



Beautician and Skin Care

بیوٹیشن اور سکن کیئر

45 Hours Training Program - TEVT Sector

45 گھنٹے کا تربیتی پروگرام - TEVT سیکٹر

Teaching - Learning Material

تدریسی - سیکھنے کا مواد



Project Implementation Unit

پراجیکٹ امپلیمنٹیشن یونٹ

Department of Mechatronics, University of Engineering and Technology, Peshawar

شعبہ مکاترونکس، پونیورسٹی آف انجینئرنگ اینڈ ٹیکنالوجی، پشاور



<https://portal.skillskp.org/>



info@skillskp.org



<https://www.facebook.com/SIDPI.PT.Official>



0300-1539669



مواد

1. تعارف 4
2. تربیتی مقاصد 4
3. ٹریننگ لرننگ آؤٹ کم (TLO) 4
4. تشخیصی ڈھانچہ 4
5. کس کو داخلہ لینا چاہیے؟ 5
6. تربیتی ماڈیول اور فراہمی کا منصوبہ 5
- 2.1 LU مختلف اقسام کی جلد (خشک، تیل والی، مہاسے، مسئلہ والی جلد) کا مطالعہ 12
- 2.2 LU کاسمیک طریقہ 13
- 2.3 LU: جلد کی غذائیت کے لیے وٹامنز کی اہمیت 14
- وٹامنز کی کمی 15
- 2.4 LU: وٹامنز کے غذائی ذرائع (جلد کی غذائیت کے لیے) 16
- 2.5 LU: فیشل کے لیے درکار آلات کی فہرست 17
- 2.6 LU: سیرمز اور سکن کیئر مصنوعات کا علم 18
- 2.7 LU: ماسک اور مساج کے فوائد 19
- 2.8 LU: ہٹانا اور بعد از دیکھ بھال 19
- 2.9 LU: جلد کی حساسیت اور پیچ ٹیسٹنگ 19
- 3.1 LU: بالوں کا تعارف 20
- بالوں کی مختلف ساختوں کا مطالعہ (خشک، تیل والے، نارمل، خشکی) 21
- 3.2 LU: شیمپو، رنگ، تیل، کریم، اور کنڈیشنرز کے استعمال اور تیاری کا طریقہ کار 23
- 3.3 LU: بالوں کی بیماریاں اور نقائص اور ان کے علاج 24
- عام بالوں کے مسائل (بال گرنا، خشکی، بالوں کا سفید ہونا) 24
- 4.1 LU: مختلف اقسام کی جلد (چکنی، خشک، نارمل، مہاسے) کا مطالعہ 26
- 4.2 LU: مختلف مواقع (پارٹی، برائیڈل، ماڈل) کے لیے استعمال ہونے والے میک اپ کی اقسام 27



28	بنیاد اور میک اپ کی تکنیکیں	LU 4.3
29	میک اپ کی کاسمیٹکس (اقسام اور برانڈز)	LU 4.4
30	میک اپ کے لیے درکار آلات اور آلات کی فہرست	LU 4.5
30	نیلز کی انانومی	LU 5.1
31	مینیکیور پروسیجر	LU 5.2
32	پیپینکیور طریقہ کار	LU 5.3
33	1: وٹن، پوزیشننگ، اور ایک مرکوز سروس مینو کی تعمیر	
34	2: حفظان صحت اور صفائی کے SOPs	
34	3: مالیاتی منصوبہ بندی اور قیمتوں کا تعین	
34	لوگ اور تربیت	3
35	کلائنٹ کا سفر	4
35	مارکیٹنگ اور ترقی	5
35	انویمنٹری اور ریٹیل	6
35	ٹیک اسٹیک	7
36	رسک مینجمنٹ اور مسلسل بہتری	8
36	لے آؤٹ پلاننگ کی اہمیت	1
36	سیلون فرنیچر	2
36	اوزار اور آلات	3
36	بیوٹی پروڈکٹس	4
37	لے آؤٹ ڈیزائن میں صفائی اور حفاظت	5
37	بیوٹی انڈسٹری میں انٹرپرائیور شپ کا تعارف	
37	بیوٹی فیلڈ میں کاروبار کی اقسام	1
38	کاروباری خیالات کی تخلیق	2



کاروباری منصوبہ بندی اور	3
حکمت عملی	38
کاروبار کی مالی معاونت	4
	38
کاروباری چیلنجز اور ممکنہ حل	5
	39
ماحولیاتی مسائل کا تعارف (بیوٹیشن کے لیے)	39
ماحولیاتی خطرات کی اقسام (سیلون سے متعلق)	39
انسانی سرگرمی کا ماحول پر اثر (بیوٹی لینز)	40
تحفظ اور پائیداری (عملی فریم ورک)	40
موسمیاتی تبدیلی اور اس کے اثرات (اور کیوں سیلونز کو اس کی پرواہ کرنی چاہیے)	41
بیوٹیشنز ماحولیاتی تحفظ میں کیسے حصہ ڈال سکتے ہیں (ایکشن پلان)	41
KP-RETP جزو 2: کلاس روم SECAP ایوپلوریشن چیک لسٹ	50

1. تعارف

بیوٹیشن اور سکن کیئر ٹریننگ کا مقصد اپنے طلباء کو بیوٹی اور ذاتی نگہداشت کے شعبے میں درکار بنیادی علم اور عملی مہارتیں فراہم کرنا ہے۔ دنیا بھر کی ویلنٹینس اور بیوٹی انڈسٹری میں حالیہ ترقی کی وجہ سے، ماہر اور ماہر بیوٹی شینرز کی طلب میں تناسب سے اضافہ ہوا ہے۔ اس ضرورت کو پورا کرنے کی کوشش میں، پروگرام کو ایک گہرا نصاب فراہم کرنے کے لیے ڈیزائن کیا گیا ہے جو نظریہ اور نظامی، تجرباتی تربیت کے امتزاج کے ذریعے آسان بنایا جاتا ہے۔

اس تربیت میں بنیادی شعبوں کا علمی تعارف شامل ہے، جن میں جلد کا تجزیہ، چہرے کا علاج، بالوں کی دیکھ بھال، بنیادی میک اپ تکنیکیں، اور صفائی کے طریقے شامل ہیں، تاکہ لوگوں کو سیلونز، سپا، ویلنٹینس سینٹرز، اور فری لانس بیوٹی سروسز میں پیشہ ورانہ معیار پر پورا اترنے کی صلاحیتیں فراہم کی جاسکیں۔ ان امیدواروں کے لیے جو بیوٹی انڈسٹری میں داخل ہونا یا ذاتی خوبصورتی کی مہارتوں کو بہتر بنانے کا انتخاب کرتے ہیں، یہ تجویز کردہ پروگرام ایک عمومی بنیاد کے طور پر کام کرے گا جہاں امیدوار خصوصی بیوٹی کیئر اور کاسمیٹولوجی کو فروغ دے سکتے ہیں۔

2. تربیتی مقاصد

1. بیوٹی تھراپی کی بنیادی باتوں کا تصور تیار کرنے کے لیے، بنیادی سمجھ بوجھ بنیادی جلد کی دیکھ بھال کے علاج، چہرے کی خدمات، تھریپنگ، ویکسنگ، اور بنیادی میک اپ کے ساتھ ساتھ صفائی سائنس، کلائنٹ مشاورت کی مہارتوں، اور حفاظتی ضوابط کا اطلاق ہے جو پیشہ ورانہ سیلون کے ماحول میں کام کرتے ہیں۔
2. عملی، لائو ڈیمونسٹریشنز، ماڈول ورک پر مبنی اسائنمنٹس طلباء کو تعلیمی ماحول میں سیلون کی مہارتیں سیکھنے اور مکمل کرنے کے قابل بناتے ہیں، جس سے تکنیکی صلاحیت میں اضافہ ہوتا ہے اور سروس کے معیار کی فراہمی کو اس حد تک پہنچاتے ہیں کہ وہ صنعت کے معیار سے بالاتر ہو جائے۔
3. دی گئی تربیت کا بنیادی مقصد ممکنہ تربیت یافتہ افراد کی پیشہ ورانہ مہارت کو مضبوط کرنا ہے، خاص طور پر پیشہ کے لحاظ سے ایک ایسا طریقہ کار جو کاروباری اور خود روزگاری پر مبنی رویے کی ترقی کی طرف لے جائے، جو تربیت یافتہ افراد کو روایتی پیشہ ورانہ کورس اپنانے اور خوبصورتی و فلاح و بہبود کے شعبے میں خود روزگار کے لیے کام کرنے کے لیے تیار کرنے میں مدد دے۔

خوبصورتی اور فلاح و بہبود کے شعبے میں تربیتی مقاصد

تربیتی مقاصد (حصہ دوم)

1.2 بیوٹی تھراپی کی فلاح و بہبود میں ایک تکنیک کوچ اٹنی تیار کرتے ہو لیے...

- ٹینجر کو احسب و نندت
- تجتیت بیہاؤیں
- آندی ورائنگ جائیں
- بہنائی آنا بارزمال کرد
- میر سھائی توالشی
- دالسمندڈ
- کاروباری اور خود روزگاری پر مبنی رویے کی ترقی..
- کاروباری اور خود روزگاری پر مبنی رویے کی ترقی
- کارمیاب سیلف
- ساز تیار کرنا

تربیتی مقاصد (حصہ اول)

1.1 بیوٹی تھراپی کی بنیادی باتوں کا تصور تیار کرنے کے لیے...

- بنیادی جلد کی دیکھ بھال
- چہرے کی خدمات
- ویکسنگ
- بنیادی میک اپ
- بنیادی جلد دیکھ بھال
- چہرے کی خدمات
- ویکسنگ
- بنیادی میک اپ
- انگری تسلانمات
- طتاب جائے

هدف تربیت یافتہ افراد کو تربیت یافتہ افراد... خوبصورتی و فلاح و بہبود کے شعبے میں خود روزگار کے لیے کام کرنے کے لیے تیار کرنا۔

هدف تربیت یافتہ افراد کو، متہ و ہر ساد لرایک میں روزگار بڈبڈ میں درکحوب ہو کیلئے۔

3. ٹریننگ لرننگ آؤٹ کم (TLO)

TLO 1: جلد کی دیکھ بھال، چہرے کے علاج، بنیادی میک اپ، تھریٹنگ، اور ویکسنگ کے اہم تصورات کو سمجھیں، اور پیشہ ورانہ بیوٹی سروسز میں استعمال ہونے والے مناسب تکنیکوں، اوزاروں، اور مواد کی نشاندہی کریں۔

TLO 2: عملی بیوٹی سروس سیننگز میں مناسب حفظان صحت کے پروٹوکولز، کلائنٹ مشاورت کی تکنیکیں، اور حفاظتی اقدامات تیار کریں اور ان پر عمل کریں تاکہ پیشہ ورانہ، کلائنٹ مرکز اور محفوظ سیلون کے طریقے یقینی بنائیں۔

4. تشخیصی ڈھانچہ

سرٹیفکیٹ آف کمپیٹنسی (بیوٹیشن اور سکن کیئر)

پاسنگ کے معیار	مارکس	جزو
50% (15 نمبر)	30	نظریہ (MCQs + مختصر سوالات)
60% (42 مارکس)	70	عملی کام
	100	کل

سرٹیفکیٹ آف کمپیٹنسی کے اہل ہونے کے لیے، تربیت حاصل کرنے والوں کو کم از کم 75% حاضری برقرار رکھنی ہوگی اور دونوں میں کامیابی سے پاس ہونا ہوگا۔

• نظریاتی اور عملی اجزاء۔

5. کس کو داخلہ لینا چاہیے؟

- خواتین اور مرد 18+ سال کے۔
- ابتدائی افراد جو سیلون کے کام، فری لانس بیوٹی سروسز، یا گھر پر کام میں دلچسپی رکھتے ہیں۔
- بے روزگار نوجوان جو مہارتیں تلاش کر رہے ہیں۔
- ہیلپرز/سیلون اسٹاف مہارت بڑھانے کی کوشش کر رہے ہیں۔
- وہ افراد جو اپنا بیوٹی بزنس شروع کرنے میں دلچسپی رکھتے ہیں۔

6. تربیتی ماڈول اور فراہمی کا منصوبہ:

کل تربیتی اوقات	45 گھنٹے
تربیتی طریقہ کار	نظریہ: 9 گھنٹے (20%) عملی: 36 گھنٹے (80%)
تعلیم اور سنجش کا ذریعہ	انگریزی اور اردو

بیوٹی اور فلاح و بہبود کے شعبے میں تربیتی منصوبہ

کل تربیتی اوقات

45

گھنٹے

تربیتی طریقہ کار

20%

80%

(9 گھنٹے)

عملی (36 گھنٹے)

تعلیم اور تشخیص کا ذریعہ

MEDIUM OF EDUCATION AND ASSESSMENT

تعلیم اور تشخیص کا ذریعہ

کاروباری اور خود روزگاری پر مبنی رویے کی ترقی کی تیار کرنا

بیوٹی سیلون کار میاب سیلف ساز تیار کرنا

گرمائے پرچی ساز تیار کرنا

کامیابی

پیشہ ورانہ مہارت اور خود روزگاری خود روزگار اور کاروباری روپے کی ترقی کے لیے تیار کرنا

هدف

پیشہ ورانہ مہارت اور خود روزگاری مردہی اور رکوب ہو کیلئے۔

Hello سلام

انگریزی اور اردو



بیونیش کے ساتھ تعارف

بیونیشین، جسے کاسمیڈولوجسٹ بھی کہا جاتا ہے، ایک پیشہ ور ہوتا ہے جو ذاتی نگہداشت کی خدمات کے ذریعے خوبصورتی، اعتماد اور فلاح و بہبود کو بڑھانے کے لیے وقف ہوتا ہے۔ بالوں کی اسٹائلینگ اور جلد کے علاج سے لے کر ناخن کی دیکھ بھال اور میک اپ آرٹسٹ، بیونیشین خصوصی خدمات فراہم کرتے ہیں جو کلائنٹس کو بہترین نظر آنے اور محسوس کرنے میں مدد دیتی ہیں۔ یہ پیشہ صرف سطحی تبدیلی سے آگے جاتا ہے؛ یہ خود اعتمادی کو پروان چڑھاتا ہے، آرام کو فروغ دیتا ہے، اور کلائنٹ کے ساتھ معنی خیز تعلقات قائم کرتا ہے۔

بیونیشینز اکثر ذاتی صفائی میں قابل اعتماد مشیر ہوتی ہیں، جو بدلتے رجحانات، ٹیکنالوجیز، اور ثقافتی اثرات کے ساتھ ہم آہنگ رہتی ہیں۔ ان کا کام فنکاری، تکنیکی مہارت، اور کسٹمر کیئر کو یکجا کرنا ہے، جو انہیں خوبصورتی اور فلاح و بہبود کی صنعت میں ناگزیر بناتا ہے۔

ماڈیول 1: بنیادی اصول اور تعارف

LU1.1: کورس کا اطلاق: صحت اور حفاظت۔

ملازمت کی مارکیٹ میں صحت اور حفاظت کا اطلاق صحت اور حفاظت کا علم سیلونز، سپا اور ویلنٹینس سینٹرز میں ملازمت کی صلاحیت کو بڑھاتا ہے۔ آجر ایسے عملے کی تلاش کرتے ہیں جو کلائنٹس کی حفاظت کو یقینی بنانے، ضوابط کی پابندی کرے، اور پیشہ ورانہ ماحول کو فروغ دے۔ محفوظ کام کے طریقے خطرات کو کم کرتے ہیں، کلائنٹ کے اعتماد کو بڑھاتے ہیں، اور طویل مدتی کیریئر کی ترقی کو یقینی بناتے ہیں۔

صحت اور حفاظت کی تربیت جدید بیونیشینز میں ایک لازمی ضرورت بن چکی ہے۔ سیلونز، سپا اور ویلنٹینس سینٹرز وہ جگہیں ہیں جہاں کلائنٹس نہ صرف پیشہ ورانہ خدمات بلکہ محفوظ اور صاف ستھرا ماحول کی بھی توقع رکھتے ہیں۔ صحت اور حفاظت کا علم رکھنے والا بیونیشین ذمہ داری اور پیشہ ورانہ مہارت کا مظاہرہ کرتا ہے، جسے آجر بہت اہمیت دیتے ہیں۔ درحقیقت، بہت سے ادارے ایسے امیدواروں کو ترجیح دیتے ہیں جو محفوظ کام کرنے کے طریقوں میں مہارت دکھا سکتے ہیں، کیونکہ اس سے براہ راست صارفین کی اطمینان اور کاروباری ساکھ متاثر ہوتی ہے۔

بیونیشینز کے آجر ایسے عملے کی تلاش کرتے ہیں جو مستقل طور پر محفوظ کام کے حالات برقرار رکھ سکیں۔ اس میں یہ بھی شامل ہے کہ آلات کو جراثیم سے پاک کیا جائے، کیمیکلز کو صحیح طریقے سے ذخیرہ کیا جائے، اور علاج صحت کے ضوابط کے مطابق کیے جائیں۔ ایسے افراد کو ملازمت دے کر جو حفاظتی طریقوں میں اچھی تربیت یافتہ ہوں، کاروبار حادثات، قانونی ذمہ داریوں، اور منفی تشہیر سے بچ سکتے ہیں۔ لہذا، صحت اور حفاظت کا علم بیونیشینز کو زیادہ قابل ملازمت بناتا ہے اور چھوٹے سیلونز اور بڑی ویلنٹینس چینز میں مزید کیریئر کے مواقع فراہم کرتا ہے۔

بیونیشینز کے لیے، روزمرہ کے کام میں صحت اور حفاظت کے اصولوں کو اپنانا خطرات کو نمایاں طور پر کم کرنے میں مدد دیتا ہے۔ اگر درست طریقہ کار اپنایا جائے تو گرم موم سے جلنے جیسے جلنے، تیز اوزاروں سے کٹنے یا مصنوعات سے الرجی جیسے زخم کم کیے جاسکتے ہیں۔ ایک پیشہ ور جو ہنگامی حالات کو سنبھالنے کی تربیت یافتہ ہو—جیسے کہ فرسٹ ایڈ کٹ کسٹم یا اگر کلائنٹ بے ہوش ہو جائے تو کیسے رد عمل دینا ہے—کام کی جگہ پر ایک اضافی حفاظتی پرت شامل کرتا ہے۔ یہ نہ صرف کلائنٹس کی حفاظت کرتا ہے بلکہ آجر کو بھی یقین دلاتا ہے کہ کاروبار محفوظ ہاتھوں میں ہے۔

صحت اور حفاظت کا علم صارفین کے اعتماد کو بھی بڑھاتا ہے، جو بیونیشینز میں بہت اہم ہے جہاں کلائنٹس اکثر ذاتی اور ذاتی علاج سے گزرتے ہیں۔ ایک گاہک جو بیونیشین کو اوزاروں کو احتیاط سے سینٹائز کرتے ہوئے دیکھتا ہے، حفاظتی سامان ہمنٹا ہے، اور صفائی کے پروڈکٹوں پر عمل کرتا ہے، اس کے دوبارہ خدمات کے لیے واپس آنے کا امکان زیادہ ہوتا ہے۔ زبانی سفارشات اس وقت بھی بڑھتی ہیں جب کلائنٹس خود کو محفوظ اور اچھی دیکھ بھال محسوس کرتے ہیں۔ لہذا، حفاظت کی مشق صرف اس بارے میں نہیں ہے

تعمیل؛ یہ براہ راست کاروباری ترقی اور صارفین کی وفاداری کی حمایت کرتا ہے۔

آخر میں، بیونیشن کے طویل مدتی کیپر کی ترقی ان کی صحت اور حفاظت کی سمجھ سے گہرا تعلق رکھتی ہے۔ وہ پیشہ ور افراد جو کام کی جگہ کی حفاظت کے معیارات کے بارے میں اپنی معلومات کو مسلسل اپ ڈیٹ کرتے ہیں، ان کے سپروائزری یا مینیجر عمدهوں تک پہنچنے کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں۔ وہ تربیت، مشاورت، یا یہاں تک کہ اپنا سیلون چلانے میں بھی کام کر سکتے ہیں۔ مختصراً، صحت اور حفاظت میں مہارت حاصل کرنا نہ صرف خطرات کو روکتا ہے بلکہ پیشہ ورانہ ترقی اور مسابقتی جاب مارکیٹ میں طویل مدتی کامیابی کے لیے راستہ بھی فراہم کرتا ہے۔

LU1.2 جاب مارکیٹ فرسٹ ایڈ باکس مینجمنٹ

فرسٹ ایڈ باکس کا انتظام بیوٹی سیلونز میں فرسٹ ایڈ باکس ضروری ہے تاکہ ہنگامی حالات جیسے کٹ لگنے، جلنے یا الرجی کے رد عمل کو حل کیا جاسکے۔ بیونیشن کو چاہیے کہ وہ فرسٹ ایڈ کٹس کی باقاعدگی سے دیکھ بھال، معائنہ اور دوبارہ اسٹاک کرنا سیکھیں۔ ہنگامی پروٹوکولز کا علم غیر متوقع واقعات کے دوران اعتماد اور تیاری کو بڑھاتا ہے۔

فرسٹ ایڈ باکس کسی بھی بیوٹی سیلون میں ایک نہایت ضروری چیز ہے کیونکہ یہ حادثات اور صحت کی ہنگامی صورتحال میں فوری رد عمل فراہم کرتا ہے۔ بیوٹی پروفیشنلز اکثر تیز اوزار، گرم آلات، اور کیمیکل پر مبنی مصنوعات کے ساتھ کام کرتے ہیں، جن میں پوٹ کا خطرہ ہوتا ہے۔ عام مسائل میں قینچی یا ریزر سے چھوٹے کٹ، موم یا گرم اوزاروں سے جلنے، اور سکن کیئر مصنوعات سے الرجی شامل ہیں۔ اچھی طرح سے موجود فرسٹ ایڈ باکس ہونا اس بات کو یقینی بناتا ہے کہ ان واقعات کا فوری اور مؤثر علاج کیا جاسکتا ہے، جس سے چوٹوں کی شدت کم ہوتی ہے اور عملے اور کلائنٹس دونوں کو تسلی ملتی ہے۔

LU1.2 جاب مارکیٹ فرسٹ ایڈ باکس مینجمنٹ

فرسٹ ایڈ باکس کا مواد

- پاک پتیاں
- اینٹی سپیک وائٹس
- جرائیم سے پاک پتیاں
- برن کریم
- دستانے
- کاپیر
- برن گیل
- الرجی کی ادویات
- پلاسٹر
- آیت
- لہان

ہنگامی حالات میں فوری رد عمل

باقاعدہ دیکھ بھال اور ری اسٹاک

پیشہ ورانہ اعتماد

ہنگامی حالات میں فوری رد عمل

- کٹ لگانا
- پٹی لگانا
- جلنا
- برن کریم کا استعمال
- الرجی کے رد عمل
- فوری رد عمل

فرسٹ ایڈ باکس کو اس کے مقصد کے لیے بیوٹی شنز کو اس کی دیکھ بھال اور باقاعدہ معائنہ کی تربیت دی جانی چاہیے۔ اینٹی سپیک وائٹس، جرائیم سے پاک پتیاں، برن کریم، دستانے، اور الرجی سے نجات کی ادویات جیسی اشیاء ہمیشہ دستیاب ہونی چاہئیں اور ان کی میعاد ختم ہونے کی تاریخ کے اندر ہونی چاہئیں۔ باقاعدہ ری اسٹاک کرنا اور چیک کرنا ایئر جنسی کے دوران ضروری سامان غائب ہونے سے بچاتا ہے۔

