સૌન્દર્ય અને સુખાકારી

(Beauty and Wellness)

જોબ રોલ:

સૌંદર્ય ઉપચારક(બ્યુટી થેરાપિસ્ટ)

(યોગ્યતા પેક સંદર્ભ આઈડી (ID) બીડબ્લ્યુએસ / ક્યુ 0102 (BWS/Q 0102))

વિદ્યાર્થી કાર્ય પુસ્તિકા

વર્ગ 12

પં. સું. શ. કેન્દ્રીય વ્યાવસાયિક શિક્ષણ સંસ્થાન

(ભારત સરકારના માનવ સંસાધન વિકાસ મંત્રાલય હેઠળ એનસીઇઆરટીનું ઘટક એકમ)

શ્યામલા હિલ્સ, ભોપાલ – 462013, મ.પ્ર. ભારત

http://www.psscive.ac.in

સૌન્દર્ય અને સુખાકારી (Beauty and Wellness)

જોબ રોલ: બ્યુટી થેરાપિસ્ટ

(યોગ્યતા પેક સંદર્ભ આઈડી (ID) બીડબ્લ્યુએસ / ક્યુ 0102 (BWS/Q 0102))

વિદ્યાર્થી કાર્ય પુસ્તિકા

વર્ગ 12

विद्यया ऽमृतमश्नुते

एन सी ई आर टी
NCERT

પં. સું. શ. કેન્દ્રીય વ્યાવસાયિક શિક્ષણ સંસ્થાન

ભોપાલ

પ્રથમ આવૃત્તિ

જુલાઈ, 2017

પીડી.......

© રાષ્ટ્રીય શૈક્ષણિક સંશોધન અને તાલીમ પરિષદ, 2017

સર્વાધિકાર સુરક્ષિત 2017

- પ્રકાશકની પૂર્વ પરવાનગી વિના, આ પ્રકાશનનો કોઈ ભાગ કોઈપણ સ્વરૂપમાં અથવા કોઈપણ માધ્યમથી, ઈલેક્ટ્રોનિક, મિકેનિકલ, ફોટોકોપી, રેકોર્ડિંગ અથવા અન્યથા, પુનઃપ્રાપ્તિ પ્રણાલીમાં સંગ્રહિત અથવા પ્રસારિત કરી શકાશે નહીં.
- આ પુસ્તક એ શરતને આધીન પ્રદાન કરવામાં આવે છે કે તેનો ઉપયોગ પ્રકાશકની સંમતિ વિના વેપાર, ભાડે, પુનર્વેચાણ અથવા અન્યથા માટે કરવામાં આવશે નહીં. જો આ તે બાઈન્ડીંગ અથવા કવરના સ્વરૂપમાં હોય જેમાં તે પ્રકાશિત કરવામાં આવ્યું છે.
- આ પ્રકાશનની સાચી કિંમત આ પૃષ્ઠ પર છપાયેલી કિંમત છે. રબર સીલ કે સ્ટીકર દ્વારા અથવા અન્ય કોઈપણ માધ્યમ દ્વારા કોઈપણ કિંમતમાં ફેરફાર કરવો ખોટું છે અને તેને સ્વીકાર કરવામાં આવશે નહિ.

પ્રકાશન દળ

પ્રમુખ, પ્રકાશન વિભાગ

મુખ્ય સંપાદક

ચીફ બિઝનેસ મેનેજર

મુખ્ય ઉત્પાદન અધિકારી (ઈન્ચાર્જ)

સંપાદક

ઉત્પાદન અધિકારી

પ્રસ્તાવના

ઋષીકેશ સેનાપતિ

દિગ્દર્શક

રાષ્ટ્રીય શૈક્ષણિક સંશોધન અને તાલીમ પરિષદ

નવી દિલ્હી

જુલાઈ, 2017

પ્રસ્તાવના

Will be provided after the approval from the Joint Director

રાજેશ પી. ખંભાયત

સંયુક્ત નિર્દેશક

પં. સું. શ. કેન્દ્રીય વ્યાવસાયિક શિક્ષણ સંસ્થાન

નવી દિલ્હી

જુલાઈ, 2017

પાઠ્યપુસ્તક વિકાસ સમિતિ

પાઠ્યપુસ્તક માટે અધ્યક્ષ, સલાહકાર સમૂહ

શ્રીમતી વંદના લુથરા, અધ્યક્ષ/સ્થાપક, સૌંદર્ય અને સુખાકારી ક્ષેત્ર કૌશલ્ય પરિષદ VLCC, ગુરુગ્રામ, હરિયાણા

મુખ્ય સલાહકાર

ડો. બ્લોસમ કોચર, અધ્યક્ષ, નેશનલ હેર એન્ડ બ્યુટી એસોસિએશન, દિલ્હી

સભ્ય

સુશ્રી અન્નુ વાધવા, સીઈઓ, બ્યુટી એન્ડ વેલનેસ સેક્ટર સ્કીલ કાઉન્સિલ, ગુરુગ્રામ, હરિયાણા

સુશ્રી પ્રતિભા દુસાજ, પ્રમુખ, ધોરણો અને ગુણવત્તા ચકાસણી, બેન્ડ WSSC, ગુરુગ્રામ હરિયાણા

સુશ્રી સોહિની ગુહા, પ્રબંધક, ધોરણો અને ગુણવત્તા ચકાસણી, બેન્ડ WSSC, ગુરુગ્રામ હરિયાણા

ડો. સંગીતા ચૌહાણ, અધ્યક્ષ, ઓલ ઈન્ડિયા હેર એન્ડ બ્યુટી એસોસિએશન, દિલ્હી

કુ. ગુરપ્રીત સેબલ, માલિક, ગુરપ્રીત, નેલ સપા બાય ગુરપ્રીત, મુંબઈ

શ્રી વિક્રમ ભટ્ટ, નિર્દેશક એનરિચ સેલોન એન્ડ એકેડમી, અમદાવાદ, ગુજરાત

સુશ્રી માયા પરાંજપે, ટ્રસ્ટી, એસોસિએશન ઓફ બ્યુટી થેરાપી એન્ડ કોસ્મેટોલોજી, મુંબઈ

શ્રીમતી આરતી અમરેન્દ્ર, નિર્દેશક, આરતી સલૂન, ચેન્નઈ

સુશ્રી જોબન મણિ, ડિરેક્ટર NEL પ્રો. દિલ્હી

સુશ્રી વૈજયંતી બાલચંદ્રન, સ્થાપક, રેડ આર સલોન YLG, કરમગલા, બેંગલોર, કર્ણાટક

સુશ્રી ભારતી તનેજા, સ્થાપક આલ્પ્સ કોસ્મેટિક ક્લિનિક, નવી દિલ્હી

સુશ્રી વૈશાલી શાહ, શૈક્ષણિક વડા LTA સ્કૂલ ઓફ બ્યુટી, ભોપાલ

સભ્ય-સંયોજક

ડૉ. વિનય સ્વરૂપ મેહરોત્રા, અભ્યાસક્રમ વિકાસ અને મૂલ્યાંકન કેન્દ્રના પ્રોફેસર અને પ્રમુખ અને NSQF સેલ પં. સું. શ. કેન્દ્રીય વ્યાવસાયિક શિક્ષણ સંસ્થાન, ભોપાલ – 462013

આભાર

પં. સું. શ. કેન્દ્રીય વ્યાવસાયિક શિક્ષણ સંસ્થાન (PSSCIPE) ની ટીમ વતી માધ્યમિક શિક્ષા અભિયાન (RMSA)ના પરિયોજના અનુમોદન બોર્ડ(PAB)ના સભ્યો અને ભારત સરકારના માનવ સંસાધન વિકાસ મંત્રાલય (MHRD) પ્રતિ અમે આભાર વ્યક્ત કરીએ છીએ, જેમના તરફથી અધ્યયન નિષ્પત્તિ આધારિત અભ્યાસક્રમોના વિકાસ માટે પ્રોજેક્ટને નાણાકીય સહાય પૂરી પાડવામાં આવી છે.

અમે નિર્દેશક, નેશનલ કાઉન્સિલ ઓફ એજ્યુકેશનલ રિસર્ચ એન્ડ ટ્રેનિંગ દ્વારા મળેલ સમર્થન અને માર્ગદર્શન માટે તેમના આભારી છીએ. અમે RMSA, MHRD, RMSA સેલ, નેશનલ કાઉન્સિલ ઓફ એજ્યુકેશનલ રિસર્ચ એન્ડ ટ્રેનિંગ (NCERT), નેશનલ સ્કિલ ડેવલપમેન્ટ એજન્સી (NSDA), નેશનલ સ્કિલ ડેવલપમેન્ટ કોર્પોરેશન (NSDC) અને એગ્રીકલ્ચર સ્કિલ કાઉન્સિલ ઓફ ઈન્ડિયા (ASCI) એ પોતાના સહયોગીઓ દ્વારા આપેલ શૈક્ષણિક સમર્થન તથા સહયોગ માટે તેમના પણ આભારી છીએ.

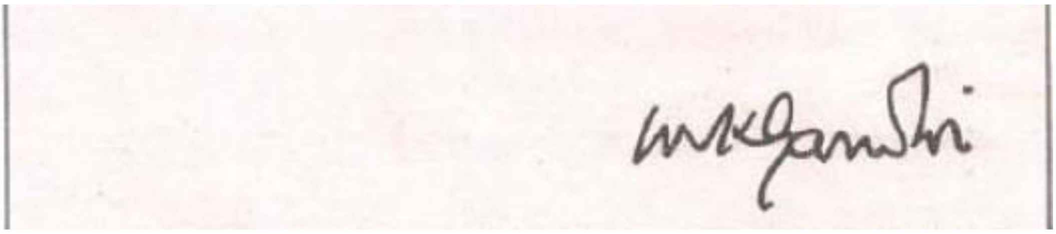
આ વિદ્યાર્થી પાઠ્યપુસ્તકના વિકાસમાં તેમના અથાક પ્રયત્નો અને યોગદાન બદલ અમે અભ્યાસક્રમ સંયોજક વિનય સ્વરૂપ મેહરોત્રાના આભારી છીએ.

ગાંધીજીનું તાવીજ

હું તમને એક તાવીજ આપીશ. જ્યારે પણ તમે સંદેહમાં હોવ અથવા જ્યારે નીચેની કસોટી પોતાના માટે વધુ પડતી થઈ જાય છે: તમે, લાગુ કરો

સૌથી ગરીબ અને નબળા માણસનો ચહેરો યાદ કરો જેને તમે જોયો હોય અને તમારી જાતને પૂછો કે તમે જે પગલું લેવાનું વિચારી રહ્યા છો તે તેના માટે કોઈ કામનું છે કે કેમ? શું તે તેનાથી કંઈ મેળવશે? શું તે તેને તેના પોતાના જીવન અને ભાવી પર નિયંત્રણની સ્થિતિમાં પુનઃસ્થાપિત કરશે? બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો, શું તે ભૂખ્યા અને આધ્યાત્મિક રીતે ભૂખે મરતા લાખો લોકો માટે સ્વરાજ તરફ દોરી જશે?

પછી તમે તમારી શંકાઓ અને તમારી જાત ઓગળતી જોશો.



અભ્યાસક્રમની ઝાંખી

સૌંદર્ય ચિકિત્સક એ એક વ્યવસાયિક રીતે પ્રશિક્ષિત વ્યક્તિ છે જે ચહેરા અને શરીર બંને માટે સૌંદર્ય સેવાઓમાં નિષ્ણાત છે. સૌંદર્ય ચિકિત્સક ત્વચા સંભાળ, મેકઅપ લગાવવા, અનિચ્છનીય વાળ દૂર કરવા, હાથ તથા નખની સાજસંભાળ અને પેડિક્યોર સેવાઓ જેવા વિવિધ કાર્યો કરે છે. સૌંદર્ય ચિકિત્સકો આરોગ્ય, સલામતી અને સ્વચ્છતા, સૌંદર્ય ઉત્પાદનો અને સૌંદર્ય સેવાઓની શ્રેણી વિશે જાણકાર હોવા જોઈએ.

અભ્યાસક્રમના પરિણામો: અભ્યાસક્રમ પૂરો થયા પછી, વિદ્યાર્થીઓ આના માટે સક્ષમ હોવા જોઈએ:

- ત્વચાના પ્રકારની સાચી ઓળખ કરવી;
- ત્વચાના ટોન અથવા અંડરટોનને વ્યાખ્યાયિત કરવા;
- મેક-અપના વિવિધ ઉત્પાદનોની વિશેષતાઓનું વર્ણન કરવું;
- મેક-અપના વિવિધ ઉત્પાદનોને ઓળખવા;
- મેકઅપ ઉત્પાદનોને યોગ્ય રીતે લગાવવા;
- મેકઅપમાં કલર વ્હીલના મહત્વની વ્યાખ્યા કરવી;
- હ્યૂ, ટિંટ, શેડ, ટોન, પૂરક રંગ, વોર્મ કલર, સમાન રંગ અને ઠંડો અથવા શાંત રંગ જેવા શબ્દોને વ્યાખ્યાયિત કરવા,
- ત્વચાના ટોન ઓળખવા માટે પરીક્ષણો હાથ ધરવા;
- મેકઅપ દૂર કરવાની વિવિધ પદ્ધતિઓનું વર્ણન કરવું,
- ચહેરાના વરાળ લેવા (ફેશિયલ સ્ટીમીંગ)નું મહત્વ સમજાવવું,
- વરાળ લેવાના ફાયદાઓની સૂચિ;
- ડીપ ક્લીન્ઝીંગ (ઊંડી સફાઈ) માટે યોગ્ય વિદ્યુત બ્રશનો ઉપયોગ કરવો
- ગેલ્વેનિક ઇલેક્ટ્રો-ફેસિયલ સ્કીન ટ્રીટમેન્ટ કરવી,
- લીમ્ફેટીક ડ્રેનેજ મશીનનો ઉપયોગ કરવો;
- અલ્ટ્રાસોનિક એક્સ્ફોલિયેશન કરવું;
- વ્યક્તિગત તૈયારીના મહત્વનો ઉલ્લેખ કરવો,
- રિસેપ્શનિસ્ટની જવાબદારીઓનો ઉલ્લેખ કરીને,
- ક્લાયન્ટ સાથે એપોઇન્ટમેન્ટ શેડ્યૂલ નક્કી કરવું,

- સલૂનના ધોરણો મુજબ રીસેપ્શન એરિયાની જાળવણી,
- ચુકવણીની વિવિધ પદ્ધતિઓનો ઉલ્લેખ કરવો,
- નાણાકીય વ્યવહારોને અસરકારક રીતે હેન્ડલ કરવા, અને
- કાર્યસ્થળ પર સકારાત્મક પ્રભાવ સર્જવો.

અભ્યાસક્રમની આવશ્યકતાઓ: વિદ્યાર્થીને વિજ્ઞાનનું મૂળભૂત જ્ઞાન હોવું જોઈએ.

અભ્યાસક્રમનું સ્તર: આ પ્રારંભિક સ્તરનો અભ્યાસક્રમ છે.

અભ્યાસક્રમનો સમયગાળો: 400 કલાક

વર્ગ 11 : 200 કલાક

વર્ગ 12 : 200 કલાક

કુલ: 400 કલાક

એકમોની યોજના

આ કોર્સ બ્યુટી થેરાપિસ્ટની નોકરીની ભૂમિકા અંગેની સૂચનાઓનો આયોજિત અનુક્રમ છે જેમાં સામાન્ય શિક્ષણના વિષયો સાથે વ્યાવસાયિક વિષય માટે ધોરણ 12 ના વિદ્યાર્થીઓની રોજગારી અને વ્યાવસાયિક ક્ષમતાઓના વિકાસ માટેના એકમોનો સમાવેશ થાય છે. ધોરણ 12 માટે કલાકો અને માર્કસનું યુનિટ મુજબનું વિતરણ નીચે મુજબ છે:

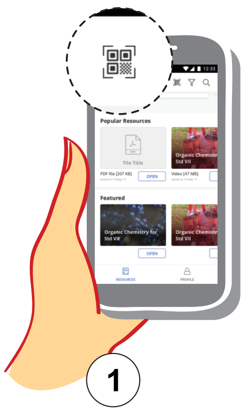
વર્ગ 12			
	એકમો	થિયરી અને પ્રેક્ટિકલ માટેના કલાકોની સંખ્યા 200	થિયરી અને પ્રેક્ટિકલ માટે મહત્તમ ગુણ 100
ભાગ ક	રોજગાર કૌશલ્ય		
	એકમ 1: મહીતીસંચારનું કૌશલ્ય	20	10
	એકમ 2: સ્વ-વ્યવસ્થાપન કૌશલ્ય	10	
	એકમ 3: માહિતી અને સંચાર ટેકનોલોજી કૌશલ્ય	20	
	એકમ 4 ઉદ્યોગસાહસિક કૌશલ્ય	15	
	એકમ 5: હરિત કૌશલ્ય	10	
	કુલ	75	10
ભાગ ખ	વ્યવસાયિક કૌશલ્ય		
	એકમ 1: મેકઅપ સેવાઓ	60	30
	યુનિટ 2 : ચહેરાના સૌન્દર્યની સેવાઓ	60	
	યુનિટ 3 : સલૂન રિસેપ્શન ડ્યુટી	20	
	એકમ 4: કાર્યસ્થળ પર સકારાત્મક અસર સર્જવી	20	
	કુલ	160	30

ભાગ ગ	પ્રેક્ટીકલ કાર્ય		
	પ્રેક્ટીકલ પરીક્ષા	06	15
	લેખિત પરીક્ષા	01	10
	મૌખિક પરીક્ષા	03	10
	કુલ	10	35
ભાગ ઘ	પ્રોજેક્ટ કાર્ય/ફિલ્ડ વિઝીટ		
	પ્રેક્ટીકલ ફાઈલ/વિદ્યાર્થીનું પોર્ટફોલિયો	10	10
	મૌખિક પરીક્ષા	05	05
	કુલ	15	15
ભાગ ડ	સતત અને વ્યાપક મૂલ્યાંકન (સીસીઈ)		
	કુલ	05	10
	મહાયોગ	265	100

DIKSHA	DIKSHA APP કેવી રીતે ડાઉનલોડ કરશો?
	OPTION 1: આપના મોબાઈલના બ્રાઉઝર પર diksha.gov.in/app ટાઈપ કરો. OPTION 2: ગૂગલ પ્લે-સ્ટોર પર DIKSHA NCTE શોધો અને ડાઉનલોડ બટન દબાવો.

QR કોડનો ઉપયોગ કરીને મોબાઈલ પર ડિજિટલ સામગ્રી કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરવી?

DIKSHA App ચાલુ કરો | App ની સૂચનાનો સ્વીકાર કરો | યોગ્ય user profile પસંદ કરો

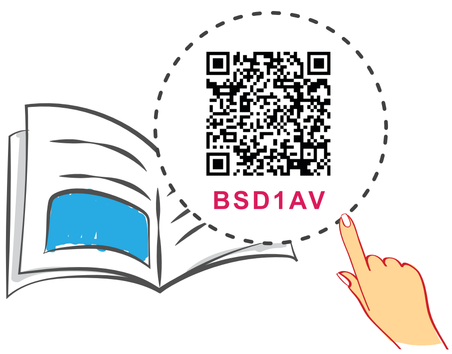


પુસ્તકમાં QR કોડને સ્કેન કરવા માટે QR કોડ આઈકનને દબાવો

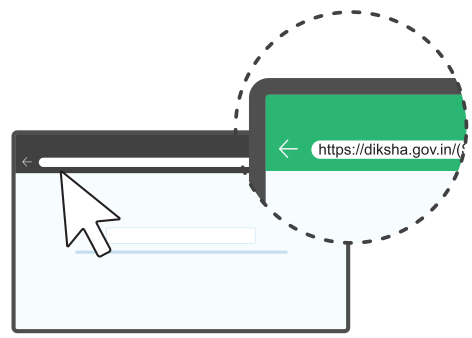
મોબાઈલ કેમેરાને QR કોડ પર કેન્દ્રિત કરો

સ્કેન થયા બાદ સ્ક્રિન પર QR કોડથી લિંક કરેલી સામગ્રીની સૂચિ રજૂ થાય છે

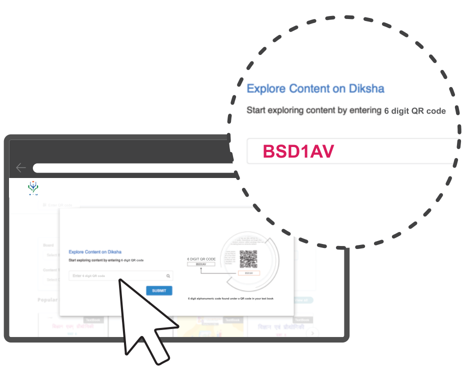
ડેસ્કટૉપ પર ડાયલ કોડનો ઉપયોગ કરીને ડિજિટલ સામગ્રી કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરવી?



1 QR કોડ નીચે 6 અંકોનો કોડ હશે



2 "diksha.gov.in/gj/get" આપના બ્રાઉઝર પર ટાઈપ કરો



3 સર્ચબારમાં 6 અંકોનો QR કોડ લખો

4 ઉપલબ્ધ સામગ્રીની સૂચિ જુઓ અને કોઈ પણ નવી સામગ્રી પર ક્લિક કરો

વિષય સૂચી

N9G5M3

આમુખ	
પ્રસ્તાવના	
આભાર	
એકમ 1: મેકઅપની સેવાઓ	
સેશન 1: ત્વચાના મૂળ પ્રકાર અને સ્કીન ટોન્સ	
સેશન 2: મેકઅપના ઉત્પાદનો	
સેશન 3: ચહેરાની વિશેષતાઓ પર ભાર મૂકવા માટે યોગ્ય મેકઅપ ઉત્પાદનો પસંદ કરવા અને તેનો ઉપયોગ કરવો	
સેશન 4: કલર વ્હીલ	
સેશન 5: બીન્દીની મૂળ ડીઝાઇન	
સેશન 6: ડ્રેપીંગ	
સેશન 7: મેકઅપ દૂર કરવની રીતો	
એકમ 2: ફેશિયલ બ્યુટીની સેવાઓ	
સેશન 1: ફેશિયલ સ્ટીમર	
સેશન 2: ઇલેક્ટ્રો ફેશિયલ સ્કીન ઉપચાર (ટ્રીટમેન્ટ)	
એકમ 3: સલૂનના રીસેપ્શનની જવાબદારીઓ	
સેશન 1: ગ્રાહકની સંભાળ	
સેશન 2: સ્વાગત ક્ષેત્રની (રીસેપ્શન એરિયા) દેખરેખ	
સેશન 3: ચુકવણીની પ્રક્રિયા	
એકમ 4: કાર્યસ્થળ પર સકારાત્મક ભાવ પેદા કરવો	
સેશન 1: કાર્યસ્થળ પર સકારાત્મક ભાવ બનાવવો	
સેશન 2: વ્યક્તિગત રીતે તૈયાર હોવું	

ક્ષેત્ર : સૌંદર્ય અને સંભાળ
કાર્ય ભૂમિકા: સૌંદર્ય ઉપચારક(બ્યુટી થેરાપિસ્ટ)

એકમ 1 : મેકઅપ સેવાઓ

એકમ 1 : મેકઅપ સેવાઓ

T7R2Z3

અધ્યયન નિષ્પત્તિ

આ એકમ પૂર્ણ થતા વિદ્યાર્થી નીચે આપેલ બાબતો માટે સક્ષમ થશે:

- ચામડી(ત્વચા)ના પ્રકારોની સાચી ઓળખ કરવી;
- 'સ્કીન ટોન' અને 'અંડરટોન' વિશે જણાવવું;
- મેકઅપ માટે જરૂરી વિવિધ ઉત્પાદનોની યાદી બનાવવી;
- ત્વચાના પ્રકાર અને ગ્રાહકની આવશ્યકતાના આધારે યોગ્ય ઉત્પાદનોની પસંદગી કરવી;
- ફાઉન્ડેશન, કન્સીલર, ફેઈસ પાવડર, બ્લશર, હાઈલાઈટર, શેડર ,આઈ શેડો, આઈ લાઈનર અને લિપસ્ટિક લગાવવી;
- કલર વ્હીલ(રંગચક્ર)ના મહત્વની વ્યાખ્યા કરવી અને મેકઅપમાં તેનું મહત્વ જણાવવું;
- પ્રાથમિક primary રંગો, દ્વિતીય secondary રંગો અને તૃતીય tertiary રંગો વચ્ચે તફાવત કરી શકવો,
- ત્વચાના અંડરટોનની ઓળખ કરવા માટે પરીક્ષણ કરવું;
- સામાન્ય રીતે ઉપયોગમાં લેવાતી અમુક ચાંદલા(બિંદી)ની ડીઝાઈનની ઓળખ કરવી તથા
- મેકઅપ દૂર કરવાની વિવિધ રીતોનો ઉપયોગ કરવો.

પરિચય

ભારતમાં સૌન્દર્ય અને કલ્યાણ ઉદ્યોગને નવો કહી શકાય, છતાં પણ હવે લોકોમાં પોતાના સ્વાસ્થ્ય અને સંભાળ બાબતે જાગૃતતા વધી રહી છે. દેશમાં સૌન્દર્ય અને વ્યક્તિગત સંભાળનો ઉદ્યોગ વધી રહ્યો છે, પુરુષો અને સ્ત્રીઓ બંનેમાં સ્ટાઈલીશ દેખાવા અને સારું લાગવાની વધતી ઈચ્છા આ માટે અભિનંદનને પાત્ર છે.

કેપીએમજી દ્વારા આ વર્ષે એપ્રિલમાં જાહેર થયેલ વેલનેસ ક્ષેત્રના એક રિપોર્ટમાં અનુમાન લગાવવામાં આવ્યું હતું કે ભારતના બ્યુટી એન્ડ વેલનેસ માર્કેટનો આકાર 2012/13માં 41,224 કરોડ રૂપિયાથી 2017/18 સુધી લગભગ બે ગણો થઈને 80,370 કરોડ થઇ જશે.

બ્યુટી થેરાપિસ્ટ પ્રોડક્ટની એક શૃંખલાનો ઉપયોગ કરીને ચહેરાની વિશેષતાઓને વધારવા માટે વિવિધ ત્વચા સંભાળ અને મેકઅપ સેવાઓ પ્રદાન કરે છે. મેકઅપ સેવાઓ ગ્રાહકની આવશ્યકતા અને ત્વચાના પ્રકારને અનુરૂપ હોવી જોઈએ. ત્વચાને મોટે ભાગે સામાન્ય ત્વચા, શુષ્ક ત્વચા, સંવેદનશીલ ત્વચા, પરિપક્વ ત્વચા, તૈલીય ત્વચા અને મિશ્રિત ત્વચાના રૂપે વર્ગીકરણ કરી શકાય છે.

બ્યુટી થેરાપિસ્ટને વિવિધ પ્રકારના પ્રોડક્ટ્સ અને સૌથી લોકપ્રિય બ્રાન્ડસ્ વિશે પણ જાણ હોવી જોઈએ. ઈચ્છિત પરિણામ મેળવવા માટે પ્રોડક્ટ્સને એક વિશેષ ક્રમમાં રાખવાના છે.

એક મેકઅપ આર્ટિસ્ટે સ્કીન ટોન અને કોમ્પલેકશન પર યોગ્ય/યોગ્યરંગની સલાહ દેવાની હોય છે. તેથી આ સમજવું જરૂરી છે કે કલર વ્હીલ (રંગચક્ર) કઈ રીતે કાર્ય કરે છે.

આ એકમમાં નિમ્નલિખિત વિષયોનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે:

- ત્વચાના મૂળભૂત પ્રકાર અને સ્કીન ટોન
- વિવિધ મેકઅપ પ્રોડક્ટ્સ
- ચહેરાની વિશેષતાઓને વધારવા માટે યોગ્ય મેકઅપ પ્રોડક્ટ કેવી રીતે પસંદ કરવો અને ઉપયોગ કરવો
- બિંદી (ચાંદલા)ની વિવિધ ડીઝાઈન
- ડ્રેપિંગ પ્રવિધિ
- મેકઅપ દૂર કરવાની પદ્ધતિઓ

સેશન-1 ત્વચાના મૂળ પ્રકાર અને સ્કીન ટોન્સ

અધ્યયન નિષ્પત્તિ

આ એકમના પૂર્ણ થતા વિદ્યાર્થી નીચેના કાર્ય કરવા સક્ષમ થશે:

- વિવિધ પ્રકારની ત્વચાની યાદી બનાવવી;
- વિવિધ પ્રકારની ત્વચાની વ્યાખ્યા કરવી;
- ત્વચાના પ્રકારોની યોગ્ય ઓળખ કરવી તથા
- ‘સ્કીન ટોન’ અને ‘અંડરટોન’નું વર્ણન કરવું.

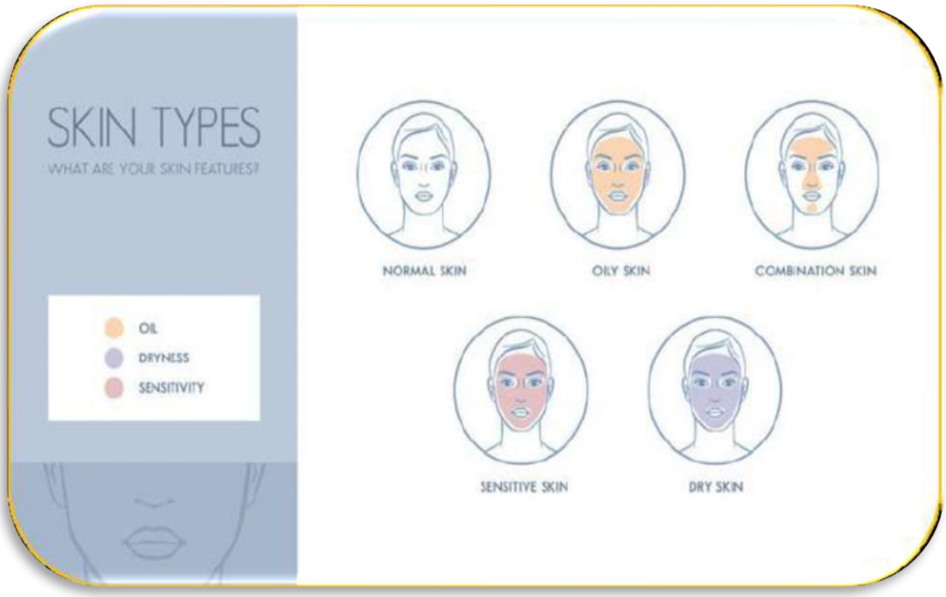
બુનિયાદી(મૂળભૂત) ત્વચાના પ્રકાર

એક બ્યુટી થેરાપિસ્ટને પ્રભાવી ત્વચા સંભાળ સેવાઓ આપવા માટે બુનિયાદી ત્વચાના પ્રકારો વિશે જાણ હોવી જોઈએ. ત્વચાના સામાન્ય પ્રકાર નિમ્નલિખિત છે:

- સામાન્ય ત્વચા

- શુષ્ક ત્વચા
- એલર્જી અને સંવેદનશીલ ત્વચા
- પરિપક્વ ત્વચા
- સંવેદનશીલ ત્વચા
- તૈલીય ત્વચા
- મિશ્રિત ત્વચા

સામાન્ય ત્વચા	શુષ્ક ત્વચા
- સામાન્ય રીતે ત્વચાનું પી.એચ. 5.5 થી 5.8 ની વચ્ચે હોય છે. - આવી ત્વચા બહુ જ ઓછી જોવા મળે છે. - આ ત્વચા શુષ્ક અને તૈલીય ત્વચાની વચ્ચે સંતુલન છે. - સામાન્ય ત્વચા મુલાયમ અને કોમળ હોય છે અને તેમાં સ્વસ્થ ચમક હોય છે. - ત્વચામાં એક પારદર્શક ચમક હોય છે. - ચહેરા પર તેલ અને પાણીનું સંતુલન.	- શુષ્ક ત્વચા વસામય(ચરબીયુક્ત) ગ્રંથિઓથી લ્યુબ્રીકેશનની ખામીને કારણે થાય છે. - સુકી ત્વચાની ઓળખ આખો અને મોની આસપાસની બારીક રેખાઓથી કરી શકાય છે. - ઉમર સાથે ત્વચા ધીરે ધીરે પોતાની લચક(કોમળતા) ગુમાવી દે છે. - સમગ્ર મો પીળું અને સ્તરીય દેખાવા લાગે છે.
એલર્જીવાળી અને સંવેદનશીલ ત્વચા	**તૈલીય ત્વચા**
- ઠંડી, ગરમી અને હવા પ્રત્યે ખૂબ સંવેદનશીલ. - તૂટેલ કોષિકાઓના કારણે ત્વચા એલર્જી અને સંવેદનશીલ થઇ જાય છે અને તેના પરિણામ સ્વરૂપ ઘાટા ડાઘ(ધાબા)ની વચ્ચેથી ચકામા દેખાય છે અથવા તેમાં બળતરા થાય છે.	- આ પ્રકારની ત્વચા અન્ય પ્રકારની ત્વચાની તુલનામાં વધુ જાડી અને ખરબચડી હોય છે. - તેમાં ખુલ્લા રોમ છિદ્રો, પિમ્પલ્સ (ખીલ), બ્લેક હેડ્સ, પપલ્સ અને પસ્ટયુલ(ફોલ્લી) વિકસિત થવાની પ્રવૃત્તિ(ક્રિયા) થાય છે. - તૈલીય ત્વચા નાક અને દાઢીની આસપાસ જોવા મળે છે. - તૈલીય ત્વચા વસામય ગ્રંથિઓના બંધ થવાના કારણે થાય છે , જેના લીધે લોહીનું પરિભ્રમણ ધીમું થઇ જાય છે. - સંપૂર્ણ ચહેરા પર ચમક આવી જાય છે અને ખરાબ દેખાય છે.
પરિપક્વ ત્વચા	**મિશ્રિત ત્વચા**
- આ દેખાવમાં ઘણી હદ સુધી શુષ્ક ત્વચા જેવી હોય છે. - સૂકી, બળેલ(દાજેલ), અને નિર્જલિત દેખાય છે. - ત્વચા ઊંડી સ્તરીય અને ઢીલી હોય છે.	- આ પ્રકારની ત્વચા બહુ સામાન્ય હોય છે. - તેને વચ્ચેના તૈલીય પેનલ અથવા છિદ્રો અને આછા તેલની સાથે ટી-ઝોન દ્વારા ઓળખી શકાય છે. - ટી-ઝોન ઉપર ખીલ અને ગાલ પર સ્તરીયપણું.



