

# 做优雅精致女人

## ——妆容篇

### 课程背景：

现在社会对于形象要求越来越高，无论是在企业工作还是和朋友聚会，有一个精致的妆容会给对方的印象加分不少。化妆是一个扬长避短的一个作用，那么认识自己以及化妆的技巧手法就显得尤为重要。

### 课程收益：

- 1、认识到化妆的重要性
- 2、确定自身适合的风格和色彩
- 3、认识自己脸型和五官的优缺点
- 4、掌握化妆步骤和化妆手法技巧

**课程对象：**全体女性员工

**课程时间：**半天，3小时/天

**课程方式：**讲授，课堂练习，实操

### 课程大纲：

#### 第一章：色计人生篇

- 一、懂色的女人最时尚
- 二、定位你的专属色调
- 三、配色达人离你很近
- 四、人与色的关系：喜欢和适合的矛盾有多深
- 五、变色的女人和妩媚

#### 第二章：神笔马良篇

- 一、认识自我、找到适合自己的修容方式  
突出优点、掩饰缺点、弥补不足、整体调整
- 二、工欲善其事必先利其器——工具认识篇
- 三、化妆步骤与技巧
  - 1、化妆标准程序：基面化妆、点面化妆
  - 2、粉底选择和手法
  - 3、定妆选择和手法
  - 4、认识自我：脸型和五官比例
  - 5、眉的修饰
  - 6、眼妆的修饰：眼影、眼线、睫毛等
  - 7、面颊修饰：脸型判断、阴影、腮红
  - 8、唇修饰