ಒಟ್ಟು ಮುದ್ರಿತ ಪುಟಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ : 12]
Total No. of Printed Pages : 12]
ಒಟ್ಟು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ : 34]
Total No. of Questions : 34]

B

CCE RR
UNREVISED
REDUCED SYLLABUS

NSQF LEVEL-2

Question Paper Serial No. **411**

ಸಂಕೇತ ಸಂಖ್ಯೆ : 90-EK
Code No. : 90-EK

ವಿಷಯ : ಬ್ಯೂಟಿ ಮತ್ತು ವೆಲ್‌ನೆಸ್
Subject : Beauty & Wellness

(ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಮಾಧ್ಯಮ / Kannada and English Medium)
(ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಶಾಲಾ ಅಭ್ಯರ್ಥಿ / Regular Repeater)

ದಿನಾಂಕ : 16. 06. 2023] [Date : 16. 06. 2023
ಸಮಯ : ಬೆಳಗ್ಗೆ 10-30 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-45 ರವರೆಗೆ] [Time : 10-30 A.M. to 12-45 P.M.
ಗರಿಷ್ಠ ಅಂಕಗಳು : 60] [Max. Marks : 60

ಪರೀಕ್ಷಾರ್ಥಿಗಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು :
General Instructions to the Candidate :

1. ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠ ಮತ್ತು ವಿಷಯನಿಷ್ಠ ಮಾದರಿಯ ಒಟ್ಟು 34 ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು.
This Question Paper consists of objective and subjective types of total 34 questions.
2. ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ಹಿಮ್ಮುಖ ಜಾಕೆಟ್ ಮೂಲಕ ಮೊಹರು (ಸೀಲ್) ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಪರೀಕ್ಷೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ಸಮಯಕ್ಕೆ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯ ಬಲಬದಿ ಪಾರ್ಶ್ವವನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ, ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಪುಟಗಳು ಇವೆಯೇ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
This question paper has been sealed by reverse jacket. You have to cut on the right side to open the paper at the time of commencement of the examination. Check whether all the pages of the question paper are intact.
3. ವಸ್ತುನಿಷ್ಠ ಮತ್ತು ವಿಷಯನಿಷ್ಠ ಮಾದರಿಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿ.
Follow the instructions given against both the objective and subjective types of questions.
4. ಬಲ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಅಂಕಿಗಳು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗಿರುವ ಪೂರ್ಣ ಅಂಕಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತವೆ.
Figures in the right hand margin indicate maximum marks for the question.
5. ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ಓದಿಕೊಳ್ಳಲು 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲಾವಕಾಶವು ಸೇರಿದಂತೆ, ಉತ್ತರಿಸಲು ನಿಗದಿಪಡಿಸಲಾದ ಸಮಯವನ್ನು ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.
The maximum time to answer the paper is given at the top of the question paper. It includes 15 minutes for reading the question paper.

ಇಲ್ಲಿಂದ ಕತ್ತರಿಸಿ

TEAR HERE TO OPEN THE QUESTION PAPER
ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ತೆರೆಯಲು ಇಲ್ಲಿ ಕತ್ತರಿಸಿ

Tear here

I. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಅಪೂರ್ಣ ಹೇಳಿಕೆಗಳಿಗೆ ನಾಲ್ಕು ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ತವಾದ ಉತ್ತರವನ್ನು ಆರಿಸಿ, ಅದರ ಕ್ರಮಾಕ್ಷರದೊಂದಿಗೆ ಪೂರ್ಣ ಉತ್ತರವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ : 10 × 1 = 10

Four **alternatives are given for each of the following questions / incomplete statements. Choose the correct alternative and write the complete answer along with its question number and alphabet :**

