প্র শি ক্ষ ণে র

উদ্দেশ্য

বেকার ও সুবিধাবঞ্চিত নারীদের প্রশিক্ষণের মাধ্যমে দক্ষতা বৃদ্ধি করা তৃণমূল পর্যায়ে অর্থনৈতিক ক্ষমতায়নে নারী উদ্যোক্তাদের বিকাশ সাধন প্রকল্প এর মূল কাজ। ভোকেশনাল ট্রেনিং ও ব্যবসা ব্যবস্থাপনা কোর্সের মাধ্যমে যাতে একজন নারী উদ্যোক্তা হতে পারে সেটাই এ প্রশিক্ষণের মূল লক্ষ্য। উদ্যোক্তা হওয়া ছাড়াও সংশ্লিষ্ট বিষয়ে প্রশিক্ষণ নিয়ে কর্মসংস্থান সৃষ্টির লক্ষ্যে প্রশিক্ষণ কার্যক্রম পরিচালিত হয়।

সুনির্দিষ্ট উদ্দেশ্য

বেকার ও সুবিধাবঞ্চিত নারীদের কর্মসংস্থানের সুযোগ সৃষ্টি, আত্ম - নির্ভরশীলতা অর্জনে উদ্বুদ্ধ ও সহায়তা প্রদানের পাশাপাশি নারী সমাজকে মানব সম্পদে পরিণত করণের লক্ষ্যে প্রশিক্ষণের মাধ্যমে ২,৫৬,০০০ জন নারীর দক্ষতা উন্নয়ন।

উদ্যোক্তাদের উন্নয়নে বাণিজ্য মেলা, কর্মশালা ও সেমিনার আয়োজন।

প্রশিক্ষণপ্রাপ্তদের একটি ডাটা বেইজ তৈরি করা।

নারী উদ্যোক্তাদের অনুকূল পরিবেশ তৈরি ও পলিসি তৈরিতে পদক্ষেপ গ্রহণ

ফলাফল

স্বল্পমেয়াদী ফলাফল

- ট্রেড ভিত্তিক প্রশিক্ষণের মাধ্যমে বিষয়ের উপর দক্ষতা অর্জন করবে;
- ব্যবসা ও কর্মসংস্থানের কলা কৌশল শিখবে;
- ব্যবসা পরিচালনার মানসিকতা সৃষ্টি হবে;
- আত্মবিশ্বাস অর্জন হবে;
- শৃঙ্খলা বোধ তৈরি হবে;

দীর্ঘমেয়াদি ফলাফল

- প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত নারীদের আত্মকর্মসংস্থান সৃষ্টির মাধ্যমে অর্থনৈতিক ক্ষমতায়ন নিশ্চিত হবে।

বিউটিফিকেশন

আদিকাল থেকে মানুষ সৌন্দর্যচর্চা করে আসছে। কখন সুন্দর্যচর্চার ক্ষেত্রে মানুষ মাঠি ও বিভিন্ন ভেষজ সামগ্রী ব্যবহার করেছে। বর্তমানে নারীরা ঘরে বসে সৌন্দর্যচর্চা করে তার পাশাপাশি সৌন্দর্যচর্চার জন্য বিউটি পার্লারে যাওয়ার প্রবণতা বাড়ার সাথে সাথে দক্ষ বিউটিশিয়ানের চাহিদাও বাড়ছে। সৌন্দর্যচর্চাকে এখন আর বিলাসিতা হিসেবে দেখা হয় না। পারিবারিক এবং সামাজিক অনুষ্ঠানে নিজেকে সুন্দরভাবে উপস্থাপনের জন্য সৌন্দর্যচর্চা একটি অবশ্য প্রয়োজনীয় বিষয়। আবার কেবল বিউটি পার্লারে গেলেই হল না, নিজের যত্ন নেবার জন্য বাড়িতেও অনেক কিছু করার আছে। আজকাল বিউটি পার্লার কোর্স করে অনেকেই বিভিন্ন প্রতিষ্ঠানে চাকুরী ও আত্ম – নির্ভরশীলতা অর্জন করেছেন। এরই লক্ষ্যে সুবিধাবঞ্চিত নারীদের কর্মসংস্থানের সুযোগ সৃষ্টি, আত্ম-নির্ভরশীলতা অর্জনে উদ্ধব্ধু ও সহায়তা প্রদানের পাশাপাশি নারী সমাজকে মানব সম্পদে পরিণত করার লক্ষ্যে মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয়াধীন জাতীয় মহিলা সংস্থা পরিচালিত তৃণমূল পর্যায়ে অর্থনৈতিক ক্ষমতায়নে নারী উদ্যোক্তাদের বিকাশ সাধন প্রকল্প এর মাধ্যমে ২০২১ সাল থেকে সুবিধাবঞ্চিত, অসহায়, দ্ররিদ্র, অনগ্রসর ও বেকার নারীদেরকে বিউটিফিকেশন ট্রেডে দক্ষতা বৃদ্ধি মুলক প্রশিক্ষণ প্রদান করা হচ্ছে।

কোর্সের উদ্দেশ্য

ক) রূপচর্চা সংশ্লিষ্ট উপকরণ সম্পর্কে ধারণা লাভ করতে পারবেন।
খ) ফেসিয়াল, ব্লিচ, ম্যানিকিউর, পেডিকিউর, চুল কাটা, হেয়ার স্টাইল, বৌ সাজানো ইত্যাদি কাজে দক্ষতা অর্জন করতে পারবেন।
গ) বিউটি পার্লারে কাজ করার সক্ষমতা অর্জন করবে।
ঙ) সফল উদ্যোক্তা হিসেবে নিজেকে প্রতিষ্ঠিত করার বিষয়ে সচেষ্ট হবেন।

কোর্সের বিষয়বস্তু

কাজের পরিবেশ ও পরিস্কার পরিচ্ছন্নতা বিষয়ক ধারণা, রূপচর্চা সংশ্লিষ্ট উপকরণ সম্পর্কে ধারণা এবং যথাস্থানে ব্যবহার বিধি, ত্বকের ধারণা এবং স্কিন এ্যানালাইসিস, বিভিন্ন ধরণের ত্বকের সমস্যার ধরণ, ফেসিয়াল, ব্লিচ, ওয়েক্সিং, ম্যানিকিউর, বিভিন্ন ধরণের চুল সম্পর্কে ধারণা, প্রোটিন ট্রিটমেন্ট, চুল কাটার পূর্বে করণীয়, চুল কাটা, হেয়ার স্টাইল, গ্রেডিং, প্রসাধনী সম্পর্কে ধারণা, রাতের পার্টি মেকাপ, মেহিদী, আল্পনা, বৌ সাজ, বিউটিপার্লার ম্যানেজমেন্ট ইত্যাদি বিষয়ে আলোচনা ও অনুশীলন করা হবে।

সূচীপত্র

দিন	পাঠ বিষয়	পৃষ্ঠা
১ম	উদ্বোধন, পরিচয় পর্ব	৫
২য়	পার্লার ও বিউটিফিকেশন সম্পর্কে ধারণা	৫
৩য়	পার্লারের সরঞ্জাম সম্পর্কে ধারনা	৫
৪র্থ	আই ভ্রু থ্রেডিং	৫
৫ম	আই ভ্রু থেডিং (২)	৫
৬ষ্ঠ	আপার লিপ থ্রেডিং	৫
৭ম	অল ফেইজ থ্রেডিং	৫
৮ম	হেয়ার কাট, হেয়ার সমান কাট	৬
৯ম	ইউ কাট	৬
১০ম	ভি কাট	৬
১১ তম	লেয়ার কাট	৬
১২ তম	স্টেপ কাট	৬
১৩ তম	লেয়ার ও স্টেপ কাট	৬
১৪ তম	বেবি কাট	৭
১৫ তম	ব্যাঙ্গস কার্ট	৭
১৬ তম	অয়েল ম্যাসাজ (নরমাল ও হারবাল, চুল)	৭
১৭ তম	হেয়ার ট্রিটমেন্ট	৭
১৮ তম	হেয়ার ট্রিটমেন্ট(২)	৭
১৯ তম	হেয়ার স্পা	৭
২০ তম	প্রোটিন ট্রিটমেন্ট	৭
২১ তম	হারবাল প্যাক:(থিওরি)	৭
২২ তম	হেয়ার কাট(রিভিশন)	৮
২৩ তম	নরমাল ও হারবাল ম্যাসাজ (মুখ)	৮
২৪ তম	ফ্রেশ ফেস	৮
২৫ তম	ডিপক্লীন ফেসিয়াল	১৭
২৬ তম	ফেসিয়াল স্টিম	১৭
২৭ তম	এলোভেরা ফেসিয়াল	১৭
২৮ তম	ডায়মন্ড ও পার্ল ফেসিয়াল	১৭
২৯ তম	গোল্ডেন ফেসিয়াল	১৭
৩০ তম	ফেয়ার পালিশ	১৭
৩১ তম	হোয়াইটিং ফেসিয়াল	১৭
৩২ তম	গ্যালভানিক ফেসিয়াল	১৮

দিন	পাঠ বিষয়	পৃষ্ঠা
৩৩ তম	ওজোন ফেসিয়াল	১৮
৩৪ তম	মেনিকিউর ও পেডিকিউর	১৮
৩৫ তম	ওয়েক্সসিং	১৮
৩৬ তম	ফ্রুটস এন্ড ভেজিটেবল ফেসিয়াল	১৮
৩৭ তম	এন্টিট্যান ফেসিয়াল	১৮
৩৮ তম	ব্রাইডাল ফেসিয়াল	১৯
৩৯ তম	ফেসিয়াল রিভিশন	১৯
৪০ তম	হেয়ার ড্রাই ও ট্রিমিং	১৯
৪১ তম	কালো কালার	১৯
৪২ তম	চুলে হেনা	১৯
৪৩ তম	চুলে ব্লিচ	১৯
৪৪ তম	হেয়ার কালার	২০
৪৫ তম	হেয়ার কালার (২)	২০
৪৬ তম	চুলের জরি ও ক্রু-ডাই সেটিং	২০
৪৭ তম	হেয়ার আয়রন	২০
৪৮ তম	হেয়ার পাম্প	২০
৪৯ তম	স্ট্রেট পাম্ব	২০
৫০ তম	মেহেদীর সাজ	২০
৫১ তম	আল্পনার সাজ	২০
৫২ তম	ফ্রন্ট সেটিং	২০
৫৩ তম	খোপার সাজ	২০
৫৪ তম	বৌ এর খোপা	২১
৫৫ তম	রোল রিং স্টাইল	২১
৫৬ তম	হেয়ার স্ট্রেইট	২১
৫৭ তম	ফেইস বেইজড মেকাপ	২১
৫৮ তম	ফেইস বেইজড মেকাপ (২)	২১
৫৯ তম	হাত পা গলা বেইজ মেকাপ	২১
৬০ তম	চোখের সাজ	২১
৬১ তম	স্মোকি আই মেকআপ	২১
৬২ তম	ফুল মেকাপ	২২
৬৩ তম	ব্রাইডাল এন্ড পার্টি মেকাপ	২২
৬৪ তম	পার্টি মেকাপ (২)	২২

