



কম্পিটেন্সি বেজড লার্নিং ম্যাটেরিয়ালস (সিবিএলএম)

মেকআপ আর্ট

লেভেল - ০২

মডিউল শিরোনামঃ মেকআপ সামগ্রীর জ্ঞান প্রয়োগ
(Module: : Apply Knowledge of Makeup Materials)

মডিউল কোড: CBLM-OU-IS-MA-03-L2-BN-V1



জাতীয় দক্ষতা উন্নয়ন কর্তৃপক্ষ
প্রধান উপদেষ্টার কার্যালয়,
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

কপিরাইট

জাতীয় দক্ষতা উন্নয়ন কর্তৃপক্ষ,

প্রধান উপদেষ্টার কার্যালয়।

১১-১২ তলা, বিনিয়োগ ভবন

ই-৬/বি, আগারগাঁও, শের-ই-বাংলা নগর, ঢাকা-১২০৭

ইমেইল: ec@nsda.gov.bd

ওয়েবসাইট: www.nstda.gov.bd

ন্যাশনাল স্কিলস পোর্টাল: <http://skillsportal.gov.bd>

এই কম্পিটেন্সি বেজড লার্নিং ম্যাটেরিয়ালটির (সিবিএলএম) স্বত্ব জাতীয় দক্ষতা উন্নয়ন কর্তৃপক্ষ (এনএসডিএ) এর নিকট সংরক্ষিত। এনএসডিএ-এর যথাযথ অনুমোদন ব্যতীত অন্য কেউ বা অন্য কোন পক্ষ এ সিবিএলএমটির কোন রকম পরিবর্তন বা পরিমার্জন করতে পারবে না।

এই “মেকআপ সামগ্রীর জ্ঞান প্রয়োগ” সিবিএলএমটি এনএসডিএ কর্তৃক অনুমোদিত মেকআপ আর্ট লেভেল-২ অকুপেশনের কম্পিটেন্সি স্ট্যান্ডার্ড ও কারিকুলামের ভিত্তিতে প্রণয়ন করা হয়েছে। এতে রেফ্রিজারেশন এন্ড এয়ারকন্ডিশনিং লেভেল-৩ স্ট্যান্ডার্ডটি বাস্তবায়নের জন্য প্রয়োজনীয় তথ্য সন্নিবেশিত হয়েছে।

ইনস্ট্রাকশনাল এক্টিভিটি তৈরি করার ক্ষেত্রে সিবিএলএম ডেভেলপার/শিক্ষক/প্রশিক্ষক/এসেসর এ সিবিএলএমটিকে মূল রেফারেন্স পয়েন্ট হিসাবে ব্যবহার করবে। এটি প্রশিক্ষার্থী, প্রশিক্ষকদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ সহায়ক ডকুমেন্ট।

এ ডকুমেন্টটি সমাহার কনসাল্টিং দ্বারা এনএসডিএ কর্তৃক প্রণয়ন করা হয়েছে।

এনএসডিএ স্বীকৃত দেশের সকল সরকারি-বেসরকারি-এনজিও প্রশিক্ষণ প্রতিষ্ঠানে মেকআপ আর্ট লেভেল-২ কোর্সের দক্ষতা ভিত্তিক প্রশিক্ষণ বাস্তবায়নের জন্য এ সিবিএলএমটি ব্যবহার করতে পারবে।

----- তারিখে অনুষ্ঠিত ----- কর্তৃপক্ষ সভায় অনুমোদিত।

সক্ষমতাভিত্তিক শিখন উপকরণ ব্যবহার নির্দেশিকা

এই মডিউলে প্রশিক্ষণ উপকরণ ও প্রশিক্ষণ কার্যক্রম সম্পর্কে বলা হয়েছে। এই কার্যক্রমগুলো প্রশিক্ষণার্থীকে সম্পন্ন করতে হবে। এই মডিউল সফলভাবে শেষ করলে আপনি মেকআপ সামগ্রীর জ্ঞান প্রয়োগ করার জন্য প্রয়োজনীয় জ্ঞান, দক্ষতা ও আচরণ (কেএসও) সম্পর্কিত মৌলিক জ্ঞান অর্জন করতে পারবেন। এতে মেকআপের উপকরণসমূহ সনাক্ত করতে পারা এবং মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করতে পারার দক্ষতাসমূহ অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে।

এই মডিউলে বর্ণিত শিখনফল অর্জনের জন্য আপনাকে ধারাবাহিকভাবে শিক্ষা কার্যক্রম সম্পন্ন করতে হবে। এইসব কার্যক্রম একটি নির্দিষ্ট শ্রেণীকক্ষে বা অন্যত্র সম্পন্ন করা যেতে পারে। বর্ণিত শিখনফল তথা জ্ঞান ও দক্ষতা অর্জনের জন্য এসব কার্যক্রমের পাশাপাশি সংশ্লিষ্ট অনুশীলন ও সম্পন্ন করতে হবে।

শিখন কার্যক্রমের ধারা জানার জন্য "শিখন কার্যক্রম" অংশটি অনুসরণ করুন। ধারাবাহিকভাবে জানার জন্য সূচিপত্র, তথ্যপত্র, কার্যক্রম পত্র, শিখন কার্যক্রম, শিখনফল এবং উত্তরপত্রে পৃষ্ঠা নম্বর ব্যবহার করা হয়েছে। নির্দিষ্ট পাঠের সাথে সঠিক সহায়ক উপাদান সম্পর্কে জানার জন্যে শিখন কার্যক্রম অংশটি দেখতে হবে। এই শিখন কার্যক্রম অংশ আপনার সক্ষমতা অর্জন অনুশীলনের রোডম্যাপ হিসাবে কাজ করে।

তথ্যপত্রটি পড়ুন। এতে কার্যক্রম সম্পর্কে সঠিক ধারণা এবং সুনির্দিষ্টভাবে কাজ করার ধারণা পাওয়া যাবে। 'তথ্যপত্রটি' পড়া শেষ করে 'সেলফ চেক শীট' এ উল্লেখিত প্রশ্নগুলোর উত্তর প্রদান করুন। শিখন গাইডের তথ্যপত্রটি অনুসরণ করে 'সেলফ চেক শিট' সমাপ্ত করুন। 'সেলফ চেক' শীটে দেয়া প্রশ্নগুলোর উত্তর সঠিক হয়েছে কি না তা জানার জন্য 'উত্তর পত্র' দেখুন।

জব শীটে নির্দেশিত ধাপ অনুসরণ করে যাবতীয় কার্য সম্পাদন করুন। এখানেই আপনি নতুন সক্ষমতা অর্জনের পথে আপনার নতুন জ্ঞান কাজে লাগাতে পারবেন।

এই মডিউল অনুযায়ী কাজ করার সময় নিরাপত্তা বিষয়টি সম্পর্কে সচেতন থাকবেন। কোনো প্রশ্ন থাকলে ফ্যাসিলিটেটরকে প্রশ্ন করতে সংকোচ করবেন না।

এই শিখন গাইডে নির্দেশিত সকল কাজ শেষ করার পর অর্জিত সক্ষমতা মূল্যায়ন করে নিশ্চিত হবেন যে, আপনি পরবর্তী মূল্যায়নের জন্য কতটুকু উপযুক্ত। প্রয়োজনীয় সব সক্ষমতা অর্জন হয়েছে কিনা তা জানার জন্য মডিউলের শেষে সক্ষমতা মান এর একটি চেকলিস্ট দেওয়া হয়েছে। এই তথ্যটি কেবলমাত্র আপনার নিজের জন্য।

সূচিপত্র

কপিরাইট	ii
সক্ষমতাভিত্তিক শিখন উপকরণ ব্যবহার নির্দেশিকা	vi
মডিউল কন্টেন্ট	১
শিখনফল (Learning Outcome)- ১: মেকআপের উপকরণ সমূহ সনাক্ত করতে পারবেন।	২
প্রশিক্ষণ কার্যক্রম (Learning Activities) - ১: মেকআপের উপকরণ সমূহ সনাক্ত করা	৩
ইনফরমেশন শিট (Information Sheet) - ১: মেকআপের উপকরণ সমূহ সনাক্ত করা	৪
সেলফ চেক (Self Check)- ১: ইউনিট, টুলস ও কর্মক্ষেত্র প্রস্তুত করা	১৮
উত্তরপত্র (Answer Key)-১: ইউনিট, টুলস ও কর্মক্ষেত্র প্রস্তুত করা	১৯
টাস্ক শিট (Task Sheet)- ১.১ : মেকআপের উপকরণগুলি চিহ্নিত করা	২০
স্পেসিফিকেশন শিট ৩.১: থ্রেড হোল্ড করা	২১
শিখনফল (Learning Outcome)- ২ : মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করতে পারবে.....	২২
শিক্ষণ/প্রশিক্ষণ কার্যক্রম (Learning Activities) -২ : মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করা.....	২৩
ইনফরমেশন শিট (Information Sheet) - ২ : মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করা	২৪
সেলফ চেক (Self Check)- ২ : মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করা	৩৩
উত্তরপত্র (Answer Key)- ২ : মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করা	৩৪
টাস্ক শিট (Task Sheet) - ২.১ : গ্রাহকের ত্বকের অবস্থা অনুসরণ করে মেকআপ সামগ্রী নির্বাচন	৩৫
স্পেসিফিকেশন শিট (Specification Sheet)- ২.১ : গ্রাহকের ত্বকের অবস্থা অনুসরণ করে মেকআপ সামগ্রী নির্বাচন	৩৬
দক্ষতা পর্যালোচনা (Review of Competency).....	৩৭
সিবিএলএম প্রনয়ন	৩৮
রেফারেন্স (Reference)	৩৯

মডিউল কন্টেন্ট

ইউ ও সি শিরোনাম	মেকআপ সামগ্রীর জ্ঞান প্রয়োগ করুন (Apply Knowledge of Makeup Materials)
ইউ ও সি কোড	OU-IS-MA-03-L2-BN-V1
মডিউল শিরোনাম	মেকআপ সামগ্রীর জ্ঞান প্রয়োগ করা
মডিউলের বর্ণনা	মেকআপ সামগ্রীর জ্ঞান প্রয়োগ করার জন্য প্রয়োজনীয় জ্ঞান, দক্ষতা ও আচরণ (কেএসএ) সম্পর্কিত এন্টিভিটিগুলো এই মডিউল-এ অন্তর্ভুক্ত করতে সক্ষম হয়েছে। এতে মেকআপের উপকরণসমূহ সনাক্ত করতে পারা এবং মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করতে পারার দক্ষতাসমূহ অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে।
নমিনাল সময়	১৫ ঘন্টা
শিখনফল	মডিউলটির প্র্যাকটিস শেষ করার পর প্রশিক্ষণার্থীরা নিম্নবর্ণিত জবগুলো করতে সমর্থ হবে: ১. মেকআপের উপকরণসমূহ সনাক্ত করতে পারবে। ২. মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করতে পারবে।

অ্যাসেসমেন্ট ক্রাইটেরিয়া (Assessment Criteria):

১. সৌন্দর্য পণ্যের বিভিন্ন ধরণ চিহ্নিত করা হয়েছে।
২. মেকআপের উপকরণ সমূহ চিহ্নিত করা হয়েছে।
৩. সৌন্দর্য পণ্যের রাসায়নিক উপাদানসমূহ চিহ্নিত করা হয়েছে।
৪. সৌন্দর্য পণ্যের লেবেলের বিষয়বস্তু ব্যাখ্যা করা হয়েছে।
৫. মেকআপের উপকরণসমূহের ব্যবহার ব্যাখ্যা করা হয়েছে।
৬. মেকআপ পণ্য ব্যবহারের সতর্কতাসমূহ ব্যাখ্যা করা হয়েছে।
৭. মেকআপ সামগ্রী ব্যবহারের বিরূপ প্রভাবসমূহ ব্যাখ্যা করা হয়েছে।
৮. গ্রাহকদের হকের অবস্থা অনুযায়ী উপযুক্ত মেকআপ পণ্য ব্যবহারের পরামর্শ দেওয়া হয়েছে।
৯. প্রস্তুতকারকদের ম্যানুয়াল অনুযায়ী মেকআপ পণ্য ব্যবহার করা হয়েছে।

