

# Prendre soin de ses cheveux en vacances

Tout comme la peau, nos cheveux ne supportent pas toujours bien l'exposition au soleil. Le sable, le chlore, l'eau de mer et le vent ne sont pas les meilleurs alliés de notre tignasse! Que faut-il faire et que faut-il éviter de faire? Suivez nos conseils coiffure pour avoir des cheveux brillants et en bonne santé!

Prendre soin de ses cheveux en été: que faut-il éviter?

N'abusez pas trop du soleil, celui-ci dessèche la fibre capillaire et **appauvrit votre couleur naturelle**. Cela explique l'apparition de **mèches plus claires** que nos mèches naturelles.

En été, ne vous lavez surtout pas les cheveux tous les jours. Si vous allez à la piscine ou à la mer tous les jours, rincez les plutôt que de les laver quotidiennement.

N'appliquez pas de **l'huile de monoï** en été. Il ne contient aucun agent UV et il risque de les graisser, de les brûler et de les casser.

Laissez tomber les **brushings** en été! La chaleur du sèche-cheveux ne fait qu'aggraver encore un peu plus vos cheveux.

Prendre soin de ses cheveux en été: que faut-il faire?

Avant d'aller vous dorser la pilule, n'hésitez pas à appliquer une **huile protectrice anti-UV** sur vos cheveux! Cela les permettra de ne pas dessécher vos cheveux lorsqu'ils seront exposés au soleil

Le soir après le shampoing, appliquez un **soin réparateur après-soleil**

Lavez-vous les cheveux à **l'eau claire et tiède** pour éliminer tous les résidus de sel, de sable ou de chlore.

Vous vous êtes fait une **colo** avant de partir et avez peur que votre couleur se dégrade au soleil? Faites un **masque capillaire** réparateur et nourrissant,