



Centro Formativo Provinciale  
Giuseppe Zanardelli  
Azienda Speciale della Provincia di Brescia

## **BENESSERE**

**Pelle perfetta, correttivo, sposa – corso base**

**Occhi in primo piano, giorno/sera, Antiage e per chi indossa gli occhiali – corso intermedio**

**Moda, video, shooting fotografico, riviste – corso avanzato**

**Trucco Moda e Sposa - corso base**

**Corso Smalto Gel semipermanente**

**Digitopressione Jin Shin Do**

**Shiatsu (Trattamento Eseguito A Terra)**

**Shiatsu (Trattamento Eseguito Sul Lettino)**

**Riflessologia Plantare**

**Massaggio Olistico**

**Gestire e progredire**

**Il nuovo consumatore di benessere, conoscerlo, per sviluppare le tue vendite**



# Pelle perfetta, correttivo, sposa – corso base

## Finalità

Il corso dà una base importantissima a coloro che vogliono iniziare ad accostarsi al mondo del Make-up perché prima di creare un trucco base definitivo, bisogna imparare a correggere le asimmetrie, le discromie e preparare una base perfetta su cui si andrà poi ad elaborare un trucco corretto.

## Programma

### Modulo 1

- La figura del truccatore in ciascun ambito lavorativo (teatrale, televisivo, set fotografico, centro estetico, spa, moda, sfilate, sposa ecc.);
- Gestualità e portamento;
- Approccio al cliente;
- Organizzazione della borsa del trucco;
- Organizzazione della postazione di lavoro.

### Modulo 2

- I materiali del trucco;
- I prodotti: la loro funzione;
- Distinzione tra prodotti umidi e secchi e fissaggio;
- Cronologia dell'applicazione dei prodotti sul viso;
- Scheda cliente: parte prima;
- Pratica: preparazione borsa e postazione trucco, simulazione approccio alla cliente e portamento, compilazione scheda cliente (prima parte).

### Modulo 3

- Il viso e le proporzioni di Leonardo;
- La teoria del colore;
- Il Primer: quando e come applicarlo
- Scelta del fondo a seconda del colore dell'incarnato e della tipologia di pelle;
- La base del contorno occhi;
- Prova pratica

### Modulo 4

- Le occhiaie;
- Le borse sotto gli occhi;
- I brufoli;
- Le correzioni speciali (camouflage per angiomi, tatuaggi, vitiligine, coupe rose, macchie melanotiche ecc.);
- Prova pratica

### Modulo 5

- Le forme del viso (quadrato, rotondo, triangolare ecc.);
- Tecnica chiaro-scuro per raggiungere l'ovale del viso;
- Abbellimento e valorizzazione della propria morfologia (grande e piccola "C");
- Prova pratica

### Modulo 6

- Gli occhi: morfologia
- Le correzioni (occhi incavati, sporgenti, infossati, ravvicinati, distanziati);
- Le sopracciglia: correzione arco e infoltimento;
- Prova pratica

### Modulo 7

- Il naso: correzioni base;
- La bocca: correzioni base;
- Il fard: scelta del colore e tecnica chiaro-scuro;
- Prova pratica

### Modulo 8



- Prova pratica: trucco completo sulla modella;
- Trucco acqua e sapone (umidi) e trucco naturale (polveri);
- Base sposa

**Durata** 36 ore

**Costi** 800,00 € + iva



# Occhi in primo piano, giorno/sera, Antiage e per chi indossa gli occhiali – corso intermedio

## Finalità

Questo è un corso adatto a chi possiede già le basi del trucco e vuole migliorare la propria tecnica puntando dall'attenzione sugli occhi.

## Programma

### Modulo 1

- Gli occhi: modificarne la forma;
- Creare l'occhio a mandorla;
- Tecnica di allungamento dell'occhio;
- Prova pratica.

### Modulo 2

- Arrotondare l'occhio sottile;
- Rialzare l'occhio languido;
- Abbassare l'occhio tendente verso l'alto;
- Prova pratica.

