



S4 – Techniques esthétiques

Cours CAP Esthétique
SEKAI-ESTHETIQUE.FR

Table des matières

S4 – 1. Poste de travail	4
1.1 Comportement professionnel de l'esthéticien(ne)	4
Tenue vestimentaire	4
Présentation professionnelle	4
Gestes et postures dans l'exercice de la profession	4
1.2 Accueil, installation du (de la) client(e)	5
Techniques d'accueil	5
Confort et ergonomie du (de la) client(e)	5
Hygiène et protection	6
1.3 Installation du poste de travail	6
S4 - 2. Techniques de soins esthétiques visage, cou, décolleté	8
2.1 Préparation de la peau	8
2.1.1 Démaquillage, nettoyage	8
2.1.2 Diagnostic	12
2.1.3 Gommage	14
2.1.4 Pulvérisation-vaporisation	16
Lucas Championnière	18
Vapozone	19
2.1.5 Extraction de comédons	20
2.2 Techniques de traitements esthétiques de la peau avec ou sans appareils	21
2.2.1 Sérums, ampoules, masques, patches, crèmes	21
Sérums, Ampoules	21
Masques, patches	22
Crèmes	24
2.2.2 Appareils à électrodes de Mac Intyre, à ultrasons, à ionophorèse, à dépressoaspiration	26
Appareil à électrodes de Mac Intyre	26
Appareil à ultrasons	29
Appareil à ionophorèse	32
Appareil à brosse rotative	35
2.2.3 Techniques de modelage : Effleurages, pressions, pincements, pétrissages, foulages-lissages, battages, manoeuvres drainantes esthétiques	37
Déroulement	37
Protocole de modelage relaxant	38

Manoeuvres spécifiques (à faire selon le type de peau)	47
S4 - 3. Techniques d'épilation.....	49
3.a Épilation à la pince.....	49
3.b1 Épilation à la cire : La cire Jetable avec bandes	51
3.b2 Épilation à la cire : La cire Jetable sans bandes.....	55
3.b3 Épilation à la cire : La cire recyclable.....	60
S4 - 4. Technique de teinture des cils et sourcils	65
S4 - 5. Techniques de maquillage.....	69
Correction des imperfections	69
Mise en valeur et/ou correction de la carnation et de la morphologie.....	71
Teint.....	73
Yeux.....	75
6.4.1 Crayon.....	75
6.4.2 Fards.....	79
6.4.3 Eye-liner	82
6.4.4 Mascara.....	83
Bouche.....	85
6.5.1 Crayon à lèvres	85
6.5.2 Rouge à lèvres.....	89
6.5.3 Gloss.....	90
Ongles (mains, pieds).....	92
S4 - 6. Techniques de soins esthétiques des mains et des pieds	97
Déroulement d'un soin : Beauté des mains et des pieds	97
7.1 Soin des ongles.....	98
7.1.1 Démaquillage des ongles.....	98
7.1.2 Mise en forme des ongles (couper, limer).....	100
Couper	100
Limer.....	102
7.1.3 Traitement des cuticules.....	104
7.2 Soin des mains et des pieds.....	107
7.2.1 Gommage.....	107
7.2.2 Techniques de modelage	109
a) Déroulement	109
b) Protocole de modelage relaxant pour les mains.....	111

c) Protocole de modelage relaxant pour les pieds	115
7.2.3 Application et retrait d'un masque.....	121
7.2.4 Application de produits cosmétiques	123
S4 - Peau déshydratée.....	125
S4 - Peau grasse	126
S4 - Peau mature.....	128
S4 - Peau mixte	128
S4 - Peau sèche	131
S4 - Peau sensible.....	133

S4 – 1. Poste de travail

1.1 Comportement professionnel de l'esthéticien(ne)

Tenue vestimentaire

L'esthéticien(ne) doit être présentable et représenter son métier. Il ou elle devra donc porter :

- **Une blouse blanche**, en coton ou synthétique, propre et repassée
- Des **chaussures blanches fermées**, élégantes et raffinées
- Un **pantalon blanc** ou un collant transparent, lisse et bien habillé



Propre ? Oui, mais ce n'est pas évident pour tout le monde ça...

Présentation professionnelle

En outre, l'esthéticien(ne) doit avoir une attitude convenable, ce qui signifie :

- Avoir une coiffure élégante et pratique : **cheveux attachés**, et ne tombant **pas en dessous des épaules**
- Être **maquillé sobrement** mais élégamment (sauf peut-être pour les hommes)
- Adopter un **langage convenable et soutenu**, parler calmement avec une voix posée

Gestes et postures dans l'exercice de la profession

Être esthéticien(ne), c'est également avoir une certaine maîtrise de soi.

L'esthéticien(ne) doit **se tenir droit(e)**, marcher convenablement, **et faire des gestes contrôlés et non brusques**.

Les clients doivent se sentir en confiance avec vous, futur(e) professionnel(le) des métiers du bien-être.

En effet, que penser d'un(e) esthéticien(ne) qui se tient mal, fait de grands gestes brutaux, parle fort et avec un langage vulgaire ?



Représenter le métier passe aussi par l'attitude, le langage et le maquillage

1.2 Accueil, installation du (de la) client(e)

Techniques d'accueil

Accueillir un client doit se faire avec toutes les attitudes de l'esthéticienne précédemment citées.

Ainsi, le client doit être accueilli chaleureusement mais avec une distance professionnelle, le mettant en confiance, et le faisant se sentir dans une entreprise sérieuse, avec un personnel compétent

- A l'entrée de l'institut : « Bonjour Madame, bonjour Monsieur, bienvenue à l'institut *Vénus beauté* »
- En espace de vente : « Bonjour Madame, bonjour Monsieur, puis-je vous renseigner ? »
- En soin : « Bonjour Madame, bonjour Monsieur, vous avez pris rendez vous pour un soin *bien-être et beauté*, je vous invite à me suivre en cabine ? »



« Yo, salut, ça roule ? » Ah nan, c'est pour les amis ça...

Confort et ergonomie du (de la) client(e)

Le client, ou le *modèle*, doit être installé :

- Maillé
- En paréo
- Un bandeau autour de la tête pour protéger les cheveux
- **Aucun** bijou
- Allongé sur le dos
- Les jambes couvertes avec une serviette,
- La tête sur une serviette pliée en petit coussin



En pratique, le « client » s'appelle aussi le « modèle »

Hygiène et protection

Afin d'assurer une hygiène au client, il faut :

- Protéger les bandeaux, paréo et serviette avec des mouchoirs
- S'assurer de bien se désinfecter les mains et le matériel avant de toucher le client

1.3 Installation du poste de travail

- Disposer une serviette blanche sur le poste de travail
- Installer les instruments, matériels et consommables dessus, en fonction des différents soins, et selon ces règles (fig.1) :
 - La poubelle de table dans un coin au fond
 - Alignés au fond dans l'ordre d'utilisation : les différents produits en fonction des soins
 - A l'opposé de la poubelle (dans l'autre coin au fond), le pot à matériel, avec le matériel nécessaire pour le soin
 - Devant le pot à matériel, la boîte de mouchoirs et la boîte à cotons
 - A coté des mouchoirs, un mouchoir posé sur la serviette avec les coupelles dessus
 - A coté des coupelles, un bol d'eau avec les éponges à coté
 - Devant la poubelle, un mouchoir disposé sur la serviette, servant à déposer le matériel « sale » (=utilisé), avant de le désinfecter



Bon il faut juste que ce soit propre et bien rangé. Comme ma chambre quoi...

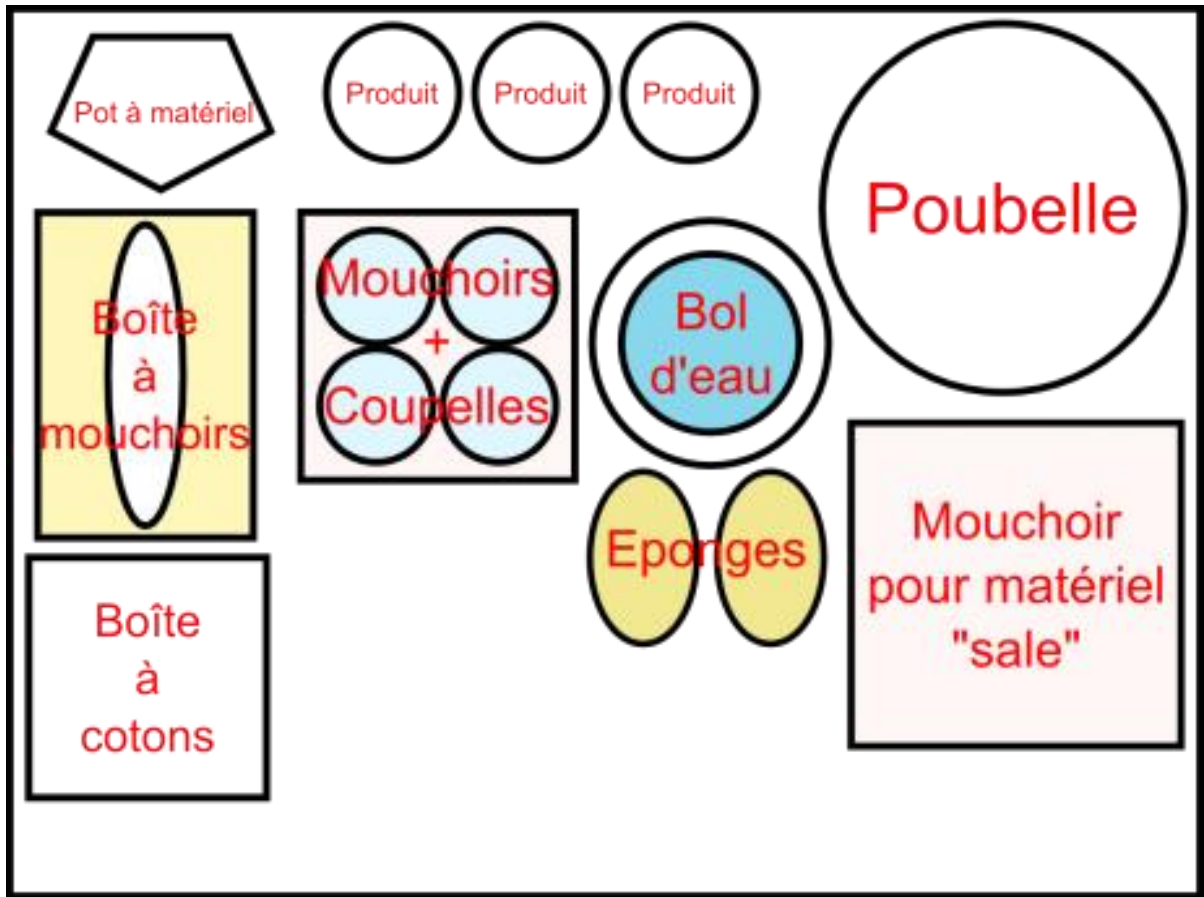


Figure 1

S4 - 2. Techniques de soins esthétiques visage, cou, décolleté

2.1 Préparation de la peau

2.1.1 Démaquillage, nettoyage

Matériel nécessaire :

- Alcool désinfectant
- Lotion démaquillante pour les yeux
- Lait démaquillant
- Lotion tonique
- Cotons en rond et en demi-lune
- Bâtonnets de buis cardés de coton
- Mouchoirs
- Spatule de prélèvement
- 3 Coupelles
- 1 Bol d'eau chaude
- 2 éponges végétales

But : Nettoyer le visage avant le soin, retirer le maquillage, l'excès de sébum, et toutes traces de pollution.

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire.
- 2) Prélever dans une coupelle l'équivalent d'une noisette de lotion démaquillante pour les yeux.

- 3) Prélever dans une coupelle l'équivalent d'une grosse noix de lait démaquillant.
- 4) Prélever dans une coupelle l'équivalent d'une grosse noix de lotion tonique.
- 5) Disposer deux mouchoirs sur le bandeau du modèle afin de le protéger, et un sur le paréo.
- 6) Prendre deux cotons en demi-lune, les imbiber de lotion démaquillante pour les yeux, et les disposer sous les cils inférieurs (demandez au modèle de lever les yeux), puis faites fermer ses yeux au modèle.
- 7) 1^{er} œil :

Imbiber un coton de lotion démaquillante pour les yeux et, en maintenant le coton en demi-lune avec les doigts de l'autre main, effectuer des mouvements de la base des cils vers l'extrémité.

Retirer le coton en demi-lune en le faisant glisser vers l'extérieur.

- 8) 2^{ème} œil : procéder de façon identique au premier œil.

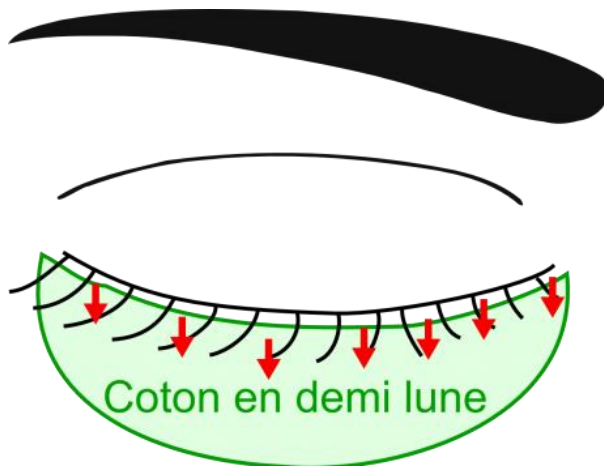


Figure 2 : démaquillage de l'oeil



Et on jette à la poubelle !!!

- 9) 1^{er} œil : fig 3

Avec un coton imbibé de lotion démaquillante pour les yeux, nettoyer les paupières en effectuant un geste ovale sur la paupière mobile, et en débordant sur la paupière fixe.

10) 2^{ème} œil : procéder de façon identique au premier œil.

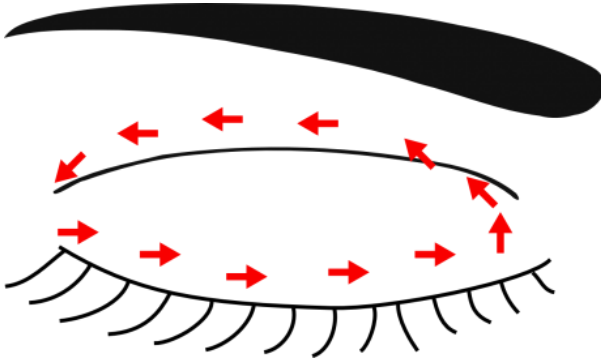


Figure 3 : démaquillage de la paupière

11) 1^{er} sourcil : fig 4

Prélever avec un coton un peu de lait démaquillant. Maintenir la queue du sourcil avec la main non directrice, puis démaquiller le sourcil en effectuant des mouvements de rotation de la queue vers la tête, et en revenant en lissage.

Renouveler l'opération 2 fois avec le même coton.

12) 2^{ème} sourcil : procéder de façon identique au premier sourcil.

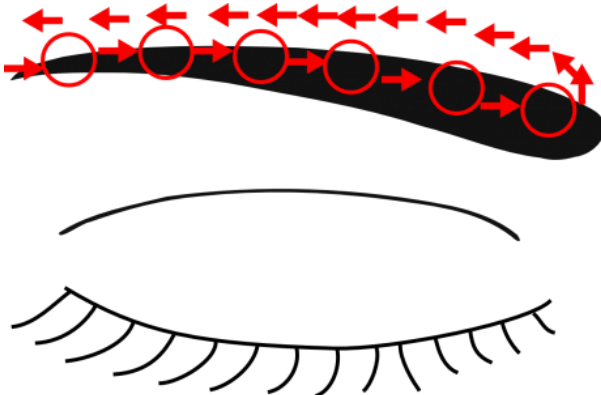


Figure 4 : démaquillage des sourcils

13) Lèvres : fig 5

Prélever avec un coton un peu de lait démaquillant. Maintenir le coin des lèvres avec la main non directrice, puis effectuer des mouvements de va et viens sur la lèvre supérieure, la lèvre inférieure, puis sur les deux en même temps.

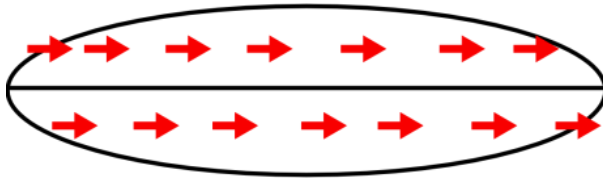


Figure 5 : démaquillage des lèvres

14) Visage et cou :

Prélever avec la spatule la moitié du lait démaquillant restant, et le déposer dans votre main. Reposer la spatule sur la coupelle, frotter vos mains l'une sur l'autre pour chauffer le produit, puis faire des mouvements de lissage du cou vers le front pour étaler le produit. Faire des petits ronds énergétiques (=émulsionner) pour nettoyer le visage.

Rincer avec les 2 éponges en mouvements symétriques. Reposer les éponges sur le plan de travail après les avoir rincé dans le bol.

Prélever avec la spatule le reste de lait démaquillant de la coupelle, et effectuer un second passage de lait sur l'ensemble du visage. Rincer.



Frottez vos mains doucement !

15) Lotion : fig 6

Imbiber deux cotons de lotion tonique, puis les passer sur l'ensemble du visage et du cou en mouvements symétriques, en évitant le tour des yeux et de la bouche.

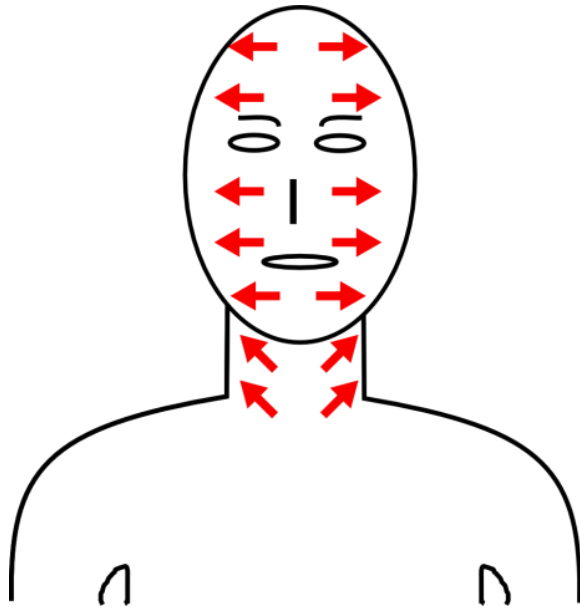


Figure 6 : démaquillage du visage



Le tour des yeux et de la bouche s'appelle «l'orbiculaire des yeux», et «l'orbiculaire de la bouche».

- 16)** Éponger avec un mouchoir plié en triangle le cou, les deux cotés du visage, et le front.
- 17)** Changer les mouchoirs du bandeau et du paréo.
- 18)** Nettoyer les coupelles, le bol d'eau, les éponges, la spatule au lavabo avec de l'eau savonneuse.
- 19)** Sécher le matériel et le disposer sur le plan de travail.

2.1.2 Diagnostic

Matériel nécessaire :

- Alcool désinfectant
- Cotons en rond
- Lampe loupe
- (Lampe de wood)



Ça va nous servir à savoir quels produits et quelles techniques utiliser !

But : Déterminer le type de peau du modèle afin de réaliser le soin adapté.

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire.
- 2) Observer la peau au travers la lampe loupe ou via la lampe de wood.
- 3) Si besoin, pincer légèrement la peau afin d'en étudier l'élasticité et la fermeté.



On n'hésite pas à toucher la peau !

RÉSULTATS :

Type de peau	Aspect visuel	Aspect tactile
Peau grasse (=Hyperlipidique)	Luisances dues à l'excès de sébum	Grain de peau grossier Peau poisseuse et moite
Peau sèche (=Alipidique)	Écailleux et sec	Grain de peau serré Rides fines
Peau sensible / réactive	Rougeurs, couperose et érythrose possibles	Peau fine au pincement
Peau mature (=sénescence)	Ridée, tendance à être déshydratée, poils noirs isolés	Peau fine et nombreuses ridules au pincement
Peau déshydratée	/	Très fines ridules « de déshydratation » au pincement
Peau atone	Souvent mature, présente un relâchement cutané	Manque d'élasticité au pincement



Attention, peau sèche et déshydratée sont différentes : déshydratée manque d'eau, et sèche manque de gras

2.1.3 Gommage

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant
Cotons en rond
Gommage mécanique ou chimique
Coupelles
Pinceau
Spatule de prélèvement
Lotion tonique
Mouchoirs



Les gommages chimique et mécanique s'utilisent différemment mais ont le même effet.

But :

Éliminer les cellules mortes de la surface de la couche cornée
Affiner le grain de peau
Illuminer le teint
Faciliter la pénétration des principes actifs des produits du soin

Protocole (cliquez sur **Gommage mécanique** ou **Gommage chimique** pour voir le protocole) :

Gommages mécanique (toutes sauf peaux sensibles)

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire
- 2) Prélever l'équivalent d'une petite noix de gommage mécanique et le déposer dans une coupelle
- 3) Remplir le bol d'eau avec de l'eau chaude

- 4) Appliquer en **couche fine et uniforme sur l'ensemble du visage** à l'aide du pinceau, du cou vers le front, en évitant le contour des yeux et de la bouche (cf fig 7)
- 5) Laisser sécher. Pendant ce temps, nettoyer la coupelle vide, la spatule, le pinceau, et préparer l'appareil à pulvérisation-vaporisation (cf 2.1.4)
- 6) Disposer des mouchoirs sous la nuque
- 7) Une fois sec, sur chaque zone du cou vers le front, tenir les tissus entre 2 doigts, et effectuer des mouvements vifs de va et viens jusqu'à ce que le gommage se transforme en pellicules. Procéder sur l'ensemble du cou et du visage.
- 8) Jeter les mouchoirs sous la nuque en faisant attention de ne pas faire tomber les particules
- 9) Nettoyer le visage avec les éponges humides
- 10) Imbiber deux cotons de lotion tonique, puis les passer sur l'ensemble du visage et du cou
- 11) Éponger avec un mouchoir plié en triangle
- 12) Changer les mouchoirs du bandeau et du paréo
- 13) Nettoyer le plan de travail et le matériel

Gommage chimique (toutes peaux)

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire
- 2) Prélever l'équivalent d'une noix de gommage chimique et le déposer dans une coupelle
- 3) Remplir le bol d'eau avec de l'eau chaude
- 4) Appliquer en **couche moyenne et uniforme** sur l'ensemble du visage à l'aide du pinceau, du cou vers le front, en évitant le contour des yeux et de la bouche (cf Fig 7)
- 5) Laisser agir 3 minutes. Pendant ce temps, nettoyer la coupelle vide, la spatule, le pinceau, et préparer l'appareil à pulvérisation-vaporisation (cf 2.1.4)
- 6) Humidifier vos doigts avec l'eau chaude du bol, et « émulsionner » le gommage sur l'ensemble du cou et du visage (de la même façon que le lait démaquillant).
- 7) Nettoyer le visage avec les éponges humides
- 8) Imbiber deux cotons de lotion tonique, puis les passer sur l'ensemble du visage et du cou
- 9) Éponger avec un mouchoir plié en triangle
- 10) Changer les mouchoirs du bandeau et du paréo

II) Nettoyer le plan de travail et le matériel

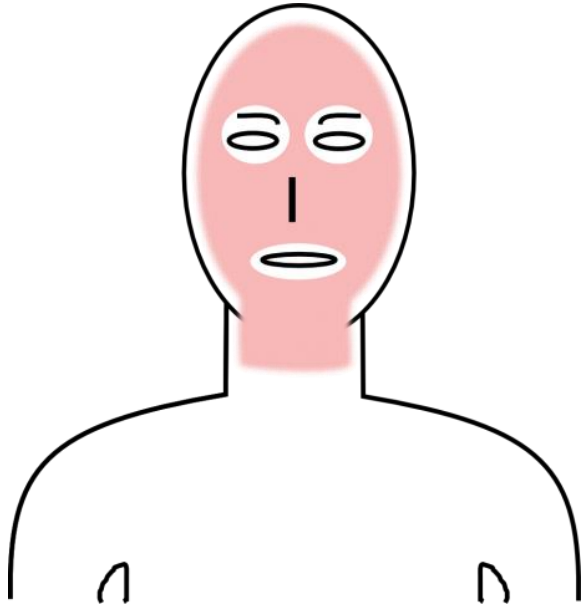


Figure 7 : application du gommage



Moi j'ai une peau sensible, me touche pas avec ton gommage mécanique !

