

Kosmētiķa profesijas standarts

1. Vispārīgie jautājumi

1. Profesijas nosaukums - kosmētiķis.
2. Profesijas kods – 3226 18.

2. Nodarbinātības apraksts

1. Profesionālās kvalifikācijas līmenis – trešais profesionālās kvalifikācijas līmenis.

2. Profesionālās darbības pamatuzdevumu kopsavilkums:

– kosmētiķis ir skaistumterapijas speciālists, ārstniecības persona, kas ieguvis profesionālo izglītību un nokārtojis sertifikācijas eksāmenu, ieguvis tiesības kompetenti iesaistīties veselības aprūpes procesa nodrošināšanā skaistumterapijā, strādā individuāli kā pašnodarbinātā persona vai komersants, vai arī kā darba devējs vai darba ņēmējs skaistumkopšanas nozares komercstruktūrās. Kosmētiķis nosaka sejas un ķermeņa ādas kosmētisko diagnozi, patstāvīgi veic atbilstošas ādas apstrādes un kopšanas kosmētiskās procedūras un sniedz citus kosmētiska rakstura pakalpojumus, kas veicina labas fiziskās formas, vizuālā izskata un labsajūtas, klienta psiholoģiskā komforta uzturēšanu, ir personīgi atbildīgs par savas profesionālās darbības rezultātiem un pieļautajām kļūdām, morālo un ētisko rīcību atbilstoši medicīnas ētikas normām.

3. Profesionālās darbības veikšanai nepieciešamās profesionālās kompetences

1. Spēja izprast cilvēka ķermeņa uzbūvi, orgānu un to sistēmu fizioloģiskās funkcijas, vispārējās veselības, t.sk. ādas stāvokļa saistību ar uzturu un dzīvesveidu, lai, nekaitējot klientam, veiktu kosmētiskās manuālās un aparātu tehnikas sejas ādas un ķermeņa kopšanā.

2. Spēja atpazīt biežāk sastopamās ādas un tās derivātu slimības, ādas un zemādas veidojumus, bojājumus un kosmētiskos defektus, lai savas atbildības līmenī risinātu problēmu vai ieteiktu klientam attiecīgu ārsta konsultāciju.

3. Spēja pareizi novērtēt ādas tipu, stāvokli un defektus, adekvāti izvēlēties piemērotākās kosmētiskās pamatprocedūras un izstrādāt to veikšanas plānu.

4. Spēja patstāvīgi un atbildīgi veikt sejas, kakla un dekoltē, visa ķermeņa vai tā atsevišķu daļu kosmētiskās masāžas, t.sk. manuālās un aparātu tehnikas, nekaitējot klientam un ievērojot masāžas pamatprincipus, procedūras tehniku un drošības pasākumus.

5. Spēja izprast svarīgāko fizikālo faktoru lomu un darbību praktiskajā kosmetoloģijā, lai atbildīgi veicot siltuma, gaismas un elektroprocedūras, garantētu to pozitīvu rezultātu, personīgo un klienta drošību.

6. Spēja labi orientēties Latvijas kosmētikas tirgū piedāvātajos profesionālās kosmētikas produktu veidos, to sastāvā, aktīvo sastāvdaļu iedarbībā, lai droši varētu risināt konkrētu kosmētisko problēmu, iesakot klientam atbilstošāko kosmētikas līdzekli salona vai mājas lietošanai.

7. Spēja strikti ievērot valsts reglamentētos noteikumus par higiēnas prasībām kosmētiskajiem kabinetiem, garantējot augstu sanitārijas līmeni darba vietā, drošu darba vidi klientam un speciālistam.

8. Spēja augstā sanitārijas līmenī veikt ādas tīrīšanu un pēcapstrādi, pielietojot mehānisko, ķīmisko un citas metodes.

9. Spēja rūpīgi veikt liekā apmatojuma likvidēšanu uz visām ķermeņa daļām, ievērojot depilācijas un epilācijas izpildījuma tehnikas un drošības nosacījumus.

10. Spēja patstāvīgi veikt sejas un ķermeņa kosmētiskās kopšanas palīgprocedūras un prasmīgi tās piedāvāt klientam: uzacu korekciju, uzacu un skropstu krāsošanu, higiēnisko manikīru un pedikīru, grima ("make-up") pamattehnikas, konsultēt klientu, lai pilnīgāk izmantotu speciālista apmeklējumam atvēlēto laiku.

