

1€
30
SEULEMENT

France Dimanche

PLUS BELLE LA VIE
Scandale
sexuel au cœur
de la série !



CHARLOTTE La rupture !

La confession choc

"Il ne veut plus d'elle.
Ils ne s'entendent plus"

Interview exclusive

**Geneviève
de FONTENAY**
"Je vis
un enfer !"



**Julie
GAYET**
Sa rivale
veut
l'égorger !



M 01773 - 3585 - F: 1,30 €





(bien-être)

La nature soigne vos ch

Météo, pollution et substances chimiques de produits capillaires les malmènent. "France Dimanche" vous aide à choyer votre crinière.

NOTRE EXPERT

"Pour préserver leur beauté, on évite de les laver tous les jours. Un masque une fois sur deux suffit. Et évitez l'eau chaude pour le rinçage !"



Kriss Delpierre, coiffeur et gérant du salon Home Hair à Paris IX^e.

Et si l'on profitait du printemps pour reprendre sa chevelure en main? Agressés au quotidien nos cheveux ont tendance à s'affiner, fourcher, devenir secs, gras, cassants, ternes... Pour qu'ils reprennent du poil de la bête, on les chouchoute avec des soins capillaires ultradoux et naturels.

Le beurre de karité pour les cheveux secs

Riche en acides gras et en vitamine A, D, E et F, il renforce les écailles du cheveu. Il revitalise les cheveux abîmés, secs, ternes, cassants ou fourchus. À appliquer sur les longueurs et les pointes après le shampooing.

Notre sélection :
100 % naturel pour gainer et réparer la fibre capillaire.
• Masque sublimateur d'H2bio, 18 €. Points de vente : www.h2oathome.com



L'argile contre l'excès de sébum

Grâce à son pouvoir absorbant, elle retient l'excès de sébum et les toxines. «Mais on ne l'applique que sur les racines car elle déshydrate les cheveux», prévient l'expert.

Notre sélection :
Composé d'argile blanche, de poudre de noyau d'abricots, d'acides de fruits, ce gommage capillaire élimine les impuretés et résidus de coloration.
• Gommage capillaire Argila de Mulato, 21 €. En vente chez les grossistes et coiffeurs (liste des 400 points de vente : www.mulato-cosmetics.com) et sur le site www.shop.mulato-cosmetics.com



La camomille pour illuminer

Pour donner de jolis reflets dorés. «Attention : la camomille décolore les cheveux au soleil, prévient Kriss Delpierre. Et à éviter chez les enfants !»

Notre sélection :
Pour redonner de l'éclat aux cheveux blonds.
• Shampooing reflets nuance dorée de Klorane, 6,80 €. En pharmacies et parapharmacies.



Le vinaigre pour faire briller

Il neutralise le calcaire et resserre les écailles du cheveu qui réfléchit alors parfaitement la lumière.

Notre sélection :
À base de vinaigre d'acérola, cerise du Chili, ce produit à appliquer au moment du rinçage évite le ternissement capillaire et facilite le démêlage.
• Vinaigre de brillance, René Furterer Paris, 14,50 €. En pharmacies, parapharmacies, salons de coiffure, parfumeries.



L'huile d'argan pour les réveiller

Utilisé par les femmes berbères, en shampooing ou en masque, ce produit dope les cheveux ternes. «Une goutte chaque jour sur les longueurs et pointes évite l'électricité statique», précise le coiffeur.

Notre sélection :
Après application, laissez-la agir une nuit avant de shampooiner.
• Huile d'argan bio du Maroc de Fleurance Nature, 17,50 €. En vente sur www.fleurancenature.fr

L'huile de ricin pour favoriser la pousse

Bourrée d'acides gras, elle permet de soigner les cheveux secs ou dévitalisés et de lutter contre les infections fongiques.

Notre sélection :
Appliquez-la le soir sur vos cheveux et rincez-les le lendemain matin.
• Huile végétale de Ricin bio, Aroma-Zone, 8,90 €. En vente sur www.aroma-zone.com





cheveux !

Soins "maison"

Cheveux ternes : après le shampooing ou le masque capillaire, procédez à un dernier rinçage à l'eau froide (2/3) additionné de vinaigre (1/3). « Cela nettoie le cuir chevelu, l'apaise et referme les écailles », explique Ckriss Delpierre. Brillance garantie ! Et n'ayez crainte, au séchage l'odeur disparaît.

Autre astuce du pro : « L'eau de cuisson du riz pour les cheveux épais – ou celle de rinçage du riz pour les cheveux fins – leur apporte de la brillance et les lisse. »

Cheveux fins et secs : concoctez un masque revitalisant en mélangeant deux œufs avec deux cuillères à soupe d'huile d'olive et une de miel. Répartissez la préparation sur les longueurs et les pointes. Laissez agir 15 à 20 minutes, puis rincez à l'aide d'un shampooing doux.

Contre les pellicules : mélangez le jus d'un citron avec une cuillère à soupe de miel et une autre de sucre en poudre et massez-vous le cuir chevelu avec ce gommage. Cela décape en douceur et apaise les irritations.

La kératine végétale pour fortifier

Composant principal du cheveu, elle se dégrade avec le temps, le rendant plus fragile et plus terne. La kératine végétale répare ces dommages.

Notre sélection :

Associant kératine et céramides végétales, ce masque tonifie les cheveux fragiles secs, abîmés, colorés ou à pointes fourchues.

- Masque à la kératine de Coslys, 13,40 €. En vente sur les sites de produits bio.



Le miel pour hydrater et apaiser

Riche en minéraux, il revitalise les cheveux et les rend plus brillants.

Notre sélection :

Composé de miel d'oranger et d'huile de jojoba, grâce à ce produit vos cheveux seront nourris et régénérés. Sans paraben ni silicone.

- Shampooing nutrition au miel d'oranger de Secrets de miel, 12,50 €.



Points de vente au 02 54 36 64 11 ou www.secretsdemiel.com/ ou-trouver-nos-produits

Le thym pour assainir

Il régule l'excès de sébum. Résultat : les cheveux regraisseront moins vite !

Notre sélection :

Composé de thym et de citron, ce shampooing purifiant nettoie en douceur. Idéal pour les cheveux gras.

- Shampooing et après-shampooing à l'extrait de thym bio et de citron bio de Nature Moi, 3,76 € et 3,97 €. En GMS.



Pages réalisées par Florence HEIMBURGER