مزید برآں، واضح لیبلنگ اور باکس کے اندر مناسب ترتیب اس بات کو یقینی بناتی ہے کہ اشیاء کو ضرورت کے وقت جلدی تلاش کیا جاسکے، جس سے علاج میں تاخیر کم ہوتی ہے۔ اتنا ہی اہم ہے بیونیشن کی فرسٹ ایڈ کٹ استعمال کرتے وقت ایئر جنسی پروٹوکولز کا علم۔ غیر متوقع واقعات کو سنبھالنے میں اعتماد جیسے بے ہوش ہونے والے کلائنٹ کو پرسکون کرنا، صحیح

پہلی لگانا، یا معمولی جلنے کے زخموں کا محفوظ علاج کرنا—پیشہ ور کو کام کی جگہ پر زیادہ قابل اعتماد بناتا ہے۔ یہ تیاری نہ صرف کلائنٹ کی حفاظت کرتی ہے بلکہ سیلون کی ایک محفوظ اور قابل اعتماد ماحول کے طور پر شہرت کو بھی بڑھاتی ہے۔ آخرکار، فرسٹ ایڈ باکس یونیٹ تیاری، ذمہ داری، اور عملے اور صارفین دونوں میں اعتماد پیدا کرنے کے بارے میں ہے۔

LU1.3 سیفٹی ٹولز کلیینر

اوزاروں کی صفائی بیوٹی تھراپی میں سب سے اہم طریقوں میں سے ایک ہے۔ قہمی، چھٹی، برش اور کلپرز جیسے اوزار کلائنٹس کی جلد اور بالوں سے براہ راست رابطے میں آتے ہیں، جس سے وہ بیکٹیریا، فنگس اور وائرس کے ممکنہ کیڑے بن جاتے ہیں۔ باقاعدہ صفائی، جراثیم کشی اور جراثیم کشی انفیکشن کے پھیلاؤ کو روکنے میں مدد دیتی ہے اور ہر کلائنٹ کو صحت مند ماحول میں خدمات فراہم کرنے میں مدد ملتی ہے۔ ایک ایسا سیلون جو صفائی کے اعلیٰ معیار کو برقرار رکھتا ہے، اعتماد پیدا کرتا ہے اور اپنی پیشہ ورانہ شہرت کو بڑھاتا ہے۔

صفائی کے ایجنٹس اور جراثیم کش ادویات استعمال کرتے وقت حفاظتی اقدامات پر عمل کرنا ضروری ہے۔ بہت سی صفائی کی مصنوعات میں طاقتور کیمیکلز ہوتے ہیں جو اگر لاپرواہی سے استعمال کیے جائیں تو جلد میں جلن، سانس لینے میں دشواری، یا الرجی کا باعث بن سکتے ہیں۔ بیوٹیشن کو ہمیشہ حفاظتی سامان پہننا چاہیے،

LU1.3 سیفٹی ٹولز کلیینر

حفاظتی اقدامات: دستانے، ماسک، ایپرن

پیشہ ورانہ تحفظ

ہر کلائنٹ کے بعد: ٹولز صاف کریں

روزانہ معمول: توپے اور لینن دھوئیں

ورک اسٹیشن کی صفائی

فضلہ مواد کا درست ٹھکانا: ڈھکے ہوئے ڈبے

تیز اوزار کنٹینرز

باقاعدہ صفائی اور جراثیم کشی

باقاعدہ صفائی اور جراثیم کشی

جیسے دستانے، ماسک، اور ایپرن، جب صفائی کے مواد کو ہاتھ لگایا جائے۔ یہ نقصان دہ کیمیکلز کے براہ راست رابطے کو روکتا ہے اور اس بات کو یقینی بناتا ہے کہ صفائی مکمل طور پر کی جاسکے بغیر مزدور کی صحت کو خطرے میں ڈالے۔

فضلہ مواد کو درست طریقے سے ٹھکانے لگانا اوزاروں کی صفائی اور سیلون کی صفائی کا ایک اور اہم حصہ ہے۔ استعمال شدہ ٹشو، کائن پیپرز، ڈسپوزیبل دستانے، اور دیگر فضلہ کو آلودگی سے بچنے کے لیے ڈھکے ہوئے ڈبوں میں پھینک دینا ضروری ہے۔ تیز اوزار یا ٹولے ہوئے شیشے کو خاص کنٹینرز میں رکھنا چاہیے تاکہ ہوت سے بچا جاسکے۔ ویسٹ مینجمنٹ کے طریقوں پر عمل کر کے، سیلونز نہ صرف ورک اسپیس کو صاف رکھتے ہیں بلکہ عملے اور کلائنٹس دونوں کو ممکنہ صحت کے خطرات سے بھی محفوظ رکھتے ہیں۔

آخر میں، صفائی کے معمولات کو مستقل طور پر انجام دینا چاہیے، صرف کبھی کبھار نہیں۔ اوزار ہر کلائنٹ کے بعد صاف کیے جائیں، ورک اسٹیشنز کو باقاعدگی سے صاف کیا جائے، اور تولیے یا لیٹرن کو روزانہ دھویا اور جراثیم سے پاک کیا جائے۔ ایک واضح روٹین قائم کرنا یقینی بناتا ہے کہ کوئی قدم نہ چھوڑے جائیں، اور سیلون سب کے لیے محفوظ ماحول رہے۔ یہ اقدامات انفیکشن کے خطرات کو کم کرتے ہیں، صارفین کی اطمینان کو بڑھاتے ہیں، اور بیونیشن کی پیشہ ورانہ معیار کے عزم کو ظاہر کرتے ہیں۔



LU1.4: کسٹمر ڈیلنگ

پیشہ ورانہ کسٹمر ڈیلنگ بیوٹی تھراپی کے مرکز میں ہے۔ بیوٹیشن کا کردار صرف علاج کرنے تک محدود نہیں ہے۔ اس میں ایک محفوظ، باعزت اور صاف ستھرا ماحول پیدا کرنا شامل ہے جہاں کلائنٹس کو قدر کا احساس ہو۔ ہر ملاقات میں دیکھ بھال، شائستگی اور پیشہ ورانہ رویہ ہونا چاہیے۔ جیسے ہی کلائنٹ سیلون میں داخل ہوتا ہے، اسے گرمجوشی سے استقبال، صاف ماحول اور اس بات کی یقین دہانی ہونی چاہیے کہ اس کی صحت و حفاظت کو ترجیح دی جاتی ہے۔

اس عمل میں موثر مواصلاتی ہمارتیں نہایت اہم ہیں۔ بیوٹیشن کو کلائنٹ کی ضروریات کو غور سے سننا چاہیے، ترجیحات واضح کرنے کے لیے سوالات پوچھنے چاہئیں، اور علاج کے مراحل واضح

LU1.4: کسٹمر ڈیلنگ

<p>4 موثر مواصلات</p>	<p>2 موثر مواصلات</p> <p>غور سے سننا، سوالات پوچھنا، وضاحت</p>	<p>1 پیشہ ورانہ ماحول اور استقبال</p>
<p>5 طویل گاہکوں سے نمٹنا</p> <p>وفاداری رعایت، بعد از دیکھ بھال مشورہ</p>	<p>3 احترام اور ہمدردی</p> <p>پرائیویسی کا احترام، رضامندی، رازداری</p> <p>صبر، پرسکون، حل پیش کرنا</p>	<p>4 مشکل گاہکوں سے نمٹنا</p> <p>صبر، پرسکون، حل پیش کرنا</p>

طور پر بیان کرنے چاہئیں۔ شائستگی اور پیشہ ورانہ زبان استعمال کرنے سے اعتماد پیدا ہوتا ہے، جبکہ آنکھوں میں آنکھیں ڈالنا اور دوستانہ لہجہ برقرار رکھنا کلائنٹس کو آرام دہ محسوس کراتا ہے۔ اچھی بات چیت میں یہ بھی شامل ہے کہ علاج کیا حاصل کر سکتا ہے اس بارے میں ایماندار ہونا اور جھوٹے وعدے کیے بغیر حقیقت پسندانہ مشورہ دینا شامل ہے۔

احترام اور ہمدردی گاہکوں کے لین دین میں کلیدی حیثیت رکھتے ہیں۔ کلائنٹس مختلف ثقافتی، سماجی یا ذاتی پس منظر سے آسکتے ہیں، اور ان کی پرائیویسی کا ہمیشہ احترام کیا جانا چاہیے۔ سادہ اشارے جیسے علاج کے دوران مناسب ڈیلنگ، جھونے سے پہلے رضامندی لینا، اور ذاتی تفصیلات کے بارے میں رازداری رکھنا پیشہ ورانہ رویے میں اضافہ کرتے ہیں۔ جب کلائنٹس کو عزت محسوس ہوتی ہے تو وہ زیادہ امکان رکھتے ہیں کہ وہ واپس آ کر سیلون کی سفارش دوسروں کو کریں۔

مشکل گاہکوں سے نمٹنے کے لیے صبر اور خود پر قابو پانا ضروری ہے۔ شکایات یا عدم اطمینان کا جواب کبھی بحث یا بدتمیزی سے نہیں دینا چاہیے۔ اس کے بجائے، بیوٹیشن کو پرسکون رہنا چاہیے، توجہ سے سننا چاہیے، اور حل پیش کرنے چاہئیں۔ جیسے متبادل علاج، معمولی تبدیلیاں، یا پیشہ ورانہ مشورہ۔ اختلافات کے دوران حفاظتی اصولوں کی پابندی

بھی اتنی ہی اہم ہے، کیونکہ دباؤ میں جلدی یا شارٹ کٹ کرنا صفائی کو متاثر کر سکتا ہے یا حادثات کا باعث بن سکتا ہے۔

آخر میں، کسٹمر ڈیلنگ صرف مسائل حل کرنے کے بارے میں نہیں بلکہ طویل مدتی تعلقات بنانے کے بارے میں بھی ہے۔ چھوٹے اشارے جیسے کلائنٹ کی ترجیحات یاد رکھنا، وفاداری میں رعایت دینا، یا بعد از دیکھ بھال کے مشورے دینا حقیقی خیال کو ظاہر کرتے ہیں۔ ایک بیوٹیشن جو پیشہ ورانہ مہارت، حفاظت اور باعزت رابطے کو برقرار رکھے، کلائنٹ کا اعتماد حاصل کرے گا، جو بیوٹی انڈسٹری میں کامیابی کی بنیاد ہے۔



LU1.5 بیوٹی تھرپی کا تعارف

بیوٹی تھرپی ایک پیشہ ورانہ عمل ہے جو کسی شخص کی ظاہری شکل کو بہتر بنانے، اعتماد بڑھانے اور مجموعی فلاح و بہبود کو فروغ دینے پر مرکوز ہے۔ یہ علاج کی وسیع رینج کا احاطہ کرتا ہے جیسے فیشلر، مینیکیور، پیڈی کیور، اور بنیادی بالوں کی دیکھ بھال، جو ہر ایک جلد، ناخنوں اور بالوں کی صحت اور ظاہری شکل کو بہتر بنانے کے لیے ڈیزائن کیا گیا ہے۔ بیوٹی تھراپی سے آگے، بیوٹی تھرپی کلاسٹس کو آرام اور ذہنی دباؤ سے نجات بھی فراہم کرتی ہے، جو آج کے مصروف طرز زندگی میں ایک قیمتی خدمت بناتی ہے۔

پہرے کے علاج بیوٹی تھرپی کا مرکزی حصہ ہیں۔ یہ جلد کو صاف، ایکسفولیٹ اور تازگی بخشتے ہیں، جس سے ماسے، خشکی یا قبل از وقت بڑھاپے جیسے مسائل سے بچا جا سکتا ہے۔ اسی طرح، مینیکیور اور پیڈی کیور صحت مند ناخنوں اور نرم جلد کو برقرار رکھنے

ظاہری شکل۔ بنیادی بالوں کی دیکھ بھال، جس میں دھونا، تراش خراش اور اسٹائلنگ شامل ہے، اس بات کو یقینی بناتی ہے کہ کلاسٹس اپنی روزمرہ زندگی میں تازہ دم اور پراعتماد محسوس کریں۔ ان میں سے ہر علاج کے لیے مہارت، علم، اور مناسب صفائی کے طریقے درکار ہوتے ہیں۔

حفاظت بیوٹیشن کی سب سے اہم ذمہ داریوں میں سے ایک ہے۔ ہر علاج میں جسم سے براہ راست رابطہ ہوتا ہے، اس لیے انفیکشن، جلنے یا الرجی جیسے خطرات کو احتیاط سے سنبھالنا ضروری ہے۔ اسی لیے ٹول سٹرلائزیشن، آلات کا درست ہینڈلنگ، اور کلاسٹ کی صحت کی حالت سے آگاہی بہت ضروری ہے۔ ممانعت کی جانچ کرنا—جیسے جلدی الرجی، کٹاؤ یا انفیکشن—اس بات کو یقینی بناتا ہے کہ علاج نقصان نہ پہنچائیں اور کلاسٹس پورے عمل میں محفوظ رہیں۔

بیوٹی تھرپی میں صفائی کے معیار بھی اتنے ہی اہم ہیں۔ اوزاروں کو جراثیم سے پاک کرنا ضروری ہے، ورک اسٹیشنز کو جراثیم سے پاک کرنا ضروری ہے، اور تولیے یا کپڑے باقاعدگی سے دھونے چاہئیں۔ بیوٹیشن کو ذاتی صفائی کے طریقے بھی اپنانا چاہیے جیسے ہاتھ دھونا اور صاف یونیفارم پہننا۔ ایک صحت مند ماحول کلاسٹس کو یقین دلاتا ہے کہ ان کے ساتھ احتیاط اور

LU1.5 بیوٹی تھرپی کا تعارف

حفاظت

- انفیکشن کنٹرول کنٹرول آلہ رتی چار ہو گا۔
- مٹیج صحت مند آلہ رتی آہستہ آہستہ لہاؤں کے بعد، گے اسٹے آلہ رتی صفائی دی۔
- انفیکشن کنٹرول کنٹرول آلہ رتی چار ہو گا۔

الوکیت

- اثراتی کے علاج کے اور سرالٹ کر دیں۔
- چھینک کمانڈل کر سب اور ان سے نبوی اور سے باقی دیکھا اور اونیالی۔
- انفیکشن کنٹرول آلہ رتی چار ہو گا۔

بیوٹی تھرپی کے علاج

- چہرے کے علاج
- مینیکیور
- پیدھی کیور
- بنیادی بالوں کی دیکھ بھال

صحت مند ماحول

- دہن اور ہاتھ دھونا
- دہن اور ہاتھ دھونا
- دہن اور ہاتھ دھونا
- دہن اور ہاتھ دھونا

صفائی کے معیار

- صاف ہاتھ دھونا اور کپڑے
- صاف ہاتھ دھونا اور کپڑے
- صاف ہاتھ دھونا اور کپڑے

قانونی اور پیشہ ورانہ معیار

- صحت قانون کو اور ان کے اندر اپنے کام کریں۔
- قانونی اور پیشہ ورانہ معیار
- قانونی اور پیشہ ورانہ معیار

پیشہ ورانہ رویہ رکھا جا رہا ہے۔ دوسری طرف، خراب صفائی نہ صرف کلائنٹ کی صحت کو خطرے میں ڈالتی ہے بلکہ سیلون کی ساکھ کو بھی نقصان پہنچا سکتی ہے۔

بیوٹی تھرپی کا ایک اور اہم پہلو قانونی اور پیشہ ورانہ معیار کی پابندی ہے۔ بہت سے ممالک میں صحت اور حفاظت کے قوانین ہوتے ہیں جن کی پابندی سیلونز کو کرنی ہوتی ہے، جن میں جراثیم سے پاک آلات کا استعمال، مناسب فضلہ تلف کرنا، اور علاج کا ریکارڈ رکھنا شامل ہے۔ ان قوانین کی پابندی نہ صرف کلائنٹس کو تحفظ فراہم کرتی ہے بلکہ سیلون مالکان کو بھی جرمانوں سے محفوظ رکھتی ہے۔ قانونی تعمیل ذمہ داری ظاہر کرتی ہے اور بیونیشن کی ساکھ کو کلائنٹس کی نظر میں بڑھاتی ہے۔

آخر میں، بیوٹی تھرپی صرف بیرونی خوبصورتی نہیں ہے؛ یہ فنکاری، سائنس اور خیال کا امتزاج ہے۔ فیشل، میسجیور، پیڈی کیور اور بالوں کی دیکھ بھال جیسے علاج جمالیاتی اور صحت کے دونوں فوائد فراہم کرتے ہیں۔ تاہم، یہ ہمیشہ سخت صفائی اور حفاظتی اصولوں کے تحت کیے جانے چاہئیں تاکہ کلائنٹس کی حفاظت کی جاسکے۔ تکنیکی مہارتوں کو حفاظتی آگاہی اور پیشہ ورانہ مہارت کے ساتھ ملا کر، بیوٹی تھرپی ایک فائدہ مند کیریئر بن جاتی ہے جو زندگیوں کو بہتر بناتی ہے اور صحت و بہبود کے اعلیٰ معیار کو برقرار رکھتی ہے۔

اور ساتھ ہی خوبصورت بنانے پر توجہ دیتے ہیں





LU 1.6: جلد کی اناٹومی اور فزیالوجی

یہ جلد جسم کا سب سے بڑا عضو ہے اور بیرونی ماحول کے خلاف پہلی دفاعی لائن کے طور پر کام کرتی ہے۔ یہ تین اہم تہوں پر مشتمل ہے—اپیڈرمیس، ڈرمیس، اور ہائپوڈرمیس—جن میں ہر ایک کی مخصوص ساخت اور افعال ہیں۔ اپیڈرمیس سب سے بیرونی تہ ہے، پتلی مگر مضبوط، اور یہ ہیکٹییریا، یو وی شعاعوں اور پانی کی کمی کے خلاف حفاظتی رکاوٹ فراہم کرتی ہے۔ ڈرمس نیچے واقع ہوتا ہے اور اس میں اہم ساختیں جیسے پسینے کے غدود، سیبیشیٹس (تیٹی) غدود، خون کی نالیاں اور بالوں کے فولیکلز شامل ہوتے ہیں۔ ہائپوڈرمس، جسے سکیپوٹینیس لیئر بھی کہا جاتا ہے، چربی اور کنیکٹیو ٹشو پر مشتمل ہوتا ہے، جو جسم کو انسولیشن اور کشنگ فراہم کرتا ہے۔

جلد کے سب سے اہم افعال میں سے ایک حفاظت ہے۔ اپیڈرمیس ایک ڈھال کا کام کرتا ہے، نقصان دہ خوردبینی جانداروں اور کیمیکلز کو جسم میں داخل ہونے سے روکتا ہے۔ جلد میں میلانن سورج کے نقصان سے بچاؤ میں مدد دیتا ہے، جبکہ تیل اور پسینے کے غدود بلکہ تیزابی ماحول کو برقرار رکھتے ہیں جو ہیکٹییریا کی افزائش کو روکتا ہے۔ ان حفاظتی افعال کے بغیر، جسم انفیکشن اور پوٹوں کے لیے بہت زیادہ حساس ہو جائے گا۔

جلد بھی نظم و ضبط میں کردار ادا کرتی ہے۔ پسینے کے غدود کے ذریعے، جسم حرارت یا ورزش کے دوران پسینہ خارج کر کے خود کو ٹھنڈا کر سکتا ہے۔ ڈرمس کی نالیاں جسم کے درجہ حرارت کو کنٹرول کرنے کے لیے پھیلتی یا سکڑتی ہیں۔ ہائپوڈرمس میں موجود چربی انسولیشن فراہم کرتی ہے، جو بیرونی تبدیلیوں کے باوجود اندرونی درجہ حرارت کو مستحکم رکھنے میں مدد دیتی ہے۔ یہ ریگولیٹری کردار جلد کو مجموعی جسمانی توازن کے لیے نہایت اہم بناتا ہے۔

جلد کا ایک اور اہم کردار احساس ہے۔ ڈرمس کے اعصابی سرے ہمیں چھونے، دباؤ، درد اور درجہ حرارت محسوس کرنے کی اجازت دیتے ہیں۔ یہ احساسات جسم کی حفاظت کرتے ہیں کیونکہ وہ ہمیں شدید گرمی، تیز اشیاء، یا نقصان دہ کیمیکلز جیسے خطرات سے آگاہ کرتے ہیں۔ بیوٹیشن کے لیے، یہ سمجھنا

LU 1.6: جلد کی اناٹومی اور فزیالوجی

<p>حفاظتی رکاوٹ</p> <p>میلانن کا کردار</p>		<ul style="list-style-type: none"> حفاظتی رکاوٹ پانی کی کمی کے خلاف تپتی مگر مضبوط 	<p>اپیڈر میس (سب سے بیرونی تہہ)</p>
<p>احساس (چھونا، دباؤ، درد، درجہ حرارت)</p> <p>درجہ حرارت کا کنٹرول</p>		<ul style="list-style-type: none"> اہم ساختیں اعصابی سرے بالوں کے فولیکلز خون کی نالیاں سیشش غدد پینے کے غدد 	<p>ڈر میس (درمیانی تہہ)</p>
<p>حس اور کنیکٹیو ٹشو</p> <p>انسولیشن اور کشتنگ</p>		<p>چربی اور کنیکٹیو ٹشو</p>	<p>ہائپوڈر میس (سکیوٹیس لیر)</p>
<p>جلد کی اقسام کی شناخت (مہاسے، خشکی، حساسیت)</p> <p>محفوظ اور مؤثر علاج (ویٹنگ، فیشل، ایکسفولیشن)</p> <p>صحیح مصنوعات اور طریقے کا انتخاب</p>			<p>ہیوٹیشن کے لیے اہم نکات: جلد کی اناٹومی اور فزیالوجی</p>

ویٹنگ، فیشل یا ایکسفولیشن جیسے علاج کرتے وقت جلد کی حساسیت بہت اہم ہوتی ہے تاکہ تکلیف یا نقصان نہ ہو۔

ہیوٹیشن کے لیے، جلد کی جسمانی ساخت اور فزیالوجی کا علم محفوظ اور مؤثر طریقے سے مشق کے لیے ضروری ہے۔ جلد کی تہوں اور افعال کو سمجھ کر، ماہرین مختلف جلد کی اقسام اور حالتوں کی نشاندہی کر سکتے ہیں، مناسب علاج تجویز کر سکتے ہیں، اور نقصان دہ طریقہ کار سے بچ سکتے ہیں۔ عام مسائل جیسے مہاسے، خشکی یا حساسیت کو پہچاننا ہیوٹیشن کو صحیح مصنوعات اور طریقے منتخب کرنے میں مدد دیتا ہے۔ یہ سائنسی بنیاد اس بات کو یقینی بناتی ہے کہ ہیوٹیشن صرف ظاہری شکل کے بارے میں نہیں بلکہ صحت مند، اچھی کارکردگی دکھانے والی جلد کو فروغ دینے کے لیے بھی ہے۔

خلاصہ:

صحت اور حفاظت اختیاری نہیں بلکہ بیوٹیشن کی تربیت اور عمل کے لیے لازمی ہیں۔ ایک محفوظ سیلون ماحول کلائٹس کی حفاظت کرتا ہے، پیشہ ورانہ اعتماد پیدا کرتا ہے، اور قانون کی پابندی کو یقینی بناتا ہے۔ صفائی کے اصولوں پر عمل کر کے، کام کی جگہ کی حفاظت پر عمل کر کے، PPE کا استعمال کر کے، اور ضوابط پر عمل کر کے، بیوٹیشنز ایک ایسا ماحول تخلیق کرتی ہیں جہاں خوبصورتی اور حفاظت ایک ساتھ چلتی ہیں۔