2.1.4 Pulvérisation-vaporisation

Matériel nécessaire :

- Alcool désinfectant
- Cotons en rond
- Lucas Championnière ou Vapozone
- 1 Coupelle
- Éponges
- Lotion
- Mouchoirs



Le petit nom du « Lucas Championnière » est juste « Lucas ». Facile à retenir !

Buts :

Type de peau	Appareil	Distance du visage	Buts
Grasse	VapozoneouLucas	Si Lucas :10 à 15 cm	<ul style="list-style-type: none"> • Parfaire le retrait des produits de nettoyage • Faciliter l'extraction de sébum • Dilater les ostia folliculaires pour faciliter l'extraction des comédons • Avec l'ozone du Vapozone, aseptise la zone traitée
Sèche	Lucas	20 à 30 cm	<ul style="list-style-type: none"> • Parfaire le retrait des produits de nettoyage • Imbiber la peau d'eau et de lotion
Sensible	Lucas	30 à 40 cm	<ul style="list-style-type: none"> • Parfaire le retrait des produits de nettoyage • Imbiber la peau d'eau et de lotion • Apporter de la fraîcheur, et donc un confort à la peau
Mature	Lucas	20 à 30 cm	<ul style="list-style-type: none"> • Parfaire le retrait des produits de nettoyage • Imbiber la peau d'eau et de lotion • Apporter de la fraîcheur et tonifier légèrement
Déshydratée	Lucas	20 à 30 cm	<ul style="list-style-type: none"> • Parfaire le retrait des produits de nettoyage • Imbiber la peau d'eau et de lotion
Atone	Lucas	20 à 30 cm	<ul style="list-style-type: none"> • Parfaire le retrait des produits de nettoyage • Imbiber la peau d'eau et de lotion • Apporter de la fraîcheur et tonifier légèrement



Attention à ne JAMAIS toucher la chaudière d'un appareil chaud !

Protocole :

Lucas Championnière

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire.
- 2) Désinfecter le Lucas, les godets et le cordon secteur.
- 3) Remplir jusqu'au trait de niveau maximum la chaudière avec de l'eau (deminéralisée de préférence et un entonnoir adapté).
- 4) Déboucher les éjecteurs avec un mandrin.
- 5) Remplir le godet de solution avec 1/3 de lotion et 2/3 d'eau.
- 6) Brancher l'appareil et allumer l'interrupteur marche arrêt.
- 7) Une fois la pulvérisation de vapeur commencée, installer le godet dans la pince, puis commencer la pulvérisation sur le visage et le cou en respectant les distances d'utilisation et en protégeant les voies respiratoires avec une éponge.
- 8) Effectuer la pulvérisation avec des mouvements lents en arc de cercle sur les cotés du visage.
- 9) Lorsque le godet est vide et que l'appareil commence à crachoter, l'éteindre et le reposer sur le plan de travail.
- 10) Éponger le cou et le visage du modèle, le sécher en tamponnant avec des mouchoirs en triangle.
- 11) Changer les mouchoirs du bandeau et du paréo.
- 12) Débrancher l'appareil, nettoyer les godets.
- 13) Désinfecter le cordon secteur.
- 14) Ranger l'appareil proprement.



L'ozone a une puissante action bactéricide.

Vapozone

- Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire.
 - Désinfecter toutes les parties du Vapozone, et le cordon secteur.
 - Remplir le réservoir d'eau jusqu'au trait de niveau maximum.
 - Brancher l'appareil et et allumer l'interrupteur marche arrêt de vapeur.
 - Une fois la pulvérisation commencée, disposer l'appareil de façon à ce que le jet de vapeur atteigne l'ensemble du visage et du cou du modèle.
-
- Peau grasse uniquement :
 - Procéder, pendant 5 minutes, **sous la vapeur** aux manœuvres spécifiques peau grasse : gros pincements et torsions.
 - Une fois les 5 minutes passées, couvrir les yeux avec des cotons imbibés de lotion tonique.
 - Allumer l'interrupteur d'ozone, **en laissant la vapeur allumée**, et laisser la pulvérisation 5 minutes **sans toucher au modèle**.
-
- Au bout des 10 minutes totales de pulvérisation, éteindre l'ozone et la vapeur.
 - Éponger le cou et le visage du modèle, le sécher en tamponnant avec des mouchoirs en triangle.
 - Changer les mouchoirs du bandeau et du paréo.
 - Débrancher l'appareil, le désinfecter.
 - Ranger l'appareil proprement.

2.1.5 Extraction de comédons



N'effectuer cette étape que dans un sujet donné pour une peau **grasse**.

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Mouchoirs

Cotons ronds



Ça y est, je vois la tête ! Poussez !!

Buts :

Retirer les comédons ouverts

Uniformiser le grain de peau



Un « Comédon ouvert » est un « point noir », ou « bouton noir »

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains et la zone à traiter.
- 2) Enrouler chaque index d'un mouchoir, en le serrant bien à l'extrémité du doigt.
- 3) Repérer sur le visage l'emplacement d'un comédon ouvert.
- 4) Placer chaque doigt de part et d'autre du comédon ouvert.

- 5) Exercer une pression sur le fond du comédon ouvert, sans glisser sur la peau, jusqu'à ce qu'il s'extraie.
- 6) Récupérer le comédon extrait avec un des doigts protégé, et le placer sur un mouchoir imbibé d'alcool sur le plan de travail.
- 7) Répéter l'opération avec les autres comédons ouverts du visage.
- 8) Une fois terminé, jeter les différents mouchoirs ayant servi à la poubelle.
- 9) Désinfecter à nouveau ses mains.

2.2 Techniques de traitements esthétiques de la peau avec ou sans appareils

2.2.1 Sérums, ampoules, masques, patches, crèmes...

Sérums, Ampoules

Matériel nécessaire :

- Alcool désinfectant
- Cotons en rond
- Ampoule (contenant du sérum)
- Coupelle



pompes ou autres

A l'école, un Sérum est contenu dans une ampoule. Sinon, on les trouve dans des flacons

But :

Apporter des Principes Actifs adaptés au type de peau en grande quantité

Renforcer l'action du soin

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire.
- 2) Casser une des extrémités de l'ampoule en protégeant sa main avec un mouchoir.
- 3) Verser le contenu de l'ampoule dans une coupelle.
- 4) Prélever le sérum du bout des doigts.
- 5) Appliquer le sérum sur l'ensemble du visage et du cou en pianotant.
- 6) Nettoyer le plan de travail et le matériel.



Si on ne protège pas sa main, on risque de se couper !

Masques, patches

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Cotons en rond

Masque crème et/ou terreux

Coupelles

Spatule de prélèvement

Pinceau pour application du masque

Mouchoirs

Lotion tonique

Bol d'eau

Éponges



A l'école, on utilise des masques **crème** ou **terreux**. Mais il existe des **patches**, qui se placent sur le visage et se massent.

But : Apporter des Principes Actifs adaptés au type de peau en leur laissant le temps de pénétrer dans la peau.



On choisit le masque en fonction du type de peau.

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire
- 2) Prélever une grosse noix de masque crème ou terreux à l'aide de la spatule de prélèvement, et le déposer dans une coupelle
- 3) Prendre la coupelle dans une main, et avec le pinceau, en prélever un peu
- 4) Commencer l'application en commençant par le cou
- 5) L'appliquer en couche **épaisse et uniforme**
- 6) Re-prélever régulièrement du masque afin de pouvoir l'appliquer sur l'ensemble du visage et du cou
- 7) Bien délimiter les contours du visage, des yeux et de la bouche (cf Fig 8)

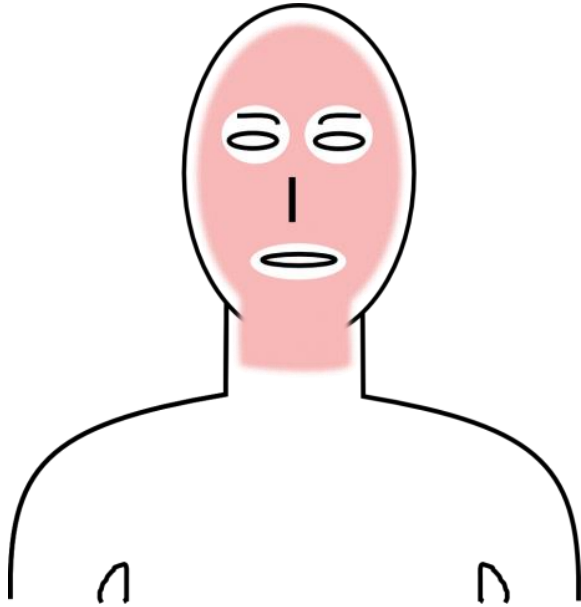


Figure 8 : application du masque

- 8)** Laisser poser 15 minutes. Pendant ce temps, nettoyer son plan de travail, coupelles, spatule et pinceau
- 9)** Procéder au retrait du masque avec les éponges humides, en commençant par le cou (Si masque terreux, l'humidifier d'abord en tapotant les éponges humides dessus)
- 10)** Imbiber deux cotons de lotion tonique, puis les passer sur l'ensemble du visage et du cou en mouvements symétriques, en évitant le tour des yeux et de la bouche
- 11)** Éponger avec un mouchoir plié en triangle le cou, les deux cotés du visage, et le front
- 12)** Changer les mouchoirs du bandeau et du paréo
- 13)** Nettoyer les coupelles, le bol d'eau, les éponges, la spatule au lavabo avec de l'eau savonneuse
- 14)** Sécher le matériel et le disposer sur le plan de travail



Le masque terreux est tout vert, ça fait martien !

Crèmes

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Cotons en rond

Crème de jour

Coupelle

Spatule de prélèvement



L'application de la crème est la dernière étape d'un soin du visage.

But :

Apporter des Principes Actifs adaptés au type de peau.

Protéger la peau des agressions extérieures et du froid.

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire
- 2) Prélever une noisette de crème à l'aide de la spatule de prélèvement et la déposer dans une coupelle
- 3) Prendre la crème du bout des doigts dans la coupelle
- 4) Chauffer un peu la crème sur les doigts et la paume de ses mains
- 5) L'appliquer en mouvements d'effleurage sur l'ensemble du visage et du cou
- 6) Retirer les mouchoirs du bandeau du modèle et les jeter à la poubelle
- 7) Nettoyer son plan de travail, coupelles et spatule
- 8) Si besoin, aider son modèle à s'asseoir ou à se relever



On la chauffe en frottant ses mains, pas avec du feu !



Si le soin est terminé, tirer le tapis de sous le lit de soin pour que le modèle ne pose pas ses pieds sur le carrelage

2.2.2 Appareils à électrodes de Mac Intyre, à ultrasons, à ionophorèse, à dépressoaspiration...

Appareil à électrodes de Mac Intyre

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Cotons en rond

Appareil à électrodes de Mac Intyre



On appelle aussi cet appareil : « la haute fréquence »

Buts :

Type de peau	Electrodes et gaz	Mode d'utilisation	Manoeuvres	Buts
Grasse	- Champignon à air raréfié	Effluation	/	-Aseptiser la zone traitée grâce à l'action bactéricide-Prévenir de l'apparition de comédons ouverts
	- Punctiforme	Étincelage Direct	/	-Cicatriser les comédons précédemment extraits
Sèche	Saturatrice	Étincelage Indirect	-Pianotements- Pincements Jaquet Leroy-Pressions circulaires et pointées	Améliorer les échanges cellulaires, donc les métabolismes cellulaires, et donc la synthèse de sébum par les sébocytes=> Action anti peau sèche
Sensible	Champignon ou rouleau au néon	Effluation	/	Décongestionne, améliore la circulation sanguine et lymphatique=> Action désensibilisante
Mature	Saturatrice	Étincelage Indirect	-Pianotements- Pincements Jaquet	Améliorer les échanges cellulaires, donc les métabolismes cellulaires,

			Leroy-Pressions circulaires et pointées-Pincements anti-rides	et donc la synthèse d'élastine, de collagène et d'acide hyaluronique par les fibrocytes=> Action stimulatrice et hydratante
Déshydratée	Saturatrice	Étincelage Indirect	-Pianotements-Pincements Jaquet Leroy-Pressions circulaires et pointées	Améliorer les échanges cellulaires, donc les métabolismes cellulaires, et donc la synthèse de collagène et d'acide hyaluronique par les fibrocytes=> Action hydratante et stimulatrice
Atone	Saturatrice	Étincelage Indirect	-Pianotements-Pincements Jaquet Leroy-Pressions circulaires et pointées-Battages (sur l'ovale)-Éventails (sur l'ovale)	Améliorer les échanges cellulaires, donc les métabolismes cellulaires, et donc la synthèse d'élastine, de collagène et d'acide hyaluronique par les fibrocytes=> Action stimulatrice, hydratante, et raffermissante



Chaque type de peau est différent, alors on adapte les électrodes !

Protocole (cliquez sur chaque onglet) :

Effluvation (cf Fig 9) : électrode champignon ou rouleau.

- 1) Désinfecter ses mains, le corps de l'appareil et l'électrode champignon ou rouleau
- 2) Insérer l'électrode dans le manchon
- 3) Brancher l'appareil
- 4) Allumer l'interrupteur marche/arrêt
- 5) Régler le potentiomètre en fonction de la sensibilité du modèle sans dépasser 3/10 (faire un test sur l'épaule ou le bras)
- 6) S'assurer que le courant ne passe pas dans l'électrode en posant le doigt à la base de l'électrode
- 7) Poser l'électrode sur le milieu du front
- 8) Relâcher le doigt sur l'électrode
- 9) Lisser sur l'extérieur du visage
- 10) Reposer le doigt sur l'électrode
- 11) Retirer l'électrode du visage

12) Reposer l'électrode en dessous de la première ligne -Recommencer les opérations sur l'ensemble du visage pendant 10 minutes

13) Une fois terminé, baisser le potentiomètre, éteindre l'interrupteur, débrancher l'appareil, retirer l'électrode du manchon, désinfecter l'électrode et l'appareil, et le ranger proprement[/tab]

Étincelage direct : électrode punctiforme

1) Désinfecter ses mains, le corps de l'appareil et l'électrode punctiforme

2) Insérer l'électrode dans le manchon

3) Brancher l'appareil

4) Allumer l'interrupteur marche/arrêt

5) Régler le potentiomètre en fonction de la sensibilité du modèle sans dépasser 3/10 (faire un test sur l'épaule ou le bras)

6) Venir tapoter l'électrode sur un comédon précédemment extrait

7) Procéder ainsi sur chaque comédon précédemment extrait

8) Agir pendant 5 minutes au total

9) Une fois terminé, baisser le potentiomètre, éteindre l'interrupteur, débrancher l'appareil, retirer l'électrode du manchon, désinfecter l'électrode et l'appareil, et le ranger proprement

Étincelage indirect : 'électrode saturatrice.

1) Désinfecter ses mains, le corps de l'appareil et l'électrode saturatrice

2) Insérer l'électrode dans le manchon

3) Brancher l'appareil

4) Faire tenir l'électrode par la cliente

5) Allumer l'interrupteur marche/arrêt

6) Régler le potentiomètre en fonction de la sensibilité du modèle sans dépasser 3/10 (faire un test sur l'épaule ou le bras)

7) Effectuer les mouvements spécifiques en fonction des types de peau sur le visage et le cou du client pendant 10 minutes

8) Une fois terminé, baisser le potentiomètre, éteindre l'interrupteur, débrancher l'appareil, retirer l'électrode du manchon, désinfecter l'électrode et l'appareil, et le ranger proprement

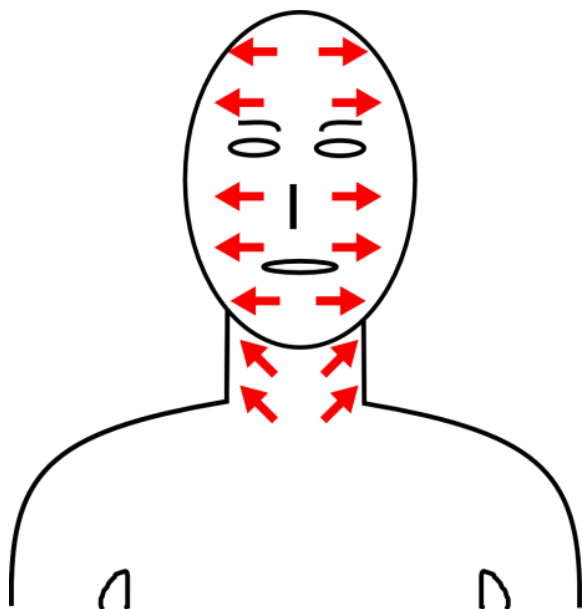


Figure 9 : sens d'effluvia

Appareil à ultrasons

Matériel nécessaire :

- Alcool désinfectant
- Cotons en rond
- Appareil à ultrasons
- Coupelle
- Pinceau
- Gel à ultrasons
- Éponges
- Bol d'eau
- Lotion tonique
- Mouchoirs



On appelle aussi cet appareil : « la sonophorèse ».



Ohlala ! Il est compliqué celui là !

Buts :

Type de peau	Gel	Mode d'utilisation	Buts
Grasse	Avec des Principes actifs séborégulateurs	Continu	Faire pénétrer le gel chargé de Principes Actifs=> Effet phorétique
Sèche	Avec des Principes actifs nourrissants	Continu	Faire pénétrer le gel chargé de Principes Actifs=> Effet phorétique Stimuler l'activité biologique des glandes sébacées=> Effet métabolique
Sensible	Bien qu'on pourrait dans l'absolu utiliser cet appareil pour une peau sensible, on préférera l'éviter afin de ne pas risquer un échauffement localisé gênant pour ce type de peau et un effet de vasodilatation par l'action sympatholytique		
Mature	Avec des Principes actifs tonifiants/anti-rides	Continu puis Pulsé sur les muscles :masséters, zygomatiques	Faire pénétrer le gel chargé de Principes Actifs=> Effet phorétique Stimuler l'activité biologique des fibrocytes=> Effet métabolique Améliorer les échanges cellulaires par vasodilatation de la microcirculation cutanée=> Effet sympatholytique Diminue les risques de formation de processus fibreux=> Action fibrolytique

Déshydratée	Avec des Principes actifs hydratants	Continu	Faire pénétrer le gel chargé de Principes Actifs=> Effet phorétique
Atone	Avec des Principes actifs tonifiants/raffermissant	Continu	Faire pénétrer le gel chargé de Principes Actifs=> Effet phorétique Stimuler l'activité biologique des fibrocytes=> Effet métabolique Améliorer les échanges cellulaires par vasodilatation de la microcirculation cutanée=> Effet sympathicolytique Diminue les risques de formation de processus fibreux=> Action fibrolytique

Protocole :

Mode Continu

- 1) Désinfecter ses mains, le corps de l'appareil et les sondes
- 2) Prélever le gel pour ultrasons à l'aide de la spatule de prélèvement et le déposer dans une coupelle
- 3) Appliquer le gel au pinceau sur l'ensemble du visage en couche épaisse (cf Fig 10)
- 4) Brancher l'appareil, allumer l'interrupteur marche/arrêt, régler le mode d'utilisation, la puissance de l'appareil, et la fréquence
- 5) Poser les deux sondes de façon symétrique sur le front
- 6) Se déplacer en mouvements circulaires de façon symétrique
- 7) Procéder au soin pendant 10 minutes sur l'ensemble du visage et du cou
- 8) Une fois terminé, remettre les réglages à 0 et éteindre l'interrupteur
- 9) Rincer l'excédent de gel avec les éponges
- 10) Appliquer de la lotion tonique sur le visage à l'aide de cotons
- 11) Éponger avec un mouchoir plié en triangle

12) Changer les mouchoirs du bandeau et du paréo

13) Débrancher l'appareil, désinfecter les sondes et l'appareil, et le ranger

Mode pulsé

Note : le mode pulsé sera fait en plus du mode continu, une fois celui-ci terminé sur l'ensemble du visage et du cou

1) Après avoir travaillé de façon continue sur l'ensemble du visage et du cou, régler l'appareil sur le mode « pulsé »

2) Placer les sondes au niveau des insertions musculaires à travailler, et travailler en petits mouvements circulaires

3) Procéder ainsi sur chaque insertion musculaire, au total pendant 5 minutes

4) Procéder de la même façon que le mode Continu pour éteindre l'appareil

Appareil à ionophorèse

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Cotons en rond

Appareil à ultrasons

Coupelle

Pinceau

Gel ionisable

Éponges

Bol d'eau

Lotion tonique

Mouchoirs



Très simple à utiliser. Faites juste attention aux branchements.

Buts :

Type de peau	Gel	Electrode active	Buts
Grasse	Avec des Principes actifs séborégulateurs	Rouleau	Faire pénétrer dans la peau le gel chargé de Principes Actifs
Sèche	Avec des Principes actifs activateurs de la sécrétion sébacée	Rouleau	Faire pénétrer dans la peau le gel chargé de Principes Actifs
Sensible	Avec des Principes actifs décongestionnants	Rouleau	Faire pénétrer dans la peau le gel chargé de Principes Actifs
Mature	Avec des Principes actifs tonifiants/anti-rides	Rouleau puis Boule dans les rides	Faire pénétrer dans la peau le gel chargé de Principes Actifs
Déshydratée	Avec des Principes actifs hydratants	Rouleau	Faire pénétrer dans la peau le gel chargé de Principes Actifs
Atone	Avec des Principes actifs tonifiants/raffermissant	Rouleau	Faire pénétrer dans la peau le gel chargé de Principes Actifs



Héhé, trop bien ! c'est la même chose pour tous les types de peau avec la boule en plus pour les rides !

