



BeautéCheveux



JEAN-LOUIS DAVID

Des cheveux qui ont du tonus

Pour éviter le coup de mou du printemps, il faut apporter du peps à ses cheveux. Prenez-les en main en suivant les conseils de John Nollet, le coiffeur que tout le monde s'arrache ! Par Loetitia Gerolami de Rocca Serra



FRANCK PROVOST

1 – TROUVER LE BON SHAMPOOING

« Certains prétendent que le cheveu a une mémoire. Moi je dirais plutôt qu'il s'habitue à un protocole, affirme John. À la longue, ça lui fait perdre tout son dynamisme en affaiblissant la promesse du produit. Il faut donc le réveiller. Et comme le cheveu est une matière vivante en constante évolution, il faut utiliser un lavant qui suit ses transformations. Lesquelles varient en fonction des saisons et des agressions quotidiennes. » Observez votre cheveu et optez pour le bon lavant. Par exemple, si du jour au lendemain vos cheveux graissent plus vite, c'est que le shampooing utilisé ne vous convient plus. Changez-en.

2 - NOURRIR LE CHEVEU DÈS LE SHAMPOOING

Fin, épais, crépu, etc., le cheveu reste toujours fragile et sensible. Et tout particulièrement le cheveu déjà sec par nature. Ce sont les agressions environnementales comme le vent, le soleil, l'eau, les brushings et les produits mal adaptés qui l'assèchent. Il perd alors une grande quantité de lipides et de protéines. Or ce sont eux qui protègent la fibre de ces attaques à répétition. Dès le shampooing, aidez-la à lutter en lui apportant des actifs nourrissants.

3 - LAVÉ À LA BONNE FRÉQUENCE

Vous avez pris l'habitude de laver vos cheveux tous les jours ? Ne faites qu'un shampooing et rincez abondamment. Si vous les lavez tous les deux ou trois jours, optez pour deux shampooings consécutifs. S'ils sont gras, n'utilisez que des formules douces et surtout oubliez les frictions et autres frottements qui accélèrent la fuite des lipides. Soyez délicate, adoptez les caresses pour émulsionner le produit, sinon vous stimulerez trop le cuir chevelu qui va graisser encore plus vite.

DES LAVANTS QUI NE NOUS VEULENT QUE DU BIEN

Une sorte de pansement du cuir chevelu pour des cheveux sublimes une fois lavés et rincés à fond. Crème aux Fleurs LEONOR GREYL 21 €



Pour que le cheveu se sente bien, débarrassé de tout résidu. Well-Being Shampoo DAVINES 17 €



Avec lui, on fait le plein de karité à l'action réparatrice et assouplissante. Shampooing doux DELAROM 12,90 €



Un parfum divin et une formulation toute douce. Shampooing pour cheveux secs à la fleur d'orange OPALIS 29 €

Pour que le cheveu fin reprenne de la hauteur doublée de densité. Shampooing Volume Matière JOHN FRIEDA 7,99 €



**ON DIT OUI AUX
PRODUITS DOPANTS**



Le top du top pour lutter contre les carences du cheveu fin. Sérum Tonus redensifiant Tonucia RENÉ FURTERER 33 €



Un masque en spray intelligent et innovant qui redonne de la matière à la fibre. L'Élixir parfait EverRiche L'ORÉAL PARIS 10,50 €



Un sérum réparateur, la brillance et la douceur en plus. Pansement Pointes fourchues Fructis GARNIER 6,99 €

4 - PROTÉGER LA FIBRE PAR DES ONGUENTS ADAPTÉS

La fibre pileaire est naturellement entourée d'une cuticule qui fait office de gaine protectrice. Mal nourrie, elle ne joue plus son rôle de barrière et laisse filer à chaque lavage une partie des protéines et des lipides nécessaires à sa vitalité. Car plus on lave le cheveu et plus il devient sec et poreux. C'est un vrai cercle vicieux. D'autant que plus on le soigne avec des cires, plus le cheveu s'alourdit. Il est alors comme plombé. De nouvelles textures apparaissent : allégées, elles sont néanmoins redoutablement efficaces.

5 - LE BON MODE D'EMPLOI POUR APPLIQUER UN MASQUE

Le shampooing réalisé et après rinçage, essorez les cheveux au maximum. Appliquez le masque uniquement sur les longueurs et les pointes. Puis ramenez vos cheveux dans une torsade que vous enveloppez dans de la cellophane pour que, sous la chaleur, les actifs pénètrent à l'intérieur de la fibre. Le mieux est de laisser poser toute la nuit. Le lendemain, rincez à fond à l'eau tiède.



FABIO SALSZA

**POUR
LES ADEPTES
DU BRUSHING
QUI DÉSIRENT
LIMITER
LA CASSE**

Le plus : un embout à ajouter qui permet un massage du cuir chevelu. Sèche-cheveux Thermo Protect PHILIPS 40 €



Bien vu, ce fluide qui protège le cheveu de la chaleur. Spray réparateur thermo-actif Spécial lissage PHYTO 17,90 €



Pour des brushings express sans crainte de cramer la fibre. Sèche-cheveux BABYLISS 49,90 € sur babyliss.com

De la pro-kératine entre dans la composition de ce soin qui tient bien ses promesses de protection. Expert Protection 230°C FRANCK PROVOST 6,25 €



SAINT ALGUE

6 - SÉCHER MALIN

Évidemment, sécher assèche ! Alors en petite futée, mettez tous les atouts de votre côté. D'abord en protégeant vos mèches par des solutions gainantes non alourdissantes qui vont atténuer l'effet néfaste de la chaleur. Ensuite en prônant l'usage de ces sèche-cheveux high-tech, munis de silencieux et rapides comme l'éclair.

7- FAIRE UNE CURE

En mars et en septembre, adoptez le réflexe cure. Tenez le rythme pendant trois mois au moins. Ampoules ou sérum, ils s'appliquent à la racine pour rebooster le bulbe. Et ça marche !