শিখনফল (Learning Outcome)- ১: মেকআপের উপকরণ সমূহ সনাক্ত করতে পারবেন।

অ্যাসেসমেন্ট মানদণ্ড	<ol style="list-style-type: none"> ১. সৌন্দর্য পণ্যের বিভিন্ন ধরণ চিহ্নিত করা হয়েছে। ২. মেকআপের উপকরণ সমূহ চিহ্নিত করা হয়েছে। ৩. সৌন্দর্য পণ্যের রাসায়নিক উপাদানসমূহ চিহ্নিত করা হয়েছে। ৪. সৌন্দর্য পণ্যের লেবেলের বিষয়বস্তু ব্যাখ্যা করা হয়েছে।
শর্ত ও রিসোর্স	<ol style="list-style-type: none"> ১. প্রকৃত কর্মক্ষেত্র অথবা প্রশিক্ষণ পরিবেশ ২. ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক সরঞ্জাম (PPE) ৩. টুলস ৪. ইকুইপমেন্ট ৫. ম্যাটেরিয়ালস ৬. সিবিএলএম ৭. হ্যান্ডআউটস ৮. ল্যাপটপ ৯. মাল্টিমিডিয়া প্রজেক্টর ১০. কাগজ, কলম, পেন্সিল ও ইরেজার ১১. হোয়াইট বোর্ড ও মার্কার ১২. ওডিও ভিডিও ডিভাইস
বিষয়বস্তু	<ol style="list-style-type: none"> ১. বিভিন্ন ধরণের সৌন্দর্য পণ্য ২. মেকআপের উপকরণ সমূহ ৩. সৌন্দর্য পণ্যের রাসায়নিক উপাদানসমূহ ৪. সৌন্দর্য পণ্যের লেবেলের বিষয়বস্তু
জব / টাস্ক / এক্টিভিটি	<ol style="list-style-type: none"> ১. মেকআপের উপকরণগুলি চিহ্নিত করা
প্রশিক্ষণ পদ্ধতি	<ol style="list-style-type: none"> ১. আলোচনা (Discussion) ২. উপস্থাপন (Presentation) ৩. প্রদর্শন (Demonstration) ৪. নির্দেশিত অনুশীলন (Guided Practice) ৫. স্বতন্ত্র অনুশীলন (Individual Practice) ৬. প্রজেক্ট ওয়ার্ক (Project Work) ৭. সমস্যা সমাধান (Problem Solving) ৮. মাথাখাটানো (Brainstorming)
অ্যাসেসমেন্ট পদ্ধতি	<ol style="list-style-type: none"> ১. লিখিত অভীক্ষা (Written Test) ২. প্রদর্শন (Demonstration) ৩. মৌখিক প্রশ্ন (Oral Questioning) ৪. পোর্টফলিও (Portfolio)

প্রশিক্ষণ কার্যক্রম (Learning Activities) - ১: মেকআপের উপকরণ সমূহ সনাক্ত করা

এই শিখনফল অর্জনের লক্ষ্যে শিখনফলে অন্তর্ভুক্ত বিষয়বস্তু এবং পারফরম্যান্স ক্রাইটেরিয়া অর্জনের জন্য নিম্নলিখিত কার্যক্রমগুলো পর্যায়ক্রমে সম্পাদন করুন। কার্যক্রমগুলোর জন্য বর্ণিত রিসোর্সসমূহ ব্যবহার করুন।

শিখন কার্যক্রম (Learning Activities)	উপকরণ / বিশেষ নির্দেশনা (Resources / Special instructions)
১. প্রশিক্ষণার্থীগণ কোন শিক্ষা উপকরণ ব্যবহার করবে সে সম্পর্কে প্রশিক্ষকের নিকট জানতে চাইবে।	১. প্রশিক্ষক প্রশিক্ষণার্থীদের “মেকআপের উপকরণ সমূহ সনাক্ত করা” শেখার জন্য উপকরণ প্রদান করবেন।
২. ইনফরমেশন শিট পড়তে হবে।	২. ইনফরমেশন শিট ১ : মেকআপের উপকরণ সমূহ সনাক্ত করা
৩. সেলফ চেকে প্রদত্ত প্রশ্নগুলোর উত্তর প্রদান করুন এবং উত্তরপত্রের সাথে মিলিয়ে নিশ্চিত হতে হবে।	৩. সেলফ-চেক শিট ১ -এ দেয়া প্রশ্নগুলোর উত্তর প্রদান করুন। উত্তরপত্র ১ -এর সাথে নিজের উত্তর মিলিয়ে নিশ্চিত করুন।
৪. জব/টাস্ক শিট ও স্পেসিফিকেশন শিট অনুযায়ী জব সম্পাদন করুন।	৪. নিম্নোক্ত জব/টাস্ক শিট অনুযায়ী জব/টাস্ক সম্পাদন করুন টাস্ক শিট ১.১ : মেকআপের উপকরণগুলি চিহ্নিত করা





ইনফরমেশন শিট (Information Sheet) - ১: মেকআপের উপকরণ সমূহ সনাক্ত করা

শিখন উদ্দেশ্য (Learning Objective): এই ইনফরমেশন শীট পড়ে শিক্ষার্থীগণ নিম্নোক্ত বিষয়গুলো ব্যাখ্যা করতে, বর্ণনা করতে ও তথ্যগুলো কাজে প্রয়োগ করতে পারবে-

- ১.১. সৌন্দর্য পণ্যের বিভিন্ন ধরণ চিহ্নিত করা
- ১.২. মেকআপের উপকরণ সমূহ চিহ্নিত করা
- ১.৩. সৌন্দর্য পণ্যের রাসায়নিক উপাদানসমূহ চিহ্নিত করা
- ১.৪. সৌন্দর্য পণ্যের লেবেলের বিষয়বস্তু ব্যাখ্যা করা

১.১. সৌন্দর্য পণ্যের বিভিন্ন ধরণ চিহ্নিত করা

সৌন্দর্য পণ্যের বিশ্বে অত্যন্ত বিস্তৃত এবং নিত্যনতুন পণ্য দিয়ে পরিপূর্ণ। ত্বক, চুল, মেকআপ, নখ, এবং শরীরের বিভিন্ন অংশের যত্নের জন্য বিভিন্ন ধরনের পণ্য পাওয়া যায়। আসুন সৌন্দর্য পণ্যের কিছু প্রধান পণ্য সম্পর্কে জেনে নিই।

পণ্য	বর্ণনা		
পাউডার	পাউডার হলো এক ধরনের শুকনো সৌন্দর্য পণ্য যা সাধারণত ত্বকে মসৃণতা আনার জন্য ব্যবহার করা হয়। এটি মুখের ত্বককে সুস্বাদু এবং ম্যাট ফিনিশ দেয়। পাউডার সাধারণত মেকআপের পর ফিনিশিং টাচ হিসেবে ব্যবহার হয়।		
স্টিক ফর্ম	স্টিক ফর্ম পণ্যগুলো কঠিন আকারে থাকে, এবং এটি ত্বকে সহজে প্রয়োগ করা যায়। ফাউন্ডেশন, কনট্যুর এবং ব্লাশ স্টিক পণ্যের মধ্যে আসে, যেগুলি ত্বকে মসৃণভাবে মিশে যায়।		
ফ্লুইড ফর্ম	ফ্লুইড ফর্ম পণ্য সাধারণত তরল আকারে থাকে এবং এটি ত্বকে সহজে মিশে যায়। ফাউন্ডেশন, কনসিলার, ফাউন্ডেশন প্রাইমার, ময়েশ্চারাইজার ইত্যাদি ফ্লুইড ফর্মে থাকে। এটি ত্বকের উপরে সূক্ষ্ম এবং লাইট ফিনিশ দেয়।		
ক্রিম ফর্ম	ক্রিম ফর্ম পণ্যগুলি সাধারণত ঘন এবং সেমি-লিকুইড থাকে। এটি ত্বকে আর্দ্রতা প্রদান করে এবং মেকআপের ভিত্তি হিসেবে ব্যবহৃত হয়। ক্রিম পণ্যগুলির মধ্যে ময়েশ্চারাইজার, ব্লাশ, ফাউন্ডেশন অন্তর্ভুক্ত থাকে।		
			
চিত্র: পাউডার	চিত্র: স্টিক ফর্ম	চিত্র: ফ্লুইড ফর্ম	চিত্র: ক্রিম ফর্ম
অইন্টমেন্ট	অইন্টমেন্ট হলো এক ধরনের মসৃণ এবং তৈলাক্ত পণ্য যা ত্বকে আর্দ্রতা প্রদান করে এবং ত্বকের সমস্যাগুলি যেমন শুষ্কতা বা খুসকির জন্য ব্যবহৃত হয়। এটি ত্বককে কোমল ও সুস্থ রাখে।		
পেস্ট	পেস্ট পণ্যগুলো এক ধরনের ঘন এবং মিশ্রিত পণ্য যা ত্বকে প্রয়োগ করা যায়। এটি সাধারণত বিশেষ কোনো নির্দিষ্ট কাজের জন্য ব্যবহৃত হয়, যেমন হালকা মেকআপ বা স্কিন কন্ডিশনিং।		

জেল	জেল ফর্ম পণ্যগুলো সাধারণত আঠালো এবং জেলির মতো হয়, যা ত্বকে শীতলতা ও আর্দ্রতা প্রদান করে। এটি ত্বকে গভীরভাবে প্রবাহিত হয় এবং দীর্ঘস্থায়ী আর্দ্রতা দেয়। জেল পণ্যগুলির মধ্যে ময়েশ্চারাইজার এবং কিছু নির্দিষ্ট স্কিন কেয়ার পণ্য রয়েছে।		
			
চিত্র: অইন্টমেন্ট	চিত্র: পেস্ট	চিত্র: জেল	

ত্বকের যত্নের পণ্য

পণ্যের নাম	ব্যবহার		
ক্লিনজার	মুখের ময়লা, তেল ও মেকআপ দূর করতে ব্যবহৃত হয়।		
টোনার	ত্বকের pH লেভেল বজায় রাখে এবং ছিদ্র পরিষ্কার করে।		
ময়েশ্চারাইজার	ত্বককে হাইড্রেটেড রাখে এবং কোষকে পুষ্টি যোগায়।		
সানস্ক্রিন	ত্বককে সূর্যের ক্ষতিকর রশ্মি থেকে রক্ষা করে।		
			
চিত্র: ক্লিনজার	চিত্র: টোনার	চিত্র: ময়েশ্চারাইজার	চিত্র: সানস্ক্রিন
সিরাম	ত্বকের নির্দিষ্ট সমস্যা যেমন বলিরেখা, দাগ, বা অন্ধকার বৃত্ত দূর করতে ব্যবহৃত হয়।		
মাস্ক	ত্বককে পুষ্টি যোগায় এবং বিভিন্ন সমস্যা সমাধান করে।		
আই ক্রিম	চোখের নিচের ত্বকের যত্নের জন্য বিশেষভাবে তৈরি করা হয়।		
			
চিত্র: সিরাম	চিত্র: মাস্ক	চিত্র: আই ক্রিম	

চুলের যত্নের পণ্য

একটি সুন্দর ও স্বাস্থ্যকর চুলের জন্য এই পণ্যগুলি কীভাবে কাজ করে, তা আসুন জেনে নিই:

পণ্যের নাম	ব্যবহার
শ্যাম্পু	চুল এবং মাথার ত্বক পরিষ্কার করে, ময়লা, তেল ও অন্যান্য দূষণকারী উপাদান দূর করে।
কন্ডিশনার	চুলের শাফটে একটি সুরক্ষা স্তর তৈরি করে, চুলকে নরম, মসৃণ এবং চকচকে করে।
হেয়ার মাস্ক	চুলে গভীরভাবে পুষ্টি যোগায়, ক্ষতিগ্রস্ত চুল মেরামত করে এবং চুলকে শক্তিশালী করে।
হেয়ার স্প্রে	চুলের স্টাইল ধরে রাখে, আকার দেয় এবং চুলকে ফ্লাফি করে।

			
চিত্র: শ্যাম্পু	চিত্র: কন্ডিশনার	চিত্র: হেয়ার মাস্ক	চিত্র: হেয়ার স্প্রে

হেয়ার জেল	চুলে শক্তিশালী হোল্ড দেয়, স্টাইলকে দীর্ঘস্থায়ী করে।
হেয়ার অয়েল	চুলকে ময়শ্চারাইজ করে, চুলের গোড়া মজবুত করে এবং চুলকে চকচকে করে।

			
চিত্র: হেয়ার জেল	চিত্র: হেয়ার অয়েল		

মেকআপ

পণ্যের নাম	মূল কাজ	আরো কিছু বিষয়
ফাউন্ডেশন	ত্বকের রং সমান করে এবং ছোট ছোট দাগ ঢেকে দেয়।	বিভিন্ন ধরনের ফাউন্ডেশন আছে: লিকুইড, ক্রিম, পাউডার। ত্বকের ধরন অনুযায়ী ফাউন্ডেশন বেছে নিতে হবে।
কনসিলার	অন্ধকার বৃত্ত, দাগ এবং অন্যান্য অসম্পূর্ণতা ঢেকে দেয়।	সাধারণত ফাউন্ডেশনের চেয়ে ঘন হয় এবং ছোট এলাকায় ব্যবহৃত হয়।
পাউডার	মেকআপকে দীর্ঘস্থায়ী করে এবং তৈলাক্ত ত্বককে ম্যাট করে।	লুজ পাউডার, প্রেসড পাউডার, ট্রান্সলুসেন্ট পাউডার ইত্যাদি বিভিন্ন ধরনের পাউডার আছে।
ব্লাশ	গালে রঙিন আভা দেয়।	গালকে ফ্রেশ এবং জীবন্ত দেখায়। ক্রিম বা পাউডার ফর্মে পাওয়া যায়।