Protocole :

Électrode active : rouleau

- 1) Désinfecter ses mains, le corps de l'appareil et les électrodes
- 2) Prélever le gel ionisable à l'aide de la spatule de prélèvement et le déposer dans une coupelle
- 3) Appliquer le gel au pinceau sur l'ensemble du visage en couche moyenne (cf Fig 11)

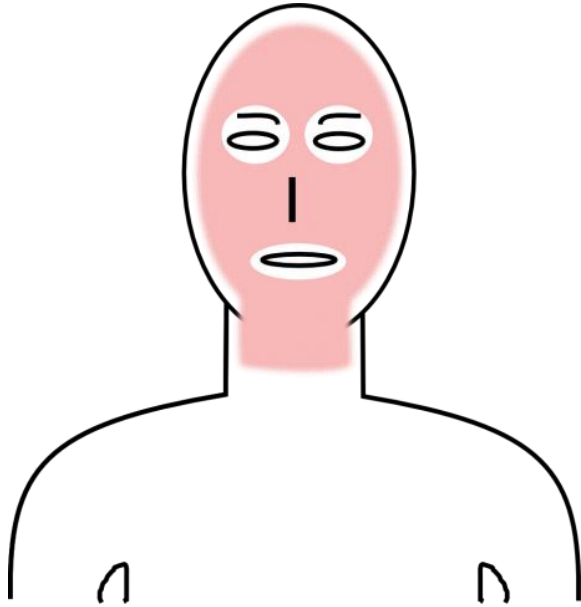


Figure 11 : application du gel

- 4) Brancher l'électrode rouleau sur la borne et l'électrode indifférente sur le
- 5) Brancher l'appareil et s'assurer que le courant est réglé sur le
- 6) Faire tenir l'électrode indifférente à la cliente
- 7) Poser l'électrode rouleau sur le front du modèle, et la maintenir en mouvement
- 8) Allumer l'interrupteur marche/arrêt, puis augmenter progressivement l'intensité jusqu'à ce que le modèle ressente des picotements OU jusqu'à 3mA maximum
- 9) Procéder au soin pendant 10 minutes sur l'ensemble du visage et du cou en se déplaçant en mouvements lents et réguliers
- 10) Une fois terminé, sans quitter le contact, remettre le potentiomètre à 0 et éteindre l'interrupteur, puis déposer les électrodes sur un mouchoir
- 11) Rincer l'excédent de gel avec les éponges
- 12) Appliquer de la lotion tonique sur le visage à l'aide de cotons
- 13) Éponger avec un mouchoir plié en triangle
- 14) Changer les mouchoirs du bandeau et du paréo
- 15) Débrancher l'appareil, désinfecter les électrodes et l'appareil, et le ranger

Électrode active : boule

Note : l'électrode boule s'utilise en plus de l'électrode rouleau, une fois celui-ci terminé sur l'ensemble du visage et du cou

- 1) Après avoir travaillé avec l'électrode rouleau sur l'ensemble du visage et du cou, mettre le potentiomètre à 0, éteindre l'appareil, déposer l'électrode rouleau sur un mouchoir après l'avoir débrancher, puis brancher l'électrode boule
- 2) La placer sur une des rides à travailler, puis toujours en mouvement, allumer l'interrupteur et augmenter l'intensité avec le potentiomètre
- 3) Travailler dans chaque ride du visage et du cou en mouvements de rotation et de lissage, pendant 5 minutes au total
- 4) Une fois terminé, procéder de la même façon que précédemment pour éteindre l'appareil



Assurez vous de toujours rester en mouvement

Appareil à brosse rotative

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Cotons en rond

Appareil à brosse rotative

Nécessaire de gommage



Bien qu'utile, on choisira de ne pas utiliser cet appareil pour des questions d'hygiène.

Buts :

Aide à l'exfoliation

Nettoie la peau en profondeur

Facilite le retrait des cellules mortes

Protocole :

- 1) Suivre le protocole d'application du **gommage mécanique** sur l'ensemble du visage et du cou
- 2) Désinfecter ses mains, le corps de l'appareil et l'embout
- 3) Insérer l'embout sur le manchon
- 4) Brancher l'appareil
- 5) Allumer l'interrupteur marche/arrêt
- 6) Régler le potentiomètre en faisant un test sur vous et sur le client
- 7) Au lieu de travailler le gommage avec les doigts, utiliser la brosse rotative de la façon suivante
- 8) Poser l'embout sur la peau au niveau du front
- 9) Travailler en mouvements rotatifs lentement sur l'ensemble du visage
- 10) Procéder au soin durant 5 minutes
- 11) Une fois terminé, baisser le potentiomètre, éteindre l'interrupteur, et poser le manchon de l'appareil sur un mouchoir
- 12) Retirer l'excédent de produit de gommage avec des éponges humides
- 13) Imbiber deux cotons de lotion tonique, puis les passer sur l'ensemble du visage et du cou
- 14) Éponger avec un mouchoir plié en triangle
- 15) Changer les mouchoirs du bandeau et du paréo
- 16) Nettoyer le plan de travail, débrancher l'appareil, retirer la brosse du manchon, désinfecter la brosse, le manchon et l'appareil, et le ranger proprement



C'est vrai que la brosse doit avoir plein de peaux mortes au fond... berck !

2.2.3 Techniques de modelage : Effleurages, pressions, pincements, pétrissages, foulages-lissages, battages, manoeuvres drainantes esthétiques...

Déroulement

Matériel nécessaire :

- Alcool désinfectant
- Cotons en rond
- Crème de modelage
- Spatule de prélèvement
- Couppelles
- Éponges
- Bol d'eau
- Lotion tonique
- Mouchoirs



« Modelage » est le terme esthétique de « massage ».

Buts :

- Détendre le modèle
- Traiter le type de peau du modèle

Protocole :

I) Désinfecter ses mains

- 2) Prélever à l'aide de la spatule une noix de crème de modelage et la déposer dans une coupelle
- 3) Prélever avec vos doigts la crème dans la coupelle, et la chauffer **uniquement sur la face palmaire**
- 4) Procéder au modelage **relaxant durant 10 minutes**
- 5) Procéder aux **manœuvres traitantes durant 5 minutes** en fonction du type de peau
- 6) Nettoyer le visage avec les éponges humides
- 7) Imbiber deux cotons de lotion tonique, puis les passer sur l'ensemble du visage et du cou
- 8) Éponger avec un mouchoir plié en triangle
- 9) Changer les mouchoirs du bandeau et du paréo
- 10) Nettoyer le plan de travail et le matériel



Ce n'est pas un savon !

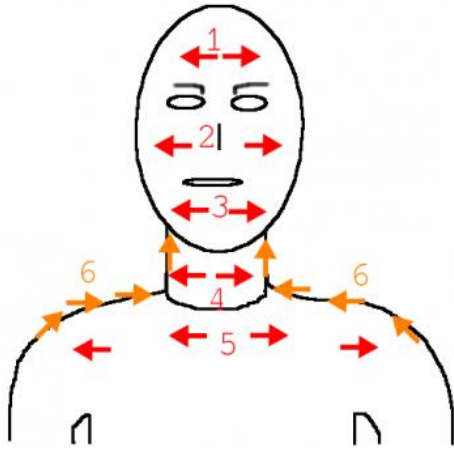
Protocole de modelage relaxant

Note : En orange, les manœuvres sur les trapèzes et la nuque, en rouge, les manœuvres à faire devant le modèle

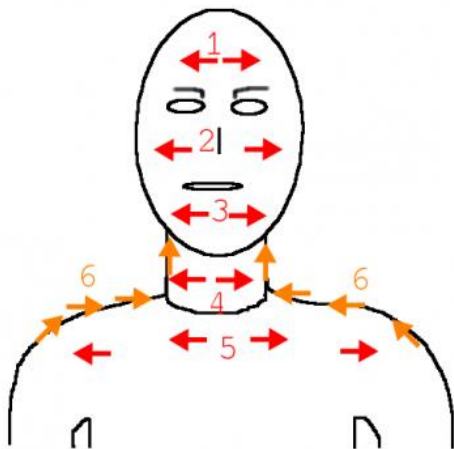


Une fois le modelage commencé, on ne quitte jamais le contact jusqu'à la fin du modelage.

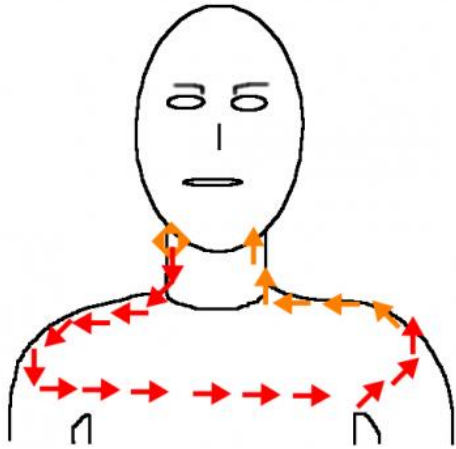
I – Application de la crème



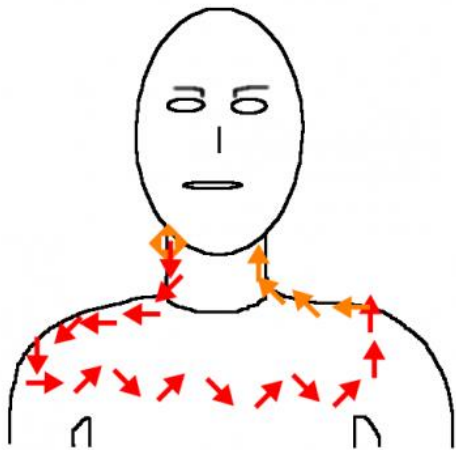
2 – Enveloppement global, répéter 3 fois



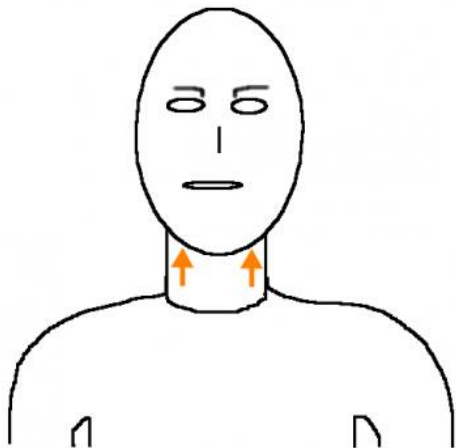
3 – Lissage du décolleté : une main maintient sous la nuque, l'autre lisse sur le décolleté, puis inverser les mains, répéter 3 fois



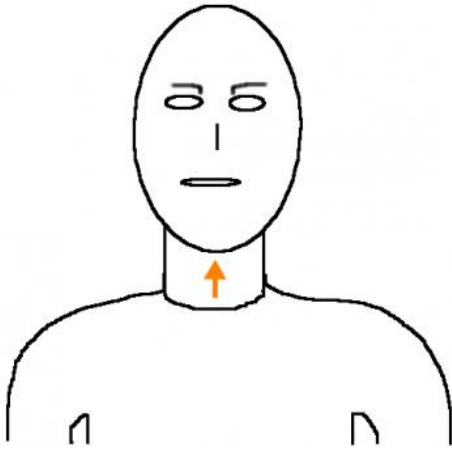
4 – Ondulation sur le décolleté : une main maintient sous la nuque, l'autre fait des ondulations sur le décolleté, puis inverser les mains, répéter 3 fois



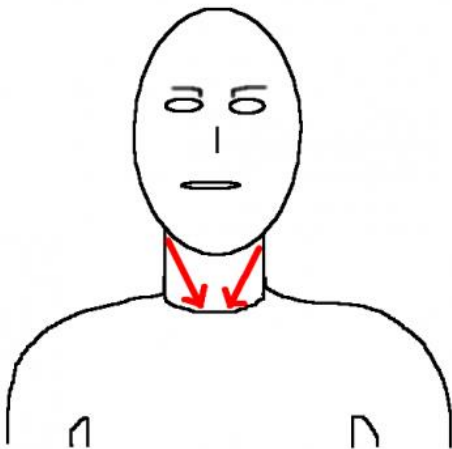
5 – Lissage de la nuque : les mains alternées, lisser de la base du cou jusqu'à la base du crâne, répéter 3 fois



6 – Étirement de la nuque : les deux mains l'une sur l'autre, sous la nuque, étirer vers vous, répéter 3 fois

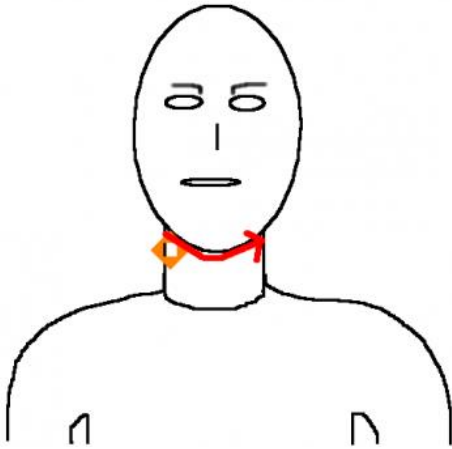


7 – Lissage des muscles Sterno-cléido-mastoïdiens : index et majeur de part et d'autre des muscles de chaque côté du cou, répéter 3 fois

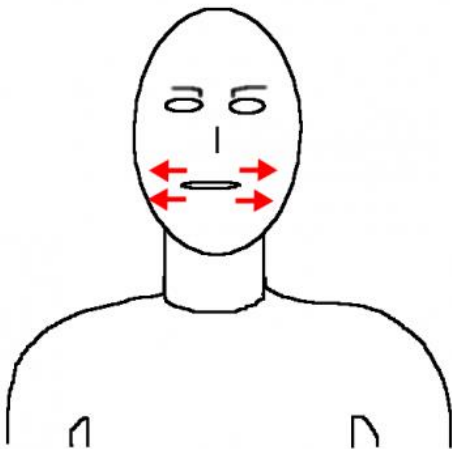


Ils tirent leur nom de Sternum : sterno ; Clavicule : cléido ; Mastoïde : mastoïdien

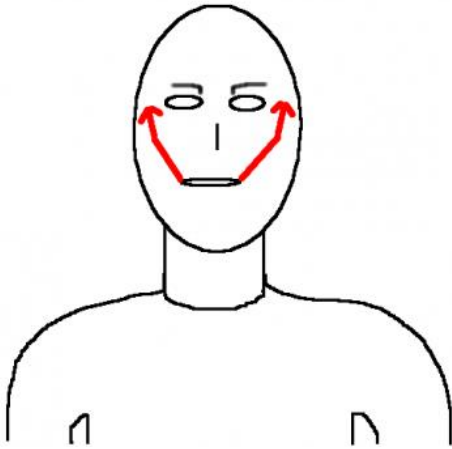
8 – Lissage de l'ovale du visage : une main sous la nuque, l'autre main lisse sous la mâchoire, puis inverser les mains, répéter 3 fois



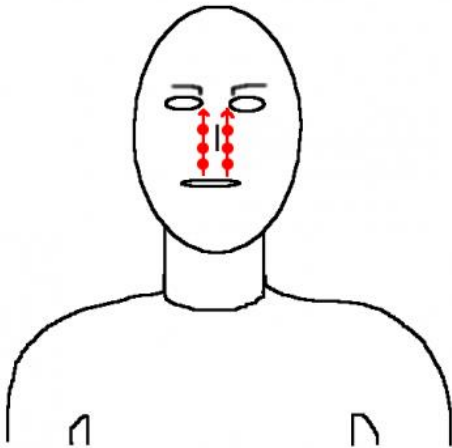
9 – Lissage de l'orbiculaire des lèvres et des joues : les mains lissent en même temps sur l'extérieur du visage en partant du coin des lèvres, répéter 3 fois



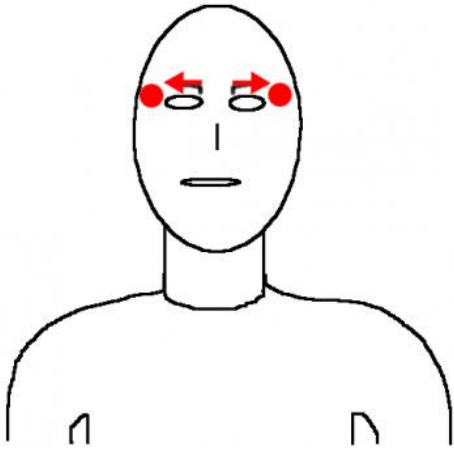
10 – Lissage des muscles Zygomatiques : index et majeur partent du coin des lèvres de chaque coté en même temps, contournent les pommettes et viennent finir sur les tempes en rotation, répéter 3 fois



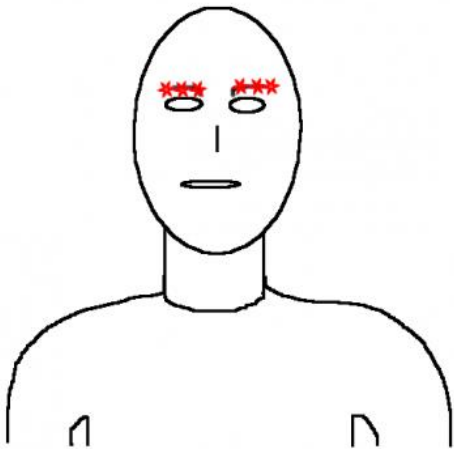
11 – Rotations sur le muscle releveur de la lèvre supérieure : les deux cotés en même temps, rotations vers le haut depuis la lèvre supérieure jusqu’au coin des yeux, répéter 3 fois



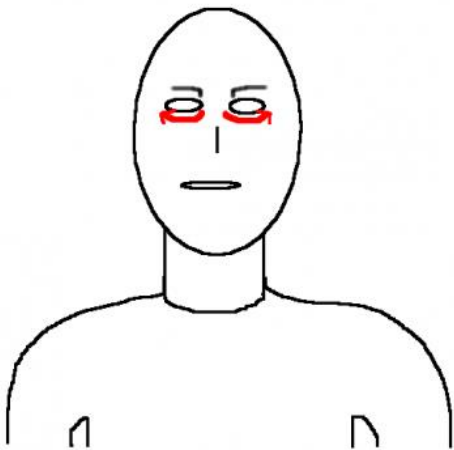
12 – Lissage des sourcils et rotation sur les tempes : index et majeur pincent les 2 sourcils en même temps, et lissent vers l’extérieur jusqu’au tempes, puis rotation, répéter 3 fois



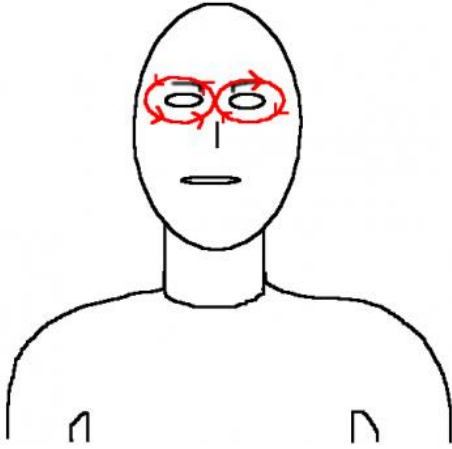
13 – Pétrissage des sourcils : pétrir entre le pouce et l'index des deux mains chaque sourcil l'un après l'autre, répéter 3 fois



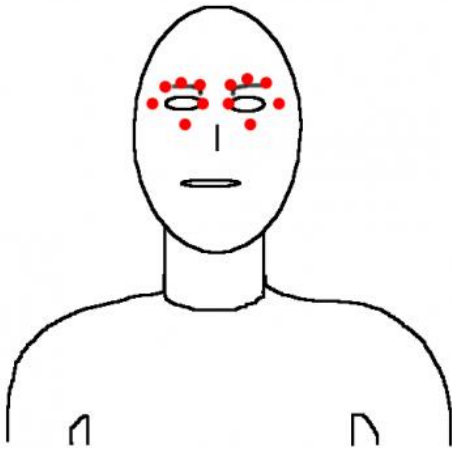
14 – Travail de l'orbiculaire des yeux : les doigts des deux mains, les deux cotés en même temps, lissent le dessous de l'oeil depuis l'intérieur vers l'extérieur, répéter 3 fois



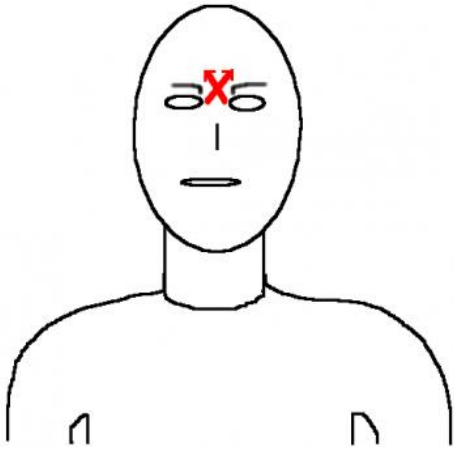
15 – Mouvement en « 8 » sur l'orbiculaire des yeux : les deux majeurs cote à cote lissent sur le sourcils droit, la tempe droite, sous l'oeil droit, le sourcil gauche, la tempe gauche, sous l'oeil gauche, puis recommencent, répéter 3 fois



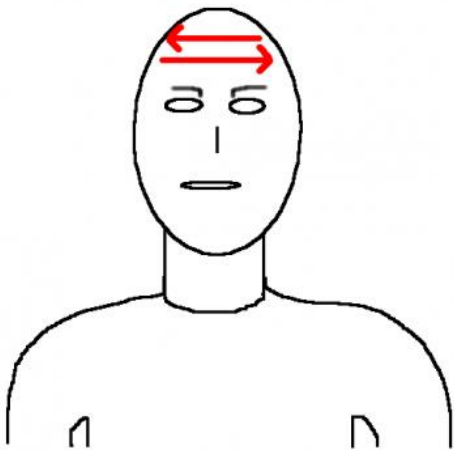
16 – Pressions sur les points énergétiques autour des yeux : avec les majeurs, les deux cotés en même temps, pression lente et profonde à la tête des sourcils, au milieu des sourcils, à la queue des sourcils, sur les tempes, sous les yeux, et au coin des yeux, répéter 3 fois



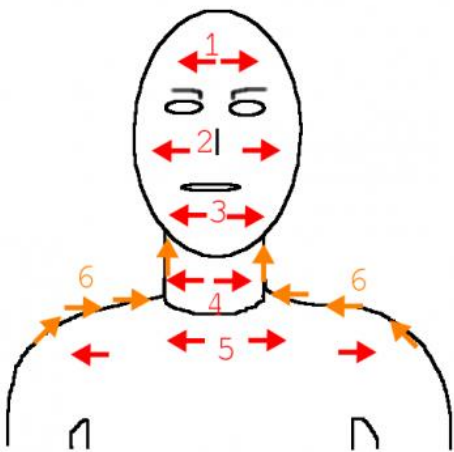
17 – Lissage du muscle pyramidal : en croix, les deux majeurs lissent successivement entre les sourcils, répéter 3 fois



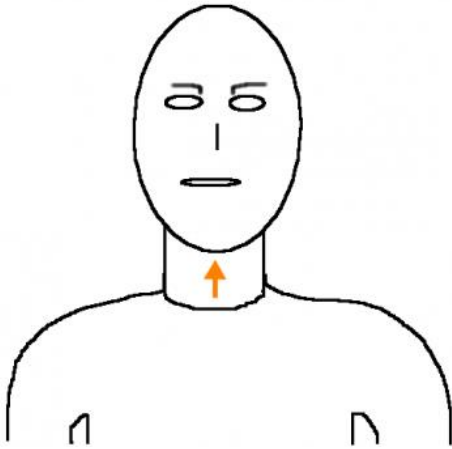
18 – Lissage du muscle frontal : les mains alternées, lissage horizontal sur l'ensemble du front, répéter 3 fois



19 – Enveloppement global, répéter 3 fois



20 – Étirement final de la nuque



Ohlala il y en a trop ! Mais faut toutes les apprendre !