### Modulo 3

- Gli ombretti e le matite;
- Madreperlato e opachi: abbinamenti;
- Bordature dell'occhio: polveri bagnate o matite;
- Eyeliner: applicazione;
- Prova pratica.

### Modulo 4

- Differenza fra trucco da giorno e da sera e prova pratica;
- Applicazione ciglia finte e brillantini e prova pratica;

### Modulo 5

- Schede teoriche: trucco della mora, della rossa e della bionda;
- Il trucco antiage: tecniche e astuzie;
- Pratica sulla modella.

### Modulo 6

- Schede teoriche: trucco per a donna asiatica e la donna di pelle nera;
- Il trucco per chi porta gli occhiali;
- Prova pratica sulla modella

**Durata** 24 ore

**Costi** 550,00 € + iva



# Moda, video, shooting fotografico, riviste – corso avanzato

## Finalità

Questo corso si rivolge agli appassionati dell'arte del make-up con un minimo di esperienza. Il corso trasferisce agli allievi tutte le competenze e le tecniche avanzate necessarie ad intraprendere la professione del truccatore. I temi trattati saranno spendibili nell'ambito televisivo, fotografico, il settore della moda e della pubblicità.

## Programma

### Modulo 1

- Caratteristiche de trucco fotografico;
- Tecnica del trucco fotografico per i bianco-nero;
- Schede teoriche

### Modulo 2

- Riproduzione del trucco delle riviste;
- Scelta del progetto da realizzare a seconda della morfologia della modella;
- Prova pratica

### Modulo 3

- Il trucco moda: i pro e i contro per il truccatore;
- Scelta del progetto e prova pratica sulla modella

### Modulo 4

- Il make up del corpo;
- I prodotti da utilizzare;
- Tecniche per snellire gambe, collo, caviglie, pancia;
- Attenuare il doppio mento;
- Abbellire seno e decolté;
- Prova pratica sulla modella

### Modulo 5

- Trucco completo viso e corpo;
- Progetto scelto e realizzato dall'allieva, fotografato da un professionista

**Durata** 20 ore

**Costi** 450,00 € + iva



# Trucco Moda e Sposa corso base

## Finalità

Indispensabile per chi vuole specializzarsi nel Trucco Sposa e nelle tecniche del Trucco Moda

## Destinatari

Per estetiste o per chi vuole intraprendere la professione di truccatore

## Programma

- l'attrezzatura da trucco
- i pennelli
- il camerino trucco
- la morfologia delle sopracciglia
- la teoria dei colori (colori caldi e freddi)
- armonie cromatiche
- preparazione della pelle
- il correttore e il fondotinta
- la cipria e la terra
- il trucco degli occhi
- tipologie di occhi
- il trucco della bocca
- i chiaroscuri e le tipologie di viso
- il trucco fotografico
- il trucco sposa

**Durata** 40 ore

**Costo** € 880,00 + iva



# Smalto Gel semipermanente

## Finalità

Apprendere la tecnica di smalto gel, sempre più utilizzata nei Centri Estetici. Dalla fusione fra smalto e gel, un prodotto che permette di applicare uno smalto con la durata del gel. Lo scopo del Corso è quello di rendere lo studente capace di applicare lo smalto gel con french, rimuoverlo con i prodotti specifici, infine realizzare le decorazioni possibili con questo tipo di prodotto.

## Destinatari

La formazione di queste tecnica risulta ideale sia per chi si avvicina per la prima volta al settore, sia a chi ha già una formazione nella ricostruzione unghie, ma vuole perfezionare o arricchire il proprio lavoro presentandolo in modo serio e professionale.

## Programma

- forma e patologia dell'unghia
- differenza tra gel e semipermanente con descrizione dei materiali utilizzati in base alla tecnica e tipologia dell'unghia
- pulizia e prevenzione malattie
- (pratica) applicazione semipermanente
- allungamento in gel con cartina french e colore pieno
- rimozione gel
- curiosità e introduzione marketing e gestione planning

**Durata** 20 ore

**Costo** 700,00 € + iva



# DIGITOPRESSIONE JIN SHIN DO®

## Finalità

Corso di approfondimento della tecnica di digitopressione **Jin Shin Do®**. Tale tecnica è stata creata dalla psicoterapeuta Iona Marsaa Teegarden, promuove un piacevole stato di trance, in cui è possibile rilassarsi e "lasciare andare" la testa per entrare maggiormente nel corpo, accedendo alle proprie sensazioni ed alla propria saggezza interiore.