ત્વચાના પ્રકાર

બેઝિક સ્કીન ટોન

'સ્કીન ટોન' જેને 'અંડરટોન' પણ કહેવાય છે. તેનાથી ત્વચાના શેડનું વર્ણન કરવામાં આવે છે. આ ત્વચાના રંગથી અલગ છે. ત્વચાનો રંગ આછો, મધ્યમ અને ઘાટો હોય શકે છે.

મૌસમની સ્થિતિ અથવા વિવિધ જળવાયું પરિસ્થિતિઓના સંપર્ક હોવા છતાં પણ 'અંડરટોન' તે જ રહેશે. સ્કીન ટોનથી યોગ્ય લિપસ્ટિકના રંગ અને અન્ય રંગોની પસંદગી કરવામાં મદદ મળશે જે મેકઅપ માટે સૌથી યોગ્ય છે.

સ્કીન કોમ્પ્લેકશન

આપની પ્રગતિ ચકાસો.

1. સામાન્ય પ્રકારની ત્વચાના નામ જણાવો.

2. સૌથી યોગ્ય જવાબ પસંદ કરો

ક. સામાન્ય ત્વચાનું પી.એચ. હોય છે.

i. 7.5 થી 8.5

ii. 5.5 થી 5.8

iii. 6.5 થી 5.5

iv. 3.5 થી 4.5

(ખ) શુષ્ક ત્વચાનું પરિણામ છે

i. વધુ લુબ્રીકેશન

ii. લુબ્રીકેશનની ઉણપ

iii. (1) અને (2) બંને

iv. આમાંથી એક પણ નહિ

ગ. ક્યાં પ્રકારની ત્વચા જાડી અને ખરબચડી હોય છે?

i. સામાન્ય ત્વચા

ii. શુષ્ક ત્વચા

iii. તૈલીય ત્વચા

iv. એલર્જીવાળી ત્વચા

ઘ. રોમ છિદ્રો (પોર)માં જમા થયેલ બધી અશુદ્ધિઓને દૂર કરવાની પ્રક્રિયાને કહેવાય છે.

i. ડેપિલેશન

ii. કલીન્ઝિંગ

iii. મોઈશ્ચરાઈઝર

iv. આમાંથી એક પણ નહિ

o ....ત્વચાને રિફ્રેશ અને ઠંડી કરવા લગાવવામાં આવે છે.

i. ટોનર

ii. ક્લીન્ઝર

iii. મોઈશ્ચરાઈઝર

iv. આમાંથી એક પણ નહિ

S3E6U2

સેશન 2 : મેકઅપના પ્રોડક્ટ્સ

અધ્યયન નિષ્પત્તિ

આ એકમના પૂર્ણ થતા વિદ્યાર્થી નીચેના કાર્ય કરવા સક્ષમ થશે:

- મેકઅપ માટે આવશ્યક વિવિધ પ્રોડક્ટ્સની યાદી બનાવવી.
- વિવિધ પ્રકારના ફાઉન્ડેશનની ઓળખ કરવી અને તેની વિશેષતાઓની વ્યાખ્યા કરવી.
- બ્લશર, શેડર અને હાઈલાઈટરની આવશ્યકતા સમજાવવી;
- મસકારાનો ઉપયોગ કરવાનો ઉદ્દેશ્ય જણાવવો;
- વિવિધ પ્રકારના આઈ શેડોની યાદી બનાવવી; તથા

- વિવિધ પ્રકારના આઈ લાઈનર્સને ઓળખવા અને તેની વિશેષતાઓનો ઉલ્લેખ કરવો.

પરિચય

બ્યુટી થેરાપિસ્ટ ગ્રાહકની જરૂરતો મુજબ મેકઅપ સેવા પ્રદાન કરવા માટે વિવિધ પ્રોડક્ટ્સનો ઉપયોગ કરે છે. સામાન્ય રીતે ઉપયોગમાં લેવાતા અમુક મેકઅપ પ્રોડક્ટ્સ છે:

1. ફાઉન્ડેશન
2. બ્લશર
3. મસકારા
4. આઈ શેડો
5. આઈ લાઈનર

મેકઅપ પ્રોડક્ટ્સ

ફાઉન્ડેશન

કોમળ અને એક સમાન રંગ મેળવવા માટે ફાઉન્ડેશન લગાડવામાં આવે છે. ફાઉન્ડે શનને આંખોના મેકઅપ, ગાલ અથવા હોઠ પર લગાવી શકાય છે. યોગ્ય શેડેડ ફાઉન્ડેશન ચહેરા પર અલગથી દેખાશે નહિ.

ક્રીમ ફાઉન્ડેશન

એક બ્યુટી થેરાપિસ્ટ માટે ફાઉન્ડેશનનો યોગ્ય પ્રકાર પસંદ કરવો આવશ્યક હોય છે. જેથી તે મેકઅપ સાથે સરસ રીતે ચાલી શકે(યોગ્ય લાગે).

ફાઉન્ડેશનના પ્રકાર
1. લિક્વિડ (ક્રીમ) ફાઉન્ડેશન
2. ટીંટેડ મોઈશ્ચરાઈઝર
3. તેલ આધારિત ફાઉન્ડેશન
4.શિયર ફાઉન્ડેશન
5. મેટ અથવા ઓઈલ ફ્રી ફાઉન્ડેશન
6. મૂસ અથવા વ્હીપ્ડ ફાઉન્ડેશન
7. સ્ટિક ફાઉન્ડેશન
8.પાવડર અથવા કોમ્પેક્ટ ફાઉન્ડેશન
9. શિમર ફાઉન્ડેશન
10. વોટરપ્રૂફ ફાઉન્ડેશન
11. ફાઉન્ડેશન પ્રાઈમર

ફાઉન્ડેશનના પ્રકાર

લિક્વિડ (ક્રીમ) ફાઉન્ડેશન

ક્રીમ ફાઉન્ડેશન સામાન્ય અથવા શુષ્ક ત્વચા માટે યોગ્ય છે. આ હેવી કવરે જ પ્રદાન કરે છે. લિક્વિડ ફાઉન્ડેશન ઘણા વિશિષ્ટ સંસ્કરણોમાં ઉપલબ્ધ છે જેમ કે ઓઈલ ફ્રી, ઓઈલ બેસ્ડ, વોટરપ્રૂફ વગેરે.

ક્રીમ ફાઉન્ડેશન

ટીંટેડ મોઈશ્ચરાઈઝર

ટીંટેડ મોઈશ્ચરાઈઝરનો ઉપયોગ થોડા અસમાન દેખાતા રંગને કવ ર કરવા અને આછુ કવરેજ આપવા માટે કરવામાં આવે છે.આ ખૂબ જ સારી ત્વચાવાળી મહિલાઓ માટે સૌથી યોગ્ય છે.

આ ગરમીના મહિનાઓ માટે સૌથી યોગ્ય છે. જયારે ઓછા કવરેજ અને મોઈશ્ચરાઈઝિંગ પ્રભાવની જરૂર હોય છે.

ટીન્ટેડ મોઈશ્ચરાઈઝર

ઓઈલ બેસ્ડ ફાઉન્ડેશન મેક અપ

આ પ્રકારનું ફાઉન્ડેશન શુષ્ક ત્વચા માટે સૌથી યોગ્ય હોય છે અને અસ્થાયી 'પ્લમ્પ અપ' ત્વચાને પ્રભાવ પ્રદાન કરે છે. આ મોઈશ્ચરાઈઝરનું કાર્ય પણ કરે છે.

ફાઈન લાઈન્સ અને કરચલીઓની ઉપસ્થિતિને ઓછી કરવા માટે મોટી ઉમરની મહિલાઓ માટે ઓઈલ બેસ્ડ ફાઉન્ડેશન મેકઅપનો ઉપયોગ કરી શકાય છે.

શિયર ફાઉન્ડેશન

શિયર ફાઉન્ડેશનનો ઉપયોગ સામાન્ય અથવા શુષ્ક ત્વચા માટે કરવામાં આવે છે. છે.આ એવી સ્થિતિ બનાવી દે છે કે જરા પણ ફાઉન્ડેશન ન લગાવેલ હોય.આ પ્રકારનું ફાઉન્ડેશન આછું કવરેજ આપે છે. કેટલાક શિયર ફાઉન્ડેશનમાં એસપીએફ 40 હોય છે. જે સૂર્યના તડકાથી સુરક્ષા આપવામાં સહાયક છે.

મેટ અથવા ઓઈલ ફ્રી ફાઉન્ડેશન

આવા ફાઉન્ડેશનનો આધાર પાણી હોય છે તેલ નહિ. આ તૈલીય ત્વચા માટે સૌથી વધુ યોગ્યછે. ઓઈલ ફ્રી ફાઉન્ડેશન બહુ ઝડપથી સુકાઈ જાય છે.

મૂસ અથવા વ્હીપ્ડ ફાઉન્ડેશન

આ પ્રવાહી (લિક્વિડ) ફાઉન્ડેશન છે. જેમા હવા વ્હીપ્ડ હોય છે.આ પ્રકારના ફાઉન્ડેશન પરફેક્ટ મેટ ફિનિશ અને વેટ્લેસ ફિલ (અનુભવ) આપે છે.

આ બધા પ્રકારની ત્વચા માટે સૌથી યોગ્ય છે.

વ્હીપ્ડ ફાઉન્ડેશન

સ્ટિક ફાઉન્ડેશન

આનું કવરેજ હેવી હોય છે અને દાગ (ધાબા),નિશાન,લાલાશ પડતા ભાગ અને આંખોની નીચેના કાળા કુંડાળાને કવર કરવા માટે એકદમ યોગ્ય છે.

આ સામાન્યથી તૈલીય ત્વચા માટે સૌથી વધુ યોગ્ય હોય છે. ફક્ત સમસ્યાવાળા ભાગ પર સ્ટિક ફાઉન્ડેશન લગાડવાની સલાહ આપાય છે. બાકીના ભાગે નિયમિત તરલ અથવા ક્રીમ ફાઉન્ડેશન દ્વારા કવર કરી શકાય છે.

સ્ટીક ફાઉન્ડેશન

પાવડર (કોમ્પેક્ટ) ફાઉન્ડેશન.

આ એવી મહિલાઓ માટે એક સારું ફાઉન્ડેશન બની રહે છે જેઓ અવાર નવાર પોર્ટેબીલીટી ઈચ્છે છે. આ ફાઉન્ડેશન અને પાવડરનું મિશ્રણ છે અને વિવિધ ફોર્મુલેશનમાં ઉપલબ્ધ છે.આ ઓઈલી સ્કીન માટે સૌથી યોગ્ય છે.

પાવડર ફાઉન્ડેશન

મિનરલ ફાઉન્ડેશન

આ ફાઉન્ડેશન પ્રાકૃતિક અથવા જૈવિક મેકઅપમા રસ ધરાવતા લોકો માટે સૌથી યોગ્ય છે. મિનરલ ફાઉન્ડેશનમાં પ્રાકૃતિક ખનીજ હોય છે. આ પ્રકારના ફાઉન્ડેશનનો ઉપયોગ સંવેદનશીલ / એલર્જીવાળી ત્વચા પર કરી શકાય છે.

વધારાના પડો(સ્તરો)ને જોડવા માટે એક મોઈશ્ચરાઈઝર અથવા ફાઉન્ડેશન પ્રાઈમરની આવશ્યકતા હોય છે.

મિનરલ ફાઉન્ડેશન

C7M4Y7

વોટરપ્રૂફ ફાઉન્ડેશન

આ ફાઉન્ડેશન કોમળ ભાગ અને ગરમીના દિવસો માટે યોગ્ય છે. તેને લાંબા સમય સુધી જળવાઈ રહે તે માટે બનાવવામાં આવ્યું છે. ફાઉન્ડેશનને દૂર કરવા માટે મેકઅપ રીમૂવરની જરૂરત હોય છે.

ફાઉન્ડેશન પ્રાઈમર

આ ફાઉન્ડેશનનો ઉપયોગ નાની તિરાડો અને છિદ્રોને ભરવા માટે કરવામાં આવે છે.આને લગાવ્યા પછી સરળતાથી અને કોઈ રુકાવટ વિના ફાઉન્ડેશનના અનુપ્રયોગની સુવિધા મળે છે.

બ્લશર

બ્લશરનો ઉપયોગ ચહેરાની વિશેષતાઓ જેવી કે ગાલ અને આંખોને મોટા દેખાડવા માટે કરવામાં આવે છે. બ્લશરના વિવિધ રૂપ છે જેમ કે પાવડર, ક્રીમ,જેલ, મૂસ, સ્ટિક અને તરલ પદાર્થ (લિક્વિડ)

- પાવડર બ્લશ બહુ જ લોકપ્રિય છે અને મોટે ભાગે ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.
- ક્રીમ બ્લશ સઘન હોય છે અને તેમાં પ્રાકૃતિક તેલ અને મોઈશ્ચરાઈઝર હોય છે.
- તૈલીય ત્વચા(ઓઈલી સ્કીન) માટે જેલ બ્લશ સૌથી સારું રહે છે.
- ટીંટ બ્લશ લાંબા સમય માટે ટકી રહે છે જ્યાં સુધી કે મેકઅપ દૂર કરવાની ઈચ્છા ન હોય.
- આપના ચહેરા પર એક આછી ચમક પ્રદાન કરવા માટે શિમર વાસ્તવમાં મહત્વપૂર્ણ છે.

બ્લશના પ્રકાર
1. પાવડર બ્લશ 2. ક્રીમ બ્લશ 3. જેલ અથવા તરલ બ્લશ

પાવડર બ્લશ	ક્રીમ બ્લશ
આ બધા પ્રકારની ત્વચા માટે સારું હોય છે. ફેસ પાવડર પછી પાવડર બ્લશર લગાડવામાં આવે છે. લિક્વિડ અને ક્રીમ બ્લશની તુલનામાં પાવડર બ્લશને સરળતાથી લગાવી શકાય છે. પાવડર બ્લશ	ક્રીમ બ્લશ પાવડર બ્લશની તુલનામાં વધુ મજબુત શેડો આપે છે. ક્રીમ બ્લશ લગાડવાની સૌથી સારી રીત આંગળીઓનો ઉપયોગ કરવાની છે. ક્રીમ બ્લશમાં વેલ્થ મોઈશ્ચરાઈઝર અથવા તેલ ઘટક હોય છે. આ શુષ્ક ત્વચાના પ્રકારો માટે સૌથી યોગ્ય છે આને બેસ પણ પરંતુ પાવડરથી પહેલા લગાડવું જોઈએ. સાંજના મેકઅપ માટે ક્રીમ બ્લશ આકર્ષક હોય છે. ક્રીમ બ્લશ

જેલ અથવા તરલ બ્લશ	
જેલ બ્લશથી ત્વચામાં નિખાર આવે છે. આ બ્લશ સામાન્ય ત્વચા માટે , તૈલીય ત્વચા માટે સૌથી યોગ્ય છે. જેલ બ્લશ ઝડપથી સુકાઈ જવાની પ્રકૃતિ ધરાવે છે અને તેને આ રીતે શુષ્ક ત્વચા પર ફેલાવવો મુશ્કેલ હોય છે. જેલ બ્લશને ફાઉન્ડેશન અથવા આરક્ષિત ત્વચા પણ લગાવવો જોઈએ.	 તરલ ફાઉન્ડેશન

મસકારા

મસકારા કોસ્મેટિકનો ઉપયોગ પાંપણને વધારવા માટે કરવામાં આવે છે. તેનો ઉપયોગ પાંપણને કાળી કરવા, ઘાટી કરવા, લાંબી કરવા અથવા પરિભાષિત(વ્યાખ્યાયિત) કરવા માટે કરવામાં આવે છે.

મસકારા ના પ્રકાર
1. પાવડર મસકારા 2. ક્રીમ મસકારા 3. લિક્વિડ મસકારા

પાવડર મસકારા

પાવડર મસકારામાં પાણી ભેળવવામાં આવે છે.આ કાજળને લગાવવા માટે એક વેંડની જરૂરત હોય છે.આ આઈ લેશ ફીનીશને અલગ પ્રકારનો લૂક આપે છે.

ક્રીમ મસ્કારા

મસકારા પાતળી અને ઓછી પાંપણને ઘાટાપણું આપે છે અને આંખોમાં ઊંડાણ લાવે છે

લિક્વિડ મસકારા

લિક્વિડ મસકારાનો ઉપયોગ મોટે ભાગની મહિલાઓ કરે છે.તેનાથી પાંપણ મોટી દેખાય છે અને ઊંડી પણ દેખાય છે.

લિક્વિડ મસકારા

આઈ શેડો

બજારમાં ઘણા પ્રકારના આઈ શેડો ઉપલબ્ધ છે. તે વિવિધ રૂપોમાં ઉપલબ્ધ છે જેમ કે પાવડર,પેન્સિલ, ક્રેયોન વગેરે. આઈ શેડોને રંગ પ્રદાન કરવા માટે મીણ, તેલ અને પીગ્મેન્ટ(રંગ દ્રવ્ય)થી બનેલ હોય છે.

આઈ શેડોના પ્રકાર
1. પાવડર આઈ શેડો 2. ક્રીમ આઈ શેડો 3.લિક્વિડ આઈ શેડો 4.લૂઝ પાવડર આઈ શેડો 5. ક્રેયોન આઈ શેડો 6.બેક્ડ આઈ શેડો

<table>
<tr><td>પાવડર આઈ શેડો</td><td>ક્રીમ આઈ શેડો</td></tr>
<tr><td>
પાવડર આઈ શેડો
- આ સૌથી વધુ ઉપયોગમાં લેવાતો આઈ શેડો છે.
- તેનું મિશ્રણ કરવું સહેલું છે.
- વિવિધ પ્રકારના ફીનીશમાં ઉપલબ્ધ
○ મૈટ આઈ શેડો
○ શિમર આઈ શેડો
○ સાટીન આઈ શેડો
- પાવડર આઈ શેડોને ક્યારેય ઘસવો નહિ
- પાંપણ પર રંગને હળવેથી થપથપાવીને અને દબાવીને લગાવો.</td><td>- વિભિન્ન રૂપમાં ઉપલબ્ધ, પેન, ટ્યુબ અને સ્ટિક
- ઝગમગતો અને લાંબા સમય સુધી રહી શકે તેવો ફોર્મુલા આપે છે.
- ગરમ મૌસમમાં ક્રીમ આઈ શેડોથી બચવું જોઈએ કારણ કે તે ઓગળી જશે.
- સમૃદ્ધ રૂપ દેવા માટે બે અથવા બે થી વધુ રંગોને જોડવામાં આવે છે.

ક્રીમ આઈ શેડો</td></tr>
<tr><td>લિક્વિડ આઈ શેડો</td><td>લૂઝ પાવડર આઈ શેડો</td></tr>
<tr><td>- શરૂઆત કરનારા લોકો માટે બિલકુલ યોગ્ય શેડો</td><td></td></tr>
</table>

<table>
<tr><td>- પાંપણ પર સીધો વેંડ સાથે અથવા પાતળા પાતળા લાઈનર બ્રશ સાથે લગાવો.
- લિક્વિડ આઈ શેડો ઝડપથી સુકાઈ જાય છે લગાડવામાં પણ સરળ.

લીક્વીડ આઈ શેડો</td><td>
લૂઝ પાવડર આઈ શેડો
- આ ઉન્નત પ્રકારના અડ્વાન્સડ મેકઅપ માટે વપરાય છે.
- શુષ્ક ત્વચા માટે યોગ્ય નથી</td></tr>
<tr><td>ક્રેયોન આઈ શેડો</td><td>બેક્ડ આઈ શેડો</td></tr>
<tr><td>- આનો ઉપયોગ કરવો ખુબ જ સરળ છે કારણ કે આ પાપણ પર પ્રસરી જાય છે.
- આ સામાન્ય રીતે 24 કલાક ચાલે છે.

ક્રેયોન આઈ શેડો</td><td>
બેક્ડ આઈ શેડો
- આઈ શેડોને ઓવનમાં બેક કરવામાં આવે છે.
- આ અલ્ટ્રા સ્મૂધ અને સરળતાથી વાળવા યોગ્ય છે.</td></tr>
</table>

આઈ લાઈનર

આઈ લાઈનરનો ઉપયોગ આંખોના ભાગોને પરિભાષિત કરવા અને આંખો તેમજ પાંપણને વધારવામાં મદદ કરવા માટે કરવામાં આવે છે.

બજારમાં ઘણા પ્રકારના આઈ લાઈનર ઉપલબ્ધ છે.

આઈ લાઈનરના પ્રકાર
1. લિક્વિડ આઈ લાઈનર 2. ફેલ્ટ ટીપ આઈ લાઈનર

E3W4L4

<table>
<tr><td colspan="2">3. જેલ અથવા ક્રીમ આઈ લાઈનર
4. કોલ્હ પેન્સિલ આઈ લાઈનર
5. કાજળ આઈ લાઈનર
6. રેગ્યુલર પેન્સિલ આઈ લાઈનર
7. મિકેનીકલ ટ્વિસ્ટઅપ આઈ લાઈનર</td></tr>
<tr><td>લિક્વિડ આઈ લાઈનર</td><td>જેલ અથવા ક્રીમ આઈ લાઈનર</td></tr>
<tr><td>- આઈ લાઈનર બે પ્રકારના હોય છે બ્રશ ટીપ અને ફેલ્ટ ટીપ માર્કર
- લિક્વિડ આઈ લાઈનર લાંબા સમય સુધી ટકી રહે છે.

લીક્વીડ આઈ લાઈનર</td><td>- આમાં મીણ જેવું ઘાટાપણું હોય છે અને તેને બ્રશ અથવા કયું ટીપની મદદથી લગાવી શકાય છે.
- તેનો ઉપયોગ ત્યારે કરી શકાય છે જયારે વોટરપ્રૂફ આઈ લાઈનરની આવશ્યકતા હોય.

ક્રીમ આઈ લાઈનર</td></tr>
<tr><td>કાજળ આઈ લાઈનર</td><td>કોલહ પેન્સિલ આઈ લાઈનર</td></tr>
<tr><td>- પેન્સિલ આઈ લાઈનર પર આનો તરત ફાયદો થાય છે.
- આ આઈ લાઈનર સુકાયેલ માર્કર જેવું હોય છે.
- આ આઈ લાઈનર કોઈ પણ બીજા આઈ લાઈનરથી ઘણું વધુ ટકે છે.

કાજલ આઈ લાઈનર</td><td>- આ નરમ હોવાને લીધે જાણીતું છે.
- ચારે બાજુ સ્મજ કરવું બહુ સરળ છે.
- આનો ઉપયોગ સ્મોકી આઈઝ બનાવવા માટે કરવામાં આવે છે.</td></tr>
</table>

પ્રાયોગિક અભ્યાસ

ગતિવિધિ(ક્રિયા) 1: મેકઅપમા ઉપયોગમાં લેવાતી વિવિધ પ્રોડક્ટ્સની ઓળખ કરો.

આવશ્યક સામગ્રી :

આ ગતિવિધિ માટે નિમ્નલિખિત સંસાધનોની આવશ્યકતા હોય છે:

- ફાઉન્ડેશન
- બ્લશર
- મસકારા
- આઈ શેડો
- આઈ લાઈનર

ક્રમશઃ પ્રક્રિયા

પગલું 1: વિવિધ મેક અપ પ્રોડક્ટ્સ પ્રદર્શિત કરો.

પગલું 2 : એક પ્રોડક્ટ પસંદ કરો અને વિદ્યાર્થીઓને પ્રોડક્ટની ઓળખ કરવાનું કહો.

આપની પ્રગતિ ચકાસો.

1. મેકઅપ માટે આવશ્યક પ્રોડક્ટ્સની યાદી બનાવો.

2. મેકઅપમાં ફાઉન્ડેશનનો ઉપયોગ શા માટે કરવામાં આવે છે ?

3. મેકઅપમા ઉપયોગમાં લેવાતા વિવિધ પ્રકારના ફાઉન્ડેશનની યાદી બનાવો.

4. મેક અપમા બ્લશરનો ઉપયોગ કરવાનો શો ઉદ્દેશ્ય છે?

5. પાંપણને વધારે દેખાડવા માટે ક્યાં પ્રોડક્ટનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે?

6. સામાન્ય રીતે ઉપયોગમાં લેવાતા આઈ લાઈનરની યાદી બનાવો.

7.સૌથી યોગ્ય જવાબ પસંદ કરો.

ક. ફાઉન્ડેશનનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

i ડેડ સેલ્સ (મૃત કોષો)ને રીમૂવ કરવા.

Ii ત્વચાને મોઈશ્ચરાઈઝર કરવા

Iii શેડીંગ ઇફેક્ટ દેવામાં

Iv કોમળ અને એક સમાન કોમ્પ્લેકશન પ્રાપ્ત કરવા.

ખ. ક્રીમ ફાઉન્ડેશન યોગ્ય છે.

i તૈલીય ત્વચા માટે

ii પરિપક્વ ત્વચા માટે

iii મિશ્રિત ત્વચા માટે

iv સામાન્ય અને શુષ્ક ત્વચા માટે

ગ. પાવડર બ્લશ માટે યોગ્ય છે.

i તૈલીય ત્વચા

ii સામાન્ય ત્વચા

iii એલર્જીવાળી ત્વચા

iv ઉપરોક્ત તમામ

8. ખાલી જગ્યા પૂરો.

ક. ....ને કોમળ અને એક સમાન કોમ્પ્લેકશન પ્રાપ્ત કરવા માટે લગાડવામાં આવે છે.

ખ. .... પ્રકારના ફાઉન્ડેશન ભેજવાળા અને ગરમીના દિવસો માટે યોગ્ય હોય છે.

ગ. ....પ્રાઈમરનો ઉપયોગ ચહેરાની નાની તિરાડો અને છિદ્રોને ભરવા માટે કરવામાં આવે છે.

ઘ. બ્લશરનો ઉપયોગ ચહેરાની વિશેષતાઓ વધારવા માટે કરવામાં આવે છે જેમ કે .... અને ....

- ....નો ઉપયોગ પાંપણોને કાળી કરવા, ઘાટી કરવા લાંબી કરવા અને વધારે દેખાડવા માટે કરવામાં આવે છે.

ચ. કન્સીલર લગાડવા માટે ....નો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

છ. બ્લશના બે સામાન્ય પ્રકાર છે .... અને ....

સેશન 3: મેકઅપની પસંદગી અને લગાડવો.

X3S6K8

અધ્યયન નિષ્પત્તિ

આ એકમના પૂર્ણ થતા વિદ્યાર્થી નીચેના કાર્ય કરવામાં સક્ષમ થશે :

- ત્વચાના પ્રકાર અને અવસર(પ્રસંગ)ના આધારે યોગ્ય મેકઅપની સલાહ દેવી;
- ત્વચાના પ્રકારના આધારે યોગ્ય પ્રકારના ફાઉન્ડેશનની પસંદગી કરવી અને લગાડવો;
- ફાઉન્ડેશન ઉપર ફેસ પાવડર/લૂઝ પાવડર લગાડવો
- યોગ્ય બ્લશર/શેડર અને હાઇલાઇટરનો ઉપયોગ કરવો;
- આઈ શેડોના મહત્વને જણાવવું અને ગ્રાહકની જરૂરિયાતના આધારે યોગ્ય આઈ શેડોનો ઉપયોગ કરવો તથા
- યોગ્ય પ્રકારની લિપસ્ટિક પસંદ કરવી અને લગાવવી.

પરિચય

આપણે મેકઅપમા ઉપયોગમાં લેવાતી વિવિધ પ્રોડક્ટ્સ અને તેની વિશેષતાઓ, ઉપયોજન અને ઉપયુક્તતાનું અધ્યયન કર્યું છે. આ વિભાગમાં આપણે વિવિધ મેકઅપ પ્રોડક્ટ્સને લાગુ કરવાની વિધિનું અધ્યયન કરીશું જેમ કે

ફાઉન્ડેશન	કન્સીલર	ફેસ પાવડર/લૂઝ પાવડર	બ્લશર/ શેડર/ હાઈલાઈટર
આઈ શેડો	આઈ લાઈનર	લીપ પેન્સિલ	લિપસ્ટિક

બ્યુટી થેરાપિસ્ટ માટે સામાન્ય દિશાનિર્દેશ :

- ગ્રાહકની જરૂરતોને પૂર્ણ કરવા માટે એક યોગ્ય સેવા યોજનાને પરિભાષિત કરો.
- ત્વચા અને મેકઅપ પ્રોડક્ટસના, જો કોઈ હોય તો, વિરોધી સંકેતોની ઓળખ કરવા માટે ગ્રાહકને સંગત અને પ્રભાવી પ્રશ્ને પૂછો .
- પ્રક્રિયાને પૂરા થતાના અંદાજીત સમયનું અનુમાન લગાડો અને યોગ્ય અપેક્ષાઓ નિર્ધારિત કરતા-કરતા ગ્રાહકને તેની સૂચના આપો.
- ગ્રાહકને મેકઅપ માટે તૈયાર કરવા અને ઉપયોગ સુરક્ષાત્મક પરિધાન(વસ્ત્રો) આપવા.
- સંબંધી સેવા સાથે જોડાયેલ પ્રોડક્ટ્સ અને સામાનને એકત્ર કરવો અને વ્યવસ્થિત કરવો અને ઉપયોગ માટે તૈયાર રાખો
- સમગ્ર સેવામાં ગોપનીયતા, આરામ અને ભલાઈ સુનિશ્ચિત કરવા માટે સ્વયંને અને ગ્રાહકને યોગ્ય સ્થિતિમાં રાખો
- સેવાની જરૂરિયાતોને પૂરી કરવા માટે ગ્રાહકની સ્થિતિ કોઈ પણ પરેશાની વગર સમાયોજિત કરો
- સમગ્ર સેવા દરમિયાન ગ્રાહકના આરામ અને ભલાઈની ચકાસણી કરો અને તેની સુનિશ્ચિત કરવા માટે પ્રક્રિયાઓની અનુકુળ કરો. ગ્રાહકને આવશ્યક જાણકારી અને સકારાત્મક ટિપ્પણીઓ સાથે આશ્વસ્થ કરો
- સેલૂન (પાર્લર) ના માનકો(ધારાધોરણો) અનુસાર સેવા શરૂ કરતા પહેલા હાથોને સેનીટાઇઝર કરો.
- એ સુનિશ્ચિત કરવા માટે કે ત્વચા સાફ, ટોન્ડ અને યોગ્ય રૂપમાં મોઈશ્ચરાઈઝર છે કે નહિ, પ્રક્રિયા પછી ત્વચાની સફાઇ કરો
- ચહેરાની વિશેષતાઓને વધારવા માટે યોગ્ય મેક-અપ પ્રોડક્ટ્સની પસંદગી કરી અને લાગુ કરો ગ્રાહકની જરૂરિયાતોને અનુરૂપ ને અવસર માટે ઈચ્છિત પ્રભાવ પ્રાપ્ત કરવા માટે સંગઠનના માનાંકો અનુસાર યોગ્ય તકનીકો લાગુ કરો
- સંગઠનની નીતિ અને પ્રક્રિયાઓની અનુસાર ચિકિત્સાનું વિવરણ સચોટ રૂપે રેકોર્ડ કરો
- સેલૂનની નીતિઓ અનુસાર સુરક્ષિત રૂપે જાણકારી એકત્ર કરો
- ગ્રાહકના પપ્રોડક્ટના ઉપયોગ અને આગળની સેવાઓ માટે વિશિષ્ટ પ્રક્રિયા પછી ઘરેલુ સંભાળની સલાહ અને સૂચનો પ્રદાન કરો
- તૈયાર પરિણામથી ગ્રાહકની સંતુષ્ટીનીચકાસણી કરવા માટે પ્રશ્ન પૂછો
- પ્રોડકટસનો કરકસરભર્યો ઉપયોગ કરીને અને નિર્માતાના નિર્દેશો અનુસાર યોગ્ય સંગ્રહ પ્રક્રિયાઓનું પાલન કરીને ઉત્પાદનનો બગાડ ઓછો કરો.
- પ્રતીક્ષા કરતા ગ્રાહકોને સમયે-સમયે સર્વિસ માટે વધેલા સમયની સૂચના આપો
- ગ્રાહકની સંતુષ્ટિ સુનિશ્ચિત કરવા માટે પ્રતિક્ષા સમયનું પ્રબંધન કરો
- જો આવશ્યક હોય તો ગ્રાહકને તાત્કાલિક પ્રક્રિયા વિશે સૂચિત કરો

ફાઉન્ડેશનનું ઉપયોજન

પગલું -1 :પેલેટમાં કન્ટેનરથી ફાઉન્ડેશનને રાખી દો.

