



**ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ
ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑΣ**

"ΑΙΣΘΗΤΙΚΟΣ ΑΡΩΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ"

2^η ΠΕΡΙΟΔΟΣ 2008



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΥ

1. ΣΥΝΟΠΤΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ (Job Profile)	3
2 ΑΝΑΛΥΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ (Task Analysis).....	4
Ε. ΑΡΩΜΑΘΕΡΑΠΕΙΑ	5
3. Τελικές Εξετάσεις Πιστοποίησης	7
3.1 Το θεωρητικό μέρος των εξετάσεων.....	8
3.2 Το πρακτικό μέρος εξετάσεων	13
4. ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΕΡΩΤΗΣΕΩΝ	16
ΟΜΑΔΑ Α.....	16
ΟΜΑΔΑ Β.....	16
ΟΜΑΔΑ Γ	17
ΟΜΑΔΑ Δ.....	18
ΟΜΑΔΑ Ε.....	19
ΟΜΑΔΑ ΣΤ	20
ΟΜΑΔΑ Ζ.....	21
ΟΜΑΔΑ Η.....	21
ΟΜΑΔΑ Θ.....	22
ΟΜΑΔΑ Ι.....	23
ΟΜΑΔΑ ΙΑ.....	24

1. ΣΥΝΟΠΤΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ (Job Profile)

Ο κάτοχος Διπλώματος ΙΕΚ, στην ειδικότητα “Αισθητικής Αρωματοθεραπείας” έχει πιστοποιήσει τις γνώσεις, δεξιότητες και επαγγελματικές στάσεις που τον καθιστούν ικανό να εργασθεί σε:

A. Ιδιωτικά Εργαστήρια Αισθητικής

B. Καταστήματα καλλυντικών

Ο Διπλωματούχος της ειδικότητας “Αισθητικής Αρωματοθεραπείας” εκτελεί τις ακόλουθες κύριες επαγγελματικές δραστηριότητες:

1. Προετοιμασία εργαστηρίου
2. Αποστείρωση εργαλείων – Απολύμανση μηχανημάτων
3. Διοικητική υποστήριξη εργαστηρίου
4. Προετοιμασία πελάτη
5. Αρωματοθεραπεία
6. Βασικές αισθητικές πράξεις
7. Πώληση καλλυντικών – ειδών μακιγιάζ

2 ΑΝΑΛΥΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ (Task Analysis)

A. ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ

Να γνωρίζει και να εκτελεί:

- Καθημερινή καθαριότητα του χώρου και εξασφάλιση όρων υγιεινής
- Έλεγχο λειτουργίας μηχανημάτων:
 - α) ατμόλουτρου με παροχή όζοντος
 - β) υψίσυχνων
 - γ) γαλβανικού ρεύματος
 - δ) φαραδικού ρεύματος
 - ε) θέρμανσης κεριών
- στ) sauna
- ζ) κλιβάνου αποστείρωσης.
- Προετοιμασία βασικών υλικών και εργαλείων.
- Αποθήκευση υλικών και καλλυντικών:
 - α) Προστασία από θερμότητα
 - β) Προστασία από ακτινοβολίες
 - γ) Προστασία από διάχυση
 - δ) Προστασία από διάβρωση.

B. ΑΠΟΣΤΕΙΡΩΣΗ – ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗ

Να γνωρίζει και να εκτελεί:

- Αποστείρωση με θερμότητα
 - α. Ξηρή
 - β. Υγρή
- Αποστείρωση με ακτινοβολία
 - α. Ακτίνες UV
- Απολύμανση με αντισηπτικά προϊόντα.

Γ. ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ

Να γνωρίζει και να εκτελεί:

- Καθορισμό συνεντεύξεων και υποστήριξη διαδικασιών πληρωμής των εργασιών.
- Δημιουργία και ενημέρωση κάρτας πελάτη.
- Διατήρηση αρχείου πελατών.
- Διατήρηση αρχείου αισθητικών πράξεων.
- Διακίνηση αναλωσίμων υλικών και καλλυντικών και παρακολούθηση αποθήκης.
- Έρευνα αγοράς καλλυντικών και αναλωσίμων υλικών.
- Έρευνα αγοράς συσκευών.
- Κοστολόγηση προϊόντων.
- Ενημέρωση των πελατών και προβολή των δραστηριοτήτων του χώρου.

Δ. ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΠΕΛΑΤΗ – ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ

Να γνωρίζει:

- Καθήκοντα και υποχρεώσεις αποφοίτου ΙΕΚ.
- Δημόσιες σχέσεις.
- Ψυχολογία.

Ε. ΑΡΩΜΑΘΕΡΑΠΕΙΑ

Να γνωρίζει:

- Ιδιότητες των αιθερίων ελαίων.
- Χρήσεις των αιθερίων ελαίων.
- Αντενδείξεις των αιθερίων ελαίων
- Τρόπους χρήσης των αιθερίων ελαίων.

Να γνωρίζει και να εκτελεί:

- Μάλαξη ηρεμιστική προσώπου – σώματος με αιθέρια έλαια.
- Shiatsu – ρεφλεξολογία.
- Συνδυασμούς αιθερίων ελαίων ανάλογα με τις χρήσεις τους.

ΣΤ. ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΙΣΘΗΤΙΚΕΣ ΠΡΑΞΕΙΣ

Να γνωρίζει και να εκτελεί:

- Μάλαξη ηρεμιστική προσώπου – σώματος.
- Απλό καθαρισμό – ντεμακιγιάζ.
- Τοποθέτηση – αφαίρεση μασκών.
- Peeling (γενικά).
- Αναγνώριση τύπου δέρματος.
- Αποτρίχωση με ζεστό – ψυχρό κερί, χαλάουα.
- Αισθητικές φροντίδες για κάθε τύπο δέρματος με χρήση καλλυντικών προϊόντων και αιθερίων ελαίων.
- Μάλαξη – θεραπεία κυτταρίτιδας.
- Μάλαξη – θεραπεία παχυσαρκίας.
- Πρώτες βοήθειες.

Ζ. ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ – ΕΙΔΗ ΜΑΚΙΓΙΑΖ

Να γνωρίζει:

- Είδη καλλυντικών – είδη μακιγιάζ.
- Χρήσεις καλλυντικών – ειδών μακιγιάζ.
- Ανεπιθύμητες ενέργειες από τη χρήση καλλυντικών – ειδών μακιγιάζ.

3. Τελικές Εξετάσεις Πιστοποίησης

Για την απόκτηση του Διπλώματος Ι.Ε.Κ. της ειδικότητας **Αισθητικός Αρωματοθεραπείας** πρέπει να ικανοποιηθούν οι παρακάτω προϋποθέσεις:

- α) Επιτυχής ολοκλήρωση της φοίτησης στο Ι.Ε.Κ. και απόκτηση της βεβαίωσης επαγγελματικής κατάρτισης.
- β) Επιτυχία στο Θεωρητικό Μέρος των τελικών εξετάσεων.
- γ) Επιτυχία στο Πρακτικό Μέρος των τελικών εξετάσεων.

Για το σκοπό αυτό, στη Κ.Υ. του Ο.Ε.Ε.Κ., συγκροτείται Κεντρική Εξεταστική Επιτροπή Πιστοποίησης Επαγγελματικής Κατάρτισης (Κ.Ε.Ε.Π.Ε.Κ.) που έχει ως έργο την ευθύνη για την ομαλή και αδιάβλητη διεξαγωγή των εξετάσεων, την εποπτεία, κατεύθυνση και συντονισμό του έργου των Π.Ε.Ε.Π.