## Programma

- Introduzione storica al Jin Shin Do®.
- Introduzione alla Medicina Tradizionale Cinese.
- Le tecniche base dello Jin Shin Do®: Flussi base, Flusso del Collo, Bilanciamento Finale.
- Principio di "corazza" e di "segmento" secondo la bioenergetica. Trattamento dei segmenti con la digitopressione.
- Tecniche base di Processo per la gestione delle sensazioni e delle immagini che possono affiorare durante la digitopressione (ascolto attivo - focusing technique - ancoraggio). Gli effetti del linguaggio.
- Studio di 55 punti.
- Esercizi "Pal Dan Gum" per il rilassamento e l'equilibrio strutturale - energetico.
- Pratica libera.

**Durata** 40 ore

**Costo** 910,00€ + iva



# SHIATSU (trattamento eseguito a terra)

## Finalità

Corso sul tema del trattamento SHIATSU (trattamento eseguito a terra). Il tatto è la vera essenza di questa disciplina e pertanto l'unico strumento utilizzato dall'Operatore Shiatsu è costituito dalle sue mani: vengono praticate sul corpo del ricevente (ricoperto da indumenti) e precisamente lungo la linea dei meridiani (i nostri canali energetici) delle pressioni di diversa natura ed intensità ed attuati alcuni movimenti di stiramenti e rotazioni, il tutto per ottenere il massimo rilassamento.

## Programma

- Introduzione storica allo Shiatsu
- Introduzione alla Medicina Tradizionale Cinese.
- Apprendimento delle tecniche base dello Shiatsu:
  1. Tecnica di palmo in posizione prona, supina e sul fianco
  2. Tecnica di pollice in posizione prona, supina e sul fianco.
  3. Accenni di tecniche di avambraccio e gomito in posizione prona.
- Semplici tecniche di stretching con effetto sui meridiani energetici.
- Pratica libera.

**Durata 40 ore**

**Costo 910,00€ + iva**



# SHIATSU (trattamento eseguito sul lettino)

## Finalità

Corso sul tema del trattamento SHIATSU (trattamento eseguito sul lettino). Il tatto è la vera essenza di questa disciplina e pertanto l'unico strumento utilizzato dall'Operatore Shiatsu è costituito dalle sue mani: vengono praticate sul corpo del ricevente (ricoperto da indumenti) e precisamente lungo la linea dei meridiani (i nostri canali energetici) delle pressioni di diversa natura ed intensità ed attuati alcuni movimenti di stiramenti e rotazioni, il tutto per ottenere il massimo rilassamento.

## Programma

- Introduzione storica allo shiatsu
- Introduzione alla Medicina Tradizionale Cinese.
- Apprendimento delle tecniche base dello Shiatsu eseguito sul lettino: Tecnica di palmo, pollice, avambraccio e gomito in posizione prona, supina e sul fianco.
- Semplici tecniche di stretching con effetto sui meridiani energetici.
- Pratica libera.

## Durata 40 ore

**Costo** 910,00€ + iva



# Riflessologia Plantare

## Finalità

L'obiettivo del Corso è di fornire agli studenti strumenti atti ad operare un corretto riequilibrio energetico attraverso l'applicazione della Riflessologia Plantare. Saranno impartiti insegnamenti sia teorici sia pratici, passando attraverso un'esperienza ed una crescita personale.