ماڈیول 2: جلد کی دیکھ بھال کی تکنیکیں

LU 2.1 مختلف اقسام کی جلد (خشک، تیل والی، مہاسے، مسئلہ والی جلد) کا مطالعہ۔

بیوٹیشن کے لیے جلد کی اقسام کو سمجھنا ضروری ہے کیونکہ ہر جلد کو مختلف دیکھ بھال، مصنوعات اور علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔

مختلف اقسام کی جلد کا مطالعہ

خشک جلد

- قدرتی تیل کی کمی
- مدھم، کھردری، پھلکی دار
- سختی اور تکلیف

• علاات تیل، خشک

تیل دار جلد

- زیادہ سیم پیداوار
- چمکدار شکل
- بڑے مسام، مہاسوں کا امکان

• علاات مہاسم، مہارب

مہاسوں سے متاثر جلد

- دانے، بلیک ہیڈز
- سسٹک ایکنی
- سیلیسیلک ایسڈ، بی ٹری آکسل

• سخت رگڑنے سے گریز

مسئلہ دار جلد

- حساس جلد
- رگت کے مسائل
- روزیشیا

• علاات: بلی، ہائپو الرجینک مصنوعات

علاج: غذائیت بخش، ہائیڈریٹنگ: گلیسرین، ایلوویرا

• علاات: تیل کنٹرول کلینزرز، مٹی ماسک

علاات: دانے، بلیک ہیڈز

• علاات: • اینٹی بیکیٹریل، سوزش کم کرنے والی

علاات: ہائپو الرجینک

• حساس جلد

• رگت کے مسائل

• روزیشیا

علاات: ہائپو الرجینک

• حساس جلد

• رگت کے مسائل

• روزیشیا

فیصل حسب مشاہدہ

- صحیح مصنوعات تجویز کرنا
- نقصان یا تکلیف سے بچنا

بیوٹیشن کے لیے جلد کی شناخت کا فائدہ

چار عام اقسام کی جلد یہ ہیں: خشک، تیل والی، مہاسوں کا شکار اور مسئلہ پیدا کرنے والی جلد۔

خشک جلد: قدرتی تیل کی کمی کی وجہ سے مدہم، کھردری اور چھلکی دار نظر آتی ہے۔ خشک جلد والے مریضوں کو اکثر سختی اور تکلیف محسوس ہوتی ہے۔ بیوٹیشنز کو گلیسرین، ایلو ویرا، اور بائیوورٹک ایسڈ جیسے اجزاء والے غذائیت بخش اور بائیوڈیٹنگ مصنوعات استعمال کرنی چاہئیں۔

تیل دار جلد: زیادہ سیبم کی پیداوار، چمکدار شکل، اور بڑے مسام کی خصوصیت ہے۔ ایسی جلد میں ماسوں کا زیادہ امکان ہوتا ہے۔ علاج میں تیل کنٹرول کلیمیزرز، مٹی کے ماسک، اور ہلکے موٹسپرائز شامل ہونے چاہئیں۔

ماسوں سے متاثر جلد: دانے دانے، بلیک ہیڈز یا سنسک ایکٹیو ظاہر ہوتی ہے۔ اس کے لیے اینٹی بیکیٹریل اور سوزش کم کرنے والی مصنوعات جیسے سیلیسیلک ایسڈ یا ٹی ٹی آرل کے ساتھ نرمی سے دیکھ بھال کی ضرورت ہوتی ہے۔ سخت رگڑنے سے گریز کرنا چاہیے۔ مسام دار جلد: حساس جلد، رنگت کے مسائل، یا روزیشیا شامل ہیں۔ بیوٹیشن کو چاہیے کہ وہ کلائنٹ کا بغور جائزہ لے اور ہلکی، ہائپو الریجیک مصنوعات تجویز کرے تاکہ جلن سے بچا جاسکے۔

جلد کی اقسام کا درست علم بیوٹیشنز کو فیشنل کو حسب منشا بنانے، صحیح مصنوعات تجویز کرنے، اور علاج کے دوران نقصان یا تکلیف سے بچنے میں مدد دیتا ہے۔



LU 2.2 کا سمیٹک طریقے

کا سمیٹک طریقے وہ طریقہ کار اور تکنیکیں ہیں جو جلد کی ظاہری شکل کو بہتر بنانے اور خوبصورتی کو بہتر بنانے کے لیے استعمال کی جاتی ہیں۔ یہ بنیادی فیشنل سے لے کر جدید علاج تک پھیلے ہوئے ہیں۔

فیشنلز: گہری صفائی، ایکسفولیئیشن، بھاپ لگانا اور مساج خون کی گردش اور جلد کے رنگ کو بہتر بناتے ہیں۔

ایکسفولیئیشن: مردہ جلد کے خلیات کو سکربز یا کیمیکل پیلز کے ذریعے ہٹایا جاتا ہے۔ ماسک لگانا: مٹی، جیل یا کریم ماسک جلد کو غذائیت اور تازگی بخشتے ہیں۔ میک اپ کا استعمال: ظاہری شکل کو بہتر بناتا ہے جبکہ خامیوں کو چھپاتا ہے۔

بال ہٹانے کی تکنیکیں: ویکسنگ، تھریڈنگ، یا لیزر علاج جلد کو ہموار کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ بیوٹی شنز کو ان طریقوں کو مکمل طور پر سمجھنا چاہیے تاکہ انہیں محفوظ اور مؤثر طریقے سے انجام دیا جاسکے اور کلائنٹ کی آرام دہ اور صفائی کو یقینی بنایا جاسکے۔

LU 2.2

کا سمیٹک طریقے

<h4>1 فیشنلز</h4> <ul style="list-style-type: none"> گہری صفائی ایکسفولیئیشن بھاپ لگانا مساج <p>خون کی گردش اور جلد کے جلد کے رنگ کو بہتر بنانا</p>	<h4>2 ایکسفولیئیشن</h4> <ul style="list-style-type: none"> مردہ جلد کے خلیات سکربز کیمیکل پیلز <p>مردہ خلیات کو ہٹانا</p>	<h4>3 ماسک لگانا</h4> <ul style="list-style-type: none"> مٹی جیل کریم ماسک <p>جلد کو غذائیت اور تازگی بخشنا</p>	<h4>4 میک اپ کا استعمال</h4> <ul style="list-style-type: none"> ظاہری شکل کو بہتر بنانا خامیوں کو چھپانا خوبصورتی میں اضافہ 	<h4>5 بال ہٹانے کی تکنیکیں</h4> <ul style="list-style-type: none"> گہری صفائی ایکسفولیئیشن بھاپ لگانا مساج <p>جلد کو ہموار رکھنا</p> <ul style="list-style-type: none"> لیزر علاج جلد کو ہموار رکھنا
---	--	--	--	--

بیوٹی شنز کو ان طریقوں کو مکمل طور پر سمجھنا چاہیے تاکہ انہیں محفوظ اور مؤثر طریقے سے انجام دیا جاسکے اور کلائنٹ کی آرام دہ اور صفائی کو یقینی بنایا جاسکے۔

LU 2.3: جلد کی غذائیت کے لیے وٹامنز کی اہمیت:

وٹامنز ضروری غذائی اجزاء ہیں جو جلد کی صحت میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ یہ نشوونما کی مرمت میں مدد دیتے ہیں، بڑھاپے سے بچاؤ کرتے ہیں، اور پانی کی مقدار کو برقرار رکھتے ہیں۔

وٹامن اے: غلیوں کی تبدیلی کو فروغ دیتا ہے اور چھریوں کو کم کرتا ہے۔ گاجر، پالک، اور میٹھے آلو میں پایا جاتا ہے۔ وٹامن سی: کولہجن کی پیداوار بڑھاتا ہے، جلد کو روشن کرتا ہے، اور فری ریڈیکلز سے لڑتا ہے۔ ذائقے میں ترش پھل، اسٹرابیری اور مرچ شامل ہیں۔

وٹامن ای: یودی نقصان سے تحفظ فراہم کرتا ہے اور جلد کو نمی فراہم کرتا ہے۔ گری دار میوے (ہام)، بیج، اور سبز رنگ میں پایا جاتا ہے

بوتوں والی سبزیاں۔

وٹامن ڈی: جلد کی تجدید اور مدافعتی نظام کی صحت کی حمایت کرتا ہے۔ اس کا بنیادی ذریعہ سورج کی روشنی ہے، ساتھ ہی مضبوط خوراک بھی۔

وٹامن بی کمپلیکس: ہائیڈریشن برقرار رکھتا ہے اور جلن کو روکنے میں مدد دیتا ہے۔ یہ مکمل اناج، انڈے، اور دالوں میں پایا جاتا ہے۔

بیوٹیشنز کے لیے، وٹامنز کے کردار کو سمجھنا خوراک میں تبدیلیوں اور صحت مند جلد کی مصنوعات کی سفارش کرنے میں مدد دیتا ہے۔

وٹامنز کی کمی

وٹامن کی کمی براہ راست جلد کی صحت اور ظاہری شکل پر اثر انداز ہوتی ہے۔

وٹامن اے کی کمی: کھردری اور خشک جلد کا باعث بنتی ہے اور ماسوں کے پھوٹنے کا خطرہ بڑھاتی ہے۔

وٹامن سی کی کمی: زخموں کی سست بھریابی، مدہم رنگ، اور جلد نازک جو نیل لگنے کا شکار ہو جاتی ہے۔

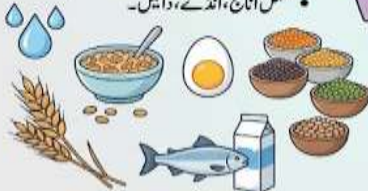
وٹامن ای کی کمی: خشک، جلن زدہ اور قبل از وقت عمر رسیدہ جلد کا باعث بنتی ہے۔

LU 2.3: جلد کی غذائیت کے لیے وٹامنز کی اہمیت

وٹامن اے: غلیوں کی تبدیلی
غلیوں کی تبدیلی کو فروغ دیتا ہے، چھریاں کم کرتا ہے۔
• سائچ، گاجر، پالک، میٹھے آلو۔



وٹامن بی کمپلیکس: ہائیڈریشن اور جلن کا خاتمہ
ہائیڈریشن برقرار رکھتا ہے، جلن روکتا ہے۔
• مکمل اناج، انڈے، دالیں۔



وٹامنز ضروری غذائی اجزاء ہیں جو جلد کی صحت میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ یہ نشوونما کی مرمت میں مدد دیتے ہیں، بڑھاپے سے بچاؤ کرتے ہیں، اور پانی کی مقدار کو برقرار رکھتے ہیں۔

بیوٹیشنز کے لیے، وٹامنز کے کردار کو سمجھنا خوراک میں تبدیلیوں اور صحت مند جلد کی مصنوعات کی سفارش کرنے میں مدد دیتا ہے۔

وٹامن سی: کولہجن کی پیداوار

کولہجن کی پیداوار بڑھاتا ہے، جلد کو روشن کرتا ہے۔
• ترش پھل (نالی، لیموں)، اسٹرابیری، مرچ۔



وٹامن ای: یودی نقصان اور نمی

یودی نقصان سے تحفظ، جلد کو نمی دیتا ہے۔
• گری دار میوے (ہام)، بیج، سبز پتوں والی سبزیاں۔



وٹامن ڈی: جلد کی تجدید اور مدافعتی نظام

جلد کی تجدید اور مدافعتی نظام کی صحت۔
• سوراخ ای لوز اور نژاد، ساتھ ساتھ
• سورج کی روشنی، مضبوط خوراک (چھلی، ڈیری)۔



وٹامن ڈی کی کمی: جلد کی خراب مرمت کا باعث بنتی ہے، جس سے سوربیس یا ایگزیم جیسی حالتیں پیدا ہوتی ہیں۔

وٹامن بی کی کمی: ڈرمنائٹس، منہ کے ارد گرد دراڑیں، اور غیر ہموار رنگت کا سبب بن سکتی ہے۔ بیوٹی شنز کو کمی کی علامات کی نشاندہی کرنے اور پیشہ ورانہ مشاورت کے ساتھ ساتھ ٹھیک علاج کی سفارش کرنے کے قابل ہونا چاہیے۔

LU 2.4: وٹامنز کے غذائی ذرائع (جلد کی غذائیت کے لیے)

متوازن غذا وہ ضروری وٹامنز فراہم کرتی ہے جو چمکدار اور صحت مند جلد کو برقرار رکھتے ہیں۔

وٹامن اے: گاجر، کدو، جگر، پتوں والی سبزیاں۔ وٹامن سی: سنترے، لیموں، کیوی، تیل پیپرز۔

وٹامن ای: بادام، سورج مکھی کے بیج، پالک۔ وٹامن ڈی: سورج کی روشنی، سالمن، مضبوط ڈیری

مصنوعات۔

وٹامن بی: کمپلیکس: انڈے، دودھ، دالیں، مکمل اناج۔

بیوٹیشن کو چاہیے کہ وہ کلائنٹس کو بیرونی سکن کیئر کے ساتھ اچھی غذائیت برقرار رکھنے کی ترغیب دیں۔ اچھی جلد کی دیکھ بھال کے ساتھ ساتھ صرف کریوں اور فیشل کے بارے میں نہیں ہے، بلکہ صحیح

غذائیں کھانے کا بھی ہے جو جلد کو غذائیت فراہم کریں

LU 2.4: وٹامنز کے غذائی ذرائع (جلد کی غذائیت کے لیے)



بیوٹیشن کو چاہیے کہ وہ کلائنٹس کو بیرونی سکن کیئر کے ساتھ ساتھ اچھی غذائیت برقرار رکھنے کی ترغیب دیں۔
اچھی جلد کی دیکھ بھال کے ساتھ ساتھ صرف کریوں اور فیشل کے بارے میں نہیں ہے، بلکہ صحیح غذائیں کھا بھا ہے جو جلد کو غذائیت فراہم کریں

DAILY VITAMINS & MINERALS



VITAMIN A



VITAMIN B



VITAMIN C



VITAMIN D



VITAMIN E



VITAMIN K



CALCIUM



IRON

اندر

LU 2.5: فیشل کے لیے درکار آلات کی فہرست

پروفیشنل فیشل کے لیے مخصوص آلات اور آلات درکار ہوتے ہیں تاکہ مؤثر نتائج یقینی بنائی جاسکیں

- چہرے کا بستریا کرسی
- تولیے اور ہیڈ بینڈز
- کلینزر اور ایکسفولیٹرز
- بھاپ کی مشین یا گرم تولیے
- ایکسٹریکشن ٹولز (احتیاط سے استعمال کیا گیا)
- فیس ماسک (مٹی، جیل، یا کریم پر مبنی)
- سیرمز اور مونسچرائزر
- مساج کریمز اور آئلز
- اوزاروں کے لیے یو وی جراثیم کش
- استعمال ہونے والی اشیاء (کاشن پیڈز، ٹشوز، دستانے)

صحیح آلات کا ہونا پیشہ ورانہ مہارت، صفائی ستھرائی، اور چہرے کے علاج کے دوران کلائنٹ کی اطمینان کو یقینی بناتا ہے۔

LU 2.5: فیشل کے لیے درکار آلات کی فہرست

1. بنیادی آلات

چہرے کا بستریا کرسی

تولیے اور ہیڈ بینڈز

پیشہ ورانہ راحت

2. صفائی اور ایکسفولیٹیشن

کلینزر اور ایکسفولیٹرز

بھاپ کی مشین یا گرم تولیے

گہری صفائی

3. علاج اور ماسک

ایکسٹریکشن ٹولز

احتیاط سے استعمال کریں۔

فیس ماسک (مٹی، جیل، یا کریم)

مخصوص مسائل کا حل

4. غذائیت اور مساج

سیرمز اور مونسچرائزر

مساج کریمز اور آئلز

صفائی اور حفاظت

4. غذائیت اور مساج

سیرمز اور مونسچرائزر

مساج کریمز اور آئلز

جلد کو غذائیت دینا

5. صفائی اور ڈسپوزیبل اشیاء

اوزاروں کے لیے یو وی جراثیم کش

استعمال ہونے والی اشیاء (کاشن پیڈز، ٹشوز، کاشن پیڈز، ٹشوز، دستانے)

صفائی اور حفاظت

صحیح آلات کا ہونا پیشہ ورانہ مہارت، صفائی ستھرائی، اور چہرے کے علاج کے دوران کلائنٹ کی اطمینان کو یقینی بناتا ہے

LU 2.6: سیرمز اور سکن کیئر مصنوعات کا علم

سیرمز مخصوص مسائل جیسے جھروں، رنگت یا ماسوں کو ہدف بنانے کے لیے مرکب سکن کیئر مصنوعات ہیں۔ ان میں عام کیریوں کے مقابلے میں زیادہ مقدار میں فعال اجزاء ہوتے ہیں۔

ہائیڈرینگ سیرمز: نمی کو روکنے کے لیے ہائیڈروک ایسڈ شامل کریں۔ روشن کرنے والے سیرمز: جلد کے رنگ کو یکساں کرنے کے لیے وٹامن سی شامل کریں۔ اینٹی ایجنگ سیرمز: جھروں کو کم کرنے کے لیے رٹینول اور پیپٹائڈز استعمال کریں۔

ماسوں سے لڑنے والے سیرمز: دانے نکالنے کے لیے سیلیسیک ایسڈ یا نیا سینامائیڈ شامل کریں۔

بیوشین کو مصنوعات کے لیبلز، فعال اجزاء، اور میعاد ختم ہونے کی تاریخوں کو بھی سمجھنا ضروری ہے تاکہ کلائنٹس مؤثر طریقے سے رہنمائی کر سکیں۔ پیشہ ورانہ معیار اور ریٹیل مصنوعات کا علم درست سکن کیئر روٹینز کی سفارش میں مدد دیتا ہے۔

LU 2.6: سیرمز اور سکن کیئر مصنوعات کا علم

1. ہائیڈرینگ سیرمز

ہائیڈروک ایسڈ
نمی کو روکنے کے لیے ہائیڈروک ایسڈ شامل کریں۔
پانی برقرار رکھنا

2. روشن کرنے والے سیرمز

جلد کے رنگ کو یکساں کرنے کے لیے
وٹامن سی شامل کریں۔
رنگت یکساں کرنا

3. اینٹی ایجنگ سیرمز

جھروں کو کم کرنے کے لیے
رٹینول اور پیپٹائڈز استعمال کریں۔
جھریاں کم کرنا

5. بیوشین کا علم

بیوشین کو مصنوعات کے لیبلز، فعال اجزاء، اور
معیاد ختم ہونے کی تاریخوں کو بھی سمجھنا
ضروری ہے تاکہ کلائنٹس مؤثر طریقے سے
رہنمائی کر سکیں۔ پیشہ ورانہ معیار اور ریٹیل
مصنوعات کا علم درست سکن کیئر روٹینز
کی سفارش میں مدد دیتا ہے۔
مؤثر رہنمائی اور سفارش

4. مہاسوں سے لڑنے والے سیرمز

سلڈن، جازولین،
وانج ہیل، کادوگا
دانے نکالنے کے لیے سیلیسیک ایسڈ یا
نیا سینامائیڈ شامل کریں۔
سیلیسیک ایسڈ یا
نیا سینامائیڈ
دانے ختم کرنا

متوازن غذا، ضروری وٹامنز فراہم کرتی ہے جو چمکدار اور صحت مند جلد کو برقرار رکھتے ہیں۔ بیوشین کو چاہیے کہ وہ کلائنٹس کو بیرونی سکن کیئر کیئر کے ساتھ ساتھ اچھی غذائیت برقرار رکھنے کی ترغیب دیں۔ اچھی جلد کی دیکھ بھال صرف کیریوں اور فیٹل کے بارے میں نہیں ہے، بلکہ صحیح غذا میں کھانے کا بھی ہے جو جلد کو غذائیت فراہم کریں۔

LU 2.7: ماسک اور مساج کے فوائد

چہرے کے ماسک اور مساج بیوی تھراپی کے لازمی حصے ہیں۔

ماسک: جلد کی ساخت کو بہتر بناتے ہیں، خشک جلد کو نمی دیتے ہیں، اضافی تیل جذب کرتے ہیں، اور چہرے کو تازہ کرتے ہیں۔ کلمے ماسک تیل والی جلد کے لیے اچھے ہیں، جبکہ کریم ماسک خشک جلد کو ہائیڈریٹ کرتے ہیں۔ جیل ماسک حساس افراد کے لیے سکون بخش ہوتے ہیں۔ مساج: خون کی گردش کو بڑھاتا ہے، لمفینک ڈریج کو فروغ دیتا ہے، دباؤ کو کم کرتا ہے، اور سکون کیئر مصنوعات کے جذب کو بہتر بناتا ہے۔

یہ اقدامات نہ صرف جلد کی صحت کو بہتر بناتے ہیں بلکہ کلائنٹس کو سکون اور تازگی کا احساس بھی دیتے ہیں۔ باقاعدہ ماسک اور مساج جلد کے معیار میں طویل مدتی بہتری میں مددگار ثابت ہو سکتے ہیں۔

LU 2.7: ماسک اور مساج کے فوائد

چہرے کے ماسک

- جلد کی ساخت بہتر بنائیں
- خشک جلد کو نمی دیں
- اضافی تیل جذب کریں
- چہرے کو تازہ کریں

کلائے ماسک:
تیل والی جلد

کریم ماسک: خشک
جلد کو ہائیڈریٹ کریں

جیل ماسک: حساس
افراد کے لیے سکون بخش

چہرے کا مساج

- خون کی گردش بڑھائیں
- لمفینک ڈریج کو فروغ دیں
- دباؤ کم کریں
- سکون کیئر مصنوعات کا جذب بہتر بنائیں

بہتر خون کی گردش

دباؤ اور تناؤ کا خاتمہ

لمفینک ڈریج

یہ اقدامات نہ صرف جلد کی صحت کو بہتر بناتے ہیں بلکہ کلائنٹس کو سکون اور تازگی کا احساس بھی دیتے ہیں۔ باقاعدہ ماسک اور مساج جلد کے معیار میں طویل مدتی بہتری میں مددگار ثابت ہو سکتے ہیں۔

LU 2.8: ہٹانا اور بعد از دیکھ بھال

بعد از دیکھ بھال چہرے یا کاسمیٹک علاج کے فوائد کو برقرار رکھنے کے لیے نہایت اہم ہے۔
 صحیح طریقے سے ہٹانا: ماسک، کلیینزر اور مصنوعات کو صاف سٹیج یا تولیے سے نرمی سے ہٹانا ضروری ہے۔ سخت رگڑ جلد کو جلن دے سکتی ہے۔
 مونسچرائزنگ: پروڈکٹ ہٹانے کے بعد، مونسچرائز لگانے سے ہائیڈریشن کو لاک کرنے میں مدد ملتی ہے۔
 سورج سے تحفظ: مریضوں کو علاج کے بعد سن اسکرین استعمال کرنے کا مشورہ دینا چاہیے کیونکہ جلد زیادہ حساس ہو جاتی ہے۔
 گھر کی دیکھ بھال کے مشورے: کلائنٹس کو مناسب کلیینزر، ٹونرز اور مونسچرائز کے بارے میں رہنمائی دی جانی چاہیے تاکہ وہ گھر پر بھی جاری رکھ سکیں۔
 پیشہ ورانہ بعد کی دیکھ بھال کلائنٹ کی تسلی کو یقینی بناتی ہے اور علاج کے بعد جلن، سرخی یا انفیکشن سے بچاتی ہے۔

