

Quiz sur les cheveux

Après avoir lavé tes cheveux, cela prend combien de temps avant que tes cheveux deviennent gras à la racine?

✦ 1-2 jours = gras

✦ 3+ jours = secs



Comment décrirais-tu la texture d'un de tes cheveux?



Je le sens à peine = fin



Je le sens un peu = moyen



On dirait un fil à coudre = épais

Quelle est la texture de tes cheveux avant d'utiliser des produits et des outils de coiffage chauffants? Utilise le tableau ci-dessous pour t'aider.

✦ Raides

✦ Bouclés

✦ Ondulés

✦ Crépus

Quel est ton objectif quant à tes cheveux?

✦ Plus longs

✦ Fortifiés

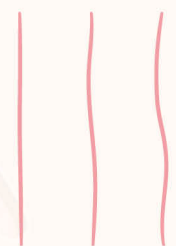
✦ Réparés

✦ Clarifiés



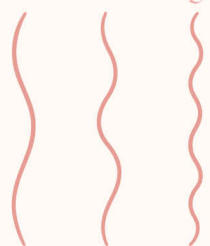
Les cheveux de chacune sont uniques! Pour cette raison, tu devras peut-être t'exercer et essayer différentes méthodes et différents produits, jusqu'à ce que tu trouves ce qui fonctionne bien dans tes cheveux. Note ce que tu auras essayé et les résultats obtenus, et le plus important, prie pour tes cheveux!

Tableau des types de cheveux



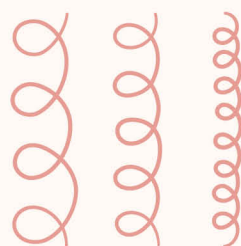
1a 1b 1c

Raides



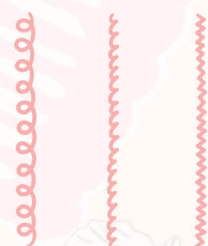
2a 2b 2c

Ondulés



3a 3b 3c

Bouclés



4a 4b 4c

Crépus

Mais si une femme a une longue chevelure, c'est une gloire pour elle.

Produits & Outils de coiffage

Utilise des produits conçus pour ton type de cheveux

Lavage



Shampooing & après-shampooing
Trouve des produits sans sulfate et sans paraben



Pré-shampooing
Protège les cheveux et les racines contre la perte d'hydratation pendant le lavage des cheveux.



Brosse à cheveux

Aide à distribuer les huiles naturelles, ce qui prévient la sécheresse des cheveux, les cassures, les frisottis, les pointes fourchues et les racines trop grasses. De plus, tes cheveux deviennent brillants. Une brosse en poils naturels favorise la douceur et la brillance.



Brosse pour les cheveux mouillés

Passes dans les cheveux plus facilement quand ils sont mouillés; démêle sans tirer les cheveux.



Peigne à dents larges
Démêle plus facilement les cheveux sans les casser.



Huile pour cheveux
Aide l'apparence des pointes fourchues et prévient les cassures.



Séchage



Serviette pour les cheveux

Une serviette pour les cheveux en microfibre est douce pour les cheveux et évite de les casser. Les autres serviettes sont très rudes pour les cheveux.



Protecteur contre la chaleur

Ajoute une barrière entre tes cheveux et l'outil de coiffage chauffant.



Séchage à l'air chaud et diffuseur

Utilise un diffuseur pour les cheveux ondulés et bouclés. Cela réduit le temps de séchage, les frisottis, ajoute du volume et définit les boucles.

Coiffer et rafraîchir



Vaporisateur pour la texture
Ajoute du volume, de la définition et plus de tenue à tous les types de cheveux.



Eau

Pour humidifier les cheveux afin d'obtenir des boucles sans utiliser la chaleur; pour fixer les boucles et pour rafraîchir les cheveux bouclés.



Fixatif pour cheveux
Tient les cheveux bien en place.



Après-shampooing sans rinçage
Fournit une hydratation supplémentaire pour les cheveux secs et peut être utilisé pour démêler les cheveux. Idéal pour les cheveux plus épais.



Mousse coiffante
Maintient la coiffure.



Démêlant

Enrobe les cheveux pour éviter qu'ils s'emmêlent.

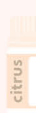


Gel pour cheveux
Maintient la coiffure.



Crème pour boucles

Définit les boucles et permet aux boucles de trouver leur forme naturelle.



Huile d'agrumes
Dissout les élastiques en caoutchouc dans les cheveux, afin de les enlever facilement sans abîmer les cheveux.



Ensemble pour boucles sans utiliser de chaleur

Boucle les cheveux sans les abîmer par la chaleur. Ceinture de peignoir, pince, 2 chouchous en soie & des pinces "johnny".

Traitements



Gommage du cuir chevelu

Clarifie les racines de l'accumulation de produits, stimule les follicules pileux.



Masque capillaire
Répare, fortifie, clarifie et favorise la croissance.



Huile de ricin

Favorise la croissance des cheveux et fortifie les cheveux.



