

BESVARA DESSA FRÅGOR INFÖR DIN KONSULTATION

Beroende på din hårtyp, struktur, hårets historia, ditt engagemang, dina övriga produkter osv så behöver alla hår olika vård och olika produkter. Här följer en liten quiz som kan väcka din förståelse och gör det lättare att förstå dina behov och hitta rätt i min webbshop.

Fråga 1.

Det finns 4 hårtyper som alla behöver olika vård och olika produkter. Tex. ett glashår eller asiatiskt hår räknas som rakt eller vågigt. Ett afrohår räknas som krulligt osv.

Kryssa i den typ som du upplever matchar mest med ditt hår.

- a) Rakt
- b) Vågigt
- c) Lockigt
- d) Krulligt

Fråga 2.

Om hårstråna är av tjockare och grövre kvalitet så är håret ofta torrare. Om stråna är tunnare och finare behöver de mindre fukt för att inte bli för tungt.

Kryssa i den typ som du upplever matchar mest med ditt hår.

- a) Tunnare/finare strån
- b) Ganska blandat pga att de vita kryper fram
- c) Tjockare/grövre strån
- d) Har väldigt tunt och lite hår så har inte tänkt på det

Fråga 3.

Vad är ditt önskade hår-läge? Hur vill du i första hand att håret ska se ut och uppfattas? Stort, friskt, mjukt,....

- a) Jag vill ha ett lättskött hår som håller ihop lockarna i några dagar
- b) Jag önskar mer volym och fyllighet i mitt hår
- c) Jag önskar att håret skall bli mindre frissigt och lugnare, det är så stort just nu
- d) Jag vill ha ett mjukt hår som jag kan dra fingrarna igenom

Fråga 4.

De basprodukter (schampo, balsam & inpackning) du använder är väldigt viktigt för hur ditt hår mår. Bara för att det står på din produkt att den är för lockigt hår betyder inte det att just DEN passar till ditt hår. Tänk efter vad den har för egenskaper. Matchar det vad ditt hår behöver?

Kryssa i det alternativ som matchar bäst med dina produkter.

- a) Jag känner mig helt lost och vet inte alls vad jag behöver till mitt hår
- b) Jag använder de produkter som min familj köper hem, det brukar funka
- c) Jag använder produkter som jag sett på sociala medier och har beställt från utlandet
- d) Jag använder produkter som jag fått rekommenderat av någon som förstår lockigt hår

Fråga 5.

Vad är det i de produkterna du använder nu? Det går oftast att läsa sig till på framsidan. Är det speciellt för veganer eller för torrt hår?

Kryssa i det alternativ som matchar bäst med dina produkter.

- a) Har ingen aning, har aldrig läst på dem jag använder
- b) Jag använder bara CGM produkter eller Low poo
- c) Jag får lätt allergiska reaktioner men vet inte mot vad
- d) Jag använder produkter som jag tror ska funka, men får ändå inte till det

Fråga 6.

Det finns mycket som påverkar hårets glans och välmående. Hur ofta använder du hårinpackning?

Kryssa i det alternativ som matchar mest med dina rutiner.

- a) Aldrig gjort inpackning, vad är det
- b) Ibland, kanske 2-4 gg/ år
- c) Ganska regelbundet 1 gg/månad
- d) Ofta, vid varannan eller varje tvätt

Fråga 7.

Vilken typ av inpackning använder du? En olja är ingen inpackning även om det ger håret en viss healing och skydd. Gör du din inpackning på rätt sätt så att den gör nytta i håret?

Kryssa i det alternativ som matchar mest med dina rutiner.

- a) Jag vet inte alls hur inpackning funkar
- b) Jag tror att jag gör rätt eller har någon på hyllan som jag köpt billigt nånstans
- c) Jag gör alltid inpackning efter balsam
- d) Jag har läst boken Självfallet och har koll på hur man gör inpackning på rätt sätt

Fråga 8.

Har du gjort någon kemisk behandling på håret de senaste 5 åren? Har det håret klippts bort eller finns det kvar i håret? (räkna ut eftersom det växer ca.1 cm/månad) Färg, avfärgning, toning, blekning, egen brunn osv. Allt detta påverkar håret och behöver tas med i beräkningen.

Kryssa i det alternativ som matchar bäst med dina rutiner.

- a) Jag låter solen göra sitt
- b) Jag färgar eller gör lite effekter några gånger per år
- c) Jag bleker slingor eller färgar håret regelbundet
- d) Jag byter ofta hårfärg totalt, gillar att variera mig

Fråga 9.

Hur föredrar du att torka ditt hår? Använder du en trätt på fönen eller låter det självtorka? Hur håret ligger när det torkar har en stor betydelse för resultatet.

Kryssa i det alternativ som matchar mest med dina rutiner.

- a) Jag låter alltid håret självtorka
- b) Jag har inte tid att torka håret med fön
- c) Jag torkar oftast med fön & trätt, åtminstone tills det är 50-80% torrt
- d) Mina lockar blir alltid finast när de får torka i en trätt med låg värme

Fråga 10.

Hur ofta klipper du håret? Om du sköter håret bra till vardags, så blir det inte så fort slitet och behöver klippas pga slitage. Har du en kortare frisyrr som kan tappa formen, så behöver det klippas oftare.

Kryssa i det alternativ som matchar mest med dina rutiner.

- a) Min familj klipper det nån gång per år när jag ber dem
- b) Jag klipper topparna själv när jag ser att de klyver sig
- c) Jag går till frisör ca.2-3 gg/år
- d) Jag går till en frisör regelbundet som förstår mitt hår