

# ON GARDE



# LE CONTACT

## SOLIDARITÉ

### SPÉCIAL COVID-19



**FICHE ON GARDE LE CONTACT SECTEURS FAMILLE DES CENTRES  
SOCIOCULTURELS DES MARNAUDES ET PRE GENTIL**

**THEMATIQUE : ASTUCES BEAUTES**

**SEMAINE 5**

**Recettes pour faire son masque de cheveux maison**

- **Masque cheveux maison avec un œuf**



- Pour les cheveux secs, abîmés, fatigués – effet brillance, réparateur, fortifiant, nourrissant. Battre un jaune d'œuf avec une cuillère à soupe d'huile végétale (olive, avocat, ricin, argan, jojoba...).
- Appliquer immédiatement sur les cheveux mèche par mèche, laisser poser 30 minutes avant de faire un shampoing doux.
- Sur cheveux longs, doubler les quantités.
- On peut aussi faire un masque avec un œuf entier cru battu, mais il faut bien rincer à l'eau froide avant de faire le shampoing (sinon le blanc coagule).
- On peut ajouter une cuillère de miel et / ou une huile végétale.

- **Masque cheveux maison au miel**



Pour les cheveux ternes, rêches, cassants – effet brillance, illumine les reflets blonds sur cheveux clairs, hydratant.

Mettre deux cuillères à soupe de miel, une cuillère à café de jus de citron, une à deux cuillères à soupe d'eau tiède si nécessaire pour fluidifier un peu le mélange et faciliter l'application.

Appliquer sur les cheveux mèche par mèche, laisser poser 30 minutes et rincer abondamment.

NB : avec un bon rinçage minutieux, pas la peine de faire un shampoing avec ce masque non gras, on peut donc le faire en après-shampoing.

- **Masque cheveux maison à la banane**



Pour adoucir et faire pousser les cheveux.

Mélanger une banane bien écrasée (éviter au maximum les grumeaux) et une cuillère à soupe d'huile végétale (olive, avocat, ricin, argan, jojoba...).

Appliquer le mélange sur les cheveux mèche par mèche. Couvrir avec une serviette ou une charlotte pour garder la chaleur, et laisser poser 30 minutes. Puis éliminer à l'aide d'un shampoing.

- **Masque cheveux maison avec de l'avocat**



Pour les cheveux secs et abîmés – effet nourrissant, brillant.

Mélanger un demi- avocat bien écrasé et une à deux cuillères à soupe d'huile d'avocat.

Appliquer le mélange sur les cheveux mèche par mèche. Couvrir avec une serviette ou une charlotte pour garder la chaleur, et laisser poser 1 h. Puis éliminer à l'aide d'un shampoing.