



BEAUTY S CONCEPT

*Soins & formations*

## MÉMO STAGIAIRE – BLOC 2 (UP2)

### CAP Esthétique Cosmétique Parfumerie

Techniques esthétiques liées aux phanères

**BEAUTY S CONCEPT**

Organisme de Formation certifié Qualiopi pour les actions de formation.

3 boulevard Jean-Marie L'Huilier – 13800 ISTRES

Inscrit au RCS de Salon de Provence – SASU au capital de 100.00 € - SIRET: 89132234900012

API: 8559A – TVA Intracommunautaire: FR69891322349

✉ : [beautysconcept13@gmail.com](mailto:beautysconcept13@gmail.com) ☎ : 09 51 93 29 06 | 06 50 13 46 57



■ ■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été  
au titre de la catégorie suivante  
**ACTIONS DE FORMATION**

# Mémo de fin de formation – Bloc 2 (UP2)

Ce document synthétise l'ensemble des compétences et techniques essentielles que tu dois maîtriser pour réussir l'épreuve pratique du Bloc 2. Il a été conçu pour t'accompagner dans tes révisions et te donner les repères indispensables pour aborder sereinement ton examen.

Tu y trouveras les fondamentaux des techniques d'épilation, les protocoles de soins des mains et des pieds, ainsi que tous les conseils pratiques pour optimiser ton organisation et ta prestation le jour J. Chaque section te rappelle les points clés à ne pas oublier, les erreurs fréquentes à éviter, et les bonnes pratiques qui feront la différence devant ton jury.

📌 **L'essentiel à retenir pour l'épreuve phanères :** précision technique, respect des protocoles d'hygiène, organisation rigoureuse et professionnalisme dans l'attitude.

## Objectifs du Bloc 2

Le Bloc 2 du CAP Esthétique Cosmétique Parfumerie constitue une épreuve pratique majeure de ta formation. Il vise à évaluer ta capacité à réaliser des prestations techniques sur les phanères avec méthode, précision et professionnalisme. Cette épreuve mesure non seulement tes compétences gestuelles, mais aussi ton sens de l'organisation, ton respect des règles d'hygiène et ta capacité à créer une relation de confiance avec ton modèle.

Au cours de cette épreuve, tu devras démontrer ta maîtrise complète des techniques de base en esthétique des phanères : de l'épilation à la beauté des mains et des pieds. Chaque geste compte, chaque protocole doit être respecté. Le jury sera particulièrement attentif à ta rigueur dans la préparation du poste de travail, à la qualité de tes finitions et à ton professionnalisme tout au long de la prestation.

### Prestations d'épilation

Maîtriser les différentes techniques d'épilation à la cire, respecter les protocoles de préparation cutanée et de soin post-épilatoire, adapter la température et le type de cire selon les zones traitées.

### Soins des mains et pieds

Réaliser des protocoles complets de beauté des mains et des pieds, incluant la préparation de l'ongle, le soin de la cuticule, le limage et la mise en forme selon les attentes du modèle.

### Pose de vernis soignée

Appliquer le vernis avec précision et régularité, maîtriser la technique de la french manucure, assurer des finitions impeccables sans débordement ni traces.

### Rigueur et précision

Travailler avec méthode en respectant les temps impartis, organiser son poste de travail efficacement, maintenir un environnement propre et professionnel tout au long de la prestation.

# Épilation : Les fondamentaux

1

## Préparation de la peau

L'épilation à la cire constitue un acte technique qui requiert une grande maîtrise et une attention constante à la sécurité et au confort du modèle. Avant toute prestation, il est essentiel de bien préparer la peau : celle-ci doit être propre, sèche et légèrement poudrée pour faciliter l'adhérence de la cire et limiter les sensations douloureuses. La longueur du poil doit être optimale (environ 5 mm) pour garantir une épilation efficace en un seul passage.

