



JULIEN KAIBECK est aromathologue, spécialiste des huiles essentielles et de la cosmétique bio. Il a fondé le mouvement « Slow Cosmétique ».

Julien nous conseille

3 soins essentiels après les vacances

Il y a le ciel, le soleil et la mer... et puis les affres du retour de vacances : cheveux abîmés, peau sèche ou irritée, pieds en compote. Voici quelques astuces très naturelles en mode Slow Cosmétique pour prolonger la belle mine de l'été tout en se refaisant une beauté digne de ce nom pour la rentrée.

1 Cheveux abîmés ?

Le retour de vacances d'été est le moment idéal pour le bain capillaire à l'huile. Réparateur et embellisseur à la fois, c'est un must avant la rentrée. Comment faire ? On verse environ 2 cuillères à soupe rases d'huile adaptée aux cheveux abîmés (si possible à base de coco, de sésame, de nigelle ou d'avocat) dans un bol et on s'enduit les doigts de l'huile tiédie. Ceux-ci viennent alors caresser la chevelure, puis « peignent » les cheveux mèche par mèche, de façon à l'enduire entièrement et très légèrement d'huile. Il en faut très peu, et la gestuelle doit être répétée jusqu'à vider toute l'huile du bol en multipliant les passages des doigts dans les cheveux, de la tête jusqu'aux pointes. On laisse poser une heure au moins, si possible sous une serviette, on peut même passer la nuit ainsi. Enfin, on rince en faisant un bon shampoing sans sulfates sous la douche.

Mes produits chouchous pour ce soin après-été, disponibles sur slow-cosmetique.com



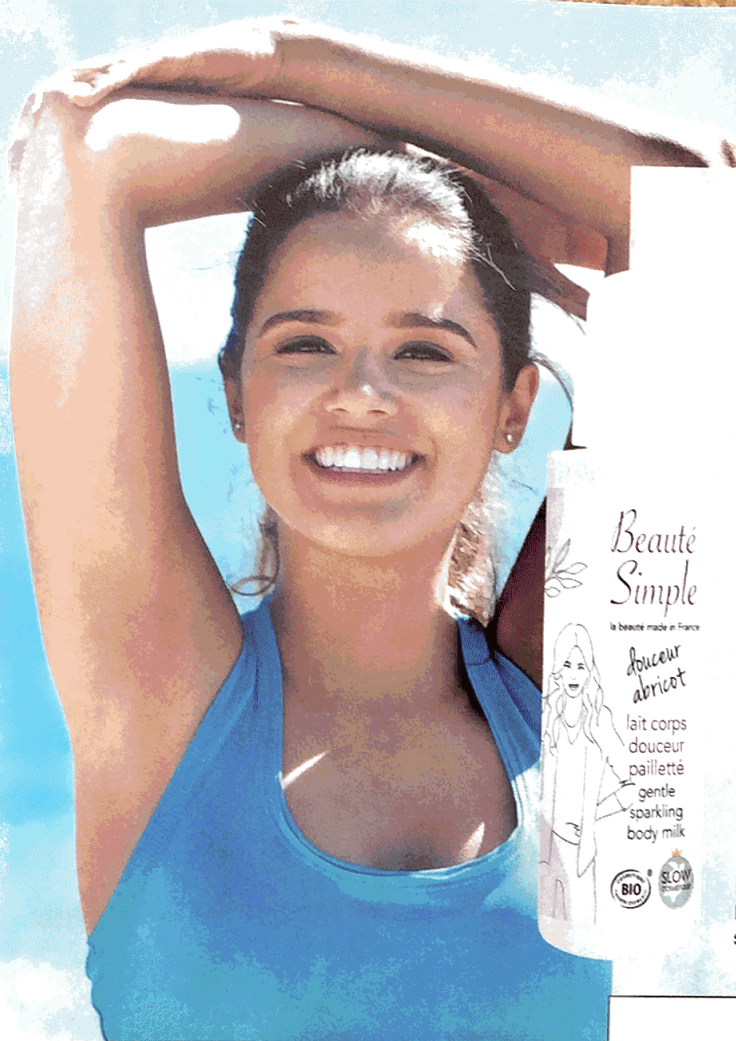
! L'huile capillaire ayurvédique d'AMRITA Organics, la marque développée par l'ONG d'Amma, guide spirituelle indienne. Cette huile à base de coco et sésame rend les cheveux abîmés plus élastiques grâce à sa composition, en particulier à ses extraits de centella asiatica et de fenugrec.

