

# Soins des cheveux maison



## Huile fortifiante et anti chute

- Huile Végétale de Ricin + Huile végétale de Jojoba (ou Tournesol)
- Huile essentielle au choix entre Gingembre, Citron, Cèdre Atlas, Pamplemousse, Saugé sclarée, Bay saint thomas, Ylang Ylang (total de 25 gouttes maximum à répartir sur les huiles essentielles disponibles chez vous, pour un flacon d'huile végétale de 30 ml)

A appliquer sur les racines ( l'idéal est d'avoir un flacon avec une pipette intégrée pour déposer l'huile directement sur le crâne et masser).

## Masque Hydratant

- 2 cuillères à soupe de Miel dilué dans un peu d'eau tiède
- 3 cuillères à soupe d'Aloé Vera
- 2 cuillères à soupe d'après shampoing bio pour la texture ( et pourquoi pas quelques gouttes de vinaigre de cidre).

Si vous n'avez pas d'Aloé Vera, vous pouvez utiliser un peu de yaourt nature (pas 0%), du lait d'avoine ou même un peu de lait de coco!

Appliquer sur les longueurs et pointes et protéger avec une charlotte. Laisser poser une heure puis rincer.

## Spray Hydratant Protecteur Bi Phase

- Eau ou eau florale si vous en avez
- Gel d'aloé Vera
- Huile végétale au choix (Jojoba, tournesol, pépin de raisin, une huile fluide qui ne se solidifie pas, au parfum peu prononcé)
- Huile essentielle au choix (l'huile essentielle ne pénétrera pas le cuir chevelu puisque le soin est vaporisé sur les longueurs). Les huiles les plus appréciées pour leurs senteurs sont l'Orange douce, la Menthe, la Lavande, l'Ylang Ylang, le Géranium, la Verveine Odorante.

Remplir votre vaporisateur à 70% d'eau puis 15% de gel d'Aloé vera et 15% d'huile végétale additionnée de quelques gouttes d'huiles essentielles. Si vous avez de l'extrait de pépin de Pamplemousse (disponible en pharmacie), vous pouvez en ajouter 10 gouttes dans l'eau afin de conserver plus longtemps votre préparation. Secouer votre vaporisateur avant utilisation pour mélanger les deux phases.

