

# 1- Morphologie

Très tôt, notre morphologie révèle les lignes et les courbes de notre corps.

Les proportions entre nos épaules, notre taille, nos hanches, vont déterminer à quelle typologie de silhouette nous appartenons et quelles sont nos particularités.

Ceci va nous permettre de déterminer les « bonnes proportions » en jouant sur les coupes de vêtements, les couleurs, les imprimés, les matières, les accessoires,...

Si nous nous trouvons à l'aise dans notre tenue, nous aurons beaucoup plus d'assurance et serons plus convaincantes dans notre vie professionnelle, sociale et privée.

A l'aide de la conseillère mise à ta disposition, détermine ta morphologie et tes particularités morphologiques ....



- Ton tour d'épaule : .....
- Ton tour de poitrine : .....
- Ton tour sous la poitrine : .....
- Ton tour de taille : .....
- Ton tour de hanches : .....
- Ton tour de cuisse : .....
- Ton entre-jambes : .....
- La hauteur de ton buste : .....
- La longueur de tes jambes : .....
- La longueur de tes bras : .....
- Ta hauteur totale : .....
- Ta longueur genoux : .....
- Hauteur de la tête : .....

Que voudrais-tu mettre en valeur ?

.....

.....

.....

Que voudrais-tu effacer ?

.....  
.....

Quelles sont les solutions possibles selon toi ?

.....  
.....

**Un peu de théorie :**

On dénombre 7 types principaux de morphologies en conseil en image mais des centaines de particularités possibles ...

**X :**

.....  
.....

**8 :**

.....  
.....

**A :**

.....  
.....

**V :**

.....  
.....

O :

.....  
.....

I :

.....  
.....

H :

.....  
.....

En ce qui concerne les particularités (par exemples : cuisses rondes, ventre rebondi, fesses plates ....)

**Si vous tenez compte des règles suivantes, vous serez « presque » expertes en habillement :**





## 2- J'apprends à me maquiller ...

En utilisant les bonnes couleurs, en tenant compte de ma morphologie et de mes particularités.

Ai-je déjà pris le temps de bien me regarder et de m'observer ?

Avec l'aide de la conseillère en image, je remplis ce petit questionnaire et je m'observe :

### Soins du visage

- 1- Type de peau
  - Sèche
  - Grasse
  - Mature
  - Mixte (Zones) .....
  - Terne
  - Déshydratée
  - Sensible
  - allergique Si oui à quoi .....
  - acnéique
  - atypique Si oui .....
  
- 2- Que faites-vous comme soins ?
  - Gommages**  Oui  Non
  - Produits utilisés : .....
  - Fréquence : .....
  - Masques**  Oui  Non
  - Produits utilisés : .....
  - Fréquence : .....
  - Lotion**  Oui  Non
  - Produits utilisés : .....
  - Fréquence : .....
  - Démaquillant**  Oui  Non
  - Produits utilisés : .....
  - Fréquence : .....
  - Crème hydratante**  Oui  Non
  - Produits utilisés : .....
  - Fréquence : .....
  - Crème contour des yeux**  Oui  Non
  - Produits utilisés : .....
  - Fréquence : .....
  - Crème antirides**  Oui  Non
  - Produits utilisés : .....
  - Fréquence : .....

**Autres produits utilisés :**

.....  
.....

**Diagnostic du visage – Observation**

**1- Ton de base de la peau (mini drapage)**

Chaud  froid

Rose (Eté)  Fuchsia (Hiver)  Pêche (Printemps)  Abricot (Automne)

**2- Yeux**  Chaud  froid

Ecartement  Ecartés  Eloignés  Proportionnés

Œil  Enfoncés  Petits  Ronds  En amande  Matures  Tombants  Globuleux  Sans caract.

**Cheveux**  Chaud  Froid

**3- Morphologie visage**

Ovale  Ovale long  Carré  Rectangulaire  Triangle Haut  Triangle Bas

Hexagonal  Rond

**4- Lèvres**  Fines  Epaissees  Tombantes  Irrégulières  Sans Caract.

**5- Nez**  Fin  Epaté  Sans Caract.  Autre .....

**6- Autres particularités :**

.....  
.....  
.....