Taie d'oreiller en soie ou en satin

Aide les cheveux à glisser sur la taie d'oreiller, empêchant les frottements qui causent les frisottis et les cassures.



Bonnet de douche

Aide à protéger les boucles et les cheveux plats pendant le sommeil. À utiliser également lors de l'application de traitements et de masques capillaires.

Soins capillaires

Lavage

- ✦ **Fais basculer tes cheveux vers l'avant pour les laver.** Cela aide à bien nettoyer les cheveux et augmente la circulation dans ton cuir chevelu, ce qui favorise la croissance des cheveux. Utilise le bout de tes doigts pour masser doucement le shampooing sur le cuir chevelu. N'utilise pas tes ongles, car cela irriterait ton cuir chevelu.
- ✦ **Utilise de l'eau tiède.** L'eau chaude peut déshydrater ton cuir chevelu et dépouiller tes cheveux de ses huiles naturelles, ce qui peut entraîner des cassures et des frisottis.
- ✦ **N'utilise le shampooing que sur le cuir chevelu.** Le produit se rincera à travers le reste de tes cheveux. Appliquer du shampooing sur tes pointes peut les assécher.
- ✦ **Double nettoyage.** Ceci aide à éliminer l'accumulation de produit.
- ✦ **Évite le lavage excessif.** Un lavage excessif peut endommager tes cheveux.
- ✦ **Revitalise tes cheveux.** Applique de l'après-shampooing sur tes cheveux. Laisse-le dans tes cheveux pendant 2 à 5 minutes pour obtenir de meilleurs résultats. Puis rince tes cheveux jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de produit.



Brossage

- ✦ **Garde toujours tes brosses propres.** Ta brosse peut être pleine de produits coiffants. Tu peux laver ta brosse avec du shampooing ou du savon.
- ✦ **Vas-y doucement** quand tu brosses tes cheveux.
- ✦ **Lors du brossage, tiens tes cheveux** à mi-longueur et commence à brosser à partir des pointes, en montant jusqu'à ton cuir chevelu. Tenir tes cheveux aide à éviter de tirer les cheveux. Brosse tes cheveux par section.
- ✦ **Ne peigne/brosse que lorsque c'est nécessaire.** Un brossage excessif peut provoquer des cassures, des pointes fourchues et un cuir chevelu gras.
- ✦ **Applique de l'huile capillaire sur les pointes** après le brossage. Cela aide à améliorer l'apparence des pointes fourchues et prévient les cassures.



Brossage à sec

- ✦ **Utilise un peigne à dents larges ou une brosse.** Tu peux utiliser un peigne ou tes doigts pour éliminer les nœuds avant de brosser avec une brosse.



Coiffage

- ✦ **Utilise toujours un protecteur contre la chaleur** lorsque tu utilises des outils de coiffage chauffants. Cela crée une barrière entre ton outil de coiffage et tes cheveux, scellant l'hydratation et empêchant les frisottis. Nous te recommandons d'utiliser au minimum les outils chauffants, car ils endommagent les cheveux.

Sommeil

- ✦ **Les taies d'oreiller en satin ou en soie** sont idéales pour tes cheveux lorsque tu dors. La soie lisse réduit la friction entre le tissu et les cheveux, ce qui aide à prévenir les cheveux emmêlés, les nœuds et les frisottis.
- ✦ **Applique de l'huile capillaire sur les pointes** chaque nuit. Cela aide l'apparence des pointes fourchues et prévient les cassures.
- ✦ **Coiffures pour protéger les cheveux pour dormir :**
 1. Tresse tes cheveux avant d'aller te coucher pour éviter qu'ils s'emmêlent et éviter les frisottis.
 2. Fais une torsade avec tes cheveux, fais un nœud sur le dessus de ta tête et fixe-le avec un chouchou souple ou des pinces.

Séchage

- ✦ **Presse doucement l'excès d'eau de tes cheveux.** Ne pas les tordre. Utilise une serviette pour les cheveux en microfibre. Les autres serviettes abîment les cheveux et les cassent. Si tes cheveux sont plus longs que la serviette, replie doucement les cheveux vers le haut avant d'enrouler la serviette en microfibre.
- ✦ **Laisse tes cheveux sécher à l'air libre.** Cela aidera à espacer les lavages et à éviter qu'ils s'abîment à cause de la chaleur.
- ✦ **Si tu utilises un sèche-cheveux,** utilise la chaleur la plus faible, autant que possible. N'oublie pas d'utiliser un protecteur contre la chaleur.



Brossage des cheveux mouillés

- ✦ **Sèche d'abord tes cheveux mouillés avec une serviette** et assure-toi qu'ils ne sont pas trempés.
- ✦ **Vaporise un démêlant** sur l'ensemble de tes cheveux. Utilise un peigne à dents larges ou une brosse pour cheveux mouillés pour démêler les nœuds. Applique de nouveau du démêlant au besoin.
- ✦ **Si tu as la tête sensible ou des cheveux plus épais,** brosse ou peigne tes cheveux mouillés avant de rincer l'après-shampooing, pour que ce soit plus facile de les démêler.