Manoeuvres spécifiques (à faire selon le type de peau)

1 – Manoeuvres tonifiantes (Peaux sèche, mature, atone)

- Pianotements : Pianotements rapides avec le bout des doigts de l'ensemble du visage et du cou
- Pincements Jaquet Leroy : Pincements rapides et toniques sur l'ensemble du visage et du cou
- Pressions circulaires : Pressions fermes avec un doigt, rotation, et virgule en quittant le contact



Aller c'est presque fini, courage !

2 – Manoeuvres anti-rides (Peaux matures **en plus des manœuvres tonifiantes**)

- Pincements anti-rides : petits pincements tout au long de chaque ride d'expression et retour en lissage
- Torsions : sur chaque ride d'expression, l'index droit au dessus et le gauche en dessous qui se croisent effectuant une torsion sur la ride, puis inversion des deux doigts, le droit passe au dessous et le gauche au dessus

3 – Manoeuvres raffermissantes (Peaux atones **en plus des manœuvres tonifiantes**)

- Battages : au niveau de l'ovale du visage, mains alternées dans des mouvements vifs et rapides, qui vont venir relever la peau alternativement
- Eventails : au niveau de l'ovale du visage, les deux cotés en même temps, les doigts partent du dessous de la mâchoire et remontent chacun leur tour au dessus, « battant » légèrement la peau



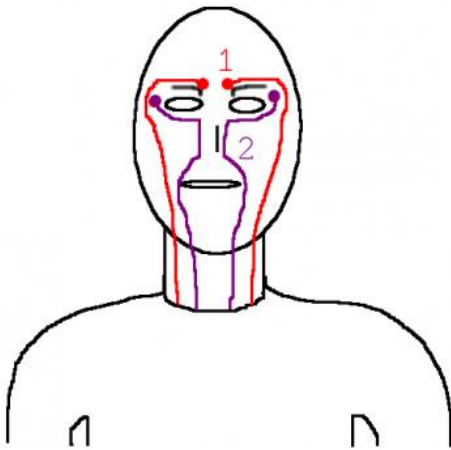
On ne frappe pas le modèle !

4 – Manoeuvres décongestionnantes (Peaux sensibles)

- Ventouses : Une main en coque sur le front et une sur le menton qui pressent et relâchent la peau doucement pour faire un effet « ventouse ». Puis une main sur une joue et une sur l'autre joue
- Manoeuvres drainantes esthétiques : drainage des veines faciales et temporales

=> pression à la tête des sourcils avec les index puis lissage au dessus des sourcils et tout droit en descendant jusqu'aux clavicules

=> pression aux tempes avec les index puis lissage sous l'oeil et tout droit en descendant jusqu'à la tête des clavicules



5 – Manoeuvres d'extraction de sébum (Peaux grasses)

- Gros pincements : pressions larges et en mouvements lents sur chaque zone du visage. Les doigts des deux mains écartées de 3 à 4 cm qui rapprochent la peau entre elles **sans glisser sur la peau.**

S4 - 3. Techniques d'épilation

3.a Épilation à la pince

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Cotons en rond

Pince à épiler

Goupillon



Mouahaha ! Arracher les poils un par un... Ça va faire mal !!

But : Retrait des poils disgracieux de façon précise

Protocole :

- 1) Désinfecter avec de l'alcool la pince à épiler et le goupillon
- 2) Mettre de l'alcool sur un coton, et le placer sur l'annulaire de la main non directrice



L'annulaire est le 4ème doigt en partant du pouce.

- 3) Garder le goupillon coincé entre le pouce et l'index de la main non directrice
- 4) Désinfecter la zone à épiler avec le coton
- 5) Dans le cas d'une épilation des sourcils, brosser le sourcil avec le goupillon
- 6) Étirer la peau entre le pouce et l'index de la main non directrice, **dans le sens de pousse du poil** (cf fig 12)

7) Pincer avec la pince à épiler le poil à retirer, en le prenant le plus proche possible **de la base du poil** (cf fig 12)

8) Arracher le poil avec un geste fluide mais non violent **dans le sens de pousse du poil** (cf fig 12)

9) Déposer le poil arraché sur le coton de l'annulaire

10) Repérer un autre poil à arracher, puis réitérer l'opération autant de fois qu'il y a de poils à extraire

11) En fin d'épilation, jeter le coton de l'annulaire, désinfecter la zone épilée et la pince à épiler

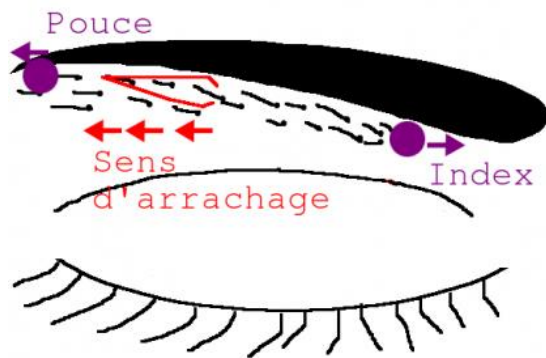


Figure 12 : épilation à la pince à épiler.

Quand la faire ?

- Au cours d'un soin du visage : après le démaquillage et avant le gommage.
- Au cours d'une épilation : une fois l'épilation à la cire terminée, afin de parfaire le travail et rendre la zone glabre



Une zone glabre est une zone dépourvue de poils.

3.b1 Épilation à la cire : La cire Jetable avec bandes

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Cotons en rond

Pince à épiler

Spatule en **inox**

Bandes non tissées

Porte couteau

Appareil à cire jetable avec bande, avec cire chaude

Coupelle

Huile post-épilatoire



Arracher les poils par paquets ? Ça va faire mal aussi !

But : Retrait des poils disgracieux sur de grandes zones



(dos, torse)

Attention ! Avec cette cire, on ne fait que les grandes zones : 1/2 Jambes, cuisses, bras.

Protocole :

- 1) Désinfecter avec de l'alcool le matériel nécessaire
- 2) Désinfecter la zone à épiler : coton+alcool, en mouvements ascendants
- 3) Prélever un peu de cire avec le bout de la spatule et l'appliquer sur l'intérieur de votre poignet en couche fine pour en tester la température
- 4) Si la température est bonne, procéder de même sur la cheville du client ou son poignet, sinon, attendre qu'elle refroidisse

- 5) Retirer les tests de chaleur avec une bande non tissée, et la laisser apparente sur le plan de travail
- 6) **Si les tests de température sont bons**, procéder au soin comme suit
- 7) Prélever de la cire, en ne trempant la spatule que jusqu'à la moitié
- 8) Racler un coté de la spatule sur le bord du pot
- 9) Tourner la spatule en permanence pour éviter que la cire ne coule
- 10) Déposer la cire de la spatule en haut de la zone à épiler
- 11) Incliner la spatule à 45 degrés, puis lisser en appuyant suffisamment jusqu'en bas de la zone à épiler, afin de l'appliquer en **couche fine, uniforme, et sans bourrelets** (cf fig 13)



Figure 13 : application de la cire

- 12) Reprendre de la cire autant de fois qu'il le faut pour couvrir toute la zone à épiler (cf fig 14)
- 13) Poser la spatule sur le porte couteau sur le plan de travail
- 14) Appliquer une bande de cire en bas de la zone à épiler, en conservant 2 cm de bande non posée sur la cire
- 15) Laisser la bande avec la paume en appuyant fermement, 1 fois
- 16) **Maintenir les tissus à la base de la bande** avec la main non directrice (cf fig 14)
- 17) Maintenir fermement la bande de cire avec la main directrice
- 18) D'un coup fluide et net, **arracher la bande dans le sens contraire de pousse des poils** (cf fig 14)

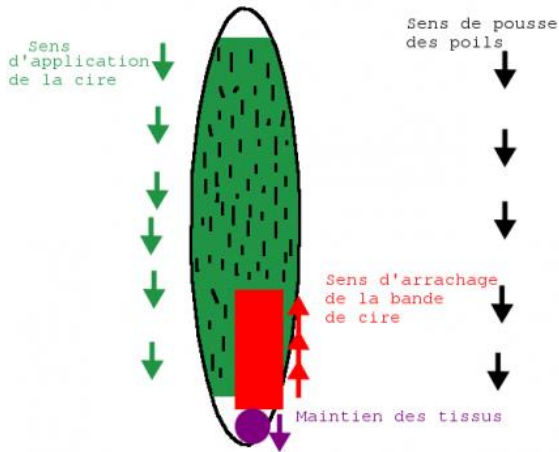


Figure 14 : application et arrachage de la bande

19) Relâcher les tissus, puis ré-appliquer la même bande en bas de la zone à épiler, où il reste de la cire



Quand la bande est trop pleine de cire, la jeter et prendre une neuve.

20) Répéter l'opération sur le bas de la zone à épiler, jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de cire à ce niveau

21) Puis appliquer la bande au dessus de la zone déjà épilée, et procéder de la même façon jusqu'à épilation complète de la zone actuelle

22) Procéder de façon identique sur les autres zones à épiler

23) Épiler à la pince afin de parfaire le retrait des poils récalcitrants

24) En fin d'épilation, appliquer de l'huile post-épilatoire en mouvements d'effleurages sur les zones épilées

25) Nettoyer la spatule, la pince et la coupelle, puis les désinfecter

- **Étapes en fonction des zones :**

Attention, quand on fait une épilation, on reste du même coté tout le temps, donc on applique du coté opposé, puis du coté proche de nous, et on retire d'abord du coté proche de nous, puis du coté opposé (pour ne pas risquer de salir sa blouse).

1/2 Jambes

Cuisses

Jambes complètes

Bras (= avant bras)

<ul style="list-style-type: none"> • Devants (cf fig 15) • Cotés droit (cf fig 16) • Cotés gauche (cf fig 16) • Genoux (plier les jambes) (cf fig 17) • Arrières (cf fig 18) 	<ul style="list-style-type: none"> • Devants (cf fig 15) • Cotés droit (cf fig 16) • Cotés gauche (cf fig 16) • Arrières (cf fig 18) 	<ul style="list-style-type: none"> • Devants 1/2 jambes et cuisses (cf fig 15) • Cotés droit 1/2 jambes et cuisses (cf fig 16) • Cotés gauche 1/2 jambes et cuisses (cf fig 16) • Genoux (plier les jambes) (cf fig 17) • Arrières 1/2 jambes et cuisses (cf fig 18) 	<ul style="list-style-type: none"> • Dessus • Cotés (si besoin est) • Dessous (si besoin est)
---	--	---	--

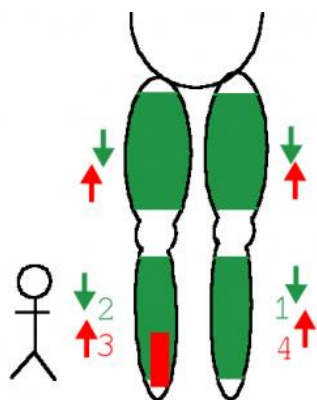


Figure 15 : position et retrait des bandes sur les jambes (devant)



Figure 16 : position et retrait des bandes sur les jambes (côté)

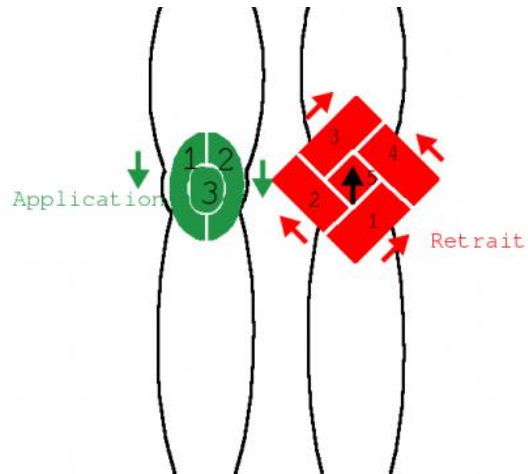


Figure 17 : position et retrait des bandes sur les genoux

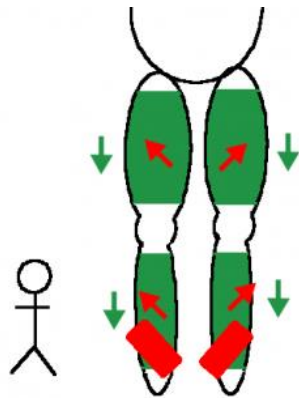


Figure 18 : position et retrait des bandes sur les jambes (arrière)

3.b2 Épilation à la cire : La cire Jetable sans bandes

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Cotons en rond

Pince à épiler

Spatule jetable en **bois**

Porte couteau

Appareil à cire jetable sans bandes, avec cire chaude

Coupelle

Talc

Gants en latex ou en vinyle



On peut l'utiliser partout celle là ! Mais elle est quand même mieux pour les aisselles et le maillot...

But : Retrait des poils disgracieux sur toutes les zones du corps.



On appelle aussi cette cire : « la cire Pelable ».

Protocole :

- 1) Désinfecter avec de l'alcool le matériel nécessaire
- 2) Mettre sur la main non directrice le gant en latex ou en vinyle, puis enrouler un mouchoir autour des doigts de la même main
- 3) Protéger les sous vêtements du modèle avec des mouchoirs
- 4) Désinfecter la zone à épiler : coton+alcool
- 5) Déposer du talc dans une coupelle, le prélever avec un coton, puis l'appliquer sur la zone à épiler (maillot, aisselles)
- 6) Prélever un peu de cire avec le bout de la spatule et l'appliquer sur l'intérieur de votre poignet en couche moyenne pour en tester la température
- 7) Si la température est bonne, procéder de même sur la cheville du client ou son poignet, sinon, attendre qu'elle refroidisse

- 8) Retirer les tests de chaleur une fois la cire solidifiée, et les laisser apparente sur le plan de travail
- 9) **Si les tests de température sont bons**, procéder au soin comme suit
- 10) Prélever de la cire sur la spatule, plus ou moins en fonction de la taille de la zone traitée
- 11) Racler un coté de la spatule sur le bord du pot
- 12) Tourner la spatule en permanence pour éviter que la cire ne coule
- 13) Déposer la cire de la spatule à la base de l'endroit où l'étirer
- 14) Lisser, en traçant un **ovale en couche moyenne, dans le sens de pousse des poils**, et arrondir afin de tracer un **bourrelet** au bout de la partie à épiler (cf fig 19)
- 15) Reprendre de la cire, et l'appliquer de la même façon sur une autre partie de la zone à épiler, jouxtant la première bande, mais **sans la toucher**
- 16) Poser la spatule sur le porte couteau sur le plan de travail
- 17) **Maintenir les tissus à la base de la bande** avec la main non directrice : celle qui possède le gant (cf fig 19)
- 18) Si la bande de cire est sèche, **soulever le bourrelet en une seule fois**, et maintenir fermement la bande de cire avec la main directrice
- 19) D'un coup fluide et net, **arracher la bande dans le sens contraire de pousse des poils** (cf fig 19)
- 20) Rapidement, poser la main qui maintenait les tissus sur la zone épilée, afin d'apaiser la sensation de douleur
- 21) Jeter la bande de cire arrachée
- 22) Répéter l'opération sur l'ensemble des bandes de cire appliquées
- 23) Procéder de façon identique sur les autres zones à épiler
- 24) Épiler à la pince afin de parfaire le retrait des poils récalcitrants, en conservant le gant et le mouchoir sur la main maintenant les tissus
- 25) En fin d'épilation, appliquer du talc avec un coton sur les zones épilées (maillot, aisselles)
- 26) Nettoyer la spatule, la pince et la coupelle, puis les désinfecter

- **Étapes en fonction des zones :**

Attention, quand on fait une épilation, on reste du même côté tout le temps, donc on applique du côté opposé, puis du côté proche de nous, et on retire d'abord du côté proche de nous, puis du côté opposé (pour ne pas risquer de salir sa blouse).



On met un gant et un mouchoir afin de se protéger des maladies transmissibles par le sang.

Aisselles	Maillot (Attention, un seul côté à la fois)	1/2 Jambes, cuisses, jambes complètes	Bras (= avant bras)
<ul style="list-style-type: none"> Partie haute (cf fig 20) Partie basse (cf fig 20) Grande bande globale 	<ul style="list-style-type: none"> Plier la jambe opposée (cf fig 21) Parties haute, basse et milieu (cf fig 21) Rallonger la jambe opposée Plier la jambe proche (cf fig 21) Parties haute, basse et milieu (cf fig 21) 	<ul style="list-style-type: none"> Devants (cf fig 19) Cotés droit (cf fig 19) Cotés gauche (cf fig 19) Genoux (plier les jambes) (cf fig 22) Arrières (cf fig 23) 	<ul style="list-style-type: none"> Dessus Cotés (si besoin est) Dessous (si besoin est)

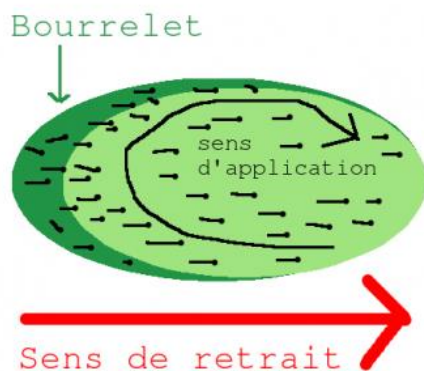


Figure 19 : pose et retrait de la cire sans bande

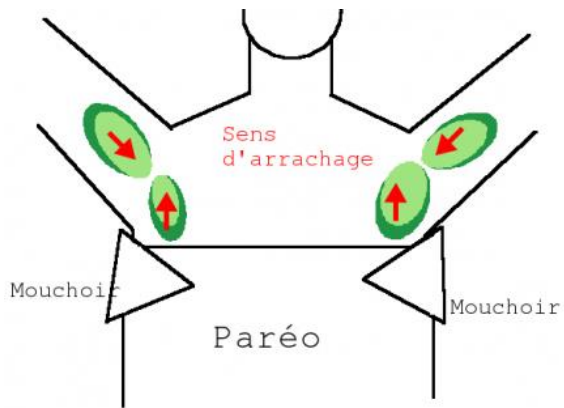


Figure 20 : pose et retrait au niveau des aisselles

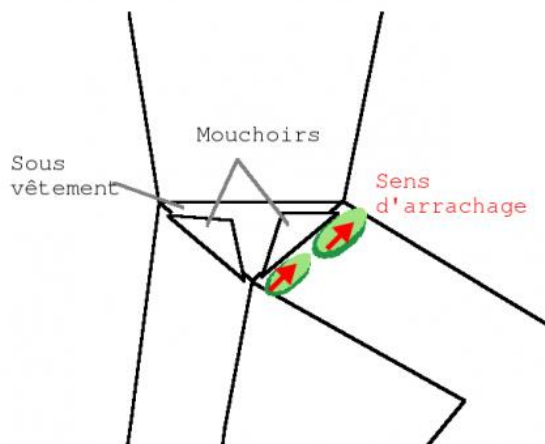


Figure 21 : pose et retrait au niveau du maillot

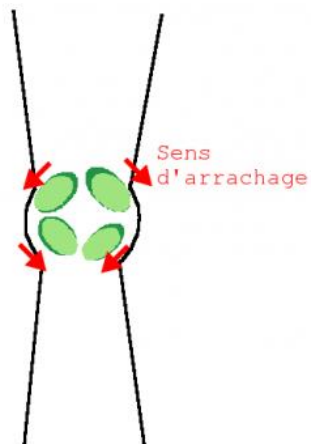


Figure 22 : pose et retrait au niveau du genou

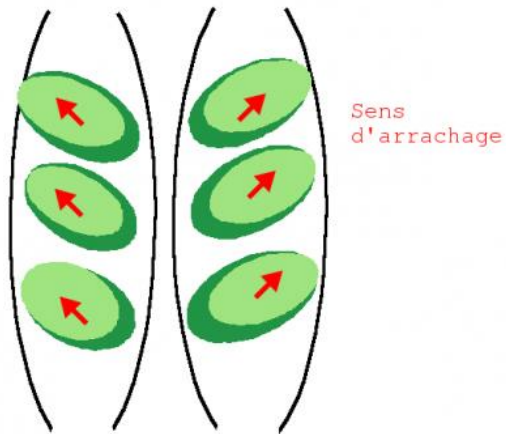


Figure 23 : pose et retrait au niveau des jambes

3.b3 Épilation à la cire : La cire recyclable

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Cotons en rond

Pince à épiler

Spatule cuillère en bois grande ou petite

Porte couteau

Appareil à cire recyclable avec cire chaude

Coupelle

Talc

Gants en latex ou en vinyle



Elle aussi on peut l'utiliser partout ! Mais elle est beaucoup mieux pour les aisselles et le maillot...

But : Retrait des poils disgracieux sur toutes les zones du corps



On choisit la taille de la cuillère selon la taille de la zone à épiler.

