

Guide Alimentaire Pour Une Meilleure Pousse de Cheveux
Crépus, Bouclés, Frisés

Sommaire

<u>Sommaire</u>	2
<u>Introduction</u>	3
<u>Boisson à privilégier</u>	5
<u>Une boisson cruciale pour une bonne pousse de cheveux</u>	5
<u>Nourritures à privilégier</u>	6
<u>Deux éléments cruciaux pour une bonne pousse de cheveux</u>	6
<u>Cinq éléments indispensables à une bonne pousse</u>	10
<u>Stimuler la circulation sanguine</u>	14
<u>Encourager la repousse des cheveux</u>	15
<u>Aliments à éviter pour une meilleure pousse de cheveux</u>	16
<u>Régularité et Persévérance</u>	17
<u>Conclusion</u>	18
<u>Crépus, Bouclés, Frisés</u>	19
<u>Remerciements</u>	20

