COSMOPOLITAN

66 PAGINA'S FASHION

SHOPPEN? NEE, ZIJ CURATEREN
Vintage lovers showen hun collectie

OFFICE ICONS
Zo maak je je kantooroutfits cool

DOE HET VOOR DE CLOUT
"Ik ging naar bed met een acteur uit Harry Potter"

ASK CHATZZP
Alles over voor jezelf beginnen

DATEN ALS TRANS VROUW
"Ik moet steeds weer uit de kast komen"

HOW TO BUILD A CULT BRAND
Een lesje van Roquebrun en Nude Project

WORLD, MEET

Ashton Earle

NR.4 AUGUSTUS/SEPTEMBER 2026 • € 6,25

AP

hannah®

WEET WAT JE OP JE HUID SMEERT

De gediplomeerde huidcoach staat voor professionele huidmetingen, persoonlijke behandelingen en advies over luxe, effectieve producten van Nederlandse bodem in duurzame verpakkingen. Voor een afspraak check de locator op www.hannah.nl

---

Volg hannahhuidcoach op:

Tips over correct gebruik en ingrediënten scan de QR-code

16

WORLD, MEET ASHTIN EARLE

OUTFIT COVER: TANKTOP VINTAGE DOLCE & GABBANA VIA FASHIAN, BH VINTAGE, MINIROK BLUMARINE, PUMPS DIOR (2004) VIA SHOP SOSKO, ARMBAND EN RINGEN MET DIAMAND TIFFANY & CO, GELAAGDE GEOMETRISCHE RING MI MANERA

Core

10 De beste tips van de Cosmogirls
16 All things Ashtin Earle
30 Ashtins favo's in Amsterdam
34 Van girlboss naar trandwife: de rise van anti-feministisch gedachtegoed

Ambition

42 Vintage lovers showen hun collectie
52 ZZP-dossier: al je vragen beantwoord
58 Een lesje community building van Nude Project en Roquebrun
63 Cosmo's career ladder: de carrières van Lissa Brandon, Sammie Maerten en Esmée Janmaat

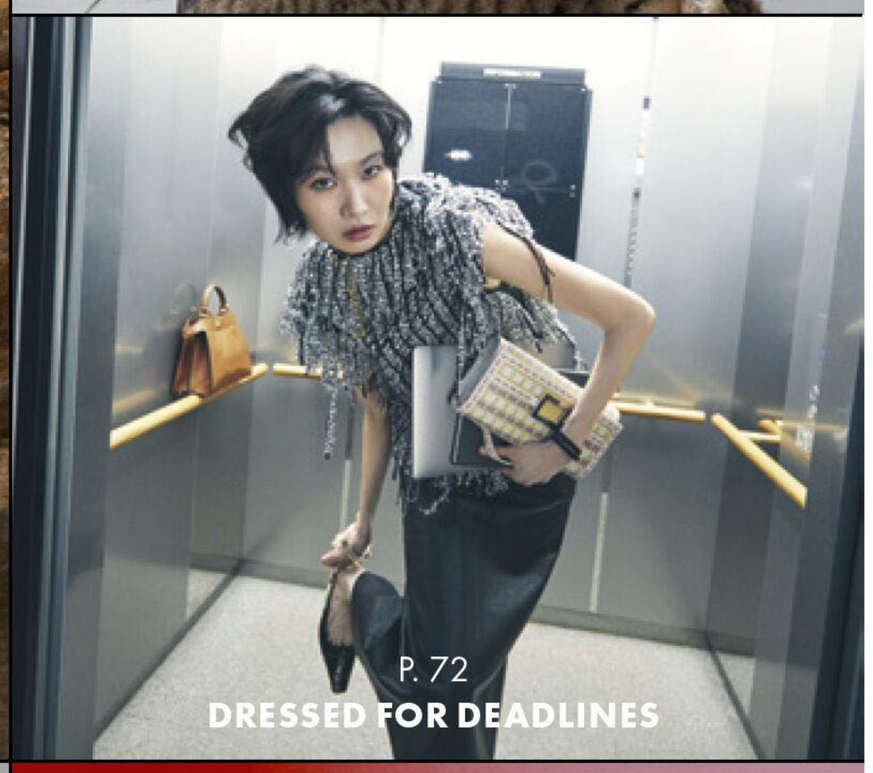
Fashion

72 Strakke fits om je deadline in te halen
82 Office icons, reimagined
87 Sleeping beauty: de Napoleon-jacket
88 Beautiful Rio in colourful crochet
98 Ja, ook je laptoptas kan een mode-statement zijn
100 Beach én party proof outfits
109 Oei, feminisme is niet meer in fashion
110 Kan AI een stylist vervangen?
112 Quiz: welk kleurtype ben jij?

augustus september +

P. 88
WE <3 RIO

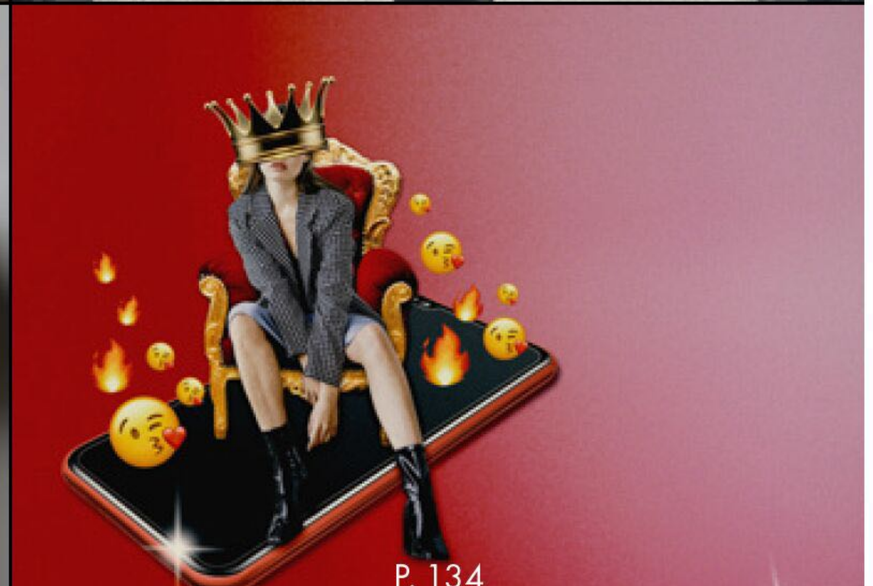
P. 52
HEY CHAT, HOE IS HET OM ZZP'ER TE ZIJN?



P. 72
DRESSED FOR DEADLINES

P. 42
VINTAGE CURATORS

P. 82
OFFICE ICONS



P. 134
DATING FOR CLOUT

Beauty

114 Beauty obsessions van het moment
116 Day to night fragrance layering
118 After work reset
119 Get ready with Oumayma Boumeshouli
120 Beautylooks van de catwalk
122 Je exfoliator moet ook eens met vakantie

Health

126 Uitchecken in Spanje
128 Miranda had hersenvliesontsteking
130 Play is powerfull

Love & Sex

134 Celebs swipen
140 Daten als trans vrouw
142 Steamy ontmoeting in de lift

Elke editie

05 Editorial
06 Colofon
147 The next issue is...

Stay informed

07 *Don't miss out on* onze nieuwsbrief
32 MAE Airstyler + 15x Cosmo voor € 129,99
62 2 abonnementen voor de prijs van 1
124 Cosmo op TikTok
146 Kies je korting

Verschillende stijlen door de jaren heen

Werk aan de winkel

Er was een tijd dat ik dacht dat mijn droombaan vooral betekende dat ik met kleding mocht spelen. Dat is ook letterlijk hoe ik begon: als stylist. Had ik toen maar een handig ZZP-dossier (p. 52) dat me vertelde wat ik moest regelen toen ik dacht: ja hoor, freelancen, hoe moeilijk kan het zijn? Spoiler: heel. Alles moest ik zelf uitvogelen, en ik ging vaak op mijn bek, professioneel én financieel – bijvoorbeeld toen ik veel te weinig dagen rekende en omgerekend dus voor twintig cent per uur werkte. Het ZZP-dossier is voor alle vragen die je niet stelt omdat iedereen op TikTok doet alsof freelancen vooral cappucino's, vrijheid en een laptop in de zon is. Terwijl het soms ook is: om 23.47 uur googelen wat je tarief moet zijn en daarna wakker liggen van een betaaltermijn.

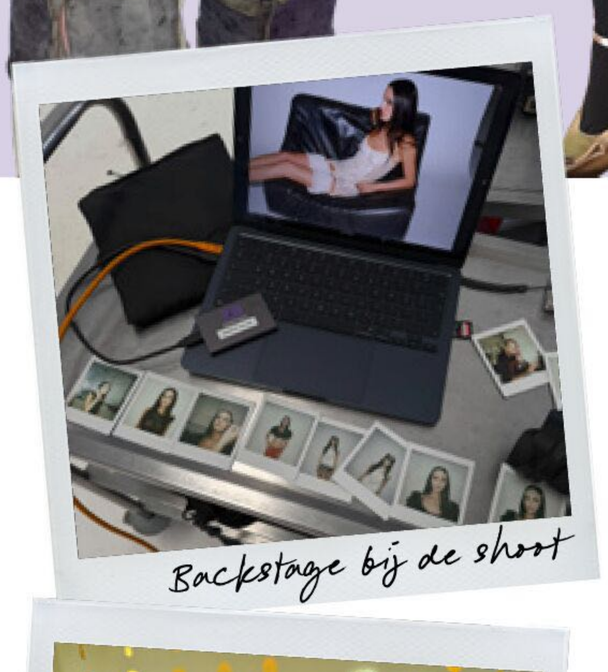
Na drie jaar bij Cosmopolitan dacht ik laatst even: ben ik hier misschien uitgegroeid? Vroeger was ik bezig met beelden, covers, styling, het plaatje. En ik kan nog steeds emo worden van een goede hak bij de perfecte jurk. Maar ik merk dat ik steeds meer plezier haal uit het grotere geheel. Niet alleen: welke cover maken we? Maar: welk merk bouwen we? Waar staat Cosmo voor? Hoe zorgen we dat dit niet alleen een magazine is, maar een wereld waar je in wil wonen, scrollen, lezen, werken, flirten en jezelf opnieuw uitvinden?