11. Spēja plānot un organizēt savu darbu, strādājot patstāvīgi un komandā, lai precīzi izpildītu darba uzdevumus, vairojot uzņēmuma un profesijas pamatvērtības un prestižu sabiedrībā.

12. Spēja laipni sagaidīt un apkalpot klientu, radīt komunikācijai labvēlīgu uzticēšanās atmosfēru, sagatavot klientu procedūrai, novietojot kosmētiskajā krēslā un secīgi veicot ievadprocedūras.

13. Spēja piesaistīt jaunus klientus, prasmīgi, ar pozitīvu attieksmi risināt vai nepieļaut konfliktsituācijas, ievērojot saskarsmes, komercinformācijas aizsardzības un konfidencialitātes pamatprincipus.

14. Spēja sadarboties ar klientiem, pārliecinoši piedāvāt kosmētisko pakalpojumu vai kosmētikas produktu, korekti sniegt profesionālu informāciju, saglabājot lojalitāti pret kolēģiem un darba devēju.

15. Spēja ievērot medicīnas ētikas normas, nodrošināt morālu un ētisku rīcību, garantējot konfidencialitāti klienta problēmu risināšanā.

16. Spēja noformēt un atbildīgi sagatavot nepieciešamos grāmatvedības un finanšu dokumentus, savlaicīgi nodot tos uzņēmuma vai attiecīgo valsts dienestu apriņķī.

17. Spēja sadarboties ar dermatologiem, ārstiem-kosmetologiem un plastikas ķirurgiem, strikti nošķirt un ievērot ārsta un kosmētiķa profesionālās kompetences.

4. Profesionālās darbības pamatuzdevumu veikšanai nepieciešamās prasmes.

1. Prezentēt sevi atbilstoši profesijas standarta prasībām.
2. Izvēlēties kosmētiskās iekārtas, aprīkojumu, aparatūru un iekārtot darba vietu.
3. Organizēt drošu darba vidi un uzturēt augstu sanitārijas līmeni darba telpās un palīgtelpās.
4. Izvēlēties un pielietot mazgāšanas un dezinfekcijas līdzekļus.
5. Veikt virsmu dezinfekciju.
6. Veikt darba instrumentu, atsevišķu materiālu attīrīšanu, sterilizāciju un dezinfekciju.
7. Veikt roku dezinfekciju.
8. Veikt darba telpu ģenerāltīrīšanu un dezinfekciju.
9. Uzklāt kosmētisko krēslu un nomainīt veļu pēc katra klienta.
10. Sniegt nepieciešamības gadījumā pirmo palīdzību.

11. Izvēlēties un pielietot profesionālās kosmētikas produktus, līdzekļus un palīglīdzekļus, materiālus un palīgmateriālus.

12. Sagatavot un rūpīgi pēc procedūras sakārtot procedūru galdiņu.

13. Savākt anamnēzi.

14. Noteikt sejas ādas tipu un stāvokli.

15. Noteikt ķermeņa konstitucionālo tipu.

16. Noteikt ādas defektus un bojājumus.

17. Atpazīt kosmētiskā līdzekļa izraisītās blakusparādības.

18. Noteikt celulīta pazīmes un stadijas.

19. Noteikt stājas novirzes.

20. Noteikt kosmētisko diagnozi.

21. Noteikt kosmētiskās pamatprocedūras mērķi.

22. Izveidot kosmētiskās procedūras plānu.

23. Izvēlēties kosmētikas līdzekļus ādas kopšanai salonā.

24. Ieteikt kosmētikas līdzekļus lietošanai mājas apstākļos.

25. Veikt sejas ādas un ķermeņa novērtējumu.

26. Veikt ievadprocedūras (noņemt acu grīmu, apstrādāt lūpas, attīrīt sejas, kakla un dekoltē ādu), pielietojot atbilstošus attīrošos līdzekļus.

