

BEAUTÉ SOINS

MES CHEVEUX ME FONT. rajeunir

Coupe, soins, couleur, coiffage... toutes ces stratégies capillaires vont vous faire gagner dix ans sans passer par la case médecine esthétique ! PAR AURÉLIA HERMANGE



Retrouver de la densité

Quand on a des cheveux épais et brillants, on paraît tout de suite plus jeune que son âge. Le problème, c'est qu'avec le temps le cheveu s'use et s'affine, il perd en densité... Pour bien le gagner et garder des longueurs pleines de vigueur, misez sur des shampoings et des soins capables de relancer la production de sébum au niveau du cuir chevelu et d'entretenir la kératine qui protège la fibre capillaire contre les agressions extérieures. Essayez également une formule qui permet de réparer la structure des cheveux abîmés grâce à une combinaison d'acides aminés, d'oméga 3 et de collagène.

Notre sélection Protection et brillance. Shampoing Urban Diamant, Urban Keratin, 22,60 € (1). Booster de matière. Shampoing Épaississant, Revitalash, 34 € (2). A appliquer le soir. Hair Growth & Density Treatment, Freshly Cosmetics, 29 € (3).

Pour booster la repousse...

... N'HÉSITEZ PAS À ÉPOINTER LES LONGUEURS, CELA APPORTE DU CORPS ET DE LA TENUE. LA BONNE FRÉQUENCE ? TOUTES LES SIX SEMAINES ENVIRON, POUR REDESSINER LA COUPE ET HARMONISER VOS LONGUEURS.



Notre sélection Aux 5 huiles bio. Sérum Huile Sèche Nourrissante, Elenature, 38 € (1). Nutritif. Sérum Réparateur, Patrice Mulato, 17,80 € (2). Enveloppant. Sérum pointes, Virtue, 43 € (3).

Soigner les pointes

En vieillissant, le cheveu devient terne et poreux, et prend un aspect « paille », rêche, sec et cassant. En langage coiffeur, cela signifie qu'il est grand temps de couper. Pas forcément beaucoup, les pointes seulement, car ce sont elles qui s'usent et présentent ce manque de souplesse et d'éclat. Si vous n'êtes pas tout à fait prête à les raccourcir, soignez-les avec une huile sèche ou un sérum réparateur, qui les feront briller en rescellant les écailles disjointes pour redonner à la fibre un aspect lisse et soigné. C'est aussi une bonne idée de demander à votre coloriste un léger éclaircissement des pointes : effet redynamisant garanti sur toute votre coupe.

Miser sur une coupe qui bouge

Plus elle est floue, aérienne, un peu déstructurée... et plus elle vit ! Elle apporte alors davantage de fraîcheur et de modernité. Moralité, oubliez les coupes strictes, trop classiques et maîtrisées, et optez par exemple pour un carré plongeant coiffé-décoiffé aux pointes allégées que vous ébourifferez à l'aide d'un spray coiffant. Autre option : une coupe dégradée, sur cheveux longs ou courts, et adaptée à la forme de votre visage, afin que les mèches épousent parfaitement les contours et adoucissent les traits. Attention aux cheveux longs qui peuvent alourdir et assombrir le visage : ondulations ou dégradé de rigueur !

Notre sélection Bio. Spray Coiffant, Biocoiff', 24 € (1). Texturisant. Brume du Pyla, Respect by David Lucas, 40 € (2). Structurant. Spray Fixant, Indola, Schwarzkopf Professional, 14,95 € (3).





BEAUTÉ SOINS



Court : se coiffer aux doigts

Plutôt que de faire un brushing avec application après chaque lavage, préférez un séchage-coiffage aux doigts sans chercher une perfection qui, au final, fait surtout paraître plus « dame ». Pour vous aider à maîtriser le style faussement négligé, adoptez un soin accélérateur de séchage qui facilitera également la mise en forme, pour sculpter et discipliner sans figer. Pulvérisez-le des racines jusqu'aux pointes sur cheveux bien essorés, démêlez au peigne puis pratiquez un séchage rapide, de préférence à l'air froid.

Notre sélection : Préparateur. Spray Accélérateur de Séchage Speed of Light, Aveda, 25 € (1). Assouplissant. Soin Hairdresser's Invisible Oil Primer, Bumble & Bumble, 9,95 € (2). Hydratant. Sérum de Soie Sublimateur, Leonor Greyll, 31,40 € (3).



Le conseil de la journaliste

ÉVITEZ LA RAIE AU MILIEU ! EN PLAQUANT LES CHEVEUX, ELLE PEUT APPORTER UN CÔTÉ SÉVÈRE AU VISAGE ET SOULIGNER LES ASYMÉTRIES. PRÉFÉREZ UNE RAIE SUR LE CÔTÉ QUI PERMET UN MOUVEMENT DES CHEVEUX PLUS NATUREL.



