

Contexte

Nous proposons la mise en place d'ateliers de socio-esthétique, conçus comme **un espace d'écoute**, de partage et d'apprentissage. Ces ateliers visent à accompagner les adolescents dans un processus de **réappropriation de leur corps**, de développement de **l'estime de soi** et d'acquisition de compétences en matière de **soins esthétiques**.

Durée

6 interventions de 2 heures, (plus 15 minutes d'installation et 15 minutes de rangements). Soit une présence de 2h30. Réparties sur une période à définir. Conçue pour offrir un accompagnement, adapté aux besoins spécifiques des adolescents.

Public

Adolescents âgés de 11 à 18 ans, confrontés à des problèmes de poids (obésité, anorexie).

Objectifs

Développer une meilleure **connaissance de soi** et de leur corps.
Apprendre à faire des choix éclairés en matière de **cosmétiques** et de produits d'hygiène.
Acquérir des **techniques de maquillage** simples et adaptées à leurs besoins et à leurs envies.
Découvrir les bienfaits des **soins du visage, des massages et de l'hydratation corporelle**.
Apprendre à prendre soin de leurs ongles et à réaliser des **manucures/pédicures** simples.
S'initier aux techniques **d'épilation** adaptées à leur âge et à leurs besoins.
Favoriser l'acceptation de **l'image de soi** et le développement de la confiance en soi.
Créer un espace de **dialogue et de partage** autour des questions liées à l'adolescence et au corps.

Programme de formation

L'adolescence en beauté : Ateliers pour apprendre à s'aimer

Méthodes pédagogiques

Ateliers pratiques
Conseils personnalisés
Échanges et partages d'expériences
Supports visuels et écrits
Techniques esthétiques

Equipe pédagogique

Formation animée par Manon Sendrous, Esthéticienne depuis 14 ans vivant en Cerdagne. Spécialisée dans tous types de prestations esthétiques, socio-esthétique et formatrice expérimentée.

Matériels

Le centre de formation s'engage à fournir, le matériel de relaxation, supports visuels, musique douce.

Tout le matériel nécessaire à la pratique :

Matériel d'hygiène (gants, masques, etc.)

Accessoires divers (bols, spatules, etc.)

Les participants travailleront exclusivement avec des produits professionnels, reconnus pour leur qualité et leur adaptabilité aux peaux jeunes. L'ensemble des produits sont fournis par l'organisme de formation.

Pour des raisons d'hygiène, il sera demandé **d'apporter une boîte de mouchoirs, une petite serviette, un gel désinfectant.**

Programme de formation

L'adolescence en beauté : Ateliers pour apprendre à s'aimer

Programme détaillé

Séance 1 : Rencontre et découverte des cosmétiques

Présentation de la socio-esthétique et de ses bienfaits. Les différents produits cosmétiques

Échanges sur les attentes et les besoins des adolescents.

Création d'un espace de confiance et de bienveillance. Fabrication d'un produit naturel simple (gommage, masque...)

Séance 2 : Les bases du maquillage

Présentation du matériel de maquillage et des règles d'hygiène.

Apprendre à unifier le teint et à camoufler les imperfections.

Atelier pratique : réaliser un maquillage jour simple.

Séance 3 : Soins du visage

Présentation des différents types de peau et de leurs besoins.

Apprendre à réaliser un nettoyage de peau en douceur.

Atelier pratique : application d'un masque hydratant.

Séance 4 : Techniques d'épilation

Présentation des différentes méthodes d'épilation (cire, pince, etc.).

Conseils pour choisir la méthode adaptée à sa peau et à ses besoins.

Atelier pratique : épilation des sourcils à la pince (facultatif).

Séance 5 : Embellissement des ongles

Apprendre à réaliser une french manucure ou une pose de vernis coloré.

Conseils pour choisir les couleurs et les motifs adaptés à ses ongles.

Atelier pratique : réalisation d'une manucure ou d'une pédicure personnalisée.

Séance 6 : Bilan et perspectives

Échanges sur les acquis de la formation et les changements positifs observés.

Conseils pour continuer à prendre soin de soi et à valoriser son image.

Remise d'un support pédagogique récapitulatif.

Programme de formation

L'adolescence en beauté : Ateliers pour apprendre à s'aimer

Bénéfices attendus

Amélioration de l'image de soi et de la confiance en soi des adolescents.
Acquisition de compétences pratiques en matière de soins esthétiques.
Développement de l'autonomie et du bien-être.
Création de liens sociaux et de moments de partage.
Mieux-être physique et psychologique

Evaluation

Évaluation continue des acquis
Questionnaire de satisfaction en début de formation et à la fin de chaque séance
Création d'un book de beauté personnalisé

Conditions d'accès

Formation réalisée au sein de vos locaux, aménageables sur demande à un public d'adolescents.

Conditions d'inscription

Minimum 4 personnes.
Maximum 10 personnes.

Coût de la formation

55€ TTC de l'heure.
Le coût des matières premières et instruments est inclus dans ce tarif.
Frais de déplacement : pour les interventions situées dans un rayon de 20 kilomètres autour de Bourg-Madame, un tarif unique de 30 euros pour les frais de déplacement sera appliqué.
Pour les interventions situées au-delà de ce rayon, un forfait de 15 euros s'appliquera pour chaque dizaine de kilomètre supplémentaire.
Mention spéciale : sur la nécessité d'un parking gratuit mis à disposition ou la prise en charge des frais de stationnement.

Le programme peut être soumis à de légers ajustements.

Contact

06.75.31.15.51

contact@forma-esthetique.fr