Vitamines

- ✦ Les vitamines aident à favoriser la croissance et l'épaisseur des cheveux.
 - Vitamines B
 - Vitamine D
 - Vitamine E
 - Zinc
 - Biotine
 - Collagène
 - Oméga



Routine



Racines huileuses

Produits

Pré-shampooing
Shampooing donnant du volume
Shampooing clarifiant
Après-shampooing léger
Huile légère pour les cheveux
Démêlant

Lavage

Lave tes cheveux tous les 2 ou 3 jours.

Touche tes cheveux le moins possible.

Évite les produits contenant des silicones.

De nombreux produits, notamment des shampoings, des après-shampoings, des crèmes et des produits coiffants, sont fabriqués avec de la silicone pour aider à lisser les cheveux et leur donner de la brillance. Les silicones peuvent s'accumuler sur les cheveux et leur donner un aspect gras et les alourdir. Les silicones les plus courantes que tu trouveras dans les produits capillaires sont :

- diméthicone
- cyclométhicone
- amodiméthicone

Lavage excessif

Un lavage excessif peut dépouiller ton cuir chevelu des huiles naturelles. Cela peut l'amener à produire plus d'huile pour se réhydrater. Tu peux lentement espacer la fréquence à laquelle tu laves tes cheveux. Cette méthode peut aider à équilibrer la production d'huile de ton cuir chevelu. Cela peut prendre plusieurs semaines pour que ton cuir chevelu s'adapte.

Séchage

Applique une huile légère pour les cheveux sur tes pointes.

Quand tu sèches tes cheveux à l'aide du sèche-cheveux, fais basculer tes cheveux vers l'avant et dirige l'air chaud sur les cheveux, loin du cuir chevelu.

Coiffage

Les fers à lisser et les sèche-cheveux peuvent donner une finition lisse et élégante à tes cheveux, mais ils peuvent également rendre tes cheveux gras plus rapidement.

Racines sèches

Produits

Pré-shampooing
Shampooing nourrissant et fortifiant
Après-shampooing hydratant
Traitement revitalisant en profondeur
Après-shampooing sans rinçage
Huile pour cheveux

Lavage

Suis le guide de lavage pour ton type de cheveu. Ne pas trop laver. Tu dois permettre à ton cuir chevelu de produire des huiles.

Pré-shampooing

Cela aide à traiter le cuir chevelu et cela fournit une couche protectrice à tes cheveux, les hydrate davantage, favorise des cheveux plus doux, contribue également à l'efficacité de l'après-shampooing et facilite le démêlage.

Chaque semaine, utilise un traitement revitalisant en profondeur. Applique de l'huile sur les pointes de tes cheveux.

Séchage

Les cheveux secs ont tendance à se casser, il est donc bon de les sécher doucement.

Broissage

Vas-y doucement quand tu broses tes cheveux et peigne-les soigneusement.

Coiffage

Évite d'utiliser des outils de coiffage chauffants, autant que possible.



Cheveux raides

Produits

Shampooing doux Après-shampoings légers & huiles capillaires Démêlant Shampooing sec Produit texturant en aérosol

Lavage



- ♦ Lave tes cheveux tous les 2 ou 3 jours, et suis les étapes de la routine de soins capillaires.
- ♦ Applique de l'après-shampooing sur les pointes seulement, afin de ne pas alourdir tes cheveux. Rince bien l'après-shampooing à l'eau tiède.

Séchage



- ♦ Presse doucement l'excès d'eau de tes cheveux à l'aide d'une serviette en microfibre.
- ♦ Laisse sécher tes cheveux à l'air libre.
- ♦ Si tu utilises un sèche-cheveux, utilise la température la plus basse, autant que possible. Le diffuseur n'est pas nécessaire. N'oublie pas d'utiliser un protecteur contre la chaleur.

Brossage:



- ♦ Vas-y doucement quand tu brosses tes cheveux.
- ♦ Une brosse plate aide à contrôler les frisottis auxquels les cheveux lisses sont sujets.
- ♦ Applique de l'huile capillaire sur les pointes après le brossage. Cela aide à améliorer l'apparence des pointes fourchues.
- ♦ Suis la routine de soins capillaires pour le brossage.
- ♦ Utilise une brosse à poils naturels pour favoriser la brillance et la douceur.
- ♦ Le démêlant est idéal pour les cheveux raides car il est léger par rapport à l'après-shampooing sans rinçage qui alourdit les cheveux.

Coiffage



- ♦ Une fois tes cheveux secs, applique des produits de finition comme de l'huile capillaire. Applique de l'huile capillaire sur les pointes de tes cheveux.
- ♦ N'abuse pas des produits; cela alourdit les cheveux.
- ♦ Les boucles faites sans utiliser de chaleur ajoutent plus de volume et de texture à tes cheveux sans causer de dommages occasionnés par la chaleur. Elles ont également tendance à durer plus longtemps que les boucles faites au fer à friser.
- ♦ Limite l'utilisation d'outils de coiffage chauffants et utilise un protecteur contre la chaleur en aérosol chaque fois que tu dois utiliser ces outils.