પગલું 2 :ભીના સ્પંજ અથવા આંગળીઓનો ઉપયોગ કરીને ગ્રાહકની ત્વચાના ટોન સાથે ફાઉન્ડેશનને સરખાવો.

પગલું 3 :પાંપણ અને હોઠને કવર કરો.

પગલું 4: જો આપને ખીલ અથવા લાલ ભાગ છે તો ફાઉન્ડેશનથી પહેલા ગ્રીન કવર સ્ટીક/કન્સીલર લગાવો.

ક્રીમ ફાઉન્ડેશનનો ઉપયોગ

પગલું-5 : આપના સ્પેચુલા પર થોડું ફાઉન્ડેશન દબાવીને કાઢો અને આપના હાથ પર લગાવો.

પગલું-6 :જો આપ ફાઉન્ડેશન લગાડવા માટે આપના હાથનો ઉપયોગ કરી રહ્યા છો તો માથે, ગાલ, નાક અને દાઢી અને જડબાની રેખા પર એક બિંદી લગાવો અને તેને સમાન રૂપે ફેલાવી દો.

પગલું 7: આપનું ફાઉન્ડેશન બ્રશ લો અને ફાઉન્ડેશનને નીચે તરફ સ્ટ્રોક કરતા કરતા બ્લેન્ડ કરો. સુનિશ્ચિત કરો કે કોઈ મેકઅપ દેખાઈ ન રહ્યો હોય અને બધું સારી રીતે મિશ્રિત થાય.

પગલું -8 : એક થોડા ભીના રૂના પેડનો ઉપયોગ કરીને હેયર લાઈન અને આઈબ્રોની આસપાસનું વધારાનું ફાઉન્ડેશન કાઢી નાખો.

પગલું 9: જો આવશ્યક હોય તો ફાઉન્ડેશન પછી કલર વોશ લગાવો તેનાથી ત્વચા પર ગ્લેઝ આવી જશે.

કન્સીલરનું ઉપયોજન

કન્સીલરનો ઉપયોગ ત્વચાની ખામીઓને સુધારવા અથવા ઠીક કરવા માટે કરવામાં આવે છે.

પગલું 1 : કોટન બ્રશ અથવા કોટન બડથી કન્સીલરને સંબંધિત ભાગ પર લગાવો.

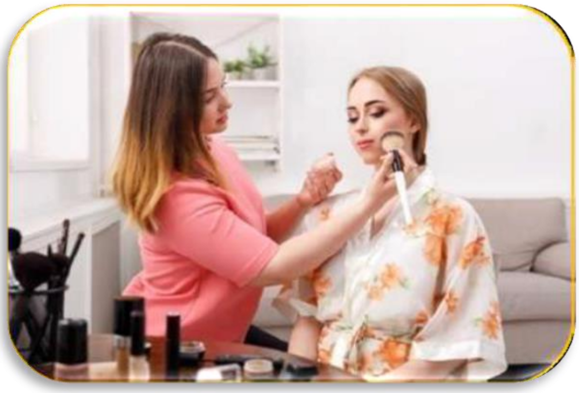
પગલું 2 : ત્વચામાં એક સુકા સ્પંજ સાથે દબાવો.

પગલું -3 : રંગીન કન્સીલરને ફક્ત તે જ ભાગ પર લગાવો જ્યાં તેની આવશ્યકતા છે.

કંસીલરનો ઉપયોગ

ફેસ પાવડર અને લૂઝ પાવડરનું ઉપયોજન

ફેસ પાવડર ફાઉન્ડેશનને છુપાવવા અને સેટ કરવામાં મદદ કરે છે અને અંદર લગાડવામાં આવેલ મેકઅપ ની ચમક અને ધાબાને રોકે છે. અમુક પાવડરમાં વિશેષ તત્વ હોય છે જે ત્વચાની ખામીઓને કવર કરવામાં મદદ કરે છે જેમ કે ઝીંક ઓકસાઇડ એ પણ એક ભારે અને મજબૂત કોમ્પેક્ટ હોય છે.



બ્રશનો ઉપયોગ કરીને ફેસ પાઉડર લગાવવો

પગલું -1 :એક બાઉલમાં થોડોક લૂઝ ફેસ પાવડર નાખો.

પગલું -2 :જો બ્લોક પાવડરનો ઉપયોગ કરી રહ્યા છો તો પેલેટ નાઇફથી એક વાટકીમાં થોડા પ્રમાણમાં ઉખેડીને નાખો.

પગલું -3: સૂકા રૂ સાથે લગાવો;આંખો અને પૂરા ચહેરાને ઢાકતા નીચે તરફ કરો. સુનિશ્ચિત કરો કે કોઈ મેકઅપ દેખાઈ ન રહ્યો હોય અને બધું જ સરસ રીતે મિશ્રિત થઇ ગયું છે.

લૂઝ પારભાષી પાવડરના ફાયદા

લૂઝ પાવડર વધુ પ્રાકૃતિક લૂક આપે છે.

- આ આપના મેકઅપ –ફાઉન્ડેશન, કવર સ્ટિકનો આધાર સેટ કરે છે.
- આ વધુ મેટ ઉપસ્થિતિ બનાવે છે.
- આ કોઈ પણ તૈલીયતાને નાશ કરે છે.

બ્લશર /શેડર/ હાઈલાઈટરનું ઉપયોજન

રુઝને બ્લશ અને બ્લશર પણ કહેવામાં આવે છે, આ એક કોસ્મેટિક છે જેનો ઉપયોગ સામાન્ય રીતે ગાલોને લાલ કરવા માટે કરવામાં આવે છે જેથી વધુ યુવાન રૂપ પ્રદાન કરી શકાય અને ચીકબોન્સ ને ઉપસેલ દેખાડી શકાય છે.

બ્લશ 2 પ્રકારના હોય છે.

1. કોમ્પેક્ટ બ્લશ
2. ક્રીમ બ્લશ

બ્રશ લગાવવું

પગલું 1: : બ્લશરને કન્ટેનરમાં કાઢવા માટે એક સ્પેચુલાનો ઉપયોગ કરો.

પગલું 2 :શેડર અથવા ઘાટુ બ્લશર લગાવો, હમેશા ઓછામાં ઓછી માત્રામાં શરુ કરો અને પછી તેમાં ઉમેરતા જાઓ.

પગલું 3: એક સાફ બ્રશનો ઉપયોગ કરીને ચીકબોન્સની આસપાસ બ્લશર લગાવો. બ્લશરને ક્યારેય પણ

નાક તરફ ન લઇ જવું.
પગલું 4: બ્રશને તે ભાગની વચ્ચે રાખો જેને આપ ઢાકવા જઈ રહ્યા છો અને આગળ અને પાછળ બ્લેન્ડ કરો.

આઈ શેડોનું ઉપયોજન

આઈ શેડો લગાવવું

આઈ લાઈનરને ત્રણ સમૂહમાં વર્ગીકૃત કરવામાં આવ્યું છે. અર્થાત :

હાઈલાઈટર્સ:ક્રીમ, સફેદ, બેઝ રંગ (ખુબ આછો અને ઉદાસીન અથવા ન્યુટ્રલ)

મધ્યમ રંગ: જેમ કે વાદળી, લીલો, ભૂરો ,ગ્રે, ગુલાબી વગેરે

આઈ લાઈનર રંગ: કાળો, ઘાટો ભૂરો,ગ્રે. મેટ રંગ : એક સરસ ભ્રમ ઉપજાવે છે.

ચમકદાર રંગ : ભ્રમને દુર થવા દે.

પગલું 1: આંખોના આકારનું વિશ્લેષણ કરો જેથી આપ જાણી શકો કે આઈ શેડોને યોગ્ય રીતે કેમ લગાવી શકાય.
પગલું -2 :પાવડરને પેલેટ ઉપર ઉખેડીને નાખો.
પગલું -3 : આઈ બ્રો બ્રશનો ઉપયોગ કરીને, આઈ બ્રોને ઉપરની દિશામાં બ્રશ કરવો.
પગલું -4 :પછી બ્રશ લેવું અને તે વાળ ખેચવા જે તેની સાથે આવી શકે.
પગલું -5 : સૌથી પહેલા સૌથી આછો પાવડર લગાવો.
પગલું -6 :પૂરી પાંપણ અને નેણ (આઈ બ્રો) ના ભાગે લગાવો
પગલું 7 :શેડને ફાઉન્ડેશનમાં પડતા રોકવા માટે એક ટીશ્યુનો ઉપયોગ કરીને આંખોની નીચે લૂઝ પાવડરનો ડસ્ટ કરો.
પગલું -8: એક અલગ જાતનું કોન્ટ્રાસ્ટીંગ(contrasting) શેડ લગાવો. તેને સોકેટ પર લગાવી શકાય છે અને બહાર અને ઉપરની તરફ મિશ્રિત કરી શકાય છે.
અભ્યાસના રૂપે અંતિમ ચરણમાં સૌથી ઘાટો રંગ લગાડવામાં આવે છે.

આઈ લાઈનરનું ઉપયોજન

આઈ લાઈનર લગાવવું

આઈ લાઈનરનો ઉપયોગ આંખોના ભાગોને પરિભાષિત(વ્યાખ્યાયિત) કરવા અને આંખો તથા પાંપણોને મોટા દેખાડવામાં મદદ કરવા માટે કરવામાં આવે છે.
પગલું -1 :કેક આઈ લાઈનરને સારા ભીના બ્રશથી લગાવો.
પગલું 2 :લિક્વિડ આઈ લાઈનરનો ઉપયોગ ડીસ્પોઝેબલ બ્રશ સાથે કરવો કરવો જોઈએ.
પગલું -3 :ક્યારેય પણ પૂરી આંખો પર ન લગાવો કારણ કે તેનાથી આંખો ભારે અને નાની દેખાશે.

લિપ પેન્સિલનું ઉપયોજન

પગલું -1: હોઠના ઉપરના ભાગ અથવા ક્યુપીડ બો પર આછા સ્ટ્રોકથી શરુ કરો અને ઉપરના હોઠના બહારના ખુણા સુધી લઇ જાઓ, પછી નીચેના હોઠ પર વચ્ચેથી લગાડવાનું શરુ કરો

પગલું -2 : જો આવશ્યક હોય તો ઘાટા Darken કરો

લીપ પેન્સિલ લગાવવી

લિપસ્ટિકનું ઉપયોજન

પગલું -1: હોઠોને મુલાયમ કરવા અને તિરાડોને ઓછી કરવા માટે લિપ બામ લગાવો. તેનાથી લિપસ્ટિક લગાવવામાં પણ મદદ મળશે.

પગલું -2 : યોગ્ય રંગ મેળાપવાળા હોઠ પસંદ કરો.

પગલું -3 : ડોટ્સના નિશાન લગાવો અને એક લિપ પેન્સિલનો ઉપયોગ કરીને ડોટ્સને જોડો.

પગલું 4: રંગ લગાડવા માટે લિપસ્ટિકનો પ્રયોગ કરો. હોઠની વચ્ચેથી લગાડવાનું શરુ કરવાનું સુનિશ્ચિત કરવું અને એક ખુણાની તરફ બહારની બાજુ તરફ વધવું.ફરીથી લિપસ્ટિકને વચ્ચે લાવીને બીજા ખૂણા તરફ ચલાવો.

પગલું -5 : નીચેના હોઠ માટે પ્રક્રિયાને પુનરાવર્તિત કરો.

પગલું -6 :લિપસ્ટિકને વધુ સમય સુધી ટકાવી રાખવા માટે હોઠો ને બોલ્ટ કરો

લીપ્સ્ટીક લગાવવી

પ્રાયોગિક અભ્યાસ

ગતિવિધિ(પ્રક્રિયા) 1 : યોગ્ય ફાઉન્ડેશન પસંદ કરો અને લગાવો

આવશ્યક સામગ્રી:

નિમ્નલિખિત સંસાધનોની આવશ્યકતા છે:

- પૈલેટ
- યોગ્ય ફાઉન્ડેશન
- કન્સીલર
- સ્પેચુલા

ક્રમશઃ પ્રક્રિયા :

પગલું 1 : ફાઉન્ડેશનને કન્ટેનરમાંથી કાઢીને પેલેટમાં રાખી દો.

B6B7Q1

પગલું 2 :ભીના સ્પંજ અથવા આંગળીઓનો ઉપયોગ કરીને ગ્રાહકની ત્વચાના ટોન સાથે ફાઉન્ડેશનને સરખાવો.

પગલું 3 :પાંપણ અને હોઠને કવર કરો.

પગલું 4: જો આપને ખીલ અથવા લાલ ભાગ છે તો ફાઉન્ડેશનથી પહેલા ગ્રીન કવર સ્ટીક/કન્સીલર લગાવો.

પગલું-5 : આપના સ્પેચુલા પર થોડું ફાઉન્ડેશન દબાવીને કાઢો અને આપના હાથ પર લગાવો.

પગલું-6 :જો આપ ફાઉન્ડેશન લગાડવા માટે આપના હાથનો ઉપયોગ કરી રહ્યા છો તો માથે, ગાલ, નાક અને દાઢી અને જડબાની રેખા પર એક બિંદી લગાવો અને તેને સમાન રૂપે ફેલાવી દો.

પગલું 7: આપનું ફાઉન્ડેશન બ્રશ લો અને ફાઉન્ડેશનને નીચે તરફ સ્ટ્રોક કરતા કરતા બ્લેન્ડ કરો. સુનિશ્ચિત કરો કે કોઈ મેકઅપ દેખાઈ ન રહ્યો હોય અને બધું સારી રીતે મિશ્રિત થાય.

પગલું -8 : એક થોડા ભીના રૂના પેડનો ઉપયોગ કરીને હેયર લાઈન અને આઈબ્રોની આસપાસનું વધારાનું ફાઉન્ડેશન કાઢી નાખો.

પગલું 9: જો આવશ્યક હોય તો ફાઉન્ડેશન પછી કલર વોશ લગાવો તેનાથી ત્વચા પર ગ્લેઝ આવી જશે.

ગતિવિધિ(પ્રક્રિયા) 2 :કન્સીલર લગાવો

આવશ્યક સામગ્રી:

નિમ્નલિખિત સંસાધનો ની અવશ્યકતા છે

- પૈલેટ
- યોગ્ય ફાઉન્ડેશન
- કન્સીલર
- સ્પેચુલા

ક્રમશઃ પ્રક્રિયા

પગલું 1 કોટન બ્રશ અથવા કોટન બડથી કન્સીલરને સંબંધિત ભાગ પર લગાવો.

પગલું 2 ત્વચામાં એક સુકા સ્પંજ સાથે દબાવો.

ચરણ-3 રંગીન કન્સીલરને ફક્ત તે જ ભાગ પર લગાવો જ્યાં તેની આવશ્યકતા છે.

ગતિવિધિ(પ્રક્રિયા) 3 :ફેસ પાવડર /લૂઝ પાવડર લગાવો

આવશ્યક સામગ્રી:

નિમ્નલિખિત સંસાધનો ની અવશ્યકતા છે

- બાઉલ
- લૂઝ ફેસ પાવડર
- પૈલેટ નાઈફ
- સુકું રૂ

પગલું -1 :એક બાઉલમાં થોડોક લૂઝ ફેસ પાવડર નાખો.

પગલું -2 :જો બ્લોક પાવડરનો ઉપયોગ કરી રહ્યા છો તો પેલેટ નાઇફથી એક વાટકીમાં થોડા પ્રમાણમાં ઉખેડીને નાખો.

પગલું -3: સૂકા રૂ સાથે લગાવો;આંખો અને પૂરા ચહેરાને ઢાકતા નીચે તરફ કરો.

ગતિવિધિ (પ્રક્રિયા) 4 :આઈ શેડો લગાવો

આવશ્યક સામગ્રી:

નિમ્નલિખિત સંસાધનોની અવશ્યકતા છે

- આઈ શેડો
- પૈલેટ
- બ્રશ

ક્રમશઃ પ્રક્રિયા

પગલું 1: આંખોના આકારનું વિશ્લેષણ કરો જેથી આપ જાણી શકો કે આઈ શેડોને યોગ્ય રીતે કેમ લગાવી શકાય.

પગલું -2 :પાવડરને પેલેટ ઉપર ઉખેડીને નાખો.

પગલું -3 : આઈ બ્રો બ્રશનો ઉપયોગ કરીને, આઈ બ્રોને ઉપરની દિશામાં બ્રશ કરવો.

પગલું -4 :પછી બ્રશ લેવું અને તે વાળ ખેચવા જે તેની સાથે આવી શકે.

પગલું -5 : સૌથી પહેલા સૌથી આછો પાવડર લગાવો.

પગલું -6 :પૂરી પાંપણ અને નેણ (આઈ બ્રો) ના ભાગે લગાવો

પગલું 7 :શેડને ફાઉન્ડેશનમાં પડતા રોકવા માટે એક ટીશ્યુનો ઉપયોગ કરીને આંખોની નીચે લૂઝ પાવડરનો ડસ્ટ કરો.

પગલું -8: એક અલગ જાતનું કોન્ટ્રાસ્ટીંગ(contrasting) શેડ લગાવો. તેને સોકેટ પર લગાવી શકાય છે અને બહાર અને ઉપરની તરફ મિશ્રિત કરી શકાય છે.

ગતિવિધિ(પ્રક્રિયા) 5 :આઈ લાઈનર લગાવો

આવશ્યક સામગ્રી. નિમ્નલિખિત સંસાધનોની આવશ્યકતા હોય છે.

- આઈ લાઈનર
- ડીસ્પોઝેબલ બ્રશ

ક્રમશઃ પ્રક્રિયા

પગલું -1 :કેક આઈ લાઈનરને સારા ભીના બ્રશથી લગાવો.

પગલું 2 :લિક્વિડ આઈ લાઈનરનો ઉપયોગ ડીસ્પોઝેબલ બ્રશ સાથે કરવો કરવો જોઈએ.

પગલું -3 :ક્યારેય પણ પૂરી આંખો પર ન લગાવો કારણ કે તેનાથી આંખો ભારે અને નાની દેખાશે.

ગતિવિધિ(પ્રક્રિયા) 6 લિપસ્ટિક લગાવો

આવશ્યક સામગ્રી

નિમ્નલિખિત સંસાધનોની આવશ્યકતા હોય છે.

- લિપસ્ટિક

ક્રમશઃ પ્રક્રિયા

પગલું -1: હોઠોને મુલાયમ કરવા અને તિરાડોને ઓછી કરવા માટે લિપ બામ લગાવો. તેનાથી લિપસ્ટિક લગાવવામાં પણ મદદ મળશે.

પગલું -2 : યોગ્ય રંગ મેળાપવાળા હોઠ પસંદ કરો.

પગલું -3 : ડોટ્સના નિશાન લગાવો અને એક લિપ પેન્સિલનો ઉપયોગ કરીને ડોટ્સને જોડો.

પગલું 4: રંગ લગાડવા માટે લિપસ્ટિકનો પ્રયોગ કરો. હોઠની વચ્ચેથી લગાડવાનું શરુ કરવાનું સુનિશ્ચિત કરવું અને એક ખુણાની તરફ બહારની બાજુ તરફ વધવું.ફરીથી લિપસ્ટિકને વચ્ચે લાવીને બીજા ખૂણા તરફ ચલાવો.

પગલું -5 : નીચેના હોઠ માટે પ્રક્રિયાને પુનરાવર્તિત કરો.

પગલું -6 :લિપસ્ટિકને વધુ સમય સુધી ટકાવી રાખવા માટે હોઠો ને બોલ્ટ કરો

આપની પ્રગતિ ચકાસો

1. મેકઅપમાં ઉપયોગમાં લેવાતા પ્રોડક્ટ્સના નામ લખો.

2. ફાઉન્ડેશન લગાડવાની ક્રમશઃ પ્રક્રિયા લખો.

3.કન્સીલરની આવશ્યકતા શા માટે છે?

4. લૂઝ પારભાષી પાવડરના લાભોની યાદી બનાવો.

5. બે પ્રકારના બ્લશના નામ લખો.

6. ખાલી જગ્યા પૂરો

ક. ....નો ઉપયોગ ત્વચાની ખામીઓને સુધારવા અને ઠીક કરવા માટે કરવામાં આવે છે.

ખ........... ફાઉન્ડેશન કન્સીલ અને સેટ કરવામાં મદદ કરવામાં આવે છે.

ગ. .... નો ઉપયોગ ગાલોને લાલ કરવા માટે કરવામાં આવે છે.

ઘ. એક કન્ટેનરથી બ્લશ દૂર કરવા માટે ....નો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

ડ. .... નો ઉપયોગ આંખના ભાગને વધારવા માટે કરવામાં આવે છે.

સેશન- 4 કલર વ્હીલ (રંગચક્ર)

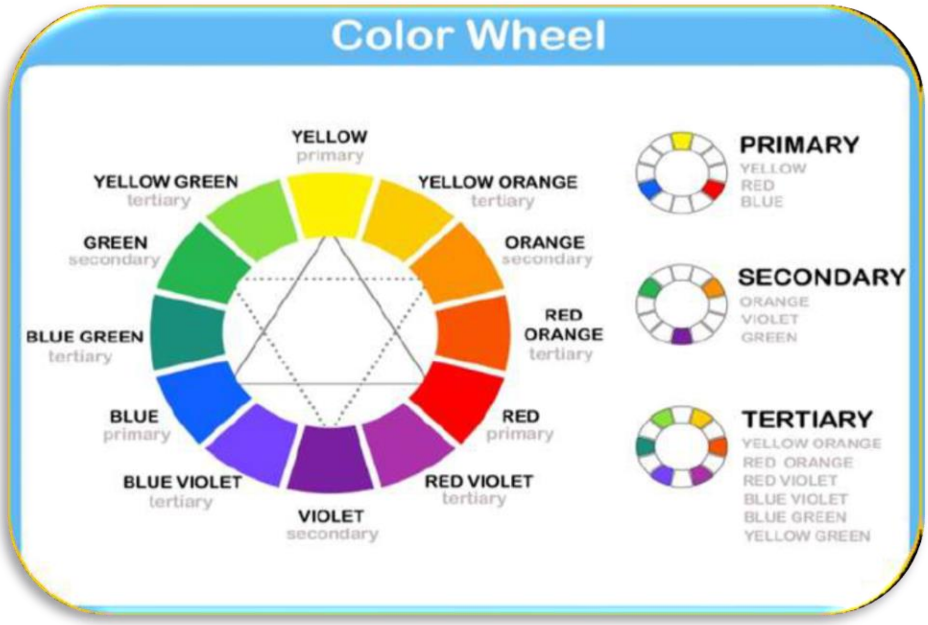
અધ્યયન નિષ્પત્તિ

આ એકમના પૂર્ણ થતા વિદ્યાર્થી નીચેના કાર્ય કરવામાં સક્ષમ હશે:

- મેકઅપમાં કલર વ્હીલના મહત્વને જણાવો;
- પ્રાથમિક, દ્વિતીય અને તૃતિય શ્રેણીના રંગો વચ્ચે અંતર કરી શકે;
- હ્યુ,ટીટ, શેડ, ટોન, કોમ્પ્લીમેન્ટરી કલર્સ, એનાલોગ્સ કલર્સ, વોર્મ કલર્સ અને કોલ્ડ કલર્સ જેવા મહત્વપૂર્ણ શબ્દોને વ્યાખ્યાયિત કરવા;
- અંડરટોનને સમજવા માટે વેન પરિક્ષણઅને જૂની જ્વેલરી(ઘરેણાં)વાળી ટ્રિક અપનાવવી તથા
- વિવિધ બિંદી ડીઝાઈનોની યાદી બનાવવી અને ગ્રાહકને યોગ્ય બિંદી ડીઝાઈનની સલાહ આપવી.

પરિચય

મેકઅપ આર્ટિસ્ટને ગ્રાહકની ત્વચાના ટોન અને કોમ્પ્લેક્સના આધારે યોગ્ય રંગ સૂચવવાની આવશ્યકતા હોય છે, અમુક કોમ્પ્લેક્સ ત્વચાના કોઈ વિશેષ રંગ માટે સારા લાગી શકે છે. તેટલા માટે આ સમજવું મહત્વપૂર્ણ છે કે રંગ કઈ રીતે કામ કરે છે. કલર વ્હીલના અભ્યાસથી રંગ સંયોજનના સિદ્ધાંતને સૌથી સારી રીતે સમજી શકાય છે. આ સેશનમાં અમે આપને કલર વ્હીલ વિશે જણાવીશું.



કલર વ્હીલ

પ્રાથમિક primary રંગ

પ્રાથમિક રંગ લાલ, પીળો અને વાદળી છે. આ રંગ સ્પેક્ટ્રમના અન્ય બધા રંગોને બનાવે છે.

પીળો +	વાદળી	=	લીલો
લાલ +	વાદળી	=	જાંબલી
પીળો +	લાલ	=	નારંગી

માધ્યમિક Secondary રંગ

પ્રાથમિક રંગોને ભેળવીને માધ્યમિક રંગ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

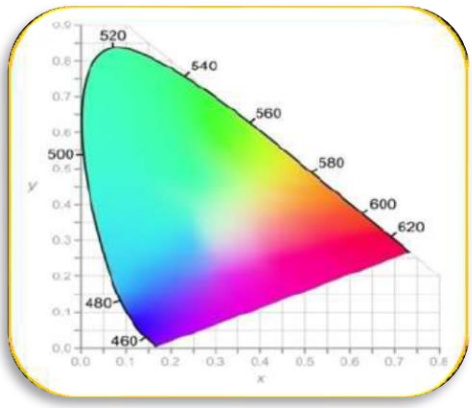
તૃતિય Tertiary રંગ

દ્વિતીય રંગોના બંને બાજુના રંગ તૃતિય રંગ કહેવાય છે

ઉદાહરણ તરીકે લાલ - જાંબલી અથવા વાદળી -જાંબલી જેને નજીકના પ્રાથમિક રંગમાં થોડો ઉમેરીને પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

1. હ્યુ Hue

હ્યું શુદ્ધ રંગને લીલો, લાલ કે મજંટાના રૂપમાં પરિભાષિત કરે છે. રંગની ચમક અને ઘનત્વને પ્રાથમિક રંગોમાં સફેક કે કાળા અથવા ગ્રે રંગ સાથે સમાયોજિત કરી શકાય છે, આ રીતે આપણે પેસ્ટલ અને મ્યુટ રંગ પ્રાપ્ત કરી શકીએ છીએ



Q2P6D5

2. ટીંટ

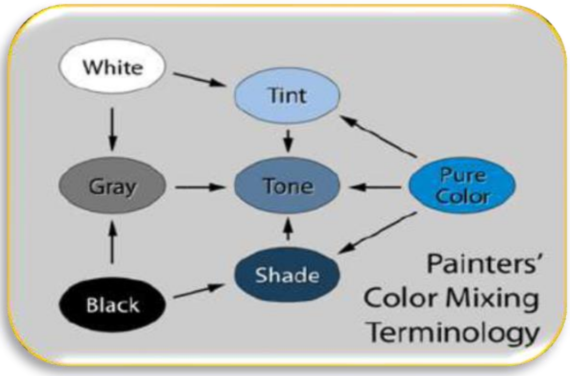
ટીંટને સફેદ રંગ સાથે મિશ્રણના રૂપે પરિભાષિત કરવામાં આવ્યો છે. ટીંટ રંગની ચમકને વધારે છે. સફેદ સાથે ઘાટા જાંબલી રંગને ભેળવીને લેવેન્ડર રંગ પ્રાપ્ત થઇ શકે છે,

3. શેડ

શેડ એક રંગનું મિશ્રણ છે જે આછાપણાને ઓછું કરે છે. ઘાટો લાલ રંગ મેળવવા માટે ચમકદાર લાલ સાથે કાળો રંગ જોડવામાં આવે છે.

4. ટોન

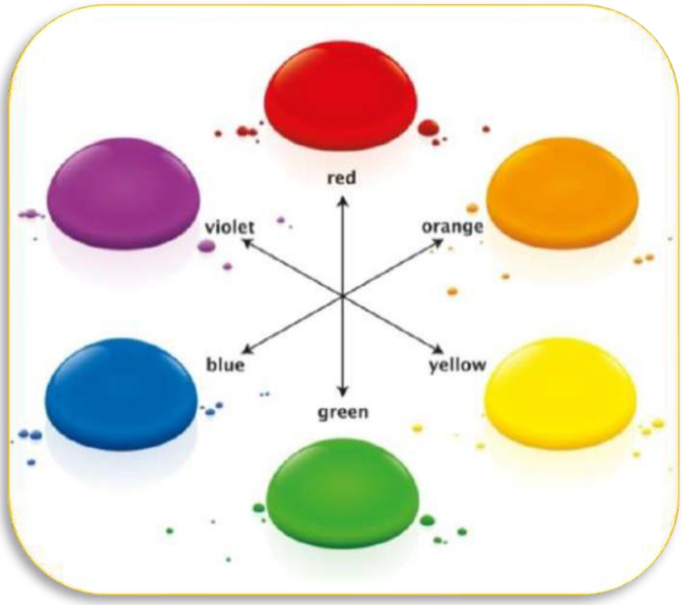
'ટુ ટોન' શુદ્ધ ગ્રેની સાથે કોઈ પણ રંગનું સંયોજન છે. ટોન્ડ રંગ સામાન્ય રીતે આંખોને સુખદ લાગે છે.



ટીંટ:ટોન અને શેડનું ચિત્રણ

5. પૂરક રંગ

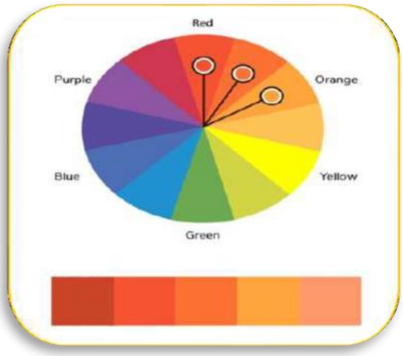
કલર વ્હીલમાં જે રંગ એકબીજાના વિપરીત હોય છે તેમને કોમ્પ્લીમેન્ટરી વ્હીલ્સ કહેવાય છે.



પૂરક રંગ

6. અનુરૂપ Analogous અથવા સમાન રંગ

ક્લર વ્હીલ પર એક બીજાની ઠીક બાજુમાં જોવા મળતા રંગ અનુરૂપ રંગ કહેવાય છે.



અનુરૂપ કે સમાન રંગ

7. વોર્મ કલર

લાલ, નારંગી અથવા પીળા રંગના અંડરટોન વાળા રંગ. વોર્મ કલર ચમકીલા અને ઊર્જાથી ભરેલ હોય છે અને આગળ તરફ વધે છે.

વોર્મ કલર

8. કૂલ કલર

વાદળી અથવા લાલ રંગના અંડરટોનવાળા કલર. કૂલ કલર વધુ સુખદાયક હોય છે અને થોડા વધુ ઓછા થઇ જાય છે.