In de wereld van onze covergirl Ashtin Earle lopen stijl, persoonlijkheid en carrière ook volledig door elkaar heen. Ik ga de realityserie van haar familie op Netflix bingen, want ben helemaal obsessed door haar *black cat energy* en witchy era kledingstijl – gelukkig vertelde ze ons veel meer over haarzelf en haar stijl (p. 16).

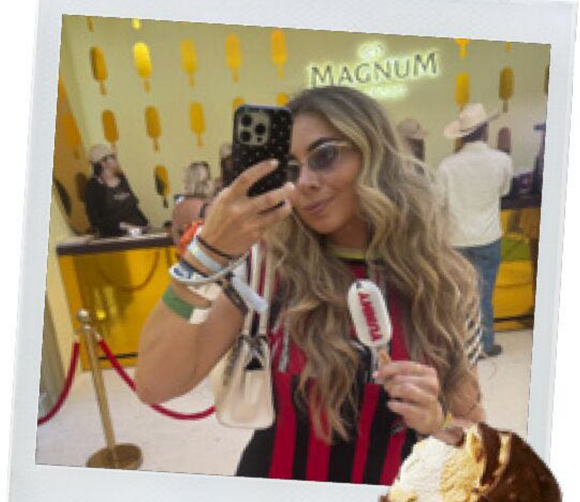
Ik krijg inspiratie van mensen zoals Ashtin, maar volg mode op het moment ook via een zeer onwetenschappelijke methode: dagen door Vinted scrollen, duizenden favorieten opslaan en dan concluderen dat er niets boven een echte vintagewinkel gaat. Daarom vind ik het zo leuk dat we vanaf p. 42 vintage curators in de spotlight zetten. En er zijn nog veel meer on- en offline referenties voor stijlinspo: ik ben bijvoorbeeld mega fan van Iwana Cristal, die inspiratie haalt uit alles, van Adam Sandler tot een Disneyfiguur met een dikke buik. Dat vind ik heerlijk. Niet alleen Pinterest-perfecte zwangere vrouwen in beige ribstof, maar styling die ergens vandaan komt. Humor. Karakter.

Want voor mij staat de grootste fashionchallenge van m'n leven opeens voor de deur: ik moet mezelf negen maanden lang opnieuw stylen. Zwanger. Met buik. Op moment van schrijven ben ik drie maanden onderweg en zeg ik met de arrogantie van iemand die nog in haar eigen jeans past: ik ga nóóit aan zwangerschapskleding. Natuurlijk weten we allemaal hoe dit verhaal waarschijnlijk eindigt: over zes maanden draag ik een stretchjurk.

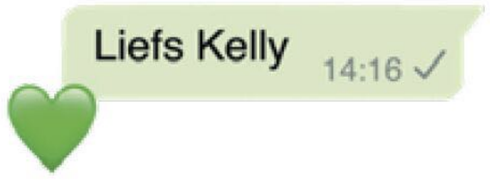
En daar gaat dit Fashion & Career Issue over: werk, stijl en ambitie volgen geen rechte lijn. Ze zijn meer een kledingrek na een shoot: vol mogelijkheden, chaos, dingen die terug moeten, dingen die blijven hangen. Je begint ergens, valt, leert factureren, vindt vrienden, bouwt iets, twijfelt, groeit, verandert van rol, verandert van outfit, verandert van lichaam en staat toch weer voor de spiegel met dezelfde vraag: wie wil ik vandaag zijn?



Backstage bij de shoot



Dream job: met Magnum naar Coachella. En nu is hun la pêche-ijsje m'n preggo craving.



TEKST KELLY STAA

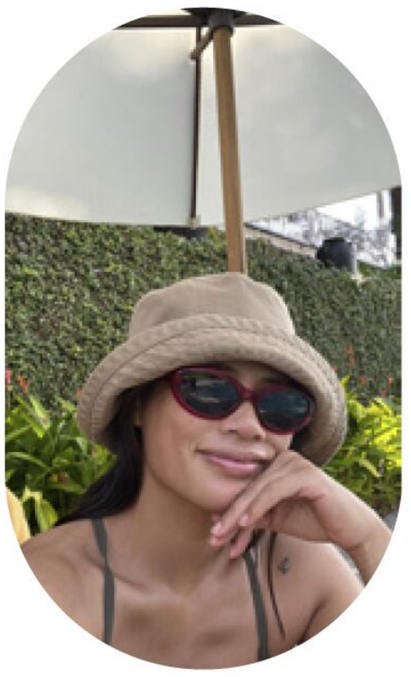
COSMOPOLITAN

colofon

VRAAG:
ALS ALLES KON, WAT ZOU DAN JE ABSOLUTE DROOMBAAN ZIJN?

Saskia: "Patholoog-anatoom! Klinkt een beetje luguber, maar het lijkt mij eindeloos fascinerend (en waarschijnlijk een tikkie geromantiseerd door alle series op Netflix) om spannende moord-zaken op te lossen door lichamen te ontleden en zo doodsoorzaken te achterhalen."

Yin: "Hondentrimmer en bloemist! In de ochtend bloemschikken en overdag trimmen. Beetje zen de dag beginnen en dan mag het daarna chaotisch worden. Ik vind het niet erg om vies te worden, het is me dat wel waard, haha."



Lulu: "Ik heb de passie wel maar het talent helaas niet, want ik kan niet zingen, maar mijn allergrootste droom is arena's uitverkopen als zangeres. Eerlijk: ik zou zo graag Miley Cyrus zijn."

Alyssia: "Ik heb héél lang gedroomd van een baan als Cosmo-redacteur, dus eigen-lijk ben ik al blessed. Maar in een alternate reality zou ik een pilates-studio willen openen of als goudsmid mijn dagen willen vullen in een eigen atelier. Hoe kan ik daar ooit tussen kiezen?!"

Famke: "In een ander leven was ik zonder twijfel marinebioloog geworden. Vroeger was mijn favo boek *De mooiste vis van de zee* en ik ben nog steeds het allergelukkigst bij het water. De onderwaterwereld heeft me altijd gefascineerd. Ik vermoed alleen dat het beroep iets minder sexy is dan ik het voor me zie, dus hou ik het bij snorkelen in de Middel-landse Zee tijdens vakanties."

EDITOR-IN-CHIEF
Kelly Staa

ART DIRECTION
Saskia Janssen

BEAUTY
Melissa Nnaekwe

MANAGING EDITOR
Roos van der Rijst (a.i.)

DIGITAL EDITOR
Alyssia van Asperen Vervenne

MANAGING EDITOR DIGITAL
Loïs Laverne

SOCIAL EDITOR
Famke Janssen

FASHION
Lieke Broekhuizen

EDITORIAL ASSISTANT
Yin Fung

BRAND MANAGER
Anne Rose Zonneveld

CONTRIBUTORS

Benjamin Somsodian, Carolien Tsao, Cilla Peters, Claire Meijs, Emma van Egmond, Feline van Hoeckel, Guusje Koene, Gvozden Vilaret, Ivana Batstra Donahue, Kira Sripal, Lisa Kleisen, Lotte Gielen, Lulu Hezemans, Merche Ariza Gallego, Merel Kosters, Nikola Lamburov, Mirza Ljuca, Shanya Valies, Shemayra Bonaparte, Simone Sniekers, Sophie Wortelboer, Sueda Babayigit, Tess de Boer, Wout Philippo, Yentl Spijk

The internet's hottest newsletter

Up-to-date blijven van het laatste en heetste entertainmentnieuws? Altijd weten wat dé must-haves zijn op het gebied van mode en beauty? Met de nieuwsbrief van Cosmopolitan ontvang je twee keer per week onze leukste artikelen in je mailbox. Zo ben je altijd op de hoogte, want we nemen je mee in wat ons bezighoudt: van nieuwe viral producten en events van Cosmo zelf tot *main character moments* in pop culture en andere zaken waar je een mening over wil hebben.

DON'T MISS OUT!

Scan & abonneer op de Cosmopolitan Newsletter

COSMOPOLITAN

colofon

CHIEF EXECUTIVE OFFICER
Caroline Ammerlaan
CHIEF BRAND OFFICER
Corine d'Haans (a.i.)

DIGITAL CONTENT & STRATEGY DIRECTOR
Wendy van Poorten (a.i.)

