



Stine Hjelm

er sanger og arbejder på et personligt album, der kommer i det nye år.

Hun er 45 år, kæreste med Thomas Castberg, mor til Molly på 6 år og har bonus-tvillingerne Svend og Bjørn på 12 år.

SKØNHED IFØLGE ...

Stine Hjelm

Hun har tidligere dækket sig bag krigsmaling og lidt for meget filler, men i dag er sanger Stine Hjelm klar til og glad for at vise et mere ærligt ansigt – og alle de ægte, stærke sider af sig selv.

Min morgenrutine er ... at jeg forsøger at drikke minimum én kop kaffe på sengekanten, før jeg går i gang med at hjælpe børn i skole. Hver anden uge er vi fem mennesker på forholdsvis få kvadratmeter, og det kan godt være en smule hektisk for en type som mig. Når alle børn er sendt godt afsted, og roen har lagt sig, rydder jeg op og går i bad, vasker mit ansigt og tager serum, fugt og solcreme på. Hopper i tøjet, fylder min vandflaske med te eller saft, drikker AG1-kosttilskud og går i gang med det, jeg nu skal. Mad spiser jeg normalt først ved 10-tiden.

At pleje min hud ... betyder meget for mig nu, men det har det bestemt ikke altid gjort. Jeg har levet på og omkring scenen hele mit liv, og tung makeup, dårlige vaner og nattearbejde har sat sit præg på min hud. Jeg har haft tendens til at negligere ordentlig hjemmehudpleje indtil for nogle år siden. Men jeg har løbende benyttet mig af regelmæssige "ud af huset"-ansigtsbehandlinger som dybderens, minibotox og enkelte små velplacerede fillere.

Ej, ærligt, jeg fik sgu for meget filler i gamle dage. De seneste år er jeg blevet vildt glad for Prophilos, som jeg får lavet hos vidunderlige Grit i Klinik Hellerup, og jeg har også prøvet Ultraformer III og kombilaserbehandling. Det er lidt tungere skyts, I know, men jeg sætter pris på, at mit ansigt ligner sig selv, sin alder, bare i en lidt friskere version. Det gør en forskel for mig i mit virke som semi-offentlig person.

Jeg lægger makeup ... på to måder. Hverdagsmakeup er et levn fra mine teenageår, hvor min hud virkelig flippede ud, og jeg nærmest manisk forsøgte at kamuflere alt. Jeg tvang mig til at forsøge at være ligeglad med, at det så vildt unaturligt ud og undgik øjenkontakt og unødig socialisering bare for en sikkerheds skyld. Jeg arbejder på at minimere hverdagsmakeup. I takt med at jeg finder mere ro med mine begrænsninger, mindskes behovet for at maskere. Jeg udjævner de værste uensartethed i huden med forholdsvis let foundation eller concealer, lader mest

mulig hud syne usminket, fylder vippekanten ud med tynd brun liner, fikserer bryn med transparent brow gel, kommer highlight på udvalgte steder og dupper lidt rødt på kinderne. Når jeg optræder, går jeg mere kradsbørstigt til værks med meget markerede bryn, katteøjne, fokus på kindben og tæt foundation. Det er en slags visir, jeg har brugt for at leve mig ind i en rolle. Jeg kan mærke, at det ikke nødvendigvis fortsætter sådan.

Hvis jeg kunne sige en ting til mine medsøstre, ville det være ... jeg prøver at lære min datter, at man altså ikke "får point på livskvalitetskontoen" ved at udgive sig for at være andet, end den man nu engang er. Nøj, hvor har jeg spildt meget tid på at forsøge at tage form efter noget udefinerbart, der måske – måske ikke – blev forventet af mig. Jeg har haft forholdsvis nemt ved at tage form som nærmest hvem som helst, men det har naturligvis vist sig at være slidsomt for sjælen over tid. Jeg kunne godt have ønsket mig, at jeg havde lyttet til mit eget hjerte ... også. Så, kære datter eller søster: Hvis der er drømme, der skal udleveres, så lad dem være dine egne!

Hvis min hud slår ud, er mit trick at ... tage et forløb med min lysterapimasken Skinlight Plus. Det blå lys hjælper på inflammation og speeder helingsprocessen op.

Det bedste skønhedstip, jeg nogensinde har fået ... fik jeg fra Helena Christensen, der et eller andet sted skrev, at søvn var hendes bedste skønhedstip. Det er jeg enig med hende i. Derudover synes jeg, at glæde og lys i øjnene gør alle mennesker smukke.

Det sted jeg er i livet netop nu, er ... et anderledes håbefuldt sted. Her er roligt, og jeg kan faktisk næsten høre, hvad jeg selv tænker. Jeg kan bedst beskrive de seneste små 10 år som én lang tiltagende storm – en følelse af at være alene på en slags åbent hav. Bedst som jeg har tænkt "Pheew, land i sigte! Nu kan jeg bunde, nu kan jeg hvile", så har universet skruet et nøk op for kompleksiteten og sidevinden og kastet en lidt højere bølge min vej. Jeg har stensikkert meget at lære endnu, men jeg tillader mig at nyde lige dér, hvor jeg er nu.

Nutidens skønhedsideal ... er det naturlige. Skønhedsidealene afspejles i de unge, og de unge har efter min mening aldrig været smukkere.

Jeg føler mig smukkest ... når jeg er rolig, udhvilet, glad og i bevægelse.



NYE GODE VANER

Jeg var en langsom starter, når det gælder gode plejerutiner, men jeg er kommet i sving og er vild med produkterne fra pH Formula. **P.O.S.T. Recovery Cream, pH Formula, 455 kr.**



PLEJE TIL HÅRET

Jeg plejer mit hår med produkter fra Morrocan Oil-serien. **Treatment, Morrocan Oil, 270 kr.**



Det her insta-billede er smukt ...

... fordi jeg ser noget af det fine, jeg er rundet af i det. Billedet af min far, min søster og jeg minder mig om, at jeg er taknemmelig for at være født ind i en kærlig familie med en tryk faderfigur – vores seje mor, der ikke er med på billedet, giver samme følelse. Jo ældre jeg bliver, jo tydeligere ser jeg værdien af en solid, tryk barndom. Jeg er aldrig i tvivl om mit eget værd som menneske, og selvom jeg vakler, tvivler, falder og slår mig, som vi alle gør, ved jeg, dybt inde, at jeg er et elskeligt væsen, der betyder noget for nogen. Det er ægte smukt.

HVERDAGS-FAVORIT

Exfo
Cleanse, pH
Formula,
270 kr.



EN FAST FAVORIT

Jeg køber Sun Spas Tan in a Can, fordi den altid redder mig om vinteren, når jeg er blevet lige lovlig blågrå i hovedet. **Tan-in-a-can, Sun Spa, 180 kr.**



DEN BEDSTE DUFT

Jeg er ikke til stærke parfumer og bruger mest olier som dufte. Når jeg bruger La Sultane de Saba Beauty Oil, siger min datter: "Aah, du dufter af dig, mor".

Beauty Oil, La Sultane de Saba, 400 kr.