Protocole :

- 1) Désinfecter avec de l'alcool le matériel nécessaire
- 2) Mettre sur la main non directrice le gant en latex ou en vinyle, puis enrouler un mouchoir autour des doigts de la même main
- 3) Protéger les sous vêtements du modèle avec des mouchoirs
- 4) Désinfecter la zone à épiler : coton+alcool
- 5) Déposer du talc dans une coupelle, le prélever avec un coton, puis l'appliquer sur la zone à épiler (maillot, aisselles)
- 6) Prélever un peu de cire avec le bout de la spatule et l'appliquer sur l'intérieur de votre poignet en couche moyenne pour en tester la température
- 7) Si la température est bonne, procéder de même sur la cheville du client ou son poignet, sinon, attendre qu'elle refroidisse
- 8) Retirer les tests de chaleur une fois la cire solidifiée, et les laisser apparente sur le plan de travail
- 9) **Si les tests de température sont bons**, procéder au soin comme suit
- 10) Prélever de la cire sur la spatule, plus ou moins en fonction de la taille de la zone traitée
- 11) Racler un coté de la spatule sur le bord du pot
- 12) Tourner la spatule en permanence pour éviter que la cire ne coule
- 13) Déposer la cire de la spatule à la base de l'endroit où l'étirer

14) Lisser, en traçant un **ovale en couche moyenne, dans le sens de pousse des poils**, et arrondir afin de tracer un **bourrelet** au bout de la partie à épiler (cf fig 19)

15) Reprendre de la cire, et l'appliquer de la même façon sur une autre partie de la zone à épiler, jouxtant la première bande, mais **sans la toucher**

16) Poser la spatule sur le porte couteau sur le plan de travail

17) Maintenir les tissus à la base de la bande avec la main non directrice : celle qui possède le gant (cf fig 19)

18) Si la bande de cire est sèche, **soulever le bourrelet en une seule fois**, et maintenir fermement la bande de cire avec la main directrice

19) D'un coup fluide et net, **arracher la bande dans le sens contraire de pousse des poils** (cf fig 19)

20) Rapidement, poser la main qui maintenait les tissus sur la zone épilée, afin d'apaiser la sensation de douleur

21) Recycler la bande de cire arrachée

22) Répéter l'opération sur l'ensemble des bandes de cire appliquées

23) Procéder de façon identique sur les autres zones à épiler

24) Épiler à la pince afin de parfaire le retrait des poils récalcitrants, en conservant le gant et le mouchoir sur la main maintenant les tissus

25) En fin d'épilation, appliquer du talc avec un coton sur les zones épilées (maillot, aisselles)

26) Nettoyer la spatule, la pince et la coupelle, puis les désinfecter



On met un gant et un mouchoir afin de se protéger des maladies transmissibles par le sang.

- **Étapes en fonction des zones :**

Attention, quand on fait une épilation, on reste du même côté tout le temps, donc on applique du côté opposé, puis du côté proche de nous, et on retire d'abord du côté proche de nous, puis du côté opposé (pour ne pas risquer de salir sa blouse).

Aisselles	Maillot (Attention, un seul coté à la fois)	1/2 Jambes, cuisses, jambes complètes	Bras (= avant bras)
<ul style="list-style-type: none"> Partie haute (cf fig 20) Partie basse (cf fig 20) Grande bande globale 	<ul style="list-style-type: none"> Plier la jambe opposée (cf fig 21) Parties haute, basse et milieu (cf fig 21) Rallonger la jambe opposée Plier la jambe proche (cf fig 21) Parties haute, basse et milieu (cf fig 21) 	<ul style="list-style-type: none"> Devants (cf fig 24) Cotés droit (cf fig 24) Cotés gauche (cf fig 24) Genoux (plier les jambes) (cf fig 22) Arrières (cf fig 23) 	<ul style="list-style-type: none"> Dessus Cotés (si besoin est) Dessous (si besoin est)

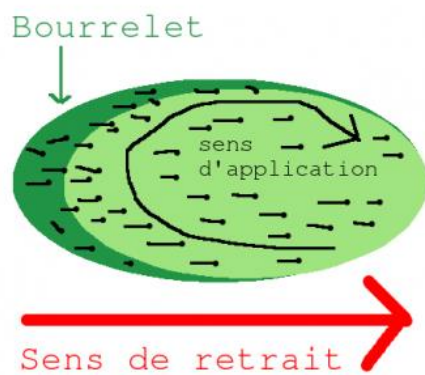


Figure 19 : pose et retrait de la cire sans bande

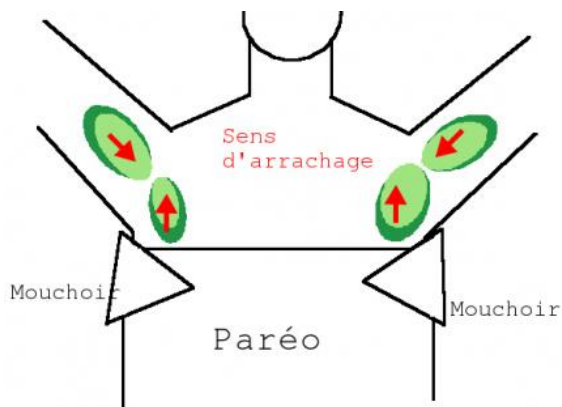


Figure 20 : pose et retrait au niveau des aisselles

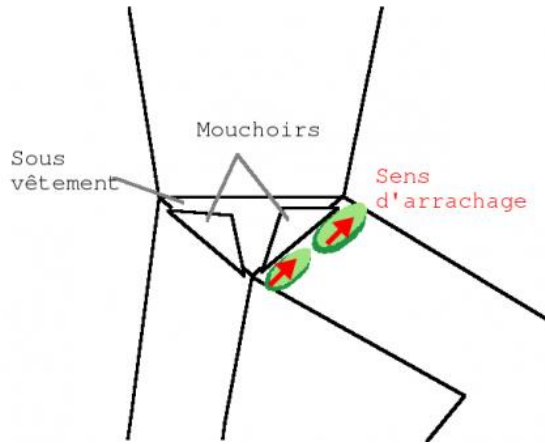


Figure 21 : pose et retrait au niveau du maillot

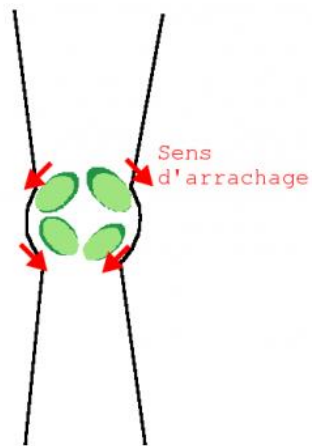


Figure 22 : pose et retrait au niveau du genou

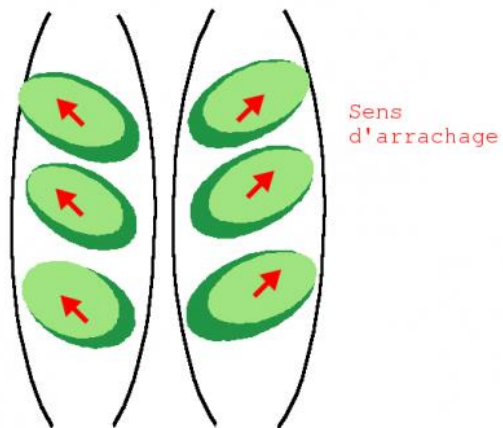


Figure 23 : pose et retrait au niveau des jambes

S4 - 4. Technique de teinture des cils et sourcils

Matériel nécessaire :

- Alcool désinfectant
- Cotons en rond
- Cotons en demi-lune
- Mouchoirs
- Spatule de prélèvement
- Pinceau masque
- Pinceau de teinture
- Couppelles
- Coupelle spéciale teinture
- Crème de modelage
- Teinture
- Eau oxygénée
- Eau démaquillage pour les yeux



H₂O₂

L'eau oxygénée s'appelle aussi « Peroxyde d'hydrogène », et sa formule chimique est :

But : Colorer de façon permanente les poils des cils ou des sourcils afin d'embellir et d'intensifier le regard

Protocole :

Teinture des cils	Teinture des sourcils
<p>1) Désinfecter avec de l'alcool le matériel nécessaire- Prélever une noisette de crème de modelage dans une coupelle- Avec le pinceau masque, déposer de la crème de modelage sous les yeux en couche moyenne, en s'approchant à 1 millimètre des cils inférieurs, sans les toucher (cf fig 25) bis) Déposer un coton en demi-lune sur la crème de modelage, puis faire fermer les yeux au modèle</p> <p>2) Dans la coupelle spéciale teinture, déposer une petite noisette de teinture des cils de la couleur choisie</p> <p>3) Verser quelques gouttes d'eau oxygénée sur la teinture, à doser selon les recommandations du fabricant</p> <p>4) Mélanger la teinture et l'eau oxygénée avec le pinceau teinture</p> <p>5) Appliquer le mélange sur tous les cils, en couche épaisse, en faisant attention à l'appliquer sur tous les cils, et sans toucher la peau de la paupière, ni la base des cils</p> <p>6) Laisser agir pendant 15 minutes, en vérifiant régulièrement que le mélange ne coule pas et n'entre pas en contact avec la peau</p> <p>7) Pour le retrait, poser un coton en demi-lune sur les cils, en prenant les cils en sandwich entre les cotons au-dessus et en dessous, puis les retirer ensemble en lissant sur l'extérieur</p> <p>8) Humidifier un coton avec de l'eau démaquillante pour les yeux, puis retirer les dernières traces de teinture avec en le passant dans les cils horizontalement</p> <p>9) Sécher avec un mouchoir</p> <p>10) Nettoyer et désinfecter le matériel utilisé</p>	<p>1) Désinfecter avec de l'alcool le matériel nécessaire- Prélever une noisette de crème de modelage dans une coupelle- Avec le pinceau masque, déposer de la crème de modelage autour des sourcils en couche moyenne, en s'approchant à 1 millimètre des poils, sans les toucher (cf fig 26)</p> <p>2) Dans la coupelle spéciale teinture, déposer une petite noisette de teinture des cils de la couleur choisie</p> <p>3) Verser quelques gouttes d'eau oxygénée sur la teinture, à doser selon les recommandations du fabricant</p> <p>4) Mélanger la teinture et l'eau oxygénée avec le pinceau teinture</p> <p>5) Appliquer le mélange sur les sourcils, en couche épaisse en allant à rebrousse-poil, en faisant attention à l'appliquer sur tous les poils, et sans toucher la peau autour des sourcils, ni à la base des poils</p> <p>6) Laisser agir pendant 15 minutes, en vérifiant régulièrement que le mélange ne coule pas et n'entre pas en contact avec la peau</p> <p>7) Pour le retrait, passer un coton sur les sourcils, à rebrousse-poil, puis un second en effectuant de petits ronds, toujours à rebrousse-poil</p> <p>8) Humidifier un coton avec de l'eau démaquillante pour les yeux, puis retirer les dernières traces de teinture avec en le passant dans les sourcils, comme lors du démaquillage</p> <p>9) Sécher avec un mouchoir</p> <p>10) Nettoyer et désinfecter le matériel utilisé</p>

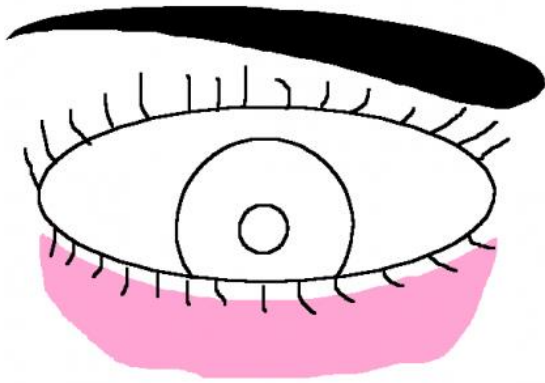


Figure 25 : teinture de cils

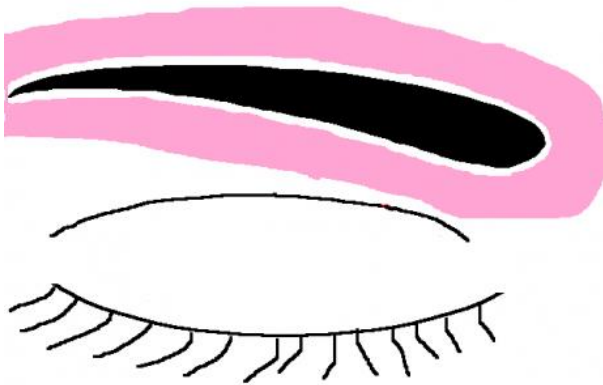


Figure 26 : teinture de sourcils



Si ça coule sur la peau, elle deviendra toute colorée aussi, ça fera plein de taches !

Précautions d'emploi :

- Ne pas mettre de teinture dans les yeux
- Effectuer un test derrière l'oreille ou sous le bras minimum 48 heures à l'avance afin de s'assurer que le modèle ne présente aucun terrain allergique au produit



Afin de gagner du temps, on l'applique avant le masque, et on la laisse poser pendant la pose du masque.

S4 - 5. Techniques de maquillage

Correction des imperfections



Le cercle chromatique

Très utile afin de déterminer quelles couleurs utiliser lors d'un maquillage, et savoir quels mélanges faire afin d'obtenir la couleur recherchée.

Au centre : Rouge, Jaune, Bleu : les trois couleurs primaires

Autour des trois couleurs primaires : les trois couleurs secondaires, qui sont le mélange des couleurs primaires :

- Bleu + Jaune = vert
- Jaune + Rouge = orange
- Rouge + Bleu = violet

Et encore autour, les mélanges des couleurs primaires et secondaires, pour donner d'infinies possibilités de couleurs.

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Pinceau maquillage fin ou éponge

Spatule de prélèvement

Mouchoirs

Correcteurs



Une « imperfection » en maquillage est un élément du visage qui, de par sa couleur, rend le teint non uniforme

But : Corriger une imperfection cutanée, type comédon, cerne, rougeur, ...

Choix des couleurs :

- Le but ici est de rendre l'imperfection aussi invisible que possible. Ainsi, on va chercher à utiliser la couleur dite « complémentaire » à celle de l'imperfection pour la camoufler.

=> Bouton ou rougeur : on applique un correcteur vert au dessus, en couche fine

=> Cernes : on applique un correcteur orange au dessus, en couche fine

=> Peau à tendance jaune : on applique un correcteur violet au dessus en couche fine



Sinon moi j'utilise du pâteux de la même couleur que la peau, je m'embête pas !

Choix des textures :

- Les correcteurs existent en « fluide » ou « pâteux »

On utilise souvent le fluide pour une imperfection légère et/ou pour un maquillage discret type maquillage jour.

On utilise souvent le pâteux pour une imperfection tenace, ou pour un maquillage plus sophistiqué type maquillage soir.

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire
- 2) Prélever à la spatule le correcteur, l'équivalent du quart d'une goutte d'eau
- 3) Prélever le correcteur sur la spatule avec le pinceau adapté ou avec une éponge
- 4) Appliquer le correcteur sur l'imperfection en tapotant
- 5) Si besoin, lisser le correcteur pour le faire fondre, en faisant attention à ne pas le rendre trop fin et donc inefficace
- 6) Nettoyer et désinfecter la spatule en fin d'application



Attention à ne poser le correcteur que sur la couleur de l'imperfection !



Et on utilise un grain de sable de correcteur ! Pas de gâchis de produit !!!

Mise en valeur et/ou correction de la carnation et de la morphologie

Une fois les correcteurs appliqués, il va être possible de travailler d'autres formes de correcteurs, permettant de **mettre le visage en valeur**.

Ceci consiste en l'application de « **points de lumière** » et/ou de « **points sombres** ».

- Les « **points de lumière** » vont illuminer les zones sur lesquelles ils sont posées, et ainsi, visuellement, vont légèrement *gonfler* la zone travaillée.
- Les « **points sombres** » vont légèrement assombrir les zones sur lesquelles ils sont posées, et ainsi, visuellement, légèrement *creuser* la zone travaillée.

Classiquement, on utilise 2 types de produits :

- Des correcteurs : fluide ou pâteux, de couleur plus ou moins claire et plus ou moins sombre en fonction de la carnation du modèle
- Des modeleurs : poudres compactes, une claire une sombre, appliquée sur des zones précises au gros pinceau.

Via l'utilisation de ces produits, il est possible de donner une forme plus précise au visage, le rendre plus vivant, moins terne.

On peut ainsi le « sculpter », le « modeler ».



On appelle ces techniques le « contouring ».

Par ces techniques, on va donc pouvoir affiner un visage trop rond, donner une forme élégante à des morphologies n'entrant pas en vigueur dans les critères de beauté actuels, et rendre encore plus radieux un visage l'étant déjà au naturel.

Parmi ces méthodes, qui dépassent le niveau du CAP, on peut en retenir une qui est d'illuminer le dessus de la pommette et l'arcade sourcilière (cf fig 27)



Oui oui, il faut y aller progressivement !



Figure 27 : illuminer le dessus de la pommette et l'arcade

Teint

Afin de mettre le visage en valeur, l'unifier, l'illuminer, on va utiliser un fond de teint.

Puis ensuite, on appliquera une poudre, qui permettra de **matifier** (=enlever les brillances), et de permettre la pose plus simple de fard à paupières.

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Pinceau fond de teint ou éponge

Mouchoirs

Fond de teint

Poudre libre

Pinceau poudre (gros) ou houpette

Coupelle



Au pinceau ou à l'éponge le fond de teint s'applique bien.

But : Unifier le teint, mettre le visage en valeur, l'illuminer, le matifier.

Choix des couleurs :

- Le but étant d'illuminer le teint, on va choisir un fond de teint s'approchant le plus possible de la couleur naturelle de la peau de notre modèle.

Pour déterminer la bonne couleur de fond de teint, on fait des petites touches au niveau de l'ovale du visage, sans lisser, ce qui permet de comparer la couleur naturelle de la peau au fond de teint choisi.

Cependant, grâce au fond de teint, on peut choisir de modifier la couleur naturelle du modèle, afin de donner un effet particulier : bonne mine, blanc cireux, très bronzé, effets spéciaux, ...

- De plus, il est possible d'appliquer certaines couleurs de fond de teint, ou de poudre, sur certains zones du visage afin de le sculpter et de le modeler selon l'effet que nous souhaitons obtenir : on appelle cette technique le « contouring ».

Choix des textures :

- Les fonds de teint existent en forme « fluide », « crème », ou « pâte ». Plus il est épais, plus le fond de teint va être couvrant.



Quand je me maquille, je veux un teint parfait et surtout invisible, donc j'utilise du fluide !

Ainsi, on les utilise comme suit :

- Fluide : pour un maquillage jour, léger, et invisible
- Crème : plus couvrant, pour un maquillage plus sophistiqué type cocktail ou soir
- Pâte : très couvrant, pour un maquillage nécessitant une grande couvrance, et donc pour un maquillage soir ou effets spéciaux

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire
- 2) Prélever à la spatule ou directement dans une coupelle une noisette de fond de teint
- 3) Prélever un peu de fond de teint avec le pinceau adapté ou avec une éponge
- 4) L'appliquer sur le visage, en partant du front, et en allant vers le cou, du milieu vers l'extérieur du visage (cf fig 28) :
 - Avec une éponge : en tapotant pour déposer la matière, puis en lissant pour l'étirer un peu
 - Avec un pinceau : en lissant vers l'extérieur
- 5) Nettoyer et désinfecter la spatule et/ou la coupelle en fin d'application
- 6) Prélever de la poudre libre dans le pot de poudre libre avec le pinceau poudre ou la houpette, le tapoter sur le bord du pot pour en faire tomber l'excédent

7) Appliquer en mouvements légers sur l'ensemble du visage, du front vers le cou, et de l'intérieur vers l'extérieur (cf fig 28) :

– Avec la houppette : tapoter sur l'ensemble du visage afin de déposer la poudre de façon uniforme et légère

– Avec un pinceau : lisser pour appliquer la matière en couche fine sur l'ensemble du visage

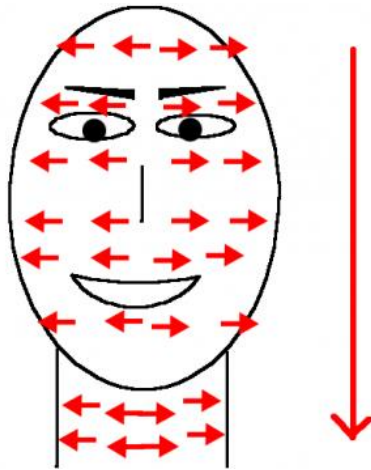


Figure 28 : pose du fond de teint et poudre libre.



N'oubliez pas de poudrer les paupières : plus elles seront poudrées, plus la pose de fard sera simplifiée.

Yeux

Une fois le teint terminé et poudré, nous allons pouvoir maquiller les yeux. Le maquillage des yeux permet d'agrandir le regard, de parfaire la structure d'un visage, et de rendre un maquillage élégant et vivant.

6.4.1 Crayon

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Crayon contour des yeux

Mouchoirs

Pinceau fard (plat plus ou moins large)



Pas besoin de grand chose !

But : Structurer le travail sur les paupières, colorer les paupières et sous les yeux, colorer la muqueuse sous l'oeil

Choix des couleurs :

- Foncées pour la plupart, elles peuvent également être plus claires ou de couleurs vives mais se travaillent différemment

Choix des textures :

- Comme en dessin, il existe des crayons « secs » et des crayons « gras ».

Le plus souvent, les crayons gras sont waterproof, et utilisés avec parcimonie pour des maquillages longue tenue.

Protocole : A effectuer au choix parmi les éléments ci dessous, ou une combinaison de plusieurs, selon le sujet et le thème.

Structurer la paupière (cf fig 29)	Colorer la paupière + sous l'oeil	Colorer la muqueuse sous l'oeil (cf fig 32)
<ul style="list-style-type: none">• Désinfecter ses mains et le matériel nécessaire• Choisir une couleur assez sombre, marron pour un maquillage jour, noir pour un cocktail ou un soir• Placer le crayon au niveau de l'aile du nez, et du coin de l'oeil, puis repérer la ligne formée par le crayon partant du coin de l'oeil• Tracer cette ligne avec le crayon, en partant du coin de l'oeil, et en s'arrêtant au pli palpébral• Tracer un trait dans le	<ul style="list-style-type: none">• Désinfecter ses mains et le matériel nécessaire• Choisir une couleur adapté au sujet et à votre idée• Suivant le trajet préalablement établi, appliquer la matière sur l'ensemble de la paupière mobile (sous le pli palpébral)• Dégrader au pinceau fard sur le dessus, légèrement, afin d'avoir un beau fondu et un résultat propre (cf fig 30)• Demander au modèle de regarder en l'air, et tracer un trait fin de l'extérieur vers l'intérieur, sous l'oeil,	<ul style="list-style-type: none">• Désinfecter ses mains et le matériel nécessaire• Choisir un crayon de la couleur adaptée au maquillage et à la morphologie des yeux du modèle, et de préférence gras ou waterproof• Demander au modèle de regarder en l'air• Tirer légèrement avec la main libre la peau en dessous de l'oeil du modèle afin de dégager la muqueuse• Appliquer la couleur sur la muqueuse en

<p>pli palpébral de la même longueur que le précédent</p> <ul style="list-style-type: none"> • Remplir le « triangle » ainsi créé • Avec un pinceau fard, dégrader le crayon vers l'intérieur, en suivant le mouvement de la paupière, jusqu'à obtenir un résultat « ombré », dégradé, propre et sans tâche • Désinfecter le crayon 	<p>au ras des cils inférieurs (cf fig 31)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Éventuellement, le dégrader très légèrement en dessous afin d'obtenir un effet fondu • Désinfecter le crayon 	<p>mouvements d'allers-retours</p> <ul style="list-style-type: none"> • Désinfecter le crayon
---	--	--



Le pli palpébral est le pli formé par la paupière lorsque l'œil est ouvert.