			
চিত্র: ফাউন্ডেশন	চিত্র: কনসিলার	চিত্র: পাউডার	চিত্র: ব্লাশ

আইশ্যাডো	চোখের পাতায় রঙিন আভা দেয়।	চোখের আকার ও রং অনুযায়ী আইশ্যাডো বেছে নিতে হয়। ম্যাট, শিমার, ফয়েল ইত্যাদি বিভিন্ন ফিনিশের আইশ্যাডো পাওয়া যায়।
মাস্কারা	পৌচটাকে ঘন এবং লম্বা করে।	ওয়াটারপুফ, ভলিউমাইজিং, লেঙ্ঘনিং ইত্যাদি বিভিন্ন ধরনের মাস্কারা আছে।
লিপস্টিক	ওঠঠে রঙিন আভা দেয়।	ম্যাট, শিমার, স্যাটিন ইত্যাদি বিভিন্ন ফিনিশের লিপস্টিক পাওয়া যায়।
আইলাইনার	চোখের আকারকে সংজ্ঞায়িত করে।	পেন্সিল, লিকুইড, জেল ইত্যাদি বিভিন্ন ফর্মে পাওয়া যায়।





			
চিত্র: আইশ্যাডো	চিত্র: মাস্কারা	চিত্র: লিপস্টিক	চিত্র: আইলাইনার

ব্রো পেন্সিল/পাউডার	ভ্রুকে আঁকা হয়।	ভ্রুর আকার অনুযায়ী ভ্রু পেন্সিল বা পাউডার বেছে নিতে হয়।
প্রাইমার	মেকআপকে দীর্ঘস্থায়ী করে এবং ত্বকে মসৃণ করে।	ফাউন্ডেশনের আগে ব্যবহৃত হয়।
সেটিং স্প্রে	মেকআপকে সারা দিন ধরে ফিকে হতে বাধা দেয়।	মেকআপের উপর স্প্রে করে ব্যবহার করা হয়।

		
চিত্র: ব্রো পেন্সিল/পাউডার	চিত্র: প্রাইমার	চিত্র: সেটিং স্প্রে মাস্ক

নখের যত্নের পণ্য

পণ্যের নাম	ব্যবহার
নেল পলিশ	নখে রঙিন আভা দেয় এবং নখকে সুন্দর দেখায়।
নেল রিমুভার	নখে লাগানো নেল পলিশ দূর করে।
কিউটিকল অয়েল	নখের চারপাশের ত্বককে নরম রাখে, কিউটিকলকে নরম করে এবং নখের বৃদ্ধি উল্লেখ করে।
নেল কাটার	নখ কাটতে ব্যবহৃত হয়।

			
চিত্র: নেল পলিশ	চিত্র: নেল রিমুভার	চিত্র: কিউটিকল অয়েল	চিত্র: নেল কাটার

নেল ফাইল	নখের আকার দিতে এবং মসৃণ করতে ব্যবহৃত হয়।
কিউটিকল পুশার	নখের চারপাশের ত্বককে ধাক্কা দিয়ে নখের মূল অংশকে পরিষ্কার করে।
নেল বাফ	নখের উপরের স্তরকে মসৃণ করে এবং চকচকে করে।
নেল ট্রিটমেন্ট	নখের বিভিন্ন সমস্যা যেমন ভঙ্গুরতা, দাগ ইত্যাদি দূর করতে ব্যবহৃত হয়।
নেইল হার্ডেনার	নখকে শক্তিশালী করে এবং ভাঙা থেকে রক্ষা করে।

				
চিত্র: নেল ফাইল	চিত্র: কিউটিকল পুশার	চিত্র: নেল বাফ	চিত্র: নেল ট্রিটমেন্ট	চিত্র: নেইল হার্ডেনার

শরীরের যত্নের পণ্য

পণ্যের নাম	ব্যবহার
বডি লোশন	শরীরকে ময়শ্চারাইজ করে, ত্বককে নরম এবং কোমল রাখে। বিভিন্ন ধরনের ত্বকের জন্য বিভিন্ন ধরনের বডি লোশন পাওয়া যায়।

বডি স্ফাব	শরীরের মৃত কোষ দূর করে, ত্বককে মসৃণ করে এবং রক্ত সঞ্চালন বাড়ায়। সাধারণত সপ্তাহে একবার বা দুইবার ব্যবহার করা হয়।
ডিওডরেন্ট	শরীরের দুর্গন্ধ দূর করে এবং শরীরকে সারা দিন সতেজ রাখে।
পারফিউম	শরীরে সুগন্ধ ছড়ায় এবং ব্যক্তিত্ব প্রকাশ করে।

			
চিত্র: বডি লোশন	চিত্র: বডি স্ফাব	চিত্র: ডিওডরেন্ট	চিত্র: পারফিউম

বডি ওয়াশ	শরীর পরিষ্কার করতে ব্যবহৃত হয়। সাধারণত স্নানের সময় ব্যবহার করা হয়।
বডি বটার	খুব শুষ্ক ত্বকের জন্য ব্যবহৃত হয়। বডি লোশনের চেয়ে ঘন হয় এবং ত্বকে দীর্ঘস্থায়ী ময়েশ্চারাইজেশন প্রদান করে।
সানস্ক্রিন	ত্বককে সূর্যের ক্ষতিকর রশ্মি থেকে রক্ষা করে।

		
চিত্র: বডি ওয়াশ	চিত্র: বডি বটার	চিত্র: সানস্ক্রিন

এ ছাড়াও, সৌন্দর্য পণ্যের আরো অনেক শ্রেণী রয়েছে, যেমন:

- পুরুষদের জন্য সৌন্দর্য পণ্য
- প্রাকৃতিক ও জৈব সৌন্দর্য পণ্য
- চুলের স্টাইলিং পণ্য

সৌন্দর্য পণ্য বেছে নেওয়ার টিপস

- আপনার ত্বকের ধরন জানুন: তৈলাক্ত, শুষ্ক, সংবেদনশীল বা মিশ্র ত্বকের জন্য বিভিন্ন ধরনের পণ্য উপলব্ধ।
- আপনার চেহারা বিশ্লেষণ করুন: আপনার চেহারার আকৃতি, চোখের রঙ এবং ত্বকের টোন অনুযায়ী পণ্য বেছে নিন।
- পরীক্ষা করে দেখুন: কোন পণ্য আপনার জন্য উপযুক্ত তা নিশ্চিত করার জন্য সবসময় স্যাম্পল বা ছোট প্যাকেজ কিনুন।
- পেশাদারের পরামর্শ নিন: কোন পণ্য আপনার জন্য উপযুক্ত তা নির্ধারণে একজন মেকআপ আর্টিস্ট আপনাকে সাহায্য করতে পারেন।

সৌন্দর্য পণ্যের জগৎ বিশাল এবং বৈচিত্র্যময়। সঠিক পণ্য বেছে নেওয়া আপনাকে আরও আত্মবিশ্বাসী এবং সুন্দর বোধ করতে সাহায্য করবে। তবে মনে রাখবেন, সৌন্দর্যের চাবিকাঠি শুধুমাত্র বাইরের চেহারা নয়, ভিতরের সৌন্দর্যও।

১.২. মেকআপের উপকরণ সমূহ চিহ্নিত করা

আমরা সবাই চাই যে আমাদের মেকআপ সারা দিন ধরে টিকে থাকুক এবং ত্বকে কোনো ক্ষতি না করে। কিন্তু কীভাবে? উত্তর হল, মেকআপের উপকরণগুলি। এই উপকরণগুলিই মেকআপকে তার বিশেষ বৈশিষ্ট্য দেয়, যেমন রঙ, টেকসচার এবং স্থায়িত্ব। আসুন জেনে নিই মেকআপের প্রধান উপকরণগুলি সম্পর্কে।

পণ্য	বর্ণনা
স্কিন প্রোডাক্টস	স্কিন প্রোডাক্টস ত্বকের যত্নের জন্য ব্যবহৃত হয়। এর মধ্যে সেরাম, নেক ক্রিম, আই ক্রিম, এবং সানস্ক্রীন ক্রিম রয়েছে।
টোনিং প্রোডাক্টস	টোনিং প্রোডাক্টস ত্বকে পরিষ্কার এবং শুদ্ধ করে। এতে টোনার, ফ্রেশনার, এবং অ্যাস্ট্রিনজেন্ট অন্তর্ভুক্ত থাকে।
ময়েশ্চারাইজিং প্রোডাক্টস	ময়েশ্চারাইজিং প্রোডাক্টস ত্বকের আর্দ্রতা বজায় রাখে এবং শুষ্কতা থেকে রক্ষা করে। এর মধ্যে লোশন, ক্রিম এবং ফেস মাস্ক রয়েছে।
ক্লিনজিং প্রোডাক্টস	ক্লিনজিং প্রোডাক্টস ত্বকে পরিষ্কার রাখতে ব্যবহৃত হয়। এতে ক্লিনজিং ক্রিম, ক্লিনজিং লোশন, ফোমিং ক্লিনজার এবং ক্লিনজিং বার অন্তর্ভুক্ত থাকে। এই পণ্যগুলো ত্বক থেকে ময়লা, অতিরিক্ত তেল এবং মেকআপ দূর করতে সহায়তা করে।

ফাউন্ডেশন: ত্বকের ক্যানভাস

ফাউন্ডেশন হল সৌন্দর্যের জগতের ক্যানভাস। এটি ত্বকের রংকে সমান করে, ছিদ্র এবং দাগগুলি ঢেকে রাখে এবং একটি সমান এবং মসৃণ ভিত্তি তৈরি করে। ফাউন্ডেশন বিভিন্ন ফর্ম্যাটে আসে, যেমন:

- **লিকুইড:** সবচেয়ে জনপ্রিয় ফর্ম্যাট, ত্বকে সহজে মিশে যায় এবং একটি প্রাকৃতিক ফিনিশ দেয়।
- **ক্রিম:** কিছুটা ঘন, শুষ্ক ত্বকের জন্য উপযুক্ত।
- **কমপ্যাক্ট:** পাউডার ফর্ম্যাট, তৈলাক্ত ত্বকের জন্য ভালো।
- **স্টিক:** সহজে বহনযোগ্য এবং দ্রুত প্রয়োগের জন্য উপযুক্ত।



ফাউন্ডেশন বেছে নেওয়ার সময় কিছু বিষয় খেয়াল রাখা জরুরি:

- **ত্বকের ধরন:** তৈলাক্ত, শুষ্ক, সংবেদনশীল বা মিশ্র ত্বকের জন্য বিভিন্ন ধরনের ফাউন্ডেশন উপলব্ধ।
- **কভারেজ:** আপনি কতটা কভারেজ চান তার উপর নির্ভর করে আপনাকে ফাউন্ডেশন বেছে নিতে হবে।
- **ফিনিশ:** ম্যাট, ডিউই বা স্যাটিন - আপনার পছন্দ অনুযায়ী ফিনিশ বেছে নিতে পারেন।

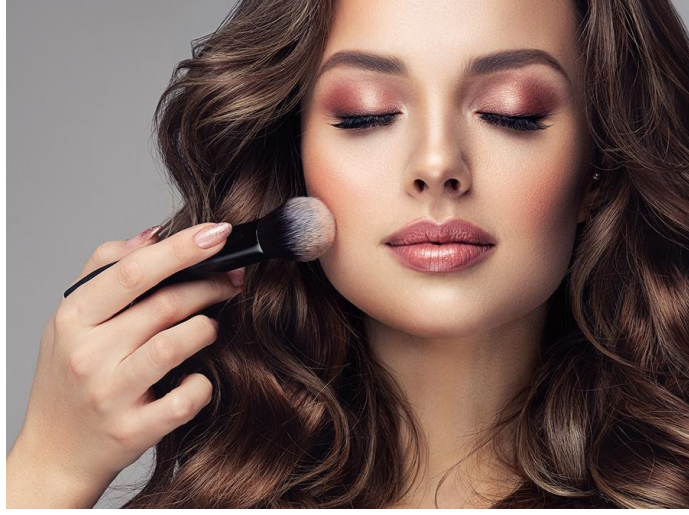
কন্সিলার

কন্সিলার ফাউন্ডেশনের পরে ব্যবহৃত হয় এবং ত্বকের বিশেষ এলাকা, যেমন কালো চোখের নিচের অন্ধকার, দাগ বা লালত্বা ঢাকতে ব্যবহৃত হয়। কন্সিলার সাধারণত ফাউন্ডেশন থেকে কিছুটা ঘন হয় এবং এটি বিভিন্ন রঙে পাওয়া যায়।



ব্লাশ

ব্লাশ গালে একটু রঙ যোগ করে এবং মুখে একটি স্বাস্থ্যকর এবং তাজা চেহারা দেয়। ব্লাশ পাউডার, ক্রিম বা জেল ফর্ম্যাটে পাওয়া যায়।



আইশ্যাডো

আইশ্যাডো চোখের পাতায় রঙ যোগ করে এবং চোখকে আরও বড় এবং উজ্জ্বল দেখাতে সাহায্য করে। আইশ্যাডো বিভিন্ন ফর্ম্যাটে, যেমন পাউডার, ক্রিম এবং স্টিক ফর্ম্যাটে পাওয়া যায়।



আইলাইনার: চোখের সীমানা

আইলাইনার চোখের সীমানা তুলে ধরে এবং চোখকে আরও সংজ্ঞায়িত করে। আইলাইনার পেন্সিল, তরল বা জেল ফর্ম্যাটে পাওয়া যায়।



মাসকারা

মাসকারা চোখের পাপড়িকে ঘন এবং লম্বা করে এবং চোখকে আরও আকর্ষণীয় করে তোলে। মাসকারা বিভিন্ন ধরনের পাওয়া যায়, যেমন ভলিউমাইজিং, লেংথনিং এবং কার্লিং।



