

— CHLEOPATRA —
NATURLIG HÅRMASKE
FRI FOR KEDELIG KEMI

#HÅRKUR #GUIDE

CHLEOPATRA

NATURLIG HÅRMASKE FRI FOR KEDELIG KEMI

NATURLIG BEHANDLING AF HÅRET

Få et sundt og lækkert hår med disse unikke hårmaske tips.

WWW.CHLEOPATRA.DK

© 2017 Chleopatra Oils



OM OS

CHLEOPATRA OILS

Bag familievirksomheden CHLEOPATRA finder du Liezel & Morten.

Vi startede med at forhandle helt rene vegetabiliske olier til huden og håret tilbage i 2013. Vi er selv vilde med olier, da de tilbyder så mange gode anvendelsesmuligheder og besidder nogle rigtig gode egenskaber.

Vi går så vidt muligt altid efter uraffineret, koldpresset og økologiske olier. Vi bryder os nemlig ikke om efterbehandlede olier, så den slags finder du ikke på CHLEOPATRA.

I dag har vi dog udvidet sortimentet og tilbyder nu også andre rene varer i form af blandt andet æteriske olier, mineralske ler, blomstervand (skintonic) samt andre råvarer og tilbehør til egne blandinger.



Rene varer

Vi har valgt de rene varer fordi, vi føler der er alt for mange kedelige kemikalier i de produkter, der er at finde på det kommercielle danske marked.

Vores værdier:

- Gør noget godt for mennesker
- Rene naturprodukter – Ingen kunstige kemikalier
- God kvalitet
- Miljøvenligt
- Informativ og inspirerende
- God kundeservice
- Ingen test på dyr
- Økologiske produkter
- Vegan-venlige skønhedsprodukter
- Zero Waste

Giv dit hår en pause

Du tænker sikkert ikke så meget over det. Men faktum er, at dit hår bliver udsat for både kemikalier, forurening og hårde prøvelser i løbet af hverdagen.

Det er alt sammen med til at belaste det og over tid, kan det nemt komme til, at se trist og ødelagt ud.

Men ved at give det en pause fra hverdages strabadser, kan du give dit hår et helt nyt liv.

Alt fra de produkter du normalt vasker håret med, som shampoo og balsam indeholder typisk mange kedelige ingredienser, der kan gøre dit hår helt forpustet. Samtidig udsætter du dit hår for varme, kulde forurening fra bilos, cigaretrøg og meget mere. Du anvender måske også føntørrer, krøllejern eller glattejern, der endvidere belaster dit hår.

Resultatet er, at dit hår over tid, bliver mere og mere trist, virker ødelagt og mister sin glans.

Det kan du rette op på ved brug af en helt naturlig hårkur. Vi bringer dig fem af de bedste tips i denne guide.

Det handler først og fremmest om, at give dit hår en velfortjent pause fra ovenstående. Træk stikket ud for din hårtørrer og lad håret lufttørre. Spar på shampoo og balsam og prøv noget nyt.

Naturligt er bedst

Dit hår er helt naturligt.

Det har brug for vitaminer, vigtige fedtsyrer og mineraler som alle er med til at give dit hår et godt boost.

Du kan vælge at give det en enkel ingrediens, der hjælper til med dette boost, eller du kan blande flere ingredienser, som tilsammen giver håret præcis, hvad det har brug for.

Vitaminer, fedtsyrer og mineraler er vigtige for, at din krop kan fungere godt, og vitaminmangel kan i øvrigt føre til en række sundhedsmæssige problemer, hvilket er en af de mange årsager til, at en balanceret kost også er utrolig vigtig.

Håret og særligt hovedbunden har også brug for vitaminer. Heldigvis optager kroppen ikke kun vitaminer, mineraler og fedtsyrer igennem det du tager indenbords, men også igennem det du lægger på huden. Det er derfor det også er meget vigtigt, at du er bevidst om hvilken hudpleje du generelt anvender.

Disse vigtige ingredienser er med til at booste dit hårs styrke, glans og sandsynligvis endda dets evne til at gro.

Vi har derfor samlet fem af de bedste helt naturlige tips til en god hårkur med hårmasker, der kan give dit hår en pause fra de daglige kemikalier og nyde de gode ingredienser. Prøv dem og du vil opdage effekten allerede første dag.



#1 - Hårmaske med æg, honning og avocado olie

Et af de bedste midler til et sundt, blødt og mere levende hår, finder du i dit eget køleskab.

Snup et **æg** fra køleren og gå straks i gang.

Det rå æg er i sandhed en naturlig mirakel-ingredients.