দিন	পাঠ বিষয়	পৃষ্ঠা
৬৫ তম	বডি ম্যাসাজ	২২
৬৬ তম	স্পা ও বডি ম্যাসাজ	২২
৬৭ তম	বৈশাখী সাজ	২২
৬৮ তম	২৬ মার্চ ও ১৬ ই ডিসেম্বরের সাজ	২২
৬৯ তম	শাড়ির সাজ	২৩
৭০ তম	হলুদ সাজ	২৩
৭১ তম	রিবন্ডিং ও স্ট্রেইট	২৩
৭২ তম	ক্যারাটিন	২৩
৭৩ তম	কালার রিবন্ডিং	২৩
৭৪ তম	পার্লারের বিউটি অব রুলস ও ভ্রাম্যমান পার্লার সম্পর্কে আলোচনা	২৩
৭৫ তম	বৌ সাজ	২৩
৭৬ তম	রিভিশনঃ (সকল বিষয়)	২৩
৭৭ তম	H.D ব্রাইডাল মেকআপ	২৪
৭৮ তম	পরীক্ষা (ব্যবহারিক)	২৪
৭৯ তম	পরীক্ষা (ব্যবহারিক)	২৪
৮০ তম	পরীক্ষা (থিওরি ও ভাইভা)	২৪

১ম দিন

উদ্বোধন, পরিচয় পর্ব

ওরিয়েন্টেশন প্রোগ্রামের মাধ্যমে সকল শিক্ষার্থীদের সাথে পরিচয়, বিষয়ভিত্তিক ও আনুষঙ্গিক বিষয়ে আলোচনা, মত বিনিময় ও প্রশ্নত্তোর পর্ব যেখানে সকল শিক্ষার্থীর উপস্থিতি বাধ্যতামূলক ।

২য় দিন

পার্লার ও বিউটিফিকেশন সম্পর্কে ধারণা

কোর্সের উদ্দেশ্যঃ

স্বল্প মেয়াদি

১. এই কোর্স শেষে শিক্ষার্থীরা বিউটিফিকেশন সম্পর্কে ধারণা লাভ করবে।
২. শিক্ষার্থীরা নিজেদের রূপ সম্পর্কে সচেতন এবং পরিচর্যা কেন্দ্রিক হবে।
৩. বিউটি পার্লার প্রতিষ্ঠার মাধ্যমে স্বাবলম্বী হওয়ার ব্যাপারে ধারণা লাভ করবে

দীর্ঘ মেয়াদি

নারী উদ্যোক্তাদের সক্ষমতা ও গরীব বেকার মহিলাদের দক্ষতা বৃদ্ধি হবে এবং নারী উন্নয়ন, আত্ম-কর্মসংস্থান ও ক্ষমতায়ন নিশ্চিত হবে ।

পার্লার ও বিউটিফিকেশন সম্পর্কে বেসিক বিষয় :

বিউটিফিকেশন কি ও বিউটিফিকেশনের প্রয়োজনীয়তা, পার্লার কি ও কত ধরনের পার্লার হতে পারে, কিভাবে একটি পার্লার প্রতিষ্টা করা যায়, পার্লার প্রতিষ্টার লক্ষ্যে বিবেচ্য বিষয় ও প্রতিবন্ধকতাসমূহ, কীভাবে একটি পার্লার নারীদের স্বাবলম্বী করে তোলে, তৃণমূল পর্যায়ে অর্থনৈতিক ক্ষমতায়নে নারী উদ্যোক্তাদের বিকাশ সাধন প্রকল্প এর মাধ্যমে পরিচালিত বিউটিফিকেশন কোর্সের সুযোগ-সুবিধা ও লক্ষ্য ।

৩য় দিন

পার্লারের সরঞ্জাম সম্পর্কে ধারনা

একটি পার্লার প্রতিষ্টা করতে হলে কি রকম খরচ ও সরঞ্জাম প্রয়োজন হতে পারে সে বিষয়ে শুরুতেই বিশেষ ধারণা প্রদান করা যাতে একজন শিক্ষার্থী কোর্সের শুরু থেকেই প্রয়োজনীয় সরঞ্জাম সম্পর্কে ধারনা লাভ করে এবং সে অনুযায়ী প্রস্তুতি গ্রহণ করতে পারে। সরঞ্জাম সম্পর্কে ধারনার মাধ্যমে একজন শিক্ষার্থী যেন কোন সরঞ্জামের কি রকম গুরুত্ব তা ভালোভাবে বুঝতে পারে এবং পার্লারের প্রাথমিক ব্যয় কমাতে পারে। ছবি-১

৪র্থ দিন

আই ভ্রু থ্রেডিং

আই ভ্রু থেকে এলোমেলো বা বাড়তি লোমকে সুতার সাহায্যে তুলে আই ভ্রু তে সুন্দর শেপ আনার জন্য যে প্রক্রিয়া সেটাই হচ্ছে আই ভ্রু থ্রেডিং। মূলত আই ভ্রু থেকে অবাঞ্চিত ও অতিরিক্ত লোম দূর করে এবং নান্দনিক শেপ এনে ভ্রু'র সৌন্দর্য বৃদ্ধি করাই এর মূল উদ্দেশ্য। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : আই ভ্রু থ্রেডিং এর জন্য সাধারণত সুতা, ট্যালকম পাউডার, ব্রাশ ও কাঁচি। ছবি-২

৫ম দিন

আই ভ্রু থ্রেডিং (২)

লম্বা, চৌকা অথবা গোল মুখের ধরন অনুযায়ী শেপ করতে হবে। আপনাদের ভ্রুর শেপ কেমন হলে ভালো দেখাবে তা নির্ভর করে আপনার মুখের শেপের উপর। সব মুখে একই রকম শেপ ভালো দেখাবে না। তাই প্রথমে গ্রাহক এর মুখের শেপ বুঝে ভ্রুর শেপ দিতে হবে। লম্বা, চৌকা অথবা গোল মুখ যেমনই শেপ হোক গ্রাহক এর মুখে সাথে সামঞ্জস্য রেখে ভ্রুর শেপ করে দিতে হবে। ছবি-৩

৬ষ্ঠ দিন

আপার লিপ থ্রেডিং

অনেক সময় ঠোটের উপর কিছু অবাঞ্চিত লোম দেখা যায়। পুরুষদের ক্ষেত্রে এটা স্বাভাবিক হলেও মেয়েদের ক্ষেত্রে তা অনেকটাই অস্বাভাবিক; যা তাদের সৌন্দর্যের যেমন ব্যাঘাত ঘটায় তেমনি অনেক ক্ষেত্রে বিব্রতকর পরিস্থিতি সৃষ্টি করে। আপার লিপ থ্রেডিং এ সুতার মাধ্যমে সেইসব লোম তুলে ফেলা হয়। মূলত স্কিন কে লোমবিহীন এবং পরিস্কার করে সৌন্দর্য বৃদ্ধিই এর মূল উদ্দেশ্য। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : আপার লিপ থ্রেডিং এর জন্য সাধারণত সুতা, ট্যালকম পাউডার ও কাঁচির প্রয়োজন হয়। ছবি-৪,৫

৭ম দিন

অল ফেস থ্রেডিং

মুখের প্রকৃত উজ্জ্বলতা ফুটে উঠলে স্বাভাবিকভাবেই মুখের প্রকৃত সৌন্দর্যও ফুটে ওঠে। আর তাই মুখের উজ্জ্বলতা ফিরিয়ে আনার মাধ্যমে সৌন্দর্য বৃদ্ধি বা ফুটিয়ে তোলা হয়। আর মুখের সামগ্রিক উজ্জ্বলতা ফুটে ওঠার একটা প্রতিবন্ধকতা হলো মুখের ছোট ছোট কালো লোম। অল ফেস থ্রেডিং বলতে পুরো মুখের ছোট ছোট কালো লোমগুলোকে থ্রেডিং অর্থাৎ সুতা দিয়ে তুলে ফেলাকে বোঝায়। মূলত মুখের উজ্জ্বলতা বৃদ্ধির মাধ্যমে সৌন্দর্য বৃদ্ধির জন্য এটি করা হয়। সৌন্দর্য বৃদ্ধিতে সহায়তা করলেও এটির বেশ অপকারিতা রয়েছে। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : অল ফেস থ্রেডিং এর জন্য সাধারণত সুতা ও ট্যালকম পাউডার প্রয়োজন হয় । ছবি-৬

৮ম দিন

হেয়ার কাট

স্ট্রেইট হেয়ার কাট

বিভিন্ন স্টাইলে হেয়ার কাট মেয়েদের সৌন্দর্য বৃদ্ধিতে সহায়তা করে। স্ট্রেইট হেয়ার কাট তারই একটি ধরন। স্ট্রেইট হেয়ার কাট বলতে সাধারণত বোঝায় চুলের শেষাংশ থেকে সমান ভাবে চুলের কিছু অংশ কেটে ফেলা। সাধারণত চুলের শেষাংশ ফেটে গেলে স্ট্রেইট হেয়ার কাট -এর মাধ্যমে ফেটে যাওয়া চুলের অংশ কেটে ফেলা হয়। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : স্ট্রেইট হেয়ার কাট করতে সাধারণত কাঁচি, চিরুনী, এপ্রোণ, সেটিং চিরুনী, সেটিং ক্লিপ ও ওয়াটার স্প্রে বোতল এর প্রয়োজন হয়। ছবি-৭

