

# ATELIER

## « CREATION DE SOINS DU CORPS FAITS MAISON »

### Contexte

DOCEO Formation vous propose de maîtriser les principes de base de la cosmétique naturelle. Deux ateliers (au choix) de réalisation de produits cosmétiques, facilement réalisables au quotidien à la maison, sont proposés. Les participants repartent chez eux avec les fabrications réalisées en formation.

### Objectif

Acquérir les bases nécessaires à la fabrication d'une crème de jour, ou d'un soin corps.

### Durée

4 heures (par atelier)

### Contenu

#### 1<sup>er</sup> atelier : Soin du corps

- Réalisation d'un gommage, baume ou lait
- Initiation à l'une de ces trois techniques
- Présentation et démonstration d'une émulsion en cosmétique naturelle

#### 2<sup>ème</sup> atelier : Soin du visage

- Réalisation d'une crème, d'un sérum, d'un gel ou d'un baume
- Quelles techniques pour quels effets ?

#### MAIS AUSSI ... APPORTS PRATIQUES SUR :

- Savoir ce qu'est la "Slow Cosmétique" et connaître ses avantages.
- Découvrir les ingrédients actifs les plus couramment utilisés et leurs effets.
- Identifier les propriétés cosmétiques des plantes et fleurs polynésiennes
- Apprendre les astuces au quotidien et découvrir la gym faciale.
- Découvrir les bienfaits de l'argile et son utilisation.

### Moyens pédagogiques

Au Centre DOCEO à Papeete : une des salles de DOCEO adaptée au nombre de participants  
Avec l'expérience, le nombre idéal pour cette formation peut varier de 5 à 8 participants par session.  
Un projecteur est utilisé durant la formation et les diapositives projetées sont distribuées et remises dans la pochette DOCEO offerte aux participants.  
Les exercices et la progression pédagogique ont été travaillés et affinés avec de très nombreux polynésiens à Tahiti et dans les îles. Dans les îles, nous emportons un projecteur.

### Le PLUS DOCEO

La formation est réalisée par une intervenante professionnelle et spécialisée dans la création des cosmétiques naturelles.  
Les participants repartent avec chacun les produits de leur fabrication.  
Des conseils pratiques et des recettes "minute".