1. 'ಖಿನ್ನತೆ ಶಮನಕಾರಿಯಾಗಿ' ಬಳಸುವ ಸಸ್ಯ

(A) ಪುದೀನಾ (B) ಲ್ಯಾವೆಂಡರ್

(C) ಯಿಲಾಂಗ್-ಯಿಲಾಂಗ್ (D) ರೋಸ್ಮರಿ

The plant used as 'anti-depressant' is

(A) Peppermint (B) Lavender

(C) Ylang-ylang (D) Rosemary

2. ಸಸಾರಜನಕ (ಪ್ರೊಟೀನ್)ದ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರ್ಯ

(A) ಶಕ್ತಿಯ ಉತ್ಪಾದಕ (B) ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ದುರಸ್ಥಿ

(C) ದೇಹವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ (D) ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣುಗಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲುತ್ತದೆ

The main function of protein is

(A) Energy provider (B) Growth and repair

(C) Protects the body (D) Kills the germs

3. ಕಾಲಿನ ವ್ಯಾಕ್ಸಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳಲ್ಲಿ ಸೌಂದರ್ಯ ತಜ್ಞರು ಅನುಸರಿಸುವ ವಸ್ತ್ರಸಂಹಿತೆಯಲ್ಲ

(A) ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಉಡುಪುಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವುದು

(B) ಗ್ರಾಹಕರ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವಂತಹ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ತೆಗೆದಿಡುವುದು

(C) ಏಪ್ರಾನ್ ಧರಿಸುವುದು

(D) ಕೂದಲನ್ನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವುದು

Which one of the following is NOT a dress code to be followed by the beauty therapist while doing waxing ?

(A) Wearing formal dresses

(B) Removing jewelleries that come in contact with the client

(C) Wearing apron

(D) Tied the hair back

4. ಮುಖದ ಟಿ–ಝೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ತೈಲಯುಕ್ತವಾಗಿದ್ದು ಬೇರೆಲ್ಲ ಭಾಗಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಣಗಿದ ಚರ್ಮ ಹೊಂದಿರುವ ಚರ್ಮದ ವಿಧ

(A) ಸಾಧಾರಣ ಚರ್ಮ (B) ಒಣ ಚರ್ಮ

(C) ಮಿಶ್ರಿತ ಚರ್ಮ (D) ತೈಲಯುಕ್ತ ಚರ್ಮ

The type of facial skin which is oily in T-zone only and normal dry skin in other parts is

(A) Normal skin (B) Dry skin

(C) Combination skin (D) Oily skin

5. ಕಾಮೆಡೋನ್ ಎಕ್ಸ್‌ಟ್ರಾಕ್ಟರ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಸೋಂಕನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸಲು ಬಳಸುವ ದ್ರಾವಣ

   (A) ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ (B) ತೇವಾಂಶ (ಮಾಯಿಶ್ಚರ್)

   (C) ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆ (D) ನೀರು

   The solution used to sterilize comedone extractor is

   (A) Alcohol (B) Moisturizer

   (C) Coconut oil (D) Water

6. ಕೂದಲಿನ ನಿರ್ಮಾಣ ಮಾಡುವ ಪ್ರಮುಖ ಸಸಾರಜನಕ (ಪ್ರೊಟೀನ್)

   (A) ಗ್ಲಾಬ್ಯುಲಿನ್ (B) ಕೆರಾಟಿನ್

   (C) ಫೈಬ್ರಿನೋಜಿನ್ (D) ಹಿಮೊಗ್ಲೋಬಿನ್

   The main protein that builds the hair is

   (A) Globulin (B) Keratin

   (C) Fibrinogen (D) Haemoglobin

7. ಕೂದಲಿಗೆ ಶ್ಯಾಂಪೂ ಹಾಕಿದ ನಂತರ ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ಕ್ರಮ

