

# Les ateliers collectifs de l'association Joséphine



A close-up photograph of a makeup artist with blonde hair, wearing a black top and several bracelets, applying makeup to a client's face. The client has dark hair and is looking upwards. The background shows a shelf with various makeup products and a mirror. A semi-transparent white banner is overlaid across the middle of the image.

# Les ateliers collectifs de socio-esthétique

# Les différents ateliers de socio-esthétique proposés

Joséphine propose 6 types d'ateliers collectifs réalisés par la socio-esthéticienne.

- Un atelier « **Estime de soi** » ( soin du visage et maquillage jour )
- Un atelier « **Découverte du soin visage – Cosmeto-food** » ( fabrication des produits avec des denrées alimentaires)
- Un atelier « **Pieds légers mains veloutées** » ( technique de manucure, gommage pieds )
- Un atelier « **Prendre soin de soi** » ( échanges autour du prendre soin et confection d'un produit d'hygiène )
- Un atelier « **Mise en beauté naturelle** » (apprentissage d'un maquillage jour )
- Un atelier « **Belles mains** » ( technique de manucure ,pose de vernis ou automassage )

# Atelier Estime de soi: de la beauté intérieure à la beauté extérieure

## Objectifs:

- Procurer un moment de détente et de soins
- Favoriser la réappropriation du corps
- Apprendre à se valoriser et développer la confiance en soi
- Transmettre des savoir-faire pour apprendre à prendre soin de soi

## Différentes étapes :

- ✓ **Soin du visage** : démaquillage (lait + lotion), gommage et masque
- ✓ **Exercices de visualisation et de relaxation** durant la pose de masque
- ✓ Retrait du masque et **auto-modelage** avec une crème protectrice
- ✓ **Se mettre en valeur** :

### Pour un groupe de femmes

- Quelle couleur de fard pour quelle couleur de yeux?
- Choix des produits, techniques et application de maquillage teint, yeux et lèvres

### Pour un groupe d'hommes

- Quelle barbe pour quel visage ?
- Choix des produits, techniques et conseils de rasage

## Durée: 2h 30

- 2h00 d'animation
- 30 minutes d'installation / désinstallation

**Public** : 6 personnes (groupe de femmes ou groupe d'hommes – non mixte)

## Matériel et produits fournis



# Atelier Découverte du soin visage - Cosmeto-food

## Objectifs:

- Proposer un moment de détente et de relaxation
- Transmettre des savoir-faire pour apprendre à prendre soin de son visage
- Transmettre des techniques pour apprendre à fabriquer ses propres produits de beauté pour le visage à moindre coût

## Différentes étapes:

- ✓ **Introduction au soin du visage** : connaître les différents types de peaux et leurs besoins au quotidien
- ✓ **Appropriation du rituel quotidien nécessaire au visage**
  - Création de produits\* : nettoyant, lotion, gommage, masque
  - Application de ces produits et techniques de soins du visage

\*avec les produits alimentaires du quotidien

## Durée: 2h00

- 1h30 d'animation
- 30 minutes installation / désinstallation

**Public** : 6 personnes (possibilité groupe mixte)

## Matériel et produits fournis

# Atelier Pieds légers et Mains veloutées: prévention, hygiène et soins

## Objectifs:

- Proposer un moment de relaxation et de détente
- Sensibiliser à l'hygiène des mains et des pieds
- Transmettre des savoir-faire pour prendre soin de ses mains et de ses pieds

## Différentes étapes :

- ✓ **Conseils préventifs:** bonne hygiène des phanères
- ✓ **Soins des pieds :** coupage /limage des ongles, techniques de lavage des pieds, gommage, ponçage, techniques d'auto-modelage des pieds
- ✓ **Soins des mains :** coupage/limage des ongles, techniques de lavage des mains, et de gommage, soin nourrissant, technique d'auto-modelage des mains

## Durée: 2H30

- 2h00 d'animation
- 30 minutes installation / désinstallation

**Public :** 6 personnes (groupe de femmes ou groupe d'hommes – non mixte)

## Matériel et produits fournis

# Atelier Prendre soin de soi: sensibilisation à l'hygiène corporelle

## Objectifs:

- Susciter l'envie de prendre soin de son corps
- Transmettre des savoir-faire pour fabriquer ses propres produits
- Sensibiliser à l'hygiène corporelle

## Différentes étapes :

- ✓ **Eveiller son sens olfactif** : apprendre à choisir des arômes et senteurs plaisantes pour soi-même
- ✓ **Apprendre à créer ses produits personnalisés** : gel douche et shampoing
- ✓ **Conseiller une utilisation adaptée** des produits d'hygiène quotidien

## Durée: 2h00

- 1h30 d'animation
- 30 minutes d'installation / désinstallation

**Public:** 6 personnes (possibilité groupe mixte)

**Matériel et produits fournis**

# Atelier mise en beauté naturelle

## Objectifs:

- Transmettre des savoir-faire pour apprendre à réaliser soi même sa mise en beauté
- (re)valorisation de l'image de soi
- (re)valorisation de l'estime de soi (savoir faire)

## Différentes étapes :

- ✓ **Apprentissage des étapes pour une mise en beauté naturelle:**  
explication des différents produits de maquillages et conseils d'applications
- ✓ **Application des conseils :**
  - Teint
  - Mise en valeur du regard (travail du sourcil ,fard à paupière...)
  - Lèvres

## Durée: 2h00

- 1H 30 d'animation
- 30 minutes d'installation / désinstallation

**Public:** 6 personnes ( groupe de femme)

## Matériel et produits fournis

# Atelier « belles mains »

## Objectifs:

- Sensibiliser à l'hygiène des mains
- Transmettre des savoir-faire pour prendre soin de ses mains

