



Trainingsmaterialien Pflegen und Gestalten der Hände und Füße



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

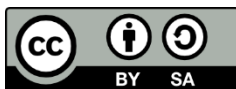
Diese Arbeit wurde als gemeinsame Arbeit von Partnerorganisationen aus Deutschland, Spanien, Italien, Zypern und Finnland im Rahmen des Projekts „Verbesserung von Berufsbildungsangeboten im Wellness-Bereich“ (im Folgenden als Skills for Wellness bezeichnet, Projektnummer 2019-1-DE02-KA202-006180) entwickelt.

Das Projekt Skills for Wellness zielt darauf ab, Anbieter von Wellness-Dienstleistungen, Fachleute und Berufsbildungseinrichtungen mit den Tools auszustatten, um die eigenen beruflichen Fähigkeiten und die der Mitarbeiter zu bewerten und zu verbessern.



Danksagung

Wir möchten uns bei allen Lernenden, Trainer*innen, Lehrkräften, Expert*innen und Forscher*innen bedanken, die zur Entwicklung dieses Materials beigetragen haben.



© 2021. This work is licensed under a CC BY 4.0 license.

The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.
Agreement No 2019-1-DE02-KA202-006180



Inhalt

EINLEITUNG	4
Zweck des Trainingsmaterials für den Wellnessbereich	4
Verwendung und Anwendung des Trainingsmaterials für den Wellnessbereich	4
Pflegen und Gestalten der Hände und Füße	9
3.1 Grundlegende Dermatologie / Anatomie.....	11
1. Praktische Aufgabe „Die Anatomie von Händen und Füßen“	12
2. Theoretisches Material „Veränderungen der Haut und Nägel, Behandlungspläne für Hände und Füße“	14
3. Fallstudie „Ursachen für Hand- und Fußbeschwerden“	26
3.2 Handbehandlung einschließlich Maniküre, Nageldesign und -verlängerung [Pflege- und Schönheitsbehandlung].....	34
1. Praktische Aufgabe „Erstellen einer informellen Webseite“	35
2. Simulation „Hautuntersuchung und Analyse von Händen und Nägeln“	37
3. Schriftliche Übung „Vorbereitung der Materialien“	45
4. Fallstudie „Behandlung von Dyschromie und dunklen Flecken“	65
5. Simulation/Demonstration „Maniküreprozess einschließlich Maniküre für Männer“	84
6. Fallstudie „Nagelschmuck auswählen“	102
7. Praktische Aufgabe „Erstellen einer Zufriedenheitsumfrage“	116
3.3 Fußbehandlung einschließlich Pediküre und Nageldesign [Pflege- und Schönheitsbehandlung]	127
1. Fallstudie „Dienstleistungen im Zusammenhang mit Fußbehandlungen“	128
2. Praktische Aufgabe „Hygiene am Arbeitsplatz“	131
3. Rollenspiel, schriftliche Übung „Ausfüllen einer Kundenkarte“	133
4. Schriftliche Übung „Probleme bei der Durchführung der Behandlung“	136
5. Videoanalyse, Demonstration „Kosmetikerin und Kundin im Gespräch über Fußbehandlung“	140
6. Praktische Aufgabe „Zehennägel- und Fußhaut-Probleme“	144
7. Schriftliche Übung „Ablauf einer Pediküre“	150
8. Demonstration „Zehennagelkunst“	155
9. Praktische Aufgabe „Auftragen von Gel-Nagellack“	158
10. Schriftliche Übung „Umweltfreundliche Nagellacke“	159
11. Simulation „Beratung eines Kunden zu häuslichen Behandlungen“	162
12. Schriftliche Übung „Pediküre für Kunden mit besonderen Bedürfnissen“	165
13. Schriftliche Übung „Nachhaltiger Nagelsalon“	169
3.4 Massage und Paraffinbehandlung [Pflegebezogene Behandlung]	176

1. Simulation „Durchführung einer Handmassage“	177
2. Schriftliche Übung „Fußmassage vs. Fußreflexzonenmassage“	180
3. Videoanalyse „Durchführung einer Fußmassage“	186
4. Schriftliche Übung „Indikationen und Kontraindikationen für eine Paraffin- Handbehandlung“	189
5. Simulation „Durchführung einer Paraffin-Handbehandlung“	192
6. Praxisaufgabe „Beratung eines Kunden und Umgang mit Kundenunzufriedenheit“	195
7. Praktische Aufgabe „Beratung eines Kunden zu einem geeigneten Produkt zur Hand- und Fußpflege“	198
8. Schriftliche Übung „Arten von Wachs“	201
9. Praktische Aufgabe „Erstellen einer Instagram-Story“	204

EINLEITUNG

Dieses Dokument ist das Ergebnis der gemeinsamen Arbeit von Partnerorganisationen aus Deutschland, Spanien, Italien, Zypern und Finnland im Rahmen des Projekts „Verbesserung von Berufsbildungsangeboten im Wellnesssektor“ (im Folgenden als „Skills for Wellness“ bezeichnet, Projektnummer 2019-1 -DE02-KA202-006180). Das Projekt Skills for Wellness zielt darauf ab, Anbieter von Wellnessdienstleistungen, Fachleute und Berufsbildungseinrichtungen mit den Tools auszustatten, um die eigenen beruflichen Fähigkeiten und die der Mitarbeiter zu bewerten und zu verbessern.

Zweck des Trainingsmaterials für den Wellnessbereich

Die von allen an Skills for Wellness beteiligten Einrichtungen erstellten Trainingsmaterialien sind modular aufgebaut und decken alle relevanten beruflichen sowie transversalen Kompetenzen für diejenigen ab, die im Wellnessbereich tätig sind. Diese Trainingsmaterialien basieren auf den Beschäftigungsstandards und wurden als Erweiterung und Aktualisierung der bestehenden Trainingsmaterialien in diesem Bereich erstellt.

Im ersten Schritt wurden Beschäftigungsstandards erfasst und erarbeitet, mit Fokus auf berufspraktischen Fertigkeiten und Fähigkeiten wie Hygiene, Dermatologie/Ernährung, Gesichtsbehandlungen, Hand- und Fußpflege, Körperbehandlungen, Sport- und Freizeitaktivitäten sowie auf transversalen Kompetenzen wie Fremdsprachen, Kommunikation und Nachhaltigkeit. Diese Themen wurden in Arbeitsbereiche und Einheiten gruppiert, um einen modularen Pfad aufzubauen, der bei der Gestaltung der Trainingsmaterialien für arbeitsbasiertes Lernen sowie bei der Einschätzung von Instrumenten zur Bewertung und Validierung der in Berufsbildungseinrichtungen und in einem non-formalen Kontext benötigten Kompetenzen half. Der Zweck dieser Trainingsressourcen ist es, Folgende zu unterstützen:

- **Mitarbeitende** im Wellnessbereich, die ihre beruflichen und transversalen Kompetenzen weiterentwickeln wollen, um die Anforderungen der Arbeitsgeber zu erfüllen
- **Arbeitsgeber** und Berufsbildungseinrichtungen im Wellnessbereich, die auf Fähigkeitsanforderungen und neue Trends des Wellnessbereichs reagieren möchten
- **Lernende** in Berufsbildungsprogrammen im Wellnessbereich, die relevante Fähigkeiten und Kompetenzen erwerben werden wollen

Der Ansatz, der zum Erstellen dieser Schulungsmaterialien verwendet wird, **ist ein arbeitsbasierter Lernansatz**, so können z. B. einige Ressourcen Simulationen, Fallstudien, praktische Aufgaben unter Verwendung von Videos, Softwares, Audios, anderen Websites usw. umfassen.

Darüber hinaus wurde die Aufmerksamkeit bei der Erstellung relevanter Schulungsmaterialien auf Schönheitsbehandlungen, Sport und Fitness, Freizeit und Erholung oder therapeutische Erholung, aber auch auf transversale Kompetenzen wie Fremdsprachen, Kommunikation und Umgang mit Kunden oder digitale Fähigkeiten gerichtet.

Bei der Gestaltung der Trainingsunterlagen haben wir die wichtigsten Themen der Wellnessbranche wie **Nachhaltigkeit** und die Ansprache von Kunden mit besonderen Bedürfnissen berücksichtigt (z.B. schwangere Frauen, ältere Menschen und Menschen mit Krebs-Erkrankungen), um aktualisierte und interessante Ressourcen für all diejenigen zu erstellen, die ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten verbessern möchten.

Verwendung und Anwendung des Trainingsmaterials für den Wellnessbereich

Die Trainingsressourcen wurden gemeinsam vom Konsortium entwickelt, wobei hauptsächlich Experten und Lehrkräfte der Berufs- und Bildungseinrichtungen (berufsbildende Schulen) und die Aufsicht sowie Beihilfe des Arbeitsmarktes, wie externe Experten und Führungskräfte des Wellnessbereichs,

beteiligt waren. Die Trainingsmaterialien wurden erstellt, um hauptsächlich in zwei Bereichen genutzt zu werden:

- Im **beruflichen und pädagogischen Bereich** (Berufsbildungsprogrammen), der für Berufsbildungspersonal (Lehrkräften) wichtig ist
- In Unternehmen, die im Bereich Wellness tätig sind (Schönheitszentren, Fitnessstudios, Wellness-Spas, Hotels und Resorts, in denen auf die spezifischen Bedürfnisse der Kunden eingegangen wird)

Eine weitere Möglichkeit, dieses Material zu nutzen, ist das **Selbst-Studium/Selbst-Lernen**: Jeder Lernende (jung oder erwachsen), der daran interessiert ist, seine Kompetenzen zu verbessern, kann frei und kostenlos einige Bereiche oder Einheiten der Trainingsmaterialien herunterladen, um mit der Erweiterung und Verbesserung seines Wissens und seiner Fähigkeiten im Wellness-Bereich zu beginnen. Die Trainingsmaterialien sind folgendermaßen aufgebaut:

Jeder Arbeitsbereich besteht aus **mehreren Einheiten**.

Jede Einheit basiert auf einem **Lernergebnis**, das als Wissen, Fähigkeiten, Verantwortung und Autonomie beschrieben wird und sich auf die im Wellnesbereich geforderten Leistungen bezieht. Das Lernergebnis wird auch durch eine Reihe von Demonstrationsindikatoren beschrieben, die dem Benutzer zu verstehen helfen, welche gängigen Praktiken auf der Grundlage realer Arbeitssituationen in der Einheit behandelt werden und gleichzeitig von der Arbeitswelt gefordert werden.

Um das Lernergebnis (bezogen auf ein EQR 4 des Europäischen Qualifikationsrahmens) zu erreichen, wurden zahlreiche **Trainingsmaterialien** erstellt.

Jede Einheit beinhaltet folglich eine Anzahl **an Aktivitäten**, die es den Lernenden erlauben, das Lernziel der Einheit zu erreichen. All diese Aktivitäten wurden erstellt, um, neben der Fähigkeit zu professionellem Handeln, auch die Fähigkeit zum sicheren Arbeiten (Hygiene- und Sicherheitskompetenzen) abzudecken und die wichtigsten berufsübergreifenden Kompetenzen anzuwenden (Kundendienst und Kommunikation, Nachhaltig, IKT-Kompetenzen).

Die **Art der Materialien/Ressourcen** werden im ersten Teil der Beschreibung der Einheit zusammengefasst.

Bei **jedem/jeder Material/Aktivität** gibt es eine anfängliche Beschreibung oder Präsentation, die dem Lesenden erklärt, was der Schwerpunkt der Aktivität ist und welche Schritte zur Erledigung der Aufgabe erforderlich sind.

Bei jeder Aktivität ist auch ihre Art angegeben, d. h. ob es sich um eine Einzel-, Gruppen- oder gemischte Aktivität handelt; die Liste der Materialien, die zur Durchführung der Aktivität/Übung/Aufgabe benötigten Tools und Instrumente sowie die benötigte Zeit. Jede Aktivität ist mit **Anhängen** ausgestattet, d.h. mit Dokumenten, Übungen, Links und allem, was zur Durchführung der Aktivität erforderlich ist sowie gegebenenfalls mit den entsprechenden **Lösungen**.

Alle Trainingsmaterialien sind zur Anwendung in den drei Lernumgebungen gedacht (in der Schule, der Arbeit oder zu Hause zum Selbststudium).

In der folgenden Anleitung können die Lernenden und die Trainer bzw. Lehrkräfte von Berufsbildungseinrichtungen sowie Arbeitgeber oder Angestellte des Wellnesbereichs innovative, aktuelle Trainingsmaterialien und Ressourcen finden, die auf einem arbeitsbasierten Lernansatz erstellt wurden, d. h. mit klaren arbeitsbasierten Lernergebnissen und -zielen

DIE TRAININGSMATERIALIEN

Arbeitsbereich 3: Pflegen und Gestalten der Hände und Füße

- 3.1 Grundlegende Dermatologie/Anatomie
- 3.2 Behandlungen an Händen einschließlich Maniküre, Nageldesign und Nagelmodellage [PFLEGE- UND BEAUTY-BEHANDLUNGEN]
- 3.3 Behandlungen an Füßen einschließlich Pediküre und Nagel-Design [PFLEGE- UND BEAUTY-BEHANDLUNGEN]
- 3.4 Massage und Paraffin-Behandlung [PFLEGE-BEHANDLUNGEN]

PFLEGEN UND GESTALTEN DER HÄNDE UND FÜSSE



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



GRUNDLEGENDE DERMATOLOGIE/ANATOMIE



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Pflegen und Gestalten der Hände und Füße

3.1	Grundlegende Dermatologie/Anatomie		
Lernergebnisse zu EQR			EQR 4
Lernergebnisse: Er/Sie ist in der Lage, Hauttypen an Händen und Füßen zu analysieren und die Ergebnisse zur Behandlungsplanung auszuwerten			Demonstrationsindikatoren
Kenntnisse	Fertigkeiten	Verantwortung und Autonomie	
<i>Er/Sie ist in der Lage,</i>	<i>Er/Sie ist in der Lage,</i>	<i>Er/Sie zeigt die nachgewiesene Fähigkeit,</i>	<i>Basierend auf tatsächlichen Arbeitssituationen</i>
<ul style="list-style-type: none"> die Elemente der Anatomie, Physiologie, Hygiene und Kosmetologie aufzulisten, die für die geplanten Behandlungen von Bedeutung sind die Arten von pathologischen Veränderungen und Makeln an Händen, Füßen und Nägeln erkennen, die die Durchführung einer Behandlung einschränken oder verhindern 	<ul style="list-style-type: none"> die Haut an Händen und Füßen durch Kundenbefragung und Untersuchung zu diagnostizieren die vorausgehende Untersuchung entsprechend der zu erbringenden Dienstleistung durchzuführen, um Anomalien, Makel und Unvollkommenheiten festzustellen 	<ul style="list-style-type: none"> die Verantwortung für den Abschluss der vollständigen Hautpflegediagnose zu übernehmen und die vorausgehende Untersuchung an Händen und Füßen durchzuführen, um pathologische Veränderungen, Makel und Unvollkommenheiten festzustellen 	<ul style="list-style-type: none"> Er/Sie diagnostiziert die Haut an Händen und Füßen individuell mit dem Behandlungsplan des Kunden in einer verständlichen Art und Weise, auch in einer Fremdsprache. Er/Sie listet die Elemente der Anatomie, Physiologie und Unvollkommenheiten auf der Kundenkarte auf. Er/Sie erkennt und identifiziert die Typen von pathologischen Veränderungen und Defekten an Händen, Füßen und Nägeln, die die Durchführung einer Behandlung behindern oder verhindern. Er/Sie handhabt die Beziehung mit dem Kunden (Gespräch und Beobachtung)

			<ul style="list-style-type: none"> • Er/Sie berät den Kunden über die Charakteristiken der Haut an Händen und Füßen individuell und korrekt und gibt Empfehlungen zur Hautpflege
Bewertungsinstrumente	<ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung • Demonstration • Fallarbeit • Test 		

3.1 Grundlegende Dermatologie / Anatomie

Liste der Materialien / Aktivitäten

1. Praktische Aufgabe „Die Anatomie von Händen und Füßen“
2. Theoretisches Material „Veränderungen der Haut und Nägel, Behandlungspläne für Hände und Füße“
3. Fallstudie „Ursachen für Hand- und Fußbeschwerden“

Ziel dieser Einheit

Am Ende dieser Einheit sind Sie in der Lage, Hand- und Fußhauttypen zu analysieren und die Ergebnisse für die Behandlungsplanung zu beurteilen. Sie kommunizieren professionell und verständlich, auch in einer Fremdsprache. Sie können auch die anatomischen, physiologischen und hygienischen Elemente sowie Mängel und Unvollkommenheiten der Behandlungskarte identifizieren. Sie können den Kunden individuell und richtig auf Hauteigenschaften an Händen und Füßen hinweisen und Empfehlungen zur Hautpflege geben.

Transversale Kompetenzen

- Kundenservice und Kommunikation
- Management und unterstützende Prozesse
- Zeitmanagement
- IKT-Kompetenzen
- Fremdsprachen
- Nachhaltigkeit

Hygiene und Sicherheit

- Grundlegende Kenntnisse in Hygiene und Sicherheit
- Geräte und Tools im Wellnessbereich
- Desinfektion von Geräten und Möbeln, Sterilität etc.

Art der Materialien/Ressourcen

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Video-Analyse <input type="checkbox"/> Simulation <input type="checkbox"/> Demonstration <input checked="" type="checkbox"/> Praktische Aufgabe <input type="checkbox"/> Rollenspiel | <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Fallstudie <input type="checkbox"/> Job shadowing <input type="checkbox"/> Dialoge <input type="checkbox"/> Schriftliche Übung <input checked="" type="checkbox"/> Sonstiges: Theoretisches Material |
|---|--|

Titel des Materials/der Aktivität	1. Praktische Aufgabe „Die Anatomie von Händen und Füßen“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>In dieser Aktivität erklärt der Trainer die praktische Aufgabe und steht mit Ratschlägen für die folgenden Schritte zur Seite:</p> <p>Schritt 1: Auswählen der Teams (2-4 Personen pro Team).</p> <p>Schritt 2: Recherche verschiedener YouTube-Videos in englischer Sprache über die Anatomie von Händen und Füßen (insbesondere Knochen und Muskeln müssen dargestellt werden).</p> <p>Schritt 3: Vorbereiten einer Präsentation über eines der Videos für die anderen Teams.</p>
Art der Aktivität	<input type="checkbox"/> Einzelaktivität <input checked="" type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<ul style="list-style-type: none"> • Computer und Internetverbindung • Unterschiedliche Quellen: Die Teams finden Informationen unabhängig voneinander • Die Teams sollten verlässliche YouTube Videos benutzen und die Präsentation den Link beinhalten
Benötigte Zeit	1 Stunde (zum Vorbereiten einer Präsentation) ca. 90 Minuten zur Durchführen (15 Minuten pro Team)
Anhänge	
Lösung zur Aktivität	<p>Die Lernenden können sich zum Beispiel diese Links ansehen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • https://www.youtube.com/watch?v=LIYUjR_mIHA • https://www.youtube.com/watch?v=zSjB3vEnAJ8 • https://www.youtube.com/watch?v=zyl6eoU-3Rg

Lösung

Die Lernenden sollten etwa diese Links finden:

- https://www.youtube.com/watch?v=LIYUjR_mlHA
- <https://www.youtube.com/watch?v=zSjB3vEnAJ8>
- <https://www.youtube.com/watch?v=zyl6eoU-3Rg>

Titel des Materials/der Aktivität	2. Theoretisches Material „Veränderungen der Haut und Nägel, Behandlungspläne für Hände und Füße“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	Die Aktivität besteht aus den folgenden Schritten: Schritt 1: Präsentation des theoretischen Materials über die Veränderungen der Haut und Nägel durch den Trainer. Schritt 2: Erklärung zum Ausfüllen des Behandlungsplans für Hände und Füße durch den Trainer. Schritt 3: Analysieren der eigenen Hände und Füße durch die Lernenden, Ausfüllen des Behandlungsplans basierend auf den Beobachtungen.
Art der Aktivität	<input type="checkbox"/> Einzelaktivität <input checked="" type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<ul style="list-style-type: none"> • Computer und Internetverbindung • Theoretisches Material über die Veränderungen der Haut und Nägel • Behandlungspläne für Hände und Füße
Benötigte Zeit	3 Stunden (3 x 1 Stunde)
Anhänge	Theoretisches Material über die Veränderungen der Haut und Nägel und Behandlungspläne für Hände und Füße Handbehandlungskarte Fußbehandlungskarte
Lösung zur Aktivität	

Theoretisches Material über die Veränderungen der Haut und Nägel und Behandlungspläne für Hände und Füße

Die Anatomie von Händen und Füßen

Sehen Sie sich zunächst beispielsweise diese Bilder an:

<https://musculoskeletalkey.com/the-forearm-wrist-and-hand-3/>

<https://fi.pinterest.com/pin/428545720762969630/>

<https://courses.lumenlearning.com/ap1x94x1/chapter/muscles-of-the-lower-leg-and-foot/>

- Die Haut an den Füßen bedarf besonderer Pflege, da die Füße das gesamte Körpergewicht tragen.
- Die Haut an den Füßen ist dicker als die Haut an jedem anderen Körperteil. Das Stratum corneum in den Fußsohlen kann Hunderte von Zellschichten enthalten.
- An den Fußsohlen befinden sich keine Talgdrüsen oder Körperbehaarung. Das subkutane Gewebe ist fester mit der darüber liegenden Dermis verbunden als in anderen Bereichen der Haut. Genau wie die Handinnenflächen besitzen auch die Fußsohlen zahlreiche ekkrine Schweißdrüsen. In den Fußsohlen dauert die Regeneration der Keratinschicht 3–4 Monate.
- Bei Schuhen bricht die Haut an den Füßen in der feuchten Wärme leicht auf, besonders wenn die Füße stark schwitzen. Die Belastung der Fußhaut kann zu Verdickung und Verhornung der Haut, Abschürfungen, Blasen und Verhärtungen führen.
- Viele Krankheiten und Alterung beeinträchtigen den Zustand der Füße. Die Erkrankungen des Bewegungsapparates können zu Veränderungen an den Gelenken führen. Diabetes kann die Blutzirkulation in den Füßen schwächen und Durchblutungsstörungen können Schwellungen verursachen. Die Menschen trainieren in ihrer Freizeit außerhalb ihrer Häuser und gehen barfuß in öffentlichen Duschräumen. Wenn die Haut an den Füßen nass und verletzt ist, ist eine Person anfälliger für Infektionen. Die Zehennägel können unter Stress stehen und in den Schuhen beschädigt werden, und die Pilzinfektionen der Füße können sich auf die Zehennägel ausbreiten. Gesunde Füße in den richtigen Schuhen tragen Sie problemlos weiter!

Veränderungen in Haut und Nägeln

- Diese Veränderungen können das Ergebnis vieler Dinge sein. Unzureichende und falsche Behandlung oder Hauterkrankungen können zu Hautveränderungen führen.
- Die Haut der Hände und Füße sauber und feuchtigkeits-gepflegt zu halten, ist wichtig.
 - **Die Haut an den Händen** trocknet leicht aus und ist oft Wasser, Reinigungsmitteln, Lösungsmitteln und anderen Chemikalien ausgesetzt. Die Haut an den Händen wird auch durch Feuchtigkeit und Temperaturschwankungen sowie UV-Strahlung angegriffen. Aus diesem Grund zeigt sich die Alterung auf der Haut der Hände schneller als anderswo. Häufige Belastungen der Haut können leicht Schürfwunden und Schwielen verursachen.
 - <https://www.healthline.com/health/hand-psoriasis>
 - <https://www.healthline.com/health-news/how-to-tell-if-the-hand-sanitizer-youre-buying-is-safe>
 - **Die Haut an den Füßen** ist anfälliger für Stress und Reibung, außerdem „schmort“ die Haut in den Schuhen und Socken. Veränderungen in der Fußstruktur können Veränderungen in der Haut der Füße verursachen.
 - <https://www.healthline.com/health/types-of-feet>
 - <https://www.healthline.com/health/foot-problems>

- In den Händen und Füßen kann die Durchblutung schwach sein, weshalb sie leicht auskühlen. Kalte Hände und Füße sowie weiße Finger- und Zehenspitzen können auch durch Rauchen, einige Krankheiten und Medikamente sowie zu kleine Handschuhe und Schuhe oder falsches Material verursacht werden.
- Nach dem Verzehr von salzigen Speisen können Finger und Haut an den Händen anschwellen, aber die Schwellung geht schnell zurück.
- Nach längerem Stehen oder Sitzen kann die Haut an den Füßen geschwollen sein, insbesondere wenn die Venenklappen nicht richtig funktionieren.
- Hautveränderungen lassen sich am besten vermeiden, indem man sie durch regelmäßige Hautpflege vorbeugt und die Haut vor Stress schützt.
 - Sehen Sie sich diese Links an:
 - <https://www.healthline.com/health/how-to-strengthen-nails#5.-Be-careful-about-the-products-you-use>
 - <https://www.healthline.com/health/dry-cuticles>

Hautveränderungen verursacht durch Scheuern

- Abschürfungen und Erosionen
- Verhornung und Verhärtung
- Hühneraugen und Schwielen
- Risse
- **Abschürfungen und Erosionen** werden durch Reibung und Schweiß verursacht. Sie sind oberflächliche Geschwüre auf der Epidermis.
- **Bei Verhornung** wird die mechanische Reibung die Regeneration der Zellen in der Basalzellschicht beschleunigt, und die Zellschicht der Hornhaut wird im Bereich der Reibung dicker. Das Scheuern wird durch äußeren Druck, Kompression oder Reibung verursacht.
- Abplatzungen können auf der Haut der Hände und Füße auftreten oder wenn die Haut verdickt ist. Mikroben oder Substanzen, die die Haut reizen oder allergisieren, können leicht in trockene Haut eindringen.
- **Verhärtung** zeigt sich auf der Haut als glänzende und dicke Haut. Wenn sie feucht ist, sieht sie gelblich aus. Die Verhärtung oder ein kleiner Teil der Verhärtung kann sich in eine Hornhaut verwandeln, wenn das Scheuern anhält.
- **Hühneraugen und Schwielen** können Schmerzen verursachen, wenn die kegelförmige Spitze der Hornhaut Druck auf einen Nerv in der Lederhaut ausübt. Diese Art von Schwielen sind harte Schwielen, wohingegen Schwielen zwischen den Zehen weich sein können. Ein Kallus kann auch mit Blutgefäßen infiltriert werden. Der Kunde wird an einen Arzt überwiesen, wenn die Hornhaut infiziert oder eitrig ist.
- Hühneraugen (Clavus) können typischerweise hier gefunden werden:
 - Auf oder zwischen ZEHEN
 - Auf BALLEN oder HAMMERZEHEN
 - Unter oder neben dem NAGEL
 - AN DEN FUßSOHLEN
- Socken oder Schuhe, die klein, eng oder unbequem sind, können Hühneraugen verursachen. Die Belastung der Haut kann auch durch Veränderungen der Fußstellung oder -struktur, harte Stand- oder Laufflächen, Übergewicht oder Erkrankungen der Muskeln, Gelenke oder Knochen

verursacht werden. Es ist wahrscheinlich, dass die übermäßige Verwendung eines Bimssteins oder einer Fußraspel eine Überverhornung fördern kann.

- Es kann schwierig sein, ein Hühnerauge von einer Warze auf der Fußsohle zu unterscheiden. In einem Hühnerauge können sich Rückstände von gedehnten Kapillarschlingen befinden, die sich als winzige schwarze Punkte auf dem Hühnerauge zeigen. Schwarze Punkte treten häufiger bei Warzen auf. Es ist wichtig, den Schmerz im Hühnerauge zu überprüfen, d.h. vorsichtig auf das Hühnerauge zu drücken und zu sehen, ob es stechende Schmerzen verursacht.
 - Zum Beispiel:
 - <https://www.healthline.com/health/corns-and-calluses>
- **Risse auf der Haut** sind schmal, und manchmal können sie sogar die Dermis erreichen. Sie bilden sich leicht an den Fingerspitzen und Fußsohlen. Die Belastung der Fingerkuppen oder Fußsohlen oder trockene Haut als Folge eines chronischen Ekzems kann zu Rissen führen. Risse sind im Sommer häufig, wenn man z. B. ohne Handschuhe im Garten arbeitet, Sandalen trägt und barfuß geht. Durch übermäßiges Schwitzen oder trockene Haut können auch Risse zwischen den Zehen entstehen.
 - Zum Beispiel:
 - <https://www.healthline.com/health/what-are-heel-fissures#symptoms>

Veränderungen durch körperliche Reize (Hitze und Kälte)

- Zu einer **Erfrierung** kann es an der Haut der Hände kommen, auch wenn die Temperatur im restlichen Körper normal ist. Im Bereich der Erfrierungen wird die Durchblutung schwächer, an manchen Stellen kann die Durchblutung auch stehen bleiben. Bei fehlender Durchblutung wird das Gewebe zerstört, da weder Sauerstoff noch Nährstoffe vorhanden sind. Bei oberflächlichen Erfrierungen wird nur die Haut geschädigt. Dies ist, wenn es ein stechendes Gefühl auf der Haut und gelegentliche Schmerzen geben kann. Wenn die Haut weiterhin der Kälte ausgesetzt ist, wird die Haut weiß und die Erfrierungsstelle fühlt sich hart an. Allmählich wird die Haut taub und der Schmerz hört auf. Bei einer tiefen Erfrierung wird neben der Haut auch das Unterhautgewebe geschädigt. Die erfrorene Stelle ist taub und kann in der Auftauphase zu Bläschenbildung auf der Haut führen. Die erfrorene Haut sollte nicht massiert werden, kann aber vorsichtig mit der Hand oder in lauwarmem Wasser bei Zimmertemperatur erwärmt werden.
- **Frostbeulen** sind rötlich-blaue und juckende Beulen sowohl an Händen als auch Füßen. Der einfachste Weg, sie in den Händen zu vermeiden, besteht darin, die Hände mit Handschuhen warm und trocken zu halten, indem man das Rauchen vermeidet und die Finger bewegt.
 - Zum Beispiel:
 - <https://www.healthline.com/health/chilblains>
- **Verbrennungen** treten auf, wenn die Temperatur im Gewebe +45 °C übersteigt.
 - **Bei einer Verbrennung ersten Grades** ist die Haut gerötet, brennt und schmerzt für ein paar Stunden. Der Schaden befindet sich nur in der Epidermis und heilt in ein paar Tagen ohne Narbenbildung.
 - **Bei einer Verbrennung zweiten Grades** bildet die Haut Blasen und der Schaden hat die Dermis erreicht. Die verbrannte Haut ist geschwollen, wund und die Heilung dauert einige Wochen.
 - **Bei einer Verbrennung dritten Grades** geht der Schaden tiefer als bei Verbrennungen ersten und zweiten Grades. Die Haut ist trocken, hart und taub und heilt nur langsam.

- Die verbrannte Haut sollte etwa eine halbe Stunde lang unter kaltes Wasser gehalten werden, um zu verhindern, dass sich die Verbrennung im Gewebe ausbreitet.
 - Zum Beispiel:
 - <https://www.healthline.com/health/first-aid-with-burns>
- **Eine Blase** kann das Ergebnis einer Erfrierung oder einer Verbrennung sein, aber an den Füßen bildet sich eine Blase normalerweise nach äußerer Reibung oder Belastung. Bevor sich die Blase bildet, ist die Haut rot und fühlt sich heiß an. Auf der Haut oder unter der Haut bildet sich eine kleine Tasche, die mit Flüssigkeit gefüllt ist, die klar oder blutig sein kann. Bei anhaltender Belastung kann eine Verhornung die Blase ersetzen. Eine Blase kann auch ein Symptom einer Hautkrankheit sein (Hautausschlag, allergische Symptome). Die Blase heilt am besten, wenn sie nicht durchstochen wird. Gel-Pflaster sind eine gute Möglichkeit, die Blasen an den Füßen zu schützen.
 - Zum Beispiel:
 - <https://www.healthline.com/health/blisters>

Veränderung verursacht durch chemische Irritationen (Wasser und Lösungsmittel)

- Vor Beginn der Nassarbeit oder nach Nassarbeit wird empfohlen, die Haut an den Händen mit Feuchtigkeitscreme zu schützen. Bei normaler Arbeit wird die Verwendung von Schutzhandschuhen nicht empfohlen, da diese die Haut noch stärker reizen können als einfaches Wasser und einfache Reinigungsmittel. Bei der Verwendung von starken Chemikalien oder Lösungsmitteln sollten immer Schutzhandschuhe getragen werden, und es wird empfohlen, auch Unterziehhandschuhe zu tragen.
- Hautmazeration kann auftreten, wenn die Zwischenräume zwischen den Fingern zu eng sind oder wenn Feuchtigkeit unter den Ringen eingeschlossen ist. Auch zwischen den Zehen kann es leicht zu Hautmazerationen kommen, da die Füße längere Zeit von Schuhen und Socken bedeckt sein können. Durch die Hautmazeration wird die Epidermis weich und die Haut wird weiß und bricht leicht. Geschädigte Haut wird leicht von Mikroben durchdrungen, was dann zu Infektionen und Hautausschlägen führen kann.
 - Mehr Informationen:
 - <https://www.healthline.com/health/contact-dermatitis#symptoms>

Veränderungen verursacht durch Hautkrankheiten

- **Fußpilz** (Tinea pedis) ist häufiger geworden. Er wird durch Dermatophytose verursacht und wird leicht in feuchten öffentlichen Räumen wie Duschen übertragen, insbesondere wenn die Haut nass und verletzt ist. Die Infektion beginnt normalerweise zwischen dem kleinen Zeh oder unter dem Zeh. Fußpilz kann sich auch auf die Nägel ausbreiten. Bei Fußpilz sollte der Kunde immer an einen Arzt überwiesen werden. Wenn die Infektion mild ist und lange gedauert hat, kann sie sich als Abschuppung und Rötung in der Ferse und im Fußgewölbe zeigen. Für eine Person mit atopischer Haut kann es schwierig sein, den Fußpilz von Schuppen zu unterscheiden, die durch trockene Haut im Winter verursacht werden.
 - Zum Beispiel:
 - <https://www.healthline.com/health/athletes-foot>
- **Warzen** (Verruca vulgaris) werden durch einen Virus verursacht. Sie sind gutartige Hauttumoren und übertragen sich bei direktem Hautkontakt oder z. B. von Hautschuppen auf dem Boden in einem Fitnessstudio. Warzen an den Fußsohlen wachsen normalerweise in einem Cluster

und auf der Haut nach innen, was dazu führt, dass schwarze Flecken, d. h. Kapillaren, häufiger vorkommen.

- An den Händen sind Warzen auf der Haut stärker ausgeprägt, und die Oberfläche der Warze kann einem Blumenkohl ähneln.
- Auf der Warze kann eine erhebliche Verhornung oder Verhärtung auftreten. Das Entfernen von Warzen ist schmerzhaft, aber manchmal heilen sie von selbst.
 - Zum Beispiel:
 - <https://www.healthline.com/health/mosaic-warts#treatments>
- **Erysipel** wird durch das Bakterium Streptococcus pyogenes, d. h. β -hämolisierende Streptokokken der Gruppe A, verursacht, und normalerweise dringen die Bakterien aus einer Wunde am Fuß oder durch die Hautmazeration in den Zehen in die Haut ein. Erysipel-Symptome sind heiße Rötungen und Schwellungen auf der Haut, allgemeine Übelkeit und ein fröstelndes Gefühl. Erysipel kann regelmäßig an derselben Stelle auftreten. Der Kunde sollte an einen Arzt überwiesen werden.
 - Zum Beispiel:
 - <https://www.healthline.com/health/erysipelas#symptoms>

Die Anatomie der Nägel

Sehen Sie sich diesen Link an:

<https://www.healthline.com/health/nail-matrix>

Veränderungen an Nägeln

- Ursachen können **Hautkrankheiten** beinhalten
 - Symptome einer ansteckenden Hautkrankheit
 - Verursacht durch Paronychie
 - Verursacht durch Psoriasis
- Einige der Ursachen können **externe mechanische Faktoren** sein
 - Ein plötzlicher Unfall
 - Langanhaltender Stress verursacht durch zu kleines Schuhwerk
 - Chemikalien
 - Schlechte Hygiene, zu feucht oder zu trocken
 - Verformungen der Zehen, welche Druck auf die Nägel ausüben können
- Veränderungen an Nägeln können auch durch **Tumore** verursacht werden
 - Ein Tumor unter der Nagelplatte
 - Knochensporn, d. h. Exostose
 - Ein Tumor in der Nagelrinne
- Es können auch **unbekannte** Ursachen vorliegen
 - Selbstverletzung
- **Interne Faktoren** können ebenfalls Ursachen sein
 - Störungen der Durchblutung oder Nerven in Fingern oder Zehen
 - Stoffwechselkrankheiten
 - Allgemeine Erkrankungen -> Nagelveränderungen

Tritt die Veränderung bei allen Nägeln auf, ist dies meist ein Symptom einer Allgemeinerkrankung. Treten die Veränderungen nur an einigen Nägeln auf, ist dies ein Zeichen für eine äußere Ursache.

