

7. (a) Differentiate between education and counselling citing suitable examples. 10
उपयुक्त उदाहरण देकर शिक्षा और परामर्श के बीच अंतर करें।
- (b) Importance of maintaining a counselling case record. 8
परामर्श केस रिकॉर्ड बनाए रखने का महत्व
8. Discuss the various theories that influence nutrition counselling. How do these theories shape the practice of a nutrition counsellor ? 18
पोषण परामर्श को प्रभावित करने वाले विभिन्न सिद्धांतों पर चर्चा करें। ये सिद्धांत पोषण परामर्शदाता के अभ्यास को कैसे आकार देते हैं ?

[This question paper contains 4 printed pages]

Your Roll No. :

Sl. No. of Q. Paper : **7610 I**

Unique Paper Code : 2203320010

Name of the Paper : Nutritional and Lifestyle Counselling DSE

Name of the Course : **B.A.(Programme)**
Nutrition and Health Education NEP_UGCF

Semester : VI

Time : 3 Hours **Maximum Marks : 90**

Instructions for Candidates :

परीक्षार्थियों के लिए निर्देश :

- (a) Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
इस प्रश्न-पत्र के प्राप्त होने पर तुरंत शीर्ष पर अपना रोल नंबर लिखें।
- (b) Answer may be written either in **English** or in **Hindi**; but the same medium should be used throughout the paper.
इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तर एक ही भाषा में होने चाहिए।

- (c) Answer 5 questions in all. All Questions carry equal marks.

कुल 5 सवालों के उत्तर दें। सभी प्रश्नों के समान अंक हैं।

1. Write short notes on any three of the following.
3×6=18

निम्नलिखित में से किन्हीं तीन पर संक्षिप्त में टिप्पणी लिखिए :

- (a) Counselling case record
काउंसलिंग केस रिकॉर्ड
- (b) Stages of Counselling
काउंसलिंग के चरण
- (c) Lifestyle Counselling
जीवनशैली परामर्श
- (d) 24 hour dietary recall
24 घंटे आहार स्मरण
- (e) Healthy and unhealthy diet
स्वस्थ और अस्वस्थ आहार

2. Discuss in detail the basic counselling skills for effective counselling. 18

प्रभावी परामर्श के लिए बुनियादी परामर्श कौशल पर विस्तार से समझाएं।

3. Explain the counsellor's role at different levels. 18

विभिन्न स्तरों पर काउंसलर की भूमिका स्पष्ट करें।

4. Explain in detail WHO's 5As brief intervention for increase in physical activity and to quit tobacco. 10

शारीरिक गतिविधि में वृद्धि और तंबाकू छोड़ने के लिए WHO के 5As संक्षिप्त हस्तक्षेप के बारे में विस्तार से समझाइये।

5. (a) Explain concept and objective of Nutrition Counselling 8

पोषण परामर्श की अवधारणा और उद्देश्यों की व्याख्या करें।

- (b) Discuss the Nutrition Care process. 10

पोषण देखभाल प्रक्रिया पर चर्चा करें।

6. (a) Discuss the role of counsellor to promote healthy dietary practices and physical activity. 10

स्वस्थ आहार प्रथाओं और शारीरिक गतिविधि को बढ़ावा देने के लिए परामर्शदाता की भूमिका पर चर्चा करें।

- (b) Explain briefly-Diet and lifestyle disorders/disease. 8

संक्षेप में बताएं - आहार और जीवनशैली संबंधी विकार/बीमारी।