লিপস্টিক

লিপস্টিক ঠোঁটকে রঙিন করে এবং মুখে একটি আকর্ষণীয় এবং সম্পূর্ণ চেহারা দেয়। লিপস্টিক বিভিন্ন ফর্ম্যাটে, যেমন ক্রিমি, ম্যাট এবং স্যাটিন ফর্ম্যাটে পাওয়া যায়।



অন্যান্য সৌন্দর্য পণ্য


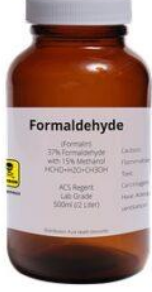
উপরের উল্লিখিত পণ্যগুলি ছাড়াও, আরও অনেক ধরনের সৌন্দর্য পণ্য রয়েছে, যেমন:

- **প্রাইমার:** মেকআপের আগে ব্যবহৃত হয়, ত্বককে মসৃণ করে এবং মেকআপকে দীর্ঘস্থায়ী করে।
- **ব্রৌ পেপ্সিল:** ব্রুকে আঁকা এবং আকৃতি দেওয়ার জন্য ব্যবহৃত হয়।
- **হাইলাইটার:** চেহারার উঁচু জায়গাগুলিতে আলো ফোটাতে ব্যবহৃত হয়।
- **কন্ট্যুর:** চেহারার আকৃতি পরিবর্তন করতে ব্যবহৃত হয়।
- **সেটিং স্প্রে:** মেকআপকে দীর্ঘস্থায়ী করতে ব্যবহৃত হয়।

মেকআপের উপকরণগুলি মেকআপের কার্যকারিতা এবং স্থায়িত্ব নির্ধারণ করে। এই উপকরণগুলি সম্পর্কে জানা আপনাকে সঠিক মেকআপ পণ্য বেছে নিতে সাহায্য করবে। তবে মনে রাখবেন, সবচেয়ে ভালো মেকআপ হল সেই মেকআপ যা আপনাকে আত্মবিশ্বাসী এবং সুন্দর বোধ করায়।

১.৩. সৌন্দর্য পণ্যের রাসায়নিক উপাদানসমূহ চিহ্নিত করা

আমরা সকলেই সুন্দর দেখতে চাই এবং এই কামনায় আমরা বিভিন্ন ধরনের সৌন্দর্য পণ্য ব্যবহার করি। কিন্তু এই সৌন্দর্য পণ্যগুলি কী দিয়ে তৈরি? আসুন জেনে নিই সৌন্দর্য পণ্যের কিছু সাধারণ রাসায়নিক উপাদান সম্পর্কে।

<p>প্যারাবেনস: প্যারাবেনস হল একটি সাধারণ সংরক্ষক যা অনেক সৌন্দর্য পণ্যে ব্যবহৃত হয়। এটি ব্যাকটেরিয়া এবং ছত্রাকের বৃদ্ধি রোধ করে পণ্যকে দীর্ঘস্থায়ী করে। যদিও প্যারাবেনস সাধারণত নিরাপদ বলে মনে করা হয়, তবে কিছু গবেষণায় দেখা গেছে যে এটি হরমোনকে প্রভাবিত করতে পারে।</p>	
<p>ফরমালডিহাইড: ফরমালডিহাইড একটি শক্তিশালী জীবাণুনাশক যা কিছু সৌন্দর্য পণ্যে ব্যবহৃত হয়। এটি ব্যাকটেরিয়া, ছত্রাক এবং ভাইরাসকে মেরে ফেলতে সাহায্য করে। তবে ফরমালডিহাইড ত্বকের জন্য জ্বালাপোড়া এবং অ্যালার্জি সৃষ্টি করতে পারে।</p>	

<p>ফথালেটস: ফথালেটস হল প্লাস্টিকাইজার, যার অর্থ এটি প্লাস্টিককে আরও নমনীয় করে। এটি কিছু সৌন্দর্য পণ্যে, বিশেষ করে নেইল পলিশে ব্যবহৃত হয়। কিছু গবেষণায় দেখা গেছে যে ফথালেটস হরমোনকে প্রভাবিত করতে পারে এবং ফার্মিটিটির উপর নেতিবাচক প্রভাব ফেলতে পারে।</p>	
<p>সলফেটস: সলফেটস হল একটি শক্তিশালী ডিটারজেন্ট যা অনেক শ্যাম্পু এবং শরীরের ধোয়া পণ্যে ব্যবহৃত হয়। এটি তেল এবং ময়লা দূর করতে সাহায্য করে। তবে সলফেটস ত্বকে শুষ্ক করে দিতে পারে এবং অ্যালার্জি সৃষ্টি করতে পারে।</p>	
<p>সিলিকন: সিলিকন একটি সিঙ্গেটিক পলিমার যা অনেক সৌন্দর্য পণ্যে ব্যবহৃত হয়। এটি ত্বকে মসৃণ করে এবং আর্দ্রতা ধরে রাখতে সাহায্য করে। সিলিকন সাধারণত নিরাপদ বলে মনে করা হয়, তবে কিছু লোকের ত্বকে এটি অ্যালার্জি সৃষ্টি করতে পারে।</p>	
<p>টাইটানিয়াম ডাইঅক্সাইড: টাইটানিয়াম ডাইঅক্সাইড একটি সাধারণ সানরক উপাদান যা অনেক সৌন্দর্য পণ্যে ব্যবহৃত হয়। এটি সূর্যের ক্ষতিকর UVA এবং UVB রশ্মি থেকে ত্বকে রক্ষা করে। টাইটানিয়াম ডাইঅক্সাইড সাধারণত নিরাপদ বলে মনে করা হয়, তবে কিছু লোকের ত্বকে এটি অ্যালার্জি সৃষ্টি করতে পারে।</p>	

সৌন্দর্য পণ্যের উপাদান সম্পর্কে সচেতন থাকুন

সৌন্দর্য পণ্য কেনার আগে সবসময় উপাদানগুলি ভালো করে পড়ুন। যদি আপনার কোনো অ্যালার্জি বা সংবেদনশীলতা থাকে, তাহলে সেই উপাদানগুলি ধারণকারী পণ্য এড়িয়ে চলুন। প্রাকৃতিক এবং জৈব সৌন্দর্য পণ্যগুলি সাধারণত কম রাসায়নিক উপাদান ধারণ করে।

সৌন্দর্য পণ্যের উপাদানগুলি আমাদের স্বাস্থ্যের জন্য গুরুত্বপূর্ণ। এই উপাদানগুলি সম্পর্কে জানা আপনাকে সঠিক পণ্য বেছে নিতে সাহায্য করবে। সবসময় নিরাপদ এবং প্রাকৃতিক উপাদানযুক্ত পণ্য ব্যবহার করার চেষ্টা করুন।

১.৪. সৌন্দর্য পণ্যের লেবেলের বিষয়বস্তু ব্যাখ্যা করা

আমরা প্রত্যেকেই সুন্দর দেখতে চাই এবং এই কামনায় আমরা বিভিন্ন ধরনের সৌন্দর্য পণ্য ব্যবহার করি। কিন্তু কখনো কি আপনি ভেবেছেন যে এই পণ্যগুলির লেবেলে কী কী তথ্য থাকে? আসুন জেনে নিই সৌন্দর্য পণ্যের লেবেলে থাকা বিভিন্ন তথ্য সম্পর্কে।

সৌন্দর্য পণ্যের লেবেলের বিষয়বস্তু

বিষয়বস্তু	বর্ণনা
শেলফ লাইফ	শেলফ লাইফ হলো পণ্যের ব্যবহারের মেয়াদ বা জীবনকাল। এটি পণ্যের উৎপাদন তারিখ থেকে শুরু হয়ে নির্দিষ্ট সময়ের মধ্যে পণ্যটি ব্যবহার করা উচিত। পণ্যের শেলফ লাইফ লেবেলে উল্লেখ করা থাকে, যেমন ৬ মাস, ১ বছর ইত্যাদি।
ইনগ্রেডিেন্টস	ইনগ্রেডিেন্টস হলো সেই উপাদানসমূহ যা পণ্যের মধ্যে ব্যবহৃত হয়। এটি পণ্যের কার্যকারিতা এবং নিরাপত্তা নিশ্চিত করতে সহায়ক। এই তালিকা পণ্যটি কিভাবে কাজ করবে এবং হকের জন্য উপযুক্ত কিনা তা নির্ধারণে সাহায্য করে।
ব্যবহার	ব্যবহার নির্দেশিকা হলো পণ্যের সঠিকভাবে কীভাবে ব্যবহার করতে হবে, তা সংক্রান্ত তথ্য। এতে পণ্যের পরিমাণ, প্রক্রিয়া এবং প্রয়োগের পদ্ধতি উল্লেখ থাকে। এটি পণ্যের নিরাপদ এবং কার্যকর ব্যবহার নিশ্চিত করে।

এভাবে সৌন্দর্য পণ্যের লেবেলে থাকা এই তথ্যগুলি পণ্য ব্যবহারের জন্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। এগুলি আমাদের পণ্যের উপযুক্ততা, কার্যকারিতা এবং নিরাপত্তা সম্পর্কে সচেতন হতে সাহায্য করে।

- **উৎপাদকের নাম এবং ঠিকানা:** সবচেয়ে প্রথম এবং সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ তথ্য হল উৎপাদকের নাম এবং ঠিকানা। এই তথ্যের মাধ্যমে আপনি জানতে পারবেন যে পণ্যটি কোন কোম্পানি দ্বারা তৈরি করা হয়েছে। যদি কোনো সমস্যা হয়, তাহলে আপনি সরাসরি কোম্পানির সাথে যোগাযোগ করতে পারবেন।
- **উৎপাদনের তারিখ এবং মেয়াদ উত্তীর্ণের তারিখ:** উৎপাদনের তারিখ এবং মেয়াদ উত্তীর্ণের তারিখ দুটি খুবই গুরুত্বপূর্ণ তথ্য। উৎপাদনের তারিখ থেকে আপনি জানতে পারবেন যে পণ্যটি কতদিন আগে তৈরি করা হয়েছে। মেয়াদ উত্তীর্ণের তারিখ থেকে আপনি জানতে পারবেন যে পণ্যটি কতদিন পর্যন্ত ব্যবহারযোগ্য। মেয়াদ উত্তীর্ণ পণ্য ব্যবহার করা আপনার হকের জন্য ক্ষতিকর হতে পারে।
- **উপাদানের তালিকা:** উপাদানের তালিকা হল সবচেয়ে বিস্তারিত তথ্য। এই তালিকায় পণ্যে ব্যবহৃত সব উপাদানের নাম উল্লেখ করা থাকে। যদি আপনার কোনো উপাদানে অ্যালার্জি থাকে, তাহলে এই তালিকা দেখে আপনি নিজেকে রক্ষা করতে পারবেন।
- **ব্যবহার নির্দেশনা:** ব্যবহার নির্দেশনা আপনাকে পণ্যটি কীভাবে সঠিকভাবে ব্যবহার করতে হবে তা জানতে সাহায্য করে। এতে সাধারণত পণ্যটি কত পরিমাণে ব্যবহার করতে হবে, কতবার ব্যবহার করতে হবে এবং কোন অংশে ব্যবহার করতে হবে তা উল্লেখ করা থাকে।

- **সতর্কতা:** সতর্কতায় সাধারণত পণ্যটি ব্যবহার করার সময় সাবধানতা অবলম্বন করার বিষয়গুলি উল্লেখ করা থাকে। যেমন, কিছু পণ্য শুধুমাত্র বাইরের ব্যবহারের জন্য উপযুক্ত, কিছু পণ্য গর্ভবতী মহিলাদের জন্য নিরাপদ নয় ইত্যাদি।
- **বারকোড এবং QR কোড:** বারকোড এবং QR কোড পণ্য সম্পর্কিত অতিরিক্ত তথ্য ধারণ করে। এই কোডগুলি স্ক্যান করে আপনি পণ্য সম্পর্কিত আরও বিস্তারিত তথ্য পেতে পারেন।



সৌন্দর্য পণ্যের লেবেল পড়ার গুরুত্ব

সৌন্দর্য পণ্যের লেবেল পড়া খুবই গুরুত্বপূর্ণ। এটি আপনাকে নিরাপদ এবং কার্যকরী পণ্য বেছে নিতে সাহায্য করবে। লেবেল পড়ার মাধ্যমে আপনি নিশ্চিত হতে পারবেন যে পণ্যটি আপনার ত্বকের জন্য উপযুক্ত এবং কোনো ধরনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সৃষ্টি করবে না।

সৌন্দর্য পণ্যের লেবেল আপনার জন্য একটি গুরুত্বপূর্ণ তথ্যের উৎস। লেবেল পড়ার মাধ্যমে আপনি নিজেকে এবং আপনার ত্বকে সুরক্ষিত রাখতে পারবেন। সবসময় পণ্যের লেবেল ভালো করে পড়ুন এবং সঠিক পণ্য বেছে নিন।

সেলফ চেক (Self Check)- ১: ইউনিট, টুলস ও কর্মক্ষেত্র প্রস্তুত করা

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য নির্দেশনা:- উপরোক্ত ইনফরমেশন শীট পাঠ করে নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর লিখুন-

প্রশ্ন ১: ত্বকের pH লেভেল বজায় রাখতে কোন পণ্যটি ব্যবহৃত হয়?

