



# Des cheveux souples et brillants

2

## On applique un masque



On a adoré ce baume capillaire régénérant que l'on peut appliquer tous les jours, lors d'un séjour à la mer, par exemple. Il est spécialement conçu pour les cheveux très secs et fins. La gelée royale qu'il contient est riche en nutriments concentrés, contient des vertus régénérantes. On peut l'appliquer avant ou après le shampoing, en fonction de la nature des cheveux.

Baume capillaire régénérant - Gelée Royale, France'in Paris, 35,00 €, 150 ml, sur [www.slow-cosmetique.com](http://www.slow-cosmetique.com)

## On a testé

le masque capillaire Biotonic et on a été bluffée par les résultats lors d'un séjour récent à la mer : il régénère et réhydrate vraiment les cheveux. En plus, c'est un puissant stimulant du cuir chevelu. Le masque convient à tous les types de cheveux, des plus secs aux plus gras. Mais en plus, l'huile d'avocat bio, l'huile de ricin bio et la synergie d'huiles essentielles bio freinent la chute des cheveux et stimulent la pousse. L'huile de coco bio elle, restructure et lisse le cheveu. On répartit le masque sur le cuir chevelu, et on l'étire ensuite sur la longueur. Après un petit massage du crâne, on laisse poser une nuit avant de faire le shampoing : donc mieux vaut le faire à la maison qu'à l'hôtel !

Masque capillaire Biotonic, antichute, 9,75 €, 100 ml, label Écogarantie, en magasin bio ou sur [www.bioflore.be](http://www.bioflore.be)



1

## On pratique un bon bain d'huile capillaire régulièrement

C'est la base, le secret pour des cheveux plus sains et plus forts, même toute l'année. Dans son livre Slow Cosmétique pour toute la famille, paru aux Éditions Leduc, Julien Kaibeck nous explique la technique, qui a toute son importance.

⇒ Versez dans un bol 1 à 2 cuillerées à soupe d'une huile végétale fine et pénétrante. Optez pour l'avocat ou l'argan si vos cheveux sont plutôt secs, et pour la nigelle ou le jojoba, si vos cheveux sont plutôt gras.

⇒ Agrémentez l'huile de 3 gouttes d'huile essentielle d'ylang-ylang. Son parfum est délicieux, mais surtout, elle stimule la pousse et fait briller les cheveux.

⇒ Prélevez un peu d'huile dans vos mains, et frottez-vous les paumes et les doigts, puis griffez du bout des doigts les cheveux des racines aux pointes. Continuez jusqu'à ce que le bol soit vidé.

⇒ Massez le crâne puis laissez poser au moins 20 minutes sous une serviette tiède. Faites un shampoing pour bien rincer (Slow !).

Huile végétale, huile d'argan bio, De Saint-Hilaire, 8,85 €, 50 ml sur [www.slow-cosmetique.com](http://www.slow-cosmetique.com)



En été, même si nous préférons l'ombre, nos cheveux sont souvent asséchés et assoiffés, et ils peuvent devenir aussi beaucoup plus cassants. La raison ? les UV, bien entendu, mais aussi l'eau de mer ou le chlore des piscines. Alors, on profite de ces jours plus longs pour prendre soin de notre crinière !

par Anne Gillet

Comme vous le savez déjà, vous qui nous lisez régulièrement, la plupart des produits capillaires que l'on trouve en grande surface contiennent des ingrédients toxiques, de type silicones ou polymères synthétiques. On choisira donc ses huiles végétales ou ses produits de soin des cheveux plus spécifiques en magasin bio ou en Slow Cosmétique (en magasin bio ou sur [www.slow-cosmetique.com](http://www.slow-cosmetique.com)).



**10%**  
de réduction  
POUR VOTRE PREMIÈRE  
COMMANDE  
avec le code  
**BIOTEMPO**

On est toujours vraiment fan du masque Ashana.B Pour les cheveux desséchés il est idéal, car il les répare vraiment en profondeur. On l'utilise avant le shampoing pour les cheveux fins et lisses et après le shampoing ou le conditionneur pour les cheveux bouclés et/ou plus dévitalisés. Ce masque contient du beurre de karité, du beurre de mangue, de l'huile végétale de sésame et de l'huile végétale de baobab. En fait, toute la gamme convient particulièrement bien aux cheveux secs.



Masque soin capillaire BIO,  
Format voyage.  
Ashana.B Paris, 18,75 €,  
50 ml, sur [www.slow-cosmetique.com](http://www.slow-cosmetique.com)

**si les masques alourdissent vos cheveux, optez pour un après-shampoing**

**3**

*Faites vous-même votre après-shampoing tout-terrain*

Une recette toute simple pour les cheveux cassants, secs, crépus. Un soin qui ne nécessite pas de rinçage et qui va gagner les cheveux, faciliter leur démêlage, les nourrir sans les alourdir mais aussi stimuler leur pousse.

**Ingrédients pour 1 flacon de 100 ml :**  
(aidez-vous d'une balance de précision ou d'une seringue graduée) :

80 ml de gel d'aloë vera - 10 ml de lait de coco - 9 ml d'huile d'avocat - 20 gouttes d'huile essentielle d'ylang-ylang - 20 gouttes de conservateur type Cosgard

**Mode d'emploi**

Versez dans un bol en inox le gel d'aloë vera, l'huile végétale et le lait de coco. Mélangez jusqu'à l'obtention d'un gel crémeux. Ajoutez ensuite l'HE et le conservateur. Versez le tout dans un flacon-pompe stérilisé. Se conserve jusqu'à 3 mois à l'abri de la lumière, de la chaleur et de l'humidité. On applique cet après-shampoing sur les cheveux mouillés et essorés. On chauffe 1 ou 2 noisettes dans les mains, et on applique sur la longueur. Puis on emballe les cheveux dans une serviette jusqu'à ce qu'ils soient secs, ou on sèche au sèche-cheveux à froid.  
*Extrait de Slow Cosmétique, le guide visuel, de Julien Kaibeck et Mélanie Dupuis, Éditions Leduc.*

**Et si on passait au Zéro Déchet ?**

**TOUTE LA FAMILLE AVEC LAMAZUNA POUR RÉALISER DE CHOUETTES ÉCONOMIES**

**Découvrez nos produits sur [www.lamazuna.com](http://www.lamazuna.com)**

**NOUVEAUTÉ !!! RASOIR DE SÛRETÉ LAMAZUNA POUR UN RASAGE TRADITIONNEL ET ZÉRO DÉCHET !**