CHIEF FINANCIAL OFFICER
Pieter Heezemans
HR DIRECTOR
Richard Huisman (a.i.)
ICT & SECURITY DIRECTOR
Remmert Bolderman

CONSUMER SALES DIRECTOR
Bart de Jong (a.i.)
CONSUMER SALES OPERATIONS DIRECTOR
Brenda van den Broek
HEAD OF CONSUMER PRODUCTS
Hessel Sutterland
SUBSCRIPTION LEAD
Lonneke van den Brink-Diesveld (a.i.)
RETAIL MARKETEER
Mirjam Brouwer

COMMERCIAL SALES DIRECTOR
Tugba Metin
ACCOUNT MANAGEMENT
Margriet Huisman, Marwa Moussa, Maryam Mohammadi, Nina Westerhof, Peter Ioannidis, Tessa Dubois, Tim van der Kroon, Yannick Basse
COMMERCIAL BACK OFFICE
Babiche Hilgers (global lead), Daisy Vagevuur
HEAD OF MEDIA AGENCY TEAM
Robert Franke
ACCOUNT STRATEEG
Kiki Kaersenhout
AFFILIATE MARKETING LEAD
Femke Eijsink
COMMERCIAL PRODUCTION MANAGER & PROJECT MANAGEMENT LEAD
Valerie Bouman
CREATIVE CONCEPTS
Malu de Bont, Sophie Loos

PRODUCTION MANAGEMENT
Joyce van Onselen
PHOTO DIRECTOR COPYRIGHT & SYNDICATION
Caroline Brugman

IMAGE EDITING
Studio-online.nl
PRINT
P-Mint

DISTRIBUTION
Aldipress BV Utrecht

COSMOPOLITAN IS EEN UITGAVE VAN HEARST MAGAZINES NETHERLANDS B.V.
Moermanskkade 500, 1013 BC, Amsterdam, tel. +31 (0)20 535 36 00, hearst.nl | E-mail: klantenservice@cosmopolitan.nl | Social media: @cosmopolitan_nl
SALESCONTACT Moermanskkade 500, 1013 BC Amsterdam, +31(0)20 262 3000 sales@hearst.nl
Hearst Magazines International 300 West 57th Street, 37th FL, NY 10019
President of Hearst Magazines International Jonathan Wright
Senior Vice President, Editorial & Brand Director Kim St. Clair Bodden
Global Editorial & Brand Director, Young Women's Group, Wellness Group, Enthusiast Group, Lifestyle Group Chloe O'Brien
INTERNATIONAL EDITIONS: Bulgaria, Czech Republic, France, Germany, Hong Kong, India, Indonesia, Italy, Korea, Mexico, Middle East, Netherlands, Philippines, Slovenia, Spain, Taiwan,, Ukraine, United Kingdom, United States

Abonnementen Cosmopolitan NL verschijnt 6 x per jaar. Jaarabonnement (per jaar bij vooruitbetaling) Nederland en België: € 37,50 bij automatische incasso. Prijswijzigingen voorbehouden. Losse nummers: € 6,25. Voor vragen over abonnementen, bezorging en voor adreswijzigingen kan contact opgenomen worden via: klantenservice@cosmopolitan.nl, (+31) 880245402 of Postbus 10985, 1001 EX Amsterdam. © Zonder schriftelijke toestemming van de uitgever is gehele of gedeeltelijke overname van artikelen, foto's, illustraties en onderwerpen uitdrukkelijk verboden.
De levering en verkoop vindt plaats op basis van de algemene leveringsvoorwaarden op Abonnement.hearst.nl/voorwaarden. Het nabestellen van afgelopen edities is mogelijk via Abonnement.cosmopolitan.com/losse-nummers. Met de persoonlijke gegevens van abonnees en klanten wordt door de Uitgever met de grootste zorgvuldigheid omgegaan conform de toepasbare privacy-gerelateerde wet- en regelgeving zoals uiteengezet op Hearst.nl/privacyverklaring. Als abonnee leest u Cosmopolitan gratis digitaal via Tijdschrift.nl/hearst. Ga voor vragen naar Tijdschrift.nl/klantenservice of bel 088-5500218. Uitgever sluit iedere aansprakelijkheid voor schade als gevolg van drukfouten dan wel andere onjuistheden uit.

core

BEELD @TROPNICE

Cosmo CHILLS

De favo terras-hotspots van de Cosmogirls

↘ Amsterdam

Yin: "Bij Tête zit je direct aan het water, met uitzicht op de molen, en door de grote ramen is het er zelfs binnen zonnig. Je dineert en borrelt er lekker, maar ze hebben ook heel veel verschillende broodjes."
Anne Rose: "Bij Troef kan je met lekker luxe bites op het terras je diner beginnen. Die snackkaart is m'n favoriete deel van het hele etentje: ze hebben bijvoorbeeld altijd een snack met kaviaar die ik héél lekker vind. En binnen zit je trouwens ook delish."
Tess: "De Over-Amstel Boerderij. Juist in verschillende seizoenen: in de herfst en winter is het er cozy, in de lente en zomer kan je er lekker naartoe fietsen langs de Amstel en zijn er lammetjes."
Shemayra: "Soundgarden is een bar met een terras aan het water. Het heeft een beetje een alternatieve Berlijnse vibe. Ik voel me er helemaal thuis."

↘ Durgerdam

Famke: "Hotel Durgerdam! Het restaurant daar, De Mark, ligt op een halfuurtje van Amsterdam en heeft wat mij betreft de lekkerste lunch op het allermooiste terras aan het water. Echt een mega date-tip."

↘ Haarlem

Alyssia: "Moet ik écht kiezen? Dan is mijn favo terras 't Wapen van Kennemerland, ik kom er serieus elke week. Het zit in de buurt van Elswout, waar je geweldig kan wandelen. Verder zit je er eindeloos in de zon, ze hebben heerlijk eten (tikkeltje kneuterig!) en je kijkt uit op de natuur."

↘ Den Bosch

Saskia: "Heb je even? De terrassen van Buurt, De Garage en De Unie hebben bijna de hele dag zon. Bij Pilkington's kan je terecht in de cute binnentuin en de net geopende Bistro de Bistro is nu al een van de populairste hotspots van de binnenstad."

↘ Den Haag

Loïs: "Alles aan de Bierkade vind ik heel gezellig – lekker aan de gracht en er zitten zo veel goede restaurants, zoals Yuzu, De Kade en Basaal. Maar als ik zin heb om aan het eind van de avond met heel het terras te yappen, dan ga ik naar Lapsang: een huiskamerrestaurant in de Oude Molstraat, een smal straatje met een en al gezelligheid."

↘ Noordwijk aan Zee

Anne Rose: "Ik wil toch ook even Branding Beachclub noemen. LOVE it daar."

Troef

Branding Beachclub

↘ Utrecht

Feline: "Mijn favoriete terras is 't Pakhuis! Hier kan je in combinatie met een borrelplank voor 10 euro per uur onbeperkt aperollen. I'm sat."
Saskia: "De Bierkantine! Net een stukje buiten het centrum, maar een heerlijk terras tussen de bomen, een fantastische kaart vol comfortfood en borrelhappen. En enorm veel speciaalbier op de kaart (mét goed advies van het personeel, als je daar behoefte aan hebt). Ook Op Roose aan het Amsterdam-Rijnkanaal is echt een verborgen parel met een groot terras aan het water en lekker eten."

↘ Delft

Guusje: "Mijn favoriete terrassen zijn absoluut die van Hanno en Lakila. Je zit er heerlijk, vaak lekker in de zon, en ze hebben allebei precies wat je wil: lekkere hapjes, goede cocktails en superleuk personeel. Hierdoor blijf ik toch altijd veel langer hangen dan gepland."

↘ Leeuwarden

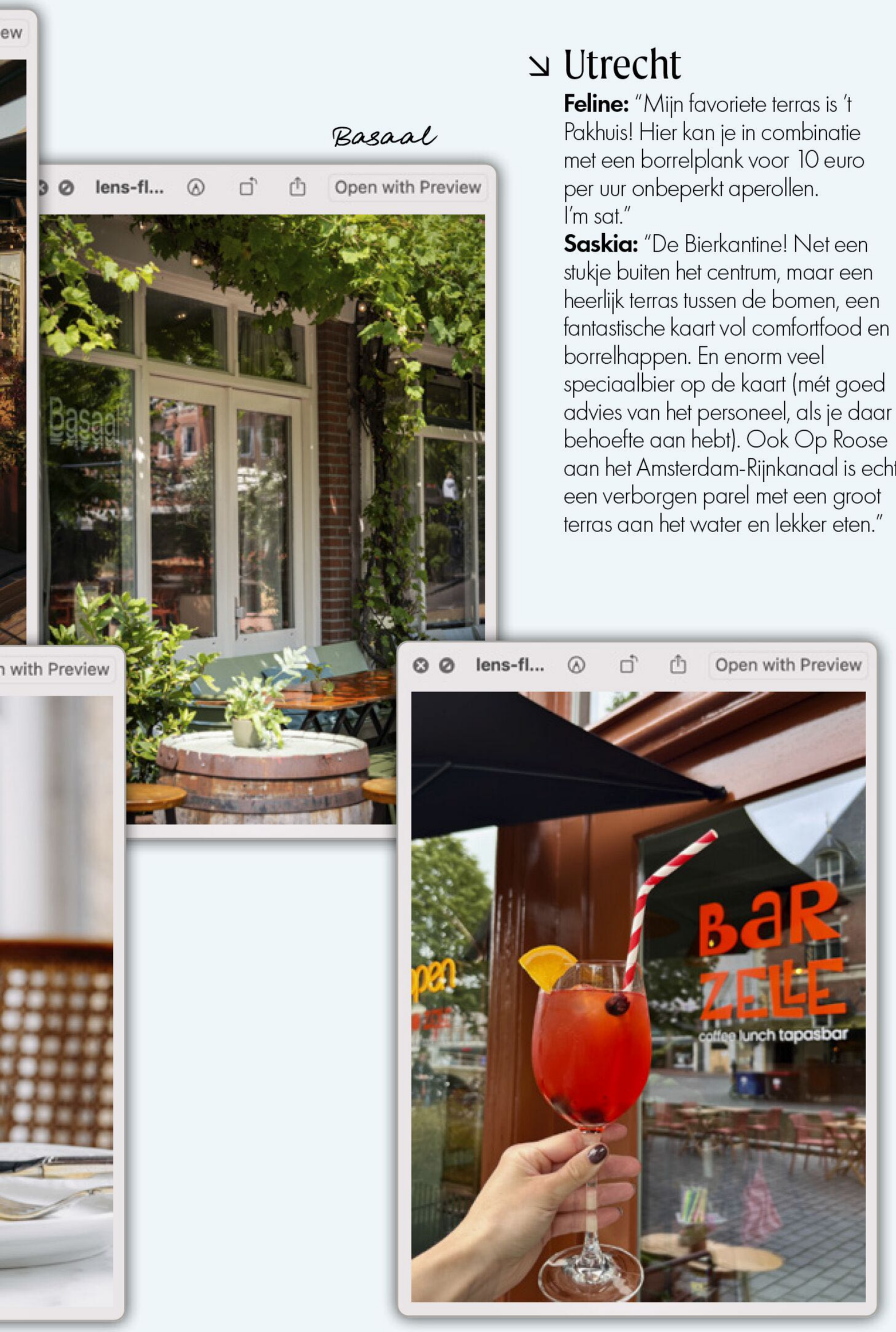
Cilla: "Op het terras van Bar Zelle heb je de hele dag zon. Alle tapas zijn even lekker (en heel geschikt voor de vega girlies). Extra leuk als het terras tijdens Club Aperitivo omgetoverd wordt tot club met een dj en lekkere drankjes. Mij kan je ook niet blijer maken dan een zomerdag afsluiten met een goed pizzaatje en een koud biertje. Bij Garage Modern kan je heerlijk mensen kijken, en hun home-made spicy chilli oil is *to die for*. Ook ben ik fan van de Groote Wielen net buiten de stad. Dit beachy paviljoen aan het water is de perfecte plek om de hele middag te borrelen."

