

12 Femmes

Beauté

Gommage du cuir chevelu pour un nettoyage en profondeur

CM
Libreville/Gabon

Plus habituées à gommer le corps ou le visage, nous oublions ou ignorons que le cuir chevelu aussi a besoin d'un gommage de temps en temps. En effet, cet exercice est indispensable pour avoir des cheveux en bonne santé. On vous dit tout sur ce soin qui permet de venir à bout des pellicules et des démangeaisons.



Liliane Grebaba, fondatrice de l'institut Instant Beauté Bio.

SOIN relativement récent dans nos instituts de beauté et salons de coiffure, le gommage du cuir chevelu est une exfoliation du cuir chevelu à l'aide de micro graine, de pâte, de

gel, de crème contenant des micro-bulles ou une texture granulée. Plusieurs adeptes de ce soin conseillent les grains de sucre ou de sel mais, selon Liliane Grebaba, fondatrice de l'institut Instant

Beauté Bio, ce conseil est inapproprié et pas suffisamment efficace, vu la prise de conscience tardive chez plusieurs personnes souffrant de problèmes d'impuretés persistantes. "Leur premier soin demandera un travail de fond, donc les grains de cumin noir concassé finement, la pulpe de coco, la poudre de shikakai, la poudre de rhasoul, le vinaigre de cidre, le miel pur ou l'huile d'olive sont, entre autres, les exfoliants qui seront mieux adaptés pour faire ce gommage", conseille-t-elle.

Realisé une fois par mois, le gommage du cuir chevelu permet de se débarrasser des peaux mortes, d'éliminer les impuretés, d'assainir le cuir cheveu et de lutter efficacement contre les pellicules sèches ou grasses. Il rend le cuir chevelu complètement aéré, boostant ainsi la pousse des cheveux. "Les saletés rentrent directement dans le bulbe du cheveu et ces derniers finissent par régresser pour se défendre. Le gommage du cuir chevelu est alors un bon moyen de tout remettre à zéro. Et comme cette zone est directement liée au foie, après avoir mangé trop

gras ou commis des excès de boissons alcoolisées, on peut appliquer son gommage en cure détox. Il peut être aussi particulièrement utile après l'étape de la coloration qui engendre parfois démangeaisons et allergies", explique la professionnelle. L'application du gommage se fait sur les cheveux préalablement humidifiés, raie par raie sur l'ensemble du cuir chevelu. "Une fois le gommage posé, on procède à un massage circulaire qui doit être fait délicatement et avec la pulpe des doigts, sans griffer le cuir chevelu. Ce massage a pour but de stimuler la micro circula-



Application d'un gommage à base de poudre de rhasoul sur une cliente souffrant de pellicules.

tion sanguine et de décoller toutes les impuretés. Ensuite, on laisse reposer quelques minutes puis on rince avant de laver", indique Liliane. Tout le monde peut faire ce soin. Par contre, il est déconseillé de le faire toute seule car, "en fonction de

l'état de votre cuir chevelu, de la taille des graines choisies et de la puissance du massage, le gommage qui devait vous faire du bien peut très vite virer au cauchemar avec pour résultat un cuir chevelu complètement irrité", souligne la spécialiste.

Coin cuisine

Sanglier à la bière Regab et aux champignons

Ingrédients :

- De la viande de sanglier
- 1 boîte de champignons de Paris
- 2 petits oignons
- 1 verre de bière Regab
- 3 gousses d'ail
- 1 morceau de gingembre
- Quelques tiges de persil
- Sel
- Poivre
- 5 épices

Préparation :

Bien nettoyer la viande. La mettre ensuite dans une marmite pour faire tarir son eau. Pendant ce temps, écraser l'ail, le gingembre, le persil et l'oignon. Mettre la moitié de la marinade dans la viande, assaisonner, rajouter de l'eau pour faire ramolir la viande. Une fois la viande ramolie, ajouter le reste de la marinade, 1 oignon coupé en dés et les champignons. Bien mélanger, puis ajouter un verre de bière et un verre d'eau. Faire enfin mijoter 5 minutes à feu moyen (rectifier l'assaisonnement si possible).

Accompagnements : manioc, banane plantain.

Proposé par LLIM

Trucs et astuces

Utiliser du sel pour nettoyer votre fer à repasser

Saupoudrez une quantité généreuse de sel sur votre planche à repasser. Allumez votre fer au niveau le plus élevé, en vous assurant que l'option vapeur est mise sur OFF. Lorsque le fer est chaud, repassez le sel. La saleté va se coller au sel.

Nettoyer votre salle de bain et votre frigo avec du vinaigre blanc

Pour le réfrigérateur. Versez un peu de vinaigre et laissez reposer pendant environ 20 minutes. Utilisez une brosse à dents pour frotter.

Pour la salle de bain. Faites tremper des chiffons dans du vinaigre et les placer sur les zones où l'eau stagne. Remplissez un vaporisateur avec du vinaigre et vaporisez les serviettes chaque fois que vous passez devant. Après environ 20 minutes, enlevez les serviettes et nettoyez avec une vieille brosse à dents.

Pour les zones où la saleté est plus épaisse, remettez les serviettes, pulvérissez avec plus de vinaigre et attendez encore une heure en gardant les serviettes

imbibées de vinaigre.

Enlever des traces blanches sur vos meubles

Utilisez deux serviettes de lin blanc pliées et pulvérissez un peu d'eau dessus. Ensuite, repassez les serviettes pendant environ 15 secondes avec le fer à température moyenne.

Enlever les traces d'eau de vos robinets

Il suffit de couper un citron en deux, et de frotter vos robinets. Laissez reposer pendant quelques minutes ou plus, puis rincez à l'eau chaude.

Enlever les traces de rouille de vos couteaux avec du jus de citron

Laissez vos couteaux (et autres objets en argenterie rouillés) tremper dans du jus de citron pendant 10 à 15 minutes.

Rendre la grille de votre barbecue anti-adhésive

Coupez un oignon en deux et frotter la grille.

Rassemblés par LLIM



Offre Spéciale
pour la fête de l'indépendance

Rames de papier A4

Fabriquées au Gabon pour la première fois

PAPIER DE PREMIERE QUALITE

Prix :
Classe Rouge - 80 GSM
-5000 FCFA TTC
2500 FCFA TTC

Prix :
Classe Jaune - 75 GSM
-4500 FCFA TTC
2400 FCFA TTC

Prix :
Classe Verte - 70 GSM
-4000 FCFA TTC
2300 FCFA TTC

Conditions d'abonnement :

- 1) Livraison seulement à Libreville, pour une commande de plus de 600 rames de papier.
- 2) L'acheteur de moins de 600 rames doit récupérer les rames à l'usine.
- 3) Pour plus d'informations, contactez-nous à l'adresse suivante.

Adresse :

La Grande Papeterie SA,
C-15K 1, GSEZ, Nkok,
BP-1024, Libreville, Gabon.
E-mail : info@lagrandepapeterie.com
Mobile : (Français) +241 - 07 07 44 11 / (Anglais/Whatsapp) +241 - 04 33 63 70

Papier de meilleure qualité

'A'