   (A) ಕೂದಲಿನ ತುದಿಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಉಜ್ಜುವುದು

   (B) ಒದ್ದೆ ಕೂದಲನ್ನು ಬಿಗಿಯಾಗಿ ಕಟ್ಟುವುದು

   (C) ನೀರಿನಿಂದ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆಯುವುದು

   (D) ಒದ್ದೆ ಇರುವಾಗಲೇ ಕೂದಲನ್ನು ಬಾಚುವುದು

   The step to be followed after shampooing the hair is

   (A) scrub the ends of the hair thoroughly

   (B) tie the wet hair tightly

   (C) rinse thoroughly with water

   (D) brush the hair when it is wet

8. ಪೆಡಿಕ್ಯೂರ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಾಲಿನ ವ್ಯಾಕ್ಸಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ತಣ್ಣಗಾದ ವ್ಯಾಕ್ಸ್‌ನ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು

(A) ಕೂದಲಿಗೆ 90° ಯಲ್ಲಿರುವಂತೆ ಎಳೆಯಬೇಕು

(B) ಕೂದಲಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿಯೇ ಎಳೆಯಬೇಕು

(C) ನೋವು ಉಂಟಾಗದಂತೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಎಳೆಯಬೇಕು

(D) ಕೂದಲಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ವಿರುದ್ಧ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಎಳೆಯಬೇಕು

While carrying out leg waxing in a pedicure, the cooled wax strip should be pulled

(A) at 90° to the hair

(B) in the same direction of hair growth

(C) slowly to avoid pain

(D) in the opposite direction of hair growth

9. ಮುಖದ ಚರ್ಮದ ಮೇಲಿನ ಕಪ್ಪು ಉಂಗುರಗಳು ಕಣ್ಣಿನ ಕೆಳಗಿನ ಕಲೆಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಹಾಕಲು ಬಳಸುವ ಕನ್‌ಸೀಲರ್

(A) ನೇರಳೆ ಬಣ್ಣದ ಕನ್‌ಸೀಲರ್ (B) ಕಿತ್ತಳೆ ಬಣ್ಣದ ಕನ್‌ಸೀಲರ್

(C) ಹಸಿರು ಬಣ್ಣದ ಕನ್‌ಸೀಲರ್ (D) ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ಕನ್‌ಸೀಲರ್

The concealer used to cover dark rings on the face skin marks underneath the eye is

(A) violet colour concealer (B) orange colour concealer

(C) green colour concealer (D) red colour concealer

10. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೂದಲನ್ನು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ನಿವಾರಿಸುವ ವಿಧಾನ

(A) ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾಲಿಸಿಸ್ (B) ಟ್ವೀಸಿಂಗ್

(C) ವ್ಯಾಕ್ಸಿಂಗ್ (D) ಎಪಿಲೇಷನ್

The method of removing hair permanently among the following is

(A) Electrolysis (B) Tweezing

(C) Waxing (D) Epilation

II. ಸೂಕ್ತವಾದ ಉತ್ತರದಿಂದ ಬಿಟ್ಟಿರುವ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಭರ್ತಿ ಮಾಡಿ : 4 × 1 = 4

Fill in the blanks with suitable answer :

11. ಪುರುಷರು ಹಾಗೂ ಮಹಿಳೆಯರು ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾದ ಸ್ಥಳ ....

An establishment dealing with cosmetic treatments for men and women is ....

12. ಸೌಂದರ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಉತ್ಪನ್ನ, ಸೇವೆ ಅಥವಾ ಕಂಪನಿಯ ಬ್ರ್ಯಾಂಡ್ ಅನ್ನು ಪ್ರವರ್ಧಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯೇ ....

The person who promotes a particular product, service or company brand in a beauty sector is a ....

13. ಉಗುರುಗಳ ಮೂಲೆಗಳ ಅಂಚುಗಳನ್ನು ನಯವಾಗಿ ತೀಡಿ ಅಂದವಾದ ಆಕಾರವನ್ನು ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಬಳಸುವ ಸಾಧನ ....

The tool used to grind down and shape the edges of nails is ....

14. ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಮುಚ್ಚಿ ಹೋಗಿರುವ ಕೂದಲಿನ ಕೋಶಕಕ್ಕೆ ಇರುವ ಹೆಸರು ....

The clogged hair follicle in the skin is known as ....