Κατά τις εξεταστικές περιόδους συγκροτούνται Περιφερειακές Εξεταστικές Επιτροπές Πιστοποίησης (Π.Ε.Ε.Π.). Οι Π.Ε.Ε.Π. έχουν ως έργο την οργάνωση και εφαρμογή των διαδικασιών των σχετικών με τις εξετάσεις στην περιφέρειά τους με βάση τις εκάστοτε ισχύουσες αποφάσεις του Ο.Ε.Ε.Κ. και τις οδηγίες της Κ.Ε.Ε.Π.Ε.Κ.

Η Πιστοποίηση Επαγγελματικής Κατάρτισης βασίζεται σε τελικές εξετάσεις Θεωρητικού και Πρακτικού Μέρους, που διεξάγονται σε εθνικό επίπεδο με βάση τον ισχύοντα, κατά την διεξαγωγή των εξετάσεων, Κανονισμό Κατάρτισης κάθε ειδικότητας.

Οι ενδιαφερόμενοι που απέτυχαν, μπορούν να συμμετέχουν εκ νέου στις Εξετάσεις Πιστοποίησης Επαγγελματικής Κατάρτισης χωρίς περιορισμό, οποτεδήποτε αυτές διεξάγονται.

Εξετασθείς, ο οποίος πέτυχε στο Πρακτικό ή Θεωρητικό Μέρος των εξετάσεων κατοχυρώνει την επιτυχία του στο μέρος αυτό για τρία (3) συνεχή έτη, κατά τη διάρκεια των οποίων συμμετέχει μόνο στις εξετάσεις του μέρους στο οποίο απέτυχε. Η τριετία αρχίζει από την επόμενη ημέρα της ανακοίνωσης των αποτελεσμάτων των εξετάσεων στην έδρα της αρμόδιας Π.Ε.Ε.Π. και λήγει την ημέρα συμπλήρωσης τριών (3) ημερολογιακών ετών. Αν μέσα στο χρονικό διάστημα των τριών (3) ετών δεν πετύχει και στη δεύτερη δοκιμασία, υποχρεούται πλέον να συμμετέχει εκ νέου και στα δύο (2) μέρη των Εξετάσεων Πιστοποίησης Επαγγελματικής Κατάρτισης (Θεωρητικό και Πρακτικό) με βάση τον ισχύοντα κάθε φορά Κανονισμό Κατάρτισης της ειδικότητάς του.

3.1 Το θεωρητικό μέρος των εξετάσεων

3.1.1 Διαδικασία

α) Σκοπός

Με τη διαδικασία των εξετάσεων του Θεωρητικού Μέρους επιδιώκεται να διαπιστωθεί αν ο απόφοιτος του Ι.Ε.Κ. κατέχει και είναι ικανός να χρησιμοποιεί, σε συγκεκριμένες επαγγελματικές εφαρμογές, τις θεωρητικές γνώσεις που απαιτούνται για την άσκηση του επαγγέλματος.

β) Περιεχόμενο εξέτασης

Η γραπτή δοκιμασία γίνεται με ερωτήσεις που προκύπτουν από το περιεχόμενο της προβλεπόμενης στοχοθεσίας του Θεωρητικού Μέρους και μπορεί να περιέχει θέματα από όλα τα γνωστικά αντικείμενα (μαθήματα) που περιέχονται στην εξεταζόμενη θεματική ενότητα ή μέρος αυτών.

Τα γραπτά είναι ανώνυμα κατά τη συλλογή και βαθμολόγηση μετά από επικάλυψη των ονομάτων των υποψηφίων.

γ) Διαδικασία εξέτασης

Το πρόγραμμα εξέτασης για το Θεωρητικό Μέρος καταρτίζεται από την Κ.Ε.Ε.Π.Ε.Κ. και μετά από απόφαση του Δ.Σ. του Ο.Ε.Ε.Κ. ανακοινώνεται από την οικεία Π.Ε.Ε.Π.

Η Κ.Ε.Ε.Π.Ε.Κ. μεταβιβάζει τα θέματα των γραπτών εξετάσεων στις επιτροπές των εξεταστικών κέντρων με τον προσφορότερο και ασφαλέστερο κατά την κρίση της τρόπο.

Οι υποψήφιοι υποχρεούνται να απαντήσουν σε όλα τα θέματα που έχουν δοθεί για επεξεργασία.

Μετά την εξάντληση του χρονικού ορίου αποχώρησης οι υποψήφιοι παραδίδουν τα γραπτά τους στους επιτηρητές οι οποίοι παρουσία του υποψηφίου καλύπτουν το μέρος του γραπτού που φέρει τα στοιχεία του υποψηφίου, με αδιαφανές κάλυμμα (αυτοκόλλητο).

Κάθε γραπτό δοκίμιο αξιολογείται από δυο (2) βαθμολογητές.

Η αξιολόγηση γίνεται με βάση την βαθμολογική κλίμακα από 1– 20.

Ως επιτυχών στο Θεωρητικό Μέρος θεωρείται αυτός που βαθμολογήθηκε με βαθμό δέκα (10) έως είκοσι (20).

Ο τελικός βαθμός προκύπτει από το άθροισμα των βαθμών των δυο (2) βαθμολογητών διαιρούμενος δια του δυο (2). Σε περίπτωση αναβαθμολόγησης ισχύει ο βαθμός του αναβαθμολογητή.

Η βαθμολόγηση γίνεται με ακέραιο βαθμό. Αν μετά τη διαίρεση του αθροίσματος των βαθμών των δυο (2) βαθμολογητών προκύπτει δεκαδικός αριθμός, ο βαθμός αυτός στρογγυλοποιείται στον αμέσως επόμενο (εάν το δεκαδικό στοιχείο είναι ≥ 0.5) ή προηγούμενο (εάν το δεκαδικό στοιχείο είναι < 0.5) ακέραιο βαθμό.

Γραπτό δοκίμιο των Εξετάσεων Πιστοποίησης Επαγγελματικής Κατάρτισης, αναβαθμολογείται μόνο στην περίπτωση που η διαφορά βαθμολογίας μεταξύ του πρώτου και του δεύτερου βαθμολογητή είναι μεγαλύτερη των τριών (3) μονάδων, από μέλος της οικείας ομάδας αναβαθμολογητών το οποίο ορίζει η Επιτροπή του Βαθμολογικού Κέντρου.

Επανεξέταση ή αναβαθμολόγηση πέραν της ανωτέρω προβλεπόμενης δεν επιτρέπεται.

Η αξιολόγηση των γραπτών δοκιμίων γίνεται με αντικειμενική και δίκαιη κρίση και δεν απαιτείται αιτιολόγηση από τον βαθμολογητή ή τον αναβαθμολογητή.

δ) Διάρκεια εξετάσεων

Η εξέταση του Θεωρητικού Μέρους διαρκεί τρεις (3) ώρες.

