

Chapter 50

ALS JE DENKT DAT JE LEVEN BIJ VEERTIG BEGINT; THINK AGAIN EN WACHT TOTDAT JE DE VIJFTIG AANTIKT. HET WORDT ALSMAAR BETER! ALDUS KARIN BARNHOORN, HET CREATIEF BREIN ACHTER HAAR BLOG CHAPTER FIFTY.

FOTO Laura Gommans

WAT IS CHAPTER FIFTY PRECIËS?

'Chapter Fifty is letterlijk mijn volgende hoofdstuk – ik word dit jaar 52. Het is een personal lifestyle blog waarin ik deel wat mij inspireert als 50+ vrouw; een community voor en door 50+ vrouwen. Er komen binnenkort leuke samenwerkingen met guest editors die hun sporen verdiend hebben. Wat ons bindt is (luxury) lust for life. De nadruk van Chapter Fifty ligt op reizen, health, art en beauty. Oja, en fashion natuurlijk.'

WAAROM (EN VOOR WIE) BEN JE CHAPTER FIFTY GE-START?

'Na de overname van Designer-Vintage.com kreeg ik naast financiële vrijheid ook nog iets anders terug – na zeven jaar 24/7 achter de laptop zitten – in de vorm van tijd. Dat is pas luxe! Tel daar een hoofd vol content én oprechte verbazing over hoe vijftigplussers in de markt omschreven worden – als in lid worden van omroep Max en de 50+ beurs bezoeken. Hier moest ik iets mee. Ik herken niet alleen mezelf niet in dat profiel, maar ook vrouwen in mijn omgeving niet. Ik zie krachtige, zelfstandige vrouwen die veel plannen hebben, financieel onafhankelijk zijn en midden in het leven staan. Zij zijn mijn inspiratie voor mijn blog, het voelt voor mij als een logische stap om voor deze groep een soort ambassadeur te zijn.'

WAT IS JE GOUDEN BEAUTYTIP?

'Bindweefselmassage! Dat is mijn nummer een beautyverslaving. Ik kom al jaren elke maand bij Jannet van Just Skin die volgens de hannah methode werkt. Nummer twee is tretinoïne (vitamine A zuur) crème. In Nederland te krijgen via de dermatoloog, maar in bijvoorbeeld Frankrijk of Portugal gewoon bij de

apotheek te krijgen. Dit gebruik ik twee keer per week 's nachts.'

HOE IS JE BEAUTYROUTINE OVER DE JAREN VERANDERD? VAN 20 NAAR 50?

'Dat is eigenlijk niet echt veranderd, wat meer serums hier en daar en producten met meer ingrediënten voor de rijpere huid, maar in de basis hetzelfde. Goed reinigen, goed smeren, veel water drinken en een hoge SPF gebruiken! Ik ben al heel jong begonnen elke dag oogserum te gebruiken. Daarnaast gebruik ik weinig make-up en heb ik nooit een make-up bag bij me. Alleen een rode lippenstift (Rouge Allure van Chanel, no. 97) en een lippenbalm zit er in mijn tas.'

WAT MAAKT OUDER WORDEN ZO LEUK?

'Je hebt al wat hobbels in life geno-

men en hoeft niet meer zo nodig. Ik heb ook geleerd dat het wel goed komt als je iets loslaat. Ik ben nieuwsgierig naar wat er nog op mijn pad komt, bruis van de energie en nieuwe ideeën. Ik heb het altijd fijn gevonden om onafhankelijk te zijn en dat gevoel is nu nog sterker.'

HOE KIJK JIJ AAN TEGEN HET HEERSENDE SCHOONHEIDSBEELD VAN NU?

'Hier zet ik mijn vraagtekens bij en de uitdrukking beauty is skin deep komt meteen op. Als je op een dwangmatige manier met schoonheid bezig bent, ga je andere zaken over het hoofd zien. Belangrijkere dingen zoals het ontwikkelen van je persoonlijkheid en daarmee je uitstraling, die zijn namelijk onlosmakelijk met elkaar verbonden. Knap zijn is ook relatief natuurlijk.

Voor mij geen botox en/of fillers. Als ik naar twintigers kijk die botox gebruiken, vraag ik me af hoe zij oud willen worden. Als Joan Rivers of als Helen Mirren? Ik weet 't wel. En daarbij, waarom zou ik vrijwillig gif in mijn lijf spuiten?'

IN HOEVERRE HEEFT DIT INVLOED OP JOU EN HOE MOOI OF GOED JE JE VOELT?

'Het leuke van ouder worden is dat het je minder kan schelen; het heersende schoonheidsbeeld of wat men van je vindt. Als ik lekker in mijn vel zit, voel ik me goed. Ik wil niet kunstmatig jong blijven, ik wil in goede shape ouder worden. En daar doe ik heus moeite voor. Ik ben absoluut wel met mijn lijf en geest bezig. Wekelijks massages, minimaal een keer per maand de hannah skin treatment en ik eet gezond. Dat laatste is trouwens een understatement, ik beken schuld als food snob.'

WAT IS JE ADVIES VOOR MENSEN DIE ZICH DAARDOOR ONZEKER VOELEN?

'Laat het heersende schoonheidsbeeld los. Ga aan jezelf werken, ga aan de slag met het fenomeen onzekerheid. Hoe komt dit en wat kun je doen om je anders te voelen? Dit kun je zelf beïnvloeden, al dan niet met behulp van een coach of bijvoorbeeld Ashtanga yoga. Wie ben je en waar sta je voor? What makes you happy? Het is al vaak gezegd, als je je lekker voelt dan straalt je dat ook uit. Dat is beauty voor mij. Dat zie ik bij anderen en inspireert mij. Ik vind het verhelderend om regelmatig met een spiritueel coach te praten. Vijftig is echt een nieuw hoofdstuk, een nieuw begin. Alles is mogelijk, ouder worden is leuk en hou vooral het mantra "age is just a number" in je achterhoofd!'

WWW.CHAPTERFIFTY.COM