2

## Choix de la cire et application

Le choix de la cire est déterminant : cire tiède pour les grandes zones comme les jambes, cire chaude pour les zones sensibles comme les aisselles ou le maillot. La température doit être vérifiée systématiquement sur ton poignet avant application : une cire trop chaude peut causer des brûlures, tandis qu'une cire trop froide n'adhérera pas correctement. L'application doit se faire dans le sens de la pousse du poil, en bandes régulières et homogènes, puis le retrait s'effectue d'un geste sec, ferme et parallèle à la peau, dans le sens inverse de la pousse.

3

## Soin post-épilatoire et conseils

Le soin post-épilatoire est tout aussi important que l'épilation elle-même. Il permet d'apaiser la peau, de refermer les pores et de prévenir les rougeurs ou irritations. Applique un produit apaisant, désinfectant et hydratant adapté au type de peau de ton modèle. Prodigue également des conseils personnalisés pour l'entretien à domicile : éviter l'exposition au soleil, porter des vêtements amples, utiliser un gommage doux quelques jours après la prestation.

### ☐ Point essentiel :

La sécurité et le confort du modèle sont prioritaires à chaque étape de la prestation. Communique régulièrement avec ton modèle pour t'assurer de son bien-être.



# Beauté des ongles et des mains

La beauté des mains et des ongles représente une prestation technique phare du Bloc 2, alliant précision gestuelle, sens esthétique et souci du détail. Cette prestation débute toujours par une phase d'observation et d'analyse : état des ongles, forme naturelle, qualité des cuticules, présence d'imperfections. Cette évaluation initiale te permet d'adapter ton protocole et de personnaliser ta prestation en fonction des besoins spécifiques du modèle.



## Préparation de l'ongle

- Dépolissage de la surface
- Soin des cuticules
- Limage et mise en forme
- Nettoyage et dégraissage



## Pose du vernis

- Application de la base coat
- Deux couches de couleur
- Respect des temps de séchage
- Gestes précis et réguliers



## French manucure

- Base nude ou rose pâle
- Tracé blanc du bout de l'ongle
- Ligne de sourire régulière
- Finesse et élégance



## Finitions impeccables

- Top coat brillant
- Correction des débordements
- Vérification de chaque ongle
- Résultat professionnel

La préparation de l'ongle est une étape cruciale qui conditionne la qualité du résultat final. Commence par dépolir la surface unguéale avec un bloc polissoir pour éliminer les stries et créer une surface lisse et uniforme. Repousse ensuite délicatement les cuticules avec un bâtonnet de buis après les avoir ramollies dans un bain émollient. Le limage doit être effectué avec méthode : toujours dans le même sens, du bord extérieur vers le centre, en maintenant la lime à 45° sous l'ongle. La forme choisie (carrée, arrondie, ovale) doit être harmonieuse et adaptée à la morphologie de la main.

La pose du vernis exige une main sûre et un œil affûté. Applique d'abord une base protectrice qui renforce l'ongle et prolonge la tenue du vernis. Le vernis de couleur s'applique en trois passages : un au centre, puis un de chaque côté, en veillant à ne pas déborder sur les cuticules. Chaque couche doit être fine et régulière pour éviter les surcharges et les temps de séchage trop longs. La french manucure demande une technique encore plus précise avec un tracé net et régulier du bout de l'ongle. Termine toujours par un top coat pour sceller la couleur et apporter de la brillance. Les finitions doivent être impeccables : aucun débordement, aucune trace, aucune irrégularité ne doit subsister.



# Organisation et méthode de travail

L'organisation du poste de travail constitue un critère d'évaluation majeur lors de l'épreuve pratique. Un poste bien organisé témoigne de ton professionnalisme, facilite la fluidité de tes gestes et contribue au respect des règles d'hygiène. Avant le début de la prestation, prends le temps de disposer méthodiquement tout le matériel dont tu auras besoin : instruments propres et désinfectés, produits à portée de main, consommables en quantité suffisante. Cette préparation minutieuse t'évitera les allers-retours inutiles et les pertes de temps pendant la prestation.

La propreté du poste doit être maintenue du début à la fin de l'épreuve. Range et nettoie au fur et à mesure, élimine immédiatement les déchets dans les contenants appropriés, replace chaque instrument après utilisation. Un poste de travail propre et ordonné inspire confiance au modèle et facilite ton travail. La gestion du temps est également cruciale : tu dois répartir judicieusement les différentes phases de la prestation pour terminer dans les délais impartis, tout en conservant la qualité de ton travail.