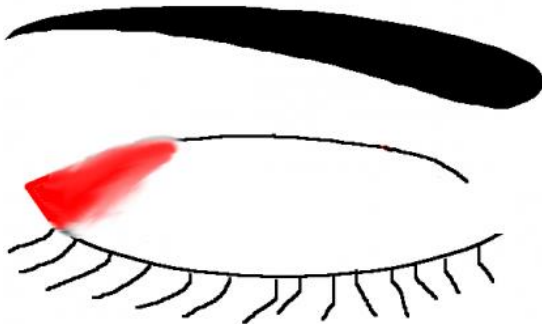


Figure 29 : structure la paupière

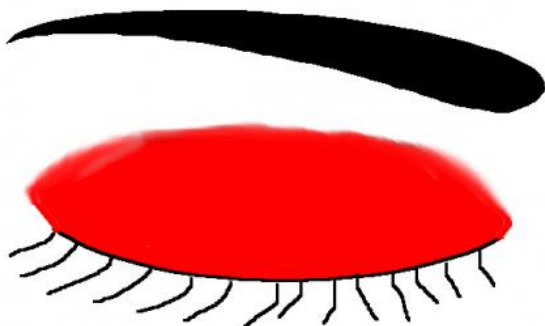


Figure 30 : dégrader le fard

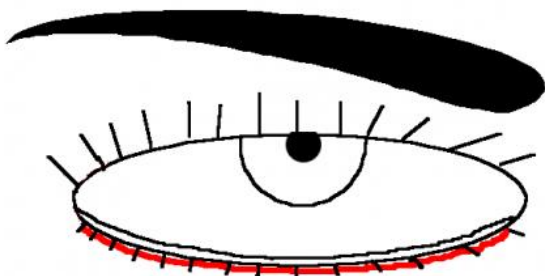


Figure 31 : trait au ras des cils

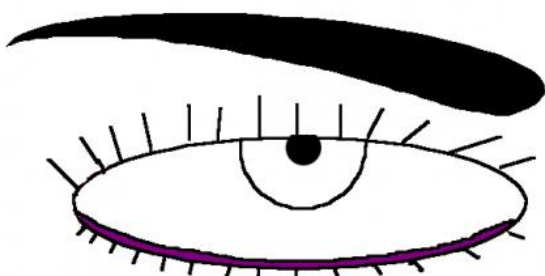


Figure 32 : colorer la muqueuse de l'œil

6.4.2 Fards

Maintenant que la structure de l'oeil est faite, on va pouvoir travailler la couleur de la paupière, avec des fards.

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Fards de différentes couleurs

Mouchoirs

Pinceaux fards (plat plus ou moins large)

Buts : Colorer les paupières et sous les yeux, illuminer le regard



Un « camaïeu » est un dégradé d'une même couleur.

Choix des couleurs :

- A adapter en fonction du sujet et du modèle. Il existe 2 façons de maquiller les yeux en fonction de la couleur des vêtements, des yeux, et des cheveux : travailler un camaïeu de couleurs identiques, ou travailler un camaïeu de couleurs complémentaires

Choix des textures :

- Il existe principalement 2 textures pour les fards : les fards compacts et les fards en poudre libre (souvent appelés « fards irisés »).

=> Fards compacts : pour colorer la paupière, structurer le regard.

=> Fards irisés : pour donner du brillant à la paupière (se travaillent souvent en plus des fards compacts).

Protocole :

Il est possible de travailler plusieurs techniques pour chaque type de maquillage (jour, cocktail, soir). Bien que certaines techniques se préfèrent pour certains types de maquillage, un maquillage bien fait avec des couleurs bien choisies peut-être adapté à toute autre situation.

Éventail (cf fig 33)	Banane (cf fig 34)	Halo (cf fig 35)
Plus pour jour et cocktail	Adapté pour jour, cocktail et soir	Plus pour soir

- Désinfecter ses mains et le matériel nécessaire-Choisir 2 ou 3 couleurs (1 sombre, 1 claire, et éventuellement 1 intermédiaire) adaptées au sujet et au modèleAppliquer la couleur la plus sombre à l'extérieur de la paupière selon la structure préalablement dessinée au crayon
- Si 3 couleurs, appliquer la couleur intermédiaire sur le milieu de la paupière
- Appliquer la couleur la plus claire à l'intérieur de la paupière.
- Avec un pinceau fards large et propre, dégrader les couleurs les unes dans les autres là où elles se rejoignent, puis légèrement sur l'arcade sourcilière afin d'obtenir un résultat fondu, propre, dégradé et élégant
- Si besoin, demander au modèle de regarder en l'air et appliquer la couleur foncée ou intermédiaire en trait fin sous les yeux, au ras des cils inférieurs, avec un pinceau biseauté

- Désinfecter ses mains et le matériel nécessaire-Choisir 2 ou 3 couleurs (1 sombre, 1 claire, et éventuellement 1 intermédiaire) adaptées au sujet et au modèleAppliquer la couleur la plus sombre à l'extérieur de la paupière selon la structure préalablement dessinée au crayon, puis l'étirer en pointe dans le pli palpébral
- Si 3 couleurs, appliquer la couleur intermédiaire sur le milieu de la paupière
- Appliquer la couleur la plus claire à l'intérieur de la paupière.
- Avec un pinceau fards large et propre, dégrader les couleurs les unes dans les autres là où elles se rejoignent, puis légèrement sur l'arcade sourcilière afin d'obtenir un résultat fondu, propre, dégradé et élégant
- Éventuellement, appliquer sur l'arcade sourcilière la couleur la plus claire, pour obtenir un effet original
- Si besoin, demander au modèle de regarder en l'air et appliquer la couleur foncée ou intermédiaire en trait fin sous les yeux, au ras des cils inférieurs, avec un pinceau biseauté.



La banane, c'est ça : dans le pli, c'est arrondi, c'est comme une banane.



Si je choisis du noir comme couleur foncée ça s'appelle un « smocky ».

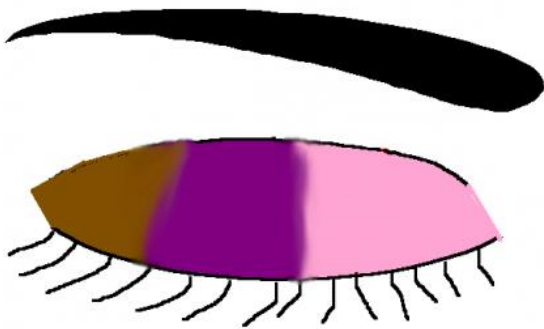


Figure 33 : éventail

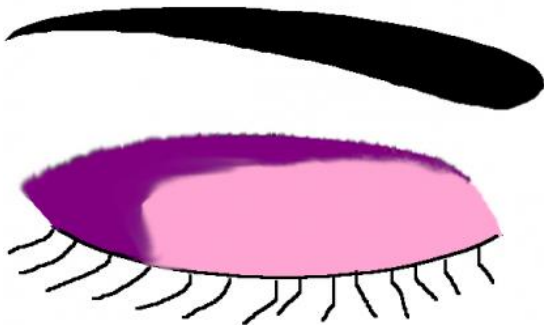


Figure 34 : banane

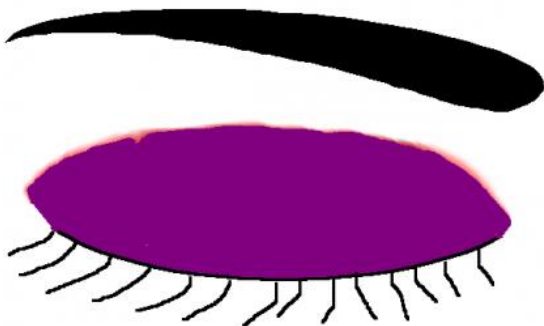


Figure 35 : halo

6.4.3 Eye-liner

Pour un maquillage cocktail ou un maquillage soir uniquement, on va pouvoir faire un fin trait d'eye-liner.

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Eye-liner

Pinceau liner s'il s'agit d'un eye-liner pâte



Beau lorsqu'il est bien posé Il peut rapidement devenir vulgaire. Attention.

Buts : Structurer un peu plus l'oeil, par dessus le maquillage, et intensifier le regard

Choix des couleurs :

- Généralement en noir à l'école. On trouve sinon de toutes les couleurs qui s'utilisent de diverses façons.

Choix des textures :

- Le plus souvent liquide, on le trouve également sous forme de pâte, à appliquer directement ou à humidifier.

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains et le matériel nécessaire
- 2) Prendre le pinceau eye-liner ou prélever l'eye-liner dans le pot s'il s'agit d'un eye-liner pâte
- 3) Tracer un trait **fin**, en une seule fois, de l'intérieur de la paupière jusqu'à l'extérieur, en tendant légèrement la peau du modèle s'il a une peau lâche au niveau des yeux. Bien respecter la forme de l'oeil, et la structure préalablement tracée au crayon ou au fard (cf fig 36)
- 4) Si besoin, prélever à nouveau un peu de matière, et repasser sur le premier trait
- 5) Nettoyer le pinceau liner si utilisé



On ne repasse pas 10 fois au même endroit !

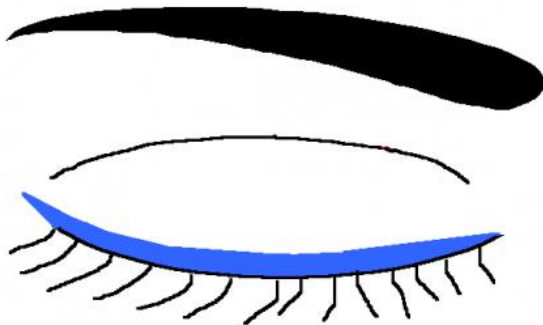


Figure 36 : pose de l'eyeliner

6.4.4 Mascara

Dernière étape du maquillage des yeux, les cils se maquillent avec du mascara, et permettent d'avoir un regard éclatant.

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Mascara



Tant qu'il n'est pas sec demander au modèle de garder les yeux fermés.

Buts : Finaliser le travail de l'oeil, ouvrir le regard

Choix des couleurs :

- En général noir, on peut retrouver du marron, bleu et vert, mais le noir est, pour l'école, le plus utilisé.

Choix des textures :

- Guère de choix possible ici, on peut en revanche trouver différentes brosses : en poils synthétiques ou naturel, silicone, larges, fines, en cônes, ...

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains et le matériel
- 2) Demander au modèle de regarder droit devant lui
- 3) Appliquer la brosse sous les cils supérieurs, au ras des cils, et faire un mouvement de dérouler vers l'extérieur (cf fig 37)
- 4) Recommencer plusieurs fois afin d'en disposer de façon uniforme sur tous les cils
- 5) Si besoin, placer la brosse sous les cils supérieurs, au ras des cils, et la tirer vers le bout des cils en faisant des mouvements horizontaux en zig-zag (cf fig 38)
- 6) Procéder de même sur les cils inférieurs, si souhaité



Attention aux paquets !

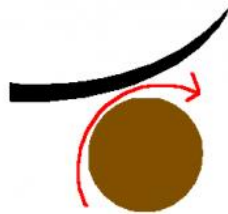


Figure 37 : application du mascara en déroulant

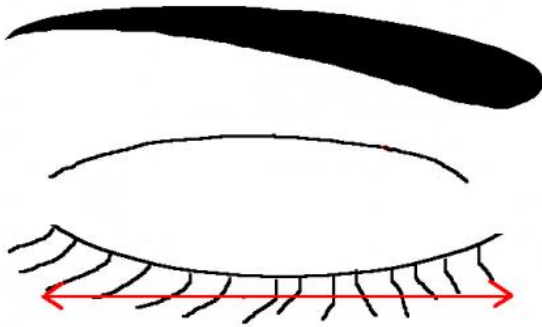


Figure 38 : application du mascara par mouvement de zig zag

Bouche

Dernière étape d'un maquillage du visage.



Bientôt fini !

On essaye généralement, à moins de souhaiter faire un maquillage de scène, de charger soit le regard, soit la bouche. Mais les yeux et la bouche tous deux très chargés (=très voyants), cela donne un maquillage un peu excessif.

6.5.1 Crayon à lèvres

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Mouchoirs

Crayon à lèvres

Taille crayon



Le taille crayon permet, en plus d'affiner la mine, de retirer les bactéries.

But : + Corriger les imperfections des lèvres, marquer le contour des lèvres

Choix des couleurs :

- En fonction du maquillage réalisé, on va choisir un crayon plus ou moins foncé. Dans le maquillage « mode », comme on l'exécute à l'école, on a le choix dans des gammes de crayons allant du rose pâle au rouge bordeaux.

Ainsi, on pourra choisir la couleur des crayons à lèvres comme suit

=> Maquillage jour : crayon proche de la couleur naturelle des lèvres

=> Maquillage cocktail : crayon plus coloré, tendant vers le rouge, un peu fantaisie

=> Maquillage soir : au choix selon le maquillage souhaité : du crayon de couleur très naturelle au crayon le plus foncé

Choix des textures :

- Les crayons à lèvres sont comme pour les yeux, secs ou plus gras. Mais il y a plus de crayons gras pour les lèvres, car plus résistants à l'eau, et donc de meilleure tenue.

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire
- 2) Choisir la couleur de crayon adapté au maquillage réalisé et à son modèle
- 3) Tailler le crayon afin d'en retirer toutes les bactéries
- 4) Appliquer sur la lèvre supérieure : d'abord le « cœur », puis les cotés, de l'intérieur vers l'extérieur (cf fig 39)
- 5) Appliquer sur la lèvre inférieure : d'abord le centre en vas et viens, puis les cotés, de l'intérieur vers l'extérieur (cf fig 39)

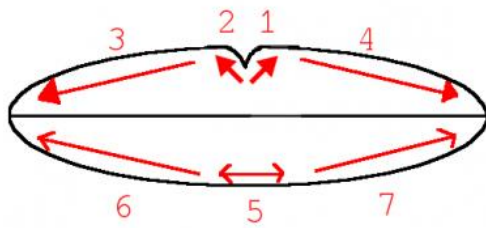


Figure 39 : pose du crayon

6) Dégrader légèrement vers le centre des lèvres avec le même crayon, afin d'éviter d'avoir un trait trop net, mais plutôt chercher un trait fondu, naturel

7) Désinfecter le crayon

Morphologie :

Lors de l'utilisation du crayon à lèvres, il va être possible de corriger des imperfections dans la forme des lèvres : asymétrie, finesse, grosseurs.

=> Asymétrie : rattraper la symétrie du côté où il « manque » de la lèvre (cf fig 40)

=> Finesse : des lèvres trop fines peuvent être repulpées en passant le crayon légèrement autour du bord naturel des lèvres (cf fig 41)

=> Grosseurs : des lèvres trop épaisses peuvent être affinées en passant le crayon légèrement à l'intérieur du bord naturel des lèvres (cf fig 42)



On peut aussi faire une bouche AFFREUSE !! mouahahaha !!

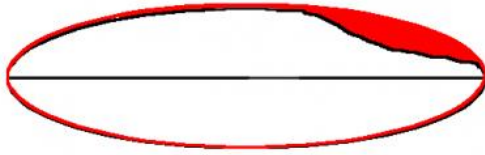


Figure 40 : rattraper l'asymétrie au crayon

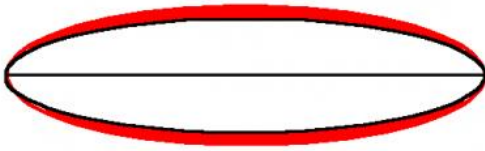


Figure 41 : repulper les lèvres

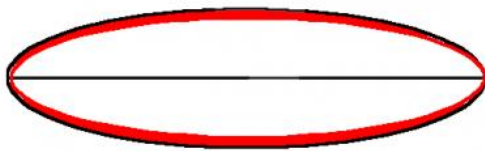


Figure 42 : affiner les lèvres

6.5.2 Rouge à lèvres

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Mouchoirs

Rouge à lèvres

Pinceau à lèvres

Spatule de prélèvement



Tout le monde connaît le rouge à lèvres, mais il faut l'appliquer proprement.

But : Colorer les lèvres, finir le maquillage

Choix des couleurs :

- En fonction du maquillage réalisé, on va choisir un rouge à lèvres plus ou moins foncé. Dans le maquillage « mode », comme on l'exécute à l'école, on a le choix dans des gammes de rouge à lèvres allant du rose pâle au rouge bordeaux.

Ainsi, on pourra choisir la couleur des rouges à lèvres comme suit

=> Maquillage jour : couleur proche de la couleur naturelle des lèvres

=> Maquillage cocktail : rouge à lèvres plus coloré, tendant vers le rouge, un peu fantaisie

=> Maquillage soir : au choix selon le maquillage souhaité : du rouge à lèvres de couleur très naturelle au rouge à lèvres plus foncé

Choix des textures :

- Les rouges à lèvres sont soit en pâte soit en stick. Il est à noter que la forme stick, bien que très utile, est à proscrire dans l'esthétique car peu hygiénique, à moins qu'il soit utilisée en prélevant avec la spatule

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire
- 2) Choisir la couleur de rouge à lèvres adapté au maquillage réalisé et à son modèle
- 3) Prélever un quart de goutte d'eau de rouge à lèvres avec la spatule de prélèvement
- 4) Appliquer sur la lèvre supérieure sur l'ensemble de la lèvre, en respectant la délimitation des contours faite par le crayon
- 5) Appliquer sur la lèvre inférieure sur l'ensemble de la lèvre, en respectant la délimitation des contours faite par le crayon
- 6) Nettoyer la spatule de prélèvement



On respecte l'hygiène ! On prend la spatule, et on prélève !

6.5.3 Gloss

Matériel nécessaire :

- Alcool désinfectant
- Mouchoirs
- Gloss
- Pinceau à lèvres
- Spatule de prélèvement



Un peu de gloss, afin de donner du brillant aux lèvres.

But : Repulper les lèvres

Choix des couleurs :

- Il existe des gloss colorés, de toutes les couleurs identiques aux rouges à lèvres, mais compte tenue de la meilleure tenue des rouges à lèvres, on applique d'abord le rouge à lèvres, puis le gloss. Ainsi, on peut appliquer du gloss transparent.

Choix des textures :

- Les gloss se présentent sous forme de gel épais et un peu poisseux.

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire
- 2) Choisir la couleur de gloss adapté au maquillage réalisé et à son modèle, ou simplement un gloss transparent
- 3) Prélever un quart de goutte d'eau de gloss avec la spatule de prélèvement
- 4) Appliquer sur la lèvre supérieure sur l'ensemble de la lèvre, en respectant la délimitation des contours faite par le crayon
- 5) Appliquer sur la lèvre inférieure sur l'ensemble de la lèvre, en respectant la délimitation des contours faite par le crayon
- 6) Nettoyer la spatule de prélèvement



Terminé !!! Félicitations

Ongles (mains, pieds)

Lorsqu'on applique du vernis sur les ongles, on parle bien de maquillage des ongles.

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Mouchoirs

Base transparente

Vernis

Top-coat

Bâtonnet cardé de coton

Dissolvant



Pour un vernis bien posé, il faut des cuticules bien repoussés.

But : Magnifier les mains

Choix des couleurs :

- A choisir en fonction du sujet, du maquillage et du style souhaité, et du modèle.

Choix des textures :

- Il n'y a guère de choix dans les textures de vernis. Néanmoins, il arrive qu'un vernis finisse par devenir un peu pâteux, auquel cas on peut mettre dedans quelques gouttes de diluant.



JAMAIS de dissolvant dans un vernis !!

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire
- 2) Choisir la couleur de vernis adapté

1 – Base

- Maintenir l'ongle du modèle entre le pouce et l'index, en serrant suffisamment afin de bien dégager les cotés.
- Dans la même main, tenir le flacon de vernis entre la paume et l'index et l'annulaire
- Appliquer une fine couche de base sur l'ensemble de l'ongle, sans toucher la cuticule, ni les peaux sur les cotés (cf fig 43)
- Appliquer sur tous les ongles des mains de façon identique

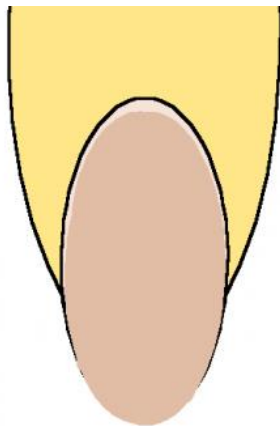


Figure 43 : pose de la base

2 – Vernis

- Procéder de façon identique à la pose de base
- Appliquer sur tous les ongles des mains de façon identique
- Passer une seconde couche de vernis sur tous les ongles des mains, en commençant par le premier doigt maquillé

3 – Top-coat

- Procéder de façon identique à la pose de base

- Appliquer sur tous les ongles des mains de façon identique
- Laisser sécher
- Si il y a eu des débordements, à l'aide d'un stick cardé de coton et de dissolvant, nettoyer le pourtour des ongles sur lesquels il y a eu ces débordements

Les poses de vernis spéciales :

French manucure : (cf fig 44)

Une french manucure consiste en :

- Appliquer la base
- Appliquer du vernis blanc sur le bord libre de l'ongle
- Appliquer du vernis rose pâle sur l'ensemble de l'ongle
- Appliquer un top coat



La french manucure est aussi élégante que difficile à réaliser.

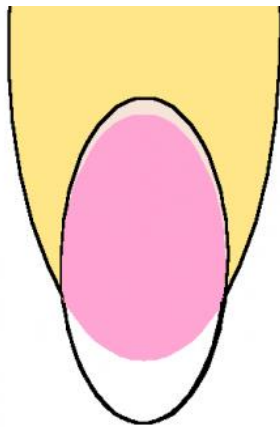


Figure 44 : la french

Bicolores : (cf fig 45,46,47)

Il est possible d'effectuer une pose de vernis dit « bicolore » sur les ongles. On applique alors 2 vernis sur le même ongle, en appliquant la seconde couche sur la moitié de l'ongle, en suivant un trajet particulier comme indiqué sur les schémas.