Sommeil



- ♦ Utilise une taie d'oreiller en satin ou en soie et un bonnet pour les cheveux, pour prévenir les frisottis et les cassures.
- ♦ Pour dormir, utilise une coiffure qui protège tes cheveux, comme une tresse de la base de la tête au bout des cheveux, ou une torsade.

Rafrâîchir

- ♦ Utilise un shampooing sec sur tes racines, pour éliminer le gras et pour espacer les lavages.
- ♦ Un produit texturant en aérosol est idéal pour donner du volume.
- ♦ Applique de l'huile sur les pointes après le brossage.



Joyau de Sa Couronne



Soins capillaires

Ondulés

Produits

Produits hydratants pour les cheveux Pré-shampooing
Huile pour cheveux Après-shampooing sans rinçage
Crème pour boucles Shampooing sec Produit texturant en aérosol

Lavage



- ♦ Lave tes cheveux 2 à 3 fois par semaine. Suis les conseils de lavage de la routine de soins capillaires.
- ♦ Les cheveux ondulés ont tendance à s'assécher facilement. Un lavage excessif peut diminuer l'hydratation naturelle de tes cheveux.

Séchage



- ♦ Presse doucement l'excès d'eau de tes cheveux à l'aide d'une serviette en microfibre.
- ♦ Séchage à l'air libre : Touche et déplace tes cheveux le moins possible pendant qu'ils sèchent.
- ♦ Diffuseur : Utilise un sèche-cheveux avec un diffuseur et applique un protecteur contre la chaleur. Mets délicatement tes cheveux dans la coupe du diffuseur, en travaillant par section, jusqu'à ce que tes cheveux soient secs.
- ♦ Séchage avec diffuseur : Tiens le sèche-cheveux avec le diffuseur à quelques centimètres de tes cheveux. En commençant par les racines, fais basculer tes cheveux vers l'avant et fais souffler l'air sur tes cheveux en te déplaçant autour de ta tête, de tous les côtés. Lorsque tes racines sont presque sèches, commence à mettre tes cheveux dans la coupe du diffuseur, par mèche, en les soulevant vers le sommet de la tête, pour créer plus d'ondulation.

Brossage



- ♦ Démêle tes cheveux avant de les laver. Utilise un peigne à dents larges pour éliminer les nœuds avant le lavage. Si ta tête est sensible, certaines personnes trouvent qu'en peignant ou en brossant les cheveux mouillés après l'application de l'après-shampooing, pendant le lavage, il est plus facile de défaire les nœuds.
- ♦ Le brossage des cheveux mouillés, après le lavage fonctionne également très bien; applique simplement tout d'abord ton après-shampooing sans rinçage.
- ♦ Assure-toi de suivre la technique de brossage qui se trouve dans la routine de soins capillaires et d'y aller DOUCEMENT.

Coiffage



- ♦ Une fois tes cheveux secs, applique des produits de finition comme de l'huile capillaire. Applique de l'huile capillaire sur l'ensemble des cheveux, à l'exception de tes racines.
- ♦ Touche le moins possible tes ondulations pendant qu'elles sèchent. Limite l'utilisation d'outil de coiffage chauffant, mais utilise un protecteur contre la chaleur chaque fois que tu dois en utiliser un. La haute température des outils de coiffage chauffants peut abîmer la texture naturelle de tes ondulations et les rendre ternes. Cela diminue aussi l'hydratation de tes cheveux..
- ♦ Coiffer tes cheveux pendant qu'ils sont humides est un bon moyen d'éviter les frisottis.

Sommeil



- ♦ Utilise une coiffure protectrice pour dormir, comme une tresse de la base de la tête jusqu'aux pointes ou une torsade.
- ♦ Utilise une taie d'oreiller en satin ou en soie et un bonnet pour les cheveux pour réduire les frisottis et les cassures.

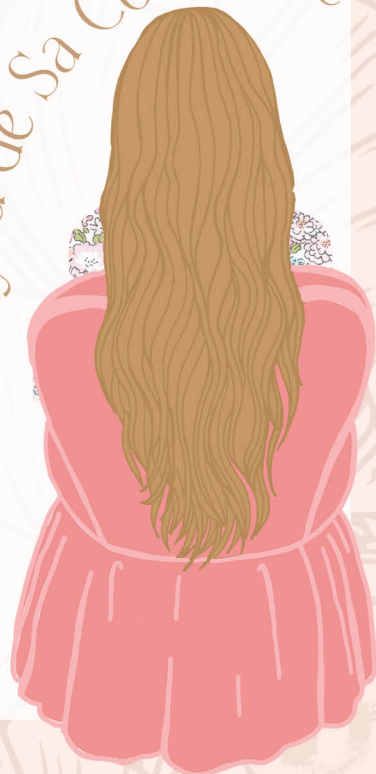
Rafraîchir

- ♦ Le jour suivant celui où tu as lavé tes cheveux, vaporise de l'eau sur tes cheveux, applique un peu d'huile, et rafraîchis les ondulations en les froissant avec ta main avant qu'elles ne sèchent. Tu peux ensuite utiliser ton diffuseur à basse température.