La précision de tes gestes fait toute la différence entre une prestation correcte et une prestation excellente. Chaque mouvement doit être maîtrisé, fluide et assuré. Évite les hésitations, les gestes brusques ou approximatifs. Cette aisance technique s'acquiert par la pratique régulière et la répétition des protocoles. Pendant l'épreuve, reste concentrée sur chaque étape, même si tu te sens observée. Ta capacité à maintenir ton niveau d'exigence du début à la fin de la prestation sera particulièrement valorisée par le jury.

## Matériel prêt et accessible

Dispose tous tes outils et produits de manière logique et ergonomique avant de commencer

## Poste propre en continu

Range et nettoie au fur et à mesure pour maintenir un environnement professionnel

## Gestion optimale du temps

Respecte les durées prévues sans sacrifier la qualité de ta prestation

## Gestes techniques précis

Exécute chaque mouvement avec assurance, fluidité et maîtrise

« L'excellence naît de la rigueur dans les détails. Un poste bien organisé reflète un esprit professionnel. »

# Erreurs fréquentes à éviter absolument

Certaines erreurs, bien que fréquentes chez les candidats, peuvent sérieusement compromettre ta note lors de l'épreuve pratique du Bloc 2. La connaissance de ces pièges courants te permettra de les anticiper et de les éviter le jour J. Le jury est particulièrement vigilant sur ces points car ils révèlent souvent un manque de rigueur, de préparation ou de maîtrise technique.

La gestion de la température de la cire est un point critique : une cire trop chaude peut provoquer des brûlures graves sur la peau du modèle, constituer une faute professionnelle majeure et entraîner l'arrêt immédiat de ta prestation. Teste toujours la température sur ton poignet avant toute application. À l'inverse, une cire trop froide ne permettra pas une épilation efficace et te fera perdre un temps précieux en multipliant les passages.

La préparation de l'ongle conditionne directement la qualité et la tenue de la pose de vernis. Un ongle mal préparé, avec des cuticules non repoussées, une surface irrégulière ou des résidus de gras, ne permettra jamais une application parfaite du vernis. Le polissage et le dégraissage sont des étapes non négociables. Les finitions négligées constituent également une erreur majeure : des débordements de vernis sur la peau, des traces inégales, un bord d'ongle mal limé donnent une impression de travail bâclé qui ne sera pas tolérée par le jury.

Enfin, un poste désorganisé révèle un manque de méthode et de professionnalisme. Un matériel éparpillé, des déchets non éliminés, des produits mal rangés perturbent ton efficacité et donnent une image négative. L'organisation n'est pas un détail cosmétique : c'est le socle même de ta prestation professionnelle.

## ❌ Cire trop chaude ou trop froide

*Risque de brûlure ou épilation inefficace. Toujours vérifier la température avant l'application sur la peau du modèle.*

