

Met een beetje geluk is de huid nu wel bijgekomen van het tieneravontuur. Hoewel bijna niet één vrouw ontkomt aan het maandelijks bezoekje van een puistje hier of daar. Heb je het in je tienerjaren erg bont gemaakt qua zonuren, dan zullen nu de eerste tekenen van huidveroudering de kop opsteken in de vorm van pigmentvlekken en kraaienpootjes. Ook rokers en drinkers gaan de effecten zien. Een doffe huid door slechte doorbloeding, slappe huid en wallen zijn het gevolg van afvalstoffen die niet goed kunnen worden afgevoerd.

Zo verzorg je je huid

Om het huidvernieuingsproces te stimuleren, is goed exfoliëren essentieel. Hiermee verwijder je dode huidcellen die je huid dof maken en krijgt celvernieuwing een boost. Dit kun je simpelweg doen met een washandje. Maar nog fijner is een heerlijke scrub of peeling. Een scrub heeft als basis fijne korreltjes en een peeling is een gladde lotion op basis van enzymen en/of salicylzuur (beter geschikt voor gevoelige huidjes). Ze geven een heerlijk schoon en luxe gevoel en je huid ziet er daarna een stuk helderder uit. Gebruik dagelijks (ook 's nachts) een moisturizer waar anti-oxidanten in zitten, zoals vitamine C, E en co-enzym Q10.

Bij de specialist

Professionele peelings worden in deze leeftijdscategorie interessant. Er zijn allerlei verschillende soorten, maar een fruitzuurpeeling is het geschiktst voor de jongere huid. Je ziet een enorm verschil met zo'n peeling van de schoonheidsspecialist, omdat ze dieper werken dan de varianten voor thuis. En ga je regelmatig, dan is het thuis alleen nog maar een kwestie van onderhoud. Beginnende fijne lijntjes krijgen zo veel minder de kans. ➔



- 1 Hannah Enzymatic Skin Peeling (€30). Een peeling op enzymbasis is zeker voor de gekleurde huid een aanrader. Zo zacht dat je 'm zelfs onder je ogen kunt gebruiken.
- 2 Nivea Visage Q10 (€14,39). Investeer nu alvast in een rimpelvrije toekomst.
- 3 Vichy Aqualia Antiox (€29,95). Detoxificerend serum voor een stralende huid.