Soins capillaires

Joyau de Sa Couronne



Bouclés

Produits

Produits hydratants pour les cheveux Pré-shampooing
Huile pour cheveux Après-shampooing sans rinçage
Crème pour boucles Gel pour cheveux Mousse & fixatif pour cheveux

Lavage



- ✦ Lave tes cheveux 1 à 3 fois par semaine. Suis les conseils de lavage de la routine de soins capillaires.
- ✦ Les cheveux bouclés ont tendance à être secs, alors assure-toi de ne pas trop les laver. Si tes cheveux sont plus rêches, essaie de remplacer ton shampoing par un "cowash" ou un revitalisant nettoyant. Cela aidera à nettoyer tes cheveux sans éliminer les huiles naturelles.
- ✦ Les cheveux bouclés peuvent facilement développer une accumulation de tous les produits coiffants que tu utilises, alors assure-toi d'utiliser un shampoing clarifiant dans tes cheveux au moins une fois par mois.

Séchage



- ✦ Presse doucement l'excès d'eau de tes cheveux à l'aide d'une serviette en microfibre.
- ✦ Séchage à l'air libre : Touche et déplace tes cheveux le moins possible pendant qu'ils sèchent.
- ✦ Diffuseur : Utilise un sèche-cheveux avec un diffuseur et applique un protecteur contre la chaleur. Mets délicatement tes cheveux dans la coupe du diffuseur, en travaillant par sections, jusqu'à ce que tes cheveux soient secs.
- ✦ Séchage avec diffuseur : Tiens le sèche-cheveux avec le diffuseur à quelques centimètres de tes cheveux. En commençant par les racines, fais basculer tes cheveux vers l'avant et fais souffler l'air sur tes cheveux en te déplaçant autour de ta tête, de tous les côtés. Quand tu sens une légère raideur dans tes cheveux, commence à mettre tes cheveux dans la coupe du diffuseur, par mèche, en les soulevant vers le sommet de la tête, pour créer plus d'ondulation.

Birossage



- ✦ Démêle tes boucles avec un peigne à dents larges ou avec tes doigts avant de laver tes cheveux.
- ✦ Après avoir lavé tes cheveux, passe tes doigts dans tes cheveux pour les démêler. Les cheveux bouclés ont tendance à se casser si on les peigne ou les brosse pendant qu'ils sont mouillés. Vas-y doucement et fais preuve de patience.
- ✦ Si tu as la tête sensible, c'est mieux de démêler tes cheveux avec tes doigts avant de les laver, et ensuite d'utiliser une brosse pour cheveux mouillés ou un peigne à dents large avec la crème pour boucles, pour enlever les nœuds. Assure-toi de suivre la technique de brossage qui se trouve dans la routine de soins capillaires et d'y aller DOUCEMENT.
- ✦ Essaie d'utiliser de la crème pour boucles. Applique-la sur tes cheveux mouillés après avoir rincé l'après-shampooing, de la racine aux pointes, et passe un peigne dans tes cheveux pour bien distribuer le produit. Démêle tes cheveux mouillés avec tes doigts, une brosse pour cheveux mouillés ou un peigne.

Coiffage



- ✦ Après avoir rincé ton après-shampooing, applique les produits coiffants de la racine aux pointes. Passe un peigne, tes doigts ou une brosse pour cheveux mouillés dans tes cheveux pour bien distribuer le produit. Si tu as les cheveux épais, essaie d'appliquer les produits par sections.
- ✦ Parfois les frisottis ne sont que le résultat d'une boucle qui manque d'hydratation! Essaie donc d'appliquer les produits pendant que tes cheveux sont encore trempés. S'ils commencent à sécher pendant que tu appliques les produits, vaporise de l'eau sur tes cheveux avec un flacon vaporisateur. Lorsque tu utiliseras ta main pour soulever et froisser tes cheveux pour distribuer le produit, tu entendras un son mouillé.
- ✦ Ce ne sont pas tous les produits qui fonctionnent pour toutes les boucles. Il te faudra essayer différents produits, dont certains plus légers et d'autres plus riches, et différentes combinaisons de produits. Si tu as les cheveux fins, une crème pour boucles riche peut alourdir tes cheveux. Essaie alors une mousse coiffante, ou une crème ou un gel plus léger. Si tes cheveux sont plus épais, ou même rêches, il te faudra peut-être des produits plus riches et plus hydratants.
- ✦ Essaie d'utiliser une combinaison de produits. Utilise une crème pour boucles pour hydrater, et ensuite un gel ou une mousse coiffante par-dessus pour créer des boucles plus définies.
- ✦ Si tes cheveux sont "croustillants" après avoir séchés, c'est en fait une bonne chose, car cela signifie que tes boucles sont scellées/définies. Quand tes cheveux sont complètement secs, mets un peu d'huile dans la paume de ta main et froisse tes cheveux avec ta main, jusqu'à ce que tes boucles s'assouplissent. Tu peux aussi essayer d'utiliser une plus petite quantité de produits ou un produit coiffant qui a une tenue moyenne ou légère.

