

# NOS CHEVEUX

«J'ai tellement envie d'aller à la piscine que j'ai déjà les cheveux tout mouillés» parole d'enfant

«Quels sont les cheveux noirs qui ne changent jamais ?» - Sie Tiao

Nos cheveux peuvent être le symbole de notre feuillage, si nous nous portons bien, si nos racines sont fortes, nos cheveux auront vigueur et force, si notre santé subit les épreuves de la vie alors nos cheveux auront le reflet de ces aléas,

S'occuper de ses cheveux revient à prendre soin de vous que ce soit dans son apparence que ou dans sa structure.

Un lavage 2 fois par semaine est suffisant amplement avec des shampoing qui ne soient pas trop riches en saponides et tensioactifs vu que ces molécules vont enlever petit à petit la couche protectrice (riche notamment en kératine) du cheveu, et écailler la gaine du cheveu

Nous allons donc voir comment fabriquer un soin nutritif afin de redonner de la structure à vos cheveux, mais nous fabriquerons aussi un spray hydro nutritif qui ne nécessite pas de rinçage.



# SOIN REPARATEUR CHEVEUX SEC ET CASSANTS :

Beurre de Karité : 3 cuillères à soupe

Huile de Jojoba : 3 cuillères à soupe

1 œuf

Miel : 2 cuillères à soupe

Citron : ½ citron pressé

Faire fondre le beurre de Karité, ajouter l'huile puis le miel, le citron et l'œuf.

Appliquer sur cheveux mouillé, poser au moins deux heures sur les cheveux.

## SPRAY HYDRO NUTRITIF sans rinçage :

Huile de Jojoba : 10g

Huile de Ricin : 10g

Huile essentielle Pamplemousse : 3g

Hydrolat d'Eau de Rose ou Camomille (pour cheveux blond) 40gr

Eau Minérale 25gr

HE Bois d'inde (si chute de cheveux et cassant) 30 gouttes

HE Ylang Ylang (si cheveux ternes) 30 gouttes

HE Citron (si cheveux gras) 30 gouttes

Pour finir nous allons nourrir les cheveux par l'intérieur,

Notre jus sera constitué de betterave et d'orties, la betterave va nourrir le sang et donc les capillaires et les orties vont apporter zinc et cystine B6

