

A close-up portrait of Sarah Plainfossé, a French actress, with blonde wavy hair and blue eyes, wearing a pink knitted sweater and a delicate necklace. The background is a soft, out-of-focus blue.

Sarah plainfossé

BEAUTÉ AU QUOTIDIEN

CONSEILS ET ÉTAPES DE MAQUILLAGE FACILES

Dans ce e-book vous trouvez toutes les
astuces pour bien débuter en maquillage.
Ce plan couvrira les aspects essentiels
du maquillage quotidien, en mettant
l'accent sur des conseils pratiques



ÉTAPE 1:

*Un beau maquillage passe par
une belle peau !*

Ayez une bonne routine:

UNE PEAU BIEN SOignée CONSTITUE UNE TOILE LISSE POUR LE MAQUILLAGE, PERMETTANT UNE APPLICATION PLUS UNIFORME ET UNE MEILLEURE ADHÉRENCE DES PRODUITS. MAIS CE N'EST PAS TOUT! UNE ROUTINE DE SOINS RÉGULIÈRE AIDE À PRÉVENIR DIVERS PROBLÈMES DE PEAUX TELS QUE L'ACNÉ, LA SÈCHERESSE, ET LES IRRITATIONS.

DIAGNOSTIC PEAU
SOINS

AGE: _____

NATURE DE PEAU:

☐ NORMALE	☐ MIXTE
☐ SÈCHE	☐ GRASSE

COMBIEN D'HEURES DORMEZ VOUS HABITUELLEMENT

☐ MOINS DE 6H	☐ 6 À 8H
☐ + DE 8H	

AVEZ VOUS LA PEAU SENSIBLE?

☐ PAS DU TOUT	☐ MOYENNEMENT
☐ EXTREMEMENT	

ACTION À CIBLER EN PRIORITÉ

☐ PORES DILATÉS	☐ PEAU TERNE
☐ ROUGEURS - BOUTONS	☐ TACHES
☐ RIDES - RIDULES	☐ MANQUE DE FERMETÉ
☐ TEXTURE	☐ POINTS NOIRS
☐ REGULATION SEBUM	☐ CONTOUR DES YEUX

DANS QUEL MESURE ÊTES VOUS EXPOSÉ À LA POLLUTION AU QUOTIDIEN?

☐ FAIBLEMENT	☐ MOYENNEMENT
☐ FORTEMENT	

QUELS PRODUITS UTILISEZ VOUS ?

☐ NETTOYANT VISAGE	☐ MASQUES
☐ SÉRUM	☐ GOMMAGE
☐ CRÈME DE JOUR	☐ EAU DE ROSE
☐ CRÈME DE NUIT	☐ CRÈME CONTOUR DES YEUX

COMBIEN DE TEMPS ÊTES VOUS EXPOSÉ AU SOLAIRE CHAQUE JOUR

☐ MOINS DE 3H	☐ 1 - 3 HEURES
☐ PLUS DE 4H	

TEAM ☒ ADDICTION

Mon conseil:

UNE BONNE ROUTINE DE SOINS C'EST BIEN, DES PRODUITS ADAPTÉS À TA PEAU C'EST MIEUX! JE TE CONSEILLE DONC DE RÉPONDRE À CE QUESTIONNAIRE AFIN DE RECEVOIR GRATUITEMENT TA ROUTINE DE SOINS PERSONNALISÉE.

Mes indispensables:



NETTOYANT



SÉRUM



CRÈME HYDRATANTE



EAU DE ROSE



CRÈME CONTOUR
DES YEUX



BAUME DÉMAQUILLANT
page 02



ÉTAPE 2: *Le teint.* *la toile de fond de votre makeup*

Les étapes d'un beau teint:



1. LA BASE VISAGE: POURQUOI? ELLE VA VENIR LISSER LES PORES DE VOTRE PEAU ET PROTEGER VOTRE PEAU DE TOUTES AGRESSIONS EXTÉRIEURES (POLLUTION, POUSSIÈRES, ECT..)
2. LE FOND DE TEINT, OU LA BBCRÈME SERT À UNIFIER LE TEINT, CAMOUFLER LES IMPERFECTIONS. ASSURE TOI DE CHOISIR LE BON FOND DE TEINT, EN FONCTION DE TA PEAU, DE TA CARNATION & DE TON SOUS TON.
3. POUDRE LIBRE:ELLE VA PERMETTRE DE FIXER LE MAQUILLAGE ET RÉDUIRE LES BRILLANCES.
4. BRONZEUR & BLUSH POUR VENIR DONNER DU VOLUME À VOTRE VISAGE

Mon conseil:

LE CHOIX DU FOND DE TEINT EST PRIMORDIALE POUR AVOIR UN BEAU RENDU, CELA VA DÉPENDRE DE TON TYPE DE PEAU (NORMALE, SÈCHE, MIXTE, GRASSE..) MAIS AUSSI DE TA CARNATION. RETROUVE À LA PAGE SUIVANTE MES CONSEILS POUR T'AIDER À CHOISIR LE FOND DE TEINT QUI TE CONVIENT!