↘ Rotterdam

Roos: "Bij wijnbar Verward hebben ze leuke kleine snacks en lekkere wijnen. Ook leuk: Bar Alaska in Crooswijk. Dezelfde eigenaren hebben op de West-Kruiskade Café Marseille, wat ook héél leuk is (en op een hoek zit, which means: meer kans op zon)."

↘ Maastricht

Claire: "Mijn favoriete terras is Cinq. Je zit daar echt megalekker aan het water, kan uren mensen kijken en ze hebben heerlijke Aperol en cava. Café Sjiek vind ik ook top: daar zit je heel gezellig in het park op een chill terras. Ze doen niet aan reserveren, dus als je moet wachten, kan je eerst even aan de bar wat drinken."



Bar Zelle

Cosmo CAREERS

Het beste carrière-advies dat de Cosmogirls ooit kregen

↘ Share it

Anne Rose: "Delen is vermenigvuldigen."

↘ Business babe

Cilla: "Onderhandel altijd. Over geld, over voorwaarden, over uren. Er valt altijd meer te halen uit het eerste aanbod."

↘ Ask away

Tess: "Het gewoon doen. Je leert alleen maar door te doen, dus niet twijfelen of alles altijd helemaal navragen, maar zelf ontdekken en doen. Dat heeft in mijn korte carrière in ieder geval heel erg geholpen, hahaha."

↘ Dicht bij jezelf

Alyssia: "Hoe belangrijk het is om jezelf goed te kennen en daar ook heel trouw aan te blijven. Tijdens mijn eerste banen had ik constant het gevoel dat ik me moest aanpassen aan de groep. Ik durfde gewoon níet mezelf te zijn of mijn mening te geven. Inmiddels heb ik geleerd dat als je heel dicht bij jezelf blijft, je ook de collega's en de baan aantrekt waar je *in the end* het meest gelukkig van wordt."

↘ Yes mode

Loïs: "Misschien niet eens iets wat letterlijk tegen me is gezegd, maar meer een mindset die ik op de werkvloer heb geleerd: doen alsof 'nee' eigenlijk geen optie is. Als iets gedaan moet worden, dan moet het linksom of rechtsom lukken. Vanuit die houding ga je automatisch denken in oplossingen in plaats van problemen. Daardoor merk je vaak dat er veel meer mogelijk is dan je in eerste instantie dacht."

↘ Boeie

Lulu: "Dat het niet boeit wat andere mensen of je vrienden ervan vinden. Zeker met video's maken is dat soms spannend of 'gênant': ik had bijvoorbeeld even blinde paniek toen ik de video die we vorig jaar maakten over baarmoederhalskanker te zien kreeg, maar nu ben ik er juist megablij mee en eigenlijk ook best trots op. Veel bekende mensen maakten vroeger ook gekke of gênante video's waar ze nu op terugkijken en denken: omg, wat was ik aan het doen? Uiteindelijk heeft dat juist geholpen bij hun succes."

↘ Gáán

Famke: "'Als je doet wat je deed, krijg je wat je altijd kreeg.' Met andere woorden: blijf evalueren, sta niet stil en wees niet bang om nieuwe dingen te proberen."

↘ Not for me

Shemayra: "Dat iets een goede kans is, betekent niet automatisch dat het ook een goede kans voor míj is. Ik had vorig jaar een baan die ik stiekem echt niet leuk vond, maar dat durfde ik niet aan mezelf toe te geven omdat ik vond dat ik dankbaar moest zijn. Je hoort tenslotte continu hoe moeilijk het is om werk te vinden. Uiteindelijk ben ik toch weggegaan. Ik zal nooit weten of dat de juiste keuze was, maar het voelde wel als een enorme opluchting."

↘ You belong

Feline: "Het beste carrière-advies zag ik ooit op TikTok: *'You're in the room for a reason,'* over onzeker zijn tijdens een nieuwe baan."

↘ Recht voor z'n raap

Guusje: "Eerder dit jaar sprak ik met een meid genaamd Noelle, die Niall Horan tegenkwam in een koffiebarretje en hem om een baan vroeg. Zij gaf het advies om niet aan jezelf te twijfelen: wees duidelijk en positief, en laat gewoon zien waarom je het echt graag wil."

Cosmo WEARS

De items die de Cosmogirls dit najaar kapot gaan dragen

Fleece

Baggy jeans

Lace top

Bowling bag

Bomberjack

Barrel jeans

↘ Cozy

Anne Rose: "Een goede cashmere trui vind ik altijd top. Ik ben fan van de truien van Uniqlo, maar ook van die van Reformation."

Cashmere sweater **Reformation** € 198

V-neck-trui **Uniqlo** € 89,90

↘ 4 ever

Cilla: "De Levi's Baggy Dad is mijn forever fave."

Jeans **Levi's** € 119,95

↘ Re-wear

Alyssia: "Een van mijn favoriete merken voor het najaar is American Vintage. Vorig jaar kocht ik een klassieke grijze crewneck en een donkerbruine cardigan, die ik het hele najaar heb aangehad. Die ga ik zeker opnieuw dragen, en het liefst met een van de fleeces uit de collectie."

Fleece **American Vintage** € 185

↘ Thanks mom

Loïs: "Dat is toch iedere keer weer de Penny Lane-jas die ik ooit uit mijn moeders kast heb gejat. Dit is zo'n statementjas waardoor het niet veel boeit wat je eronder aan hebt. Je ziet er alleen wel als een verzopen kat uit als het regent, dus praktisch is 'ie niet altijd in het najaar."

↘ Lekker leer

Lulu: "Ik ben al best lang op zoek naar een goeie (vintage) leren broek – de ultieme fall staple. Ik heb precies in mn hoofd hoe 'ie eruit moet zien, maar heb 'm nog niet gevonden. Behalve bij Saint Laurent, maar daar moet ik nog even een paar jaar voor werken, haha. Dit najaar ga ik dus op zoek naar een alternatief."

↘ Typisch Nederlands

Shemayra: "Ik zit helemaal in mijn regenlaarzen-arc. Ik vind ze zó cute, vooral met een leuk printje. Ook nog eens megapraktisch in het Nederlandse najaar!"

↘ Kantje

Feline: "Een goede witte lace top. Je kan 'm dragen onder al je longsleeves of tops voor een leuke extra touch!"

Hemdje **Hollister** € 19,95

↘ To-buy

Guusje: "Deze rode jas van The Frankie Shop heb ik momenteel nog niet in mijn kast hangen, maar staat absoluut bovenaan mijn wishlist. Komende herfst zie je me er dus sowieso elke dag in rondwandelen."

Bomberjack **The Frankie Shop** € 388

↘ Red in love

Famke: "Ik heb een nieuwe tas van Jérôme Dreyfuss, de Lucky Bowling, in verschillende roodtinten en daar ben ik echt VERLIEFD op. Dus dat wordt sowieso mijn go-to."

Tas **Jérôme Dreyfuss** € 850

↘ Best basic

Roos: "Ik was al tijden op zoek naar een nieuwe staple: een donkere jeans die een beetje slouchy, maar niet absurd wijd is. Nu heb ik 'm denk ik gevonden in dit exemplaar van Mud Jeans."

Barrel jeans **Mud Jeans** € 149,95

Cosmo STYLES

De stijliconen van de Cosmogirls

↘ Klassieker

Anne Rose: "Hailey Bieber en Amelia Gray, ik hou gewoon echt van dat klassiek-simpele dat heel stijlvol is."

↘ Not so boring basic

Cilla: "Hannah Whiting is het perfecte voorbeeld van outfits die *basic not boring* zijn. Minimalistisch, maar very fashionable, *exactly how I like it.*"

↘ SATC

Tess: "Carrie Bradshaw, haha, ik vind de styling in *Sex And The City* überhaupt zoooo heerlijk. Wil alles hebben!"

↘ Scandi-chic

Alyssia: "Over het algemeen is mijn kledingstijl vooral comfy en tijdloos, met hier en daar een interessant element. Denk bijvoorbeeld aan een vintagetop in een opvallende kleur of een coole graphic tee. M'n inspiratie haal ik echt bij Scandi girls zoals Josefine Vogt vandaan."

↘ Alles tegelijk

Loïs: "Paloma Elsesser. Natuurlijk omdat ze er altijd ongelooflijk cool uitziet, maar ook omdat zij voor mij veel realistischer voelt om outfit-inspiratie uit te halen dan weer een size zero-model. Bij haar kan ik echt denken: zo kan ik dit ook dragen. Bovendien maakt ze sexy, oversized, chic en nonchalant allemaal tegelijk mogelijk."

↘ Mixje

Lulu: "Dat is echt een combinatie van een aantal mensen. Ik vind Ashtin Earle echt geweldig, vooral haar festival- en partyoutfits. Miley Cyrus in haar *can't be tamed era:* zo cool en rocky, love it! En als laatste Lori Hirshleifer, haar tassen en sieraden zijn lett absurd. *A girl can dream,* haha. En m'n ultieme stijlicoon: Dua Lipa!"

↘ The queen

Shemayra: "Bella Hadid is voor mij echt de queen van streetstyle. Ik hou van haar *day-to-day looks* met vintage-items, maar haar *red carpet looks* zijn ook altijd amazing."