27. Veikt vaporizāciju.

28. Veikt brošāžu.

29. Pielietot pīlingus, t.sk. ķīmiskos (augļskābju) koncentrācijā līdz 20%.

30. Izpildīt masāžas paņēmienus: glaudīšanu, berzēšanu, maidzīšanu, piesitienus, vibrāciju, ievērojot to pareizu secību.

31. Noteikt fiksācijas punktus.
32. Ievērot Langeras līnijas.
33. Uzturēt pareizu kosmētiķes stāju un roku pozīciju masāžas laikā.
34. Saglabāt vienmērīgu masāžas ritmu.
35. Veikt citas sejas un ķermeņa kosmētiskās masāžas manuālās un aparātu tehnikas: D'arsenvalizāciju, jonoforēzi, miostimulāciju, vakuumprocēdūras, interferentās strāvas programmas/tehnikas, mehāniskās vibromasāžas tehnikas, mikrodermobrāzijas kosmētisko procedūru, fotohromoterapiju, ultraskaņu, zemas jaudas terapeitiskos lāzerus, kriomasāžu.
36. Veikt mikropigmentācijas procedūru (pēc atbilstoša profesionālās pilnveides izglītības dokumenta saņemšanas).
37. Veikt medicīnisko pīrsingu uz visām ķermeņa daļām (pēc atbilstoša profesionālās pilnveides izglītības dokumenta saņemšanas).
38. Veikt dermatologa vai ārsta-kosmetologa akceptētas mezoterapijas procedūras (pēc atbilstoša profesionālās pilnveides izglītības dokumenta saņemšanas) izmantojot Latvijā reģistrētos kosmētiskos līdzekļus.
39. Veikt ādas dziļo tīrīšanu, manuāli likvidējot komedonus, miliumus vai pielietojot dezinkrustāciju, ķīmisko (augļskābju) pīlingu koncentrācijā no 20 līdz 40%.
40. Veikt atbilstošas noslēdzošās procedūras.
41. Veikt epilāciju.
42. Veikt depilāciju.
43. Veikt uzacu korekciju.
44. Veikt skropstu un uzacu ķīmisko krāsošanu.
45. Izveidot dienas un vakara grīmu („make-up”).
46. Analizēt un pielietot krāsas atbilstoši cilvēka tipam.
47. Izkopt personīgo stilu.

48. Veikt higiēnisko manikīru.
49. Veikt higiēnisko pedikīru.
50. Uzklāt laku.
51. Pielietot parafīna vanniņu rokām.
52. Prast analizēt un vērtēt, lietot korektu argumentāciju savas pozīcijas vai viedokļa motivācijā.
53. Sniegt konsultācijas.
54. Risināt problēmsituācijas.
55. Plānot un organizēt savu un kolēģu darbu.
56. Veikt darbu patstāvīgi un komandā.
57. Vadīt savu vai uzņēmuma darbu.
58. Orientēties kosmētikas tirgū Latvijā.
59. Pārdot kosmētikas pakalpojumu un kosmētikas līdzekļus.
60. Sagatavot un sniegt mutisku un rakstisku informāciju par profesionālās darbības jautājumiem.
61. Pilnveidot savu profesionālās kvalifikācijas līmeni.
62. Orientēties komercdarbības pamatprincipos.
63. Izstrādāt kosmētisko pakalpojumu cenrādi.
64. Veikt nepieciešamos grāmatvedības aprēķinus.
65. Ievērot kosmētiķa darbību reglamentējošus dokumentus.
66. Ievērot medicīnas ētikas normas.
67. Ievērot komercinformācijas aizsardzību un konfidencialitāti.
68. Ievērot vides aizsardzības prasības.

69. Ievērot darba aizsardzības noteikumus.

70. Ievērot ugunsdrošības noteikumus.

71. Ievērot elektrodrošības noteikumus.

5. Profesionālās darbības pamatuzdevumu veikšanai nepieciešamās zināšanas.

1. Profesionālās darbības pamatuzdevumu veikšanai nepieciešamās zināšanas priekšstata līmenī:

1.1. ķīmijas un fizikas pamatprincipi un procesi, kas ir organisma dzīvības norišu, kosmētikas produktu un elektroprocedūru iedarbības teoriju pamatā;

1.2. plastikas ķirurģijas operācijas un jaunākie sasniegumi, ādas virsmas atjaunošanas metodes, injicējamie materiāli;

1.3. seksuāli transmisīvās slimības, sifiliss;

1.4. zāļu līdzekļu darbības kopīgās likumsakarības, ieskats par zāļu līdzekļu grupām, to lietošanas indikācijām;