કૂલ કલર

મેક અપ માટે કલર વ્હીલનું મહત્વ

આપણે જોયું છે કે રંગોને મોટે ભાગે વોર્મ અથવા કૂલના રૂપમાં વર્ગીકૃત કરવામાં આવે છે. અહી આ ધ્યાન આપવું જોઈએ કે મેકઅપ માટે રંગ યોજના પર અંડરટોનનો ખૂબ પ્રભાવ પડે છે. અંડરટોન નક્કી કરવાની બે સરળ રીતો છે.

1. વેન પરીક્ષણ

કાંડાની નીચે રક્ત નલિકાઓને જુઓ. જો લોહીની નળીનો રંગ વાદળી દેખાય તો અંડર ટોનને વોર્મ અંડર ટોન અંતર્ગત વર્ગીકૃત કરવામાં આવે છે. મેકઅપ માટે વોર્મ કલરનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

જો લોહીની નળી લીલી દેખાય તો તેને એક કુલ અંડર ટોનના રૂપે સમજવું જોઈએ. મેકઅપ આર્ટિસ્ટે મેકઅપ માટે કુલ કલર્સનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

2. જુના જ્વેલરી (ઘરેણાં)વાળી રીત

અંડરટોનથી એ પણ નિર્ધારિત કરી શકાય છે કે ગ્રાહક પર સોના અથવા ચાંદીના ઘરેણાં સારા લાગે છે કે નહિ. જો ગ્રાહક સોનાના ઘરેણામાં સારા દેખાય તો તેમનો અંડર ટોન વોર્મ હોય છે. જો ગ્રાહક માટે ચાંદીના ઘરેણાં યોગ્ય હોય તો અંડરટોન કુલ છે.

કલર વ્હીલથી ફાઉન્ડેશન, કન્સીલર, બ્લશ, આઈ લાઈનર અને લિપસ્ટિક માટે યોગ્ય રંગની ઓળખ કરવામાં મદદ મળે છે.

પાયાનો નિયમ એ છે કે કુલ અંડરટોન માટે કુલ કલર્સ અને વોર્મ અંડરટોન માટે વોર્મ કલર્સનો ઉપયોગ કરવામાં આવે

આપની પ્રગતિ ચકાસો.

1. પ્રાથમિક primary રંગોના નામ આપો.

2. દ્વિતીય રંગ કેવી રીતે મેળવી શકાય?

3. હ્યુ અને શેડને પરિભાષિત કરો.

4. ટીંટ શેડ અને ટોનમાં અંતર(ભેદ) સ્પષ્ટ કરો.

5. સૌથી યોગ્ય જવાબ પસંદ કરો

ક. તે રંગ જે કલર વ્હીલમાં એક બીજાની વિપરીત હોય છે , કહેવાય છે.

i . સમાન રંગ

ii પૂરક રંગ

iii. બંને(i) અને (ii)

iv ન તો (i) અને ન તો (ii)

ખ. કલર વ્હીલ પર એક બીજાની ઠીક બાજુમાં જોવા મળતા રંગ કહેવાય છે.

i. સમાન રંગ

ii. પૂરક રંગ

iii. બંને(i) અને (ii)

iv ન તો (i) અને ન તો (ii)

6. ખરું કે ખોટું જણાવો.

ક. પ્રાથમિક રંગ નારંગી, લીલો અને પીળો છે. (ખરું /ખોટું)

ખ. પીળા અને વાદળી રંગના મિશ્રણથી લીલો રંગ બને છે. (ખરું /ખોટું)

ગ. શેડ એક રંગનું મિશ્રણ છે જે આછાપણાને ઓછુ કરે છ. (ખરું /ખોટું)

ઘ. એ રંગો જે એકબીજાની બાજુમાં હોય છે તે પૂરક રંગ કહેવાય છે. (ખરું /ખોટું)

ડ. લાલ, નારંગી અથવા પીળા રંગની ઉપરવાળા રંગોને વોર્મ કલર કહેવાય છે.(ખરું /ખોટું)

સેશન 5 બિંદી ની મૂળ ડિઝાઈન

અધ્યયન નિષ્પત્તિ

આ એકમ પૂર્ણ થતા વિદ્યાર્થી નીચેના કાર્ય કરવામાં સક્ષમ હશે:

- બિંદીની વિવિધ ડિઝાઈનની સૂચી બનાવવી અને ગ્રાહકને યોગ્ય બિંદી ડીઝાઈનની સલાહ દેવી.

A9Y3E5

પરિચય

બિંદી એક પરંપરાગત પ્રતિક અને શૈલી છે અને સમગ્ર વ્યક્તિત્વમાં આકર્ષણ વધારે છે. બિંદી વિવિધ ડીઝાઈન, આકૃતિ , આકાર અને રંગમાં ઉપલબ્ધ છે.

1. નાગ Snake શૈલીની બિંદી

આ શૈલી વાઇલ્ડ અને ફેશનેબલ દેખાવમાં મદદ કરશે.આ એક ખુબ જ લોકપ્રિય ડીઝાઈન છે.

માગ શૈલીની બિંદી

2. અક્ષર Letter શૈલી બિંદી

આ પ્રકારની બિંદીથી બિંદી સ્ટીલ થોડી મજેદાર લાગે છે.

અક્ષર શૈલીની બિંદી

3.પ્રશ્ન ચિહ્ન Question mark શૈલી બિંદી

આ બિંદી ડિઝાઈન ફેટીશ અને ફ્રિકી લૂક આપે છે.

પ્રશ્ન ચિન્હ શૈલીની બિંદી

4. ડિઝાઈનર બિંદી

આ બિંદી સ્ટાઈલ ડિઝાઈનર સાડીઓની સાથે સરસ લાગે છે.

દીઝાઇનર બિંદી

5. આદિવાસી Tribal શૈલીની બિંદી

આ લાંબા સ્કર્ટ અને ટ્રાયબલ પ્રિન્ટ ટોપ માટે સૌથી વધુ યોગ્ય છે.

આદિવાસી શૈલીની બિંદી

6. કુલની શૈલીની બિંદી

આ એક સાધારણ બિંદી ડીઝાઈન છે. ભરતકામવાળી કુર્તિઓ અને સલવાર સાથે લગાવવાથી સુંદર લાગે છે.

ફૂલ શૈલીની બિંદી

7. પાર્ટી વેર બિંદી ડિઝાઈન

કાળી સાડી, ચણીયા ચોળી અને સેક્વિન વર્ક સલવાર સાથે લગાવવામાં આવતી આ બિંદી સ્ટાઈલ સૌથી સુંદર લાગે છે.

પાર્ટી વેર બીન્દીની ડીઝાઈન

8. હાફ મૂન સ્ટાઈલ બિંદી ડિઝાઈન

ચોરસ,લાંબી અને દિલ આકારના ચહેરા પર સૌથી સારી લાગે છે.

હાફ મૂન સ્ટાઈલ બીન્દીની ડીઝાઈન

9. સુરજ શૈલીની બિંદી ડિઝાઈન

બિંદી શૈલીનું એક એવું રૂપ જે રોશનીના દિવ્ય રૂપ સૂર્યનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે.

સૂરજ શૈલીની બીન્દીની ડિઝાઈન

આપની પ્રગતિ ચકાસો.

1. બિંદીની અમુક સામાન્ય શૈલીઓના નામ લખો.

2.કઈ પ્રકારની બિંદીથી બિંદીની સ્ટાઈલ મજેદાર લાગે છે?

3. કઈ બિંદી સ્ટાઈલ ફેટીશ અને ફ્રિકી લૂક આપે છે?

4. લાંબા સ્કર્ટ અને ટ્રાયબલ પ્રિન્ટ ટોપ માટે કઈ પ્રકારની બિંદી સૌથી વધુ યોગ્ય છે?

સેશન 6: ડ્રેપિંગ

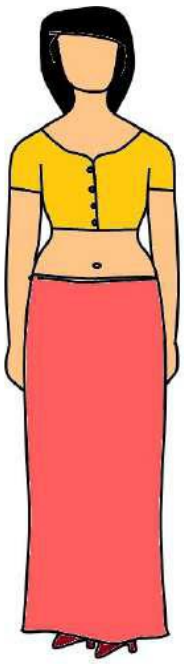
અધ્યયનની નિષ્પત્તિઓ

આ એકમ પૂર્ણ કર્યા પછી વિદ્યાર્થી નીચેના કાર્યો કરવા માટે સક્ષમ હશે:

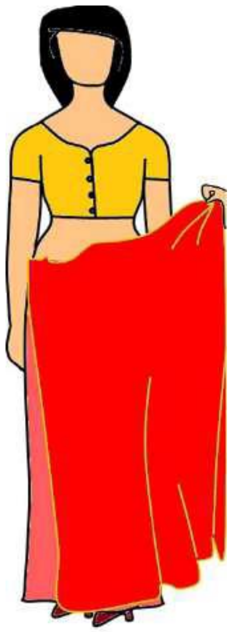
- નિવી શૈલીનો ઉપયોગ કરીને સાડીને ડ્રેપ કરવી અને
- ઘાઘરો અને દુપટ્ટાને ડ્રેપ કરવા.

સાડીને નિવી શૈલી અથવા એર હોસ્ટેસ શૈલીમાં ડ્રેપ કરવી

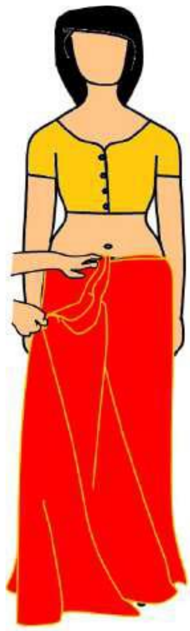
- સૌ પ્રથમ સાડીના આંતરિક અને બહારના ભાગ તેમજ સાડીના નીચેના અને ઉપરના છેડા વિશે જાણવું.
- ખાતરી કરો કે સાડી ક્રિઝ-ફ્રી છે.



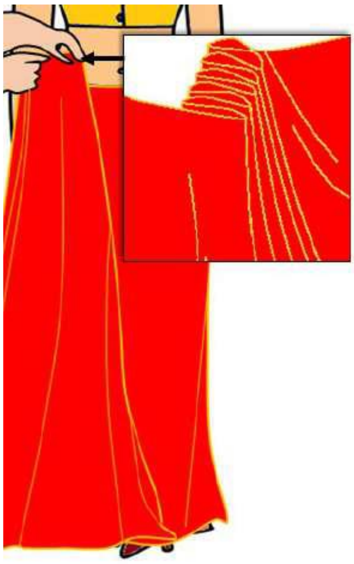
સ્ટેપ 1: ક્લાયન્ટને અંડરસ્કર્ટ (પેટીકોટ), બ્લાઉઝ અને ચપ્પલ અથવા સેન્ડલ પહેરવવા. તપાસવું કે અંડરસ્કર્ટ ચુસ્ત રીતે બંધાયેલ છે અને આગળના ભાગમાં કોઈ કરચલી (ફોલ્ડ) નથી.



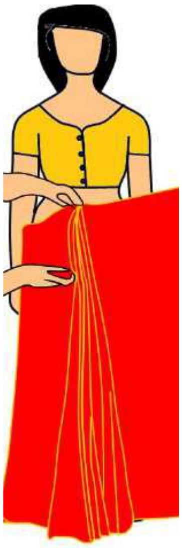
પગલું 2: સાડીના સૌથી અંદરના અને ઉપરના છેડાને સામેની બાજુ કમર ઉપર અંડરસ્કર્ટમાં ખોસવું.



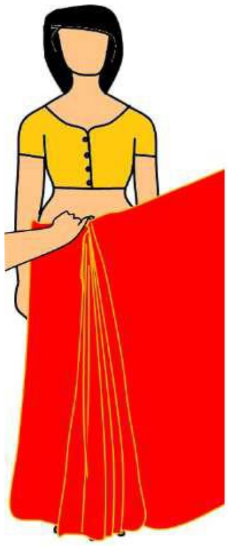
પગલું 3: સાડીને શરીરના નીચેના ભાગની આસપાસ એકવાર જમણેથી ડાબે લપેટવી. સાડીને કમર પર એવી રીતે બાંધતા રહો કે સાડીની લંબાઈમાં કોઈ કરચલી (ફોલ્ડ) ન પડે.



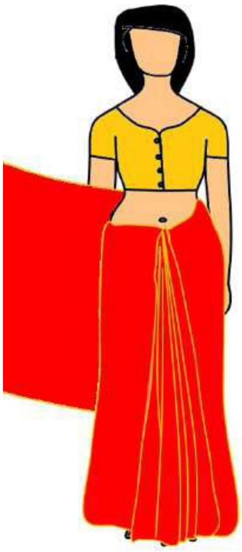
પગલું 4: હવે સાડીને એકસરખા આકારની 6-7 પાટલીઓમાં ભેગી કરવી જે સાડીના ફ્રેલના આધારે પહોળાઈમાં લગભગ 4 થી 6 ઇંચની વચ્ચે હશે.



પગલું 5: ચકાસો કે સાડીની લંબાઈ સાથે પાટલીઓ ક્રમમાં છે.



પગલું 6: નાભિની બિલકુલ નીચે, સ્કર્ટમાં સૌથી ઉપરના 3-5 ઇંચ ખોસવાં. ખાતરી કરવી કે સાડી જમીન સુધી પહોંચે પરંતુ નીચે સ્પર્શ ન કરે.



પગલું 7 : સાડીને ફરી એક વાર લપેટવી, તેને ખોસ્યાં વગર તેને હિપની આસપાસ ડાબેથી જમણે લપેટી અને તેને આગળની તરફ ગોળ કરવી.

પગલું 8: તેને ત્રાંસી કરીને શરીરના ઉપરના ભાગ તરફ લઇ જવી અને ખભા પર ડ્રેપ કરવી. બાકીનો જે ભાગ ખભા પરથી પીઠની નીચે ખુલ્લો રહીને પડે છે અને તેને પલ્લુ કહેવામાં આવે છે.

પગલું 9: પલ્લુની લંબાઈ ક્લાયન્ટની ઊંચાઈ અને પસંદગી પ્રમાણે 3 થી 5 ફૂટ સુધી હોય છે.

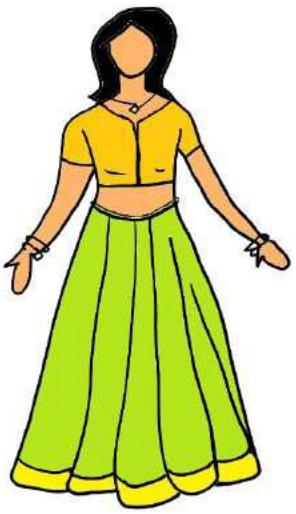
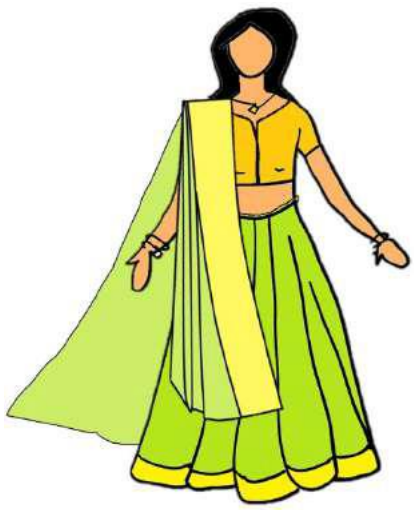
- સાડીની કિનારી આગળ-પાછળ સમાયોજિત કરો જેથી કિનારી સુગમ હોય અને પાટલીઓ સીધી અને સપ્રમાણ હોય અને ગ્રાહકની પસંદગી મુજબ મિડ્રિફને પર્યાપ્ત રીતે આવરી લેવામાં આવે.
- મોટા ભાગના લોકો ફોલ્ડ્સ અને પાટલીની સમપ્રમાણતા જાળવી રાખવા તેમજ સાડીને સુરક્ષિત રીતે, નીચે ન પડે તે માટે સાડીને વિવિધ બિંદુઓ પર પિન કરવાનું પસંદ કરે છે. સાડીને કમરના આગળના ભાગ પર અથવા ખભા પર જ્યાં પલ્લુ પડવાનું શરૂ થાય છે ત્યાં પીન કરી શકાય છે. પલ્લુની પાટલીને ખભા પર પણ પિન કરી શકાય છે અને કેટલીકવાર પીનનો ઉપયોગ સાડીની અંદરથી પાટલીઓ એકત્રિત કરવા માટે થાય છે.
- પલ્લુને ખભા નીચે લટકાવીને પાટલીમાં અથવા પાટલી વગર છોડી શકાય છે. તેને આસપાસ લપેટીને કમર પર પણ બાંધી શકાય છે અથવા જમણા ખભાની આસપાસ લપેટી શકાય છે અથવા કિનારીથી માથાને સુંદર રીતે ઢાંકી શકાય છે.

લહેંગા દુપટ્ટા કેવી રીતે બાંધવા?

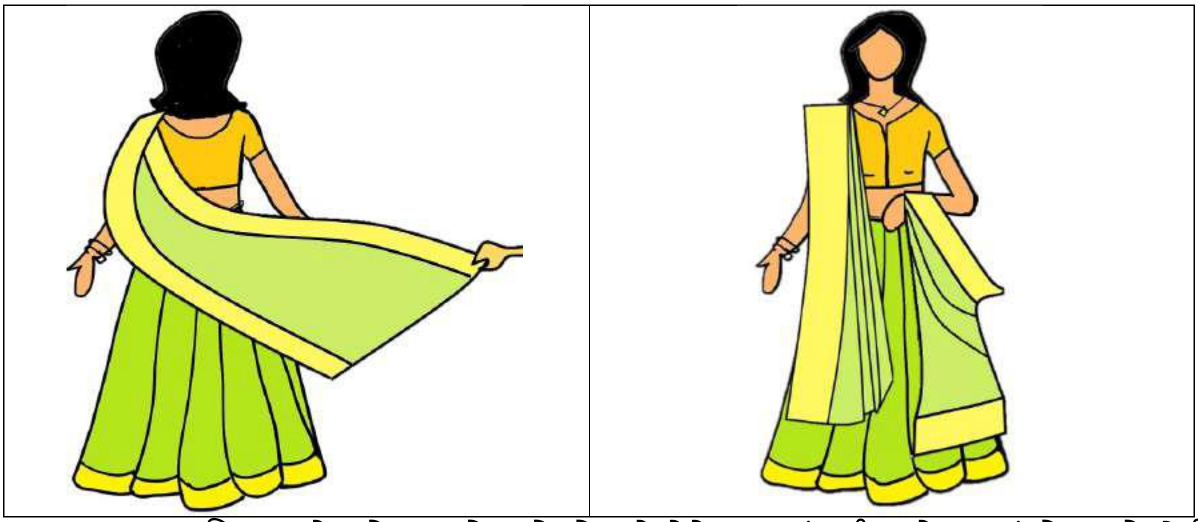
1. કાંડા પર બાંધો:

R2L1P6

- પહેલા દુપટ્ટાના અંદરના અને બહારના ભાગને શોધો.
- ખાતરી કરો કે દુપટ્ટો ક્રીઝફ્રી છે.

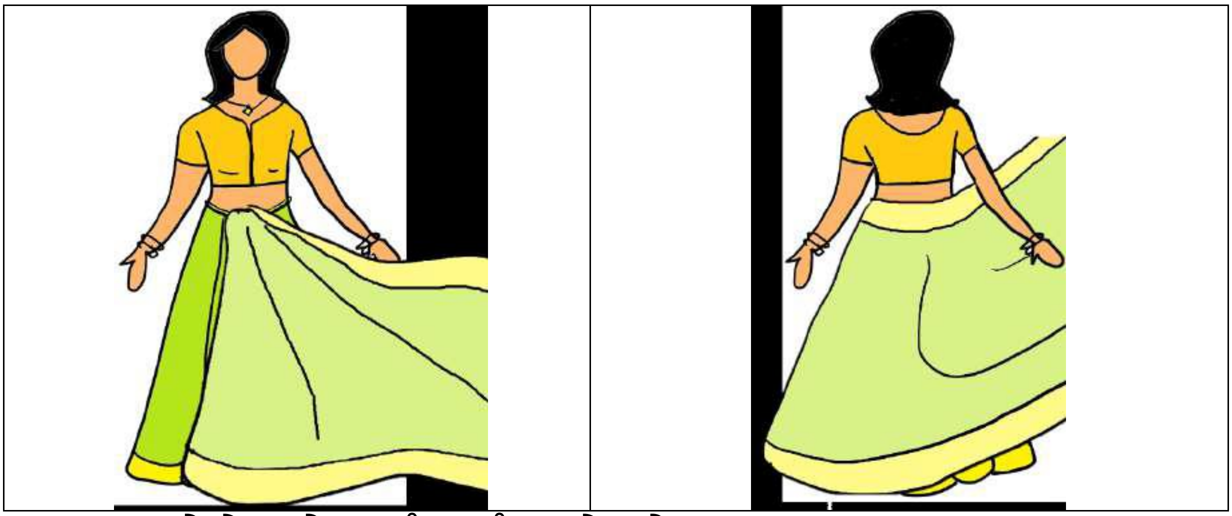
- ક્લાયન્ટને પહેલા લહેંગા અને ચોલી પહેરાવો.
- લહેંગો ચુસ્ત રીતે બંધાયો છે કે નહીં તે તપાસો.
- દુપટ્ટાની પાટલી બનાવો અને પાટલીને જમણા ખભા પર એવી રીતે મૂકો કે દુપટ્ટાનો સૌથી બહારનો છેડો ખભા પરથી ઉતરીને ઘૂંટણથી થોડો નીચે પહોંચે.
- ખાતરી કરો કે સહુથી ઉપરની પ્લેટનો ખુલ્લો છેડો બહાર તરફ છે અને ફોલ્ડ કરેલ ભાગ ગરદન તરફ છે.
- ખભા પર પાટલીને શર્ટની અંદર સેફ્ટી પીન વડે ફિક્સ કરો, જેથી એ દેખાય નહિ.



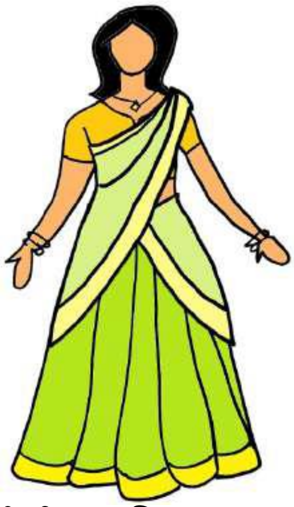
- દુપટ્ટાના વિરુદ્ધના છેડાનો ઉપરનો ખૂણો લો અને તેને ડાબા કાંડાની ફરતે લૂપમાં ફોલ્ડ કરો જેથી કરીને માત્ર બોર્ડર જ દેખાય.
- સેફ્ટી પિન વડે કાંડાની આસપાસના લૂપને સુરક્ષિત કરો.
- નીચેનો ખૂણો સંપૂર્ણપણે કાંડા પરથી પડવા દો.

2. અડધી સાડી:

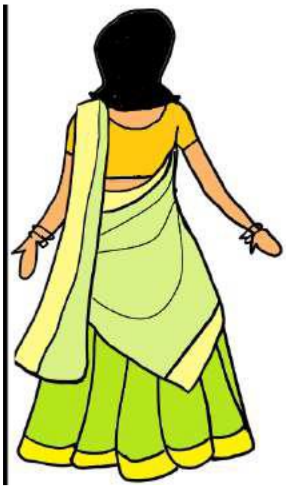
દક્ષિણ ભારતમાં આ શૈલીનો ઉપયોગ થાય છે. દુપટ્ટો કમરની આસપાસ વીંટાળવામાં આવે છે.



- દુપટ્ટાનો એક ખૂણો કમરની જમણી બાજુએ રાખો.
- દુપટ્ટો કમરની આસપાસ લપેટો.



- બીજા છેડાની પાટલી વાળો અને તેને ડાબા ખભા પર એવી રીતે સુરક્ષિત કરો કે છેડો સુંદર રીતે પાછળ પડે અને ઘૂંટણની નીચે સુધી પહોંચે.

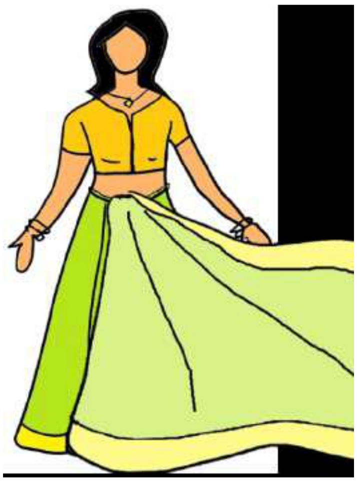


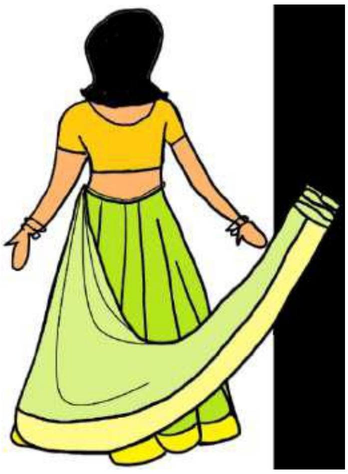
a

- ખાતરી કરો કે દુપટ્ટો પાછળથી વી બનાવે છે અને તેને ચુસ્ત રીતે લપેટવામાં આવ્યો છે.

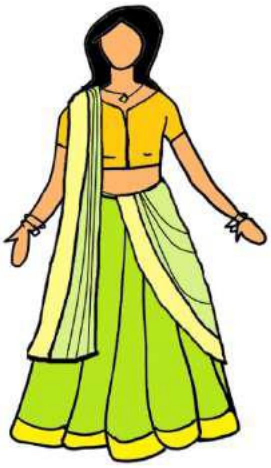
3. વી પલ્લુ:

આ ગુજરાતી/રાજસ્થાની શૈલી છે.





- દુપટ્ટાનો એક ખૂણો કમરની જમણી બાજુએ રાખો.
- બીજા છેડે પાટલીઓ બનાવો.



- પાટલીઓને ઘૂંટણ સુધી આગળની તરફ પડવા દો.
- પાટલીઓને જમણા ખભા પર પિન વડે સુરક્ષિત કરો.

- દુપટ્ટાનો અંદરનો ખૂણો સામેની બાજુ લઈને પોતાના ડાબા ખભા પર રાખો.
- ખાતરી કરો કે વી આકાર આગળના ભાગમાં છે. વીને એક પીનની સાથે ઉપરની તરફ લગાવીને સુરક્ષિત કરો.

પ્રાયોગિક અભ્યાસ

ગતિવિધિ 1: નૌકાદળ શૈલી અથવા એર હોસ્ટેસ શૈલીમાં સાડીને ડ્રેપ કરવી.

જરૂરી સામગ્રી:

- સાડી

તબક્કાવાર પ્રક્રિયા:

પગલું 1: ક્લાયન્ટને અંડરસ્કર્ટ (પેટીકોટ), બ્લાઉઝ અને ચપ્પલ અથવા સેન્ડલ પહેરાવો. તપાસો કે અંડરસ્કર્ટ ચુસ્ત રીતે બંધાયેલ છે અને આગળના ભાગમાં કોઈ ફોલ્ડ નથી.

પગલું 2: સાડીના અંદરના અને ઉપરના છેડાને અંડરસ્કર્ટમાં કમર પર આગળના ભાગમાં દાખલ કરો.

પગલું 3: સાડીને શરીરના નીચેના ભાગની ચારે બાજુ જમણેથી ડાબે એકવાર લપેટી લો. સાડીને કમર પર એવી રીતે બાંધતા રહો કે સાડીની લંબાઈમાં ફોલ્ડ ન પડે.

પગલું 4: હવે સાડીને એકસરખા કદની 6-7 પાટલીઓમાં ભેગી કરો જે સાડીના ફોલના આધારે લગભગ 4 થી 6 ઇંચની પહોળાઈની વચ્ચે હશે.

પગલું 5: તપાસો કે સાડીની લંબાઈ સાથે પાટલીઓ ક્રમમાં છે.

પગલું 6: નાભિની બિલકુલ નીચે, સ્કર્ટમાં સૌથી ઉપરના 3-5 ઇંચને ટક કરો. ખાતરી કરો કે સાડી જમીન સુધી પહોંચી જાય પરંતુ તેને સ્પર્શ ન કરે.

પગલું 7 : સાડીને ટક કર્યા વિના હિપની ચારે બાજુ ડાબેથી જમણે ફરી એક વાર લપેટો અને આગળના ભાગમાં ગોળ કરો.

પગલું 8 : તેને ત્રાંસુ કરતા કરતા શરીરના ઉપરના ભાગ તરફ લઇ જાઓ અને તેને ખભા પર ડ્રેપ કરો. બાકીનો ભાગ ખભા પરથી પાછળની બાજુએ ખુલ્લી રીતે પડે છે અને તેને પલ્લુ કહેવામાં આવે છે.

પગલું 9 : ગ્રાહકની ઊંચાઈ અને પસંદગી અનુસાર પલ્લુની લંબાઈ 3 થી 5 ફૂટ હોય છે.

ગતિવિધિ 2: લેહેંગા દુપટ્ટાને વી પલ્લુ શૈલીમાં ડ્રેપ કરો.

જરૂરી સામગ્રી:

- લહેંગા
- દુપટ્ટા

તબક્કાવાર પ્રક્રિયા:

પગલું 1: દુપટ્ટાના એક ખૂણાને કમરમાં જમણી બાજુએ લગાવો.

પગલું 2: બીજા છેડે પાટલીઓ બનાવો.

પગલું 3: પાટલીઓને ઘૂંટણ સુધી આગળ પડવા દો.

પગલું 4: પાટલીઓને જમણા ખભા પર પિન વડે સુરક્ષિત કરો.

પગલું 5: દુપટ્ટાના આંતરિક ખૂણાને આગળ લાવો અને તેને તમારા ડાબા ખભા પર મૂકો.

પગલું 6: ખાતરી કરો કે વી આકાર આગળના ભાગમાં છે. એક પિન વડે વી ને ઉપરની તરફ લગાવીને સુરક્ષિત કરો.

સેશન 7 : મેકઅપ દૂર કરવાની પદ્ધતિઓ

અધ્યયનની નિષ્પત્તિઓ

આ એકમ પૂર્ણ કર્યા પછી વિદ્યાર્થી નીચેના કાર્યો કરવા માટે સક્ષમ હશે:

- મેકઅપ દૂર કરવાની વિવિધ પદ્ધતિઓનું વર્ણન કરવું અને
- વાઇપ્સ, ટોનર, માઇસેલર વોટર, કોલ્ડ ક્રીમ અને ક્લીન્ઝિંગ ઓઇલનો ઉપયોગ કરીને મેકઅપ દૂર કરવો.

U1R8V5

પરિચય

આ સેશનમાં, આપણે મેકઅપને દૂર કરવાની વિવિધ તકનીકોનો અભ્યાસ કરીશું.

મેકઅપ દૂર કરવાની તકનીકો Makeup Removal Techniques
1. વાઈપ્સ અથવા ટોવેલેટ્સનો ઉપયોગ કરવો
2. ટોનરનો ઉપયોગ કરવો
3. માઇસેલર પાણીનો ઉપયોગ કરવો
4. કોલ્ડ ક્રીમનો ઉપયોગ કરવો
5. ક્લીન્ઝિંગ ઓઇલનો ઉપયોગ કરવો

મેકઅપ દૂર કરવાની પદ્ધતિઓ

વાઈપ્સ અથવા ટોવેલેટ્સ

આ તકનીક રોજિંદા ઉપયોગ માટે સૌથી યોગ્ય છે અને સફાઈ માટે પૂર્વ-તબક્કા તરીકે કામ કરે છે. આ વાઇપ્સ વડે ફાઉન્ડેશન, ક્લીન્ઝિંગ અને આઇ શેડો દૂર કરી શકાય છે.

આ વાઇપ્સ લઇ જવા માટે સરળ છે અને મુસાફરી કરતી વખતે ચહેરાને તાજો રાખવા માટે તેનો ઉપયોગ કરી શકાય છે. આલ્કોહોલ ફ્રી વાઇપ્સનો ઉપયોગ કરવાનું સૂચન કરવામાં આવે છે કારણ કે તેનાથી ત્વચાની સુકાઈ જવાની શક્યતા ઓછી હોય છે.

વાઈપ્સનો ઉપયોગ કરી મેકઅપ દૂર કરવો.

ટોનરનો ઉપયોગ કરવો Using a Toner

ટોનર મેકઅપને દૂર કરવા માટે ક્લિન્ઝિંગના પૂર્વ તબક્કા તરીકે કામ કરે છે. ટોનર્સ સ્વચ્છ ત્વચા પ્રદાન કરે છે અને ત્વચાના રંગને તાજો કરે છે. ટોનરનો ઉપયોગ કરવા માટે કોટન પેડ જરૂરી છે. કોટન પેડમાં ટોનરના થોડા ટીપાં મિક્સ કરો અને ત્વચાને હળવા હાથે સાફ કરો.