Mes indispensables:



BASE VISAGE



PINCEAU
KABUKI



FOND DE TEINT
SÉRUM



BARE YOU
(BRONZEUR/ BLUSH/
HIGHLIGHTER)



POUDRE LIBRE
BEHOLD

Trouve ton fond de teint !

1. QUEL EST TON TYPE DE PEAU?

NORMALE - SECHE - GRASSE -
MIXTE ?

2. QUEL COUVRANCE TU VEUX?

LEGERE, MODULABLE, FORTE

3. REPOND AU QUESTIONNAIRE:

TROUVEZ VOTRE

Teint parfait



MES VEINES SONT:

A - VERTE

B - BLEU / MAUVE

C - BLEU / VERTE

AU SOLEIL JE :

A - BRONZE FACILEMENT

B - BRULE FACILEMENT

C - LES DEUX

MA PEAU SEMBLE:

A - JAUNE / OLIVE

B - ROSÉ

C - NI L'UN NI L'AUTRE

JE PORTE MIEUX:

A - BIJOUX EN OR

B - BIJOUX EN ARGENT

C - LES DEUX

ET ENVOIE

MOI UNE PHOTO DE TOI PRISE A LA
LUMIERE DU JOUR FACE FENETRE





ÉTAPE 3:

Maquillage des yeux



Quoi choisir?

LE MAQUILLAGE DES YEUX VA PERMETTRE DE METTRE EN VALEUR TON REGARD, ON ENLEVE TOUT DE SUITE LES STÉRÉOTYPES DE " JE NE PEUX PAS PORTER DE BLEU CAR J'AI LES YEUX BLEUS" IL N'Y A AUCUNE RÈGLE MIS À PART, DE TE SENTIR À L'AISE AVEC TON MAQUILLAGE!

3 TYPES DE FARD À PAUPIÈRE:

- LES POUDRES: FACILE À UTILISER, POUR MÉLANGER LES COULEURS & FAIRE DES DÉGRADÉS. A UTILISER AVEC UNE BASE POUR UNE TENUE TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE.
- LES STICKS: IDÉALE POUR LES DÉBUTANTES, TU PEUX PORTER UNE SEULE COULEUR OU PLUSIEURS.
- LES LIQUIDES: SIMPLE, RAPIDE, EFFICACE, LE TOP POUR LES FEMMES PRESSÉES.

Mon conseil:

MAQUILLE TES SOURCILS POUR OUVRIR TON REGARD & STRUCTURER TON MAQUILLAGE DES YEUX.

Mes indispensables:



BASE À
PAUPIÈRE



FARD À
PAUPIÈRE LIQUIDE



PALETTE FARD À
PAUPIÈRE EN
POUDRE



FARD À PAUPIÈRE
EN STICK



CRAYON
À SOURCILS

ÉTAPE 4:

Le mascara

Quoi choisir?

TOUT COMME CE QUE L'ON A VU PRÉCÉDEMMENT, LE MASCARA SE CHOISIT ÉGALEMENT, EN FONCTION DE NOS CILS, ET DU RENDU SOUHAITÉ. IL VA SERVIR À SUBLIMER TON REGARD & À L'OUVRIR.



Mon conseil:

RAJOUTE UN TRAIT DE CRAYON DANS TA MUQUEUSE, AFIN D'OUVRIR OU SOULIGNER TON REGARD, DU NUDE POUR L'OUVRIRE ET L'AGRANDIR, DU NOIR POUR LE SOULIGNER OU RÉTRÉCIR.

Mes indispensables:



TWISTED



QUADRA



4D



ÉTAPE 5:

Les lèvres



Pourquoi?

LE ROUGE À LÈVRES EST UN ÉLÉMENT ESSENTIEL DANS LE MONDE DU MAQUILLAGE, LE ROUGE À LÈVRES PERMET DE METTRE EN VALEUR LES LÈVRES, LES RENDANT PLUS DÉFINIES ET ATTRACTIVES. IL EXISTE DIFFÉRENTES TEXTURES DE ROUGE À LÈVRES EN FONCTION DE CE QUE TU SOUHAITES. LE MAT, LE SATINÉ, LE GLOSS.

Mon conseil:

AVANT DE MAQUILLER TES LÈVRES PENSE À L'EXFOLIATION, POUR ENLEVER LES PEaux MORTES POUR UNE APPLICATION LISSE. UTILISER UN CRAYON À LÈVRES POUR DÉFINIR ET EMPÊCHER LE ROUGE À LÈVRES DE FILER.

Mes indispensables:



CRAYON À LÈVRES



GLOSS



ROUGE À LÈVRE
OPULENCE



SPLASH

Merci !

*Retrouve-moi sur mes différentes plateformes afin d'avoir accès
aux tutos et bien + encore*