1.5. ekonomikas teorija un komercdarbība, ražošanas resursi, tirgus un tā subjekti, cena un tirgus, konkurence;

1.6. komercdarbības veidi skaistuma biznesā;

1.7. darba tiesiskās attiecības un komercdarbību reglamentējošie normatīvie akti;

1.8. grāmatvedības dokumentācija;

1.9. nodokļu sistēma;

1.10. normatīvie akti, kas uzrauga kosmētikas ražošanu un realizāciju ES un Latvijā;

1.11. kosmētisko līdzekļu marķēšana;

1.12. kosmētikas tirgus iedalījums;

1.13. civiltiesiskās atbildības apdrošināšanas jautājumi;

1.14. patērētāju tiesību aizsardzība;

1.15. mākslas ētiskās un estētiskās nozīmes pamatkonceptijas;

1.16. skaistuma ideāla metamorfozes cauri gadsimtiem;

1.17. dekoratīvās kosmētikas vēsture, mode, stils, grims („make-up”).

2. Profesionālās darbības pamatuzdevumu veikšanai nepieciešamās zināšanas izpratnes līmenī:

2.1. cilvēka ķermeņa uzbūve, orgānu un to sistēmu (balsta, muskuļu, elpošanas, gremošanas, urogenitālās, sirds-asinsrites, endokrīnās) morfoloģija un fizioloģija;

2.2. sievietes reproduktīvās sistēmas dažādos dzīves periodos, anatomija un fizioloģija;

2.3. šūna, audi, to uzbūve, funkcijas, līdzdalība ādas veidošanā;

2.4. metabolisms, vielu un enerģijas maiņas procesi organismā;

- 2.5. mikroorganismu (baktērijas, vīrusi, sēnes, vienšūņi) morfoloģija un fizioloģija, loma infekciju procesā;
- 2.6. ādas un tās derivātu uzbūve, funkcijas, patoloģisko procesu raksturojums;
- 2.7. ādas slimības, bojājumi, iedalījums, raksturojums;
- 2.8. virspusējo ādas asinsvadu bojājumi: rosacea, teleangiektāzijas;
- 2.9. alerģija, alerģiskie dermatīti, vīrusu dermatozes;
- 2.10. pigmentācijas traucējumi;
- 2.11. labdabīgie un ļaundabīgie ādas veidojumi;
- 2.12. kosmētisko līdzekļu izraisītie nevēlamie blakusefekti;
- 2.13. dermatologa, ārsta-kosmetologa, plastikas ķirurga, dietologa un kosmētiķa sadarbība veselības aprūpes procesā;
- 2.14. ādas, matu un nagu infekciju slimības un bojājumi, to ierosinātāji, izplatīšanās ceļi, profilaktiskie pasākumi;
- 2.15. sviedru un tauku dziedzeru sekrēcijas traucējumi, periorālais, seborejiskais dermatīts, Acne vulgaris un citi veidi;
- 2.16. endokrīnās slimības, diabēts;
- 2.17. saistaudu slimības;
- 2.18. imunitāte;
- 2.19. sanitārija, sterilizācija, dezinfekcija;
- 2.20. kosmētiķa personiskā higiēna;
- 2.21. higiēnas prasības kosmētikas kabinetiem;
- 2.22. vīrusu hepatīts;
- 2.23. HIV/AIDS;
- 2.24. uztura loma dzīvības procesu regulēšanā, pamatuzturvielas, balastvielas, vitamīni;
- 2.25. ar uzturu saistītās slimības un traucējumi;
- 2.26. liekā ķermeņa masa un aptaukošanās;
- 2.27. organiskās ķīmijas pamatprincipi, organisko savienojumu funkcionālo grupu īpašības un vielu klases;
- 2.28. izejvielas kosmētisko produktu ražošanā, pildvielas;
- 2.29. kosmētisko līdzekļu aktīvās sastāvdaļas, iedarbība, pielietojums;
- 2.30. atomu, molekulu un vielas uzbūve un īpašības, periodiskās sistēmas elementi, izplatījums dabā un cilvēka ķermenī;
- 2.31. vielas un enerģijas īpašības attiecībā uz gaismu, siltumu un elektrību;
- 2.32. fizikālās terapijas metodes kosmetoloģijā, pielietojums, iedarbība;
- 2.33. gaismas, siltuma un elektrības pielietojums kosmetoloģijā, to nozīmība, bīstamība un drošība;
- 2.34. krāsu harmonija, individuālais stils;
- 2.35. dekoratīvās kosmētikas („make-up”) veidi, pamatmetodes, līdzekļi;
- 2.36. kosmetoloģijas attīstības vēsture, virzieni, uzdevumi;
- 2.37. sejas ādas un ķermeņa analīzes un novērtēšanas metodika, ādas tipi, stāvokļi, testēšanas metodes;

