

Spis treści

Wstęp..... 5

Rozdział 1. Współcześnie o fryzjerach 9

Rozdział 2. Aktualne trendy 12

Rozdział 3. Współczesna koloryzacja 14

Rozdział 4. Rodzaje koloryzacji 17

Rozdział 5. Strzyżenie dzieci 21

Rozdział 6. Jak często podcinać włosy 22

Rozdział 7. Zniszczone włosy i rozdwojone końcówki 24

Rozdział 8. Włosy przetłuszczające się. Jak sobie z nimi radzić

i czego unikać 27

Rozdział 9. Wypadanie włosów 30

Rozdział 10. Łysienie 33

Rozdział 11. Dekoloryzacja 34

Rozdział 12. Trwała ondulacja 36

Rozdział 13. Superprodukty 40

Rozdział 14. Trzy bardzo ważne elementy w dbaniu o włosy 43

Rozdział 15. Jak dobrać kolor włosów i fryzurę 44

Rozdział 16. Tonizowanie/tonowanie włosów

-jaki toner wybrać

Rozdział 17. Przedłużanie, doczepianie i zagęszczanie włosów
.....51

Rozdział 18. Wszystko, co powinnaś wiedzieć o włosach blond

...55 Rozdział 19. Jak pielęgnować farbowane włosy,

co przyspiesza wypłukiwanie się koloru 58

Rozdział 20. Keratynowe prostowanie włosów 63

Rozdział 21. Naturalna koloryzacja 65

Rozdział 22. Zabiegi i usługi dla włosów naturalnych 66

Rozdział 23. Testy na włosach 68

Rozdział 24. Proteiny, emolienty i humektanty 70

Rozdział 25. Szkodliwe składniki w produktach do włosów 72

Rozdział 26. Jak odżywić włosy 73

Rozdział 27. 10 sposobów na piękne włosy 75

Rozdział 28. Jak rozpoznać dobrego fryzjera 80

Rozdział 29. 50 superrad fryzjerskich 33