↘ Y2K

Feline: "Lily-Rose Depp! Zij heeft single-handedly ballerina's teruggebracht en ik kopieer gráág elke look van haar die ik op Pinterest tegenkom."

↘ Fashion love story

Guusje: "Tja, na het zien van de serie *Love Story* kan het toch niemand anders zijn dan Carolyn Bessette-Kennedy? De jeans met slippers, de iconische haarband en de smalle zonnebril, het hangt allemaal al in mijn garderobe."

↘ Best-dressed bff

Famke: "Op dit moment is dat zonder twijfel Sally Carden, de bestie van Alix Earle. Een funky stijl, maar niet te maximalistisch."

Cosmo INSPIRED

Hier halen de Cosmogirls hun carrière-inspiratie vandaan

↘ Aspire with Emma Grede

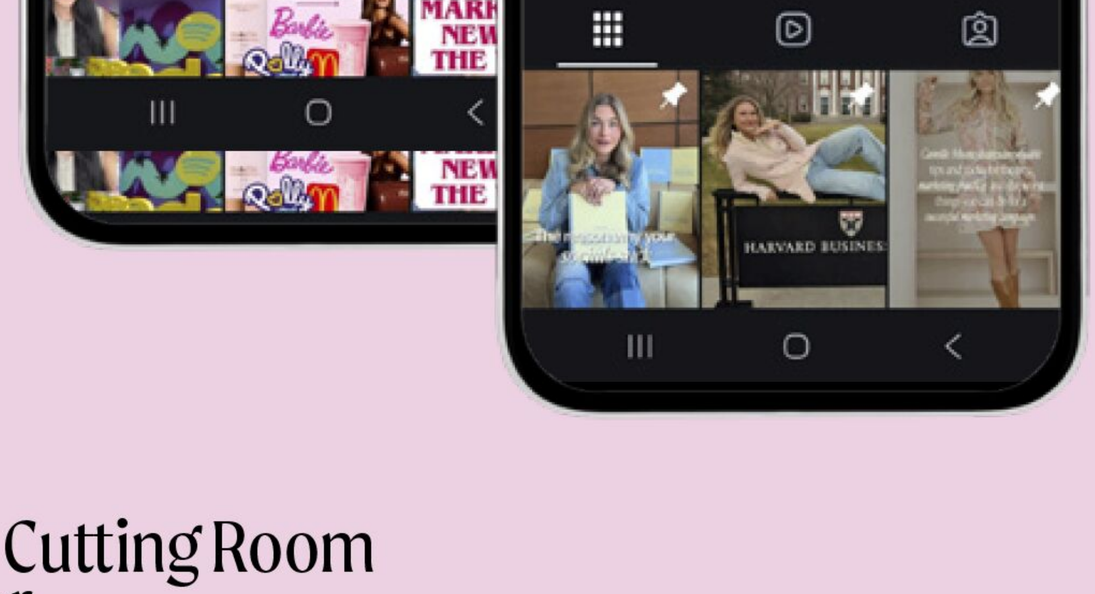
Anne Rose: "Zakenvrouw Emma Grede spreekt elke aflevering iemand anders. Een leuke en inspirerende podcast."

↘ @databutmakeitfashion

Alyssia: "Een geweldig account. Degene achter het account verzamelt statistieken over grote modetrends en maakt het heel toegankelijk om op de hoogte te zijn. Als Cosmo-editor haal ik daar veel inspiratie uit voor artikelen, maar het kan je ook helpen als je een marketing- of communicatie-professional bent. En nog een paar marketing-favo's: @gradgirlmarketing, @girlsinmarketing en @prettylittlemarketer."

↘ @gradgirlmarketing

Famke: "Dat Insta-account bekijk ik voor de laatste campagnes. En ik luister de podcast *Aspire with Emma Grede* voor carrièreadvies. Mijn fave aflevering: *10 Principles That Can Change Your Life.*"

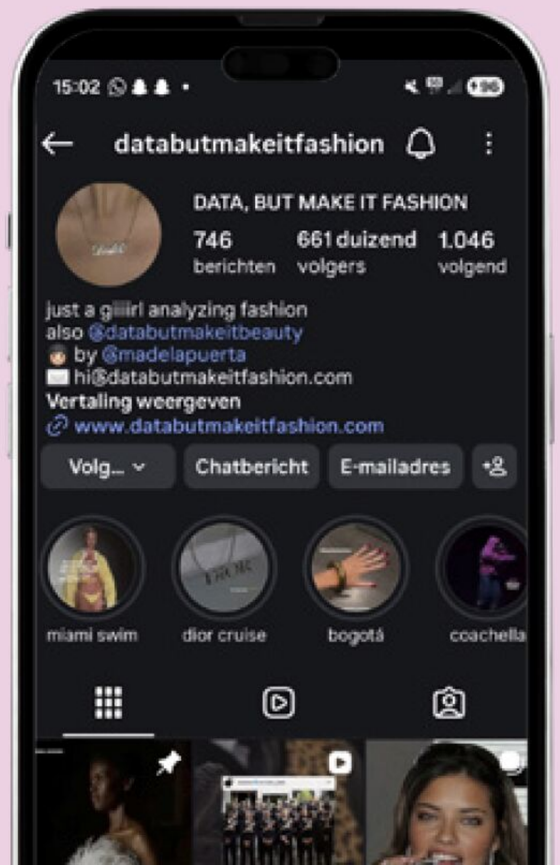


↘ The Cutting Room Floor

Loïs: "De podcast van Recho Omondi. Ik vind het zó fascinerend hoe zij best niche mensen of onderwerpen (be-)spreekt en het toch altijd juicy, interessant én leerzaam weet te maken. Je merkt ook gewoon dat ze haar research goed doet. Ze weet altijd precies waar ze het over heeft en stelt vragen waar vooral veel podcast-interviewers these days niet op komen."

↘ @camillemoore

Kelly: "Ik ben weg van branding-expert Camille Moore. Een aantal jaar geleden kwam ze naar Amsterdam om de Cosmogirls te helpen met hun personal brand en hoe we die kunnen inzetten voor Cosmo – daardoor kennen jullie nu de hele redactie."



PRODUCTIE ROOS VAN DER RIJST BEELD GETTY IMAGES, STUDIO BRUG

WORLD,

Dankzij TikTok kregen we de afgelopen jaren niet alleen een eindeloze stroom nieuwe creators voorgeschoteld, maar ook een compleet nieuw woordenboek om mensen mee in te delen. Je bent een clean girl of een messy girl. Een cool girl of coquette. En sinds TikTok besloot dat zelfs persoonlijkheden een aesthetic nodig hebben, bestaan er ook golden retrievers en black cats. De een is extravert en spontaan, de ander is rustig en mysterieus. Een voorbeeld? De zussen Alix en Ashtin Earle.

MEET ASHTIN EARLE

Jurk **Commes des Garçons** (2006) via Herpium, ringen **Elina Lans**

COSMOPOLITAN COVERSHOO

MODEL Ashtin Earle

INTERVIEW Lois Laverne

FOTOGRAFIE Nikola Lamburov

ART DIRECTION Simone Snickers | STYLING Liche Brochhuijzen

HET IS ACHT UUR 'S OCHTENDS IN NEW YORK WANNEER ASHTIN EARLE OP MIJN SCHERM VERSCHIJNT VOOR ONZE ZOOM-CALL. MAKE-UPLOOS, MET EEN RUSTIGE GLIMLACH EN EEN – ALS IK MOET GOKKEN – ZWARTE KOFFIE BINNEN HANDBEREIK. IK VERTEL HAAR DAT IK HET ZO LEUK VIND DAT ZIJ ONZE COVER SIERT.

Niet alleen omdat ze inmiddels ruim 1,3 miljoen volgers op TikTok en meer dan 640.000 volgers op Instagram heeft, maar ook omdat het voelt alsof deze cover een klein cadeautje is voor alle zelfverklaarde black cats die zich jarenlang nét iets minder herkenden in de luidste meisjes van de klas. Ze glimlacht verlegen. "Dat betekent echt veel voor me." Ze is de mysterieuze brunette van wie iedereen zich afvraagt waar ze toch steeds die perfecte jas, tas of vintage Gucci-laarzen vindt. Zelf omschrijft ze zich veel eenvoudiger. "Ik ben eigenlijk gewoon heel chill. Ik hou van kunst, mode en creatieve dingen." Hoe langer we praten, hoe duidelijker het wordt dat achter al die zorgvuldig samengestelde outfits vooral iemand schuilt die verrassend nuchter is. Iemand die het heerlijk vindt om alleen thuis te zijn in haar appartement in New York. Die urenlang kan verdwalen op Pinterest, eBay of Vestiaire Collective, op zoek naar dat ene perfecte vintage-item. Iemand die haar sociale batterij regelmatig moet opladen. Dat laatste zal de komende maanden waarschijnlijk alleen maar vaker nodig zijn, want Ashtin is binnenkort te zien op het grotere scherm, in een realityserie waarin haar hele familie centraal staat. Wanneer ik vraag hoe ze zich daarbij voelt, schiet ze direct in de lach. "Ik ben zó bang." Maar daarover later meer, want hoe is ze hier eigenlijk terechtgekomen?

Middle child energy

"Ik groeide op in New Jersey en had echt een heel fijne jeugd," vertelt ze. "Ik was altijd meer het rustige kind. Ik danste, volgde kunstlessen en was nooit echt goed in sport. Dat was gewoon niet mijn ding." Toen ze ongeveer tien jaar oud was, veranderde er thuis veel. Haar ouders gingen uit elkaar en niet veel later maakte Ashtin kennis met haar nieuwe stiefmoeder. "Dat was best weird," zegt ze. "Maar ik hield mijn gevoelens vooral voor mezelf. Ik begreep eigenlijk ook niet helemaal wat er allemaal gebeurde." Gelukkig stond ze er niet alleen voor. "Mijn oudere zus Alix beschermde me een beetje tegen alle drama. Daardoor kreeg ik niet alles helemaal mee."