નૉન ડ્રાઇંગ, આલ્કોહોલ ફ્રી ટોનરનો ઉપયોગ કરવો એ વધુ સારું છે. આવા ટોનર્સ ભીનાશ ઊડી જવાની સામે મદદ કરે છે.

ટોનર

માઈસેલર પાણીનો ઉપયોગ કરવો

માઈસેલર પાણી

આ પદ્ધતિની શોધ ફારસીઓ દ્વારા કરવામાં આવી હતી અને હાલમાં તે યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સ ઓફ અમેરિકામાં સૌથી વધુ લોકપ્રિય છે. માઈસેલર પાણી મેકઅપને દૂર કરે છે, સાથે સાથે ત્વચાને સાફ કરે છે અને હાઇડ્રેટ કરે છે. હાલતાં ચાલતાં તાજો ચહેરો મેળવવા માટે આ પરફેક્ટ પ્રોડક્ટ છે. શુષ્ક ત્વચાવાળા ગ્રાહકો માટે આ ઉત્પાદનની ભલામણ કરવામાં આવે છે. માઇસેલર પાણી ચુંબકની જેમ મેકઅપ અને ગંદકીને આકર્ષે છે. મેકઅપ અને ગંદકી દૂર કરવા માટે કોટન સ્વેબમાં માઇસેલર પાણીના થોડા ટીપાં મિક્સ કરો અને તેને ત્વચા પર સ્વાઇપ કરો.

કોલ્ડ ક્રીમનો ઉપયોગ Using Cold Cream

કોલ્ડ ક્રીમ

મેકઅપ દૂર કરવા કોલ્ડ ક્રીમનો ઉપયોગ પણ કરી શકાય છે. કોલ્ડ ક્રીમ એ ખનિજ તેલ, પાણી અને મીણનું એક ઈમલ્શન અથવા પ્રવાહી મિશ્રણ છે.

મેકઅપ દૂર કરવા માટે, વાઇપને ક્રીમમાં ડુબાડો અને ભારે મેકઅપવાળા ભાગો જેમ કે ચહેરો, આંખો, ગાલ, નાક અને કપાળ પર સ્વાઇપ કરો.

કોલ્ડ ક્રીમ મોઇશ્ચરાઇઝર તરીકે પણ કામ કરે છે.

શુદ્ધિકરણ તેલનો ઉપયોગ કરવો. Using Cleansing Oil	
આંખનો ભારે મેકઅપ અને શુષ્ક ત્વચાને દૂર કરવા માટે ક્લીન્ઝિંગ તેલની જરૂર પડે છે. જો કે, એ નોં ધવું જોઇએ કે ક્લીન્ઝિંગ તેલ તમામ પ્રકારની ત્વચા માટે સૌથી યોગ્ય છે. એક કોટન પેડ પર તેના થોડા ટીપાં નાખો અને ત્વચા પર લગાવો. શુષ્ક ત્વચા પર, ખાસ કરીને આંખોની આસપાસની નાજુક શુષ્ક ત્વચા પર સફાઇ કરવાવાળું તેલ ઓછું કઠોર હોય છે. તેલ દૂર કરવા માટે, સાફ કરેલ વિસ્તારને ગરમ પાણીથી ધોઈ લો અને નિયમિત સફાઈ કરવા માટેના વાઇપ્સનો ઉપયોગ કરો.	ક્લીન્ઝિંગ તેલનો ઉપયોગ કરી મેકઅપ દૂર કરવો *Makeup removal using a cleansing oil*

પ્રાયોગિક અભ્યાસ

ગતિવિધિ 1: ટોનરનો ઉપયોગ કરીને મેકઅપ દૂર કરો

જરૂરી સામગ્રી:

- કોટન પેડ
- ટોનર

તબક્કાવાર પ્રક્રિયા:

પગલું 1: કોટન પેડમાં ટોનરના થોડા ટીપાં મિક્સ કરો.

પગલું 2: ત્વચાને હળવા હાથે સાફ કરો.

પ્રવૃત્તિ 2: કોલ્ડ ક્રીમ વડે મેકઅપ દૂર કરો

જરૂરી સામગ્રી:

- વાઈપ્સ
- કોલ્ડ ક્રીમ

તબક્કાવાર પ્રક્રિયા:

પગલું 1: એક વાઇપને ક્રીમમાં ડૂબાડો

પગલું 2: ચહેરો, આંખો, ગાલ, નાક અને કપાળ જેવા ભારે મેકઅપવાળા ભાગોપર સ્વાઇપ કરો.

પ્રવૃત્તિ 3: ક્લીન્ઝિંગ તેલનો ઉપયોગ કરીને મેકઅપ દૂર કરો.

જરૂરી સામગ્રી:

- કોટન પેડ
- ક્લીન્ઝિંગ તેલ

તબક્કાવાર પ્રક્રિયા:

પગલું 1: કોટન પેડ પર થોડા ટીપાં લગાવો.

પગલું 2: ત્વચા પર થપથપાવો .

પગલું 3: તેલ દૂર કરવા માટે સાફ કરેલ ભાગને ગરમ પાણીથી ધોઈ લો અને નિયમિત ક્લીન્સર કરવા માટેના પદાર્થ વડે આગળ કામ કરો.

તમારી પ્રગતિ તપાસો:

1. મેકઅપ દૂર કરવાની સામાન્ય રીતે વપરાતી કેટલીક પદ્ધતિઓની યાદી બનાવો.

2. રોજિંદા ઉપયોગ માટે મેકઅપ દૂર કરવાની કઈ તકનીક સૌથી યોગ્ય છે?

3. ત્વચાને શુદ્ધ કરવા અને રંગને તાજો કરવા માટે કયા એજન્ટનો ઉપયોગ થાય છે?

4. સાચું કે ખોટું કહો

અ. વાઇપ્સ ફાઉન્ડેશન, કન્સિલર અને આઈ શેડોને દૂર કરી શકે છે (સાચું / ખોટું)

બ. ટોનર્સ સ્વચ્છ ત્વચા પ્રદાન કરે છે અને ત્વચાને તાજગી આપે છે. (સાચું / ખોટું)

ક. માઇસેલર વોટર મેકઅપને દૂર કરે છે અનર તે જ સમયે ત્વચાને સાફ કરે છે અને હાઇડ્રેટ કરે છે. (સાચું / ખોટું)

ડ. કોલ્ડ ક્રીમ એ ખનિજ તેલ, પાણી અને મીણનું મિશ્રણ છે. (સાચું / ખોટું)

શબ્દ	વર્ણન
એલર્જીવાળી અને સંવેદનશીલ ત્વચા	ઠંડી, ગરમી અને પવન પ્રત્યે ખૂબ જ સંવેદનશીલ.
સુસંગત રંગો	રંગ ચક્ર પર એકબીજાની બરાબર બાજુમાં જોવા મળતા રંગોને સુસંગત રંગો કહેવામાં આવે છે.
બ્લશર	બ્લશરનો ઉપયોગ ચહેરાની વિશેષતાઓ જેમ કે ગાલ અને આંખોને નિખારવા માટે થાય છે.
મિશ્રિત સ્કિન	આને તૈલી કેન્દ્ર પેનલ અથવા છિદ્રો અને હળવા તેલયુક્ત ટી-ઝોન દ્વારા ઓળખી શકાય છે.
પૂરક રંગો	રંગ ચક્ર પર એકબીજાની વિરુદ્ધ હોય તેવા રંગોને પૂરક રંગો કહેવામાં આવે છે.
ઠંડા રંગો	વાદળી અથવા લાલ રંગના અન્ડરટોન સાથેના રંગો.
શુષ્ક ત્વચા	શુષ્ક ત્વચા સેબેસીયસ ગ્રંથીઓમાંથી લુબ્રિકેશનના અભાવને કારણે થાય છે. Dry skin is due to lack of lubrication from the sebaceous glands.
આઈલાઈનર	આઈલાઈનરનો ઉપયોગ આંખના ભાગને સ્પષ્ટ કરવામા અને આંખો અને પાપણોને ઉભાર બતાવવા માટે કરવામાં આવે છે.
ફાઉન્ડેશન	સુગમ અને એક સમાન રંગ પ્રાપ્ત કરવા માટે ફાઉન્ડેશન લાગુ કરવામાં આવે છે.
ફાઉન્ડેશન પ્રાઈમર	આ ફાઉન્ડેશનનો ઉપયોગ નાની તિરાડો અને છિદ્રોને ભરવા માટે થાય છે.
હ્યુ	હ્યુને આ રીતે વ્યાખ્યાયિત કરી શકાય છે, "એ ડીગ્રી જેના માટે ઉત્તેજનાને લાલ, લીલો, વાદળી અને પીળો તરીકે વર્ણવેલ ઉત્તેજનાથી સમાન અથવા અલગ રૂપમાં વર્ણવી શકાય છે".
લિક્વિડ (ક્રીમ) ફાઉન્ડેશન	ક્રીમ ફાઉન્ડેશન સામાન્ય અથવા શુષ્ક ત્વચા માટે યોગ્ય છે.

મસ્કરા	મસ્કરા કોસ્મેટિકનો ઉપયોગ પાંપણોમાં ઉભાર લાવવા માટે થાય છે
પરિપક્વ ત્વચા	શુષ્ક, ફાટેલી અને નિર્જલીકૃત દેખાય છે.
સામાન્ય ત્વચા	આ શુષ્ક અને તૈલી ત્વચા વચ્ચેનું સંતુલન છે.
ઓઈલ બેઝ્ડ ફાઉન્ડેશન મેકઅપ	આ પ્રકારનું ફાઉન્ડેશન શુષ્ક ત્વચા માટે શ્રેષ્ઠ છે અને અસ્થાયી 'જાડી' ત્વચા પર પ્રભાવ પ્રદાન કરે છે.
તૈલી ત્વચા	અન્ય પ્રકારની ત્વચાની સરખામણીમાં આ પ્રકારની ત્વચા વધુ જાડી અને રફ છે.
પ્રાથમિક રંગ	પ્રાથમિક રંગો લાલ, પીળો અને વાદળી છે.
ગૌણ રંગ	પ્રાથમિક રંગોનું મિશ્રણ કરીને ગૌણ રંગો મેળવી શકાય છે.
શેડ	શેડ એ રંગોનું મિશ્રણ છે જે હળવાશ ઘટાડે છે.
તૃતીય રંગ	ગૌણ રંગોની બંને બાજુના રંગોને તૃતીય રંગો કહેવામાં આવે છે.
ટિન્ટ	ટિન્ટને સફેદ રંગ સાથે રંગના મિશ્રણ તરીકે વ્યાખ્યાયિત કરવામાં આવે છે.
ટીન્ટેડ મોઈશ્ચરાઈઝર	ટીન્ટેડ મોઈશ્ચરાઈઝરનો ઉપયોગ અમુક અસમાનતાને આવરી લેવા અને હળવા કવરેજ આપવા માટે થાય છે.
ટોન	'ટ્રૂ ટોન' એ શુદ્ધ ગ્રે સાથે કોઈપણ રંગનું સંયોજન છે.
અંડરટોન	ત્વચાના શેડનું વર્ણન કરે છે.
વોર્મ રંગ	લાલ, નારંગી અથવા પીળા રંગના અન્ડરટોન વાળા રંગો.

ક્ષેત્ર : સૌંદર્ય અને સંભાળ (Beauty and Wellness)

કાર્ય ભૂમિકા: સૌંદર્ય ઉપચારક(બ્યુટી થેરાપિસ્ટ)

એકમ 2 : ફેશિયલ બ્યુટી સેવાઓ

I6Q7G3

એકમ- 2 મૂળભૂત ડેપીલેશન સર્વિસીસ

અધ્યયન નિષ્પત્તિ

આ એકમ પૂર્ણ કર્યા પછી વિદ્યાર્થી નીચેના કર્યો કરવામાં સક્ષમ હશે:

- ચેહરા પર વરાળ (ફેસયલ સ્ટીમિંગ) લેવાનું મહત્વ સમજવું;
- સ્ટીમરનો ઉપયોગ કરી ચેહરા પર વરાળ લેવી;
- ઇલેકટ્રો ફેશિયલ દ્વારા ત્વચાની સારવાર માટેની વિવિધ પદ્ધતિઓનું વર્ણન કરવું;
- ડીપ કલીન્સિંગ માટે ઇલેક્ટ્રોનિક બ્રશનો અસરકારક રીતે ઉપયોગ કરવો
- ત્વચાનો ગૈલ્વેનિક ઇલેક્ટ્રો ફેશિયલ ઉપચાર પૂરો કરવો;
- લિમ્ફૈટીક ડ્રેનેજ ફેશિયલ મશીનનો ઉપયોગ કરવો; અને
- અલ્ટ્રાસોનિક એક્સ્ફોલિયેશન કરવું

પરિચય

આપણે આ એકમમાં નવી સારવાર પદ્ધતિ "કોસ્મેટિક ઇલેક્ટ્રો થેરાપી"ની શરૂઆત કરી રહ્યાં છીએ, જેને "ઇલેક્ટ્રિકલ-ફેશિયલ સ્કિન ટ્રીટમેન્ટ" તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. સ્નાયુઓની ટોનિંગ અને ચહેરાના માઇક્રો-લિફ્ટિંગ જેવી અનેક રોગનિવારક અસરોને પ્રાપ્ત કરવા માટે ત્વચામાંથી ખૂબ જ ઓછો ઇલેક્ટ્રિક પ્રવાહ (low current) પસાર કરવામાં આવે છે. કોસ્મેટિક ઇલેક્ટ્રોથેરાપીનો ઇતિહાસ 19મી સદીનો છે.

વિદ્યુત પ્રવાહ ત્વચાની ગુણવત્તામાં વધારો કરે છે અને ત્વચાની સંભાળ માટે વિવિધ ઉત્પાદનોની અસરકરકતા માં પણ સુધારો કરે છે.

કરંટ અને તેના ઉપયોગના આધારે, કોસ્મેટિક ઇલેક્ટ્રોથેરાપીને ચાર પ્રકારમાં વર્ગીકૃત કરી શકાય છે:

- ગેલ્વેનિક સારવાર
- ન્યુરો મસ્ક્યુલર ઇલેક્ટ્રિકલ સ્ટીમ્યુલેશન (NMES)
- માઇક્રો-કરન્ટ ઇલેક્ટ્રિકલ ન્યુરો મસ્ક્યુલર સ્ટીમ્યુલેશન) MENS)
- ઉચ્ચ આવર્તન High–frequency સારવાર

ઇલેક્ટ્રિકલ-ફેશિયલ સ્કિન ટ્રીટમેન્ટની દરેક કાર્ય પદ્ધતિઓમાં સામાન્ય ફેર છે .મૂળભૂત પ્રક્રિયામાં જરૂરી અંતિમ પરિણામ પ્રાપ્ત કરવા માટે હકારાત્મક અથવા નકારાત્મક ધ્રુવો અથવા બંનેનો ઉપયોગ શામેલ છે.

આ એકમમાં, આપણે નીચેની બાબતોનો અભ્યાસ કરીશું:

- ફેશિયલ સ્ટીમિંગ
- ડીપ ક્લીનિંગ માટે ઇલેક્ટ્રિકલ બ્રશનો ઉપયોગ
- ગેલ્વેનિક ઇલેક્ટ્રો-ફેસિયલ ત્વચાની સારવાર
- લિમ્ફૈટિક ડ્રેનેજ ફેશિયલ મશીન
- અલ્ટ્રાસોનિક એક્સ્ફોલિયેશન

સેશન :1 ફેશિયલ સ્ટીમર

અધ્યયન નિષ્પત્તિ

આ પાઠ પૂર્ણ કર્યા પછી વિદ્યાર્થી નીચે પ્રમાણેના કર્યો કરવામાં સક્ષમ હશે:

- ફેશિયલ સ્ટીમિંગનું મહત્વ જણાવવું;
- સ્ટીમિંગના મહત્વની યાદી બનાવવી; અને
- ફેસ ટ્રીટમેન્ટનો ઉપયોગ કરીને ફેસ સ્ટીમિંગ કરવું.

પરિચય

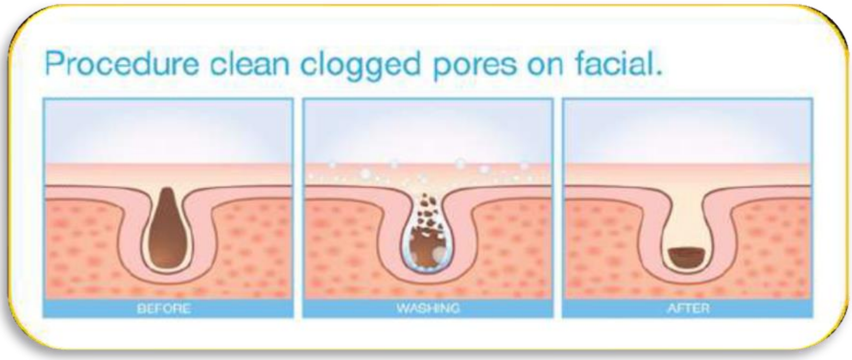
ગરમ વરાળ (વોર્મ સ્ટીમ) છિદ્રોમાંથી અશુદ્ધિઓ, બેક્ટેરિયા અને ગંદકીઓને દૂર કરીને ત્વચાની સપાટીને નરમ બનાવે છે. ચહેરાને વરાળ આપવી એ પણ ચેહરાને આરામ આપવાની એક રીત છે કારણ કે તે રક્ત પરિભ્રમણમાં સુધારો કરે છે અને આગળની સફાઈ (ક્લીનઝિંગ) માટે છિદ્રો ખોલે છે.

વરાળ લેવાના (સ્ટીમિંગના) ફાયદા:
સ્ટીમિંગના નીચે પ્રમાણેના ફાયદા છે:

- રોમ છિદ્રોને ખુલ્લા રાખે છે
- બ્લેક હેડ્સને નરમ (ઢીલા) કરે છે
- ગંદકી દૂર કરે છે
- મૃત ત્વચાને દૂર કરે છે
- ખીલ થતા અટકાવે છે

- લગાવેલ મેકઅપને કાઢવામાં મદદ કરે છે
- બેક્ટેરિયાને મારી નાખે છે

વરાળ લીધા પછી ગ્લોઇંગ ત્વચા

ચેહરાને વરાળ (ફેસ સ્ટીમ) કેવી રીતે આપવી?
પગલું 1: એક વાસણમાં પાણી ઉકાળો અથવા વિકલ્પ તરીકે ફેશિયલ સ્ટીમરનો ઉપયોગ કરો. **પગલું 2**: મેકઅપ, ગંદકી, તેલ અથવા પરસેવો દૂર કરવા માટે હળવા ક્લીન્સરનો ઉપયોગ કરો. ક્યારેય પણ ભારે સાબુ અથવા સ્ક્રબનો ઉપયોગ ન કરવો. **પગલું 3**: ઉકળતા પાણીમાં કેટલાક આવશ્યક તેલ અથવા જડીબુટ્ટીઓ ઉમેરો. ખાતરી કરો કે સુગંધ વરાળ બનીને ઉડી જાય. **પગલું 4** :માથાને ટુવાલ વડે એવી રીતે ઢાંકો કે તે ચહેરાની બંને બાજુઓને ઢાંકી દે અને વરાળ સંપૂર્ણપણે ટુવાલની અંદર રહે. ત્વચા પર વરાળ અનુભવાય તેટલો ચેહરો વરાળની નજીક રાખો. 10 મિનિટથી વધુ સમય માટે વરાળ ન આપવી જોઈએ, તે સુનિશ્ચિત કરવું.  બંધ રોમ છીદ્રો પર વરાળની અસર

J1I1H3

ફેશિયલ મસાજ

પગલું 1 મેકઅપ કાઢી નાખો.
પગલું 2: કાર્ય વિસ્તાર તૈયાર કરો. મસાજ કરવાની જગ્યા સાફ-સ્વચ્છ હોવી જોઇએ.
પગલું 3: સ્વચ્છ ઓશીકું, ટુવાલ, મિલ્કી ફેસ લોશન, ફેસ માસ્ક, રીન્સ, ટોનર અને મોઇશ્ચરાઇઝર જેવા સ્ત્રોતોની વ્યવસ્થા કરવી.
પગલું 4: તમારા હાથને સારી રીતે ધોઇ લો.
પગલું 5: ક્લાયન્ટને મસાજ બેડ પર સૂવા અથવા ખુરશી પર બેસવાનું કહો. ક્લાયન્ટને સુખદાયી બનાવો.

પગલું 6: મિલ્કી ફેસ લોશન લો અને ત્વચા પર હળવા હાથે લગાવો.
પગલું 7: કપાળ પર આંગળીઓ વડે ગોળાકાર બને તે રીતે મસાજ કરો.
પગલું 8: સૌપ્રથમ આંગળીઓની ટોચ વડે કાનપટ્ટીની મસાજ કરો. બંને બાજુઓ પર હળવું દબાણ આપો
પગલું 9: સૌપ્રથમ આંગળીઓની ટોચ વડે ગાલના હાડકાંને (ચીકબોન્સ) મસાજ કરો. હળવું દબાણ આપો.
પગલું 10: જડબું અને ગાલના નીચેના ભાગ પર મસાજ કરો.
પગલું 11: કાનની આસપાસ મસાજ કરો.
પગલું 12: ચહેરો ધોઇ લો અને ટોનર લગાવો.

પ્રાયોગિક અભ્યાસ

પ્રવૃત્તિ 1: ચહેરા પર વરાળ લેવી
જરૂરી સામગ્રી:

- ફેશિયલ સ્ટીમર
- ક્લીન્ઝર
- આવશ્યક તેલ અથવા જડીબુટ્ટીઓ
- ટુવાલ

સ્ટેપ બાય સ્ટેપ પ્રોસેસ:
પગલું 1: એક વાસણમાં પાણી ઉકાળો અથવા વિકલ્પ તરીકે ફેશિયલ સ્ટીમરનો ઉપયોગ કરો.

પગલું 2: મેકઅપ, ગંદકી, તેલ અથવા પરસેવો દૂર કરવા માટે હળવા ક્લીન્સરનો ઉપયોગ કરો. ક્યારે પણ ભારે સાબુન અથવા સ્ક્રબનો ઉપયોગ ન કરવો.

પગલું 3: ઉકળતા પાણીમાં કેટલાક આવશ્યક તેલ અથવા જડીબુટ્ટીઓ ઉમેરો. ખાતરી કરો કે સુગંધ વરાળ બનીને ઉડી જાય.

પગલું 4 :માથાને ટુવાલ વડે એવી રીતે ઢાંકો કે તે ચહેરાની બંને બાજુઓને ઢાંકી દે અને વરાળ સંપૂર્ણપણે ટુવાલની અંદર રહે. ત્વચા પર વરાળ અનુભવાય તેટલો ચેહરો વરાળની નજીક રાખો. 10 મિનિટથી વધુ સમય માટે વરાળ ન આપવું જોઈએ, તે સુનિશ્ચિત કરવું.

તમારી પ્રગતિ તપાસો

1. ફેશિયલ સ્ટીમિંગ શા માટે કરવામાં આવે છે?

2. ફેશિયલ સ્ટીમિંગના ફાયદાઓની સૂચિ બનાવો.

3. ફેશિયલ સ્ટીમિંગની પ્રક્રિયાનું વર્ણન કરો.

સેશન 2: ઇલેક્ટ્રો ફેશિયલ દ્વારા ત્વચાની સારવાર (ટ્રીટમેન્ટ)

અધ્યયન નિષ્પત્તિ

આ પાઠ પૂર્ણ કર્યા પછી વિદ્યાર્થી નીચે પ્રમાણેના કર્યો કરવામાં સક્ષમ હશે:

- કોસ્મેટિક ઇલેક્ટ્રોથેરાપીની વ્યાખ્યા આપવી;
- વિવિધ કોસ્મેટિક ઇલેક્ટ્રો થેરાપી પદ્ધતિઓની સૂચિ બનાવવી;
- ઇલેક્ટ્રિક બ્રશના ઉપયોગ વિશે સમજવું;

- ત્વચાના ઉપચાર માટે ઇલેક્ટ્રિક બ્રશનો ઉપયોગ કરવો.
- ગેલ્વેનીક ઇલેક્ટ્રો ફેશિયલ સ્કીન ઉપચારનું વર્ણન કરવું.
- ગેલ્વેનીક ઇલેક્ટ્રો ફેશિયલ સ્કીન ઉપચાર કરવો.
- લિમ્ફેટીક પ્રણાલીના મહત્વની વ્યાખ્યા કરવી.
- લિમ્ફેટીક ડ્રેનેજ ફેશિયલ થેરાપી કરવી તથા
- અલ્ટ્રાસોનિક એક્સ્ફોલીએશન કરવું.

પરિચય

ઇલેક્ટ્રિકલ ફેશિયલ ટ્રીટમેન્ટને કોસ્મેટિક ઈલેકટ્રોથેરાપી પણ કહેવામાં આવે છે. તેમાં બ્યુટી (સૌંદર્ય) ટ્રીટમેન્ટની એક શૃંખલા આવે છે જેમાં વિવિધ ચિકિત્સીય અને કોસ્મેટિક પ્રભાવ દેવા માટે ત્વચાના માધ્યમથી ઇલેક્ટ્રિકલ કરંટનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

ઇલેક્ટ્રિકલ કરંટ ત્વચાની ગુણવત્તાને વધારે છે અને વિવિધ ત્વચા સંભાળ પ્રોડક્ટ્સની પ્રભાવશીલતામાં પણ સુધારો કરે છે.

કોસ્મેટિક ઈલેકટ્રોથેરાપી

ઇલેક્ટ્રિકલ ત્વચા સંભાળ ઉપચારના થોડા સાધારણ રીતે ઉપયોગ કરવામાં આવતા પ્રકાર છે.

- ગેલ્વેનિક ઉપચાર
- ફેરાડીક ઉપચાર અથવા ન્યુરો મસ્ક્યુલર ઇલેક્ટ્રિકલ સ્ટીમ્યુલેશન
- ઉચ્ચ આવૃત્તિ High frequency ઉપચાર
- માઈક્રો-કરંટ ઇલેક્ટ્રિકલ ન્યુરો મસ્ક્યુલર સ્ટીમ્યુલેશન

દરેક ઉપચારનું પરિણામ અલગ હોય છે. ગ્રાહકની જરૂરીયાતના આધારે એક વિશેષ પ્રકારના ઉપચારને પસંદ કરવો જોઈએ.

આવશ્યક લાભ પ્રાપ્ત કરવા માટે આ પ્રક્રિયામાં ધનાત્મક અથવા ઋણાત્મક પોલ અથવા બંને સામેલ છે.

ઇલેક્ટ્રિક બ્રશ

વધુ વ્યવસાયિક અને ડીપ કલીન્ઝિંગ માટે ફેશિયલ કલીન્ઝિંગ કરવાવાળા બ્રશનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. આ બ્રશ લોકપ્રિય થઈ ગયા છે કારણકે તે ત્વચાને ખામીઓ અને અવશેષોથી પૂરી રીતે મુક્ત કરી દે છે. ઇલેક્ટ્રિક બ્રશમાં વીજળીથી ચાલતા ફરતા દાંતા હોય છે. આ ઇલેક્ટ્રિક ટૂથબ્રશની જેમ જ કાર્ય કરે છે. આ બ્રશ એક ઊંડાણપૂર્વકના સફાઈ ઉપચાર માટે એકદમ યોગ્ય છે.

લાભ

- લોહીના પરિભ્રમણને પ્રોત્સાહિત કરવા માટે ત્વચાની ધીરેથી મસાજ કરે છે.
- મૃત ત્વચા કોશિકાઓને દૂર કરે છે.
- ત્વચા કોઈ પણ ક્રીમના પોષકતત્વોને વધુ સારી રીતે શોષી શકે છે.
- વધુ સારી અને ઊંડાણપૂર્વકની સફાઈ (ડીપર કલીન્ઝિંગ)

ઇલેક્ટ્રિક બ્રશના વિવિધ પ્રકાર

યોગ્ય બ્રશ કેવી રીતે પસંદ કરવું?

- નરમ રેસાવાળું(બ્રીસલ્સ) બ્રશ પસંદ કરવાની સલાહ દેવામાં આવે છે.
- ત્વચાને નુકસાનથી બચાવવા માટે બ્રશના છેડા ગોળ હોવા જોઈએ.
- પસંદ કરેલ બ્રશ પાણી પ્રતિરોધક હોવું જોઈએ.

કોઈ પણ ઇલેક્ટ્રિક ઉપકરણનો ઉપયોગ કરવા માટેના સામાન્ય દિશાનિર્દેશ :

- સંચાલન પહેલા ખામી, દોષ અને જોખમ માટે મશીનની તપાસ કરો. જો કોઈ ખામી જણાય તો સંગઠન દ્વારા મંજૂર કરવામાં આવેલ પ્રક્રિયાઓ અનુસાર આવશ્યક કાર્યવાહી કરવી અને સુરક્ષા સુનિશ્ચિત કરવી.
- સુનિશ્ચિત કરો કે મશીનના બધા એકમ અને ભાગ ઉપલબ્ધ, સાફ અને ઉપયોગ માટે તૈયાર હોય.
- સુનિશ્ચિત કરો કે મશીન કેલીબ્રેટેડછે અને ઉપયોગ માટે સ્વીકૃત છે.
- સુનિશ્ચિત કરો કે પર્યાવરણ સુરક્ષિત છે અને ઉપકરણ સંચાલન માટે યોગ્ય છે.
- સુનિશ્ચિત કરો કે ડાયલ શૂન્ય પર છે અને મેન બંધ છે.
- ઉપકરણનું પરીક્ષણ કરવા માટે મુખ્ય સ્વીચ ચાલુ કરો અને ઓછી તીવ્રતા પર ઉપકરણ સંચાલિત કરો.
- જો કોઈ ખરાબી દેખાય તો મશીન બંધ કરી દો અને સંબંધિત કર્મીઓને તેની સૂચના આપો.
- પ્રક્રિયા શરુ કરતા પહેલા ગ્રાહકની સમજ અને અપેક્ષાઓને સ્પષ્ટ કરો.

- સંવેદના, તાપમાન અને અન્ય સંવેદી અનુભવો વિશે ગ્રાહકને જાણકારી આપો જેથી ગ્રાહકને તેના માટે તૈયાર થવાનો અનુભવ થઇ શકે.
- સેવા પ્રક્રિયા જરૂરિયાત અનુસાર ઉત્પાદકના નિર્દેશાનુસાર ઉપકરણ સંચાલન કરો.
- સેવા પછી સંગઠનના માનકો અનુસાર મશીનને સાફ કરો અને ખોલીને રાખી દો.
- સુનિશ્ચિત કરો કે ઇલેક્ટ્રોડ ઉત્પાદકના નિર્દેશાનુસાર સાફ , સંભાળેલ અને યોગ્ય રીતે રાખેલ છે.

ઇલેક્ટ્રિક બ્રશનો ઉપયોગ કરવો Using an Electric Brush

પગલું-1: વધારે પાણીથી ચહેરો ધોઈ લો અને ત્વચાને ભીની રહેવા દો.

પગલું-2: થોડું ફેશિયલ ક્લીન્ઝર અથવા જેલ લગાવો.

પગલું-3: બ્રશ ખોલીને રાખો અને ચહેરા પર ગોળાકાર રીતે ફેરવો.

પગલું-4: જે ભાગને યોગ્ય રીતે સાફ કરવો હોય તેવા પ્રત્યેક ભાગ પર ઓછામાં ઓછુ થોડી સેકન્ડો માટે બ્રશ પકડી રાખો.

પગલું-5: ઉપચાર પછી ચહેરાને ઘણા બધા પાણીથી ધોઈ લો અને એક મુલાયમ સાફ ટુવાલથી થપથપાવીને સુકવો.

પગલું-6: ત્વચાને હાઈડ્રેટ કરવા માટે સાધારણ મોઈશ્ચરાઈઝર લગાવો.

વિપરીત (વિરોધી) સંકેત

- સંવેદનશીલ ત્વચાવાળા લોકો માટે આ ઉપચાર યોગ્ય નથી.
- આમાં એવી સ્થિતિ પણ છે કે જે ત્વચાને પ્રભાવિત કરે છે જેમ કે એક્ઝીમા, સોરાયસીસ અને રોસેસીયા.
- ચહેરા પર વેરીકોજ નસોવાલા લોકો માટે આ યોગ્ય નથી.