FOUNTAIN OF YOUTH

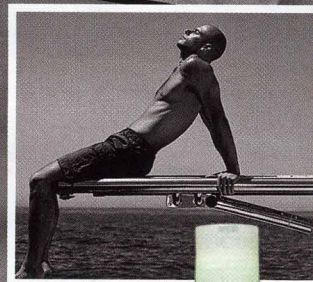
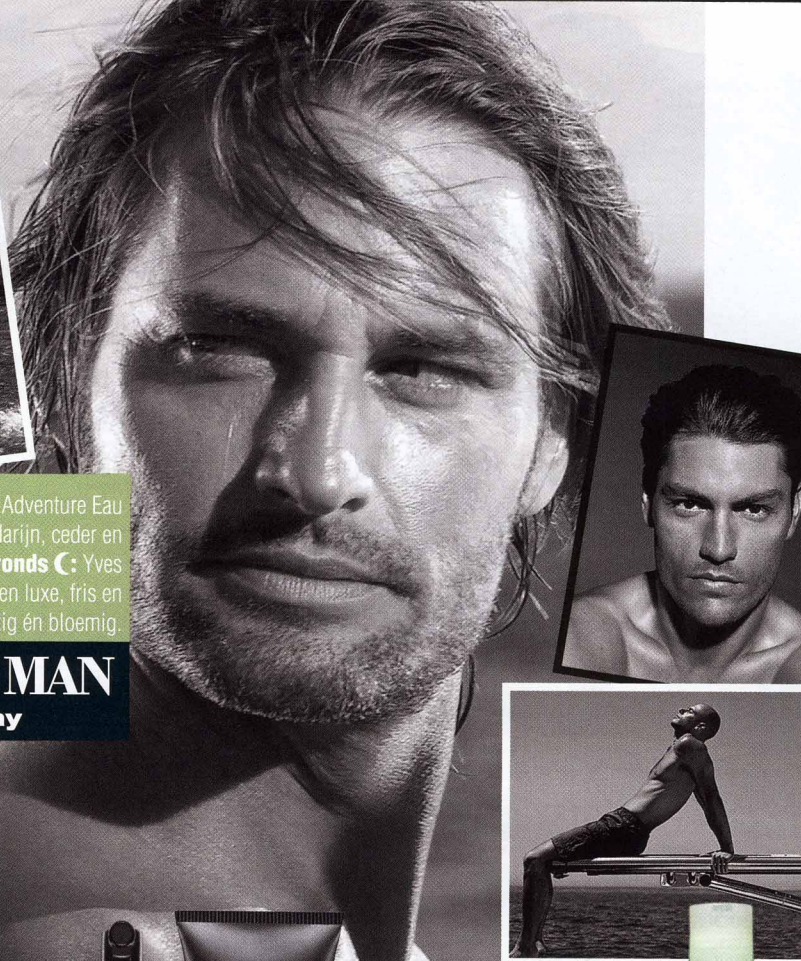
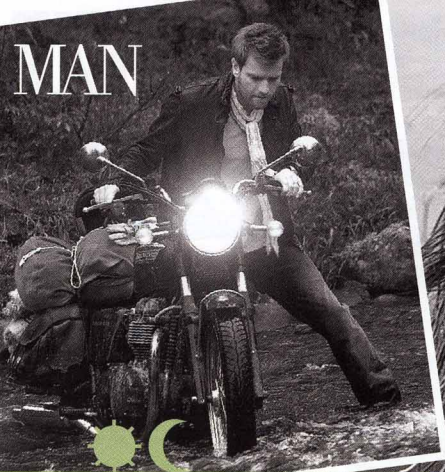
- 1 Houd de lippen te allen tijde gehydrateerd. Gebruik hiervoor een verzorgende gloss. Gehydrateerde lippen maken dat je er gezonder en jeugdiger uitziet.
- 2 Een slapeloze nacht hoeft zich niet te vertalen naar je gezicht. Een koud washandje ertegenaan voor je je make-up aanbrengt, maakt je huid weer stralend.

3 Vanaf ongeveer dertig jaar is iedere vrouw gebaat bij foundation. Na die magische grens verliest de huid glans en is hij minder egaal. Een foundation trekt de boel optisch weer strak.

4 Het is een misconceptie dat lang haar jeugdig maakt. Ook haar wordt met de jaren minder glanzend. Knip doffe punten af en ga voor een pony. Dat maakt jeugdige,

en verbergt voorhoofdriempels.

5 En tot slot: geen paniek als je de eerste tekenen van ouder worden in de spiegel ziet. Je kent jezelf nu al een hele tijd. Een nieuw kapsel, make-upje of huidverzorgingsproduct kan ervoor zorgen dat je weer met frisse ogen naar jezelf kijkt. Maar voer liever niet te veel veranderingen in één keer uit. Het zijn de kleine dingen die het doen.



Zijn geur **Overdag** ☀️: Davidoff Adventure Eau Fraiche (€ 62). Natuurlijk fris door mandarijn, ceder en basilicum, maar ook oh zo verleidelijk. **'s Avonds** 🌙: Yves Saint Laurent L'Homme (€ 52,50). Robuust en luxe, fris en toch ook charismatisch, houtig én bloemig.

DE ADVENTURE MAN

ONZE MAN: Josh Holloway



In de badkamer Voor ☀️🌙 zie kader, rest van links naar rechts • Axe Twist Deodorant Bodyspray (€ 3,69) voor tintelfrisse oksels • Geen baard te stug voor de Murad Man Cleansing Shave (€ 40,95) • Bye bye kopje met vet met de Kérastase Homme Capital Force Anti-Gras shampoo (€ 16,50) • Tijd voor wrinkle rehab met de Clinique Skin Supplies for Men Age Defence for Eyes (€ 30) • Garnier Fructis Style Ultimate Gel Survivor (€ 4,99) is vocht-, hitte- én windbestendig • Dé vochtboost: Hannah Clear Sparkling Spray (€ 38) met aloë vera en vitamine C • Bodylotion for guys: Biotherm Homme Aqua Power Body Fluid (€ 28,55)