3.1.2 Στοχοθεσία εξεταστέας ύλης

Για την πιστοποίηση της επαγγελματικής ικανότητας, κατά το Θεωρητικό Μέρος, οι υποψήφιοι της ειδικότητας **Αισθητικός Αρωματοθεραπείας** εξετάζονται σε γενικά θέματα επαγγελματικών γνώσεων και ικανοτήτων και επίσης σε ειδικές επαγγελματικές γνώσεις και ικανότητες, που περιλαμβάνονται αποκλειστικά στη στοχοθεσία του Θεωρητικού Μέρους της ειδικότητας.

A. ΑΠΟΣΤΕΙΡΩΣΗ – ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗ

Να γνωρίζει:

- Τι είναι αποστείρωση
- Τι είναι απολύμανση
- Τι είναι αντισηπτικά.
- Τι είναι ατομική υγιεινή
- Τι είναι υγιεινή χώρα
- Ποια τα μηχανήματα αποστείρωσης και ποια η χρήση τους.

B. ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ

Να γνωρίζει:

- Την σχετική νομοθεσία περί εργαστηρίων αισθητικής
- Αρχές Λογιστικής Επιχειρήσεων
- Παραστατικά και βιβλία που διατηρεί το εργαστήριο
- Δεοντολογία διαφήμισης
- Τρόποι προώθησης πωλήσεων
- Αρχές marketing

Γ. ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΠΕΛΑΤΗ – ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ

Να γνωρίζει:

- Πως δημιουργήθηκε η Αισθητική Αρωματοθεραπεία και πως εξελίσσεται
- Ποια τα καθήκοντα του κατόχου πτυχίου ΙΕΚ
- Ποιοι ηθικοί και δεοντολογικοί κανόνες των Δημοσίων Σχέσεων
- Εργασιακές σχέσεις με τον εργοδότη και άλλους υπαλλήλους του εργαστηρίου
- Αρχές ψυχολογίας
- Αναγνώριση ψυχολογικού προφίλ πελάτη
- Αντιμετώπιση ατόμων με ειδικές ανάγκες

Δ. ΑΡΩΜΑΘΕΡΑΠΕΙΑ

Να γνωρίζει:

- Ιστορία αρωματοθεραπείας
- Τι είναι αρωματοθεραπεία
- Χρήση της αρωματοθεραπείας για περιποιήσεις προσώπου
- Χρήση της αρωματοθεραπείας για περιποιήσεις σώματος.
- Shiatsu – ρεφλεξολογία.
- Τρόπους χρήσης αιθερίων ελαίων
- Ανεπιθύμητες ενέργειες από τη χρήση των αιθερίων ελαίων

Ε. ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΙΣΘΗΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΕΙΣ

Να γνωρίζει:

- Αναγνώριση τύπου δέρματος
- Απλό καθαρισμό – ντεμακιγιάζ
- Φροντίδα όλων των τύπων δέρματος με χρήση καλλυντικών προϊόντων
- Peeling γενικά
- Μάσκες γενικά
- Στοιχεία Δερματολογίας
- Στοιχεία Ηλεκτροτεχνίας

ΣΤ. ΜΑΛΑΞΗ ΠΡΟΣΩΠΟΥ – ΣΩΜΑΤΟΣ

Να γνωρίζει:

- Ανατομία
- Φυσιολογία
- Κατηγορίες χειρισμών μάλαξης
- Είδη μάλαξης
- Προετοιμασία πελάτη για μάλαξη

Ζ. ΑΠΟΤΡΙΧΩΣΗ

Να γνωρίζει:

- Είδη αποτριχώσεων
- Μεθόδους προσωρινής αποτρίχωσης
- Προετοιμασία πελάτη για αποτρίχωση
- Περιποίηση μετά την αποτρίχωση
- Αντενδείξεις προσωρινής αποτρίχωσης
- Αποχρωματισμός τριχών

Η. ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ ΕΙΔΗ ΜΑΚΙΓΙΑΣ

Να γνωρίζει:

- Τι είναι γαλάκτωμα
- Τι είναι λοσιόν
- Τι είναι κρέμα
- Τι είναι μάσκα
- Τι είναι peeling
- Τι είναι αντιηλιακό
- Τι είναι συντηρητικά
- Τι είναι αντιοξειδωτικά
- Ποια είναι τα βασικά συστατικά των καλλυντικών
- Ανεπιθύμητες αντιδράσεις καλλυντικών
- Αλλεργίες από καλλυντικά
- Τι είναι fond de teint
- Τι είναι πούδρα
- Τι είναι κραγιόν
- Τι είναι eye – liner
- Τι είναι σκιές βλεφάρων
- Τι είναι ρουζ
- Τι είναι μάσκαρα
- Τη σωστή αποθήκευση των αναλώσιμων υλικών και καλλυντικών με βάση τον τύπο τους και τη συσκευασία τους.

Θ. ΜΑΚΙΓΙΑΖ – STYLING

Να γνωρίζει:

- Ιστορία του μακιγιάζ
- Χρωματικές παλέτες – θερμά – ψυχρά χρώματα
- Χρωματική αρμονία
- Φωτοσκιάσεις – διορθώσεις χαρακτηριστικών του προσώπου (μέτωπο, μύτη, σαγόι, μάτια)
- Φωτοσκιάσεις σχήματος προσώπου
- Χρωματική αρμονία και συνδυασμός χρωμάτων
- Επιλογή αρμονικών συνόλων με βάση το ντύσιμο και την περίσταση

Ι. ΑΠΛΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Να γνωρίζει:

- Βασικές διατροφικές ανάγκες
- Χώρους γυμναστηρίου
- Προγράμματα διατάσεων
- Προγράμματα ενεργητικών ασκήσεων
- Απλές συσκευές γυμναστικής
- Διαφορές αερόβιας – αναερόβιας άσκησης
-

ΙΑ. ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ.

Να γνωρίζει:

- Τεχνητή αναπνοή και τα είδη της
- Φροντίδα εγκαυματία
- Φροντίδα ασθενή με ηλεκτροπληξία
- Φροντίδα ασθενή με λιποθυμία
- Φροντίδα ασθενή με αλλεργικό σοκ
- Φροντίδα ασθενή με αιμορραγία

3.2 Το πρακτικό μέρος εξετάσεων

3.2.1 Διαδικασία

α) Σκοπός

Κατά τη δοκιμασία του Πρακτικού Μέρους ελέγχονται οι επαγγελματικές ικανότητες και δεξιότητες του εξεταζομένου, όπως αυτές περιγράφονται στη Συνοπτική Περιγραφή Επαγγέλματος (Job Profile), στη στοχοθεσία εξεταστέας ύλης του επαγγέλματος και τα επιμέρους επαγγελματικά καθήκοντα του Κανονισμού Κατάρτισης της ειδικότητας.

β) Περιεχόμενο εξέτασης

Η εξέταση των υποψηφίων στο Πρακτικό Μέρος γίνεται σε εργαστήρια των Ι.Ε.Κ. ή σε εργαστηριακούς ή εργασιακούς χώρους, όπου οι υποψήφιοι πραγματοποίησαν την πρακτική ή εργαστηριακή τους άσκηση κατά την περίοδο της Κατάρτισής τους ή σε εργαστήρια άλλων μονάδων (εκπαιδευτικών ή επαγγελματικών) που κατά την κρίση της οικείας Π.Ε.Ε.Π. καλύπτουν τις απαιτήσεις αξιολόγησης.

