

Quand arrivent tes frisottis ? - Routine de lavage

Arrivent après avoir rincé ton masque (si tu ne fais pas d'après-shampooing) ou ton après-shampooing :

- celui-ci ne contient pas assez d'huiles. Tu peux en rajouter quelques gouttes lors de la prochaine routine
- contient beaucoup d'hydratants hydratants : rééquilibre en rajoutant un peu d'huile ou teste en l'enlevant une fois de ta routine

Il est normal d'avoir des frisottis juste après le shampooing car ton cheveu est nettoyé, donc à nu

Il ne doit plus y avoir de frisottis après la crème. Mais si c'est la cas, pas de panique :

- regarde si tu as bien appliqué ta crème (doc "Où apparaissent les frisottis")
- remets de la crème (voir doc "appliquer ses produits sans rinçage en 6 étapes")

Si tu as des frisottis après la stylisation :

- regarde tes gestes. Diminue ton temps de scrunching et essaies de ne passer qu'une seule fois sur chaque mèche.

Si tu as des frisottis à cette étape :

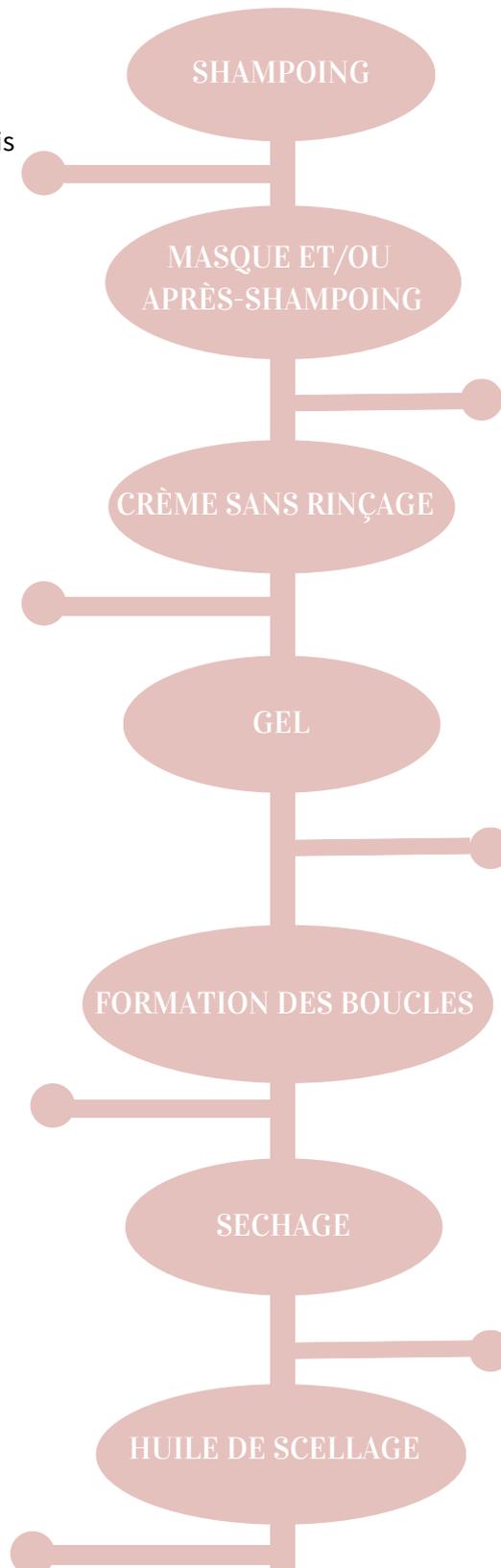
- regarde si tu as bien appliqué ton huile ou sérum (doc "Où apparaissent les frisottis")
- remets de la crème ou de l'huile (voir doc "appliquer ses produits sans rinçage en 6 étapes")
- renforcer les produits à base d'huile des étapes précédentes lors de ta prochaine routine

Si tu as des frisottis après le gel :

- renforce tes produits avec huiles avant cette étape
- tu ne dois jamais appliquer le gel sans mettre un produit avec des huiles ensuite (sinon les frisottis vont apparaître vite)
- si tu maîtrises parfaitement les dosage, mélange ton gel avec ta crème et appliques les en même temps

Si tu as des frisottis après le séchage :

- regarde comment tu sèches, aux gestes qui pourraient froisser tes cheveux
- diminues le temps de sèche-cheveux
- renforce l'application de ta crème sans rinçage
- si tu fais un plopping à la serviette, elle peut absorber une partie de ta crème



Quand arrivent tes frisottis ? Hors routine

DANS LA JOURNÉE

Si des frisottis apparaissent au cours de la journée après ta routine, cela signifie que tes cheveux ne sont plus assez protégés :

- mets plus de crème ou d'huile de scellage lors de ta prochaine routine
- tu peux remettre de l'huile, du sérum ou de la crème (contenant des huiles) à n'importe quel moment de la journée !

