



## SOINS

En hiver, vos cheveux ne sont pas toujours à la fête. Malmenés par les écarts de température, les intempéries, les bonnets, les brushings des réveillons ou le soleil des pistes de ski, ils requièrent toute votre attention et surtout beaucoup de délicatesse.

Éloïse Brière

## De beaux cheveux, même en hiver !

Contrairement aux idées reçues, vos cheveux ont autant besoin d'être chouchoutés en hiver qu'en été. En effet, comme l'explique Jean-François Lazard, spécialiste en soins capillaires depuis 1963, «S'il n'existe pas de traitement spécifiquement hivernal, vos cheveux nécessitent des soins en toutes saisons. Et ces soins dépendent avant tout de leur nature et de ce que vous leur faites subir. Pour des cheveux naturels avec un cuir chevelu gras, il faudra traiter avec application tout au long de la saison car le gras a tendance à être un peu plus marqué en hiver. Si vous utilisez des colorations d'oxydation, soigner est primordial car ce type de produits tend à rendre les cheveux plus secs et rêches. Dans tous les cas, mieux vaut choisir des produits de qualité qui n'agressent pas le cuir chevelu. Quant aux colorations, préférez-les comme les miennes, sans ammoniac ni oxydants, plus respectueuses de votre chevelure !»

### LE LAVAGE RESPECT

Il s'agit donc, même en hiver, de dorloter ses cheveux. Côté shampooing, procédez avec mesure (un seul lavage à chaque fois, espacé de 2 à 3 jours) et légèreté (sans frictionner le cuir chevelu pour éviter de le fragiliser). Mettez également sur dame Nature en préférant des produits doux, gorgés de plantes et d'huiles essentielles. Les cheveux secs apprécieront le shampooing nourrissant au karité et jojoba **H<sub>2</sub>Bio** (1), qui les fortifie et les rend souples et brillants. 500 ml. 18,70 €. Les chevelures à tendance grasse préféreront le **Coslys** (2) enrichi en extrait de yucca. 250 ml. 8,60 €. Les pellicules seront traitées avec **Biokosma** (3) et ses extraits de romarin. 200 ml. 15,70 €. Pour entretenir les cheveux colorés, le **Buriti d'Amazonia Preciosa** (4) a été formulé avec des huiles essentielles qui hydratent et prolongent leur éclat. 300 ml. 15,50 €. En hiver, la pousse des cheveux peut être ralentie pour cause de fatigue, c'est pourquoi les **Laboratoires Klorane** (5) ont conçu un shampooing **Quinine** qui favorise la croissance, prévient la chute, renforce la structure et confère volume et brillance. 200 ml. 5,90 €. Enfin, pour un usage fréquent, **B com Bio** (6) est un shampooing Doux Végétal aux actifs naturels (karité, avoine, camomille Bio) qui ne pique pas les yeux. Idéal en famille. 200 ml. 5,95 €.

Pour limiter les cheveux électriques, troquez vos brosses et peignes synthétiques contre des matières naturelles (bois et soies naturelles). Idem pour les bonnets, préférez-les en «vraie» laine plutôt qu'en acrylique !

## LE SOIN VOLUPTÉ

À ces lavages douceur, il convient d'associer des soins régénérants, hydratants ou fortifiants pour assurer éclat et bonne santé. Des traitements d'autant plus agréables à réaliser que la salle de bains devient, en cette saison froide, un havre de paix où il fait bon s'attarder. Pour rebooster des cheveux secs, fragilisés, mous ou sans tonus, le masque K pour **Karité (7)** se révèle un allié riche en karité et gingembre. 200 g. 13,90 €. Pour renforcer leur structure, **Esenka (8)** a élaboré une Lotion Florale Vigueur à l'huile essentielle de basilic qui s'applique sur cheveux secs ou mouillés, sans essuyer ni rincer. 125 ml. 16,50 €. Chez **Hip (9)**, le masque se fait Punch pour dynamiser, fortifier et redonner de la texture aux chevelures fines par nature ou fragilisées par le stress ou les colorations à répétition. 200 ml. 35 €. Chez **Panpuri (10)**, les après-shampoings sont associés à des shampooings Douceur, Régulateur ou Protecteur et enrichis en provitamine B5, beurre de karité et aloe vera. 200 ml. 13,75 €. Quant aux **Laboratoires Phytosolba (11)**, ils viennent de lancer PhytoKératine, une gamme inspirée par les avancées en médecine esthétique. Des soins qui associent de l'acide hyaluronique pour ses capacités à capter l'eau et du Kérato-Filler pour restructurer la matière du cheveu. Après-shampooing 150 ml. 14,90 €.

## LA COIFFURE PROTECTION

Pour rester bien coiffée en toutes occasions (dîners de fêtes, chaleur des dance floors, bureaux climatisés, chapkas fourrées, blizzard ou bruine bretonne), choisissez des produits qui fixent la coiffure tout en la protégeant. Chez **Yves Rocher (12)**, c'est une Eau coiffante démêlante au tilleul bio qui gaine les cheveux et les rend faciles à coiffer afin de limiter les temps de brushing. 200 ml. 10 €. Chez **Lavera (13)**, la Mousse coiffante volume et brillance, fixation extra-forte, permet aux cheveux fins, courts ou longs, de rester en place et en bonne santé. 150 ml. 9,90 €. Quant à la crème R&B de **Lush (14)**, c'est un soin hydratant de finition pour froisser, lisser et modeler au doux parfum de jasmin qui évite le dessèchement, la casse et les pointes fourchues. 100 g. 18,95 €. Pour une cascade de boucles longue durée, toniques et brillantes, **Rica (15)** propose un Lait Curl Tonique combinant technologie (nano émulsion) et agent anti-frizz résistant. 200 ml. 20,70 €. Enfin, pour une tenue extra forte traitante, **Sexy Hair (16)** a conçu Healthy & Sexy, une laque au soja qui laisse la chevelure non collante et brillante tout en la protégeant des agressions extérieures. 300 ml. 19,95 €.

