مشاورت (Client Consultation)

آپ کوئی بھی سروس مہیا کرنے لگیں تو سب سے پہلے مشاورتی فارم فل کروائیں تاکہ کلائنٹ کی ضرورت، بیماری پرانے ریکارڈ کو مد نظر رکھتے ہوئے اس کا ٹریٹمنٹ کیا جا سکے تاکہ بہترین اور مطلوبہ نتائج مل سکیں۔

کلائنٹ مشاورتی فارم

مشاورتی فارم نفل کرواتے وقت اپنے
کلائنٹ کے ساتھ ساتھ زبانی مشاورت
بھی جاری رکھیں۔

یاد رکھیں

نام فون نمبر

گھر کا پتہ

تاریخ ای میل

ازدواجی حیثیت

ذاتی معلومات

- 1- آپ کیا سروس لینا پسند کریں گی۔
- i- فیشل ii- ویکس iii- میک اپ iv- ہیئر اسٹائل
- v- تھریڈنگ vi- کٹنگ vii- مہندی viii- مساج

2- آپ کو کس قسم کی جلدی المرحی (خوشبو، مساج مصنوعات، ماحولیاتی) تو نہیں ہے اگر ہے تو بتائیں۔

3- آپ کو جلد کی کوئی بیماری یعنی (فنگل، بیکٹریل، وائرل) تو نہیں ہے اگر ہے تو بتائیں۔

4- آپ کوئی باقاعدگی سے ادویات استعمال کر رہی ہیں تو انکی مدت اور وجہ بتائیں۔

5- کیا آپ حاملہ ہیں یا اس سلسلے میں کوئی علاج کروا رہی ہیں۔

6- آپ کو کوئی ہارمونل، معدہ کی گرمی، قبض، بلڈ پریشر، شوگر یا HB کی بیماری تو نہیں ہے تو بیماری کی مدت بتائیں۔

7- ایسی نا موافق علامات جن کیلئے طبی طور پر اجازت درکار ہوگی۔ ایسے حالات جن میں طبی اجازت نہیں کی جاسکتی کلائنٹ ایسی صورتحال میں سروس کے نتیجے کا خود ذمہ دار ہوگا (درج ذیل میں سے مختلف کریں)

Stomic infection-iii Skin Cancer-ii Diabetes-i

Hepatitis -vi Blood Pressure.v Infections-iv

8۔ ایسی ناموافق علامات جو متعلقہ سروس کے درمیان رکاوٹ حائل کرتی ہیں۔

- i۔ بخار ii۔ زخم iii۔ جلدی بیماری iv۔ اگیڑیما (Eczemia)
v۔ آنکھوں کی الرجی vi۔ ہیضہ vii۔ جھلسی ہوئی جلد viii۔ جلد کی سرخی ix۔ دمہ

9۔ جلد کی قسم اور موجودہ حالت

.....
.....

10۔ گزشتہ ٹریٹمنٹ / سروس کی معلومات

.....
.....

کلائنٹ فیڈ بیک (رائے)

.....
.....

سروس کے بعد اور گھر کیلئے دینے والی تجاویز

.....
.....

..... کلائنٹ کے دستخط

2۔ کلائنٹ کو مساج کیلئے موزوں انداز سے تیار کرنے کی اہمیت

(Importance of Preparing the Client Appropriately)

مساج سروس شروع کرنے سے پہلے ورک ٹینشن کے ساتھ ساتھ کلائنٹ کی تیاری بھی ایک بہت ضروری امر ہے تاکہ وہ ایک عمدہ ماحول میں پرسکون طریقے سے مطلوبہ سروس کے فوائد حاصل کر سکیں۔ کلائنٹ کی تیاری کیلئے مندرجہ ذیل اصول مدنظر رکھیں:

- i۔ اپنے کلائنٹ کو گاؤن دیں اور اس کو ڈریسنگ روم تک رہنمائی کریں۔
ii۔ کلائنٹ کو بڑے آرام دہ مساج ٹیبل پر لیٹائیں اور سہولت کے مطابق ٹیبل ایک زاویہ پر سیٹ کر لیں۔
iii۔ انتخاب گئی سروس کے مطابق کریم یا تیل کا انتخاب کریں اور تولیہ کی مدد سے کلائنٹ کو کور کریں۔

3۔ جلد کی اقسام اور حالتیں (Skin Types and Conditions)

جلد کی اقسام:-

بنیادی طور پر جلد کی چار اقسام ہیں۔

- i۔ چکنی جلد (Oily Skin) ii۔ خشک جلد (Dry Skin)
iii۔ نارمل جلد (Normal Skin) iv۔ ملی جلی جلد (Combination Skin)

i- چکنی جلد (Oily Skin)

یہ دیکھنے میں Sebum Oil کی زیادتی کی وجہ سے چکنی نظر آتی ہے۔ اس قسم کی جلد کے مسام عموماً کھلے ہوتے ہیں جس کی وجہ سے بلیک اینڈ وائٹ ہیڈز اور ایکنی ہونے کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں۔ اس قسم کی جلد کی خاصیت ہے کہ اس پر بڑھتی عمر کے اثرات دیر میں نمایاں ہونے شروع ہوتے ہیں۔

ii- خشک جلد (Dry Skin)

یہ Sebum Oil کی کمی کی وجہ سے دیکھنے میں کھر درمی اور خشک نظر آتی ہے اور حساس ہوتی ہے۔ اس جلد پر موسم کے اثرات تیزی سے اثر انداز ہوتے ہیں۔ نمی کی کمی کی وجہ سے اس قسم کی جلد پر بڑھتی عمر کے اثرات جلد نمایاں ہونے شروع ہو جاتے ہیں۔

iii- نارمل جلد (Normal Skin)

یہ نارمل ہونے کی وجہ سے نرم ملائم اور چمکدار نظر آتی ہے۔ یہ ایک آئیڈل سکن ٹائپ ہے جو کہ سردیوں میں تھوڑی سی خشک اور گرمیوں میں تھوڑی سی چکنی ہوتی ہے۔

iv- ملی جلی جلد (Combination Skin)

اس قسم کی جلد میں دو طرح کی خصوصیات پائی جاتی ہے۔ اس میں چہرے کے T-Zone اور باقی حصے کی قسم میں فرق ہوتا ہے۔ جلد کی حالتیں:-

اندرونی اور بیرونی اثرات کی وجہ سے جلد کے بدلنے کی حالت کو جلد کی کنڈیشن (Skin Condition) کہا جاتا ہے۔ بنیادی طور جلد کی تین حالتیں ہوتی ہیں۔

i- حساس جلد ii- ڈی ہائیڈریٹڈ اسکن iii- ایچڈ اسکن

i- حساس جلد

اس حالت میں جلد حساس ہوتی ہے حساسیت کی وجہ سے یہ گرمی اور سردی برداشت نہیں کر سکتی۔ حساس جلد پر الرجی بھی ہو جاتی ہے۔ کاسمیٹکس مصنوعات بھی الرجی کر PH کا مطلب ہے Potential جاتی ہیں۔ سورج کی تپش، گرمی کی حدت، ماحولیاتی آلودگی اس جلد پر بہت اثر انداز ہوتی ہیں۔ حساس جلد کیلئے ہمیشہ Hypo-sensitive مصنوعات کا استعمال of Hydrogen -of آئیڈیل جلد کا کرنا چاہئے۔ PH Level 5.5 ہوتا ہے۔

ii- ڈی ہائیڈریٹڈ اسکن

پانی کی کمی کی وجہ سے یہ جلد اپنی قدرتی نمی کھودیتی ہے اور ڈی ہائیڈریٹڈ ہو جاتی ہے جلد کی یہ حالت دیکھنے میں خشک جلد کی طرح نظر آتی ہے۔ پانی کی کمی کی وجہ سے آنکھوں کے نیچے حلقے اور چہرے کی جلد ڈھلکی ہوئی نظر آتی ہے۔ کھر درمی اور خشک ہونے کی وجہ سے اس جلد پر پڑھاپے کے اثرات بہت جلد نمایاں ہو جاتے ہیں۔ ملی جلی جلد کی ایک سے زیادہ خصوصیات کی موجودگی کی وجہ سے نمی ہے مثلاً نارمل

iii- ایچڈ اسکن

جلد کی یہ حالت بڑھتی ہوئی عمر کے اثرات کی وجہ سے ہوتی ہے وقت کیساتھ ساتھ جلد میں کولاجن (Collagen) یعنی جلد کی پروٹین، کیراٹن (Caratin) یعنی فائبر پروٹین سیم آئل کی کمی کی وجہ سے جلد بڑھاپے کی طرف مائل ہو جاتی ہے اس کے علاوہ شیڈنگ پروسیس (Sheding Process) یعنی جلد کے مُردہ خلیوں (Cells) کے گرنے اور بحالی کا عمل سُست ہو جاتا ہے۔ تھریاں، چھائیاں، خشکی، حساسیت، سیاہ حلقے اس سکن کی علامات ہیں۔

جلد کی ساخت

جلد ہماری جسم کا ایک حفاظتی حصار ہے جو ہمارے جسم کو سر لے کر پاؤں کے انگوٹھے تک ڈھانپے ہوئے ہے۔ یہ ہمارے جسم کے درجہ حرارت کو کنٹرول کرتی ہے اور چھوٹے کس کو اجاگر کرتی ہے۔ یہ پانی اور نمکیات کو جذب کرتی ہے۔ جلد بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت کو بڑھاتی ہے۔ جلد کو تین حصوں میں تقسیم کیا گیا ہے۔

i- اپنی ڈرمس (Epidermis) ii- ڈرمس (Dermis) iii- سبکوٹینیس (Subcutaneous) یعنی Hypo-dermis

i- اپنی ڈرمس

یہ جلد کی سب سے اوپر والی تہہ ہے۔ یہ بہت باریک ہوتی ہے یہ مزید پانچ باریک تہہ پر مشتمل ہوتی ہے۔ اسی لیئر کے اندر ہمارے میلانن (Melanin) اور کیراٹن (Keratin) ہے۔

ii- ڈرمس

یہ اپنی ڈرمس کے نیچے والی تہہ ہے اور اپنی ڈرمس سے زیادہ موٹی ہوتی ہے۔ اسی کے اندر ہماری خون کی نامیاں، گلیکولز، حساسیات ہوتی ہیں۔ یہ بھی دو تہوں پر مشتمل

ہوتی ہے۔ اس میں ایک پروٹین Collagen ہوتا ہے۔ جو ہماری جلد کو چمک، چکدار اور خوبصورت بناتا ہے۔
-iii- سیکوئینس

یہ ایک طرح کا Fat Bank ہوتا ہے جس میں Fatty Glands ہوتے ہیں۔ اس تہہ Hypo Dermis بھی کہتے ہیں۔ یہ گلیٹنڈز جسم کے مختلف حصوں پر زیادہ یا کم ہو سکتے ہیں جیسے ہاتھوں کی ہتھلیوں اور پاؤں کے تلوے میں زیادہ ہوتے ہیں۔

4- انسانی جسم کے پریشر پوائنٹس (Pressure points of Human Body)

قدرت نے ہمارے جسم چہرے ہاتھوں اور پاؤں کی انگلیوں میں ایسے پوائنٹس رکھے ہیں جنکو دباؤ (Pressure) دینے سے ذہنی دباؤ تکلیف وغیرہ سے سکون ملتا ہے مثلاً ہمارے ہاتھوں میں آٹھ پریشر پوائنٹس ہیں ان پریشر پوائنٹس کو بہت سے ممالک ریفلیکسولوجی (Reflexology) کے ذریعے بیماریوں کے طریقہ علاج کے طور پر استعمال کر رہے ہیں۔

یاد رکھیں
کیراٹن اپنی ڈرس کی فائبر
پروٹین اور کولاجن ڈرس کی
پروٹین کا نام ہے۔

5- مساج اور اس کی اہمیت (Importance of Massage)

یاد رکھیں
Fatty Glands ایسے گلیٹنڈز
ہیں جو کہ مختلف رطوبتوں کا اخراج
کرتے ہیں اور ہمارے بالوں
والے حصوں پر مقدار میں زیادہ
ہوتے ہیں۔

