

MINE 7 SKØNHEDSBUD

Bettina Beltner

Bettina Beltner, 48, indehaver af butik og webshop i eget navn, vil ikke gå ned på kvalitet, når det gælder hudpleje til ansigtet. Hun har en holistisk tilgang til skønhed, som går ud på at gøre sig selv langtidsholdbar med meditation, yoga og juicekur.



”Selvom det kræver lidt mere styling, så elsker jeg mit korte hår. Det får mig til at føle mig mindre konet”

1. Blød hud

Det gør mig godt tilpas at have lidt farve. Derfor får jeg en gang imellem en spraytan. Derudover smører jeg mig en gang om ugen ind i kokosolie og sover med det. Så føles min hud blød og gennemfugtet næste morgen.

2. Godt med vitaminer

Høj kvalitet står øverst på listen, når jeg vælger hudpleje. Jeg sværger til pHformulas serum og fugtighedscreme med C-vitamin. En gang om ugen bruger jeg også deres A-vitamin-creme. Det har gjort, at mine porer har lukket sig, og at min hud er blevet fin og meget mindre fedtet.

3. Brynfix

Efter mange år med overplukning af mine øjenbryn stod jeg med et par tynde bryn, som ikke rigtigt passede til mit ansigt. Der har øjenbrynsserummet fra M2 Beauté hjulpet mig til at få en hel del fyldigere bryn.

4. Magisk mineralpulver

Mit favoritmakeupprodukt er en mineralpulver fra BareMinerals. Med en hud, der har tendens til at blive lidt olieret, fungerer det så fint for mig.

5. Fyldig parfume

Jeg foretrækker altid parfume til den fyldige og krydrede side frem for den søde og friske. En klassiker jeg altid har fundet tilbage til, er den ikoniske Chanel nr. 5, som jeg både bruger i bodylotion og som parfume.

6. Fra langt til kort hår

For et par år tilbage tog jeg beslutningen om at blive helt korthåret - og jeg elsker det! To produkter, der er et must, er en sølvshampoo og hårkur fra Kevin Murphy. Det lilla pigment i produkterne fjerner det gule skær, der kommer i lyst hår. Moroccanoil plejer de tørre spidser.

7. Min næste skønhedsinvestering

...er en retreat-tur med Kropsinstituttet til Sri Lanka, hvor man bliver rensset helt igennem med både yoga, meditation og juicekur. Det er balsam for sjælen, og jeg vil gøre mig selv mere langtidsholdbar. ■



1. Coconut Oil, Vita Coco, 25 ml, 125 kr. 2. Vita C 24-H Cream, pHformula, 629 kr. 3. Eyebrow Renewing Serum, M2 Beauté, 1.040 kr. 4. Original Mineral Foundation, bareMinerals, 365 kr. 5. No 5, Chanel, 50 ml eau de parfum spray, 780 kr. 6. Blonde Angel Wash, Kevin Murphy, 208 kr.