

Model Test Paper

Class : 10th

Trade : Beauty and Wellness (NSQF)

Job Role : Assistant Beauty Therapist

(2025-26)

MM-40

ਭਾਗ- ਓ

ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰਨੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹਨ।

12×1=12

1. ਐਪੀਡਰਮਿਸ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਬਾਹਰੀ ਪਰਤ ਕਿਸ ਨਾਲ ਢਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

(ਓ) ਕੈਰੇਟਿਨ (ਅ) ਮੇਲੇਨਿਨ ਨਾਲ (ੲ) ਸੀਬਸ ਨਾਲ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ
ਕੋਈ ਨਹੀਂ

2. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜੀ ਵਿਧੀ ਵਾਲ ਉਤਾਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ?

(ਓ) ਡੈਪੀਲੇਸ਼ਨ (ਅ) ਲੇਜ਼ਰ ਵਿਧੀ (ੲ) ਬਲੀਚ (ਸ) ਵੈਕਸ

3. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਮੌਖਿਕ ਸੰਚਾਰ ਦੀ ਉਦਾਹਰਣ ਹੈ?

(ਓ) ਅਖਬਾਰ (ਅ) ਪੱਤਰ (ੲ) ਫੋਨ ਕਾਲ (ਸ) ਈ-ਮੇਲ

4. ਨੋਟਪੈਡ ਫਾਈਲ ਦੀ ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ txt ਹੈ। (ਸਹੀ ਜਾਂ ਗਲਤ)

5. ਕਰੀਮ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਤੇਲੀਆਂ ਚਮੜੀ ਲਈ ਢੁਕਵੀਂ ਹੈ। (ਸਹੀ ਜਾਂ ਗਲਤ)

6. ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਕੈਟੇਜਨ ਪੜਾਅ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਟੈਲੋਜਨ ਪੜਾਅ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।

(ਸਹੀ ਜਾਂ ਗਲਤ)

7. ਨਾਸਾਲੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ (Nasalis Muscle) ਨੱਕ ਦੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਹੈ। (ਸਹੀ ਜਾਂ ਗਲਤ)

8. ਸੰਸਥਾ ਨੇ ਵਿਕਾਸ ਟੀਚੇ ਬਣਾਏ।

9. ਥਰੇਡਿੰਗ ਕਰਨ ਲਈ ਥਰੇਡ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਤੋਂ 30 ਇੰਚ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

10. ਲੈਂਗਰਹੈਂਸ ਸੈੱਲ ਨੂੰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

11. ਲਿਪਸਟਿਕ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਬੁਰਸ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

12. ਸਧਾਰਨ ਚਮੜੀ ਦਾ PH ਤੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਭਾਗ-ਅ

ਕੋਈ 6 ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ।

6×3=18

13. ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਚੱਕਰ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿਚ ਦੱਸੋ।

14. ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰਾਂ ਦੀ ਚਮੜੀ ਲਈ ਕਿਸ ਤਰਾਂ ਦੀ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

15. ਐਪੀਡਰਮਿਸ ਅਤੇ ਹਾਈਪੋਡਰਮਿਸ ਲੇਅਰ ਵਿਚ ਅੰਤਰ ਦਸੋ ?

16. ਬਲੀਚ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੱਸੋ ?

17. ਵੈਕਸਿੰਗ ਕੀ ਹੈ? ਵੈਕਸਿੰਗ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਲਿਖੋ?

18. ਅੰਦਰੂਨੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ ਦੱਸੋ?

19. ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸੰਚਾਰ ਦੀਆਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਲਿਖੋ ?

ਭਾਗ-ੲ

ਕੋਈ 2 ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ।

(2×5=10)

20. ਰਿਸੈਪਸ਼ਨ ਖੇਤਰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ?

21. ਚਮੜੀ ਦੇ ਕੰਮ ਲਿਖੋ ?

22. ਬਲੀਚ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ? ਇਸ ਦੀ ਵਿਧੀ ਦੱਸੋ ?