Æggeblommen er rig på fedt og proteiner og er utrolig fugtgivende.

Æggeghviden til gengæld, indeholder bakterier-dræbende enzymer som fjerner uønskede olier.

Æggeblommer er rige på mineraler og vitaminer, hvilket gør dem perfekte til pleje af håret.

Du kan enten anvende ægget alene, eller endnu bedre, blande det sammen med eksempelvis honning og avocadoolie olie.

Avocadoolie hjælper med at fugte og blødgøre hovedbunden samtidig med at den tilfører en masse essentielle fedtsyrer (omega-3, 6, 7 og 9) og vitaminer (A, B1, B2, D og E) som sammen styrker håret, giver det mere glans og fylde og samtidig genopbygger håret struktur.

Honning indeholder en lille smule vitaminer men er særlig rig på mineraler, der både nærer og beriger håret.

Hårtyper:

Passer alle hårtyper, dog særligt velegnet til kemikalie træt og ødelagt hår.

Ingredienser:

- 2-3 æg
- 3 spiseskefulde honning, gerne akacie
- 2 spiseskefulde [avocadoolie](#)



Fremgangsmetode:

Til normalt hår bruges hele ægget som balsam for håret.

Æggehviden bruges kun til fedtet hår, mens æggeblommen fugter tørt og tyndt hår.

Brug 1 dl uanset hvilken æggeblanding der er passende for dit hår og anvend det til at rengøre og fugte håret.

Start med at piske indholdet roligt sammen, nok til, at du ikke kan skelne ingredienserne fra hinanden, men ikke så meget, at ægget bliver til en masse.

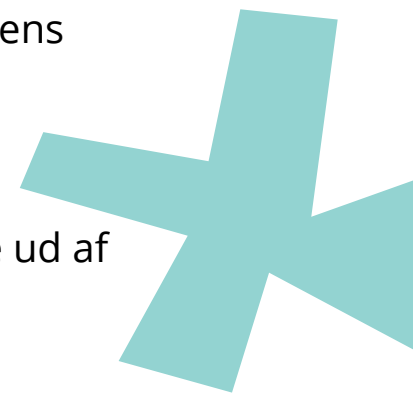
Fordel indholdet i lettere varmt, fugtet hår. Sørg for at komme det i hele håret og vær særlig opmærksom på hovedbunden og hårspidserne.

Hvis der ikke er æg nok til at belægge håret og hovedbunden, bruges mere efter behov.

Lad det sidde og virke i en 20-30 minutters tid og skyl herefter med koldt vand (for at forhindre ægget i at blive til mad i håret skal du bruge koldt vand). Når det hele er ude, kan du eventuelt vaske efter med [shampoo](#).

Hele æg og æggeblomme-behandlinger kan anvendes en gang om måneden mens æggehvide-behandlinger kun bør anvendes hver anden uge.

OBS: Vær i øvrigt opmærksom på, at det kan være meget svært at få æggehvide ud af håret og husk nu at bruge koldt vand.





#2 – Hårmaske med rasul ler, blomstervand og argan olie

Rasul også kendt som ghassoul, lava ler og Rhassoul. Rhassoul kommer fra det arabiske ord 'rassala', hvilket betyder at vaske. Rasul ler anvendes også som et naturligt middel til netop at vaske kroppen og håret med.

Denne naturlige mineralrige ler er blevet udvundet i Atlasbjergene i Marokko siden det 8. århundrede. Det kombineres traditionelt med vand for at rense kroppen og er blevet brugt dagligt af marokkanske kvinder i århundreder for at erstatte både sæbe og shampoo.

Rasul ler kan øge hudens elasticitet, reducere pletter og hudorme samt reducere hudens og hovedbundens tørhed eller tendens til at danne flager.

Rasul er unikt fra andre lerarter, fordi det har et meget højere mineralindhold - især silica, men også kalium, magnesium og calcium. Dette gør det yderst gavnligt til hårvask. Silica er afgørende for at forhindre hårtab og stimulere ny vækst af håret.

Af blomstervand anbefaler vi rosenvand, men andre typer som eksempelvis tetrævand kan også anvendes. Blomstervand er rent vand, der stammer fra ekstraktionen af æteriske olier. Det har en rensende og beroligende effekt samtidig med at det virker som toner til huden.

Hårtyper:

Passer alle hårtyper. Vær dog opmærksom på, at des længere dit hår, des mere skal der bruges.