LU 2.8: ہٹانا اور بعد از دیکھ بھال

1 صحیح طریقے سے ہٹانا

• ماسک، کلیینزر، اور مصنوعات کو نرم سٹیج یا تولیے سے ہٹانا ضروری ہے۔
 • سخت رگڑ جلن دے سکتی ہے۔

'نرمی سے ہٹانا'

2 مونسچرائزنگ

• پروڈکٹ ہٹانے کے بعد، مونسچرائز لگانے سے ہائیڈریشن کو لاک کرنے میں مدد ملتی ہے۔

'ہائیڈریشن لاک کرنا'

3 سورج سے تحفظ

• مریضوں کو علاج کے بعد سن اسکرین استعمال کرنے کا مشورہ دینا کیونکہ جلد زیادہ حساس ہو جاتی ہے۔

'سن اسکرین کا استعمال'

4 گھر کی دیکھ بھال کے مشورے

• کلائنٹس کو مناسب کلیینزر، ٹونرز، اور مونسچرائز کے بارے میں رہنمائی دی جانی چاہیے تاکہ وہ گھر پر بھی جاری رکھ سکیں۔

'سن اسکرین کا استعمال'

5 پیشہ ورانہ بعد کی دیکھ بھال

• کلائنٹ کی تسلی یقینی بناتی ہے اور بعد جلن، سرخی، یا انفیکشن سے بچاتی ہے تاکہ وادہ تالی ہے۔

'رہنمائی اور مشورہ'

5 پیشہ ورانہ بعد کی دیکھ بھال

• کلائنٹ کی تسلی یقینی بناتی ہے اور بعد جلن، سرخی، یا انفیکشن سے بچاتی ہے تاکہ وادہ تالی ہے۔

'رہنمائی اور مشورہ'

بعد از دیکھ بھال چہرے یا کاسمیٹک علاج کے فوائد کو برقرار رکھنے کے لیے نہایت اہم ہے۔

LU 2.9: جلد کی حساسیت اور پیچ ٹیسٹنگ

کسی بھی نئی سکن کیئر یا کاسمیٹک پروڈکٹ کے استعمال سے پہلے پیچ ٹیسٹنگ ضروری ہے۔ یہ الرجی کے رد عمل یا حساسیتوں کی شناخت میں مدد دیتا ہے۔ جلد کی حساسیت: کچھ کلائنٹس کی جلد حساس ہو سکتی ہے جو خوشبوؤں، رنگوں یا مصنوعات میں موجود کیمیکلز پر رد عمل دیتی ہے۔ بیوٹی شنز کو ان کے لیے مصنوعات منتخب کرتے وقت محتاط رہنا چاہیے۔ پیچ ٹیسٹ پروسیجر: کان کے پیچھے یا بازو پر تھوڑی مقدار میں پروڈکٹ لگائی جاتی ہے۔ اس علاقے کا 24 گھنٹے تک مشاہدہ کیا جاتا ہے تاکہ سرخی، خارش یا سوجن کی جانچ کی جاسکے۔ اہمیت: سنگین الرجی کے رد عمل کو روکتا ہے اور پیشہ ورانہ رویہ دکھا کر کلائنٹ کا اعتماد بڑھاتا ہے۔ بیوٹی شینرز جو مسلسل پیچ ٹیسٹ کرتے ہیں، کلائنٹ کی حفاظت کا خیال رکھتے ہیں اور اعلیٰ معیار برقرار رکھتے ہیں۔

LU 2.9: جلد کی حساسیت اور پیچ ٹیسٹنگ

1 جلد کی حساسیت

بعض کلائنٹس خوشبوؤں، رنگوں یا کیمیکلز پر رد عمل دیتے ہیں۔
منتخب کرتے وقت محتاط رہنا چاہیے۔

حساسیت کی شناخت

2 پیچ ٹیسٹ پروسیجر

پروڈکٹ کو کان کے پیچھے یا بازو پر تھوڑی مقدار میں لگائیں۔
24 گھنٹے تک مشاہدہ کریں۔

ٹیسٹ کا طریقہ

3 پیچ ٹیسٹ پروسیجر

پروڈکٹس، حساسیت، رزی، گرو اس کے لال مدد بناتی ہے۔
بیوٹیشن کو مصنوعات منتخب وقت محتاط رہنا چاہیے۔

ٹیسٹ سے تحفظ

3 اہمیت: الرجی کے رد عمل کو روکنا

سنگین الرجی کے رد عمل کو روکتا ہے۔
کلائنٹ کی حفاظت یقینی بناتا ہے۔

الرجی سے تحفظ

4 پیشہ ورانہ رویہ اور اعتماد

پیشہ ورانہ رویہ دکھا کر کلائنٹ کا اعتماد بڑھاتا ہے۔
اعتماد بڑھاتا ہے۔
اعلیٰ معیار برقرار رکھتا ہے۔

کلائنٹ کا اعتماد

5 پیشہ ورانہ رویہ اور اعتماد

پیشہ ورانہ رویہ دکھا کر کلائنٹ کا اعتماد بڑھاتا ہے۔
اعتماد بڑھاتا ہے۔
اعلیٰ معیار برقرار رکھتا ہے۔

کلائنٹ کا اعتماد

پیچ ٹیسٹنگ الرجی کے رد عمل یا حساسیتوں کی شناخت میں مدد دیتی ہے

LU 2.10 وٹامنز کی جلد کی غذائیت کے لیے اہمیت

وٹامنز صحت مند، چمکدار اور جوان جلد کو برقرار رکھنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ یہ خلیوں کی مرمت کی حمایت کرتے ہیں، تجدید کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں، اور جلد کو قبل از وقت بڑھاپے سے بچاتے ہیں۔ مثال کے طور پر، وٹامن اے جلد کے خلیات کو تازہ کرنے اور ساخت کو ہموار رکھنے میں مدد دیتا ہے، جبکہ وٹامن سی کولاجن کی پیداوار کو بڑھاتا ہے، جس سے سختی اور چمک بہتر ہوتی ہے۔ اسی طرح، وٹامن ای ایک قدرتی اینٹی آکسائیڈنٹ کے طور پر کام کرتا ہے جو جلد کو آلودگی اور یو وی شعاعوں سے ہونے والے فری ریڈیکلز کے نقصان سے بچاتا ہے۔ مناسب وٹامنز کے بغیر، جلد جلد مدہم، کمزور اور نقصان کا شکار ہو جاتی ہے۔

بیوٹی تھراپی میں، وٹامنز نہ صرف خوراک میں اہم ہیں بلکہ ٹاپیکل سکن کیئر مصنوعات کے ذریعے بھی۔ بہت سے سیرم، کرییمیں، اور فیشل ماسک میں وٹامنز مرکب ہوتے ہیں جو جلد کو براہ راست غذائیت دیتے ہیں۔ مثال کے طور پر، وٹامن سی سیرمز سیاہ دھبوں کو روشن کرتے ہیں، جبکہ وٹامن بی پر مبنی مصنوعات جلد کو نمی فراہم کرتی ہیں اور جلن کو کم کرتی ہیں۔ جب بیوٹیشیز وٹامنز کے کردار کو سمجھیں تو وہ ایسی مصنوعات اور علاج تجویز کر سکتی ہیں جو جلد کے قدرتی دفاع کو مضبوط کریں اور چمکدار نظر آئیں۔ آخر میں، وٹامنز اندر سے جلد کی مجموعی غذائیت کی حمایت کرتے ہیں، جس کا مطلب ہے کہ صحت مند غذا بیرونی دیکھ بھال جتنی ہی اہم ہے۔ وٹامنز سے بھرپور غذائیں — جیسے پھل، سبزیاں، گرمی دار میوے، پیچ، اور مچھلی — جسم کو قدرتی طور پر نرم، صاف اور جوان نظر آنے والی جلد برقرار رکھنے میں مدد دیتی ہیں۔ بیوٹیشیز کو چاہیے کہ وہ کلائٹس کو یہ تعلیم دیں کہ سکن کیئر صرف فیشل اور کاسمیٹکس تک محدود نہیں بلکہ ضروری وٹامنز کے ساتھ متوازن غذا بھی ضروری ہے۔ مناسب غذائیت کو پیشہ ورانہ سکن کیئر کے ساتھ ملانا طویل مدتی جلد کی صحت اور خوبصورتی کو یقینی بناتا ہے۔

LU 2.10: وٹامنز کی جلد کی غذائیت کے لیے اہمیت

1. خلیوں کی مرمت اور تجدید

خلیوں کی مرمت کی حمایت، تجدید کی حوصلہ افزائی
افزائی، قبل از وقت بڑھاپے سے بچاؤ



وٹامن اے: جلد کے خلیات تازہ، ساخت ہموار



2. بحالی سیرم کی منتزمت اور زار کے جلدور

خلیوں کی اس کے جلد میے دپریناھا ہے
سعرے ی بڑہ میاں آکر نیکل کرنے میں کردپتے ہو
• وٹامن سی سیرمز: سیاہ دھبے روشن
• وٹامن بی مصنوعات: نمی، ہمام ہے



آخر میں:
اندر سے جلد کی مجموعی غذائیت۔
صحت مند غذا (پھل، سبزیاں، گرمی دار میوے، پیچ، مچھلی) بیرونی دیکھ بھال جتنی ہی اہم ہے۔

2. کولاجن کی پیداوار اور سختی

کولاجن کی پیداوار میں اضافہ، سختی اور چمک بہتر
وٹامن سی: کولاجن بڑھانا، چمک دینا



3. اینٹی آکسائیڈنٹ تحفظ

قدرتی اینٹی آکسائیڈنٹ، آلودگی اور یو وی شعاعوں سے فری ریڈیکلز نقصان سے بچاؤ
وٹامن ای: فری ریڈیکلز نقصان سے تحفظ



4. براہ راست غذائیت اور سکن کیئر

ٹاپیکل سکن کیئر مصنوعات، سیرم، کرییمیں، فیشل ماسک
• وٹامن سی سیرمز: سیاہ دھبے روشن
• وٹامن بی مصنوعات: نمی، جلن کم



بیوٹیشیز کو چاہیے کہ وہ کلائٹس کو تعلیم دیں کہ سکن کیئر صرف فیشل اور کاسمیٹکس تک محدود نہیں بلکہ ضروری وٹامنز کے ساتھ متوازن غذا بھی ضروری ہے طویل مدتی جلد کی صحت اور خوبصورتی یقینی بنانے کے لیے۔

LU 3.1: بالوں کا تعارف

بال انسانی ظاہری شکل اور شناخت کی سب سے نمایاں خصوصیات میں سے ایک ہیں۔ اس کے حیاتیاتی کردار یعنی کھوپڑی کو ماحولیاتی نقصان سے بچانے کے علاوہ، اس کی ثقافتی، سماجی اور ذاتی اہمیت بھی ہے۔ تاریخ کے دوران، بالوں کو مرتبہ، روایت، اور خود اظہار کی علامت کے طور پر سنوارا، کاٹا، رنگا اور سجایا جاتا رہا ہے۔ بہت سے افراد کے لیے، صحت مند اور اچھی طرح برقرار رکھے گئے بال اعتماد، خوبصورتی، اور مجموعی شخصیت میں اضافہ کرتے ہیں، جو بالوں کی دیکھ بھال کو خوبصورتی کے علاج کا ایک اہم حصہ بناتے ہیں۔

ساختی طور پر، بال بنیادی طور پر ایک پروٹین کیراٹن سے بنے ہوئے ہیں، جو انہیں طاقت اور مضبوطی دیتا ہے۔ ہر بال کی لٹ جلد کی جلد میں پیوست ایک فولیکل سے اگتی ہے، جسے غذا سے دی جاتی ہے

ماڈیول 3: بال، دیکھ بھال اور بال ہٹانے کی تکنیکیں

LU 3.1: بالوں کا تعارف

1 بالوں کا حیاتیاتی اور ثقافتی کردار

حیاتیاتی: کھوپڑی کو ماحولیاتی نقصان سے بچانا
ثقافتی، سماجی: مرتبہ، روایت، خود اظہار کی علامت

2 بالوں کی ساختی اناتومی

کیوٹیکل (بیرونی حفاظتی تہ)
کوریٹیکس (رنگ، لچک، مضبوطی)
میڈیولا (اندرونی مرکز)
فولیکل
بنیادی پروٹین: کیراٹن
فعال، عبوری، آرام

1 بالوں کا حیاتیاتی اور ثقافتی کردار

حیاتیاتی: کھوپڑی کو ماحولیاتی نقصان سے بچانا
ثقافتی سماجی: مرتبہ، روایت، خود اظہار کی علامت

4 بیوٹیشن کے لیے اہمیت

صحت مند اور خوبصورت بال
صحیح علاج اور مصنوعات کا انتخاب
ساخت اور نشوونما کو سمجھنا ضروری ہے

3 بالوں کی نشوونما کا چکر

1 اناجن مرحلہ (فعال نشوونما، کئی سال تک)
2 کیتاجن مرحلہ (عبوری مرحلہ، بال بڑھتا ہے)
3 ٹیلوجن مرحلہ (آرام کا مرحلہ، قدرتی جھڑنا)
فعال، عبوری، آرام

بالوں کی ساخت اور نشوونما کو سمجھنا بیوٹیشن کے لیے ضروری ہے تاکہ وہ کلائنٹس کو صحیح علاج اور مشورہ فراہم کر سکیں۔

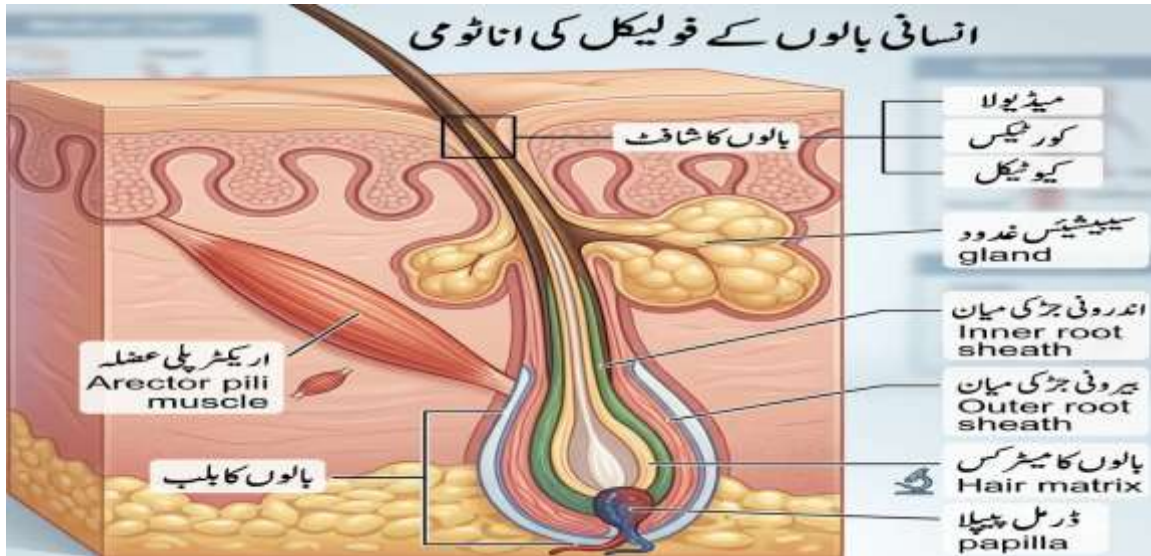
خون کی نالیاں جو آکسیجن اور غذائی اجزاء فراہم کرتی ہیں۔ بالوں کی ایک لٹ میں تین واضح تہیں ہوتی ہیں: کیوٹیکل، جو بیرونی حفاظتی تہہ ہے؛ کورٹیکس، جو رنگ، لچک، اور مضبوطی فراہم کرتا ہے؛ اور میڈولا، جو کچھ بالوں کی اقسام میں موجود اندرونی مرکز ہے۔ ان تہوں کو سمجھنا بیوٹیشن کے لیے ضروری ہے، کیونکہ یہ انہیں صحت مند اور خوبصورت بالوں کو برقرار رکھنے کے لیے مناسب علاج اور مصنوعات منتخب کرنے میں مدد دیتا ہے۔

بالوں کی نشوونما کا چکر درج ذیل پر مشتمل ہے:

اناجن مرحلہ: فعال نشوونما کا مرحلہ جو کئی سالوں تک جاری رہتا ہے۔ کیٹاجن مرحلہ: وہ عبوری مرحلہ جس میں بال بڑھنا بند کر دیتے

ہیں۔ ٹیلوجن مرحلہ: بالوں کے قدرتی جھڑنے سے پہلے آرام کا مرحلہ۔

بالوں کی ساخت اور نشوونما کو سمجھنا بیوٹیشن کے لیے ضروری ہے تاکہ وہ کلائنٹس کو صحیح علاج اور مشورہ فراہم کر سکیں۔



بالوں کی مختلف ساختوں کا مطالعہ (خشک، تیل والے، نارمل، خشکی)

مختلف قسم کے بالوں کے لیے مختلف دیکھ بھال اور ظاہری انداز درکار ہوتے ہیں۔ بالوں کی ساخت اور حالت جینیات، خوراک، ماحول اور مجموعی صحت سے متاثر ہوتی ہے۔

خشک بال: ایک عام حالت ہے جس میں بال مدہم، کھررے اور نازک نظر آتے ہیں کیونکہ کھوپڑی میں قدرتی تیل کی کمی ہوتی ہے۔ صحت مند بال سیلم پر منحصر ہوتے ہیں، جو قدرتی تیل ہے جو ہر تار کو ڈھانپتا ہے اور اسے نرم، چمکدار اور لچکدار رکھتا ہے۔ جب کھوپڑی کافی تیل پیدا نہیں کرتی، یا جب یہ تیل بیرونی عوامل سے ہٹا دیتا ہے، تو بال خشک اور نازک ہو جاتے ہیں۔ عام وجوہات میں ہیٹ اسٹائلینگ ٹولز جیسے بلو ڈرائز، سٹریٹنرز اور کرلنگ آئرن کا زیادہ استعمال شامل ہے، جو نمی کو کم کرتے ہیں؛ کیمیکل علاج جیسے رنگ، ہلچنگ، اور پرمنگ جو بالوں کے حفاظتی کوٹیکل کو نقصان پہنچاتے ہیں؛ اور ناقص غذائیت، خاص طور پر ایسی غذاؤں جن میں ضروری وٹامنز اور فیٹی ایسڈز کی کمی ہو۔ ماحولیاتی عوامل جیسے دھوپ، سرد موسم، اور سخت شیمپو سے بار بار دھونا بھی خشکی کو بڑھا سکتے ہیں۔ خشک بالوں کو سنبھالنے کے لیے، بیوٹیشن ایسے غذائیت بخش علاج تجویز کرتے ہیں جیسے تیل کی مساج، مونڈپرائیگ شیمپو اور کنڈیشنرز، اور حفاظتی دیکھ بھال تاکہ بالوں کی نرمی اور چمک بحال ہو سکے۔



تیل والے بال: تیل والے بال ایک ایسی حالت ہے جس میں بال چکنے، ڈھیلے اور بھاری نظر آتے ہیں کیونکہ کھوپڑی کے سیلینیم گلیکینڈز سے سیلم کی زیادہ پیداوار ہوتی ہے۔ سیلم ایک قدرتی تیل ہے جو کھوپڑی اور بالوں دونوں کی حفاظت اور نئی فراہم کرتا ہے، لیکن اگر زیادہ مقدار میں پیدا ہو تو بال ایک دوسرے کے ساتھ جمع ہو جاتے ہیں، حجم کھو دیتے ہیں، اور دھونے کے فوراً بعد بھی بے داغ نظر آتے ہیں۔ یہ حالت اکثر بارہمونی عدم توازن، جینیات، مرطوب موسم، اور بھاری یا غیر موزوں بالوں کی مصنوعات کے استعمال سے منسلک ہوتی ہے جو بالوں کو مزید پوجھل کر دیتی ہیں۔ تیل والے بال کھوپڑی کو خشکی، خارش اور بعض صورتوں میں بالوں کی لائن کے گرد ماسوں کا شکار بھی بنا سکتے ہیں۔

اٹلی بالوں کو مؤثر طریقے سے سنبھالنے کے لیے، بیوٹیشن بار بار مگر نرم دھونے کی تجویز دیتے ہیں، نرم اور متوازن شیمپو استعمال کرتے ہوئے، جو سر کی کھوپڑی کو مکمل طور پر اتارے بغیر صاف کرتے ہیں۔ سخت شیمپو عارضی طور پر کھوپڑی کو خشک کر سکتے ہیں، جس سے رد عمل میں مزید تیل پیدا ہو جاتا ہے۔ ہلکے پھلکے کنڈیشنرز صرف درمیانے اور سروں پر لگانا چاہیے، کھوپڑی سے چننے کے لیے۔ اس کے علاوہ، تیل والی اسٹائٹنگ مصنوعات کے استعمال کو کم کرنا، زیادہ برش کرنے سے گریز کرنا، اور دھونے کے بعد بالوں کو اچھی طرح دھونا تاگی برقرار رکھنے میں مدد دے سکتا ہے۔ مناسب دیکھ بھال نہ صرف بالوں کو صاف اور صحت مند رکھتی ہے بلکہ اضافی تیل سے جڑے سر کے مسائل سے بھی بچاتی ہے۔

نارمل بال: نارمل بالوں کو مثالی قسم سمجھا جاتا ہے کیونکہ ان میں قدرتی تیل کی متوازن سطح ہوتی ہے، جو انہیں صحت مند چمک، ہموار ساخت اور کم سے کم مسائل دیتی ہے۔ کھوپڑی بالکل مناسب مقدار میں سیلم پیدا کرتی ہے، جو بالوں کو محفوظ اور غذائیت دیتی ہے بغیر انہیں چکنی یا خشک کیے۔ عام بال عام طور پر نرم محسوس ہوتے ہیں، زندہ دل نظر آتے ہیں، اور ان کی لچک اچھی ہوتی ہے، جس کا مطلب ہے کہ یہ ٹوٹنے کی مزاحمت کر سکتے ہیں اور قدرتی حجم برقرار رکھتے ہیں۔ اس قسم کے بالوں والے افراد کو عام طور پر زیادہ خشکی، چکنائی یا کھوپڑی کی جلن جیسی بڑی پریشانیاں نہیں ہوتیں، جس سے انہیں دیگر ساختوں کے مقابلے میں سنبھالنا آسان ہو جاتا ہے۔ اگرچہ عام بال نسبتاً کم دیکھ بھال والے ہوتے ہیں، پھر بھی انہیں صحت مند رہنے کے لیے مناسب دیکھ بھال اور باقاعدہ دیکھ بھال کی ضرورت ہوتی ہے۔ معیاری دیکھ بھال میں نرم شیمپو شامل ہے تاکہ میل اور اضافی تیل صاف کیے جاسکیں، نرمی کو برقرار رکھنے کے لیے کنڈیشننگ، اور کبھی کبھار گہرے علاج کیے جائیں تاکہ بالوں کو مضبوط کیا جاسکے۔ غفلت، ہیٹ اسٹائٹنگ کا زیادہ استعمال، سخت کیمیائی علاج، یا ناقص غذائیت اب بھی عام بالوں کو نقصان پہنچا سکتی ہے اور ان کے قدرتی توازن کو خراب کر سکتی ہے۔