## ❌ Ongle mal préparé

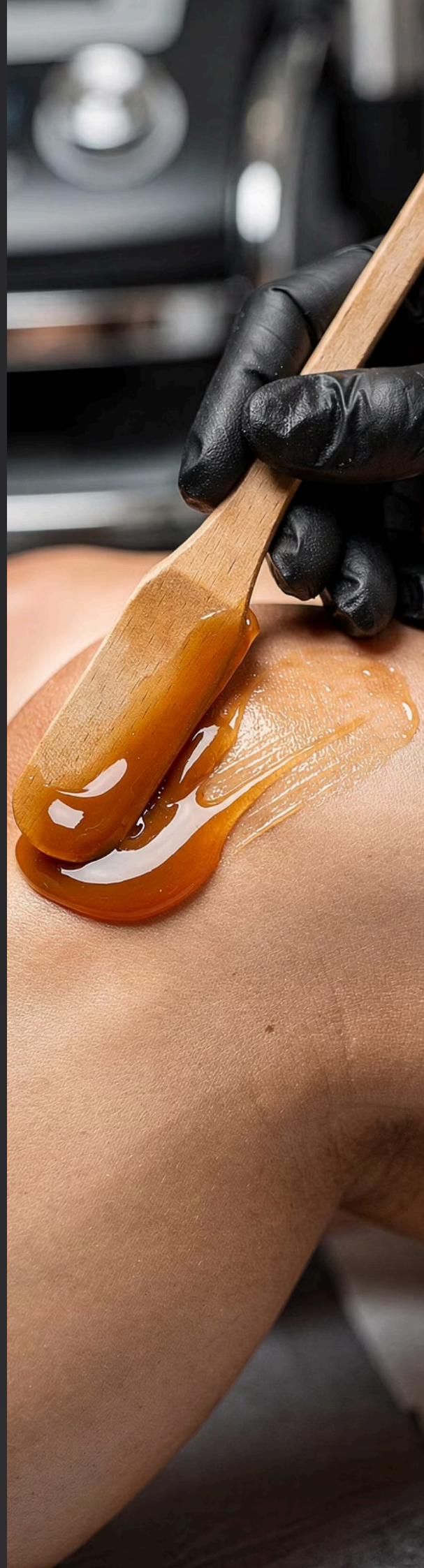
Surface irrégulière, cuticules non traitées, ongle gras : ces négligences compromettent la tenue et l'esthétique du vernis.

## ❌ Finitions bâclées

Débordements de vernis, traces irrégulières, ongles mal limés : l'absence de soin dans les détails révèle un manque de professionnalisme.

## ❌ Poste de travail désorganisé

Matériel éparpillé, déchets non éliminés, produits mal rangés : le désordre nuit à l'efficacité et à l'image professionnelle.



# Conseils pour le jour de l'examen

Le jour de l'examen représente l'aboutissement de plusieurs mois de formation et de pratique intensive. C'est le moment de mettre en valeur toutes les compétences que tu as acquises et de démontrer ton professionnalisme. La réussite de cette épreuve repose autant sur ta maîtrise technique que sur ta capacité à gérer le stress et à maintenir une attitude professionnelle tout au long de la prestation.

## Précision avant rapidité

*Privilégie toujours la précision à la rapidité. Il vaut mieux terminer une minute avant la fin du temps imparti avec un travail soigné et des finitions impeccables, plutôt que de finir rapidement avec un résultat approximatif. Le jury valorise la qualité du geste, la régularité de l'application, la propreté des finitions. Chaque détail compte : un vernis bien appliqué sans débordement, un bord d'ongle parfaitement limé, une zone épilée sans poils résiduels. Ces petites attentions feront toute la différence dans ton évaluation.*

## Respect des protocoles

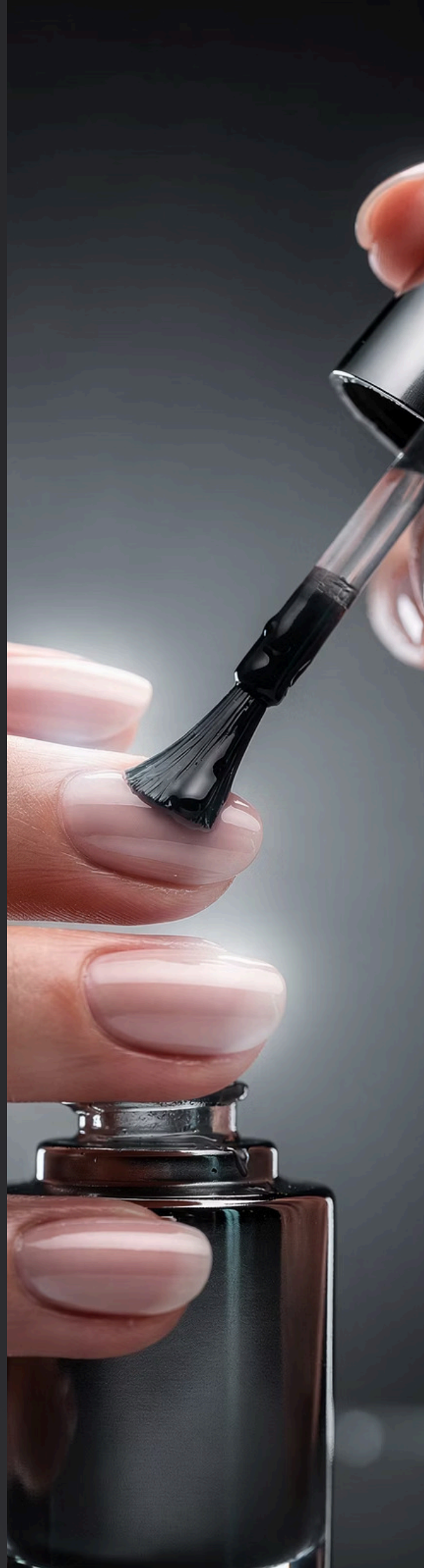
*Le respect scrupuleux des protocoles est essentiel. Les protocoles que tu as appris durant ta formation ne sont pas de simples suggestions : ce sont des standards professionnels qui garantissent la sécurité, l'hygiène et l'efficacité de tes prestations. Ne modifie pas l'ordre des étapes, n'oublie aucune phase, applique chaque produit selon les règles de l'art. Cette rigueur méthodologique témoigne de ton sérieux et de ta fiabilité en tant que future professionnelle.*