**Maquillage habituel**



- Fond de teint  Oui  Non
- Poudre  Oui  Non
- Mascara  Oui  Non
- Ombres  Oui  Non
- Crayon Yeux  Oui  Non
- Rouge à lèvres  Oui  Non
- Crayon à lèvres  Oui  Non
- Contouring ou autre  
 Oui  Non
- Eye-liner  Oui  Non

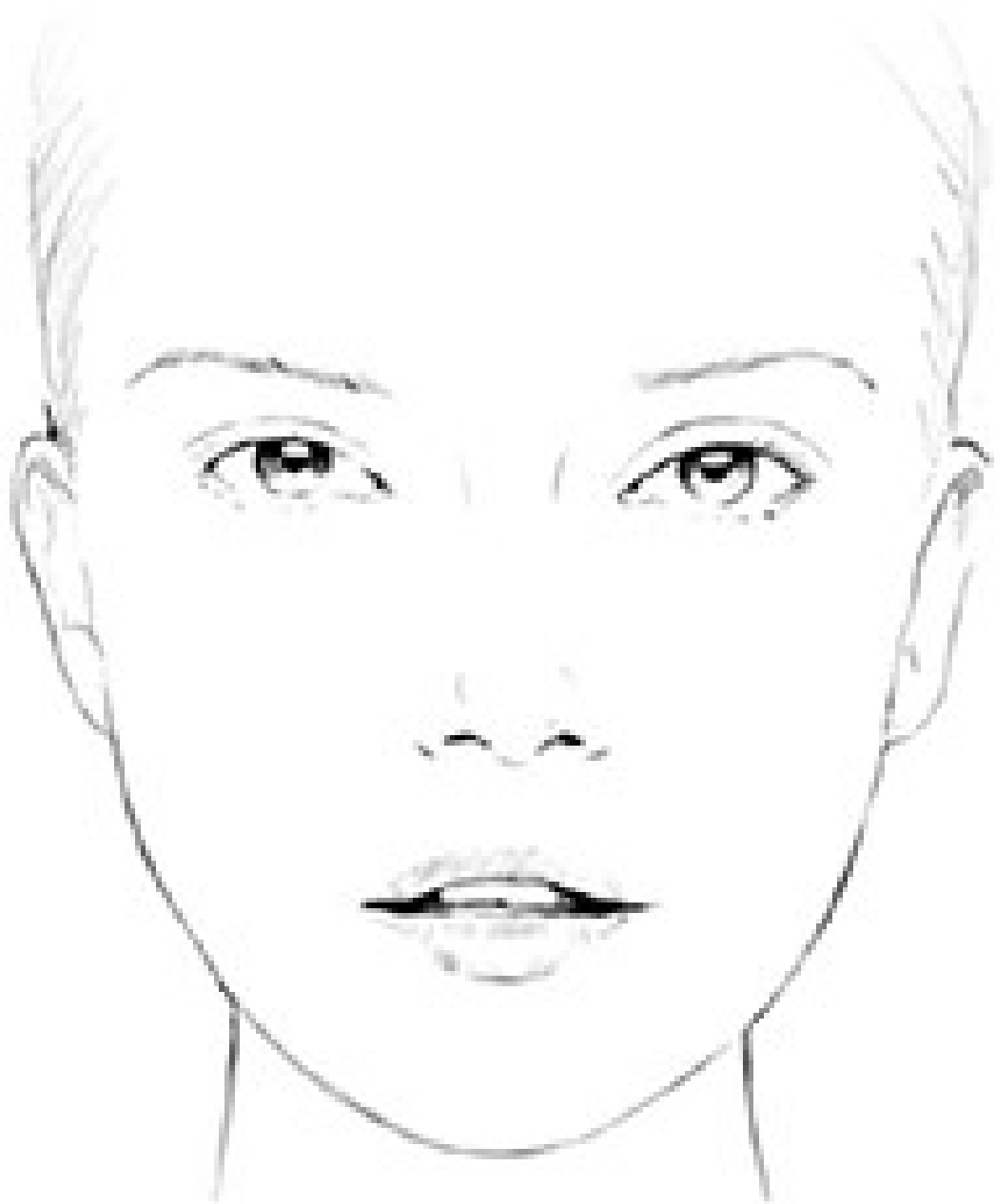
**Autres informations**

1- Que désirez-vous ?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**Prêtes à vous faire conseiller et dorloter ??? Mais attention, vous aussi, vous allez devoir travailler 😊  
Ecoutez bien et reproduisez ce que la conseillère en image vous fait ... le but est de savoir ré exécuter ce maquillage demain matin 😊**

**Maquillage effectué :**



**Soins :** Produits utilisés :

.....  
.....  
.....  
.....

**Conseils :**

.....  
.....  
.....





- Vêtements disponibles dans le laboratoire
- Drapages.