Οι υποψήφιοι εξετάζονται σε θέματα που περιλαμβάνονται στην στοχοθεσία των δεξιοτήτων και ικανοτήτων της ειδικότητας και μπορούν να πραγματοποιηθούν στους επιλεγμένους χώρους αξιολόγησης.

Στο εργαστήριο μπορούν ταυτόχρονα να εξετάζονται περισσότεροι του ενός υποψήφιοι, με διαφορετικά θέματα και ανάλογα με τη δυνατότητα των συγκεκριμένων χώρων.

Οι εξεταστές βρίσκονται στον ίδιο χώρο και μετά την πάροδο εύλογου χρόνου ελέγχουν τις πραγματοποιηθείσες ασκήσεις και τα αποτελέσματα των έργων και εφόσον κρίνουν ότι αυτό χρειάζεται ή απαιτείται από το είδος εξέτασης, προχωρούν και σε προφορικές ερωτήσεις - διευκρινίσεις επί του εκτελεσθέντος έργου.

Κάθε υποψήφιος εξετάζεται και βαθμολογείται από τρεις εξεταστές οι οποίοι ορίζονται από τον Ο.Ε.Ε.Κ., ύστερα από πρόταση της οικείας Π.Ε.Ε.Π. και εκπροσωπούν τον Ο.Ε.Ε.Κ. και τους κοινωνικούς εταίρους σε περιφερειακό επίπεδο. Ο υποψήφιος θεωρείται επιτυχών εφόσον οι δύο (2) από τους τρεις (3) εξεταστές τον χαρακτηρίσουν επιτυχόντα.

γ) Διαδικασία εξέτασης

Το πρόγραμμα εξέτασης του Πρακτικού Μέρους για κάθε ειδικότητα ανακοινώνεται από την Π.Ε.Ε.Π. Η διάρκεια του εξεταστικού προγράμματος της πρακτικής δοκιμασίας εξαρτάται από τον αριθμό

των υποψηφίων σε κάθε περιφέρεια και τη διατιθέμενη υποδομή.

Οι υποψήφιοι προσέρχονται στο συγκεκριμένο εργαστήριο ή εργασιακό χώρο την ημέρα και ώρα που έχει οριστεί για την εξέτασή τους.

Οι υποψήφιοι μπορούν να εξετάζονται σε περισσότερα από ένα εργαστήρια αν η ειδικότητα και η δέσμη των εξεταζομένων θεμάτων το επιτρέπουν κατά την κρίση της εξεταστικής επιτροπής.

δ) Διάρκεια εξετάσεων

Το Πρακτικό Μέρος εξετάζεται για **τρεις (3) ώρες**.

3.2.2 Στοχοθεσία εξεταστέας ύλης

Για την πιστοποίηση της επαγγελματικής ικανότητας, κατά το Πρακτικό Μέρος, οι υποψήφιοι της ειδικότητας **Αισθητικός Αρωματοθεραπείας**, εξετάζονται σε γενικά θέματα επαγγελματικών γνώσεων και ικανοτήτων και επίσης σε ειδικές επαγγελματικές γνώσεις και ικανότητες, που περιλαμβάνονται αποκλειστικά στη στοχοθεσία του πρακτικού μέρους ειδικότητας.

A. ΑΠΟΤΡΙΧΩΣΗ

Να εκτελεί:

- Αποχρωματισμό τριχών
- Αποτρίχωση με αποτριχωτικές κρέμες
- Αποτρίχωση με λαβίδα
- Αποτρίχωση με χαλάουα
- Αποτρίχωση με κρύο κερί
- Αποτρίχωση με ζεστό κερί

B. ΜΑΛΑΞΗ ΠΡΟΣΩΠΟΥ – ΣΩΜΑΤΟΣ

Να εκτελεί:

- Θωπείες, ανατρίψεις, πλήξεις, δονήσεις για ηρεμιστική μάλαξη προσώπου
- Θωπείες, ανατρίψεις, πλήξεις, δονήσεις για ηρεμιστική μάλαξη σώματος
- Μάλαξη κυτταρίτιδας – παχυσαρκίας

Γ. ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΙΣΘΗΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΕΙΣ

Να εκτελεί:

- Αναγνώριση δέρματος
- Απλό καθαρισμό – ντεμακιγιάζ
- Εφαρμογή καλλυντικών με βάση τον τύπο του δέρματος
- Peeling
- Τοποθέτηση – αφαίρεση μάσκας ανάλογα με τον τύπο του δέρματος και το επιδιωκόμενο αποτέλεσμα
- Έλεγχο των μηχανημάτων Αισθητικής ως προς τη σωστή λειτουργία και πιθανή επικινδυνότητα

Δ. ΑΙΘΕΡΙΑ ΕΛΑΙΑ – ΑΡΩΜΑΘΕΡΑΠΕΙΑ

Να εκτελεί:

- Συνδυασμούς αιθερίων ελαίων
- Επιλογή αιθερίων ελαίων ανάλογα με την περίπτωση
- Τέστ ευαισθησίας στο αιθέριο έλαιο που θα επιλεγεί
- Εφαρμογή δακτυλοπιέσεων σε συνδυασμό με αιθέρια έλαια
- Θεραπείες με αιθέρια έλαια προσώπου και σώματος ανάλογα με τον τύπο δέρματος
- Shiatsu – Ρεφλεξολογία

Ε. ΑΠΛΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Να εκτελεί:

- Πρόγραμμα προθέρμανσης ανά άρθρωση και κίνηση
- Πρόγραμμα ενεργητικής γυμναστικής ανά άρθρωση και κίνηση
- Πρόγραμμα αποθεραπείας
- Πρόγραμμα για αρχάριους
- Πρόγραμμα για προχωρημένους

4. ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΕΡΩΤΗΣΕΩΝ

ΟΜΑΔΑ Α

1. Τι είναι βακτήρια και ποιοι οι τύποι τους;
2. Που αφθονούν τα βακτήρια;
3. Τι είναι σταφυλόκοκοι και τι στρεπτόκοκοι; Αναπτύξτε.
4. Τι είναι μόλυνση;
5. Αναπτύξτε το μηχανισμό καταπολέμησης μόλυνσης του ανθρώπινου οργανισμού.
6. Τι είναι απολύμανση;
7. Τι είναι αποστείρωση;
8. Τι είναι υγιεινή;
9. Αναφέρατε μεθόδους απολύμανσης.
10. Τι είναι απολυμαντικά και τι αντισηπτικά;
11. Με ποιους τρόπους γίνεται η απολύμανση των χώρων του Ινστιτούτου Αισθητικής;
12. Με ποιο τρόπο αποστειρώνουμε τα εργαλεία και σκεύη αισθητικής;
13. Πως διασφαλίζουμε την υγιεινή του δέρματος του πελάτη στο Ινστιτούτο Αισθητικής;
14. Ποιες οι μορφές αποστείρωσης με μηχανήματα στο Ινστιτούτο Αισθητικής;

