

BEAUTYBAZAAR ZEESTERREN

In de spotlights deze zomer: beautyproducten met zeewater, zeezout, zeewier. Goed voor lijf en leden.

DE ZEE

Zwemmen in de zee is een full body work-out. Water geeft bij het bewegen al wat weerstand, golven doen daar nog een schepje bovenop. Als je schoolslag met borstcrawl afwisselt, gebruik je al je spieren. Water heeft sowieso een kalmerend en meditatief effect, zelfs al tuur je er alleen maar naar. Bioloog Wallace J. Nichols schreef er na tien jaar onderzoek een boek met een heel lange titel over: *Blue Mind, The Surprising Science That Shows How Being Near, In, On, or Under Water Can Make You Happier, Healthier, More Connected, and Better at What You Do* (€ 14,99 via bol.com).

ZEEWATER

Zeewater is samengesteld uit sporenelementen en mineralen die bijna identiek zijn aan dat van je bloedplasma. De Franse fysioloog René Quinton deed deze ontdekking in 1904 en gaf zijn patiënten zelfs 'zeewater-infusen'. Later is zijn methode verder ontwikkeld tot Thalasso Therapy, weldadige baden en body-wraps. Ook proberen?

- Bij Acquaforte op Sardinië kun je een privé-spa boeken met een eigen tuin en drie verschillende thalasso-baden die ervoor zorgen dat je afvalstoffen kwijtraakt, je circulatie op gang komt en je spieren ontspannen. fortevillageresort.com
- De voordelen van de zee in de stad: bij Akasha in het Amsterdamse Conservatorium Hotel bieden ze The Tides Ocean Deep Recovery Magnesium Body Polish & Wrap. Zeezout bevat veel magnesium. Door de warmte van de wrap die bijna je hele lichaam bedekt, wordt dit mineraal goed door de huid opgenomen. Ideaal om je spieren te ontspannen en afvalstoffen kwijt te raken, maar

ook voor een gestroomlijnd silhouet. conservatoriumhotel.com

- Bij La Reserve Ramatuelle aan de Franse Riviera bieden ze onder meer balneotherapy, een watermassage met de werkzame ingrediënten uit de zee. Om overtollig vocht af te drijven en slanker te maken. Ze hebben ook lichaams- en gezichtsbehandelingen met La Mer. lareserve-ramatuelle.com

ZEEWIER

Algen en zeewier zijn hot. Denk aan de spirulina-pannenkoek bij dat hippe eettentje, het zee gras in je matras (Cocomat zweert bij de heilzame werking ervan op je luchtwegen) en de talloze huidverzorgingsproducten die erop gebaseerd zijn. Niet verwonderlijk, want zowel de minuscule alges als de grotere bossen wier zijn bronnen van aminozuren, eiwitten, omega 3 en vitamines. Ze zouden geschikt zijn om hyperpigmentatie te behandelen, de huid te hydrateren en soepel en stevig te houden. Favoriet in beautyland zijn: Japanse wakame, zeevaren, kelp, bruine algen en chlorella.

ZEEZOUT

Een zeezouts scrub maakt je huid glad en zacht, maar ook je hoofdhuid vaart er wel bij. Als je dat een keer per week doet, hoeft je je haar minder vaak te wassen. Het stimuleert bovendien de circulatie en daarmee je haargroei en de glans van je haar. Gebruik je veel stylingproducten? Dan is regelmatig je hoofdhuid scrubben handig om alle restjes goed weg te krijgen. Ook verwijder je er alle chemische verfstoffen mee na een kleurbehandeling en werkt het kalmerend op eventuele irritaties die je daarvan krijgt.



THALASSO VOOR THUIS

- 1. Elemis Pro Collagen Marine Cream SPF 30** Elemis, een Brits huidverzorgingsmerk, is relatief nieuw in Nederland. Deze crème bevat chlorella en Padina Pavonica, een alg uit de Middellandse Zee met antiverouderende werking, € 120 (50 ml verkrijgbaar via Zotos Beauty).
- 2. Ren Atlantic Kelp and Magnesium Body Wash** Verkwikkende bodywash die je huid zacht maakt. Zit in een flacon van 100% gerecycled plastic, waarvan 20% plastic afkomstig is uit zee, € 25 (300 ml via Skins Cosmetics).
- 3. Rituals Sea Salt Hot Scrub** Bevat puur zeezout dat je huid zuivert en zacht maakt. De verwarmende gember en verkwikkende eucalyptus geven je lijf en humeur direct een oppepper, € 17,50 (450 ml).
- 4. Biotherm Blue Therapy Red Algae Cure** De rode alg groeit langs de rotsen van de Atlantische kust en is een veerkrachtig zeeplantje. Dat is ook precies het effect van dit ingrediënt: het houdt je huid soepel en elastisch. De textuur is tien keer lichter dan een serum, waardoor de werkstoffen dieper kunnen intrekken, € 54 (15 ml).
- 5. Babor Metropolitan Defense Face Spray** Verfrissende spray voor je gezicht met zee-alginaten en taurine uit roodwier die belooft je huid te beschermen tegen stedelijke (smog)lucht en 'm weer energie te geven, € 24,90 (50 ml).
- 6. Christophe Robin Cleansing Purifying Scrub with Sea Salt** Een scrub speciaal voor je hoofdhuid, stimuleert de microcirculatie aldaar, wat je op den duur terugziet aan je haar. Helpt ook bij een hoofdhuid die snel last heeft van jeuk, € 17 (250 ml via Skins Cosmetics)