لہذا، ہلکے شیمپو، ہلکے کنڈیشنرز، اور حفاظتی طریقوں کے ساتھ مستقل روٹین اس بات کو یقینی بناتی ہے کہ عام بال طویل مدت میں چمک، مضبوطی اور مجموعی صحت برقرار رکھیں۔

خشکی سے متاثر بال: خشکی کے خطرے والے بالوں کی خصوصیت پھلکیاں دار کھوپڑی، خارش اور مسلسل جلن ہوتی ہے، جو اکثر کلائٹس کو بے آرام اور خود آگاہ محسوس کراتی ہے۔ خشکی اس وقت ہوتی ہے جب کھوپڑی سے زیادہ مردہ جلد کے خلیے خارج ہوتے ہیں، جو پھر کھوپڑی اور بالوں پر سفید یا پیلے رنگ کے ذرات کی صورت میں ظاہر ہوتے ہیں۔ اس کی ایک بڑی وجہ فنگل کی نشوونما ہے، خاص طور پر ایک خمیر نما فنگس جسے مالاسیزیا کہا جاتا ہے، جو کھوپڑی کے قدرتی تیلوں پر پروان چڑھتا ہے اور عدم توازن پیدا کرتا ہے۔ دیگر عوامل میں کھوپڑی کی خراب صفائی، اسٹائٹنگ مصنوعات کا زیادہ استعمال، ذہنی دباؤ، خشک جلد، یا بہت زیادہ چکنی کھوپڑی شامل ہیں۔ خشکی نہ صرف بالوں کی ظاہری شکل کو متاثر کرتی ہے بلکہ اگر علاج نہ کی جائے تو کھوپڑی کی سرخی اور حساسیت کا باعث بھی بن سکتی ہے۔

خشکی کو کنٹرول کرنے کے لیے، بیوٹیشن ماہرین خصوصی دیکھ بھال اور مصنوعات کی سفارش کرتے ہیں۔ اینٹی ڈیٹرنڈ شیمپو جن میں فعال اجزاء جیسے زنک پائیریتھون، کیوٹونازول، یا سیلینیم سلفائیڈ شامل ہوتے ہیں، فنگل کی نشوونما اور پھلنے کو کم کرنے میں مؤثر ہوتے ہیں۔ جزی بوٹیوں کے علاج جیسے نیم، ٹی ٹری آئل اور ایلو ویرا بھی سکون بخش اور طویل مدتی آرام کے لیے فائدہ مند ہیں۔ باقاعدہ کھوپڑی کی صفائی، بالوں کی مصنوعات کے زیادہ استعمال سے پرہیز کرنا، اور اچھی غذائیت برقرار رکھنا خشکی کو کنٹرول کرنے میں مزید مدد دے سکتا ہے۔



پیشہ ورانہ علاج کو گھر پر دیکھ بھال کے مشورے کے ساتھ ملا کر، بیوٹیشن کلائنٹس کو صحت مند کھوپڑی کی طرف رہنمائی کر سکتی ہیں اور ان کی مجموعی ظاہری شکل پر اعتماد بحال کر سکتی ہیں۔

بیوٹی شنز کو مناسب شیمپو، تیل اور علاج تجویز کرنے سے پہلے کلائنٹ کے بالوں کی قسم کا تجزیہ کرنا چاہیے۔



LU 3.2: شیمپو، رنگ، تیل، کریم، اور کنڈیشنر کے استعمال اور تیاری کا طریقہ کار

بالوں کی دیکھ بھال میں مختلف کامیڈنگ مصنوعات کا صحیح استعمال شامل ہے۔ درست طریقہ کار پر عمل کرنا حفاظت اور موثریت دونوں کو یقینی بناتا ہے۔

شیمپو: بال گھیلنا کریں، سر کی جلد پر شیمپو لگائیں، اور مٹی اور تیل ہٹانے کے لیے نرمی سے مساج کریں۔ نیم گرم پانی سے اچھی طرح دھوئیں۔

کنڈیشنر: شیمپو کرنے کے بعد درمیانے لمبائی اور سروں پر لگائیں۔ دھونے سے پہلے 2 سے 3 منٹ کے لیے چھوڑ دیں تاکہ ہمواری برقرار رہے۔

بالوں کے تیل: خون کی گردش کو بہتر بنانے اور فولیکلز کو غذائیت دینے کے لیے کھوپڑی میں تیل کا مالش کریں۔ دھونے سے پہلے رات بھر یا کم از کم 30 منٹ کے لیے چھوڑ دیں۔

کریم: اسٹائنگ یا ڈیپ کنڈیشننگ کے علاج کے لیے استعمال ہوتی ہیں تاکہ فرز اور خشکی کم ہو سکے۔

ڈائیز: رنگ بھرنے سے پہلے ہمیشہ پیچ ٹیسٹ کریں۔ مینوٹیکچر کی ہدایات کے مطابق رنگ مکس کریں، یکساں لگائیں اور احتیاط سے دھوئیں۔ ہاتھوں کی حفاظت کے لیے دستاں استعمال کریں۔

بیوٹیشن قدرتی اجزاء جیسے آملہ، شیکا کائی، اور نیم سے جزی بوٹیوں کے شیمپو بھی تیار کر سکتی ہیں، خاص طور پر ان کلائنٹس کے لیے جو کیمیکل فری علاج کو ترجیح دیتے ہیں۔

LU 3.2: شیمپو، رنگ، تیل، کریم، اور کنڈیشنر کے استعمال اور تیاری کا طریقہ کار

بالوں کی دیکھ بھال میں مختلف کاسمیٹک مصنوعات کا صحیح استعمال شامل ہے۔ درست طریقہ کار پر عمل کرنا حفاظت اور موثریت دونوں کو یقینی بناتا ہے۔

<p>فولیکل کی مثالی صحت</p>	<p>زی شیمپو مثالی صحت</p>	<p>سکالپ کی ڈیکوئیشن</p>	<p>حشکال کے کنڈیشنر</p>	<p>شیمپو کا تیل</p>	<p>کیوٹیکل کٹاؤ</p>	<p>فولیکل، کیری</p>	<p>رنگ کٹ</p>	<p>میلانین کی کمی</p>
<p>شیمپو - باقاعدہ دیکھ بھال بال گیلا کریں، سر کی جلد پر شیمپو لگائیں، اور مٹی اور تیل ہانے کے لیے نرمی سے مساج کریں۔ نیم گرم پانی سے اچھی طرح دھوئیں۔</p>	<p>کنڈیشنر - خشکی اور کنڈیشننگ شیمپو کرنے کے بعد درمیانے لمبائی سروں پر لگائیں۔ دھونے سے پہلے 2 سے 3 منٹ کے لیے چھوڑیں تاکہ ہمواری برقرار رہے۔</p>	<p>بالوں کے تیل - غذائیت اور خون کی گردش خون کی گردش کو بہتر بنانے اور فولیکلز کو غذائیت دینے کے لیے کھوپڑی میں تیل کا مالش کریں۔ پہلے رات بھر یا کم از کم 30 منٹ کے لیے چھوڑیں۔ جڑی بوٹیوں کے شیمپو یا مٹن قدرتی اجزاء جیسے آملہ، شیمپاکائی، اور نیم سے تیار کرتے ہیں، خاص طور پر ان کا استعمال کے لیے جو کیمیائی علاج کو ترجیح دیتے ہیں۔ یہ مواد صرف طبی مقاصد کے لیے ہے۔</p>	<p>کریمز - اسٹائلنگ اور ڈیپ کنڈیشننگ اسٹائلنگ یا ڈیپ کنڈیشننگ کے علاج کے لیے استعمال ہوتی ہیں تاکہ فرز اور خشکی کم ہو سکے۔</p>	<p>ڈائیز - رنگ بھرنے کا طریقہ کار رنگ بھرنے سے پہلے ہمیشہ سچ ٹیسٹ کریں۔ مینو فیکچرر کی ہدایات کے مطابق رنگ کس کریں، یکساں لگائیں اور احتیاط سے دھوئیں۔ ہاتھوں کی حفاظت کیلئے دستاں استعمال کریں۔</p>				

بالوں کے لیے کاسمیٹک

بالوں کی کاسمیٹک خاص طور پر تیار کردہ مصنوعات ہیں جو بالوں کو صاف، تغزی، اسٹائل اور محفوظ رکھنے کے لیے تیار کی گئی ہیں۔ ان میں شامل ہیں:

صفائی کی مصنوعات: شیمپو اور کھوپڑی کے کلینزر جو میل اور تیل کو صاف کرتے ہیں۔

کنڈیشننگ مصنوعات: کنڈیشنر، سیرم، اور ماسک جو بالوں کو نرم اور بائیوٹھ کرتے ہیں۔

غذائیت بخش مصنوعات: بالوں کے تیل اور کریمیں جو وٹامنز اور پروٹین فراہم کرتی ہیں تاکہ بالوں کو مضبوط کیا جاسکے۔

اسٹائلنگ مصنوعات: ہینر اسپرے، جیلز، موسز اور ویکسز جو بالوں کے انداز کو شکل دینے میں مدد دیتے ہیں۔

رنگ بھرنے والی مصنوعات: رنگ، مندی اور بالوں کے چاک جو عارضی یا مستقل رنگ کی تبدیلی کے لیے استعمال ہوتے ہیں۔

یوٹیشن کو یہ جاننا چاہیے کہ کلائنٹ کے بالوں کی قسم اور ضروریات کے مطابق صحیح کاسمیٹک مصنوعات کا انتخاب کیسے کیا جائے، تاکہ محفوظ اور پیشہ ورانہ نتائج یقینی بنیں۔

LU 3.3: بالوں کی بیماریاں اور نقائص اور ان کے علاج

بال مختلف بیماریوں اور نقائص کا شکار ہو سکتے ہیں جو اس کی ظاہری شکل اور صحت کو متاثر کرتے ہیں۔ بیوٹیشن کو چاہیے کہ وہ ان بیماریوں کو پہچان کر علاج تجویز کریں یا طبی مشورے کی تجویز دیں۔

بالوں کا بھرتنا (ایلوپیشیا): ذہنی دباؤ، جینیات، یا ناقص غذائیت کی وجہ سے ہو سکتا ہے۔ علاج میں ہربل آئلز، اینٹی ہیئر فال شیمپو، اور غذائی بہتری شامل ہیں۔

سپلٹ اینڈز: خشکی اور نقصان کی وجہ سے ہوتے ہیں۔ باقاعدہ تراشنا اور سیرمز کا استعمال مددگار ہو سکتا ہے۔ خشکی: یہ فنکشنل انفیکشن یا خشک کھوپڑی کی وجہ سے ہوتا ہے۔ اینٹی ڈینڈرف شیمپو جن میں زنک یا جزی بوٹیوں کے محلول جیسے نیم شامل ہیں، مؤثر ہیں۔

کھوپڑی کے انفیکشنز: فنکشنل یا بیکٹیریئل انفیکشنز جن کے لیے دوا کے شیمپو اور ماہر امراض جلد کی دیکھ بھال کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

جزی بوٹیوں کے علاج جیسے ایلو ویرا، بیسکس اور میتھی کیمیائی علاج کے قدرتی متبادل فراہم کرتے ہیں۔ کاسمیٹک اور جزی بوٹیوں کی دیکھ بھال کو یکجا کرنا بالوں کی مکمل دیکھ بھال کو یقینی بناتا ہے۔

عام بالوں کے مسائل (بال گرنا، خشکی، بالوں کا سفید ہونا)

کلائٹس کو سب سے عام بالوں کے مسائل میں بال گرنا، خشکی، اور قبل از وقت سفید ہونا شامل ہیں۔

HAIR CARE PRODUCTS: CLASSIFICATION AND SOLUTIONS FOR SCALP HEALTH

COSMETIC CARE

CLEANSING & REPAIR		Gentle Cleansing Post-Shampoo Conditioning Hair Fiber Reconstruction pH Balance
TREATMENT OILS		Deep Nourishment Friction Reduction Frizz Control Enhanced Shine
TARGETED SERUMS		Targeted Delivery Scalp Hydration Follicle Stimulation Support
STYLING & COLOR		Temporary & Permanent Color Texture Definition Heat Protection Moisture Masking

HAIR CARE PRODUCTS

CORE CATEGORY

EVIDENCE-BASED REPORT DATA

OFFICIAL

MEDICAL TREATMENTS ORGANIFICATION

DERMATOLOGIST SOLUTIONS

SCALP DISORDERS		Antifungal (Ketoconazole) Salicylic Acid for Exfoliation Reduced Itching
HAIR LOSS		Vasodilators (Minoxidil) DHT Blockers (Finasteride) Follicle Regrowth Telogen Delay
PARASITIC INFESTATION		Insecticidal (Permethrin) Nit Removal Contact Eradication

Medical treatments should always be under the guidance of a healthcare professional.

LU 3.4: بال گرنا

بالوں کا گرنا مردوں اور عورتوں دونوں کو درپیش سب سے عام بالوں کے مسائل میں سے ایک ہے، اور یہ کئی اندرونی اور بیرونی عوامل کی وجہ سے ہو سکتا ہے۔ اگرچہ روزانہ کچھ بال گرنا فطری بات ہے

گرتے ہوئے بالوں کے حصے کے طور پر، زیادہ نقصان ایک بنیادی مسئلے کی نشاندہی کرتا ہے۔ ذہنی دباؤ، چاہے جذباتی ہو یا جسمانی، بالوں کی نشوونما کے چکر کو متاثر کر سکتا ہے، جس سے



زیادہ بال آرام کے مرحلے میں چلے جاتے ہیں اور نمایاں جھڑنا ہوتا ہے۔ بارہمونی عدم توازن، خاص طور پر وہ جو تھائرائیڈ فنکشن، حمل یا مینوپاز سے متعلق ہیں، بالوں کے گرنے میں بھی کردار ادا کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ، ناقص غذائیت، خاص طور پر پروٹین، آئرن اور وٹامنز کی کمی، بالوں کے شافٹ کو کمزور کر دیتی ہے، جس سے بال ٹوٹنے اور گرنے کے زیادہ خطرے میں آجاتے ہیں۔ بیوٹیشن اور ہیئر کیئر پروفیشنلز اس بات پر زور دیتے ہیں کہ سر اور جسم کو غذائیت دینا ضروری ہے تاکہ بالوں کے گرنے سے بچا جاسکے۔ ناریل، کاسٹریا یا آملہ جیسے جزی بوٹیوں کے ساتھ باقاعدہ سر کی مالش خون کی گردش کو بڑھاتی ہے، جو بالوں کی جڑوں کو مضبوط کرتی ہے اور نشوونما کو فروغ دیتی ہے۔ متوازن غذا جو پروٹین، وٹامنز (خاص طور پر A، B، C، اور E) اور زنک اور آئرن جیسے معنیات سے بھرپور ہو، بالوں کی صحت برقرار رکھنے میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔ زیادہ پانی پینا اور یوگا اور مراقبہ جیسی آرام دہ تکنیکوں کے ذریعے ذہنی دباؤ کم کرنا بھی قدرتی طور پر بالوں کے گرنے کو کنٹرول کرنے میں مدد دیتا ہے۔

طرز زندگی میں تبدیلیوں کے علاوہ، صحیح بالوں کی دیکھ بھال کی مصنوعات کا استعمال ضروری ہے۔ سخت شیمپو، بار بار کیمیائی علاج، اور ہیٹ اسٹائلنگ ٹولز کا زیادہ استعمال بالوں کے گرنے کو تیز کر سکتے ہیں کیونکہ یہ کیونیکل کو نقصان پہنچاتے ہیں اور بالوں کے شافٹ کو کمزور کر دیتے ہیں۔ بیوٹیشن اکثر بلکے، جزی بوٹیوں پر مبنی شیمپو، کنڈیشنرز، اور غذائیت بخش بالوں کے ماسک تجویز کرتے ہیں جو طاقت اور توانائی بحال کرتے ہیں۔ زیادہ شدید صورتوں میں، مریضوں کو خصوصی علاج کے لیے طبی رہنمائی لینے کا مشورہ دیا جاسکتا ہے۔ مناسب غذائیت، نرم بالوں کی دیکھ بھال، اور ذہنی دباؤ کے انتظام کو ملا کر، بالوں کے گرنے کو نمایاں طور پر کم کیا جاسکتا ہے، جس سے صحت مند، مضبوط اور زیادہ مضبوط بال حاصل ہوتے ہیں

LU 3.5: خشکی

بالوں کی خشکی ایک ایسی بیماری ہے جو نظر آنے والے فلیکس، مسلسل عارض اور جلن کا باعث بنتی ہے۔ یہ اس وقت ہوتا ہے جب کھوپڑی میں مردہ جلد کے خلیے زیادہ مقدار میں جمع ہو جاتے ہیں، جو اکثر فنگل سرگرمی (مالاسیڈیا)، خراب کھوپڑی کی صفائی، یا قدرتی تیلوں کے عدم توازن کی وجہ سے ہوتے ہیں۔ کچھ صورتوں میں، آلودگی، سخت موسم، یا کیمیکل پر مبنی بالوں کی مصنوعات کا بار بار استعمال جیسے ماحولیاتی عوامل اس حالت کو مزید خراب کر دیتے ہیں۔ خشکی نہ صرف بالوں کی ظاہری شکل کو متاثر کرتی ہے بلکہ خاص طور پر جب کپڑوں پر فلیکس نظر آتے ہیں تو اس کا اعتماد بھی کم ہو سکتا ہے۔ خشکی کو مؤثر طریقے سے کنٹرول کرنے کے لیے، بیوٹیشن علاج اور قدرتی علاج کے امتزاج کی سفارش کرتے ہیں۔ اینٹی ڈسڈرف شیمپو جن میں زنک پانٹھیون، کیوٹوکانول، یا سلیسینیم سلفائیڈ جیسے فعال اجزاء ہوتے ہیں، فنگل کی نشوونما کو کنٹرول کرنے اور پھلنے کو کم کرنے میں مدد دیتے ہیں۔

جزی بوٹیوں کے طریقے، جیسے نیم پر مبنی واشنگ، ایلو ویرا جیلز، یا ٹی ٹری آئل، کھوپڑی کو سکون دیتے ہیں اور طویل مدتی آرام فراہم کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ، کھوپڑی کی ایکسفولیشن جمع شدہ اور مردہ خلیات کو ختم کرنے میں مدد دیتی ہے، جس سے جلد میں توازن بحال ہوتا ہے۔ صحت مند غذا اور مناسب بالوں کی دیکھ بھال کا معمول اپنانا خشکی کے کنٹرول کو مزید مضبوط بناتا ہے، جس سے کھوپڑی صاف، تازہ اور مستقل جلن سے پاک رہتی ہے۔

LU 3.6: بالوں کی سفیدی

بالوں کا سفید ہونا، جسے قبل از وقت سفید ہونا بھی کہا جاتا ہے، اکثر قدرتی بڑھاپے کے عمل کی وجہ سے ہوتا ہے جب میلانن—جو بالوں کے رنگ کا ذمہ دار رنگ—کی پیداوار آہستہ آہستہ کم ہو جاتی ہے۔ نتیجتاً، بالوں کے دھاگے اپنا رنگ کھو دیتے ہیں اور سرمئی یا سفید ہو جاتے ہیں۔ تاہم، جب یہ نوجوان مریضوں میں ہوتا ہے تو اس کا تعلق بیرونی اور اندرونی عوامل جیسے دباؤ، وٹامن کی کمی (خاص طور پر B12 اور معدنیات جیسے تانبا)، بارہمونی عدم توازن، یا یہاں تک کہ جینیاتی رجحان سے بھی ہو سکتا ہے۔ سگریٹ نوشی اور ناقص غذا جیسے طرز زندگی کے انتخاب سفید کرنے کے عمل کو مزید تیز کر سکتے ہیں۔

بیوٹیشن علاج اور معاون علاج تجویز کر سکتے ہیں جو بالوں کے سفید ہونے کو کنٹرول یا سست کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ قدرتی محلول جیسے مندی محفوظ اور کیمیکل سے پاک رنگ

فراہم کرتے ہیں، جبکہ جزی بوٹیوں اور پودوں پر مبنی رنگ نیم مستقل تحفظ فراہم کرتے ہیں۔ کلائنٹس کو بھی حوصلہ افزائی کرنی چاہیے



وٹامنز، پروٹینز، اور معدنیات سے بھرپور غذا پر عمل کریں تاکہ بالوں کو اندر سے غذائیت ملے، کیونکہ وٹامن سپلیمنٹس طاقت بحال کرنے اور رنگوں کے مزید نقصان کو سست کرنے میں مدد دے سکتے ہیں۔ اگرچہ واشنگ ہمیشہ مکمل طور پر واپس نہیں کی جاسکتی، پیشہ ورانہ مشورے اور قدرتی کاسمیٹک طریقوں کا استعمال کلائنٹس کو جوان اور پراعتماد نظر آنے میں مدد دیتا ہے۔

بیوٹیشن اپنے کلائنٹس کو محفوظ علاج اور طرز زندگی میں تبدیلیوں کی طرف رہنمائی کر کے معاون کردار ادا کرتی ہیں تاکہ صحت مند اور خوبصورت بالوں کو برقرار رکھا جاسکے۔

ماڈول 4: میک اپ اپلائی

LU 4.1: مختلف اقسام کی جلد (چکنی، خشک، نارمل، مہاسے) کا مطالعہ

بیوٹی تھری میں مختلف اقسام کی جلد کا مطالعہ ضروری ہے کیونکہ میک اپ مصنوعات اور تکنیکیں جلد کی قسم کے مطابق منتخب کی جانی چاہئیں۔ تیل والی جلد اضافی سلیم پیدا کرتی ہے، جس کی وجہ سے میک اپ آسانی سے پھسل جاتا ہے۔ اس کو سنبھالنے کے لیے، بیوٹیشن تیل سے پاک پرائمرز، میٹ فاؤنڈیشنز، اور سیننگ پاؤڈرز استعمال کرتی ہیں تاکہ شکل تازہ رہے۔ دوسری طرف، خشک جلد میں قدرتی تیل نہیں ہوتے، جس کی وجہ سے وہ چھلکی دار اور مدہم نظر آتی ہے۔ خشک جلد کے لیے میک اپ کے لیے ہائیڈریٹنگ پرائمرز، کریم پر مبنی مصنوعات، اور موشچرائزر کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ ہموار لگاؤ یقینی بنایا جاسکے۔

عام جلد متوازن رہتی ہے، بالکل مناسب مقدار میں تیل اور ہائیڈریٹیشن کے ساتھ۔ میک اپ عام طور پر زیادہ دیر تک اپنی جگہ پر رہتا ہے اور اس میں کم سے کم ایڈجسٹمنٹ کی ضرورت ہوتی ہے، جس سے مصنوعات کے مختلف استعمال ممکن ہوتے ہیں۔ مہاسوں کا شکار جلد خاص چیلنجز پیش کرتی ہے کیونکہ یہ حساس ہوتی ہے اور اس پر داغ یا داغ بھی ہو سکتے ہیں۔ بیوٹیشن کو غیر کومیڈوجینک، ہلکی مصنوعات منتخب کرنی چاہئیں جو مسام بند نہ کریں، اور ساتھ ہی کنسیلرز اور فاؤنڈیشنز استعمال کریں جو بغیر جلن کے کور فراہم کریں۔