- ক. ক্লিনজার
- খ. টোনার
- গ. ময়শ্চারাইজার
- ঘ. সানস্ক্রিন

প্রশ্ন ২: কোন মেকআপ পণ্যটি ত্বকের রঙ সমান করতে ব্যবহৃত হয়?

- ক. কন্সিলার
- খ. ব্লাশ
- গ. ফাউন্ডেশন
- ঘ. পাউডার

প্রশ্ন ৩: মেকআপে কোন পণ্যটি ত্বকের নির্দিষ্ট সমস্যা যেমন বলিরেখা দূর করতে ব্যবহৃত হয়?

- ক. সিরাম
- খ. ফাউন্ডেশন
- গ. কন্সিলার
- ঘ. ময়শ্চারাইজার

প্রশ্ন ৪: কোন উপাদানটি ত্বকের জন্য জ্বালাপোড়া এবং অ্যালার্জি সৃষ্টি করতে পারে?

- ক. প্যারাবেনস
- খ. ফরমালডিহাইড
- গ. ফথালেটস
- ঘ. সলফেটস

প্রশ্ন ৫: কোন তথ্যটি সৌন্দর্য পণ্যের লেবেলে উল্লেখিত থাকে যাতে পণ্যটি কোন কোম্পানি দ্বারা তৈরি তা জানা যায়?

- ক. উপাদানের তালিকা
- খ. উপাদানের তারিখ
- গ. উপাদানের নাম এবং ঠিকানা
- ঘ. ব্যবহার নির্দেশনা

উত্তরপত্র (Answer Key)-১: ইউনিট, টুলস ও কর্মক্ষেত্র প্রস্তুত করা

প্রশ্ন ১: ত্বকের pH লেভেল বজায় রাখতে কোন পণ্যটি ব্যবহৃত হয়?

- ক. ক্লিনজার
- খ. টোনার
- গ. ময়শ্চারাইজার
- ঘ. সানস্ক্রিন

উত্তর: খ) টোনার

প্রশ্ন ২: কোন মেকআপ পণ্যটি ত্বকের রঙ সমান করতে ব্যবহৃত হয়?

- ক. কন্সিলার
- খ. ব্লাশ
- গ. ফাউন্ডেশন
- ঘ. পাউডার

উত্তর: গ) ফাউন্ডেশন

প্রশ্ন ৩: মেকআপে কোন পণ্যটি ত্বকের নির্দিষ্ট সমস্যা যেমন বলিরেখা দূর করতে ব্যবহৃত হয়?

- ক. সিরাম
- খ. ফাউন্ডেশন
- গ. কন্সিলার
- ঘ. ময়শ্চারাইজার

উত্তর: ক) সিরাম

প্রশ্ন ৪: কোন উপাদানটি ত্বকের জন্য জ্বালাপোড়া এবং অ্যালার্জি সৃষ্টি করতে পারে?

- ক. প্যারাবেনস
- খ. ফরমালডিহাইড
- গ. ফথালেটস
- ঘ. সলফেটস

উত্তর: খ) ফরমালডিহাইড

প্রশ্ন ৫: কোন তথ্যটি সৌন্দর্য পণ্যের লেবেলে উল্লেখিত থাকে যাতে পণ্যটি কোন কোম্পানি দ্বারা তৈরি তা জানা যায়?

- ক. উপাদানের তালিকা
- খ. উপাদানের তারিখ
- গ. উপাদানের নাম এবং ঠিকানা
- ঘ. ব্যবহার নির্দেশনা

উত্তর: গ) উপাদানের নাম এবং ঠিকানা

টাস্ক শিট (Task Sheet)- ১.১ : মেকআপের উপকরণগুলি চিহ্নিত করা

কাজের নাম	মেকআপের উপকরণগুলি চিহ্নিত করা
কাজের উদ্দেশ্য	মেকআপের বিভিন্ন উপকরণ সম্পর্কে সচেতনতা তৈরি করা, যাতে সঠিকভাবে ও কার্যকরভাবে মেকআপ প্রয়োগ করা যায়।
প্রয়োজনীয় ইকুইপমেন্টস	ফাউন্ডেশন, কনসিলার, প্রাইমার, ব্লাশ, আইশ্যাডো, মাসকারা, লিপস্টিক, ব্রাশ এবং স্পঞ্জ।
কাজের ধাপসমূহ/পদ্ধতি	১. প্রত্যেকটি মেকআপ উপকরণকে চিহ্নিত করুন এবং তাদের কার্যকারিতা ব্যাখ্যা করুন:

মেকআপ উপকরণ	কার্যকারিতা ব্যাখ্যা
ফাউন্ডেশন	
কনসিলার	
প্রাইমার	
ব্লাশ	
আইশ্যাডো	
মাসকারা	
লিপস্টিক	

স্পেসিফিকেশন শিট ৩.১: শ্রেড হোল্ড করা

প্রয়োজনীয় পিপিই

ক্রম	পিপিই এর নাম	স্পেসিফিকেশন	একক	পরিমাণ
১.	গ্লাভস	লেটেক্স, ডিসপোজেবল	জোড়া	5
২.	মাস্ক	সার্জিক্যাল, 3-লেয়ার	পিস	5
৩.	এপ্রন	ওয়াটারপ্রুফ, ডিসপোজেবল	পিস	5
৪.	হেয়ার কভার	নেট, ডিসপোজেবল	পিস	5
৫.	সেফটি গগলস	প্লাস্টিক, ট্রান্সপারেন্ট	পিস	2

প্রয়োজনীয় টুলস

ক্রম	টুলস এর নাম	স্পেসিফিকেশন	একক	পরিমাণ
১.	মেকআপ ব্রাশ	সিঙ্ক্রটিক ব্রিসল, বিভিন্ন আকার	সেট	1
২.	স্পঞ্জ	লেটেক্স-ফ্রি, ট্রায়্যাঙ্গেল শেপ	পিস	10
৩.	প্যালিট	প্লাস্টিক, বিভিন্ন সাইজ	পিস	2
৪.	টুইজার	স্টেইনলেস স্টিল	পিস	2

প্রয়োজনীয় ইকুইপমেন্টস:

ক্রম	ইকুইপমেন্টস এর নাম	স্পেসিফিকেশন	একক	পরিমাণ
১.	লাইটিং সিস্টেম	এলইডি, অ্যাডজাস্টেবল ব্রাইটনেস	পিস	1
২.	স্টোরেজ কন্টেইনার	প্লাস্টিক, মাল্টি-কম্পার্টমেন্ট	পিস	2
৩.	স্যানিটাইজার ডিসপেনসার	অটোমেটিক, 500ml ক্যাপাসিটি	পিস	1

প্রয়োজনীয় ম্যাটেরিয়াল

ক্রম	ম্যাটেরিয়াল এর নাম	স্পেসিফিকেশন	একক	পরিমাণ
১.	ফাউন্ডেশন	লিকুইড, বিভিন্ন শেড	পিস	5
২.	কনসিলার	লিকুইড, বিভিন্ন শেড	পিস	5
৩.	ব্লাশ	পাউডার, বিভিন্ন শেড	পিস	5
৪.	আইশ্যাডো	প্যালিট, বিভিন্ন শেড	পিস	5
৫.	লিপস্টিক	ক্রিমি, বিভিন্ন শেড	পিস	10

শিখনফল (Learning Outcome)- ২ : মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করতে পারবে

অ্যাসেসমেন্ট মানদণ্ড	<ol style="list-style-type: none"> ১. মেকআপের উপকরণসমূহের ব্যবহার ব্যাখ্যা করা হয়েছে। ২. মেকআপ পণ্য ব্যবহারের সতর্কতাসমূহ ব্যাখ্যা করা হয়েছে। ৩. মেকআপ সামগ্রী ব্যবহারের বিরূপ প্রভাবসমূহ ব্যাখ্যা করা হয়েছে। ৪. গ্রাহকদের ত্বকের অবস্থা অনুযায়ী উপযুক্ত মেকআপ পণ্য ব্যবহারের পরামর্শ দেওয়া হয়েছে। ৫. প্রস্তুতকারকদের ম্যানুয়াল অনুযায়ী মেকআপ পণ্য ব্যবহার করা হয়েছে।
শর্ত ও রিসোর্স	<ol style="list-style-type: none"> ১. প্রকৃত কর্মক্ষেত্র অথবা প্রশিক্ষণ পরিবেশ ২. টেস্টিংযোগ্য ইউনিট ৩. টেস্টিং ইকুইপমেন্ট ৪. ইকুইপমেন্ট ৫. ম্যাটেরিয়ালস ৬. সিবিএলএম ৭. হ্যান্ডআউটস ৮. ল্যাপটপ ৯. মাল্টিমিডিয়া প্রজেক্টর ১০. কাগজ, কলম, পেন্সিল ও ইরেজার ১১. হোয়াইট বোর্ড ও মার্কার ১২. ওডিও ভিডিও ডিভাইস
বিষয়বস্তু	<ol style="list-style-type: none"> ১. মেকআপের উপকরণসমূহের ব্যবহার। ২. মেকআপ পণ্য ব্যবহারে সতর্কতাসমূহ। ৩. মেকআপ সামগ্রী ব্যবহারের বিরূপ প্রভাবসমূহ। ৪. গ্রাহকদের ত্বকের অবস্থা অনুযায়ী উপযুক্ত মেকআপ পণ্য ব্যবহারের পরামর্শ দেওয়া। ৫. প্রস্তুতকারকদের ম্যানুয়াল অনুযায়ী মেকআপ পণ্য ব্যবহার করা।
জব / টাস্ক / এক্টিভিটি	<ol style="list-style-type: none"> ১. যথেষ্ট সতর্কতা বজায় রেখে গ্রাহকের ত্বকের অবস্থা অনুসরণ করে মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করুন।
প্রশিক্ষণ পদ্ধতি	<ol style="list-style-type: none"> ১. আলোচনা (Discussion) ২. উপস্থাপন (Presentation) ৩. প্রদর্শন (Demonstration) ৪. নির্দেশিত অনুশীলন (Guided Practice) ৫. স্বতন্ত্র অনুশীলন (Individual Practice) ৬. প্রজেক্ট ওয়ার্ক (Project Work) ৭. সমস্যা সমাধান (Problem Solving) ৮. মাথাখাটানো (Brainstorming)
অ্যাসেসমেন্ট পদ্ধতি	<ol style="list-style-type: none"> ১. লিখিত অভীক্ষা (Written Test) ২. প্রদর্শন (Demonstration) ৩. মৌখিক প্রশ্ন (Oral Questioning) ৪. পোর্টফোলিও (Portfolio)

শিক্ষণ/প্রশিক্ষণ কার্যক্রম (Learning Activities) -২ : মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করা

এই শিখনফল অর্জনের লক্ষ্যে শিখনফলে অন্তর্ভুক্ত বিষয়বস্তু এবং পারফরম্যান্স ক্রাইটেরিয়া অর্জনের জন্য নিম্নলিখিত কার্যক্রমগুলো পর্যায়ক্রমে সম্পাদন করুন। কার্যক্রমগুলোর জন্য বর্ণিত রিসোর্সসমূহ ব্যবহার করুন।

শিখন কার্যক্রম (Learning Activities)	উপকরণ / বিশেষ নির্দেশনা (Resources / Special instructions)
১. প্রশিক্ষণার্থীগণ কোন শিক্ষা উপকরণ ব্যবহার করবে সে সম্পর্কে প্রশিক্ষকের নিকট জানতে চাইবে।	১. প্রশিক্ষক প্রশিক্ষণার্থীদের “মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করা” শেখার জন্য উপকরণ প্রদান করবেন।
২. ইনফরমেশন শিট পড়তে হবে।	২. ইনফরমেশন শিট ২ : মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করা
৩. সেলফ চেকে প্রদত্ত প্রশ্নগুলোর উত্তর প্রদান করুন এবং উত্তরপত্রের সাথে মিলিয়ে নিশ্চিত হতে হবে।	৩. সেক্ষ-চেক শিট ২ -এ দেয়া প্রশ্নগুলোর উত্তর প্রদান করুন। উত্তরপত্র ২ -এর সাথে নিজের উত্তর মিলিয়ে নিশ্চিত করুন।
৪. জব/টাস্ক শিট ও স্পেসিফিকেশন শিট অনুযায়ী জব সম্পাদন করুন।	৪. নিম্নোক্ত জব/টাস্ক শিট অনুযায়ী জব/টাস্ক সম্পাদন করুন টাস্ক শিট ২.১ : গ্রাহকের ত্বকের অবস্থা অনুসরণ করে মেকআপ সামগ্রী নির্বাচন

ইনফরমেশন শিট (Information Sheet) - ২ : মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করা

শিখন উদ্দেশ্য (Learning Objective): এই ইনফরমেশন শীট পড়ে শিক্ষার্থীগণ নিম্নোক্ত বিষয়গুলো ব্যাখ্যা করতে, বর্ণনা করতে ও তথ্যগুলো কাজে প্রয়োগ করতে পারবে-

- ২.১. মেকআপের উপকরণসমূহের ব্যবহার ব্যাখ্যা
- ২.২. মেকআপ পণ্য ব্যবহারের সতর্কতা
- ২.৩. মেকআপ সামগ্রী ব্যবহারের বিরূপ প্রভাবসমূহ ব্যাখ্যা
- ২.৪. গ্রাহকদের ত্বকের অবস্থা অনুযায়ী উপযুক্ত মেকআপ পণ্য ব্যবহারের পরামর্শ দেওয়া
- ২.৫. প্রস্তুতকারকদের ম্যানুয়াল অনুযায়ী মেকআপ পণ্য ব্যবহার

