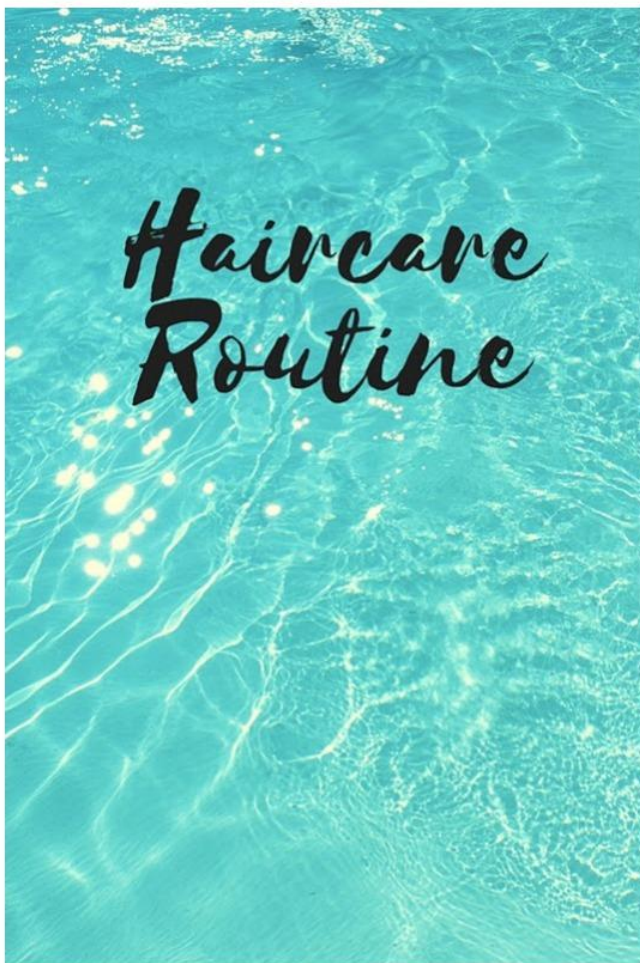


marislilly.de

AKTUELLE HAARPFLEGE ROUTINE

SONNTAG, MAI 29, 2016



Ich habe zwar inzwischen quasi meine natürliche Haarfarbe wieder, allerdings ist diese ja auch aktuell wieder gefärbt und gestrahnt (also aufgehellt in den Längen). Dies war nötig, um all die alten Farbreste und v.a. roten Farbpigmente aus meinem Haar zu bekommen. Man sieht inzwischen auch deutlich meinen aschigen Naturton, der sich doch recht stark gegen meine aufgehellten Längen absetzt. Mir gefällt es so allerdings sehr gut und so (oder so ähnlich) soll es erstmal bleiben. Zum Nachsträhnen muss ich dann in etwa 3-4 Wochen, denke ich. Ich benutze ein buntes Arsenal an Produkten, einige davon finde ich genial und sehr empfehlenswert, andere brauche ich einfach auf. Da hab ich auch häufiger mal daneben gegriffen. Als nächstes möchte ich auch wieder eine teurere Shampoo/Conditioner Kombination ausprobieren. Ich denke an Phyto oder Redken, weil ich damit bereits gute Erfahrungen gemacht habe. Eigentlich möchte ich aber etwas natürliches, sehr wirksames ausprobieren. Habt ihr Vorschläge?

Mein Haar war ultra angegriffen, rau, strapaziert – hoch ja, das volle Programm. Das Färben mit Olaplex hat weitere Schäden sehr gut in Schach gehalten, aber schmuseweich sind sie nur, wenn ich konsistent weiter pflege und sie schone. Darum versuche ich, das Föhnen auf ein Minimum (30 sec – 1 min, am WE nicht) zu reduzieren und ihnen gut Pflege mitzugeben. Das wird zwar immer besser, aber richtig gutes, schönes Haar wächst halt erstmal nach. Dabei versuche ich, die aktuellen Längen so gut es geht zu pflegen. Aktuell verfare ich dabei so:

**Aktuelle
Haarpflege
Routine**

HAARÖL INS TROCKENE HAAR,
MINDESTENS 15 MIN EINWIRKEN
LASSEN

Yves Rocher

HAAR ANFEUCHTEN, REDKEN
INTRA FORCE AUFTRAGEN

REDKEN IntraForce

HAARE KOMPLETT MIT
SHAMPOO WASCHEN, GGF.
CONDITIONER IN LÄNGEN
NACHNEHMEN

alverde Sensitiv & faith in nature

LEAVE IN SPRAY UND
SPITZENFLUID INS FEUCHTE
HAAR

L'Oreal / Kiehl's / alverde

Liest sich aufwendig, aber ich verfare schon sehr lange nach dem CWC-Prinzip: Conditioner – Waschen – Conditioner. Ich packe mir das oben erwähnte Haaröl entweder über Nacht in die Haare oder gleich nach dem Aufstehen. Ich liebe das Yves Rocher Öl und habe bereits darüber berichtet. Tolles Zeug! Dann mache ich mein fixes Morgen-Workout.

Im Anschluss mache ich die Haare nass und verteile das REDKEN IntraForce Pre-Conditioner in den Längen. Manchmal gebe ich auch etwas bis an den Haaransatz, verreihe es aber nicht auf der Kopfhaut. Das lasse ich ein wenig einwirken. Man hat dann ordentlich Kram aufm Kopf, das wasche ich erstmal normal mit Shampoo aus. Alle paar Tage nehme ich dabei das Faith of Nature, ansonsten und häufiger das alverde Shampoo, das deutlich weniger austrocknend ist. Schade, dass es ausgetestet wird. Vielleicht hole ich mir davon noch ein Backup. Das finde ich richtig gut! Dann nehme ich nochmal einen Conditioner (aktuell noch den von Überwood, mochte ich sehr!) & wasche alles aus. Im handtuchtrockenen Tuch versprühe ich entweder das L'Oréal Doppel Elixier Spray oder das Color Protect Treatment von Kiehl's. In die Spitzen kommt ein wenig Haarspitzenfluid (Kiehl's) oder -öl (alverde). Fertig.