৯ম দিন

ইউ কাট

ইউ কাট হেয়ার কাটের আরেকটি ধরন। সাধারণত ইংরেজী U অক্ষরের আকৃতির মতো করে কাটা হয় । সাধারণত লম্বা চুলে U কাট দেয়া হয়। এ কাটের ফলে চুলের শেষাংশ U আকৃতির মত হওয়ায় চুলে বিশেষ এক ধরনের নান্দনিক লুক তৈরী হয়।
প্রয়োজনীয় উপকরণ : ইউ কাট করতে সাধারণত কাঁচি, চিরুনী, এপ্রোণ ও ওয়াটার স্প্রে প্রয়োজন হয় । ছবি-৮

১০তম দিন

ভি কাট

ভি কাট হেয়ার কাটের আরেকটি ধরন। সাধারণত ইংরেজী V অক্ষরের আকৃতির মতো করে কাটা হয় । সাধারণত লম্বা চুলে V কাট দেয়া হয়। এ কাটের ফলে চুলের শেষাংশ V আকৃতির মত হওয়ায় চুলে বিশেষ এক ধরণের নান্দনিক লুক তৈরী হয়।
প্রয়োজনীয় উপকরণ : ভি কাট করতে সাধারণত কাঁচি, চিরুনী, এপ্রোণ ও ওয়াটার স্প্রে প্রয়োজন হয় । ছবি-৯

১১ম দিন

লেয়ার কাট

লেয়ার কাট হেয়ার কাটের বিশেষ একটি ধরন যেখানে পুরো চুলকে দুই ভাগে ভাগ করে সেখান থেকে অল্প অল্প করে চুল নিয়ে এমনভাবে কাটা হয় যার ফলে সমগ্রচুলে একটা পর্যায়ক্রমিক ধাপ অথবা লেয়ার পরিলক্ষিত হয়। এটি চুলের সামনের দিকে করা হলে তাকে ফ্রন্ট লেয়ার কাট বলা হয় আবার পুরো চুলে করা হলে তাকে ফুল লেয়ার কাট বলা হয়। সাধারণত কোকড়ানো চুলের ক্ষেত্রে লেয়ার কাট বেশি মানানসই হয় । **প্রয়োজনীয় উপকরণ :** লেয়ার কাট করতে সাধারণত কাঁচি, চিরুনী, এপ্রোণ, ওয়াটার স্প্রে প্রয়োজন হয় । ছবি-১০

১২ তম দিন

স্টেপ কাট

স্টেপ কাট এমন এক ধরনের কাট যেখানে মাথার সমগ্র চুলকে কয়েকটি স্টেপে কাটা হয়। মূলত অনেক বেশি কোকড়ানো চুলের ক্ষেত্রে এ ধরনের কাট প্রয়োগ করা হয়। ফলে চুলকে কম কোকড়ানো লাগে এবং ভিন্নমাত্রার লুক তৈরী হয়। **প্রয়োজনীয় উপকরণ :** স্টেপ কাট করতে সাধারণত কাঁচি, চিরুনী, এপ্রোণ,ও ওয়াটার স্প্রে প্রয়োজন হয় । ছবি-১১

১৩ তম দিন

লেয়ার ও স্টেপ কাট

লেয়ার কাট হেয়ার কাটের এমন একটি ধরন যেখানে পুরো চুলকে দুই ভাগে ভাগ করে সেখান থেকে অল্প অল্প করে চুল নিয়ে এমনভাবে কাটা হয় যার ফলে সমগ্রচুলে একটা পর্যায়ক্রমিক ধাপ পরিলক্ষিত হয়। স্টেপ কাট এমন এক ধরনের কাট যেখানে

মাথার সমগ্র চুলকে কয়েকটি স্টেপে কাটা হয়। মূলত অনেক বেশি কোকড়ানো চুলের ক্ষেত্রে এ ধরনের কাট প্রয়োগ করা হয়। কখনো কখনো এক সাথেই লেয়ার ও স্টেপ কাট করা হয়।

১৪ তম দিন

বেবি কাট

সাধারণত বয়স্কদের চুলের কাট আর বেবিদের চুলের কাট এক রকম হয় না। বেবিদের সৌন্দর্য ফুটিয়ে তুলতে বিশেষভাবে বেবিদের জন্য যেসব কাট প্রচলিত আছে তাদেরকে বেবি কাট বলা হয়। অর্থাৎ বেবিদের জন্য যে কাট তাকেই বেবি কাট বলা হয়। বয় কাট,রাহুল কাট, স্পেস কাট প্রভৃতি হলো বেবি কাটের উদাহরণ। **প্রয়োজনীয় উপকরণ :** বেবি কাট করতে সাধারণত কাঁচি, চিরুনী, এপ্রোণ, ওয়াটার স্প্রে প্রয়োজন হয়। ছবি-১৩

১৫ তম দিন

ব্যাঙ্গস কার্ট

সাধারণত কপাল বড় এমন মেয়েদের জন্য চুলের একটি কাট হলো ব্যাঙ্গস কাট। সামনের চুল আচড়ে ডানে বামে সিথি করে এই কাট দেয়া হয় যাতে বড় কপালের কিছু অংশ ঢাকা পড়ে এবং কপাল ছোট দেখায়। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : ব্যঙ্গস কাটের জন্য চিরুণী ও কাঁচি প্রয়োজন হয়। ছবি-১৪

১৬ তম দিন

অয়েল ম্যাসাজ (নরমাল ও হারবাল, চুল)

অয়েল ম্যাসাজ বলতে সাধারণত চুলের ম্যাসাজকে বোঝায়। এর ফলে চুল পরিপুষ্ট হয়, চুল বৃদ্ধি পায় এবং চুল পড়া কমে। সাধারণত নারিকেল তেল বা অলিভ অয়েল হালকা গরম করে তার সাথে ভিটামিন ই জাতীয় ক্যাপসুল ও কাস্টার ওয়েল মিক্স করে তুলার সাহায্যে চুলের গোড়ায় দিয়ে ম্যাসাজ করা হয়। ম্যসাজ পরবর্তীতে স্টিম দেয়া হয়। মূলত রুক্ষ ও প্রাণহীন চুলের জন্য অয়েল ম্যাসাজ জরুরী। এটি নরমাল ও হারবাল সামগ্রী উভয় সামগ্রী দ্বারাই করা হয়।

প্রয়োজনীয় উপকরণ : অয়েল ম্যাসাজ করতে সাধারণত নারিকেল কিংবা অলিভ অয়েল, নরমাল কিংবা হারবাল তেল, ই ক্যাপ ক্যাপসুল, স্টিম মেশিন ও তুলা প্রয়োজন হয় । ছবি-১৫

১৭ ও ১৮ তম দিন

হেয়ার ট্রিটমেন্ট

হেয়ার ট্রিটমেন্ট খুবই গুরত্বপূর্ণ বিষয়। চুলকে রিবন্ডিং করা হলে, কালার করা হলে, চুল রুক্ষ হলে এমনকি চুলের সৌন্দর্য ধরে রাখতে হলে হেয়ার ট্রিটমেন্ট খুবই জরুরী। চুলের বিভিন্ন ধরনের ট্রিটমেন্ট রয়েছে। চুলের সমস্যা ও ধরন বুঝে হেয়ার ট্রিটমেন্ট করা উচিৎ। তবে ট্রিটমেন্ট সঠিক না হলে তা চুলের জন্য অনেক ক্ষতির কারণ হয়ে দাঁড়াতে পারে। বয়স ও শরীরের হরমোন বুঝে হেয়ার ট্রিটমেন্ট করা হলে তা শরীর ও চুল উভয়ের জন্যই ভালো হয়। ছবি-১৬

১৯ তম দিন

হেয়ার স্পাঃ

সাধারণ চুল রিবন্ডিং কালার অথবা পাম্ব করা হলে সেই চুলে হেয়ার স্পা করানো হয়। কালার, রিবন্ডিং এর ফলে চুলের সাইনিং কমে যায় ডেমেজ হয়ে পড়ে। চুল রুক্ষ হয়ে যায় চুল পড়া বেড়ে যায়। চুলে মাঝ থেকে ভেঙ্গে পড়ে। তখন এ ধরনের চুলের জন্য হেয়ার স্পা করাটা জরুরী। হেয়ার স্পা করলে চুল হেলদী হয় সাইনিং দেখায় নিয়মিত চুলে স্পা করলে চুল স্বাস্থ্যজ্জল ও সুন্দর থাকে। তাই এধরনের চুলের জন্য হেয়ার স্পা অত্যান্ত জরুরী। উপকরণঃ Loreal spa Masque and Hair Serum.ছবি-১৭

২০ তম দিন

প্রোটিন ট্রিটমেন্ট

চুল রুক্ষ ও অসুন্দর হয়ে গেলে চুলে প্রোটিন ট্রিটমেন্ট করা হয়। নিয়মিত প্রোটিন ট্রিটমেন্ট করালে চুল স্বাস্থ্যজ্জ্বল ও সুন্দর হয়। চুলের যত্নে তাই প্রোটিন ট্রিটমেন্ট অত্যান্ত জরুরী।

প্রয়োজনীয় উপকরণ : প্রোটিন ট্রিটমেন্ট করাতে সাধারণত তেল, ই ক্যাপ ও প্রোটিন প্যাক প্রয়োজন হয় । ছবি-১৮

২১ তম দিন

হারবাল প্যাকঃ(থিওরী)

আমরা যার নিজে হারবাল ব্যবহার করে থাকি তারা জানি কতটা উপকারী। বাজারে অনেক ধরনের হারবাল প্রোডাক্ট পাওয়া যায়। তাছাড়া আমাদের নিজেদের ঘরের অনেক নিত্য প্রয়োজনীয় জিনিস থাকে যেগুলো দ্বারা বিভিন্ন ধরনের হারবাল প্যাক/মিক্স তৈরি করা যায়। আবার কিছু ছোট ছোট গাছ রয়েছে গুলোকে বাসা বাড়িতেই বড় করা সম্ভব এবং এ গুলো ব্যবহার কওে আমরা হালবাল প্যাক/মিক্স তৈরি করা সম্ভব। এই ক্লাসে সে রকম কিছু হারবাল প্যাক/মিক্স নিয়ে থিওরী আকারে আলোচনা করা হবে। **উপকরনঃ** ঘরোয়া সরিষার খৈইল,মধু ও এলোভেরা ইত্যাদি। ছবি-১৯

২২ তম দিন

হেয়ার কাট(রিভিশন)