২.১. মেকআপের উপকরণসমূহের ব্যবহারের ব্যাখ্যা

মেকআপের জগৎ অসীম সম্ভাবনা। বিভিন্ন ধরনের মেকআপ উপকরণ দিয়ে আপনি নিজেকে আরও সুন্দর এবং আত্মবিশ্বাসী বোধ করতে পারেন। কিন্তু প্রতিটি উপকরণের সঠিক ব্যবহার জানা খুবই জরুরি। আসুন জেনে নিই মেকআপের প্রতিটি উপকরণ কীভাবে ব্যবহার করতে হয়।

ফাউন্ডেশন: ত্বকের ক্যানভাস তৈরি করা

- কাজ: ত্বকের রংকে সমান করে এবং দাগ ঢেকে রাখে।
- ব্যবহার: ফাউন্ডেশন সাধারণত মুখের মাঝখান থেকে শুরু করে বাইরের দিকে ব্লেন্ড করা হয়। ব্রাশ, স্পঞ্জ বা আঙ্গুল দিয়েও এটি ব্লেন্ড করা যায়।
- টিপস: আপনার ত্বকের রঙের সাথে মিল রঙের ফাউন্ডেশন বেছে নিন।

কন্সিলার: দাগের অদৃশ্য কর্তা

- কাজ: কালো চোখের নিচের অন্ধকার, দাগ এবং লালত্বা ঢেকে রাখে।
- ব্যবহার: কন্সিলার সাধারণত ফাউন্ডেশনের পরে ব্যবহৃত হয়। এটি ছোট ট্যাপিং মোশনে দাগের উপর লাগানো হয়।
- টিপস: কালো চোখের নিচের অন্ধকার ঢাকার জন্য একটু হালকা রঙের কন্সিলার ব্যবহার করুন।

ব্রাশ: গালে রঙের ছোঁয়া

- কাজ: গালে লালিমা যোগ করে এবং মুখে একটি স্বাস্থ্যকর এবং তাজা চেহারা দেয়।
- ব্যবহার: ব্রাশ সাধারণত গালের সবচেয়ে উঁচু জায়গায় লাগানো হয়। ব্রাশ দিয়ে ব্লেন্ড করুন।
- টিপস: আপনার ত্বকের টোনের সাথে মিল রঙের ব্রাশ বেছে নিন।

আইশ্যাডো: চোখের রঙের খেলা

- কাজ: চোখের পাতায় রঙ যোগ করে এবং চোখকে আরও বড় এবং উজ্জ্বল দেখাতে সাহায্য করে।
- ব্যবহার: আইশ্যাডো সাধারণত চোখের পাতার মধ্যভাগ থেকে শুরু করে বাইরের দিকে ব্লেন্ড করা হয়।
- টিপস: আপনার চোখের রঙের সাথে মিল রঙের আইশ্যাডো বেছে নিন।

আইলাইনার: চোখের সীমানা

- কাজ: চোখের সীমানা তুলে ধরে এবং চোখকে আরও সংজ্ঞায়িত করে।
- ব্যবহার: আইলাইনার সাধারণত পাতলা একটি লাইন আঁকার জন্য ব্যবহৃত হয়।
- টিপস: আপনার চোখের আকার এবং আকৃতি অনুযায়ী আইলাইনারের স্টাইল বেছে নিন।

মাসকারা: পাপড়ির পরিবর্তন

- কাজ: চোখের পাপড়িকে ঘন এবং লম্বা করে এবং চোখকে আরও আকর্ষণীয় করে তোলে।
- ব্যবহার: মাসকারা পাপড়ির গোড়া থেকে শুরু করে ডগা পর্যন্ত লাগানো হয়।
- টিপস: জিগজ্যাগ মোশনে মাসকারা লাগানোর চেষ্টা করুন।

লিপস্টিক: ঠোঁটের রঙ

- কাজ: ঠোঁটকে রঙিন করে এবং মুখে একটি আকর্ষণীয় এবং সম্পূর্ণ চেহারা দেয়।
- ব্যবহার: লিপস্টিক ঠোঁটের মাঝখান থেকে শুরু করে কোণে কোণে লাগানো হয়।
- টিপস: লিপ লাইনার ব্যবহার করে লিপস্টিককে দীর্ঘস্থায়ী করতে পারেন।

বিভিন্ন মেকআপ লুক তৈরি করা

এই মূল উপকরণগুলি ব্যবহার করে আপনি বিভিন্ন ধরনের মেকআপ লুক তৈরি করতে পারেন। যেমন:

- দিনের বেলায়: প্রাকৃতিক এবং হালকা মেকআপ।
- রাতের বেলায়: ধোঁয়াটে চোখ এবং লাল ঠোঁটের মতো বোল্ড লুক।
- অফিস: সরল এবং পরিষ্কার মেকআপ।
- বিবাহ: গ্লামারাস এবং উজ্জ্বল মেকআপ।



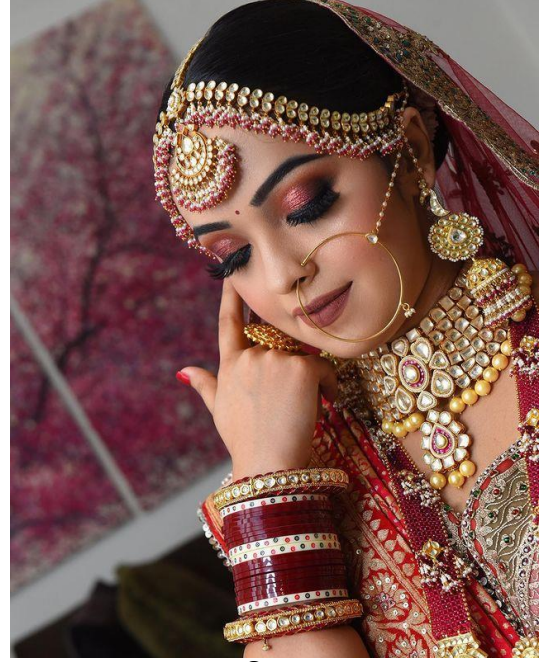
দিনের বেলায়



রাতের বেলায়



অফিস



বিবাহ

মেকআপের কিছু গুরুত্বপূর্ণ টিপস

- ত্বকের যত্ন: মেকআপ করার আগে ভালো করে ত্বক পরিষ্কার করুন এবং ময়শ্চারাইজ করুন।
- ব্রাশের যত্ন: মেকআপ ব্রাশ নিয়মিত পরিষ্কার করুন।
- পরীক্ষা করে দেখুন: কোন পণ্য আপনার জন্য উপযুক্ত তা নিশ্চিত করার জন্য সবসময় স্যাম্পল বা ছোট প্যাকেজ কিনুন।
- আত্মবিশ্বাসী হোন: সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ হল আপনি নিজেকে কেমন অনুভব করেন।

মেকআপ আপনাকে আরও আত্মবিশ্বাসী এবং সুন্দর বোধ করতে সাহায্য করতে পারে। কিন্তু সঠিক পণ্য এবং সঠিক কৌশল ব্যবহার করা জরুরি। এই নির্দেশিকাটি আপনাকে মেকআপের বিভিন্ন উপকরণ কীভাবে ব্যবহার করতে হয় তা জানতে সাহায্য করবে।

২.২. মেকআপ পণ্য ব্যবহারের সতর্কতাসমূহ ব্যাখ্যা করা

মেকআপ আমাদের চেহারাকে আরও আকর্ষণীয় করে তুলতে পারে, তবে সঠিকভাবে ব্যবহার না করলে এটি আমাদের ত্বককে ক্ষতিগ্রস্ত করতে পারে। তাই মেকআপ ব্যবহারের সময় কিছু সতর্কতা অবলম্বন করা খুবই জরুরি।

ত্বকের ধরন অনুযায়ী পণ্য নির্বাচন

- শুষ্ক ত্বক: শুষ্ক ত্বকের জন্য ময়শ্চারাইজিং উপাদান সমৃদ্ধ পণ্য ব্যবহার করুন।
- তৈলাক্ত ত্বক: তৈলাক্ত ত্বকের জন্য অয়েল-ফ্রি এবং ম্যাট ফিনিশযুক্ত পণ্য ব্যবহার করুন।
- সংবেদনশীল ত্বক: হাইপোঅ্যালার্জেনিক এবং ফ্র্যাগ্রেঞ্চ-ফ্রি পণ্য ব্যবহার করুন।

প্যাচ টেস্ট

নতুন কোনো পণ্য ব্যবহার করার আগে অবশ্যই প্যাচ টেস্ট করুন। কন কে বা হাতের ভেতরের দিকে অল্প পরিমাণ পণ্য লাগিয়ে দেখুন। যদি কোনো র্যাশ বা জ্বালাপোড়া না হয়, তবে মুখে ব্যবহার করতে পারেন।



মেয়াদ উত্তীর্ণ পণ্য ব্যবহার না করা

মেয়াদ উত্তীর্ণ পণ্য ব্যবহার করলে ত্বকে সংক্রমণ হতে পারে। মেয়াদ উত্তীর্ণ পণ্য স্বাভাবিকের চেয়ে ভিন্ন গন্ধ বা রঙের হতে পারে।

চোখের চারপাশে সাবধানতা

চোখের চারপাশের ত্বক খুবই নাজুক। তাই চোখের চারপাশে মেকআপ করার সময় সাবধানতা অবলম্বন করুন। চোখে কোনো কিছু চলে গেলে তাড়াতাড়ি পানি দিয়ে ধুয়ে ফেলুন।

সঠিকভাবে সংরক্ষণ

মেকআপ পণ্যগুলিকে শীতল এবং শুষ্ক জায়গায় সংরক্ষণ করুন। সরাসরি সূর্যের আলো এবং উচ্চ তাপমাত্রা থেকে দূরে রাখুন।

মেকআপ ব্রাশ পরিষ্কার করা

মেকআপ ব্রাশ নিয়মিত পরিষ্কার করুন। ব্যাকটেরিয়া জমে থাকলে ত্বকে সংক্রমণ হতে পারে।

মেকআপ সরিয়ে ফেলা

শোবার আগে অবশ্যই মেকআপ সরিয়ে ফেলুন। মেকআপ রেখে শুলে ত্বকের ছিদ্র বন্ধ হয়ে যায় এবং ব্রণ হতে পারে।

সূর্য রক্ষা করা

মেকআপের সাথে সানস্ক্রিন ব্যবহার করুন। সূর্যের ক্ষতিকর রশ্মি থেকে ত্বকে রক্ষা করতে সানস্ক্রিন অত্যন্ত জরুরি।

অ্যালার্জির লক্ষণগুলি লক্ষ্য করা

যদি মেকআপ ব্যবহারের পর ত্বকে লালচে দাগ, ফুসকুড়ি বা চুলকানি হয়, তাহলে তাড়াতাড়ি পণ্যটি ব্যবহার বন্ধ করে চিকিৎসকের পরামর্শ নিন।

কম মেকআপই ভালো

প্রতিদিন অতিরিক্ত মেকআপ করা ত্বকের জন্য ক্ষতিকর। প্রাকৃতিকভাবে সুন্দর দেখাতে শিখুন।

নতুন পণ্য ব্যবহারের আগে গবেষণা করুন

কোনো নতুন পণ্য ব্যবহার করার আগে ভালো করে গবেষণা করুন। অনলাইনে রিভিউ পড়ুন এবং অন্যদের অভিজ্ঞতা জানুন।

পেশাদারের পরামর্শ নিন

যদি আপনার ত্বকের কোনো সমস্যা থাকে, তাহলে একজন চর্মরোগ বিশেষজ্ঞের পরামর্শ নিন। তিনি আপনার ত্বকের জন্য উপযুক্ত পণ্যগুলি সুপারিশ করতে পারবেন।

মেকআপকে মজা করুন

মেকআপ হওয়া উচিত একটি মজার অভিজ্ঞতা। বিভিন্ন লুক চেষ্টা করুন এবং নিজেকে এক্সপ্লোর করুন।

মেকআপ আমাদের চেহারাকে আরও সুন্দর করে তুলতে পারে। তবে সঠিকভাবে ব্যবহার না করলে এটি আমাদের ত্বকে ক্ষতিগ্রস্ত করতে পারে। তাই মেকআপ ব্যবহারের সময় উপরের সতর্কতাগুলি মনে রাখুন। সুন্দর দেখতে হলে স্বাস্থ্যকর ত্বক থাকা খুবই জরুরি।

২.৩. মেকআপ সামগ্রী ব্যবহারের বিরূপ প্রভাবসমূহ ব্যাখ্যা করা

আমরা সকলেই সুন্দর দেখতে চাই এবং এই কামনায় আমরা বিভিন্ন ধরনের মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করি। কিন্তু এই মেকআপ সামগ্রীগুলি সবসময় আমাদের ত্বকের জন্য উপকারী হয় না। অনেক সময় এগুলি ত্বকে বিভিন্ন ধরনের সমস্যা সৃষ্টি করতে পারে।

ত্বকের প্রতিক্রিয়া: একটি সাধারণ সমস্যা



মেকআপ সামগ্রী ব্যবহারের ফলে ত্বকে বিভিন্ন ধরনের প্রতিক্রিয়া দেখা দিতে পারে, যেমন

- **অ্যালার্জি:** মেকআপে ব্যবহৃত কিছু রাসায়নিক উপাদানের প্রতি ত্বক সংবেদনশীল হয়ে পড়তে পারে এবং অ্যালার্জি সৃষ্টি করতে পারে। এতে ত্বকে লালচে দাগ, ফুসকুড়ি, চুলকানি ইত্যাদি হতে পারে।
- **ব্রণ:** অনেক মেকআপ সামগ্রী ত্বকের ছিদ্র বন্ধ করে দেয় এবং তেল জমতে দেয়, যার ফলে ব্রণ হতে পারে।
- **র্যাশ:** কিছু মেকআপ সামগ্রী ত্বকে র্যাশ বা ফুসকুড়ি সৃষ্টি করতে পারে।
- **শুষ্কতা:** কিছু মেকআপ সামগ্রী ত্বক থেকে আর্দ্রতা শুষে নিয়ে ত্বককে শুষ্ক করে দিতে পারে।
- **পিলিং:** অতিরিক্ত মেকআপ ব্যবহার বা ভুল পণ্য ব্যবহারের ফলে ত্বক পিলিং হতে পারে।
- **চোখের সংক্রমণ:** চোখের চারপাশে মেকআপ ব্যবহার করার সময় সাবধান না হলে চোখে সংক্রমণ হতে পারে।

কেন এই সমস্যাগুলি হয়?

