

La beauté des pieds

DEFINITION : prestation qui consiste à réaliser un soin des pieds, en utilisant des produits spécifiques dans le but de

- égaliser les ongles, nettoyer
- assouplir les cuticules
- relaxer
- assouplir la peau des pieds
- protéger les ongles (base)

MATERIEL NECESSAIRE

Matériel	Produits
consommables (cotons, mouchoirs) poubelle coupelles batonnets de buis pince à ongles lime à ongles bassine /pediluve brosse à ongles pierre ponce/rappe pied de biche polissoir linge : 2 serviettes et un essuie-mains	antiseptique alcool savon liquide galet effervescent huile fortifiante gel émollient baume/creme de modelage pour les pieds base incolore

Durée : 40 min sans pose de vernis

Prix : 20 à 40 euros



Les différentes étapes du soin

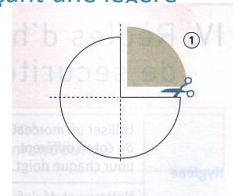
1^{ère} étapes : Nettoyage /trempage des 2 pieds

- *Avec 2 grands cotons carrés nettoyer les pieds avec de la biseptine
- * faire tremper les pieds dans la bassine.
- *sécher minutieusement avec une serviette propre.
- *Vider l'eau sale.



2^{ème} étapes : démaquillage des ongles des 2 pieds

- *déposer les triangles de cotons imbibés de dissolvant sur chaque ongle en exerçant une légère pression
 - *Rabattre les bords des cotons
 - *Commencer par le petit orteil.
 - *Faire de même sur l'autre pied
- *S'il reste du vernis, terminer le démaquillage avec un stick cardé + dissolvant

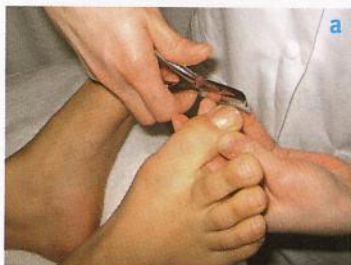


3^{ème} étape : observation de la peau et des ongles

- *observer et analyser la forme, couleur et l'aspect cuané du pied
- *forme, harmonie et qualité des ongles
- *enquête orale : profession, sport, confort...

4^{ème} étape : coupe et limage des ongles du premier pied

- *Désinfecter la pince à ongle
 - *Bien tenir l'orteil et couper les ongles de façon plutôt carré pour éviter les ongles incarnés.
 - *Plier le mouchoir de protection afin de jeter les ongles coupés.
-
- *tenir la lime entre le pouce et les autres doigts de la main par son extrémité
 - *Maintenir les orteils du client en dégageant les replis péri-unguéaux
 - *Faire glisser la lime d'un bout à l'autre de l'ongle, sans mouvement de va et vient
 - *Eviter de trop limer les côtés de l'ongle pour éviter de le fragiliser, ou de créer un ongle incarné.



avec la face « gros grain » : raccourcir l'ongle
avec la face « grain fin » : affiner et retirer les éventuelles « barbes »

5^{ème} étape : application de l'huile fortifiante et trempage du premier pied

- *Poser l'huile fortifiante sur le pourtour de l'ongle

Technique esthétique : Le soin des pieds

- *effectuer un léger massage circulaire avec la pulpe des 2 pouces
- * Mettre le pied à tremper dans la cuvette + eau tiède + savon liquide.

6^{ème} étape : coupe, limage, application de l'huile fortifiante et trempage du second pied

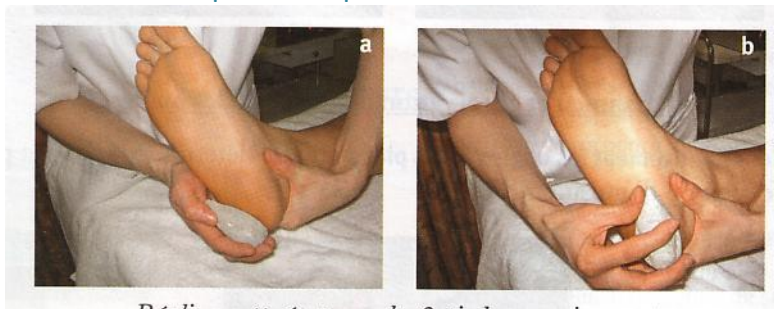
**Idem 4 et 5*

7^{ème} étape : ponçage du premier pied

- *Sortir le pied de l'eau.



- *Brosser les ongles si nécessaire
- *poncer les callosités de la plante du pied en maintenant fermement la cheville.



- *sécher minutieusement le pied avec une serviette propre

8^{ème} étape : travail des cuticules du premier pied

- *Appliquer le gel émollient sur les orteils à l'aide du pinceau produit préalablement désinfecté
- *Maintenir fermement chaque orteil entre le pouce et l'index en écartant les replis péri-unguéaux

- *appliquer du produit émollient sur chaque ongle en utilisant un stick cardé préalablement imbibé de gel émollient

- *travailler chaque ongle séparément en effectuant des mouvements circulaires et appuyés afin de décoller les cuticules qui adhèrent à l'ongle.



- *placer sous chaque orteil un mouchoir plié en 4
- *Nettoyer chaque ongle apres travail des cuticules à l'aide du mouchoir plié
- *Changer de mouchoir pour chaque doigt

☞ Puis mettre à nouveau de l'huile fortifiante sur les ongles + masser

9^{ème} étape : ponçage et travail des cuticules du 2^{ème} pied

**Idem 7 et 8*

10^{ème} étape : Modelage des 2 pieds



déroulement du modelage en annexe

But du modelage des pieds :

- **relaxation**
- **activation et amélioration de la circulation sanguine**
- **amélioration de l'aspect cutané : assouplir la peau**

11^{ème} étape : dégraissage de l'ongle et vérification du bord libre (2 pieds)

- *Oter les corps gras avec un coton imbibé de dissolvant
- *Vérifier s'il ne reste pas de bardes
- *Nettoyer les ongles avec de l'eau oxygénée + stick cardé
- *Si crème trop abondante, possibilité de passer un coton imbibé de lotion.



12^{ème} étape : polissage des ongles

- *exercer des mouvements transversaux de va-et-vient avec les différentes faces du polissoir sur la surface de l'ongle.

But du polissage :

- **activer la circulation sanguine et durcir la plaque**
- **uniformiser la surface de l'ongle, atténuer les stries**
- **faire briller**



13^{ème} étape : protection des ongles /aplication de la base

Mettre un kleenex enroulé entre les orteils ou un écarte orteils.
Pose de la base en couche fine



Vous pouvez compléter le soin par une pose de vernis