Sehen Sie sich diese Links an:

<https://www.healthline.com/health/split-nail>

<https://www.healthline.com/health/nail-abnormalities-2>

- Medizinische Bedingungen können Nagelveränderungen verursachen. Sie sollten einen Arzt aufsuchen, wenn Sie eines der folgenden Symptome bemerken (Liste von Healthline):
 - „Verfärbung (dunkle Streifen, weiße Streifen oder Veränderungen der Nagelfarbe) Veränderungen der Nagelform (Einrollen oder „Kolbenfinger“)
 - Veränderungen der Nageldicke (Verdickung oder Verdünnung)
 - Nägel, die brüchig werden
 - Nägel, die entkernt sind
 - Blutungen um die Nägel
 - Schwellungen oder Rötungen um die Nägel
 - Schmerzen um die Nägel
 - Ein Nagel, der sich von der Haut löst.“

- **Verfärbung:** kann eine Folge von Substanzen sein, die bei der Arbeit verwendet werden, Spülungen, Rauchen, Traumata, körperliche Faktoren, Medikamente, Hautkrankheiten und Genetik.
 - **Gelbe, rotbraune, grüne oder schwarze Nägel:** Nagelpilz
 - **Gelbbraune Punkte unter dem Nagel:** Psoriasis
 - **Weiß an der unteren Hälfte und Pink an der oberen:** Nierenversagen
 - **Weißer Nägel:** Zhirrose
 - **Grüne Nägel:** Pseudomonas-Infektion
 - **Gelbe Nägel:** Altern, Nagellack-Unverträglichkeit, Krankheit
 - **Schwarze Nägel:** Anämie, Diabetes, Herzerkrankungen, Nierenerkrankungen, Pilzinfektionen, Melanom und Trauma
 Mehr Informationen finden Sie zum Beispiel hier:
 - <https://www.healthline.com/health/toenail-discoloration>

- **Eingewachsene Zehennägel** treten auf, wenn die Ecken oder Kanten des Nagels in die den Nagel umgebende Haut einwachsen. Am großen Zeh wächst am ehesten ein eingewachsener Nagel. Menschen mit Schweißfüßen, wie oftmals etwa Teenager, sind anfälliger für eingewachsene Zehennägel. Eingewachsene Zehennägel kommen auch bei älteren Menschen vor.
 - Mehr Informationen:
 - <https://www.healthline.com/health/ingrown-toenail>

- **Abnormal dicke Nägel** (d.h. Onychauxis) kommen in Fingernägeln oder Zehennägeln vor. Die Nägel können sich kräuseln und weiß oder gelb werden. Aufgrund dieser Verdickung kann sich die Nagelplatte vom Nagelbett lösen.
 - Mehr Informationen:
 - <https://www.healthline.com/health/onychauxis>

- **Widderhornnägel** (d.h. Onychogrypose) sind eine Nagelerkrankung. Eine Seite des Nagels wächst schneller als die andere. Der Nagel verfärbt sich normalerweise gelb oder braun, ist dicker, länger und gebogener als ein normaler Nagel.
 - Mehr Informationen:
 - <https://www.healthline.com/health/onychogryphosis>

- **Behandlung der Nagelveränderungen:** Es ist wichtig, die akute Veränderung zu bemerken. In der Fußbehandlungsanalyse müssen Sie die Ursache des Problems notieren! Auch wenn es nicht immer so offensichtlich ist, was das Problem verursacht. Es ist wichtig, mit dem Kunden zu kommunizieren!
 - Vergleichen Sie die Nägel mit gesunden Nägeln
 - Beurteilen Sie die Veränderungen und die Behandlung

HANDBEHANDLUNGSKARTE

Hautpflege Spezialist:	Datum:
Beginn der Behandlung:	Ende der Behandlung:
Name des Kunden:	Geburtsjahr des Kunden:
Gesundheitszustand des Kunden/Medikamente:	Mögliche Allergien:

HAUT AN DEN HÄNDEN:

RECHTS

- normal
- trocken
- sehr trocken
- alternde Haut
- Hautveränderungen
- Sonstiges:

NAGELHAUT:

RECHTS

- normal
- trocken
- beschädigt
- Hautveränderungen
- Sonstiges:

NÄGEL:

RECHTS

- normal
- hart
- weich
- spröde
- Nagelveränderungen
- Sonstiges:

LINKS

- normal
- trocken
- sehr trocken
- alternde Haut
- Hautveränderungen
- Sonstiges:

LINKS

- normal
- trocken
- beschädigt
- Hautveränderungen
- Sonstiges:

LINKS

- normal
- hart
- weich
- spröde
- Nagelveränderungen
- Sonstiges:

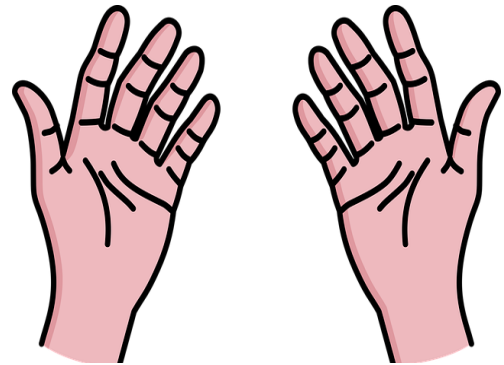


Photo taken: <https://pixabay.com/fi/vectors/vartalo-eturaaja-ele-k%C3%A4sik%C3%A4det-1293884/>

Sonstige Notizen:	
Massage-Methode:	Ziel der Behandlung:
Behandlungsplan: <ul style="list-style-type: none"> • • • • • • • 	Erklären Sie Ihre Entscheidungen:
INSTRUKTIONEN FÜR HEIM- UND FOLGEBEHANDLUNGEN:	
Empfehlungen für den nächsten Behandlungstermin:	
Handbehandlungsplan eingesehen: ___/___ _____	

FUßBEHANDLUNGSKARTE

Hautpflege Spezialist:	Datum:
Beginn der Behandlung:	Ende der Behandlung:
Name des Kunden:	Geburtsjahr des Kunden:
Gesundheitszustand des Kunden/Medikamente:	Mögliche Allergien:

DIE STRUKTUR DES FUßES:

RECHTS

- normal
- entzündeter Ballen
- Hammerzehen
- abgeflachter Querbogen
- abgeflachter Längsbogen

LINKS

- normal
- entzündeter Ballen
- Hammerzehen
- abgeflachter Querbogen
- abgeflachter Längsbogen



Photo taken: <https://pixabay.com/fi/vectors/jalat-varpaat-jalka-avojaloin-1569457/>

HAUTANALYSE /FÜßE UND SCHIENBEINE:

RECHTS

- normal
- trocken
- Riss
- schwitzig
- Mazeration
- Hühnerauge
- Schwielen
- Warze
- Mögliche Pilzinfektion (Fußpilz)
- Krampfadern
- Schwellungen
- Sonstiges:

LINKS

- normal
- trocken
- Riss
- schwitzig
- Mazeration
- Hühnerauge
- Schwielen
- Warze
- Mögliche Pilzinfektion (Fußpilz)
- Krampfadern
- Schwellungen
- Sonstiges:

NÄGEL:

RECHTS

- normal
- eingewachsen
- verhärtet
- Mögliche Pilzinfektion

LINKS

- normal
- eingewachsen
- verhärtet
- Mögliche Pilzinfektion

Sonstiges:

Sonstiges:

Sonstige Notizen:	
Massage-Methode:	Ziel der Behandlung:
Behandlungsplan: <ul style="list-style-type: none"> • • • • • • • 	Erklären Sie Ihre Entscheidungen:
INSTRUKTIONEN FÜR HEIM- UND FOLGEBEHANDLUNGEN:	
Empfehlungen für den nächsten Behandlungstermin:	
Fußbehandlungsplan eingesehen: ___/___ _____	

Titel des Materials/der Aktivität	3. Fallstudie „Ursachen für Hand- und Fußbeschwerden“
Präsentation/ Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Die Aktivität besteht darin, das Wissen der Lernenden über die Ursachen von Hand- und Fußproblemen zu vertiefen.</p> <p>Schritt 1: Bilden von Gruppen von 2-5 Personen.</p> <p>Schritt 2: Verteilung der Fallstudien an die Teams durch den Trainer.</p> <p>Ursachen von Hand- und Fußproblemen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Biomechanische Faktoren (z. B. Aufbau und Funktion des Körpers, Muskulatur, Durchblutung, Bewegungsmechanik, auch Schwangerschaft berücksichtigen) 2. Lifestyle (z. B. körperliche Bewegung, Ernährung, Arbeitsbedingungen) 3. Infektionen (z. B. Bakterien, Pilze, Viren und mangelnde Hygiene) 4. Allgemeine Krankheitssymptome der oberen und unteren Extremitäten (z. B. Erkrankungen des Bewegungsapparates, rheumatische Erkrankungen, Durchblutungs- und neurologische Erkrankungen, Hauterkrankungen und Diabetes) <p>Schritt 3: Erstellung einer kurzen Zusammenfassung über die gegebene Fallstudie durch jedes Team.</p> <p>Schritt 4: Präsentation der Zusammenfassung und Diskussion mit anderen (z. B. Lernende).</p>
Art der Aktivität	<input type="checkbox"/> Einzelaktivität <input checked="" type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<ul style="list-style-type: none"> • Computer und Internetverbindung • Unterschiedliche Quellen: Die Teams finden die Informationen unabhängig voneinander • Die Teams sollten zuverlässige Quellen und Bilder verwenden und die Liste der Quellen in die zusammenfassende Präsentation aufnehmen
Benötigte Zeit	<p>1 Stunde / Fallstudie und Vorbereiten der Präsentation</p> <p>20 Minuten / Präsentation</p> <p>10 Minuten / Diskussion einer Präsentation</p> <p>Insgesamt 3 Stunden</p>
Anhänge	<p>Der Trainer kann diese Links für die Lernenden bereitstellen, um sie zu unterstützen:</p> <p>https://www.healthline.com/human-body-maps/skeletal-system#health-tips</p> <p>https://www.healthline.com/health/itchy-feet-pregnancy</p> <p>https://www.healthline.com/health/cuticle</p> <p>https://www.healthline.com/health/fitness-nutrition/healthy-lifestyle-benefits#how-to-start</p> <p>https://www.healthline.com/health/infections#9</p> <p>https://www.healthline.com/health/musculoskeletal-disorders</p> <p>https://www.healthline.com/health/rheumatic-diseases</p> <p>https://www.healthline.com/health/peripheral-vascular-disease#_noHeaderPrefixedContent</p> <p>https://www.healthline.com/health/titubation</p>

	https://www.healthline.com/health-news/skin-color-when-discussing-skin-diseases#New-programs-starting https://www.healthline.com/health/diabetes
Lösung zur Aktivität	Lösung „Ursachen für Hand- und Fußbeschwerden“

Liste an Links

Sehen Sie sich diese Links für die Fallstudie an:

<https://www.healthline.com/human-body-maps/skeletal-system#health-tips>

<https://www.healthline.com/health/itchy-feet-pregnancy>

<https://www.healthline.com/health/cuticle>

<https://www.healthline.com/health/fitness-nutrition/healthy-lifestyle-benefits#how-to-start>

<https://www.healthline.com/health/infections#9>

<https://www.healthline.com/health/musculoskeletal-disorders>

<https://www.healthline.com/health/rheumatic-diseases>

https://www.healthline.com/health/peripheral-vascular-disease#_noHeaderPrefixedContent

<https://www.healthline.com/health/titubation>

<https://www.healthline.com/health-news/skin-color-when-discussing-skin-diseases#New-programs-starting>

<https://www.healthline.com/health/diabetes>

Lösung „Ursachen für Hand- und Fußbeschwerden“

Ursachen für Hand und Fußprobleme

- Biomechanische Faktoren
- Lifestyle
- Infektionen
- Allgemeine Krankheitssymptome der oberen und unteren Extremitäten

Biomechanische Faktoren

- Bedeutet, die Bewegungen einer Person nach den Gesetzen der Mechanik zu beobachten
- Die Bewegungsmechanik des Fußes lässt sich nicht in eine eigenständige Aktion zerlegen, da sie sich immer auf den ganzen Körper bezieht. Besonders zur Bewegungsmechanik der unteren Extremität.
- Größe und Form der Knochen und Gelenke beeinflussen Funktion und Zustand von Händen und Füßen (kinetische Kette)
- Die Veränderung der Struktur, Funktion oder Position eines Körperteils führt zu einer kompensierten Veränderung eines anderen Teils (Kompensation).
 - vorübergehend
 - permanent (führt zu Veränderungen und Erosion in Knochen, Gelenken und Weichteilen)
 - die Muskeln passen sich durch Dehnung und Verkürzung an
- Während der Pubertät passen sich die Gelenke an, auch wenn sie ausgelenkt sind. Später wird die Veränderung dauerhaft und führt zu einer sich allmählich verschlechternden Fehlbildung.
- Gelenkveränderungen bei älteren Menschen: Die Gelenkkapsel passt sich durch Schrumpfen oder Strecken an -> die Flüssigkeitszirkulation, die die Gelenkknorpel schmiert, wird behindert.
- Die Beweglichkeit der das Gelenk bewegenden Muskulatur ist gestört, wenn eine Muskelgruppe in Bezug auf die Gelenkaktivität in einer guten Position ist, die Aktivität der anderen fehlt und das Fehlbildungen nicht verhindern kann.
 - ACHTUNG! Die Durchblutung der unteren Gliedmaßen kann so gestört werden, dass Krampfadern entstehen
 - Untersuchen Sie die Hände und Füße als Ganzes!

Häufigste externe Ursache für Fußschäden und größter Einfluss auf die Bewegungsmechanik: zu kleine Schuhe und falsche Form!

Lifestyle

- Heutzutage ist das Training auf ebenen und harten Oberflächen gering und eintönig.
- Eine flache Oberfläche wirkt stärker auf die Füße als natürliche Oberflächen.
- Das Stoßdämpfungssystem in den Füßen wird an seine Grenzen gebracht.
- Fitnesssport: monotone Belastung des Körpers
- Adipositas: erhebliche Belastung für den Körper
- Arbeitsbedingungen: außen/innen, Temperaturwechsel heiß/kalt, Feuchtigkeit, Bodenmaterialien, Arbeiten mit den Händen, Chemikalien, Unfälle, Schuhmode

Infektionen

- Bakterien, Pilze und Viren
- Meist sind die durch Bakterien verursachten Infektionen ein zusätzliches Symptom von Warzen und eingewachsenen Nägeln (Komplikationen).

- Warzen werden durch Viren verursacht.
- Mangelnde Hygiene, falsche Selbstpflege, öffentliche Räume (ungeschützt) erhöhen das Infektionsrisiko.

Allgemeine Krankheitssymptome der oberen und unteren Extremitäten

- Die Krankheit selbst muss nicht unbedingt lokale Symptome an den Füßen verursachen, aber z. B. Missbildungen, Haut und andere Probleme zeigen an, ob mit den Füßen etwas nicht stimmt.
- Die größten Ursachen für einen schlechten Zustand der oberen und unteren Gliedmaßen:
 - Störung des Bewegungsapparates
 - rheumatische Erkrankungen
 - Durchblutungsstörungen und neurologische Störungen.
 - Hautkrankheiten
 - Diabetes

Die Person, die als erstes eine Veränderung/frühes Symptom an den Händen oder Füßen des Kunden feststellt, trägt eine große Verantwortung. Streben Sie eine vorbeugende Behandlung oder eine frühzeitige Behandlung der Krankheit an! Die Überweisung eines Kunden an einen Arzt ist eine wichtige Form der Behandlung!



BEHANDLUNGEN AN HÄNDEN EINSCHLIESSLICH MANIKÜRE, NAGELDESIGN UND NAGELMODEL- LAGE *[PFLEGE- UND BEAUTY-BEHANDLUNGEN]*



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



3.2		Behandlungen an Händen einschließlich Maniküre, Nageldesign und Nagelmodellage [PFLEGE- UND BEAUTY-BEHANDLUNGEN]	
Lernergebnisse zu EQR			EQR 4
Lernergebnisse: Er/Sie ist in der Lage, Behandlungen an Händen unter Berücksichtigung der Hygienevorschriften und Hautpenetrationsregelungen durchzuführen und die Bedürfnisse der Kunden zu verstehen			Demonstrationsindikatoren
Kenntnisse	Fertigkeiten	Verantwortung und Autonomie	
<i>Er/Sie ist in der Lage,</i>	<i>Er/Sie ist in der Lage,</i>	<i>Er/Sie zeigt die nachgewiesene Fähigkeit,</i>	<i>Basierend auf tatsächlichen Arbeitssituationen</i>
<ul style="list-style-type: none"> die verschiedenen Arten und Techniken von Hand- und Nagelbehandlungen zu identifizieren verschiedene Indikationen und Kontraindikationen abzurufen, um kosmetische Verfahren zur Hand- und Nagelbehandlung anzuwenden ästhetische Techniken zur Nagelpflege aufzulisten (Korrektur der Form der Nagelplatte) verschiedene Techniken für künstliche Nägel zu nennen die Grundprinzipien der täglichen Hand- und Nagelpflege zu beschreiben Arten von Behandlungen für verschiedene Kundentypen, inkl. 	<ul style="list-style-type: none"> kosmetische Verfahren für Hände und Nägel unter Berücksichtigung der verschiedenen Indikationen und Kontraindikationen anzuwenden grundlegende ästhetische Dienstleistungen (Maniküre, einschließlich Korrektur der Form der Nagelplatte) gemäß dem Verfahren sowohl mit manuellen als auch mit elektrischen Instrumenten anzuwenden verschiedene ästhetische Techniken für die Schönheit der Nägel anzuwenden (künstliche Nägel/verlängerte Nägel, Dekoration der Nägel) 	<ul style="list-style-type: none"> auf der Grundlage der erhaltenen Indikationen ästhetische Dienstleistungen (Maniküre) mit verschiedenen Techniken und Geräten unter Einhaltung der Hygienevorschriften und Sicherheitsregeln, sowie der Behandlungsdauer anzubieten und eine freundliche Haltung gegenüber dem Kunden einzunehmen die Qualität des Endergebnisses der ästhetischen Pflege der Hände zu bewerten und den Kunden über die notwendigen Maßnahmen zur optimalen Aufrechterhaltung der erzielten Ergebnisse zu informieren und zu beraten 	<ul style="list-style-type: none"> Er/Sie bereitet Informationen über den Kunden über die Dienstleistungen, die einem Schönheitszentrum verfügbar sind, vor, durch das Erstellen einer Website Er/Sie empfängt und beherbergt den Kunden für die Analyse der Hände und Nägel und erfasst die Daten in der Datei des Kunden Er/Sie erklärt den dem Kunden den Behandlungsvorschlag aufgrund der Veränderungen, die er aufweist (Dehydratation, Hautalterung, Hyperpigmentierung) und Charakteristiken, die er zeigt (Schwangerschaft, Diabetes, onkologische Pflege) Er/Sie bereitet den Arbeitsplatz mit Equipment, Materialien und Kosmetik,

<p>schwängere Frauen, Senioren, Krebspatienten, Menschen mit Unverträglichkeiten usw. zu unterscheiden</p>			<p>inklusive nachhaltiger Kosmetik, vor, während Sicherheits- und Hygienemaßnahmen eingehalten werden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Er/Sie führt die Behandlung pünktlich und mit korrekter Reihenfolge aus, während hygienisch-sanitäre Maßnahmen während des gesamten Prozesses eingehalten werden • Er/Sie führt eine Maniküre an einem Kunden pünktlich und in korrekter Reihenfolge aus, während hygienisch-sanitäre Maßnahmen während des gesamten Prozesses eingehalten werden • Er/Sie schlägt Make-up und Nageldekorationen vor, führt diese durch und kombiniert verschiedene Techniken • Er/Sie erklärt den Prozess des Anbringens von künstlichen Nägeln, aufgrund der Wünschen des Kunden, angepasst an den Zustand der Nägel und der Morphologie der Finger • Er/Sie erklärt dem Kunden die Pflege und Instandhaltung,
--	--	--	--

			<p>die Zuhause durchgeführt werden sollten, je nach durchgeführtem Verfahren</p> <ul style="list-style-type: none"> • Er/Sie analysiert die Qualität des Prozesses mithilfe einer Zufriedenheitsumfrage
Bewertungsinstrumente	<ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung • Demonstration • Fallarbeit • Test 		

3.2 Handbehandlung einschließlich Maniküre, Nageldesign und -verlängerung [Pflege- und Schönheitsbehandlung]

Liste der Materialien / Aktivitäten

1. Praktische Aufgabe „Erstellen einer informellen Webseite“
2. Simulation „Hautuntersuchung und Analyse von Händen und Nägeln“
3. Schriftliche Übung „Vorbereitung der Materialien“
4. Fallstudie „Behandlung von Dyschromie und dunklen Flecken“
5. Simulation/Demonstration „Maniküreprozess einschließlich Maniküre für Männer“
6. Fallstudie „Nagelschmuck auswählen“
7. Praktische Aufgabe „Erstellen einer Zufriedenheitsumfrage“

Ziel dieser Einheit

Nach Abschluss dieser Einheit sind Sie in der Lage, Handbehandlungen, Maniküre-Prozesse und das Anbringen von Nagelverlängerungen und -dekorationen unter Einhaltung der Sicherheits- und Hygienevorschriften durchzuführen, um die Bedürfnisse des Kunden im Rahmen der Kriterien der Servicequalität zu erfüllen.

Transversale Kompetenzen

- Kundendienst und Kommunikation
- Management und unterstützende Prozesse
- Zeitmanagement
- IKT-Kompetenzen
- Fremdsprachen
- Nachhaltigkeit

Hygiene und Sicherheit

- Grundlegende Kenntnisse in Hygiene und Sicherheit
- Geräte und Tools im Wellnessbereich
- Desinfektion von Geräten und Möbeln, Sterilität etc.

Art der Materialien/Ressourcen

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Videoanalyse <input checked="" type="checkbox"/> Simulation <input checked="" type="checkbox"/> Demonstration <input checked="" type="checkbox"/> Praktische Aufgabe <input type="checkbox"/> Rollenspiel | <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Fallstudie <input type="checkbox"/> Job shadowing <input type="checkbox"/> Dialoge <input checked="" type="checkbox"/> Schriftliche Übung <input type="checkbox"/> Sonstiges: _____ |
|---|---|

Titel des Materials/ der Aktivität	1. Praktische Aufgabe „Erstellen einer informellen Webseite“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität besteht darin, eine Webseite zu erstellen, um (potenzielle) Kunden über den Schönheitssalon, die angebotenen Dienstleistungen und die Vorteile von Behandlungen zu informieren. Diese Aktivität verbessert die IKT-Kenntnisse. Die Webseiteninformationen können auch auf Englisch erstellt werden, um das Sprachniveau der Lernenden zu überprüfen.</p> <p>Die Lernenden müssen die Webseite erstellen, indem sie einige Elemente hinzufügen, wie z. B.: ein Logo oder Bild, das den Salon identifiziert, einen Lageplan, Adresse, Kontakttelefon, E-Mail, Öffnungszeiten, angebotene Behandlungen, Fotos und/oder Videos, die die verschiedenen Bereiche begleiten (Maniküre, Handbehandlungen, Gel- oder Porzellannägel, Preisliste, Covid-Standards im Schönheitssalon usw.).</p> <p>Schritt 1: Visualisierung des bereitgestellten Beispiels auf der folgenden Website: (https://sites.google.com/cifplasindias.es/skills-for-wellness-nails/home).</p> <p>Schritt 2: Erstellung der Website für ihren eigenen Schönheitssalon.</p>
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Individuell <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> Mix
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● PC oder Tablet ● Internetverbindung ● Google-Account ● Google „Sites“-Anwendung (Sie können auch WordPress, Vimeo usw. verwenden)
Benötigte Zeit	<p>Schritt 1: 30 Minuten</p> <p>Schritt 2: 2-4 Stunden</p>
Anhänge	<p>https://sites.google.com/cifplasindias.es/skills-for-wellness-nails/home</p>
Lösung zur Aktivität	

Praktische Aufgabe „Erstellen einer informellen Webseite“

Zur Ausführung:

Wie man Google Sites 2020 benutzt - Tutorial für Anfänger
[Tutorial in Englisch](#) von Teacher's Tech

Titel des Materials/ der Aktivität	2. Simulation „Hautuntersuchung und Analyse von Händen und Nägeln“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität zielt darauf ab, die Fähigkeit der Lernenden zu überprüfen, eine Hautstudie und Analyse der Hände und Nägel eines Kunden durchzuführen. Die Lernenden müssen den Kunden empfangen, die Analyse nach dem Maniküreprozess durchführen und die Informationen in der Kundenkarte vervollständigen. Die Kundenkarte könnte in digitaler Form vorliegen und den Lernenden helfen, ihre IKT-Kenntnisse zu verbessern.</p> <p>Diese Aktivität wird professionelle Techniken und Praxismanagement, unterstützende Prozesse, Zeitmanagement und Kommunikationsfähigkeiten verbessern.</p> <p>Schritt 1: Empfang des Kunden. Schritt 2: Vorbereitung des Arbeitsbereichs und Untersuchung der Hände und Nägel des Kunden. Schritt 3: Ausfüllen der Kundenkarte und Feststellung, ob die gewünschte Leistung erbracht werden kann oder nicht. Mitteilen der Beobachtungen und Empfehlungen für den Kunden.</p> <p>Die Simulation kann auch auf Englisch stattfinden, um das Sprachniveau der Lernenden zu überprüfen.</p>
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	Materialien: <ul style="list-style-type: none"> • Kundenkarte • Stift • PC/Tablet • Lupe und Licht • Produkte zur Handdesinfektion
Benötigte Zeit	15-20 Minuten
Anhänge	Kundenkarte „Handbehandlungen“ „Handbehandlung und Schönheit“ „Maniküre Prozesse“ (siehe Aktivität 5)
Lösung zur Aktivität	

HAUTUNTERSUCHUNG UND ANALYSE VON HÄNDEN UND NÄGELN

Bitte beachten Sie, dass Sie Maniküren oder Behandlungen nur auf gesunden Nägeln und Haut oder bei nicht pathologischen Veränderungen durchführen können.

Phasen des Prozesses:

Schritt 1: Vorbereitung des Arbeitsbereichs unter Berücksichtigung von Desinfektions-, Sicherheits- und Hygienemaßnahmen mit dem erforderlichen Material.

Schritt 2: Führen Sie das Handhygieneprotokoll des Kunden durch, entfernen Sie sämtlichen Schmuck und schützen Sie seine Kleidung. Hören Sie sich die Wünsche, Anliegen und Anforderungen des Kunden an.

Schritt 3: Beginnen Sie mit der Analyse sowohl des Zustands der Haut als auch der Nägel. Aspekte, die Sie beobachten sollen:

- Morphologie der Hände und Nägel.
- Veränderungen der Haut und Nägel und des Periungualbereichs, wobei auf die Gelenke der Finger, des Handgelenks und des Ellbogens zu achten ist.

Schritt 4: Registrieren der Daten und Informationen in der Kundenkarte.

Schritt 5: Empfehlungen für die durchzuführende Behandlung, die Form der Nägel und die vom Kunden gewählte Farbe für die Emaillierung oder Dekoration.

KUNDENKARTE „HANDBEHANDLUNGEN“

Name: Nachname:

Adresse: Postleitzahl:

E-Mail: Tel.:

Beruf: Geburtsdatum:

Startdatum:

MORPHOLOGIE DER HÄNDE UND FINGER

Schmale Hände Breite Hände Eckige Hände

Lange Finger Kurze Finger Dicke Finger

Konische Hände Ausgedünnte Finger

MORPHOLOGIE DER NÄGEL

Oval Breit Rechteckig

Gespalten Rund Klein

HAUTVERÄNDERUNGEN

Schwielen Palmoplantare Keratose Psoriasis Frostbeulen

Ekzem Senile Melanose Dyshidrose Dermatitis

Vitiligo Rheumatoide Arthritis Osteoarthritis Sonstiges

Warzen Hyperhidrose Blasen

ALLERGETISCHE VORGESCHICHTE:

DIABETIKER/IN JA NEIN

NAGELSTÖRUNGEN

Anonychie Onychie Stiefväter Onikomikose

Micronychie Onychoschisis Paronychie Gepunktet

Makronychie Onychorrhaxis Onychophagia Streifen

Pachyonychie Leukonychie Gelbe Nägel Onycholyse

BEOBACHTUNGEN:

Name:

Datum:

ANGEFORDERTER SERVICE

Traditionelle Maniküre Semi-permanente Maniküre Russische Maniküre

Trockene oder brasilianische Maniküre Sauna-Hand Maniküre Männliche Maniküre

Gewünschte Nagelgröße S M L XL

Gewünschte Nagelform:

HANDBEHANDLUNGEN

Paraffin Ayurveda Spa

Aromatherapie Schokotherapie Sonstiges

NAGELVERLÄNGERUNGEN

Natürliche Nagel Reparatur Nr. der Nägel Glasfaser Nägel

Entfernung von Gellack Spitzen Anwendung Acryl Nägel

Nagelwartung Acryl-Gel Nägel Gel Nägel

NAGELLACK * Nach Katalog

Klassischer Lack Farbe* Muster* Nr. der Nägel

Gellack

Fantasie

Schmuck

Empfohlene Behandlung:

Beobachtungen:

Begleitet von:

Nächster Besuch:

„HANDBEHANDLUNG UND SCHÖNHEIT“

ÄSTHETISCHE HANDBEHANDLUNGEN

1. EINSTUFUNG:

Ästhetische Behandlungen müssen personalisiert und an die Bedürfnisse des Kunden angepasst werden. Nach der Analyse der Haut der Hände wird die Behandlung ausgewählt, die auf die festgestellten Veränderungen reagiert:

- Dehydration
- Unterernährung und Hautalterung
- Pigmentflecken, Hyperchromie
- Veränderungen der Vaskularisierung

Zu beachten:

- Bevor Sie mit einer ästhetischen Behandlung der Hände beginnen, müssen Sie sicherstellen, dass alle Materialien und Geräte in Ordnung sind und sich in einwandfreiem Wartungs-, Desinfektions- und Sterilisationszustand befinden. Besonderes Augenmerk muss auch auf unser Image sowie den Empfang und die Unterbringung des Kunden gelegt werden.

Der Prozess besteht aus den folgenden Phasen:

- Die Beurteilung der Hauteigenschaften
- Auswahl an Geräten, Kosmetika und manuellen Techniken
- Ablauf und Zeitpunkt der Behandlung
- Personalisierung von Behandlungen

BEWERTUNG VON HAUTCHARAKTERISTIKA

Um die Haut zu untersuchen und die geeignete ästhetische Behandlung zu bestimmen, verwenden wir Licht oder Schwarzlicht. Unter ultraviolettem Licht können verschiedene Hauterkrankungen diagnostiziert werden, wie trockene oder fettige Stellen oder übermäßige Schichten von abgestorbener Haut und pigmentartige Flecken, die mit bloßem Auge nicht sichtbar sind.

Dieses Licht wird manuell in einer dunklen Umgebung angewendet, um die Farbe der Reaktion auf der Haut in Form von Fluoreszenz darzustellen. Die Lampe befindet sich wenige Zentimeter von der zu untersuchenden Hautstelle entfernt.

Dazu könnte beispielsweise Wood's beleuchtete Lupe verwendet werden:

Ideal zur Ergänzung einer Hautdiagnose, um die Haut eingehend zu beobachten und um Veränderungen wahrzunehmen, die mit bloßem Auge nicht zu sehen sind.



GERÄTE FÜR ÄSTHETISCHE HANDBEHANDLUNGEN

1. Wärmespray

Effekte:

- Beruhigend und abschwellend
- Geschmeidig, hilft bei Verunreinigungen
- Leicht gefäßerweiternd und feuchtigkeitsspendend

Indikationen:

- Alle Hauttypen
- Ersetzt Ozondampf bei empfindlicher Haut

Kontraindikationen:

- Keine



2. Rotierende Bürsten

Effekte:

- Zieht Sekrete und Produkte ab und entfernt abgestorbene Zellen aus der Hornschicht
- Hyperämisch

Indikationen:

- Tiefenreinigung der Haut
- Oberflächliches Peeling
- Devitalisierte Haut

Kontraindikationen:

- Kreislaufprobleme
- Dermatologische Läsionen



3. Ultraschall Peeling

Effekte:

- Beseitigung abgestorbener Zellen
- Stimuliert die Erneuerung des Hautgewebes
- Beruhigend, verbessert die periphere Durchblutung

Indikationen:

- Peeling der Haut
- Tiefenreinigung
- Gealterte Haut

Kontraindikationen:

- Menschen mit Metallimplantaten, Herzschrittmachern und Ähnlichem
- Menschen mit Herzerkrankungen, Gefäßproblemen und Infektionen
- Dermatitis, offene Wunden oder Hautläsionen



4. Ozondampf

Effekte:

- Punktuelle Temperaturerhöhung
- Aktiviert die Durchblutung
- Aktiviert die Funktion der Talg- und Schweißdrüsen
- Erweitert die Talgdrüsenfollikel
- Sauerstoffanreichernd und bakterizid

Indikationen:

- Alle Hauttypen

Kontraindikationen:

- Kreislaufprobleme



5. Hochfrequenz

Effekte:

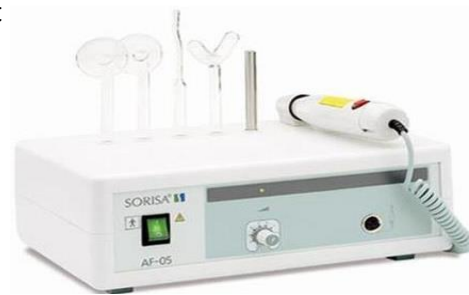
- Beruhigend, abschwellend, bakterizid
- Begünstigt das Eindringen von Substanzen in die Haut
- Stimuliert und aktiviert die Durchblutung

Indikationen:

- Hydratations- und Alterungsbehandlung

Kontraindikationen:

- Dermatologische Läsionen
- Menschen mit Herzschrittmachern
- Nicht in feuchten Bereichen benutzen



6. Sauger und Saugnäpfe

Effekte:

- Begünstigt das Eindringen von Produkten
- Hyperämisch und Anti-Falten

Indikationen:

- Altern

Kontraindikationen:

- Schlechte Durchblutung
- Zerbrechliche Kapillare

7. Vibratoren

Effekte:

- Beruhigend
- Aktiviert die Erneuerung venöser Zellen
- Belebend

Indikationen:

- Ergänzung zur Massage
- Gealterte Haut
- Kreislaufstörungen

Kontraindikationen:

- Dermatologische Wunden und Läsionen

8. Infrarotlicht

Effekte:

- Erhöht die Temperatur der Haut
- Vasodilatation
- Nervöse Sedierung

Indikationen:

- Verbessert osteoartikuläre Prozesse
- Entschlackung und Schwitzen

Kontraindikationen:

- Schlechter Kreislauf
- Hautunempfindlichkeit
- Dermatitis



Titel des Materials/der Aktivität	3. Schriftliche Übung „Vorbereitung der Materialien“
Präsentation/ Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität konzentriert sich auf das Wissen des Lernenden in Bezug auf Werkzeuge und Materialien, die für Handbehandlungen und Maniküre, Nageldesign und -verlängerung, Reinigungs-, Desinfektions- und Sterilisationsverfahren verwendet werden.</p> <p>Schritt 1: Auseinandersetzung mit den Handreichungen „Geräte und Materialien für Maniküre und Behandlungen“ und „Handpflege und Schönheit“.</p> <p>Schritt 2: Vorbereiten einer Checkliste mit allen Materialien und Tools.</p> <p>Schritt 3: Überprüfung des Wissens über Werkzeuge und Materialien, die für Handbehandlungen und Maniküre, Nageldesign und -verlängerung erforderlich sind, indem der Test beantwortet wird: „Vorbereitung der Materialien“.</p>
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorlage mit dem Test „Vorbereitung der Materialien“ • Stift • Tablet/PC
Benötigte Zeit	30 Minuten
Anhänge	<p>Handout „Geräte und Materialien für Maniküre und Behandlungen“</p> <p>Handout „Handpflege und Schönheit“ (siehe Aktivität 2)</p> <p>Handout „Hand-Kosmetika“</p> <p>Test „Vorbereitung der Materialien“</p>
Lösung zur Aktivität	Lösung „Vorbereitung der Materialien“

„Geräte und Materialien für Maniküre und Behandlungen“

Der Arbeitsbereich



Das Maniküre-Zimmer



Das Arbeitsumfeld

Zu beachten:

- Platz: ausreichend, um die Aktivitäten anderer Benutzer/Mitarbeiter nicht zu behindern.
- Beleuchtung: Natürliches oder gemischtes Licht, damit Sie ohne Ermüdung der Augen arbeiten können.
- Farben: Transparent, verleiht Leuchtkraft und Wärme
- Temperatur: nicht höher als 23 °C bei guter Belüftung
- Möbel: Tisch mit Schubladen, Vitrinen/Schränke mit Türen, Regale, Rollwagen, leicht zu reinigen. Ergonomische Stühle und Sessel

Materialien: Möbel



Materialien: Schutz vor COVID-19



Professionelle Kleidung



Schutz- und Einwegmaterial



Desinfektion und Sterilisation



Heißluftofen



UV-Sterilisator



Desinfektionsschale



Quarkugel-Sterilisator



selbstverschließbare Sterilisationsbeutel

Maniküre Tools und Utensilien



- Nagelhautzange: Nagelhautschneider oder Nagelhautzange
- Nagelknipser
- Präzisionschere: Schneiden von Haaren oder kleinen Dekorationsgegenständen
- Feilen: abhängig von der Dicke der Maserung
- Künstliche Acrylnägel 60/80
- Pediküre 100/180 und Acryl/Gel
- 220/280 Naturnägel: Einfassung und Folie in Trockenmaniküre
- 1000/Aluminiumplatten und als Vorbereitung für Kunstnägel
- Polierer +6000: Zum Polieren von natürlichen und künstlichen Nägeln
- Orangenholz-Sticks

- Nagelhautschieber: verschiedene Formen und Materialien. Sie werden verwendet, um die Nagelhaut zu schieben und zu entfernen.
- Spateln: Zum Entfernen des Produkts aus seinem Behältnis
- Fingerschale zum Befeuchten
- Elektrischer Handgriff: zum Befeuchten der Finger und zum Behandeln der Nägel
- Pad oder Kissen zum Abstützen der Hände
- Becher: zum Ablegen von Kosmetik- oder Acrylprodukten
- Spender für Nagellackentferner

Tools und Utensilien für Nail Art

- Stifte/Pinsel für künstlerische Dekorationen oder Nail-Art
- Pinselhalter
- Nagelschwammpinsel: für Verlaufseffekte
- Ein Mischspatel
- Stichel
- Präzisionsstifte: für Dekorationsanwendungen
- Ein Abdruckset
- Airbrush: gibt Druckluft ab, die mit dem Kosmetikum vermischt und auf den Nagel gesprüht wird

Tools für Nail Art



Utensilien und Tools für Acryl- oder Gelnägel

- Acrylnagelpinsel mit Naturhaar



- Pinch- oder X-Curve-Pinzette: Zum Formen der C-Krümmung bei Gel- oder Acrylnägeln.



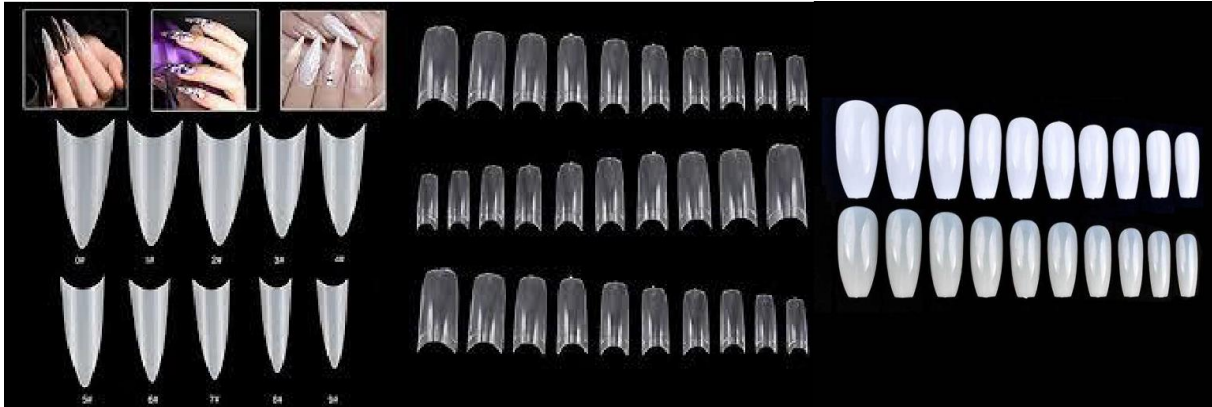
- Synthetische Gelnägel-Pinsel



- Nagelformen aus Acryl oder Gel



- Spitzen und Formen für Gel- oder Acrylnägel



- Becher zum Reinigen der Pinsel



- Nagelspitzen-Schneider



Arbeitsumfeld: elektronische Geräte



Elektrischer Nagelpuffer



Rauchabzug



Lack-Trockner



UV/LED Lampe

KOSMETISCHE PRODUKTE

- Kosmetika zur Hautvorbereitung und Hygiene
- Desinfektionsmittel für Hände und Tools



- Für Handbad and Spa: Öle, Gele und Salze



- Nagellackentferner mit/ohne Aceton und Gel-Entferner



- Kosmetika für Hand, Nägel und Nagelhautbehandlungen

Nägel und Nagelhaut

- Nagelhautentferner/Weichmacher
- Nagelaufheller
- Kantenbleichstift
- Pflegecremes für Nägel und Nagelhaut
- Nagelfestiger
- Nagelhautöle



Hände

- Peeling
- Pflegende bzw. feuchtigkeitsspendende Handcreme
- Pflegende Creme-Maske
- Ätherische Öle



- Kosmetika für Nagel-Make-up und Schmuck.



