

eurs nous inspirent

Comme les Thaïlandaises

J'AI BESOIN D'UN SOIN RELAXANT

POURQUOI ON VEUT LES IMITER? Leurs cheveux épais, soyeux et brillants ne sont pas seulement un don de la nature, c'est le fruit d'une attention de tous les instants. Plus facile de s'y astreindre quand le soin se fait cocooning et devient un vrai moment de détente.

LES ACTIFS PHARES Le lait de coco pour nourrir et redonner du volume, et des huiles essentielles qui assainissent, hydratent et apaisent l'esprit.

LES GESTES TRADITIONNELS DE BEAUTÉ Elles préparent leurs shampooings elles-mêmes à l'aide d'une base neutre à laquelle elles ajoutent des huiles adaptées à l'état de leurs cheveux.

LES TECHNIQUES À LEUR PIQUER

Miser sur les huiles essentielles

Selon vos besoins, abusez de ces huiles au double effet sur le cheveu et sur le moral. Le jasmin adoucit et nourrit le cheveu, tout en relaxant. L'ylang-ylang améliore l'humeur en donnant plus de brillance. Le bois de santal, utilisé comme antiseptique, est aussi synonyme de méditation à l'image des temples où brûle son essence. La citronnelle agit sur l'excès de sébum et dynamise l'esprit.

Préparer des recettes traditionnelles

Un soin nourrissant: prenez 1 demi-verre de lait de coco et ajoutez 1 cuillerée de miel. Appliquez sur toute la

chevelure et laissez poser quelques minutes. Pour les cheveux très fins, un soin qui donne du volume: mélangez 2 jaunes d'œufs, 1 cuillerée de miel, et du jus issu de la feuille d'aloë vera. Massez et laissez poser une dizaine de minutes.

Shampooing naturel aux herbes, Harnn et Thann, 22€ les 292 ml.



Shampooing régulateur, Panpuri, 13,75€ les 200 ml.

Comme les Africaines

JE VEUX DE LA SOUPLESSE

POURQUOI ON VEUT LES IMITER? Alors qu'elles ont les cheveux crépus, elles usent de recettes astucieuses pour les rendre plus malléables et faciles à coiffer. Preuve de leurs efforts: les Afro-Françaises dépensent plus de 318€ par an en soins cheveux contre 41€ pour la moyenne des Françaises (source LSA-étude ak-a).

LES ACTIFS PHARES Des actifs reconnus pour leurs propriétés nutritives: le célèbre karité et l'huile de palme adoucissante.

LES GESTES TRADITIONNELS DE BEAUTÉ Chaque matin, les femmes aiment appliquer de l'huile sur leurs cheveux pour les discipliner.

LES TECHNIQUES À LEUR PIQUER

Tricher avec l'huile Contrairement aux Africaines, nous supportons mal l'aspect poisseux de l'huile.

Pour l'éviter, on peut en ajouter quelques gouttes seulement à l'après-shampooing, pour bénéficier de l'effet d'hydratation sans graisser.

Se méfier des tresses Pensez à bien hydrater votre cheveu. Ne conservez pas des tresses plus d'un mois.

Discipliner sans graisser Sur cheveux propres et secs, versez de l'huile dans vos mains et passez-les dans vos cheveux en insistant sur les pointes.



Beurre nourrissant Maribao, Little Big Bio, 36€ les 100 ml.



Huile aux lumières d'Afrique, Omoye, 55€ les 100 ml.



Rose H₂O, crème de jour, Mizani, 17,60€ les 236 g.

Comme les Brésiliennes

JE LES FORTIFIE



Crème pré-shampooing à l'andiroba, Natura Brasil, 17€ les 150 ml.



Shampooing Amazonia Preciosa de Surya Brasil, 14,50€ les 300 ml.

POURQUOI ON VEUT LES IMITER? Elles donnent du volume à leurs cheveux, leurs longues boucles ont une jolie forme et tombent à la perfection.

LES ACTIFS PHARES Les actifs naturels venus de la forêt amazonienne. La noix du Brésil (castanha) a des propriétés hydratantes et adoucissantes, l'andiroba, un arbre dont on distille les graines et les fruits, donne une huile qui revitalise la fibre capillaire. Ou encore le murumuru, palmier dont les noix riches en acides gras régénèrent les cheveux très secs.

LES GESTES TRADITIONNELS DE BEAUTÉ Les Brésiliennes sont fans des pré-shampooings, elles les utilisent de manière systématique avant de se laver

les cheveux. Elles ont besoin de bien hydrater leurs cheveux, pour résister aux bains de mer, à l'agression du soleil et aussi aux brushings qu'elles effectuent de façon quotidienne.

LES TECHNIQUES À LEUR PIQUER

Les soins de nuit Comme les Brésiliennes, le soir, avant de vous coucher, enduisez vos cheveux d'une huile riche en acides gras. Le lendemain matin, rincez vos cheveux au moment du shampooing.

La protection solaire L'été, sur la plage, enduisez toujours vos cheveux d'un soin nourrissant avant d'aller vous baigner. Les Brésiliennes pensent d'abord à protéger leurs cheveux des agressions du soleil. Au point même d'en oublier de protéger leur corps.