

Гайд

ПО КУДРЯВОМУ МЕТОДУ

Тебе известно, что пушистые волосы — это кудрявые волосы без подходящего ухода? Чтобы максимально раскрыть потенциал своих волнистых или кудрявых волос важно подобрать правильный уход и придерживаться правил кудрявого метода. Используй этот гайд как свою ежедневную подсказку, к которой можешь обращаться в любое время.

Волосы делятся на 2 типа:

ПРЯМЫЕ И КУДРЯВЫЕ

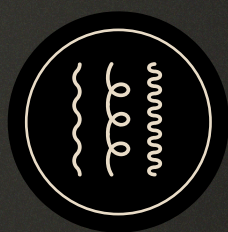
★ Как узнать какой у тебя?



Прямые

У тебя прямые волосы, если ...

- ★ Высыхают идеально гладким и ровным полотном без использования фена, расчёски и несмываемого ухода
- ★ Остаются прямыми несмотря на дождь, снег и высокую влажность
- ★ Даже короткие волоски у лица и те, что на затылке — всегда идеально гладкие и не торчат
- ★ Плохо держат завивку плойкой или бигуди, её хватает буквально на полчаса, а после всё снова распрямляется, как будто ничего и не было



Кудрявые

У тебя кудрявые волосы, если ...

- ★ Думаешь, что твои волосы пушистые и непослушные, а парикмахеры иногда называют их «испорченными, больными и пористыми», разводя руками и не понимая, что с тобой делать
- ★ Не расстaeшьcя с утюжком, феном и брашингом, а может быть хоть раз задумывалась о кератиновом выпрямлении
- ★ Дождь, снег, высокая влажность — все неизменно провоцирует пушистый ореол вокруг головы
- ★ Короткие волосы у лица или на висках складываются в лёгкие завитки и не дают собрать гладкую причёску без использования лака
- ★ В детстве у тебя были милые кудряшки, но они «куда-то» пропали с возрастом
- ★ Расчёсывание волос — каждодневная пытка, потому что расчёска вечно застревает в волосах и выдирает их
- ★ Ты покупаешь сотни средств в поисках «той самой волшебной баночки», которая наконец-то подарит гладкие прямые волосы, но это так и не происходит

А ты знала

ЧТО ПУШИСТЫЕ ВОЛОСЫ —
ЭТО ТОЖЕ КУДРЯВЫЕ ВОЛОСЫ
БЕЗ ПОДХОДЯЩЕГО УХОДА?

И если правильно за ними ухаживать — вместо пуха на голове будут завитки!

ПУШИСТЫЕ ВОЛОСЫ
С ПРАВИЛЬНЫМ УХОДОМ...



...ПРЕВРАЩАЮТСЯ
В КУДРЯВЫЕ ВОЛОСЫ

кудри БЫВАЮТ РАЗНЫЕ



МЯГКИЕ НЕЖНЫЕ
ВОЛНЫ



КУКОЛЬНЫЕ БУКЛИ-ШТОПОРЫ



МЕЛКИЕ АФРО

Волнистые волосы — это также кудрявые волосы. А точнее: всего лишь один из видов кудрей. Причём на одной голове могут быть кудри разного размера и формата — это вариативность, и она есть у всех, не стоит переживать и бояться.

Все кудри и их обладательницы прекрасны!

Увлажнение

— ОСНОВА УХОДА



Волнистые волосы – это также кудрявые волосы. А точнее: всего лишь один из видов кудрей. Причём на одной голове могут быть кудри разного размера и формата – это вариативность, и она есть у всех, не стоит переживать и бояться.

Коллекция **TRESemmé Curls & Waves** с легкостью справляется с увлажнением даже самых сухих волос и дарит все те преимущества по-настоящему здоровых волос, которые невозможно достичь при недостатке увлажнения.

Этапы

КУДРЯВОГО МЕТОДА

Кудрявый метод – это не только использование правильных средств, но и последовательность действий. Выполняя их поэтапно и наслаждайся кудрями своей мечты! Многие заканчивают свой уход на этапе очищения, совсем забывая об использовании кондиционера после или о несмываемом уходе, который помогает защитить волосы от воздействия внешней среды.

ОЧИЩЕНИЕ

Шампунь



- Обильно поливаем голову водой, включая всю длину волос так, чтобы не осталось сухих участков.
- Наносим шампунь TRESemmé Curls & Waves на кожу головы, пару минут массируя пальцами (на длину шампунь не наносим, будет достаточно только пены)
- Качественно смываем.