انگریزی کا لفظ Massage لاطینی لفظ Massies سے ماخوذ ہے جس کا مطلب ہاتھوں سے دبا کر تہہ جمانا ہے۔ اردو زبان میں Massage کیلئے استعمال کیا جاتا رہا ہے۔ مساج کی تاریخ اتنی ہی پرانی ہے جتنی کہ بنی نوع انسان کی تاریخ۔ مساج کو زمانہ قدیم سے علاج معالجے کیلئے استعمال کیا جا رہا ہے۔ جدید طب کی اہم شاخ فزیوتھراپی (Physio Therapy) دراصل ماش یا مساج کی ہی ایک ترقی یافتہ شکل ہے۔
اہمیت
مساج ایک سائنسی عمل ہے جس کے ذریعے جسم کے ٹشوز Tissues کو ہاتھوں کی مدد سے دوبارہ فعال بنایا جاتا ہے۔ مساج سے اعصابی نظام میں چستی اور مستعدی پیدا ہوتی ہے۔ اس سے خون کی گردش تیز ہوتی ہے اور خوراک کو جڑ و بدن بنانے کا عمل بھی بہتر ہوتا ہے۔ چہرے کی جھریاں دور کرنے رگوں کی سختی کو کم کرنے، دیکھتے ہوئے اعضاء کو آرام پہنچانے اور بے حس اعضاء کو چست بنانے میں مساج ایک مفید کردار ادا کرتا ہے۔

6- مساج کی حرکات (Different Massage Techniques)

- بنیادی طور پر مساج کی پانچ حرکات ہیں۔
i- اےفلوراج (Effleurage) ii- پیٹریساج (Petrisage) iii- ٹپوٹمنٹ (Tapotment) iv- وائبریشن (Vibration) v- فرکشن (Friction) یعنی رگڑنا

i- اےفلوراج یعنی ضربیں لگانا

ضربیں یا سٹروکنگ سے مراد ہاتھوں کے ذریعے جسم کے مختلف حصوں پر ضربیں لگانا ہے اس طریقے سے جسم میں خون کی گردش تیز اور بہتر ہو جاتی ہے اور اعصابی تناؤ کو سکون ملتا ہے۔ سٹروکنگ دونوں ہاتھوں سے بھی ہوتی ہے اور ہتھلی سے بھی اور اس میں انگلیوں کو پوروں یا انگوٹھے سے بھی ضربیں لگائی جاسکتی ہیں۔

ii- پیٹریساج Petrisage

پیٹریساج سے مراد دونوں ہاتھوں یا ایک ہاتھ سے ٹشو کو دبا کر ناگھمانا یا ٹشوننا ہوتا ہے۔ یہ عمل زیادہ تر انگوٹھوں یا ایک انگوٹھے اور انگلیوں کی مدد سے کیا جاتا ہے۔ اس عمل سے ٹشو مضبوط ہوتے ہیں۔

iii- تھپتھپانا (Tapotment)

تھپتھپانا یا ہلکی سی چوٹیں لگانا ہے۔ اس عمل سے سونے ہوئے اعصاب بیدار ہو جاتے ہیں اور دوران خون تیز ہوتا ہے۔

iv- ارتعاش (Vibration)

ارتعاش کا عمل Manual اور مشینری طریقے سے کیا جاتا ہے۔ ہاتھوں کی انگلیوں کی مدد سے ارتعاش دیا جاتا ہے۔ آجکل الیکٹریک مساج کرسی اور الیکٹریک مساجر بیڈ بھی دستیاب ہیں۔

یا درکھیں

v - رگڑ (Friction)

اس عمل میں ہتھیلیوں کو جسم کے مختلف حصوں پر رگڑا جاتا ہے اس سے جلد کے غیر فعال نشوز کو فعال بنانے میں مدد ملتی ہے اور دوران خون تیز پوائنٹس کے ذریعے طریقہ علاج کو رہنمائی دیتا ہے۔

ریفلیکسولوجی (Reflexology)

کہا جاتا ہے

7- باڈی مساج کیلئے مختلف اقسام کی مصنوعات اور ان کا استعمال (Different Types of Body Massage Products)

Products)

i- مساج ٹیل

مساج ٹیل نرم اور آرام دہ ہونے کے ساتھ درست سائز کا ہونا چاہئے۔ اس پر استعمال ہونے والے فوم کی موٹائی 2 انچ یا اس سے زیادہ ہونی چاہئے اور اسکی چوڑائی اڑھائی فٹ اور لمبائی چھ فٹ ہونی چاہئے۔ اسکی اونچائی درمیانی ہونی چاہئے۔

ii- مساج کے لیے تیل

ا- بادام کا تیل (Almond Oil)

بادام کا تیل بھی مساج میں بہت استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ صرف چکنی جلد کے علاوہ ہر طرح کی جلد پر استعمال کیا جاتا ہے۔

ب- خوبانی کا تیل (Apricot Oil)

یہ فیشنل آئل کے طور پر بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ خاص طور پر حساس، خشک اور بڑھتی ہوئی عمر والی، جلد کو تازگی پہنچاتا ہے۔ جن لوگوں کو Almond Oil سے الرجی ہے یا اسکا ایک بہترین نعم البدل ہے۔

ج- ناریل کا تیل (Cocunut Oil)

یہ بہت زیادہ چکنائی نہیں ہوتا۔ خاص طور پر سردیوں میں بہت مفید ہوتا ہے۔ یہ جلد کو لچکدار بناتا ہے اور جلد میں دوسرے تیل کی نسبت بہت آسانی سے جذب ہو جاتا ہے۔

د- Jojoba آئل

یہ Jojoba پودے کے بیجوں سے تیار کردہ تیل ہے۔ یہ ایک کیمیکل کو کم کرنے میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔ یہ اینٹی بیکٹیریل کے طور پر بھی استعمال ہوتا ہے۔ Aroma Therapy کیلئے یہ تیل کافی مفید ثابت ہوتا ہے۔ یہ جلد میں بہت جلد جذب ہوتا ہے۔

ه- Cocoa Butter

یہ چاکلیٹ اروما یعنی چاکلیٹ کی خوشبو والا Butter ہوتا ہے یہ ٹھوس شکل میں ہوتا ہے یہ دوسرے Oil میں مکس کر کے تھوڑی مقدار میں استعمال کیا جاتا ہے۔ اس میں چکنائی بہت زیادہ ہوتی ہے۔

و- Shea butter

یہ Africa کے ایک درخت کے بیج سے حاصل کیا گیا ہے۔ یہ Room Temperature میں بہت ٹھوس ہوتا ہے۔ Cocoa Butter کی طرح یہ بہت چکنائی ہوتا ہے۔ سردیوں کے موسم کیلئے بہت مفید سمجھا جاتا ہے جن لوگوں کو الرجی ہے ان پر استعمال کرنے سے پہلے آپ الرجی ٹیسٹ لازمی کریں۔

iii- Stone Warmer

مخصوص قسم کے پتھروں کو Stone Warmer کی مدد سے گرم کیا جاتا ہے۔

8- بعد از سروس احتیاطی تدابیر (Aftercare Advice)

1- پینے میں نیم گرم پانی اور گرم سوپ کا استعمال کریں۔

2- مساج کے دو گھنٹے کے بعد کھانا کھائیں۔

عملی سرگرمی (1)

ماساج کی مختلف تکنیک کو استعمال کرتے ہوئے سر اور کندھوں کا ماساج کریں۔

عملی سرگرمی (2)

ماساج کی مختلف تکنیک کو استعمال کرتے ہوئے بیک ماساج کریں۔

لرننگ پونٹ نمبر 2

فل باڈی ماساج سرانجام دینا

(Carryout full body massage)

تدریسی نتائج

اس لرننگ پونٹ کے اختتام پر پڑھنے والا اس قابل ہو جائے گا کہ وہ!

- ﴿ مقرر کردہ معیار کے مطابق ماساج کے لئے موزوں ماحول سیٹ کر سکیں۔
- ﴿ مقرر کردہ معیار کے مطابق پاؤں کا ماساج کر سکیں۔
- ﴿ مقرر کردہ معیار کے مطابق ناگوں کا ماساج کر سکیں۔
- ﴿ مقرر کردہ معیار کے مطابق اپر پارٹ (گردن، کندھے اور چہرہ) کا ماساج کر سکیں۔
- ﴿ مقرر کردہ معیار کے مطابق بیک ماساج کر سکیں۔
- ﴿ مقرر کردہ معیار کے مطابق ہاڈی ماساج کر سکیں۔

1- کلائنٹ سے مشاورت (Client Consultation)

آپ کوئی بھی سروس مہیا کرنے لگیں تو سب سے پہلے مشاورتی فارم فل کروائیں تاکہ کلائنٹ کی ضرورت، بیماری پرانے ریکارڈ کو مد نظر رکھتے ہوئے اس کا ٹریٹمنٹ کیا جا سکتا ہے، بہترین اور مطلوبہ نتائج مل سکیں۔

نوٹ: کلائنٹ مشاورتی فارم اس ماڈیول کے لرننگ پونٹ نمبر 1 مقرر کردہ معیار کے مطابق ماساج کی مختلف تکنیکس کو سرانجام دینا) میں دیا گیا ہے۔

2- کلائنٹ کو ماساج کیلئے موزوں انداز سے تیار کرنے کی اہمیت

(Importance of Preparing the Client Appropriately)

نوٹ: کلائنٹ ماساج فارم اس ماڈیول کے لرننگ پونٹ 1) مقرر کردہ معیار کے مطابق ماساج کی مختلف تکنیکس کو سرانجام دینا) میں دیا گیا ہے۔

3- ہاڈی ماساج کا طریقہ کار (Procedure and Steps of Full Body Massage)

ماساج کے لیے درکار سامان

- | | | |
|----------------------|--------------------|--|
| i - ماساج ٹیبل / بیڈ | ii - تکیہ | iii - اسپیشل تیل |
| iv - چادر | v - خوشبودار کیڈلز | vi - اسفنج |
| vii - انفریڈ لیپ | viii - ٹاول | ix - پلاسٹک ریپنگ شیٹ |
| x - خوشبودار کریم | xi - ہیڈ بیڈ | xii - اینٹی سٹیپک اور ایمولینٹس (Emollients) |
| xiii - ہاڈی مساجر | | |

چہرے کے مختلف حصوں کا مساج

ٹھوڑی اور گردن کا مساج (مرحلہ)

- i- اپنے انگوٹھے اور انگشت شہادت کی انگلی میں، جبڑے کے کنارے سے لے کر ٹھوڑی کے وسط تک کی جلد کو آہستہ آہستہ دبائیے۔ جبڑے کے کنارے سے آغاز کرتے ہوئے ٹھوڑی کے وسط تک پہنچنے اور پھر اسی انداز میں جلد کو دباتے ہوئے واپس جبڑے کے کنارے تک آئیے۔
- ii- ہاتھ کی تھیلی، جبڑے کے دائیں سے بائیں نرمی سے پھریے، بعد ازاں دوسرے ہاتھ کی تھیلی بائیں سے دائیں طرف پھیریے۔
- iii- دونوں ہتھیلیاں گردن پر اوپر سے نیچے پھیریں۔
- iv- کانوں کی لوٹوں سے لے کر ٹھوڑی تک کے پریشر پوائنٹس پر ہلکا ہلکا دباؤ ڈالئے۔ یہ مقامات کانوں کے عقبی حصوں اور گردن کے وسط میں واقع ہوتے ہیں۔

پیشانی اور کپٹیوں کا مساج (مرحلہ)

- i- کبیریں عموماً سب سے پہلے آپ کی پیشانی پر نمودار ہوتی ہیں۔ انگلیوں پر ٹھوڑا سے مساج آئل یا مساج کریمز لگائیں۔ دونوں ہاتھوں کی انگلیاں اپنی ہتھونوں کے درمیان رکھیں اور نیچے سے اوپر اور اوپر سے نیچے کیوں حرکت دیں جیسے آپ پیشانی کی شکنیں ہموار کر رہی ہیں۔
- ii- کپٹیوں پر نرمی سے دباؤ ڈالیں۔ اس سے آپ کے چہرے کے تھے ہوئے عضلات ڈھیلے پڑ کر پرسکون ہو جائیں گے۔ ذہنی تناؤ کے زیر اثر رونما ہونے والے سردرد سے نجات کیلئے بھی آپ یہی طریقہ آزما سکتی ہیں۔

رخساروں اور ہتھوں کے ارد گرد کا مساج (مرحلہ)