ગેલ્વેનિક ઇલેક્ટ્રો-ફેશિયલ સ્કીનનો ઉપચાર

આ ઉપચારનો ઉપયોગ સામાન્ય રીતે કોસ્મેટિક ઇલેક્ટ્રો થેરાપીના રૂપમાં કરવામાં આવે છે. ત્વચાની અશુદ્ધિઓના વધુ સારા પરિણામને સુનિશ્ચિત કરવા માટે ગેલ્વેનિક ઇલેક્ટ્રો-ફેશિયલ ત્વચા ઉપચાર કરવામાં આવે છે. આ ઉપચાર વિવિધ ત્વચા સંભાળ પ્રોડક્ટ્સના પ્રવેશને પણ વધારે છે.

એક અત્યાધુનિક ગેલ્વેનિક ઉપકરણની આવશ્યકતા હોય છે જે ત્વચામાં થોડા રસાયણિક પરિવર્તન લાવવા માટે ડાયરેક્ટ કરંટ (ડીસી)નું ઉત્સર્જન કરે છે.

ગેલ્વેનિક ઇલેક્ટ્રો –ફેશિયલ સ્કીન ઉપચાર

Galvanic Electro-Facial Skin Treatment

ગેલ્વેનીક ફેશિયલ સ્કીન ઉપચાર

પગલું -1: ત્વચા પર એલ્ક્લાઈન લેપ લગાવો. આ ત્વચાના છિદ્રોને ખોલવા, પેશીઓને નરમ કરવા અને લોહીના પરિભ્રમણને વધારવા માટે કરવામાં આવે છે. એસીડીક લેપ છિદ્રોમાં ફસાયેલ ત્વચાના તેલને કાઢી આપે છે, રોમ છિદ્રોને સાફ કરે છે અને ત્વચાની અશુદ્ધિઓને કાઢે છે.

પગલું -2: ત્વચા પર એક એલ્કાલાઈન લેપ લગાવો. આ પગલુ છિદ્રોને બંધ કરે છે અને તે ભાગમાં લોહીનું પરિભ્રમણને ઓછું કરે છે. તેનાથી નસોને આરામ મળે છે.

પગલું -3: ત્વચા સંભાળ પ્રોડક્ટ્સના પ્રવેશમાં સુધાર માટે ગેલ્વેનિક પોઝીટીવ પ્રોબનો ઉપયોગ કરો. આ પગલાને આયન્ટોફોરેસીસ પણ કહેવામાં આવે છે.

આ ઉપચારના પ્રભાવ છે:

- સંપૂર્ણ કલીન્ઝિંગ અને ડીટોકસીફિકેશન
- રક્ત સંચાર વધે છે.
- કરચલીઓ અને બારીક રેખાઓ ઓછી દેખાય છે.
- ત્વચા સંભાળ પ્રોડક્ટ્સનું પ્રભાવી ઉપયોજન
- ત્વચાને ચમકદાર બનાવે છે.

વિપરીત સંકેત

- ત્વચામાં સંક્રમણ અથવા બળતરા
- સંવેદનશીલ અથવા અતિસંવેદનશીલ ત્વચા
- સાઈનોસાઈટીસ
- વાઈ(ખેંચ)
- અત્યાધિક ભરાવો થવો.

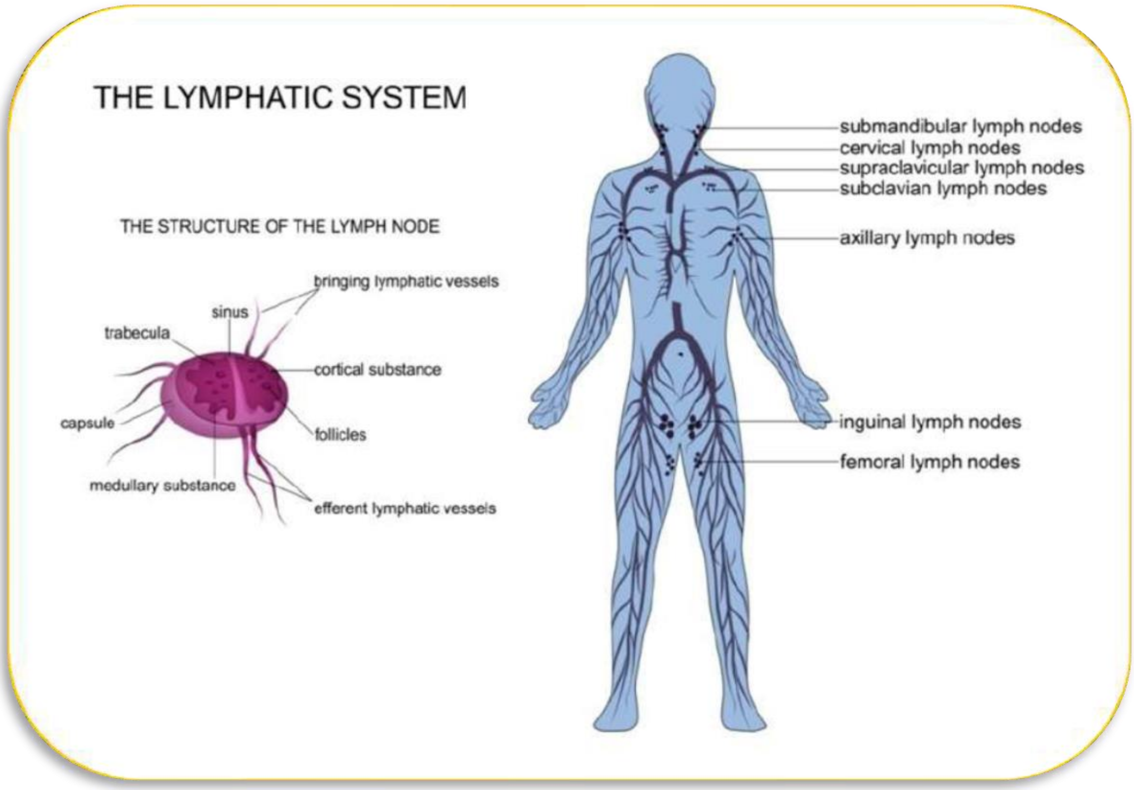
લિમ્ફેટીક ડ્રેનેજ ફેશિયલ મશીન

આ આંખો, ગરદનના ભાગ અને ચહેરાના બાકીના ભાગોના સોજાને ઓછા કરવા માટે કોમળ બ્રશ ગતિઓનો ઉપયોગ કરીને એક સુખદાયક અને આરામદાયી માલીશ છે.શરીરના લિમ્ફેટિક તંત્રમાં લિમ્ફેટિક વાહિનીઓ અને નોડ્સનું એક મોટું નેટવર્ક હોય છે. લિમ્ફેટિક તંત્ર પ્રતિરક્ષા પ્રણાલી સાથે જોડાયેલ છે.

આ મશીન રિધમિક સેક્શન દ્વારા શરીરના લિમ્ફેટિક તંત્રને કાયમ રાખે છે. આ મશીન પરિભ્રમણ, સોજો, જમા થયેલ કચરો અને સુસ્ત ત્વચામાં સુધાર કરવામાં મદદ કરે છે. આ ઉપચાર કોશિકાઓથી અપશિષ્ટ, વિષાક્ત પદાર્થો અને અતિરિક્ત તરલ પદાર્થને દૂર કરવામાં અને અલગ કરવામાં મદદ કરે છે.

ખીલ, કુપરોજ અને લિમ્ફેટિક તંત્રના સામાન્ય જમા થયેલ કચરો માટે આ ઉપચારની ખુબ જ સલાહ આપવામાં આવે છે.

આ કોઈ સાધારણ માલિશ નથી. આવો ઉપચાર ફક્ત એક પ્રશિક્ષિત કર્મી દ્વારા જ આપવું જોઈએ.



લિમ્ફેટિક તંત્ર

C9Z3E1

લિમ્ફેટિક ડ્રેનેજ ફેશિયલ મશીન Lymphatic drainage facial machine

પગલું 1 : ત્વચાની ઊંડાણપૂર્વકની સફાઈ કરે.

પગલું 2 : ડાયમંડ માઈક્રોડર્માબ્રેશન તકનીકનો ઉપયોગ કરીને ઉપરના સ્તરની મૃત ત્વચા કોશિકાઓને દૂર કરે છે.

પગલું 3 : બાષ્પ સ્ટીમરનો ઉપયોગ કરીને ત્વચાને વરાળ આપો. આ પ્રક્રિયાથી રોમ છિદ્ર ખુલી જાય છે.

પગલું 4 : ઉપચાર માટે મશીન તૈયાર કરો. સોફ્ટ ગ્રીપીંગ તકનીકનો ઉપયોગ કરીને ફ્લશિંગને સ્ટીમ્યુલેટ કરો. એક જ સમયે દબાવ અને સ્ટ્રોક લાગુ કરો.

લિમ્ફેટિક ડ્રેનેજ ફેશિયલ ઉપચાર

પગલું 5: ત્વચામાં ડાયલુરોનીક એસીડનો ઉપયોગ કરીને માલિશ કરો. સીરમ ત્વચાને પોષણ આપે છે અને મોઈશ્ચરાઈઝ કરે છે.

પગલું 6: પાછા સુઈ જાઓ અને એક વિશેષ ફેસ માસ્ક સાથે આરામ કરો.

વિપરીત સંકેત

- બેક્ટેરિયા, વાયરસ અને ઝેરને કરને તીવ્ર સોજો થઇ શકે છે.
- કેન્સર ફેલાવવાનો ભય છે.
- આ ઉપચારના પરિણામ સ્વરૂપ સંચાર પ્રણાલીમાં રક્તની ગાંઠો મુક્ત રૂપે તરવાવાળા થઇ શકે છે.

માઈક્રોડર્માબ્રેશન અથવા અલ્ટ્રાસોનિક એક્સફોલિએશન

આ ઉપચાર ત્વચાની રંગતને એક સમાન કરવા માટે મૃત ત્વચા કોશિકાઓને દૂર કરે છે.આ પ્રક્રિયા લોહીના પરિભ્રમણને સ્ટીમ્યુલેટ કરે છે અને ત્વચાને મુલાયમ બનાવે છે.આ ઉપચાર સાથે આગળ વધતા પહેલા ગ્રાહકની ત્વચાનો પ્રકાર અને સ્થિતિને સમજવી મહત્વપૂર્ણ છે.

જાડી ત્વચા માટે આની સલાહ દેવામાં આવે છે. સંવેદનશીલ ત્વચા માટે આ ઉપચાર ન કરવાની સલાહ આપવામાં આવે છે.

અલ્ટ્રાસોનિક એક્સફોલિએશન Ultrasonic Exfoliation

પગલું 1 : સ્તર પર મૃત ત્વચા કોશીકાઓને ઢીલી કરવા માટે ત્વચા પર પાણીનો લ ગાવો.

પગલું 2 : અલ્ટ્રાસોનિક રૂપથી સક્રિય સ્પેચુલાનો ઉપયોગ કરીને ત્વચામાંથી શુષ્ક ત્વચા કોશિકાઓને દૂર કરે છે. આ પ્રક્રિયા દરમિયાન પાણીનો લેપ ત્વચામાં ઊંડાણ સુધી જાય છે અને નવી કોશિકાઓને હાઈડ્રેટ કરે છે.

અલ્ટ્રાસોનિક એક્સફોલિએશન ઉપચાર

વિપરીત સંકેત

- ચર્મ રોગ
- ન્યુરાલીઝ્યા અથવા આંખની નસો અને ટ્રાયઝેમીનલ નર્વનો દુખાવો
- તીવ્ર સંક્રામક રોગ
- ફેલાયેલ કેપીલરીઝ
- ટ્યુમર અને ઓપરેશન પછીનો સમયગાળો
- હાલમાં કરેલ રસાયણિક પીલીંગ
- ગર્ભાવસ્થા
- ટ્યુબરકયુલોસીસ

પ્રાયોગિક અભ્યાસ

ગતિવિધિ 1 : ઇલેક્ટ્રિક બ્રશથી ઊંડાણપૂર્વકની સફાઈ (ડીપ કલીન્ઝિંગ) કરો.

આવશયક સામગ્રી :

નિમ્નલિખિત સંસાધનોની આવશ્યકતા છે:

Q7T7N6

- ફેશિયલ ક્લીન્ઝર અથવા જેલ
- મોઈશ્ચરાઈઝર
- ઇલેક્ટ્રિક બ્રશ

ક્રમશઃ પ્રક્રિયા

પગલું-1: વધારે પાણીથી ચહેરો ધોઈ લો અને ત્વચાને ભીની રહેવા દો.

પગલું-2: થોડું ફેશિયલ ક્લીન્ઝર અથવા જેલ લગાવો.

પગલું-3: બ્રશ ખોલીને રાખો અને ચહેરા પર ગોળાકાર રીતે ફેરવો.

પગલું-4: જે ભાગને યોગ્ય રીતે સાફ કરવો હોય તેવા પ્રત્યેક ભાગ પર ઓછામાં ઓછુ થોડી સેકન્ડો માટે બ્રશ પકડી રાખો.

પગલું-5: ઉપચાર પછી ચહેરાને ઘણા બધા પાણીથી ધોઈ લો અને એક મુલાયમ સાફ ટુવાલથી થપથપાવીને સુકવો.

પગલું-6: ત્વચાને હાઈડ્રેટ કરવા માટે સાધારણ મોઈશ્ચરાઈઝર લગાવો

ગતિવિધિ 2 : ગેલ્વેનિક ઇલેક્ટ્રો-ફેશિયલ ત્વચા ઉપચાર પ્રદાન કરો.

આવશ્યક સામગ્રી :

નિમ્નલિખિત સંસાધનોની આવશ્યકતા છે:

- એસીડીક Acidic લેપ
- ક્ષારીય Alkaline લેપ
- ગેલ્વેનિક પ્રોબ
- ઇલેક્ટ્રિક બ્રશ

ક્રમશઃ પ્રક્રિયા :

પગલું -1: ત્વચા પર એલ્કલાઈન લેપ લગાવો. આ ત્વચાના છિદ્રોને ખોલવા, ઉતાકો ને નરમ કરવા અને લોહીના પરિભ્રમણને વધારવા માટે કરવામાં આવે છે. એસીડીક લેપ છિદ્રોમાં ફસાયેલ ત્વચાના તેલને કાઢી આપે છે, રોમ છિદ્રોને સાફ કરે છે અને ત્વચાની અશુદ્ધિઓને કાઢે છે.

પગલું -2: ત્વચા પર એક એલ્કાલાઈન લેપ લગાવો. આ પગલુ છિદ્રોને બંધ કરે છે અને તે ભાગમાં લોહીનું પરિભ્રમણને ઓછું કરે છે. તેનાથી નસોને આરામ મળે છે.

પગલું -3: ત્વચા સંભાળ પ્રોડક્ટ્સના પ્રવેશમાં સુધાર માટે ગેલ્વેનિક પોઝીટીવ પ્રોબનો ઉપયોગ કરો. આ પગલાને આયન્ટોફોરેસીસ પણ કહેવામાં આવે છે.

ગતિવિધિ 3 : લિમ્ફેટિક ફેશિયલ મશીનનો ઉપયોગ

આવશ્યક સામગ્રી :

નિમ્નલિખિત સંસાધનોની આવશ્યકતા છે:

- સ્કીન ક્લીન્ઝર
- બાષ્પ સ્ટીમર
- ડાયલુરોનીક એસીડ
- ફેસ માસ્ક
- લિમ્ફેટિકફેશિયલ મશીન

ક્રમશઃ પ્રક્રિયા :

પગલું 1 : ત્વચાની ઊંડાણપૂર્વકની સફાઈ કરે.

પગલું 2 : ડાયમંડ માઈક્રોડર્માબ્રેશન તકનીકનો ઉપયોગ કરીને ઉપરના સ્તરની મૃત ત્વચા કોશિકાઓને દૂર કરે છે.

પગલું 3 : બાષ્પ સ્ટીમરનો ઉપયોગ કરીને ત્વચાને વરાળ આપો. આ પ્રક્રિયાથી રોમ છિદ્ર ખુલી જાય છે.

પગલું 4 : ઉપચાર માટે મશીન તૈયાર કરો. સોફ્ટ ગ્રીપીંગ તકનીકનો ઉપયોગ કરીને ફ્લશિંગને સ્ટીમ્યુલેટ કરો. એક જ સમયે દબાવ અને સ્ટ્રોક લાગુ કરો.

પગલું 5: ત્વચામાં ડાયલુરોનીક એસીડનો ઉપયોગ કરીને માલિશ કરો. સીરમ ત્વચાને પોષણ આપે છે અને મોઈશ્ચરાઈઝ કરે છે.

પગલું 6: પાછા સુઈ જાઓ અને એક વિશેષ ફેસ માસ્ક સાથે આરામ કરો

આપની પ્રગતિ ચકાસો.

1. ઇલેક્ટ્રિકલ ફેશિયલ સ્કીન ઉપચારની થોડી રીતોની યાદી બનાવો.

2. ઊંડાણપૂર્વકની સફાઈ (ડીપ કલીન્ઝિંગ) માટે ઉપયોગમાં લેવાતા ઉપકરણોના નામ લખો.

3. એક યોગ્ય ઇલેક્ટ્રિકલ બ્રશ કેવી રીતે પસંદ કરાય?

4. ગેલ્વેનિક ઇલેક્ટ્રો ફેશિયલ સ્કીન ટ્રીટમેન્ટની પ્રક્રિયા સમજાવો.

5. ગેલ્વેનિક ઇલેક્ટ્રો ફેશિયલ ટ્રીટમેન્ટના થોડા વિપરીત સંકેતોની યાદી બનાવો.

6. કયો ઉપચાર કરવાથી કોશિકાઓમાંથી અપશિષ્ટ , વિષાક્ત પદાર્થો અને અતિરિક્ત તરલ પદાર્થ નીકળી જાય છે?

7. લિમ્ફેટિક ડ્રેનેજની પ્રક્રિયાને વ્યાખ્યાયિત કરો.

8. અલ્ટ્રાસોનિક એક્સફોલીએશનના થોડા વિપરીત સંકેતોની યાદી બનાવો.

9. ખરું અથવા ખોટું કહો.

ક.કોસ્મેટિક ઇલેક્ટ્રોપેથીને ઇલેક્ટ્રિકલ ફેશિયલ સ્કીન ટ્રીટમેન્ટ પણ કહેવામાં આવે છે. (ખરું/ખોટું)

ખ.ડીપ કલીન્ઝિંગ માટે ઇલેક્ટ્રિક બ્રશનો ઉપયોગ કરી શકાય છે. (ખરું/ખોટું)

ગ.ઉપચારની શરૂઆતમાં મોઈશ્ચરાઈઝર લગાડવામાં આવે છે. (ખરું/ખોટું)

ઘ.ગેલ્વેનિક ઇલેક્ટ્રો ફેશિયલ ટ્રીટમેન્ટ દરમિયાન છિદ્રોને બંધ કરવા માટે એસીડીક લેપનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. (ખરું/ખોટું)

ૅ.લિમ્ફેટિક તંત્ર પ્રતિરક્ષા તંત્રથી જોડાયેલ હોય છે. (ખરું/ખોટું)

ચ. પાતળી ત્વચા માટે અલ્ટ્રાસોનિક એક્સફોલિએશનની સલાહ દેવામાં આવે છે. (ખરું/ખોટું)

10. સૌથી યોગ્ય જવાબ પસંદ કરો.

ક.ઇલેક્ટ્રિકલ ફેશિયલ ટ્રીટમેન્ટને કહેવામાં આવે છે:

ક. ગેલ્વેનિક ટ્રીટમેન્ટ

ખ. કોસ્મેટિક ઇલેક્ટ્રોથેરાપી

ગ. ઉચ્ચ આવૃત્તિ ઉપચાર

ઘ. ફેરાડીક ટ્રીટમેન્ટ

ખ.ડીપ કન્ઝીંગ માટે કયું ઉપકરણ સૌથી વધુ યોગ્ય છે?

ક. ઇલેક્ટ્રિક બ્રશ

ખ. ફાઉન્ડેશન બ્રશ

ગ. કોટન પેડ

ઘ. આમાંથી એક પણ નહિ

ગ. ગેલ્વેનિક ઇલેક્ટ્રો-ફેશિયલ ત્વચા ઉપચારમાં કઈ પ્રકારના ઇલેક્ટ્રિક કરંટનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે?

ક. વૈકલ્પિક કરંટ (એસી)

ખ. ડાયરેક્ટ કરંટ (ડીસી)

ગ. એસી અને ડીસીનું સંયોજન

ઘ. આમાંથી એક પણ નહિ

ઘ. ગેલ્વેનિક ઉપચાર પહેલા ત્વચા પર એસીડીક લેપ શા માટે લગાડવામાં આવે છે?

ક. ત્વચાના રોમ છિદ્રોને બંધ કરવા માટે

ખ. ત્વચાના રોમ છિદ્રોને ખોલવા માટે

ગ. રક્ત સંચારને ઓછું કરવા માટે

ઘ. ઉપરના તમામ

o લસીકા પાણી ઉપાડ ચહેરાની મશીનમાં મદદ કરે છે:

ક. પરિભ્રમણમાં સુધાર

ખ. સોજો ઓછો કરે

ગ. સામાન્ય રક્ત સંકોચનને ઓછું કરે

ઘ. ઉપરના તમામ

ચ. જાડી ત્વચાની મૃત ત્વચા કોશિકાઓને દૂર કરવા માટે કયા ઉપચારનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે?

ક. અલ્ટ્રાસોનિક એક્સફોલિએશન

ખ. ફેશિયલ સ્ટીમિંગ

ગ. ગેલ્વેનિક ઉપચાર

ઘ. આમાંથી એક પણ નહિ

11. ખાલી જગ્યા પૂરો.

ક. ....નો ઉપયોગ બધું સારી અને ડીપર કલીન્ઝિંગ માટે કરવામાં આવે છે.

ખ. .... ત્વચાને હાઈડ્રેટ કરવા માટે લગાવવામાં આવે છે.

ગ. ગેલ્વેનિક ફેશિયલ ટ્રીટમેન્ટ દરમિયાન એસીડીક લેપને .... અને ...... માટે લગાવવામાં આવે છે.

શબ્દ સમજૂતી

શબ્દ	વિવરણ
કોસ્મેટિક ઇલેક્ટ્રો-થેરાપી	બ્યુટી ટ્રીટમેન્ટની શૃંખલા જેમાં વિવિધ ચિકિત્સીય અને કોસ્મેટિક પ્રભાવ દેવા માટે ત્વચાના માધ્યમથી ઇલેક્ટ્રિકલ કરંટનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.
ઇલેક્ટ્રિક બ્રશ	ફેશિયલ કલીન્ઝિંગ બ્રશ વધુ વ્યવસાયિક અને ડીપ કલીન્ઝિંગ માટે ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.
ગેલ્વેનિક ઇલેક્ટ્રો ફેશિયલ ટ્રીટમેન્ટ	ત્વચાની અશુદ્ધિઓના વધુ સારા પરિણામને સુનિશ્ચિત કરવા માટે ગેલ્વેનિક ઇલેક્ટ્રો ફેશિયલ ત્વચા ઉપચાર કરવામાં આવે છે.
લિમ્ફેટિક ડ્રેનેજ ફેશિયલ મશીન	આ મશીન પરિભ્રમણ, સોજો, જમવ અને ચમકરહિત ત્વચામાં સુધાર કરવામાં મદદ કરે છે.
અલ્ટ્રાસોનિક એક્સફોલિએશન	આ ઉપચાર સ્કીન ટોનને એક સમાન કરવા માટે મૃત ત્વચા કોશિકાઓને દૂર કરે છે.

ક્ષેત્ર : સૌંદર્ય અને સંભાળ (Beauty and Wellness)

કાર્ય ભૂમિકા: સૌંદર્ય ઉપચારક(બ્યુટી થેરાપિસ્ટ)

એકમ 2 : સલૂન રિસેપ્શનની જવાબદારીઓ

યુનિટ 3 : સલૂન રિસેપ્શનની જવાબદારીઓ

અધ્યયનની નિષ્પત્તિઓ

આ એકમ પૂર્ણ કર્યા પછી વિદ્યાર્થી આ કરવામાં સક્ષમ હશે:

- એક સારા સલૂન રિસેપ્શનિસ્ટના ગુણો જણાવવા;
- રિસેપ્શનિસ્ટની જવાબદારીઓની યાદી કરવી;
- વ્યક્તિગત તૈયારીનું મહત્વ સમજાવવું,
- ગ્રાહક સાથે એપોઇન્ટમેન્ટ શીડ્યુલ કરવી;
- સલૂનના ધોરણો મુજબ રીસેપ્શન એરિયાની જાળવણી; અને
- વિવિધ રીતોનો ઉપયોગ કરીને ચુકવણીની પ્રક્રિયા કરવી.

પરિચય

જ્યારે ગ્રાહક સલૂનમાં પ્રવેશે છે ત્યારે સલૂન રિસેપ્શનિસ્ટ એ સંપર્કનો પ્રથમ બિંદુ છે. રિસેપ્શનિસ્ટ્સ રૂબરૂમાં અને ફોન પર સલૂનની છાપને રજૂ કરે છે, અને ગ્રાહકો જ્યારે રિસેપ્શન પર મલકાતા અને હુંફાત્મક વ્યક્તિત્વને જુએ છે ત્યારે તેઓ સહજ અનુભવે છે. સલૂનના તમામ કાર્યોમાં સલૂન રિસેપ્શનિસ્ટની ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા હોય છે. તેઓ તે જગ્યાના પ્રતિનિધિ છે કારણ કે તેઓ એપોઇન્ટમેન્ટ, સેવાઓ શેડ્યૂલ કરે છે, ચુકવણીની પ્રક્રિયા કરે છે, સ્થાન જાળવી રાખે છે અને ગ્રાહકોને સંભાળે છે અને તેમના પ્રશ્નોના જવાબ આપે છે.

સલૂન રિસેપ્શનીસ્ટ

L4B4C6

ગુણ

સલૂન રિસેપ્શનિસ્ટને સલૂનના વ્યસ્ત વાતાવરણમાં કામ કરવું પડે છે જેમાં ઘણા બધા લોકો આવતા-જતા રહે છે. હસતો ચહેરો અને મૈત્રીપૂર્ણ સ્વભાવ ગ્રાહકને ઘરમાં આવકાર જેવો અનુભવ કરાવશે.

રિસેપ્શનિસ્ટ ગ્રાહકના પ્રશ્નોના જવાબ આપવા માટે સલૂન પૂરી પાડે છે તે બધી સેવાઓથી પરિચિત હોવા જોઈએ. આ સ્થિતિમાં સારી વહીવટી કુશળતા રાખવાથી વધુ ફાયદો થાય છે.

જવાબદારીઓ

સલૂન રિસેપ્શનિસ્ટની મુખ્ય જવાબદારી છે.

- ફોન કોલ્સનો જવાબ આપવા
- એપોઇન્ટમેન્ટ શેડ્યૂલ કરવી
- સલૂનમાં પ્રવેશ કરતી વખતે ગ્રાહકનું સ્વાગત કરવું
- સવાલોના જવાબ આપવા
- પૈસા અને રોકડ રજીસ્ટર સંભાળવા
- જરૂરિયાતમંદ સ્ટાઈલિશને મદદ કરવી
- એપોઈન્ટમેન્ટ કન્ફર્મ કરવા માટે કૉલ કરવો
- ઓપનિંગ અને ક્લોઝિંગ બેલેન્સ જાળવી રાખવું અને કેશ બોક્સ/રજિસ્ટરમાં પર્યાપ્ત ફેરફારો કરવા.

વ્યક્તિગત તૈયારી

સારી રીતે તૈયાર થયેલ સલૂન રિસેપ્શનિસ્ટ

પોતાની જાતની સકારાત્મક છબી જાળવી રાખવા માટે તૈયાર થવું એ વ્યક્તિનું મનગમતું અને આકર્ષક રૂપ જાળવી રાખવા માટે મહત્ત્વનું છે. મહેમાનો પર સકારાત્મક પ્રથમ છાપ બનાવવા માટે તૈયારી એ પાયાની બાબત છે. એક તાજગીસભર અને તૈયાર વ્યક્તિ મહેમાનને સ્થળ વિશે આનંદનો અનુભવ કરાવે છે. નીચેની બાબતો મહત્ત્વપૂર્ણ છે:

- વાળ સુઘડ અને યોગ્ય રીતે સ્ટાઈલ કરેલા હોવા જોઈએ.
- નખ, ત્વચા અને દાંત સાફ રાખવા જોઈએ
- કુદરતી મેકઅપ કરો
- શરીરની ગંધથી બચવા માટે સોફ્ટ પરફ્યુમ અથવા બોડી સ્પ્રેનો ઉપયોગ કરો.
- વધુ પડતા દાગીના પહેરવાનું ટાળો.

* સ્વચ્છ કપડાં પહેરો
* સ્વચ્છ ચપ્પલ પહેરો

સેશન 1 ગ્રાહકની સંભાળ

અધ્યયનની નિષ્પત્તિઓ

આ એકમ પૂર્ણ કર્યા પછી વિદ્યાર્થી નીચે મૂજબ કાર્ય કરવામાં સક્ષમ હશે:

* એપોઇન્ટમેન્ટ નોંધો અને રજીસ્ટરની જાળવણી કરવી,
* એપોઇન્ટમેન્ટ નોધવા માટે ગ્રાહકો પાસેથી જરૂરી માહિતી એકત્રિત કરવી,
* ગ્રાહકોને સંભાળવા અને તેમની જરૂરિયાતોને અસરકારક રીતે પૂરી કરવી, તેમજ
* ગ્રાહકો પ્રત્યે વ્યાવસાયિક વલણ અને સુખદ વર્તન જાળવી રાખવું.

એપોઇન્ટમેન્ટ કેવી રીતે નોંધાવવી?

સલૂન રિસેપ્શનિસ્ટનું મુખ્ય કાર્ય ફોન કોલ્સ લેવાનું અને એપોઇન્ટમેન્ટની નોધણી કરવાનું છે. સલૂનની સેવાઓ મોટે ભાગે અગાઉથી અને ફોન પર નોધવામાં આવે છે. આ માટે ઝડપી કાર્યવાહી, કૌશલ્યનું આયોજન અને હકારાત્મક વર્તનની જરૂરિયાત હોય છે.

અપોઈન્ટમેન્ટ બૂક કરનાર સલૂન રીસેપ્શનીસ્ટ

રેકોર્ડિંગનું માધ્યમ Recording medium

* મોટાભાગના સલુન્સ એપોઇન્ટમેન્ટ નોંધવા માટે હાર્ડ કોપીનો ઉપયોગ કરે છે, જેમ કે રજિસ્ટરમાં.
* કેટલાક સલૂન્સ, કમ્પ્યુટર ડેટા બેઝ જેવી તકનીકી પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરી શકે છે.
* કમ્પ્યુટર એપોઇન્ટમેન્ટ શેડ્યૂલ કરવાની ઝડપી રીત છે પણ તકનીકી ખામીના કિસ્સામાં સમસ્યા ઉભી થઇ શકે છે.
* તેથી, સલૂનનાં લોકો એક હાર્ડ કોપી પણ રાખવાનું પસંદ કરે છે જે કોઈપણ નિષ્ફળતા અથવા ડેટા દૂર થવાની સમસ્યા વિના સંગ્રહિત થઈ શકે છે.
* ગ્રાહકની ભૂતકાળની વિગતો જાણવા પણ અગાઉના રેકોર્ડની જરૂરિયાત છે.

કોલ્સ સાથે વ્યવહાર

કોલ સાથે વ્યવહાર કરનાર એક રીસેપ્શનિસ્ટ

- સલૂન રિસેપ્શનિસ્ટે નમ્રતાપૂર્વક અને મૈત્રીપૂર્ણ રીતે વાત કરવી જોઈએ.
- સૌથી પહેલું કામ છે શુભેચ્છા પાઠવવી.
- તેમને તમામ સંજોગોમાં ગ્રાહકો સાથે ધીરજ અને નમ્ર રહેવું.
- તેઓએ ધ્યાનથી સાંભળવું પડશે અને ગ્રાહકની જરૂરિયાતને સમજવી પડશે
- ગ્રાહક સાથે તેમનો સકારાત્મક સંબંધ વિકસિત કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

એપોઇન્ટમેન્ટની નોંધણી કરવી Scheduling an appointment
પગલું 1: નોંધવા માટેની પ્રથમ વસ્તુ ગ્રાહકનું નામ અને સંપર્કની વિગતો છે એના પછી સેવા અથવા જરૂરી સારવાર માટે નોંધણી કરવમાં આવે છે, મુલાકાતનો સમય, તારીખ અને સેવા આપનાર વ્યક્તિનું નામ દાખલ કરવામાં આવે છે. **પગલું 2:** યોગ્ય માધ્યમમાં વિગતોને યોગ્ય રીતે અને ઝડપથી નોંધો. **પગલું 3:** સેવાઓના સમયનો અંદાજ લગાવ્યા પછી નોંધણીનું શેડ્યૂલ કરો. **પગલું 4:** જો પૂછવામાં આવેલ સ્લોટ ઉપલબ્ધ ન હોય તો નમ્રતાપૂર્વક સમય નકારી કાઢો અને ગ્રાહકની જરૂરિયાત અને પસંદગીને ધ્યાનમાં રાખીને શક્ય તેટલો ઝડપી ઉકેલ પ્રદાન કરો.