## Différentes étapes :

- ✓ **Photolangage:** Prendre conscience de la main comme premier outil de communication dans la société
- ✓ **Conseils préventifs:** Bonne hygiène des phanères
- ✓ **Soins des mains :** coupage/limage des ongles, travail des cuticules , pose de vernis ou techniques d'auto massage si groupe mixte

## Durée: 2H

- 1H30 d'animation
- 30 minutes installation / désinstallation

**Public :** 6 personnes (possibilité groupe mixte)

**Matériel et produits fournis**



## Les ateliers collectifs de coiffure

# Les différents ateliers de coiffure proposés

L'association Joséphine propose 4 types d'ateliers collectifs réalisés par la coiffeuse référente du salon Joséphine :

- Un atelier « **Mise en Couleur** »
- Un atelier « **Coiffures et Attaches** »
- Un atelier « **Quelle routine capillaire pour mes cheveux ?** »
- Un atelier « **Coupe Maison** »



Joséphine  
un autre regard sur soi



GROUPE SOS

# Atelier Mise en couleur

## Objectifs:

- Transmettre des savoir-faire pour se colorer les cheveux
- Accompagner dans la réalisation d'un coiffage simple
- Apprendre à se valoriser et développer la confiance en soi

## Différentes étapes :

- ✓ **Présentation de l'atelier et des participant.e.s**
- ✓ **Introduction** aux règles de base de la colorimétrie et mélange spécifique
- ✓ **Mise en pratique** guidée par la professionnelle
- ✓ **Exercices de visualisation et de relaxation** durant le temps de pause de la couleur
- ✓ Rinçage des produits de coloration , shampoing, **auto-démêlage** avec le masque soin
- ✓ **Se mettre en valeur** : auto coiffage simple

**Durée:** 3 h 30  
(dont installation/désinstallation)

**Public :** 4 personnes (possibilité groupe mixte)

## Matériel et produits :

Les participant.e.s viennent avec leur propre produit de coloration, spécifique à chacun.e

Autre matériel et produits nécessaires fournis

Remarque : pour la réalisation de l'atelier besoin d'un bac shampoing (fixe ou mobile)

# Atelier Coiffures et Attaches

## Objectifs:

- Transmettre des savoir-faire pour prendre soin de ses cheveux
- Accompagner dans la réalisation d'une coiffure simple
- Apprendre à se valoriser et développer la confiance en soi

## Différentes étapes:

- ✓ **Présentation de l'atelier et des participantes**
- ✓ **Introduction** à la texturisation et soin des cheveux en fonction de son type de cheveux
- ✓ **Démonstration** d'une coiffure simple avec et sans accessoire
- ✓ **Se mettre en valeur** grâce à une coiffure simple et adaptée à son type de cheveux

**Durée:** 3h

(dont installation/désinstallation)

**Public :** 5 personnes (groupe de femmes)

## Matériel et produits :

Les participantes viennent avec leurs accessoires personnels  
Autre matériel et produits nécessaires fournis

Remarque : un bac shampoing n'est pas utile

# Atelier Quelle Routine Capillaire pour mes cheveux ?

## Objectifs:

- Susciter l'envie de prendre soin de ses cheveux
- Sensibiliser à l'hygiène des cheveux
- Transmettre des savoir-faire pour prendre soin de ses cheveux
- Proposer un moment de relaxation et de détente

## Différentes étapes :

- ✓ **Présentation de l'atelier et des participant.e.s**
- ✓ **Définition d'une routine capillaire** : rituels de soins
- ✓ **Introduction** aux différents types de cheveux et à leurs besoins spécifiques
- ✓ **Revue** des produits cosmétiques personnels et tri
- ✓ **Mise en pratique** : bain d'huile pour cheveux, démêlage guidé par une professionnelle coiffeuse
- ✓ **Exercices de visualisation et de relaxation** durant le temps de pause du soin
- ✓ **Rinçage** du bain d'huile, shampoing
- ✓ **Se mettre en valeur** : auto coiffage simple

**Durée:** 3h

(dont installation/désinstallation)

**Public** : 5 personnes (possibilité groupe mixte)

## Matériel et produits :

Les participant.e.s viennent avec leurs produits utilisés au quotidien  
Autre matériel et produits nécessaires fournis

Remarque : pour la réalisation de l'atelier besoin d'un bac shampoing (fixe ou mobile)



# Atelier Coupe Maison

## Objectifs:

- Susciter l'envie de prendre soin de ses cheveux
- Transmettre des savoir-faire pour se couper les cheveux seul.e
- Accompagner dans la réalisation d'une coiffure simple
- Apprendre à se valoriser et développer la confiance en soi

## Différentes étapes :

- ✓ **Présentation de l'atelier et des participant.e.s**
- ✓ **Introduction** à une coupe adaptée à son type et sa nature des cheveux
- ✓ **Démonstration** d'une coupe simple à l'aide d'un accessoire de coupe
- ✓ **Mise en pratique** : shampoing suivi d'une coupe de ses cheveux
- ✓ **Se mettre en valeur** : auto coiffage simple

**Durée:** 3 h

(dont installation/désinstallation)

**Public:** 4 personnes (groupe de femmes ou groupe d'hommes – pas d'atelier mixte)

## Matériel et produits fournis

Les participant.e.s viennent avec leurs ciseaux de coupe/tondeuse , leurs accessoires de coupe, leur peigne. Autre matériel et produits nécessaires fournis

Remarque : pour la réalisation de l'atelier besoin d'un bac shampoing (fixe ou mobile)





Salon Joséphine

28 rue de la Charbonnière  
75018 Paris

Téléphone:  
Gwenaëlle Emmanuelli,  
06 72 29 57 60