Für natürliche Nägel

Traditioneller Nagellack (lufttrocknend)



Finisher oder Nagelfestiger



Anti-Streifen Unterlack



Unterlack



Überlack



Farbige Nagellacke

Nagelhautschutz beim Glasieren.



Ablösbarer flüssiger Barriere-Nagellack

Semi-permanenter Nagellack

UV oder LED Lampenhärtung



Unter- und Überlack (Base- und Top-Coat)



Reiniger

Dehydrator

Primer: mit oder ohne Acid

Bonder

Materialien für den Aufbau von Acrylnägeln

- Monomere Acrylflüssigkeit
- Acryl-Polymer-Acryl-Basislackpulver

- Klar oder Glas: Zum Formen des Nagels oder zum Einkapseln eines Designs oder einer Dekoration
- Rosa: wird verwendet, wenn der Farbton des Nagels sehr blass oder gelblich ist, um dem Nagel Leuchtkraft zu verleihen.
- Weiß: um die weißen Spitzen des French Polish zu machen.
- Abdeckpulver aus Acryl: Sie haben die Farbe der Haut und werden an der Basis des Naturnagels verwendet. Es gibt transparente und undurchsichtige. Sie werden verwendet, um Nagelunregelmäßigkeiten zu kaschieren.
- Farbige Acrylpulver: Damit können Sie Ihre Nägel auf unendlich viele verschiedene Arten dekorieren. Sie sind in einer Vielzahl von Farben erhältlich, fluoreszierend, mit Glitzer und mit Dekorationen.

Materialien für Acrylnägel



Materialien für den Aufbau von Gelnägeln.

- Aufbaugele: Die einfachsten werden klares Gel oder auch Clear, weißes Gel und rosa Gel genannt. Sie sind leicht zu verarbeitende, honigtexturierte und selbstnivellierende Gele. Ihre Viskosität kann variieren, obwohl die am häufigsten verwendete „mittel“ ist. Härtet bei Kontakt mit der UV-Lampe in ca. 3 Minuten aus. Es gibt auch farbige Gele; Pastellfarben, Neon, Glitzer etc.
- Acrygel oder Polygel: Es handelt sich um eine Paste, die zum Formen von künstlichen Nägeln mithilfe von Formen hergestellt wird, die aus Papier oder mit einer Kunststoffspitze bestehen können (Dual System Form).
- Polygel Slip Solution: zum Einarbeiten der Paste und Reinigen des Pinsels.
- Finishing-Lösung oder Reiniger: Entfernt die schleimige Schicht von der Gelnageloberfläche.

Materialien für Gelnägel Aufbaugele



Polygel-Gleitlösung





Finish-Lösung oder Reiniger

„HANDKOSMETIKA“

KOSMETIK, DIE IN ÄSTETISCHEN HANDBEHANDLUNGEN VERWENDET WIRD

Sie können in drei Typen oder Klassen unterteilt werden:

- Schutzkosmetik: Sie verhindern die Wirkung äußerer Einflüsse (Kälte, Hitze usw.). Sie wirken wie ein Schutzschild, um den Verlust der natürlichen Feuchtigkeit der Haut zu verhindern.
- Kosmetik zur Verbesserung des Hautbildes: Sie erhalten und verleihen den Händen Geschmeidigkeit, Flexibilität, Glätte und Weißheit.
- Behandlungskosmetik: Sie behandeln speziell jede der Veränderungen, die die Haut der Hände aufweisen kann.

KOSMETIK	AUFBAU	NUTZEN/WIRKUNG
SCHUTZKOSMETIK		
Handcremes 	<ul style="list-style-type: none"> • Unlösliche Fette: wasserfreies Lanolin, pflanzliche Backfette, Fettsäureester • Silikonderivate • Perfluorierte Polymere • Sonnenschutzfaktor 	<ul style="list-style-type: none"> • Sie isolieren die Haut von äußeren Einflüssen. • Sie erhöhen die Schutzkapazität der epikutanen Emulsion.
Hand Peeling 	<ul style="list-style-type: none"> • Physikalisch: Polyethylengranulat, Silikatpulver, Mikrokügelchen usw. • Chemikalien: AHA (Glykol, Retinol, Salicylsäure) 	<ul style="list-style-type: none"> • Beseitigung abgestorbener Zellen. • Regenerierende Epithelwirkung.
Paraffinwachs-Handbad 	<ul style="list-style-type: none"> • Gesättigte Alkane (aus Öl gewonnen) • Sie werden mit feuchtigkeitsspendenden Wirkstoffen, Pfirsich, grünem Tee, Lavendel usw. gemischt. 	<ul style="list-style-type: none"> • Spendet tiefe Feuchtigkeit, erweicht, nährt und schützt die Haut. • Hohe Wärmespeicherkapazität.

KOSMETIK	KOMPOSITION	NUTZEN/WIRKUNG
BEHANDLUNGSKOSMETIK		
<p>Dehydrierte Haut</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Feuchthaltemittel und Feuchtigkeitsspender: Glycerin, Sorbit, Propylenglykol, NMF • Weichmacher: Fette tierischen Ursprungs (Lanolin) und Gemüse (Kakaobutter, Shea, Jojoba), ungesättigte Fettsäuren, Mineralöle 	<ul style="list-style-type: none"> • Sie verbessern die Hydratation. • Sie werden mit Okklusivtechniken, Massage, Wärme (IR), Paraffinwachsbadern kombiniert.
<p>Hyperchromie</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • AHA Peelings. • Depigmentierungsmittel: Hydrochinon, Kojisäure, Bärentrauben- und Schafgarbenextrakte • Regenerierende Substanzen auf Basis von Extrakten aus Mimose, Hagebutte, Gotu Kola etc. • Spurenelemente, Enzyme (SOD), Vitamine etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sie verfärben Melanin. • Sie fördern die Zellerneuerung.
<p>Veränderungen der Vaskularisierung</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Vasotonische Substanzen: Rosskastanie, Weißdornextrakte, Ginkgo biloba, Steinklee, Roter Wein, Klette • Leicht adstringierende und beruhigende Masken: Hamamelis, Kamille, Aloe Vera, Allantoin, Menthol 	<ul style="list-style-type: none"> • Sie verbessern die Gefäßpermeabilität.
<p>Gealterte Haut</p>	<ul style="list-style-type: none"> • AHA Peelings • Regenerierende und straffende Substanzen: Proteinlysate, Aminosäuren, Vitamine A, E und F, regenerierende Extrakte (Mimosa, Hagebutte, Indischer Wassernabel etc.), Spurenelemente, Enzyme (SOD) 	<ul style="list-style-type: none"> • Sie fördern die Zellerneuerung. • Sie stimulieren den Zelltropismus.

Test „Vorbereitung der Materialien“

1. Ordnen Sie die Bilder der entsprechenden Technik zu, indem Sie die Buchstaben in die Kästchen schreiben:

1. Traditionelle Maniküre

2. Nagelverlängerung

3. Nagelschmuck

A



B



C



D



E



F



G



H



I



J



K



L



M



N



2. Ordnen Sie die Produkte und Kosmetika den verschiedenen Techniken zu, in die sie eingreifen, indem Sie die entsprechenden Buchstaben in das Kästchen schreiben:

- a) Desinfektionsmittel
- b) Primer
- c) Pflegende Maske
- d) Nagellack auf Gel-Basis
- e) Nagelhaut-Öle
- f) Pflegende Handcremes
- g) Nagellackentferner
- h) Nagelhautcreme
- i) Nagelfestiger
- j) Polymer
- k) Paraffinbad
- l) Monomer
- m) Handcreme
- n) Peeling
- o) Essentielle Öle

Nagelskulptur

Traditionelle Maniküre

Handbehandlungen

3. Ordnen Sie die Geräte mit der entsprechenden Technik in der folgenden Anweisung zu.

Schreiben Sie den entsprechenden Buchstaben in das Kästchen:

- a) LED-Lampe
- b) Rotierende Bürsten
- c) Nageldrehmaschine
- d) Hochfrequenz
- e) Pasteurofen (trockene Hitze)
- f) Infrarotstrahlen
- g) Quarzperlen
- h) Ultraschallpeeling
- i) Tisch mit Staubabsaugung

Nagelskulpturen

Handbehandlungen

Hygiene und Desinfektion

Lösung „Vorbereitung der Materialien“

1. Ordnen Sie die Bilder der entsprechenden Technik zu, indem Sie die Buchstaben in die Kästchen schreiben:

1. Traditionelle Maniküre

A, B, C, E, J, M

2. Nagelverlängerung

A, C, D, E, H, I, K, N

3. Nagelschmuck

F, G, L, M, N

2. Ordnen Sie die Produkte und Kosmetika den verschiedenen Techniken zu, in die sie eingreifen, indem Sie die entsprechenden Buchstaben in das Kästchen schreiben:

a) Desinfektionsmittel

Nagelskulptur

b) Primer

A, B, D, G, J, L

c) Pflegende Maske

d) Nagellack auf Gel-Basis

e) Nagelhaut-Öle

f) Pflegende Handcremes

g) Nagellackentferner

Traditionelle Maniküre

h) Nagelhautcreme

A, E, F, G, H, I, M, P

i) Nagelfestiger

j) Polymer

k) Paraffinbad

l) Monomer

m) Handcreme

Handbehandlungen

n) Peeling

A, C, F, H, K, M, N, O

o) Essentielle Öle

3. Ordnen Sie die Geräte mit der entsprechenden Technik in der folgenden Anweisung zu Schreiben Sie den entsprechenden Buchstaben in das Kästchen:

a) LED Lampe

Nagelskulpturen

b) Rotierende Bürsten

A, C, I

c) Nageldrehmaschine

d) Hochfrequenz

Handbehandlungen

e) Pasteurofen (trockene Hitze)

f) Infrarotstrahlen

B, D, F, H

g) Quarzperlen

h) Ultraschallpeeling

Hygiene und Desinfektion

i) Tisch mit Staubabsaugung

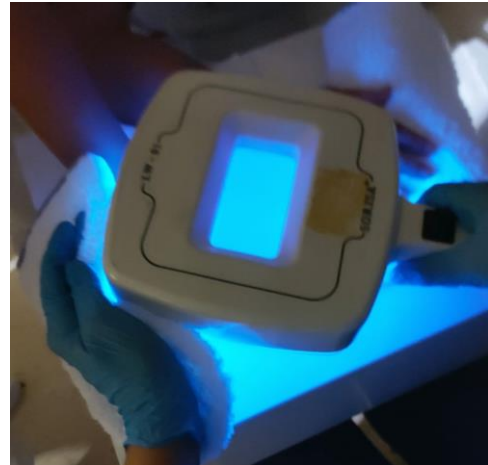
E, G

Titel des Materials/der Aktivität	4. Fallstudie „Behandlung von Dyschromie und dunklen Flecken“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität konzentriert sich auf den Umgang mit speziellen Kunden, wobei die Behandlungen an die Bedürfnisse angepasst werden, die sie/er haben könnte.</p> <p>Diese Aktivität wird in zwei Phasen durchgeführt:</p> <p>Schritt 1: Durchlesen des Handouts „Handpflege und Schönheitsbehandlungen“, in dem verschiedene Handbehandlungen gezeigt werden, mit besonderem Augenmerk auf die verwendeten Geräte und deren Funktion.</p> <p>Schritt 2: Untersuchen des Falls unter Berücksichtigung der wesentlichen Elemente, um dem Kunden die richtige Behandlung zu verabreichen, und unter Berücksichtigung der Verwendung umweltfreundlicher Kosmetika.</p>
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Handouts, Fallstudie • PC/Tablet • Papier/Stift
Benötigte Zeit	<p>Lesen des Handouts: 20 Minuten</p> <p>Lesen des Falls: 5 Minuten</p> <p>Ausführung des Falls: je nach Art schriftliche oder mündliche Ausführung</p>
Anhänge	<p>„Handpflege und Schönheitsbehandlungen“</p> <p>„Grüne Kosmetik: nachhaltige Schönheit“</p> <p>Artikelrezension im Nails Magazine über die Zunahme von Nachhaltigkeit in Schönheitssalons. https://www.nailsmag.com/382704/going-for-the-green</p> <p>Fallstudie „Behandlung von Dyschromie und dunklen Flecken“</p>
Lösung zur Aktivität	Lösung „Behandlung von Dyschromie und dunklen Flecken“

HANDOUT „HANDPFLEGE UND SCHÖNHEITSBEHANDLUNGEN“



Studie und Analyse der Haut



Vorbereitung der Haut: Entfernung von Make-Up von den Händen, Unterarmen und Ellbogen.



Sprühen einer spindelkalten Dusche



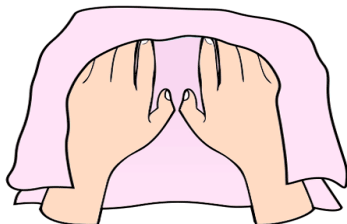
Vorbereitung der Haut: Hand Peeling



- 1.1. Tauchen Sie die Hände für einige Minuten in warmes Wasser, um die Nagelhäute zu säubern und aufzuweichen.



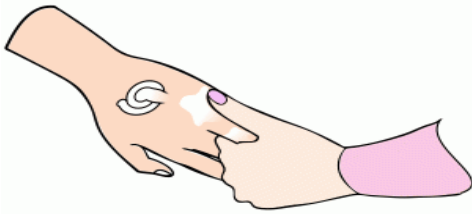
- 1.2. Abtrocknen mit einem sauberen Handtuch.



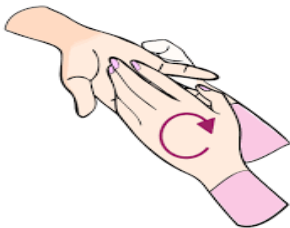
- 1.3. Pflegecreme: Tragen Sie auf die bereits trockene Hand des Kunden eine kleine Menge Peeling-Handcreme auf.



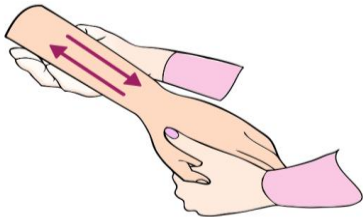
- 1.4. Finger: Sanft mit kreisenden Bewegungen im Uhrzeigersinn einmassieren. Beginnen Sie an der Spitze jedes Fingers und arbeiten Sie sich mit dem Rest der Hand bis zur Verbindungsstelle vor. Wiederholen Sie dies für jeden Finger.



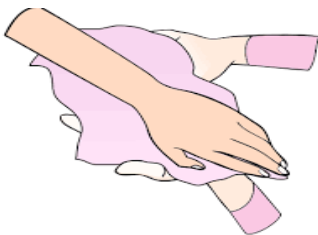
- 1.5. Handfläche: Strecken Sie die Hand des Kunden vollständig aus und reiben Sie die Handinnenseite. Immer sanft im Uhrzeigersinn einmassieren.



- 1.6. Unterarm: Halten Sie die Hand der Kundin und verteilen Sie das Produkt mit Ihrer Handfläche auf ihrem Unterarm. Zeichnen Sie kleine Kreise, während Sie nach oben zum Ellbogen und wieder nach unten gehen.



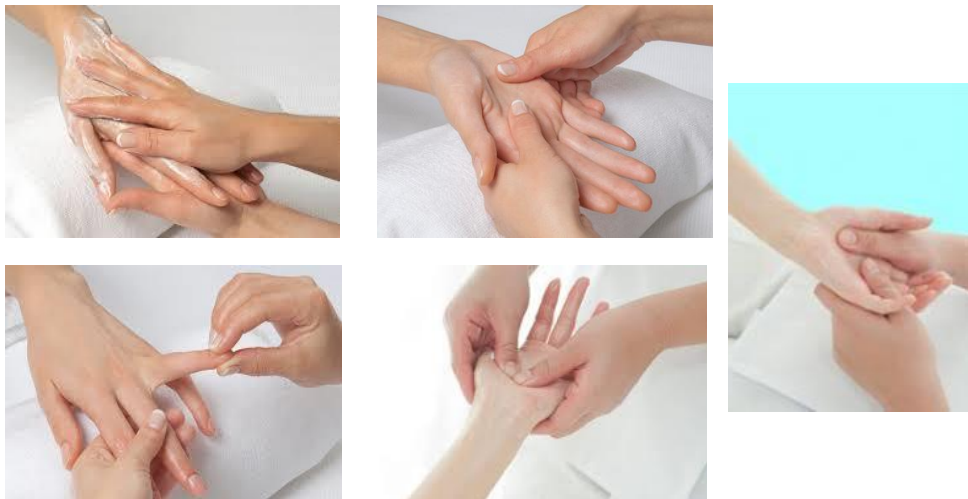
- 1.7. Reinigung. Trocknen Sie nach der Massage Hände und Unterarm mit einem warmen, feuchten Handtuch ab.



DIE HANDMASSAGE



Bewegungen bei einer Handmassage

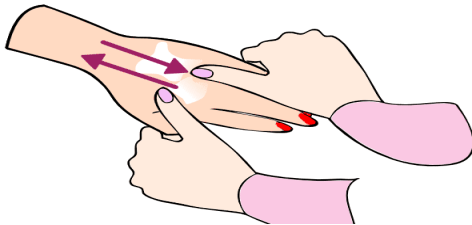


DIE HANDMASSAGE

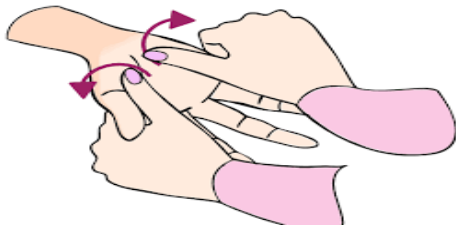
1. Feuchtigkeitscreme hinzufügen: Geben Sie einen Klecks feuchtigkeitsspendende Handcreme auf die Hand des Kunden:



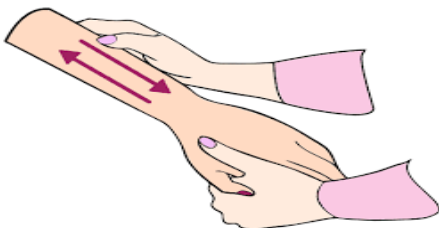
2. Fingermassage: Beginnen Sie damit, den Handrücken vertikal zu massieren, indem Sie der Struktur der Knochen folgen. Massieren Sie mit Daumen und Zeigefinger und üben Sie leichten Druck zwischen den Fingern aus.



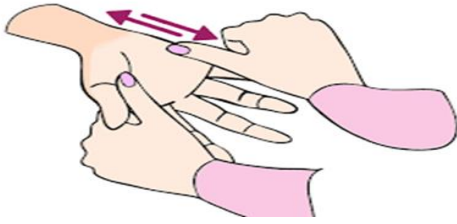
3. Handfläche: Massieren Sie nun die Handfläche in kreisenden Bewegungen von innen nach außen, wobei Sie die großen Finger in entgegengesetzte Richtungen bewegen. Verbringen Sie etwas mehr Zeit damit, den Daumenansatz und auch die Kontur der Hand zu massieren.



4. Unterarm: Üben Sie leichten Druck mit den Daumen auf jeder Seite des Unterarms aus und massieren Sie von unten nach oben in Richtung Ellbogen.



Abschlussmassage: Massieren Sie vom Ellbogen aus in kreisenden Bewegungen die Innenseite des Unterarms. Beenden Sie die Massage auf der Handfläche.



Mehr Informationen unter: https://www.youtube.com/watch?v=jGcwLWc6_no

BEHANDLUNG FÜR DEHYDRIERTE HAUT

Alle Maßnahmen zielen darauf ab, die Hydrolipidschicht der Haut mit Feuchtigkeit zu versorgen und wiederherzustellen.

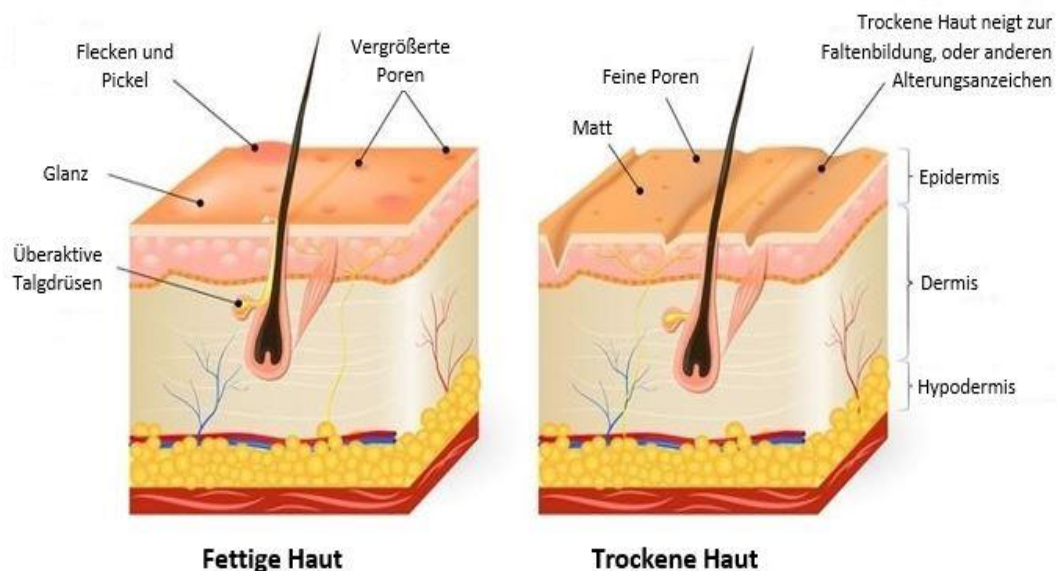
Charakteristika der Haut:

Die Haut fühlt sich rau an, ist gerötet, neigt zu Rissbildung und Trockenheit in der Kutikula und im Periungualbereich.

Kosmetische Techniken:

- Tragen Sie feuchtigkeitsspendende Kosmetika auf wie: Glycerin, Sorbit, Propylenglykol, NMF; Weichmacher tierischen (Lanolin) und pflanzlichen Ursprungs (Kakaobutter, Shea, Jojoba); Fettsäuren (Palmitinsäure, Stearinsäure, Ölsäure); Mineralöle.
- Physikalische und chemische Peelings: Silikapulver, AHA, Retinol etc.
- Bäder mit Paraffinwachs: Sie spenden Feuchtigkeit, machen die Haut weich, beseitigen Giftstoffe und aktivieren die Durchblutung, erweitern die Poren und erleichtern das Eindringen anderer Substanzen.
- Okklusionstechniken: Cremewickel, die das Schwitzen erleichtern, mit osmotischem Film und Einwickeln der Hände in ein heißes Handtuch.

FETTIGE & TROCKENE HAUT



Manuelle Techniken:

Manuelle Massage: Aktiviert die Durchblutung und den Hautstoffwechsel. Verbessert die Hautfarbe durch Beseitigung abgestorbener Zellen, Aktivierung der Kreislaufbedingungen und Verbesserung der Nährstoff- und Sauerstoffversorgung der Zellen.

Elektro-ästhetische Techniken:

- Infrarot: Strahlung, die Hitze erzeugt.
- Sprays: Blumige Wasser oder feuchtigkeitsspendende Lotionen.
- Hochfrequenzgeräte, Effluvia: Aktivierung der peripheren Zirkulation.
- Rotierende Bürsten: Sie können mit dem Peeling-Produkt verwendet werden, um dessen Wirkung und periphere Durchblutung zu aktivieren.

Behandlungsantragsverfahren

Behandlungsdauer: 45 Minuten

1. Wir tragen eine Desinfektionslotion oder ein Desinfektionsspray auf Hände und Nägel auf.
2. Hautanalyse: Wir beobachten ihren Zustand mit der Licht und Lupe und wählen die Kosmetik aus.
3. Wir fahren mit der Hygiene der Haut mit einem speziellen Reinigungskosmetikum fort.
4. Wir wenden eine Peeling-Kosmetik an. Wir können diese mit rotierenden Bürsten entfernen.
5. Wir wenden Ozondampf für fünf Minuten oder ein warmes Spray an.
6. Wir verteilen ein feuchtigkeitsspendendes biologisches Produkt mit Massagebewegungen auf der Haut der Hände (Iontophorese und Sonophorese können verwendet werden).
7. Wir wenden eine okklusive Plastikmaske an, um das Eindringen des biologischen Produkts zu begünstigen. Wenn es sich um Creme handelt, wickeln wir sie in osmotische Folie ein und decken sie mit einem Handtuch ab (Infrarotwärme kann bereitgestellt werden).
8. Spindelförmige kalte Duschen, um Maskenrückstände zu entfernen, die Haut zu kühlen und die Poren zu straffen.
9. Am Ende machten wir eine Handmassage mit einer speziellen Creme und Sonnenschutz.

Behandlungshäufigkeit

- Die Anzahl der Sitzungen hängt vom Grad der Austrocknung der Haut ab, im Durchschnitt werden jedoch zwischen 15 und 20 Sitzungen empfohlen.
- Die Frequenz wird zu Beginn einmal pro Woche sein und dann werden die Sitzungen auf alle 10, 15 oder 20 Tage distanziert.

Professioneller Rat

- Täglich und bei Bedarf Sonnenschutzcreme auftragen.
- Tragen Sie Latex- oder Gummihandschuhe, wenn Sie mit Reizstoffen oder Reinigungsmitteln arbeiten, und Baumwoll- oder Wollhandschuhe, um sie vor Sonne oder Kälte zu schützen.
- Trinken Sie täglich mindestens zwei Liter Wasser und essen Sie viel Obst und Gemüse.

HEISSE UND KALTE PARAFFINWACHSBEHANDLUNG

Das für Handbehandlungen verwendete Paraffinwachs ist raffiniert. Seine Schmelztemperatur liegt bei etwa 42 °C. Es ist mit Essenzen und Wirkstoffen wie grünem Tee, Lavendel, Pfirsich usw. angereichert, die seine Eigenschaften verbessern

- Wirkung: Es wird verwendet, um die Haut zu aufzuweichen und mit Feuchtigkeit zu versorgen. In diesen Fällen wird es heiß aufgetragen, wodurch die Feuchtigkeit der Haut aufgrund der Follikelerweiterung in die oberen Schichten aufsteigt, aber es trifft auf die Paraffinbarriere, die dazu neigt, sich zu verhärten, die Feuchtigkeit kehrt in die Haut zurück und hydratisiert alle ihre Schichten. Regt die Durchblutung an, da Wärme als Vasodilatator wirkt. Dieser Saunaeffekt sorgt für eine sofortige und langanhaltende Feuchtigkeitsversorgung.

- Kontraindikationen: Menschen mit sensorischer Beeinträchtigung oder Verlust, Diabetes oder Krampfadern, Wunden oder Geschwüren.

Kaltes Paraffin

Gibt es in Gläsern unterschiedlicher Größe und mit Aromen. Es ist eine Alternative für Menschen mit Kreislaufproblemen oder die kein heißes Paraffin verwenden können. Es hat nicht den gleichen Effekt, den Wärme auf der Haut erzeugt, um die Poren zu öffnen, aber es hat aufgrund seiner Dichte okklusive Eigenschaften und auch Feuchtigkeit und Erweichung. Kann mit elektrischen Handschuhen verwendet werden.



Schritt für Schritt für Kaltes Paraffin an den Händen

1. Tragen Sie eine desinfizierende Lotion auf den Bereich und die Hände des Kosmetikers auf.
2. Führen Sie vorher die Maniküre durch.
3. Führen Sie ein Peeling durch, um die Haut zu reinigen und vorzubereiten.
4. Tragen Sie das Paraffin durch Massage auf.
5. Legen Sie eine Plastiktüte mit osmotischer Folie und Frotteefäustlinge hinein, um sich warm zu halten.
6. Wenden Sie Wärme an, falls die Behandlung dies erfordert, mittels einer elektrischen Handsauna.
7. Nach der Einwirkzeit, die zwischen 10 und 15 Minuten liegen kann, entfernen Sie die Sauna und den Schutzbeutel, den Fäustling.
8. Überschüssiges Produkt bei Bedarf mit einem Waschlappen entfernen und leicht einmassieren.
9. Nägel reinigen und nach Kundenwunsch schmücken.

Behandlung mit kaltem Paraffin - Handsauna



1. Handschuhe auf hoher Stufe vorwärmen. Tragen Sie hitzeaktivierte Creme* auf den Händen auf und massieren sie diese in die Nägel und Nagelhäute ein.



2. Bedecken Sie die Hände mit den Fäustlingen oder wickeln Sie sie in Plastikfolie.



3. Stellen Sie die Hitze auf die gewünschte Einstellung. Lassen Sie die Hände für ungefähr 10 Minuten hineingesteckt.



Schritt für Schritt einer Behandlung mit heißem Paraffin

1. Tragen Sie Desinfektionsmittel auf die Hände des Kunden und auf die des Kosmetikers auf.
2. Führen Sie ein Peeling zum Säubern und Vorbereiten der Haut durch.
3. Tragen Sie das für jede Änderung angegebene Produkt durch Massage auf.
4. Tauchen Sie Ihre Hand bis zu fünf Mal in das Paraffin und warten Sie, bis es von einem Eintauchen zum nächsten nicht mehr tropft.
5. Legen Sie eine schützende Plastiktüte oder osmotische Folie und Frotteefäustlinge hinein, die warmhalten.
6. Nach der Einwirkzeit, die zwischen 15 und 20 Minuten liegen kann, entfernen Sie den Fäustling und das Paraffin, das leicht austritt, indem Sie an der Schutztasche ziehen.
7. Schließen Sie mit einer Massage mit einer speziellen Crème ab.



BEHANDLUNG VON PIGMENTFLECKEN ODER DYSCHROMIE

- Wir können nur Alters- und Sonnenflecken behandeln. Der Rest der Pigmentveränderungen ist dermatologische Behandlung.
- Ziel ist es, Flecken zu beseitigen, die Haut vor Sonneneinstrahlung zu schützen und das Gewebe zu revitalisieren und zu regenerieren.
- Da es sich um eine Veränderung handelt, die mit der Hautalterung einhergeht, können beide Behandlungen kombiniert werden.



Kosmetische Techniken

- Ausgewählt werden depigmentierende Kosmetika wie Azelainsäure, Kojisäure, Bärentraubenextrakte und Schafgarbe. Auch regenerierende Substanzen wie Hagebutte, Mimosenextrakte, Gotu Kola, Spurenelemente, Enzyme, Vitamine etc.

Manuelle Techniken

- Hand-, Unterarm- und Ellbogenmassage anwenden.

Elektro-ästhetische Techniken

- Ozonisierter Dampf, um die Haut mit Sauerstoff zu versorgen und das Eindringen von Kosmetika zu erleichtern.
- Hochfrequenz, Effluvia. Rotierende Bürsten, Ultraschall-Peeling. Laser und IPL, Mikrodermabrasion und Okklusivtechniken.

Behandlungsantragsverfahren

Behandlungsdauer: 45- 60 Minuten

1. Wir tragen eine Desinfektionslotion oder ein Desinfektionsspray auf Hände und Nägel auf.
 2. Hautanalyse: Wir beobachten den Zustand mit der Licht und Lupe und wählen die Kosmetika aus.
 3. Wir fahren mit der Hygiene der Haut mit einem speziellen Reinigungskosmetikum fort.
 4. Fünfminütige Glykolsäureanwendung.
 5. Auftragen des Neutralisators.
 6. Durchführung einer Handmassage mit regenerierender Creme.
 7. Auftragen von hautaufhellenden und/oder restrukturierenden Masken.
 8. Spindelförmige kalte Duschen.
 9. Schutzcremes mit totalem Sonnenschutzfaktor.
- Professionelle Beratung und Häufigkeit der Sitzungen.
 - Verwenden Sie regelmäßig eine Rundumschutz-Sonnencreme, besonders im Frühjahr und Sommer. Verwenden Sie den Rest des Jahres eine Creme mit hohem Sonnenschutz.
 - Empfehlen Sie dem Kunden die Anwendung von depigmentierenden Cremes auf der Haut an jedem zweiten Tag für 15 Tage und Raum entsprechend den Ergebnissen.
 - Empfehlen Sie dem Kunden einen Dermatologen aufzusuchen.
 - Häufigkeit:
Es sollten mindestens 20 Sitzungen durchgeführt und anschließend die Ergebnisse ausgewertet werden. Zunächst wird mit zwei wöchentlichen Sitzungen begonnen, dann werden die Sitzungen in größerem Abstand durchgeführt.

BEHANDLUNGSSSESSION GEALTERTE HAUT

1. Analyse der Haut.
2. Make-up Entfernung mit speziellen Produkten.
3. Wärmespray.
4. Ultraschall Peeling.
5. Hand-, Unterarm- und Ellenbogenmassage, um die Aufnahme eines elastin- oder kollagenreichen Serums zu erleichtern.
6. Vibrationsgerät.
7. Auftragen einer Alginat-Maske.
8. Wärmespray.
9. Auftragen einer Schutzcreme mit Sonnenschutzfaktor.



HYDRATISIERENDE SPA-BEHANDLUNGSSITZUNG FÜR HÄNDE

1. Hautanalyse.
2. Reinigung und Vorbereitung der Haut.
3. Tragen Sie Peelings mit Salz, Honig, Zitronensaft, Waschessenz oder Zitrone auf. (Dem Wasser zur Reinigung des Peelings können frische Blumen wie Rosenblätter, Jasmin, Orangenblüten, Lavendel zugesetzt werden).
4. Tragen Sie eine Maske auf, um die Haut mit Feuchtigkeit zu versorgen und zu nähren, und wickeln Sie sie mit einem osmotischen Film ein. Exposition zwischen 15 und 20 Minuten.
5. Entfernen Sie die Maske mit frischem Wasser und trocknen Sie sanft.
6. Massage mit Creme oder Mandelöl, angereichert mit ätherischen Ölen aus Kamille, Zitrone und Lavendel.
7. Säubern Sie die Nägel und schminken Sie, wenn es der Kunde wünscht.

Weitere Informationen

- <https://www.youtube.com/watch?v=r6iD9jizErU>
- Paraffin-Wachs-Behandlung

- https://www.youtube.com/watch?v=ZpJhGEUdsjA&feature=emb_title
- Maniküre mit heißen Vulkansteinen

- <https://www.youtube.com/watch?v=iNGa3yuSc9Y>
- Hydrate-Behandlung für Hände und Füße – Schritt für Schritt

- <https://www.youtube.com/watch?v=WnnZjq6fea0>
- Anti-Ageing-Behandlung für die Hände – Schritt für Schritt

- <https://www.youtube.com/watch?v=OjocJJekY8E>
- Regenerierende Handbehandlung – Schritt für Schritt

- <https://www.youtube.com/watch?v=nYBtCF6BqL4>
- Whitening-Behandlung für die Hände – Schritt für Schritt

„GRÜNE KOSMETIK: NACHHALTIGE SCHÖNHEIT“

Verbraucher interessieren sich mehr denn je für Nachhaltigkeit und viele Kosmetikhersteller suchen nach natürlicheren und umweltfreundlicheren Emulgatoren und Inhaltsstoffen für ihre Produkte. Die Vorteile „grüner“ Schönheitsprodukte gehen über Trends hinaus – immer mehr Studien belegen die Toxizität herkömmlicher Kosmetik, und der Markt für Naturkosmetik wächst weiterhin schnell und stetig.

Aber was ist grüne Kosmetik?

Das Wort „grün“ ist zum Synonym für „Bio“ oder „gesund“ geworden. Der Begriff „grüne Kosmetik“ verleitet die Verbraucher dazu, automatisch an umweltfreundliche Produkte zu denken.

Aber der Bereich der grünen Kosmetik bedarf noch der Klärung. Typischerweise wird der Begriff verwendet, um Produkte zu beschreiben, die umweltfreundliche Formulierungen, Produktionspraktiken oder Verpackungsmethoden verwenden.

Unter „grüner“ und „nachhaltiger“ Kosmetik versteht die Kosmetikindustrie kosmetische Produkte mit natürlichen Inhaltsstoffen, die aus nachwachsenden Rohstoffen hergestellt werden. Viele Unternehmen verwenden petrochemische Inhaltsstoffe, die aus Benzin gewonnen werden, einer nicht erneuerbaren und wirtschaftlich volatilen Ressource. Biobasierte Oleochemikalien hingegen stammen aus erneuerbaren Pflanzen- und Bakterienquellen und sind der Kern der grünen Kosmetikbewegung.

Kosmetikentwickler auf der ganzen Welt verfolgen diese Oleochemikalien hartnäckig, zusammen mit allen möglichen Quellen dafür. Einige Beispiele für gängige Quellen sind:

- **Natürliche Öle:** Palm- und Kokosöl werden häufig zur Gewinnung von Fettalkoholen verwendet, die als chemische Tenside verwendet werden. Andere Öle sind Arganöl und Avocadoöl. Glycerin, ein Derivat von Palmöl, ist ein häufiges Nebenprodukt.
- **Landwirtschaftliche Pflanzen:** Sojabohnen, Mais und andere landwirtschaftliche Pflanzen werden in der gesamten Kosmetikindustrie zur Herstellung von Ölen und Alkoholen verwendet. Aus diesen Pflanzen, die günstig und nachhaltig bezogen werden können, werden grüne kosmetische Emulgatoren, Tenside und Biokatalysatoren gewonnen.
- **Bakterien:** Ein Beispiel für eine erneuerbare Ressource, die derzeit entwickelt wird, ist das Bakterium *Deinococcus*, ein Bakterium, das von Deinove in Frankreich auf seine chemischen Produktionseigenschaften hin untersucht wurde. Deinove hat das Bakterium genutzt, um aromatische Inhaltsstoffe und Pigmente für die Kosmetikindustrie herzustellen.

Es gibt Inhaltsstoffe, die nicht nachhaltig sind. Durch die Verwendung natürlicher, oleochemischer Quellen vermeiden nachhaltige Kosmetika viele der toxischen Elemente, die in beliebten Marken zu finden sind. Diese Chemikalien schaden der Umwelt und der menschlichen Gesundheit, und Verbraucher sollten sie niemals auf einem „grünen“ Etikett lesen.

- **BHA und BHT:** BHA und BHT sind synthetische Antioxidantien, die als Konservierungsmittel verwendet werden und am häufigsten in Lippenstiften und Feuchtigkeitscremes vorkommen. Die Europäische Kommission hat Beweise dafür veröffentlicht, dass BHA und BHT das endokrine System stören.
- **Kohlenteerfarbstoffe:** Auf Etiketten werden Kohlenteerfarbstoffe als p-Phenylendiamin oder Farben mit dem Titel „CI“ und einer fünfstelligen Nummer aufgeführt. Diese Farbstoffe sind Mischungen aus Petrochemikalien und wurden mit Krebs beim Menschen in Verbindung gebracht.