হেয়ার সংক্রান্ত সকল ক্লাসের একটি রিভিশন ক্লাস। যেখানে শিক্ষার্থীদের চাহিদা ও গুরুত্ব অনুযায়ী প্রশিক্ষক প্রয়োজনীয় বিষয়ে পুনরালোচনা করবেন ।

২৩ তম দিন

নরমাল ও হারবাল ম্যাসাজ (মুখ)

নরমাল ম্যাসাজ

সাধারণত মুখের স্কিনকে পরিস্কার রাখা, ফ্রেশ রাখা ও স্কিনের এক্সারসাইজ এর জন্য নরমাল ম্যাসাজ করা হয়। প্রাপ্ত বয়স্কদের প্রতি দশ দিন পর পর এ ম্যাসাজ করা যেতে পারে । **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : নরমাল ম্যাসেজের জন্য সাধারণত ক্লিনজিং মিল্ক, ম্যাসাজ ক্রিম, স্ক্রাব, টোনার ইত্যাদি প্রয়োজন হয় । ছবি-২০

হারবাল ম্যাসাজ

সাধারণত মুখের স্কিনকে পরিস্কার রাখা, ফ্রেশ রাখা ও স্কিনের এক্সারসাইজ এর জন্য হারবাল সামগ্রী দ্বারা ম্যাসাজ করা হয় । প্রাপ্ত বয়স্কদের প্রতি দশ দিন পর পর এ ম্যাসাজ করা যেতে পারে । **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : হারবাল ম্যাসাজ ক্রিম (সাদা), হারবাল প্যাক ও স্ক্রার্ব (এপ্রিকট) ইত্যাদি । ছবি-২২

২৪ তম দিন

ফ্রেশ ফেস

ত্বক অনুযায়ী যত্নের ধরণ ও আলাদা হয়।

তৈলাক্ত ত্বকের জন্য ক্লেনজিং ফেশিয়াল | **শুষ্ক ত্বকের জন্য হাইড্রেটিং ফেশিয়াল**

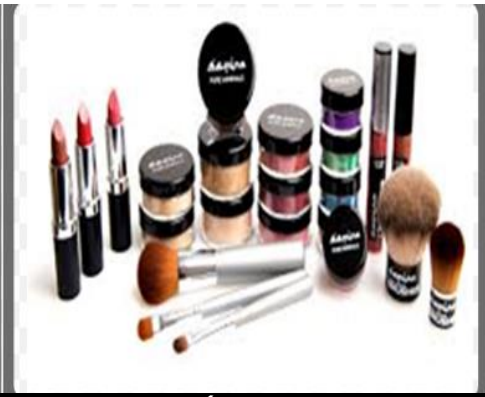
মিশ্র ত্বকের জন্য ব্যালান্সিং ফেশিয়াল | **সেনসিটিভ স্কিনের জন্য সুদিং ফেশিয়াল**

ত্বক সুন্দর রাখার জন্য ফেশিয়াল খুব ভাল কাজ করে। ফেশিয়াল ত্বকের ময়শ্চায় বজায় রেখে ত্বক নরম ও সুন্দর থাকে, আবার এক্সফোলিয়েট করে স্কিন, এক্সট্র্যাক্ট দূর করতেও সাহায্য করে। অ্যান্টি-এজিং ট্রিটমেন্টের জন্যও ফেশিয়াল উপকারী। বলিরেখা, ফাইন লাইনসের সমস্যা দুর করে ফেশিয়াল ত্বকের ইলাস্টিটি বজায় রাখে।

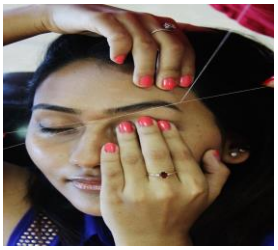
তবে ফেশিয়াল প্রোগাক্টে অধ্যধিক কেমিক্যাল থাকলে, কিন্তু ত্বকের তেমন কোনও আরাম হয় না, ত্বক আরও ক্ষতিগ্রস্ত হয়ে পড়ে। তৈলাক্ত ত্বকে যে ধরনের ট্রিটমেন্ট উপযুক্ত, শুষ্ক ত্বকের আবার সেই একই কেমিকেল হয়তো উপযুক্ত নয়। কেমিকেল ও প্রিজারভেটিভ অ্যাবজরভ হওয়ার পরে ত্বকে অ্যালর্জি ও রি-অ্যাকশন হতে পারে। এই কারণেই উপযুক্ত অরগ্যানিক ফেশিয়াল।

শুধুমাত্র খাওয়া-দাওয়া আর পোশাক নয়, রূপচর্চাতেও অরগ্যানিক ইজ ইন। অরগ্যানিক ফেশিয়ার এমন এক ধরণের ট্রিটমেন্ট, যেখানে কেমিকেল ও প্রিজারভেটিভ বাদ দিয়ে পুরোপুরি ভাবে ন্যাচারাল প্রোডাক্ট ব্যবহার করা হয়। ফুল, পাতা ও গাছের মুলের নির্যাস থেকে অরগ্যানিক ফেশিয়াল প্রোডাক্ট তৈরি করা হয়। অরগ্যানিক প্রোডাক্ট ত্বকের উপর কোনও ক্ষতিকর প্রভাব ফেলে না।

তবে অরগ্যানিক এর সঙ্গে ন্যাচাররাল বা বোটানিকাল বিউটি প্রোডাক্ট গুলিয়ে ফেললে মুশকিল। বেশির ভাগ ন্যাচারাল এক্সট্র্যাক্ট থাকে, আর বাকি পুরোটাই কেমিকেল থাকে। অরগ্যানিক ফেশিয়ালে যেখানে অরগ্যানিক প্ল্যান্ট থেকে তৈরী নির্যাস ব্যবহার করা হয়। লং লাস্টিং এফেক্ট এর জন্য অরগ্যানিক ফেশিয়াল দারুন।



১। পার্লারের সরঞ্জাম



২। আই ভ্রু থ্রেডিং

৩। আই ভ্রু থ্রেডিং (২)

৪। আপার লিপ থ্রেডিং

৫। আপার লিপথ্রেডিং

৬। অল ফেস থ্রেডিং

৭। স্ট্রেইট হেয়ার কাট

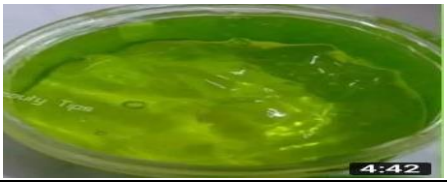
৮। ইউ কাট

৯। ভি কাট

১০। লেয়ার কাট **১১। স্টেপ কাট**

১৩। বেবি কাট **১৪। ব্যাঙ্গস কার্ট**

১৫। অয়েল ম্যাসাজ **১৬। হেয়ার ট্রিটমেন্ট** **১৭। হেয়ার স্পা**



১৮। প্রোটিন ট্রিটমেন্ট **১৯। হারবাল প্যাক:(থিওরী)**

২০। নরমাল ম্যাসাজ

২১। হারবাল ম্যাসাজ

২২। ডিপক্লীন ফেসিয়াল

২৩। ফেসিয়াল স্টিম

২৪। এলোভেরা ফেসিয়াল

২৫। ডায়মন্ড ফেসিয়াল

২৬। পার্ল ফেসিয়াল

২৭। গোল্ডেন ফেসিয়াল

২৮। হোয়াইটিং ফেসিয়াল

২৯। মেনিকিউর

৩০। পেডিকিউর

৩১। ওয়েক্সসিং

৩২। এন্টিট্যান ফেসিয়াল

৩৩। ব্রাইডাল ফেসিয়াল

৩৪। হেয়ার ড্রাইং

৩৫। ট্রিমিং

৩৬। চুলে হেনা

৩৭। চুলের ব্লিচ

৩৮। হেয়ার কালার

৩৯। চুলের জরি ও ব্রু-ডাই সেটিং

৪০। হেয়ার পাম্প

৪১। মেহেদী সাজ

৪২। আল্পনা মেহেদী সাজ

৪৩। ফ্রন্ট সেটিং

৪৪। খোপার সাজ

৪৫। বৌ এর খোপা

৪৬। রি রোলিং স্টাইল

৪৭। হেয়ার স্ট্রেইট

৪৮। ফেইস বেইজড মেকাপ

৪৯। হাত পা গলা বেইজ মেকাপ

৫০। চোখের সাজ

৫১। ফুল মেকাপ

৫২। ব্রাই ডাল মেকাপ

৫৩। পার্টি মেকাপ-২

৫৪। বডি ম্যাসাজ

৫৫। স্পা ও বডি ম্যাসাজ

৫৬। বৈশাখী সাজ

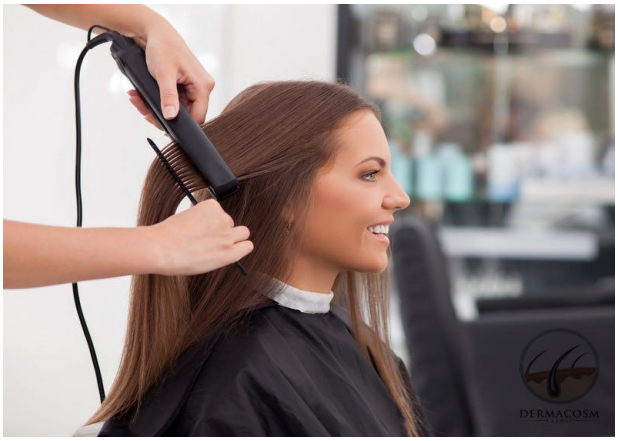
৫৭। ২৬ মার্চ ও ১৬ ই ডিসেম্বর

৫৮। শাড়ির সাজ

৫৯। হলুদের সাজ

৬০। রিবন্ডিং ও স্ট্রেইট

৬১। ক্যারাটিন



৬২। কালার রিবন্ডিং

৬৩। বউ সাজ

৬৪। HD ব্রাইডাল মেকাপ

২৫ তম দিন

ডিপক্লীন ফেসিয়াল

ডিপক্লীন ফেসিয়াল একটি আধুনিক ফেসিয়াল। এটি ত্বককে গভীর থেকে পরিস্কার করে তোলে। এটি নির্দিষ্ট হারবাল পণ্য কিংবা নির্দিষ্ট প্যাকেজ পণ্য দ্বারা করা যায়। ব্রণ কিংবা মেছতা রোধে এটি ভূমিকা রাখে। সাধারণত বেশি মেকাপ গ্রহনকরীদের জন্য ডিপক্লিন ফেসিয়াল খুব জরুরী। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : ডিপক্লীন ফেসিয়াল এর জন্য ডিপক্লীন কিট প্রয়োজন হয়। ছবি-২২