- i- دونوں ہاتھوں کی درمیانی اور تیسری انگلیاں استعمال کرتے ہوئے، رخساروں کا مساج کیجئے۔ اپنے انگلیوں کو لہروں کی شکل میں حرکت دیجئے۔ ٹھوڑی سے آغاز کرتے ہوئے کانوں تک اور ناک سے آغاز کرتے ہوئے کپٹیوں تک لے جائیں۔
- ii- کانوں کے نیچے مخصوص مقامات پر ہلکا دباؤ ڈالیے۔
- iii- ٹھوڑی کے وسط سے آغاز کرتے ہوئے، بڑی انگلیوں کی مدد سے ہتھوں کے گرد مساج کیجئے۔ انگلیوں کے نیچے سے اوپر کی طرف لے جائیں۔
- iv- ہتھوں کے گرد، بالائی ہونٹ کے وسط، زیریں ہونٹ کے نیچے اور ٹھوڑی پر واقع مخصوص مقامات پر ہلکا ہلکا دباؤ ڈالئے۔

آنکھوں اور ناک کا مساج (مرحلہ)

- i- آنکھوں کے گرد نمودار ہونے والی ننھی ننھی لکیروں سے تحفظ کیلئے، دونوں ہاتھوں کی تیسری انگلیوں کی مدد سے آنکھوں کے گرد دائرے کی شکل میں مساج کیجئے۔ ہتھونوں کے اندرونی گوشے سے آغاز کرتے ہوئے انگلیوں کو آنکھوں کے اندرونی گوشوں تک لائیے۔ خیال رکھیں کہ انگلیوں کا دباؤ بے حد نرم ہونا چاہئے۔
- ii- ہاتھوں کی بڑی انگلیوں کی مدد سے اپنی ناک کے دونوں اطراف مساج کیجئے۔ بعد ازاں ناک کے دونوں پہلوؤں کا مساج کیجئے۔ انگلیوں کو دائرے کی صورت حرکت کیجئے۔

جسم کا مساج

جسم کا مساج کرنے سے نہ صرف تمام اعضا کو سکون ملتا ہے اور ان کا تناؤ ختم ہوتا ہے۔ بلکہ جسم کو سکون حاصل ہوتا ہے جو بڑھتی عمر کے اثرات کو نمودار ہونے سے روک رکھتا ہے۔ اس علاوہ مساج کرنے سے دوران خون میں بہتری پیدا ہوتی ہے اور جسم کے فاسد مادے خارج ہو جاتے ہیں۔ غسل کرنے کے دس منٹ بعد جسم کا مساج کرنا نہایت فائدہ مند رہتا ہے۔ مساج کے دوران اپنے جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیں اور ذہن پرسکون رکھیں۔ مساج کیلئے مساج آئل یا بعض اوقات باڈی موچر ائزر کا استعمال کیا جاسکتا ہے۔ جسم کے حساس حصوں پر مساج نہیں کیا جاتا ہے۔

مرحلہ

- i- آرام دہ پوزیشن میں بیٹھ جائیں۔ آئل موچر ائزر اپنے ہاتھوں پر مل لیں۔ سر کی جلد کو گولائی کی صورت میں مساج کریں۔ ہاتھوں کی حرکات گولائی میں اور سر کی جلد کے اوپر کی حصے میں ہونی چاہیے۔ حرکات اوپر کے رخ سے نیچے کی طرف سر کے پچھلے حصے کی طرف اور گردن کے پاس Nape تک ہونی چاہیں۔ یہ گولائی والی حرکات سر کی اوپری طرف سے شروع ہو کر گردن کی پچھلی طرف تک گولائی میں ہونی چاہئے۔ سر کے مساج سے بینائی میں

اضافہ ہوتا ہے۔

- ii - سر کے مساج کے بعد کندھوں کا مساج کیا جاتا ہے۔ مسلز کو بڑی نرمی کے ساتھ دباتے ہوئے گردن کی جانب احتیاط سے دباؤ ڈالیں اور پھر ہاتھوں کو اندر سے باہر کی جانب اور باہر سے اندر کی جانب اگلوٹھے کی مدد سے ہلکا دباؤ ڈالتے ہوئے مسلز کو پھسکون کریں۔ ہاتھوں کو آگے اور پیچھے کی جانب دباؤ ڈالتے جائیں۔ اس عمل کو کچھ دیر کے لیے بار بار دہرائیں اور دباؤ کو آہستہ آہستہ بڑھاتے جائیں۔ پھر گردن کی لائن سے پشت کی پوری لائن کو اگلوٹھوں کی مدد ہلکا سا دباؤ دے کر ریزھ کی ہڈی کو بار بار دہرائیں۔
- iii - اسکے بعد ہاتھوں اور بازوؤں کا مساج کریں۔ ہاتھ کی ہتھیلیوں کو نرمی کے ساتھ دباؤ ڈالیں۔ ہاتھوں کے پریش پوائنٹ کو دبا لیں۔ کندھوں سے کلائی تک لمبے سٹروک دے کر مساج کریں۔ اس عمل کو بار بار دہرائیں۔

- iv - اب ناگوں اور پاؤں کا مساج کریں۔ آہستہ لمبے اور مضبوط سٹروک کے ساتھ پاؤں اور ناگوں کے پریش پوائنٹس کو دبا لیں۔ ٹخنے اور پاؤں کے اگلوٹھوں کو ہلکا پریش دیں۔ لمبے اور گولائی والے سٹروکس کے ساتھ ناگوں کا مساج کریں۔ دائیں سے بائیں اور اوپر سے نیچے کی طرف ہلکا پریش ڈالتے ہوئے لمبے سٹروکس دیں۔ اس عمل کو کچھ دیر کے لیے دہراتے جائیں۔
- v - پاؤں کی پانچوں انگلیوں کو ہاتھ کی پانچ انگلیوں کی مدد سے جکڑتے ہوئے آگے اور پیچھے کی طرف گھمائیں اور اوپر اور نیچے کی طرف دباؤ دیں۔

یاد رکھیں

مساج کے لیے دھیمی روشنی والا
خاموش کمرہ درکار ہے۔

4- بعد از سروں احتیاطی تدابیر (Aftercare Advice)

- i - پینے میں شہم گرم پانی اور گرم سوپ کا استعمال کریں۔
ii - مساج کے دو گھنٹے کے بعد کھانا کھائیں۔

عملی سرگرمی

مساج کی مختلف تکنیکس کا استعمال کرتے ہوئے نفل ہاؤی مساج کریں۔

یاد رکھیں

ہائی بلڈ پریشر والے سرلیٹوں کو مساج
سروس نہ دیں۔

ماڈیول کا خلاصہ

- ☆ جسم پر ایسے بہت سے پریش پوائنٹس ہوتے ہیں جن پر مساج سے جسمانی اور ذہنی دونوں طرح کے دباؤ سے آرام ملتا ہے۔
☆ مساج شروع کرنے سے پہلے یہ ضروری ہے کہ کلائنٹ کو، خود کو اور کام کرنے کی جگہ کو تیار کر لیا جائے۔
☆ کلائنٹ کو مناسب طریقے سے ڈھانپنا بھی ایک اہم عمل ہے۔
☆ جسم کے مساج کیلئے پانچ ضروری مساج کی حرکات استعمال کی جاتی ہیں جن کے نام درج ذیل ہیں۔

(ii) پٹریساج (Petrisag)

(iv) ٹمپمنٹ (tempoment)

(i) ایفلوریج (Effleurage)

(iii) فریکشن (رگڑ) (Friction)

(v) وائبریشن (Vibration)

دائیں والی جلد پر مساج کی سروس نہ دیں
کیونکہ اس سے پید ہونے والی حرارت
اور گرمانش دائیں والی جلد کیلئے نقصان دہ
ہے اور مزید ایکٹی (دائیں) کا سبب بن
سکتی ہے۔

☆ جلد کی ساخت کے مطابق کا سمیکلس کا انتخاب ضروری ہے۔

☆ مساج کیلئے مختلف اقسام کے تیل استعمال کیے جاتے ہیں۔ جیسے ناریل کا تیل، خوبانی کا تیل، Jojoba آئل، بادام کا تیل

☆ سر اور چہرے کے مساج کیلئے پہلے ان کی ساخت کو سمجھنا ضروری ہے۔

☆ مساج کرتے وقت احتیاطی تدابیر اور ناموافق عوامل کا خیال رکھنا بہت اہم ہے۔

☆ ہر قسم کا مساج ذہنی اور جسمانی فوائد پہنچاتا ہے۔

☆ چکنی اور دائیں والی جلد پر مساج کرنے سے اجتناب برتنا چاہئے۔

اکثر پوچھے جانے والے سوالات

سوال نمبر 1۔ مساج کی کتنی اقسام ہیں؟

جواب: مساج کی 5 اقسام ہیں۔

سوال نمبر 2۔ مساج کرنے کے کیا فائدے ہیں؟

جواب: اس سے جسمانی اور ذہنی دونوں طرح کے دباؤ سے سکون اور آرام ملتا ہے۔

سوال نمبر 3۔ مساج کا کیا مطلب ہے؟

جواب: مساج کا مطلب ہے کہ مصنوعات اور ہاتھوں کے پریشر کے ذریعے جسم اور ذہن کو پرسکون کیا جائے۔

سوال نمبر 4۔ مساج کس زبان سے نکلا ہے؟

جواب: مساج لاطینی زبان کے لفظ Massies سے نکلا ہے۔ جس کا مطلب ہے ٹٹولنا، دباننا اور تہہ جمانا۔

سوال نمبر 5۔ کلائنٹ سے کنسلٹیشن کیوں ضروری ہے؟

جواب: تاکہ سروس دینے سے پہلے ہمیں جلدی بیماری، ری ایکشن اور الرجی کے بارے میں معلومات حاصل ہو جائیں اور اسکے مطابق کامپیکس اور سروس کا انتخاب کیا جاسکے۔

خود کو آزمائیں

دیئے گئے بیانات میں سے درست کے سامنے (✓) لگائیں۔ آپ اپنے جوابات کا ماڈیول کے آخر میں دی گئی جوابی فہرست سے موازنہ کر سکتے ہیں۔

1۔ Tamptement سے کیا مراد ہے۔

(ا) تھپتھانا

(ب) گھمانا

(ج) دباننا

(د) رگڑنا

2۔ مساج کی کتنی اقسام ہیں۔

(ب) 4

(ا) 3

(د) 2

(ج) 5

3۔ کیا مساج سے پہلے کلائنٹ سے مشاورتی فارم فل کروانا ضروری ہے۔

(ب) جی نہیں

(ا) جی ہاں

(د) ضرورت کے مطابق

(ج) کبھی کبھی

4۔ مساج کا مطلب ہے۔

(ب) ٹٹولنا

(ا) ڈھونڈنا

(د) خون زیادہ کرنا

(ج) خشکی دور کرنا

5۔ کیا مساج سے پہلے نا موافق عوامل کا خیال رکھنا ضروری ہے۔

(ب) جی نہیں

(ا) جی ہاں

- ج) ضرورت کے مطابق
6۔ مساج کے کتنی دیر بعد کھانا کھایا جاسکتا ہے؟
ا) دو گھنٹے بعد
ب) ایک گھنٹے بعد
ج) فوراً بعد
د) آدھے گھنٹے بعد
- 7۔ فریکش سے کیا مراد ہے؟
ا) گھمانا
ب) رگڑ لگانا
ج) دباننا
د) ضرب لگانا
- 8۔ سر کے مساج سے کس چیز میں اضافہ ہوتا ہے۔
ا) پینائی میں
ب) خون کی گردش میں
ج) جھریوں میں
د) ذہنی دباؤ میں
- 9۔ لکیریں عموماً جسم کے کس حصے پر نمودار ہوتی ہیں۔
ا) ناک پر
ب) گردن پر
ج) پیشانی پر
د) زخموں پر
- 10۔ کیا کسی بھی قسم کی الرجی کی صورت میں مساج کیا جاسکتا ہے۔
ا) کبھی بھی
ب) ضرورت کے مطابق
ج) جی ہاں
د) جی نہیں

درست جوابات

سوال نمبر	درست جواب
1	ا
2	ج
3	ا
4	ب
5	ا
6	ا
7	ب
8	ب
9	ج
10	د

ہمیںز اینڈ بیوٹی سروس

ٹیچنگ اینڈ لرننگ گائیڈ

نیشنل ووکیشنل سرٹیفیکیٹ لیول-2

ورژن-1، جنوری-2019

ماڈیول-10

حنا / مہندی لگانا (خواتین)