- Formaldehyd freisetzende Konservierungsstoffe: Diese Konservierungsstoffe sind in einer Vielzahl von Kosmetika sowie in Reinigungsmitteln wie Toilettenreinigern enthalten. Wie der Name schon sagt, setzen formaldehydfreisetzende Konservierungsmittel kontinuierlich kleine Mengen Formaldehyd frei, ein bekanntes menschliches Karzinogen.
- Aluminium: Aluminium wird häufig in Antitranspirantien verwendet und dringt durch das Achselgewebe in den Körper ein und blockiert die Schweißkanäle. Es wurde jedoch auch mit Brustkrebs, Alzheimer und Osteoporose in Verbindung gebracht.
- Dibutylphthalat (DBP): Häufig in Nagelprodukten enthalten, ist DBP ein Lösungsmittel für Farbstoffe. Es gilt als toxisch für die menschliche Fortpflanzung und verstärkt die Fähigkeit anderer Chemikalien, genetische Mutationen zu verursachen. Während Kanada DBP aus allen Kinderspielzeugen verbannt hat, wurden noch keine Maßnahmen gegen seine Präsenz in Kosmetika ergriffen.

Der Verbraucher kauft natürliche und nachhaltige Kosmetik aus drei Hauptgründen: Umweltverantwortung, erhöhte Wirksamkeit und langfristige Gesundheit.

- Umweltverantwortung: Moderne Verbraucher haben ein wachsendes globales Bewusstsein und legen Wert auf soziale und ökologische Verantwortung. Einer der Hauptvorteile nachhaltiger Produkte ist ihre geringere Umweltbelastung. Ein aktuelles Beispiel für Umweltschmutzung und Verbrauchernachfrage ist das Verbot von Mikroperlen. Mikroperlen sind winzige Plastikstücke, die in vielen Duschpeelings und Peelingprodukten zu finden sind. Sie lösen sich jedoch nicht auf, und im Jahr 2015 berichtete eine Studie, dass täglich über acht Billionen Mikroperlen in unsere Gewässer gespült werden.
- Erhöhte Wirksamkeit: Natürliche und oleochemische Inhaltsstoffe verursachen weniger Hautirritationen oder allergische Reaktionen. Ohne synthetische, giftige Chemikalien oder künstliche Farbstoffe verlassen sich nachhaltige Produkte auf die heilenden Eigenschaften von Pflanzen und Tieren – die Inhaltsstoffe, die Menschen seit Jahrhunderten verwenden. Betrachten Sie Glycerin, ein natürliches Derivat von Palmöl. Die klare, ungiftige Flüssigkeit wird in Seifen, Pharmazeutika und Kosmetika verwendet. Da es ein Feuchthaltemittel ist, kann Glycerin Wasser zurückhalten, was es zu einem hervorragenden Feuchtigkeitsspender macht. Glycerin verstärkt die hygroskopischen Eigenschaften des Körpers und regt die Haut an, Wasser aufzunehmen und festzuhalten. Als nicht reizende Substanz kann es überall am Körper aufgetragen werden. Es ist ein wirksamer Anti-Aging-Wirkstoff und kann aufgrund seiner antimikrobiellen Eigenschaften auch zur Behandlung von Akne dienen.
- Langfristige Gesundheit: Während Petrochemikalien kurzfristige Ergebnisse liefern können, können die langfristigen Auswirkungen für Mensch und Umwelt hochgiftig sein. Jahrelange Verwendung synthetischer Kosmetik wurde auf Kopfschmerzen, Augenschäden, Akne, hormonelles Ungleichgewicht und vorzeitige Alterung zurückgeführt. Phthalate wurden sogar mit Krebs und Typ-II-Diabetes in Verbindung gebracht.

Durch die Wahl nachhaltiger Kosmetik verzichtet ein Verbraucher auf den Stress und die Unsicherheit giftiger, synthetischer Produkte und investiert in seine langfristige Gesundheit und Schönheit.

Innerhalb des grünen Marktes ist die **vegane Schönheitsbewegung** zu finden. Vegane Kosmetik hat zwei Ansätze, erstens, natürliche Ersatzstoffe auf pflanzlicher Basis für Wirkstoffe und Hilfsstoffe tierischen Ursprungs, wie einige Proteine und Derivate, zu entwickeln und einzusetzen, d. h. wenn ein Produkt Milchderivate oder Bienenwachs enthält, kommt dies nicht in Frage. Zweitens wird das tierversuchsfreie Konzept durch die schwindelerregende Entwicklung von Alternativen zu Tierversuchen und den 3Rs von Russell und Burch (Refinement, Replacement and Reduction, Konzept aus dem Jahr 1960) unterstützt. Jetzt sehen wir ein großes Angebot an alternativen Methoden, die Tierleid vermeiden. Die

Herausforderung besteht darin, dass keiner der Inhaltsstoffe oder die Formel an Tieren getestet wird. Tatsächlich haben mehrere Länder diesen Aspekt bereits geregelt und Gesetze erlassen, die Tierversuche für Kosmetikprodukte verbieten.

Ein besonders gefragter Bereich ist **veganer Nagellack und Maniküre**. Diese Produkte sind ohne Inhaltsstoffe tierischen Ursprungs formuliert.

Im Vergleich zu kommerziellem Nagellack ist veganer Nagellack ungiftig und mit veganfreundlichen, tierversuchsfreien, ethischen und umweltfreundlichen Inhaltsstoffen hergestellt. Herkömmlicher, handelsüblicher Nagellack ist nicht so hübsch, da er Nägel beschädigen und giftige Inhaltsstoffe enthalten kann. Umweltfreundlicher, ethischer, veganer Nagellack hat einige großartige Vorteile. Ein Hauptvorteil der Entscheidung für veganen Nagellack ist, dass er die Nägel schützt.

In nicht-veganen Nagellacken finden wir Inhaltsstoffe wie Fischschuppen oder Perlenessenz, die dem Lack einen perligen Glanz verleihen, tierische Fette wie Ölsäure oder Karmin aus Cochenille. Vegane Nagellackhersteller verwenden andere Substanzen mit ähnlichen Eigenschaften, um dem Lack seine rote Farbe oder seinen Glanz zu verleihen.

Zahlreiche Marken stellen 100 Prozent vegane und tierversuchsfreie Nagellacke her und machen eine ethische Maniküre so einfach wie nie zuvor.

Fallstudie „Behandlung von Dyschromie und dunklen Flecken“

Eine 58-jährige Frau kommt in Ihr Schönheitszentrum und benötigt Informationen zu Handbehandlungen, weil ihre Hände trocken werden und mehrere dunkle Flecken aufweisen. Sie raucht etwa 10 Zigaretten pro Tag und arbeitet als Taxifahrerin.

Sie müssen den Fall analysieren und ein Handbehandlungsprotokoll für dunkle Flecken und alternde Haut vorschlagen, indem Sie die am besten geeignete Ausrüstung verwenden und die Auswahl erläutern.

Lösung „Behandlung von Dyschromie und dunklen Flecken“

Wählen Sie zunächst die elektroästhetischen Techniken aus.

1. Ozonisierter Dampf, um die Haut mit Sauerstoff zu versorgen und das Eindringen von Kosmetika zu erleichtern.

Hochfrequente Abwässer, rotierende Bürsten, Ultraschall-Peeling, Laser und IPL, Mikrodermabrasion und Okklusivtechniken.

Zweitens geben Sie die Reihenfolge an, in der es in das Protokoll eingetragen werden muss. Behandlungsdauer: 45- 60 Minuten.

1. Desinfektionscreme oder Desinfektionsspray auf beide Hände und Nägel auftragen
2. Hautanalyse: Wir beobachten ihren Zustand mit Licht und Lupe und wählen die Kosmetik aus.
3. Wir gehen zur Hygiene der Haut mit einem speziellen Reinigungskosmetikum mit rotierenden Bürsten über.
4. Ozonisierter Dampf, um die Haut mit Sauerstoff zu versorgen und das Eindringen von Kosmetika zu erleichtern.
5. Ultraschall-Peeling für 10 Minuten vor der Anwendung von Glykolsäure oder stattdessen
6. Glykolsäureanwendung für 5 min.
7. Auftragen des Neutralisators
8. Durchführung einer Handmassage mit regenerierender Creme
9. Hochfrequentes Effluvia auf Gaze für 5 Minuten auftragen
10. Anwendung von Hautaufhellungs- und / oder Restrukturierungsmasken
11. Spindelförmige kalte Duschen
12. Schutzcreme mit hohem Sonnenschutzfaktor

Titel des Materials/ der Aktivität	5. Simulation/Demonstration „Maniküreprozess einschließlich Maniküre für Männer“
Präsentation/ Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Die Aktivität überprüft die Fähigkeit eines Lernenden, eine Maniküre für Männer unter Aufsicht eines Trainers durchzuführen. Diese Aktivität wird professionelle Techniken und Praxismanagement, Unterstützungsprozesse, Zeitmanagement und die Kommunikationsfähigkeiten verbessern. Die männliche Maniküre unterscheidet sich nicht wesentlich von anderer Maniküre, es kann die traditionelle oder die trockene sein. Die Unterschiede liegen in der Form der Nagelfeile und dass sie nicht glasiert, sondern poliert sind.</p> <p>Diese Aktivität wird in zwei Arbeitsphasen ausgerichtet: Schritt 1: Demonstration durch den Trainer: zeigt den schrittweisen Prozess der männlichen Maniküre, während der Lernende den Prozess beobachtet. Schritt 2: Vorbereitung der Einstellungen und Durchführung der Behandlung durch den Lernenden (nach Anleitung des Trainers).</p>
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • PC/Tablet • Internetverbindung <p>Ausrüstung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Möbel • Tools und Geräte • Jegliche Produkte, die im Prozess verwendet werden
Benötigte Zeit	<p>Die Aktivitäten finden innerhalb von 90 Minuten statt:</p> <p>45 Minuten für die Beobachtungsphase 45 Minuten für die Durchführungsphase</p>
Anhänge	<p>Handout „Maniküre-Prozesse“ Handout „Maniküre-Dienstleistungen“</p>
Lösung zur Aktivität	<p>Prozess: Maniküre bei Männern</p>

HANDOUT „MANIKÜRE-PROZESSE“

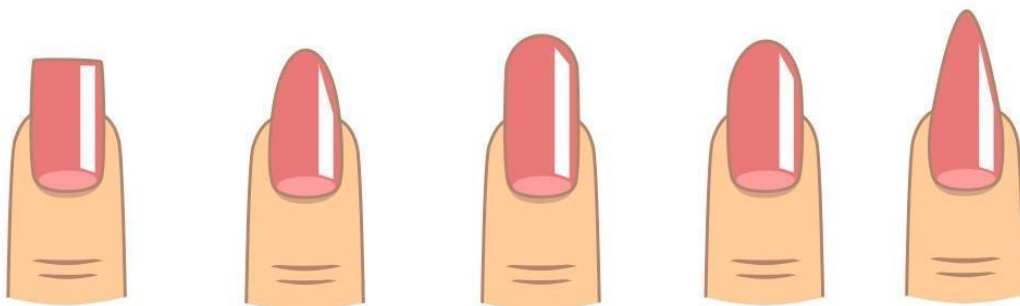
DIE TRADITIONELLE MANIKÜRE

Vorüberlegungen

Vor Beginn der Arbeiten müssen wir den Arbeitsbereich vorbereiten. Die Möbel, Geräte und Materialien, die wir verwenden werden, müssen in gutem Zustand, sauber und desinfiziert und/oder sterilisiert sein.

Der Kosmetiker muss perfekt uniformiert und bereit sein, den Kunden mit Aufmerksamkeit und Herzlichkeit zu empfangen.

- 1. Kundenempfang.** Der Kosmetiker stellt sich vor und begrüßt den Kunden, indem er die entsprechenden Checks auf der Agenda durchführt. Es ist wichtig, auf die Anforderungen des Kunden zu hören und die entsprechenden Antworten und Informationen klar und präzise zu geben, während er über den Preis und die Dauer der Dienstleistungen informiert. Während dieses Prozesses werden die notwendigen Fragen gestellt, um mit dem Ausfüllen der persönlichen und technischen Akte des Kunden zu beginnen. Unmittelbar danach werden die Sachen des Kunden eingesammelt (Mantel, Jacke, Regenschirm, Tasche ...) und an dem dafür vorgesehenen Platz (Jackenständer, Garderobe, Schließfach) geordnet. Bei Bedarf erhält der Kunde persönliches Schutzmaterial (Kittel, Maske).
- 2. Unterbringung des Kunden.** Der Kunde wird zum Arbeitsplatz begleitet und ein vorbereitendes Händewaschen wird empfohlen, bevor er sich an den Maniküretisch setzt. Dann entfernt der Kunde Ringe und Armbänder, die die Arbeit der Maniküre oder Massage behindern könnten. Der Kosmetiker legt sie bis zum Ende der Dienstleistung in ein Tablett oder eine Schachtel ins Blickfeld des Kunden.
Bevor er fortfährt, trägt der Kosmetiker desinfizierendes Gel oder Lotion auf die Hände des Kunden auf.
- 3. Observation des Zustandes der Nägel und der Haut der Hände.** Es muss überprüft werden, dass keine Änderung vorliegt, die die Erbringung der Dienstleistung verhindert. Die Beobachtungen sind in der Akte zu vermerken.
- 4. Make-Up Entfernung von den Nägeln.** Wenn die Nägel Emaille haben, muss diese vorher entfernt werden. Dazu wird ein mit Nagellackentferner (vorzugsweise ohne Aceton) getränktes Watte- oder Zellulosepad verwendet, wobei Abziehbewegungen zur Außenseite des Nagels ausgeführt werden. Die periungualen Ränder werden mit dem Orangenholz-Stick gereinigt, der an einem Ende mit einer mit Nagellackentferner imprägnierten Watte bedeckt wird.
- 5. Analyse der Morphologie der Hände und Nägel.** Der Techniker beobachtet die Form der Hände und die Lage der Nägel. Die endgültige Form und Größe des Nagels wird mit dem Kunden vereinbart. Und dann wird die Farbe des Emails oder der Dekorationen gemäß dem Katalog ausgewählt. Änderungen und Wahlen sind auf der Karte zu vermerken.



rechteckig

mandelförmig

oval

rund

spitz

- 6. Schneiden und Feilen.** Ordnung ist wichtig, deshalb beginnt der Kosmetiker immer vom kleinen Finger bis zum Daumen, erst die eine Hand, dann die andere. Um den freien Nagelrand zu feilen, verwenden Sie eine spezielle Naturnagelfeile (150-180 Körnung). Wenn die Größe des Nagels im Vergleich zur gewünschten Größe zu lang ist, ist es besser, die Nägel mit einem Nagelknipser zu schneiden, indem Sie drei saubere Schnitte machen: Zuerst auf einer Seite des Nagels, dann auf der anderen und schließlich im mittleren Teil, wobei Sie den Nagel mindestens etwa 3 mm lang belassen, um den Finger zu schützen. Es wird mit der Feile beendet, die die gewünschte Form gibt. Das Feilen erfolgt, indem die Feile senkrecht zur freien Kante gehalten wird, niemals geneigt, da der Nagel sonst splittert und übermäßig verdünnt wird. Die Ablagerichtung erfolgt von den Seiten zur Mitte. Zum Schluss wird die Feile mit kleinen Berührungen über und unter die freie Kante geführt, um sie weicher zu machen, während wir mit dem Daumen entlang der Kante fahren, um die verbleibende weiche Textur zu beobachten und zu fühlen.



ANMERKUNG: WAS SIE NICHT TUN SOLLTEN

- Mit sehr flacher Neigung feilen, weder nach oben noch nach unten.
- Mit der Feile Hin- und Herbewegungen machen.
- Kräftig feilen.
- Die Feile übermäßig drücken.

Diese Aktionen können zum Brechen oder Absplittern des Nagels führen.

- 7. Behandlung der Nagelhaut.** Sobald eine Hand gefeilt ist, wird das Nagelhautweichmacher-Kosmetikprodukt auf den periungualen Rand aufgetragen und mit den Daumenspitzen eine kurze kreisende Massage über den Bereich gemacht. Die Nägel werden in die Manilivio- oder „Nassfinger“-Schale gelegt, die zuvor mit warmem Wasser und etwas neutraler antiseptischer Seife für eine maximale Zeit von 5 Minuten vorbereitet wurden.

Während eine Hand in der Schüssel ist, wird die andere Hand für die Arbeit vorbereitet.

Sobald der vorherige Vorgang mit der zweiten Hand abgeschlossen ist, trocknen Sie die erste Hand sanft ab, ohne zu reiben, und legen Sie die andere in die Schüssel.

Bei überschüssiger Nagelhaut wird ein Nagelhautlösemittel verwendet, das mit einem Orangenholz-Stick oder dem mitgelieferten Pinsel aufgetragen wird.

Mit dem Metallschieber, dem Kickstand oder dem Orangenholz-Stick schält der Kosmetiker die Nagelhaut ab und schiebt sie zurück, wodurch die Haut von der Peripherie der Nagelplatte entfernt wird, ohne zu drücken oder zu kratzen. Die Richtung ist aufsteigend von den Seiten nach oben, in Richtung Nagelbett.

Wenn es notwendig ist, etwas Haut oder überschüssige Haut von der Nagelhaut zu entfernen, verwenden Sie den Nagelhautschneider oder die Maniküreschere.

Wenn der Vorgang abgeschlossen ist, tauchen Sie die Nägel in das Seifenwasser, um den Nagelhautentferner zu entfernen, und trocknen Sie die Nägel und Finger gründlich ab.

8. **Anwendung der Handmassage.** Tragen Sie eine pflegende und feuchtigkeitsspendende Hand- und Nagelcreme auf, um die Massage (gemäß dem Handmassageprotokoll) zuerst auf der einen und dann auf der anderen Hand durchzuführen.
https://www.youtube.com/watch?v=jGcwLWc6_no
9. **Fleckenentfernung oder Nagelaufhellung.** Das Nagelbleaching-Kosmetik wird mit Hilfe eines Pinsels oder mit einem Ende des in Watte gewickelten Orangenholz-Sticks aufgetragen. Die Oberfläche des Blattes und der freie Rand werden gerieben, um die gelben Flecken zu entfernen. Weißstifte werden verwendet, um den unteren Teil der freien Kante aufzuhellen. Es ist notwendig, die Spitze des Stifts vor dem Auftragen anzufeuchten.
10. **Nagel Make-Up (mit traditionellem Nagellack).** Vor dem Auftragen des Nagel-Make-ups müssen die Fettreste des Nagels und die Periungualränder gründlich gereinigt werden. Dazu die Finger wieder in die Seifenlauge eintauchen und gut abtrocknen. Reinigen Sie mit dem orangefarbenen Stäbchen, das mit einer Desinfektionsmittel oder einem Reinigungsmittel getränkten Wattle Spitze vorbereitet ist, alle Kanten der Nagelplatte und unterhalb der freien Kante.

Politur

Diese kann auf zwei Arten durchgeführt werden:

- Nur an der freien Kante, um ein Hängenbleiben der Nägel zu vermeiden.
- Überall auf der Nagelplatte, um ein glattes und glänzendes Finish zu erzielen, wenn Sie die Nägel nicht schmücken möchten.

Es wird die dreiseitige Polierfeile verwendet. Die Platte sollte nur in einer Richtung bearbeitet werden, um Rillen zu beseitigen, zuerst um die kutikulären Seitenkonturen, die Mitte und den freien Rand. Die drei Texturen werden verwendet, beginnend mit der größten Körnung und endend mit der weichsten, die für den Glanz sorgt.

Die Lackierung des Nagels.

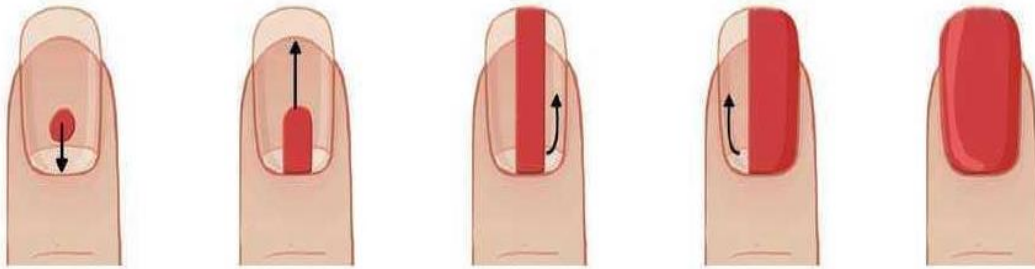
- Je nach Nageltyp wird eine Schicht der gewählten Basis aufgetragen (Härter, Egalisierer).
- Zwei Schichten des Lacks in der gewünschten Farbe werden aufgetragen.
- Der Lack wird mit einem transparenten Finish-Lack mit glänzendem oder mattem Finish veredelt.

Der Vorgang kann abgeschlossen werden, indem ein Verdicker aufgetragen wird, um die Trocknungszeit des Nagellacks zu verkürzen, oder indem Sie Ihre Hände in einen speziellen Nageltrockner legen. Wenn der Nagellack vollständig trocken ist, wird ein regenerierendes Öl auf die Nagelhaut aufgetragen, um sie zu reparieren und mit Feuchtigkeit zu versorgen.

Nagellack – Ablauf:

- Reinigen Sie jeden Nagel mit einem Zellulosepad, das mit dem wasserfreien Entfettungsprodukt imprägniert ist, um alle Spuren von Fett und Staub zu entfernen, die bei der Maniküre entstehen.
- Es wird eine Basis aufgetragen, die den Nagel vor den Pigmenten und Lösungsmitteln des Lacks schützt. Wenn diese trocken ist, sollte die erste Lackschicht gemäß dem Kundenwunsch aufgetragen werden:
- Lackflasche gut schütteln und öffnen. Nehmen Sie das Bürstchen heraus, indem Sie eine ihrer Seiten abstreifen, damit sie nicht mit überschüssigem Produkt beladen wird.

- Damit jeder Pinselstrich präzise ist, muss der Pinsel gleichzeitig mit dem Herausziehen aus der Flasche vorbereitet werden, indem ein Drittel des unteren Teils und der obere Teil vollständig gereinigt werden, wobei ein Tropfen Produkt am Rand zurückbleibt.
- Jeder Pinselstrich muss gleichmäßig und mit einer durchgehenden und präzisen Linie sein, die ungefähr einen halben Millimeter vom periungualen Rand entfernt ist.
- Der erste Pinselstrich wird in der Mitte des Nagels aufgetragen; der zweite auf der linken Seite und der dritte auf der rechten Seite.



DIE MANIKÜRE BEI MÄNNERN

Die männliche Maniküre unterscheidet sich nicht wesentlich von den Maniküren, die wir kennen, es kann die traditionelle oder die trockene sein. Die Unterschiede liegen in der Form der Nagelfeilen und dass sie nicht glasiert, sondern poliert sind.

Normalerweise versuchen Männer, ihre Nägel zu reinigen, zu schneiden und zu feilen, um Rauheit zu vermeiden und die Hautfeuchtigkeit zu verbessern, insbesondere diejenigen, die mit aggressiven Substanzen arbeiten oder harten Aufgaben ausgesetzt sind. Was sie wollen, ist ein sauberes und attraktives Erscheinungsbild.

Protokoll für die Maniküre bei Männern:

Folgen Sie den Schritten **1 bis 5**, wie sie für die traditionelle Maniküre beschrieben werden.

6: Schneiden Sie quadratisch und kurz und feilen Sie zur freien Kante hin, wobei Sie die quadratische Form beibehalten.

7: Entfernen Sie Nagelhaut und entfernen Sie unansehnliche Niednägel, die normalerweise durch übermäßige Trockenheit entstehen. Vermeiden Sie die Verwendung einer Zange so weit wie möglich. Die Drehmaschine kann auch verwendet werden, um die Kontur der Periungualfalten zu glätten.

8: Bei der Massage sollten schnell einziehende Cremes verwendet werden.

9: Gehen Sie genauso vor wie bei der traditionellen Maniküre.

10: Polieren Sie sowohl die freie Kante als auch die Nagelplatte, da der Nagel nicht geschmückt wird. Manchmal kann eine Proteinbasis aufgetragen werden oder um Nägelkauen zu vermeiden.

Männer erhalten auch oft heiße Paraffinbehandlungen und Apa-Behandlungen, um den Hautzustand und das Wohlbefinden zu verbessern.



DIE TROCKENE UND DIE RUSSISCHE MANIKÜRE

Die trockene oder „brasilianische“ Maniküre ist eine Variante der traditionellen Maniküre, bei der die Hände nicht in Wasser getaucht werden und die Nagelhaut ausschließlich mit einem Nagelhautweichmacher bearbeitet wird. Fettige Produkte wie Cremes oder Öle werden erst aufgetragen, wenn der Nagellack fertig ist, insbesondere, wenn ein Gellack oder aufbauende Nagelverlängerungen jeglicher Art aufgetragen werden.

Bei der russischen Maniküre, auch Hardware-Maniküre genannt, ist der Prozess der gleiche wie bei der trockenen Maniküre, jedoch mit einer präziseren und sorgfältigeren Behandlung der Nagelhaut. Es besteht aus der Verwendung einer Drehbank mit vier verschiedenen und spezifischen Fräsern, die sowohl die freie Kante des Nagels als auch die Oberfläche des Blattes feilen und die Nagelhaut und Häute von den periungualen Kanten entfernen.

Ziel ist es, den Nagel so vorzubereiten, dass sowohl die Emaillierung als auch das Auftragen verschiedener Produkte für die Nagelverlängerung perfekt und haltbarer haften.

Nagelhaut-Behandlung:

1. Mit feinkörnigen konischen Bohrern wird die Nagelhaut des Nagelbetts leicht angehoben. Die Nagelhaut, die sich im Nagelfalz ansammelt, wird mit einem Diamantbohrer in spitzer Form bearbeitet.
2. Das Nagelbett wird sorgfältig von Nagelhautresten und abgestorbener Haut gereinigt, um eine Ablösung zu verhindern.
3. Abschließend wird die Haut um den Nagel herum mit superfeinen Erdbeerkörnern poliert, wodurch die Unregelmäßigkeiten geglättet werden.

Vorsichtsmaßnahmen:

- Wenn überschüssige Nagelhaut vorhanden ist, kann ein Nagelhautweichmacher verwendet werden und die Nagelhaut mit dem Schieber zurückgeschoben werden.
- Bei Bedarf wird die Nagelhaut, die die Drehmaschine nicht entfernen konnte, mit Hilfe einer Schere oder eines Nagelhautschneiders geschnitten.

DIE SEMI-PERMANENTE MANIKÜRE

Es bezieht sich auf die trockene oder russische Maniküre als einleitende Vorbereitung und anschließendes Lackieren mit semipermanenten Gel-Lacks. Siehe Schritt-für-Schritt im Handout „Maniküre-Dienstleistungen“

DIE HAND-SAUNA MANIKÜRE

Hier ist ein Beispiel, wie die Hand-Sauna Maniküre in einigen Salons durchgeführt wird.

<https://www.youtube.com/watch?v=r6iD9jizErU>

DIE SPA MANIKÜRE

Hier ist ein Beispiel, wie die Spa Maniküre in einigen Salons durchgeführt wird.

<https://www.youtube.com/watch?v=f6DNByuheFM>

„MANIKÜRE-DIENSTLEISTUNGEN“

ANALYSE DER HAND- UND NAGELMORPHOLOGIE

Bestimmen Sie die Morphologie von Händen und Nägeln durch Beobachtung. Erkennen Sie außerdem, ob es Veränderungen an Haut und Nägeln gibt, die die Anwendung der Behandlung verhindern oder einschränken.



MORPHOLOGIE DER HÄNDE UND NÄGEL

1. Zu jeder Handform passt eine bevorzugte Art von Nägeln:

- Hände mit kurzen Fingern: ovale oder mandelförmige Nägel. Leicht mandelförmige Nägel verlängern optisch die Hände. Es ist wichtig, dass sie nicht übermäßig lang sind, da sonst die Nägel im Verhältnis zu den Fingern aus dem Gleichgewicht geraten würden.



Ovale Nägel



Mandelförmige Nägel

- Hände mit dicken Fingern: runde Nägel zu mandelförmigen Nägeln. Der natürlichen Form des Fingers folgend und leicht mandelförmig. Dadurch ist es möglich, auch dickere Hände optisch schlanker zu machen.



Runde Nägel



Mandelförmige Nägel

- Dünnefingerige Hände: eckige Nägel. Eine gerade, leicht quadratische Form, die kaum einen Millimeter über die Fingerspitzen hinausragt. Dies verstärkt das schlanke Erscheinungsbild der Hand.



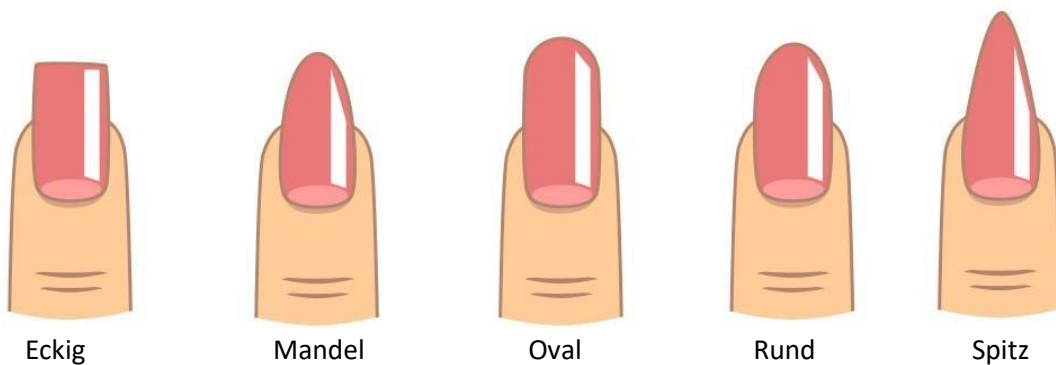
Die Eckige Form sieht bei flachen Nägeln besser aus.



Der abgerundete Nagel sieht bei gebogenen Nägeln besser aus.



2. Der Kunde entscheidet nach der Analyse unter Berücksichtigung der Beratung des Kosmetikers über die Form und Größe der Nägel.



Dies ist der Moment, um die Farbe des Lacks oder der Dekorationen auszuwählen, die der Kunde gemäß des Katalogs gerne hätte. Die Änderungen und Wahlmöglichkeiten werden auf der Karte des Kunden vermerkt.

FEILEN UND FORMEN DER NÄGEL





1. Beim Feilen wird die Feile senkrecht zur freien Kante gehalten, niemals in einem Winkel, da dies zu übermäßigem Absplittern und Ausdünnen des Nagels führt.
2. Die Feilrichtung ist von den Seiten zur Mitte hin.
3. Führen Sie zum Schluss die Feile mit kleinen Berührungen über und unter die freie Kante, um sie zu glätten, während Sie mit dem Daumen über die Kante gehen, um die Textur zu beobachten und zu fühlen.

NAGELHAUT-BEHANDLUNG

Das nagelhauterweichende Kosmetikum wird auf den Periungualrand aufgetragen, indem die Stelle mit den Daumenspitzen in kreisenden Bewegungen kurz einmassiert wird.



1. Die Nägel werden für maximal 5 Minuten in das zuvor mit lauwarmem Wasser und etwas neutraler antiseptischer Seife vorbereitete Behältnis gelegt.



2. Mit dem Metallschieber, dem Stützfuß oder dem Orangenholz-Stick schälen und schieben wir die Nagelhaut ab und entfernen die Haut von der Peripherie der Nagelplatte, ohne zu drücken oder zu kratzen.



3. Die Richtung ist aufsteigend von den Seiten nach oben, zur Nagelwurzel hin.

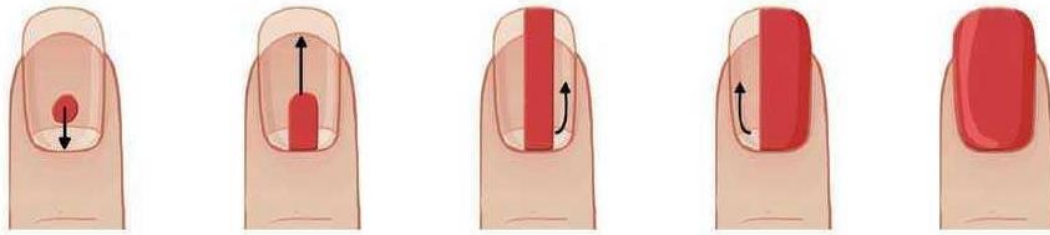


Wenn es notwendig ist, einige kleine Häute oder überschüssige Haut von der Nagelhaut zu entfernen, verwenden Sie eine Nagelhautzange oder Nagelschere.



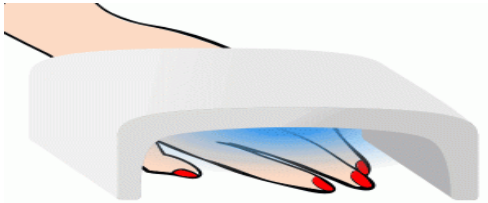
NAGELLACK. ABLAUSCHRITTE





Abschluss mit Nagelhaut-Öl

1. Vorabcheck. Beginnen Sie zuerst mit den Nägeln. Achten Sie darauf, dass der Nagellack vollständig trocken ist, bevor Sie beginnen. Bei semipermanenten Polituren erfolgt die Trocknung mit UV-Lampen sehr schnell.



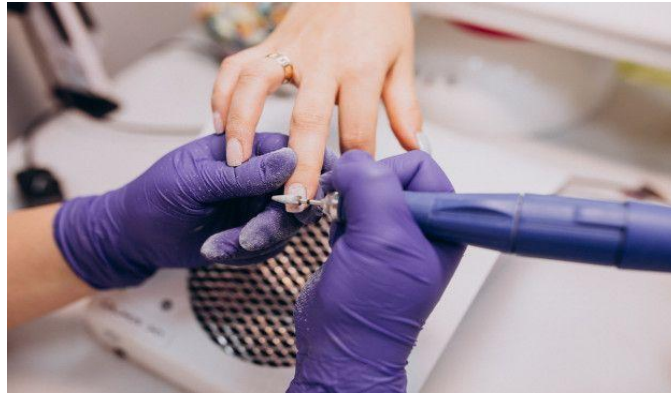
2. Nagelöl. Tragen Sie mit dem Pinsel etwas Nagelöl auf die Nagelhaut und unter den Nagel auf. Diese Öle stärken den Nagel und haben oft auch angenehme Düfte.



3. Verteilen Sie das Öl. Verteilen Sie das Öl mit einem Finger in Kreisen auf der Nagelhaut. Mit allen Fingern wiederholen.



Russische Maniküre: Trocken und mit Drehmaschine



Nagelvorbereitungsprozess mit Drehmaschine



Semi-permanente Maniküre

https://www.youtube.com/watch?v=L6cJyjkZyCI&feature=emb_title



1. Kürzen und formen Sie die Nägel.



2. Schieben Sie die Nagelhäute zurück.



3. Schneiden Sie die tote Haut.



4. Polieren Sie sanft die Oberfläche ab.



5. Säubern Sie die Nägel mit Gelreiner oder -Entferner.



6. Stellen Sie sicher, dass die Nägel vollständig sauber und ölfrei sind (WICHTIG).



7. Tragen Sie dünn einen Nagel-Primer auf und warten Sie für 30 Sekunden/1 Minute.



8. Tragen Sie dünn einen Base-Coat auf.



9. Härten Sie dies mit einem UV/LED Licht aus. Härtingszeiten variieren zwischen den Lichtsystemen.



10. Tragen Sie dünn eine Farbschicht auf.



11. Härten Sie dies mit UV/LED Licht aus.



12. Tragen Sie eine zweite Farbschicht auf.



13. Härten Sie dies mit UV/LED Licht aus.



14. Tragen Sie dünn einen nicht abwischbaren Top Coat auf.



15. Härten Sie dies mit UV/LED Licht aus.



16. Genießen Sie Ihre Maniküre.

Entfernung semi-permanenter Maniküre

NUTZUNGSANWEISUNG



6. Tränken Sie das Pad mit Nagellackentferner



5. Platzieren Sie das Pad direkt auf dem Nagelbett. Drücken sie nach unten, damit das Pad auch sicher das gesamte Nagelbett bedeckt.



4. Wickeln Sie die Folie eng um den Finger oder Zeh und falten sie die Spitze darunter.



3. Lassen Sie dies für 10 bis 20 Minuten an Ihrem Nagel.



2. Ziehen sie die Folie weg von Ihrem Finger oder Zeh, während Sie mit dem Pad gegen das Nagelbett drücken, um resistente Reste zu entfernen.



1. Säubern Sie den Finger oder Zeh.

Entfernung semi-permanenten Nagellacks



1. Nagellackentferner wird in ein Wattepad gegossen.



2. Benutzen Sie ein Stück Folie, um es eng um Ihren Finger zu wickeln.



3. Warten Sie 10 bis 15 Minuten und schieben Sie den Lack mit dem stählernen Tool nach unten.



4. OK



Überlegungen, die beachtet werden sollten.

- Nagelhaut vorbereiten: Idealerweise eine Schutzschicht mit Vaseline um den Nagel legen, damit das Aceton nicht mit der Nagelhaut und der Haut um den Nagel in Kontakt kommt und Schaden anrichtet.
- Befeuchten Sie die Nägel gut: Nach dem gesamten Prozess sind die Nägel empfindlich und es ist daher notwendig, ein pflegendes Öl und eine Feuchtigkeitscreme zu verwenden. Denken Sie daran, dass reines Aceton sehr aggressiv für die Haut ist.
- Nagellack nicht entfernen. Sie könnten versucht sein, die Lackschicht eines halb gebrochenen Nagels abzureißen. Das schädigt den natürlichen Nagel, indem die obersten Schichten, die ihn schützen, zusammen mit dem Nagellack angehoben werden. Verwenden Sie vorzugsweise eine Pinzette oder eine Feile, um den Überschuss zu entfernen, oder entfernen Sie den gesamten Nagel mit reinem Aceton.

Lösung „Prozess einer Maniküre bei Männern“

1. **Beobachtung des Zustands der Nägel und der Haut der Hände.** Überprüfen Sie, dass keine Änderung vorliegt, und notieren Sie die in der Kundenakte gefundenen Beobachtungen.
2. **Analyse der Morphologie der Hände und Nägel.** Beobachten Sie die Form der Hände und die Lage der Nägel und entscheiden Sie mit dem Kunden über Form und Größe der Nägel.
3. **Schneiden und Feilen.** Beginnen Sie vom kleinen Finger bis zum Daumen. Um den freien Nagelrand zu feilen, verwenden Sie eine spezielle Naturnagelfeile (150-180 Körnung). Wenn die Größe des Nagels im Vergleich zur gewünschten Größe zu lang ist, ist es besser, die Nägel mit einem Nagelknipser zu schneiden, indem Sie drei saubere Schnitte machen: Zuerst auf einer Seite des Nagels, dann auf der anderen und schließlich im mittleren Teil, wobei Sie den Nagel mindestens etwa 3 mm lang belassen, um den Finger zu schützen. Es wird mit der Feile beendet, die die gewünschte Form gibt. Schneiden Sie bei der männlichen Maniküre mit einer quadratischen Form und kurzer Länge und feilen Sie in Richtung der freien Kante, wobei Sie die quadratische Form beibehalten.

Das Feilen erfolgt, indem die Feile senkrecht zur freien Kante gehalten wird, niemals geneigt, da der Nagel splittert und übermäßig verdünnt wird. Die Ablagerichtung erfolgt von den Seiten zur Mitte. Zum Schluss führen wir die Feile mit kleinen Berührungen über und unter die freie Kante, um sie weicher zu machen, während wir mit dem Daumen entlang der Kante fahren, um die verbleibende weiche Textur zu beobachten und zu fühlen.