! Huile de soin capillaire ayurvédique pour cheveux secs, Amrita Organics, 14,95 €

! La serviette pour cheveux colorés des TENDANCES D'EMMA. Elle est spécialement conçue pour les soins pour cheveux susceptibles de faire des taches. En tissu écologique et lavable très facilement, elle s'enroule autour de la tête comme un turban qui gaine délicatement les cheveux huilés.

! Serviette pour les cheveux colorés ultra absorbante, Les Tendances D'Emma 19,90 €





2 Peau sèche ou irritée ?

La peau bronzée ne le restera pas si elle est déshydratée. Et si elle est irritée par le sel ou les mouvements lors du sport, c'est pareil. Pour la nourrir, l'hydrater et, par la même occasion, lui redonner de l'éclat « bonne mine », on opte pour un bon gommage très fin, suivi par un soin très nourrissant et riche en bêta-carotène. Le gommage se pratique 1 fois par semaine, dès le retour de vacances, si possible le soir. On mélange à parts égales du marc de café et de l'huile d'argan. Appliquer sur peau humide et chaude et masser lentement sous la douche. Pas de panique, au moment du rinçage, le café ne bouche pas les tuyaux.

➤ Pour l'hydratation, on opte exceptionnellement pour un soin non gras (car il fait encore chaud en cette fin d'été) riche en bonnes huiles dont la carotte, le calendula ou l'églantier. Le plus simple ? **Fric-tionner dans les paumes un peu d'huile de carotte (macérât) et un peu de lait pour le corps neutre.**

Pas le temps de préparer une mixture maison ?

Optez pour le lait corps pailleté de BEAUTE SIMPLE. Nourrissant mais non gras, ce lait certifié bio (Cosmebio) est pailleté et légèrement teinté pour donner à la peau un très léger hâle abricoté au fil du temps.

! **Lait corps douceur pailleté**, Beauté Simple, 31 €, en institut de beauté ou sur slow-cosmetique.com

3 Pieds épuisés ?

Les pieds souffrent en vacances, surtout si on ne fait pas que les mettre en éventail au bord d'une piscine ! Pour leur apporter à la fois douceur et fraîcheur, rien de tel qu'un massage le soir venu en deux temps. On vaporise d'abord un peu d'hydrolat de menthe poivrée sur les pieds pour leur donner un coup de frais et les assainir (même entre les doigts de pieds). On laisse sécher un instant, puis on masse rapidement une crème cicatrisante et aussi neutre que possible mais toujours enrichie en beurre de karité ou en miel pour s'assurer une réparation intense.

Ma sélection

| Pratique, l'eau florale bio de menthe de Saint Hilaire se présente dans un spray prêt à l'emploi.

! **Eau florale de Menthe poivrée biologique**, De Saint Hilaire, 5,50 €, en magasin bio ou sur slow-cosmetique.com

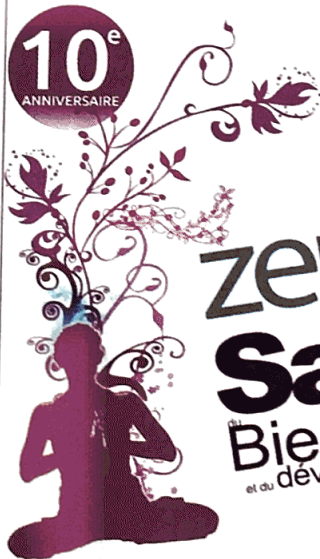
| On triche : la crème pour les mains au miel de Bee Nature convient parfaitement pour les pieds en été car elle est non grasse tout en garantissant une haute teneur en miel local belge et en karité.

! **Crème légère pour les mains**, Bee Nature, 13 €, en pharmacie et sur slow-cosmetique.com

Pepinster - Hall du Paire du 7 au 9 sept. 2018

10^e
ANNIVERSAIRE

VIVACITÉ



zen-topia
Salon
Bien-être
et du développement personnel



Vend. de 16h à 21h

Sam. de 12h à 19h

Dim. de 10h à 18h

Vendredi GRATUIT pour les femmes

Sudinfo.be

VLAN

Bon de réduction à télécharger sur www.zen-topia.com