## Programma

- Introduzione alla Riflessologia Plantare (il riflesso, la teoria dello specchio, Meridiani e paralleli, Riflessologia diretta e indiretta, anatomia del piede, il dolore, il contatto e le manovre, controindicazioni, etica professionale).
- Il sistema scheletrico
- Il sistema muscolare
- Il sistema renale, l'apparato genito-urinario, i denti
- Le ghiandole endocrine ed esocrine
- Il fegato e la circolazione venosa
- La milza e la circolazione linfatica
- Il cuore e la circolazione arteriosa
- Il polmone e l'apparato respiratorio
- L'apparato digerente
- Gli organi di senso
- Alla spiegazione teorica di ciascun argomento segue la ricerca pratica **dei punti riflessi sui piedi.**

**Durata 40 ore**

**Costo 910,00€ + iva**



# Massaggio Olistico

## Finalità

L'obiettivo del Corso è di fornire ai partecipanti strumenti base atti ad avere un primo approccio alle manualità del riequilibrio energetico attraverso l'applicazione del Massaggio Olistico. Saranno impartiti insegnamenti sia teorici sia pratici, passando attraverso un'esperienza ed una crescita personale.

## Programma

### Modulo teorico

- Storia del massaggio
- Effetti, indicazioni, controindicazioni del massaggio
- Manovre fondamentali del massaggio
- Principi di anatomia
- Introduzione alla Medicina Tradizionale e Cinese applicata al massaggio
- Principi dei percorsi dei Meridiani Energetici

### Modulo pratico

- Manualità fondamentali del massaggio
- Tecniche base di riequilibrio energetico per le disarmonie più comuni
- Tecniche base di riflessologia del corpo e del piede

### Durata 40 ore

**Costo** 910,00€ + iva



# Gestire e progredire

## Finalità

Crescere, perfezionarsi, evolversi in materia di gestione della propria azienda centro estetico è un dovere che compete a voi stesse ed al tempo che dedicate al lavoro che avete scelto.

Non è un corso di contabilità, bensì, un percorso che vi guiderà verso la costruzione di un metodo di gestione esclusivo e specifico per l'azienda centro estetico.

Siete imprenditrici e come tali dovete saper gestire la vostra azienda creando reale valore per voi e per chi lavoro con voi.

Arricchire le proprie competenze manageriali vi aiuterà a sentirvi più sicure nelle scelte di tutti i giorni evitando di subire quelle degli altri

L' estetista del futuro, sarà colei che avrà bene compreso che, oltre ad essere un'eccellente consulente in bellezza, dovrà mettere in campo anche competenze sulla gestione del proprio centro estetico che, di fatto è azienda.

Potrete scoprire come è possibile guadagnare di più

## Destinatari

Il Percorso Formativo è certamente dedicato a titolari di centri estetici e/o responsabili di coordinamento amministrativo e strategico dello stesso a cui è affidata la totale gestione

## Programma

- o L' Estetista imprenditrice, confronto sul ruolo imprenditoriale
- o Conosci cosa richiede oggi il mercato dell' estetica per competere e differenziarsi?
- o Conosci le aree strategiche di un Centro Estetico? Come le hai organizzate?
- o L' organigramma del tuo centro estetico... progettato o subito? L' hai mai realizzato?
- o Conosci il numero dei clienti attivi nel centro ?
- o Utilizzi la scheda cliente?
- o Conosci il valore, le potenzialità ed il rischio legato ad un cliente ?
- o Conosci le potenzialità dell' agenda degli appuntamenti? Dall' appuntamento alla statistica servizi
- o Conosci la situazione attuale del Centro in termini di servizi? Quanti servizi fa in anno?Quale tipologia? Su quali è più concentrato?
- o Protocolli trattamenti: esistono? Vengono applicati ?
- o Il margine di contribuzione lordo per servizio : guadagno o perdo su questo servizio reso nel centro? Come realizzi il tuo listino prezzi?
- o Approccio agli studi di settore
- o Conosci la situazione economica - finanziaria del tuo Centro oggi?
  
