

5 SEP
TOP
ventes

www.magazine-avantages.fr

N° 409 / NOVEMBRE

avantages

NOUVEAU
+ DE NUTRITION
+ DE SANTÉ
+ DE BIEN-ÊTRE

**BIEN
AU CHAUD**

NOS SOLUTIONS
BRICO ET DÉCO

On se régale

DES BONNES
PÂTES, ET BASTA !

Santé

LES CLÉS
D'UN BON
SOMMEIL

Témoignages

CE QUI
LES A AIDÉS
PENDANT
LEUR
CANCER

Spécial budget
**VITE, UNE
CAGNOTTE !**

30 CONSEILS POUR (ENFIN)
RÉUSSIR À ÉPARGNER

L 13460 - 409 - F: 2,90 € - RD



AVANTAGES N°409 - NOVEMBRE 2022

On mise sur une routine musclée, avec un shampoing et des soins fortifiants riches en actifs qui assurent un bulbe plus fort (vitamine B, kératine, arginine, antioxydants), stimulent la microcirculation pour permettre une bonne nutrition du cheveu dès la racine (caféine, ginseng), et qui hydratent et nourrissent (acide hyaluronique, huile riche en oméga-3 et 6).

On dégaine un soin à chaque lavage. Le secret pour un cheveu qui reste en bonne santé, brillant et bien hydraté, c'est de TOUJOURS faire suivre son shampoing par l'application d'un soin. A minima, on applique un après-shampoing (ou conditioner), à laisser poser 2-3 minutes pour faciliter le démêlage et éviter de maltraiter ses cheveux au moment du brossage. Et, une fois par semaine, on sort un vrai masque réparateur, posé 5 à 30 minutes sur ses longueurs. « La bonne nouvelle, souligne Elisabeth Bouhadana, c'est que la plupart des nouveaux masques agissent quasi instantanément. Alors, pas la peine de s'en priver sous prétexte que l'on manque de temps... »

On coupe régulièrement. « Quand les cheveux sont à bout de souffle, on n'a pas intérêt à les laisser pousser et à attendre qu'il y ait trop de fourches, confie Vincent Martin, cofondateur d'ANS Brasil. La parade : une coupe nette tous les trois mois, qui évite aussi les casses dues aux frottements des cheveux sur les vêtements. » Envie de volume ? On demande à son coiffeur une coupe dégradée qui allège les longueurs sans affiner la matière. Mais pas question de les faire effiler au rasoir ou au ciseau sculpteur, ça fragilise vraiment le cheveu.

LE SOIN EN SANDWICH, ON TENTE ?

Pour gagner en douceur et brillance, Lucie, experte Matrix, conseille ce rituel à faire le week-end : après la pose du masque (30 minutes sur des longueurs pré-essorées à la serviette), on fait suivre par l'application d'un... après-shampoing. Une poignée de minutes suffit : son pH plus acide va sceller les actifs du masque et refermer les écailles.

Trousse de secours



1. Masque à l'Eau de Coco et au Thé Vert, *I Love Bio*, 6,70 €.
2. Bain Nutri-fortifiant Genesis, *Kérastase Paris*, 23,50 €.
3. Masque Nutrition & Réparation au Beurre de Cupuaçu Bio, *Klorane*, 16,90 €.
4. Sérum Régénérescence Naturelle, *Leonor Greyl*, 29,90 €.
5. Baume Lacté Démêlant *Natura* Bio, *René Furterer*, 10,80 €.
6. Shampoing Anti-Casse Insta Cure Total Results, *Matrix*, 12 €.
7. Shampoing Redensifiant Densilage, *Ducray*, 11,50 €.
8. Sérum Fusion Thermo-protecteur, *Urban Keratin*, 45 €.
9. Crème Précieuse Soins Essentiel Revitalisant, *Phytodess Paris*, 52 €.