

7409

7. Discuss prevention and management of lifestyle disorders through diet and lifestyle modifications. 18

आहार और जीवनशैली में बदलाव के माध्यम से जीवनशैली विकारों की रोकथाम और प्रबंधन की चर्चा कीजिए।

8. Explain the role of counsellor in promoting physical activity and reducing indoor air pollution and stress. 18

शारीरिक गतिविधि को बढ़ावा देने तथा घर के अंदर वायु प्रदूषण और तनाव को कम करने में परामर्शदाता की भूमिका समझाइए।

[This question paper contains 4 printed pages]

Your Roll No. :

Sl. No. of Q. Paper : **7409** **I**

Unique Paper Code : 2203320010

Name of the Paper : Nutritional and Lifestyle Counselling DSE NHE

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

Semester : VIII

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 **five** questions in all.

कुल **5** सवालों के उत्तर दें।

(d) **All** Questions carry equal marks.

सभी प्रश्नों के समान अंक हैं।

1. Attempt any three question. 3×6=18

किसी भी **तीन** प्रश्नों का उत्तर दीजिए।

(a) Write any three differences between counselling and education.

परामर्श और शिक्षा के बीच कोई भी तीन अंतर लिखिए।

(b) What is lifestyle counselling?

जीवनशैली परामर्श क्या है?

(c) Write short notes on nutrition care process.

पोषण देखभाल प्रक्रिया पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

(d) Define modifiable risk factors.

परिवर्तनीय जोखिम कारकों को परिभाषित कीजिए।

(e) What is the role of diet in lifestyle disorders?

जीवनशैली विकारों में आहार की क्या भूमिका है?

2. Explain the concept and basics of counselling and its relevance in nutrition. 18

परामर्श की अवधारणा और उसके मूल सिद्धांतों को समझाइए तथा पोषण में उसकी प्रासंगिकता बताइए।

3. Discuss counselling skills required for an effective counsellor. 18

एक प्रभावी परामर्शदाता के लिए आवश्यक परामर्श कौशलों की चर्चा कीजिए।

4. Explain the importance of nutrition counselling in prevention of diseases. 18

रोगों की रोकथाम में पोषण परामर्श के महत्व को समझाइए।

5. Describe WHO's 5A model for behaviour change counselling. 18

व्यवहार परिवर्तन परामर्श के लिए डब्ल्यू एच.ओ. के 5A मॉडल को समझाइए।

6. Explain healthy and unhealthy dietary patterns and their impact on lifestyle diseases. 18

स्वस्थ और अस्वस्थ आहार नमूने को समझाइए तथा उनका जीवनशैली संबंधी रोगों पर प्रभाव बताइए।