- o Conosci la differenza tra costo e spesa, ricavo ed entrata?
- o Sai come controllare mensilmente le entrate ed uscite del Centro
- o Conosci il bilancio del centro estetico? Ed il tuo?
- o Conoscenza di base dei prospetti di bilancio Stato Patrimoniale e Conto Economico.
- o Approccio al controllo di gestione per il centro estetico
- o La classificazione dei costi: costi variabili, costi fissi, diretti ed indiretti
- o Quanto mi costa all' anno il mio centro?
- o Quali costi devo controllare per verificare se esistono possibilità di risparmio?
- o Approfondimento sul costo della mano d'opera: inquadramento, declaratorie, costi in base al livello, ore lavorate
- o Approfondimento sul costo bancario: quanto mi costa la gestione del conto corrente?Conosco i tassi di mercato? Come si comporta la mia banca?
- o La classificazione dei ricavi: prestazione e vendita
- o Guadagno o perdo? E se perdo dove e perché perdo?: dal bilancio contabile alla riclassificazione marginalistica
- o La rilevazione del margine di contribuzione lordo del Centro Estetico
- o Quale fatturato minimo devo raggiungere per coprire tutti i miei costi? Il Punto di Pareggio
- o Come guadagnare di più a parità di costi fissi e di fatturato

**Durata** 25 ore

**Costo** 920,00 € + iva



# Il nuovo consumatore di benessere, conoscerlo, per sviluppare le tue vendite

## Finalità

Per sviluppare le vendite del proprio Centro Estetico è necessario adeguarsi ai cambiamenti. Il MERCATO è cambiato, IL CONSUMATORE è cambiato, la VENDITA è cambiata.

I Cambiamenti hanno coinvolto tutti noi come consumatori, i nostri clienti, creando una continua evoluzione degli stili di vita e di consumo, generando una nuova figura di cliente consumatore.

Pertanto è necessario conoscerlo per anticiparlo e per conoscerlo è necessario saper instaurare una relazione empatica e duratura, dotarsi di strumenti innovativi di analisi del profilo del cliente per affinare sempre più la nostra proposta di valore per lui, comunicandola in modo efficace.

È chiaramente necessario investire prima di tutto su di noi, sulla nostra preparazione e sensibilità all'argomento, sulla capacità di analizzare i feedback che provengono dal nostro mercato, utilizzando ogni elemento a nostra disposizione, sperimentare costantemente nuovi modi di analisi del cliente al fine di impreziosire, valorizzare e soprattutto salvaguardare il nostro lavoro presente e futuro.

## Destinatari

Il Percorso Formativo è certamente dedicato a titolari di centri estetici e collaboratori che desiderano confrontarsi sui grandi temi del cambiamento del mercato del benessere conoscere e confrontarsi sui nuovi processi di acquisto di un consumatore di benessere sempre più esigente, conoscere nuovi strumenti di analisi dei propri clienti al fine di potenziare le vendite ed elevare il proprio business.

## Programma

- Il contesto attuale del mercato: analisi Beauty Report2016
- Chi è il nuovo consumatore di benessere? Cosa vuole? Cosa cerca? Chi cerca?
- Processo e comprensione dei nuovi bisogni
- Dal Marketing transazionale al Marketing Partecipativo-Emozionale
- La vendita oggi, un processo complesso
- Come ti rendi visibile sul mercato? perché un cliente dovrebbe scegliere te?
- Qual è' la tua Value Proposition? (Proposta di valore per i tuoi clienti)
- Devi Crearla? Costruire la Mappa del Valore
- Chi sono i tuoi clienti?
- Conosci il suo valore ed il suo rischio?
- A chi vendi cosa e come
- Quale altra segmentazione è importante fare oggi per potenziare le nostre vendite?
  
- Sai come desiderano essere raggiunti i tuoi clienti? quali strumenti e forme di comunicazioni utilizzi?
- Costruire il profilo dei clienti
- Costruire la corrispondenza tra Mappa del valore+ profilo del cliente per potenziare le tue vendite
- Come comunichi la tua proposta di valore? La vendita è comunicazione
- La comunicazione per obiettivi di vendita: parole per vendere e non per svendere
- Le nuove forme di comunicazione

**Durata** 20 ore

**Costo** 740,00€ + iva