২৬ তম দিন

ফেসিয়াল স্টিম

ফেসিয়াল স্টিম এমন এক ধরনের ফেসিয়াল যা মুখে ব্লাক হেডস কিংবা হোয়াইট হেডস থাকলে তা পরিস্কার করে। সাধারনত দানা যুক্ত মুখে ফেসিয়াল স্টিম করা হয়। এটি করতে স্টিম মেশিনের প্রয়োজন হয়।ছবি-২৩

২৭ তম দিন

এলোভেরা ফেসিয়াল:

যুগ যুগ ধরে এলোভেরা সবার পরিচিত। শুধু এই দেশে নয়, বিশ্বের সব গুলো দেশেই এলোভেরার গুনাগুন পরিচিত। এলোভেরা শুধু মুখে নয় চুলেও খুব ভাল কাজ করে এবং খালি পেটে শরবত বানিয়েও খাওয়া যায়। তবে মুখে সরাসরি এলোভেরা ব্যবহার করা ঠিক নয়। এতে অনেকের মুখে স্যুট না করার কারণে সমস্যা হয়। এলার্জি স্কীনে বাদ সব ধরনের স্কীনে এলোভেরা ফেসিয়াল করা যায়। **উপকরন:** এ্যলোভেরা বা কিট। ছবি-২৪

২৮ তম দিন

ডায়মন্ড ফেসিয়াল:

ডায়মন্ড ফেসিয়াল সাধারনত ঠান্ডা আবহাওয়ায় করা হয় মানে শীতের সময় বা বৃষ্টির সময়। শীত প্রধান দেশগুলোতে ও ডায়মন্ড ফেশিয়াল উপযোগী। আর আমরা গরমের সময়ও করতে পারবো । ডায়মন্ড ফেসিয়াল এর পুরো কিট ফ্রীজে রেখে দিতে হবে যাতে গুনাগুন নষ্ট না হয়। ডায়মন্ড ফেসিয়াল মুখের হোয়াইটিং দেখায় স্কীন পরিস্কার করে রোদ্রের পোড়া দূর করে । শীতের সময় মাসে ২বার করা যায়। গরমের সময় ১বার করা যায়। **উপকরন:** ডায়মন্ড কিট। ছবি-২৫

পার্ল ফেসিয়াল

সাধারণত পার্ল ফেসিয়াল করা হয় মুখের কালো কালো ছোপ ছোপ দাগ দূর করার জন্য। অর্থাৎ যাদের মুখে কালো কালো ছোপ ছোপ দাগ আছে তারা প্রত্যেক মাসে অন্তত দুই বার করে এই ফেসিয়াল করে সে দাগ দূর করতে পারে । অনেক সময় গায়ের রং ফর্সা করতেও পার্ল ফেসিয়াল ব্যবহার করা হয়। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : পার্ল ফেসিয়ালের জন্য সাধারণত ক্লিনজিং মিল্ক, ম্যাসাজ ক্রিম, স্ক্রাব, ম্যাসাজ জেল, এবং টোনার প্রয়োজন হয় । ছবি-২৬

২৯ তম দিন

গোল্ডেন ফেসিয়াল

গোল্ডেন ফেসিয়াল সাধারণত ফ্রেশ স্কিন মেয়েদের ফেসিয়াল। সাধারণত গায়ের রং ফর্সা এমন মেয়েরা গোল্ডেন ফেসিয়াল করে তাদের ত্বকের রং ও সৌন্দর্য ধরে রাখতে পারে। ২ মাসে একবার এ ফেসিয়াল করা যায়। তবে এর জন্য গোল্ড কিট ও ব্লিচ প্রয়োজন হয়। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : গোল্ডেন ফেসিয়ালের জন্য সাধারণত গোল্ডেনিং কিট ব্যবহার করা হয়। ছবি-২৭

৩০ তম দিন

ফেয়ার পলিশ

এটা হচ্ছে ত্বকের পরিচর্যা। ফেয়ার পলিশ করলে গায়ের রং উজ্জ্বল দেখায়। এর জন্য বাজারে বিভিন্ন প্যাকেজ প্রডাক্ট পাওয়া যায়। এটা সাধারণত বিয়ের কনের ক্ষেত্রে বেশি ব্যবহার করা হয়। নিয়মিত ফেয়ার পলিশ করার পর যে কাররই লাবণ্য বাড়ে। ফেয়ার পলিশ করার পর রোদে যাওয়া একেবারে উচিৎ নয়।

প্রয়োজনীয় উপকরণ : ফেয়ার পলিশের জন্য সাধারণত বিভিন্ন প্যাকেজ পাওয়া যায় যেখানে মোটামুটি ৮ ধরনের উপাদান থাকে।

৩১ তম দিন

হোয়াইটিং ফেসিয়াল

সাধারণত ত্বকে উজ্জ্বলতা আনার জন্য যে ফেসিয়াল করা হয় তাকে হোয়াইটেনিং ফেসিয়াল বলে। কোন কারনে মুখের রং যাদের কালো হয়ে যায় তাদের জন্য এ ফেসিয়াল অনেক জরুরী। এটি মাসে অন্তত এক বার করলে মুখের পোড়া ভাব কিংবা কালো দাগ দূর হয়ে যায়। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : হোয়াইটেনিং ফেসিয়ালের জন্য সাধারণত হোয়াইটেনিং কিট ব্যবহার করা হয়। ছবি-২৮

৩২ তম দিন

গ্যালভানিক ফেসিয়াল

গ্যালভানিক ফেসিয়াল মুখে মেছতা আছে এমন নারীদের জন্য উপযোগী একটা ফেসিয়াল। মেছতা মুখে মাসে একবার করে এই ফেসিয়াল করা হলে আস্তে আস্তে মেছতার দাগ চলে যায়। এমনকি এর মাধ্যমে মেছতা পুরোপুরি দূর করা যায় যদি প্রথম থেকেই এটির ব্যবহার করা হয়। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : গ্যালভানিক ফেসিয়ালের জন্য প্রয়োজন Ray মেশিন ও গ্যালভানিক প্যাকেজ ।

৩৩ তম দিন

ওজোন ফেসিয়াল

ওজোন ফেসিয়াল হলো ব্রণযুক্ত ত্বকের ফেসিয়াল। ব্রণযুক্ত ত্বকে অন্য ফেসিয়াল না করে ওজোন ফেসিয়াল করলে ব্রণ যেমন কমে তেমনি ব্রণ পরবর্তী দাগও কমে যায়। সাধারণত প্রতি মাসে একবার ওজোন ফেসিয়াল করা যেতে পারে।

প্রয়োজনীয় উপকরণ : ওজোন ফেসিয়ালের জন্য প্রয়োজন Ray মেশিন ও ওজোন কিট।

৩৪ তম দিন

মেনিকিউর ও পেডিকিউর

এক্সপ্রেস মেনিকিউর	১	২	রিভাইন মেনিকিউর
ইনডালজ স্পা মেনিকিউর	৩	৪	এক্সপ্রেস পেডিকিউর
রিভাইন পেডিকিউর	৫	৬	ইনডালজ স্পা পেডিকিউর

মেনিকিউর

মেনিকিউর হচ্ছে হাতের পরিচর্যা। হাতের পরিচর্যা অত্যন্ত গুরত্বপূর্ণ একটি বিশেষ বিষয়। সাধারণত প্রত্যেক মাসে একবার করে মেনিকিউর করা উচিৎ। এর ফলে হাতের সৌন্দর্য বৃদ্ধি পায়। পেডিকিউর এর মতো মেনিকউর করার সময়ও ডায়াবেটিস রোগীদের বিশেষ সর্তকতা অবলম্বন করা হয়। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : মেনিকিউর করার জন্য সাধারণত কুসুম গরম পানি, স্যাম্পু, স্যাভলন, চিনি, মেনিকিউর সল্ট, লেবুর রস, হাইড্রোজেন পার অক্সাইড, গ্লিসারিন, স্ক্রাব, ম্যাসাজ ক্রিম ইত্যাদি এর প্রয়োজন হয় । ছবি-২৯

পেডিকিউর

পেডিকিউর হচ্ছে পায়ের পরিচর্যা। পায়ের পরিচর্যা শরীরের অন্যান্য অঙ্গের পরিচর্যার মতোই গুরুত্বপূর্ণ। এটা নিয়মিত করা হলে অর্থাৎ প্রতি মাসে অন্তত একবার করা হলে পা সুন্দর হয়। তবে পেডিকিউর করার সময় ডায়াবেটিস রোগীদের ক্ষেত্রে বিশেষ সর্তকতা অবলম্বন করা প্রয়োজন। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : পেডিকিউর করার জন্য সাধারণত কুসুম কুসুম গরম পানি, স্যাম্পু, স্যাভলন, চিনি, পেডিকিউর সল্ট, লেবুর রস, হাইড্রোজেন পার অক্সাইড, গ্লিসারিন, স্ক্রাব, ম্যাসাজ ক্রিম । ছবি-৩০

৩৫ তম দিন

ওয়েক্সসিং:

ওয়েক্সসিং করা হয় যাদের হাতে, পায়ে বা বডিতে অনেক লোম বা যারা শরীরে লোম পছন্দ করে না এছাড়া যারা মিডিয়া জগতে কাজ করে তাদের মাঝে অনেকে লোম পছন্দ করে না। তাদের জন্য ওয়েক্সসিং। ওয়েক্স করলে হাত পা সুন্দর দেখায় । ময়লা জমে থাকে না, স্পট থাকে না । **উপকরন:** হট, বা কোল্ড হেয়ার সিসোভার ওয়েক্স পেপার বা জেল প্রয়োজন হয়। ছবি-৩১

৩৬ তম দিন

ফ্রুটস এন্ড ভেজিটেবল ফেসিয়াল

নানা রকমভাবে ফেসিয়াল করা যায়। ফ্রুটস এন্ড ভেজিটেবল ফেসিয়াল বলতে সাধারণত বোঝায় ফ্রুটস ও ভেজিটেবল নির্যাস দ্বারা ফেসিয়াল করা। এর জন্য বাজারে নানা রকম ফ্রুটস এন্ড ভেজিটেবল কিট পাওয়া যায়। এটি কিছুটা আর্য়ূবেদিক হওয়ায় অন্যান্য ফেসিয়ালের চেয়ে আলাদা।**প্রয়োজনীয় উপকরণ** :ফ্রুটস এন্ড ভেজিটেবল ফেসিয়াল করার জন্য ফ্রুটস এন্ড ভেজিটেবল কিট প্রয়োজন।