ΟΜΑΔΑ Β

1. Δώστε τον ορισμό του οξέως και της βάσης.
2. Δώστε τον ορισμό του pH.
3. Τι ονομάζεται γαλακτωματοποιητής;
4. Ποιες είναι οι διαφορές μεταξύ γαλακτώματος και αιωρήματος;
5. Ποιος είναι ο σκοπός των χρωμάτων στα καλλυντικά;
6. Τι είναι κατάλογος χρωμάτων στην κοσμετολογία;
7. Ποιος είναι ο διαχωρισμός των χρωμάτων με βάση τις ευρωπαϊκές οδηγίες;
8. Τι γνωρίζετε για τα άσπρα πιγμέντα;
9. Ποιες ιδιότητες πρέπει να έχουν οι μάσκες προσώπου;
10. Γιατί προστίθεται αλκοόλη στις αργιλώδεις μάσκες;
11. Ποια είναι η εφαρμογή των ελαστικών μασκών;
12. Ποιες είναι οι δραστικές ουσίες που προστίθενται στις μάσκες προσώπου;
13. Ποιες ιδιότητες χρειάζεται να έχουν τα κραγιόν;
14. Ποια είναι η χρήση της λανολίνης στα κραγιόν;
15. Ποια είναι η διαφορά μεταξύ κραγιόν και μολυβιών χειλιών;
16. Ποιες είναι οι διαφορές χημικών ενώσεων, μιγμάτων, διαλυμάτων;
17. Δώστε τον ορισμό της περιεκτικότητας επί τοις % κατά βάρος και επί τοις % κατ' όγκο ενός διαλύματος;
18. Τι είναι όξινο, βασικό, ουδέτερο διάλυμα;
19. Πως δρουν οι μαλακτικές ουσίες και πως οι υγροσκοπικές;

20. Ποια είναι η δράση της αλκοόλης στις λοσιόν;
21. Πως διακρίνεται απλά ο τύπος ενός γαλακτώματος;
22. Τι πρέπει να αναφέρεται στη συσκευασία των καλλυντικών;
23. Τι είναι το S.P.F. και ποια η πρακτική του σημασία;
24. Ποιος είναι ο σκοπός της χρήσης των αντιηλιακών;
25. Ποιες περιοχές της UV ακτινοβολίας γνωρίζετε ανάλογα με τη δράση τους στο δέρμα.
26. Τύποι δέρματος και επιλογή αντιηλιακών προϊόντων.
27. Τι γνωρίζετε για τα προϊόντα τεχνητού μαυρίσματος;
28. Ποιες οι ωφέλιμες και ποιες οι επιβλαβείς επιδράσεις της UV ακτινοβολίας.
29. Ποιους προστατευτικούς μηχανισμούς του δέρματος από τις επιβλαβείς επιδράσεις της UV ακτινοβολίας γνωρίζετε;
30. Ποιους τύπους γαλακτωμάτων γνωρίζετε;
31. Τι είναι Fond de teint;
32. Τι είναι πούδρα;
33. Τι είναι ρουζ;
34. Σε ποια μορφή υπάρχει η μάσκαρα;
35. Ποιες ατέλειες παρατηρούνται στην επιφάνεια των κραγιόν;
36. Γιατί ιδρώνουν τα κραγιόν;
37. Ποια τα πλεονεκτήματα του γυαλιού ως υλικού συσκευασίας καλλυντικών;
38. Ποια τα προβλήματα της χρήσης πλαστικών στα υλικά συσκευασίας;
39. Ποιες είναι οι πηγές μόλυνσης των καλλυντικών προϊόντων;
40. Τι ονομάζεται τάγγιση;
41. Ποιοι παράγοντες επιδρούν στην τάγγιση;
42. Τι ονομάζεται αντιοξειδωτικό;
43. Τι ονομάζεται συντηρητικό;
44. Ποιες είναι οι απαιτούμενες ιδιότητες των συντηρητικών;

ΟΜΑΔΑ Γ

1. Ποιες είναι οι λειτουργίες της κυτταρικής μεμβράνης;
2. Ποια είναι η δομή και η λειτουργία των χλωροπλαστών;
3. Ποια είναι η δομή και η λειτουργία των μιτοχόνδριων;
4. Ποια είναι τα έμμορφα συστατικά του αίματος και η κύρια λειτουργία τους;
5. Περιγράψτε την πορεία του αίματος στη μικρή ή πνευμονική κυκλοφορία.
6. Περιγράψτε την πορεία του αίματος στη μεγάλη ή σωματική κυκλοφορία.
7. Περιγράψτε τη διαδικασία πήξης του αίματος.
8. Ποιες είναι οι κυριότερες ουσίες που αποβάλλονται από τα ούρα;
9. Περιγράψτε τα κυριότερα βήματα του λεμφοφόρου συστήματος.
10. Περιγράψτε τον νευρώνα.
11. Περιγράψτε τη διάσπαση των πρωτεϊνών κατά την πέψη.
12. Τι ονομάζεται προσωπικό κρανίο και από ποια οστά και μύες αποτελείται;
13. Ποιοι είναι οι μασητήριοι μυς; Που εκφύονται και που καταφύονται;
14. Που εκφύεται και που καταφύεται ο μείζων θωρακικός μυς, από ποια μέρη αποτελείται;

15. Αναφέρατε την έκφυση και κατάφυση των προσαγωγών μυών.
16. Αναφέρατε την έκφυση και κατάφυση του ημιμυενώδους και ημιπενοντώδους μυός.
17. Τι γνωρίζετε για τα τοιχώματα των αρτηριών; Αναφέρατε εκτενώς.
18. Δώστε ανατομική περιγραφή των πνευμόνων και αναφερθείτε στις διαφορές μεταξύ του δεξιού και αριστερού.
19. Τι είναι μάλαξη;
20. Ποια είδη μαλάξεων γνωρίζετε;
21. Τι γνωρίζετε για τη μάλαξη ανατολικού τύπου;
22. Τι γνωρίζετε για τη μάλαξη δυτικού τύπου;
23. Ποια η διαφορά μεταξύ της μαλάξεως με το χέρι από εκείνη με το μηχάνημα;
24. Αναφέρατε τους χειρισμούς μάλαξης δυτικού τύπου.
25. Τι είναι λεμφική μάλαξη (παροχέτευση) και πως εκτελείται; Συνοπτικά.
26. Τι γνωρίζετε για τη μάλαξη παχυσαρκίας;
27. Τι γνωρίζετε για τη μάλαξη κυτταρίτιδας.
28. Αναφέρατε τους μυς της κοιλιάς – έκφυση – κατάφυση.
29. Φυσιολογικά αποτελέσματα της μάλαξης δυτικού τύπου.

ΟΜΑΔΑ Δ

1. Τι είναι αποτρίχωση και από τι εξαρτάται ο χρόνος επανέκφυσης της τρίχας;
2. Με ποιες μεθόδους γίνεται η αφαίρεση του στελέχους της τρίχας;
3. Με ποιες μεθόδους γίνεται η αφαίρεση της ρίζας της τρίχας;
4. Αποτριχωτικές κρέμες – τι ουσίες περιέχουν, παρενέργειες που προκαλούν.
5. Τι είναι η χημική αποτρίχωση;
6. Ποια η φροντίδα του δέρματος μετά από μια συνεδρία αποτρίχωσης με κερί ή χαλάουα;
7. Ποιος ο τρόπος χρήσης του ζεστού κεριού;
8. Ποιος ο τρόπος χρήσης του ψυχρού κεριού;
9. Αναφέρατε τα συστατικά της χαλάουα.
10. Τι γνωρίζετε για τον αποχρωματισμό των τριχών;
11. Ποιο προϊόν θα συστήνατε για προσωρινή αποτρίχωση μεγάλης χρονικής διάρκειας;
12. Ποιο προϊόν θα συστήνατε για προσωρινή αποτρίχωση μικρής χρονικής διάρκειας;
13. Τι προϊόντα χρησιμοποιούνται για τον αποχρωματισμό του στελέχους της τρίχας;
14. Τι προβλήματα δημιουργούνται από τον αποχρωματισμό στελέχους της τρίχας;
15. Ποια είναι η δομή της τρίχας;
16. Αναφέρατε για τον κύκλο ζωής της τρίχας.
17. Τι είναι υπερτρίχωση και που οφείλεται;
18. Σε ποιες περιπτώσεις θα πρέπει να αποφεύγουμε την αποτρίχωση;