Niet lang daarna kwam er familie-uitbreiding: Ashtin kreeg twee jongere zusjes en een broertje. Bij de eerste wist Ashtin aanvankelijk niet goed wat ze ervan moest vinden. "Ik dacht eerst: wat moet ik met kleine broertjes of zusjes?" Dat veranderde vrijwel onmiddellijk. "De seconde dat ze geboren werd, dacht ik: oké, dit is amazing." Wanneer ze over haar jongere zusjes en broertje praat, klinkt ze bijna als een trotse moeder. "Door het leeftijdsverschil voelt het soms alsof het mijn kinderen zijn." En zoals iedere oudere zus met gen Alpha-familieleden weet, is dat soms ook licht intimiderend. Neem Izabel. Of beter gezegd: Izabaddie, zoals haar online alter ego inmiddels heet. "Ze post nu op TikTok, doet nagels en alles. Ik kijk soms naar haar en denk: waar kom jij vandaan? Ze is zó cool."

In haar grote gezin noemt Ashtin zichzelf zonder twijfel de meest laidback van allemaal. "Ik ben altijd degene geweest die conflicten probeert te vermijden," vertelt ze. "Ik ben degene die zegt: jongens, alles is oké." Hoewel haar gezin de afgelopen jaren compleet veranderde, voelt ze zich closer met haar familie dan ooit. "Mijn ouders zijn nu echt mijn beste vrienden." En dan komt ze vanzelf uit bij Alix. "Zij is letterlijk mijn nummer één beste vriendin. Ik vertrouw haar meer dan wie dan ook." Dat was overigens niet altijd zo. "We maakten constant ruzie. En nu zijn we beste vriendinnen." »

Denim jack **Alexander McQueen** (2002) via Herpium, bril **Courrèges** via Oud Zaad

ASHTIN

Top **MM6 Maison Margiela** via Margreeth Olsthoorn, hotpants **Gucci** via Verso, wedge boots **Chanel** (2010) via Shop Sosko, ring met roos **Maison Lumiere**, ring met studs en oorbel **Mi Manera**, pet met broches **Dolce & Gabbana** (2003) via Shop Sosko

IK ZOU NOOIT ALIX KUNNEN ZIJN, EN ZIJ ZOU NOOIT MIJ KÚNNEN ZIJN

Alix en Ashtin

En hoewel ik het met Ashtin eigenlijk vooral over Ashtin wil hebben, kunnen we het niet níét over haar oudere zus hebben. Want terwijl Ashtin nog studeerde, explodeerde Alix' carrière. Van de ene op de andere dag veranderde ze in een van de grootste TikTok-creators ter wereld. Ik vraag haar of ze zich nog herinnert hoe dat voelde. "Het ging zó snel," zegt ze. "Ik had nooit verwacht dat dit zou gebeuren. Maar toen het eenmaal gebeurde, voelde het tegelijkertijd ook logisch. Het past gewoon bij haar." Wat minder logisch voelde, waren de reacties van anderen. "Mensen zeiden ineens: 'Oh my god, jouw zus is beroemd.' En ik dacht alleen maar: is ze dat?" Ze lacht. Niet veel later gebeurde er iets wat misschien nog vreemder was: mensen begonnen háár te herkennen. "Dan zeiden ze ineens: 'Jij bent de zus van Alix.' Hoe dan? Hoe wisten ze überhaupt wie ik ben?"

Waar veel mensen zouden verwachten dat bekendheid juist afstand creëert, gebeurde bij de zussen Earle het tegenovergestelde. "We zijn juist dichter naar elkaar toegegroeid," vertelt ze. "Je leert heel snel dat niet iedereen het beste met je voor heeft. Sommige mensen willen iets van je, sommige mensen gebruiken je en sommige mensen delen dingen over je leven die echte vrienden nooit zouden delen." Juist daardoor werd hun band sterker. "We beseften dat we elkaar altijd konden vertrouwen." Ze benadrukt meerdere keren hoe nuchter Alix ondanks alles is gebleven. "Ze heeft het nooit naar haar hoofd laten stijgen. Dat heeft mij ook geholpen toen ik zelf meer volgers kreeg. Ik denk dat we allebei nog steeds een beetje imposter syndrome hebben," zegt ze. "Soms voelt het nog steeds onwerkelijk. Mensen zetten online persoonlijkheden al snel op een voetstuk, maar *we're just girls.*"

Het lijkt mij dat je als jongere zus wel druk kan ervaren wanneer je zus zo in de spotlights staat, maar aan vergelijken doet Ashtin niet. Ze delen een achternaam en inmiddels ook een publiek, maar verder lijken ze ieder hun eigen universum te bewonen. "Ik zou nooit Alix kunnen zijn," zegt ze. "En zij zou nooit mij kunnen zijn." Dat is misschien ook precies de reden waarom het internet inmiddels ruimte heeft gemaakt voor allebei.

Beetje edgy, beetje witchy

Want dat Ashtin een volledig eigen stijl heeft, is een understatement. Wanneer ik haar zeg dat ze volgens mij honderd procent Tumblr-famous zou zijn geweest in de gloriedagen van Lana Del Rey-edits, American Apparel-foto's en zwart-witte moodboards, verschijnt er meteen een grote glimlach op haar gezicht. "Oh my god," zegt ze, *"I love that."* Toch moet ze zelf even nadenken wanneer ik vraag hoe ze haar stijl zou omschrijven. "Misschien een beetje edgy," zegt ze. "Misschien een beetje witchy. Ik weet het eigenlijk niet."

Wat ze wél weet, is dat ze zich verveelt zodra iets te voorspelbaar voelt. "Als ik me aankleed en denk: dit heb ik al eens gezien of dit heb ik zelf al eens gedragen, dan wil ik meteen iets veranderen. Ik probeer altijd iets net even anders te doen." Dat hoeft volgens haar niet eens iets heel groots te zijn. Soms zit het verschil in een andere schoen, een onverwachte combinatie of een accessoire waar niemand aan had gedacht. "Ik vind het gewoon leuk om creatief te zijn."

"Jullie snappen het gewoon niet"

Ik moet meteen denken aan alle momenten waarop mijn eigen familie me vragend aankeek toen ik de trap af kwam in iets waarvan ik zelf overtuigd was dat het fashion was, maar waardoor zij vooral dachten dat ik de weg kwijt was. Ik vertel haar over mijn eerste paar Tabi's, waardoor thuis vooral de vraag werd gesteld waarom ik vrijwillig schoenen droeg die eruitzagen alsof mijn tenen een scheiding hadden aangevraagd. Ashtin begint direct te lachen. "Dat gebeurt bij mij ook de hele tijd. Dan zeggen mensen: 'Waarom zie je eruit als een goth?' En dan denk ik alleen maar: ik bén helemaal niet goth. Jullie snappen het gewoon niet."

Vintage-scrollen

Dat Ashtin precies weet wat ze mooi vindt, blijkt ook wanneer we het over haar favoriete merken hebben. Zonder aarzelen noemt ze YSL, Ann Demeulemeester en McQueen – het liefst vintage McQueen. Op mijn vraag wat haar favoriete aankoop ooit is, hoeft ze ook niet lang na te denken. "Een paar vintage Gucci-kitten heels die ik in Parijs vond. En mijn YSL Mombasa Bag." Die laatste scoorde ze bij haar favoriete vintagewinkel in New York, 313 Vintage. "Ik kan daar letterlijk niet naar binnen lopen zonder iets te kopen," bekent ze.

Voor Ashtin begint de zoektocht naar mooie kledingstukken meestal niet in een winkel, maar online. Pinterest, eBay, Vestiaire Collective, Depop, The RealReal. "Ik scrol de hele dag. Ik sla echt honderd »

Croptop **vintage Dolce & Gabbana** via Herpium, broek **vintage Dolce & Gabbana** via Fashian, muiltjes **MM6 Maison Margiela** via Margreeth Olsthoorn, armband en ringen met diamant **Tiffany & Co**, gelaagde ring **Mi Manera**

dingen op en soms koop ik ze uiteindelijk, maar soms ook helemaal niet." Ik zeg dat algoritmes gevaarlijk zijn zodra ze eenmaal begrijpen wat je mooi vindt. Dat je op een gegeven moment in zo'n rabbit hole terechtkomt waarin iedere volgende foto nóg beter is dan de vorige. Ze knikt meteen. "Precies dat. Dan blijf je maar scrollen omdat je denkt dat de volgende vondst nóg beter wordt."

Dream job

De afgelopen tijd is Ashtin ook bewuster gaan nadenken over haar eigen personal brand, omdat ze ziet hoe gemakkelijk creators tegenwoordig overal tegelijk willen zijn. "Ik heb het gevoel dat sommige mensen met ieder merk willen samenwerken en overal ja op zeggen. Dan verlies je op een gegeven moment ook een beetje wat jou uniek maakt." Ze wil liever dat mensen haar direct herkennen. "Mijn favoriete compliment is wanneer vrienden een foto, schilderij of kledingstuk zien en zeggen: dit is zó jouw vibe." Ik lach en zeg dat dat natuurlijk alleen leuk is als ze ook daadwerkelijk gelijk hebben. "Ja," zegt ze. "Stel je voor dat iemand iets aanwijst waarvan ik alleen maar denk: absolutely not." Maar wat is dan de vibe van Ashtin? Waar zou ze heen willen met haar carrière? Ze hoeft niet lang na te denken. "Ik heb altijd al een show willen lopen." Ze vertelt hoe ze vroeger samen met haar moeder *America's Next Top Model* keek en corrigeert zichzelf meteen: "Dat mag je eigenlijk niet meer zeggen." Ik moet lachen. De show is misschien niet bepaald 2026-proof, maar de droom die die heeft aangewakkerd is nooit verdwenen. "Ik heb modellenwerk altijd heel leuk gevonden."

En eerlijk is eerlijk: haar droom om in de modewereld te werken lijkt steeds dichterbij te komen. De afgelopen jaren werkte ze samen met verschillende modemerken, Isabel Marant bijvoorbeeld, en lanceerde ze een collectie met Dolls Kill. "En nu sta ik ook nog eens op de cover van Cosmopolitan. Soms heb ik echt geen idee hoe mijn leven hier terecht is gekomen," zegt ze.