VALENTINE BU VAT
CHEF DE SERVICE
BEAUTÉ

Long : opter pour la souplesse

Pour des longueurs lisses mais pas raides et donc modernes et libres, misez sur un brushing ultra-souple réalisé au fer spécial wavy. Pour bien le réussir, commencez par appliquer une grosse noix de mousse lissante ou un spray salé, effet « retour de plage », des racines jusqu'aux pointes. Séparez ensuite la chevelure en quatre mèches : au-dessus de la tête, sur les côtés et au niveau de la nuque. Saisissez-les tour à tour à l'aide d'une grosse brosse ronde avant de les retravailler au fer à onduler. Autre alternative, le soir, tressez vos cheveux mouillés en mèches épaisses un peu lâches. Le lendemain matin, détachez-les et coiffez-les sans utiliser de peigne.



Notre sélection
Précis. Fer à onduler Waver, Osée, 69 € (1). Comme un pro. Boucleur ultra-fin Curve Thin Wand, Ghd, 199 € (2). Ondulations express. Spray salin, Authentic Beauty Concept, 25,60 € (3).

GETTY IMAGES / ISTOCKPHOTO



1



2

3

Estomper les cheveux blancs

Il suffit de trois semaines pour voir réapparaître racines et cheveux blancs après une coloration. Pour espacer les passages au bac et rester toujours impeccable, vaporisez-les au spray retouches dont les pigments recouvriront la fibre jusqu'au shampoing suivant. Même principe mais plus de précision avec la poudre, qui dépose une dose de couleur pile là où vous en avez besoin. Pour anticiper sur les débord dus à la manipulation, à une couvrance mal maîtrisée ou à une teinte mal choisie, entraînez-vous avant votre shampoing : si le résultat ne vous convient pas, il partira au lavage en toute discrétion...

Notre sélection
Poudre. Insta Recharge Poudre, Wella, 36 € (1). Sans rinçage. Mousse Bye Cheveux Blancs, John Frieda, 9,99 € (2). Express. Hair Touch Up, L'Oréal Professionnel, 19 € (3).

Adopter la coloration bonne mine

Pour éclairer le visage, les brunes ont tout intérêt à glisser des notes dorées dans leur chevelure : bien vu le balayage caramel, noisette ou cuivré accentué autour du visage. Une seule règle à respecter : ne descendez jamais de plus de deux tons par rapport à votre teinte d'origine. Côté blondes, un ton cendré froid apporte un coup d'éclat immédiat, adoucit en prime les traits et neutralise les rougeurs. Si vous êtes mate, optez pour un blond vénitien ou un blond californien miellé qui illumine le visage.

Notre sélection Sans ammoniaque. Coloration permanente 5.35 Châtain Clair Chocolat, Phyto Color, 10,50 € (1). Lumineuse. Coloration permanente 7.8 Latte Glacé Naturanove, Kéranove, 9,90 € (2). Couleur et soin. Coloration permanente La Couleur Absolue 7.00 Blond Cendré, L'Oréal Professionnel, 19,90 € (3).



1

2

3



« La frange est une bonne option pour paraître plus jeune »

Celle qui se sépare en deux de chaque côté du front, ou frange rideau, est très tendance. Elle convient à toutes les morphologies, et sa longueur est facilement ajustable en fonction des visages. Elle s'utilise comme un accessoire pour casser la verticalité, qui peut donner un air austère, et permet d'adoucir les traits et de camoufler les rides d'expression. En venant habiller les tempes, elle donne aussi une apparence plus juvénile, et coupée au-dessus de l'œil, elle ouvre le regard. Comme elle est toujours plus jolie quand elle est bien galbée, n'hésitez pas à la travailler à la brosse ronde assez large et à l'effiler régulièrement pour éviter le côté trop épais, plus strict.

DENIS DO AMARAL,
HAIR ARTIST L'ORÉAL
PROFESSIONNEL

Un volume plus naturel

QUI DIT GONFLANT, DIT LAQUAGE ET DONC FINI CARTONNÉ. POUR FAIRE SOUFFLER UN VENT DE FRAÎCHEUR ET DE MODERNITÉ DANS VOS MÊCHES, ÉVITEZ DE LES CRÊPER ET PRIVILÉGIEZ LES COIFFAGES LÉGERS, POUR NE PAS AVOIR L'AIR APPRÊTÉE.

Faire le plein de nutriments

Le principe ? Offrir à sa chevelure un cocktail de fer, de zinc et de vitamines B, les principaux carburants de croissance et de renouvellement de la fibre. Ces gélules, à consommer en cure de trois mois minimum, permettent d'optimiser la microcirculation autour du bulbe pileux, de le protéger et de lui apporter les acides aminés essentiels à la fabrication de la kératine. A la clé, une masse capillaire densifiée, des longueurs plus brillantes et plus souples.



1

2

3

Notre sélection Stimulant. Capileov Anti-Chute, Nutreov, 16,50 € la boîte de 30 (1). Dynamisant. Hair Vitamins Résolution n°1, Madame la Présidente, 29 € les 30 (2). Croissance et vitalité. Les Miraculeux Beauté, Les Miraculeux, 21,90 € les 42 (3).