

Masque pour les cheveux

Aie Aie Aie !!! Les coiffeurs-ses vont avoir du travail après cette période de confinement !!!

Nous avons tous-tes les cheveux qui poussent et à cela vient s'ajouter le stress, le manque de sommeil, l'irritabilité... nos cheveux sont parfois abimés et nos pointes commencent à fourcher (c'est-à-dire quand elles se dédoublent).

Pour protéger nos cheveux de tout cela je vous propose de faire des masques à vos cheveux.

Voici mes petites recettes à moi : en ce moment j'essaie de faire 1 à 2 soin-s par semaine 😊

Pour vos pointes je vous propose mes recettes suivantes :

- Je mets de l'huile de ricin ou de l'huile de chanvre sur mes pointes (ce sont des huiles très riches pour les cheveux) avec quelques gouttes d'huile essentielle de lavande ou de citron (ce sont mes deux huiles préférées).

Ou plus économique -> j'utilise ce que j'ai dans mes placards et mon frigo :

- De l'huile d'olive mélangée à des huiles essentielles citron ou lavande
- J'ai essayé de l'huile d'olive mélangé à de la banane (enfin j'ai râpé l'intérieur de la peau de la banane et j'ai mangé le fruit -> aucun gaspillage 😊)
- J'ai également testé la même recette qu'au-dessus en remplaçant la banane par de l'avocat avec du jus de citron.

Et pour le cuir chevelu :

- Je fais des masques d'argile

Après le masque vient le moment du lavage et du rinçage de vos cheveux !!

Petit conseil rincez toujours vos cheveux avec de l'eau tiède car ils n'aiment pas l'eau trop chaude ça les agresse et les rend plus rêches ☹️ (*pour être honnête j'adore tellement l'eau chaude que ce n'est pas toujours facile de respecter cette étape pour moi*).

Pour le rinçage de vos cheveux :

- Je vous propose d'essayer de rincer vos cheveux avec de l'eau tiède mélangée à du vinaigre blanc – ils sont tout doux après 😊

Voici quelques recettes avec des ingrédients de nos placards/frigo :

Astuce : pour plus d'économies quand vous cuisinez ou pour ne pas être frustré-e de ne pas manger un produit (fruit, légumes...) vous pouvez récupérer ce que vous n'utilisez pas/ne mangez pas en le récupérant à l'intérieur de la peau (ex : de la banane, de l'avocat, la pulpe de citron...).

Masque pour cheveux abîmés au citron

C



1 càs
d'huile d'olive

+



1 jaune d'oeuf

+



1 càs
de jus de citron

Masque pour cheveux abîmés au miel

C



2 càs de miel

+



3 càs
d'huile d'amande
douce

+



1 jaune d'oeuf

Masque pour cheveux abîmés à l'oeuf

C



1 avocat

+



1 jaune d'oeuf

+



1 tasse d'huile

Masque à l'argile pour cheveux secs

C



4 càs
d'argile blanche

+



2 càs
d'argile verte

+



Quelques gouttes
d'hydrolat de
ylang-ylang

+



2 càs d'huile
d'avocat

Masque à l'argile pour cheveux gras

C



6 càs d'argile
verte

+



2 càs
de vinaigre de
cidre

+



2 pincées
de sel marin

+



Eau de source

Voici d'autres recettes adaptées aux différents types de cheveux :

Olyaris.com

Adieu PELLICULES

CÈDRE de l'Atlas
2 ml

ORANGE
3 ml

PALMAROSA
1 ml



mix =

Ajoutez 4 GOUTTES du mélange au SHAMPOING et RINCEZ à l'eau claire À renouveler 2 fois par semaine

Olyaris.com

CRINIÈRE DE LICORNE

ALOE VERA
10 ml

ARGAN du maroc
10 ml



mix =

APPLIQUER et laissez poser 30 minutes avec une SERVIETTE et RINCEZ avec un SHAMPOING doux

Olyaris.com

des CHEVEUX comme RAIPONCE !