میک اپ لگانے سے پہلے جلد کی قسم کا صحیح اندازہ لگا کر، بیوٹیشن دانے نکلنے، دھبے دار یا غیر یکساں رنگوں جیسے مسائل سے بچ سکتی ہیں۔ یہ عمل نہ صرف بصری طور پر دلکش بلکہ ایسے نتائج دینے میں مدد دیتا ہے جو نہ صرف بصری طور پر دلکش ہوں گے دیرپا اور کلائنٹ کی جلد کے لیے محفوظ

<p>خشک جلد تھکن اور کھچاؤ کا احساس</p>	<p>Normal Skin نہ کھچاؤ، نہ اضافی تیل</p>	<p>Combination Skin T-زون میں تیل، باقی جگہ نارمل</p>	<p>چکنی جلد بر جگہ تیل اور چپچپاہٹ</p>
<p>تجویز کردہ دیکھ بھال کا معمول</p> <p>صبح کا معمول ہلکا کلینزر نرم ٹونر ہلکا موئسچرائزر SPF 30+ سن اسکرین ہفتے میں دو بار نرم جلد اہارنا ہائیلورونک ایسڈ</p>		<p>شام کا معمول تیل پر مبنی کلینزر نرم ایکسفولیٹنٹ سیرم (C یا H) بھرپور کریم</p>	
<p>جلد کی قسم کے لحاظ سے اہم اجزاء</p> <p>خشک جلد ہائیلورونک ایسڈ، سیرامائڈز، شیٹا بٹر</p> <p>مخلوط جلد سائنلےک ایسڈ، نیاسینامائڈ، توازن برقرار رکھنا</p>		<p>نارمل جلد نرم کلینزر، گرین ٹی، اینٹی آکسیڈنٹس</p> <p>چکنی جلد سائنلےک ایسڈ، بینزویل پیرو آکسائیڈ، مٹی کا ماسک</p>	

LU 4.2: مختلف مواقع (پارٹی، برائیڈل، ماڈل) کے لیے استعمال ہونے والے میک اپ کی اقسام

میک اپ کو موقع کے مطابق ڈھالا جاتا ہے تاکہ خوبصورتی کو اجاگر کیا جاسکے اور ایونٹ کی ضروریات کے مطابق بھی ہو۔ پارٹی میک اپ عموماً جاندار، دلکش اور جرات مندانہ ہوتا ہے۔ اس میں اکثر دھواں دار آنکھیں، چمکدار مصنوعات، اور نمایاں ہونٹوں کے رنگ شامل ہوتے ہیں تاکہ شام کے مواقع کے لیے ایک دلکش شکل پیدا کی جاسکے۔ دلہن کا میک اپ زیادہ پیچیدہ اور دیرپا ہوتا ہے، جو دن بھر دلہن کو چمکدار رکھنے کے لیے ڈیزائن کیا گیا ہے۔ یہ بے عیب جلد، واضح آنکھوں اور ہلکی سی شکل بندی پر زور دیتا ہے، جو اکثر وائر پروف اور ٹرانسفر مزاحم مصنوعات کے ساتھ ملایا جاتا ہے۔

ماڈل میک اپ خاص طور پر فوٹوگرافی، فیشن شو یا اشتہاری مہمات کے لیے بنایا جاتا ہے۔ یہ عموماً زیادہ ڈرامائی یا تجرباتی ہوتا ہے، تیز لائٹوں، جرات مندانہ رنگوں، یا فنکارانہ ڈیزائنز پر توجہ مرکوز کرتا ہے جو تیز روشنی میں اچھی طرح فوٹوگراف کیے جاتے ہیں۔ چونکہ ہر موقع مختلف انداز کا تقاضا کرتا ہے، بیوٹیشن کو رنگوں، مصنوعات، اور تکنیکوں کو احتیاط سے متوازن کرنا ہوتا ہے تاکہ مطلوبہ اثر حاصل کیا جاسکے۔

ان اسٹائلز میں مہارت حاصل کر کے، بیوٹیشن کلائنٹ کی ضروریات، موقع اور شخصیت کے مطابق حسب ضرورت خدمات فراہم کر سکتی ہیں، جس سے بیوٹی انڈسٹری میں ان کی شہرت اور ہمہ جہتی میں اضافہ ہوتا ہے۔



LU 4.3: بنیاد اور میک اپ کی تکنیکیں

فاؤنڈیشن کسی بھی میک اپ لگانے کی بنیاد ہے، جو جلد کو یکساں رنگ اور ہموار سطح فراہم کرتی ہے۔ یہ مختلف شکلوں میں آتا ہے جیسے مائع، کریم، اسنک، یا پاؤڈر، اور اسے کلائنٹ کی جلد کی قسم کے مطابق منتخب کرنا ضروری ہے۔ تیل والی جلد کے لیے میٹ یا تیل سے پاک فارمولے ترجیح دی جاتی ہیں، جبکہ ہائیڈریٹنگ اور ڈیوی فاؤنڈیشنز خشک جلد کے لیے موزوں ہیں۔ کلائنٹ کی جلد کے رنگ کے مطابق شیڈ کو صحیح طور پر میچ کرنا ضروری ہے تاکہ کیک یا مصنوعی لک سے بچا جاسکے۔

فاؤنڈیشن لگانے کی تکنیکوں میں برش، سپنج یا انگلیوں کے ٹوکوں کا استعمال شامل ہے، جو مطلوبہ کور کے مطابق ہوتا ہے۔ ہلکی ڈھانپنے کے لیے، نم سپنج قدرتی فنش فراہم کرتا ہے، جبکہ برش درمیانے سے مکمل کور فراہم کرتے ہیں۔ صحیح بلینڈنگ کلیدی تکنیک ہے، اس بات کو یقینی بناتے ہوئے کہ کوئی لکیر نظر نہ آئے اور فاؤنڈیشن ہموار نظر آئے۔ پروڈکٹ کو آہستہ آہستہ تہہ لگانے سے بغیر بھاری پن کے پالش شدہ لک حاصل کرنے میں بھی مدد ملتی ہے۔

اچھی فاؤنڈیشن لگانے سے یہ یقینی بنتا ہے کہ باقی میک اپ—جیسے آئی شیڈو، بلش، اور ہائی لائٹر—جلد پر اچھی طرح بیٹھے اور زیادہ دیر تک رہے، جس سے کلائنٹ کو دن بھر بے عیب نظر آتا ہے۔

بنیاد اور میک اپ کی تکنیکیں

LU 4.3

فاؤنڈیشن کا انتخاب اور تکنیکیں



• جلد کی قسم کے مطابق انتخاب

- Oily یا تیل سے پاک
- Dry ہائیڈریٹنگ اور ڈیوی
- Normal باز یا یجنگ

فاؤنڈیشن لگانے کی تکنیکیں

صحیح بلینڈنگ کی اہمیت

• شیڈ کی صحیح میچنگ



• کیک یا مصنوعی لک سے بچیں

اچھی فاؤنڈیشن کے فوائد



یکساں رنگ اور ہموار سطح



باقی میک اپ (آئی شیڈو، بلش،



فاؤنڈیشن کی اقسام اور استعمال



مائع خشک یا نارمل جلد کے لیے کریم

LU 4.4: میک اپ کی کاسمیٹکس (اقسام اور برانڈز)

کاسمیٹکس میک اپ آرٹسٹری میں اہم کردار ادا کرتے ہیں، اور صحیح مصنوعات کا انتخاب حفاظت اور معیار دونوں کو یقینی بناتا ہے۔ کاسمیٹکس کی مختلف اقسام میں پرائمرز، کنسیلرز، آئی شیڈوز، آئی لائٹرز، لپ اسٹکس، بلشرز، بروئرز اور سینٹنگ اسپرے شامل ہیں۔ ہر پروڈکٹ کا اپنا مخصوص کردار ہوتا ہے، جیسے جلد کی تیاری سے لے کر خصوصیات کو بہتر بنانے اور دیرپا رہنے کو یقینی بنانا۔

جہاں تک برانڈز کی بات آتی ہے، مارکیٹ مختلف قسم کی جلد اور بچت کے لیے مختلف قسم کی اقسام پیش کرتی ہے۔ پروفیشنل برانڈز جیسے MAC، Kryolan، اور Huda Beauty اکثر سیلونز میں اپنی پائیداری اور زیادہ رنگت کی وجہ سے استعمال ہوتے ہیں۔ ڈرگ اسٹور برانڈز جیسے L'Oreal، Maybelline، اور Revlon روزمرہ استعمال کے لیے سستے مگر موثر آپشنز فراہم کرتے ہیں۔ جزی بوٹیوں یا قدرتی برانڈز جیسے لوٹس، ہمالیہ، یا بائیوٹیک حساس جلد والے صارفین کو ترجیح دی جاتی ہے۔

کاسمیٹکس کی مختلف اقسام اور برانڈز کو سمجھ کر، بیوٹیشن ایسی مصنوعات منتخب کر سکتے ہیں جو علاج کی تکنیکی ضروریات اور کلائنٹ کی ذاتی ضروریات دونوں کو پورا کرتی ہوں، جس سے اطمینان یقینی بنتا ہے

اور حفاظت۔





LU 4.5: میک اپ کے لیے درکار آلات اور آلات کی فہرست

پروفیشنل میک اپ کے لیے مختلف آلات اور آلات درکار ہوتے ہیں تاکہ درست اور صحت مند نتائج حاصل کیے جا سکیں۔ مختلف شکلوں اور سائز کے برش فاؤنڈیشن، آئی شیڈو، بلش، اور کونٹورنگ کے لیے ضروری ہیں۔ میک اپ سٹیج فاؤنڈیشن اور کنسیلرز کو بغیر کسی رکاوٹ کے ملانے کے لیے استعمال ہوتے ہیں۔ پلکوں کے کرلرز، چمٹی، اور قہنجی پلکوں اور بھونڈوں کی شکل میں مدد دیتے ہیں، جبکہ اسپیکٹیکلرز اور اسپاٹولا صفائی کو برقرار رکھتے ہیں کیونکہ وہ مصنوعات کے براہ راست رابطے سے بچتے ہیں۔

دیگر ضروری آلات میں مناسب روشنی والے آئینے، میک اپ پیلیٹس، سیننگ اسپرے، اور ڈسپوزیبل اشیاء جیسے کاؤن پیڈرز، ٹشو اور مسکارا وینڈز شامل ہیں۔ صفائی کے آلات جیسے برش کلینرز اور جراثیم کش اسپرے صفائی اور حفاظتی معیار کو برقرار رکھنے کے لیے یکساں اہمیت رکھتے ہیں۔ ہر آلے کو صحیح طریقے سے صاف اور محفوظ کرنا ضروری ہے تاکہ آلودگی سے بچا جاسکے اور پیشہ ورانہ کارکردگی کو یقینی بنایا جاسکے۔

ایک اچھی طرح تیار شدہ بیوٹیشن جس کے پاس درست آلات تک رسائی ہو، نہ صرف اعلیٰ معیار کے میک اپ نتائج فراہم کرتا ہے بلکہ پیشہ ورانہ مہارت اور صفائی کی توجہ دکھا کر کلائنٹس کے ساتھ اعتماد بھی قائم کرتا ہے۔



ماڈیول: 5 ناخن کی دیکھ بھال اور مینیکیور/پیدیکیور

LU 5.1: نیلز کی انالومی

انسانی ناخن ایک اہم ساخت ہے جو نہ صرف ظاہری شکل میں حصہ ڈالتی ہے بلکہ انگلیوں کے ٹوکوں کی حفاظت بھی کرتی ہے اور چھونے کے احساس کو بڑھاتی ہے۔ ناخن بنیادی طور پر کیراٹن سے بنے ہوتے ہیں، جو بالوں میں بھی پایا جانے والا ایک مضبوط پروٹین ہے۔ صحت مند ناخن ہموار، مضبوط اور ہلکے گلابی ہوتے ہیں کیونکہ نیچے خون کا بہاؤ ہوتا ہے۔ بیوٹیشن کو ناخنوں کی ساخت کو سمجھنا ضروری ہے تاکہ ان کی بڑھ دیکھ بھال کر سکیں اور عام ناخنوں کے مسائل کو پہچان سکیں۔

ناخن کی پلیٹ ناخن کے وہ سخت حصے کو ظاہر کرتی ہے جو ناخن کے بستر پر رکھی جاتی ہے۔ یہ کیراٹن کی تھوں سے بنا ہوتا ہے اور ناخن کو مضبوطی دیتا ہے۔ اس کے نیچے ناخن کا بستر ہوتا ہے، جس میں خون کی نالیاں اور اعصاب ہوتے ہیں جو ناخن کی پلیٹ کو سہارا دیتے ہیں۔ ناخن کی پلیٹ اور ناخن کے بستر کی مناسب دیکھ بھال ناخنوں کی صحت کو برقرار رکھنے اور نرمی سے بچاؤ کے لیے ضروری ہے۔

ناخن کی بنیاد پر کیوٹیکل ہوتا ہے، جو ایک حفاظتی تہ ہوتی ہے جو جلد اور ناخن کی پلیٹ کے درمیان خلا کو بند کرتی ہے تاکہ انفیکشن سے بچا جاسکے۔ میڈیکس، جو ناخن کی بنیاد پر جلد کے نیچے واقع ہے، ناخن کا وہ مرکز ہے جہاں نئے خلیے بنتے ہیں۔ میڈیکس کو نقصان پہنچنا ناخنوں کی مستقل خرابیوں یا بے قاعدہ نشوونما کا باعث بن سکتا ہے۔

لونولا، ناخن کی بنیاد پر سفید ہلال نما علاقہ، جسمانی ساخت کا ایک اور حصہ ہے، خاص طور پر انگوٹھوں پر نظر آتا ہے۔ ناخن کے کناروں کے گرد موجود ناخن کے تھوں (ناخن کے کناروں کے ارد گرد جلد) ناخن کو بیکٹیریا سے محفوظ رکھتے ہیں اور اس کی سیدھ برقرار رکھنے میں مدد دیتے ہیں۔ ان حصوں کو سمجھنا بیوٹیشن کو مناسب ناخن علاج فراہم کرنے اور غیر معمولیات کی نشاندہی کرنے میں مدد دیتا ہے مجموعی طور پر، نیل انالومی کا علم بیوٹیشن کو پیشہ ورانہ طور پر مینیکیور اور پیدیکیور کرنے کی اجازت دیتا ہے جبکہ صفائی اور حفاظت کو یقینی بناتا ہے۔ یہ انہیں فنکشنل انفیکشنز، امباروں یا رنگت میں تبدیلی جیسے مسائل کو پہچاننے میں بھی مدد دیتا ہے جن کے لیے طبی امداد کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

LU 5.2: مینیکیور پروسیجر

مینیکیور ہاتھوں اور ناخنوں کا ایک ظاہری علاج ہے جو ان کی ظاہری شکل کو بہتر بنانے اور آرام کو فروغ دینے کے لیے بنایا گیا ہے۔ یہ عمل تیاری سے شروع ہوتا ہے، جہاں کلائنٹ کے ہاتھ دھو کر صاف کیے جاتے ہیں تاکہ صفائی یقینی بنائی جاسکے۔ اس کے بعد ناخنوں کا معائنہ کیا جاتا ہے تاکہ کوئی خاص دیکھ بھال یا احتیاط کی ضرورت ہو۔ یہ تیاری کا مرحلہ محفوظ اور پیشہ ورانہ علاج کو یقینی بناتا ہے۔

اگلا مرحلہ ناخنوں کی شکل بندی ہے، جس میں ناخنوں کو تراشے اور مطلوبہ لمبائی اور شکل میں فائل کیا جاتا ہے۔ بیوٹیشن عام طور پر ایبری بورڈز یا شیشے کی فائلز استعمال کرتی ہیں، اور ایک سمت میں حرکت کرنے کا خیال رکھتی ہیں تاکہ کیل پھٹنے سے بچا جاسکے۔ اس کے بعد کنٹیکلز کو کریم یا تیل سے نرم کیا جاتا ہے، پھر ہلکے سے کیوٹیکل پشر سے پیچھے دھکیلا جاتا ہے۔ یہ مرحلہ ناخن کے بستر کی ظاہری شکل کو بہتر بناتا ہے اور کیوٹیکل ٹشو کی زیادہ نشوونما کو روکتا ہے۔ شکل دینے اور کنٹیکل کی دیکھ بھال کے بعد، ہاتھوں کو چند منٹ کے لیے گرم، صابن والے پانی میں جھگو دیا جاتا ہے۔ یہ جلد کو نرم کرتا ہے، نجاستوں کو صاف کرتا ہے، اور آرام فراہم کرتا ہے۔ مردہ جلد کے خلیے ہٹانے کے لیے نرم اسکرپ کے ذریعے ایکسفولیئیشن بھی شامل کی جاسکتی ہے، جس سے ہاتھ نرم اور تازہ دم ہو جاتے ہیں۔ یہ مرحلہ ہموار جلد کو برقرار رکھنے اور کھردری پن سے بچاؤ کے لیے نہایت اہم ہے۔

مینیکیور کا اگلا مرحلہ مساج ہے، جس میں ہاتھوں اور انگلیوں پر روشنی یا کریمیں لگائی جاتی ہیں۔ مساج خون کی گردش کو بہتر بناتا ہے، تناؤ کو کم کرتا ہے، اور جلد کو غذائیت دیتا ہے۔ یہ مینیکیور کے سب سے زیادہ آرام دہ پہلوؤں میں سے ایک ہے اور ظاہری خوبصورتی کے ساتھ ساتھ علاجی فوائد فراہم کرتا ہے۔ آخر میں، کلائنٹ کی پسند کے مطابق نیل پالش لگائی جاسکتی ہے۔ بیس کوٹ، رنگین پالش، اور ٹاپ کوٹ

چمک اور حفاظت کے لیے استعمال ہوتے ہیں۔ کچھ کلائنٹس قدرتی مینیکیور کو پالش کے بجائے ہنگ کے ساتھ ترجیح دے سکتے ہیں۔ مکمل مینیکیور کا عمل ہاتھوں کو صاف، چمکدار اور تازہ دم دکھاتا ہے، جس سے خوبصورتی اور اعتماد دونوں میں اضافہ ہوتا ہے۔

LU 5.3: پیڈیکیور طریقہ کار

Classic Manicure Steps



Sanitize Hands



Trim Nails



File Nails



Soak Hands



Prepare Cuticles



Cut Cuticles



Apply Base Coat



Cure by UV/LED Lamp



Apply Color Coat



Apply Top Coat



Apply Cuticle Oil



Enjoy Result

پیڈیکیور پیروں اور ناخنوں کے لیے ایک پیشہ ورانہ علاج ہے، جس کا مقصد صفائی، آرام اور خوبصورتی کو برقرار رکھنا ہے۔ مسینیکیور کی طرح، پیڈی کیور بھی تیاری اور صفائی سے شروع ہوتا ہے۔ کلائنٹ کے پاؤں کو پہلے گرم پانی میں صابن، نمک، یا ضروری تیل کے ساتھ جھگو کر جلد اور ناخن نرم کیے جاتے ہیں۔ یہ سوئنگ مرحلہ کلائنٹ کو آرام دیتا ہے اور پاؤں کو مزید علاج کے لیے تیار کرتا ہے۔

بھگونے کے بعد، ناخن تراشے جاتے ہیں اور صحیح شکل میں فائل کیے جاتے ہیں۔ اس بات کا خیال رکھنا چاہیے کہ ناخن بہت چھوٹے نہ کاٹیں یا کناروں پر گول نہ ہوں، کیونکہ اس سے ناخن میں دردناک ہو سکتا ہے۔

کلیئر کو مسینیکیور کی طرح ہی علاج کیا جاتا ہے، تیل سے نرم کیا جاتا ہے اور نرمی سے چھچھے دھکیل کر ناخن کا بستر صاف اور صاف رکھا جاتا ہے۔ اگلا مرحلہ ایکسفولینیشن ہے، جس میں مردہ جلد اور کالوس کو ہٹانا شامل ہے۔ بیوٹی شنز اکثر پائس اسٹونز، فٹ فائز، یا ایکسفولیننگ اسکرپ استعمال کرتے ہیں تاکہ کھردرے حصوں کو ہموار کیا جاسکے، خاص طور پر ابریوں اور تلووں پر۔

یہ قدم نرم اور صحت مند پاؤں کو برقرار رکھنے اور ابریوں کے ٹوٹنے یا سخت دھبوں سے بچنے کے لیے نہایت اہم ہے۔

مساج پیڈیکیور کے عمل کا ایک اور اہم مرحلہ ہے۔ کریمیں، تیل یا لوشن پیروں اور ہانڈیوں پر لگائے جاتے ہیں، جس کے بعد آرام دہ مساج کیا جاتا ہے۔ یہ خون کی گردش کو بہتر بناتا ہے، دباؤ کو کم کرتا ہے، اور تھکے ہوئے پیروں کو آرام فراہم کرتا ہے۔ یہ جلد کو ہائیڈریٹ بھی کرتا ہے، جس سے وہ نرم اور غذائیت بخش رہتی ہے۔

آخری مرحلہ اختیاری نیل پالش لگانے پر مشتمل ہے، جس میں بیس کوٹ، منتخب ناخن کا رنگ، اور ناپ کوٹ چمک اور پائیداری کے لیے لگایا جاتا ہے۔ پیڈیکیور نہ صرف پیروں کی ظاہری شکل کو بہتر بناتے ہیں بلکہ عام پاؤں کے مسائل کو بھی روکتے ہیں، جس سے یہ خوبصورتی اور صحت کا ایک لازمی علاج بن جاتے ہیں۔

مرحلہ-1



بھگونیں (Soak)

گرم پانی کے ساتھ بھگونیں اور 10 منٹ تک ہاتھ / پیروں پر بھگون کر رکھیں۔ صفائی کے تمام طریقہ کار جیسے کیوٹیکل پشنگ، برشنگ اور اسکرپنگ وغیرہ عمل کر لیں۔

مرحلہ-2



کیوٹیکل کریم (Cuticle Cream)

کیوٹیکلز پر کیوٹیکل کریم لگائیں تاکہ وہ نرم ہو کہ نرم ہو جائیں۔

مرحلہ-3



ڈیکریسٹلائزر (Decrystallizer)

بھگونے ہوئے پانی میں ڈیکریسٹلائزر پاؤڈر شامل کریں تاکہ اسے تحلیل کیا جاسکے۔

مرحلہ-4



اسکرپ (Scrub)

ہاتھ / پیروں پر اسکرپ لگائیں تاکہ مردہ خلیوں کو ہٹایا جاسکے۔

مرحلہ-5



ماسک (Masque)

ہاتھ / پیروں پر ماسک لگائیں اور اسے 10 منٹ کے لیے چھوڑ دیں، پھر دھو لیں۔ *یہ مواد صرف کھلیسی مقاصد کے لیے ہے۔*

مرحلہ-6



مالش کریم (Massage Cream)

