



FORME AVRIL 2006

En liberté surveillée

beauté

bien-être

Naïvement ramassés et piqués d'une tige d'écaille ou tirés en minichignon haut perché, les **cheveux** jouent ce printemps la carte de l'extrême féminité. Mais qui dit longueur dit entretien. Conseils et astuces pour garder une crinière en pleine forme.

PAR MARIE-FRANCE RIGATAUX

PHOTOGRAPHIES: DOMINIQUE DERISBOURG

:: **Plaqués** à l'aide d'une grosse noix de mousse répartie au peigne, les cheveux sont ramassés en queue de cheval puis roulés en macaron maintenu par une baguette plutôt que par un élastique. Trop serré, le chignon risquerait à la longue de casser les fibres capillaires. Pratique et charmante, cette coiffure fait coup double: à une allure girly, elle ajoute l'indispensable volet protection. On se sert d'un gel ou d'une huile pour gagner le cheveu. Ainsi maintenu en place, ce dernier est aussi protégé des UV.

Impossible de ne pas l'avoir remarqué: ce printemps, la tendance est aux cheveux longs et relevés. Queue de cheval, chignon, tresses, catogan: toutes les fantaisies sont permises. Grâce aux extensions, on peut même tricher et gagner en quelques heures une masse ou une longueur. Mais cette longueur doit être entretenue, ménagée, chouchoutée. Plus les cheveux poussent et plus ils sont exposés aux agressions. Ils réclament donc des soins particuliers. La tige capillaire doit être nourrie et hydratée, ses écailles lissées. Il faut également éviter la formation de fourches. Une fois par semaine, pensez à vous faire un masque et emballez-vous la tête dans une serviette chaude, histoire de booster les actifs du produit. En fin de pose (un quart d'heure suffit, pour éviter d'alourdir le cheveu), à l'aide de petits mouvements rotatifs effectués du bout des doigts, faites-vous un massage capillaire. Quelques pressions délicates sur le cuir chevelu, c'est le meilleur moyen pour agir sur l'oxygénation et sur la microcirculation. >

FORME AVRIL 2006

105

> **POUR QUE VOS CHEVEUX RESTENT BEAUX...**

JOUER AVEC LA COULEUR

Envie de changer de ton? N'hésitez plus. L'unicolore a vécu, vive les reflets! Réchauffer la couleur, c'est jouer sur les camaïeux. Mais n'oubliez pas que les cheveux foncés durcissent les traits. Apportez plutôt de la profondeur à l'aide d'un balayage. Notre conseil: éclaircir de deux tons si vous avez le teint mat et des yeux clairs; choisir un blond doré, qui donne bonne mine, si la carnation est claire et les yeux marron; enfin, opter pour la gamme des blonds si vous avez le type scandinave.

SE MÉFIER DU SÉCHOIR

Après le shampoing, il est préférable de laisser sécher vos cheveux à l'air libre. Pressée? Après avoir essoré la chevelure au maximum dans une serviette éponge, contentez-vous d'un souffle d'air tiède en maintenant le séchoir à une certaine distance, puis laissez la chevelure s'envoler. En revanche, abusez d'une brosse de qualité en poils de sanglier. Dessus, dessous, tête en bas, penchée sur le côté: au minimum une vingtaine de coups de brosse quotidiens sont nécessaires pour éliminer poussières et résidus de produits coiffants, et aérer la chevelure. Et souvenez-vous: un chignon tient toujours mieux le lendemain du shampoing! >

Bijoux de tête

Pincettes, barrettes, piques à chignon, elles sont à la fois séduisantes et utiles. Pratiques pour maintenir un cheveu par trop fin, indispensables pour pimenter une coiffure faussement disciplinée.

- 1, 2, 4 Bâtonnets en argent ponctués de perles de verre de Murano. Pièces uniques. **Perlipop**. De 179 fr. à 299 fr.
- 3 Fil de fer et perles de nacre. **Claire's**. 9 fr. 90 les deux.
- 5 Pic en laque turquoise et strass. **Viva**. 15 fr. pièce.
- 6 Bâtonnet transparent. **Claire's**. 6 fr. 90 les deux.
- 7 Plumes et bois. **Claire's**. 8 fr. 90 les deux.
- 8 Pique marbrée. **Claire's**. 8 fr. 90 les deux.
- 9 Pic bois sculpté. **Claire's**. 9 fr. 90 les deux.
- 10 Pince ronde strass turquoise. **Viva**. 35 fr.
- 11 Etoile de mer strass turquoise. **Viva**. 35 fr.

:: **Points de vente en page adresses.**



beauté

Sous haute protection

- 1 **Contrôler:** Spray de finition à tenue superforte pour fixer, faire briller, venir à bout des frisottis. **Redken Forceful 23**. 23 fr. 30 en 400 ml.
- 2 **Parfumer:** Brume légère aux accents du classique de **Jean Paul Gaultier**. 45 fr. en 30 ml.
- 3 **Lisser:** Lait régénérateur pour discipliner. **Kérastase lait nutri-sculpt**. 14 fr. en 50 ml.
- 4 **Redonner de l'éclat:** Une cure après-soleil à coup de minéraux et d'extraits végétaux. Temps de pose: 3 minutes. **Carita**. 63 fr. en pot 200 ml.
- 5 **Satiner:** Un cocktail d'huiles essentielles protecteur et des filtres UV. **Decleor huile protectrice**. 45 fr. en 150 ml.
- 6 **Désaltérer:** Texture transparente et effets réparateurs, une gelée dopée en céramides, vitamine E, glycérine. **Kérastase gelée fraîche**. 31 fr. en 150 ml.
- 7 **Restaurer la couleur:** Gel enrichi en pigments. **Redken Color Extend**. 41 fr. en 250 ml.

108



> **PROTÉGER DU SOLEIL**
Contre les UV, on n'a rien inventé de mieux que les filtres. Gelées, huiles, voiles et autres sérums en contiennent, et ce dans toutes les marques. Ils protègent tout en hydratant, réconfortent, et parfois réparent les cheveux fragilisés. Enrichis en céramides, en provitamine B5 et en vitamine E antiradicalaire, certains filtres poussent le détail jusqu'à se différencier en «cheveux blonds» et «cheveux foncés ou roux», histoire de s'adapter à des teintes qui réagissent différemment au soleil. C'est le cas de la ligne «UV Rescue» de Redken. |



CORINNE SPOERER