Après avoir appliqué la base, on applique d'abord la couleur la plus claire sur l'ensemble de l'ongle, puis la couleur la plus foncée sur la moitié. On termine par un top-coat

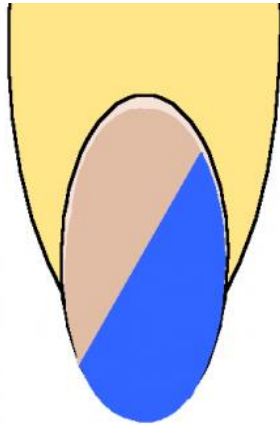


Figure 45 : pose de deux vernis

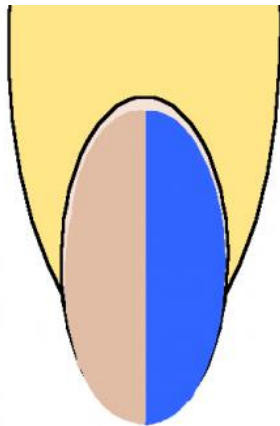


Figure 46 : pose de deux vernis

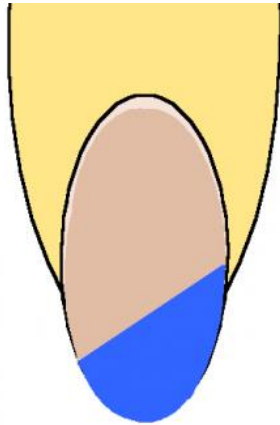


Figure 47 : pose de deux vernis

Motifs : (cf fig 48)

Pour finir, il est possible de dessiner un motif sur l'ongle. On utilise un vernis de couleur très différente du vernis appliqué en dessous, et on réalise un petit dessin sur une partie de l'ongle, abstrait ou concret. La méthode la plus simple consistant à effectuer de très petites touches de vernis, en pointe, sur l'ongle, et de les disposer de façon à faire un motif.

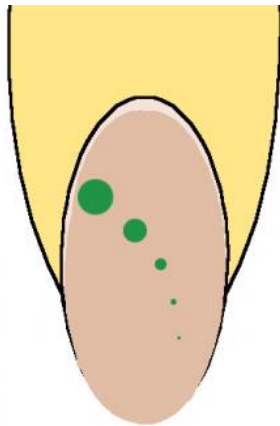


Figure 48 : pose de points

S4 - 6. Techniques de soins esthétiques des mains et des pieds

Déroulement d'un soin : Beauté des mains et des pieds



Souvenons-nous qu'une manucure et une beauté des mains sont des termes esthétiques, mais qu'une pédicure est réservée aux médecins. Pour nous, c'est beauté des pieds.

Beauté des mains	Beauté des pieds
<ul style="list-style-type: none">• Démaquillage des ongles• Coupage des ongles de la main gauche• Limage des ongles de la main gauche• Huile cuticule sur les ongles de la main gauche• Trempage de la main gauche• Coupage des ongles de la main droite• Limage des ongles de la main droite• Huile cuticule sur les ongles de la main droite• Sortir et sécher la main gauche, puis trempage de la main droite• Eau émolliente puis repoussage des cuticules de la main gauche• Coupage des envies de la main gauche• Sortir et sécher la main droite• Eau émolliente puis repoussage des cuticules de la main droite• Coupage des envies de la main droite• Si besoin, gommage des mains• Si besoin, modelage des mains• Si besoin, masque des mains• Dégraissage des ongles• Si besoin, maquillage des ongles (= vernis)	<ul style="list-style-type: none">• Démaquillage des ongles• Coupage des ongles du pied gauche• Limage des ongles du pied gauche• Huile cuticule sur les ongles du pied gauche• Trempage du pied gauche• Coupage des ongles du pied droit• Limage des ongles du pied droit• Huile cuticule sur les ongles du pied droit• Passage de la râpe sur la voûte plantaire du pied gauche• Sortir et sécher le pied gauche, puis trempage du pied droit• Eau émolliente puis repoussage des cuticules du pied gauche• Passage de la râpe sur la voûte plantaire du pied droit• Sortir et sécher le pied droit• Eau émolliente puis repoussage des cuticules du pied droit• Si besoin, gommage des pieds• Si besoin, modelage des pieds• Si besoin, masque des pieds• Dégraissage des ongles• Si besoin, maquillage des ongles (= vernis)



sur les pieds !

On ne coupe pas les envies



Un déroulement presque comme un soin du visage. Et entre les mains et les pieds, pas beaucoup de différence...

7.1 Soin des ongles

7.1.1 Démaquillage des ongles

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Coussin à manucure

Cotons en triangle (rond coupé en 4)

Cotons en rond

Mouchoirs

Cupelles en verre

Dissolvant

Bâtonnets de buis cardés de coton



Comme pour le visage, il faut commencer par démaquiller les ongles.

But : Retirer toutes traces de vernis sur les ongles des mains ou des pieds afin d'avoir une base saine pour la manucure

Protocole :

- 1) Désinfecter le matériel à utiliser avec de l'alcool
- 2) Protéger le coussin à manucure avec un mouchoir
- 3) Aseptiser les mains du modèle avec de l'alcool
- 4) Verser un peu de dissolvant dans une coupelle en verre
- 5) Humidifier un coton en triangle avec du dissolvant, et le poser sur le premier ongle à démaquiller (cf fig 49)
- 6) Procéder de même sur chaque ongle de la première main (cf fig 49)

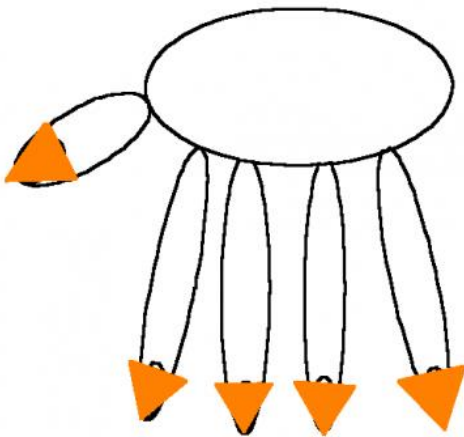


Figure 49 : un coton par doigt

- 7) Prendre un coton rond, et le poser sur le premier ongle
- 8) Effectuer des mouvements latéraux puis lisser vers l'extrémité de l'ongle pour retirer les cotons (cf fig 50)

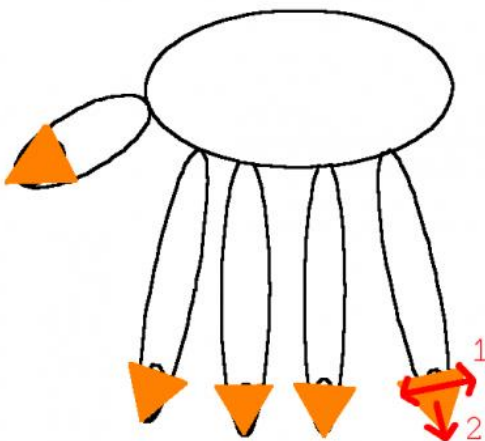


Figure 50 : retrait du coton

- 9) Procéder de même sur les 5 ongles de la première main
- 10) Prendre un bâtonnet de buis cardé et l'humidifier avec du dissolvant
- 11) Passer le bâtonnet sur chaque ongle, dans les coins, afin de retirer les dernières traces de vernis
- 12) Procéder de même pour chaque ongle avec un bâtonnet de buis propre pour chacun
- 13) Jeter au fur et à mesure les cotons à la poubelle, et les cotons des bâtonnets de buis
- 14) Changer le mouchoir du coussin à manucure
- 15) Désinfecter le matériel utilisé



Le dissolvant contient souvent de l'acétone, qui dissout aussi le plastique !

Précautions d'emploi :

- Ne pas respirer le dissolvant
- Ne pas en mettre proche des muqueuses ni dans les yeux
- Tenir le produit à l'écart des flammes
- Reboucher le flacon de dissolvant une fois utilisé

7.1.2 Mise en forme des ongles (couper, limer)

Couper

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Coussin à manucure

Cotons en rond

Mouchoirs

Pince à ongles

Même s'il n'y a pas grand chose à couper, on essaye de couper un peu



But :

Mettre en forme les ongles

Raccourcir les ongles

Unifier la longueur des ongles

Protocole :

- 1) Désinfecter le matériel nécessaire
- 2) Déterminer la longueur et la forme souhaitée selon le thème et avec le modèle
- 3) Maintenir fermement un doigt ou un orteil dans la main non directrice
- 4) Maintenir fermement la pince à ongles dans la main directrice, avec le pouce posé sur le mors
- 5) Couper à la longueur souhaitée l'ongle : coté 1, coté 2, milieu (cf fig 51)

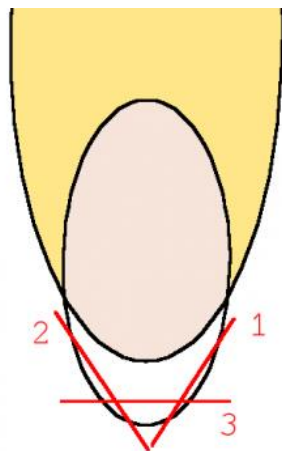


Figure 51 : coupe de l'ongle

- 6) Déposer les ongles coupés sur un mouchoir sur le plan de travail
- 7) Procéder de même sur les ongles suivants

8) Désinfecter la pince à ongles et la reposer proprement sur le plan de travail

9) Jeter le mouchoir ayant servi à recueillir les ongles

Précautions d'emploi :



Pas facile de garder le doigt sur mords ! Mais il faut, un peu de nerfs !

- Ne pas laisser la pince ouverte et partie tranchante vers le haut sur le plan de travail
- Toujours travailler perpendiculairement sur la zone souhaitée

Limer

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Coussin à manucure

Cotons en rond

Mouchoirs

Lime à ongles



Très utile pour avoir une belle forme d'ongle, bien finie, et bien nette.

But :

Mettre en forme les ongles

Unifier la longueur des ongles

Unifier la forme des ongles

Protocole :

- 1) Désinfecter le matériel nécessaire
- 2) Déterminer la forme souhaitée selon le thème et avec le modèle
- 3) Maintenir fermement un doigt ou un orteil dans la main non directrice
- 4) Maintenir à une extrémité et de façon souple la lime entre le pouce et l'index de la main directrice
- 5) Limer **sans aucun aller-retour** l'ongle : coté 1 vers le milieu de l'ongle, coté 2 vers le milieu de l'ongle, milieu (cf fig 52)

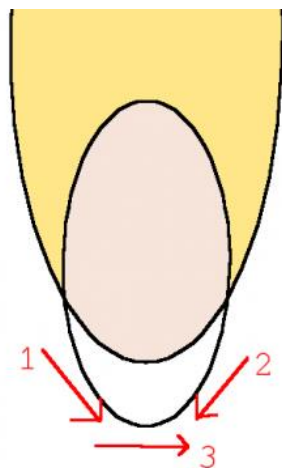


Figure 52 : limage de l'ongle

- 6) Passer la lime sous l'ongle afin d'enlever toutes les petites poussières s'y étant déposées
- 7) Procéder de même sur les ongles suivants
- 8) Désinfecter la lime et la reposer proprement sur le plan de travail
- 9) Changer le mouchoir du coussin à manucure

Précautions d'emploi :

- Ne pas limer sur la peau



Pas d'allers-retours ! Ça fait des stries !

7.1.3 Traitement des cuticules

Matériel nécessaire :

- Alcool désinfectant
- Coussin à manucure
- Cotons en rond
- Mouchoirs
- Petite serviette
- Bol à manucure/bassine
- Huile fortifiante cuticules
- Gel émollient
- Bâtonnets cardés de coton
- (Pied de biche)
- Pince à envies
- Râpe pour les pieds



Les cuticules sont les petites peaux qui s'étendent sur l'ongle à partir de la base de l'ongle

I – Trempage

But : Ramollir les cuticules pour permettre un meilleur repoussage

Protocole :

- 1) Désinfecter le matériel nécessaire
- 2) Tremper un bâtonnet cardé dans l'huile cuticules, et en déposer sur les cuticules de chaque doigt, **sans re-tremper le bâtonnet dans l'huile** (Mesure d'hygiène)

3) Avec les pouces, effectuer des manœuvres de rotations au niveau des cuticules (cf fig 53)

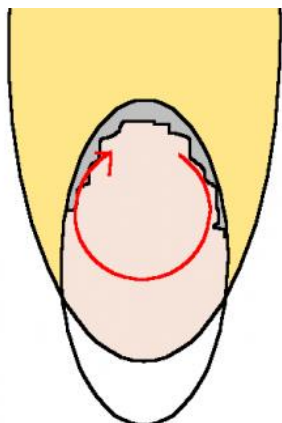


Figure 53 : pousser les cuticules

4) Mettre la main ou le pied à tremper durant 5 minutes dans le bol à manucure ou la bassine avec de l'eau tiède

5) Avant de sortir le pied, passer la râpe de façon énergétique sur les parties épaisses de la voûte plantaire (talon et base des orteils), afin d'affiner la peau, de corriger les imperfections, d'éviter les cors. Penser à réhumidifier la râpe régulièrement afin d'avoir une meilleure action.
Note : passer la râpe sur des pieds humides permet d'éviter aux poussières de voler, et ainsi permet une meilleure hygiène

6) Sortir la main, l'essuyer avec la serviette et la poser sur le coussin à manucure

2 – Repoussage des cuticules

But : Étendre la surface unguéale (= de l'ongle), faciliter la pose de vernis, et rendre l'ongle plus propre

Protocole :

1) Désinfecter le matériel nécessaire

2) Tremper un bâtonnet cardé dans eau émolliente, et en déposer sur les cuticules de chaque doigt, **sans re-tremper le bâtonnet dans l'huile** (Mesure d'hygiène)

3) Maintenir fermement entre l'index et le pouce le premier doigt, puis avec la partie biseautée du bâtonnet cardé, ou avec un « pied de biche », effectuer de petites rotations à la base de l'ongle, ascendante, pour repousser la cuticule vers la peau (cf fig 54)

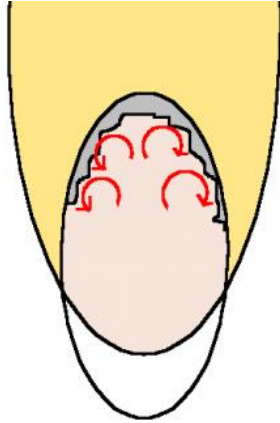


Figure 54 : pousser les cuticules

- 4) Essuyer le doigt avec un mouchoir
- 5) Procéder de même avec chaque doigt
- 6) Désinfecter le matériel utilisé

3 – Coupage des envies (**ATTENTION : PAS SUR LES PIEDS !**)

But : Éliminer les envies, embellir les doigts



Une envie est une petite peau « sortant » du doigt qu'on a envie d'arracher, d'où son nom

Protocole :

- 1) Désinfecter le matériel nécessaire
- 2) Maintenir fermement la pince à envies, avec le pouce posé sur **l'entablure**
- 3) Maintenir le doigt sur lequel se trouvent des envies à couper
- 4) En douceur, couper les envies à la base de la peau
- 5) Procéder de même sur chaque doigt
- 6) Changer le mouchoir du coussin à manucure

7) Désinfecter le matériel



La pince à envie sert à couper, pas à arracher ! Donc on ne tire pas sur la peau !

7.2 Soins des mains et des pieds

7.2.1 Gommage

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Cotons en rond

Gommage mécanique

Couppelles

Pinceau

Spatule de prélèvement

Mouchoirs

Eponges végétales

Bol d'eau

Petite serviette

Coussin à manucure



En manucure ou en beauté des pieds, on utilise que le gommage mécanique, pas le chimique.

But :

Éliminer les cellules mortes de la surface de la couche cornée

Affiner le grain de peau

Illuminer la peau

Faciliter la pénétration des principes actifs des produits du soin

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire
- 2) Prélever l'équivalent d'une petite noix de gommage mécanique et le déposer dans une coupelle
- 3) Remplir le bol d'eau avec de l'eau chaude
- 4) Appliquer le gommage en **couche fine et uniforme** sur la face palmaire de la main ou la face plantaire du pied à l'aide du pinceau, de la première articulation au bout des doigts ou des orteils, jusqu'aux éminences Thénar et Hypothénar, ou jusqu'au talon
- 5) Procéder de même sur la face dorsale, de la matrice des ongles (sans en mettre sur les ongles), jusqu'à l'articulation du poignet ou du pied (cf Fig 55 et 56)

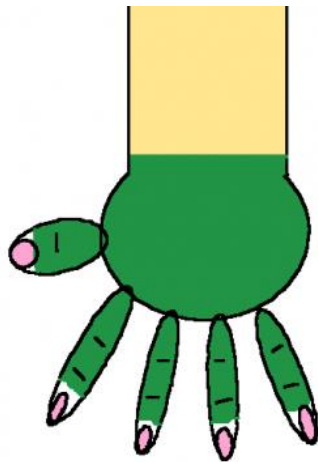


Figure 55 : pose du gommage sur la main

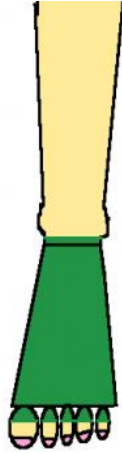


Figure 56 : pose du gommage sur le pied

- 6) Laisser sécher. Pendant ce temps, s'occuper de l'autre main ou de l'autre pied
- 7) Une fois sec, effectuer des mouvements vifs de va et viens jusqu'à ce que le gommage se transforme en pellicules, sur la face palmaire ou plantaire, puis sur la face dorsale des mains ou des pieds
- 8) Changer le mouchoir du coussin à manucure en faisant attention de ne pas faire tomber les particules
- 9) Nettoyer la main ou le pied avec les éponges humides
- 10) Essuyer avec une serviette
- 11) Changer le mouchoir du coussin à manucure
- 12) Nettoyer le plan de travail et le matériel, désinfecter le matériel



Moui... bon... c'est comme pour le visage quoi...

7.2.2 Techniques de modelage

a) Déroulement

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant
Cotons en rond
Crème de modelage
patule de prélèvement
Coupelles
Mouchoirs
Coussin à manucure



Comme pour « modelage » et « massage », la manucure désigne la beauté des mains...
... Mais « pédicure » ne veut pas dire « beauté des pieds » ! « Pédicure » est médical, pas pour nous !!!

Buts :

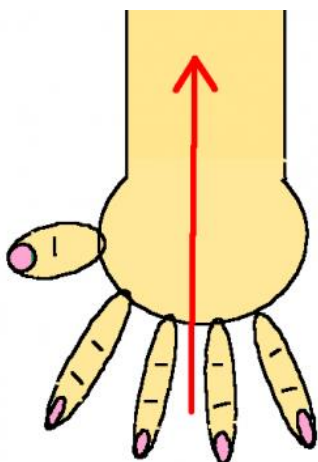
Détendre le modèle
Nourrir les mains ou les pieds

Protocole :

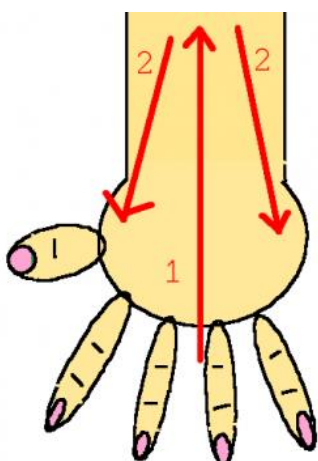
- 1) Désinfecter ses mains
- 2) Prélever à l'aide de la spatule une noix de crème de modelage et la déposer dans une coupelle
- 3) Prélever avec vos doigts la crème dans la coupelle, et la chauffer **uniquement sur la face palmaire**
- 4) Procéder au modelage **relaxant durant 5 minutes sur chaque main ou chaque pied**
- 5) Changer le mouchoir du coussin à manucure
- 6) Nettoyer le plan de travail et le matériel

b) Protocole de modelage relaxant pour les mains

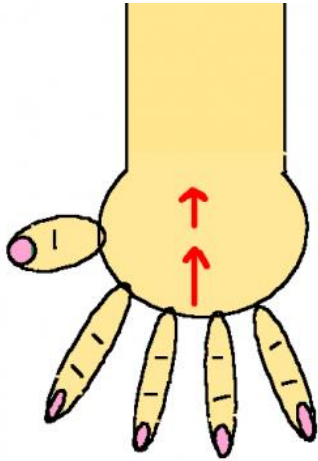
1 – Application de la crème



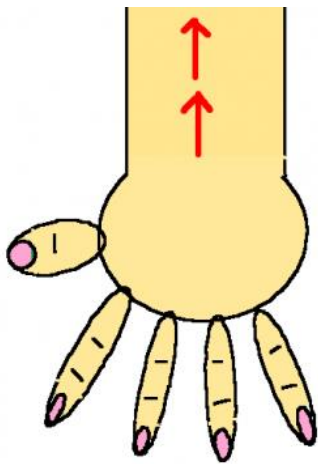
2 – Enveloppement global, répéter 3 fois



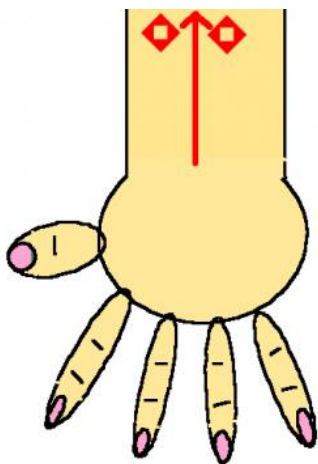
3 – Lissage alternatif du dessus de la main : chaque main à son tour va lisser la face dorsale de la main, répéter 3 fois



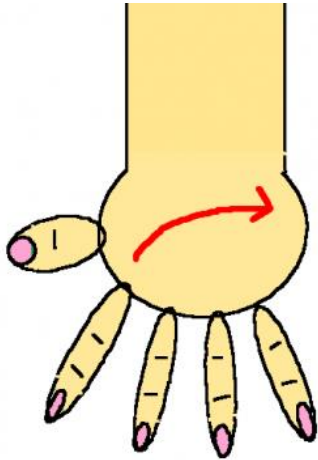
4 – Lissage alternatif du dessus du bras : chaque main à son tour va lisser la face dorsale de l'avant-bras, répéter 3 fois



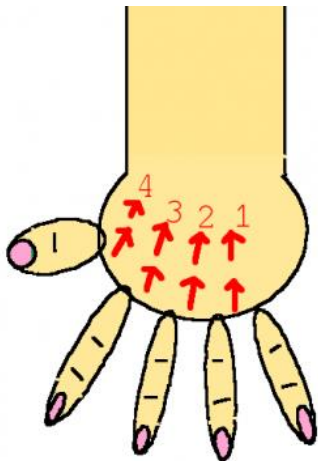
5 – Pétrissage de l'avant-bras : chaque main va à son tour lisser l'avant-bras et le « pincer » une fois en haut, répéter 3 fois



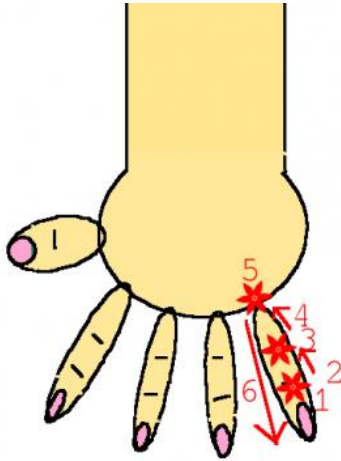
6 – Lissage de la face dorsale de la main avec l'éminence Thénar : la main directrice va lisser le dessus de la main avec la partie à la base du pouce (= éminence Thénar)