- 2.38. kosmētiskā anamnēze;
- 2.39. sejas ādas attīrīšanas metodes un tehnikas;
- 2.40. attīrošie līdzekļi, materiāli un palīgmateriāli;
- 2.41. pīlingi;
- 2.42. ādas dziļā tīrīšana, metodes un tehnika;
- 2.43. aseptika un antiseptika;
- 2.44. masāžas vēsture, pamatprincipi, indikācijas, kontrindikācijas;
- 2.45. ķermeņa figūras analīzes metodes;
- 2.46. celulīts, tā cēloņi, stadijas, korekcija, profilakse;
- 2.47. masku terapija;
- 2.48. kustību, sejas, elpošanas vingrinājumi, to ietekme uz organismu un ādas stāvokli;
- 2.49. kneipa procedūras, sauna;
- 2.50. "SPA & Wellness", fiziskās un garīgās labsajūtas veicināšanas centri;
- 2.51. aromterapija kosmetoloģijā;
- 2.52. ēteriskās eļļas, to raksturojums, iedarbība, indikācijas, kontrindikācijas;
- 2.53. fitokosmētika, augu sagatavošanas un pielietošanas veidi, iedarbības mehānisms;
- 2.54. liekā apmatojuma likvidēšanas metodes, līdzekļi, tehnika, klienta un kosmētiķa aizsardzība, indikācijas un kontrindikācijas.

3. Profesionālās darbības pamatzdevumu veikšanai nepieciešamās zināšanas lietošanas līmenī:

- 3.1. ārstniecības personu un ārstniecības atbalsta personu reģistrs, sertifikācija;
- 3.2. profesijas standarts;
- 3.3. personīgā higiēna;
- 3.4. normatīvie dokumenti par higiēnas prasībām kosmētiskajiem kabinetiem;
- 3.5. sanitārija, aseptika, antiseptika;
- 3.6. darba vides un darba vietas organizācija;
- 3.7. darba un vides aizsardzība;
- 3.8. kosmētiskā kabineta iekārtas, aprīkojums, aparatūra;
- 3.9. aparātu un elektrodu kopšana un tīrīšana;
- 3.10. pasākumi kosmētiķa un klienta drošībai un komfortam;
- 3.11. sejas ādas tips, stāvoklis, ķermeņa konstitucionālais tips, testēšanas metodes;
- 3.12. ādas specifiskie bojājumi un kosmētiskie defekti;
- 3.13. ķermeņa analīzes metodika;
- 3.14. sejas un ķermeņa kosmētisko masāžu metodikas;
- 3.15. kosmētiskās pamatprocedūras mērķis;
- 3.16. kosmētiskās procedūras plāns;

3.17. profesionālās kosmētikas produktu veidi, to pielietojums manuālajās un aparātu tehnikās;

3.18. mikrodermabrāzija;

3.19. sejas ādas un ķermeņa kopšanas manuālās un aparātu tehnikas;

3.20. masāža kā pamatprocedūra, indikācijas un kontrindikācijas;

3.21. ietīšanas metode;

3.22. siltuma/aukstuma terapija kosmetoloģijā;

3.23. sejas ādas attīrīšanas metodes un tehnikas;

3.24. attīrošie līdzekļi, pīlingi, materiāli un palīgmateriāli;

3.25. mikrodermabrāzijas procedūra;

3.26. ādas dziļās tīrīšanas metodes un tehnikas;

3.27. masku terapija;

3.28. ēterisko eļļu pielietojums kosmetoloģijā;

3.29. masku terapija;

3.30. liekā apmatojuma noņemšanas metodes;

3.31. četru pamattipu krāsu kolāža;

3.32. dekoratīvās kosmētikas produktu veidi, to pielietojums grima ("make-up") veidošanā;

3.33. uzacu korekcija;

3.34. uzacu un skropstu ķīmiskā krāsošana;

3.35. mikropigmentācija;

3.36. medicīniskais pīrsings;

3.37. nagu kopšana, higiēniskais manikīrs, pedikīrs;

3.38. ēdienkarte;

3.39. profesionālās ētikas un etiķetes normas;

3.40. klienta apkalpošanas psiholoģija, attiecību veidošana;

3.41. konfliktsituāciju risināšana;

3.42. kosmētiskā pakalpojuma un kosmētikas līdzekļu pārdošana;

3.43. pirmā palīdzība;

3.44. skaistumkopšanas uzņēmuma biznesa plāns;

3.45. kosmētiskā pakalpojuma cenrādis.