Sommeil



- ✦ Mets tes cheveux sur le dessus de ta tête et attache-les avec un chouchou doux, ou dors avec une queue de cheval pour éviter que des frisottis et des nœuds se forment et que tes boucles s'aplatissent.
- ✦ Utilise une taie d'oreiller en satin ou en soie pour réduire les frisottis et les cassures.

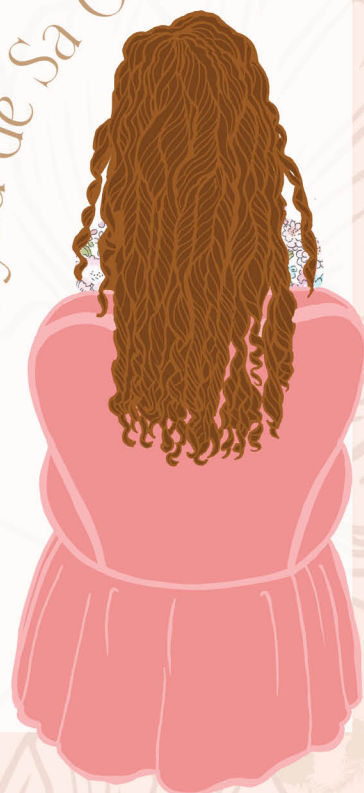
Rafrâchir

- ✦ Le jour suivant celui où tu as lavé tes cheveux, vaporise de l'eau sur tes boucles, ou applique d'autres produits, comme de la crème pour boucles ou un après-shampooing léger sans rinçage, en les froissant avec ta main avant qu'elles ne sèchent. Utilise ensuite un diffuseur à basse température. Tu peux ajouter du gel ou de la mousse pour que les boucles soient mieux définies.



Soins capillaires

Joyau de Sa Couronne



Crépus

Produits

Après-shampooing hydratant en profondeur Masques capillaires hydratants
Après-shampooing sans rinçage Crème pour boucles Gel pour cheveux
Huile de ricin noire Peigne à dents larges Brosse démêlante Denman
Écharpe ou bonnet en soie

Lavage



- ◆ Lave tes cheveux toutes les 1 ou 2 semaines. Suis les conseils de lavage de la routine de soins capillaires.
- ◆ Avant le lavage, démêle délicatement tes cheveux avec tes doigts, par section. Défaits les nœuds et enlève les cheveux qui sont tombés mais qui sont pris dans les nœuds. Cela permet à tes mains de passer plus facilement dans tes cheveux pendant le lavage.
- ◆ Shampooing : Double lavage. Mouille tes cheveux complètement. Lave tes cheveux par sections. Commence par appliquer un peu de shampooing à la racine et lave tes mèches de cheveux. Tout d'abord, utilise un shampooing clarifiant pour éliminer toute accumulation de produit, rince abondamment et répète le processus avec un shampooing hydratant pour hydrater tes cheveux. Utilise de l'eau tiède.
- ◆ Après-shampooing : Après avoir rincé le shampooing, essore doucement tes cheveux pour éliminer l'excès d'eau. Utilise une bonne quantité d'après-shampooing, mais évite autant que possible d'en appliquer sur les racines, car cela peut entraîner une accumulation de produit à la racine. Utilise tes doigts pour faire pénétrer l'après-shampooing. Laisse l'après-shampooing dans tes cheveux pendant 15 à 20 minutes. Plus tu le laisseras longtemps, meilleurs seront les résultats.
- ◆ Utilise de l'eau froide pour le rinçage final, afin d'aider à sceller les cheveux et à retenir l'hydratation. Pour encore plus d'hydratation, mets un bonnet de douche sur tes cheveux mouillés pendant au moins 15 minutes, mais cette étape est facultative.

Séchage



- ◆ Sèche délicatement tes cheveux à l'aide d'une serviette en microfibre pour absorber l'excès d'eau, et laisse les cheveux sécher à l'air libre.

Broissage



- ◆ Pendant que les cheveux sont mouillés, applique un produit hydratant et de l'huile sur chaque section de cheveux, et distribue le tout avec un peigne. Si tu fais une tresse avec chaque section quand tu auras fini d'appliquer les produits, cela évite que les cheveux s'emmêlent et se cassent.
- ◆ Brosse tes cheveux uniquement quand ils sont humides. Les broser quand ils sont secs les abîmera. Tu peux vaporiser un mélange d'eau et d'huile ou de gel et d'eau sur tes cheveux.

Coiffage



- ◆ Dès que tes cheveux sont secs, applique les produits de finition dans tes cheveux, comme de l'huile pour cheveux.
- ◆ Touche tes boucles le moins possible pendant qu'elles sèchent.
- ◆ Limite l'utilisation d'outils de coiffage chauffants et utilise un protecteur contre la chaleur en aérosol chaque fois que tu dois utiliser ces outils. La haute température des outils de coiffage chauffants peut abîmer la texture naturelle de tes boucles et les rendre ternes. Cela diminue aussi l'hydratation de tes cheveux.

