

## BACKSTAGE ET BIEN ÊTRE

*Les artistes intermittents du spectacle sont régulièrement exposés aux contraintes physiques spécifiques : port prolongé de perruques, maquillage intensifs et répétés, transformation visuelles exigeantes. Ces contraintes, inhérentes à l'exercice professionnel, impactent directement la santé de la peau, du cuir chevelu et la continuité de l'employabilité de l'artiste. Cette formation ne substitue pas aux métiers de maquilleur/se et perruquier/ère. Elle vise à doter l'artiste d'une autonomie de base, éclairée et responsable, dans la gestion et le soin de sa peau, de ses cheveux et d'apporter du détail sur son identité visuelle.*

**Durée:** 35.00 heures (5.00 jours)

### Profils des apprenants

- ARTISTES INTERMITTENT

### Prérequis

### Accessibilité et délais d'accès

La formation est accessible et adaptable à toute personne en situation de handicap. En cas de handicap, et quel que soit son type, veuillez nous contacter pour l'adaptation de ce programme à vos besoins et spécificités. Il est d'ores et déjà mentionné que, en cas de handicap moteur ou d'utilisation d'un fauteuil roulant, nous sommes en capacité d'accueillir le stagiaire dans un lieu accessible PMR.

4 semaines

### Qualité et indicateurs de résultats

### Objectifs pédagogiques

- Appliquer des protocoles de soin adaptés à son type de peau et de cheveux
- Réaliser une correction de teint, de cernes et une pose de faux cils en autonomie
- Effectuer des modifications légères de l'apparence
- Préparer et protéger sa chevelure pour le port d'une perruque
- Prendre soin de ses cheveux après le port d'une perruque

### Contenu de la formation

- Jour 1 : Comprendre sa peau
  - Identifier son type de peau
  - Identifier les éventuels agresseurs dus aux produits spécifiques: colle, latex, produits de démaquillage agressifs
  - Protocole de soin pré et post spectacle/tournage
  - Démaquillage profond sans agression : les bons gestes et les bons produits
- Jour 2 : Techniques fondamentales maquillage correctif
  - Les bases de correction de : comprendre les sous tons du teint
  - Pose de faux cils : les différentes techniques et le retrait sans traumatismes
  - Adaptation du maquillage selon l'éclairage scénique
- Jour 3 : Transformation légère : vieillissement / rajeunissement

# LONTRA FORMATION

72 rue Crozatier

75012 Paris

Email : [Intr.formation@gmail.com](mailto:Intr.formation@gmail.com)

Tel : +33626235942



- Comprendre les codes visuels
- Techniques ombres, lumières et volume
- Utilisation des matières : fond de teint, poudres, produits de texture
- Jour 4 : Comprendre son cheveux
  - Identifier son type de cheveux
  - Aggression dû aux produits : comment les protéger
  - Protocole de soin pré et post spectacle/tournage
  - Protocole du shampoing et soin
- Jour 5 : Base et pose de perruque
  - Réalisation de la base en fonction de ses cheveux ; Tresses, macarons, américaine
  - Maîtrise de la pose d'une pince
  - Pose d'une perruque
  - Pose d'une moustache
  - Simulation d'une préparation

## Organisation de la formation

### Équipe pédagogique

Référent pédagogique : Kelly Godot [kelly.godotpro@gmail.com](mailto:kelly.godotpro@gmail.com)

Référent handicap : Manon Bianchi , [contact@lontra-formation.com](mailto:contact@lontra-formation.com)

Référent administratif : Manon Bianchi , [contact@lontra-formation.com](mailto:contact@lontra-formation.com)

Référent qualité : Clara D'Agostino, [clara@lontra-prod.com](mailto:clara@lontra-prod.com)

### Moyens pédagogiques et techniques

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- MISE EN PRATIQUE
- IMMERSIVE
- MISE EN SITUATION
- TRAVAIL SUR SOI
- CORRECTION PERSONNALISÉES

**Prix** : 2800.00