Apply Henna (Women)

عمومی جائزہ

خواتین کو ہمیشہ ہی سے حسن و آرائش کا محور سمجھا جاتا ہے اور حقیقت بھی یہی کہ خواتین نے اس دنیا کے بناؤ سنگھار کے ساتھ ساتھ اپنی ذات کے بناؤ سنگھار پر بھی ہمیشہ توجہ دی اور وہ بناؤ سنگھار کے لیے جو چیزیں استعمال کرتی ہیں ان میں مہندی خاص طور پر اہمیت کی حامل ہے۔ اس ماڈیول کو پڑھنے کے بعد ٹرینرز ٹیوٹرز اور مہندی کے مختلف جدید طرز کے ڈیزائن ہاتھوں اور پاؤں پر بنانے کے قابل ہو جائیں گے۔

تدریسی نتائج:

اس ماڈیول کے اختتام پر ٹرینرز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ:

- ﴿ حنا/مہندی کے مختلف ڈیزائن بنا سکیں (Create Henna Patterns)
- ﴿ حنا/مہندی لگا سکیں (Apply Henna)

حنا/مہندی کے مختلف ڈیزائن بنانا
(Creat Henna Patterns)




تدریسی نتائج:

اس یونٹ کے اختتام پر ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ:

- ﴿ ریسرچ بورڈ بنا سکیں۔
- ﴿ موڈ بورڈ بنا سکیں۔
- ﴿ ضرورت کے مطابق مہندی کے ڈیزائن بنا سکیں۔

حنا/مہندی لگانے کے آلات

حنا/مہندی سیکھنے کے لیے مندرجہ ذیل آلات کا استعمال کیا جاتا ہے۔

آلات کی تصویر	آلات
	کون مہندی
	سرنج والی مہندی
	شیشے کا کلرا

	<p>ٹرینگ کا پیپر</p>
	<p>پینسل اور مارکر</p>
	<p>حنا/مہندی کے ڈیزائن کی کتاب</p>

حنا/مہندی کے ڈیزائن کی اقسام

حنا/مہندی

حنا سے ہاتھوں پاؤں پر خوبصورت نقش و نگار بنائے جاتے ہیں۔ حنا لگانا ایک آرٹ ہے۔ ایک دور تھا جب حنا کے درخت سے پتے توڑ کر اور پیس کر حنا استعمال کی جاتی تھی۔ اس وقت ڈیزائن کا تصور نہ تھا۔ شروع میں مہندی کو پیس کر اور باریک کپڑے میں چھان کر اسکا پتلا آمیزہ استعمال کیا جاتا تھا۔ مگر اب یہ کون کی شکل میں مارکیٹ میں دستیاب ہے۔

حنا/مہندی کی اقسام

حنا/مہندی کی اہمیت ہر دور میں ایک جیسی ہی رہی ہے۔ یہ بناؤ اور سنگھار کے لئے ہر خطے میں استعمال کی جاتی ہے۔ پہلے یہ صرف برصغیر اور عربی ممالک میں مقبول تھی لیکن اب دور بدلنے کے ساتھ ساتھ مغربی ممالک میں بھی مختلف تہواروں پر اسکا استعمال فیشن کے طور پر کیا جانے لگا ہے۔ مختلف خطوں کے لحاظ سے حنا کے ڈیزائنز کی درج ذیل اقسام ہیں۔ پاکستانی/انڈین ڈیزائن، عربی ڈیزائن، راجستانی ڈیزائن اور افریقن ڈیزائن۔

انڈین/پاکستانی ڈیزائن:

انڈین/پاکستانی ڈیزائن میں ہر طرح کی بیلوں، پھول پتیوں، ٹیکوں، آوٹ لائن اور فلنگ کا استعمال کرتے ہوئے مہندی کے باریک اور نفیس ڈیزائنز لگائے جاتے ہیں۔



عربک ڈیزائن:

عربک مہندی ڈیزائن کھلا کھلا اور موٹا ہوتا ہے۔ یہ ڈیزائن بیلوں اور پھولوں کی شکل میں بنائے جاتے ہیں اور اس میں ہاتھ کا زیادہ تر حصہ خالی چھوڑ دیا جاتا



راہستانی ڈیزائن:

راہستانی ڈیزائن میں کیریوں کے ساتھ لمبی لائیں لگا کر فلنگ گول گول انداز میں کی جاتی ہے۔

کیا آپ جانتے ہیں!

حنا اور مہندی ایک ہی چیز کے دو نام ہیں۔ حنا عربی کا لفظ اور مہندی اردو زبان کا لفظ ہے۔



افریقن ڈیزائن:

افریقن ڈیزائن عام طور پر بولڈ لارج اور جیومیٹرکل شپ میں بنائے جاتے ہیں، یعنی گول، چوکور وغیرہ اس میں چھوٹے چھوٹے پھولوں سے چوکور خانوں میں فلنگ کی جاتی ہے۔



برین سٹورمنگ (Brain Storming)

کسی بھی ڈیزائن کو بنانے سے پہلے اس کی ریسرچ کی جاتی ہے اس سے متعلق مائنڈ میپ بنایا جاتا ہے برین سٹورمنگ سے مراد ایسے الفاظ ہیں جو کہ آپ کو ایک اور لفظ دیکھتے ہوئے ذہن میں آتے ہیں مثلاً

☆	لفظوں کا آپس میں ملاپ	☆	ذہن میں نقشہ بنانا
☆	لفظوں کا مجموعہ	☆	لفظوں کا مشاہدہ وغیرہ

بہت سے الفاظ انتخاب کرنے کے بعد ایک لفظ کو چنا جاتا ہے اور اس پر ریسرچ کی جاتی ہے جو بعد میں ریسرچ بورڈ کہلاتا ہے۔

ریسرچ بورڈ کیا ہے؟ What is Research board?

کسی بھی ڈیزائن کو بنانے کے لئے جو ریسرچ کی جاتی ہے، اس ریسرچ کو تصویری شکل میں ایک بورڈ یا چارٹ پیپر پر لگایا جاتا ہے تاکہ اس سے فائل ڈیزائن بنانے کیلئے پیٹرن نکالے جاسکیں۔ مثال کے طور پر ذیل میں دیئے گئے بورڈ کا جائزہ لیں:



موڈ بورڈ کیا ہے؟ What is Moodboard?

کسی بھی ڈیزائن کو بنانے کے لئے بنائے گئے ریسرچ بورڈ سے رنگ اور مختلف ڈیزائن کو اخذ کرتے ہوئے موڈ بورڈ بنایا جاتا ہے۔ مثال کے طور پر ذیل میں دیئے گئے بورڈ کا جائزہ لیں:



عملی سرگرمی

مہندی ڈیزائن کے لیے بنائے گئے ریسرچ بورڈ سے موڈ بورڈ ڈیزائن کریں۔

فائنل ڈیزائن، پیٹرن اور موٹیف

برین سٹورمنگ، ریسرچ بورڈ اور موڈ بورڈ بنانے کے بعد فائنل ڈیزائن کا مرحلہ آتا ہے۔ فائنل ڈیزائن بنانے کے لیے موڈ بورڈ سے ڈیزائن کے پیٹرن کا حوالہ لیں اور مہندی کا فائنل ڈیزائن تیار کریں۔

حنا/مہندی ڈیزائن بنانے کا طریقہ

کسی بھی ڈیزائن کو بنانے کے لیے بنائے گئے ریسرچ بورڈ اور موڈ بورڈ سے اخذ کئے گئے ڈیزائن کو فائنل ڈیزائن کہتے ہیں۔ مثال کے طور پر ذیل میں دیئے گئے بورڈ کا جائزہ لیں:

- ☆ سب سے پہلے لیڈ پینسل سے کاغذ پر مختلف سمتوں میں لائنیں لگا کر ہاتھ کا کنٹرول مضبوط کرنے کی مشق کریں۔
- ☆ پھر کون مہندی سے شیشے پر آڑھی، ترچھی اور سیدھی لائنیں لگانے کی مشق کریں
- ☆ شروع میں کون کو ہاتھ میں پکڑنا اور اس کی نوک کو ٹینلس رکھنا ایک مشکل کام ہوتا ہے
- ☆ جب تک کون مہندی پکڑنے میں مہارت حاصل نہ ہو مہندی سے ڈیزائن بنانا مشکل ہوتا ہے۔
- ☆ پہلے چھوٹے چھوٹے خانے، بلیں، پتیاں، پھول، وغیرہ بنانے کی مشق کریں۔
- ☆ پھر پھولوں اور پتیوں کو جوڑ کر بلیں بنانے کی مشق کریں۔
- ☆ پھر دل، کیریاں، زگ، زیگ اور گلیوں وغیرہ کا استعمال کرتے ہوئے چھوٹے بڑے خانوں میں فلنگ کرنے کی مشق کریں۔
- ☆ کاغذ لے کر اس پر ہاتھ کی آؤٹ لائن بنالیں۔ پھر ایک شیشے کا ککڑا لے کر بنائے گئے ہاتھ پر رکھ دیں اور اس پر کون مہندی سے ڈیزائن بنانے کی مشق کریں۔
- ☆ چاہے تو ہاتھ پر پہلے پین سے ڈیزائن بنالیں۔ پھر شیشے کا ککڑا رکھ کر ڈیزائن بنالیں۔ اس طرح آہستہ آہستہ مہندی کے مختلف ڈیزائن بنانے میں مہارت حاصل ہو جائے گی۔



عملی سرگرمی:

رہسرج بورڈ اور موڈ بورڈ بنائیں۔

رہسرج اور موڈ بورڈ کے مطابق پیٹرن، موٹف اور ٹیکو کا استعمال کرتے ہوئے فائنل ڈیزائن بنائیں۔

حنا/مہندی لگانا
(Apply Henna)

تدریسی نتائج:

- اس یونٹ کے اختتام پر ٹرینیز اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ:
- ☆ کسی بھی جلدی مسئلے کے لئے جلد کا تجزیہ کر سکیں۔ (جلد کا جائزہ لے سکیں)
 - ☆ ضرورت کے مطابق حنا لگا سکیں۔

حنا/مہندی لگانا

مہندی لگانے سے پہلے مختلف اقسام کی مہندیوں کو بنانے کا طریقہ آنا بھی ایک ضروری عمل ہے۔ مختلف طرح کی حنا کی تیاری کے طریقے درج ذیل ہیں:

حنا کی تیاری کے اجزاء و طریقہ کار

(i) مہندی کا عرق بنانے کا طریقہ:

اجزاء:

- | | | | |
|---|--------------|---|--------------|
| ☆ | مہندی | ☆ | آدھی چھٹانک |
| ☆ | چائے کی پتی | ☆ | آدھی چھٹانک |
| ☆ | چینی | ☆ | آدھی چھٹانک |
| ☆ | بنا سیتی گھی | ☆ | بڑا خالی ڈبہ |



طریقہ کار

- ☆ مہندی، چینی اور چائے کی پتی کو ملا کر ڈبے میں ڈال دیں۔
- ☆ ڈبے کے درمیان میں خالی پیالی رکھ دیں اور ایک دہنگی میں پانی بھر کے ڈبے کے منہ پر رکھ دیں۔
- ☆ چوہہ جلائیں اور دہنگی کو چولہے پر چڑھا دیں۔
- ☆ آگ کی گرمی سے چینی پگھل کر محلول میں تبدیل ہو جائے گی۔
- ☆ چینی، مہندی اور پتی تینوں کے پکنے پر، بھاپ قطرے بن بن کر پیالے میں جمع ہونا شروع ہو جائے گی۔
- ☆ جب مہندی کا سارا عرق نکل آئے تو احتیاط سے نکال کر شیشی میں ڈال لیں۔

☆ اس عرق سے بہت باریک باریک ڈیزائن بنائے جاسکتے ہیں۔

(ii) کون مہندی بنانے کا طریقہ:

پہلے دور میں درخت کے پتوں کو توڑ کر مہندی بنائی جاتی تھی۔ درحقیقت اصل مہندی تو یہی ہے جو ہر ملاوٹ سے پاک ہے۔ اب مہندی کا درخت کم ہی دیکھنے میں آتا ہے۔ مہندی کے پتے توڑ کر پینے میں محنت تو ہوگی مگر آپ یہ کسی بھی قسم کے مضراثرات سے پاک ہوگی۔