ગ્રાહકોને સંભાળો

એક રિસેપ્શનિસ્ટ તરીકે તમારે બધા લોકો સાથે સારી રીતે વાતચીત કરવાની આવશ્યકતા છે. આમાં બોલવું, સાંભળવું, બોડી લેંગ્વેજનો ઉપયોગ કરવો, શું કહેવું અને કેવી રીતે કહેવું તે જાણવું અને બધી સેવાઓ અને ઉત્પાદનોને સમજવું સામેલ છે.

માર્ગદર્શન
• ગ્રાહકોનું અભિવાદન કરો અને તેમને બેસવા માટે નમ્રતાથી કહો. ગ્રાહકને સ્ટાઈલિસ્ટ અથવા સેવા આપનાર પાસે લઈ જાઓ અને તેમને નિશ્ચિત જગ્યાએ લઈ જવા મદદ કરો. • જો મોડું થાય, તો તેમને પાણી અથવા ચા કે કોફી આપો. • ખાતરી કરો કે લોન્જ અથવા વેઇટિંગ એરિયા વ્યવસ્થિત છે અને રાહ જોઈ રહેલા ગ્રાહકોને તેમનો સમય પસાર કરવામાં મદદ કરવા માટે સામયિકો છે.

- કર્મચારીઓ સાથે પરામર્શ કરીને વિશેષ અથવા ન નોંધેલા મહેમાનોને સમાવવાનો પ્રયાસ કરો.
- ગ્રાહકોને જરૂરીયાત મુજબ સંસ્થાકીય સુવિધાઓ, સેવાઓ, કિંમતો અને લેઆઉટ પ્રદાન કરે છે.
- સંસ્થાકીય પ્રોટોકોલ અનુસાર ઇમેઇલનો જવાબ આપો. આપણા કોઈપણ ગ્રાહક વિશેની કોઈપણ માહિતી અનધિકૃત કર્મચારીઓ અથવા અન્ય ગ્રાહકોને ક્યારેય જાહેર કરશો નહી.

ગ્રાહક જોડે વાતચીત

- ખોટી નોંધણી, સેવામાં વિલંબ અથવા અન્ય કોઈ ભૂલ કે જેનાથી તેઓ નારાજ થયા હોય તેવા પ્રસંગે ગ્રાહકની માફી માગો. તેમને શાંત કરવાનો પ્રયાસ કરો, જો શક્ય હોય તો સુધારાની ઓફર આપો અને વ્યવસ્થા ગોઠવો.
- ગ્રાહકને સંદેશ મોકલો.
- ડિસ્પ્લેની જાળવણી અને પૂછવામાં આવે ત્યારે ગ્રાહકની સહાયતા કરો.

પ્રાયોગિક અભ્યાસ

પ્રવૃત્તિ 1: એપોઇન્ટમેન્ટ શીડ્યુલ કરવી

જરૂરી સામગ્રી:

નીચેના સંસાધનોની આવશ્યકતા છે.

- એપોઇન્ટમેન્ટ બુક
- ટેલીફોન

તબ્બકાવાર પ્રક્રિયા:

પગલું 1:ધ્યાન રાખવાની પ્રથમ બાબત ગ્રાહકનું નામ અને સંપર્કની વિગતો છે ત્યારબાદ સેવા અથવા જરૂરી સારવાર માટે નોંધ કરવી. એપોઇન્ટમેન્ટનો સમય,તારીખ અને સેવા આપનાર વ્યક્તિનું નામ નોંધ કરવામાં આવે છે.

પગલું 2: યોગ્ય માધ્યમમાં વિગતોને યોગ્ય રીતે અને ઝડપથી નોંધો.

પગલું 3 : સેવાઓના સમયનો અંદાજ લગાવ્યા પછી બુકિંગ શીડ્યૂલ કરો.

પગલું 4: જો પૂછાયેલ સ્લોટ ઉપલબ્ધ ન હોય તો નમ્રતાપૂર્વક સમય નકારી કાઢો અને ગ્રાહકની જરૂરિયાત અને પસંદગીને ધ્યાનમાં રાખીને શક્ય તેટલું ઝડપી ઉકેલ પ્રદાન કરો.

તમારી પ્રગતિ તપાસો

1. તમે એપોઇન્ટમેન્ટ કેવી રીતે શેડ્યૂલ કરશો?

2. એપોઈન્ટમેન્ટ નોંધ કરતી વખતે ગ્રાહક પાસેથી કઈ કઈ માહિતી એકત્ર કરવાની જરૂર છે?

3. સલૂન રિસેપ્શનિસ્ટની જવાબદારીના ક્ષેત્રોના નામ આપો.

4. સૌથી યોગ્ય જવાબ પસંદ કરો.

   ક. રિસેપ્શન એરિયાનો સમાવેશ થાય છે

   i. ફ્રન્ટ ડેસ્ક
   ii. છૂટક વિસ્તાર
   iii. સંગ્રહ વિસ્તાર
   iv. ઉપરોક્ત તમામ

   ખ. રિસેપ્શન એરિયામાં સેવાની વિગતો કોણ પૂરી પાડે છે?

   i. સૌંદર્ય ચિકિત્સક [beauty therapist]
   ii. રિસેપ્શનિસ્ટ
   iii. સલૂન મેનેજર
   iv. સલૂન માલિક

ગ. ગ્રાહકો માટે એપોઇન્ટમેન્ટ કોણ બુક કરે છે?

i. સલૂન મેનેજર

ii. સલૂન માલિક

iii. રિસેપ્શનિસ્ટ

iv. સૌંદર્ય ચિકિત્સક

સેશન 2:: સ્વાગત વિસ્તાર (રિસેપ્સન એરિયા)ની જાળવણી

અધ્યન નિષ્પતિ:

આ એકમ પૂર્ણ કર્યા પછી વિદ્યાર્થી આ કામ કરવામાં સક્ષમ હશે:

- સ્વાગત વિસ્તાર અને આસપાસના વિસ્તારની સ્વચ્છતા જાળવવી અને
- યોગ્ય રેકોર્ડ જાળવવા, યોગ્ય ફાઇલિંગ અને સંગ્રહ પ્રક્રિયાઓનું પાલન કરવું.

રિસેપ્શનની જાળવણી કરવી

ફ્રન્ટ ડેસ્ક

ફ્રન્ટ ડેસ્ક એ પ્રથમ વિસ્તાર છે જ્યાં ગ્રાહકને સલુનની પ્રથમ ઝલક જોવા મળે છે સ્વા ગત વિસ્તારની સુવિધાઓમાં બેઠક વિસ્તાર, ક્લોકરૂમ, ગરમ અથવા ઠંડા પીણાં, અખબારો, સામયિકો અને છૂટક પ્રદર્શનનો સમાવેશ થાય છે. તે સુઘડ અને વ્યવસ્થિત હોવું જોઈએ. એપોઈન્ટમેન્ટ રજીસ્ટર, ટેલિફોન, જરૂરી સ્ટેશનરી વગેરે રાખવા માટે તેમાં પૂરતી જગ્યા હોવી જોઈએ.

સુવ્યવસ્થિત ફ્રન્ટ ડેસ્ક

રીટેલ એરિયા

ગ્રાહકોને ઉત્પાદનોનો પરિચય કરાવવો એ સારો વિચાર છે. તે શ્રેષ્ઠ છે જો તેઓ તેની પસંદગી કરી અને લેબલ વાંચી અને કિંમત પણ જાણી શકે. ફેન્સી ડિસ્પ્લે અથવા લૉક કરેલ ડિસ્પ્લે ગ્રાહકને તેનાથી દૂર રાખી શકે છે, તેથી ઉત્પાદનોનું સરળ અને સ્વચ્છ પ્રદર્શન રાખવું વધુ સારું છે.

સલૂન રીટેલ એરિયા

સંગ્રહ વિસ્તાર

રેકોર્ડ્સને ફાઈલોમાં સરસ રીતે અને કાલક્રમિક રીતે રાખવા જોઈએ અને યોગ્ય રીતે સંગ્રહિ ત કરવા જોઈએ.
તેઓને લેબલ લગાવવા જોઈએ અને એવી રીતે મુકવા જોઈએ કે જે તેમને જરૂરિયાતના સમયે સરળતાથી મળી શકે.

દસ્તાવેજ સ્ટોરેજ રેક

લોન્જ વિસ્તાર / પ્રતીક્ષા વિસ્તાર

તે સ્વચ્છ અને કોઈપણ દુર્ગંધ રહિત હોવું જોઈએ.સામયિકો અને અખબારોને સ્વચ્છ રાખવા જોઈએ. ખાતરી કરો કે કોફી મશીન ચાલુ અને સ્વચ્છ છે.ગ્રાહકને પાણી આપો અને તેમને આરામથી બેસાડો.
દિવસના અંતે તમામ ઈલેક્ટ્રોનિક સાધનો, પંખા અને લાઈટો બંધ કરવાનું યાદ રાખો.

પ્રતીક્ષા વિસ્તાર

પ્રાયોગિક કસરત

ગતિવિધિ 1 રીસેપ્સન વિસ્તારની જાળવણી કરે.

જરૂરી સામગ્રી:

નીચેના સંસાધનોની જરૂરીયાત છે:

- સર્વિસ મેનુ
- ટેલીફોન
- વિવિધ બ્યુટી પ્રોડક્ટ્સ
- અખબાર, સામયિક વગેરે.

તબ્બકાવાર પ્રક્રિયા:

પગલું 1: સલૂન ધોરણો અનુસાર રિસેપ્શન ડેસ્કને વ્યવસ્થિત કરો.

પગલું 2: ચકાસો કે રીસેપ્સન વિસ્તાર સ્વચ્છ છે.

પગલું 3: ખાતરી કરો કે ટેલિફોન કાર્યકારી સ્થિતિમાં છે.

પગલું 4: તપાસો કે ઉત્પાદનો અગ્રણી સ્થાને પ્રદર્શિત થાય છે.

પગલું 5: ખાતરી કરો કે ગ્રાહક લોન્જ સ્વચ્છ છે.

તમારી પ્રગતિ તપાસો

1. રિસેપ્શન એરિયામાં પૂરી પાડવામાં આવતી કેટલીક સુવિધાઓના નામ આપો.

2. છૂટક વિસ્તારનું મહત્વ સમજાવો.

3. સલૂનના રેકોર્ડ્સ કેવી રીતે ગોઠવવા?

સત્ર 3 :ચુકવણીની પ્રક્રિયા

અધ્યન નિષ્પતિ

આ એકમ પૂર્ણ કર્યા પછી વિદ્યાર્થી આ કરી શકશે:

- તમામ સ્વરૂપો રોકડ, કાર્ડ, ઓનલાઈન વગેરેમાં ચુકવણીની પ્રક્રિયા કરો.
- મેન્યુઅલ અને કોમ્પ્યુટરાઈઝ્ડ બિલિંગ સિસ્ટમનો ઉપયોગ કરીને ચોક્કસ રીતે ભરતિયું તૈયાર કરવું
- શિફ્ટના અંતે કરવામાં આવેલ બિલિંગ સાથે ચૂકવણીનું સમાધાન કરવું
- લાગુ પડતા ટેક્સની ગણતરી કરો અને ગ્રાહક પાસેથી વસૂલવામાં આવતા ભરતિયાના ભાગ વિશે સ્પષ્ટ માહિતી રાખવી અને
- શિફ્ટના અંતે અધિકૃત કર્મચારીઓને પૈસા અને રસીદો સોંપવી.

ચુકવણીની પ્રક્રિયા

આ એક મહત્વપૂર્ણ જવાબદારી છે જેને અત્યંત કાળજીની જરૂર છે. ચૂકવણીની પ્રક્રિયા કરવા માટે માત્ર કરની સારી જાણકારી જ નહીં પરંતુ કાર્ડ મશીનના સંચાલનનું જ્ઞાન પણ જરૂરી છે.

- ચુકવણીના મુખ્ય પ્રકારો છે
  - રોકડ વ્યવહારો
  - ડેબિટ કાર્ડ
  - ક્રેડિટ કાર્ડ
  - ભાગ રોકડ / ભાગ ડેબિટ કાર્ડ
  - લોયલ્ટી કાર્ડ
  - ગિફ્ટ વાઉચર

ડેબીટ કાર્ડ રજૂ કરનાર ગ્રાહક

- આ પ્રક્રિયાને સરળ બનાવવા માટે કેશ બોક્સમાં પૂરતો ફેરફાર જાળવવો જોઈએ.
- સલૂન પ્રક્રિયાઓ અનુસાર મેન્યુઅલ અથવા કોમ્પ્યુટરાઈઝ્ડ બિલિંગ સિસ્ટમનો ઉપયોગ કરીને ભરતિયું કાળજીપૂર્વક તૈયાર કરવું જોઈએ.
- લાગુ પડતું ડિસ્કાઉન્ટ અથવા ઑફર કાળજીપૂર્વક અને સચોટ રીતે ગણતરી કરવી જોઈએ અને ભરતિયા પર લાગુ કરવી જોઈએ.
- લોયલ્ટી કાર્ડ એ ગ્રાહકની વફાદારી જાળવવાની અસરકારક રીત છે. જ્યારે ગ્રાહક દ્વારા ઉત્પાદનો અને સેવાઓ/સારવારો ખરીદવામાં આવે ત્યારે પોઈન્ટ આપવામાં આવે છે અને ભવિષ્યના ઉત્પાદનો અને સેવાઓ/સારવાર માટે રિડીમ કરી શકાય છે. જો ગ્રાહક તેને રિડીમ કરવા ઈચ્છે તો રિસેપ્શનિસ્ટને પોઈન્ટ્સ કેવી રીતે રિડીમ કરવા તે જાણવું જોઈએ.
- રિસેપ્શનિસ્ટને ગિફ્ટ વાઉચર વેચવા અને રિડીમ કરવા બંને માટેની સલૂન પ્રક્રિયા વિશે માહિતી હોવી જોઈએ.
- બીલ સંબંધિત ગ્રાહકોના પ્રશ્નોને હેન્ડલ કરવામાં સક્ષમ બનો અને તેમને નમ્રતાથી સમજાવો.
- તેઓએ ગંભીર મુદ્દાઓની માહિતી ઉચ્ચ અધિકારીઓ સુધી પહોંચાડવી જોઈએ જેમ કે, ફાટેલી નોટો અથવા નકલી ચલણ, અસ્વીકૃત કાર્ડ્સ, ખામીયુક્ત ચહેરાઓ, અપમાનજનક ગ્રાહકો, તૂટેલા સાધનો વગેરે.
- તેઓએ ક્યારેય કોઈ વ્યક્તિ સમક્ષ પાસવર્ડ અથવા ગોપનીય માહિતી જાહેર કરવી જોઈએ નહીં.
- તેમને સ્વાઈપ મશીન કેવી રીતે ઓપરેટ કરવું તે જાણવું જોઈએ.
- તેઓ પાળીના અંતે નિયુક્ત કર્મચારીઓને પૈસા અને રસીદોની ગણતરી કરી અને સોંપવામાં સક્ષમ હોવા જોઈએ.૭૦

પ્રાયોગિક અભ્યાસ

પ્રવૃત્તિ 1 :ડેબિટ કાર્ડ વ્યવહાર કરો

જરૂરી સામગ્રી:

નીચેના સંસાધનો જરૂરી છે:

- સેવા મેનુ
- ડમી ચલણ
- પોઈન્ટ ઓફ સેલ (POS) મશીન

તબ્બકાવાર પ્રક્રિયા:

પગલું 1: ગ્રાહકને ભરતિયું બતાવો અને વિગતો સમજાવો.

પગલું 2: ગ્રાહકને પૂછો કે તે કઈ ચુકવણી પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરવાનું પસંદ કરે છે

પગલું 3: ગ્રાહકને કાર્ડ આપવા વિનંતી કરો જો ગ્રાહક કાર્ડ દ્વારા ચૂકવણી કરવા તૈયાર હોય તો.

પગલું 4: કાર્ડનો પ્રકાર તપાસો અને મશીનમાં સ્વાઇપ કરો અથવા કાર્યો દાખલ કરો

પગલું 5: યોગ્ય રીતે રકમ દાખલ કરો.

પગલું 6: જ્યારે સંકેત આપવામાં આવે ત્યારે ક્લાયન્ટને પાસવર્ડ દાખલ કરવા માટે કહો.

પગલું 7: વ્યવહાર પૂર્ણ થયા પછી ગ્રાહકને કાર્ડ અને રસીદ આપો.

પગલું 8: ગ્રાહકને તેમની મુલાકાત માટે આભાર કહો.

પગલું 9: ગ્રાહકને પ્રતિસાદ માટે પૂછો અને સેવાની કોઈપણ ક્ષતિઓ માટે માફી માગો.

પગલું 10: સલૂન ધોરણો અનુસાર ગ્રાહકોને નમસ્કાર કરો.

તમારી પ્રગતિ તપાસો

1. ચુકવણીની વિવિધ પદ્ધતિઓ કઈ છે?

શબ્દાવલી

શબ્દ	**વર્ણન**
ફ્રન્ટ ડેસ્ક	આ પહેલો ભાગ છે જ્યાં ગ્રાહકને સલૂનની પહેલી ઝલક મળે છે.
તૈયારી	સકારાત્મક સ્વ-છબી માટે આનંદદાયક અને આકર્ષક દેખાવ જાળવવો મહત્વપૂર્ણ છે. મહેમાનો પર સકારાત્મક પ્રથમ છાપ બનાવવા માટે તૈયારી એ ચાવી છે.
લોયલ્ટી કાર્ડ	જ્યારે ગ્રાહકો દ્વારા ઉત્પાદનો અને સેવાઓ/ઉપચારો ખરીદવામાં આવે અને ભાવિ ઉત્પાદનો અને સેવાઓ/સારવારો માટે આ પોઈન્ટ આપવામાં આવે છે.
ચુકવણીના પ્રકાર	નગદ, ડેબિટ કાર્ડ, ક્રેડિટ કાર્ડ, પાર્ટ કેશ/પાર્ટ ડેબિટ કાર્ડ, લોયલ્ટી કાર્ડ, ગિફ્ટ વાઉચર
સલૂન રિસેપ્શનિસ્ટ	જ્યારે ગ્રાહક સલૂનમાં પ્રવેશે છે ત્યારે સંપર્કનો પ્રથમ બિંદુ આપવો. એપોઇન્ટમેન્ટ નોંધ કરો, શેડ્યૂલ સેવાઓ, ચુકવણીની પ્રક્રિયા ગોઠવો અને ગ્રાહકો તથા તેમના પ્રશ્નોને સંબોધિત કરો.

ક્ષેત્ર : સૌંદર્ય અને સંભાળ (Beauty and Wellness)
કાર્ય ભૂમિકા: સૌંદર્ય ઉપચારક(બ્યુટી થેરાપિસ્ટ)

એકમ 4 : કાર્યસ્થળ પર સકારાત્મક ભાવ પેદા કરવો

વ્યાવસાયિક સેવાના સંચાલકોની પ્રભાવશીલતા પર અને સલૂન ચલાવવા માટે સક્ષમ પદ્ધતિ પર પણ આધાર રાખે છે. અસરકારક સલૂન પ્રક્રિયાઓમાં ધોરણોને સતત જાળવી રાખવામાં આવે છે, કામની જવાબદારી ફાળવવામાં આવે છે અને તે સુનિશ્ચિત કરવામાં મદદ મળી રહે છે કે જયારે વ્યસ્ત હોઈએ ત્યારે નિયમિત કામોને ભૂલવામાં નથી આવતા. સલૂનની એક સારી છાપ બનાવવાની સાથે-સાથે સ્વાસ્થ્ય અને સુરક્ષા માટે સારું હાઉસકીપિંગ (સફાઈ) ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે.

સેશન 1: કાર્યસ્થળ પર હકારાત્મક પ્રભાવ બનાવવો

અધ્યયનની નિષ્પત્તિઓ

આ એકમ પૂર્ણ થતા, વિદ્યાર્થીઓ નીચેના કાર્યો કરવામાં સક્ષમ હશે:

- સલૂનમાં સારી સેવાઓ પ્રદાન કરવાના મહત્વની વ્યાખ્યા કરવી,
- ગ્રાહકો સાથે વ્યાવસાયિક રીતથી વાતચીત કરવી,
- ટેલીફોન કોલ્સને અસરકારક રીતે સંભાળવા
- સલૂનમાં આચારસંહિતાનું વર્ણન કરવું, તથા
- ટીમ વર્ક (જૂથ કાર્ય)ના મહત્વની વ્યાખ્યા કરવી.

પરિચય

સલૂનમાં આવનાર ગ્રાહક સલૂનના સ્વચ્છ અને સુઘડ હોવાની આશા કરશે. રિસેપ્શન એરિયા સંપર્કનો પ્રથમ બિંદુ છે. સુવ્યવસ્થિત રિસેપ્શન ગ્રાહકોને શ્રેષ્ઠ સેવાઓ માટે ખુશ અને આશ્વસ્ત અનુભવ કરાવશે.

એક ગ્રાહક પણ કાળજી અને આરામદાયક વાતાવરણની અપેક્ષા રાખે છે. સેવા દરમિયાન અપૉઇન્ટમેન્ટ શેડ્યૂલ કરવાથી લઈને ચુકવણી સુધી ગ્રાહકોને સહજ બનાવવા માટે તમામ પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

V5F4J5

એપોઇન્ટમેન્ટ શેડ્યૂલ કરવી	રીસેપ્શન એરિયા	સર્વિસ એરિયા
રિસેપ્શનિસ્ટ / સેવા સાથે ક્રિયાપ્રતિક્રિયા	સેવાની ગુણવત્તા	ચુકવણીની પ્રક્રિયા

રિસેપ્શન એરિયા (Reception Area)

સકારાત્મક પ્રભાવ બનાવવા માટે તે તમારે ખાતરી કરવાની રહેશે કે:

- રિસેપ્શન ડેસ્ક હંમેશા સ્વચ્છ અને વ્યવસ્થિત હોય છે.
- અઠવાડિયામાં ઓછામાં ઓછા એક વખત ફૂલો બદલવામાં આવે છે.
- ગ્રાહકો માટે નવા સામયિકો ઉપલબ્ધ છે.
- ખાલી કપ્સને શક્ય તેટલી વહેલી તકે દૂર કરવામાં આવે છે.

રિસેપ્શન એરિયામાં રાહ જોઈ રહેલા ગ્રાહકો

સલોન સ્ટાફ રૂમ Salon Staff Room

સ્ટાફ રૂમનો ઉપયોગ કર્યા પછી, કૃપા કરીને ખાતરી કરો કે:

- તમામ પુસ્તકો, મેન્યુઅલ્સ અને સામયિકો યોગ્ય જગ્યાએ રાખવામાં આવ્યા છે.
- તમારી વાસણો ધોવાઈને રખાઈ ગયા છે.
- તમારા ગ્રાહકના વાસણો ધોઈને દૂર કરવામાં આવ્યા છે.

સંભાળનું વાતાવરણ પૂરું પાડવું

ગ્રાહકો તેમની સારવાર કરાવતી વખતે આરામદાયક અને હળવાશ અનુભવવાનું પસંદ કરે છે. તેમને એવું વિચારવું ગમે છે કે તમે તેમના વિશે અને તેમની જરૂરિયાતો વિશે જાણો છો. તમારા ગ્રાહકને તમારી સાથે સહજ અનુભવ કરાવવા માટે, તમારું વર્તન વાસ્તવિક અને પ્રમાણિક હોવું જોઈએ. તમે તમારી સંભાળ, શિષ્ટાચાર અને તમારી યોગ્યતા વિશે કેટલી સારી રીતે વાત કરો છો, તે તેમને નિયમિત ગ્રાહક બનવા માટે પ્રોત્સાહિત કરશે.

સંભાળ રાખનારું વાતાવરણ

સંભાળ રાખનારું વાતાવરણ પૂરું પાડવા માટે તમારે આ કરવાનું રહેશે:

- કામ અને અન્ય લોકો પ્રત્યે હકારાત્મક વલણ દર્શાવો.
- સુઘડ અને વ્યવસ્થિત દેખાવ રાખો.

- એકબીજા પ્રત્યે અને ગ્રાહકો પ્રત્યે મૈત્રીપૂર્ણ અને નમ્ર વલણ દર્શાવો. હંમેશા ગ્રાહકે પૂછેલી વાત તેને કહો, પછી ભલે તમે ફોન પર વાત કરતા હોવ કે અન્ય કોઈની સાથે.
- વર્તન અને આચરણના ઉચ્ચ વ્યક્તિગત ધોરણો છે.
- સમયબદ્ધ, ભરોસાપાત્ર અને કાર્યક્ષમ બનો. જો તમે કામે જવા માટે મોડા છો, તો તરત જ સલૂનને કૉલ કરો. જો તમે સમયથી પાછળ ચાલી રહ્યા હોવ, તો તમારા ગ્રાહકોને વિલંબ વિશે જણાવો, મોટાભાગના લોકો તે સમજી જશે. અસુવિધા માટે માફી માગો અને કોઈને દોષ ન આપો.

સર્વિસ એરિયાને સ્વચ્છ રાખવું

- તમારા ગ્રાહકને આશ્વાસન આપો અને તમારા વર્તનથી તેમને સહજ રાખો. આમાં તમારું સંપૂર્ણ ધ્યાન ગ્રાહક પર મૂકવાનો સમાવેશ થાય છે. તમારા ગ્રાહકની સાથે ઉપસ્થિત હોવ ત્યારે અન્ય કર્મચારીઓ સાથે ચેટ કરવી અસંસ્કારી છે, જો કે સહકાર્યકરો સાથે વ્યાવસાયિક ચર્ચા કરવાની પરવાનગી છે.

ગ્રાહકને સહજ બનાવવા Making the Client Comfortable

ગ્રાહકનો શારીરિક આરામ પણ ગ્રાહક સેવાનો એક મહત્વપૂર્ણ ભાગ છે. એક વ્યાવસાયિક તરીકે તમારે આની જરૂર છે:

The client's physical comfort is also an important part of customer service. As a professional you must:

- ગ્રાહકોને વાંચવા માટે નવા સૌંદર્ય અને સંભાળ સંબંધિત, અન્ય સામાન્ય સામયિકો પ્રદાન કરો.
- ચા અથવા કોફી સાથે નાસ્તાનો વિકલ્પ રજુ કરો.
- જો જરૂરી હોય તો દરરોજ સવારે હીટિંગ/એર કન્ડીશનીંગ ચાલુ હોય તેની ખાતરી કરો.

વાતચીત (વાર્તાલાપ)

દરેક વ્યક્તિ એકબીજા સાથે વાતચીત કરે છે. મનુષ્ય જ એકમાત્ર એવા જીવ છે જે અલગ અલગ રીતે વાતચીત કરે છે. વાતચીત (સંદેશાવ્યવહાર) એ વાણી, લેખન, દ્રશ્યો, સંકેતો અથવા વર્તન જેવી પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરીને સંદેશાઓની મદદથી માહિતીને વહેંચવા/પ્રસારિત કરવાની પ્રક્રિયા અથવા પ્રવૃત્તિ છે. સંદેશ મોકલવાની આ પ્રક્રિયા ત્યારે જ પૂર્ણ માનવામાં આવે છે જ્યારે સંદેશ પ્રાપ્ત કરનાર વ્યક્તિ સંદેશને સંપૂર્ણ રીતે સમજી ગયો હોય. સંદેશાવ્યવહારની પ્રક્રિયામાં ચાર મુખ્ય ઘટકો હોય છે.

વાતચીત (સંદેશાવ્યવહાર)ના ઘટકો

ટેલીફોનનો જવાબ આપવો

ઓપરેટરની ટેલિફોન પર વાત કરવાની રીત દ્વારા સલૂન વિશે ગ્રાહકનો અભિપ્રાય કેળવી શકાય છે અને જો ગ્રાહકો સાથે ટેલિફોન સેવા પર યોગ્ય રીતે વાત ન કરવા પર તેઓને ગુમાવી શકાય છે. તેથી તે મહત્વનું છે કે તમે ઉચ્ચ સ્તરની ગ્રાહક સેવા પ્રદાન કરવા માટે સારી ટેલિફોન પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરો.

ટેલિફોન દ્વારા વાતચીત

વ્યક્તિ સાથે સામ-સામે વાતચીત કરવા કરતાં ટેલિફોન પર વાત કરવું એ થોડું અલગ છે. ફોન પર તમે સાંભળી શકો છો(અવાજ, સ્વર, માત્રા (વોલ્યુમ)), પરંતુ તમે જોઈ શકતા નથી (ચહેરાની અભિવ્યક્તિ, હાવભાવ, શરીરની ભાષા).

ટેલિફોન દ્વારા વાતચીત (સંચાર) લગભગ 25 ટકા શબ્દો અને 75 ટકા ટોન કે જે રીતે શબ્દો બોલાય છે. તેથી જ્યારે તમે ફોન પર વાત કરો છો ત્યારે તમારે તેની ભરપાઈ કરવી પડશે જે જોઈ શકતા નથી.

કૉલનો જવાબ આપવો

ટેલિફોનનો ઉપયોગ કરીને સંચાર

અવાજ

જ્યારે તમે ટેલિફોન પર વાત કરો છો:

- સ્પષ્ટ રીતે બોલો
- સીધું માઉથપીસમાં બોલો
- જો તમે બેઠેલા હો, તો નમવું નહીં, તમારી મુદ્રા તમારા અવાજને અસર કરી શકે છે
- કાર્યક્ષમ પરંતુ મૈત્રીપૂર્ણ બનો અને સ્મિત કરો

શબ્દ

તમારા શબ્દો કાળજીપૂર્વક પસંદ કરો કારણ કે પ્રેક્ષકો તમને જોઈ શકતા નથી. પુનરાવર્તન કરો અને નામ, સમય, તારીખ અને ફોન નંબર તપાસો.

શારીરિક હાવ-ભાવ

ત્યાં સુધી કે ફોનનો જવાબ "હેલો?" સાથે આપવામાં આવે છે. તમે કહી શકો છો કે વ્યક્તિ ખુશ છે, કંટાળી ગઈ છે કે અસ્વસ્થ છે. જ્યારે તમે તમારા વિશે વાત કરો છો ત્યારે હસવું તમને કૉલ પ્રાપ્ત કરવામાં ખુશ કરવામાં મદદ કરી શકે છે.

J3L3V9

- શરીરના હાવ ભાવનો ઉપયોગ કરો, ભલે તે દેખાતું ન હોય, અન્યથા તમારો અવાજ અટકતો લાગી શકે છે.
- સ્મિત ભલે દેખાય નહિ, પરંતુ તે સાંભળવામાં આવશે.
- તમારી આંખોને એવી કોઈ વસ્તુ પર કેન્દ્રિત કરો જે તમને તમારા સંદેશાવ્યવહાર પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવામાં મદદ કરે.
- શરીરની ભાષા સાંભળો, ઉદાહરણ તરીકે, થોભવાની અને શ્વાસ લેવાની રીત.

શારીરિક હાવ ભાવનું મહત્વ

ટેલિફોન સંચારમાં મુશ્કેલીઓ

ટેલિફોન સંચારની કેટલીક મુશ્કેલીઓ છે

- બીજી વ્યક્તિ ન દેખાવી.
- ઘોંઘાટ - પૃષ્ઠભૂમિમાં અથવા લાઇન પર.
- વિક્ષેપ - જ્યારે તમે ફોન પર હોવ ત્યારે કોઈ તમારું ધ્યાન ખેંચવાનો પ્રયાસ કરનાર કોઈ વ્યક્તિ.
- ભાષા - ખરાબ ઉચ્ચાર અથવા અજાણ્યા ઉચ્ચાર.

આ મુશ્કેલીઓ ઘટાડવાના ઉપાયો

- સક્રિય રીતે સાંભળો.
- કોઈપણ વિક્ષેપ ટાળો.
- તમારી આસપાસનો ઘોંઘાટ ઓછામાં ઓછો રાખો.
- માત્ર ફોન કોલ્સ પર ફોકસ કરો
- યોગ્ય રીતે બોલો.
- સમજવા માટે તપાસો.

ફોનનો જવાબ આપવો - તમારા વિશે કહો

એક સરસ અભિવાદન છે: "ગુડ મોર્નિંગ/આફ્ટરનૂન, આ XYZ સલૂન છે, (તમારું નામ) બોલું છું. શું હું તમને મદદ કરી શકું?"