ΟΜΑΔΑ Ε

1. Ποια είναι τα χαρακτηριστικά του ξηρού δέρματος;
2. Ποια είναι τα χαρακτηριστικά του λιπαρού δέρματος;
3. Ποια είναι τα χαρακτηριστικά του μικτού δέρματος;
4. Ποια είναι τα χαρακτηριστικά του κανονικού δέρματος;
5. Πως δρα το μηχανικό peeling;
6. Ποια είδη κοσμητικών peeling γνωρίζετε;
7. Η ελαστίνη και το κολλαγόνο ως μεγαλομοριακές ενώσεις είναι δυνατόν να διαπεράσουν τον ιστό του δέρματος; Εάν ναι με ποιους τρόπους, διαδικασίες και μεθοδεύσεις;
8. Περιγράψτε την τριχοσημηματογόνο μονάδα.
9. Ποια τα είδη ακμής γνωρίζετε;
10. Ποια τα οφέλη από τον βαθύ καθαρισμό;
11. Ποιες είναι οι πρωτογενείς βλάβες που διακρίνονται στη νεανική ακμή;
12. Περιγράψτε την κλινική εικόνα του φαγέσωρα (κλειστού και ανοικτού).
13. Ποια είναι η κλινική εικόνα του αφυδατωμένου δέρματος;
14. Ποια είναι η κλινική εικόνα του γηρασμένου δέρματος;
15. Ποια είναι η κλινική εικόνα του υπερκερατωμένου δέρματος.
16. Ποιοι παράγοντες ενέχονται για την αφυδάτωση του δέρματος;
17. Ποιες είναι οι πρωτογενείς στοιχειώδεις βλάβες του δέρματος;
18. Τι γνωρίζετε για τους ιδρωτοποιούς αδένες;
19. Τι γνωρίζετε για τον σημηματογόνο αδένες;
20. Ποια είναι η δομή της επιδερμίδας;
21. Ποια είναι η δομή του δέρματος;
22. Τι προκαλεί το κρύο και τι η υψηλή θερμοκρασία στο δέρμα;
23. Ποιες είναι οι επιπτώσεις του καπνίσματος, της διατροφής και του επαγγέλματος στο δέρμα;
24. Ποιες είναι οι δευτερογενείς βλάβες του δέρματος;
25. Αναφέρατε δερματοπάθειες που οφείλονται σε κόκκους.
26. Τι είναι οι μυρμηκίες;
27. Αναφέρατε τα χαρακτηριστικά της αλλεργίας.
28. Ποια είναι τα αίτια της σημηματορροϊκής δερματίτιδας;
29. Τι είναι ψωρίαση και ποια τα χαρακτηριστικά της;
30. Αλλεργίες που προκαλούνται από καλλυντικά και αρώματα.
31. Επιπολής θερμότητες (ονομαστικά), ενδείξεις – αντενδείξεις.
32. Σάουνα, ενδείξεις – αντενδείξεις.
33. Παραφινόλουτρο, ενδείξεις – αντενδείξεις.
34. Υπέρουθη ακτινοβολία, ενδείξεις – αντενδείξεις.
35. Γαλβανικό ρεύμα: τρόπος εφαρμογής, ενδείξεις – αντενδείξεις.
36. Τι καλείται ιοντοφόρηση και πως αυτή εφαρμόζεται;
37. Φαραδικό ρεύμα: τι είναι, ποιοι οι τύποι του και ποια η χρήση του;
38. Είδη του φαραδικού ρεύματος που χρησιμοποιούνται στην αισθητική;
39. Πως παράγεται το O₃ (όζον) στα ατμόλουτρα προσώπου;
40. Ποια είναι η χρησιμότητα του μηχανικού peeling;
41. Ποια είναι η χρησιμότητα των συσκευών πίεσης – αποσυμπίεσης (vacuum) ;

42. Τι γνωρίζετε για την πρεσσοθεραπεία;
43. Ποιες είναι οι βασικές παράμετροι του ηλεκτρικού ρεύματος; Σχολιάστε.
44. Τι γνωρίζετε για την ένταση του ηλεκτρικού ρεύματος;
45. Αναφερθείτε στη διαφορά δυναμικού του ηλεκτρικού ρεύματος.
46. Τι καλείται αντίσταση ηλεκτρικού ρεύματος;
47. Τι καλείται ισχύς του ηλεκτρικού ρεύματος;
48. Ποιες είναι οι βασικές μορφές θεραπευτικών ηλεκτρικών ρευμάτων;
49. Επικινδυνότητα από τη χρήση ρευμάτων υψηλής συχνότητας.
50. Επικινδυνότητα από τη χρήση υπέρυθων – υπεριωδών ακτίνων.

ΟΜΑΔΑ ΣΤ

1. Ταξινόμηση χρωμάτων στη χρωματολογία;
2. Ποια χρώματα καλούνται ψυχρά; Σχολιάστε.
3. Ποια χρώματα καλούνται θερμά; Σχολιάστε.
4. Διορθώσεις σαγονιού με Fond de teint.
5. Διορθώσεις μύτης με Fond de teint.
6. Διορθώσεις μετώπου με Fond de teint.
7. Χρήση τριών διαφορετικών τόνων Fond de teint.
8. Επιλογή σκιών ανάλογα με το χρώμα των ματιών.
9. Τύποι ματιών ανάλογα με το σχήμα τους.
10. Τύποι ματιών ανάλογα με την απόσταση μεταξύ τους.
11. Διορθώσεις πυκνόφθαλμων – αραιοφθαλμων ματιών με είδη μακιγιάζ.
12. Διορθώσεις βλεφάρων με είδη μακιγιάζ.
13. Πως διορθώνεται η εμφάνιση της χοντλής μύτης;
14. Πως διορθώνεται η εμφάνιση πολύ στενού ή χαμηλού μετώπου;
15. Τι χρώματα σκιών θα προτείνατε σε γυναίκες με πράσινα μάτια;
16. Τι χρώματα σκιών θα προτείνατε σε γυναίκες με μπλέ μάτια;
17. Τι χρώματα σκιών θα προτείνατε σε γυναίκες με καστανά μάτια;
18. Ποια προϊόντα μακιγιάζ χαρακτηρίζονται σαν καμουφλάζ και που χρησιμεύουν; Σχολιάστε.
19. Ποια αξεσουάρ χρησιμοποιούνται σε βραδινό ντύσιμο;
20. Ποιο χρώμα ρούχων ταιριάζει με τα μπλε μάτια;
21. Ποιο χρώμα ρούχων ταιριάζει με τα καστανά μάτια;
22. Ποιο χρώμα ρούχων ταιριάζει με τα πράσινα μάτια;
23. Ποιο χρώμα ρούχων ταιριάζει με τα μαύρα μάτια;
24. Σχήματα χειλιών και διορθώσεις με είδη μακιγιάζ.
25. Ποια τα βασικά σχήματα προσώπου και διορθώσεις αυτών;