اجزاء

1 کپ

گرم پانی

2 حصے

املی

3 حصے (مہندی کو اچھی طرح چھان لیں)

مہندی



طریقہ کار

☆ پتوں کو توڑ کر باریک پیس لیں۔

☆ ایک الگ پیالے میں تھوڑی سی املی بھگو کر اس میں پانی نکالیں پانی گاڑھا ہوز یا دہ پتلا نہ ہو۔

☆ ایک باریک لملل کا کپڑا لیں۔ کپڑے کو ایک کھلے منہ کے پیالے میں پر ڈال کر پیالے کو ڈھک دیں اور اس کے کناروں کو نیچے سے باندھ

دیں

یعنی کپڑا ڈھیلا ہو کر باریک نیچے نہ پھسلے۔

☆ اب پسٹی ہوئی مہندی کا ایک چمچ اس کپڑے میں ڈالیں اور تھوڑا سا املی کا پانی ڈالیں اسے کپڑے میں دبا کر پھیلائیں تاکہ پیالے میں مہندی

کا

عرق قطرہ قطرہ جمع ہونا شروع ہو جائے۔

☆ اب سفید ٹرانسپیرنٹ پلاسٹک کا ایک چوکور ٹکڑا لے کر اسے کون شکل میں لپیٹ لیں۔

☆ اسے مہندی سے بھریں اور پھر ٹیپ سے اچھے طریقے سے بند کر دیں۔

☆ کون کے باریک والے حصے میں باریک سوراخ بنائیں اور پن لگا کر بند کر دیں۔

☆ اب کون مہندی لگانے کے لئے تیار ہے۔

☆ کون کی پن ہٹائیں اور دلکش نقش و نگار بنائیں۔

(iii) سرخ سے لگانے والی مہندی بنانے کا طریقہ:

اجزاء

- 1 گرم پانی
- 2 چائے کا چمچ
- 3 چائے کی پتی یا کافی
- 4 کھانے کے چمچ
- 5 مہندی
- 6 کھانے کے چمچ (مہندی کو اچھی طرح چھان لیں)
- 7 (سفیدے کا تیل) یوکلیپٹس کا تیل



طریقہ کار

- ☆ پانی کو بال کر اس میں چائے کی پتی یا کافی ڈال کر مکس کریں۔
- ☆ آمیزے کو کچھ گھنٹوں کیلئے رکھ دیں اور پھر چھان لیں۔
- ☆ ایک پیالے میں مہندی ڈالیں، ساتھ ہی سفیدے کا تیل اور کافی والے پانی کو مہندی میں آہستہ آہستہ ڈال کر مکس کر لیں۔
- ☆ نرم پیسٹ بن جائے تو ڈھک کر 6 سے 12 گھنٹوں کیلئے رکھ دیں۔
- ☆ مہندی لگانے کیلئے تیار ہے، اس مہندی کو سرخ میں ڈال کر اپنا من پسند ڈیزائن بنائیں۔
- ☆ مہندی خشک ہو جائے تو، لیموں اور چینی کا شیرا بنا کر روئی کی مدد سے خشک مہندی پر لگائیں تاکہ رنگ مزید گہرا اور ڈیزائن دکش لگے۔

جلد کا جائزہ

جسم کے کسی بھی حصے پر حنا سے ڈیزائن بنانے سے پہلے ضروری ہے کہ کلائنٹ کی جلد کا اچھی طرح جائزہ لے لیا جائے۔ کسی بھی طرح کی بیماری یا مسئلے کے ظاہر ہونے کی صورت میں سروس دینا بند کر دیں اور کسی بھی طرح کا ڈیزائن بنانے سے پرہیز کریں۔

حنا/مہندی کا پچ ٹیسٹ (Patch Test)

بازو پر ایک جگہ پر تقریباً ایک انچ مہندی لگا کر 10-15 منٹ کے لئے چھوڑ دیں۔ اگر سورخ دانے، خارج یا سوزش میں سے کچھ بھی نمودار ہو تو مہندی کو فوراً دھو کر صاف کر دیں۔ اگر زیادہ مسئلہ ہو تو اینٹی الرجی میڈیسن دیں یا پھر ڈاکٹر رجوع کریں۔

نوٹ:

- 1- جلد اور جلد سے متعلق مختلف مسائل کو ہم پچھلے پوسٹس میں تفصیل سے بیان کر چکے ہیں۔
- 2- حنا/مہندی لگانا ایک آرٹ ہے۔ حنا کا ڈیزائن لگانے سے پہلے ڈیزائن کو خود سے تیار کرنا بھی ایک تخلیقی صلاحیت ہے۔

3- حنا/مہندی کو لگانے سے پہلے اسے تیار کرنا بھی ضروری ہے۔

کلائنٹ سے مشاورت

کلائنٹ مشاورت کے لیے فارم فل کروائیں۔
حوالہ:- ماڈیول بنیادی فیشنل کے لرننگ یونٹ 1 سے دیکھیں۔

مہندی لگانا

اس میں مہندی/حنا کو دو طریقوں سے لگایا جاتا ہے۔

1- حنا/مہندی لگانے کا طریقہ

- i- مہندی بار بار پڑیکس کرنے سے ہی لگانا آتی ہے۔
- ii- مہندی لگانے کی ابتداء سمپل لائن اور عربک ڈیزائن سے کریں۔
- iii- ہتھیلی سے کلائی تک سمپل اور سادی مہندی لگائے۔
- iv- ڈیزائن کو ہاتھ پر لگانے سے پہلے سادہ کاغذ پر بنائیں اور پھر ہاتھ پر بنائیں۔
- v- کون کھولنے کیلئے کا سن پن ہٹائیں اور مہندی کو ٹیشو پر نکال کر۔ مہندی کا پریشر چیک کریں اور پھر مہندی لگانا شروع کریں۔
- vi- مہندی لگاتے وقت ہمیشہ مخالف سمت میں بیٹھنا چاہئے۔
- vii- مہندی لگاتے وقت اگر ڈیزائن خراب ہو تو نشو سے فوراً صاف کر کے اس کی جگہ دوبارہ ڈیزائن بنا کر لگوا کر کریں۔
- viii- مہندی کا ڈیزائن سوکھنے کے بعد ہاتھوں سے مہندی دھونے کی بجائے۔ Rub کر کے اتاریں۔

2- ٹیٹو/سٹیکر مہندی

آج کل مارکیٹ میں مہندی کے بنے بنائے ڈیزائن بھی دستیاب ہیں ٹیٹو مہندی سٹیکر کی شکل میں بھی ملتے ہیں اس کے علاوہ کلر پینسل اور مارکر کی مدد سے بھی ڈیزائن بنائے جاتے ہیں۔ ٹیٹو مہندی کی سجاوٹ کے لیے اس میں گھڑ، موتی اور بیٹس بھی لگائے جاتے ہیں۔

ٹیٹو/سٹیکر مہندی لگانے کا طریقہ

سٹیکر مہندی درج ذیل طریقوں سے لگائی جاتی ہے۔

- ☆ مہندی یا ٹیٹو کے ڈیزائن کا سٹیکر لے کر اس کا حفاظتی پرت اتار کر اس کو ہاتھ کی شپ کے مطابق ہاتھ پر لگائیں۔
- ☆ ٹیٹو/سٹیکر مہندی لگانے کے بعد ہاتھ کو چار سے پانچ گھنٹے تک پانی سے محفوظ رکھیں۔

مہندی/ٹیٹو مہندی کا رنگ اتارنے کے مختلف طریقے:

- ☆ پلچ کریم کے ذریعے ہاتھوں سے بڑی آسانی سے مہندی اتاری جاسکتی ہے۔
- ☆ مہندی والی ہاتھوں پر پلچ لگائیں اور 30 منٹ بعد دھولیں اور اس کے بعد تھوڑی دیر کیلئے ہاتھ ٹھنڈے پانی میں رکھیں۔
- ☆ میٹھا سوڈا اور لیموں کے رس کو کس کر کے پیسٹ بنالیں پھر اس پیسٹ کو مہندی والے ہاتھ پر لگائیں اور اسے 10 سے 15 منٹ تک کیلئے چھوڑ دیں۔

☆ ہاتھوں کو دھونے کے بعد خشک کر کے کریم لگائیں۔

احتیاطی تدابیر

مہندی لگاتے وقت احتیاطی تدابیر

- ☆ کون مہندی چلاتے وقت اپنی سانس پر کنٹرول ہونا چاہیے۔
- ☆ کون مہندی صاف ہونی چاہیے اور کسی حصے سے کئی پھٹی نہ ہو۔
- ☆ مہندی کا رنگ پکا کرنے کے لئے سرسوں کا تیل استعمال کر سکتے ہیں۔
- ☆ مہندی استعمال کرنے سے پہلے ہاتھ اچھی طرح سے دھولیں۔
- ☆ مہندی یا کون مہندی زیادہ دیر پرانی ہو تو استعمال نہ کریں۔
- ☆ مہندی تقریباً بیس میں شرکت سے ایک دن پہلے لگائیں۔

یاد رکھیں!

مہندی کی آؤٹ لائن والا ڈیزائن بنا کر اس کے اندر مختلف رنگوں، گلز اور بیٹس سے فلنگ کی جا سکتی ہے۔

مہندی لگانے کے بعد کی احتیاطی تدابیر

- ☆ کلائنٹ کو ہدایت کریں کہ وہ مہندی لگوانے کے فوراً بعد نہ دھوئے کم از کم چار سے پانچ گھنٹے لگی رہنے دے
- ☆ مہندی ہمیشہ رات کو لگانی چاہیے تاکہ رنگ گہرا آئے
- ☆ کلائنٹ مہندی خشک ہونے کے بعد ہاتھوں کو دھوئے
- ☆ مہندی خشک ہونے کے بعد ہاتھ دھونے کے لیے صابن استعمال نہ کرے۔
- ☆ مہندی دھونے کے بعد ہاتھوں پر آئل لگائے۔

عملی سرگرمی نمبر 1

پارٹی فنکشن کے لیے اپنے کلائنٹ کے ایک ہاتھ کے اندرونی حصے (Palm) پر موٹف، پیٹرن اور ٹیٹوز کا انتخاب کرتے ہوئے مہندی لگائیں۔

عملی سرگرمی نمبر 2

اپنے کلائنٹ کے ہاتھوں پر موٹف، پیٹرن اور ٹیٹوز کے ڈیزائن کا استعمال کرتے ہوئے دلہن مہندی لگائیں۔

عملی سرگرمی نمبر 3

پیٹرن، موٹف، ٹیٹو اور حنا کے ڈیزائن خود سے بنا کر لگائیں۔

عملی سرگرمی نمبر 4

سجاوٹی مہندی لگائیں۔

ماڈیول کا خلاصہ

اس ماڈیول میں ہم نے مندرجہ ذیل موضوعات کے متعلق معلومات حاصل کیں:

یاد رکھیں!

