

Anticipez votre séance :

Lire les documents transmis et les préparer pour le jour j, appliquez les conseils

Si médicament/traitement :

Demandez conseil auprès de votre médecin.

Préparez votre peau :

Hydratez l'emplacement du tatouage avec une crème hydratante pendant la semaine précédant la séance.(1 fois par jour/nuit).

Mais ne pas mettre de crème hydratante la veille ni le jour j.

Pas de crème anesthésiante.

Pas de soleil, de bronzage, de gommage...

Rasez-vous :

Les poils sont l'ennemi des aiguilles, ils peuvent se coincer et endommager les aiguilles.

Conseil pour les hommes et les femmes.

Si ce n'est pas fait le jour de la séance, pas d'inquiétude je m'en occupe.

Pas d'épilation (agression pour la peau donc accentue la douleur de la zone de tatouage).

Tenue adaptée :

Vêtement ample, confortable, foncé et propre.

Permet l'accessibilité de la zone à tatouer.

Le tatouage est salissant.

De préférence COTON.

Pas de bijoux pour l'hygiène.

Arrivez en forme :

Bien dormir la veille, se coucher tôt.

Plus vous serez détendu, plus vous serez moins sensible à la douleur.

Si vous avez des problèmes de sommeil, le plus important c'est que votre corps soit reposé sans écran ni lumière.

Vêtements propres

Douche

Lu et approuvé avec signature :

Date :

Mangez :

Votre corps a besoin d'énergie pour gérer le stress, la douleur et éviter les malaises ou encore de se sentir mal pendant la séance.

Plus vous mangez avant la séance, plus votre corps s'occupera de la digestion que de l'aiguille dans votre peau.

Pour les longues séances, n'hésitez pas à ramener votre encas.

Buvez de l'eau :

Un corps hydraté est un corps en forme mais évite aussi la fatigue.

Buvez avant, pendant et après la séance.

N'hésitez pas à ramener votre bouteille d'eau.

Ne buvez pas d'alcool :

Sa fatigue et fluidifie le sang ce qui rend la pénétration de l'encre difficile voire pas du tout.

Pas de produits stupéfiants avant, pendant et après la séance.

Soyez positif :

c'est votre tatouage, votre projet donc forcément vous devez être de bonne humeur et être détendue. Pas de stress, nous prenons le temps pour la séance.

Conseil :

- Prendre le temps de la réflexion
- Le tatouage est un acte définitif
- Un bon tatoueur en fonction de son style
- Choisir si son tatouage est en noir ou en couleur ou ombrage
- Choisir la zone de son tatouage
- Ecouter son tatoueur (sur l'emplacement et la taille)
- Penser à la douleur (certains endroit peut être douloureuse et propre à chacun)
- Le tatouage vieillit aussi
- Être patient
- Connaître son corps (allergie, maladie, malaise...)
- Être heureux de son projet
- Préparation psychologique
- Préparer cet événement : bien dormir, manger, boire (pas d'alcool), pas de drogue, être en forme

Lu et approuvé avec signature :

Date :