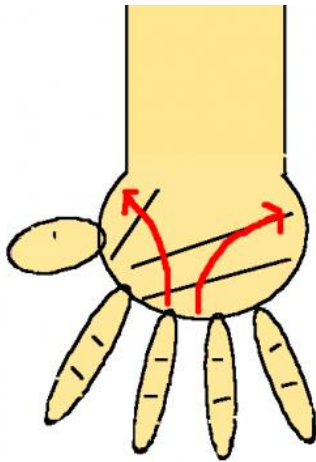
7 – Lissage des espaces inter métacarpiens : les pouces en alterné vont lisser entre chaque espace inter métacarpien



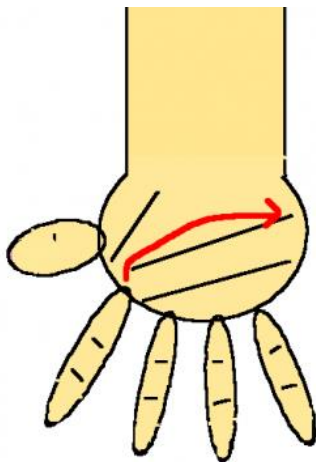
8 – Rotation des articulations des doigts et tire-bouchon : rotation avec le pouce sur la première articulation du doigt, lissage jusqu'à la suivante, rotation, lissage, rotation, puis léger étirement du doigt en le maintenant entre le pouce et l'index, répéter 3 fois sur chaque doigt



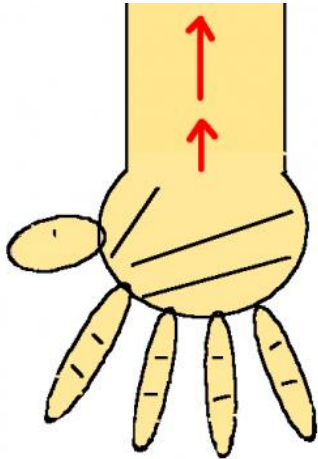
9 – Retourner la main du modèle, et pétrissage de la voûte palmaire : les pouces vont chacun leur tour venir lisser la voûte palmaire en appuyant suffisamment



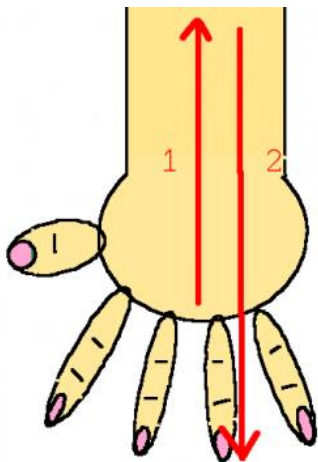
10 – Lissage de la voûte palmaire avec l'éminence Thénar : la paume de la main directrice lisse la voûte palmaire du modèle en appuyant suffisamment, répéter 3 fois



11 – Lissages sur le dessous du bras : les mains en alterné vont lisser le dessous du bras, Répéter 3 fois



12 – Retourner la main du modèle, puis lissage global avec les deux mains. Quitter le contact au niveau du bout des doigts

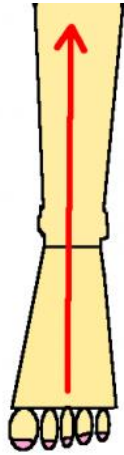


c) Protocole de modelage relaxant pour les pieds

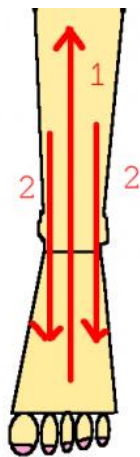


C'est le même que pour les mains, avec une manœuvre en plus. Fastoche!

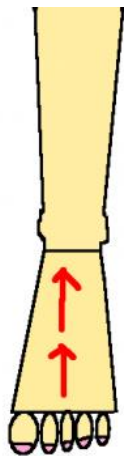
1 – Application de la crème



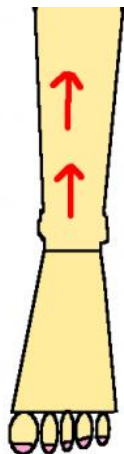
2 – Enveloppement global, répéter 3 fois



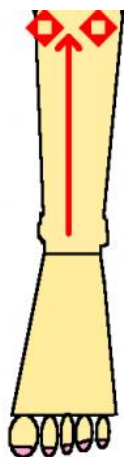
3 – Lissage alternatif du dessus du pied : chaque main à son tour va lisser la face dorsale du pied, répéter 3 fois



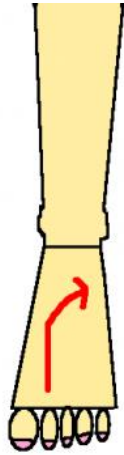
4 – Lissage alternatif du dessus de la jambe : chaque main à son tour va lisser le dessus de la jambe, répéter 3 fois



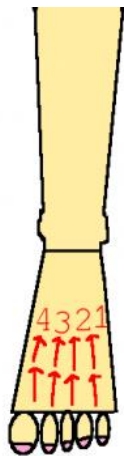
5 – Pétrissage de la jambe : chaque main va à son tour lisser la jambe jusqu'à la base du genou et la « pincer » une fois en haut, répéter 3 fois



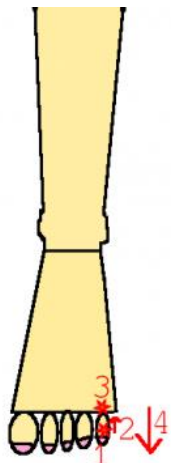
6 – Lissage de la face dorsale du pied avec l'éminence Thénar : la main directrice va lisser le dessus du pied avec la partie à la base du pouce (= éminence Thénar)



7 – Lissage des espaces inter métatarsiens: les pouces en alterné vont lisser entre chaque espace inter métatarsien



8 – Rotation des articulations des orteils et tire-bouchon : rotation avec le pouce sur la première articulation du doigt, lissage jusqu'à la suivante, rotation, puis léger étirement de l'orteil en le maintenant entre le pouce et l'index, répéter 3 fois sur chaque doigt



9 – Pétrissage de la voûte plantaire : les pouces vont chacun leur tour venir lisser la voûte plantaire en appuyant suffisamment



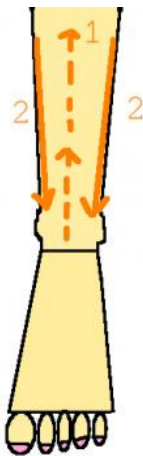
10 – Lissage de la voûte plantaire avec l'éminence Thénar : la paume de la main directrice lisse la voûte plantaire du modèle en appuyant suffisamment, répéter 3 fois



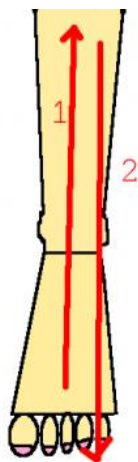
11 – Écrasement de la voûte plantaire : avec le poing de la main directrice, effectuer une pression forte sur la voûte plantaire en faisant pivoter la main, répéter 3 fois



12 – Plier la jambe du modèle, lissages sur le dessous de la jambe : les mains en alterné vont lisser le dessous de la jambe, Répéter 3 fois



13 – Rallonger la jambe du modèle, puis lissage global avec les deux mains. Quitter le contact au niveau du bout des orteils



7.2.3 Application et retrait d'un masque

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant
Cotons en rond
Masque crème
Coupelles
Spatule de prélèvement
Pinceau pour application du masque
Mouchoirs
Bol d'eau
Éponges
Petite serviette
Coussin à manucure



Attention, sur la main et le pied, on ne l'applique **que sur la face dorsale de la main ou du pied**

But : Apporter des Principes Actifs nourrissants en leur laissant le temps de pénétrer dans la peau.

Protocole :

- 1) Désinfecter le matériel nécessaire
- 2) Prélever une grosse noix de masque crème à l'aide de la spatule de prélèvement, et le déposer dans une coupelle

- 3) Prendre la coupelle dans une main, et avec le pinceau, en prélever un peu
- 4) L'appliquer en couche épaisse sur l'ensemble de la face dorsale, depuis la matrice de l'ongle (sans toucher l'ongle), jusqu'à l'articulation du poignet ou de la cheville, en mouvements ascendants (cf fig 57 et 58)

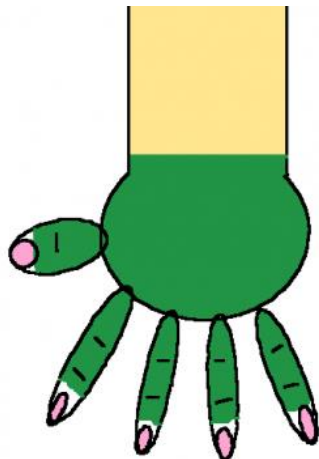


Figure 57 : application du masque sur le dos de la main

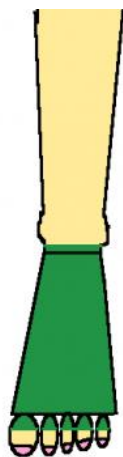


Figure 58 : application du masque sur le dos du pied

- 5) Re-prélever régulièrement du masque afin de pouvoir l'appliquer sur l'ensemble de la main ou du pied
- 6) Bien délimiter les contours : à l'articulation du poignet ou de la cheville, sur les côtés de la main ou du pied, entre les doigts ou les orteils
- 7) Laisser poser 10 minutes. Pendant ce temps, nettoyer son plan de travail, coupelles, spatule et pinceau
- 8) Procéder au retrait du masque avec les éponges humides, en commençant par le bout des doigts ou des orteils, et en mouvements ascendants

9) Éponger avec une serviette

10) Changer les mouchoirs du coussin à manucure

11) Nettoyer les coupelles, le bol d'eau, les éponges, la spatule au lavabo avec de l'eau savonneuse

12) Sécher le matériel et le disposer sur le plan de travail



En mouvements ascendants : Ça veut dire vers le haut !!

7.2.4 Application de produits cosmétiques

Matériel nécessaire :

Alcool désinfectant

Cotons en rond

Crème pour les mains ou les pieds

Cupelle

Spatule de prélèvement

Coussin à manucure



pieds.

L'application de la crème est la dernière étape d'une manucure ou d'une beauté des

But :

Apporter des Principes Actifs nourrissants

Protéger la peau des agressions extérieures et du froid

Protocole :

- 1) Désinfecter ses mains, et le matériel nécessaire
- 2) Prélever une noisette de crème à l'aide de la spatule de prélèvement et la déposer dans une coupelle
- 3) Prendre la crème du bout des doigts dans la coupelle
- 4) Chauffer un peu la crème sur les doigts et la paume de ses mains



On n'en met pas beaucoup à l'école... on dégraisse et on vernit, direct !

- 5) L'appliquer en mouvements d'effleurage ascendants sur les mains ou les pieds
- 6) Retirer le mouchoir du coussin à manucure
- 7) Nettoyer son plan de travail, coupelles et spatule



Si une pose de vernis est prévue ensuite, dégraisser les ongles du modèle avec de l'alcool et un coton, et si besoin, passer un peu d'eau oxygénée sous le bord libre des ongles à l'aide d'un bâtonnet cardé de coton.

S4 - Peau déshydratée




Voilà, c'est celle là qui manque d'eau !

Déroulement	Principes actifs/effets	Astuces
Démaquillage	Bleuet, démaquille en douceur	Démaquillage classique : yeux, lèvres, teint, et lotion tonique pour finir. Rangement du poste de travail
Épilation sourcils	/	Ne pas oublier le coton imbibé d'alcool pour y déposer les poils retirés
Gommage Mécanique	Gomme arabique, permet de préparer la peau au soin	On peut aussi choisir le chimique, mais le mécanique est plus adapté. Rangement du poste de travail
Lucas Championnière 20-30cm	Parfait le retrait des produits de nettoyage	Ne pas toucher la chaudière chaude. Rangement du poste de travail et désinfection de l'appareil
Appareil à électrodes de Mac Intyre	Électrode saturatrice, stimule la synthèse d'acide hyaluronique et de collagène	Bien que tous valables, préférer l'appareil à électrodes de Mac Intyre (=haute fréquence), ou la ionophorèse : plus simple et tout aussi efficace. Rangement du poste de travail et désinfection de l'appareil
Ionophorèse	Acide hyaluronique, hydrate	
ou Appareil à ultrasons	Rétinol, hydrate	
Modelage	Collagène, hydrate	10 minutes de relaxant, 5 minutes de manœuvres spécifiques. Rangement du poste de travail
Masque crème	Aloe vera, hydrate	Avec de beaux contours, et 15 minutes de pose. Rangement du poste de travail
Ampoule	Rose, hydrate	Penser à se protéger les mains avec un mouchoir pour ne pas se couper
Crème de jour	Concombre, hydrate	Pour finir le soin en douceur, avec des manœuvres englobantes. Rangement du poste du travail



Une fois le soin terminé, la peau est hydratée, repulpée, lumineuse.

S4 - Peau grasse

Déroulement	Principes actifs/effets	Astuces
Démaquillage	Bleuet, démaquille en douceur	Démaquillage classique : yeux, lèvres, teint, et lotion tonique pour finir. Rangement du poste de travail
Épilation sourcils	/	Ne pas oublier le coton imbibé d'alcool pour y déposer les poils retirés
Gommage Mécanique	Gomme arabique, permet de préparer la peau au soin	On peut aussi choisir le chimique, mais le mécanique est plus adapté. Rangement du poste de travail
Vapozone	Dilate les pores, avec ozone : aseptise	5 minutes avec que la vapeur et les manœuvres peau grasse, puis 5 minutes avec ozone
ou Lucas Championnière 10-15cm		En pulvérisation chaude, dilate les pores. Rangement du poste de travail et désinfection de l'appareil  Assez simple non ?
Extraction des comédons	/	Penser à prévoir un mouchoir imbibé d'alcool sur le plan de travail. Rangement du poste de travail
Appareil à électrodes de Mac Intyre	Électrodes champignon à air raréfié : aseptise, électrode punctiforme : cicatrise	Bien que tous valables, préférer l'appareil à électrodes de Mac Intyre (=haute fréquence), ou la ionophorèse : plus simple et tout aussi efficace. Rangement du poste de travail et désinfection de l'appareil
ou Appareil à aspiration	Extrait les comédons	
ou Ionophorèse	Kaolin, matifiant	
ou Appareil à ultrasons	Kaolin, matifiant	
Modelage	Argile rose, matifiant	10 minutes de relaxant, 5 minutes de manœuvres spécifiques. Rangement du poste de travail
Masque terreux	Talc, matifiant	Avec de beaux contours, et 15 minutes de pose. Rangement du poste de travail
Ampoule	Kaolin, matifiant	Penser à se protéger les mains avec un mouchoir pour ne pas se couper
Crème de jour	Kaolin, matifiant	Pour finir le soin en douceur, avec des manœuvres englobantes. Rangement du poste du travail



Une fois le soin terminé, la peau est matifiée, les luisances sont atténuées.

S4 - Peau mature



Peau mature = rides ! Une personne âgée quoi...

Déroulement	Principes actifs/effets	Astuces
Démaquillage	Bleuet, démaquille en douceur	Démaquillage classique : yeux, lèvres, teint, et lotion tonique pour finir. Rangement du poste de travail
Épilation sourcils	/	Ne pas oublier le coton imbibé d'alcool pour y déposer les poils retirés
Gommage Mécanique	Gomme arabique, permet de préparer la peau au soin	On peut aussi choisir le chimique, au choix. Rangement du poste de travail
Lucas Championnière 20-30cm	Parfait le retrait des produits de nettoyage	Ne pas toucher la chaudière chaude. Rangement du poste de travail et désinfection de l'appareil.
Appareil à électrodes de Mac Intyre	Électrode saturatrice, stimule la synthèse d'élastine et de collagène	Bien que tous valables, préférer l'appareil à électrodes de Mac Intyre (=haute fréquence), ou la ionophorèse : plus simple et tout aussi efficace. Rangement du poste de travail et désinfection de l'appareil.
ou Ionophorèse	Acide hyaluronique, repulpe	
ou Appareil à ultrasons	Elastine, redonne de l'élasticité	
Modelage	Rétinol, repulpe	10 minutes de relaxant, 5 minutes de manœuvres spécifiques. Rangement du poste de travail.
Appareil à aspiration	Embout antirides, repulpe les rides	Si un appareil spécifique a déjà été utilisé avant, ne pas l'utiliser. Dans ce soin on peut utiliser l'aspiration après le modelage pour avoir un aspect glissant : plus simple pour l'utilisation.
Masque crème	Collagène, redensifie	Avec de beaux contours, et 15 minutes de pose. Rangement du poste de travail.
Ampoule	Acide hyaluronique, repulpe	Penser à se protéger les mains avec un mouchoir pour ne pas se couper
Crème de jour	Rétinol, repulpe	Pour finir le soin en douceur, avec des manœuvres englobantes. Rangement du poste du travail.



Une fois le soin terminé, la peau est repulpée, lumineuse.

S4 - Peau mixte

Il s'agit d'une combinaison entre la peau grasse (sur la « zone T » : Front, nez, menton), qui sera traitée comme une peau grasse à ces endroits, et une peau sèche (sur les joues et le cou), qui sera traité comme une peau sèche à ces endroits.

Déroulement	Principes actifs/effets	Astuces
-Démaquillage	-Bleuet, démaquille en douceur	-Démaquillage classique : yeux, lèvres, teint, et lotion tonique pour finir.Rangement du poste de travail.
Épilation sourcils	/	Ne pas oublier le coton imbibé d'alcool pour y déposer les poils retirés
Gommage Mécanique	Gomme arabique, permet de préparer la peau au soin	On peut aussi choisir le chimique, mais le mécanique est plus adaptéRangement du poste de travail
Lucas Championnière20-30	Dilate les pores	Parfait le retrait des produits de nettoyageRangement du poste de travail et désinfection de l'appareil
Extraction des comédons	Sur la zone T	Penser à prévoir un mouchoir imbibé d'alcool sur le plan de travailRangement du poste de travail
Appareil à électrodes de -> Mac Intyre	Électrodes champignon à air raréfié sur la zone T : aseptise, électrode punctiforme : cicatrise, électrode saturatrice sur les joues et le cou : favorise la synthèse de sébum	Bien que tous valables, préférer l'appareil à électrodes de Mac Intyre (=haute fréquence), ou la ionophorèse : plus simple et tout aussi efficaceEn revanche, si on utilise la haute fréquence, il faudra bien utiliser les 3 électrodes citées Rangement du poste de travail et désinfection de l'appareil  Ça se corse un peu...
ouAppareil à aspiration	Extrait les comédons	
ouIonophorèse	Kaolin sur la zone T, matifiant, huile de Jojoba sur les joues et le cou, nourrit	
ouAppareil à ultrasons	Kaolin sur la zone T, matifiant, huile d'amande douce sur les joues et le cou, nourrit	
Modelage	Rétinol, hydrate	10 minutes de relaxant, 5 minutes de manœuvres spécifiquesRangement du poste de travail
Masque mixte :Terreux sur la zone T,crème sur les joues et le cou	Talc, matifiant (zone T)Beurre de karité, nourrit (joues et cou)	Avec de beaux contours, et 15 minutes de pose. Les deux masques séparés par un très fin espaceRangement du poste de travail
Ampoule	Aloe vere, hydratant	Penser à se protéger les mains avec un mouchoir pour ne pas se couper

Crème de jour

Rose, hydratant

Pour finir le soin en douceur, avec des
manœuvres englobantes
Rangement du poste du
travail



Une fois le soin terminé, la peau est uniformisée, nettoyée.

S4 - Peau sèche



Non, une peau sèche n'est pas une peau déshydratée ! Elle manque juste de gras.

Déroulement	Principes actifs/effets	Astuces
Démaquillage	Bleuet, démaquille en douceur	Démaquillage classique : yeux, lèvres, teint, et lotion tonique pour finir. Rangement du poste de travail
Épilation sourcils	/	Ne pas oublier le coton imbibé d'alcool pour y déposer les poils retirés
Gommage Mécanique	Gomme arabique, permet de préparer la peau au soin	On peut aussi choisir le chimique, mais le mécanique est plus adapté. Rangement du poste de travail
Lucas Championnière 20-30cm	Parfait le retrait des produits de nettoyage	Ne pas toucher la chaudière chaude. Rangement du poste de travail et désinfection de l'appareil
Appareil à électrodes de Mac Intyre	Électrode saturatrice, stimule la sécrétion sébacée	Bien que tous valables, préférer l'appareil à électrodes de Mac Intyre (=haute fréquence), ou la ionophorèse : plus simple et tout aussi efficace. Rangement du poste de travail et désinfection de l'appareil
Ionophorèse	Huile de Jojoba, nourrit	
ou Appareil à ultrasons	Huile d'amande douce, nourrit	
Modelage	Beurre de karité, nourrit	10 minutes de relaxant, 5 minutes de manœuvres spécifiques. Rangement du poste de travail
Masque crème	Cire d'abeille, nourrit	Avec de beaux contours, et 15 minutes de pose. Rangement du poste de travail
Ampoule	Huile d'argan, nourrit	Penser à se protéger les mains avec un mouchoir pour ne pas se couper
Crème de jour	Huile de noix, nourrit	Pour finir le soin en douceur, avec des manœuvres englobantes. Rangement du poste de travail



Une fois le soin terminé, la peau est nourrie, lumineuse.

S4 - Peau sensible



Si c'est rouge comme moi, c'est sensible !

Déroulement	Principes actifs/effets	Astuces
Démaquillage	Bleuet, démaquille en douceur	Démaquillage classique : yeux, lèvres, teint, et lotion tonique pour finir. Rangement du poste de travail
Épilation sourcils	/	Ne pas oublier le coton imbibé d'alcool pour y déposer les poils retirés
Gommage chimique	Pepsine, permet de préparer la peau au soin	Surtout pas le mécanique Rangement du poste de travail
Lucas Championnière 30-40cm	Parfait le retrait des produits de nettoyage	Ne pas toucher la chaudière chaude Rangement du poste de travail et désinfection de l'appareil
Appareil à électrodes de Mac Intyre	Électrode champignon au néon, décongestionne	Au choix
oulonophorèse	Bleuet, décongestionne	
Modelage	Marron d'inde, décongestionne	10 minutes de relaxant, 5 minutes de manœuvres spécifiques Rangement du poste de travail
Masque crème	Camomille, décongestionne	Avec de beaux contours, et 15 minutes de pose Rangement du poste de travail
Ampoule	Azulène, décongestionne	Penser à se protéger les mains avec un mouchoir pour ne pas se couper
Crème de jour	Calendula, décongestionne	Pour finir le soin en douceur, avec des manœuvres englobantes Rangement du poste du travail



Une fois le soin terminé, la peau est décongestionnée, rafraîchie.

[Signaler un problème avec le cours](#) (Merci de préciser le titre du cours dans votre message)