مہندی لگانے سے پہلے ٹرینی اپنے ہاتھوں پر
کریم لگالے یا سرچیکل گلو زپہن لے تاکہ
ٹرینی کے ہاتھوں پر مہندی کا رنگ نہ آئے

- ☆ تزئین و آرائش کے لئے مہندی کے استعمال کا رواج کئی سو سال پہلے آیا۔
- ☆ مہندی سیکھنے کے لئے شیشے کے ٹکڑے کا استعمال کیا جاتا ہے۔
- ☆ مہندی کے ڈیزائنوں میں پاکستانی، انڈین، عربی اور افریقی ڈیزائن زیادہ مقبول ہیں۔
- ☆ عرق والی مہندی بنانے کی لئے چینی اور پتی کا استعمال کیا جاتا ہے۔
- ☆ مہندی میں فلنگ کے لئے مختلف رنگ کے گلیٹر Glitter کا استعمال کیا جاتا ہے۔
- ☆ مہندی کے ڈیزائن بنانے کے لیے ایک Theme کا انتخاب کیا جاتا ہے۔
- ☆ مہندی کے پیٹرن اور ڈیزائن بنانے کے لیے برین سٹورمنگ، ریسرچ بورڈ اور موڈ بورڈ بنائے جاتے ہیں۔
- ☆ مہندی لگانے کے بعد احتیاطی تزابیر کی جاتی ہیں۔

اکثر پوچھے جانے والے سوالات (FAQs)

- سوال نمبر 1- مہندی لگانے کی کوئی سی دوا احتیاطی تدابیر لکھیں؟
جواب- کون مہندی چلاتے وقت اپنی سانس پر کنٹرول ہونا چاہیے۔
کون مہندی صاف ہونی چاہیے اور کسی حصے سے کئی پھٹی نہ ہو۔
- سوال نمبر 2- مہندی کے ڈیزائن سیکھنے کی مشق کس پر کی جاتی ہے؟
جواب- شیشے کے ٹکڑے پر۔
- سوال نمبر 3- حنا کا استعمال کب سے کیا جا رہا ہے؟
جواب- 9000 سال پہلے سے۔
- سوال نمبر 4- مہندی اور حنا کن زبانوں کے الفاظ ہیں؟
جواب- مہندی اردو زبان کا لفظ ہے جبکہ حنا عربی زبان کا لفظ ہے۔
- سوال نمبر 5- مہندی کا رنگ اتارنے کا کوئی ایک طریقہ بتائیں۔
جواب- مہندی والی ہاتھوں پر پلچ لگائیں اور 30 منٹ بعد دھو لیں اور اس کے بعد تھوڑی دیر کیلئے ہاتھ ٹھنڈے پانی میں رکھیں۔

خود کو آزمائیں

ذیل میں دیئے گئے جوابات میں سے درست جواب پر نشان لگائیں۔ آپ اپنے جوابات کا ماڈیول کے آخر میں دی گئی جوابی فہرست سے موازنہ کر سکتے ہیں۔

- 1- مہندی کا عربی نام کیا ہے؟
 - (1) کون مہندی
 - (2) عرق
 - (3) حنا
 - (4) سوکھی مہندی
- 2- مہندی لگانے سے پہلے کیا کرنا ضروری ہے؟
 - (1) نہانا چاہئے
 - (2) ہاتھ دھونے چاہئے
 - (3) ناخن کاٹنے چاہئے
 - (4) نیل پالش اتارنی چاہئے
- 3- کونسی مہندی نقصان دہ ہوتی ہے؟
 - (1) کون والی
 - (2) سادہ مہندی
 - (3) کیمیکل والی
 - (4) عرق والی مہندی
- 4- مہندی اتارنے کے لئے ان میں سے کیا چیز بہتر ہے؟
 - (1) پلچ
 - (2) نمک
 - (3) تیزاب
 - (4) پانی
- 5- موئے ڈیزائن کس قسم کی مہندی میں لگائے جاتے ہیں؟
 - (1) افریقن
 - (2) عربیک
 - (3) پاکستانی
 - (4) امریکن
- 6- جیومیٹرک ڈیزائن کس قسم کی مہندی میں لگائے جاتے ہیں؟
 - (1) افریقن
 - (2) عربیک
 - (3) پاکستانی
 - (4) ۱ اور ۲
- 7- مہندی قدرتی طور پر کس شکل میں ہوتی ہے؟
 - (1) پتے
 - (2) پھل
 - (3) چھال
 - (4) چھل
- 8- عرق کو کس طرح پکایا جاتا ہے؟
 - (1) نارل آئچ پر
 - (2) تیز آئچ پر
 - (3) ہلکی آئچ پر
 - (4) ۱ اور ۳
- 9- مہندی سوکھ جانے کے بعد اس پر کیا لگایا جاتا ہے؟
 - (1) کچھ بھی نہیں
 - (2) اہلی کا پانی
 - (3) پلچ کا پانی
 - (4) نمک کا پانی
- 10- کیمیکل والی مہندی کیا اثر چھوڑتی ہے؟
 - (1) کھانسی
 - (2) الرجی
 - (3) بخار
 - (4) نزلہ

درست جوابات

سوال نمبر	جواب نمبر
1	۳
2	۲
3	۳
4	۱
5	۲
6	۱
7	۱
8	۳
9	۱
10	۲

ہمیںز اینڈ بیوٹی سروس

ٹیچنگ اینڈ لرننگ گائیڈ

نیشنل ووکیشنل سرٹیفیکیٹ لیول-2

ورژن-1، جنوری-2019

ماڈیول-11

ہیئر کٹ انجام دیں (مردوں کیلئے)

Perform Hair Cut (for Men)

تدریسی نتائج:

اس ماڈیول کو مکمل کرنے کے بعد ڈیڑھ ماہ میں اس قابل ہو جائیں گی کہ:

- ✦ بالوں کی Straightline Cutting انجام دے سکیں۔
- ✦ بالوں کی Inward Cuttings انجام دے سکیں۔
- ✦ بالوں کی Spikes Cuttings انجام دے سکیں۔
- ✦ بالوں کی Under Cut Cuttings انجام دے سکیں۔

لرننگ پونٹ نمبر 1:

بالوں کی Straightline Cutting انجام دینا

چائزہ:

اس پونٹ کے بعد ٹرینی اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ بالوں کی Straightline Cuttings انجام دے سکیں۔

✦ بال کی ساخت Structure of the Hair:

بال ساخت میں سادہ لیکن جسم کا ایک ضروری حصہ ہوتا ہے۔ بال ایک کیراٹین Keratin نامی مشکل پروٹین Protein سے بنتا ہے۔ بال دو حصوں پر مشتمل ہوتا ہے:

☆ ہیر فولیکل Hair Follicle

☆ ہیر شافٹ Hair Shaft

☆ ہیر فولیکل Hair Follicle:

Hair Follicle وہ نقطہ ہے جہاں سے بال اگتا ہے۔ ہر انسان میں تقریباً 5 ملین ہیر فولیکل ہوتے ہیں اور ان میں سے تقریباً 100,000 واقع ہوتے ہیں۔ ہیر فولیکل بال کی شکل، سائز اور بالوں کی ساخت کا تعین کرتا ہے۔

Follicle جلد کی Dermis پر Epidermis میں توسیع ہوتی ہے۔ ہیر فولیکل کی بنیاد Papilla پر ہوتی ہے جس سے بال اگتا ہے۔ اس سطح پر موجود خلیات Pigment Granules پر مشتمل ہوتے ہیں جو بالوں کو اُنکا قدرتی رنگ دیتے ہیں اور انکو Melanocytes کہا جاتا ہے۔ تھوڑا سا اوپر Root Bulb کی اوپر کی طرف بال کا وہ حصہ ہوتا ہے جسے Keratinization Zone کہا جاتا ہے۔ اس ذون سے Keratin بالوں کے خلیات میں داخل کیا جاتا ہے جو بالوں کو بلاخر سخت اور خشک بناتا ہے۔ ایرکٹر پیل پیٹھے Arrector Pili Muscle، ہیر بلج Hair Bulge اور Dermoepidermal جنکشن کے بیچ کے حصے میں ہوتا ہے۔ Arrector Pili Muscle کے اندراج کے حصے کے اوپر سہشیش گلینڈز اور کچھ مخصوص حصوں میں Apocrine Glands فولیکل کے اندر کھلتے ہیں۔

☆ ہیر شافٹ Hair Shaft

ہیر شافٹ تین پرتوں پر مشتمل ہوتی ہے، جو کہ درج ذیل ہیں:

- کیوٹیکل Cuticle

- کورٹیکس Cortex

- میڈولا Medulla

- کیوٹیکل Cuticle:

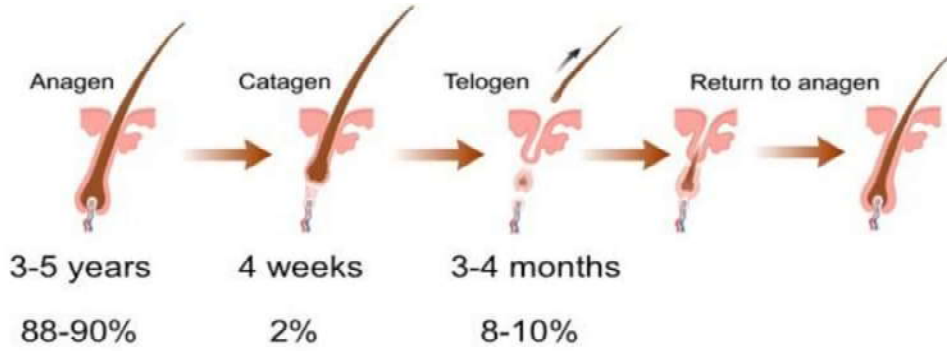
کیوٹیکل بالوں کا سب سے باہر والا حصہ ہوتا ہے جو کہ خلیات یا چانوں کی طرح کے خلیات کا بنا ہوتا ہے۔ یہ خلیات بال کی داخلی ساخت کو نقصان سے بچانے اور بالوں کے Fiber میں پانی کی مقدار کو کنٹرول کرنے کیلئے محفوظ طریقے سے کام کرتے ہیں۔

- کورٹیکس Cortex:

بال کی درمیانی پرت کورٹیکس Cortex کہلاتی ہے، جو بالوں کو طاقت، رنگ اور ساخت فراہم کرتی ہے۔ بالوں کے کل وزن کا تقریباً 90% وزن اس پرت میں ہوتا ہے۔ اس پرت میں موجود لمبوترے سیل fibrous substance بالوں کو مضبوطی اور لچک دیتے ہیں۔ میلانن melanin نامی پیگمنٹ pigment جو بالوں کو قدرتی رنگ دیتا ہے، کورٹیکس میں ہی پایا جاتا ہے۔

- میڈولا Medulla:

نی جاتی۔



☆ اینا جین فیز Anagen Phase

☆ کیٹا جین فیز Catagen Phase

☆ ٹیلو جین فیز Telogen Phase

☆ اینا جین فیز Anagen Phase:

اس فیز میں بال ایک ماہ کے اندر تقریباً ایک انچ تک بڑھتے ہیں اور موسم گرما میں موسم سرما کے مقابلے میں زیادہ تیزی سے بڑھتے ہیں۔ یہ فیز 3-5 سالوں میں ختم ہوتا ہے اور اس فیز میں بال 80-90% بڑھتے ہیں۔

☆ کیٹا جین فیز Catagen Phase:

این ا جین فیز Anagen Phase کے اختتام پر بال کیٹا جین فیز Catagen Phase میں داخل ہو جاتے ہیں۔ یہ ایک مختصر منتقلی کا مرحلہ ہوتا ہے جو کہ تقریباً 10 دن تک جاری رہتا ہے۔

☆ ٹیلو جین فیز Telogen Phase:

آخر میں بال ٹیلو جین فیز Telogen Phase میں داخل ہوتے ہیں، ایک رامدہ مرحلہ جس میں بال بڑھ کر تھکا کر گر جاتا ہے۔ follicle تقریباً 3 ماہ تک غیر فعال رہتا ہے اور پھر بالوں کے بڑھنے کا پورا عمل بار بار دہرایا جاتا رہتا ہے۔ ہر follicle خود مختار ہوتا ہے اور انفرادی طور پر کام کرتا ہوا

یاد رکھیں

بالوں کو 5 منٹ تک پانی سے دھونا بہت

ضروری ہے تاکہ شیمپو مکمل طور پر بالوں

سے نکل جائے۔

اس چیز کو یقینی بنائیں کہ پروکٹس کا

کلائنٹ کے بالوں کی قسم کے مطابق صبح

استعمال کیا گیا ہو۔

مختلف اوقات میں بالوں کے بڑھنے کے مراحل سے گزرتا ہے، ورنہ دوسری صورت میں سر کے سارے بال ایک ہی وقت میں گر جائیں اور پھر ایک ہی وقت میں دوبارہ اُگنے لگیں۔

﴿ بالوں کی اقسام Types of Hair :

بال عموماً چار قسم کے ہوتے ہیں:



☆ باریک بال (Fine Hair) :

باریک بال سب سے نازک ساخت کے ہوتے ہیں اور باریک بالوں والے اشخاص کے سر پر عموماً زیادہ بال ہوتے ہیں۔ باریک بال زیادہ چکنے ہلکے اور چپٹے ہوتے ہیں۔ اس لئے اس کا ساخت برقرار رکھنا مشکل ہوتا ہے باریک بالوں کی دس سطح ہوتی ہیں Cuticle اور Cotex



☆ مناسب بال (Medium) :