ΟΜΑΔΑ Ζ

1. Τι είναι αιμορραγία και σε τι διακρίνεται;
2. Τι είναι θερμοπληξία και τι κάνουμε στην περίπτωση αυτή;
3. Τι είναι έγκαυμα και ποιοι οι βαθμοί του;
4. Που εφαρμόζεται η περίδεση στην αιμορραγία;
5. Τι είναι εκδορές; Πρώτες βοήθειες.
6. Ποιες οι κακώσεις από φυσικά αίτια;
7. Πρώτες βοήθειες εγκαυμάτων.
8. Τι ονομάζεται ηλεκτροπληξία; Πρώτες βοήθειες.
9. Από τι εξαρτώνται οι βλάβες από ακτινοβολία;
10. Ποιες οι πρώτες βοήθειες σε λιποθυμία.
11. Ποιες οι πρώτες βοήθειες σε διαβητικό, υπογλυκαιμικό κώμα.
12. Ποια τα χαρακτηριστικά του σοκ (shock) και ποια τα αίτιά του;
13. Ποιο είναι το κύριο κλινικό χαρακτηριστικό στο έμφραγμα;
14. Τι είναι κολικός; Πρώτες βοήθειες.
15. Τι είναι η τεχνητή αναπνοή και ποιοι οι τρόποι της;
16. Τι είναι περίδεση και ποιοι οι τύποι περιδέσεως.

ΟΜΑΔΑ Η

1. Τι καλείται συντονισμός αναπνοής;
2. Δώστε ασκήσεις που ενεργοποιούν την κοιλιακή αναπνοή.
3. Δώστε ασκήσεις που ενεργοποιούν τη θωρακική αναπνοή.
4. Τι γνωρίζετε για την κατανάλωση οξυγόνου στην αεροβική άσκηση;
5. Σε ποιες κατηγορίες ατόμων η αεροβική άσκηση αποτελεί αντένδειξη;
6. Συγκρίνετε αερόβια και αναερόβια άσκηση.
7. Σχολιάστε την ισομετρική σύσπαση καθώς και τις διατάσεις σαν προετοιμασία για την άσκηση.
8. Περιγράψτε τουλάχιστον 3 ασκήσεις για τη διάταση (τέντωμα) τενόντων στα κάτω άκρα. Εξηγήστε.
9. Περιγράψτε τουλάχιστον 3 ασκήσεις για τη διάταση (τέντωμα) της σπονδυλικής στήλης. Εξηγήστε.
10. Αναφερθείτε στους κινδύνους που διατρέχει ένα παχύσαρκο άτομο στις ασκήσεις διατάσεως (τεντώματος) της οσφυϊκής μοίρας της σπονδυλικής στήλης.
11. Κατά τη γνώμη σας ποιος είναι ο μηχανισμός δράσης με τον οποίο η αεροβική άσκηση βοηθά στην καταπολέμηση του φαινομένου της κυτταρίτιδας.
12. Αναφέρατε τουλάχιστον 3 ασκήσεις που γυμνάζουν τους έξω λοξούς κοιλιακούς μυς. Εξηγήστε.
13. Κατά τη γνώμη σας είναι δυνατόν να εφαρμοστούν ασκήσεις με βάρη μετά την εκτέλεση του αεροβικού προγράμματος. Σχολιάστε.
14. Ποια η σχέση επιπέδου και άξονα κίνησης;
15. Το άνω διαγώνιο επίπεδο σε ποιες αρθρώσεις του σώματος παρουσιάζεται;
16. Η άρθρωση του ισχίου τι είδους διαγώνιο επίπεδο παρουσιάζει και σε ποια κίνηση;

17. Αναφέρατε τον τύπο άρθρωσης του ισχίου και τις κινήσεις που εκτελεί.
18. Τι κινήσεις παρουσιάζει μια σφαιροειδής άρθρωση; Σε πόσους άξονες και επίπεδα κινείται; Αναφέρατε ένα παράδειγμα.
19. Τι κινήσεις παρουσιάζει μια σφαιροειδής άρθρωση; Σε πόσους άξονες και επίπεδα κινείται; Αναφέρατε ένα παράδειγμα.
20. Όταν ο βραχίονας κινείται στην απαγωγή από 0° - 60° σε ποια τροχιά κίνησης βρίσκεται;
21. Αναφέρατε τις κινήσεις που παρουσιάζει η άρθρωση του ώμου και εξηγήστε.
22. Τι ονομάζετε κινητική μονάδα; Εξηγήστε.
23. Ποιες κινήσεις εκτελούνται στην οσφυϊκή μοίρα της σπονδυλικής στήλης και ποιο το ύψος τους;
24. Δώστε κινησιολογική ανάλυση των κινήσεων που εκτελεί ο τετρακέφαλος μυς τόσο στην άνω όσο και στην κάτω μοίρα του.
25. Δώστε κινησιολογική ανάλυση του γαστροκνήμιου μυός.
26. Ποια ή ποιες κινήσεις εκτελεί ο στερνοκλειδομαστοειδής μυς. Εξηγήστε.
27. Αναφέρατε σχετικά με τον μεταβολισμό των υδατανθράκων – σε αδρές γραμμές.
28. Τι γνωρίζετε για τις λιποπρωτεΐνες;
29. Αναφερθείτε στο μεταβολισμό των λιπιδίων.
30. Ποιος ο ρόλος του μυϊκού ιστού στο μεταβολισμό των πρωτεϊνών;
31. Ποιες οι διατροφικές απαιτήσεις των ατόμων της τρίτης ηλικίας; Αιτιολογήστε.
32. Ποιες οι διατροφικές απαιτήσεις κατά την εγκυμοσύνη; Αιτιολογήστε.
33. Ποιες οι διατροφικές απαιτήσεις κατά τη γαλουχία; Αιτιολογήστε.
34. Ποιες οι ημερήσιες ανάγκες του οργανισμού σε υδατοδιαλυτές βιταμίνες; Αναφέρατε διεξοδικά.

ΟΜΑΔΑ Θ

1. Τι είναι essence (εσάνς);
2. Παράγοντες που επηρεάζουν την ποιότητα και ποσότητα των εσάνς κατά τη συλλογή των φυτών.
3. Τι είναι αιθέρια έλαια;
4. Πως παρασκευάζονται αιθέρια έλαια με έκθλιψη;
5. Πως παρασκευάζονται αιθέρια έλαια με εκχύλιση;
6. Πως παρασκευάζονται αιθέρια έλαια με εμπλουτισμό;
7. Πως παρασκευάζονται αιθέρια έλαια με απόσταξη;
8. Αναφέρατε τις σωστές συνθήκες αποθήκευσης των αιθερίων ελαίων.
9. Ποιες είναι οι ιδιότητες που πρέπει να έχει ένα καλό λάδι φορέας;
10. Γιατί προτιμάται η χρήση μείγματος λαδιών, και όχι ενός, ως λάδι φορέας.
11. Τι είναι λάδι φορέας. Αναφέρατε τρία λάδια κατάλληλα γι' αυτή τη χρήση.
12. Ποιους τρόπους χρήσης αιθερίων ελαίων γνωρίζετε;
13. Ποιες οι ιδιότητες του αιθέριου έλαιου του βασιλικού;
14. Ποιες οι ιδιότητες του αιθέριου έλαιου του γερανιού;
15. Ποιες οι ιδιότητες του αιθέριου έλαιου του ευκάλυπτου;
16. Ποιες οι ιδιότητες του αιθέριου έλαιου της λεβάντας;
17. Ποιες οι ιδιότητες του αιθέριου έλαιου του δεντρολίβανου;
18. Ποιες οι ιδιότητες του αιθέριου έλαιου του αγριοκυτταρισιού;