Pienākumi un uzdevumi

Pienākumi	Uzdevumi
<p>1. Kosmētiskā kabineta izveidošana atbilstoši spēkā esošajiem normatīvajiem dokumentiem par higiēnas prasībām kosmētiskajiem kabinetiem.</p>	<p>1.1. izvēlēties kabineta atrašanās vietu, telpas, iegādāties aprīkojumu, iekārtas, aparatūru un iekārtot to;</p> <p>1.2. izvēlēties un iegādāties mazgāšanas un dezinfekcijas līdzekļus roku, darba virsmu, aparatūras un instrumentu apstrādei;</p> <p>1.3. izvēlēties darbam un iegādāties profesionālos kosmētikas produktus, līdzekļus un palīglīdzekļus, materiālus un palīgmateriālus;</p> <p>1.4. nodrošināt dabisko apgaismojumu;</p> <p>1.5. nodrošināt labu ventilāciju.</p>
<p>2. Profesionālās darba vietas un vides organizēšana.</p>	<p>2.1. sagatavot procedūru galdiņu pirms katra klienta;</p> <p>2.2. uzklāt kosmētisko krēslu un nomainīt veļu pēc katra klienta;</p> <p>2.3. izvēdināt telpu;</p> <p>2.4. nodrošināt telpā patstāvīgu temperatūru – +22/23 °C siltumu.</p>
<p>3. Augsta sanitārijas līmeņa uzturēšana.</p>	<p>3.1. izmantot pēc iespējas vienreizējas lietošanas materiālus, instrumentus;</p> <p>3.2. nodrošināt dezinfekcijas un sterilizācijas pasākumus atbilstoši spēkā esošo normatīvo dokumentu prasībām;</p> <p>3.3. ievērot aseptikas un antiseptikas principus.</p>
<p>4. Sevis organizēšana darbam.</p>	<p>4.1. nodrošināt savu ārējo izskatu atbilstoši profesionālā standarta prasībām;</p> <p>4.2. veikt personīgās higiēnas pasākumus;</p> <p>4.3. mazgāt un dezinficēt rokas pirms katra klienta;</p> <p>4.4. izslēgt vai noņemt skaņas signālu mobilajam telefonam.</p>
<p>5. Klienta sagatavošana procedūrai.</p>	<p>5.1. novietot klientu kosmētiskajā krēslā;</p> <p>5.2. izvēlēties ādu attīrošo līdzekli un to pielietot;</p> <p>5.3. izpildīt ievadprocedūras: noņemt acu grīmu, attīrīt lūpas, seju, dekoltē.</p>