৩৭ তম দিন

এন্টিট্যান ফেসিয়াল:

এন্টিট্যান ফেসিয়াল সাধারনত ৩৫ বছর বয়সের থেকে কর হয়। ৩৫ বছরের কম বয়সি নারীদের এই ফেসিয়াল প্রয়োজন হয় না। সময়ের সাথে নিজেকে ফিট ও সৌন্দরর্য ধরে রাখতে চায়। তাদের জন্য এন্টিট্যান ফেসিয়াল প্রতি মাসে ২বার করা প্রয়োজন। এই ফেসিয়ালের ফলে মুখের রিংকেল দূর হয় স্কীন টানটান হয় গ্লো দেখায় ৩৫ থেকে ২৫ দেখায় । যদি সে নিয়মিত করে স্কীনের ডেমেজ দূর করে, স্কীনের পোর গুলো ডেকে যায়। **উপকরন:** এন্টিটেন এর সেট ও ওজন মেশিন। ছবি-৩২

৩৮ তম দিন

ব্রাইডাল ফেসিয়াল:

ব্রাইডাল ফেসিয়াল বা হোয়াইটিং এর মধ্যে শুধু প্রোডাক্টটাই আলাদা বাকী সব কিছুই এক রকম কাজ করে। তবে কারো বিয়ের ব্যাপার হয় তখন যদি হোয়াইটিং না বলে ব্রাইডাল ফেসিয়াল বলা হয়, বিষয়টা একটু অন্য রকম মনে হবে তখন যার মনে না চাইবে সে ও একবার ব্রাইডাল ফেসিয়াল করবে। তবে প্রথমে হোয়াইটিং পলিশ করে তারপর ব্রাইডাল ফেসিয়াল করলে অনেক ব্রাইড দেখাবে। এছাড়া যেকোন সময় ব্রাইডাল ফেসিয়াল করা যায় মাসে ১ বার করা যাবে। **উপকরন :** হোয়াটিং পলিশ সেট, ব্রাইডাল কিট ও মেশিন। ছবি-৩৩

৩৯ তম দিন

ফেসিয়াল রিভিশন

ফেসিয়াল সংক্রান্ত সকল ক্লাস থেকে প্রয়োজন অনুযায়ী রিভিউ ক্লাস।

৪০ তম দিন

হেয়ার ড্রাইং ও ট্রিমিং

হেয়ার ড্রাইং

সাধারণত ভেজা চুলকে শুকানোর জন্য হেয়ার ড্রাই করা হয়। তবে ভেজা চুলকে বিভিন্ন আকৃতির করা জন্য হেয়ার ড্রাই ব্যবহার করা হয়। চুলের মাঝে সমান ভাবে সিথি করে অল্প অল্প চুল নিয়ে হেয়ার ড্রাই করা হয় । **প্রয়োজনীয় উপকরণ :** হেয়ার ড্রাই করার জন্য ড্রাইং মেশিন ও চিরুনী প্রয়োজন হয় । ছবি-৩৪

ট্রিমিং

ট্রিমিং বলতে বোঝায় সাধারণত আগা ফেটে যাওয়া চুলকে কেটে ফেলা। ট্রিমিং খুবই গুরত্বপূর্ণ কারন ট্রিমিং এর অভাবে চুলের সামগ্রিক সৌন্দর্য নষ্ট হয়ে যায়। ট্রিমিং যেমন চুলের সৌন্দর্য বৃদ্ধি করে তেমনি চুলের আগা ফেটে যাওয়াও বন্ধ করে। **প্রয়োজনীয় উপকরণ :** ট্রিমিং করতে সাধারণত কেচি ও চিরুনী দরকার হয় । ছবি-৩৫

৪১ তম দিন

কালো কালার:

কালো রং শুধু সাদা বা পাকা চুলের জন্য নয়, যাদের চুল পাকা তারা চুলকে কালো করার জন্য মাসে ২ বার কালো রং চুলে ব্যবহার করতে পারে। এর ফলে চুলগুলো ঝলমলে কালো দেখায় ও ঘন দেখায় এবং পাঁকা চুলগুলো কালো করে। তাছাড়া আমরা যারা চুলে বিভিন্ন রং করে থাকি, কিছু ক্ষেত্রে দেখা যায় যে, ঐ রংটি হয়ত ভাল লাগছে না অথবা কোন রং অনেকদিন না রাখতে চাইলে সেই রং ঢাকার জন্যেও কালো রং ব্যবহার করা যায়। কালার কে ঢাকার জন্য কালো রং ব্যবহার করে থাকে। **উপকরন:** যে কোনো ভালো কোম্পানীর চুলের কালো রং হতে পারে।

৪২ তম দিন

চুলে হেনা:

যাদের চুল পাকা তাদের জন্যই শুধু হেনা তা কিন্তু ঠিক নয়। হেনা হলো নেচারাল কন্ডিশনার যার ফলে চুল পড়া কমে এবং চুলের গোড়া মজবুত হয়। নিয়মিত চুলে হেনা ব্যবহার করে তাদের চুলে হারকা একটা কালার চলে আসে। এছাড়া হেনা পাঁকা চুল লাল করে। তাই আমরা রেগুলার চুলে হেনা ব্যবহার করতে পারি। **উপকরন:** হেনা, কফির লিকার বা পানি । ছবি-৩৬

৪৩ তম দিন

চুলে ব্লিচ:

মুখে যেমন ব্লিচ করা যায় চুলে ও তেমন ব্লিচ করা যায়। চুলের সৌন্দর্য বৃদ্ধিও জন্য চুলে আমরা ব্লিচ করে থাকি। এতে চুলের কালার টা পরিবর্তন মাধ্যমে ওভারঅল লকটাকে আরো ফ্যাশননেবল করে তোলা সম্ভব। ৯০ দশক থেকে শুরু কওে সময়ের সাথে তাল মিলিয়ে আজও চুলে ব্লিচ করা হয়। কতো ধরনের চুলের কালার এসেছে কিন্তু সব কালার এর সাথে আজও চুলের ব্লিচ করা হয়। কনো অংশে পিছিয়ে নেই চুলের ব্লিচ। **উপকরন:** ব্লিচ ক্রিম, সল্ট, হাইড্রোজেন পাওয়ার। ছবি-৩৭

৪৪ ও ৪৫ তম দিন

হেয়ার কালার

আধুনিক যুগের অন্যতম ফ্যাশন হলো হেয়ার কালার। হেয়ার কালারের মাধ্যমে নানা চেহারাকে নানা রকমভাবে সৌন্দর্যমন্ডিত করা যায়। চেহারা ভেদে এই কালার নানা রকম হয়ে থাকে। চুলকে বারগোল্ড, গোল্ডেন, বেগুনিসহ বিভিন্ন কালার করা যায়।

প্রয়োজনীয় উপকরণ : হেয়ার কালারের জন্য কালার প্যাক, ক্লাপ, ক্যাপ ও ফয়েল পেপার ইত্যাদির প্রয়োজন হয়। ছবি-৩৮

৪৬ তম দিন

চুলের জরি ও ব্রু-ডাই সেটিং

চুলের জরি ও ব্রু-ডাই সেটিং

চুলে জরি পরানো বলতে বোঝায় চুলের মাঝে মাঝে বিভিন্ন কালারের জরি পরানো। চুলের সৌন্দর্য বৃদ্ধিও জন্য চুলে জরি পরানো হয়। জরি পরানো চুল সব সময় গ্লেজ দেয় ফলে পার্টিতে কিংবা যে কোন অনুষ্ঠানের জন্য জরি পরা চুল আলাদা এক ধরনের সৌন্দর্য ফুটিয়ে উঠে। যে ধরনের হেয়ার কাট থাকবে সে ধরনের ব্রু ডাই সেটিং করে দেওয়া হবে। ছবি-৩৯

৪৭ তম দিন

হেয়ার আয়রন

তাপমাত্রা বাড়িয়ে বা কমিয়ে চুলকে সোজা করা হয়। তবে আয়রন করার সময় অবশ্যই অল্প অল্প করে চুল নিয়ে আয়রন করতে হবে। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : হেয়ার আয়রন করতে আয়রন মেশিন প্রয়োজন হয়।

৪৮ তম দিন

হেয়ার পাম্প

হেয়ার পাম্প সাধারণত পাতলা চুলের মেয়েদের জন্য প্রযোজ্য একটি হেয়ার স্টাইল। যার মাধ্যমে পাতলা চুলকে মেডিসিন ও মেশিনের মাধ্যমে ফোলানো হয় এবং ফোলানোর ফলে চুলকে অনেক ঘন ও ভারী মনে হয়।**প্রয়োজনীয় উপকরণ** : হেয়ার পাম্প করতে হেয়ার ড্রাই মেশিন, মেডিসিন ও চিরুনী প্রয়োজন হয়। ছবি-৪০

৪৯ তম দিন

স্ট্রেট পাম্ব

স্ট্রেট পাম্ব সাধারনত যাদের চুল হালকা বা পাতলা থাকে তাদের জন্য। এর মাধ্যমে চুল ঘনা ও স্ট্রেট দেখা যাবে। স্ট্রেট পাম্ব যে কোন বয়সে করা যায় । যে সকল চুলগুলো রিবন্ডিং করতে পারে না অথবা শুধু পাম্ব করাতে চায় না তাদের জন্য স্ট্রেট পাম্ব। এতে চুলের লুক সুন্দর দেখা যায়। এটা বছরে ১বার করা যায়।

উপকরন: স্ট্রেট মেডিসিন, হেয়ার আয়রন।

৫০ তম দিন

মেহেদীর সাজ

মেহেদী মেয়েদের সাজের একটা অন্যতম মাধ্যম। সাধারণত মেহেদী সাজ বিভিন্ন উৎসবকে কেন্দ্র করে অনেক বেশি প্রয়োজন হয়। বিয়ে, গায়ে হলুদ, বিভিন্ন পার্টি, ঈদ, পূঁজার মত ধর্মীয় উৎসবগুলোকে কেন্দ্র করে মেহেদীর ব্যবহার ও আমেজ ব্যাপকতর হয়। বিভিন্ন দিবস অনুযায়ী মেহেদী সাজ বিভিন্ন ধরনের হয়ে থাকে। বর্তমান সময়ে ফ্যাশন হিসেবেও মেহেদীর সাজ ব্যবহার হচ্ছে। ছবি-৪১