- **রাসায়নিক উপাদান:** মেকআপ সামগ্রীতে বিভিন্ন ধরনের রাসায়নিক উপাদান ব্যবহৃত হয়। এই রাসায়নিক উপাদানগুলি সকলের ত্বকের জন্য উপযুক্ত নাও হতে পারে।
- **অতিরিক্ত মেকআপ:** অতিরিক্ত মেকআপ ত্বকের ছিদ্র বন্ধ করে দেয় এবং ত্বককে শ্বাস নিতে দেয় না।
- **ভুল পণ্য ব্যবহার:** ত্বকের ধরন অনুযায়ী পণ্য না বেছে নেওয়াও সমস্যার কারণ হতে পারে।
- **মেকআপ ব্রাশ পরিষ্কার না করা:** মেকআপ ব্রাশ নিয়মিত পরিষ্কার না করলে ব্যাকটেরিয়া জন্মাতে পারে এবং ত্বকে সংক্রমণ হতে পারে।
- **মেয়াদ উত্তীর্ণ পণ্য ব্যবহার:** মেয়াদ উত্তীর্ণ পণ্য ব্যবহার করলে ত্বকে বিভিন্ন ধরনের সমস্যা হতে পারে।

মেকআপ সামগ্রী ব্যবহারের ফলে আরও কিছু সমস্যা হতে পারে:

- **প্রিমেচার এজিং:** কিছু মেকআপ সামগ্রী ত্বককে শুষ্ক করে দিতে পারে এবং ফলে ত্বকে ভাঁজ পড়তে পারে এবং ত্বকের বয়স বাড়তে পারে।
- **হাইপারপিগমেন্টেশন:** কিছু মেকআপ সামগ্রী ত্বকে হাইপারপিগমেন্টেশন সৃষ্টি করতে পারে, যার ফলে ত্বকে কালো দাগ পড়তে পারে।

সতর্কতা অবলম্বন করুন

- **প্যাচ টেস্ট:** নতুন কোনো পণ্য ব্যবহার করার আগে অবশ্যই প্যাচ টেস্ট করুন।
- **ত্বকের ধরন অনুযায়ী পণ্য বেছে নিন:** আপনার ত্বকের ধরন অনুযায়ী পণ্য বেছে নিন।
- **মেয়াদ উত্তীর্ণ পণ্য ব্যবহার করবেন না।**
- **মেকআপ ব্রাশ নিয়মিত পরিষ্কার করুন।**
- **শোবার আগে মেকআপ সরিয়ে ফেলুন।**

- সানস্ক্রিন ব্যবহার করুন।
- অ্যালার্জির লক্ষণগুলি লক্ষ্য করুন।
- কম মেকআপই ভালো।
- নতুন পণ্য ব্যবহারের আগে ভালো করে জানুন বা পরীক্ষা করুন।
- পেশাদারের পরামর্শ নিন।

মেকআপ আমাদের চেহারাকে আরও আকর্ষণীয় করে তুলতে পারে, তবে সঠিকভাবে ব্যবহার না করলে এটি আমাদের ত্বকে ক্ষতিগ্রস্ত করতে পারে। তাই মেকআপ ব্যবহারের সময় উপরের সতর্কতাগুলি মনে রাখুন। সুন্দর দেখতে হলে স্বাস্থ্যকর ত্বক থাকা খুবই জরুরি।

২.৪. গ্রাহকদের ত্বকের অবস্থা অনুযায়ী উপযুক্ত মেকআপ পণ্য ব্যবহারের পরামর্শ দেওয়া

গ্রাহকের ত্বকের ধরন অনুযায়ী সঠিক মেকআপ পণ্য নির্বাচন করা সুন্দর এবং নিখুঁত দেখানোর জন্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। ভুল পণ্য ব্যবহার ত্বকের সমস্যা বাড়াতে পারে।

ত্বকের ধরন অনুযায়ী মেকআপ পণ্য

- **শুষ্ক ত্বক:** শুষ্ক ত্বকের জন্য হাইড্রেটিং এবং ক্রিমি ফর্মুলাযুক্ত মেকআপ পণ্য উপযুক্ত। এই ধরনের পণ্য ত্বকে আর্দ্রতা যোগ করে এবং শুষ্কতা দূর করে।
 - ফাউন্ডেশন: ক্রিমি বা লিকুইড ফর্মুলা যুক্ত হাইড্রেটিং ফাউন্ডেশন।
 - কনসিলার: ক্রিমি ফর্মুলা যুক্ত কনসিলার।
 - পাউডার: হালকা এবং ট্রান্সলুসেন্ট পাউডার।
- **তৈলাক্ত ত্বক:** তৈলাক্ত ত্বকের জন্য অয়েল-ফ্রি এবং ম্যাট ফিনিশযুক্ত মেকআপ পণ্য উপযুক্ত। এই ধরনের পণ্য ত্বকের তেল কমিয়ে আনে এবং মেকআপকে দীর্ঘস্থায়ী করে।
 - ফাউন্ডেশন: অয়েল-ফ্রি এবং ম্যাট ফিনিশযুক্ত ফাউন্ডেশন।
 - কনসিলার: অয়েল-ফ্রি এবং ক্রিমি ফর্মুলা যুক্ত কনসিলার।
 - পাউডার: ম্যাট ফিনিশযুক্ত পাউডার।
- **সংবেদনশীল ত্বক:** সংবেদনশীল ত্বকের জন্য হাইপোঅ্যালার্জেনিক এবং ফ্র্যাগ্রেঞ্চ-ফ্রি পণ্য ব্যবহার করা উচিত। এই ধরনের পণ্য ত্বকে জ্বালাতন করে না এবং অ্যালার্জি প্রতিক্রিয়া কম হওয়ার সম্ভাবনা থাকে।
 - ফাউন্ডেশন: মিনারেল-বেসড বা হাইপোঅ্যালার্জেনিক ফাউন্ডেশন।
 - কনসিলার: জেন্টল এবং হাইপোঅ্যালার্জেনিক কনসিলার।
 - পাউডার: মিনারেল-বেসড বা হাইপোঅ্যালার্জেনিক পাউডার।

ত্বকের টোন এবং আন্ডারটোন বিবেচনা করা

- **ত্বকের টোন:** ত্বকের প্রকৃত রঙকে ত্বকের টোন বলে। মেকআপ পণ্য নির্বাচনের ক্ষেত্রে ত্বকের টোনের সাথে মিল রঙের পণ্য বেছে নেওয়া গুরুত্বপূর্ণ।
- **আন্ডারটোন:** ত্বকের নিচের স্তরের রঙকে আন্ডারটোন বলে। আন্ডারটোন সাধারণত ঠান্ডা, উষ্ণ বা নিরপেক্ষ হয়। মেকআপ পণ্য নির্বাচনের ক্ষেত্রে আন্ডারটোন বিবেচনা করা গুরুত্বপূর্ণ।

টিপস

- হালকা পরিমাণে মেকআপ দিয়ে শুরু করুন এবং ধীরে ধীরে বাড়িয়ে নিন।
- পাউডার ব্যবহার করে মেকআপ সেট করুন।
- গলা ও বুকের সাথে মিল রাখতে ফাউন্ডেশন সেখানেও লাগান।
- নিয়মিতভাবে ব্রাশ ও স্পঞ্জ পরিষ্কার করুন।

সঠিক মেকআপ পণ্য ব্যবহার করে আপনি নিজেকে আরও সুন্দর ও আত্মবিশ্বাসী বোধ করতে পারবেন। ত্বকের স্বাস্থ্যের জন্যও এটি গুরুত্বপূর্ণ।

২.৫. প্রস্তুতকারকদের ম্যানুয়াল অনুযায়ী মেকআপ পণ্য ব্যবহার করা

মেকআপ পণ্যগুলি কেবল ব্যবহার করলেই চলে না, সঠিকভাবে ব্যবহার করতে হবে। প্রতিটি মেকআপ পণ্যের নিজস্ব একটি ব্যবহার পদ্ধতি থাকে, যা সাধারণত পণ্যের প্যাকেজিং বা অন্তর্নিহিত নির্দেশাবলীতে উল্লেখ করা থাকে। এই নির্দেশাবলী অনুসরণ করা খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

কেন প্রস্তুতকারকের নির্দেশাবলী অনুসরণ করা জরুরি?

- **সর্বোত্তম ফলাফল:** প্রতিটি পণ্য বিশেষভাবে তৈরি করা হয় এবং নির্দিষ্ট একটি উপায়ে ব্যবহার করার জন্য ডিজাইন করা হয়। নির্দেশাবলী অনুসরণ করলে আপনি পণ্য থেকে সর্বোত্তম ফলাফল পাবেন।
- **ত্বকের ক্ষতি কম:** অনেক মেকআপ পণ্যে বিভিন্ন রাসায়নিক উপাদান থাকে। যদি এই পণ্যগুলি সঠিকভাবে ব্যবহার না করা হয়, তবে তা ত্বকে বিভিন্ন ধরনের সমস্যা যেমন অ্যালার্জি, ব্রণ ইত্যাদি সৃষ্টি করতে পারে।
- **পণ্যের দীর্ঘস্থায়িত্ব:** প্রতিটি মেকআপ পণ্যের একটি নির্দিষ্ট মেয়াদ থাকে। নির্দেশাবলী অনুসরণ করে পণ্য সংরক্ষণ করলে পণ্য দীর্ঘস্থায়ী হবে।
- **স্বাস্থ্যকর ত্বক:** সঠিকভাবে মেকআপ ব্যবহার করলে ত্বক স্বাস্থ্যকর থাকবে এবং মেকআপের কারণে কোনো ধরনের সমস্যা হবে না।

প্রস্তুতকারকের নির্দেশাবলীতে সাধারণত কী থাকে?

- **পণ্যের উপাদান:** পণ্যে ব্যবহৃত উপাদানগুলির একটি তালিকা।
- **ব্যবহারের পদ্ধতি:** পণ্যটি কীভাবে এবং কোথায় ব্যবহার করতে হয় তার বিস্তারিত নির্দেশাবলী।
- **সতর্কতা:** পণ্য ব্যবহারের সময় কোন কোন সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে তার তালিকা।
- **সংরক্ষণের পদ্ধতি:** পণ্যটি কীভাবে সংরক্ষণ করতে হয় তার নির্দেশাবলী।

মেকআপ পণ্যের প্রকারভেদ অনুযায়ী নির্দেশাবলী

- **ফাউন্ডেশন:** ফাউন্ডেশন সাধারণত মুখের মাঝখান থেকে শুরু করে বাইরের দিকে ব্লেন্ড করা হয়।
- **কনসিলার:** কনসিলার সাধারণত দাগের উপর ছোট ট্যাপিং মোশনে লাগানো হয়।
- **ব্লাশ:** ব্লাশ সাধারণত গালের সবচেয়ে উঁচু জায়গায় লাগানো হয়।

- **আইশ্যাডো:** আইশ্যাডো সাধারণত চোখের পাতার মধ্যভাগ থেকে শুরু করে বাইরের দিকে ব্লেন্ড করা হয়।
- **আইলাইনার:** আইলাইনার সাধারণত পাতলা একটি লাইন আঁকার জন্য ব্যবহৃত হয়।
- **মাসকারা:** মাসকারা পাপড়ির গোড়া থেকে শুরু করে ডগা পর্যন্ত লাগানো হয়।
- **লিপস্টিক:** লিপস্টিক ঠোঁটের মাঝখান থেকে শুরু করে কোণে কোণে লাগানো হয়।

মেকআপ ব্রাশ ব্যবহার

প্রায় সব মেকআপ পণ্যই ব্রাশ দিয়ে লাগানো হয়। বিভিন্ন ধরনের ব্রাশের বিভিন্ন কাজ। কোন ব্রাশটি কোন পণ্যের জন্য ব্যবহার করা হয়, তা প্রস্তুতকারকের নির্দেশাবলীতে উল্লেখ থাকে।

সতর্কতা

- **অ্যালার্জি:** যদি কোনো পণ্য ব্যবহারের পর ত্বকে লালচে দাগ, ফুসকুড়ি বা চুলকানি হয়, তাহলে তাড়াতাড়ি পণ্যটি ব্যবহার বন্ধ করে চিকিৎসকের পরামর্শ নিন।
- **চোখে ঢুকে গেলে:** যদি কোনো মেকআপ পণ্য চোখে ঢুকে যায়, তাহলে তাড়াতাড়ি পানি দিয়ে ধুয়ে ফেলুন।
- **মেয়াদ উত্তীর্ণ পণ্য ব্যবহার না করা:** মেয়াদ উত্তীর্ণ পণ্য ব্যবহার করলে ত্বকে বিভিন্ন ধরনের সমস্যা হতে পারে।

প্রস্তুতকারকের নির্দেশাবলী অনুসরণ করে মেকআপ ব্যবহার করলে আপনি সুন্দর এবং স্বাস্থ্যকর ত্বক পাবেন। মনে রাখবেন, সুন্দর দেখতে হলে স্বাস্থ্যকর ত্বক থাকা খুবই জরুরি।

সেলফ চেক (Self Check)- ২ : মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করা

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য নির্দেশনা:- উপরোক্ত ইনফরমেশন শীট পাঠ করে নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর লিখুন-

প্রশ্ন ১. কোন মেকআপ উপকরণ ত্বকের রং সমান করে এবং দাগ ঢেকে রাখে?