6. Sejas ādas analīzes un novērtējuma veikšana, kosmētiskās diagnozes noteikšana.	6.1. iztaujājot klientu, savākt anamnēzi un kontraindikācijas. 6.2. noteikt ādas tipu, stāvokli, novērtēt to; 6.3. atzīmēt ādas bojājumus un defektus; 6.4. izvēlēties pamatprocedūras mērķi; 6.5. izstrādāt procedūras veikšanas plānu; 6.6. izvēlēties atbilstošus kosmētikas līdzekļus un palīg līdzekļus; 6.7. atzīmēt padomus ādas kopšanai mājas apstākļos.
7. Ķermeņa analīzes un novērtējuma veikšana, kosmētiskās diagnozes noteikšana.	7.1. iztaujājot klientu, savākt anamnēzi un kontraindikācijas; 7.2. noteikt ķermeņa konstitucionālo tipu, muskuļu tonusu; 7.3. izdarīt ķermeņa mērījumus; 7.4. atzīmēt stājas novirzes, ādas bojājumus, celulīta skartās vietas un pakāpi; 7.5. izvēlēties pamatprocedūras mērķi; 7.6. izstrādāt procedūras veikšanas plānu; 7.7. atzīmēt padomus un ieteikumus ādas kopšanai mājas apstākļos.
8. Kosmētisko manipulāciju (manuālās un aparātu tehnikas) veikšana, izprotot ķermeņa uzbūvi, orgānu sistēmu fizioloģiju.	8.1. ievērot nervus facialis un nervus trigeminus izejas punktus; 8.2. ievērot mīmikas muskuļu šķiedru virzienus; 8.3. ievērot langera līnijas; 8.4. ievērot limfas atplūdes ceļus uz galvas un kakla limfmezgliem; 8.5. ievērot skeleta muskuļu kontūras un robežas, diferencējot tos no zemādas taukiem; 8.6. ievērot limfas atplūdes ceļus no augšējām un apakšējām ekstremitātēm un reģionālajiem limfmezgliem.
9. Sejas ādas un ķermeņa kopšanas pamatprocedūru – masāžas veikšana.	9.1. izvēlēties masāžas tehnikai atbilstošu masāžas līdzekli un to pielietot; 9.2. izpildīt pareizā secībā masāžas paņēmienus: glaudīšanu, berzēšanu, maidzīšanu, piesitienus, vibrāciju; 9.3. ievērot masāžas pamatprincipus.
10. Dažādu sejas ādas un ķermeņa kopšanas manuālo tehniku pielietošana.	10.1. izpildīt klasisko kosmētisko sejas, kakla un dekoltē masāžu; 10.2. izpildīt klasisko kosmētisko visa ķermeņa un tā atsevišķu daļu masāžu;

	<p>10.3. izpildīt sejas un ķermeņa limfodrenāžas masāžu;</p> <p>10.4. izpildīt pēc izvēles citas sejas ādas un ķermeņa kopšanas manuālās tehnikas:</p> <p>10.4.1. kriomasāžu;</p> <p>10.4.2. ietīšanu;</p> <p>10.4.3. maskas;</p> <p>10.4.4. parafīnterapiju.</p>
<p>11. Dažādu sejas ādas un ķermeņa kopšanas aparātu tehniku pielietošana.</p>	<p>11.1. veikt brosāžu;</p> <p>11.2. veikt vaporizāciju;</p> <p>11.3. veikt D'arsanvalizāciju;</p> <p>11.4. veikt jonoforēzi;</p> <p>11.5. veikt dezinkrustāciju;</p> <p>11.6. veikt vakuūmtīrīšanu un vakuūmmasāžu;</p> <p>11.7. veikt elektromiostimulāciju;</p> <p>11.8. veikt elektrolipolīzi;</p> <p>11.9. veikt mikrostrāvu procedūru;</p> <p>11.10. pielietot ultraskaņu;</p> <p>11.11. veikt vibromasāžu;</p> <p>11.12. veikt mikrodermabrāziju;</p> <p>11.13. pielietot zemas jaudas lāzeri.</p>
<p>12. Ādas dziļās tīrīšanas manuālo un aparātu tehniku pielietošana.</p>	<p>12.1. veikt brosāžu vai vaporizāciju;</p> <p>12.2. veikt ķīmisko (augļskābju) pīlingu koncentrācijā no 20 līdz 40 %;</p> <p>12.3. veikt mikrodermabrāziju;</p> <p>12.4. veikt ultraskaņas pīlingu;</p> <p>12.5. veikt dezinkrustāciju;</p> <p>12.6. izņemt manuāli komedonus, miliumus, pustulas;</p> <p>12.7. veikt D'arsanvalizāciju.</p>
<p>13. Profesionālās kosmētikas produktu pārzināšana un prasmīga pielietošana.</p>	<p>13.1. orientēties profesionālās kosmētikas tirgū Latvijā;</p> <p>13.2. izvēlēties klientam un procedūrai vai manipulācijai atbilstošus kosmētikas līdzekļus un ievērot to lietošanas nosacījumus;</p> <p>13.3. atpazīt kosmētikas produktu aktīvās sastāvdaļas un pareizi izvēlēties kosmētikas līdzekli konkrētas problēmas risināšanā;</p> <p>13.4. pārzināt un darbā ievērot kosmētikas marķējumā ietvertu informāciju, t.sk. derīguma termiņu;</p>