بال موٹے ہونے کی وجہ سے الجھ سکتے ہیں۔ ان کا ساخت بنا تھوڑا مشکل ہوتا ہے ان کی ساخت سوئی کے دھاگے جیسے ہوتی ہے یہ نہ باریک ہوتے ہیں نہ ہی کھر درے۔



☆ موٹے اور کھر درے بال (Coarse) :

ایسے بالوں میں تینوں سطحیں ہوتی ہیں Cortex، Cuticle اور Medulla اس لئے ان کی ساخت روکھی ہوتی ہے۔ medulla میں زیادہ تر ہوا اور پروٹین، جس ہے۔ ایسے بال سوکھے میں زیادہ وقت لیتے ہیں۔ کیمیکل ٹریٹمنٹ کرنے میں مشکل دیتے ہیں۔ گرمی برداشت کر سکتے ہیں اور آسانی سے ٹوٹے نہیں۔



☆ گھنگریالے بال (Curly) :

گھنگریالے بال سیدھے نہیں بلکہ لہروں والے ہوتے ہیں۔ یہ لہریں تیلی بھی ہو سکتی ہیں اور مارکر کی طرح موٹی بھی۔ بعض لہریں اوپر کی جانب بڑھتی ہیں اور بعض نیچے کی جانب لیکن ہر طرح کے گھنگریالے بالوں کی حفاظت ایک جیسی ہوتی ہے۔

﴿ بالوں اور سر / کھوپڑی کی عام بیماریاں Hair and Scalp common Disease :

ویسے تو بالوں اور کھوپڑی کی بہت سی بیماریاں ہوتی ہیں، ذیل میں ہمارے خطے کے حساب سے کچھ بیماریوں کی تفصیل دی جا رہی ہے، جنکے بارے میں ایک ہیرا میکسپرٹ کو معلومات ہونا ضروری ہیں:

☆ نکلڑوں میں بالوں کا گرنا Alopecia Areata

☆ بالوں کا گرنا Hair loss

☆ سر کا سورائس Scalp psoriasis

☆ خشکی Dandruff



☆ نکلڑوں میں بالوں کا گرنا: Alopecia Areata

اس بیماری میں بال سارے سر سے نہیں بلکہ کہیں کہیں سے patches میں گرتے ہیں۔ عموماً بال دوبارہ آگ آتے ہیں لیکن کبھی کبھی بالوں کا گرنا کئی سال تک رہتا ہے۔ یہ بیماری ایک انسان دوسرے انسان میں منتقل Contagious نہیں ہوتی۔ یہ بیماری عموماً قوت مدافعت کی کمی کی وجہ سے ہوتی ہے، جس میں سر کے کسی مخصوص نکلڑے کے ہی فولیکل کمزور ہو جاتے ہیں اور اس حصے کے بال گر جاتے ہیں۔



☆ بالوں کا گرنا Hair loss

اس بیماری میں بال سارے سر سے بہت کم وقت میں زیادہ تعداد میں گرنے لگتے ہیں اور یہ گرنے پن کی وجہ بھی بن سکتے ہیں۔ بالوں کے گرنے کی کئی وجوہات ہو سکتی ہیں جیسا کہ: اچھی خوراک کا نہ لینا، ادویات کا زیادہ استعمال، بالوں کی مناسب دیکھ بھال نہ کرنا، وغیرہ وغیرہ۔ یہ عموماً موروثی بیماری ہوتی ہے۔

☆ سر کا سورائس Scalp psoriasis



یہ بیماری خشکی کی طرح ہوتی ہے، بلکہ خشکی کی ہی بدترین قسم کہہ سکتے ہیں۔ psoriasis جلد کے کسی بھی حصے پر نمودار ہو سکتی ہے، پر جب psoriasis کہا جاتا ہے۔ یہ سر سے بڑھ کر پھیل بھی سکتی ہے۔ جیسے کہ ماتھے تک یا پھر گردن پر یا کانوں کے پیچھے۔ یہ عموماً موروثی شدت پر موسم کی تبدیلی بھی اثر انداز ہوتی ہے۔ جیسا کہ زیادہ گرمی میں جلد سے psoriasis کے پھلکے خشک ہو کر گرتے ہیں اور psoriasis والی جلد پر زخموں کا ہو جانا، وغیرہ وغیرہ۔



☆ خشکی Dandruff

خشکی ایک عام دائمی بیماری ہے، یہ سنگین نہیں ہوتی لیکن شرمندگی کا باعث ہو سکتی ہے۔ اس کا علاج مشکل ہوتا ہے لیکن اچھی بات یہ ہے کہ اسے کنٹرول کیا جاسکتا۔

✂️ بال کاٹنے کا فن :Art of hair cutting

بال کاٹنے کے مختلف طریقوں کا استعمال کرتے ہوئے بالوں کی تشکیل ایک مشکل فن ہے۔ ایک اچھا ہیر کٹ ایجنٹ سٹائل کی بنیاد ہوتا ہے اور یہ ہاتھ کی مہارت اور صفائی مانگتا ہے۔ یہاں ہم مردوں کے کچھ عام ہیر کٹس کے طریقے سیکھیں گے۔

بال کاٹنے کیلئے درکاراوزار:

Professional Scissors/Shears (All Purpose/Blending) قینچیاں



Professional Cutting Combs کنگھیاں



Professional Blow Dryer بلوڈرائزر



Professional Brushes برش



Professional Razors اُستزے



Professional Sectioning clips سیکشننگ کلپس



Professional Hair Clippers ہیزر کلپرز



اسٹریٹ لائن Straightline Cutting کٹنگ کرنے کا طریقہ:

- 1- انڈسٹری کے مقرر کردہ معیار کے مطابق خود کو، کام کرنے کی جگہ کو اور کلائنٹ کو حفظانِ صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کریں۔
- 2- مشاورت کے بعد کلائنٹ کو کام کرنے کی جگہ پر لے جائیں۔
- 3- کلائنٹ کو شیمپو پونٹ پر لے جا کر کلائنٹ کے بالوں کو شیمپو اور ضرورت کے مطابق کنڈیشن کریں۔
- 4- بالوں کو کٹنگھی کر کے دو سیکشنز میں تقسیم کر لیں اور سیکشن کلپس کی مدد سے محفوظ کر لیں۔
- 5- اب کٹنگ کرنا شروع کریں۔
- 6- چہرے کے جتنا قریب ہو کر کٹنگ کر سکیں اتنا ہی اچھا ہے۔
- 7- اب بالوں کو اٹکیوں کے درمیان پکڑ کر اُپر کی طرف سیدھا کر لیں اور سر کی گولائی کے ساتھ ساتھ کٹنگ کرتے جائیں، اس بات کا خیال رکھیں کہ بال اُپر کی طرف سیدھے کر کے اُٹکیوں میں پکڑے ہوں۔

- 8- اب سر کی گولائی کے ساتھ ساتھ بالوں کو بلیند کرتے جائیں، اس بات کو یقینی بناتے ہوئے کہ آپ جہاں دیکھ رہے ہیں وہیں پر کھڑے بھی ہوں یعنی صرف اپنے بازوؤں کو حرکت نہ دیں بلکہ پورے جسم کو کٹنگ کی سمت کے ساتھ ساتھ گھمائیں۔
- 9- کٹنگ ختم کرنے سے پہلے چاروں طرف گھوم کر اس بات کا یقین کر لیں کہ بال ہر طرف سے ایک جیسے کٹے ہیں۔
- 10- اب بالوں کو بلوڈ رائز کی مدد سے مطلوبہ اسٹائل دے لیں۔
- 11- مطلوبہ نتیجہ حاصل کرنے کے بعد اپرن کو اچھی طرح جھاڑ کر اتار دیں۔

احتیاطی تدابیر:

- 1- اگر آپ الیکٹریک کلپس کا استعمال کر رہے ہیں تو کٹنگ خشک بالوں پر کریں گے اور اگر قینچی کا استعمال کر رہے ہیں تو بالوں کو گیلا کر لینا مناسب ہوتا ہے۔
- 2- کٹنگ سے شروع کرنے پہلے اضافی پانی کو تالیے سے نچوڑ کر خشک کر لیں۔
- 3- اچھی کٹنگ کیلئے ضروری ہے کہ صرف بازوؤں کو ہی حرکت نہ دیں بلکہ کٹنگ کرتے ہوئے سر کے ساتھ ساتھ پورے جسم کو حرکت دیں۔
- 4- کٹنگ کے دوران بالوں کی لٹوں کو انگلیاں سیدھی کر کے جوڑوں کے درمیان پکڑ کر کٹنگ کریں تاکہ آپ کی انگلیاں کٹنے سے محفوظ رہ سکیں۔

بالوں کی InwardCutting انجام دینا

جائزہ:

اس تدریسی یونٹ کو پڑھنے کے بعد ٹرینر اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ بالوں کی Inward Cuttings انجام دے سکیں۔

Inward Cuttings کئی طرح کی ہوتی ہیں۔ ان میں سب سے عام Buzz Cut اور Crew Cut ہوتے ہیں جو کہ مردوں کی کٹنگ میں کافی مقبول ہیں۔ آئیے ان دونوں کٹنگ کے کرنے کا طریقہ سیکھتے ہیں۔



Buzz Cut کرنے کا طریقہ:

- 1- انڈسٹری کے مقرر کردہ معیار کے مطابق خود کو، کام کرنے کی جگہ کو اور کلائنٹ کو حفظانِ صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کریں۔
- 2- مشاورت کے بعد کلائنٹ کو کام کرنے کی جگہ پر لے جائیں۔
- 3- کلائنٹ کو ٹیمپو یونٹ پر لے جا کر کلائنٹ کے بالوں کو ٹیمپو اور ضرورت کے مطابق کنڈیشن کر لیں۔
- 4- اس کٹنگ کو کرنے کیلئے بالوں کے سیکشنز بنانے کی ضرورت نہیں ہوتی۔
- 5- بالوں کی مطلوبہ لمبائی (جو کہ کلائنٹ نے مشاورت کے وقت بتائی تھی) کے مطابق Hair Trimmer کا Clip سلیٹ کر لیں اور کٹنگ کرنا شروع کریں۔

6- چہرے کے جتنا قریب ہو کر کٹنگ کر سکیں اتنا ہی اچھا ہے۔

7- اب سر کی گولائی کے مطابق Trimmer کو گھماتے جائیں اور چاروں طرف سے بالوں کو ایک جیسا Trim کر لیں۔

8- کٹنگ ختم کرنے سے پہلے چاروں طرف گھوم کر اس بات کا یقین کر لیں کہ بال ہر طرف سے ایک جیسے کٹے ہیں۔

9- مطلوبہ نتیجہ حاصل کرنے کے بعد اپرن کو اچھی طرح جھاڑ کر اتار دیں۔

یاد رکھیں!