III. 15. ***A*-ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವ ಬ್ರಷ್ ರಚನೆಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ *B*-ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ನೀಡಿರುವ ಬ್ರಷ್‌ನ ವಿಧಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಸಿ, ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಕ್ರಮಾಕ್ಷರಗಳೊಂದಿಗೆ ಬರೆಯಿರಿ : 4 × 1 = 4**

Match the structure of brush given in Column-A with their types given in Column-B and write correct answer along with its letter :

A*-ಪಟ್ಟಿ** ***Column-A		***B*-ಪಟ್ಟಿ** ***Column-B***	
i)	ಬುರುಗಾದ ತುದಿಯನ್ನು ಬಳಸಿರುವ ಬ್ರಷ್ Foam tip used brush	a)	ಫೌಂಡೇಶನ್ ಬ್ರಷ್ Foundation brush
ii)	ಮೃದು ಕೂದಲುಳ್ಳ ತಳ ಅಗಲವಾಗಿರುವ ಬ್ರಷ್ Soft bristled with wider base brush	b)	ಬ್ಲಷರ್ ಬ್ರಷ್ Blusher brush
iii)	ಮೃದುವಾದ ಫೈಬರ್‌ಗಳಿಂದಾದ ಗುಂಡನೆಯ ತಲೆ ಹೊಂದಿರುವ ಬ್ರಷ್ Fine gentle fibres and rounded head brush	c)	ಐ–ಲೈನರ್ ಬ್ರಷ್ Eye-liner brush
iv)	ಕೂದಲುಗಳನ್ನು ಒತ್ತಾಗಿ ಕೂಡಿಸಿರುವ ಚೂಪಾದ ತುದಿಯಿರುವ ಬ್ರಷ್ Tightly packed bristles with a tapered tip brush	d)	ಕನ್‌ಸೀಲರ್ ಬ್ರಷ್ Concealer brush
		e)	ಸ್ಮಡ್ಜರ್ ಬ್ರಷ್ Smudger brush
		f)	ಸ್ಪೈರಲ್ ಐಬ್ರೋ ಬ್ರಷ್ Spiral eyebrow brush
		g)	ಫೈನ್ ಪಾಯಿಂಟ್ ಐಲೈನರ್ ಬ್ರಷ್ Fine point eyeliner brush

IV. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ : 6 × 1 = 6

Answer the following questions :

16. 'ಕಂಡೀಷನರ್' ನ ಕಾರ್ಯವೇನು ?

What is the function of 'conditioner' ?

17. ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ.

Define Ayurveda.

18. 'ಸ್ಟೋನ್ ಮಸಾಜ್' ನಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಕಲ್ಲು ಯಾವುದು ?

Which stone is used in stone massage ?

19. ಸೌಂದರ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಯಾರನ್ನು 'ಉತ್ಪಾದಕರು' ಎನ್ನುವರು ?

Who is the manufacturer in a beauty organisation ?

20. ಕೂದಲನ್ನು ಪುನಃಶ್ಚೇತನಗೊಳಿಸುವ ಹಣೆಯ ಭಾಗದ ಒತ್ತಡ ಬಿಂದುವನ್ನು ಏನೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ ?

What is the pressure point at the temple region that revitalises the hair is called ?

21. 'ಕೂದಲಿನ ಸೀರಮ್' ಎಂದರೇನು ?

What is 'hair serum' ?

V. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ : 6 × 2 = 12

Answer the following questions :

22. ಸೌಂದರ್ಯ ಸಲಹೆಗಾರರ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

Explain the duties of a beauty consultant.

ಅಥವಾ/ OR

ಒಂದು ಸೌಂದರ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಗತಕಾರರೆಂದರೆ ಯಾರು ? ಅವರ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.

Who is receptionist in a beauty sector ? Mention their duties.

23. ತಲೆಹೊಟ್ಟಿನ ಶ್ಯಾಂಪೂಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಬಳಸುವ ಘಟಕಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿಮಾಡಿ.