	13.5. pārdot kosmētikas pakalpojumu un kosmētikas līdzekļus lietošanai mājas apstākļos.
14. Liekā apmatojuma noņemšanas uz visām ķermeņa daļām veikšana.	14.1. sagatavot apstrādājamo ādas virsmu; 14.2. veikt depilāciju (ar vasku); 14.3. pielietot atbilstošas metodikas darbam ar silto un karsto vasku; 14.4. veikt epilāciju (ar elektroaparāturu). 14.5. apstrādāt apakšstilbu un augšstilbu, ievērojot secīgumu vienas procedūras laikā; 14.6. apstrādāt zodu, virslūpu; 14.7. apstrādāt paduses; 14.8. apstrādāt bikini zonu; 14.9. veikt apstrādātās vietas pēcapstrādi; 14.10. sniegt pēcprocedūras padomus klientam; 14.11. notīrīt vaska plītiņas, instrumentus, sakārtot depilācijas galdiņu.
15. Roku/kāju un nagu apstrādes un kopšanas procedūru veikšana.	15.1. veikt higiēnisko manikīru/pedikīru; 15.2. uzklāt laku; 15.3. pielietot parafīna vanniņu rokām; 15.4. pielietot roku maskas, krēmus, eļļas; 15.5. veikt plaukstu/pēdu masāžu.
16. Grima ("make-up") veidošana un citu sejas ādas dekoratīvās apstrādes veidu veikšana.	16.1. uzklāt bāzi grimam. 16.2. veikt uzacu korekciju. 16.3. veikt sejas modelēšanu. 16.4. izveidot acu grimu. 16.5. izveidot lūpu grimu. 16.6. uzklāt vaigu sātumu. 16.7. novērtēt koptēlu. 16.8. veikt dienas, vakara, kāzu, foto, u.c. grima veidus.
17. Skaistuma biznesa pamatu izprašana un darba veikšana patstāvīgi vai komandā.	17.1. orientēties nozares komercuzņēmuma darbības pamatprincipos, plānot darbu personīgi un salonā; 17.2. izveidot un vajadzības gadījumā īstenot mārketinga pasākumu plānu; 17.3. veikt aprēķinus un aizpildīt grāmatvedības dokumentāciju; 17.4. izveidot un vajadzības gadījumā īstenot reklāmas pasākumus; 17.5. izstrādāt vai noslēgt darba līgumu; 17.6. risināt civiltiesiskās atbildības un

	komercinformācijas aizsardzības jautājumus.
18. Komunikācijas ar klientiem, kolēģiem, darba devējiem, sadarbības partneriem īstenošana.	18.1. uzturēt draudzīgas, lietišķas attiecības, radošu attieksmi pret darbu; 18.2. nodrošināt sarunu konfidencialitāti; 18.3. būt lojālam pret kolēģiem un darba devēju; 18.4. risināt konfliktsituācijas pozitīvā gaisotnē; 18.5. piesaistīt jaunus klientus.
19. Medicīnas un profesionālās ētikas normu ievērošana.	19.1. nodrošināt klienta informācijas konfidencialitāti; 19.2. īstenot praksē personīgo un salona profesionālo tēlu; 19.3. īstenot praksē pamatprincipus – nekaitēt klientam.

Kosmētiķa profesijas standarta izstrādes darba grupa:

- Nelliņa Janaus – Latvijas Kosmētiķu un Kosmetologu Asociācijas atbildīgā sekretāre, Starptautiskās CIDESCO Rīgas Kosmētikas skolas direktore.
- Ināra Stepanova – dermatologs-kosmetologs, Lāzerklīnikas vadītāja, Ārstu-kosmetologu Asociācijas prezidente.
- Sintija Strautiņa-Strēle – fizikālās medicīnas ārsts, sertificēta kosmētiķe, Starptautiskās CIDESCO Rīgas Kosmētikas skolas direktores vietniece – CIDESCO programmas vadītāja, profesionālās izglītības skolotāja.

Kosmētiķa profesijas standarta eksperti:

- Olga Stoļarova – Latvijas Kosmētiķu un Kosmetologu asociācija, prezidente;
- Ināra Ančupāne – Kosmētiķu sertifikācijas komisija, priekšsēdētāja;
- J.Bundulis – LR Veselības ministrija, valsts sekretāra vietnieks.