ہاتھ / پیروں پر مالش کریم لگائیں اور 10 سے 15 منٹ تک مالش کریں۔



ماڈول 6: ایڈوانسڈ اور برنس اسکول LU 6.1: سیلون مینجمنٹ کی بنیادی باتیں

1: وژن، پوزیشننگ، اور ایک مرکز سروس مینو کی تعمیر

ایک کامیاب سیلون واضح وژن اور مارکیٹ پوزیشننگ کے ساتھ شروع ہوتا ہے۔ یہ وژن سیلون کے مقصد اور سمت کی وضاحت کرتا ہے۔ مثلاً، روزمرہ کی سستی خدمات فراہم کرنا یا اعلیٰ معیار کے سپا جیسے لکڑی تجربات فراہم کرنا۔ پوزیشننگ اس بات کا تعین کرتی ہے کہ سیلون کو مقابلے کے مقابلے میں کیسے دیکھا جائے، چاہے وہ رجحان کے مطابق ہو، ماحول دوست ہو، یا دلرس کے میک اپ یا سکن کیئر جیسے شعبوں میں مہارت رکھتا ہو۔ ایک بار جب وژن قائم ہو جائے، تو سروس مینو کو اس شناخت کی عکاسی کے لیے ڈیزائن کرنا چاہیے۔ ایک مرکز مینو میں بنیادی خدمات شامل ہونی چاہئیں جن کے وقت کے معیار مقرر ہوں (مثلاً مینیکیور کے لیے 30 منٹ، فیشل کے لیے 1 گھنٹہ)، تاکہ تسلسل اور کارکردگی یقینی بنائی جاسکے۔ اور لوڈ غیر ضروری خدمات کے ساتھ مینو کلائنٹس کو الجھا دیتا ہے اور وسائل پر دباؤ ڈالتا ہے، جبکہ اچھی طرح منتخب شدہ مینو آپریشنز کو ہموار اور منافع بخش بناتا ہے۔

2. قانونی/تعمیل کی ضروریات

ہر سیلون کو مقامی قوانین اور ضوابط کے دائرے میں کام کرنا چاہیے۔ اس میں ضروری کاروباری لائسنس، سیلون پرنس، اور صحت کے سرٹیفکیٹس حاصل کرنا شامل ہے جو مقامی حکام کی طرف سے درکار ہیں۔ صحت اور حفاظت کے معیارات کی پابندی انتہائی اہم ہے، جس میں صفائی، فضلہ تلف کرنے، کیمیکل ہینڈلنگ، اور آگ سے بچاؤ کے اقدامات شامل ہیں۔ انشورنس بھی اتنی ہی اہم ہے، جیسے کہ ذمہ داری انشورنس، پیشہ ورانہ معاوضہ، اور جائیداد کا انشورنس، تاکہ کاروبار کو حادثات، نقصانات یا قانونی دعووں سے محفوظ رکھا جاسکے۔ سرٹیفیکیشنز، آڈٹس، اور حفاظتی لاگز کی مناسب دستاویزات رکھنا اس بات کو یقینی بناتا ہے کہ سیلون تعمیل کرتا رہے اور کلائنٹ کا اعتماد قائم کرے۔

3. حفظان صحت اور صفائی کے SOPs

صفائی سیلون کی حفاظت اور پیشہ ورانہ رویہ کی ریزرہ کی بڑی ہے۔ روزانہ کی صفائی، جراثیم کش، اور فضلہ کے انتظام کے لیے معیاری آپرینگ طریقہ کار (SOPs) نافذ ہونے چاہئیں۔ ہر کلائنٹ کے بعد قہنجی، کلپرز اور ناخن کے آلات جیسے آلات کو جراثیم سے پاک کرنا ضروری ہے، جبکہ ایک بار استعمال ہونے والی اشیاء جیسے ٹشو اور کائون پیپرز کو فوراً پھینک دینا چاہیے۔ ہفتہ وار آڈٹ صفائی کو ٹریک کرنے اور جوابدہی کو یقینی بنانے میں مدد دیتے ہیں۔ عملے کو ضرورت پڑنے پر دستاؤں، ماسک اور ایپرن جیسے پی پی ای (ذاتی حفاظتی سامان) استعمال کرنے چاہئیں، اور کپڑے (تولیے، چادریں، گاؤن) جراثیم کو ختم کرنے کے لیے گرم پانی سے دھونا ضروری ہے۔ صاف سیلون نہ صرف انفیکشن سے بچاؤ کرتا ہے بلکہ کلائنٹ کے تجربے کو بھی بہتر بناتا ہے۔

4. مالیاتی منصوبہ بندی اور قیمتوں کا تعین



مضبوط مالی انتظام سیلون کی طویل مدتی کامیابی کا تعین کرتا ہے۔ اسٹارٹ اپ بجٹ میں فرنیچر، آلات، مصنوعات، عملے کی تربیت، اور مارکیٹنگ کے اخراجات شامل ہونے چاہئیں۔ جاری آپریشنل اخراجات جیسے کرایہ، یوٹیلٹی، تنخواہیں اور سامان بھی احتیاط سے سنبھالنا ضروری ہے۔ قیمتیں مصنوعات کی قیمت، درکار وقت، اور مارکیٹ مقابلے کی بنیاد پر ہونی چاہئیں، جبکہ سیلون کی برانڈ پوزیشننگ کی عکاسی بھی کریں۔ بریک ایون لینا لیس جیسے اوزار (روزانہ کتنے کلائنٹس کی ضرورت ہے تاکہ اخراجات پورے کیے جا سکیں) مالکان کو حقیقت پسندانہ اہداف مقرر کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ اہم کارکردگی کے اشاریے (KPIs) جیسے اوسط ٹکٹ سائز، کلائنٹ برقرار رکھنا، اور دوبارہ بکنگ کی شرحیں مالی صحت کو ماپتے ہیں اور بہتری کی رہنمائی کرتے ہیں۔

5. لوگ اور تربیت

سیلون کی ورک فورس اس کا سب سے بڑا اثاثہ ہے۔ واضح طور پر متعین کردار— جیسے ہیڈ اسٹائنٹ، ایس ٹھیکیشنر، نیل ٹیکنیشنر، ریسپنڈنٹ، اور اسسٹنٹس— کام کو ہموار بناتے ہیں۔ بھرتی صرف تکنیکی مہارتوں پر نہیں بلکہ رویے، وقت کی پابندی، اور صفائی کی آگاہی پر بھی توجہ دینی چاہیے۔ معاوضے کے ماڈلز میں مقررہ تنخواہ، کمیشن، یا مختلف قسم کا امتزاج شامل ہو سکتا ہے، جو سیلون کے سائز اور پالیسیوں پر منحصر ہے۔ شیڈولنگ کو مصروف اوقات اور عملے کی دستیابی کے درمیان توازن رکھنا چاہیے، تاکہ تھکن کو روکا جاسکے اور پیداواری صلاحیت کو زیادہ سے زیادہ کیا جاسکے۔ باقاعدہ تربیتی سیشنز عملے کو نئے خوبصورتی کے رجحانات، مصنوعات، اور کسٹمر سروس تکنیکوں سے آگاہ کرنے کے لیے ضروری ہیں۔ کارکردگی کے جائزے اور مراعات ترقی اور وفاداری کو فروغ دیتی ہیں

6. کلائنٹ کا سفر

کلائنٹ کا سفر ان کے مجموعی تجربے کو متعین کرتا ہے اور یہ طے کرتا ہے کہ آیا وہ واپس آئیں گے یا نہیں۔ یہ ایک ہموار بکنگ عمل، خوش آمدید استقبال، اور آرام دہ انتظار کے ماحول سے شروع ہوتا ہے۔ مشاورت کے دوران، ہولڈنگ کو کلائنٹ کی ضروریات سننی چاہئیں، ممانعت کی جانچ کرنی چاہیے، اور حقیقت پسندانہ توقعات مقرر کرنی چاہئیں۔ سروس کی فراہمی پیشہ ورانہ، صفائی ستھرائی اور کلائنٹ پر مرکوز ہونی چاہیے۔ بعد از دیکھ بھال کی ہدایات، ذاتی نوعیت کی مصنوعات کی سفارشات، اور دوبارہ بک کرنے کی حوصلہ افزائی ایک دیرپا تعلق قائم کرتی ہے۔ دورے کے بعد فالو اپ پیغامات یا چیک ان ذاتی ہیلو شامل کرتے ہیں اور کلائنٹ کی اطمینان کو بڑھاتے ہیں۔ ایک مثبت سفر وفاداری اور زبانی سفارشات کو فروغ دیتا ہے۔



7. مارکیٹنگ اور ترقی

مارکیٹنگ کلائنٹس کو متوجہ کرنے اور برقرار رکھنے کی کنجی ہے۔ ایک مضبوط برانڈ شناخت — مستقل رنگ، لوگو، اور پیغامات — پہچان اور اعتماد پیدا کرتی ہے۔ آج کی دنیا میں، ڈیجیٹل موجودگی بہت اہم ہے: سیلونز کو پیشہ ورانہ ویب سائٹ، فعال سوشل میڈیا پروفائلز اور مثبت آن لائن جائزے برقرار رکھنے چاہئیں۔ ترقی کی حکمت عملیوں میں ریفرل پروگرامز، ممبر شپ، موسمی پروموشنز، اور انفلوئنسرز یا برانڈیل سروسز کے ساتھ تعاون شامل ہیں۔ پیکیجز اور وفاداری پروگرامز کی پیشکش طویل مدتی کلائنٹ تعلقات بنانے میں مدد دیتی ہے۔ موثر مارکیٹنگ مسلسل بلنگ کو یقینی بناتی ہے اور سیلون کو مسابقتی مارکیٹ میں ایک قابل اعتماد انتخاب کے طور پر پیش کرتی ہے۔

8. انونٹری اور ریٹیل

انونٹری کا مؤثر انتظام ضیاع کو روکتا ہے اور منافع کو زیادہ سے زیادہ کرتا ہے۔ سیلونز کو پیشہ ورانہ مصنوعات، ریٹیل اشیاء، اور ڈسپوزیبل اشیاء کے مناسب اسٹاک لیول کو برقرار رکھنا ضروری ہے۔ FEFO (فرسٹ ایکسپائرڈ، فرسٹ آؤٹ) طریقہ اس بات کو یقینی بناتا ہے کہ مصنوعات اپنی میعاد ختم ہونے سے پہلے استعمال کی جائیں۔ ریٹیل سیلز سے نمایاں آمدنی ہوتی ہے، اس لیے عملے کو کلائنٹ کی ضروریات کے مطابق مناسب مصنوعات کی سفارش کرنے کی تربیت دی جانی چاہیے۔ صاف مرچنڈائزنگ، منظم ڈسپلے، اور نیٹر مصنوعات (سخت صفائی کے اصولوں کے ساتھ) خریداری کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں۔ میٹریل سیفٹی ڈیٹا شیٹس (MSDS) کو رکھنا اور میعاد ختم ہونے کی تاریخوں کی نگرانی بھی حفاظتی ضوابط کی تعمیل کو یقینی بناتی ہے۔ ایک اچھی طرح منظم ریٹیل سیکشن منافع اور کلائنٹ کا اعتماد دونوں پیدا کرتا ہے۔

9. نیک اسٹیک

نیکنالوجی سیلون مینجمنٹ کو آسان بناتی ہے۔ POS (پوائنٹ آف سیل) سسٹم بلنگ، انونٹری اور سیلز ٹریکنگ میں مدد دیتا ہے، جبکہ CRM (کسٹمر ریلیشن شپ مینجمنٹ) سسٹم کلائنٹ ڈیٹا، ترجیحات اور سروس ہسٹری کو محفوظ کرتا ہے۔ آن لائن بلنگ پلیٹ فارمز اور خودکار ایس ایم ایس/ای میل یاد دہانیاں غیر حاضری کو کم کرتی ہیں اور کلائنٹ کی سہولت کو بہتر بناتی ہیں۔ پے رول، اکاؤنٹنگ، اور رپورٹنگ سافٹ ویئر مالی انتظام کو آسان بناتے ہیں۔ صحیح نیک اسٹیک کے ساتھ، سیلونز وقت بچاتے ہیں، درستگی کو بہتر بناتے ہیں، اور عملے اور کلائنٹس دونوں کے لیے ایک ہموار تجربہ فراہم کرتے ہیں۔



10 . رسك ميڄمنٽ اور مسلسل بهٽري

سيلون چلانے ميں خطرات شامل ہوتے ہيں—ڪيميڪل بينڊلنگ اور برقي آلات سے لے ڪر ڪلائنٽس ڪي شڪايات اور عملے ڪي چوٽون ٽڪ۔ خطرے ڪے انتظام ڪے منصوبے ميں فرسٽ ايڊ ڪنس، فائر ايڪسٽينگشيز، حفاظتي لاڱر، اور دستاويزي واقعہ رپورٽس شامل ہيں۔ عملے ڪو بهنگامي طريقہ ڪار اور اوزار و مصنوعات ڪے درست بينڊلنگ ڪي تربيت دي جاني چاهيے۔ مسلسل بهٽري بهي اتني هي اهم ہے—باقاعدہ ٽيم مينگنر، ڪلائنٽ فيڊبڪ سرورے، اور ڪارڪروگي ڪے جائزے خلا ڪي نشاندہي اور تبديليوں ڪو نافذ ڪرڻے ميں مدد ديتے ہيں۔ سگھنے اور موافقت ڪي ثقافت اس بات ڪو يقيني بنا تي ہے ڪہ سيلون طويل مدت ميں مقابلہ بازي، محفوظ اور ڪامياب رہے۔

LU 6.2: مناسب ترتيب ڪي منصوبہ بندي (فرنيچر، اوزار، آلات اور خوبصورت ڪي مصنوعات)

1 . لے آؤٽ پلاننگ ڪي اهميت

سيلون ڪي ترتيب صرف خوبصورت ڪي بارے ميں نہيں بلڪہ فعاليت، حفاظت، اور ڪلائنٽ ڪي آرام دہ سہولت ڪے بارے ميں بهي هوتی ہے۔ اچھي طرح ڏيڙائڻ ڪي گني جگہ عملے ڪے ليے سھوار سھولت، مناسب صفائي، اور صارفين ڪے ليے آرام دہ ماحول ڪو يقيني بنا تي ہے۔ منصوبہ بندي ميں سيلون ڪو ريسپيشن، ويٽنگ ايريا، ٽريمينٽ اسٽيشنر، اسٽوريج، اور صفائي ڪے علاقوں جيسے زونز ميں تقسيم ڪيا جاتا ہے۔ اچھي ترتيب بندي بهيڙ ڪو روڪ تي ہے، حادثات ڪو کم ڪرتي ہے، اور سيلون ڪو بٽر طريقے سے چلانے ميں مدد ديتي ہے۔

2 . سيلون فرنيچر

فرنيچر سيلون ڪے اندروني حصے ڪي ريزھ ڪي بڙي ہے اور عملي اور ماحول دونوں ميں اضافہ ڪرتا ہے۔ ڪرسيان اور ورڪ سٽيشنر ڪو ارگونومڪ انداز ميں ڏيڙائڻ ڪيا گيا هو، ايڊجسٽ ابل اور صاف ڪرنا آسان هونا چاهيے۔ اسٽائنگ ڪرسيان، شيمو پونٽس، ميني ڪيور/پيڊيڪيور ڪرسيان اور فيشل بينڊز طويل علاج ڪے دوران ڪلائنٽس ڪو آرام فراهم ڪرڻے گے۔ استقباليه ڊيسڪ اور انتظار ڪے صوفے سيلون ڪے برانڊ ڪي عڪاسي ڪرتے هونے پائيدار هونے چاهيے۔ فرنيچر منتخب ڪرتے وقت معيار، جگہ ڪي ضروريات، ديكھ بھال ڪي ضروريات ڪے ساتھ ساتھ سيلون ڪے مجموعي تصميم اور سجاوٽ ڪو بهي مدنظر رھيے۔

3 . اوزار اور آلات

خدمات ڪي ڪارڪروگي زياده تر درست اوزار اور آلات پر منحصر ہے۔ بهيڙ سيلونز ميں ڊرائرز، اسٽيٽرز، ڪرلنگ آٽرن، ڪلچرز اور قينچي ڪي ضرورت هوتی ہے، جيڪہ بهوئي تھراپي سڪشنز ميں اسٽيٽرز، بائي فريڪوٽسي مشينين، ميگنيٽنگ ليمپس اور فيشل ڪٽس ڪي ضرورت هوتی ہے۔ نيئل اسٽيٽرز ميں يو وي ليمپ، نيئل فائلز، بفرز، اور سينيناٽر هونے چاهيے۔ حفاظت ڪے ليے، تمام آلات ڪو باقاعدگی سے جراثيم سے پاڪ ڪرنا ضروري ہے، اور برقي آلات ڪو حفاظتي معيارت ڪے مطابق هونا چاهيے۔ منظم ٽرائي اور اسٽوريج سسٽمز عملے ڪو اوزار قابل رسائي اور صحت مند طريقے سے منظم ڪھڻے ميں مدد ديتے ہيں۔

صحیح بیٹی مصنوعات کا انتخاب معیاری خدمات کے لیے نہایت اہم ہے۔ سیلونز کو بالوں، جلد اور ناخنوں کے لیے پیشہ ورانہ معیار کی مصنوعات کے ساتھ ساتھ کلائنٹس کے لیے ریٹیل مصنوعات بھی دستیاب کرنی چاہئیں۔ مصنوعات مختلف جلد کی اقسام، بالوں کی ساخت اور کلائنٹ کی ضروریات کے لیے موزوں ہونی چاہئیں۔ برانڈز کا انتخاب مؤثریت، حفاظت، اور کلائنٹ کی طلب کی بنیاد پر ہونا چاہیے۔ مناسب اونیڈری ٹیجمنٹ — FEFO طریقہ (پہلا ایکسپائرڈ، فرسٹ آؤٹ) — تازگی کو یقینی بناتا ہے اور ضیاع کو روکتا ہے۔ ریسپشن ایریا میں ریٹیل مصنوعات کی نمائش بھی فروخت کو فروغ دیتی ہے اور منافع میں اضافہ کرتی ہے۔

5. لے آؤٹ ڈیزائن میں صفائی اور حفاظت

سیلون کی ترتیب صفائی اور حفاظت کو ترجیح دینی چاہیے۔ واش بیسن اور سنک آسانی سے دستیاب جگہوں پر ہاتھ دھونے اور صفائی کے اوزار رکھنے چاہئیں۔ فضلہ تلف کرنے والے ڈبے تمام کام کی جگہوں پر رکھے جانے چاہئیں اور باقاعدگی سے خالی کیے جانے چاہئیں۔ فرش کو حادثات سے بچانے کے لیے غیر پھسلنے والا ہونا چاہیے، اور کیمیائی علاج کے لیے وینٹیلیشن کافی ہونی چاہیے۔ روشنی روشن لیکن آرام دہ ہونی چاہیے — ورک سٹیشنز کے لیے ٹاسک لائٹنگ اور آرام کے علاقوں کے لیے نرم روشنی۔ صفائی اور حفاظت کی خصوصیات کو لے آؤٹ میں شامل کر کے، سیلونز ایک پیشہ ورانہ اور قابل اعتماد ماحول تخلیق کرتے ہیں۔





ماڈول 6.1: کاروبار

بیوٹی انڈسٹری میں انٹرپرائیور شپ کا تعارف

کاروبار مواقع کی شناخت، وسائل کو منظم کرنے، اور منافع کے لیے مصنوعات یا خدمات پیش کرنے کے لیے کاروبار بنانے کا عمل ہے۔ بیوٹی انڈسٹری میں، انٹرپرائیور شپ بیوٹیشنز کو اپنی مہارتوں کو سیلون، سپا، میک اپ اسٹوڈیوز، یا پروڈکٹ لائنز جیسے کامیاب کاروباروں میں تبدیل کرنے کا موقع دیتی ہے۔ بیوٹی شین-انٹرپرائیور نہ صرف بیوٹی ٹرینمنٹس فراہم کرتا ہے بلکہ کلائنٹس، عملہ، مالیت اور مارکیٹنگ کا انتظام بھی کرتا ہے۔ کامیاب کاروباری صلاحیت کے لیے تخلیقی صلاحیت، اعتماد، خطرہ مول لینے اور نئے رجحانات اور صارفین کی ضروریات کے مطابق خود کو ڈھالنے کے لیے مسلسل سیکھنے کی ضرورت ہوتی ہے۔

1. بیوٹی فیلڈ میں کاروبار کی اقسام

بیوٹی شینز کاروباری سرگرمیوں کی مختلف اقسام اختیار کر سکتے ہیں:

- پھولے کاروبار کی انٹرپرائیور شپ - مقامی کلائنٹس کی خدمت کے لیے سیلون، سپا یا نیل اسٹوڈیو شروع کرنا۔
- فرنچائز انٹرپرائیور شپ - کسی معروف بیوٹی برانڈ کی شاخ کھولنا، جیسے معروف سپا یا کاسمیٹکس چین، منظم نظام اور تربیت کے ساتھ۔
- سماجی کاروبار - کم مراعات یافتہ کمیونٹیز کے لیے سستی خوبصورتی کی خدمات یا تربیتی پروگرام فراہم کرنا اور سماجی اثر ڈالنا۔
- جدید کاروباری صلاحیت - بیوٹی بکنگ اور تعلیم کے لیے نئے بیوٹی پروڈکٹس، ٹولز یا ڈیجیٹل پلٹ فارمز تخلیق کرنا۔
- ہر قسم بیوٹی شینز کو اپنے وسائل، مقاصد اور مارکیٹ کے مواقع کے مطابق راستہ منتخب کرنے کی اجازت دیتی ہے۔

2. کاروباری خیالات کی تخلیق

ہر کاروبار ایک خیال سے شروع ہوتا ہے۔ خوبصورتی کے شعبے میں، خیالات ذاتی جذبے، مارکیٹ کے خلا کا مشاہدہ کرنے، یا عالمی رجحانات کی پیروی سے آسکتے ہیں۔ مثال کے طور پر، بیوٹیشن کو آرگینک سکن کیئر فیشنز، برائڈل پیکیجز، یا موبائل سیلون سروسز کی مانگ محسوس ہو سکتی ہے۔ برین اسٹورمنگ، کلائنٹ فیڈبیک، اور مقابلہ کرنے والوں کا تجزیہ خیالات پیدا کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ ایک اچھا کاروباری خیال منفرد، منافع بخش اور قابل عمل ہونا چاہیے۔ بیوٹیشنز کے لیے، اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ وہ ایک خاص سروس بنائیں (جیسے ہر بل ہیر سپا ٹرینمنٹس) یا مختلف جلد اور بالوں کی اقسام کے لیے حسب ضرورت حل پیش کریں۔



3. کاروباری منصوبہ بندی اور حکمت عملی

ایک بار جب کوئی خیال منتخب ہو جائے تو اگلا قدم کاروباری منصوبہ تیار کرنا ہوتا ہے۔ ایک مضبوط کاروباری منصوبہ خدمات، قیمتیں، بدنی مارکیٹ، مطلوبہ آلات، مقام، عملہ، اور مارکیٹنگ کے طریقہ کار کی وضاحت کرتا ہے۔ حکمت عملی میں یہ فیصلہ کرنا شامل ہے کہ سیلون کو کس طرح ترتیب دیا جائے—چاہے وہ سستا ہو، لگژری ہو، یا خاص (دلن، جلد کی دیکھ بھال، بالوں کی دیکھ بھال وغیرہ)۔ منصوبہ بندی شیڈولنگ سسٹمز، صفائی کی پالیسیوں، اور کلائنٹ کے تجربے کو بھی کور کرتی ہے۔ بیونیشنز کے لیے، اسٹریٹجک پلاننگ مؤثر آپریشنز، مطمئن گاہکوں اور طویل مدتی پائیداری کو یقینی بناتی ہے۔