List the main ingredients used in dandruff shampoos.

24. "ಬೇರೆ ವಿಧಾನಗಳಿಗಿಂತ ಥ್ರೆಡಿಂಗ್ ವಿಧಾನವು ಹೆಚ್ಚು ಅನನುಕೂಲಕಾರಿ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ." ಕಾರಣಗಳೊಂದಿಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಿಸಿ.

"Threading' method is more disadvantageous than other methods." Clarify with reasons.

25. ಮದರಂಗಿ (ಮೆಹೆಂದಿ) ಕೋನ್ ಮಾಡಲು ಬೇಕಾಗುವ ಸಲಕರಣೆಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ.

List the tools required for mehendi cone making.

ಅಥವಾ/ OR

ಉಗುರು ಕತ್ತರಿ ಹಾಗೂ ಕ್ಯುಟಿಕಲ್ ಕಟ್ಟರ್‌ಗಳಿಗಿರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

Write the difference between Nail cutter and Cuticle cutter.

26. ಮೆನಿಕ್ಯೂರ್‌ನ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿ

Write the importance of manicure.

27. ಕೂದಲಿನ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಉತ್ತಮಪಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಹೇರ್ ಸ್ಪಾದ ಉಪಯೋಗಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿಮಾಡಿ.

List the benefits of hair spa in improving the health of hair.

VI. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ : 4 × 3 = 12

Answer the following questions :

28. 'ಕ್ಯೂಟಿಕಲ್ ತೆಗೆಯುವುದು' ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಹಂತಗಳು ಯಾವುವು ?

What are the steps involved in 'cuticle removing' ?

ಅಥವಾ/ OR

ಕಾಲುಗಳ ವ್ಯಾಕ್ಸಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿರುವ ಉಪಕರಣಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ.

List the materials and tools required while doing waxing of leg.

29. ಮದರಂಗಿ (ಮೆಹೆಂದಿ) ಕೋನ್ ತಯಾರಿಕೆಯು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಹಂತಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

Explain the steps involved in mehendi cone making.

30. 'ಮೆನಿಕ್ಯೂರ್' ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಹಂತಗಳು ಯಾವುವು ?

What are the steps involved in 'manicure' ?

31. ಯೋಗದ ಭಂಗಿಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸಿ ಮತ್ತು ಅದರ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.

List the yoga poses and their benefits.

VII. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ : 3 × 4 = 12

Answer the following questions :

32. ಸೌಂದರ್ಯಕುಶಲಿಯಾಗಿ ನೀವು ಕೈನೋವಿರುವ ಗ್ರಾಹಕರೊಬ್ಬರ ನೋವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಯಾವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವಿರಿ ?

As a beautician which steps do you follow to relief from hand pain of a customer ?

ಅಥವಾ / OR

"ಮೆಟ್ಟಿಲು ಹತ್ತುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ವ್ಯಾಯಾಮವಾಗಿದೆ." ಹೇಗೆ ? ವಿವರಿಸಿ.

Explain how stair climbing is very useful exercise.

33. 'ತೂಕ ನಷ್ಟ' ಮಾಡಲು ಇರುವ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯ ಹಂತಗಳು ಯಾವುವು ?

Which are the steps for making weight loss diet ?

34. ಪಾದದ ಆರೈಕೆಯಲ್ಲಿ ನೈಲ್ ಪೈಂಟಿಂಗ್ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

Explain the procedure of Nail painting in pedicure.

ಅಥವಾ / OR

"ಪಾದದ ಆರೈಕೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಶ್ಯಾಂಪೂವನ್ನು ಸೇರಿಸಿರುವ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಪಾದಗಳನ್ನು 5 ರಿಂದ 10 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನೆನೆಸಬೇಕು." ಕಾರಣಗಳನ್ನು ನೀಡಿ.

"Soak your feet in warm water with a little shampoo for 5 to 10 minutes in a foot care." Give reasons.