

Stappenplan 186 Het gezicht reinigen

VOORBEREIDEN



1. Zorg voor je persoonlijke verzorging:
 - Breng je (bedrijfs)kleding in orde.
 - Maak lang haar vast.
 - Doe hand- en polssieraden af.
 - Was je handen.



2. Verzamel het volgende:
 - twee handdoeken
 - kompresdoek en gastendoekje
 - bak met handwarm water
 - bandeau
 - haarnetje
 - voetenzak of slofjes
 - één dekbed of badlaken
 - beschermhoes behandelstoel
 - taboeret
 - oogmake-upremover of oogpads
 - stapeltje uitgeknepen, vochtige, warme wattenschijfjes
 - wattenstaafjes
 - reinigingsmelk of reinigingscrème
 - lotion of tonic
 - tissues
 - dagcrème
 - spatel
 - afvalbakje
 - sieradenbakje
 - alcohol 70%.



3. Maak een wattenschijfje vochtig met alcohol en desinfecteer de spatel door de spatel schoon te wrijven.



4. Dek de behandelstoel af met de beschermhoes. Leg een handdoek over het hoofdeinde van de behandelstoel.

Let op! Zorg dat je werkt volgens de HAM-code.

UITVOEREN



5. Voer de werkzaamheden uit die nodig zijn voordat je met de reiniging kunt beginnen:
- Leg voor jezelf een gastendoekje klaar. Dit gebruik je om je eigen handen af te drogen of schoon te maken.
 - Laat de klant alle sieraden van oren, gezicht en hals in het sieradenbakje leggen.
 - Laat de klant de bovenkleding en de schoenen uitdoen. Let op de privacy van de klant.
 - Laat de klant plaatsnemen in de behandelstoel.
 - Zet de behandelstoel in de ligstand en op de juiste werkhoogte.
 - Dek het lichaam van de klant af met een deken of een badlaken om het lichaam warm te houden. Doe de voetenzak of de slofjes om de voeten.
 - Schuif bij een vrouwelijke klant de behabandjes richting de ellebogen.
 - Leg een handdoek op de borst van de klant tot aan de schouders en sla de handdoek om de deken of het badlaken.
 - Plaats de bandeau en het haarnetje om het hoofd van de klant. Zorg hierbij dat de haren uit het gezicht zijn en dat het voorhoofd vrij is.
 - Stel de taboeret in op de juiste, ergonomische werkhoogte. Zorg dat je knieën in een hoek van 90 graden staan, met je voeten plat op de grond. Houd je rug recht en je schouders laag.



6. Reinig de ogen:

- Doe een drupje oogmake-upremover op een vochtig wattenschijfje of gebruik oogpads.
- Doe het wattenschijfje om je middelvinger. Leg deze vinger met het wattenschijfje op de wimpers van de klant.
- Houd met twee vingers van je andere hand de huid naast het oog tegen. Dit voorkomt rimpelvorming.
- Draai rondjes met je vinger op de wimpers. Draai naar de ooghoek toe en over de wenkbrauw terug.
- Pak nieuwe wattenschijfjes als dat nodig is.
- Maak de rand onder de wimpers schoon met een vochtig wattenstaafje. Wrijf met het wattenstaafje ook de oogmake-up tussen de onderwimpers weg.



7. Reinig de lippen:

- Doe een drupje reinigingsmelk of reinigingscrème op een vochtig wattenschijfje.
- Span de mond aan met je middelvinger en duim naast de mondhoeken.
- Doe het wattenschijfje om je middelvinger en strijk van mondhoek tot mondhoek.



8. Reinig het decolleté, de hals en het gezicht:
- Doe wat reinigingsmelk of reinigingscrème op je hand, ter grootte van een munt van twee euro.
 - Wrijf in je handen.
 - Stempel het product met twee handen op het decolleté, de hals en het gezicht.
 - Werk het product van het midden van het decolleté, hals en gezicht naar buiten met strijkende bewegingen.
 - Zorg dat je handen helemaal aansluiten op de huid. Je werkt met twee handen tegelijk.
 - Begin met het reinigen van het decolleté. Werk in banen. Schuif steeds een strook omhoog totdat je het voorhoofd hebt gereinigd.
 - Zorg dat je handen steeds de huid blijven raken als je naar de volgende baan gaat. Dit doe je met de bovenkant van je vingers.
 - Reinig de neus door je beide middelvingers boven aan de neusbrug te zetten. Maak met beide middelvingers rondjes langs de zijkanten van de neus naar beneden.
 - Verwijder het product met de warme vochtige kompresdoek:
 - Leg het midden van de kompresdoek onder de kin.
 - Vouw de kompresdoek om het gezicht heen en laat de neus vrij.
 - Met je beide handen druk je de kompresdoek op de kin en het voorhoofd aan.
 - Vouw daarna je beide handen om de wangen.
 - Veeg vanaf het voorhoofd met de kompresdoek de reinigingsmelk van het gezicht af.
 - Spoel de kompresdoek goed uit in het warme water en knijp hem goed uit. Vouw de doek dubbel en leg hem in de hals. Druk voorzichtig aan de zijkant van de hals de doek aan. Verwijder de reinigingsmelk met de kompresdoek.
 - Leg de kompresdoek op het decolleté en druk met beide handen de doek aan. Verwijder ook hier de reinigingsmelk.



9.
 - Doe op twee vochtige wattenschijfjes een drupje lotion of tonic en reinig het decolleté, de hals en het gezicht van de klant na met de lotion of tonic.
 - Droog de huid na met een tissue. Maak een gaatje in het midden van de tissue voor de neus en leg de tissue op het gezicht. Dep de huid droog.
 - Breng wat dagcrème aan. Gebruik de gedesinfecteerde spatel om de dagcrème uit het potje te halen:
 - Zet kleine stipjes dagcrème op de kin, de wangen, de neus en het voorhoofd.
 - Verdeel de crème met je vingers vanaf het midden van het gezicht naar de zijkanten van het gezicht. Doe dit totdat de crème niet meer zichtbaar is.
 - Verwijder de bandeau en het haarnetje.
 - Help de klant omhoog uit de stoel.

NAZORG



10. Controleer of je het gezicht goed hebt gereinigd.



11. Vraag de klant of alles naar wens is. En geef de kleding en de sieraden terug.
12. Desinfecteer de spatel met vochtige watten en alcohol. Ruim alle materialen schoon en droog op. En doe (hand)doeken en ander linnengoed in de was.



13. Was je handen.