Liefdesleven

Flinke plannen dus, maar hoe zit het eigenlijk met haar personal life? "Ben je verliefd?" vraag ik. "Néé." Het antwoord komt zó snel dat ik moet lachen. "Ik ben zó single." Ik vraag haar of ze open zou zijn met haar volgers over haar liefdesleven, mocht het zover zijn. "Ik post eigenlijk nooit iets heel persoonlijks. Vergeleken met Alix ben ik daarin totaal anders. Zij deelt echt álles. Soms post ze zelfs dingen over míj. Dan zegt ze bijvoorbeeld dat ik op date ga en denk ik alleen maar: waarom zet je dat online? Dat hoeft toch helemaal niet? Maar zij zegt dan gewoon: ik vind het grappig." Gelukkig kan Ashtin het van haar zus wel hebben. Ze vervolgt dat ze zichzelf de afgelopen tijd heel bewust heeft gedwongen om weer op dates te gaan. Vrienden regelden blind dates, mensen werden aan haar voorgesteld en ze besloot het gewoon een kans te geven. Tot nu toe zonder veel succes. "Ik weet eigenlijk meteen of ik met iemand kan viben of niet," vertelt ze. "Zelfs als iemand knap is en alles op papier klopt, voel ik vaak binnen een paar minuten of het er wel of niet is."

Protecting her peace

Wat haar type absoluut niet is? *"I hate pretty boys"*, zegt ze lachend. "Ik word niet snel verliefd. Ik ben pas één keer echt verliefd geweest." Ze vertelt over haar vriendje van de middelbare school, met wie ze uiteindelijk vier jaar samen was. "Sindsdien ben ik niemand meer tegengekomen waarbij ik datzelfde gevoel had." Zelf heeft ze daar een verklaring voor: "Ik denk dat ik misschien een beetje avoidant ben," zegt ze. "Ik ben liever alleen dan dat ik met iemand ben waaraan ik twijfel." Ik vertel haar dat dat eigenlijk heel gezond klinkt. Ze knikt. *"I'm protecting my peace*. Maar misschien soms iets té goed."

Het woordje 'peace' blijft tijdens ons gesprek steeds terugkomen. "Ik heb echt heel veel vrienden," vertelt ze. "Vrienden uit New Jersey, van college, uit New York... Maar mijn sociale batterij raakt ook best snel leeg." Tijdens haar studententijd woonde ze samen met vijf vriendinnen. "Ze waren allemaal mijn beste vriendinnen, maar soms dacht ik alleen maar: ik wil gewoon even alleen zijn." Inmiddels woont ze alleen in New York en dat blijkt haar beste beslissing ooit te zijn geweest. "Ik vind het heerlijk. Gewoon thuiskomen en niemand hoeven spreken." Waarom juist New York? "Ik hou echt van New York. Er gebeurt altijd iets en niemand bemoeit zich met je. Ik kan alleen ergens gaan eten zonder me ongemakkelijk te voelen." Ik vraag haar waar je volgens haar moet zijn als je ooit een weekend in New York bent. "Mijn favoriete vintagewinkel blijft dus 313 Vintage," zegt ze direct. "En ik ga heel graag naar Tiny's in Tribeca. Ze hebben daar de lekkerste scones met boter en jam." Het is ook een goede tijd om in New York te wonen. Wanneer we elkaar spreken hebben de New York Knicks net gewonnen. "Op dit moment staat mijn For You Page vol met Knicks-video's," zegt ze. "En met Olivia Rodrigo. Mijn algoritme is inmiddels zó specifiek geworden dat ik edits krijg van basketbalspelers op Olivia Rodrigo-nummers. Dan denk ik echt: wie maakt dit?" We raken vervolgens allebei enthousiast over Olivia Rodrigo en dan gaan we al snel over op Lana Del Rey. "Ik hou al mijn hele leven van Lana Del Rey," zegt ze. "She's perfect."

Video's en verlegenheid

Ondanks dat ze in *the city that never sleeps* woont, is Ashtin ook graag thuis. Wanneer ik vraag wat ze doet op zo'n avond voor zichzelf, hoeft ze niet lang na te denken. "Meestal zet ik een serie of een »

IK HOU ECHT VAN NEW YORK. ER GEBEURT ALTIJD WAT EN NIEMAND BEMOEIT ZICH MET JE

Jurk KNWLS via Trent

Ring met roos Wouters & Hendrix -
ringen met bol Elina Lans

muilties MM6 maison margiela
via Margreeth Olthoorn

DOOR DE REALITYSERIE MOEST IK EEN HEEL ANDERE KANT VAN MEZELF LATEN ZIEN

film op. Ik probeer ook boeken te lezen, maar ik lees ze eigenlijk nooit uit. En ik ga graag alleen naar yoga. Dat werkt gewoon heel rustgevend." Misschien is dat ook precies waarom het internet soms zo'n vreemde plek voor haar blijft. Ik vraag haar hoe het voelt dat inmiddels miljoenen mensen een mening over haar hebben. "Het blijft soms weird," zegt ze eerlijk. "Ik ben altijd best verlegen geweest." Wanneer ze vroeger een video online zette, legde ze haar telefoon meteen weg. "Ik kon mezelf niet eens terugluisteren."
Inmiddels is dat anders, omdat het nu haar werk is – al probeert ze zich nog steeds niet te veel bezig te houden met de cijfers. "Ik probeer er eigenlijk niet over na te denken hoeveel mensen iets zien. Want als ik echt zou beseffen dat miljoenen mensen een video bekijken, zou ik helemaal gek worden." Dat betekent niet dat negatieve reacties haar niks doen. "Natuurlijk lees ik weleens iets waarvan ik denk: dit klopt gewoon niet. Dan typ ik soms een hele reactie uit in mijn notities." Ik vraag waarom ze die uiteindelijk nooit plaatst. Ze lacht. "Omdat het het gewoon niet waard is."

De slechtste realityster ooit

Binnenkort wordt die rust opnieuw op de proef gesteld. Later dit jaar verschijnt de realityserie rond de familie Earle, *Earle Meets World*, op Netflix. Hierin wordt niet alleen hun werk, maar ook hun dagelijks leven gevolgd. Ik vraag haar of ze daar zenuwachtig voor is. "Ik ben zó bang." Waar TikTok en Instagram haar nog controle geven over wat ze laat zien, voelt reality-tv compleet anders. "Je wordt eigenlijk gedwongen om kwetsbaar te zijn terwijl er een hele cameraploeg om je heen staat." In het begin vond ze dat behoorlijk ongemakkelijk: "Ik wist soms niet eens waar ik moest kijken. Dan dacht ik alleen maar: niet in de camera kijken." Na verloop van tijd vergat ze de camera's steeds vaker. Soms zelfs iets té vaak. "Dan liep ik ergens heen en dacht ik ineens: wacht... ik heb mijn microfoon nog om."
Ik vraag haar wat haar eerste reactie was toen het idee voor een realityserie op tafel kwam. "Ik dacht alleen maar: ik word letterlijk de slechtste realityster ooit," zegt ze. "Ik hou helemaal niet van drama." Toch denkt ze dat mensen vooral een kant van haar gaan zien die ze online nauwelijks laat zien. "Ik weet eigenlijk niet eens wat mensen denken dat mijn persoonlijkheid is," zegt ze. "Maar ze gaan nu in ieder geval veel meer van mijn echte leven zien. Mijn familie ook. We hebben best veel kwetsbare momenten gehad."

"Dadager"

Wanneer ik haar vraag of iemand uit haar familie haar heeft verrast tijdens het opnemen, hoeft ze geen seconde na te denken. "Mijn vader. Dat is echt de ster van de show. Hij wilde in eerste instantie helemaal niet meedoen. Hij zei alleen maar: 'Ik hoef toch niet per se op camera?' Maar uiteindelijk was hij degene die helemaal opbloeide zodra de camera's begonnen te draaien. Hij maakte de hele tijd grapjes. Normaal is hij eigenlijk helemaal niet zo'n prater, maar zodra de camera aanging, stond hij helemaal aan. Ik ben heel benieuwd wat mensen van hem gaan vinden."
Het leukste is misschien nog wel dat hij inmiddels ook haar manager is. Toen Alix steeds groter werd op social media, verdiepte hij zich uit nieuwsgierigheid in de influencerwereld. Inmiddels runt hij een groot deel van de zakelijke kant van de carrière van zijn dochters. "Ik heb hem een tijdje geleden zelfs een naamplaatje voor zijn bureau gegeven waarop 'Dadager' staat," vervolgt ze. "Dat is hij ook echt. Vroeger zat hij nooit op social media. Hij maakte alleen accounts om ons te kunnen stalken. Maar nu is hij nog chronischer online dan ik," zegt ze. "Hij stuurt me letterlijk alles door waar ik op internet in genoemd word. Dan zegt hij óf: 'Hier ben ik het mee eens', óf: *'Fuck that bitch,* ze weten niet waar ze het over hebben.'"