4. **Behandlung der Nagelhaut:** Entfernen Sie Nagelhaut und entfernen Sie unansehnliche Niednägeln, die normalerweise durch übermäßige Trockenheit entstehen. Vermeiden Sie die Verwendung einer Zange so weit wie möglich. Die Drehmaschine kann auch verwendet werden, um die Kontur der Periungualfalten zu glätten.
5. **Anwenden der Handmassage.** Tragen Sie eine schnell einziehende Hand- und Nagelcreme auf, um die Massagebewegungen (gemäß dem Handmassageprotokoll) zuerst auf der einen und dann auf der anderen Hand auszuführen.
6. **Fleckenentfernung oder Nagelaufhellung.** Die Nagelbleaching-Kosmetik wird mit Hilfe eines Pinsels oder mit einem Ende des in Watte gewickelten Orangenholz-Stick aufgetragen. Reiben Sie die Oberfläche des Blattes und die freie Kante, um die gelben Flecken zu entfernen.
7. **Polieren.** Polieren Sie sowohl die freie Kante als auch die Nagelplatte, da der Nagel nicht geschmückt wird.

Es wird die dreiseitige Polierfeile verwendet. Die Platte sollte nur in einer Richtung bearbeitet werden, um Rillen zu beseitigen, zuerst um die kutikulären Seitenkonturen, die Mitte und den freien Rand. Die drei Texturen werden verwendet, beginnend mit der größten Körnung und endend mit der weichsten, die für den Glanz sorgt. Manchmal kann eine Proteinbasis aufgetragen werden oder um Nägelkauen zu vermeiden.

Männer erhalten auch oft heiße Paraffinbehandlungen und Spa-Behandlungen, um den Hautzustand und das Wohlbefinden zu verbessern.

Titel des Materials/der Aktivität	6. Fallstudie „Nagelschmuck auswählen“
Präsentation/ Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität hilft den Lernenden, die Fähigkeiten zu erwerben, Ratschläge zur Nageldekoration geben und die am besten geeigneten Farben und Formen auswählen, die zu den Eigenschaften von Hand und Nägeln passen.</p> <p>Schritt 1: Durchführung einer Internetrecherche nach verschiedenen Dekorationsdesigns, die für jeden der folgenden Fälle vorgeschlagen werden müssen (vom Lernenden).</p> <p>Schritt 2: Erstellen eines Word-Dokuments mit mindestens drei Vorschlagsdekorationen für jede Situation (durch den Lernenden).</p> <p>Schritt 3: Bewertung des Vorschlags (durch den Trainer).</p>
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	Materialien: <ul style="list-style-type: none"> • PC/Tablet • Internetverbindung
Benötigte Zeit	Dauer von Schritt 1 und Schritt 2: 1 Stunde Für Schritt 3: 15 Minuten
Anhänge	„Nagelschmuck“ Übungen „Nagelschmuck auswählen“
Lösung zur Aktivität	

„NAGELSCHMUCK“

Vorüberlegungen.

- Nagel und Nagelhaut müssen frei von Feuchtigkeit und Öl sein. Das Fett verhindert, dass der Lack auf dem Nagel haftet, und die Feuchtigkeit begünstigt das Auftreten von Pilzen und lässt in der Folge unsere Arbeit scheitern.
- Reinigen Sie jeden Nagel, indem Sie ein Pad mit einem wasserfreien Entfettungsprodukt imprägnieren, das alle Spuren von Staub und Fett entfernt, die während des Manikürevorgangs entstehen.

Kosmetik und Accessoires für Make-up und Nageldekoration.

Für Nagellack	Für künstlerische Dekorationen	Für Effekt-Dekorationen	Für eingeprägte Dekorationen
<p>Traditionelle Lacke (luftgetrocknet):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Für die Basis: Härter, Bleichmittel, Anti-Dehnungsstreifen • Für Dekoration: Lacke mit einer Vielzahl von Farben und ausgefallenen Farben • Finisher oder Top Coat. Semipermanente Lacke (getrocknet mit UV- oder LED-Lampe) • Zur Vorbereitung des Nagels: Primer oder Bonder ohne Säure, Dehydrator • Semi-permanente Base. • Semi-permanente Lacke • Semi-permanenter Top Coat • Gelreiniger oder Reiniger 	<ul style="list-style-type: none"> • Peel-off Base • Acryl-Bemalungen • Purpurin • Gel-Painting • Lacke zum Stempeln • Pinsel für Airbrush • Glitzer • Bänder • Piercings • Sticker • Steine, Swarovski - Kristalle oder Juwelen-ähnliche Accessoires • Kleber • Ahle oder Stichel • Nail-Art Pinsel: Für feine Details; für Schichtungen; für die One-Stroke-Technik 	<ul style="list-style-type: none"> • Spiegelungs-Effekt-Puder • Samt • Kaviar • Transfer Folie • Magnetlacke und Magnete mit verschiedenen Siebdrucken • Lack zum Knistern • Pulver zum Eintauchen 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau Acryl • Aufbaugel • 3D-Gel, Plastikgel oder Plasticin

Pinsel und dekorative Materialien



Pinsel für 3D-Designs



Ahle oder Stichel



Schwämme zum Verblenden

NAGELSCHMUCK SCHRITT FÜR SCHRITT TECHNIKEN

„Gradiententechnik“:

Materialien: Fine-Touch-Schwämme, Metallic-Präger, Orangenholz-Sticks, Nagelhautschneider.

Kosmetik: Grund- und Farblacke, Decklack.

1. Desinfektion der Hände des Kosmetikers und Kunden, Schneiden und Feilen von Nägeln, Prägen und Entfernen von Nagelhaut.
2. Polieren Sie die Nagelplatte, um Schmutz und Fett von den Nägeln zu entfernen.
3. Gewünschte Farbe auf die Nagelplatte auftragen und gut trocknen lassen.
4. Tragen Sie den gewünschten Lack auf den Schwamm auf und kombinieren Sie die Farben so, dass sich die dunkelste am freien Rand der Nagelplatte befindet.
5. Schwamm haftet für einige Sekunden auf der Nagelplatte, gut trocknen lassen und einen Überlack auftragen, trocknen lassen und dann Nagelhautöl auftragen.



Die Verlaufstechnik in Kombination mit Tierhaut, Lacken oder Acrylfarben:

Prägematerialien aus Metall, Orangenholz-Sticks, Feilen, Polierer, Stichel oder Nagelhautschneider, Zellulosequadrate, Bürsten.

Kosmetika: Base und farbige Lacke, Top Coat, unterschiedliche Acrylfarben.

1. Desinfektion der Hände des Kosmetikers und des Kunden, Schneiden und Feilen der Nägel, Prägen und Entfernen der Nagelhaut.
2. Polieren Sie die Nagelplatte, um Schmutz und Fett von den Nägeln zu entfernen.
3. Gewünschte Farbe auf die Nagelplatte auftragen und gut trocknen lassen.
4. Tragen Sie den gewünschten Lack auf den Schwamm auf und kombinieren Sie die Farben so, dass sich die dunkelste am freien Rand der Nagelplatte befindet.
5. Den Schwamm einige Sekunden auf die Nagelplatte kleben, gut trocknen lassen und dann mit einem feinen Pinsel das Design nachahmen, gut trocknen lassen und eine Schicht Überlack auftragen, trocknen lassen und dann die Nagelhaut mit einer sanften Massage einölen.



3. Flachreliefftechnik – die Motive ragen sehr wenig auf der Nagelplatte hervor:

Prägematerialien aus Metall, Orangenholz-Sticks, Feilen, Polierer, Stichel- oder Nagelhautschneider, Zellulosequadrate.

Kosmetika: Nagellackentferner ohne Aceton, Desinfektionsmittel, Basis- und Farbnagellack, Überlack, Nagelhautöl, Acrylfarben in verschiedenen Farbtönen.

1. Desinfektion der Hände des Kosmetikers und des Kunden, Schneiden und Feilen der Nägel, Prägen und Entfernen der Nagelhaut.
2. Polieren Sie die Nagelplatte, um Schmutz und Fett von den Nägeln zu entfernen.
3. Tragen Sie die Basislackierung auf, lassen Sie sie trocknen, tragen Sie den farbigen Lack auf, um ein französisches Design zu erstellen, lassen Sie sie trocknen, legen Sie einen Tropfen Lack auf und bevor dieser trocknet, erzeugen Sie mit dem Pinsel oder der Ahle das Design, lassen Sie dies trocknen und tragen Sie dann eine Schicht Top Coat oder Finisher auf, welche Sie trocknen lassen.
4. Zuletzt Nagelhautöl mit einer sanften Massage auftragen.



4. Technik mit Stichel oder Punsch und klassischen Emailieren:

Prägematerialien aus Metall, Organgenholz-Stick, Feilen, Stichel- oder Stanzzangen für Nagelhaut, Zellulosequadrate.

Kosmetika: Nagellackentferner ohne Aceton, Desinfektionsmittel, Basis- und Farbnagellack, Überlack, Nagelhautöl.

1. Desinfektion der Hände des Kosmetikers und des Kunden, Schneiden und Feilen der Nägel, Prägen und Entfernen der Nagelhaut.
2. Polieren Sie die Nagelplatte, um Schmutz und Fett von den Nägeln zu entfernen.
3. Den Basislack auftragen, trocknen lassen, den farbigen Lack auftragen, trocknen lassen, die Ahle oder den Stichel mit dem Lack imprägnieren und gemäß dem gewählten Design auf die Nagelplatte auftragen, trocknen lassen und dann einen Überlack oder Finisher auftragen, trocknen lassen.
4. Tragen Sie Nagelhautöl mit einer sanften Massage auf.



5. Technik mit Wasser-basierten Acrylfarben:

Materialien: LED- oder UV-Lampe, Feilen, Polierer, Präger, Orange-Sticks, kleine Zellulose, Bürsten in verschiedenen Größenformen, Stichel oder Ahle.

Kosmetika: Bonder, semipermanente Lacke in verschiedenen Farben, Glitzer, Decklack, Finish-Lösung, Produkt zur Reinigung der Hemmschicht, Nagelhautöl, Acrylfarben in verschiedenen Farben auf Wasser.

1. Desinfektion der Hände des Kosmetikers und des Kunden, Schneiden und Feilen der Nägel, Prägen und Entfernen der Nagelhaut.
2. Polieren Sie die Nagelplatte, um Schmutz und Fett von den Nägeln zu entfernen.
3. Tragen Sie den semipermanenten Lack der gewünschten Farbe auf, härten Sie ihn in einer Lampe aus, LED 60 Sekunden oder UV 3 Minuten, entfernen Sie die Inhibitorschicht mit einem mit dem gereinigten Produkt imprägnierten Zellulosequadrat und polieren Sie dann den Lack vorsichtig, um eine bessere Haftung zu erzielen Acrylfarbe.
4. Zeichnen Sie dann mit einem feinen Pinsel das Design und tragen Sie die Farbe mit einem quadratischen oder abgeschrägten Flachpinsel auf die größte Oberfläche des Designs auf, lassen Sie sie trocknen, tragen Sie eine Deckschicht auf und härten Sie in einer Lampe aus. Reinigen Sie die Hemmschicht bei Bedarf und tragen Sie Nagelhautöl mit einer sanften Massage auf.

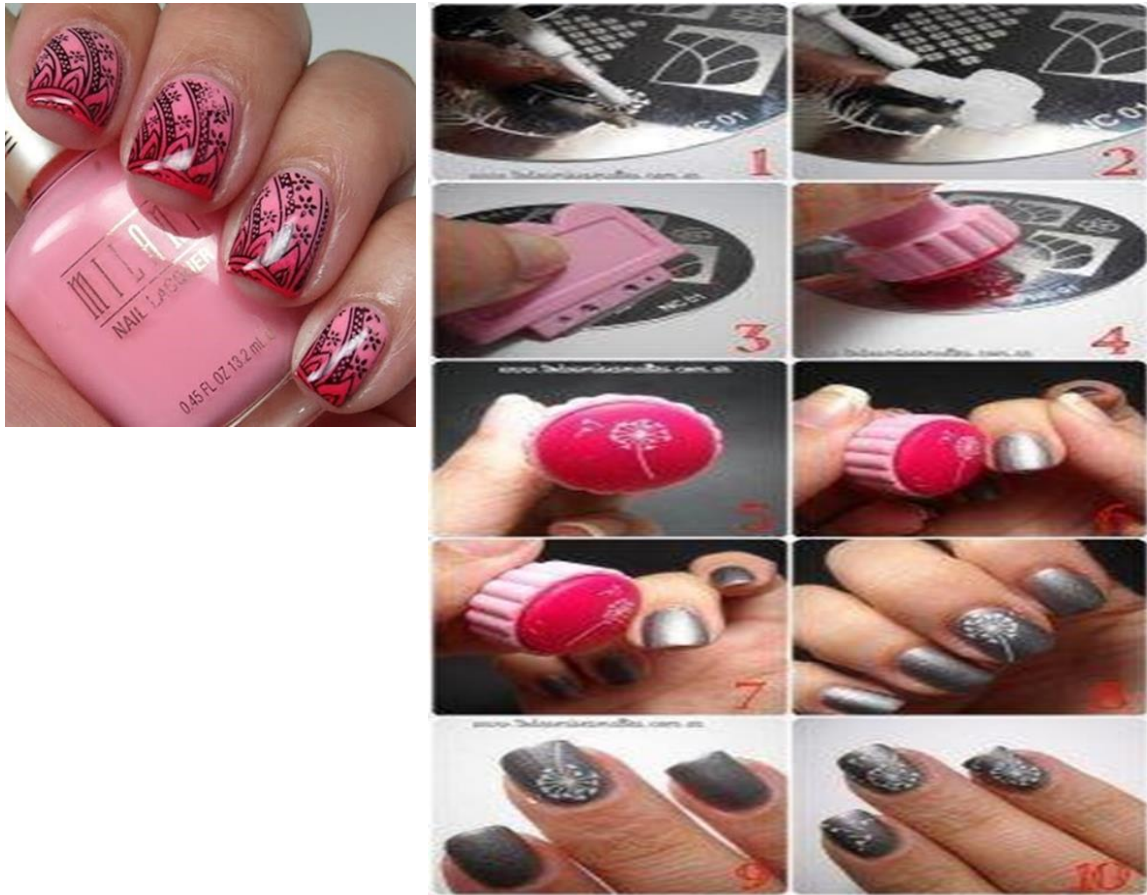


6. Stempeltechniken:

Materialien: Prägematerialien aus Metall, Orangenholz-Sticks, Feilen, Nagelhautschneider. Es erfordert ein exklusives Kit, bestehend aus Platten mit Gravuren verschiedener Motive, einem Stopfen, einem kleinen Spachtel und farbigen Emailierung. Damit die Prägung präzise ist, sollte der Schmelz zähflüssig sein. Es ist sehr wichtig, die Trocknung zwischen den Schichten zu beachten.

Kosmetik: Nagellackentferner ohne Aceton, Desinfektionsmittel, Basis- und Farbnagellack, Überlack, Nagelhautöl.

1. Desinfektion der Hände des Kosmetikers und des Kunden, Schneiden und Feilen der Nägel, Prägen und Entfernen der Nagelhaut.
2. Polieren Sie die Nagelplatte, um Schmutz und Fett von den Nägeln zu entfernen.
3. Technik: Schützen Sie den Nagel mit einer Base und tragen Sie den gewünschten Farbnagellack auf. Imprägnieren Sie die Gravur der Platte mit Lack der gewählten Farbe, führen Sie den Spachtel durch und entfernen Sie das überschüssige Produkt. Mit der Kappe wird die Zeichnung gedrückt und auf den Nagel übertragen, wodurch ihre Position kontrolliert wird. Trocknen lassen, Überlack auftragen, trocknen lassen, Öl mit einer sanften Massage auf die Nagelhaut auftragen.



7. Einkapselt in Nägel mit Acryl:

Technik mit Acrylfarben auf Wasserbasis.

Materialien: LED- oder UV-Lampe, Formen, Feilen, Polierer, Metallpräger, Orangenholz-Sticks, kleine Zellulose, Pinsel in verschiedenen Größen, Stichel oder Ahle.

Kosmetik: Primer, Polymere, Monomer, Glitter, Top Coat, transparentes Gel, Finishlösung, Produkt zur Reinigung der Hemmschicht, Nagelhautöl, Painting Glitter Glitter Gel.

1. Nachdem Sie den Nagel in Acryl aufgebaut haben, feilen Sie ihn in die gewünschte Form.
2. Tragen Sie als nächstes eine Glitzerlinie im vorderen Bereich auf oder dort, wo Sie dekorieren möchten auf und trennen Sie die Farbe, in einer anderen Farbe härtet man in einer Lampe aus. French-Teil mit Schwarz umranden.
3. Zeichnen Sie auf dem Glitzer mit dem Pinsel große Blütenblätter mit Gelmalerei in einem Ton, erhalten Sie mit der Mischung, die Sie für die Dekoration wählen, es können zwei Töne sein. Mit der Lampe aushärten.
4. An den Seiten der Blumen und im Inneren werden sehr feine Linien mit dunkler Farbe gezeichnet, um die Formen abzugrenzen, auch um den Blumen mehr Tiefe und Bewegung zu verleihen, die wir in einer Lampe aushärten.
5. Abschließend eine oder zwei Schichten Decklack auftragen, ausgewählte Steine zur Begrenzung des Frenchs auftragen, nach der Einwirkzeit in einer Lampe aushärten, die Hemmschicht reinigen und anschließend mit einer sanften Massage Nagelhautöl auftragen.



8. Dekorationen mit Accessoires und Strass:

Steine, auch Strasssteine oder Strass genannt, sind eine der häufigsten und traditionellsten Dekorationen in der Nagelkunst. Dies sind kleine Glassteine, die Edelsteine und Diamanten imitieren. Sie können in vielen Farben oder mit Glaseffekt vorkommen. Es muss berücksichtigt werden, dass diese mit der Struktur und Form der Nägel harmonieren.

Materialien: LED- oder UV-Lampe, Formen, Feilen, Polierer, Metallpräger, Orangenstäbchen, kleine Zellulose, Pinsel in verschiedenen Größen, Stichel oder Ahle.

Kosmetik: Spezialkleber für diese Technik, Grundierung, Polymere, Monomer, Glitzer, Decklack, transparentes Gel, Finish-Lösung, Produkt zur Reinigung der Inhibitorschicht, Nagelhautöl, Glitzergel zum Malen, Strasssteine in verschiedenen Größen und Farben.

1. Nachdem Sie den Nagel in Acryl aufgebaut haben, feilen Sie ihn in die gewünschte Form.
2. Mit einem feinen Pinsel die ausgewählten Designs in Gel-Malerei anfertigen, in einer Lampe aushärten, eine opake oder transparente Deckschicht auftragen, in einer Lampe aushärten.
3. Kleber auftragen und die Steine gemäß dem gewählten Design auftragen, um eine Harmonie zwischen Form und Struktur der Nägel zu schaffen.



9. 3D Techniken mit Acryl :

Materialien: LED- oder UV-Lampe, Formen, Feilen, Polierer, Metallpräger, Orangenholz-Sticks, kleine Zellulose, spezieller Pinsel für diese Technik.

Kosmetik: Primer, Polymere, Monomer, Top Coat, Finish-Lösung, Produkt zur Reinigung der Hemmschicht, Nagelhautöl.

1. Nachdem der Nagel in Acryl aufgebaut und in die gewünschte Form gefeilt wurde, polieren und Top Coat auftragen, in der Lampe aushärten und ggf. die Inhibitionsschicht entfernen.

Schritt 1: Nehmen Sie eine Acrylperle und legen Sie sie auf den Nagel. Drücken Sie dann auf die Innenseite und geben Sie ihr eine ovale Form. Die Spitzen werden etwas verlängert, bis sie zu Spitzen werden.

Schritt 2: Bevor das Blütenblatt trocknet, verteilen Sie eine kleine Prise (an der Außenseite des Blütenblatts), ohne zu fest mit dem Pinsel zu drücken, um den Rand nicht zu quetschen. Je nachdem, wie Sie dieses Blütenblatt machen, können Sie es letztendlich wie ein richtiges Blatt aussehen lassen. Wenn Sie zum Beispiel ein grünes Acryl verwenden, um diese Blütenblätter zu bauen, können Sie (mit dem ziemlich trockenen Pinsel) kleine Querschlitz machen, um ihnen eine Blattform zu geben. Um es realistischer zu machen, können Sie die Spitze des Pinsels unter das Blatt oder Blütenblatt führen und das Material ein wenig anheben, um ihm eine Form zu geben, so dass es angehoben wird, als ob es in der Luft wäre (dies ist optional).

Schritt 3: Wiederholen Sie Schritt 2 noch zweimal. Im Allgemeinen werden die Blütenblätter normalerweise in einer ungeraden Anzahl hergestellt, um die in der Natur so häufige asymmetrische Platzierung zu erleichtern.

Schritt 4: Bringen Sie eine neue Acrylperle an, aber kleiner als die ersten drei, um die inneren Blütenblätter der Blume zu bilden. Zerkleinern Sie den mittleren Teil, wie Sie es mit den vorherigen Blütenblättern getan haben, und verlängern Sie erneut die Spitze der Kante, wobei wir darauf achten müssen, dass sie sich zwischen den darunter liegenden Blütenblättern befindet (an der Verbindung beider). Bei

diesen Blütenblättern empfiehlt es sich, im Zwischenbereich zwischen der Spitze und der äußeren Wölbung mit der Pinselspitze etwas anzuheben.

Schritt 5: Wiederholen Sie den vorherigen Schritt mit zwei weiteren Blütenblättern und versuchen Sie, die Proportionen beizubehalten.

Schritt 6: In diesem Schritt machen Sie ein einzelnes, sehr kleines Blütenblatt, also müssen Sie mehr auf die Menge an Acryl achten, die Sie vorbereiten, und auf seine Feuchtigkeit, denn wenn Sie einen dieser beiden Aspekte überschreiten, können Sie das Design verderben.

Schritt 7: Nehmen Sie zum Schluss eine weitere Acrylperle und platzieren Sie sie in der Mitte der Blume. Dieser sollte auch ziemlich trocken sein, wie der vorherige. Machen Sie mit der Spitze des Pinsels ein kleines Loch in der Mitte und geben Sie ihm eine abgerundete Form. Es geht darum, sich in der Mitte zu schließen, wie natürliche Blumen, also kann der Kreis, den wir in der Mitte machen, nicht sehr breit sein.





Eine ganze Welt der Möglichkeiten für Nail Art:

Kreativität ist unendlich und wunderbar. Wenn Sie sich für un kreativ halten, gibt es sehr viele Profis, Ihnen helfen können, Ihre Kreativität zu entdecken. Dies ist ein guter Anfang. Hier sind einige Tutori als zum Verbessern Ihrer Kreativität und Techniken.

[Nail Art Designs 2020 | Best Nail Art Compilation – YouTube](#)

[100 EASY nail ideas! | HUGE nail art compilation - YouTube](#)

[Cute Nail Art Design 2021♥👍! Compilation | Simple Nails Art Ideas](#)

[Compilation #589 - YouTube](#)

[New Nails Art 2021 🍷👍! 16 Best Nails Art Ideas & Designs 2021 | Compilation Plus - YouTube](#)

[New Nails Art 2021 🍷👍! 15 Easy Nail Art & Fabulous Nails Designs 2021 |](#)

[Compilation Plus - YouTube](#)

[Nail Art Designs | The Best Nail Art Designs Compilation - YouTube](#)

[Easy Nail Art Designs for Beginners | Best Nail Art Tutorials - YouTube](#)

[Sweater Nails|3D Cable Knit Sweater Nail Art|Effetto Maglione|Вязаный маникюр.Свитер|Winter Nail Art - YouTube](#)

[Beautiful Nails 2019 🍷👍! The Best Nail Art Designs Compilation #25 - YouTube](#)

[French Manicure/Идеи Дизайна Ногтей - YouTube](#)

[Amazing Elegant Nail Art Designs 2021 | Best Nail Art Tutorials - YouTube](#)

[Идеи Дизайна Ногтей 🍷👍! French Manicure 🍷👍! Французский Маникюр - YouTube](#)

Übung „Nagelschmuck auswählen“

Erstellen Sie einen Vorschlag für eine dekorative Maniküre für die folgende Kundin in Ihrem Schönheitsszentrum entsprechend ihrer Eigenschaften:

- Eine 80-jährige Frau, modern und mit sportlichem Profil.
- Eine 21-jährige junge Frau, Verkäuferin, modern und fröhlich.
- Eine 40-jährige Frau, klassische Massagetherapeutin.
- Eine 16-jährige junge Frau, Studentin, supermodern, Rapper-Stil.
- Eine Braut für den Tag ihrer Zeremonie.
- Ein 21-jähriger Mann, Avantgarde, arbeitet in der Kunstwelt.
- Ein 27-jähriger junger Mann für seine Geburtstagsfeier. Er will etwas Originelles und Anderes.
- Ein Mann ittleren Alter, Betreuer kleiner Kinder und glücklich.
- Eine Frau, die eine hochrangige Politikerin ist, die zu einer Abendparty geht.

Titel des Materials/der Aktivität	7. Praktische Aufgabe „Erstellen einer Zufriedenheitsumfrage“
Präsentation/ Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität zielt darauf ab, die Fähigkeit der Lernenden zu verbessern, klar mit dem Kunden zu kommunizieren. Die Lernenden bereiten eine Zufriedenheitsumfrage in digitaler Form für Kunden vor, die die Dienstleistungen des Schönheitszentrums in Anspruch genommen haben. Die Antworten helfen, die Qualität der Dienstleistung zu kennen und die Aspekte zu bewerten, die verbessert werden müssen. IKT-Kenntnisse werden mit dieser Aktivität ebenfalls verbessert.</p> <p>Die Zufriedenheitsumfrage muss verschiedene Aspekte untersuchen, wie zum Beispiel:</p> <p>Dem Kunden angebotene Informationen, Effizienz, Einrichtungen, Möbel, Hygiene und Prävention, Eignung der Behandlung, Organisation, persönliches Image, technische Servicequalität.</p> <p>Für die Ausführung: auf Google</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zugriff auf Google-Formulare • Hinzufügen von Fragen • Hinzufügen von Multimedia-Inhalten • Abschicken von Formularen • Auswertung von Antworten • Anpassen und Konfiguration
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • PC/Tablet • Internetverbindung • Google-Account • Google-Formulare-Anwendung.
Benötigte Zeit	<p>Schritt 1: Recherchieren über Google-Formulare und Ansehen eines Beispiels eines bereitgestellten Umfrageformulars – 30 Minuten</p> <p>Schritt 2: Durchführung der Aktivität für 2 bis 3 Stunden.</p>
Anhänge	<p>„Servicequalität in der ästhetischen Handpflege“</p> <p>Tutorial in Englisch How to use Google Forms – Tutorial für Anfänger von #simpletivity Scott Friesen</p> <p>Beispiel für Formular https://forms.gle/aXWvo3a3tvqRox6t6</p>
Lösung zur Aktivität	Lösung „Erstellen einer Zufriedenheitsumfrage“ (Beispiel eines Fragebogens)

„SERVICEQUALITÄT IN DER ÄSTHETISCHEN HANDPFLEGE“

Die Qualität der erbrachten Leistung ist nicht nur das optimale Ergebnis der durchgeführten Arbeiten, sondern auch die vom Kunden wahrgenommene Aufmerksamkeit und das gute Image, das wir vermitteln können.

Qualität in der Umsetzung und dem Verkauf von Dienstleistungen

Information und Berufsethik, konsequent zu beraten und zu empfehlen, ist der erste Schritt, den der Kunde bei einer Maniküre- oder Handschönheitsbehandlung benötigt. Dies, zusammen mit guter fachlicher Praxis, sind grundlegende Zutaten, um das Ziel zu erreichen: Kundenzufriedenheit und Loyalität.



Qualität im Produktverkauf

Für einen qualitativen Verkauf und Kundentreue müssen wir Folgendes beachten:

- Ehrlichkeit: diskriminierungsfreie Produkte anbieten, die wirklich notwendig sind.
- Bewerben Sie das Produkt zu seinem fairen Preis; ohne es zu überbewerten oder von seinem empfohlenen Preis abzuwerten.
- Ethik: Beschreiben Sie die Wirkung des Produkts, ohne den Kunden zu belügen oder irreführen.



Parameter, die die Servicequalität definieren

Effektivität: erreicht durch die Bereitstellung von kurz- und langfristigen Ergebnissen.

Einrichtungen: sollten einladend, sauber und sicher sein.

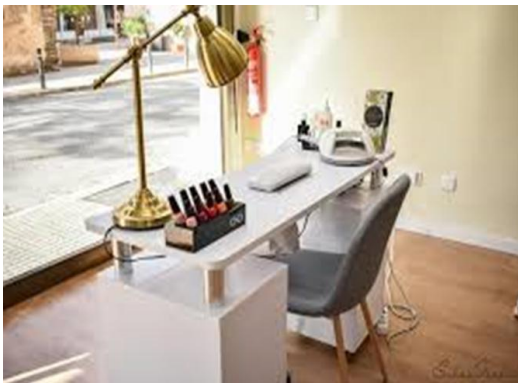
- Möblierung: muss anpassungsfähig, zweckmäßig und komfortabel sein.
- Hygiene und Prävention: Dies sind die Schlüsselemente für die Servicequalität.
- Angemessenheit der Behandlung: Jede Behandlung muss personalisiert und auf die Bedürfnisse und Anforderungen des Kunden zugeschnitten sein.
- Organisation: bezieht sich auf die Arbeitsplanung. Termin- und Bestandskontrolle, sowie korrekte Durchführung von Dienstleistungen.

- Persönlichkeitsbild: bezieht sich auf das äußere Erscheinungsbild sowie die Einstellung und das Verhalten.
- Technische Qualität der Dienstleistung: Arbeitsmittel müssen in einwandfreiem Zustand, sauber, desinfiziert und sterilisiert sein.
- Die Produkte müssen sich in einem optimalen Verpackungs- und Etikettierungszustand befinden und das Verfallsdatum muss kontrolliert werden.
- Das Behandlungsprotokoll muss gut festgelegt sein, mit gut kontrollierten Schritten und Arbeitszeiten.

Image als Faktor für Servicequalität

Die Einrichtungen

- Das äußere Erscheinungsbild des Unternehmens: Beleuchtung, Temperatur, Sauberkeit und Ordnung, Möbel sowie Merchandising, deren Ziel es ist, Aufmerksamkeit zu erregen, dem Kunden das Produkt näher zu bringen und die Kaufhandlung zu erleichtern.
- Eine professionelle Atmosphäre: Aspekte wie Kundenservice und -behandlung, Professionalität, Effizienz, Organisation und Zusammenarbeit zwischen den Menschen, die das Unternehmen ausmachen, stechen hervor.



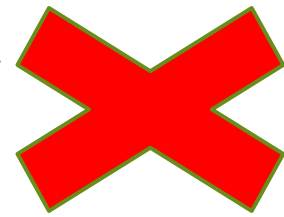
Die Kosmetiker

- Aussehen oder Image des professionellen Umgangs mit Kunden.
- Einstellung: Bereitschaft, Freundlichkeit, Dynamik und Enthusiasmus.
- Die Werte, die die Solidität des Unternehmens garantieren: Ehrlichkeit, Glaubwürdigkeit und Vertrauen.



Negatives Verhalten, das nicht vor Kunden gezeigt werden sollte

- Schlechte Manieren oder Unstimmigkeiten
- Kritisieren oder negative Bemerkungen über das Unternehmen, Kollegen oder andere Kunden machen.
- Mit anderen Kollegen streiten
- Gähnen, Müdigkeit oder Faulheit
- Schlechte Rezeption und Kundendienst



Die Kommunikation mit dem Kunden ist der erste Schritt in der Rezeption. Es muss einladend sein, damit sich der Kunde wohlfühlt, und der verbalen und nonverbalen Kommunikation muss besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden. Nonverbale Kommunikation ist das, was durch das Bild ausgedrückt wird, das wir anbieten, sowohl das Unternehmen als auch uns selbst, sowie der Ton und die Gesten, die die von uns verwendete Sprache begleiten.



Folgenden Aspekten muss besondere Aufmerksamkeit gelten:

- Angemessenes Gestikulieren, egal ob die Person angespannt oder entspannt ist (nonverbales Verhalten).
- Zuhören, was der Kunde will, die Erwartung an den Service, den er/sie erhalten wird. Informieren Sie den Kunden präzise und individuell und schaffen Sie so ein Klima des Vertrauens, der Sicherheit und der Hoffnung.
- Stellen Sie kurze Fragen, die mehr Informationen liefern und Interesse und Empathie für den Kunden zeigen.

Arten von Kunden

- Schüchtern, ihre Eigenschaft ist, dass sie zurückhaltend, unsicher sind, lieber zuhören. Versuchen Sie in einem persönlichen Kontext, ihnen Vertrauen und Hilfe zu geben.
- Gesprächsbereit, sie sind kommunikativ, offen, impulsiv. Versuchen Sie während der Behandlung freundlich und offen, kurz angebunden und höflich zu sein.
- Leicht erregbar, sie sind pingelig, fordernd, beleidigend und aggressiv. Bewahren Sie während der Behandlung Ruhe und hören Sie zu.
- Unvernünftig, negativ, immer denkend, dass sie Recht haben, nicht objektiv. Im persönlichen Gespräch Ruhe bewahren, Vereinbarungen treffen und Argumente vorbringen.
- Skeptisch, sehr misstrauisch, alles in Frage stellend, unverblümt und kritisch. Handeln Sie während der Behandlung mit Aufrichtigkeit und Geduld und geben Sie Zusicherungen.
- Schweigend, direkt auf den Punkt, nicht sehr diplomatisch. In Höflichkeit und Klarheit, übernehmen Sie die Gesprächsführung.
- Anmaßend, stolz, eingebildet, glaubt alles zu wissen. Versuchen Sie während der Behandlung, nicht mit ihnen zu konkurrieren, handeln Sie demütig und freundlich.

Kundenzufriedenheit

Die Zufriedenstellung der Kundenbedürfnisse ist das Hauptziel jedes Kosmetikers und das wichtigste Element des Qualitätsmanagements.

Es ist wichtig, das Konzept der Kundenzufriedenheit für jedes Unternehmen und für jede Dienstleistung zu definieren, Messsysteme zu entwickeln und Modelle für die sofortige Reaktion auf mögliche Unzufriedenheit zu erstellen.

Ein zufriedener Kunde ist die Basis für den Erfolg eines Profis. Durch einen Mehrwert für das Produkt oder die Dienstleistung kann die Kundenzufriedenheit und Kundenbindung gesteigert werden.

Ein zufriedener Kunde ist ein treuer Kunde. Daher werden sie Ihre Produkte und Dienstleistungen weiterhin nachfragen und die Gewinnung neuer Kunden beeinflussen.



Loyalitätstechniken

Diese Techniken ermöglichen es uns, eine größere Kundenbindung zu erreichen.

Neue Technologien sind effektive Werkzeuge, um traditionelle Loyalitätstechniken zu ergänzen, die auf guter Kommunikation und Verständnis mit dem Kunden basieren. Zu den am häufigsten verwendeten Loyalitätstechniken gehören:

- Zusenden von Angeboten und Neuigkeiten über Produkte/Service.
- Informationen und Marketing-Kampagnen.
- Zusenden von Details, Gratulationen, etc.



Es geht darum, alle Informationen, die wir über unsere Kunden sammeln können, einzuholen und optimal zu nutzen: ihre Meinungen, Wünsche und Erwartungen, um ihnen Produkte und Dienstleistungen in zufriedenstellender Weise anbieten zu können.

Evaluation

Die beste Auswertung ist diejenige, die es uns ermöglicht, Informationen zu erhalten, um die Ergebnisse objektiv zu bewerten, Schlussfolgerungen zu ziehen und Entscheidungen zu treffen.

Anhand von Fragebögen werden Aspekte bewertet wie: Servicequalität, Wartezeit, Preis, Kundenservice etc.

Sie sind nicht immer zu 100 % zuverlässig, daher müssen wir diese Informationen durch zusätzliche Informationen ergänzen: die wir mündlich und direkt erhalten, indem wir regelmäßig Kunden befragen.



Abweichungen in der Leistungserbringung

Es ist unvermeidlich, dass unsere Arbeit manchmal fehlschlägt, was zu Abweichungen in den erwarteten Ergebnissen führen kann. Daher ist es wichtig, dass wir eine Reihe von Richtlinien haben, die uns helfen können, diese Fälle zu korrigieren und zu lösen, immer auf der Suche nach Kundenzufriedenheit.

Um diese Abweichungen zu identifizieren, müssen wir die verschiedenen Phasen ermitteln, die der Kunde durchläuft, um die Dienstleistung zu erhalten. Wir werden eine Analyse der Faktoren durchführen, die möglicherweise ausfallen, und so mögliche Abweichungen vom erwarteten Ergebnis vermeiden.

Richtlinien, die zu berücksichtigen sind:

- Lösen Sie das Problem, bevor der Kunde die Einrichtung verlässt.
- Versuchen Sie, das Problem zu lösen und ignorieren Sie es nicht.
- Wenn ein Kosmetiker einen Fehler macht, bieten Sie zusammen mit einer Entschuldigung eine zufriedenstellende Lösung für den Kunden an.
- Behandeln Sie den Kunden mit Taktgefühl, höflich und freundlich. Widersprechen Sie den Argumenten des Kunden nicht drastisch, vermeiden Sie Konflikte und versuchen Sie, diese diskret zu lösen, damit sie anderen Kunden nicht bekannt werden.
- Halten Sie Beschwerdeformulare bereit, falls die Kunden diese anfordern.

Der Kunde hat immer Recht. Wie gehen Sie mit einer Kundenbeschwerde um?

- Seien Sie höflich und freundlich. Entschuldigen Sie sich, handeln Sie immer ruhig.
- Gehen Sie direkt auf die Art des Problems ein, vermeiden Sie Konflikte oder Auseinandersetzungen.
- Seien Sie diskret.
- Ermitteln Sie den Fehler und schlagen Sie eine Lösung vor: Berechnen Sie nichts, gewähren Sie einen Rabatt und bieten Sie einen kostenlosen Service an.
- Es ist unsere Pflicht, Reklamationsformulare bereitzuhalten und unsere Kunden über deren Existenz zu informieren, wobei ein sichtbares Zeichen darauf hinweist.
- Haben Sie eine Haftpflichtversicherung für Fälle, in denen Sie um Entschädigung gebeten werden.
- Versuchen Sie, eine für den Kunden zufriedenstellende Lösung zu finden.