Buzz Cut خشک بالوں میں
Hair trimmer کی مدد سے کی جاتی
ہے۔



Crew Cut کرنے کا طریقہ:

1- انڈسٹری کے مقرر کردہ معیار کے مطابق خود کو، کام کرنے کی جگہ کو اور کلائنٹ کو حفظانِ صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کریں۔

2- مشاورت کے بعد کلائنٹ کو کام کرنے کی جگہ پر لے جائیں۔

3- کلائنٹ کو ٹیمپو یونٹ پر لے جا کر کلائنٹ کے بالوں کو ٹیمپو اور ضرورت کے مطابق کنڈیشن کر لیں۔

4- اس کٹنگ کو کرنے کیلئے بالوں کے سیکشنز بنانے کی ضرورت نہیں ہوتی۔

5- دی گئی تصویر کو دیکھیں اور کٹنگ کیلئے سر کے ذوز کو سمجھیں۔

6- Trimmer کو ضرورت کے مطابق سیٹ کریں اور بالوں کو سر کے پیچھے گردن کے اوپر کے حصے (Zone 1) سے Trim کرنا شروع کریں۔

7- کٹنگ کے دوران دی گئی تصویر کے مطابق Trimmer کے Clips بدلتے جائیں۔

8- اسی طرح دونوں کانوں کے اوپر سے (Zone 2+3) سے بھی بالوں کی trimming کرتے جائیں۔

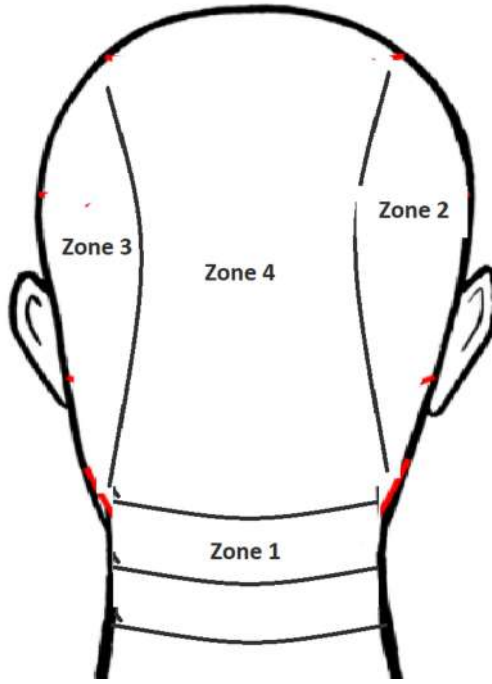
9- اب سر کے درمیان (Zone 1) سے بالوں کو گلیا کر لیں اور چھوٹی چھوٹی لٹوں کو انگلیوں کے درمیان پکڑ کر مطلوبہ لمبائی تک فیٹیج کی مدد سے کاٹنا شروع کریں۔



- 10- بالوں کو مطلوبہ لمبائی تک کاٹنے کے بعد بالوں کو دائیں اور بائیں طرف رُخ بدل بدل کر ایک جیسا کاٹ لیں۔ اس عمل کو بلینڈنگ کہتے ہیں اور حاصل ہونے والے مطلوبہ سٹائل کو Crew Cut کہتے ہیں۔
- 11- اب بالوں کو بلوڈرائز کی مدد سے مطلوبہ سٹائل دے لیں۔
- 12- مطلوبہ نتیجہ حاصل کرنے کے بعد اپرن کو اچھی طرح جھاڑ کر اتار دیں۔

یاد رکھیں!

- Wedge Cut اور Crew Cut تقریباً ایک جیسے ہی ہوتے ہیں۔
- (Zone 1+2+3) کی کٹنگ کا طریقہ Crew Cut جیسا ہی ہوتا ہے۔ صرف (Zone 4) کے بالوں کی لمبائی زیادہ کر دیں تو حاصل ہونے والا سٹائل Wedge Cut کہلاتا ہے اور اگر بالوں کی لٹوں کو چھوٹا کرنا جائے تو حاصل ہونے والا سٹائل Crew Cut کہلاتا ہے۔



بالوں کی Spike Cutting انجام دینا

جائزہ:

اس تدریسی پونٹ کو پڑھنے کے بعد ٹرینی اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ بالوں کی Spike Cutting انجام دے سکیں۔

Spike Cuttings مردوں کی کٹنگ میں کافی مقبول ہے۔ یہ کٹنگ بنیادی طور پر Spike ہیر سٹائل بنانے کیلئے کی جاتی ہے۔ آئیے اس کٹنگ کے کرنے کا طریقہ دیکھتے ہیں۔

Spike Cut کرنے کا طریقہ:

- 1- انڈسٹری کے مقرر کردہ معیار کے مطابق خود کو، کام کرنے کی جگہ کو اور کلائنٹ کو حفظانِ صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کریں۔
- 2- مشاورت کے بعد کلائنٹ کو کام کرنے کی جگہ پر لے جائیں۔
- 3- کلائنٹ کو شیمپو پونٹ پر لے جا کر کلائنٹ کے بالوں کو شیمپو اور ضرورت کے مطابق کنڈیشن کر لیں۔
- 4- بالوں کو کٹنگھی کر کے دو سیکشنز میں تقسیم کر لیں اور سیکشن کلپس کی مدد سے محفوظ کر لیں۔
- 5- اب کٹنگ کرنا شروع کریں۔
- 6- چہرے کے جتنا قریب ہو کر کٹنگ کر سکیں اتنا ہی اچھا ہے۔
- 7- Spike Cut کرنے کیلئے Pointing Cutting Technique استعمال کی جاتی ہے۔ آئیے پہلے یہ دیکھتے ہیں کہ Pointing Cutting Technique ہوتی کیا ہے:

پوائنٹنگ کٹنگ تکنیک Pointing Cutting Technique

اس تکنیک میں بالوں کو انگلیوں میں پکڑ کر اُپر کی سمت میں کٹنگھی کر لی جاتی ہے اور پھر بالوں کو اوپر کی سمت میں رکھتے ہوئے ہی قینچی سے کٹنگ کی جاتی ہے۔ قینچی نوک کا رخ کھوپڑی کی سمت میں رکھا جاتا ہے۔ اس تکنیک سے کی جانے والی کٹنگ کا نتیجہ بہت اچھا نکلتا ہے۔ اس میں بالوں کی کٹنگ پوائنٹس کی چوڑائی اور گہرائی پر منحصر ہوتی ہے۔

یاد رکھیں!

- 8- اب کاٹے گئے بالوں کو Rough look دینے کیلئے Thinning scissor کا استعمال کرتے ہوئے بالوں کے سروں کو کاٹتے جائیں۔
- 9- ب کاٹے گئے بالوں کو کٹنگھی کر لیں اور جیل یا موس لگا کر اوپر کی طرف spikes بنالیں۔
- 10- اب بالوں کو final look دینے کیلئے بالوں پر Hair spray اور بلوڈ رائز کا استعمال کریں۔
- 11- مطلوبہ نتیجہ حاصل کرنے کے بعد اپرن کو اچھی طرح جھاڑ کر اتار دیں۔

Spike Cut لمبے اور چھوٹے دونوں

طرح کے بالوں میں کی جاسکتی ہے۔

یہاں تک کے Spike کا سائز کلائنٹ کی

خواہش کے مطابق چھوٹا یا بڑا رکھا جاسکتا

ہے۔ یہ کٹنگ Fading کے ساتھ ملا کر

بھی کی جاسکتی ہے۔

بالوں کی Cutting Under Cut انجام دینا

جائزہ:

اس تدریسی یونٹ کو پڑھنے کے بعد ٹریننگ اس قابل ہو جائیں گے کہ وہ بالوں کی Under Cut Cuttings انجام دے سکیں۔

Under Cut Cuttings کئی طرح کی ہوتی ہیں۔ ان میں سب سے عام Tapered اور Fading ہوتی ہیں جو کہ مردوں کی کٹنگ میں کافی مقبول ہیں۔ آئیے ان دونوں کٹنگ کے کرنے کا طریقہ دیکھتے ہیں۔

Fading یا Tapered دونوں تھوڑے سے فرق سے تقریباً ایک جیسی ہی ہوتی ہیں۔ ذیل میں دونوں کا طریقہ ایک ہی جگہ بیان کیا جا رہا ہے تاکہ آپ کو دونوں کا بچ معمولی فرق کا بھی اندازہ ہو سکے:

Tapered

Fading

- 1- انڈسٹری کے مقرر کردہ معیار کے مطابق خود کو، کام کرنے کی جگہ کو اور کلائنٹ کو حفظانِ صحت کے اصولوں کے مطابق تیار کریں۔
- 2- مشاورت کے بعد کلائنٹ کو کام کرنے کی جگہ پر لے جائیں۔
- 3- کلائنٹ کو شیمپو یونٹ پر لے جا کر کلائنٹ کے بالوں کو شیمپو اور ضرورت کے مطابق کنڈیشن کر لیں۔
- 4- اب کٹنگ کرنا شروع کریں۔
- 5- چہرے کے جتنا قریب ہو کر کٹنگ کر سکیں اتنا ہی اچھا ہے۔
- 6- سر کے پیچھے اور کنپٹیوں سے سر کے نیچے کی طرف جہاں تک مطلوب ہو Fading کرتے جائیں۔
- 6- بالوں کی لمبائی کو کانوں سے ایک سینٹی میٹر اوپر rough کرتے جائیں۔ گردن کی گدی Nape کے گرد تک بالوں کو چھوٹا چھوٹا کرتے جائیں۔ سب سے نیچے کی layer سب سے چھوٹی اور پھر اوپر کی طرف جاتے ہوئے بالوں کی لمبائی بڑھاتے جائیں۔
- 7- اب بالوں کو بلوڈ رائز کی مدد سے مطلوبہ اسٹائل دے لیں۔
- 8- مطلوبہ نتیجہ حاصل کرنے کے بعد اپرن کو اچھی طرح جھاڑ کر اتار دیں۔
- 7- اب بالوں کو بلوڈ رائز کی مدد سے مطلوبہ اسٹائل دے لیں۔
- 8- مطلوبہ نتیجہ حاصل کرنے کے بعد اپرن کو اچھی طرح جھاڑ کر اتار دیں۔



ماڈیول کا خلاصہ

اس ماڈیول کا بنیادی مقصد وہ مہارت ہے جس کے بعد ٹرینی اس قابل ہو جائے کہ وہ مردوں کی کٹنگ انجام دے سکے اور اس کیلئے استعمال ہونے والے مختلف آلات، پروڈکٹس اور ٹیکنیک سے مکمل واقفیت اور اس کو بروکارا سکے۔ اس ماڈیول میں مردوں کی کٹنگ کے کچھ طریقے بیان کیئے گئے ہیں۔

اکثر پوچھے جانے والے سوالات

سوال نمبر 1- کوئی سی دو Inward Cuttings کے نام بتائیں؟

جواب: Buzz Cut (i)

Crew Cut (ii)

سوال نمبر 2- Spike Cut کتنی لمبائی والے بالوں میں کی جاسکتی ہے؟

جواب: یہ کٹنگ لمبے اور چھوٹے دونوں طرح کے بالوں میں کی جاسکتی ہے۔

سوال نمبر 3- بالوں کو دھوئے وقت مناسب شیپو اور کنڈیشنر کا استعمال کتنا ضروری ہے؟

جواب: اگر مناسب طریقے سے بال نہ دھو لے جائیں تو بالوں میں Oil یا گردہ جائے گی جس کی وجہ سے کٹنگ کرنے میں مشکل پیش آسکتی ہے۔

سوال نمبر 4- کیسے بالوں کو قچی سے کاٹنا چاہیے؟

جواب: بالوں کو قچی سے کاٹنا ہو تو پہلے بالوں کو گھیر کر لیں۔

سوال نمبر 5- کوئی سی دو Under Cut Cuttings کے نام بتائیں؟

جواب: Tapered (i)

Fading (ii)

سوال نمبر 6- بالوں کے بڑھنے کے تین مراحل بیان کریں؟

جواب:

☆ Anagen Phase اینا جین فیز

☆ Catagen Phase کیٹا جین فیز

☆ Telogen Phase ٹیلو جین فیز

خود کو آزمائیں

دیئے گئے بیانات میں سے درست کے سامنے (✓) لگائیں۔ آپ اپنے جوابات کا ماڈیول کے آخر میں دی گئی جوابی فہرست سے موازنہ کر سکتے ہیں۔

1-Fading کن آلات سے کی جاتی ہے۔

ب) قینچی

ا) Hair Trimmer

ج) دونوں سے

2-Pointing Cutting Technique قینچی کس رخ پر رکھ کر کی جاتی ہے؟

ب) کھوپڑی کی طرف رکھ کر

ا) اوپر سے طرف رکھ کر

ج) دائیں بائیں رکھ کر

3-(Zone 4) کے بالوں کی لمبائی زیادہ کر دیں تو حاصل ہونے والا سٹائل کیا کہلاتا ہے؟

ب) Spikes

ا) Fading

ج) Wedge Cut

4-(Zone 4) کے بالوں کی لمبائی کو چھوٹا کرنا جائزے تو حاصل ہونے والا سٹائل کیا کہلاتا ہے؟

ب) Spikes

ا) Crew Cut

ج) Wedge Cut

5-کیٹا جین فیئر Catagen Phase کتنے دن جاری رہتا ہے؟

ب) 10 دن

ا) 12 دن

ج) 11 دن

درست جوابات

سوال نمبر	درست جواب
1	ج
2	ب
3	ج
4	ا
5	ب

نیشنل ووکیشنل اینڈ ٹیکنیکل ٹریننگ کمیشن (نیوٹیک)

پلاٹ 38، کیرتھ روڈ، سیکٹر H-9/4، اسلام آباد، پاکستان

+92 51 9044 322

+92 51 9044 322

info@navttc.org

www.navttc.org