৫১ তম দিন

আল্পনার সাজ

বিভিন্ন উৎসব ও দিবসকে কেন্দ্র করে আল্পনার সাজ বাঙ্গালীর ঐতিহ্যগত ব্যাপার। নানা রকম আল্পনা সাজ তাই সব সময়ই অত্যন্ত গুরত্বপূর্ণ। ছবি-৪২

৫২ তম দিন

ফ্রন্ট সেটিং

ফ্রন্ট সেটিং বলতে সাধারণত বোঝায় চুলের ১ম ভাগকে সেটিং করা। মাথার সামনের কিছু চুল কে ফুলিয়ে এ সেটিংটি করা হয়। ফোলানোর কাজটি হেয়ার স্প্রে দ্বারা পাম্প করার মাধ্যমে করা হয়। ফ্রন্ট সেটিংয়ের মাধ্যমে অন্য রকমের সুন্দর লুক তৈরী হয় ।

প্রয়োজনীয় উপকরণ : ফ্রন সেটিংয়ের জন্য চিরুনী, হেয়ার স্প্রে ও ক্লিপ প্রয়োজন হয় । ছবি-৪৩

৫৩ তম দিন

খোপার সাজ

খোপা মেয়েদের সৌন্দর্য ফুটিয়ে তোলার জন্য অন্যতম জরুরী একটা মাধ্যম। বিভিন্ন ধরনের খোপা করা এখন গ্রহণযোগ্য ফ্যাশনের মধ্যেও পড়ে। বিভিন্ন দিবস কিংবা অনুষ্ঠান ভিত্তিক খোপা যেমন বিভিন্ন রকমের হয় তেমনি চুলের সাইজ ও ধরন অনুযায়ী খোপার ভিন্নতা রয়েছে। খোপাকে নানা ভাবে সাজানো এবং নানা ভাবে উপাস্থাপন করার কৌশল শেখা একটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয়। নানা রকমের খোপার মধ্যে রিং খোপা, বেনী খোপা, সাইড খোপা এবং বউ খোপা অন্যতম। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : খোপা করার জন্য সাধারণত ক্লিপ, কাটা, রাবার ব্যান্ড, চিরুনী ও স্প্রে প্রয়োজন হয় । ছবি-৪৪

৫৪ তম দিন

বৌ এর খোপা

বউকে সুন্দরভাবে সাজানোর জন্য খোপা অন্যতম একটা মাধ্যম। কেননা বিয়ের সাজে বউকে সব দিক থেকেই সুন্দরভাবে সাজানো হয়। আর চুল যেহেতু সৌন্দর্যের অনেক গুরত্বপূর্ণ একটা অংশ সুতরাং চুলের সাজটি যদি যথাযথ না হয় তাহলে বউয়ের সামগ্রিক সাজটিই বিফলে যেতে পারে। আবার বউয়ের সাজ যেহেতু ভারী মেকাপ ও ভারী পোশাকের হয় সেহেতু চুলকে খোপার মাধ্যমে সাজানো অনেক বেশি গ্রহণযোগ্য হয়ে থাকে। বউয়ের সাজ ও চুলের ধরন অনুযায়ী বউয়ের খোপার সাজে ভিন্নতা আসে।**প্রয়োজনীয় উপকরণ** : বউয়ের খোপা করার জন্য সাধারণত ক্লিপ, কাটা, রাবার ব্যান্ড, চিরুনী ও স্প্রে প্রয়োজন হয়। ছবি-৪৫

৫৫ তম দিন

রোল রিং স্টাইল

রোল রিং স্টাইল এমন এক ধরনের স্টাইল যেখানে চুলের গোড়ার দিকের কিছু অংশ ব্যতিত অন্য অংশের চুলকে রিং স্টাইল করা হয়। বিভিন্ন ধরনের রোলার ও হাতের আঙ্গুলের সাহায্যে এই স্টাইলটি করা হয়। রোল রিং স্টাইলটি সাধারণত ছোট কিংবা মাঝারী চুলের ক্ষেত্রে বেশি প্রয়োগ করা হয়। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : রোল রিং স্টাইলের জন্য প্রয়োজনীয় উপকরণ হলো হেয়ার স্প্রে, কালো ক্লিপ ও চিরুনী। ছবি-৪৬

৫৬ তম দিন

হেয়ার স্ট্রেইট

হেয়ার স্ট্রেইট সাধারণত তাদের জন্য প্রযোজ্য যাদের চুল কোকড়ানো কিংবা বাকা। হেয়ার স্ট্রেইট এর মাধ্যমে সেই সব বাঁকা ও কোকড়ানো চুলকে সোজা করা হয়। ফলে চুলকে লম্বা দেখায় যা চুলে অন্য রকমের এক ধরনের সৌন্দর্য সৃষ্টি করে।

প্রয়োজনীয় উপকরণ : হেয়ার স্ট্রেট করার জন্য প্রয়োজন হেয়ার আয়রন ও হেয়ার স্ট্রেইট মেডিসিন । ছবি-৪৭

৫৭ ও ৫৮ তম দিন

ফেইস বেইজড মেকাপ

ফেইস মেকাপ হলো মানুষের চেহারার উপর ভিত্তি করে মেকাপ করা। প্রকৃতিগত ভাবে মানুষের চেহারার নানা রকম ভিন্নতা রয়েছে। সেই ভিন্নতার আলোকে কোন মেকাপ কার জন্য প্রযোজ্য সেটা নির্বাচন করে সেই আলোকে মেকাপ করাই হলো ফেইস বেইজড মেকাপ। ফেইস বেইজড মেকাপে যেহেতু চেহারার ভিন্নতাকে মূল্যায়ন করা হয় এবং সেই চেহারার জন্য গ্রহণযোগ্য সাজ নির্বাচন করা হয় সেহেতু এই মেকাপের গ্রহণযোগ্যতা অন্যান্য মেকাপের তুলনায় অনেক বেশি। ছবি-৪৮

৫৯ তম দিন

হাত পা গলা বেইজ মেকাপ

হাত পা গলা বেইজ মেকাপ বলতে সাধারণত বোঝায় চেহারায় মেকাপের সাথে মিল রেখে হাত পা গলায় মেকাপ করা। যদি চেহারায় এক রকমের মেকাপ থাকে আর হাত পা গলায় থাকে ভিন্ন মেকাপ কিংবা মেকাপহীনতা, তাহলে চেহারার মেকাপটিও ভালোভাবে ফুটে উঠবে না। সুতরাং হাত পা গলা বেইজড মেকাপ অত্যন্ত জরুরী। **প্রয়োজনীয় উপকরণ** : হাত পা গলা বেইজড মেকাপের জন্য মেকাপের অন্যান্য উপকরণের সাথে লিকুইড ফাউন্ডেশন প্রয়োজন হয়। ছবি-৪৯

৬০ তম দিন

চোখের সাজ

চোখ মানুষের সৌন্দর্যের অন্যতম প্রধান একটি বাহক। চোখ যেমন মনের কথা বলে তেমনি সৌন্দর্যকেও ফুটিয়ে তোলে। সুন্দর চোখের মাধ্যমে যে কাউকেই সহজে আকর্ষণ করা যায়। আর এই চোখকে আকর্ষণীয় করতে রয়েছে নানা রকমের মেকাপ।
চোখ সাজানোর জন্য প্রয়োজন কাজল, আই লাইনার, মাসকারা, আই শ্যাডো ইত্যাদি । ছবি-৫০

৬১ তম দিন

স্মোকি আই মেকআপ:

গরম হোক শীত হোক যে মেকআপ ট্রেন্ডটি সারা বছর স্বমহিমায় বিরাজ করে সেটি হলো স্মোকি আই। শুধু উপরের পাতায় নয়, চোখের নিচের পাতাতেও ছড়িয়ে থাকে ধোঁয়া ধোঁয়া কুয়াশার জাদু বাকী মেকআপটা একেবারে হালকা । স্মোকি আই করতে হলে প্রথমে চোখের মেকআপ করে নিতে হয়। পরে মুখের মেকআপ করে নিতে হবে। **উপকরন:** স্মোকি শেডো প্লেট, কালো শেড, তুলি, আইলাইনার ও মাশকারা ইত্যাদি।

৬২ তম দিন

ফুল মেকাপ

ফুল মেকাপ বলতে সামগ্রিক মেকাপকে বোঝানো হয় যেখানে ফেইস বেইজড মেকাপ, শ্যাডো, আই লাইনার, টিপ,শাড়ি, চুল সেটিং, আল্পনা প্রভৃতি বিষয়ের সামগ্রিক সমন্বয় থাকে। ছবি-৫১

৬৩ তম দিন

ব্রাইডাল এন্ড পার্টি মেকাপ

স্পেশাল ব্রাইডল মেকাপ ১	২ স্পেশাল আই মেকাপ
স্পেশাল স্টুডিও মেকাপ { হ্যালোইন, পহেলা বৈশাখ, ক্রিসমার্স} ৩	৪ ব্রাইডল মেকাপ
ব্রাইডস মেইড মেকাপ ৫	৬ মাদার অব দ্যা ব্রাইড/গ্রুম
ল্যাস এক্সটেনশনস/ইন্ডিভিজুয়াল ৭	৮ ট্রায়াল মেকাপ ফর ব্রাইড

ছবি-৫২

৬৪ তম দিন

পার্টি মেকাপ (২)

সাধারণভাবে নেয়া মেকাপ আর পার্টির জন্য নেয়া মেকাপের মধ্যে একটা ভিন্নতা রয়েছে। পার্টির জন্য নেয়া মেকাপ সাধারণ মেকাপের থেকে অনেক ভারী হয়। পৃথক পৃথকভাবে অনেকগুলো মেকাপ একত্রিত হয় পার্টি মেকাপে। বেইস মেকাপ, চোখ সাজানো, ঠোট সাজানো প্রভৃতি বিষয়গুলো পার্টি মেকাপে একত্রিত হওয়ার ফলে মেকাপটি অত্যন্ত অকর্ষনীয় হয়ে ওঠে।
প্রয়োজনীয় উপকরণ : পার্টি মেকাপের জন্য প্রয়োজন পেনকেক, ডাস্ট পাউডার, গ্লসী পাউডার, ব্রাশ, আই শ্যাডো, লিপ লাইনার, লিপস্টিক, কাজল, আই লাইনার, মাসকারা, টিপ ইত্যাদি। ছবি-৫৩