- ক) আইলাইনার
- খ) ফাউন্ডেশন
- গ) ব্লাশ
- ঘ) মাসকারা

প্রশ্ন ২. কালো চোখের নিচের অন্ধকার ঢাকার জন্য কোন মেকআপ উপকরণ ব্যবহৃত হয়?

- ক) লিপস্টিক
- খ) আইশ্যাডো
- গ) কনসিলার
- ঘ) পাউডার

প্রশ্ন ৩. শুষ্ক ত্বকের জন্য কোন ধরনের মেকআপ পণ্য উপযুক্ত?

- ক) অয়েল-ফ্রি পণ্য
- খ) হাইড্রেটিং এবং ক্রিমি ফর্মুলাযুক্ত পণ্য
- গ) হাইপোঅ্যালার্জেনিক পণ্য
- ঘ) ম্যাট ফিনিশযুক্ত পণ্য

প্রশ্ন ৪. মেকআপ ব্যবহারের আগে কোন পরীক্ষা করা উচিত?

- ক) রঙ পরীক্ষা
- খ) প্যাচ টেস্ট
- গ) তাপমাত্রা পরীক্ষা
- ঘ) গন্ধ পরীক্ষা

প্রশ্ন ৫. মেকআপ পণ্য ব্যবহারের ফলে ত্বকে কোন ধরনের সমস্যা হতে পারে না?

- ক) অ্যালার্জি
- খ) ব্রণ
- গ) র্যাশ
- ঘ) হাইড্রেশন

উত্তরপত্র (Answer Key)- ২ : মেকআপ সামগ্রী ব্যবহার করা

প্রশ্ন ১. কোন মেকআপ উপকরণ ত্বকের রং সমান করে এবং দাগ ঢেকে রাখে?

ক) আইলাইনার

খ) ফাউন্ডেশন

গ) ব্লাশ

ঘ) মাসকারা

উত্তর: খ) ফাউন্ডেশন

প্রশ্ন ২. কালো চোখের নিচের অন্ধকার ঢাকার জন্য কোন মেকআপ উপকরণ ব্যবহৃত হয়?

ক) লিপস্টিক

খ) আইশ্যাডো

গ) কনসিলার

ঘ) পাউডার

উত্তর: গ) কনসিলার

প্রশ্ন ৩. শুষ্ক ত্বকের জন্য কোন ধরনের মেকআপ পণ্য উপযুক্ত?

ক) অয়েল-ফ্রি পণ্য

খ) হাইড্রেটিং এবং ক্রিমি ফর্মুলাযুক্ত পণ্য

গ) হাইপোঅ্যালার্জেনিক পণ্য

ঘ) ম্যাট ফিনিশযুক্ত পণ্য

উত্তর: খ) হাইড্রেটিং এবং ক্রিমি ফর্মুলাযুক্ত পণ্য

প্রশ্ন ৪. মেকআপ ব্যবহারের আগে কোন পরীক্ষা করা উচিত?

ক) রঙ পরীক্ষা

খ) প্যাচ টেস্ট

গ) তাপমাত্রা পরীক্ষা

ঘ) গন্ধ পরীক্ষা

উত্তর: খ) প্যাচ টেস্ট

প্রশ্ন ৫. মেকআপ পণ্য ব্যবহারের ফলে ত্বকে কোন ধরনের সমস্যা হতে পারে না?

ক) অ্যালার্জি

খ) ব্রণ

গ) র্যাশ

ঘ) হাইড্রেশন

উত্তর: ঘ) হাইড্রেশন

টাস্ক শিট (Task Sheet) - ২.১ : গ্রাহকের ত্বকের অবস্থা অনুসরণ করে মেকআপ সামগ্রী নির্বাচন

কাজের নাম	গ্রাহকের ত্বকের অবস্থা অনুসরণ করে মেকআপ সামগ্রী নির্বাচন
কাজের উদ্দেশ্য	গ্রাহকের ত্বকের অবস্থা ও প্রকার অনুযায়ী সঠিক মেকআপ সামগ্রী নির্বাচন করা, যাতে তারা স্বস্তি বোধ করেন এবং তাদের সৌন্দর্য বাড়ে।
প্রয়োজনীয় ইকুইপমেন্টস	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ফাউন্ডেশন ▪ কনসিলার ▪ প্রাইমার ▪ ব্লাশ ▪ লিপস্টিক ▪ আইশ্যাডো ▪ সেটিং পাউডার।
কাজের ধাপসমূহ/পদ্ধতি	<ol style="list-style-type: none"> ১. গ্রাহকের ত্বক পরীক্ষা করুন এবং তার প্রকার নির্ধারণ করুন (তৈলাক্ত, শুষ্ক, সংমিশ্রণ, সংবেদনশীল)। ২. ত্বকের কোনও সমস্যা (যেমন ব্রণ, রুক্ষতা, র্যাশ) আছে কি না সেটি লক্ষ্য করুন। ৩. ত্বকের প্রকার অনুযায়ী সঠিক ফাউন্ডেশন (অ্যালকোহল-মুক্ত, জলভিত্তিক ইত্যাদি) নির্বাচন করুন। ৪. ত্বকের সমস্যার জন্য উপযুক্ত কনসিলার এবং প্রাইমার নির্বাচন করুন। ৫. ত্বকের রঙের সঙ্গে সামঞ্জস্যপূর্ণ ব্লাশ এবং লিপস্টিক নির্বাচন করুন। ৬. আইশ্যাডোর রঙ ও প্যাটার্ন নির্বাচন করুন যা গ্রাহকের ত্বকের সঙ্গে মেলে। ৭. সবশেষে, ত্বকের ধরনের জন্য সঠিক সেটিং পাউডার ব্যবহার করুন।

স্পেসিফিকেশন শিট (Specification Sheet)- ২.১ : গ্রাহকের হকের অবস্থা অনুসরণ করে
মেকআপ সামগ্রী নির্বাচন

প্রয়োজনীয় টুলস:

ক্রম	টুলস এর নাম	স্পেসিফিকেশন	একক	পরিমাণ
১.	মেকআপ ব্রাশ	সিঙ্থেটিক ব্রিসল, বিভিন্ন আকার	সেট	১
২.	স্পঞ্জ	লেটেক্স-ফ্রি, ট্রায়াজেঞ্জেল শেপ	পিস	১০
৩.	প্যালোট	প্লাস্টিক, বিভিন্ন সাইজ	পিস	২
৪.	টুইজার	স্টেইনলেস স্টিল	পিস	২
৫.	মিরর	মেটাল ফ্রেম, ট্রান্সপারেন্ট	পিস	২

প্রয়োজনীয় ইকুইপমেন্টস:

ক্রম	ইকুইপমেন্টস এর নাম	স্পেসিফিকেশন	একক	পরিমাণ
১.	লাইটিং সিস্টেম	এলইডি, অ্যাডজাস্টেবল ব্রাইটনেস	পিস	১
২.	স্টোরেজ কন্টেইনার	প্লাস্টিক, মাল্টি-কম্পার্টমেন্ট	পিস	২
৩.	স্যানিটাইজার ডিসপেনসার	অটোমেটিক, ৫০০ml ক্যাপাসিটি	পিস	১

প্রয়োজনীয় ম্যাটেরিয়াল:

ক্রম	ম্যাটেরিয়াল এর নাম	স্পেসিফিকেশন	একক	পরিমাণ
১.	ফাউন্ডেশন	লিকুইড, বিভিন্ন শেড	পিস	১
২.	কনসিলার	লিকুইড, বিভিন্ন শেড	পিস	১
৩.	ব্লাশ	পাউডার, বিভিন্ন শেড	পিস	১
৪.	আইশ্যাডো	প্যালোট, বিভিন্ন শেড	পিস	১
৫.	লিপস্টিক	ক্রিমি, বিভিন্ন শেড	পিস	২

দক্ষতা পর্যালোচনা (Review of Competency)

প্রশিক্ষণার্থীর জন্য নির্দেশনা: মডিউলের নিম্নোক্ত দক্ষতা প্রমাণ করতে সক্ষম হলে কর্মদক্ষতা নিজেই মূল্যায়ন করবে এবং সক্ষম হলে “হ্যাঁ” এবং সক্ষমতা অর্জিত না হলে “না” বোধক ঘরে টিকচিহ্ন দিন।

কর্মদক্ষতা মূল্যায়নের মানদণ্ড	হ্যাঁ	না
১. সৌন্দর্য পণ্যের বিভিন্ন ধরণ চিহ্নিত করা হয়েছে।		
২. মেকআপের উপকরণ সমূহ চিহ্নিত করা হয়েছে।		
৩. সৌন্দর্য পণ্যের রাসায়নিক উপাদানসমূহ চিহ্নিত করা হয়েছে।		
৪. সৌন্দর্য পণ্যের লেবেলের বিষয়বস্তু ব্যাখ্যা করা হয়েছে।		
৫. মেকআপের উপকরণসমূহের ব্যবহার ব্যাখ্যা করা হয়েছে।		
৬. মেকআপ পণ্য ব্যবহারের সতর্কতাসমূহ ব্যাখ্যা করা হয়েছে।		
৭. মেকআপ সামগ্রী ব্যবহারের বিরূপ প্রভাবসমূহ ব্যাখ্যা করা হয়েছে।		
৮. গ্রাহকদের ত্বকের অবস্থা অনুযায়ী উপযুক্ত মেকআপ পণ্য ব্যবহারের পরামর্শ দেওয়া হয়েছে।		
৯. প্রস্তুতকারকদের ম্যানুয়াল অনুযায়ী মেকআপ পণ্য ব্যবহার করা হয়েছে।		

আমি (প্রশিক্ষণার্থী) এখন আমার আনুষ্ঠানিক যোগ্যতা মূল্যায়ন করতে নিজেকে প্রস্তুত বোধ করছি।

স্বাক্ষর ও তারিখঃ

প্রশিক্ষকের স্বাক্ষর ও তারিখঃ

সিবিএলএম প্রনয়ন

“মেকআপ সামগ্রীর জ্ঞান প্রয়োগ করুন” (অকুপেশন: মেকআপ আর্ট) শীর্ষক কমপিউট্রি বেসড লার্নিং ম্যাটারিয়াল (সিবিএলএম) টি – জাতীয় দক্ষতা সনদায়নের নিমিত্ত জাতীয় দক্ষতা উন্নয়ন কর্তৃপক্ষ কর্তৃক সমাহার কনসালটেন্টস লি: এর সহায়তায় প্যাকেজ SD-9C (তারিখ: ১৫ জানুয়ারী ২০২৪) এর অধিনে ২০২৪ এর আগষ্ট মাসে প্রণয়ন করা হয়েছে।

ক্রমিক নং	নাম ও ঠিকানা	পদবি	মোবাইল নম্বর ও ইমেইল
০১	সুরাইয়া বেগম	লেখক	০১৭২০৬৯৬৫৬১ suraiyabegum70@gmail.com
০২	জুলেখা শাহিন	সম্পাদক	০১৭১৬৪৯০৩৪৩ parthibgallery@gmail.com
০৩	খান মোহাম্মদ মাহমুদ হাসান	কো – অর্ডিনেটর	০১৭৪০-৮৭৮৯৭ kmmhasan@gmail.com
০৪	মো: মোফাজ্জেল হোসেন	রিভিউয়ার	০১৭২২ ৮৭৫৫৩৯ nsda.mofajjel@gmail.com

রেফারেন্স (Reference)

১. Makeup: The Sunday Times Bestseller - Hannah Martin
২. Color Theory for the Make-up Artist - Rachel Morris
৩. Robert Jones' Makeup Masterclass - Robert Jones
৪. The Makeup Artist Handbook - Lisa Eldridge
৫. The Makeup Artist's Guide to Beautiful Skin - Kevyn Aucoin