## UNE CHEVELURE DE RÊVE EN TOUTE SAISON ? Les 5 conseils

de Patricia Savouré, Responsable de formation, La Biosthétique

«L'hiver, avec le froid et le vent, les cheveux ont tendance à se dessécher, à être ternes, il s'agit donc de leur appliquer des soins qui vont leur apporter de la brillance. On va aussi traiter avec des produits de coiffage qui évitent les réactions à l'humidité et l'électricité statique.»

1. Après chaque shampooing, appliquez des masques hydratants pour la tige capillaire.
2. Une fois par semaine, faites un soin plus long, que vous laisserez poser entre 5 et 10 min pour gagner la kératine.
3. Au moment du coiffage, appliquez des coiffants qui créent un film protecteur autour de la tige capillaire et évitent les effets frizz et électrique.
4. Les accros aux brushing et lisseurs opteront pour des produits thermoactifs qui protègent le cheveu.
5. Enfin, évitez les brossages intempestifs, procédez avec douceur !



## Instants de bonheur capillaire... en institut !

Avant ou après les fêtes, confiez vos cheveux à des professionnels pour des soins bien-être accompagnés de massages...



### UN SPA POUR VOS CHEVEUX !

Dessange invente le SPA du Cheveu, un espace dédié à la régénération du cheveu. On y chouchoute votre chevelure mais aussi votre corps grâce à des fauteuils shiatsu, et votre esprit via la chromathérapie, une diffusion de couleurs exerçant une influence physique, psychique et émotionnelle bienfaisante. Après un diagnostic, des soins personnalisés sont réalisés avec une attention portée à la douceur et à la brillance. Le rinçage s'effectue avec une eau purifiée grâce à un système de fils d'argent qui supprime bactéries, calcaire, chlore et effets électrostatiques.

39, avenue Franklin Roosevelt - 75008 Paris.  
Tél. : 01 43 59 31 31.

### LA COLORATION SOIN

Colorer et traiter en même temps, c'est possible. Pour cela il suffit de choisir des produits naturels qui n'attaquent pas la fibre capillaire. C'est le cas des Soins reflets colorants **Jean-François Lazartigue (1)**, sans eau oxygénée ni ammoniacale, qui redonnent de l'intensité aux cheveux ternes de l'hiver. Ils se superposent sur une couleur naturelle ou artificielle, afin de créer ou accentuer des reflets. Du roux intense au blond clair cendré, 12 nuances qui s'éliminent progressivement en 3 à 6 shampooings, ne laissant ni racine, ni démarcation. 19 €. Côté coloration permanente, **Les 3 Chênes (2)** ajoute cet hiver deux nouvelles teintes ultra tendance à sa ligne Color & Soins : Marron Chocolat et Marron Cacao. Des produits sans silicone, ammoniacale, résorcine, ni parabène. 9,95 €.

Et, pour réussir votre coloration, Philippe Combe, expert coloriste 3 Chênes vous invite à une leçon d'application en vidéo sur 3chenes.fr.

Enfin, pour obtenir brillance, reflets et volume, **Logona (3)** propose des colorations 100 % végétales, semi transparentes et semi permanentes (4 à 8 semaines), du blé doré à l'ébène. 9,90 €. •

*Les propos de Jean-François Lazartigue et de Patricia Savouré ont été recueillis par Éloïse Brière.*



### OU UNE CURE DE JOUVENCE !

Le salon **La Biosthétique** vous propose un soin bio régénérant qui procure aux cheveux fragilisés et dévitalisés les bienfaits des plantes et des sources thermales de la Forêt Noire. Le traitement personnalisé se divise ainsi : vaporisation d'un Soins Express, démêlage avec une brosse en bois, Bain Vital (shampooing réparateur) et Huile Nourrissante. Pendant le temps de pose, un massage du cuir chevelu et de la nuque libère les tensions. Enfin, après le rinçage, un brushing est effectué et une retouche maquillage proposée.

35, avenue Pierre 1<sup>er</sup> de Serbie - 75008 Paris.  
Tél. : 01 56 64 03 10.

### ET, POURQUOI PAS UN MASSAGE !

Fondé dans les années 80, le **Centre Clauderer** est spécialisé dans les traitements contre la chute des cheveux. Après l'analyse capillaire, chaque soin se divise en trois phases : massages, drainage et traitement. Au-delà de la sensation de détente, ces massages exclusifs permettent d'assouplir le cuir chevelu, de favoriser le flux du sang vers les racines et de stimuler les repousses. Une expérience qui peut être prolongée à la maison sur [centre-clauderer.com](http://centre-clauderer.com).

346, rue Saint-Honoré - 75001 Paris. Tél. : 01 42 61 28 01.