Lösung „Erstellen einer Zufriedenheitsumfrage“

Beispiel eines Fragebogens

Ihre Meinung ist uns sehr wichtig! Bitte nehmen Sie sich kurz Zeit, um diesen Fragebogen auszufüllen. Dies hilft uns, unseren Service zu verbessern.						
Kosmetiker, der Sie behandelt hat (optional):		Datum:				
Ist dies Ihr erster Besuch in unserem Schönheitssalon?		JA / NEIN				
Geben Sie Ihre Bewertung ab und berücksichtigen Sie Folgendes: 1 ist die niedrigste Bewertung und 5 die höchste.		1	2	3	4	5
1	Die von Mitarbeitern und Kunden verwendeten Schutzmaßnahmen entsprechen den Hygienemaßnahmen von Covid-19.					
2	Der Arbeitsbereich, die Möbel, die Dekoration und die Atmosphäre sind für die erbrachte Leistung zufriedenstellend.					
3	Das Image des Personals ist richtig professionell. Es weckt Vertrauen.					
4	Die Wartezeit und der Service war wie erwartet.					
5	Auf alle Ihre Vorschläge und Forderungen wurde reagiert.					
6	Die Aufmerksamkeit war zu jeder Zeit herzlich und effizient.					
7	Das finale Ergebnis war vollständig zufriedenstellend.					
8	Das Preis-Leistungs-Verhältnis ist angebracht.					
9	Sie möchten die Dienstleistungen weiterhin in Anspruch nehmen und/oder neue ausprobieren.					
10	Sie würden die Dienstleistungen anderen, etwa Freunden und Familienmitgliedern, mit dem gleichen Vertrauen empfehlen, das Sie in uns gesetzt haben.					
Verbesserungsvorschläge / Beobachtungen:						
VIELEN HERZLICHEN DANK FÜR IHRE UNTERSTÜTZUNG						



**BEHANDLUNGEN AN FÜSSEN EINSCHLIESSLICH
PEDIKÜRE UND NAGEL-DESIGN
[PFLEGE- UND BEAUTY-BEHANDLUNGEN]**



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



3.3		Behandlungen an Füßen einschließlich Pediküre und Nagel-Design [PFLEGE- UND BEAUTY-BEHANDLUNGEN]	
Lernergebnisse zu EQR			EQR 4
Lernergebnisse: Er/Sie ist in der Lage, Behandlungen an Füßen einschließlich Pediküre und Nagel-Design anzubieten und dafür geeignete Produkte auszuwählen und die Bedürfnisse und Wünsche der Kunden zu berücksichtigen			Demonstrationsindikatoren
Kenntnisse	Fertigkeiten	Verantwortung und Autonomie	
<i>Er/Sie ist in der Lage,</i>	<i>Er/Sie ist in der Lage,</i>	<i>Er/Sie zeigt die nachgewiesene Fähigkeit,</i>	<i>Basierend auf tatsächlichen Arbeitssituationen</i>
<ul style="list-style-type: none"> die verschiedenen Arten und Techniken von Fuß- und Nagelbehandlungen zu identifizieren, auch in einer Fremdsprache (Englisch) grundlegende Hygieneregeln zu nennen (persönliche Hygiene und Hygiene am Arbeitsplatz) sich verschiedene Indikationen und Kontraindikationen ins Gedächtnis zu rufen, um kosmetische Verfahren zur Fuß- und Nagelbehandlung anzuwenden die Verfahren, inkl. Techniken und Instrumenten zur Fuß- und Nagelbehandlung aufzulisten ästhetische Techniken für die Schönheit der Nägel (Dekoration 	<ul style="list-style-type: none"> kosmetische Verfahren für die Füße und Nägel unter Berücksichtigung verschiedener Indikationen und Kontraindikationen anzuwenden grundlegende ästhetische Dienstleistungen (Pediküre, einschließlich Korrektur der Form der Nagelplatte) gemäß dem Verfahren sowohl mit manuellen als auch mit elektronischen Instrumenten anzuwenden verschiedene ästhetischer Techniken für die Schönheitsbehandlung der Nägel (Dekoration der Nägel) anzuwenden umweltfreundlichere Alternativen zu Nagellacken 	<ul style="list-style-type: none"> auf der Grundlage der erhaltenen Indikationen ästhetische Dienstleistungen (Pediküre) mit verschiedenen Techniken und Geräten unter Einhaltung der Hygienevorschriften und Sicherheitsregeln, sowie der Behandlungsdauer anzubieten und eine freundliche Haltung gegenüber dem Kunden einzunehmen die Qualität des Endergebnisses der ästhetischen Fußpflege zu bewerten und den Kunden über die notwendigen Maßnahmen zur optimalen Aufrechterhaltung der erzielten Ergebnisse zu informieren und zu beraten 	<ul style="list-style-type: none"> Er/Sie führt eine Diagnose der Haut und Nägel der Füße durch, füllt die Kundenkarte aus und berichtet dem Kunden das Ergebnis, Indikationen und Kontraindikationen werden hervorgehoben (inkl. Bedingungen einer medizinischen Behandlung) Er/Sie informiert den Kunden über die Kosten der Behandlung an den Füßen und die Dauer Er/Sie informiert und berät den Kunden über die Schritte und Produkte einer Pediküre (inkl. Nagel-Design) in einer professionellen und verständlichen Art und Weise Er/Sie berät über die Effekte der ge-

<p>der Nägel) zu beschreiben</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arten von Behandlungen für verschiedene Kundentypen, inkl. schwangere Frauen, Senioren, Krebspatienten, Menschen mit Unverträglichkeiten usw. zu unterscheiden • umweltfreundlichere Alternativen zu den am häufigsten verwendeten Materialien und Werkzeugen zu nennen • verschiedene digitale Hilfsmittel und Computerprogramme für die Kommunikation mit dem Kunden und für andere Zwecke aufzuzählen 	<p>und anderen Produkten auszuwählen</p> <ul style="list-style-type: none"> • verschiedene digitale Hilfsmittel und Computerprogramme zur Kommunikation mit dem Kunden und für andere Zwecke einzusetzen 		<p>wählten Behandlung für Füße und Nägel</p> <ul style="list-style-type: none"> • Er/Sie pflegt einen Arbeitsplatz (z. B. Nutzung von Licht, Spiegel, Utensilien, Equipment etc.) im Einklang mit Hygiene- und Sicherheitsregeln vor, während und nach der Behandlung • Er/Sie führt die Dienstleistung nach den Wünschen des Kunden durch, beachtet dabei die Sicherheits- und Umweltrichtlinien • Er/Sie bewertet die Ergebnisse der Fußbehandlung und das Auftragen von Nagellack sowie das Auftragen von Nachbesserungen, falls nötig • Er/Sie berät über tägliche Fuß- und Nagelpflege und mögliche Fehler in der täglichen Routine • Er/Sie nutzt verschiedene digitale Tools, Computerprogramme, um mit dem Kunden zu kommunizieren und für andere Zwecke • Er/Sie schlägt umweltfreundlichere Alternativen zu Nagellacken und anderen Produkten vor
---	---	--	---

Bewertungsinstrumente

- Beobachtung
- Demonstration
- Fallarbeit
- Test

3.3 Fußbehandlung einschließlich Pediküre und Nageldesign [Pflege- und Schönheitsbehandlung]

Liste der Materialien/Aktivitäten

1. Fallstudie „Dienstleistungen im Zusammenhang mit Fußbehandlungen“
2. Praktische Aufgabe „Hygiene am Arbeitsplatz“
3. Rollenspiel, schriftliche Übung „Ausfüllen einer Kundenkarte“
4. Schriftliche Übung „Probleme bei der Durchführung der Behandlung“
5. Videoanalyse, Demonstration „Kosmetikerin und Kundin im Gespräch über Fußbehandlung“
6. Praktische Aufgabe „Zehennägel- und Fußhaut-Probleme“
7. Schriftliche Übung „Ablauf einer Pediküre“
8. Demonstration „Zehennagelkunst“
9. Praktische Aufgabe „Auftragen von Gel-Nagellack“
10. Schriftliche Übung „Umweltfreundliche Nagellacke“
11. Simulation „Beratung eines Kunden zu häuslichen Behandlungen“
12. Schriftliche Übung „Pediküre für Kunden mit besonderen Bedürfnissen“
13. Schriftliche Übung „Nachhaltiger Nagelsalon“

Ziel dieser Einheit

Nach Abschluss dieser Einheit sind Sie in der Lage, Fußbehandlungen anzubieten, indem Sie alle Verfahren in einer festgelegten Reihenfolge durchführen und dabei die identifizierten Wünsche und Bedürfnisse des Kunden berücksichtigen.

Transversale Kompetenzen

- Kundendienst und Kommunikation
- Management und unterstützende Prozesse
- Zeitmanagement
- IKT-Kompetenzen
- Fremdsprachen
- Nachhaltigkeit

Hygiene und Sicherheit

- Grundlegende Kenntnisse in Hygiene und Sicherheit
- Geräte und Tools im Wellnessbereich
- Desinfektion von Geräten und Möbeln, Sterilität etc.

Art der Materialien/Ressourcen

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Video-Analyse <input checked="" type="checkbox"/> Simulation <input checked="" type="checkbox"/> Demonstration <input checked="" type="checkbox"/> Praktische Aufgabe <input checked="" type="checkbox"/> Rollenspiel | <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Fallstudie <input type="checkbox"/> Job shadowing <input checked="" type="checkbox"/> Dialoge <input checked="" type="checkbox"/> Schriftliche Übung <input type="checkbox"/> Sonstiges: _____ |
|---|--|

Titel des Materials/der Aktivität	1. Fallstudie „Dienstleistungen im Zusammenhang mit Fußbehandlungen“
Präsentation/ Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Die Aktivität konzentriert sich darauf, sich einen Überblick über verschiedene Arten von Fußbehandlungen zu verschaffen. Wenn die Antworten auf Englisch gegeben werden, kann sie auch helfen, das Englischniveau der Lernenden einzuschätzen.</p> <p>Schritt 1: Lesen des Szenarios der Fallstudie.</p> <p>Schritt 2: (Einzel) Auflistung verschiedener Aktivitäten, die vom Salon angeboten werden könnten (mindestens 5).</p> <p>Schritt 3: Diskussion der gefundenen Aktivitäten und Erklärungen für jede von ihnen (mündlich).</p> <p>Schritt 4: Online-Recherche über Trends im Zusammenhang mit Fußpflegebehandlungen und Diskussion der Ergebnisse mit anderen Lernenden.</p>
Art der Aktivität	<input type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input checked="" type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fallstudie • Internetverbindung zur Recherche • Papier und Stifte für die Lernenden
Benötigte Zeit	1 Stunde
Anhänge	Fallstudie „Dienstleistungen im Zusammenhang mit Fußbehandlungen“
Lösung zur Aktivität	Liste der fußpflegebezogenen Behandlungen mit Erläuterungen

Fallstudie „Dienstleistungen im Zusammenhang mit Fußbehandlungen“

1. Lesen Sie die Fallstudie und listen Sie dann 5 verschiedene Aktivitäten auf, die dem Kunden empfohlen werden könnten.

Sie arbeiten in einem Schönheitssalon und bieten verschiedene Dienstleistungen rund um die Fußpflege an. Ihre Kollegin, die normalerweise am Empfang sitzt, hat an diesem Tag einen wichtigen familiären Termin und bittet Sie, ihre Aufgaben am Empfang bis zu ihrer Rückkehr zu übernehmen. Sie stimmen zu und während Ihrer Zeit an der Rezeption klingelt das Telefon. Am Telefon ist eine Kundin, die noch nie eine Fußbehandlung hatte. Die Kundin fragt Sie, welche Aktivitäten zu einer Fußbehandlung gehören. Nennen Sie 5 Aktivitäten, die Sie im Zusammenhang mit Fußbehandlungen anbieten.

2. Diskutieren Sie Ihre aufgelisteten Aktivitäten in der Klasse.
3. Recherchieren Sie nun im Internet: Was sind momentane Trends in der Fußpflege? Diskutieren Sie in der Klasse.

Lösung „Dienstleistungen im Zusammenhang mit Fußbehandlungen“

1. Kosmetische Fußpflegebehandlungen:¹

- Beurteilung von Haut und Nägeln, Beurteilungsformular
- Professionelles Schneiden und Modellieren von Fußnägeln
- Nagelverdickungen entfernen, die nicht durch Krankheiten verursacht sind
- Nagelfalz reinigen
- Schwielen entfernen
- Hühneraugen ohne Blutungen entfernen
- präventive Maßnahmen gegen Nagelmykosen durchführen
- eine präventive Fußmassage durchführen
- Erstellung eines Pflegeplans für die häusliche Fußpflege durch den Kunden
- Entfernen und Auftragen von Nagellack

¹ Das Kosmetikbuch Lernfeld 8, p. 166, Verlag Handwerk und Technik GmbH, 2016, ISBN 978-3-582-03924-8

Titel des Materials/der Aktivität	2. Praktische Aufgabe „Hygiene am Arbeitsplatz“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität zielt darauf ab, das Wissen der Lernenden über Hygiene- und Sicherheitsregeln zu bewerten, die vor und nach der Behandlung zu befolgen sind.</p> <p>Schritt 1: Erhalt der Aufgabe.</p> <p>Schritt 2: Mündliche Beschreibung der wichtigsten Hygiene- und Sicherheitsregeln.</p> <p>Bei Bedarf kann diese Aktivität auch auf Englisch (oder einer anderen für das jeweilige Land relevanten Fremdsprache) durchgeführt werden, um das Niveau der Fremdsprachenkenntnisse der Lernenden zu überprüfen.</p>
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	Materialien: keine
Benötigte Zeit	20 Minuten
Anhänge	
Lösung zur Aktivität	Lösung „Hygiene am Arbeitsplatz“

Lösung „Hygiene am Arbeitsplatz“

Alle Regeln lassen sich in persönliche Hygieneregeln und die Gewährleistung von Hygiene und Sicherheit am Arbeitsplatz unterteilen.

Persönliche Hygieneregeln beinhalten:

- Legen Sie alle Ringe, Armbänder und Uhren ab.
- Binden Sie die Haare zusammen, stecken Sie auch den Pony weg, wenn er zu lang ist.
- Setzen Sie eine Haarkappe auf.
- Setzen Sie eine Schutzbrille auf, wenn Sie ein Nasstechnikgerät verwenden.
- Ziehen Sie einen Kittel an, er sollte natürlich gewaschen und gebügelt sein.
- Maske aufsetzen, diese muss Nase und Mund bedecken.
- Hände gründlich mit Seife und warmem Wasser waschen.
- Hände desinfizieren, ca. 3 ml Händedesinfektionsmittel überall (auch auf den Nägeln, Daumen, zwischen den Fingern) mindestens 30 Sekunden lang einreiben.
- Handschuhe anziehen.

Sicherheit am Arbeitsplatz

Ein Arbeitsplatz ist richtig vorbereitet, wenn es während der Behandlung an nichts fehlt und der behandelnde Kosmetiker den Ort nicht verlassen muss.

Die Haupthygieneregeln besagt, dass alle Oberflächen und Instrumente desinfiziert, gereinigt und ggf. sterilisiert werden.

Alle benötigten Instrumente, Fräswerkzeuge und Hilfsmaterialien sind in einem Beistellwagen untergebracht, frische Handtücher liegen bereit. Die Oberflächen des Wagens sind mit Tüchern bedeckt. Außerdem sollten je nach Art der Behandlung Pflegeprodukte zur Verfügung stehen – etwa Nagelöl, Nagelcreme, Peeling oder Massagecreme.

Ist das Auftragen von Nagellack geplant, müssen zusätzlich Isopropylalkohol 70%, Nagellackentferner, Unterlack und der gewünschte Nagellack zur Verfügung stehen.

Am Waschbecken sollte eine Fußwanne, ein ausreichend großer Abfallbeutel (ca. 50 L) und ein passendes Badewasser bereitstehen. Gegebenenfalls sollte auch ein Rillenfüller für die Nägel und das entsprechende Equipment für die Zehennagelmodellage vorhanden sein.

Wenn der Kunde an der Behandlungsliege Platz genommen hat, werden als erstes die Füße desinfiziert.

Danach behält der Kosmetiker seine Handschuhe an und führt die folgenden Schritte durch:

- Desinfizieren Sie alle Arbeitsflächen (auf Rollwagen, Arbeitstisch, Stuhl).
- Waschen Sie die Tücher bei 90°C.
- Reinigen und desinfizieren Sie den Abfalleimer, das Fußbad und das Waschbecken.
- Alle Instrumente aufbewahren, in einem Desinfektionsbad mit 4%iger Lösung (je nach Produkttyp) reinigen, mechanisch reinigen, abspülen, trocknen und bei Bedarf sterilisieren.
- Ziehen Sie die Handschuhe aus. Hände desinfizieren und waschen.
- Am Ende des Tages den Boden desinfizieren und putzen.

Titel des Materials/der Aktivität	3. Rollenspiel, schriftliche Übung „Ausfüllen einer Kundenkarte“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Übung zielt darauf ab, die Fähigkeit der Lernenden zu überprüfen, die Füße eines Kunden visuell zu inspizieren und eine Kundenkarte auszufüllen. Die Übung sollte paarweise durchgeführt werden, wobei die Lernenden abwechselnd die Füße des anderen inspizieren und die Kundenkarte ausfüllen.</p> <p>Schritt 1: Inspektion der Füße des Kunden durch die Lernenden in der Rolle eines Kosmetikers.</p> <p>Schritt 2: Ausfüllen einer Kundenkarte durch die Lernenden in der Rolle eines Kosmetikers.</p> <p>Schritt 3: Rollentausch.</p> <p>Schritt 4: Inspektion der Füße des Kunden durch die Lernenden in der Rolle eines Kosmetikers.</p> <p>Schritt 5: Ausfüllen einer Kundenkarte durch die Lernenden in der Rolle eines Kosmetikers.</p> <p>Bei Bedarf kann diese Aktivität auch auf Englisch (oder einer anderen für das jeweilige Land relevanten Fremdsprache) durchgeführt werden, um das Niveau der Fremdsprachenkenntnisse der Lernenden zu überprüfen.</p>
Art der Aktivität	<input type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input checked="" type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	Materialien: <ul style="list-style-type: none"> • Übungsvorlage • Stift
Benötigte Zeit	30 Minuten
Anhänge	Übung „Ausfüllen einer Kundenkarte“
Lösung zur Aktivität	

Übung „Ausfüllen einer Kundenkarte“

Diese Übung ist zu zweit zu absolvieren. Schauen Sie sich nacheinander die Füße der anderen Person an und füllen Sie die Kundenkarte aus:

Allgemeine Informationen			
Name, Vorname			
Adresse			
Telefonnummer			
Geburtsdatum			
Beruf			
Kundenwünsche			
Medizinischer Hintergrund			
Veränderungen der Haut und Nägel	Evaluation der Zehennägel und Füße		
	Linker Fuß	Rechter Fuß	Datum / Aktueller Stand
Verdickter oder verformter Nagel			
Nagelpilz			
Gehörnte Nagelfalte			
Eingewachsener/ge-rollter Nagel			
Stark verletzter Nagel			
Sonstige Veränderungen			
Schwielige Haut			
Clavus			
Risse			
Warze			
Hautmykose			
Verformungen der Füße und Zehen	Linker Fuß		
	Rechter Fuß	Datum / Aktueller Stand	
Knickfuß			
Niedriger Bogenfuß			
Spreizfuß			
Plattfuß			
Ballenzeh			
Kleinzehendeformation			
Hammerzehen			
Steppergang			
Allgemeiner Zustand der Zehennägel			

Allgemeiner Zustand der Haut	
Benötigte Behandlungen:	
Empfehlungen/Angebote:	

Titel des Materials/der Aktivität	4. Schriftliche Übung „Probleme bei der Durchführung der Behandlung“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität konzentriert sich auf die Reaktion in einer nicht standardmäßige Situation. Die Lernenden müssen einem Kunden höflich antworten und dabei Formulierungen für die schriftliche Kommunikation berücksichtigen. Ziel ist es, die Beziehung zum Kunden nicht zu gefährden. Indem die E-Mail online geschrieben und versendet wird, verbessern die Lernenden auch ihre digitalen Kompetenzen. Die Übung kann auch helfen, das Englischniveau der Lernenden einzuschätzen, wenn die Antworten auf Englisch gegeben werden.</p> <p>Schritt 1: Lesen der Fallstudie und der E-Mail. Schritt 2: Brainstorming zur Reaktion (Gruppenübung) auch unter Bezugnahme auf eigene Erfahrungen der Lernenden in ähnlichen Situationen. Schritt 3: (Individuelle) Erstellung einer schriftlichen Antwort unter Berücksichtigung der formalen Aspekte (anhand der Vorlage). Schritt 4: Lesen der schriftliche Antworten in der Gruppe. Schritt 5: Verbesserung der digitalen Fähigkeiten, indem E-Mails auf Computern/Tablets/Telefonen geschrieben und an Mitlernende/den Trainer gesendet werden.</p>
Art der Aktivität	<input type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input checked="" type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fallstudie mit E-Mail • Vorlage für die leere E-Mail • Internetverbindung, E-Mail-Account • Papier und Stifte für die Lernenden
Benötigte Zeit	30 Minuten
Anhänge	Übung „Probleme bei der Durchführung der Behandlung“ (E-Mail) E-Mail Vorlage
Lösung zur Aktivität	Lösung „Probleme bei der Durchführung der Behandlung“ (Empfehlung für eine mögliche Antwort-Mail)

Übung „Probleme bei der Durchführung der Behandlung“

1. Lesen Sie die folgende E-Mail, die Sie kurz nach dem Telefonat mit Ihrem Kunden erhalten haben, der einen Termin für eine umfassende Fußpflegebehandlung vereinbart hat.

Von:	mariameyer@samplemail.com
An:	salon@skillsforwellness.com
CC:	
Betreff:	Meine Behandlung nächste Woche
<p>Liebe Frau Schneider,</p> <p>wir haben gerade telefoniert und ich wollte mich noch einmal für die Informationen zu verschiedenen Fußpflegebehandlungen bedanken.</p> <p>Ich freue mich schon sehr auf meine Fußpflegebehandlung nächste Woche, am Donnerstag, 15:30 Uhr.</p> <p>Ich wollte Sie nur darüber informieren, dass ich derzeit eine kleine offene Wunde an meinem rechten Fuß habe. Ich hoffe, das ist kein Problem, es ist wirklich nicht so schlimm, ich muss nur ein paar Medikamente nehmen und kann den Verband wahrscheinlich nächsten Sonntag entfernen.</p> <p>Bis Donnerstag!</p> <p>Mit freundlichen Grüßen, Maria Meyer</p>	

2. Besprechen Sie mit den anderen Lernenden und dem Trainer, was Sie vorschlagen würden und warum.
3. Schreiben Sie eine E-Mail an Frau Meyer und versuchen Sie dabei, die Beziehung zum potenziellen Kunden nicht zu gefährden.

Von:	
An:	
CC:	
Betreff:	
SENDEN	

4. Vergleichen Sie Ihre schriftlichen Antworten in der Klasse.
5. Schreiben Sie die E-Mail nun online und senden Sie sie an Ihre Mitlernenden oder den Trainer.

Lösung „Probleme bei der Durchführung der Behandlung“

1. Sie müssen die Kundin höflich darüber informieren, dass es derzeit nicht ratsam ist, die Behandlung durchzuführen (da Sie dies nicht tun dürfen) und ihr raten, einen professionellen Podologen aufzusuchen. Ihre Antwort könnte so aussehen:

Von:	salon@skillsforwellness.com
An:	mariameyer@samplemail.com
CC:	
Betreff:	RE: Meine Behandlung nächste Woche
<p>Liebe Frau Meyer,</p> <p>vielen herzlichen Dank für Ihre freundliche E-Mail.</p> <p>Es tut mir sehr leid, von Ihrer Verletzung zu hören. Leider bin ich mir nicht sicher, ob es möglich ist, Ihren Termin nächste Woche einzuhalten, da wir gesetzlich keine Fußbehandlungen bei offenen Wunden durchführen dürfen.</p> <p>Um auf der sicheren Seite zu sein, würde ich Ihnen empfehlen, einen Podologen aufzusuchen. Ich kann Herrn Johnson empfehlen, Sie können ihn erreichen unter: 0123 456 789 00.</p> <p>Vielleicht können wir in einem Monat einen weiteren Termin vereinbaren, z.B. Donnerstag, xx.xx.2021, 15:30 Uhr zur Verwöhnbehandlung?</p> <p>Bitte setzen Sie sich mit mir in Verbindung, um weitere Details zu besprechen.</p> <p>Mit freundlichen Grüßen,</p> <p>...</p>	
SENDEN	

Titel des Materials/der Aktivität	5. Videoanalyse, Demonstration „Kosmetikerin und Kundin im Gespräch über Fußbehandlung“
Präsentation/ Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität konzentriert sich auf berufliche Fähigkeiten in Kombination mit digitalen Fähigkeiten. Die Lernenden sehen sich das Video (ohne Ton) an und beobachten den Ablauf einer Fußpflegebehandlung, während sie die Reaktionen der Kundin und der Kosmetikerin genau beobachten. Die Lernenden beschreiben, wie sich die Beziehung während des Videos verändert und versuchen mögliche Gründe dafür zu finden, diskutieren aber auch, ob die Reaktion des Kunden berechtigt war.</p> <p>Schritt 1: Anschauen des Videos (ohne Ton) (03:00 – 06:21). Schritt 2: Besprechen, was die Lernenden im Video gesehen haben. Schritt 3: Brainstorming – Gründe für die Reaktion des Kunden finden. Schritt 4: Arbeiten in Gruppen von 3 Personen – Erstellen eines Skripts für ein mögliches Voice-Over. Schritt 5: Aufnahme des Voiceovers. Schritt 6: Diskussion in der Klasse über die vorbereiteten Voice-Overs. Schritt 7: Ansehen des Originalvideos mit Ton.</p>
Art der Aktivität	<input type="checkbox"/> Einzelaktivität <input checked="" type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Video • Internetverbindung für den Zugang zum YouTube Video • Audioaufnahmegerät (z. B. Smartphone) • Papier und Stifte für die Lernenden
Benötigte Zeit	2 Stunde
Anhänge	<p>Dialogue 5 Hand and foot care https://www.youtube.com/watch?v=QIHSQS2xBP8&list=PLfBtP54LkdxGUG-iQCF-fnBfz7h-fag6Eq&index=19</p>
Lösung zur Aktivität	Lösung „Kosmetikerin und Kundin im Gespräch über Fußbehandlung“

Übung „Kosmetikerin und Kundin im Gespräch über Fußbehandlung“

1. Sehen Sie sich das folgende Video (ohne Ton, ab 03:00 Uhr) an, das eine Kundin bei einer Fußpflegebehandlung zeigt. Können Sie erraten, worüber die Kundin und die Kosmetikerin sprechen? Wie würden Sie die Atmosphäre beschreiben? Diskutieren Sie.

<https://www.youtube.com/watch?v=QIHSQS2xBP8&list=PLfBtP54LkdxGUGiQCF-fnBfz7h-fag6Eq&index=19>

2. Können Sie sich Gründe für die Reaktion der Kundin vorstellen?

3. Arbeiten Sie nun in einer Gruppe von 3 Personen und versuchen Sie, ein Drehbuch für das Video zu schreiben.

4. Nehmen Sie das Voiceover für das Video auf. Präsentieren Sie anschließend Ihr Voiceover im Unterricht, bevor Sie sich das Originalvideo mit Ton ansehen.



Lösung „Kosmetikerin und Kundin im Gespräch über Fußbehandlung“

Dies ist die schriftliche Abschrift des Videos in englischer Originalsprache. Es sind jedoch mehrere unterschiedliche Lösungen möglich.

Sprecher:

Sprecher B: Ms. Ward – Kundin

Sprecher C: Isabel – Kosmetikerin, Nagelexpertin

Sprecher D: Angela – Managerin, Kosmetikerin

A Okay, all right. Well, before we go any further, if I could please ask you to remove your shoes and then I'll go and get the pedicure bowl.

B Sure.

A Oh... I'm afraid your toenails seem to be flaking and there is some discolouration as well. If you don't mind me asking – when you go for a swim, do you always thoroughly dry your feet?

B What do you mean?

C Well, it looks as if you might have a fungal toenail infection.

B Alright, no sorry, that's impossible! Are you sure?

C Oh it's nothing to worry about, no, as what I could do is, use a separate pair of clippers to clip around the affected area and then I will apply an antifungal paint. That way, it will stop the infection spreading to the other nails.

B Infection? Well, come on, I think you're being a bit rude right now, okay, a bit inconsiderate. I think I don't want to get my pedicure done anyway, right.

C Oh, Ms. Ward, I apologise.

B Is there a manager in today?

C I didn't mean to upset you, Ms. Ward. I do apologise. I was simply looking for the best method to enhance your toenails today.

B Please, just let me speak to your manager.

C Right away, Ms. Ward.

D Hello, Ms. Ward. I heard that you are really unhappy with how your treatment is going. What seems to be the problem?

B Hm. Look, I think I've been treated really disrespectfully. Your nail technician was suggesting that I have poor hygiene habits. I feel that she's being quite insensitive and she has made me feel really uncomfortable, to be honest.

D I'm truly sorry to hear that, Ms. Ward. Let me apologise on her behalf and on behalf of our salon. How about I talk to Isabel immediately and finish the treatment myself?

B Alright.

D Is there anything else I can do so that you feel comfortable?

B No, that'll be fine, thanks. It's nice that you were just listening to me, you know.

D You're welcome.

B Thanks.

Titel des Materials/der Aktivität	6. Praktische Aufgabe „Zehennägel- und Fußhaut-Probleme“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität konzentriert sich auf die Untersuchung verschiedener Arten von infizierten Nägeln. Die Lernenden untersuchen mögliche Ursachen dafür und mögliche Behandlungen, die einen schnellen Heilungsprozess unterstützen. Zusätzlich denken die Lernenden (zusammen mit einem Partner) über eine andere mögliche Infektion, ihre Ursachen und Behandlungen nach und entwerfen Karten, die den anderen in den Übungen ähnlich sind (wenn die Übung in einer Online-Umgebung durchgeführt wird, können die Lernenden z. B. eine Power-Point-Präsentation statt Karten verwenden). Wenn den Lernenden keine andere Infektion einfällt, können sie im Internet recherchieren.</p> <p>Schritt 1: Verschiedene Karten lesen. Schritt 2: Sortierübung zusammen mit einem Partner. Schritt 3: Brainstorming über eine weitere Infektion (ggf. Recherche). Schritt 4: Gestalten von Karten (oder Power-Point-Präsentation). Schritt 5: Präsentation der Karten (oder Präsentation) und Vergleich der Sortierübung mit der Lösung.</p>
Art der Aktivität	<input type="checkbox"/> Einzelaktivität <input checked="" type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	Materialien: <ul style="list-style-type: none"> • Übungsvorlage • Internetverbindung für Recherchen/Präsentationen • Poster/Karten und Stifte für die Lernenden
Benötigte Zeit	1 Stunde
Anhänge	Übung „Zehennägel- und Fußhaut-Probleme“
Lösung zur Aktivität	Lösung „Zehennägel- und Fußhaut-Probleme“ Empfehlungen für andere Infektionen

Übung „Zehennägel- und Fußhaut-Probleme“

1. Lesen Sie die verschiedenen Karten und arbeiten Sie mit einem Partner zusammen, um sie entsprechend zu sortieren.²



² Die Informationen auf den Karten basieren auf folgendem Buch: Das Kosmetikbuch Lernfeld 8, p. 166, Verlag Handwerk und Technik GmbH, 2016, ISBN 978-3-582-03924-8



E: CLAVUS



F: WARZEN

1.



- Kreislauf- und Stoffwechselstörungen
- unzureichende Ernährung des gesamten Nagelbereichs
- Schuppenflechte
- Frühere Verletzungen
- Manchmal genetisch

2.



- Falsche Pflege, z.B. Abschneiden von Nagellecks oder unzureichende Reinigung
- Unpassende Fußkleidung
- Gesundheit oder genetische Faktoren

3.











- Konstanter Druck auf einen bestimmten Bereich
- Enge Schuhe
- Deformation von Füßen oder Zehen

4.



- Infektion mit Dermatophyten durch vorgeschädigte Nägel
- Gesundheitliche Mängel begünstigen dies
- Entsteht meist aufgrund einer Pilzinfektion der umgebenden Zehenhaut
- Falsches Schuhwerk kann dazu führen

<p style="text-align: right;">5.</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Mechanische Belastung/Reibung auf großer Fläche • Enge Schuhe • Hochintensiver Sport • Schuhe ohne Socken tragen • Fehlstellung der Zehen oder des Fußes 	<p style="text-align: right;">6.</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Virusinfektion, die zu einer multiplen Vermehrung von Keratinozyten führt • Barfuß laufen – inkl. In Fitnessstudios und Schwimmbädern • Schwaches Immunsystem, Neurodermitis, Hormonstörungen • Exzessives Schwitzen der Füße
<p style="text-align: right;">U</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Der Kosmetiker darf keine Behandlungen durchführen, muss aber den Kunden auf einen Podologen/Arzt hinweisen 	<p style="text-align: right;">V</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Sollte alle 4 Wochen mit einem Skalpell entfernt und glatt poliert werden • Vermeiden Sie vorzugsweise Fußbäder (da zu viel Haut abgeschält werden kann) und behandeln Sie trockene Haut • Nicht auf die rosafarbene Haut gelangen, es sollte eine Schutzschicht vorhanden sein
<p style="text-align: right;">W</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Nur Verhärtungen ohne Entzündung können behandelt werden 	<p style="text-align: right;">X</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Seien Sie sich bewusst, dass es für den Kunden sehr schmerzhaft sein kann • Verschlusstechnik • Tamponadetechnik

<ul style="list-style-type: none"> • Kann mit verschiedenen Werkzeugen entfernt werden – z. B. der Spitze eines Skalpells, einer Nagelhautschere, eines Hohlfräasers oder eines Rosenfräasers • Blutungen vermeiden 	
<p style="text-align: right;">Y</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Kosmetiker dürfen dies nicht behandeln • Empfehlen Sie, einen Arzt für eine genaue Diagnose aufzusuchen • Werden chirurgisch oder durch Kryotherapie entfernt • Vollständige Genesung ist nicht immer möglich 	<p style="text-align: right;">Z</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Desinfizieren Sie die Nägel • Verdickung mit radförmigen oder kugelförmigen Hartmetallfräsern gleichmäßig entfernen • Lose Nagelteile oder Splitter mit einer Eckzange entfernen • Eventuell Nagelmodellage

2. Versuchen Sie gemeinsam mit Ihrem Partner über eine andere mögliche Infektion nachzudenken, die zuvor nicht erwähnt wurde. Bei Bedarf können Sie auch online recherchieren.
3. Versuchen Sie nun, Karten ähnlich wie die Beispielparten zu entwerfen. Das können Sie entweder offline (mit Stift und Papier) tun oder Sie nutzen ein digitales Tool, z.B. Power Point, um es optisch attraktiver zu machen.

4. Präsentieren Sie Ihre Karten der Klasse.

Lösung „Zehennägel- und Fußhaut-Probleme“

1. Zuordnungsübung

A – 4 – U

B – 1 – Z

C – 2 – X

D – 5 – V

E – 3 – W

F – 6 – Y

2. Beispiel für weitere Karten³:

- Nagelkrankheit: Onychogryphose (Widderhornnagel)
- Ursachen: Fußtrauma (z. B. Verletzung des Fußes oder tägliches Tragen zu kleiner Schuhe), Pilzinfektion, Psoriasis, periphere Gefäßerkrankung (Beinarterien bilden Plaque, Ichthyose, die den Körper daran hindert, abgestorbene Hautzellen abzustößen, tuberöse Sklerose-Komplex, der sich oft durch Nagelverformung zeigt)
- Behandlung: abhängig von der Ursache, z.B. Tragen passender Schuhe, Cremes, Eingriff

³ Informationen stammen von The Healthline (2021) <https://www.healthline.com/health/onychogryphosis>

Titel des Materials/der Aktivität	7. Schriftliche Übung „Ablauf einer Pediküre“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität konzentriert sich auf den Ablauf einer Pedikürebehandlung. Die Lernenden müssen die richtige Reihenfolge identifizieren, die bei der Durchführung einer Pediküre-Behandlung eingehalten werden muss. Die Lernenden arbeiten paarweise.</p> <p>Außerdem erklären sie jeden Schritt im Detail, ein Partner wählt einen Schritt, der andere einen anderen, bis alle Schritte abgedeckt sind. Die Partner schreiben zu jedem Schritt 3 Schlüsselwörter/Sätze auf, die erklären, was in dieser Phase wichtig ist.</p> <p>Schritt 1: Sortieren der Karten, um die richtige Reihenfolge zu ermitteln. Schritt 2: Erläuterung zu jedem Schritt. Schritt 3: Erstellen einer Übersicht. Schritt 4: Gedankenaustausch mit der ganzen Gruppe.</p>
Art der Aktivität	<input type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input checked="" type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	Materialien: <ul style="list-style-type: none"> • Übungsvorlage • Papier und Stifte für die Lernenden
Benötigte Zeit	40 Minuten
Anhänge	Übung „Ablauf einer Pediküre“
Lösung zur Aktivität	Lösung „Ablauf einer Pediküre“

Übung „Ablauf einer Pediküre“

1. Lesen Sie die folgenden Karten, die jeweils eine Aktivität im Zusammenhang mit einer Pediküre darstellen. Arbeiten Sie mit einem Partner zusammen, um sie in die richtige Reihenfolge zu bringen.
2. Arbeiten Sie mit Ihrem Partner: Jeder von Ihnen wählt einen Schritt aus und erklärt ihn dem Partner im Detail. Dann wählt der Partner einen Schritt aus und erklärt ihn. Fahren Sie fort, bis Sie alle Schritte besprochen haben (z. B. alle Schritte zur Vorbereitung eines Arbeitsplatzes erwähnen, das Auftragen von Nagellack erklären, die fünf verschiedenen Schritte beim Bearbeiten der Nägel nennen usw., wenn möglich immer auf umweltbezogene Aspekte hinweisen).
3. Versuchen Sie nun, jedem der Schritte 3 Schlagworte zuzuordnen, die beschreiben, was in dieser Aktivität gemacht wird.
4. Präsentieren Sie Ihre Schlüsselwort-Beschreibung im Unterricht.