Ingredienser:

- 3-4 spiseskeer [Rasul ler](#)
- Nok [Rosenvand](#)
- 2 spiseskeer [Argan olie](#)



Fremgangsmetode:

Tag en skål, der ikke er lavet af metal (plastik, træ eller glas) og læg rasul leret heri.

Tilføj nu argan olien.

Tilsæt langsomt rosenvand lidt efter lidt, samtidig med at du mikser det sammen med en ske (skeen du anvender skal også være af plastik eller træ). Blandingen er færdig, når den bliver til

en fin blød og smørbar masse (mængden rosenvand, der er nødvendig kan variere for at opnå dette – derfor er der intet mål for rosenvand. Du skal blot bruge nok.

Grunden til, at du ikke må bruge en metalskål eller ske er fordi metallet fratager leret dets gode egenskaber.

Din lermaske er nu klar til at blive anvendt som hårmaske.

Påfør gerne før et brusebad, så du kan skylle det ud, når du er færdig.

Start med at gøre dit hår vådt i varmt vand.

Kom masken i hele håret, men start ved hovedbunden og ælt det ind som du ville gøre det med shampoo. Når hele din hovedbund er mættet, glat den resterende maske på din hårlængde.

Når alt håret er smurt ind lader du det sidde nogle minutter. Gerne 5-7 minutter, men skyl det ud inden det bliver helt tørt. Du kan eventuelt sprøjte lidt mere rosenvand på, hvis du ønsker at have det siddende lidt længere.

Du kan eventuelt anvende en badehætte, hvis du ønsker at foretage dig andre ting, mens masken arbejder med dit hår.

Efter 5-7 minutter skylles masken meget grundigt af med varmt vand.

Du kan vaske efter med en [naturlig sulfatfri shampoo](#). Denne del er valgfri, da rasul ler virker som en naturlig shampoo i sig selv.

Når dit hår tørrer, bliver du forbløffet over, hvor fyldigt, rent og blødt det føles og ser ud.



#3 – Hårmaske med kokosolie og banan

Kokosolie indeholder vitaminer og særlige typer af fedtsyre med antibakterielle og antimikrobielle egenskaber, som er meget nærende for kroppen. Det forhindrer og afhjælper eksempelvis skæl i hovedbunden og tør hud.

Strukturen i kokosolie gør det muligt for den, at trænge ind i håret på måder, som andre olier ikke kan. Derfor oplever nogle mennesker bemærkelsesværdige resultater relativt hurtigt, når de bruger kokosolie til håret. Kokosolie kan sagtens anvendes helt alene – også i håret, men vi spæder denne opskrift lidt op med en lækker frugt.

Banener er gode for dit hår og hovedbund. De forbedrer håndterbarheden og giver glans, forebygger og kontrollerer skæl og giver samtidig fugtighed til din hovedbund. Bananer er rige på kalium, naturlige olier, kulhydrater og vitaminer, som hjælper med at blødgøre håret og beskytte hårets naturlige elasticitet, hvilket forhindrer splittede ender og brud.

Hårtype:

Passer til de fleste hårtyper og er især velegnet til et fint og tyndt hår. Kokosolie er dog ikke for alle og derfor kan personer med tørt hår måske opleve, at en anden olie vil passe bedre.

Ingredienser:

- ½-1 banan
- Ca. 1 dl [kokosolie](#)



Fremgangsmetode:

Sæt kogende vand i en gryde eller skål.

Tag en ny skål (der tåler varme) og læg kokosolie i. Skålen med kokosolie sættes i det varme vand, så olien smelter. Lad det stå lidt herefter, så det ikke er for varmt.

Mos bananen med en gaffel og bland kokosolien i mens du mikser det sammen.

Gør håret fugtigt med varmt vand og begynd at fordele indholdet til håret. Sørg altid for at komme ekstra godt rundt på hovedbunden og ud i hårspidserne.

Lad masken sidde i håret i en 20-30 minutter.

Skyld derefter håret rent med lunkent vand og vask det eventuelt med en mild [sulfatfri shampoo](#).

Det står dig frit for at skifte imellem disse forskellige hårkure. På den måde, vil du opleve effekten af dem alle og måske finde din helt personlige favorit.


Det er også muligt, at opnå bedre resultater, hvis du kombinerer nogle af opskrifterne. Det fantastiske ved disse DIY opskrifter er jo, at der ingen regler er.

Du bestemmer – God fornøjelse!

CHLEOPATRA

Sigbrits Allé 3, 4. tv
2300 København S

CVR: 31507855

 +45 501 502 01

 kontaktos@chleopatra.dk

 www.chleopatra.dk

WWW.CHLEOPATRA.DK

NÅR DET ER TID TIL OLIE