19. Ποιες οι ιδιότητες του αιθέριου έλαιου του χαμομηλιού;
20. Ποιες οι ιδιότητες του αιθέριου έλαιου του σανδαλόξυλου;
21. Ποιες οι ιδιότητες του αιθέριου έλαιου του τσαγιόδεντρου;
22. Ποιες οι ιδιότητες του αιθέριου έλαιου της μέντας;
23. Ποιες οι ιδιότητες του αιθέριου έλαιου του φασκόμηλου;
24. Ποιες οι ιδιότητες του αιθέριου έλαιου του θυμαριού;
25. Τι γνωρίζετε για το τεστ ευαισθησίας στο αιθέριο έλαιο που θα επιλεγεί;
26. Τι οδήγησε τον MAURICE GATTEFOSE στην ανάπτυξη της χρήσης των αιθερίων ελαίων;
27. Τι είναι shiatsu και σε τι βοηθάει;
28. Τι είναι ρεφλεξολογία;
29. Τι είναι τα tsubo και τι οι μεσημβρινοί;
30. Αναφέρατε συνδυασμούς αιθερίων ελαίων για περιποίηση ακνεϊκών δερμάτων.
31. Αναφέρατε συνδυασμούς αιθερίων ελαίων για περιποίηση ξηρών δερμάτων.
32. Αναφέρατε συνδυασμούς αιθερίων ελαίων για περιποίηση αφυδατωμένων δερμάτων.
33. Αναφέρατε συνδυασμούς αιθερίων ελαίων για περιποίηση γηρασμένων δερμάτων.
34. Αναφέρατε συνδυασμούς αιθερίων ελαίων για περιποίηση χαλαρωμένων δερμάτων.
35. Αναφέρατε συνδυασμούς αιθερίων ελαίων για ηρεμιστική μάλαξη σώματος.
36. Αναφέρατε συνδυασμούς αιθερίων ελαίων για θεραπεία κυτταρίτιδας.
37. Αναφέρατε συνδυασμούς αιθερίων ελαίων για ενεργοποίηση του λεμφικού συστήματος.
38. Ποια είναι η μέγιστη συγκέντρωση αιθερίου ελαίου στο λάδι φορέα;
39. Αναφέρατε τρία αιθέρια έλαια που δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται για βραδινό μπάνιο.
40. Αναφέρατε τρία αιθέρια έλαια που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για πρωινό – τονωτικό μπάνιο.
41. Βάση των γνώσεων σας πάνω στο shiatsu, τη ρεφλεξολογία και την αρωματοθεραπεία, περιγράψτε πως θα καταπολεμήσετε τον πονοκέφαλο.
42. Βάση των γνώσεων σας πάνω στο shiatsu, τη ρεφλεξολογία και την αρωματοθεραπεία, περιγράψτε πως θα καταπολεμήσετε την δυσμηνόρροια.
43. Βάση των γνώσεων σας πάνω στο shiatsu, τη ρεφλεξολογία και την αρωματοθεραπεία, περιγράψτε πως θα καταπολεμήσετε την δυσκοιλιότητα.
44. Βάση των γνώσεων σας πάνω στο shiatsu, τη ρεφλεξολογία και την αρωματοθεραπεία, περιγράψτε πως θα καταπολεμήσετε την κατακράτηση υγρών.
45. Ποια αιθέρια έλαια μπορεί να δημιουργήσουν φωτοευαισθησία στις UV ακτίνες του ήλιου;
46. Ποια αιθέρια έλαια αντενδείκνυνται στην εγκυμοσύνη;
47. Ποια αιθέρια έλαια αντενδείκνυνται στην υπέρταση;

ΟΜΑΔΑ Ι

1. Με τι ασχολείται η επιστήμη της ψυχολογίας;
2. Με τι ασχολείται η κλινική ψυχολογία;
3. Ποιος ο ρόλος της μάθησης στη συμπεριφορά του ατόμου;
4. Ποιους τύπους μάθησης γνωρίζετε (βάση της μπεχεβιοριστικής θεωρίας) ;
5. Τι είναι προσωπικότητα;
6. Ποια η επίδραση του περιβάλλοντος στη διαμόρφωση της προσωπικότητας του ατόμου;
7. Τι είναι προσαρμογή;

8. Ποιοι είναι οι μηχανισμοί άμυνας του εγώ; (Περιληπτικά).
9. Ποια τα στάδια της ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης;
10. Τι είναι νεύρωση;
11. Τι είναι ψύχωση;
12. Τι είναι φυσιολογική και παθολογική συμπεριφορά;
13. Τι είναι η ψυχαναλυτική θεωρία;
14. Τι είναι ναρκισσισμός;
15. Τι είναι αναπηρία;
16. Ποια η ψυχολογία του παχύσαρκου ατόμου.
17. Ποιοι είναι οι κοινοί κανόνες δεοντολογίας κάθε επαγγελματία;
18. Τι είναι δημόσιες σχέσεις;
19. Αναφέρατε τους ηθικούς και δεοντολογικούς κανόνες των δημοσίων σχέσεων.
20. Τι σημαίνει σωστή συνεργασία;
21. Ποιος ο σωστός τρόπος για να ακούμε τον πελάτη;
22. Πως πρέπει να γίνεται η τηλεφωνική επικοινωνία με τον πελάτη;

ΟΜΑΔΑ ΙΑ

1. Δώστε τον ορισμό του μάρκετιγκ.
2. Με τι ασχολείται η διοίκηση επιχειρήσεων;
3. Τι χώρους θα πρέπει απαραίτητα να έχει ένα Ινστιτούτο αισθητικής;
4. Τρόποι χρηματοδότησης για Ινστιτούτο αισθητικής.
5. Πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα χορήγησης δανείου.
6. Τι είναι το leasing;
7. Τι καλείται τμηματοποίηση της αγοράς;
8. Πως επιλέγεται η αγορά - στόχος;
9. Ποια είναι η έννοια του προϊόντος και από τι χαρακτηρίζεται;
10. Πως καθορίζεται η τιμή ενός προϊόντος;
11. Μέθοδοι προβολής και προώθησης ενός προϊόντος.
12. Ποιος είναι ο ρόλος του μάρκετιγκ στην αγορά;
13. Ποια είναι η σχέση του μάρκετιγκ με την παραγωγή ενός προϊόντος;
14. Ποιες είναι οι κατηγορίες του μάρκετιγκ;
15. Ποια είναι τα χαρακτηριστικά της διεθνούς αγοράς;
16. Από ποιους παράγοντες επηρεάζονται οι καταναλωτικές συνήθειες;
17. Τι γνωρίζετε για τους όρους πώλησης ενός προϊόντος;
18. Ποιος είναι ο κοινωνικός ρόλος της συσκευασίας ενός προϊόντος;