Auftragen von Nagellack

Schlüsselwörter:



Vorbereiten des Arbeitsplatzes

Schlüsselwörter:



Beratung des Kunden zur häuslichen Pflege

Schlüsselwörter:



Arbeiten an den Nägeln

Schlüsselwörter:



Anbieten eines Fußbades zur Entspannung für den Kunden

Schlüsselwörter:



Behandlung von Hornhaut

Schlüsselwörter:



Durchführung einer Fuß- und Nagelbewertung

Schlüsselwörter:



Durchführung von Pflegemaßnahmen

Schlüsselwörter:



Anwenden von Folgemaßnahmen

Schlüsselwörter:



Lösung „Ablauf einer Pediküre“

1. Korrekte Reihenfolge der Schritte⁴:
 1. Vorbereiten des Arbeitsplatzes
 2. Durchführung einer Fuß- und Nagelbewertung
 3. Anbieten eines Fußbades zur Entspannung für den Kunden
 4. Arbeiten an den Nägeln
 5. Behandlung von Hornhaut
 6. Durchführung von Pflegemaßnahmen
 7. Auftragen von Nagellack
 8. Beratung des Kunden zur häuslichen Pflege
 9. Anwenden von Folgemaßnahmen

2. Aspekte, die zu jedem Schritt erwähnt werden sollten (auch in Bezug auf Schlüsselwörter):
 1. Vorbereiten des Arbeitsplatzes
 - Hygiene am Arbeitsplatz (z.B. keine Ringe, Waschen und Desinfizieren der Hände, Handschuhe, zurückgebundene Haare etc.)
 - Vorbereiten von Tools, Tüchern etc.
 - Vorbereiten der Produkte (Fußwanne, Lotionen etc.)
 2. Durchführung einer Fuß- und Nagelbewertung
 - Entfernen von Nagellack
 - Beobachtung pathologischer Veränderungen (keine Diagnose, nur Notieren)
 - Vorbereiten des Behandlungsplans
 3. Anbieten eines Fußbades zur Entspannung für den Kunden
 - Vorbereiten der Fußbadwanne
 - Auswahl der Badeessenz je nach den Bedürfnissen des Kunden (z. B. kühlendes Bad mit Apfelessig für schwitzende Füße)
 - Sorgfältiges Abtrocknen der Füße (Auch zwischen den Zehen)
 4. Arbeiten an den Nägeln
 - Nagelplatte mit Fräsmaschine entfernen
 - Kürzen der Nägel
 - Formen der Nägel
 - Schleifen der Nagelplatte
 - Säubern der Nagelhaut und des Nagelbetts
 5. Behandlung von Hornhaut
 - Zuerst wird an verhärteter Hornhaut (z. B. an den Fersen) mit einem Skalpell gearbeitet
 - Es wird Schicht um Schicht gearbeitet
 - Entfernen Sie nicht zu viel (Druckschutz beim Laufen)
 - Verwenden Sie ein Diamantschleifgerät
 - Arbeiten Sie nicht zu lange an einer Stelle (schmerzhaft für den Kunden)
 6. Durchführung von Pflegemaßnahmen
 - Nagelöl
 - Fußmassage
 - Peeling

⁴ Die Informationen basieren auf folgendem Buch: Das Kosmetikbuch Lernfeld 8, p. 173-191, Verlag Handwerk und Technik GmbH, 2016, ISBN 978-3-582-03924-8

- Packungen
- Paraffinbehandlung
- 7. Auftragen von Nagellack
 - Säubern der Nägel mit einem Reinigungstuch
 - Zehenspreizer
 - Entfetten der Nägel
 - Auftragen von Base Coat (Schutz, längere Haltbarkeit von Nagellack, Glätten der Nägel)
 - Auftragen von Nagellack (Bürste mittig auf den Nagel setzen, wieder auf das Nagelbett setzen, streichende Bewegung nach vorne zur Nagelspitze, rechte Seite, linke Seite)
 - Verwendung eines Korrekturstiftes, wenn notwendig
 - Mindestens 10-minütiges Warten bis zum Anziehen der Schuhe
- 8. Beratung des Kunden zur häuslichen Pflege
 - Säubern der Füße (Mindestens einmal täglich, sorgfältiges Abtrocknen)
 - Fußbäder (nicht täglich, nicht heißer als 36 Grad Celsius, kühlende Bäder im Fall von Krampfadern)
 - Entfernen von Hornhaut (mindestens wöchentlich, Vorsicht bei Rissen)
 - Auftragen von Cremes (am besten nach jedem Reinigen, Anwendung von Cremes, die den Bedürfnissen der Füße entsprechen)
 - Packungen (besonders für trockene Füße, abends nach dem Reinigen, dicke Schicht der Creme, Anziehen von Socken)
 - Nagelpflege (Kurzen der Nägel, Nägel nicht schneiden)
- 9. Anwenden von Folgemaßnahmen
 - Säubern und Desinfizieren von Behandlungsbereichen
 - Desinfizieren der Instrumente
 - Ausleeren des Mülleimers
 - Entfernen der Handschuhe, Desinfizieren der Hände

Titel des Materials/der Aktivität	8. Demonstration „Zehennagelkunst“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität zielt darauf ab, die Fähigkeit der Lernenden zu überprüfen, verschiedene Designs auf Zehennägeln zu erstellen. Abhängig von der verfügbaren Zeit können die Lernenden ein oder mehrere Designs auf dem großen Zeh eines Modells erstellen, indem sie verschiedene Techniken anwenden: Verwendung von dekorativen Elementen (Strass, Streifen, Pailletten, Aufkleber, Perlen usw.); handgemalte Nagelkunst; Airbrush; Erstellen von Prägungen mit Acrylmischungen.</p> <p>Schritt 1: Auswahl eines zu erstellenden Designs (durch den Trainer).</p> <p>Schritt 2: Überlegen eines Entwurfs, Auswahl der benötigten Produkte (durch die Lernenden).</p> <p>Schritt 3: Umsetzung des entwickelten Nageldesigns auf den Zehennägeln eines Modells.</p>
Art der Aktivität	<input type="checkbox"/> Einzelaktivität <input checked="" type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zehenspreizer, Base Coat, Nagellack, Top Coat, Pinzetten, Orangenholz-Sticks, Aluminiumfolie, Papiertuch, Papierpalette, Nagelpinsel, Acrylflüssigkeit, Acrylfarben, Acrylpulver, Strasssteine, Streifen, Pailletten, Aufkleber, Perlen (die Auswahl der Materialien hängt von der Art des ausgewählten Designs ab)
Benötigte Zeit	30 Minuten – 2 Stunden (abhängig von der Anzahl der zu erstellenden Designs)
Anhänge	Übung „Zehennagelkunst“
Lösung zur Aktivität	Lösung „Zehennagelkunst“

Übung „Zehennagelkunst“

Führen Sie eines oder mehrere der folgenden Zehennageldesigns (nach Absprache mit Ihrem Trainer) am großen Zeh eines Modells durch:

- Anbringen von dekorativen Elementen (Strass, Streifen, Pailletten, Aufkleber, Perlen usw.)
- Handbemalte Nagelkunst
- Airbrush
- Erstellen von Prägungen mit Acrylmischungen

Lösung „Zehennagelkunst“

So könnten die möglichen Zehennagel-Designs aussehen:



Dekorative Elemente



Handbemalt



Airbrush



Acryl Prägungen

Quelle:

<https://www.styleoholic.com/toe-nails-designs/>

<https://diydecorcrafts.com/summer-pedicure-ideas/>

<https://fineadviser.com/w/pedicure/46117>

https://www.flickr.com/photos/negril_nailart/5022168936/in/photostream/

Titel des Materials/der Aktivität	9. Praktische Aufgabe „Auftragen von Gel-Nagellack“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität zielt darauf ab, das Wissen der Lernenden über das Auftragen von Gel-Nagellack auf Zehennägel zu überprüfen – angefangen beim Entfernen des alten Gel-Nagellacks bis hin zum Einreiben von Nagelhautöl in die frisch lackierten Zehennägel.</p> <p>Schritt 1: Ansehen des Videos ohne Ton, Anfertigung von Notizen. Schritt 2: Ansehen des Videos ohne Ton und Erklären des Gezeigten (Beschreibung des Verfahrens, der verwendeten Tools usw.). Schritt 3: Ansehen des Videos mit Ton, Vergleich reigene Antwort mit Voice-over im Video.</p> <p>Bei Bedarf kann diese Aktivität auch auf Englisch (oder einer anderen für das jeweilige Land relevanten Fremdsprache) durchgeführt werden, um das Sprachniveau der Lernenden in der Fremdsprache zu überprüfen.</p>
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	Materialien: <ul style="list-style-type: none"> • Laptop oder Mobiltelefon mit Internetzugang • Stift und Papier
Benötigte Zeit	30 Minuten
Anhänge	Gel Pedicure with Design Tutorial https://www.youtube.com/watch?v=Hbh6Z98Q0pc
Lösung zur Aktivität	

Titel des Materials/der Aktivität	10. Schriftliche Übung „Umweltfreundliche Nagellacke“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität konzentriert sich auf die Nachhaltigkeit von Schönheitsprodukten. Besonders Millennials machen sich oft Sorgen um die Umwelt. Um die Lernenden darauf vorzubereiten, recherchieren sie über die Umweltfreundlichkeit von Nagellacken. Die Lernenden erstellen eine Präsentation und halten diese im Unterricht, was ihre Präsentationsfähigkeiten stärkt, was wiederum ihren Umgang mit Kunden verbessern kann.</p> <p>Schritt 1: Diskussion des Themas in der Klasse. Schritt 2: Recherche zur Umweltfreundlichkeit von Nagellacken. Schritt 3: Vorbereitung einer Präsentation (einschließlich Risiken, Bedenken, Alternativen). Schritt 4: Präsentation, Reflexion und Feedback.</p>
Art der Aktivität	<input type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input checked="" type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Computer/Tablets mit Internetverbindung und Power Point (oder Ähnlichem) • Paper und Stifte für die Lernenden
Benötigte Zeit	1 Stunde 10 Minuten
Anhänge	Übung „Umweltfreundliche Nagellacke“
Lösung zur Aktivität	Liste möglicher Aspekte, die erwähnt werden könnten

Übung „Umweltfreundliche Nagellacke“

1. Diskutieren Sie mit den anderen Lernenden über das Thema umweltfreundliche Nagellacke. Warum ist es wichtig? Welche Substanzen sollten vermieden werden? Wie entsorgt man Nagellack? Was ist mit dem Entfernen von Nagellacken?

2. Recherchieren Sie über umweltfreundliche Nagellacke.
3. Bereiten Sie eine Präsentation über Ihre Ergebnisse vor (z. B. Risiken, Bedenken, Alternativen, aktuelle Trends).
4. Präsentieren Sie Ihre Ergebnisse und diskutieren Sie mit den anderen Lernenden.

Lösung „Umweltfreundliche Nagellacke“

Individuelle Lösungen, dennoch können unterschiedliche Websites als Inspiration dienen, z. B.
<https://zerowastememoirs.com/zero-waste-nail-polish/>⁵

⁵ Zero Waste Memoirs (2021): <https://zerowastememoirs.com/zero-waste-nail-polish/>

Titel des Materials/der Aktivität	11. Simulation „Beratung eines Kunden zu häuslichen Behandlungen“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität konzentriert sich auf vertriebliche Aspekte nach einer Behandlung. Die Lernenden arbeiten mit einem Partner zusammen und schlüpfen in die Rolle eines Kunden und eines Kosmetikers. Bei der Durchführung des Rollenspiels ist es wichtig, dass die Lernenden kunden- und vertriebsbezogene Aspekte im Auge behalten.</p> <p>Schritt 1: Lesen der Rollenspielkarten und Festlegung der Rollen.</p> <p>Schritt 2: Üben des Rollenspiels.</p> <p>Schritt 3: Präsentation des Rollenspiels.</p> <p>Bei Bedarf kann diese Aktivität auch auf Englisch (oder einer anderen für das jeweilige Land relevanten Fremdsprache) durchgeführt werden, um das Sprachniveau der Lernenden in der Fremdsprache zu überprüfen.</p>
Art der Aktivität	<input type="checkbox"/> Einzelaktivität <input checked="" type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rollenspiel-Karten • Papier und Stifte für die Lernenden
Benötigte Zeit	45 Minuten
Anhänge	Übung „Beratung eines Kunden zu häuslichen Behandlungen“ (Rollenspiel-Karten)
Lösung zur Aktivität	Lösung „Beratung eines Kunden zu häuslichen Behandlungen“

Übung „Beratung eines Kunden zu häuslichen Behandlungen“

1. Arbeiten Sie mit einem Partner zusammen. Jeder von Ihnen sollte die Rollenspielkarte einzeln lesen.
2. Üben Sie das Rollenspiel gemeinsam mit Ihrem Partner. Vergessen Sie nicht, Höflichkeitsformeln einzufügen, Fragen zu stellen und sich zu verabschieden, wenn Sie Ihr Gespräch beendet haben.
3. Präsentieren Sie das Rollenspiel den anderen Lernenden und geben Sie Feedback zu anderen Präsentationen.

KUNDE

Sie sind ein 35-jähriger Mann, der Vollzeit arbeitet. Sie sind sehr zufrieden mit Ihrer Behandlung und fragen die Kosmetikerin, was Sie zu Hause tun könnten, um Ihre Füße zu pflegen. Wenn Ihnen die Kosmetikerin Tipps gibt, fragen Sie nach weiteren Details (Wirkung, wie oft, welche Produkte...). Bedanken Sie sich nach der Beratung bei der Kosmetikerin und verabschieden Sie sich.

KOSMETIKERIN

Sie beenden die Behandlung mit Ihrem Kunden und fragen ihn, ob er zufrieden ist. Vor dem Verlassen bittet der Kunde Sie um Rat bezüglich der Behandlungen zu Hause. Nennen Sie verschiedene Aspekte bezüglich Fußreinigung, Fußbäder, Entfernung der Hornhaut, Auftragen von Lotionen, Packungen und Nagelbehandlungen. Wenn der Kunde zufrieden ist, verabschieden Sie sich von ihm.

Lösung „Beratung eines Kunden zu häuslichen Behandlungen“

Individuelle Lösungen, jedoch ist es notwendig, dass die Lernenden Folgendes über häusliche Fußpflegebehandlungen erwähnen ⁶:

- Füße reinigen (mindestens einmal täglich, sorgfältig abtrocknen)
- Fußbäder (nicht täglich, Temperatur nicht über 36 Grad Celsius, kühlende Bäder bei Krampfadern)
- Hornhaut entfernen (mindestens wöchentlich, Vorsicht bei Rissen)
- Eincremen (am besten nach jeder Reinigung, Anwendung von fußgerechten Cremes)
- Packungen (speziell bei trockenen Füßen, abends nach der Reinigung, dicke Schicht Creme, Socken anziehen)
- Nagelpflege (Nägel kürzen, Nägel nicht schneiden)

⁶Die Informationen basieren auf folgendem Buch: Das Kosmetikbuch Lernfeld 8, p.191, Verlag Handwerk und Technik GmbH, 2016, ISBN 978-3-582-03924-8

Titel des Materials/der Aktivität	12. Schriftliche Übung „Pediküre für Kunden mit besonderen Bedürfnissen“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität zielt darauf ab, das Wissen der Lernenden zu überprüfen, wie man eine Pediküre bei Kunden mit besonderen Bedürfnissen durchführt. Die Lernenden sollten die wichtigsten Punkte aufschreiben, die bei der Durchführung einer Behandlung an drei Arten von Kunden zu beachten sind: Personen mit Diabetes, Krebspatienten und schwangere Frauen.</p> <p>Schritt 1: Erhalt der Vorlage und Lesen der Aufgabe.</p> <p>Schritt 2: Antworten in schriftlicher Form bereitstellen.</p> <p>Bei Bedarf kann diese Aktivität auch auf Englisch (oder einer anderen für das jeweilige Land relevanten Fremdsprache) durchgeführt werden, um das Sprachniveau der Lernenden in der Fremdsprache zu überprüfen.</p>
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	Materialien: <ul style="list-style-type: none"> • Übungsvorlage • Stift
Benötigte Zeit	30 Minuten
Anhänge	Übung „Pediküre für Kunden mit besonderen Bedürfnissen“
Lösung zur Aktivität	Lösung „Pediküre für Kunden mit besonderen Bedürfnissen“

Übung „Pediküre für Kunden mit besonderen Bedürfnissen“

Beantworten Sie die untenstehenden Fragen.

1. Dürfen Menschen mit Diabetes eine Pediküre bekommen? Wenn ja, was muss bei der Behandlung berücksichtigt werden?

2. Dürfen Krebspatienten eine Pediküre bekommen? Wenn ja, was muss bei der Behandlung berücksichtigt werden?

3. Dürfen schwangere Frauen eine Pediküre bekommen? Wenn ja, was muss bei der Behandlung berücksichtigt werden?

Lösung „Pediküre für Kunden mit besonderen Bedürfnissen“

1. Im Allgemeinen können Menschen mit Diabetes eine Pediküre bekommen, aber besondere Vorsicht ist geboten. Die Durchblutung von Menschen mit Diabetes ist im Allgemeinen reduziert, was zu trockener und empfindlicher Haut führt, die anfällig für Infektionen ist und länger braucht, um zu heilen. Hoher Blutzucker kann auch Nervenschäden verursachen, die als diabetische Neuropathie bezeichnet werden und Taubheitsgefühle verursachen – so dass ein Diabetiker einen Ausschlag oder eine Wunde möglicherweise nicht einmal bemerkt. Die wichtigsten Punkte, die bei der Durchführung einer Pediküre für eine Person mit Diabetes zu beachten sind, sind wie folgt:

- Es ist ratsam, jeden Kunden zu fragen, ob er Diabetes hat oder nicht. Auch wenn jemand kein Diabetiker ist, wird empfohlen, auf die Symptome zu achten, die möglicherweise mit Diabetes in Verbindung stehen: pergamentartige Haut, abgestorbene Hautansammlungen um die Nagelfalze, Hornhautbildung an Druckstellen, Hautverfärbungen (meist violette bzw blau) an Fuß und Unterschenkel. Wenn eines dieser Symptome beobachtet wird, muss man mit Vorsicht vorgehen.
- Alle Geräte und Materialien sollten zwischen den Kunden gründlich gereinigt und sterilisiert werden – das ist eine Faustregel, aber sie ist besonders wichtig für Menschen mit Diabetes, weil jede Infektion drastische Folgen für sie haben kann.
- Auch bei Fußbädern gilt die Regel der Desinfektion und Sterilisation – sicherheitshalber können Sie sich aber auch für „pipeless“ Pediküre-Stühle oder einen individuellen Eimer oder eine Schale entscheiden.
- Wenn eine Person an peripherer Neuropathie leidet, stellen Sie sicher, dass das Fußbad nicht zu heiß ist. Die Temperatur sollte etwa 32-35°C betragen. Testen Sie das Wasser selbst, bevor der Kunde seine Füße in das Fußbad stellt.
- Beschränken Sie die Einweichzeit auf 3-5 Minuten, da zu langes Einweichen kleine Risse in der Haut öffnen kann, die Keime leicht erreichen können. Es sollte ein sanftes Fußbad verwendet werden.
- Schneiden Sie die Zehennägel gerade, anstatt die Ecken zu krümmen, um eingewachsene Zehennägel zu vermeiden. Schneiden oder feilen Sie die Nägel nicht zu kurz, um Reizungen zu vermeiden. Nagelhaut sollte nicht geschnitten, sondern sanft zurückgeschoben werden.
- Schneiden Sie Schwielen nicht weg und verwenden Sie kein gemeinsames Werkzeug, um sie wegzufeilen. Vermeiden Sie chemische Hornhautentferner, um Verbrennungen und weitere Komplikationen zu vermeiden. Ein Bimsstein oder eine Schleiffläche (für den individuellen Gebrauch bestimmt) sind akzeptabel, sollten aber vorsichtig verwendet werden.
- Verwenden Sie feuchtigkeitsspendende Produkte, die schnell in die Haut einziehen und Harnstoff und antimikrobielle oder antimykotische Wirkstoffe enthalten.
- Stellen Sie während des gesamten Verfahrens sicher, dass sich Ihr Kunde wohlfühlt, indem Sie relevante Fragen stellen.

Wie im ersten Fall gilt auch bei der Pediküre bei Krebspatienten die wichtigste Regel, auf ein hohes Maß an Hygiene zu achten und Verletzungen zu vermeiden, da das Immunsystem von Krebspatienten geschwächt und sie anfälliger für Infektionen sind.

Abhängig von der Krebsart und der gewählten Behandlung (Bestrahlung, Chemotherapie, Stammzellen) können Krebspatienten unter verschiedenen Haut- und Nagelerkrankungen an Händen und Füßen leiden. Dazu gehören im Allgemeinen Sprödigkeit, Verfärbung, Rillenbildung, Veränderung der Wachstumsgeschwindigkeit, erhöhte Empfindlichkeit und Anhebung des Nagelbetts.

Hier sind einige Punkte, die bei der Durchführung einer Pediküre für eine Person mit Krebs zu beachten sind:

- Wenn sich das Nagelbett hebt, vermeiden Sie es, die Füße einzuweichen. Es kann auch dazu führen, dass die trockene Haut des Kunden noch anfälliger für Schuppenbildung, Rissbildung und Infektionen wird.
 - Schneiden Sie die Nägel kurz (aber nicht zu kurz) und glätten Sie sie mit einem Schmirgelbrett.
 - Schneiden Sie die Nagelhaut nicht – schieben Sie sie einfach zurück oder verwenden Sie sanfte Nagelhautentferner.
 - Nagellack kann dazu beitragen, die Nägel stark zu halten und sie vor Umwelteinflüssen zu schützen – außerdem ist es eine gute Möglichkeit, Nagelveränderungen zu kaschieren. Herkömmliche Nagellacke können jedoch Formaldehyde, Phthalate und andere schädliche Chemikalien enthalten, daher ist es besser, sich für Nagellacke auf Wasserbasis zu entscheiden.
 - Vermeiden Sie zum Entfernen von Nagellack Entferner, die Aceton oder andere scharfe Lösungsmittel enthalten – verwenden Sie stattdessen ölige Entferner.
 - Vermeiden Sie künstliche Erweiterungen, da sie Bakterien beherbergen können.
 - Raten Sie dem Kunden, die Füße regelmäßig mit Feuchtigkeit zu versorgen und die Creme in die Nagelhaut einzureiben.
2. Maniküre und Pediküre gelten als unbedenklich für Schwangere, solange die Hygiene- und Sicherheitsvorschriften eingehalten werden. Es kann zu einem echten Verwöhnerlebnis werden, denn in der Spätschwangerschaft können sich Frauen oft nicht richtig um ihre Füße kümmern. Dennoch sollten einige Dinge berücksichtigt werden:
- Es ist unbedenklich, die Füße in warmem Wasser zu baden und sie schrubben zu lassen – eine sanfte Fußmassage ist ebenfalls erlaubt, aber bestimmte Reflexzonen sollten vermieden werden, da sie Kontraktionen fördern können. Besser ist es, nicht zu lange auf einen Punkt zu drücken, sondern mit langen, sanften Streichbewegungen, die ebenfalls zur Abschwellung beitragen können.
 - Es ist besser, die Nagelhaut nicht zu schneiden, sondern sie vorsichtig zurückzuschieben, um Infektionen zu vermeiden.
 - Herkömmliche Nagellacke können Formaldehyd, Toluol und Dibutylphthalat enthalten – sie sind in geringen Mengen enthalten, die kaum von der Haut aufgenommen werden, aber um auf der sicheren Seite zu sein, können Sie Nagellacke auf Wasserbasis wählen, die ungiftig, schwer entzündbar und hypoallergen sind.
 - Außerdem können starke Dämpfe von Nagellack schwangeren Frauen Übelkeit verursachen, daher sollte der Raum gut belüftet werden.

Die Wirkung von Acryl und Gelen wurde nicht umfassend untersucht, daher empfehlen einige Experten, sie zu vermeiden, da sie ein höheres Infektionsrisiko darstellen könnten. Acrylnagelbehandlungen können auch einen starken Geruch abgeben. Außerdem ist es ratsam, UV-Licht zu vermeiden, da die Haut während der Schwangerschaft viel empfindlicher ist und UV-Strahlen Sonnenbrand oder Hyperpigmentierung verursachen können (ein LED-Licht sollte in Ordnung sein).

Titel des Materials/der Aktivität	13. Schriftliche Übung „Nachhaltiger Nagelsalon“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	Diese Aktivität zielt darauf ab, das Verständnis der Lernenden für die neuesten Nachhaltigkeitstrends zu überprüfen und ihre Aufmerksamkeit darauf zu lenken, wie ein Schönheits- (oder Nagel-) Salon seinen CO2-Fußabdruck verringern und umweltfreundlicher werden kann.
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	Materialien: <ul style="list-style-type: none"> • Übungsvorlage • Stift
Benötigte Zeit	30 Minuten
Anhänge	Übung „Nachhaltiger Nagelsalon“
Lösung zur Aktivität	Lösung „Nachhaltiger Nagelsalon“

Übung „Nachhaltiger Nagelsalon“

Lesen Sie sich die Tätigkeiten in der linken Spalte durch, die traditionell in den meisten Schönheits- bzw. (Nagel-)Salons genutzt werden und verbinden Sie diese mit den umweltfreundlicheren Alternativen:

- | | |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Benutzen von Plastikflaschen und anderen Einweg-Trinkbehältern 2. Kaufen von Serviceprodukten in kleinen Packungen 3. Allen Müll in einen einzigen Mülleimer entsorgen 4. Verwendung von Nagellacken, die Formaldehyd, Toluol und Dibutylphthalat und andere für Mensch und/oder Umwelt schädliche Substanzen enthalten 5. Den Kunden Papiertücher anbieten 6. Nutzung von Plastik-Müllbeuteln 7. Bereitstellung von Papierbroschüren, Preislisten, Werbematerialien 8. Nutzung herkömmlicher Glühbirnen 9. Verwendung von umweltschädlichen Materialien und Inhaltsstoffen (z. B. mit Mikroplastik). 10. Ausgabe von Geschenkkarten aus Kunststoff und Papier 11. Anbieten monatlicher Magazine an der Rezeption 12. Kunststoff-Hygienehüllen für saubere Werkzeuge 13. Nutzung gebleichten Toilettenpapiers 14. Anwendung scharfer chemischer Reinigungsmittel 15. Verwendung von Unmengen von Einwegwerkzeugen (z. B. Nagelfeilen) | <ol style="list-style-type: none"> a. Angebot von Faserhandtüchern für Kunden, die in energieeffizienten Waschmaschinen mit umweltfreundlichen Waschmitteln gewaschen werden. Alternatives Angebot biologisch abbaubarer Leinentücher b. Ausstellung elektronischer Geschenkgutscheine c. Nutzung energieeffizienter Glühbirnen d. Anwendung ungiftiger Reinigungsprodukte e. Verwendung von gereinigtem Wasser in abwaschbaren Gläsern oder recycelbaren Pappbechern f. Kaufen von großen Mengen oder Nachfüllgrößen für weniger Verpackungsabfall g. Nutzung von recycelten Bleich-freiem Toilettenpapier h. Sortieren des Abfalls für das anschließende Recycling i. Strenge Protokolle für Desinfektionsmittel und UV-Sterilisatoren. Lagerung desinfizierter Werkzeuge in luftdichten, transparenten, sauberen Behältern j. Verwendung von biologisch abbaubaren, kompostierbaren Mülltüten k. Bereitstellung einer gut sortierten Bibliothek mit gebundenen Büchern l. Nutzen von wiederverwendbaren und desinfizierbaren Werkzeuge nach Möglichkeit (z. B. Metall- oder Glasfeilen – alternativ geben Sie dem Kunden eine Einwegfeile mit nach Hause) m. Nutzung veganer, ungiftiger wasserbasierter Nagellacke n. Verwendung umweltfreundliche Materialien und natürlicher Mittel nach Möglichkeit (z. B. ätherische Öle, Sheabutter usw.) o. Bereitstellung von Werbematerialien und Preislisten online - auf der Website. Wenn dies nicht möglich ist, Ausdruck mit pflanzlichen Tintenfarben auf Recyclingpapier |
|--|--|

Lösung zur Aktivität „Nachhaltiger Nagelsalon“

1. e
2. f
3. h
4. m
5. a
6. j
7. o
8. c
9. n
10. b
11. k
12. i
13. g
14. d
15. l



MASSAGE UND PARAFFIN-BEHANDLUNG [PFLEGEBEHANDLUNGEN]



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



3.4		Massage und Paraffin-Behandlung [PFLEGEBEHANDLUNGEN]	
Lernergebnisse zu EQR			EQR 4
Lernergebnisse: Er/Sie ist in der Lage, Behandlungen für Hände und Füße anzubieten und dafür geeignete Produkte auszuwählen und die Bedürfnisse und Wünsche der Kunden zu berücksichtigen			Demonstrationsindikatoren
Kenntnisse	Fertigkeiten	Verantwortung und Autonomie	
<i>Er/Sie ist in der Lage,</i>	<i>Er/Sie ist in der Lage,</i>	<i>Er/Sie zeigt die nachgewiesene Fähigkeit,</i>	<i>Basierend auf tatsächlichen Arbeitssituationen</i>
<ul style="list-style-type: none"> sich Anatomie und Physiologie von Händen und Füßen ins Gedächtnis zu rufen Kontraindikationen aufzulisten, die die Durchführung der Massage einschränken oder verhindern den Zweck der Massage (Straf-ung, Regeneration, Reflexzonenmassage) und geeignete Techniken zu definieren verschiedene Techniken der Hand- und Fußmassage zu nennen: Effleurage (lange, streichende Bewegungen), Petrissage (Knetbewegungen, die die Muskeln unter der Hand oder den Fingern drücken und rollen), Reibung (leichtes oder festes Hin- 	<ul style="list-style-type: none"> je nach Anwendungszweck Techniken der Hand- und Fußmassage auszuwählen verschiedene Techniken der Hand- und Fußmassage anzuwenden das Verfahren der Paraffinbehandlung anzuwenden Gesundheitszustände, die als Kontraindikation für Massagen und Paraffinbehandlungen dienen können, zu erkennen Produkte für Massagen und Paraffinbehandlungen auf der Grundlage ihrer voraussichtlichen Wirkung auf die Gesundheit und/oder die Umwelt des Kunden auszuwählen digitale Tools zur Erstellung von Werbematerialien 	<ul style="list-style-type: none"> die entsprechende Hand- und Fußmassage gemäß den Bedürfnissen des Kunden und den Gesundheits- und Sicherheitsgrundsätzen durchzuführen die Reaktionen und die Zufriedenheit der Kunden zu überwachen und die Massagetechniken bei Bedarf anzupassen hinsichtlich der Unterstützung der Massage durch Anwendung täglicher Hautpflegeprodukte, die für ein bestimmtes Alter geeignet sind (Auftrag in Kreis- und Malbewegungen) zu beraten die Behandlungsdauer und den Ablauf zu bestimmen, die Kosten zu kalkulieren und den Kunden darüber zu informieren 	<ul style="list-style-type: none"> Er/Sie informiert den Kunden über den Ablauf, die Dauer und die Produkte für die Massage und Paraffin-Behandlung in einer professionellen und verständlichen Art und Weise Er/Sie informiert den Kunden über die Kosten und Dauer von Massage und Paraffinbehandlung Er/Sie organisiert den eigenen Arbeitsplatz, v.a. die Nutzung von relevantem Equipment und Produkten und beachtet dabei Gesundheits- und Sicherheitsregeln und umwelttechnische Aspekte Er/Sie wendet Massagetechniken entsprechend etablierter Prozeduren an, beachtet dabei die Wünsche des Kunden

<p>und Herreiben der Hände über die Haut) und Druckpunkt (direkter Druck auf eine harte, verknotete Stelle)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiede zwischen Fußmassage und Fußreflexzonenmassage zu nennen • Indikationen und Kontraindikationen für die Fußreflexzonenmassage zu nennen • sich das Verfahren der Paraffinbehandlung ins Gedächtnis zu rufen • Arten von Behandlungen für verschiedene Kundentypen, inkl. schwangere Frauen, Senioren, Krebspatienten, Menschen mit Unverträglichkeiten usw. zu unterscheiden • Inhaltsstoffe in Produkten, die für Massagen und Paraffinbehandlungen verwendet werden, zu identifizieren, die potenziell schädlich für die Gesundheit und/oder die Umwelt des Kunden sein könnten • digitale Hilfsmittel (Programme, 	<p>einzusetzen</p> <ul style="list-style-type: none"> • dem Kunden die wichtigsten Schritte einer Massage- und Paraffinbehandlung auf Englisch (oder einer anderen für das jeweilige Land relevanten Fremdsprache) zu erklären 	<ul style="list-style-type: none"> • sich mit dem Kunden in englischer Sprache (oder einer anderen relevanten Fremdsprache) sicher und effektiv über Fragen im Zusammenhang mit Massagen und Paraffinbehandlungen zu verständigen 	<p>den und Indikationen für die Behandlung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Er/Sie bewertet die Reaktionen/Zufriedenheit des Kunden und passt die Techniken, falls nötig, an • Er/Sie berät über tägliche Hand- und Fußpflege • Er/Sie wählt Produkte für Massage und Paraffin, die schonend für die Gesundheit des Kunden und/oder der Umwelt sind
--	---	--	--

<p>Apps) zu benennen, mit denen für Massagen und Paraffinbehandlungen geworben wird</p> <ul style="list-style-type: none"> • alle Begriffe im Zusammenhang mit Massagen und Paraffinbehandlungen in Englisch oder einer anderen für das jeweilige Land relevanten Fremdsprache zu nennen 			
<p>Bewertungsinstrumente</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung • Demonstration • Fallarbeit • Test 		

3.4 Massage und Paraffinbehandlung [Pflegerbezogene Behandlung]

Liste der Materialien/Aktivitäten

1. Simulation „Durchführung einer Handmassage“
2. Schriftliche Übung „Fußmassage vs. Fußreflexzonenmassage“
3. Videoanalyse „Durchführung einer Fußmassage“
4. Schriftliche Übung „Indikationen und Kontraindikationen für eine Paraffin-Handbehandlung“
5. Simulation „Durchführung einer Paraffinbehandlung der Hände“
6. Praktische Aufgabe „Beratung eines Kunden und Umgang mit Kundenunzufriedenheit“
7. Praktische Aufgabe „Beratung eines Kunden zu einem geeigneten Produkt für die Hand- und Fußpflege“
8. Schriftliche Übung „Arten von Wachs“
9. Praxisaufgabe „Erstellung einer Instagram-Story“

Ziel dieser Einheit

Am Ende dieser Einheit können Sie den Unterschied zwischen (Fuß-)Massage und (Fuß-)Reflexzonenmassage erkennen und die wichtigsten Schritte zur Durchführung einer Hand- und Fußmassage auflisten. Sie frischen Ihr Wissen über Indikationen und Kontraindikationen der Paraffinbehandlung auf und können das Verfahren durchführen. Darüber hinaus werden Sie Ihre Kommunikations-, Umwelt- und IKT-Fähigkeiten sowie Ihren Bezug zu Massagen und Paraffinbehandlungen verbessern.

Transversale Kompetenzen

- Kundendienst und Kommunikation
- Management und unterstützende Prozesse
- Zeitmanagement
- IKT-Kompetenzen
- Fremdsprachen
- Nachhaltigkeit

Hygiene und Sicherheit

- Grundlegende Kenntnisse in Hygiene und Sicherheit
- Geräte und Tools im Wellnessbereich
- Desinfektion von Geräten und Möbeln, Sterilität etc.

Art der Materialien/Ressourcen

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Video-Analyse <input checked="" type="checkbox"/> Simulation <input type="checkbox"/> Demonstration <input checked="" type="checkbox"/> Praktische Aufgabe <input type="checkbox"/> Rollenspiel | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Fallstudie <input type="checkbox"/> Job shadowing <input type="checkbox"/> Dialoge <input checked="" type="checkbox"/> Schriftliche Übung <input type="checkbox"/> Sonstiges: _____ |
|---|--|

Titel des Materials/der Aktivität	1. Simulation „Durchführung einer Handmassage“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität zielt darauf ab, die Fähigkeit der Lernenden zu überprüfen, eine Handmassage durchzuführen – angefangen bei der Vorbereitung des Arbeitsbereichs bis hin zur Überprüfung der Kundenzufriedenheit:</p> <p>Schritt 1: Erhalt der Vorlage und Lesen der Aufgabe.</p> <p>Schritt 2: Vorbereitung des Arbeitsbereichs und der benötigten Materialien.</p> <p>Schritt 3: Durchführung der grundlegenden Handmassage nach dem festgelegten Verfahren.</p> <p>Schritt 4: Aufklärung bestehender Kontraindikationen zum Verfahren bei der Durchführung der Behandlung.</p> <p>Schritt 5: Beratung zur täglichen Handpflege bei der Durchführung der Behandlung.</p> <p>Schritt 6: Überprüfung der Kundenzufriedenheit nach Abschluss des Verfahrens.</p> <p>Falls erforderlich, können die Schritte 4-6 auf Englisch (oder einer anderen für das jeweilige Land relevanten Fremdsprache) durchgeführt werden, um das Kenntnissniveau der Lernenden in der Fremdsprache zu überprüfen.</p>
Art der Aktivität	<input type="checkbox"/> Einzelaktivität <input checked="" type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsvorlage <p>Ausrüstung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tisch, Stühle, Aufbewahrungseinheit für Vorräte, Handkissen (oder gefaltetes Handtuch), Handtücher, Öle/Lotionen/Cremes, Desinfektionsmittel
Benötigte Zeit	50 Minuten
Anhänge	Übung „Durchführung einer Handmassage“
Lösung zur Aktivität	Lösung „Durchführung einer Handmassage“ – Vorlage

Übung „Durchführung einer Handmassage“

Sie empfangen einen Kunden zur Handmassage. Erledige die folgenden Aufgaben:

Schritt 1: Bereiten Sie Ihren Arbeitsbereich und die benötigten Materialien vor.

Schritt 2: Führen Sie die grundlegende Handmassage nach dem festgelegten Verfahren durch.

Schritt 3: Erklären Sie während der Behandlung die bestehenden Kontraindikationen für das Verfahren.

Schritt 4: Geben Sie während der Durchführung der Behandlung Ratschläge zur täglichen Handpflege.

Schritt 5: Überprüfen Sie nach Abschluss der Behandlung, ob der Kunde zufrieden ist.

Lösung „Durchführung einer Handmassage“

Schritt 1:

Die allgemeine Regel für die Durchführung aller Pflege- und Schönheitsbehandlungen lautet, dass der Raum, in dem die Behandlung durchgeführt wird, sauber sein und alle Oberflächen (insbesondere der Tisch) desinfiziert werden sollten (vor und nach der Behandlung). Nach der Reinigung und Desinfektion des Bereichs sollten alle notwendigen Materialien vorbereitet werden: Handkissen (oder gefaltetes Handtuch), Handtücher, Öle/Lotionen/Cremes usw.

Schritt 2:

Um zu sehen, wie eine einfache Handmassage durchgeführt wird, sehen Sie sich das folgende Video an:

<https://www.youtube.com/watch?v=p8WgP14V2bo&t=501s> [1].

Schritt 3:

Im Allgemeinen sollte eine Massage nicht durchgeführt werden, wenn eine Person sich in einem dieser Zustände befindet (vollständige Kontraindikationen): Fieber, ansteckende Krankheiten (einschließlich Erkältung oder Grippe), Alkohol- oder Drogenvergiftung, kürzliche Operation oder akute Verletzung, Neuritis, Hautkrankheiten.

Die Massage kann nicht auf den Bereichen durchgeführt werden, die von den folgenden Erkrankungen betroffen sind (lokale Kontraindikationen): Krampfadern, nicht diagnostizierte Knoten oder Beulen, Schwangerschaft, Blutergüsse, Schnitte, Schürfwunden, Sonnenbrand, nicht diagnostizierte Schmerzen, Entzündungen (einschließlich Arthritis).

In einigen Fällen darf die Massage nur nach ärztlicher Zustimmung durchgeführt werden (medizinische Kontraindikationen): Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Thrombose, Phlebitis, Bluthochdruck, Herzerkrankungen), Ödeme, Psoriasis oder Ekzeme, Bluthochdruck, Krebs, Nervosität oder Psychose Erkrankungen, Epilepsie, Diabetes und einige andere Erkrankungen. [2]

Schritt 4:

Die wichtigste Regel bei der täglichen Handpflege ist, zu viel Kontakt mit Wasser und aggressiven Inhaltsstoffen und Chemikalien zu vermeiden. Beim Händewaschen muss lauwarmes Wasser verwendet werden. In anderen Fällen, z. B. bei der Hausarbeit, empfiehlt es sich, Gummihandschuhe zu tragen. Nach jedem Kontakt mit Wasser sollte man eine Handcreme verwenden: Im Sommer kann man zu leichteren, feuchtigkeitsspendenden Texturen greifen, im Winter sind eher pflegende Cremes ratsam. Vergessen Sie beim Auftragen der Handcreme nicht die Nägel und die Nagelhaut (wenn Sie das Gefühl haben, dass die Nagelhaut zu trocken ist, können Sie spezielle Nagelhautöle kaufen). Ein bis zweimal wöchentliches Peeling mit einem sanften (Körper-)Peeling ist sehr empfehlenswert. Wenn zusätzliche Pflege erforderlich ist, können Sie textile Handschuhe kaufen und sie nach dem Auftragen einer pflegenden Handcreme anziehen – diese sollten dazu beitragen, dass die Inhaltsstoffe leichter in die Haut einziehen (es gibt sogar Kosmetikhandschuhe, die bereits mit Feuchtigkeitlösungen getränkt sind). Vergessen Sie nicht, Sonnencreme aufzutragen, wenn Sie nach draußen gehen, um Sonnenflecken, Sommersprossen, Muttermale oder sogar Hautkrebs zu vermeiden.