BASILIC + RICIN
15x + 50 ml



mix =

Appliquez sur les CHEVEUX, MASSEZ 10 minutes et RINCEZ. Renouvelez 1 fois tous les 2 jours

Olyaris.com

FINI Les CHEVEUX GRAS

CÈDRE de l'Atlas + LAVANDE
1 ml + 1 ml

GÉRANIUM + CITRON
1 ml + 1 ml

PIN
1 ml



mix =

Ajoutez 3 GOUTTES du mélange au SHAMPOING et RINCEZ à l'eau claire À renouveler 3 fois par semaine

Olyaris.com

♡♡ CHOUCHOUTEZ-VOUS LA TIGNASSE ♡♡

AMANDE douce + CITRON

20 ml  1x 

+ 1 cuillère mix  + 1 jaune d'oeuf 

= APPLIQUEZ 15 minutes sur CHEVEUX secs et rincez 

Olyaris.com

Oh nuit d'arabie
Oh cheveux de folie

ARGAN du maroc 10 ml 

+ 5 cuillères à soupe de RHASSOUL mix 

= 2 cuillères 

APPLIQUEZ sur cheveux SECS 15 minutes, RINCEZ et vos cheveux seront soyeux

Olyaris.com

CRINIÈREMENT votre

de la conseil
pour des cheveux plus fort

AVOCAT + SAUGE

5 ml  5 ml 

= mix 

Faites un MASSAGE crânien 2 fois par semaine 

Olyaris.com

Tenez vos POINTES mesdemoiselles

JOJOBA 30 ml 

+ RICIN 20 ml 

+ YLANG YLANG 1 ml 

= mix 

APPLIQUEZ sur cheveux secs pendant 30 minutes et rincez 

Olyaris.com

CHEVELURE ULTRA BRIGHT

□□□□□
JOJOBA
30 ml

+ 

+ 
1 jaune
d'oeuf

mix =

APPLIQUEZ 15 minutes
sur CHEVEUX humide
et RINCEZ avec
du VINAIGRE de cidre

Olyaris.com

OH CRINIÈRE ! Je te dompterai !

2/4 KARITÉ + YLANG
YLANG

50 ml  10x 

+ ROMARIN + GÉRANIUM

10x  10x 

mix =

APPLIQUEZ
15 minutes sous une
SERVIETTE chaude
et RINCEZ



Olyaris.com

Mes cheveux gardent leur COULEUR

□□□□□□□□□□
MACADAMIA + CAMOMILLE

20 ml  35x 

mix =

POSEZ 20 minutes
sur cheveux
SECS et RINCEZ



Olyaris.com

Des CHEVEUX magiques

○○○○○○○○
Noyau
d'ABRICOT + YLANG
YLANG

10 ml  10x 

mix =

Massez le
cuir
chevelu



Au revoir paille
Bonjour CHEVEUX !

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
PÉPINS DE
RAISINS

20 ml 

+ x x x x x
KARITÉ

10 ml 

+ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲
YLANG
YLANG
10x 

 mix
=
Appliquez sur
cheveux secs
et rincez



Des cheveux aussi longs
que RAIPONCE

◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇
RICIN

10 ml 

+ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
ALOE VERA

10 ml 

mix 

=
Laissez poser
20 minutes sur
cheveux humides
et rincez



Comme nos cheveux nos ongles ont besoin de soin eux aussi.

Et comme vous le savez peut-être nos ongles et nos cheveux sont tous deux composés de kératine*. C'est pourquoi nous pouvons utiliser les mêmes produits que pour nos cheveux et ainsi faire du 2 en 1 -> lorsque l'on se fait un soin cheveux on en profite pour se masser les ongles avec la même préparation ☺

* La **kératine** est une famille de **protéines**, synthétisée et utilisée par de nombreux êtres vivants comme élément de structure, et également l'exemple-type de **protéine fibreuse**. C'est le constituant principal des **phanères** (poils, plumes, cornes, ongles, becs de nombreux animaux), en effet, le cheveu est composé à 95 % de cette kératine qui le protège contre les UV, l'eau de mer et d'autres facteurs extérieurs qui l'agressent.

ONGLES

Olyaris.com

Belle jusqu'au bout des **ONGLES**

CHANVRE + RICIN

10 ml + 10 ml

+ YLANG YLANG

3x

mix

APPLIQUEZ et massez vos ONGLES avec quelques GOUTTES

Olyaris.com

Belle jusqu'au bout des **CUTICULES!**

RICIN + CITRON

10 ml + 2x

+ YLANG YLANG

2x

mix

MASSEZ le bout de vos DOIGTS avec quelques GOUTTES

NE SOYEZ PAS SI IMPATIENTS!

D'AUTRES RECETTES ARRIVERONT

Lorsque j'aurai des dents, c'est ça ?

piou !