Sommeil



- ◆ Pour éviter les cassures, applique de l'huile sur tes cheveux avant d'aller te coucher, et enveloppe tes cheveux avec une écharpe ou un bonnet en soie.
- ◆ Utilise une taie d'oreiller en satin ou en soie pour réduire les frisottis et les cassures.

Rafraîchir

- ◆ Mélange de l'eau et de l'huile pour cheveux dans un flacon vaporisateur et vaporise légèrement tes cheveux avec ce mélange entre les lavages. Ne mouille pas trop tes cheveux, car un excès d'eau peut faire en sorte que tes boucles se contracteront.



Joyau de Sa Couronne



Soins capillaires

Le sel de la terre

Nettoyage en profondeur

pour éliminer l'excès d'huile et de produits, restaurer le pH naturel du cuir chevelu, et stimuler les follicules pileux pour favoriser la croissance.

Ingrédients :

- 1/4 tasse de sel de l'Himalaya, moulu (peut être remplacé par du sel de table)
- 1 c. à s. de vinaigre de cidre de pomme
- 1 c. à s. de shampooing
- 1 c. à t. de bicarbonate de soude
- 1/2 c. à s. d'huile de noix de coco
- 15 gouttes d'huile essentielle

Instructions :

Mélange les ingrédients et applique sur les cheveux humides.

Avec le bout des doigts, masse le mélange sur le cuir chevelu pendant cinq minutes, puis laisse-le dans les cheveux pendant dix minutes supplémentaires.

Bien laver avec du shampooing. Utilise ce masque une fois par mois.

Pompe de foie

Pour hydrater & renforcer

Masque capillaire protéiné (types 4a à 4c)

Ingrédients :

- 1 avocat mûr
- 2 c. à s. de gel aloe vera
- 1 œuf
- 3 à 5 gouttes d'huile de théier ou d'huile de pépins de raisin
- Bonnet de douche

Instructions :

Mélange les ingrédients à la main ou au mélangeur. Tu peux ajouter plus de gel aloe vera si tes cheveux sont plus épais ou plus longs. Applique le mélange sur tes cheveux et laisse-le pendant 20 à 30 minutes, ou toute la nuit. Mets un bonnet de douche. Rince bien tes cheveux et lave-les ensuite. Utilise ce masque une fois par mois.

Couronne d'égloire

Après-shampooing hydratant en profondeur

(pour tous types de cheveux)

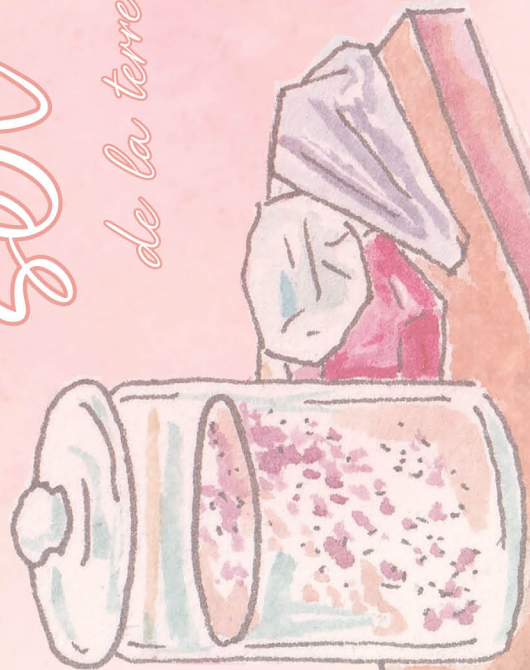
Ingrédients :

- 2 c. à s. d'huile de noix de coco
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- 4 gouttes d'huile essentielle
- Bonnet de douche

Instructions :

Mélange les ingrédients. Ensuite enduis bien tes cheveux, de la racine jusqu'aux pointes. Laisse agir pendant 30 minutes au minimum ou toute la nuit en portant un bonnet de douche. Lave tes cheveux pour enlever le masque. Utilise ce masque 2 à 4 fois par mois. Si tes cheveux sont secs ou plus abîmés, utilise-le une fois par semaine.

Vous êtes le SOI de la terre



Voie de naziréal

Pour réparer les cheveux abîmés et favoriser la croissance

Ingrédients :

- 2 c. à t. d'huile de ricin
- 1/2 tasse de gel aloe vera
- 3 gouttes d'huile de théier
- Bonnet de douche

Instructions :

Mélange les ingrédients. Répartis bien le mélange de la racine jusqu'aux pointes. Laisse agir pendant 1 à 2 heures, ou toute la nuit, en portant un bonnet de douche. Rince les cheveux avec du shampooing.

Utiliser ce masque une fois par mois

Masques capillaires

Traitements capillaires

Ta gloire

Pour aider la croissance & pour renforcer

Favorise également la brillance, aide à épaissir les cheveux, élimine les pellicules et est anti-inflammatoire.

Ingédients :
Huile de ricin

Bonnet de douche

Instructions :

Applique l'huile de ricin de la racine jusqu'aux pointes des cheveux. Mets ensuite un bonnet de douche sur ta tête et laisse le masque dans tes cheveux toute la nuit. Rince avec du shampoing.

