

INTRODUCTION	6	5 COLORATIONS VÉGÉTALES	83
1 GESTES ET SOINS	11	Les conseils de pro d'Alexandra	84
Laver ses cheveux : oui, mais pas trop !	12	Pose d'une coloration végétale	88
Des cheveux de toutes les couleurs	16	Masque éclaircissant	90
2 MES PRODUITS SUR-MESURE	29	Masque colorant « poivre et sel »	92
Le top des ingrédients.....	30	Reflets beiges et dorés	94
Avant de se lancer...	38	Cuivré clair	95
3 SHAMPOINGS NON MOUSSANTS	45	Doré cuivré	96
Shampooing aux œufs	46	Cuivré roux	97
Shampooing aux plantes ou à l'argile	48	Cuivré brun	98
Shampooing à la décoction de plante	50	Noisette cuivré	99
Shampooing à sec	52	Marron châtaigne.....	100
4 SOINS CAPILLAIRES.....	55	Auburn intense	102
Lotion de rinçage	56	Rouge	103
Vinaigre capillaire aux plantes.....	60	Rouge violette	104
Friction anti-chute aux plantes	62	Marron violette	105
Friction anti-chute aux HE	64	Châtain moyen	106
Masque aux plantes en poudre	66	Châtain foncé	109
Masque à l'avocat ou à la banane	68	Noir brillant	111
Masque au yaourt	70	ANNEXES	113
Bain d'huile.....	72	Tableau récapitulatif des formules de coloration	114
Masque émulsionné « mayo »	74	Bonnes adresses	116
Masque à l'argile/masque détoxifiant.....	76	Index	117
Spray préventif antipoux aux HE	78		
Masque antipoux à l'huile de neem	80		