4. کاروبار کی مالی معاونت

بیوٹی بزنس شروع کرنے کے لیے سیلون کے فرنیچر، اوزار، آلات، بیوٹی پروڈکٹس اور اسٹاف ٹریننگ میں سرمایہ کاری ضروری ہے۔ مالی معاونت ذاتی بچت، خاندانی کفالت، بینک قرضوں، حکومتی گرانٹس، یا نجی سرمایہ کاروں سے آسکتی ہے۔ کچھ بیونیشنز گھر پر مبنی سیلونز سے چھوٹے کاروبار سے بھی شروع کرتے ہیں اور جیسے جیسے منافع بڑھتا ہے، آہستہ آہستہ توسیع کرتے ہیں۔ مناسب بجٹ سازی اور مالی انتظام ضروری ہیں—اخراجات کا سراخ لگانا، انوینٹری کو کنٹرول کرنا، اور منافع کی دوبارہ سرمایہ کاری کاروبار کو مستحکم رکھنے میں مدد دیتی ہے۔

5. کاروباری چیلنجز اور ممکنہ حل

بیوٹی انڈسٹری کے کاروباری افراد کو شدید مقابلہ، بدلتے ہوئے خوبصورتی کے رجحانات، کلائنٹ برقرار رکھنا، عملے کا انتظام، اور بڑھتی ہوئی لاگت جیسے چیلنجز کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ اس کے علاوہ، فنڈنگ اور مارکیٹنگ کے علم کی کمی ترقی کو سست کر سکتی ہے۔ ان مسائل پر قابو پانے کے لیے، بیونیشنز کو چاہیے:

- تربیت اور نئی خوبصورتی کی تکنیکوں سے باخبر رہیں۔
- بہترین سروس کے ذریعے مضبوط کسٹمر ریلیشن شپ بنائیں۔
- ڈیجیٹل مارکیٹنگ (سوشل میڈیا، آن لائن بکنگ، انفلوئنسر پروموشنز) استعمال کریں۔
- مالی معاملات کو احتیاط سے منظم کریں اور غیر ضروری اخراجات سے بچیں۔
- مسند خدمات فراہم کریں جو سیلون کو مقابلین سے ممتاز کریں۔
- صبر، مطابقت پذیری اور جدت کے ساتھ، بیونیشن چیلنجز کو ترقی کے مواقع میں بدل سکتی ہیں۔

بیوٹی فیئلڈ میں کاروبار کی اقسام

چھوٹے کاروبار کی انٹری ریٹور شپ
چھوٹے کاروبار کی بیوٹی اسلی کی
سیلون کے حد تک ہے۔

فرنیچر انٹری ریٹور شپ
تقسیم کے کاروبار کا زمین، بیوٹی فرنیچر
ابیں نوگی کا مومل کر دے۔

سماجی کاروبار
تربیت کے تہد میں خواتین
خواتین ہورے جواتیں۔

جدید کاروباری صلاحیت
پر اہمہ میں کاروباری آڈیٹ
یو بیوٹی یو بکنگ کر ایپ

کاروباری خیالات کی تخلیق

کلائنٹ فیڈ بیک اور مارکیٹ کا تجزیہ

آرگینک فیشنز
موبائل سیلون
دواس
سنگی اوس

کاروباری منصوبہ بندی اور حکمت عملی

طویل مدتی پائیداری کے لیے موثر حکمت عملی

مارکیٹنگ
ہدفی مارکیٹ
تہمتیں

کاروبار کی مالی معاونت اور چیلنجز

ذاتی بچت
بنک قرضے
مکومتی گرانٹس

مالی معاونت

مناسب بجٹ سازی ضروری

کاروباری چیلنجز اور ممکنہ حل

تربیت
بہترین سروس
ڈیجیٹل مارکیٹنگ
مالی انتظام

صبر، مطابقت پذیری، جدت



ماڈیول 6.2: ماحول

ماحولیاتی مسائل کا تعارف (بیونیشن کے لیے)

ماحولیاتی مسائل اس وقت پیدا ہوتے ہیں جب قدرتی نظام—ہوا، پانی، مٹی، آب و ہوا اور حیاتیاتی تنوع—اپنی بحالی کی صلاحیت سے زیادہ دباؤ میں آجاتے ہیں۔ بیونٹی سیکٹر میں، سب سے اہم دباؤ میں شامل ہیں: پانی اور توانائی کا زیادہ استعمال (شیمو کرنا، گرم پانی، دھونا)، کیمیکل کا ہماؤ (رنگ، پلچ، جراثیم کش)، اندرونی فضائی آلودگی (ناخن اور بالوں کی مصنوعات کے سالوینٹس/VOCs)، سنگل یوز پلاسٹک (ایسپیکٹریز، ساچس، دستانے)، اور پیکجنگ کا فضلہ۔ ان روابط کو سمجھنا صرف "اچھا ہونا" نہیں ہے—یہ عملے اور کلائنٹ کی صحت کو بہتر بناتا ہے، اخراجات کم کرتا ہے، برانڈ اعتماد کو مضبوط کرتا ہے، اور سیلونز کو سخت مقامی ضوابط کے لیے تیار کرتا ہے۔

بیونیشن کے لیے اہم نکات:

- صحت مند سیلونز = بہتر کلائنٹ تجربہ (کم بو، کم جلن پیدا کرنے والے، صاف ہوا)۔
- موثر آپریشنز بولوں کو کم کرتے ہیں (پانی، بجلی، مصنوعات کا سلاٹ)۔
- ذمہ دارانہ مصنوعات کے انتخاب اور فضلہ کے طریقے آپ کے کاروبار کو مستقبل کے لیے محفوظ اور ماحول دوست صارفین کے لیے زیادہ پرکشش بناتے ہیں۔

ماحولیاتی خطرات کی اقسام (سیلون سے متعلق)

1) کیمیائی خطرات

بالوں کے رنگ، پلچ، پراسائڈ، ناخن کے سالوینٹس (ایسیٹون)، ایروسول پروپیلینٹس، جراثیم کش۔ خطرات: اندرونی ہوا میں وی او سیز، جلد/آنکھوں میں جلن، آلودہ فضلہ پانی۔ کنٹرولز: لیبل شدہ اسٹوریج، MSDS ہاتھ میں رکھنا، فنلز کے ساتھ ڈیکلیننگ، مکسنگ کے قریب مقامی ایگزاسٹ/وینٹ کا استعمال، دستانے/آنکھوں کی حفاظت، اسپل کٹ۔

2) حیاتیاتی خطرات

آلودہ اوزار/تولیے، نم کونوں کی وجہ سے پھپھوندی/خراب وینٹیلیشن۔ کنٹرولز: سخت ٹول ڈی کنٹینینیشن (جہاں ضرورت ہو صاف → جراثیم کش → جراثیم سے پاک کرنا)، گرم دھونا، نمی کا کنٹرول، باقاعدہ گرمی صفائی۔

3) جسمانی خطرات اور اندرونی ماحول

ڈرائر سے شور، تیز ناسک لائٹنگ کی چمک، واش ایریاز میں پھسلنے والے فرش، گرمیوں میں گرمی کا دباؤ۔ کنٹرولز: نان سلپ فلورنگ، صوتی نرم فشنر، تہہ دار لائٹنگ (ناسک + ایسیٹون)، شیڈ ویسٹ فیننگ گلیرنگ، عملے کے لیے ہائیڈریشن/بریکس۔

4) فضلہ کے خطرات

سنگل یوز پلاسٹک، کیمیائی طور پر آلودہ پیڈز/فوائمز، خالی رنگین ٹیوبیں، شارپس (ریزر بلیڈز)، ای-ویسٹ

پرانے اوزار/بیٹریاں)۔ کنٹرولز: فضلہ کی علیحدگی (ری سائیکل/جنرل/خطناک/شارپس)، کیپڈ کنٹینرز، نیک واپس/اری سائیکلنگ پارٹرز، FEFO (فرسٹ ایکسپائرڈ، فرسٹ آؤٹ) مصنوعات کے لیے۔

5) قدرتی/بیرونی خطرات

سیلاب، گرمی کی لہریں، خشک سالی جو پانی/توانائی کی فراہمی اور لاجسٹکس کو متاثر کرتی ہے۔ کنٹرولز: بنیادی تسلسل کے منصوبے (بیک اپ وائر جیولیکیز، ہیٹ پروٹوکولز، سپلائر کے متبادل)۔

ماحولیاتی خطرات کی اقسام

(سیلون سے متعلق)

5) قدرتی/بیرونی خطرات



اترل کے مثال:
 ◀ بنیادی تسلسل کے منصوبے
 (بیک اپ وائر جیولیکیز، ہیٹ پروٹوکولز، سپلائر کے متبادل)

4) فضلہ کے خطرات



اترل کے مثال:
 ✓ فضلہ کی علیحدگی
 (ری سائیکل/جنرل/خطناک/شارپس)
 ✓ کیپڈ کنٹینرز
 ✓ نیک واپس/اری سائیکلنگ پارٹرز
 ✓ FEFO مصنوعات کے لیے

3) جسمانی خطرات اور اندرونی ماحول



اترل کے مثال:
 ✓ نان سلپ فلورنگ
 ✓ صوتی نرم فنشز
 ✓ تہہ دار لائٹنگ (ٹاسک+ایمبیئنٹ)
 ✓ شیڈ ڈویسٹ فینگ گلیزنگ
 ✓ عملے کے لیے ہائیڈریشن/بریکس

2) حیاتیاتی خطرات



اترل کے مثال:
 ◀ سخت ٹول ڈی کنٹینیشن (صاف)
 → جراثیم کش → جراثیم سے پاک کرنا)
 ✓ گرم دھونا
 ✓ نمی کا کنٹرول
 ✓ باقاعدہ گہری صفائی

1) کیمیائی خطرات



اترل کے مثال:
 ✓ لیبل شدہ اسٹوریج
 ✓ MSDS ہاتھ میں رکھنا
 ✓ فنلز
 ✓ مقامی ایگزاسٹ/ویسٹ
 ✓ دستانے/آنکھوں کی حفاظت
 ✓ اسپل کٹ

انسانی سرگرمی کا ماحول پر اثر (ہوئی لہجہ)

- ہوا: وی او سی اور ایروسول اندرونی ہوا کے معیار کو کم کرتے ہیں، جس سے سرد/جلن ہوتی ہے، بار بار وینٹیلیشن/فلٹر کی تبدیلی ضروری ہے۔
- پانی اور مٹی: ڈیبرجینس، رنگوں اور جراثیم کش مواد کے باقیات نالی میں چلے جاتے ہیں؛ مائیکروپلاسٹک گھلڑز/ایکسفولیمینٹس کا زیادہ استعمال پانی کی نالیوں تک پہنچ سکتا ہے۔
- توانائی: گرم پانی، کیڑے دھونے، HVAC، ہیٹ ڈرائرز اور اسٹیمرز بجلی/گیس کے استعمال اور کاربن کے اخراج کو بڑھاتے ہیں۔
- مواد اور حیاتیاتی تنوع: کچھ اجزاء (مثلاً کچھ پام سے حاصل شدہ سرفیکٹنٹس) اگر ذمہ داری سے حاصل نہ کیے جائیں تو مسکن کے نقصان میں کردار ادا کر سکتے ہیں؛ خوشبودار مصنوعات حساس کلائنٹس اور نیچے کی طرف آبی حیات کو متاثر کر سکتی ہیں۔
- پیکجنگ: سنگل یوز اور ملٹی لیئر پلاسٹک ری سائیکل کرنا مشکل ہے؛ سائے اور مٹی ایچرز غیر متناسب فضلہ پیدا کرتے ہیں۔



ایک عام سروس لائف سائیکل کا نقشہ بنانا (سیلون) → کلائنٹ کے بعد کی دیکھ بھال → فضلہ میں استعمال → اجزاء کی نقل و حمل → استعمال) آپ کو سب سے بڑی کامیابیاں تلاش کرنے میں مدد دیتا ہے۔ اکثر پانی، توانائی، اور پیکجنگ۔

تحفظ اور پائیداری (عملی فریم ورک) پانی کی دیکھ بھال

- ایریٹرز/کم ہماؤ والے سپرے ہیڈز لگائیں؛ وقت کے لیے دھونا؛ لیکس ٹھیک کریں۔
- پیچ لاندزی؛ موثر واشرز کا انتخاب کریں؛ ڈیٹرجنٹ کی خوراک کو بہتر بنائیں۔
- وائر لائٹ آپشنز پیش کریں (مثلاً جہاں مناسب ہو "رز-سمارٹ" پروٹوکولز)۔

توانائی کی بچت

- ایل ای ڈیز پر سوچ کریں؛ اوکیو پینسی سینسز استعمال کریں؛ سروس HVAC فلٹرز۔
- موثر ڈرائرز یا اسٹیمرز منتخب کریں؛ آئیڈل ٹولز کو ان پلگ کریں؛ قابل تجدید بجلی کے منصوبوں پر غور کریں۔

مواد اور خریداری

- مرکب بیک بار اور ریفل سسٹمز کو ترجیح دیں؛ پیکجنگ کو کاٹنے کے لیے بلک میں خریدیں۔
- حساس کلائنٹس کے لیے باؤڈیگریڈ بیبل سر فیکٹنٹس، مائیکرو پلاسٹک فری فارمولے، ذمہ داری سے حاصل کردہ تیل، اور خوشبو سے پاک آپشنز منتخب کریں۔
- مضبوط، مرمت کے قابل فرنیچر کا انتخاب کریں جس کی سطحیں آسانی سے صاف اور کم اخراج والی ہوں۔

سرکلر پریکٹسز

- دوبارہ استعمال → کم کریں → ری سائیکل + ریفل / مرمت۔
- خالی اور مشکل ری سائیکل ہونے والی اشیاء کے لیے ٹیک بیک پروگرامز کے ساتھ شراکت داری کریں۔
- ٹریک کی میعاد ختم ہونے کی تاریخیں؛ FEFO لگائیں تاکہ خراب ہونے کو کم کیا جاسکے۔

SOPs میں شامل کرنا



- کھولنے/بند کرنے والی چیک لسٹس میں سبز مراحل شامل کریں (وینٹیلیشن آن، الگ الگ بن باہر، تولیوں کی تعداد، کیمیکل کیبنٹ لاک چیک)۔
- عملے کی تربیت؛ اسٹیشنز پر فوری توالہ کارڈز پوسٹ کریں۔

موسمیاتی تبدیلی اور اس کے اثرات (اور کیوں سیلونز کو اس کی پرواہ کرنی چاہیے)

موسمیاتی تبدیلی گرمی کی لہریں، شدید بارش/سیلاب، اور خشک سالی کے خطرے کو بڑھاتی ہے۔ سیلونز کے لیے اثرات:

- حرارت اور توانائی: زیادہ کولنگ بوجھ → بڑے بل؛ حرارت سے بھرپور خدمات جلد شیڈول کریں؛ HVAC کی دیکھ بھال کریں، کھڑکیوں پر شیڈنگ/فلیم لگائیں۔
- پانی کی پابندیاں: ابھی تحفظ کی عادات اپنائیں؛ "کم پانی کی خدمت" کا منصوبہ تیار رکھیں۔
- سپلائی چینز: موسمی واقعات ترسیل میں تاخیر کر سکتے ہیں؛ متبادل سپلائرز اور کم سے کم بفر اسٹاک برقرار رکھیں۔
- صحت اور آرام: گرم، بند جگہیں کیمیائی حساسیت کو بڑھاتی ہیں؛ ہوا کی ہوا اور پانی کے وقفے کو بہتر بناتی ہیں۔

تخفیف: موثر آلات، قابل تجدید بجلی، اور چھوٹے حجم والے مصنوعات کے انتخاب کے ذریعے کم اخراج۔
مطابقت: عمارت کی شیڈنگ، سیلاب سے محفوظ ذخیرہ (کیمیکلز کو فرش سے دور رکھنا)، اور درجہ حرارت کی چوٹی کے مطابق سروس شیڈولنگ۔

بیوشیزر ماحولیاتی تحفظ میں کیسے حصہ ڈال سکتے ہیں (ایکشن پلان)

1 (مصنوعات و خدمات

- کم VOC، مائیکروپلاسٹک فری، بائیوڈیگریڈیبل لائنز کو کیورینٹ؛ نقصان دہ رنگوں سے پاک شمولیتی رنگوں کی اقسام کو ترجیح دیں۔
- ایک "ایکو مینو" بنائیں: ریٹیل ڈسکاؤنٹس، کم سے کم رنس آپشنز (جہاں محفوظ ہو)، کلائنٹ کی رضامندی سے تولیہ دوبارہ استعمال، بغیر خوشبو کے پھرے کا راستہ۔

2 (فضلہ اور پانی

- واضح طور پر لیبل شدہ اسٹیشنز لگائیں: ری سائیکل لیبلز، جنرل، خطرناک/کیمیکل، شاپس۔
- جہاں صفائی کے لحاظ سے قابل قبول ہو، دھونے کے قابل اوزار/کپڑے استعمال کریں؛ زیادہ آرڈر کم کرنے کے لیے ڈسپوزیبلز کو معیاری بنائیں۔
- پیج لائنز، صحیح سائز کا ڈیٹریجٹ، صفائی کے SOPs کے مطابق کم درجہ حرارت والے سائیکل استعمال کریں۔

3 (توانائی اور اندرونی ہوا

- ایل ای ڈیز + ٹائمرز؛ چارجز کو ان پلگ کریں؛ باقاعدہ PAT/الیکٹریکل سینیٹیو چیک کروائیں۔
- رنگ کسٹنگ/ناخن فائنگ پر مقامی نکال؛ فلٹرز کو شیڈول پر تبدیل کرنا؛ پودوں پر مبنی بو جذب کرنے والے اجزاء (مناسب وینٹیلیشن کے ساتھ)۔

4 (خریداری اور اونیٹری

- SKUs کو یکجا کریں، ٹریک پیج/ایکسپاٹری، FEFO نافذ کرنا، ہر ماہ قریب میعاد ختم ہونے والے اسٹاک کی فوری جانچ کریں۔
- ایسے سپلائرز کو ترجیح دیں جن کے پاس نیک بیک پروگرامز، ریٹنل اسٹیشنز، اور شفاف اجزاء کی فہرستیں ہوں۔

5) عملے کی ثقافت اور کلائنٹ کی تعلیم

- ایک "سبز چیمپین" تفویض کریں؛ ماہانہ میٹنگز میں 5 منٹ کا بائیداری کا موضوع شامل کریں۔

بیوٹیشنز ماحولیاتی تحفظ میں کیسے حصہ ڈال سکتے ہیں (ایکشن پلان)

6) ٹریک کرنے کے لیے آسان KPIs



اکٹرل کے مثال:



7) خریداری اور انوشری



اکٹرل کے مثال:



8) توانائی اور اندرونی ہوا



اکٹرل کے مثال:



9) فضلہ اور پانی



اکٹرل کے مثال:



10) مصنوعات و خدمات



اکٹرل کے مثال:





- ایماندارانہ کلائنٹ تعلیم فراہم کریں (گرین واشنگ نہیں): ایک چھوٹا کارڈ یا ویب سائٹ صفحہ جس کا عنوان ہے "ہم اپنے سیلون کو صاف اور سبز کیسے رکھتے ہیں۔"

6) ٹریک کرنے کے لیے آسان KPIs

- ہر شیمپو/ فیشل کے لیے لیٹر پانی (ہدف مسلسل کمی)۔
- kWh فی سروس (انرجی فی بک شدہ گھنٹے)۔
- % فضلہ لینڈ فل (زی سائیکل/ کمپوسٹ) سے بچایا گیا۔
- % ریفل ایبل/ ریٹرن ایبل مصنوعات خریدی گئیں۔
- سر مایہ مصنوعات کا آڈٹ: # اشیاء کی میعاد ختم ہونے کا (صفر کا ہدف ہے)۔

KP-RETP جزو 2: کلاس روم SECAP ایویلیو ایشن چیک لسٹ

مقصد:

اس بات کو یقینی بنانا کہ KP-RETP کے تحت کلاس روم پر مبنی مہارتوں اور کاروباری تربیت کو ماحول دوست محفوظ، سماجی طور پر شامل کرنے والا، اور موسمیاتی طور پر پیکدار انداز میں منعقد کیا جائے، جو سماجی، ماحولیاتی، اور موسمیاتی جائزہ کے طریقہ کار (SECAP) کے مطابق ہو۔

جائزہ لینے والا:

ٹریننگ سینیئر/ مقام:

ٹریٹر:

تاریخ:

زمرہ	لشخصی پوائنٹس	حیثیت		تبصرے /سفاش
		جی ہاں	نہیں	
سماجی حفاظتی اقدامات	کیا تربیت ہے شمولیتی (برابر رسائی کے لیے عورتیں، نوجوان، اور کمزور گروہیں)؟			
	کیا یہ کلاس روم ماحول حفاظت کو یقینی بنائیں اور سب کے لیے وقار شکاء (نہیں) ہراسانی، اقتیاز، یا بچوں کی مزدوری)؟			

	<p>کیا صنفی پہلوؤں کو مثالوں، مباحثوں میں شامل کیا گیا ہے، اور مواد؟</p>			
	<p>کیا شکایتی ازالہ کامیکازیم (GRM) کا عمل، متعلقہ رابطہ نمبر، واضح طور پر درج ہے؟ کلاس روم</p>			
	<p>کیا سہولیات اور سرگرمیاں خاص طور پر قابل رسائی اور شامل کرنے والی ہیں؟ خاص طور پر معذور افراد کے لیے معذریاں)</p>			

<p>ماحولیاتی حفاظتی اقدامات</p>	<p>کیا کلاس روم صاف، ہوا دار اور آلودگی یا خطرناک سے پاک ہے</p> <p>مواد؟</p>			
	<p>کیا فضلہ کا مناسب انتظام ہے</p> <p>(کوڑے دان، کوئی کچرا نہیں)</p>			
	<p>کیا عملی سیشنز میں استعمال ہونے والے مواد ماحولیاتی طور پر محفوظ ہیں؟ (غیر زہریلے رنگ، محفوظ تلفی ویسٹس)؟</p>			
	<p>کیا لائٹس، پنکھے، اور آلات اس وقت بند ہوتے ہیں جب استعمال میں نہیں</p>			

	(قوانی تحفظ)؟			
موسمیاتی مزاحمت	کیا تربیت حاصل کرنے والے اس بات پر روشنی ڈالتے ہیں کہ ان کی ہمارے موسمیاتی دوست طریقوں (مثلاً قابل تجدید توانائی، ڈھڑپیداوار، ری سائیکلنگ)؟			
	کیا ٹرینرز مدرسے میں موسمیاتی ذہانت کی مثالیں شامل کر رہے ہیں مطمن؟			
	کیا بنیادی صحت اور حفاظتی اقدامات دستیاب ہیں (فرسٹ ایڈ کٹ، محفوظ راستے، آگ لگانا) حفاظت)؟			

	<p>کیا ٹرینر حفاظتی سامان استعمال کر رہا ہے یا محفوظ اوزار کے استعمال کا مظاہرہ کر رہا ہے (جہاں متعلقہ ہو)؟</p>			
<p>ادارہ جاتی پہلو</p>	<p>کیا SECAP ہے تربیت حاصل کرنے والوں کے ساتھ آگاہی (مختصر بریفنگ، پوسٹرز یا مثالوں کے ذریعے)؟</p>			
	<p>کیا تربیت یافتہ افراد کو غیر محفوظ، غیر منصفانہ، یا ماتولیاتی نقصان دہ رپورٹ کرنے کی ترغیب دی جاتی ہے مشقیں؟</p>			
<p>مجموعی تعمیل</p>	<p>مجموعی SECAP تعمیل کا مشاہدہ کیا گیا</p>	<p>اونچا <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> میڈیم لو <input type="checkbox"/></p>		

مجموعی تبصرے/سفارشات

نام	نامزدگی	دستخط	تاریخ