КОНДИЦИОНИРОВАНИЕ

Кондиционеры и маски



- На мокрые не отжатые волосы наносим большую порцию кондиционера TRESemmé Curls & Waves или увлажняющей маски 3в1 TRESemmé Curls & Waves, отступая 5-10 см от корней.
- Распутываем руками запутанные участки. Расчесываем длину гребнем или расческой с мягкими силиконовыми зубьями.
- Чтобы быстрее достичь увлажнённого состояния волос – «жамкаем» их от кончиков к корням руками до тех пор, пока волосы не станут похожи на пухлые, гладкие и скользкие водоросли.
- Смываем средство через время, указанное в инструкции на упаковке.

НЕСМЫВАЕМЫЙ УХОД

Кремы для волос



- На мокрые не отжатые волосы наносим небольшое количество лёгкого крема TRESemmé Curls & Waves, отступая 5-10 см от корней.
- Для лучшего распределения прочёсываем волосы пальцами или расческой с мягкими силиконовыми зубьями или гребнем.
- Формируем кудри при помощи «жамкающих» движений.
- Можно нанести мусс или средство для стайлинга и приступить к сушке.

СУШИМ ВОЛОСЫ

С феном или без



- Самый оптимальный способ сушки кудрявых волос феном с насадкой – диффузором. Это специальная насадка в форме чаши, куда закладываются пряди волос.
- После полного высыхания на волосах может образоваться твёрдая корочка – это каст и его нужно разбить «жамкающими» движениями от кончиков к корням.

Важные факты

ОБ ЭТАПАХ КУДРЯВОГО МЕТОДА

КОНДИЦИОНИРОВАНИЕ

— это правильное название этапа увлажнения/питания волос, которое заключается в том, чтобы помочь волосам сохранить в себе как можно больше влаги до следующего мытья головы, чтобы волосы были блестящими, эластичными, мягкими, не секлись и не пушились.

Большинство девушек используют кондиционеры и маски неправильно.

НЕПРАВИЛЬНО:

наносить кондиционер/маску на отжатые волосы или волосы, подсушенные полотенцем.

ПРАВИЛЬНО:

наносить кондиционер/маску на мокрые не отжатые волосы, с которых течёт вода. Не переживайте, средство никуда не «утечёт» если бы это было так просто — вам бы тогда не понадобилось его отдельно смывать. Наоборот, такое нанесение поможет легче и качественнее распределить кондиционер/маску по волосам и намного качественнее и быстрее их увлажнить.

Ещё одна популярная ошибка на этом этапе: использовать слишком маленькое количество кондиционера или маски. Многие привыкли лить шампунь на голову стаканами, но в то же время использовать одну горошинку кондиционера на всю длину — это неправильно.

Пропускать этап кондиционирования никогда **нельзя**.

Это первый и самый важный этап ухода именно за длиной, а не кожей головы.



Несмываемый уход необходим для того, чтобы **сохранить волосы увлажнёнными и блестящими** до следующего мытья головы.

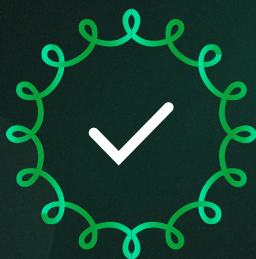
Использование крема для волос помогает избежать пушистости волос, предотвратить сечение и ломкость, избавиться от спутанности и сделать кудри более выразительными.

Несмываемый уход можно использовать для рефреша / это восстановление кудрявой укладки после сна.

Сушка феном с диффузором на минимальной тёплой температуре **абсолютно безопасна** для волос и никак им не вредит.

Наоборот, для волос вредно долго находиться в мокром виде, поэтому если ваши волосы сохнут естественным путём больше 2х часов — предпочтительнее использовать фен.





Кудрявые

ЛАЙФХАКИ



Не расчёсываем волосы между днями мытья головы и непосредственно перед мытьём.



Если вы работаете в помещении с сухим воздухом или на улице жарко – можно сделать увлажняющий спрей из Лёгкого крема TRESemmé Curls & Waves. Необходимо налить в распылитель воды и добавить туда 2-4 помпы крема. Этот спрей можно использовать на протяжении дня, чтобы освежить кудряшки, дополнительно увлажнить и сделать локоны более структурированными.



Чтобы лучше сохранить кудри во время сна – можно использовать шелковую наволочку вместо обычной хлопковой. Шёлк более скользкий и гладкий, поэтому он не будет спутывать кудри во время сна.

ВОЗЬМИ КОНТРОЛЬ НАД СВОИМИ КУДРЯМИ!