Utilise une fois par mois.

Harmonie parfaite

Pour hydrater

et pour protéger les cheveux contre les cassures et les dommages causés par la chaleur. Apaise le cuir chevelu sec et irrité.

Ingédients :
Beurre de karité
Bonnet de douche

Instructions :

Prendre une petite quantité de beurre de karité, et avec le bout des doigts, le masser sur le cuir chevelu. Tu peux aussi passer un peigne dans tes cheveux pour y répartir le beurre de karité. Laisse dans les cheveux pendant une heure. Rince avec du shampoing. Utilise une fois par semaine.

Postérité royale

Pour apaiser un cuir chevelu sensible, éliminer un excès d'huile, et protéger les mèches de cheveux.

Ingédients :
Gel aloe vera
Bonnet de douche

Instructions :

Applique directement le gel aloe vera sur tes cheveux et sur ton cuir chevelu et masse bien avec le bout des doigts pour en répartir des racines jusqu'aux pointes. Laisse agir pendant 30 minutes. Rince.

Utilise 1 à 2 fois par semaine.

Plus précieux que l'or

Pour nettoyer en profondeur:

aide à éliminer un excès d'huile et une accumulation de produits, et restaure le pH naturel du cuir chevelu.

Ingédients :
1 c. à s. vinaigre de cidre de pomme
1 litre d'eau
1 flacon vaporisateur

Instructions :

Mélange les ingrédients dans un flacon vaporisateur. Vaporise les cheveux et laisse agir toute la nuit.

Si tu te laves les cheveux chaque jour, utilise le traitement une fois par semaine.
Si tu te laves les cheveux 2 à 3 fois par semaine, utilise le traitement aux deux semaines.
Si tu te laves les cheveux une fois par semaine, utilise le traitement une fois par mois.

Égale polaire

Pour nettoyer des racines grasses en profondeur; peut apaiser les démangeaisons, refermer les pores qui produisent de l'huile, réduire l'inflammation causée par les pellicules et un déséquilibre du pH; assez doux pour un cuir chevelu sensible.

Ingédients :
Hamamelis
Ton shampoing

Instructions :

Ajoute quelques gouttes d'hamamélis à ton shampoing et mélange bien entre tes mains. Avec le bout des doigts, masse bien le produit sur ton cuir chevelu. Continue de te laver les cheveux comme tu le fais d'habitude. Utilise 2 à 3 fois par semaine.

Elle est un joyau



Boucles "Johnny Pin"

Matériel :



Conseil : Il est mieux de suivre cette procédure le soir avant que tu ne te coiffes, car tes cheveux auront ainsi plus de volume et les boucles seront moins serrées.

Instructions :

1. Il faut travailler par sections pour fixer les boucles avec des pinces à cheveux, en commençant par le dessus de la tête, au centre, à la naissance des cheveux.
2. Vaporise chaque section au fur et à mesure pour avoir des boucles plus définies, ou tu peux procéder avec des cheveux humides.
3. Forme une torsade avec une section de cheveux, et enroule-la autour de deux doigts.
4. Place les cheveux enroulés contre ta tête, et fixe cette section avec une pince à cheveux, en t'assurant que la boucle se trouve en dessous de la racine des cheveux de cette section pour plus de volume.
5. Utilise autant de pinces à cheveux que nécessaire pour bien fixer la boucle, et cela variera selon l'épaisseur de tes cheveux.
6. Laisse les cheveux tels quels pendant quelques heures. C'est encore mieux si tu peux les laisser toute la nuit.



Ma semaine

Boucle couronne & gloire

Matériel :



Instructions :

1. Divise tes cheveux en deux sections égales en traçant une ligne au milieu de ta tête, de la naissance des cheveux jusqu'à la nuque.
2. Place la tige flexible de ton ensemble pour boucles sans utiliser de chaleur sur le dessus de ta tête, bien centré au milieu. Fixe la tige ou la ceinture pour peignoir dans tes cheveux avec la pince large.
3. Commence par un côté. Prends une petite section de cheveux du côté gauche de la tige et une autre du côté droit.
4. Enroule les cheveux de la section gauche une fois autour de la tige.
5. Ajoute des mèches de cheveux à la section droite et enroule les cheveux une fois autour de la tige.
6. Garde une pression constante pour que les cheveux restent bien enroulés.
7. Continue à enrouler des sections de cheveux autour de la tige en ajoutant des mèches de cheveux à chaque section, comme tu le ferais pour créer une tresse française, en alternant de gauche à droite.
8. Lorsque tu n'auras plus de mèche à ajouter, continue à enrouler les cheveux autour de la tige.
9. Si la tige n'est pas assez longue, continue à enrouler tes cheveux par-dessus les cheveux qui sont déjà autour de la tige.
10. Utilise un chouchou en soie pour fixer les bouts.
11. Répète ces étapes avec l'autre côté.
12. Retire la pince large.
13. Laisse en place toute la nuit.
14. Retire les chouchous le lendemain, et déroule doucement tes cheveux.
15. Tes cheveux sont maintenant prêts à être coiffés.