Schritt 5:

Am Ende des Verfahrens fragen Sie den Kunden, ob er/sie die Behandlung genossen hat. Sie können auch hinzufügen, dass die Handmassage nicht nur angenehme Empfindungen bringt, sondern auch gesundheitsfördernd ist, da es viele Reflexpunkte an den Händen gibt. Äußern Sie die Hoffnung, den Kunden wiederzusehen – Sie können sogar vorschlagen, einen Termin für den nächsten Besuch zu vereinbaren.

Titel des Materials/der Aktivität	2. Schriftliche Übung „Fußmassage vs. Fußreflexzonenmassage“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität zielt darauf ab, das Verständnis der Lernenden für den Unterschied zwischen Fußmassage und Fußreflexzonenmassage sowie ihr Wissen über Fußreflexzonen und Kontraindikationen für Fußreflexzonenmassage zu überprüfen:</p> <p>Schritt 1: Erhalt der Vorlage und Lesen der Aufgabe.</p> <p>Schritt 2: Beantwortung der Fragen in der Vorlage in schriftlicher Form.</p> <p>Schritt 3 (optional): Üben der Fußreflexzonen mit Hilfe der Fußreflexzonen-tabelle von Kenrico.</p>
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsvorlage • Stift
Benötigte Zeit	30 Minuten
Anhänge	Übung „Fußmassage vs. Fußreflexzonenmassage“
Lösung zur Aktivität	Lösung „Fußmassage vs. Fußreflexzonenmassage“

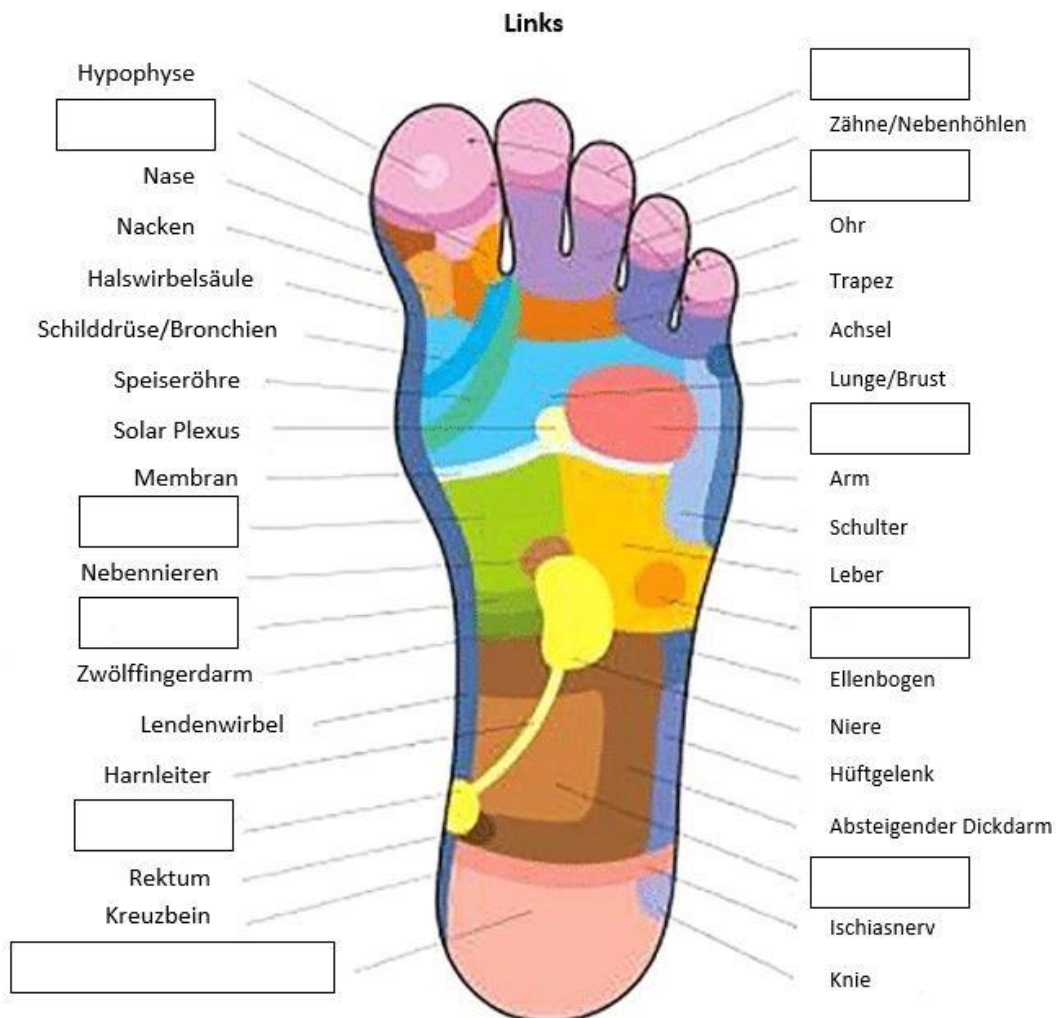
Übung „Fußmassage vs. Fußreflexzonenmassage“

Beantworten Sie die folgenden Fragen schriftlich:

1. Was ist eine Fußreflexzonenmassage und wie unterscheidet sie sich von der Fußmassage?

2. Ergänzen Sie die fehlenden Namen der auf dem Bild unten markierten Fußreflexzonen:

FUßREFLEXZONENDIAGRAMM



3. Nennen Sie die Kontraindikationen für die Fußreflexzonenmassage:

Lösung „Fußmassage vs. Fußreflexzonenmassage“

1. Die Fußreflexzonen- oder Reflexzonenmassage ist neben der klassischen Fußmassage eine der am häufigsten angebotenen Fußmassagen im Wellnessbereich. Fußreflexzonentherapeuten betrachten die Füße als Spiegel des Körpers, da verschiedene Bereiche der Fußsohle mit den Organen und Körperteilen verbunden sind. Die Fußreflexzonenmassage geht davon aus, dass Erkrankungen der verschiedenen Körperregionen behandelt werden können, wenn die entsprechenden Reflexzonen an den Füßen massiert werden. Es wird angenommen, dass Krankheiten durch Blockaden der Energiebahnen im Körper verursacht werden. Je nach Ort der Blockade wird ein bestimmter Bereich gestört. Die Aufgabe der Fußreflexzonenmassage ist es also, die Blockade zu beseitigen, damit die Energie im Körper wieder fließen kann.

So soll die *traditionelle Massagetherapie die Muskulatur lockern, Verspannungen lösen und die Durchblutung verbessern, während die Reflexzonenmassage durch gezielten Druck den Energiefluss im Körper wiederherstellt.*

Bei einer Fußreflexzonenbehandlung werden immer alle Reflexzonen an beiden Füßen behandelt. Empfindliche Stellen werden durch Drücken mit dem Daumen gekennzeichnet. In den Zonen, die schmerzhaft auf den Daumendruck reagieren, kann eine Störung oder Erkrankung des entsprechenden Organs oder Körperbereichs vermutet werden.

Die Fußreflexzonenmassage gilt aufgrund ihrer therapeutischen Wirkung als medizinische Behandlung und darf nur von ausgebildeten Therapeuten, Heilpraktikern, Physiotherapeuten und Fachärzten für Naturheilkunde durchgeführt werden.

Im kosmetischen Bereich ist die Fußreflexzonenbehandlung eine reine Wellnessbehandlung für gesunde und beschwerdefreie Kunden und dient der Förderung von Entspannung und Wohlbefinden. Die Behandlung des rechten Fußes dient in erster Linie der körperlichen Entspannung und die Behandlung des linken Fußes der seelischen Entspannung. Richtig durchgeführt, kann sie auch Krankheiten vorbeugen.

Eine Fußreflexzonenmassage dauert zwischen 30 und 60 Minuten. Die Massage erfolgt in der Tiefe mit kreisendem Daumendruck und es werden weder Massagecremes noch Öle verwendet. Normalerweise hat eine solche Massage keine Nebenwirkungen. Klagt ein empfindlicher Kunde jedoch nach dieser Behandlung über Kopfschmerzen und/oder Übelkeit, ist es wichtig, verständnisvoll zu sein und den Raum zu lüften, ihm ein Glas Wasser zu geben und ihn durchatmen zu lassen.

2.

FUßREFLEXZONENDIAGRAMM



Quelle: https://www.researchgate.net/publication/338583050_Comparing_the_Effect_of_Acupressure_and_Foot_Reflexology_on_Anxiety_and_Depression_in_Hemodialysis_Patients_A_Clinical_Trial

3. Die Kontraindikationen für die Fußreflexzonenmassage sind:

- Schwangerschaft und Wochenbett, erste Tage der Menstruation
- Innere Blutungen
- ansteckende Hautkrankheiten (z. B. Krätze, Impetigo, Windpocken)
- Psoriasis oderr Ekzem am Fuß
- Blutergüsse, Schnitte, Schürfwunden, offene Haut, Hautausschläge, Bisse, Verbrennungen, frische Frakturen und Narben, Schwellungen, Entzündungen an den Füßen
- Fußpilz, Warzen
- Jede Form von Infektion, Krankheit oder Fieber; Durchfall, Erbrechen
- Nervöse/psychotische Zustände, Multiple Sklerose, Parkinson-Krankheit, Motoneuronen-Krankheit
- Arthritis, Osteoporose, akuter Rheumatismus, zervikale Spondylitis
- Epilepsie, Asthma

- Einfluss von Alkohol oder Drogen
- Unmittelbar nach einer reichhaltigen Mahlzeit

Wenn ein Kunde Medikamente einnimmt oder wegen irgendeiner Erkrankung einen Arzt aufsucht, muss er im Allgemeinen möglicherweise seine Zustimmung einholen.

Titel des Materials/der Aktivität	3. Videoanalyse „Durchführung einer Fußmassage“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität zielt darauf ab, das Wissen der Lernenden darüber zu überprüfen, wie eine grundlegende Fußmassage durchgeführt wird: Die Lernenden sollen sich ein Video ansehen, die Abfolge der Aktionen erklären und die wichtigsten Massagetechniken beschreiben, die während der Fußmassage verwendet werden. Zusätzlich muss eine Person Ratschläge zur täglichen Fußpflege geben.</p> <p>Schritt 1: Erhalt der Vorlage und Lesen der Aufgabe.</p> <p>Schritt 2: Ansehen des Videos zum ersten Mal ansehen (ohne Ton), Anfertigen von Notizen.</p> <p>Schritt 3: Ansehen des Videos (ohne Ton) und Kommentieren dessen, was im Video gezeigt wird.</p> <p>Schritt 4: Ansehen des Video mit Ton und Vergleich eigener Antworten mit der Erklärung im Video.</p> <p>Schritt 5: Beratung zur täglichen Fußpflege.</p> <p>Bei Bedarf kann diese Aktivität auch auf Englisch (oder einer anderen für das jeweilige Land relevanten Fremdsprache) durchgeführt werden, um das Niveau der Fremdsprachenkenntnisse der Lernenden zu überprüfen.</p>
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsvorlage • Video • Internetverbindung, falls Sie den YouTube-Kanal, einen Computer oder ein beliebiges Gerät verwenden, um das Video anzusehen. • Stift
Benötigte Zeit	30 Minuten
Anhänge	<p>Übung „Durchführung einer Fußmassage“</p> <p>Massage Therapist's Guide To Giving a Great Foot Massage</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=utONtrHzCxE</p>
Lösung zur Aktivität	Lösung „Durchführung einer Fußmassage“

Übung „Durchführung einer Fußmassage“

In dieser Aufgabe sollen Sie sich ein Video einer Fußmassage ansehen, die Abfolge der Aktionen erklären und die wichtigsten Massagetechniken beschreiben, die während der Fußmassage verwendet werden:

<https://www.youtube.com/watch?v=utONtrHzCxE> (00:35-03:45)

Schritt 1:

Sehen Sie sich das Video (ohne Ton) zum ersten Mal an und machen Sie sich Notizen, falls notwendig.

Schritt 2:

Dann sehen Sie sich das Video zum zweiten Mal an (erneut ohne Ton) und erklären was passiert: nennen Sie die wichtigsten Schritte bei der Fußmassage und die angewendeten Techniken.

Schritt 3:

Wenn Sie fertig sind, sehen Sie sich das Video mit eingeschaltetem Ton an und vergleichen Sie Ihre Antworten mit den darin enthaltenen Erklärungen.

Schritt 4:

Stellen Sie sich vor, Ihr Kunde fragt Sie nach der täglichen Fußpflege zu Hause – welchen Rat können Sie geben?

Lösung „Durchführung einer Fußmassage“

Schritte 1-3:

<https://www.youtube.com/watch?v=utONtrHzCxE> – Sehen Sie sich das Video mit eingeschaltetem Ton an und vergleichen Sie Ihre Antworten mit den Anweisungen im Video.

Schritt 4:

Die richtige tägliche Fußpflege beginnt mit der Auswahl der richtigen Schuhe: Bequem sollten sie sein und man sollte nicht Tag für Tag die gleichen Schuhe tragen. High Heels oder andere unbequeme Schuhe sollten nur für eine begrenzte Zeit getragen werden. Die Füße sollten mindestens einmal täglich gründlich gewaschen und sorgfältig abgetrocknet werden, besonders zwischen den Zehen.

Nach dem Trocknen der Füße sollte man eine Fußcreme oder -lotion auftragen, die verschiedenen Zwecken dienen kann: feuchtigkeitsspendend (Harnstoff oder Aloe Vera), heilend (Aloe Vera, Panthenol), weichmachend und peelend (Salicylsäure, AHA-Säuren), erfrischend und kühlend (Pfefferminz Öl, Aloe Vera) etc.

Schuppige und verhärtete Haut sollte regelmäßig mit einem Bimsstein oder einer Fußfeile entfernt werden (man sollte die mitgelieferten Anweisungen befolgen, um Verletzungen zu vermeiden). Wunde und müde Füße können mit Hilfe von Fußbädern mit ätherischen Ölen (Eukalyptus, Pfefferminze, Lavendel etc.) oder Bittersalz beruhigt werden.

Titel des Materials/der Aktivität	4. Schriftliche Übung „Indikationen und Kontraindikationen für eine Paraffin-Handbehandlung“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	Diese Übung zielt darauf ab, zu überprüfen, ob die Lernenden die Indikationen und Kontraindikationen für die Paraffin-Handbehandlung kennen. Die durchzuführenden Schritte sind: Schritt 1: Erhalt der Vorlage und Lesen der Aufgabe. Schritt 2: Durchführung der Aufgabe – Bereitstellung der Definition der Paraffinbehandlung, Verteilung der medizinischen Bedingungen in zwei Spalten, Indikation und Kontraindikationen.
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Individuell <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> Mix
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	Materialien: <ul style="list-style-type: none"> • Übungsvorlage • Stift
Benötigte Zeit	15 Minuten
Anhänge	Übung „Indikationen und Kontraindikationen für eine Paraffin-Handbehandlung“
Lösung zur Aktivität	Lösung „Indikationen und Kontraindikationen für eine Paraffin-Handbehandlung“

Übung „Indikationen und Kontraindikationen für eine Paraffin-Handbehandlung“

1. Was ist ein Paraffinbad oder eine Paraffinbehandlung?

2. Unten sehen Sie eine Liste von Erkrankungen. Ordnen Sie diese in zwei Spalten ein: „Indikationen zur Paraffinbehandlung“ und „Kontraindikationen zur Paraffinbehandlung der Hände“.

- a) Arthrose
- b) rheumatoide Arthritis
- c) variköse Anomalien
- d) Fibromyalgie
- e) Venenentzündung
- f) schlechte Durchblutung
- g) Gelenksteifheit
- h) Taubheit in den Händen
- i) Muskelkrämpfe
- j) Zuckerkrankheit
- k) Ödeme und Entzündungen
- l) schweres/übermäßiges Ödem und akute Entzündung
- m) Karpaltunnelsyndrom
- n) Hautausschläge, Ekzeme oder offene Wunden
- o) Tuberkulose

Indikationen	Kontraindikationen

Lösung „Indikationen und Kontraindikationen für eine Paraffin-Handbehandlung“

1. Paraffinwachsbehandlung ist eine Form der Tiefenwärmetherapie, da Paraffinwachs ein wirksames Medium für die Wärmeübertragung auf Haut und Gelenk ist. Verflüssigtes Paraffinwachs absorbiert und speichert Wärme sehr effizient.

Eine Paraffinbehandlung verwendet warmes Mineralölwachs, um Schmerzen an Händen, Füßen und schmerzenden Gelenken und Muskeln zu lindern und die Beweglichkeit durch Erwärmung des Bindegewebes zu verbessern. Das warme Paraffinwachs, das auf die Haut aufgetragen wird, erweitert die Blutgefäße und fördert so die Durchblutung, bringt heilende Nährstoffe an die Oberfläche und spült Giftstoffe aus der Haut.

2.

Indikationen	Kontraindikationen
a) Arthrose b) rheumatoide Arthritis d) Fibromyalgie g) Gelenksteifheit i) Muskelkrämpfe k) Ödeme und Entzündungen m) Karpaltunnelsyndrom	c) variköse Anomalien e) Venenentzündung f) schlechte Durchblutung h) Taubheit in den Händen j) Zuckerkrankheit l) schweres/übermäßiges Ödem und akute Entzündung n) Hautausschläge, Ekzeme oder offene Wunden o) Tuberkulose

Titel des Materials/der Aktivität	5. Simulation „Durchführung einer Paraffin-Handbehandlung“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität zielt darauf ab, die Paraffinhandbehandlung (von der Vorbereitung des Arbeitsbereichs bis zur tatsächlichen Durchführung der Aufgabe) durch Simulation zu überprüfen.</p> <p>Schritt 1: Erhalt der Vorlage und Lesen der Aufgabe.</p> <p>Schritt 2: Vorbereitung des Arbeitsbereichs.</p> <p>Schritt 3: Auflistung aller Materialien und Geräte, die für das Verfahren benötigt werden.</p> <p>Schritt 4: Durchführung einer Paraffin-Handbehandlung nach dem etablierten Verfahren.</p>
Art der Aktivität	<input type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input checked="" type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	<p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsvorlage • Paraffinbad/-heizung, Paraffinwachs, Paraffinschutz (Plastiktüten), Textilhandschuhe (Spa-Handschuhe), Feuchtigkeitscreme/-lotion/-öl, Auftragungsbürste, Desinfektionsspray, Prüfthermometer, Timer
Benötigte Zeit	45 Minuten
Anhänge	Übung „Durchführung einer Paraffin-Handbehandlung“
Lösung zur Aktivität	Lösung „Durchführung einer Paraffin-Handbehandlung“

Übung „Durchführung einer Paraffin-Handbehandlung“

Sie empfangen einen Kunden für eine Paraffin-Handbehandlung. Erfüllen Sie die folgenden Aufgaben:

Schritt 1:

Bereiten Sie Ihren Arbeitsbereich und die benötigten Materialien vor.

Schritt 2:

Zählen Sie alle Materialien und Instrumente auf, die Sie für das Verfahren brauchen werden.

Schritt 3:

Führen Sie eine Paraffin-Handbehandlung nach dem festgelegten Verfahren durch.

Lösung „Durchführung einer Paraffin-Handbehandlung“

Schritt 1:

Die allgemeine Regel für die Durchführung aller Pflege- und Schönheitsbehandlungen lautet, dass der Raum, in dem der Eingriff durchgeführt wird, sauber und alle Oberflächen (vor und nach dem Eingriff) desinfiziert sein sollten. Nach der Reinigung und Desinfektion des Bereichs sollten alle unten aufgeführten notwendigen Materialien vorbereitet werden.

Schritt 2:

Folgende Materialien und Geräte werden für eine Paraffin-Handbehandlung benötigt: Paraffinbad/-heizung, Paraffinwachs, Paraffinschutz (Plastikbeutel), Textilhandschuhe (Spa-Handschuhe), Feuchtigkeitscreme/-lotion/-öl, Desinfektionsspray, Prüfthermometer, Timer.

Schritt 3:

Die wichtigsten Schritte zur Durchführung einer Paraffin-Handbehandlung:

- Entfernen des gesamten Schmucks
- Waschen und Desinfizieren der Hände
- Durchführen einer Sichtprüfung auf Hautausschläge, wunde Stellen und andere Zustände, die Sie daran hindern könnten, die Eingriffe durchzuführen
- etwas Lotion/Öl auf die Hände auftragen
- Eine Hand mit gespreizten Fingern in das geschmolzene Paraffin eintauchen
- Nehmen Sie die Hand aus dem Bad und warten Sie einige Sekunden
- Das gleiche 6-8-mal wiederholen
- Die Hand in einen Paraffinschutz (Plastiktüte) stecken und mit einem Spa-Handschuh abdecken
- Wiederholen der gleichen Schritte mit der zweiten Hand
- Nach ca. 15 Minuten das Paraffin entfernen

Titel des Materials/der Aktivität	6. Praxisaufgabe „Beratung eines Kunden und Umgang mit Kundenunzufriedenheit“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität zielt darauf ab, die Fähigkeit der Lernenden zu überprüfen, Informationen klar und verständlich bereitzustellen und Konflikte zu lösen (mit der Unzufriedenheit des Kunden umzugehen). Die Lernenden sollten erläutern, wie sie sich in einer in der Aufgabe beschriebenen Situation verhalten würden.</p> <p>Schritt 1: Erhalt der Vorlage und Lesen der Aufgabe.</p> <p>Schritt 2: Detaillierte Beschreibung der Paraffin-Handbehandlung.</p> <p>Schritt 3: Erklären, wie sie in der gegebenen Situation handeln/was sie sagen würden.</p> <p>Bei Bedarf kann diese Aktivität auch auf Englisch (oder einer anderen für das jeweilige Land relevanten Fremdsprache) durchgeführt werden, um das Niveau der Fremdsprachenkenntnisse der Lernenden zu überprüfen.</p>
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	Materialien: <ul style="list-style-type: none"> • Übungsvorlage
Benötigte Zeit	15 Minuten
Anhänge	Übung „Beratung eines Kunden und Umgang mit Kundenunzufriedenheit“
Lösung zur Aktivität	Lösung „Beratung eines Kunden und Umgang mit Kundenunzufriedenheit“

Übung „Beratung eines Kunden und Umgang mit Kundenunzufriedenheit“

Schritt 1:

Sie empfangen eine Kundin zur Paraffin-Handbehandlung. Sie hat die Behandlung noch nie zuvor erlebt und möchte daher mehr darüber erfahren, bevor Sie mit beginnen. Sagen Sie ihr, wie lange die Behandlung dauern wird und was Sie tun werden.

Schritt 2:

Bei der Sichtprüfung stellen Sie fest, dass die Hände mit Hautausschlägen und Wunden bedeckt sind, was eine Kontraindikation für das Verfahren darstellt. Sie informieren die Kundin, aber sie ist darüber nicht sehr erfreut und besteht darauf, dass Sie die Behandlung durchführen. Wie reagieren Sie?

Lösung „Beratung eines Kunden und Umgang mit Kundenunzufriedenheit“

Schritt 1:

Das Verfahren dauert normalerweise bis zu 30 Minuten. Vor dem Eingriff muss der Kunde den gesamten Schmuck abnehmen, sich die Hände waschen und desinfizieren. Danach muss eine Sichtprüfung der Hände durchgeführt werden, um sicherzustellen, dass keine Ausschläge, Wunden, Schwellungen oder andere Zustände vorliegen, die Sie daran hindern könnten, das Verfahren durchzuführen. Nach der Inspektion die Hände mit etwas Handlotion oder Öl einreiben. Bitten Sie danach Ihren Kunden, seine Hand in das Bad zu tauchen – Fingerspitzen zuerst, Finger gespreizt (die Hand kann auf Wunsch bis über das Handgelenk hinaus eingetaucht werden). Eine mit Wachs überzogene Hand muss aus der Wanne genommen werden. Nach einigen Sekunden sollte die Hand erneut eingetaucht werden. Der Vorgang muss 6-8-mal wiederholt werden. Danach sollte die Hand in eine Plastiktüte gesteckt und mit einem Spa-Handschuh abgedeckt werden. Nach ca. 15 Minuten kann das Wachs in einem Stück entfernt werden. Das gleiche Verfahren sollte für die andere Hand wiederholt werden.

Schritt 2:

Was auch immer passiert, es ist wichtig, ruhig, freundlich und höflich zu bleiben. Erklären Sie der Kundin, dass Sie die Behandlung nicht aus bösem Willen, sondern aus einem objektiven Grund nicht durchführen können: Hautausschläge und wund Stellen sind eine der Kontraindikationen für die Paraffinbehandlung; die Durchführung kann ihren Zustand verschlimmern. Empfehlen Sie höflich, einen Arzt zu konsultieren und bieten Sie einen Rabatt auf die Durchführung der Behandlung an, wenn das Problem gelöst ist.

Titel des Materials/der Aktivität	7. Praktische Aufgabe „Beratung eines Kunden zu einem geeigneten Produkt zur Hand- und Fußpflege“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	<p>Diese Aktivität zielt darauf ab, das Wissen der Lernenden über verschiedene Produkte für die tägliche Handbehandlung, ihre Wirkstoffe und ihren Zweck sowie ihre Fähigkeit, Informationen auf verständliche Weise zu vermitteln, zu überprüfen.</p> <p>Schritt 1: Erhalt der Vorlage und Lesen der Aufgabe.</p> <p>Schritt 2: Das am besten geeignete Produkt anbieten und die Wahl begründen.</p> <p>Schritt 3: Vorschläge für Alternativen zu weniger nachhaltigen und industriell hergestellten Behandlungen für Hände und Füße.</p>
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	Materialien: <ul style="list-style-type: none"> • Übungsvorlage
Benötigte Zeit	20 Minuten
Anhänge	Übung „Beratung eines Kunden zu einem geeigneten Produkt zur Hand- und Fußpflege“
Lösung zur Aktivität	Lösung „Beratung eines Kunden zu einem geeigneten Produkt zur Hand- und Fußpflege“

Übung „Beratung eines Kunden zu einem geeigneten Produkt zur Hand- und Fußpflege“

Schritt 1:

Nach einer Behandlung fragt Ihr Kunde Sie, welche Produkte Sie für die tägliche Hand- und Fußpflege empfehlen können. Lesen Sie die Beschreibung der folgenden Produkte, schlagen Sie eines vor, um jede der folgenden Bedingungen zu bewältigen, und begründen Sie Ihre Wahl:

1. Die Kundin ist über 60, was sich am Zustand ihrer Hände ablesen lässt
2. Durch die im Winter ständig eingeschaltete Heizung ist die Haut an den Händen und die Nagelhaut sehr trocken geworden
3. Bei der Arbeit muss sie viel stehen, deshalb fühlen sich ihre Füße am Ende des Tages wund und schwer an
4. Sie hat schwierige Stellen an Händen, Armen und Füßen

A. Frisch und pflanzlich

Massieren Sie unsere Kräuter-Fußcreme nachts auf die Hornhaut und die Fersen, um Ihre Füße zu beruhigen und zu erfrischen. Unsere mit ätherischem Eukalyptusöl angereicherte Fußcreme rettet müde, trockene Füße.

- Fußfeuchtigkeitscreme
- Expertenpflege für aktive Füße
- Entzündungshemmend, abschwellend, antiseptisch und antibakteriell

B. Ein Zauber von Kokosnuss

Verwöhnen Sie Ihre Hände und Nagelhaut mit unserer reichhaltigen Kokosbutter. Das süße Kokosnussöl sorgt dafür, Ihre Hände intensiv mit Feuchtigkeit versorgt werden und sich superweich anfühlen!

- Handbutter
- Reichhaltige, feuchtigkeitsspendende Textur
- Fachkundige Pflege für Hände und Nägel
- Ein Muss für die Maniküre
- Süßes Kokosnussöl

C. Jung und schön

Unser ätherisches Öl aus kontrolliert biologischem Anbau wurde für die ersten Zeichen der Hautalterung entwickelt. Dieses innovative Konzentrat trägt dazu bei, den Oberflächenzustand der Haut zu verbessern und hinterlässt sie mit Feuchtigkeit genährt.

- Hilft, den Oberflächenzustand der Haut zu verbessern
- Glättet die Haut
- Spendet sofort Feuchtigkeit
- 99 % der Inhaltsstoffe sind natürlichen Ursprungs
- Beschleunigt Hautregenerationsprozesse

D. Regenwald-Erlebnis

Verwöhnen Sie sich mit dieser reichhaltigen Buttercreme, die von guatemaltekischen Stammes-Spa-Ritualen inspiriert ist. Sie pflegt strapazierte Hände und Füße sowie trockene Ellbogen und Knie und lässt sie glatter, frischer und gesünder aussehen.

- Beruhigt wunde Stellen
- Hinterlässt ein weiches und glattes Hautgefühl
- Ideal für Hände, Füße, Ellbogen und Knie
- Ultra-fettige und kühle Textur

Schritt 2:

Nennen Sie mindestens fünf Alternativen zu weniger nachhaltigen und industriell hergestellten Behandlungen für Hände und Füße.

Lösung „Beratung eines Kunden zu einem geeigneten Produkt zur Hand- und Fußpflege“

Schritt 1:

- 1 – C (Anti-Aging Effekt)
- 2 – B (Feuchtigkeitsspendender Effekt)
- 3 – A (Erfrischender Effekt)
- 4 – D (Glättender Effekt)

Schritt 2:

Die wichtigsten Alternativen zu industriell hergestellten Behandlungen für Hände und Füße, die potenziell gesundheits- und/oder umweltschädliche Inhaltsstoffe enthalten können, sind:

- Öle (z.B., Avocadoöl, Olivenöl, Hagebuttenöl)
- Butter (Sheabutter, Kokosbutter)
- Wachse (Bienenwachs, Lanolin)

Da Naturprodukte keine künstlichen Konservierungsstoffe enthalten, sollten sie in der Regel dunkel und kühl gelagert werden.

Titel des Materials/der Aktivität	8. Schriftliche Übung „Arten von Wachs“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	Diese Aktivität zielt darauf ab, das Wissen der Lernenden über verschiedene Arten von Wachs, die in der Schönheits- und Wellnessbranche verwendet werden, zu überprüfen und ihre Aufmerksamkeit auf die Auswirkungen zu lenken, die sie auf die Umwelt haben können: Schritt 1: Erhalt der Vorlage und Lesen der Aufgabe. Schritt 2: Erledigung der Aufgabe in schriftlicher Form.
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	Materialien: <ul style="list-style-type: none"> • Übungsvorlage • Stift
Benötigte Zeit	20 Minuten
Anhänge	Übung „Arten von Wachs“
Lösung zur Aktivität	Lösung „Arten von Wachs“

Übung „Arten von Wachs“

Das am häufigsten verwendete Produkt in der Handbehandlung mit Paraffin ist das Paraffinwachs – es ist ein Abfallprodukt aus Erdöl, das aufgrund seiner bestimmten Eigenschaften an Popularität gewonnen hat: Aufgrund seiner formbaren Molekularstruktur ist es einfacher zu verarbeiten und weniger anfällig für Kristallisation; es hat einen besseren Duft und ist effizienter beim Halten von Farbstoffen. Die Art und Weise, wie es hergestellt wird (wie bereits erwähnt, ist es ein Nebenprodukt der Ölindustrie) und die Tatsache, dass es nicht biologisch abbaubar ist, machen es jedoch zu einer weniger bevorzugten Option für Personen, denen die eigenen Auswirkungen auf die Umwelt am Herzen liegen.

Schritt 1:

Verbinden Sie die Begriffe mit der passenden Definition.

- | | |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Paraffinwachs 2. Bienenwachs 3. Carnaubawachs 4. Candelilla 5. Sojawachs 6. Lanolin | <ol style="list-style-type: none"> A. Es stammt von der brasilianischen Palme und ist für seine Härte bekannt. Es wird mit Lebensmitteln, Kosmetika und vielen anderen Produkten verwendet. B. Es stammt von einem Strauch ab, der im Norden Mexikos und im Südwesten der USA wächst. Es wird in Kosmetika, Polituren, Klebstoffen, Schmiermitteln und mehr verwendet. C. Erdölabfallprodukt, das desodoriert und gebleicht wird, bevor es als Wachs verwendet wird. Es wird in Kosmetika, Schmiermitteln, Kerzen, Lebensmittelkonservierungsprodukten usw. verwendet. D. Es ist das Produkt aus Sojabohnenöl. Es kann für Kerzen, Kosmetika usw. verwendet werden. E. Es wird von Talgdrüsen von Tieren ausgeschieden, die Wolle tragen, und wird allgemein für Hautpflegeprodukte, Rostschutz, Schmiermittel und Lederbehandlung verwendet. F. Dieses Material wird aus Waben entnommen. Es wird für Lippenbalsame, Haarprodukte, Buntstifte, Seife, Gummibonbons usw. verwendet. |
|---|---|

Schritt 2:

Markieren Sie die Eigenschaften, die jeder Wachsart zuzuschreiben sind:

Art von Wachs	Vegan	Tierversuchsfrei	Biologisch abbaubar
Paraffinwachs			
Bienenwachs			
Carnaubawachs			
Candelilla			
Sojawachs			
Lanolin			

Lösung „Arten von Wachs“

Schritt 1:

1. C
2. F
3. A
4. B
5. D
6. E

Schritt 2:

Art von Wachs	Vegan	Tierversuchsfrei	Biologisch abbaubar
Paraffinwachs	Ja	Ja	Nein
Bienenwachs	Nein	Nein	Ja*
Carnaubawachs	Ja	Ja	Ja*
Candelilla	Ja	Ja	Ja*
Sojawachs	Ja	Ja	Ja*
Lanolin	Nein	Nein*	Ja*

* Oberflächlich mag es so erscheinen, dass Lanolin tierversuchsfrei ist, weil es aus der Wolle von Schafen stammt, nachdem sie geschoren wurden, aber in Wirklichkeit ist Lanolin das Nebenprodukt der Fleischindustrie (d. h. es wird gewonnen, nachdem Schafe geschlachtet wurden).

* Bienenwachs, Carnaubawachs, Candelillawachs, Sojawachs und Lanolin sind biologisch abbaubar, solange keine synthetischen Materialien oder Chemikalien hinzugefügt wurden – diese können den biologischen Abbau durch Organismen erschweren und die Umwelt schädigen.

Titel des Materials/der Aktivität	9. Praktische Aufgabe „Erstellen einer Instagram-Story“
Präsentation/Beschreibung der einzelnen Schritte der Aktivität	Diese Aktivität zielt darauf ab, die Fähigkeit der Lernenden zu überprüfen und zu verbessern, moderne IKT-Tools zu verwenden – insbesondere die App Instagram. Schritt 1: Erstellen einer Instagram-Story zum Thema Paraffin-Handbehandlung. Beim Erstellen einer Geschichte sollten visuelle Elemente (Fotos, Videos), Texte, Schriftarten, Emojis und andere grafische Elemente verwendet werden.
Art der Aktivität	<input checked="" type="checkbox"/> Einzelaktivität <input type="checkbox"/> Gruppenaktivität <input type="checkbox"/> gemischt
Benötigte Materialien / Ausrüstung/ Instrumente	Materialien: <ul style="list-style-type: none"> ● Smartphone oder Computer ● Instagram App
Benötigte Zeit	1 Stunde
Anhänge	
Lösung zur Aktivität	Lösung „Erstellen einer Instagram-Story“

Lösung „Erstellen einer Instagram-Story“

Tipps zum Erstellen einer Instagram Story:

1. Jüngste Statistiken zeigen, dass etwa 60-70 % der Nutzer nur Storys auf Instagram ansehen, was bedeutet, dass es ein leistungsstarkes Tool ist, um Ihr Publikum zu erreichen. Der Schlüssel ist, regelmäßig Geschichten zu posten, um im Trend zu bleiben.
2. Wie der Name schon sagt, besteht das Hauptziel dieses Formats darin, eine Geschichte zu erzählen, die normalerweise aus einer Einleitung, einem Höhepunkt und einem Schluss besteht. Auch wenn Sie dieser Struktur nicht folgen, stellen Sie sicher, dass Ihre Botschaft an das Publikum klar ist.
3. Instagram Storys haben eine Größe von 1080 x 1920 Pixel, aber es wird empfohlen, wichtige Designelemente zwischen den mittleren 1080 x 1420 Pixeln zu belassen und 250 Pixel oben und unten zu lassen.
4. Ihre Storys können Teil Ihrer Markenidentität werden. Wenn Sie ein Logo und Unternehmensfarben und Schriftarten haben, können Sie diese in Ihre Storys integrieren, sodass Benutzer sie auf den ersten Blick erkennen, selbst wenn sie nur durch ihre Storys scrollen.
5. Um an Ihrer Markenidentität festzuhalten, können Sie sogar einen Styleguide erstellen, der Schriftarten, Filter, GIF-Stile usw. enthält, die Ihr Unternehmen verwenden kann.
6. Ein Vorteil von Instagram-Stories ist, dass die Fotos und Videos, die Sie posten, nicht von höchster Qualität oder professionell erstellt sein müssen – Sie können mit Ihrem eigenen Smartphone ein Foto oder ein kurzes Video aufnehmen. Trotzdem muss die Optik ansprechend sein. Wenn Sie eine Story zum Thema Handbehandlung mit Paraffin machen, können Sie den Prozess der Durchführung des Verfahrens und seine Auswirkungen auf die Hände zeigen. Außerdem können Sie einige Tipps zur Pflege der Hände zu Hause geben. Abgesehen von Fotos und Videos können Sie mithilfe von Instagram-Funktionen Hintergründe und Überlagerungen erstellen.
7. Die Schlüsselbotschaften in einer Story werden normalerweise durch den Text verstärkt – wählen Sie eine Schriftart, die lesbar und ansprechend ist, wählen Sie eine geeignete Größe und Farbe (wenn Sie Unternehmensschriften haben, können Sie diese oder ähnliche verwenden).
8. Fügen Sie Sticker, Emojis und GIFs hinzu, um Ihre Storys abwechslungsreicher und ansprechender zu gestalten.
9. Verwenden Sie Fragen und Umfragen, um das Engagement der Benutzer zu erhöhen.
10. Mittlerweile gibt es zahlreiche Apps und Programme, die Ihnen helfen können, eine Story zu erstellen, ein personalisiertes Emoji zu entwickeln, eine Schriftart auszuwählen usw. – recherchieren Sie und finden Sie diejenigen, die am besten zu Ihnen passen. Eine der Optionen ist die Nutzung der [Canva Plattform](#), die viele kostenlose Optionen bietet.