## Attitude professionnelle

*Enfin, maintiens une attitude calme, posée et professionnelle durant toute l'épreuve. Même si tu ressens du stress, ne le laisse pas transparaître. Respire calmement, concentre-toi sur ta prestation, communique avec douceur et bienveillance avec ton modèle. Le jury évalue aussi ta capacité à créer une atmosphère sereine et rassurante, qualité indispensable dans les métiers de l'esthétique. Si tu commets une petite erreur, ne panique pas : corrige-la avec discrétion et continue ta prestation avec assurance.*

### Rappel essentiel :

Le jury n'attend pas la perfection absolue, mais une démonstration de compétences solides, d'une méthode rigoureuse et d'un comportement professionnel. Aie confiance en tes capacités !



# Les 4 piliers de ta réussite

Au terme de ce mémo de révision, rappelons ensemble les quatre piliers fondamentaux qui garantiront ta réussite lors de l'épreuve pratique du Bloc 2. Ces quatre dimensions – précision, hygiène, méthode et organisation – sont indissociables et constituent le socle de toute prestation professionnelle de qualité en esthétique.

Ces principes ne s'appliquent pas seulement à l'examen : ils représentent les valeurs essentielles qui guideront toute ta carrière professionnelle. Une esthéticienne accomplie est celle qui, jour après jour, maintient ces exigences élevées dans chacune de ses prestations. C'est cette constance dans la qualité qui bâtit une réputation solide et fidélise une clientèle.

## Précision

Chaque geste compte, chaque détail a son importance. La précision technique distingue l'amateur de la professionnelle.



## Hygiène

Règles d'hygiène et d'asepsie rigoureuses à chaque instant. La sécurité sanitaire est non négociable.

## Méthode

Respect scrupuleux des protocoles et des étapes. La méthode garantit l'efficacité et la qualité constante.



## Organisation

Poste de travail ordonné, gestion optimale du temps. L'organisation reflète ton professionnalisme.



Tu as travaillé dur pour en arriver là, tu as accumulé les heures de pratique, tu as progressé semaine après semaine. Fais confiance à ta formation, fais confiance à ton entraînement, fais confiance à tes capacités. Le jour de l'examen, respire profondément, visualise ta réussite, et laisse tes compétences s'exprimer naturellement.



**Tu es prête. Bonne chance pour ton examen ! ✨**

**BEAUTY S CONCEPT**  
Organisme de Formation certifié Qualiopi pour les actions de formation.  
3 boulevard Jean-Marie L'Huilier – 13800 ISTRES  
Immatriculé au RCS de Salon de Provence – SASU au capital de 100.00 € – SIRET: 89132234900012  
APE: 8559A – TVA Intracommunautaire: FR69891322349  
✉ : beautysconcept13@gmail.com ☎ : 09 51 93 29 06 | 06 50 13 46 57