৬৫ তম দিন

বডি ম্যাসাজ

বডির যেসব অংশে রক্ত সঞ্চালন কম হয় সেসব অংশে রক্ত সঞ্চালনের জন্য ম্যাসাজ করা হয়। এর ফলে বডিতে রক্ত সঞ্চালন যেমন স্বাভাবিক হয় তেমনি বডি আকষর্নীয় ও সুন্দর থাকে। নিয়মিত বডি ম্যাসাজ শারীরিক সুস্থতাও নিশ্চিত করে।**প্রয়োজনীয় উপকরণ** : বডি ম্যসাজের জন্য প্রয়োজন অলিভ অয়েল, স্ক্রাব, ম্যাসাজ ক্রিম ও সুগন্ধি প্যাক ইত্যাদি । ছবি-৫৪

৬৬ তম দিন

স্পা ও বডি ম্যাসাজ

স্পা হলো সাধারণত মনোমুগ্ধকর পরিবেশে স্পা সামগ্রি দ্বারা করা ফেসিয়াল কিংবা বডি ম্যাসাজ। (স্পা সমন্ধে সামগ্রিক ধারনা ও আনুষঙ্গিক বিষয় নিয়ে আলোচনা) ছবি-৫৫

৬৭ তম দিন

বৈশাখী সাজ

পহেলা বৈশাখ বাঙালীর ঐতিহ্যবাহী এবং উৎসবমূখর একটি দিন। নতুন বছরকে আমন্ত্রণ জানাতে নানাভাবে পালিত হয় দিনটি। উৎসবমূখর হয়ে পড়ে সারা দেশ ও পুরো বাঙালী জাতি। লাল সাদা কিংবা বাহারী সজ্জায় সাজে পুরো বাংলা। বৈশাখের নানা বাহারী সাজের ধরন তাই শেখার বিষয় বটে। ছবি-৫৬

৬৮ তম দিন

২৬ মার্চ ও ১৬ ই ডিসেম্বরের সাজ

২৬ শে মার্চ কিংবা ১৬ ই ডিসেম্বর বাঙালীর জাতীয় জীবনের দুইটি গুরুত্বপূর্ণ দিন। মহান মুক্তিযুদ্ধের বিজয় ও স্বাধীনতাকে কেন্দ্র করে বাংলাদেশের সকল মানুষ এই দিন দুটোকে পালন করে উৎসব ও গৌরবের আমেজে। লাল সবুজের বাহারী সাজে ভরে ওঠে পুরো বাংলাদেশ। এই দুই দিবসকে কেন্দ্র করে লাল সবুজের সংমিশ্রণে তৈরী হয় নানা রকম সাজ। ছবি-৫৭

৬৯ তম দিন

শাড়ির সাজ

শাড়ি বাঙালী নারীর অত্যন্ত গ্রহণযোগ্য একটি পোশাক। মেয়েদের ক্ষেত্রে বাঙালীর পোশাক বলতে একমাত্র শাড়িকেই বোঝানো হয়। এই শাড়ির নানা রকমের ব্যবহার ও শাড়ি কেন্দ্রিক সাজ বাঙালী নারীকে অনেকটা অতুলনীয় করে তোলে। শাড়ির সাজের সৌন্দর্যের কাছে যেন অন্য সকল সাজ পরাজিত হয়। অন্য পোশাকের সাথের সাজ আর শাড়ির সাথের সাজ একেবারে ভিন্ন। সুতরাং শাড়ির সাজ সম্পর্কে ধারনা থাকা ও কৌশলগত শিক্ষা অত্যন্ত জরুরী । ছবি-৫৮

৭০ তম দিন

হলুদ সাজ

হলুদ সাজ বলতে গায়ে হলুদের সাজ কে বোঝানো হয়। গায়ে হলুদ বাঙ্গালীর বিয়ের জন্য অত্যাবশ্যক একটি আয়োজন। এ আয়োজনকে ঘিরেও নানা সাজে সাজা যেতে পারে। গায়ে হলুদকে ঘিরে নানা রকম ভাবে হলুদের ব্যবহার ও সাজ শেখার বিষয় বটে। ছবি-৫৯

৭১ তম দিন

রিবন্ডিং ও স্ট্রেইট

আধুনিকযুগের স্মার্ট মেয়েদের একটি জনপ্রিয় ফ্যাশন হলো চুল রিবন্ডিং করা। রিবন্ডিং এর মাধ্যমে চুলকে সোজা ও সিল্কি করা হয়। ফলে চুল অনেক আকর্ষণীয় হয়ে ওঠে। রিবন্ডিং করা চুলে নিয়মিত ট্রিটমেন্ট করা প্রয়োজন। তবে এটি ব্যয়বহুল ও সময় সাপেক্ষ।

প্রয়োজনীয় উপকরণঃ হেয়ার রিবন্ডিং করার জন্য প্রয়োজন মেডিসিন ও হেয়ার আয়রন। ছবি-৬০

৭২ তম দিন

ক্যারাটিনঃ

ক্যারাটিন হলো অনেক কালার করা হয়েছে, চুলের রিবন্ডিং ও করা হয়েছে, চুলের ধরন খুবই খারাপ অবস্থা তাদের জন্য ক্যারাটিন এর মাধ্যমে চুলের ভাউন্স করে সাইনিং ও দেখায় এবং স্ট্রেট ও দেখায় এতে করে চুলে সুন্দরর্য ফিরে পাওয়া যায়। ছবি-৬১

৭৩ তম দিন

কালার রিবন্ডিংঃ

অনেকের ধারনা চুলে কালার করা থাকলে চুলে রিবন্ডিং করা যাবে না এতে চুলের ক্ষতি হবে ভেঙ্গে পড়বে । তাদের চুলে কালার নিয়মটা একটু আলাদা কালার রিবন্ডিং এর মেডিসিন টা ও আলাদা এবং নিয়মের মধ্যে করলে চুলের কালারটা ঠিক থাকবে এবং স্ট্রেট ও দেখা যাবে এবং চুলের স্প্রা ও ট্রিটমেন্ট করলে চুলে নিয়মিত হেয়ার আয়রন ব্যবহার করলে চুলে সাইনিং দেখাবে এবং লং টাইম চুলটা সুন্দর থাকবে। এবং হেয়ার ফলও হবে না। **উপকরনঃ** কালার মেডিসিন , হেয়ার ড্রয়ার , হেয়ার আয়রন, হেয়ার সিরাম ও অন্যান্য। ছবি-৬২

৭৪ তম দিন

পার্লারের বিউটি অব রুলস ও ভ্রাম্যমান পার্লার সম্পর্কে আলোচনা ভ্রাম্যমান পার্লার

ভ্রাম্যমান পার্লার বলতে সাধারণত বোঝায় পার্লার সেবা ভোক্তার দোরগোড়ায় পৌছে দেয়া। ভ্রাম্যমাণ পার্লারের মাধ্যমে বিউটিশিয়ান সেবা গ্রহণকারীর কাছে চলে যায় এবং তাকে পার্লার সেবা প্রদান করে। (ভ্রাম্যমান পার্লার সম্পর্কে বিস্তারিত আলোচনা)।

৭৫ তম দিন

বৌ সাজ

বিয়ে মানুষের জীবনের একটি গুরুত্বপূর্ণ অধ্যায়। বিয়েতে মেয়েদের বউ সাজে রয়েছে নানা রকমের ভিন্নতা। বধুকে সুন্দর ও আকর্ষনীয় করতে ব্যবহার করা হয় নানা রকমের সাজ। চেহারা ,শরীরের গঠন কিংবা পোশাক যে কোন আলোকেই বউকে সাজানো যায় সুন্দর ও নান্দনিক ভাবে। তাই বধুর নানা রকম সাজ শেখার বিষয় অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। **প্রয়োজনীয় উপকরণ :** পার্টি মেকাপের জন্য প্রয়োজন পেনকেক, ডাস্ট পাউডার, গ্লোসী পাউডার, ব্রাশ, আই শ্যাডো, লিপ লাইনার, লিপস্টিক, কাজল, আই লাইনার, মাসকারা ও টিপ ইত্যাদি। ছবি-৬৩

৭৬ তম দিন

রিভিশনঃ (সকল বিষয়)

প্রশিক্ষণার্থীদের চাহিদা ও প্রয়োজন অনুযায়ী নিদির্ষ্ট বিষয়ের উপর রিভিশন ক্লাস।

৭৭ তম দিন

H.D ব্রাইডাল মেকআপ

সেই ৮০ দশক থেকে আমরা সাজ সজ্জার সাথে পরিচিত। সেই সময় সাজের এতো প্রচলন ছিলো না। বর্তমান যুগের সাথে তাল মিলিয়ে আমরা এগিয়ে চলছি। ব্রাইডাল সাজের সাথে আমরা আগে থেকেই পরিচিত তবে H.D ব্রাইডাল মেকআপ সম্পূর্ণ নিউ লুক একটু ডিফ্রেন্ট হয়ে থাকে। একজন কাস্টমারের স্কীন টেনে বুঝে H.D ব্রাইডাল মেকআপ দিতে হবে। এই মেকআপের জন্য পার্লার পোডাক্ট ও লিকুইড ফাউন্ডেসন দিয়ে করা যাবে। তাই আগে জানতে হবে H.D মেকআপ এর প্রসেসিং ও ধাপগুলো কি কি । এতে মেকআপ লাইট হবে এবং গ্লোসি দেখাবে, এক কথায় নজর করা লুক। H.D ব্রাইডাল মেকআপ এর পোডাক্টগুলো ব্যতিক্রম ও আলাদা। এতে সাজ এর সৌন্দর্য ফুটে উঠে এবং মেকআপ দীর্ঘ সময় পর্যন্ত থাকে। **প্রয়োজনীয় উপকরণঃ** লিকুইড ফাউন্ডেসন ও পার্লার পোডাক্ট হয়ে থাকে। ছবি-৬৪

৭৮ ও ৭৯ তম দিন

পরীক্ষা (ব্যবহারিক)

৮০ তম দিন

পরীক্ষা (থিওরি ও ভাইভা)