

BEAUTY SECRETS

INTERVIEW

COSMETISCH ARTS

Annebeth

KROESKOP

Als specialist op het gebied van huidverbetering en anti-aging moet **Annebeth Kroeskop** (35) natuurlijk immer flawless en jeugdig voor de dag komen. Dit zijn haar beautygeheimen.

HIGH MAINTENANCE

'Ik ben kritisch op mijn uiterlijk, mijn gezicht is natuurlijk mijn visitekaartje. Al ga ik niet tot het uiterste. Zo ga ik bijvoorbeeld helemaal niet zo vaak naar de kapper. Maar, toegegeven: mijn beautyroutine is best high maintenance. Het hoort natuurlijk wel bij mijn vak.'

HONKVAST

's Ochtends was ik mijn gezicht met de Clarisonic, zonder cleanser. Daarna gebruik ik de fruitzuurpeeling en het Day Collagen-serum van QMS Medicosmetics. De peeling is heel mild en kun je gerust elke dag gebruiken. Voor het slapen gaan gebruik ik wel een cleanser, één die niet schuimt zodat je huid niet uitdroogt. Daarna de Night Collagen en soms een MD Lash-wimperserum voor volle wimpers. Je gebruikt deze in kuurvorm. Het werkt echt!' →



Mijn geheim? Goed slapen én een goede zonnefactor

SLAAP EN SPF

'Mijn anti-aging geheim is goed slapen. Als ik slecht slaap, heb ik meer wallen, dikkere ogen en ga ik meer eten. En ik gebruik altijd een goede zonnefactor. In de winter is die in mijn getinte dagcrème voldoende, in de zomer heb je meer nodig. Daar moet je een beetje creatief in zijn, omdat je niet je make-up wilt verpesten natuurlijk. Ik ga voor een fijne spray of poedervormige SPF.'

BOTOX

'Mensen denken dat je als cosmetisch arts de hele tijd dingen bij jezelf aan het doen bent. Ik heb natuurlijk heus wel het een en ander uitgeprobeerd, maar ik ben daar sinds een paar missers voorzichtiger in. Wat ik wel standaard doe? De lijntjes in mijn voorhoofd en mijn kraaienpootjes behandel ik met botox. Ook heb ik heel erg last van couperose (kleine rode gesprongen adertjes), die laat ik een paar keer per jaar weglaseren. En ik ga maandelijks voor een facial naar de schoonheidsspecialist.'

SPORTIEVELING

'Ik ben altijd al sportief geweest en probeer gezond te eten. Ik hou van de voedingsboeken van Laurianne Ruhé en Rens Kroes. Ik probeer daarin mee te gaan - zo maak ik groentesapjes als ontbijt - maar ben niet heel erg streng. Ik ga twee keer per week naar de sportschool voor een crossfit-achtige training, waarvan meestal één keer met een personal trainer. Krachttraining maakt een groeihormoon aan dat goed is voor je huid en haar. Daarnaast doe ik twee keer per week aan yin yoga. Daar leer je vooral ontspannen en het stretchen van je deep tissue (bindweefsel, red.). Als ik niet sport, voel ik me direct minder goed.' ■

TOP € 179,95, Tramontana.eu. **COLBERT** € 149,95 en **BROEK** € 99,95, Imperialnederland.com. **ARMBAND** € 120, Calvinklein.com.



Zien hoe het er backstage aan toegaat? Scan de QR-code en bekijk het filmpje, of surf naar Flairathome.nl/video

INTERVIEW: EMMA WAGENAAR. FOTOGRAFIE: MARGRIET HOEKSTRA. STYLING: NANJA BRAKENHOFF. VISAGIE: MARJIE KOELEWIJN VIA ANGELOUVE HOORN MANAGEMENT.

DE 6 LIEVELINGS- PRODUCTEN VAN Annebeth



DUBBEL PLEZIER

'Deze getinte dagcrème geeft een heel natuurlijke dekking en beschermt tegen de zon.'

SKINBOOST

'Ik probeer heel veel uit, maar kom uiteindelijk toch altijd weer hierbij uit.'

POWER BRUSH

'De Clarisonic gebruik ik al sinds 2009. In Amerika is-ie al heel lang hot.'

OPKIKKERTJE

'Deze huidopfrisser met kasjmier is perfect voor in het vliegtuig en kun je gerust over je make-up heen sprayen.'

HAAR-SOS

'Mijn favoriete product tegen een geïrriteerde hoofdhuid en voor het verzachten van droge punten van lang haar.'

VAVAVOOM

'Geeft mijn haar het hoognodige volume en houdt het langer in model.'

1. LAURA MERCIER TINTED MOISTURIZER SPF 20 € 48, Skins.nl
2. QMS MEDICOSMETICS DAY COLLAGEN 50 ml € 90, Qmsmedicosmetics.com
3. CLARISONIC PRO € 189,95, Clarisonic.nl
4. BEAU DE L'OR DIVINE SENSATION REFRESHING SKIN ACTIVATOR € 24,95, Beaudelor.nl
5. MERINO REVITALISING LANOLIN HAIR TONIC 75 ml € 23,50, Merino-skincare.nl
6. PUREOLOGY PERFECT 4 PLATINUM MIRACLE FILLER 145 ml € 23,45, Pureology.nl