અભિવાદનનું આદાન પ્રદાન

કોલનો ઝડપથી જવાબ આપો

જ્યાં પણ શક્ય હોય, ત્યાં ત્રણ રીંગમાં ફોનનો જવાબ આપવો એ સારી પ્રથા છે.

ત્રણ રિંગ્સમાં તમને એટલો સમય મળશે કે

- તમે જે કામ કરી રહ્યા છો તે બંધ કરો.
- ફોનનો જવાબ આપવાની તૈયારી કરો.

ફોનનો જવાબ આપતી વખતે અસરકારક રીતે ફોનનો જવાબ આપો

- સ્મિત!
- "ગૂડ મોર્નિંગ" અથવા "ગુડ આફ્ટરનૂન" કહો
- તમારા અને સલૂનનું નામ સ્પષ્ટપણે બોલો
- નોંધ કરવા માટે પેન અને કાગળ તૈયાર રાખો
- કોલ કરનારને ધ્યાનથી સાંભળો
- કૉલરની જરૂરિયાતોને સ્પષ્ટ કરવા માટે પ્રશ્નો પૂછો
- તમારી પાસે સાચી વિગતો છે તેની ખાતરી કરવા માટે તમામ સંબંધિત માહિતીનું પુનરાવર્તન કરો
- યાદ રાખો, તમે જાણતા નથી કે ફોનની બીજી બાજુ કોણ છે અને અને પ્રથમ વખત કરેલી વાત જ તમારી છબી બનાવે છે..

ગ્રાહકની જરૂરિયાતોનો જવાબ આપવો – ટેલિફોન પર પ્રશ્નોનો ઉપયોગ કરવો

ટેલિફોન વાતચીતની સારી રીતોમાં તમારી વાતચીતની રચના અને નિયંત્રણ માટે પ્રશ્નોનો ઉપયોગ કરવાનો સમાવેશ થાય છે.

ખોલવું	કૉલના પ્રકારની સ્થાપના	"શું હું તમને મદદ કરી શકું છું?"
બંધ કરવું	માહિતી સ્થાપિત કરવી અથવા પુષ્ટિ કરવી	"તમને આજે એપોઇન્ટમેન્ટ જોઈતી હતી?"
તપાસ	આવશ્યકતાઓના ચોક્કસ નિવેદનો એકત્રિત કરવા	"તમે આજે તમારા વાળમાં ખરેખર શું કરવા માંગો છો?"
ચિંતનશીલ	સમજણની તપાસ કરવી અને બતાવવી	"તેથી હું લખી રહ્યો છું કે શ્રીમતી શર્મા આજે સવારે 2.30 વાગ્યે ચહેરા અને વાળ માટે એપોઇન્ટમેન્ટ લેવા માંગે છે."
બંધ કરવું	વાતચીત સમાપ્ત કરવી	"શ્રીમતી શર્મા. શું હું તમને કંઈક બીજી મદદ કરી શકું? ફોન કરવા બદલ આભાર.

તે જ "સ્તર" પર જાઓ. તમારા કોલરની જરૂરિયાતોને પૂર્ણ કરો. કૉલરની વિવિધ જરૂરિયાતો હશે.

ફોન કરનાર જે:

- ઉતાવળમાં છે, ઇચ્છે છે કે તમે ઝડપી અને અસરકારક રીતે કામ કરો.
- ફરિયાદ છે, તે સમજણ અને કાર્યવાહીની અપેક્ષા રાખે છે.
- મુશ્કેલીમાં છે, તમારી સહાનુભૂતિની જરૂર છે.

T5E4J9

સંદેશ લેવો

કેટલીક વાર લોકો એવા ઑપરેટર સાથે વાત કરવા માટે સલૂનને કૉલ કરશે જે અનુપલબ્ધ હોય અથવા કોઈ સંદેશ છોડવા માંગે છે. આ પરિસ્થિતિઓમાં, સંદેશ લખવો જરૂરી રહેશે. તમારી યાદશક્તિ પર વિશ્વાસ ન કરો.

બધા સંદેશાઓ સ્પષ્ટ અને સચોટ રીતે લખવા જોઈએ. ચોક્કસ સંદેશ મેળવવો ખૂબ જ સરળ છે અને તેમાં આ શામેલ હોવું જોઈએ:

- તે વ્યક્તિનું નામ કે જેના માટે સંદેશ મોકલવામાં આવ્યો છે
- કોલ કરનારનું નામ
- ફોન નંબર લેવો
- સંદેશની વિગતો
- કૉલનો સમય
- કૉલની તારીખ
- કોલ લેનારનું નામ

એક રીસેપ્શનિસ્ટ સંદેશ લે છે

કર્મચારીઓ માટે વ્યક્તિગત ટેલિફોન કૉલની નૈતિકતા

સંદેશાઓ લેવામાં આવશે અને રિસેપ્શન ડેસ્ક પર છોડી દેવામાં આવશે. તમારા ફાજલ સમયમાં તેમને તપાસવાની જવાબદારી તમારી છે.

- ઈમરજન્સી કૉલ સ્વીકારવામાં આવે છે, જો કે, કૃપયા તમારા મિત્રો અને પરિવારને કહો કે જ્યાં સુધી કોઈ કટોકટી ન હોય ત્યાં સુધી કૉલ ન કરો.
- કૃપા કરીને તમારા કોલ્સને ન્યૂનતમ રાખો જેથી કરીને તમે સલૂનને હોલ્ડ પર ન રાખો અથવા તેવા ગ્રાહકોને અસુવિધા પ્રદાન ન કરો જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ વ્યક્તિગત કૉલ કરે ત્યારે ફોન લાઇન વ્યસ્ત હોય.
- તમારે અન્ય કોઈપણ વ્યક્તિગત કૉલ્સ માટે મોબાઈલ ફોનનો ઉપયોગ લંચ બ્રેકમાં કરવો જોઈએ. કૃપા કરીને તેને બંધ રાખો અને બાકીના સમય માટે સ્ટાફ રૂમમાં રાખો.

આચારસંહિતા

સલૂનમાં તમામ કર્મચારીઓ પાસેથી ન્યાયી વર્તણૂકના ધોરણોનું પાલન કરવાની અપેક્ષા રાખવામાં આવે છે જે વ્યવસાયિકતા દર્શાવે છે:

- આદર બતાવો અને અન્યો પ્રત્યે ન્યાયી અને નમ્ર બનો.

- અન્ય સ્ટાફ અથવા સલૂનની ટીકા કરશો નહીં.
- પ્રમાણિક બનો અને હંમેશા તમારા મનની વાત રજૂ કરો.
- વ્યાવસાયિક રીતે વ્યવહાર કરો.
- ગેરકાયદેસર ભેદભાવ અથવા ઉત્પીડન સહન ન કરવું જોઈએ અને તરત જ જાણ કરી દેવી જોઈએ.
- ધર્મ, રાજકારણ, અન્ય વ્યક્તિના જાતીય જીવન, ગપસપ અથવા કસમ ખાવા વિશે બોલવું અયોગ્ય છે.

વિરોધિ સંકેતોને કેવી રીતે સંભાળવા?

એકવાર કોઈ પણ સારવાર માટે વિરોધાભાસી સંકેતનું નિદાન થઈ જાય, પછી પરિસ્થિતિને ચતુરાઈ અને સંવેદનશીલતા સાથે સંભાળવું મહત્વપૂર્ણ છે. તમારા ગ્રાહક તેમની પરિસ્થિતિ વિશે શરમાળ હોઈ શકે છે અને શરમ અનુભવી શકે છે અને જો તમે પૂરું ધ્યાન આપશો અને મદદ કરશો તો તે તેની પ્રશંસા કરશે.

તમારે આ કરવું જોઈએ:

ક. પરિસ્થિતિ વિશે મોટેથી બોલવાનું ટાળો.
ખ. ગ્રાહકને આશ્વાસન આપો અને તેમને ઉપલબ્ધ સારવાર વિશે જણાવો.
ગ. વ્યાવસાયિક અને કાળજીભર્યું વર્તન, સહનશીલતા અને આદર જાળવો.

સૌંદર્ય ચિકિત્સક તરીકે તમે ઘણા જુદા જુદા લોકોના સંપર્કમાં આવશો અને તમે હંમેશા તેમના ઘણા મૂલ્યો સાથે સહમત નહિ થઇ શકો અને સમજી શકશો નહિ. જો કે, તમારે અલગ-અલગ મૂલ્યોને ઓળખવાનું શીખવું જોઈએ અને તમારા કરતાં અલગ રીતે વિચારતી વ્યક્તિના અધિકારોનું સન્માન કરવાનું શીખવું જોઈએ. કોઈપણ પૂર્વગ્રહ ન દર્શાવવો મહત્વપૂર્ણ છે, ઉદાહરણ તરીકે, વંશીય અથવા ધાર્મિક અસહિષ્ણુતા.

આપણા કાયદા એવા છે જે અન્ય વ્યક્તિ સાથે તેમના લિંગ, જાતિ, અપંગતા, ધર્મ, જાતીય અભિગમ અથવા રાજકીય માન્યતાઓના આધારે ભેદભાવ કરવાનું ગેરકાયદેસર બનાવે છે.

ગોપનીયતા: ગ્રાહકો ઘણીવાર તમારી સાથે તેમના અંગત જીવનની ચર્ચા કરશે. તમારે હંમેશા નમ્ર રહેવું જોઈએ અને સાંભળવું જોઈએ. જો કે, જ્યારે કોઈ ગ્રાહક તમારામાં વિશ્વાસ રાખે છે, ત્યારે ગ્રાહકે જે કહ્યું છે તેનું પુનરાવર્તન ન કરવું અને અસતત હોવું મહત્વપૂર્ણ છે. ગ્રાહક સાથેના તમારા સંબંધની વ્યાવસાયિક પ્રકૃતિને હંમેશા યાદ રાખો. જો શક્ય હોય તો, તમારા ગ્રાહકને અત્યંત વ્યક્તિગત અને ઘનિષ્ઠ માહિતી જાહેર કરવાથી નિરાશ કરો.

તેવી જ રીતે, તમારે તમારા ગ્રાહક પર તમારી વ્યક્તિગત સમસ્યાઓનો બોજ ન નાખવો જોઈએ. યાદ રાખો કે તેઓ તમારી પાસે મસાજ અને સારા અનુભવ માટે તમારા સલૂનમાં આવ્યા છે.

બચવા માટેની વસ્તુઓ

કેટલીક એવી આદતો છે જે સ્વાસ્થ્ય પર ગંભીર અસર કરે છે. સ્વસ્થ જીવન માટે આવી ટેવો ટાળવી જોઈએ.

તેમાં આ સમાવિષ્ટ છે:

દારૂ પીવાની આદત

આ વલણમાં, વ્યક્તિ મુશ્કેલીઓનો સામનો કરવા અથવા ઉદાસીની લાગણીથી બચવા માટે દારૂનું સેવન કરે છે. દારૂના અનિચ્છનીય પરિણામો છે.

- હૃદય રોગ, કેન્સર, નબળી રોગપ્રતિકારક શક્તિ, યકૃત સંક્રમ ણ (સિરોસિસ) વગેરેનું જોખમ વધી જાય છે.
- કામ પરના ધ્યાન અને કાર્યક્ષમતામાં ઘટાડો.
- સામાજિક અને આર્થિક સ્થિતિમાં ઘટાડો.
- ચિંતા, ધ્રુજારી, થાક, માથાનો દુખાવો, ડિપ્રેશન વગેરે જેવા ઉપાડના લક્ષણોને પ્રોત્સાહન આપે છે.

તમાકુ

- તમાકુ વિશ્વમાં મૃત્યુનું બીજું મુખ્ય કારણ છે. આના પરિણામે દર છ સેકન્ડે એક મૃત્યુ થાય છે. તેની અસરો છે: તે મોઢાના કેન્સરનું મુખ્ય કારણ છે જે મોં, જીભ, ગાલ, પેઢા અને હોઠને અસર કરે છે.
- તમાકુ ચાવવાથી વ્યક્તિની સ્વાદ અને સૂંઘવાની ક્ષમતા ઘટી જાય છે.
- ધૂમ્રપાન કરનારાઓને ફેફસાના કેન્સરથી પીડિત થવાનું જોખમ વધારે હોય છે.

ગુટખા

દરેક પાઉચમાં 4000 પ્રકારના રસાયણો હોય છે, જેમાં 50 સમાવિષ્ટ છે જેમ કે સોપારી, તમાકુ અને સ્વાદ જેવા કેન્સરનું કારણ બને છે.

J6M2S4

આરોગ્ય પર ગુટખાની અસર:

- જીભમાં સંવેદના ગુમાવવી
- વિકૃત મોં
- ગરમી, ઠંડી અને મસાલા પ્રત્યે વધેલી સંવેદનશીલતા
- મોં ખોલવામાં અસમર્થતા
- સોજો, ગઠ્ઠો, પેઢાં પર અથવા મોંમાં અન્ય જગ્યાએ ખરબચડી ફોલ્લીઓ
- મોઢામાંથી કોઈ કારણ વિના રક્તસ્ત્રાવ
- ગળવામાં મુશ્કેલી અને આખરે મોઢાનું કેન્સર

તબાકુની અસર

ટીમના ભાગ રૂપે અસરકારક રીતે કામ કરો.

કોઈપણ બ્યુટી સલૂનનો ધ્યેય તંદુરસ્ત અને સુખી સલૂન વાતાવરણમાં ગ્રાહકોની જરૂરિયાતોનું અનુમાન કરવો અને તેમને પૂર્ણ કરવાનો છે જેનાથી એક સમૃદ્ધ વ્યવસાયને પ્રોત્સાહન મળે છે. તમારા સલૂનના ઉદ્દેશ્યોને હાંસલ કરવા માટે, તમારે અને તમારા સાથીઓએ એક સામાન્ય ધ્યેય તરફ સલૂનમાં સાથે મળીને કામ કરવાની રીતો માટે સંમત થવાની જરૂર છે.

સલૂન ટીમ હંમેશા અલગ-અલગ શક્તિઓ અને નબળાઈઓ ધરાવતા લોકોથી બનેલી હોય છે અને દરેક વ્યક્તિની શક્તિઓનો સંપૂર્ણ ઉપયોગ કરવો અને તેમની નબળાઈઓને સુધારવાનો પ્રયત્ન કરવો મહત્વપૂર્ણ છે.

એક ટીમ પણ અલગ-અલગ વ્યક્તિઓથી બનેલી હશે અને દરેક વ્યક્તિ માટે ટીમના ભાગ તરીકે સાથે મળીને કામ કરવું મહત્વપૂર્ણ છે. ટીમ ત્યારે જ અસરકારક રહેશે જ્યારે દરેકને લાગે કે તેઓ સમાન રીતે કામ કરી રહ્યા છે અને જો ટીમના કેટલાક સભ્યો અન્યની જેમ સખત મહેનત કરતા નથી તો નારાજગી વધશે. ખાતરી કરો કે તમે શક્ય તેટલી સખત મહેનત કરીને ટીમના અસરકારક સભ્ય હોવ.

નિયમિત ટીમ મીટિંગ (આદર્શ રીતે સાપ્તાહિક) સારા કાર્યકારી સંબંધો જાળવવામાં મદદ કરશે, કારણ કે વ્યવસાય જેવા ફોરમમાં કોઈપણ સમસ્યા ઉકેલી શકાય છે.

અસરકારક ટીમ સભ્ય કેવી રીતે બનવું?

સલૂનમાં જોડાવા પર તમે એક ટીમનો ભાગ બનશો અને સલૂનનું સરળ સંચાલન સુનિશ્ચિત કરવા માટે ટીમના અન્ય સભ્યો, સહકાર્યકરો સાથે કામ કરવાની અપેક્ષા રાખવામાં આવશે.

સારી ટીમ પાસે હોય છે:

- હેતુ અને દિશાની સ્પષ્ટ સમજ
- આયોજન અને કાર્યવાહીનું સારું સંતુલન
- લોકોની ચોક્કસ સંખ્યા
- સારો માહિતીસંચાર
- સુગમતા અને સહનશીલતા
- નોકરીની ભૂમિકાઓ સ્પષ્ટ કરો
- હાસ્યની ભાવના
- કૌશલ્યોનું યોગ્ય મિશ્રણ
- સાંભળવાની સારી કુશળતા અને વિચારોનું આદાનપ્રદાન
- ઉત્સાહી, પ્રતિબદ્ધ ટીમ સભ્ય
- વાજબી પરંતુ નિર્ણાયક રીતે કાર્ય કરવું.

ટીમમાં કામ કરવું

જો આપણે બેજવાબદારીથી કામ કરીશું તો તેની અસર આખી ટીમ પર પડી શકે છે.

ટીમ ભાવના આ રીતે ગુમાવી શકાય છે:

- જો જૂથનો સભ્ય પોતાની રીતે કામ કરે છે, એટલે કે ટીમના ભાગ તરીકે નહીં
- જો વાતચીતમાં (સંચારમાં) ખામી હોય
- જો ટીમનો સભ્ય અન્યની ભૂલો પ્રત્યે લવચીક અને સહનશીલ બનવા તૈયાર ન હોય
- જ્યારે બહુ ઓછા લોકો માટે વધારે કામ હોય
- જ્યારે નોકરીની ભૂમિકાઓ સ્પષ્ટ થતી નથી અને લોકો જે ન કરવું જોઈએ તેના પર અતિક્રમણ કરે છે જે તેમણે ન કરવું જોઈએ .

ટીમના સભ્ય તરીકે, તે જાણવું એ એક જવાબદારી છે:

- સલૂનમાં બધા કર્મચારીઓ કોણ છે
- શેના માટે જવાબદાર છે

માહિતી અને સમર્થન માટે કોનો સંપર્ક કરવો.

યાદ રાખો

જો તમને મદદ અથવા માહિતીની જરૂર હોય, તો તમારે નમ્રતાપૂર્વક પૂછવું જોઈએ. તમને શા માટે મદદની જરૂર છે તે સમજાવવાથી, સ્ટાફના અન્ય સભ્યો સમજી શકશે કે તેઓ તમને કેવી રીતે મદદ કરે. દરેક સમયે નમ્ર અને વ્યાવસાયિક બનવું ટીમ ભાવનાને ઉત્તેજન આપશે.

જ્યારે કોઈ સહકર્મી તમારી મદદ માંગે, ત્યારે તમારે વિનંતીનો સ્વેચ્છાએ અને નમ્રતાપૂર્વક જવાબ આપવો જોઈએ.

M5S9Y3

- અન્યની જરૂરિયાતોનું અનુમાન કરવું અને તાત્કાલિક મદદ પૂરી પાડવી
- સમર્થ અને સક્ષમ હોવાનો અર્થ છે તમારું કામ સારી રીતે કરવું જેવી રીતે તમને તે કરવા માટે તાલીમ આપવામાં આવી છે. કોઈ પણ કામમાં બૂમ પાડવાની કોશિશ ન કરો, તેનાથી ગ્રાહક કે સહકર્મી જોખમમાં મુકાઈ શકે છે.
- તમારી ક્રિયાઓ માટે જવાબદાર હોવાથી તમે કરેલી કોઈપણ ભૂલો માટે જવાબદારી લેવી અને કોઈપણ વધુ નુકસાનને ઘટાડવા માટે યોગ્ય પગલાં લેવાનો સમાવેશ થાય છે.
- તમે તમારી જાત સાથે જે રીતે વર્તવા માંગો છો તે રીતે અન્ય લોકો સાથે વર્તો.
- તમે જે કરવા માટે પ્રશિક્ષિત ન હોવ તે કરવા માટે ક્યારેય પ્રયાસ કરશો નહીં.
- ભૂલોને છુપાવવાનો ક્યારેય પ્રયાસ કરશો નહીં, તેનાથી સ્થિતિ વધુ ખરાબ થશે. જો તમે ખાતરીપૂર્વક જાણતા ન હોવ તો ક્યારેય કોઈ કાર્ય ન કરો.
- હંમેશા એવા સહકાર્યકરનો સંપર્ક કરો કે જેઓ વધુ અનુભવ ધરાવતા હોય અથવા સત્તામાં હોય જેથી તમે આની વધુ સારી રીતે સમજ મેળવી શકો.
- હંમેશા ખાતરી કરો કે તમને જે પૂછવામાં આવે છે તે તમે સમજો છો. ધ્યાનથી સાંભળવાની ક્ષમતા એ એક મહત્વપૂર્ણ કૌશલ્ય છે.
- માથું હલાવીને બતાવો કે તમે સમજો છો.

તમારી પ્રગતિ તપાસો

1. સલૂનનો રિસેપ્શન એરિયા કેવી રીતે ગોઠવવો જોઈએ?

2. તમે ગ્રાહક માટે કાળજીનું વાતાવરણ કેવી રીતે પ્રદાન કરશો?

3. કાર્યસ્થળ પર સકારાત્મક પ્રભાવ આપવા માટે વાતચીત (સંચાર)ના મહત્વનો ઉલ્લેખ કરો.

4. ટેલિફોન સંચારની કેટલીક મુશ્કેલીઓ કઈ છે?

5. સલૂનના કર્મચારીઓ માટે આચારસંહિતાની સૂચિ બનાવો.

સેશન 2: વ્યક્તિગત રીતે તૈયાર હોવું

અધ્યયનની નિષ્પત્તિઓ

આ એકમ પૂર્ણ કર્યા પછી વિદ્યાર્થી નીચેના કર્યો કરવામાં સક્ષમ હશે:

1. વ્યક્તિગત રીતે તૈયારીનું મહત્વ જણાવવું;
2. ત્વચાની સંભાળની પદ્ધતિઓની વ્યાખ્યા કરવી;
3. હાથ અને પગની સંભાળની તકનીકોનું વર્ણન કરવું,
4. સૌંદર્ય ચિકિત્સકને મેકઅપની જરૂરિયાતની વ્યાખ્યા કરવી,
5. વાળની સંભાળની પ્રક્રિયાઓ અપનાવવી,
6. સારું સ્વાસ્થ્ય જાળવવું; તથા
7. વ્યવસાયિક શિષ્ટાચાર પ્રદર્શિત કરવા.

I2A6M3

પરિચય

સૌંદર્ય ચિકિત્સક ગ્રાહકોને તેમના વ્યક્તિગત દેખાવને વધારવા માટે સૌંદર્ય સારવાર પ્રદાન કરે છે. ગ્રાહક પણ અપેક્ષા રાખે છે કે તેના સેવા પ્રદાતા સારી રીતે તૈયાર હોય. આનાથી ગ્રાહક પર સકારાત્મક અસર પડશે. આનંદદાયક દેખાવ વ્યાવસાયિકતાને દર્શાવે છે.

તૈયારીથી આપણો શો અર્થ છે? સરળ શબ્દોમાં કહીએ તો, તૈયારી એ આપણે આપણા શરીરની કાળજી લેવાની રીત અને આપણે આપણી જાતને કેવી રીતે રજૂ કરીએ છીએ તેમ વ્યાખ્યાયિત કરવામાં આવે છે.

વ્યક્તિગત રીતે તૈયાર હોવું
1. મૂળભૂત સ્વચ્છતા
2. વાળ
3. નખ
4. એસેસરીઝ
5. દાંત
6. કપડાં
7. મેકઅપ

આ સેશનમાં, આપણે વ્યક્તિગત રીતે તૈયારીના મહત્વના પાસાઓનો અભ્યાસ કરીશું.

વ્યક્તિગત રીતે તૈયાર હોવું

આપણે આપણી ત્વચાની સંભાળ કેવી રીતે રાખી શકીએ?
1. સ્કિન કેર ટેક્નિક જેમ કે ક્લીન્ઝિંગ, ટોનર અને મોઇશ્ચરાઇઝર લગાવવાથી સ્કિન ફ્રેશ અને ગ્લોઇંગ રહે છે.
2. દરેક વ્યક્તિએ દિવસમાં ઓછામાં ઓછું એકવાર સ્નાન કરવું જોઈએ. દરરોજ સ્નાન કરવાથી શરીરની દુર્ગંધ દૂર થાય છે.

3. ડીઓડ્રંટ અથવા એન્ટિપરસ્પિરન્ટનો ઉપયોગ કરો.

વ્યક્તિગત સ્વચ્છતાની ટીપ્સ

4. ટુવાલ અને સાબુ બીજા સાથે શેર કરવાનું ટાળો.

હાથ અને પગની સંભાળ

- સારવાર પહેલાં અને પછી જંતુનાશકનો ઉપયોગ કરીને તમારા હાથ ધુઓ/સાફ કરો.

સેનિટાઇઝર

- તમારા હાથને સાબુથી ધોવા માટે નીચેની પ્રક્રિયાને અનુસરો.

હાથ ધોવાની પ્રક્રિયા

- નખ સારી રીતે કપાવા જોઈએ.

નેઇલ કટર વડે નાખ કાપવા

- સ્નાન કર્યા પછી, તમારા પગને સ્પોન્જ, પ્યુમિસ સ્ટોન અથવા ફૂટ સ્ક્રબરથી સાફ કરો.

ફૂટ સ્ક્બર

- સારવાર આપતી વખતે હંમેશા રોગાણુંરહિત મોજા પહેરો.

રોગાણુંરહિત મોજા

મેકઅપ

- તમારી ત્વચાના ટોનને અનુરૂપ યોગ્ય ફાઉન્ડેશનનો ઉપયોગ કરો.
- સારી વિશેષતાઓને હાઇલાઇટ કરો.
- મેકઅપ કુદરતી હોવો જોઈએ.
- કપાળ પરના શ્યામ વર્તુળો અને રેખાઓને ઢાંકવા માટે હળવા રંગોનો ઉપયોગ કરો.
- લિપસ્ટિક લગાવતા પહેલા હોઠની પહેલા આઉટલાઇન બનાવો.
- તમારા હોઠને મોઇશ્ચરાઇઝ કરવા માટે લિપ બામનો ઉપયોગ કરો.
- ખાતરી કરો કે ભ્રમર (આઇબ્રો) એકદમ સારા આકારમાં છે.

સાચું મેકઅપ

વાળની સંભાળ

- નિયમિત સમયાંતરે વાળ અને માથાની ચામડીને સારી રીતે ધોઈ લો.
- તમારા વાળની યોગ્ય રીતે માવજત કરો અને લાંબા વાળ રાખવાનું ટાળો.
- જડબાની રેખા કરતાં લાંબા વાળને બનમાં સરસ રીતે બાંધવા જોઈએ.
- તમારા વાળને દિવસમાં ત્રણથી ચાર વખત સોફ્ટ-બ્રિસ્ટલ્ડ બ્રશ અથવા પહોળા દાંતાવાળા કાંસકાથી બ્રશ કરો.

વાળ અને માથું ધોવું

- અઠવાડિયામાં ઓછામાં ઓછા એક વખત માથાની ચામડીમાં તેલ લગાવો, મુખ્યત્વે વાળ ધોવાના એક કલાક પહેલાં.
- વાળ તૂટવાથી બચવા હેર સ્પ્રે/ક્લિપનો ઉપયોગ કરો.

•

દાંતની સંભાળ

દિવસમાં બે વાર દાંત સાફ કરો.

દરેક ભોજન પછી મોંમાં કોગળા કરો.

'ચ્યુઇંગ ગમ અને તમાકુ' ટાળો.

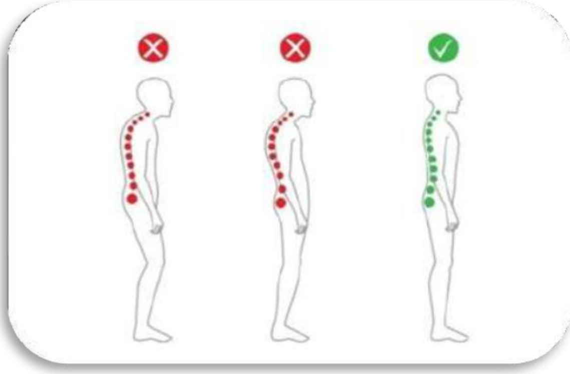
દાંતની સંભાળ

યુનિફોર્મ અને કાર્ય સહાયક એસેસરીઝ

- હંમેશા સ્વચ્છ અને ઈસ્ત્રી કરેલ ગણવેશ પહેરો.
- સલૂનના ધોરણો મુજબ તમારું ઓળખ પત્ર (ID) દર્શાવો.
- સેવા આપતી વખતે બ્રેસલેટ, વીંટી, નેકલેસ, લાંબી ઈયરિંગ્સ વગેરે પહેરવાનું ટાળો.
- સલૂન દ્વારા નિર્દેશિત કરેલ રક્ષણાત્મક વસ્ત્રો પહેરો.
- આરામદાયક અને ઢાંકેલા જૂતા પહેરો.
- જો જરૂરી હોય તો હળવા પરફ્યુમનો ઉપયોગ કરો.

સારું સ્વાસ્થ્ય અને મુદ્રા જાળવો.

- કમરના દુખાવાને ટાળવા માટે ઊંચાઈમાં એડજસ્ટેબલ સોફા અને સ્ટૂલનો ઉપયોગ કરો.
- તમારા હાથને લવચીક રાખવા માટે નિયમિતપણે કસરત કરો.
- હંમેશા સારી શારીરિક મુદ્રા જાળવો.
- સ્વસ્થ ખોરાક લો.
- હંમેશા સારી શારીરિક મુદ્રા જાળવો.



શારીરની યોગ્ય મુદ્રા

વળવાની કસરત

સ્વસ્થ આહાર

વ્યાવસાયિક શિષ્ટાચાર

શ્રેષ્ઠતા હાંસલ કરવા માટે, દરેક સેવા પ્રદાતાએ નીચેની માર્ગદર્શિકાઓનું પાલન કરવાનું રહેશે.

• વિનમ્ર બનો.

- નમ્રતાપૂર્વક વાતચીત કરો.
- બધા ગ્રાહકો સાથે ઉચિત વર્તન કરો.
- ગ્રાહકની જરૂરિયાત પૂરી કરવા માટે શ્રેષ્ઠ સેવા સૂચવો.
- સહકાર્યકર્તાઓ, સુપરવાઈઝર અને ગ્રાહકો પ્રત્યે આદર દર્શાવો.
- ગ્રાહકો સાથે સારા સંબંધો વિકસાવો.
- સારું અને નૈતિક વર્તન દર્શાવો.
- ગોપનીય માહિતી ક્યારેય જાહેર કરશો નહીં.
- કાર્યસ્થળને સ્વચ્છ અને વ્યવસ્થિત રાખો.
- દરેક સમયે સ્વચ્છતા જાળવવા અને સંક્રમણ દૂર કરવાની કાળજી લો.
- આરોગ્ય અને સલામતીના ધોરણોનું પાલન કરો.
- કાર્યસ્થળ પર સંભવિત જોખમો અને ખતરાઓને ઓળખો અને જરૂરી કાર્યવાહી કરો.
- હસતા રહો અને ઉત્સાહ બતાવો.
- સમયબદ્ધ અને ભરોસાપાત્ર બનો.
- તણાવ અને ગુસ્સાને નિયંત્રિત કરો.

તમારી પ્રગતિ તપાસો

1. વ્યક્તિગત તૈયારીનું મહત્વ સમજાવો.

2. તંદુરસ્ત સ્થિતિમાં ત્વચાને જાળવવાની રીતોની સૂચિ બનાવો.

3. સાબુ અને પાણીથી હાથ ધોવાના 7 પગલાં સમજાવો.

4. લિપસ્ટિક પર લિપ બામ કેમ લગાવવામાં આવે છે?

5. તમે સારું સ્વાસ્થ્ય કેવી રીતે જાળવી શકશો?

6. વ્યાવસાયિક શિષ્ટાચારના કેટલાક મહત્વપૂર્ણ પાસાઓની સૂચિ બનાવો.

શબ્દાવલિ

શબ્દ	વિવરણ
દારુ પીવાની ટેવ	આ પ્રવૃત્તિમાં વ્યક્તિ મુશ્કેલીઓનો સામનો કરવા અથવા ઉદાસીની લાગણીથી બચવા માટે દારૂનું સેવન કરે છે.
વાતચીત (માહિતી સંચાર)	વાતચીત (માહિતી સંચાર) એ વાણી, લેખન, દૃશ્ય, ચિહ્નો અથવા વર્તન જેવી પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરીને સંદેશાઓની મદદથી માહિતી પ્રસારિત/સંચાર કરવાની પ્રક્રિયા અથવા પ્રવૃત્તિ છે.
આચારસંહિતા	સલૂનમાં તમામ કર્મચારીઓ વ્યાવસાયિકતાને પ્રતિબિંબિત કરતા વાજબી આચરણના ધોરણોનું પાલન કરે તેવી અપેક્ષા રાખવામાં આવે છે.

SS