(tu peux même anticiper si tu vois qu'il pleut ! ☔)

C'est la fête au frisottis le matin ? Il y a deux causes : le cheveu qui **n'est pas assez protégé** et/ou **les frottements de la nuit**.

LE LENDEMAIN

Pour la première cause, il faut rajouter un produit huileux le soir avant de te coucher : tu peux même laisser un léger effet gras qui aura disparu le lendemain (mais qui fera une protection +++).

Pour éviter les frottements, utilise une matière douce pour dormir : une taie/bonnet/turban en satin ou soie. Si tu ne veux pas investir, recouvre ta taie en coton d'un foulard ou autre vêtement en satin ou soie.

LES AUTRES JOURS

Tu peux le noter sur un post-it : tu peux mettre de l'huile sur tes cheveux tous les jours !

Il n'y a pas d'excès nuisible pour le cheveu, juste le risque esthétique de fini gras.

Où apparaissent les frisottis ?

Si tu as des frisottis sur le dessus de la tête, c'est que tes produits n'ont pas été bien appliqués sur cette partie. Sois bien attentive à appliquer tes produits au plus près de la racine pour lisser les frisottis à cet endroit.



Tu as des frisottis sur toute la longueur : renforce tes produits en huiles ou ton application . Tu peux aussi ajouter des gouttes d'huile à ta dose d'après-shampooing.

Si tu as des frisottis sur les pointes : cette partie des cheveux est souvent plus fragilisée (et donc plus poreuse) que le reste : tu peux essayer d'appuyer un peu plus l'application de tes produits sur cette zone, elle vont normalement plus absorber que le haut.

Appliquer ses produits sans rinçage en 6 étapes

Tu peux jouer sur 6 facteurs pour éviter l'effet gras :

- 1) la quantité de produit dans ta main
- 2) l'épaisseur de la couche
- 3) la pression de l'application
- 4) la texture du produit
- 5) la zone de départ
- 6) le nombre de passage



Maîtrises le dosage :

- note toujours rigoureusement la quantité de produit que tu utilises (si besoin, réfère toi à un repère, comme par exemple une pièce de 1 ou 2€)
- tu peux commencer par 1 goutte au début et augmenter au fur et à mesure si tu sens que ce n'est pas assez



Maîtrises la répartition :

- répartis ton huile sur toute la surface de ta main, ainsi tu vas créer un couche d'huile peu épaisse
- garde-la au contraire dans ta paume si tu veux en mettre plus



Maîtrises la pression de tes doigts sur tes cheveux

- plus tu appuies fort sur tes cheveux avec tes mains enduites de produits, plus tu vas en déposer
- commence par "caresser" voir "effleurer" tes cheveux pour déposer moins d'huile, surtout sur les zones moins sèches



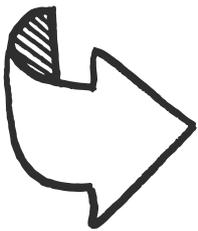
Adaptes la texture de ton produit :

- trop fluide = mélange avec une autre huile (olive, sésame, ce que tu as sous la main)
- pas assez fluide = dilue-le en mouillant légèrement tes mains ou en ajoutant une goutte ou deux de gel (aloe, lin)



Commences par la zone la plus sèche

- les cheveux que tu vas toucher en premier sont ceux qui vont recevoir le plus d'huile.
- commence par les zones les plus sèches qui vont plus vite absorber.
- *je commence par la zone de la nuque car ces cheveux sont très secs chez moi et se voit moins si il y a un surplus d'huile.*



Recommence si besoin

- tes cheveux sont encore des frisottis sur une zone, recommence l'opération, toujours en notant le dosage

Remarques

- le soir, tu peux augmenter la dose sachant que tes cheveux vont avoir la nuit pour absorber l'huile
- fais bien attention à ta répartition : si tu touches plusieurs fois les mêmes mèches mais que tu en laisses d'autres, il est normal d'avoir un effet poisseux sur les premières et des frisottis sur les secondes