



RHASSOUL

Se faire un shampoing 100 % naturel

Nous allons utiliser pour cela de l'Argile Rhassoul (une argile Marocaine 100% naturelle).

- Avant d'aller sous la douche, mélangez le Rhassoul avec de l'eau tiède à chaude pour obtenir une crème onctueuse, similaire à la consistance d'une crème fouettée.
- Mouillez vos cheveux, puis essorez-les.
- Appliquez la crème et massez le cuir chevelu.
- Prenez votre douche comme d'habitude, puis rincez abondamment.

Le Rhassoul nettoie en douceur et absorbe l'excès de sébum.



 **Ma Vie Éco** vous recommande, si vous n'avez pas les cheveux gras, d'ajouter une cuillère à soupe d'huile d'olive, d'huile d'argan ou un peu de miel.

• Miel

Le miel est hydratant et apaisant.

En l'ajoutant au Rhassoul, vous obtenez un masque qui hydrate la peau en profondeur, tout en apportant des propriétés antibactériennes et cicatrisantes.

Pour le Miel : **Ma Vie Éco** préconise 1 Cuillère à Café pour cheveux courts, 1 Cuillère à Soupe pour cheveux longs.



- **Huile d'olive**

L'huile d'olive est riche en vitamines et en antioxydants.

Mélangée au Rhassoul, elle nourrit la peau et les cheveux, les laissant doux et lisses.

- **Huile d'argan**

L'huile d'argan est connue pour ses propriétés nourrissantes et réparatrices.

Elle aide à régénérer la peau et les cheveux, offrant une hydratation intense et améliorant l'élasticité.

Ajouter de l'huile au Rhassoul peut apporter des bienfaits sans rendre les cheveux gras ni difficiles à rincer, à condition de respecter quelques conseils :

- **Dosage modéré** : Utilisez une petite quantité d'huile (quelques gouttes suffisent) pour éviter un effet gras.
- **Bien mélanger** : Assurez-vous que l'huile est bien incorporée au Rhassoul pour une application uniforme.
- **Rinçage minutieux** : Rincez abondamment vos cheveux à l'eau tiède pour éliminer tous les résidus.

Cela permettra de bénéficier des propriétés nourrissantes des huiles sans alourdir les cheveux.

Retrouvez cette Astuce sur notre site : mavieeco.fr/astuces