De toekomst

Het is gek om te bedenken dat Ashtin er over een paar maanden, zodra de realityserie verschijnt, misschien wel heel anders bij zit. Meer mensen dan ooit tevoren zullen haar kennen, en haar leven zal opnieuw veranderen. Toch lijkt ze verrassend nuchter te blijven. Ik vraag haar waar ze zichzelf over vijf jaar ziet, waarover ze droomt. Ze denkt even na. "Ik hoop dat ik nog steeds in New York woon. En dat ik misschien ook een plek in Europa heb. Parijs lijkt me geweldig." Natuurlijk hoopt ze dat mode een nog grotere rol gaat spelen, maar zichzelf vastpinnen op één carrièrepad wil ze niet. "Ik heb het gevoel dat ik nog zoveel verschillende kanten op kan."
Mijn laatste vraag is misschien nog moeilijker. Waar hoopt ze uiteindelijk om herinnerd te worden? Ze denkt heel even na. "Ik hoop dat mensen me herinneren als een goed mens," zegt ze. Daarna valt een stilte en verschijnt er een glimlach. "Maar ook wel om mijn goede stijl." C

TEKST LOÏS LAVERNE FOTOGRAFIE NIKOLA LAMBUROV ART DIRECTION SIMONE SNIEKERS STYLING LIEKE BROEKHUIZEN MAKE-UP WOUT PHILIPPO HAAR SOPHIE WORTELBOER @ HOUSE OF ORANGE PRODUCTIE SHANYA VALIES ASSISTENT-FOTOGRAFIE BENJAMIN SOMSODIAN ASSISTENT-STYLING KIRA SRIPAL ASSISTENT-PRODUCTIE GVOZDEN VILARET MET DANK AAN NARS COSMETICS, ORIBE

Denim jack **Alexander McQueen** (2002) via Herpium, minirok **Sinead Gorey**, boots **Isabel Marant**

ASHTINS AMSTERDAM FAVES

Voor de covershoot vlogen we Ashtin naar Nederland. Nadat ze het weekend in Amsterdam had gespendeerd, vroegen we ons natuurlijk af: waar brengt zo'n superstar haar tijd door? Gelukkig is Ashtin no gatekeeper: ze deelt haar favo adressen voor een weekendje 020.

Laan

Ashtin is altijd *on the hunt* voor vintage pieces, en ze selecteerde haar twee favo vintagewinkels van de stad. Laan is een vintage store en designer archive met merken zoals Jean Paul Gaultier, Issey Miyake, Balenciaga, Prada, Vivienne Westwood en Maison Margiela. Soms houden ze een grote sale, en dan staat de rij tot om de volgende hoek – de moeite waard om in de gaten te houden.

Laanamsterdam.com

Ensō Vintage

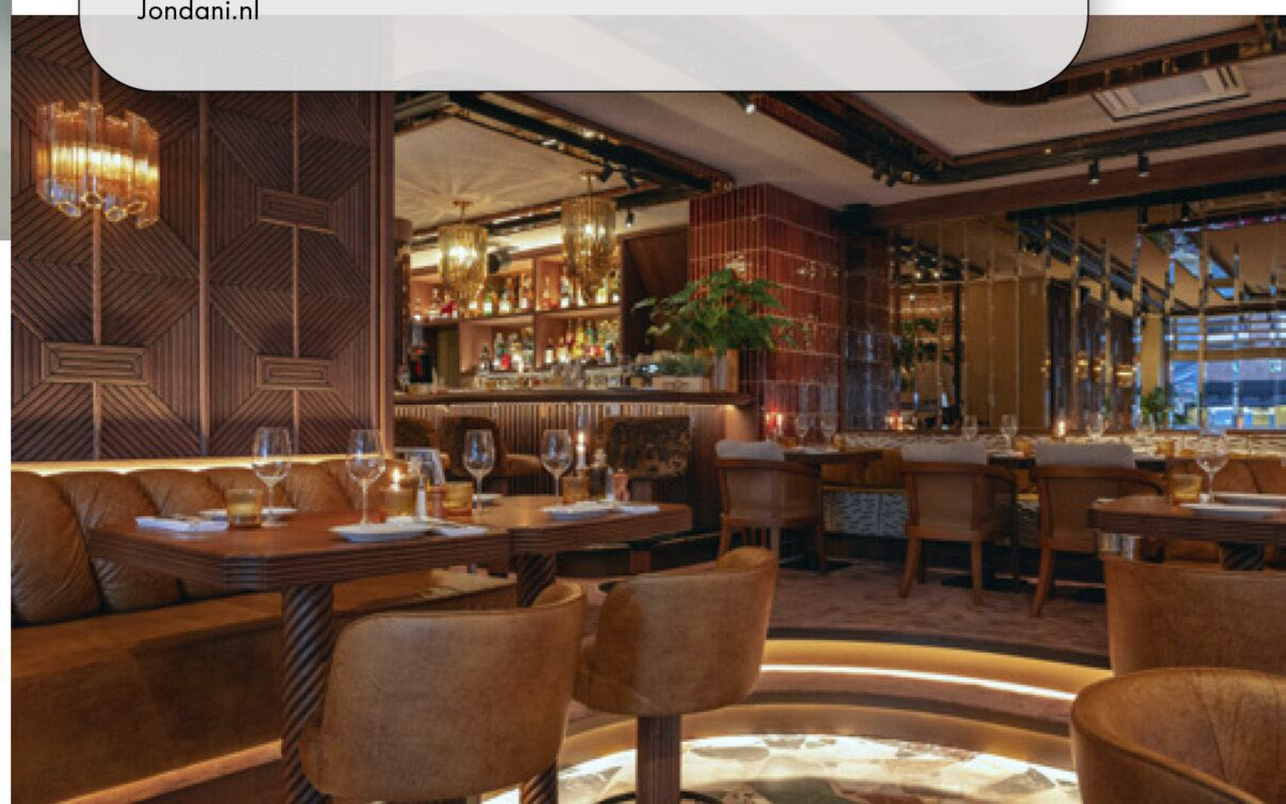
Bij Ensō Vintage hebben ze *high quality curated vintage* van grote merken zoals Blumarine, Jil Sanders, Acne Studios en Dries Van Noten, maar ook van onbekende of meer budgetmerken, én upcyclen ze zelf stukken. Voor een blouse die je net anders kan knopen of een vermaakte bomber ben je hier aan het goede adres. En *good to know:* je hoeft niet per se naar Amsterdam voor Ensō, want ze zitten ook in Rotterdam en Antwerpen.

Ensovintage.com

Jondani Downtown

Een perfect terras om de avond te beginnen met een drankje en een paar bites en vervolgens de hele avond te blijven zitten. Maar ook binnen bij Jondani Downtown is het meer dan prima: je wordt er helemaal opgenomen in de warme sfeer. Het is de bedoeling dat je je er meteen thuis voelt, en dat lukt, maar we moeten zeggen: dat is dan wel een héél luxe thuis. Op de kaart staat van alles, maar Ashtin bestelde sowieso de butter toast caviar en de lobster espresso.

Jondani.nl



Pillows Hotel Maurits at the Park

Het Pillows Hotel ligt aan de ene kant aan het water, aan de andere kant aan het groen van het Oosterpark – en tóch zit je hartstikke centraal. Je bent zo bij alle grote musea, in de 9 Straatjes, bij de leuke restaurants op de Utrechtse-straat... Maar als je het prachtige gebouw eigenlijk niet wil verlaten kan dat ook: in het hotel zitten een urban spa, fine dining-restaurant VanOost en het meer easygoing Spring Cafe Brasserie – Ashtin at daar een delish lunch –, dus genoeg voor een heerlijke stay-in van 24 uur. Maar goed, je wil er natuurlijk gewoon opuit, want Ashtins tips zijn veel te goed om te skippen.

Pillowshotels.com

TEKST ROOS VAN DER RIJST BEELD SUUS WAIJERS

Nu
exclusief
voor jou bij
COSMOPOLITAN

15X COSMOPOLITAN + MAE AIRSTYLER PRO II cadeau

Creëer flawless looks met de MAE Airstyler Pro II. Met zes opzetstukken kan je meer dan alleen krullen; geef je haar megavolume, föhn, of steil het. Hair damage door hitte? Never again. De Airstyler minimaliseert schade en vermindert pluis – alles wat je nodig hebt voor een effortless curl. Met drie temperatuurstanden kies je zelf wat jouw haar nodig heeft. En niet alleen dat, want je krijgt ook nog eens een luxe case om deze tool in te bewaren.

Normaal voor ~~€ 293,70~~
Nu voor maar
€129,99

Als abonnee pak je meteen een heleboel perks mee:

✓ Altijd de nieuwste Cosmopolitan lekker bij je thuis op de mat
✓ Altijd en overal je Cosmopolitan digitaal lezen, inclusief alle edities van de afgelopen 3 maanden
✓ 50% korting op een extra abonnement naar keuze, zoals *ELLE, ELLE Decoration* of *JAN*

SCAN DE QR-CODE

GA SNEL NAAR COSMOPOLITAN.NL/AANBIEDING

of bel 088-024 54 09 (ma t/m vrij 9.00 - 16.00 uur)

Deze aanbieding is geldig in Nederland en België tot 31 december 2026 en zolang de voorraad strekt. De aanbieding geldt tot wederopzegging. Na de actietermijn geldt een opzegtermijn van 1 maand. De verzendkosten van het cadeau bedragen € 6,99. Zie ook: Hearst.nl/leveringsvoorwaarden.

VAN GIRLBOSS NAAR TRADWIFE

Een nieuwe generatie podcasters, schrijvers en influencers beweert dat feminisme vrouwen niet gelukkiger, maar juist ongelukkiger heeft gemaakt. Waarom slaat die boodschap aan bij zoveel jonge vrouwen – en hoe groot is de invloed ervan eigenlijk?

Delete feminism
Paste ‘feminity’
‘Mmm!
The sweet smell
of returning to
old gender roles!’

Met een perfect geföhnde, blonde coupe leunt Allie Beth Stuckey naar de microfoon.

Ze is grappig, praat makkelijk en weet moeiteloos het serieuze met het luchtige af te wisselen. Op het eerste gezicht lijkt ze dan ook op iedere andere podcaster. Alles aan Stuckey is erop gericht om over te komen als de ultieme *relatable girl's girl*. Haar blow-out zit altijd perfect, ze draagt cutesy bloemenjurken en strooit met internetslang alsof ze gewoon een van de girlies in de group chat is. Haar podcast heet niet voor niets *Relatable* – precies hoe ze wil dat haar luisteraars haar zien. Maar Stuckey zit daar niet alleen om gezellig te kletsen. Ze is er om je te overtuigen.

There's a new women's movement in town, eentje die zich nadrukkelijk afzet tegen alles wat eraan voorafging. De vrouwen die zich ermee identificeren geloven, in meer of mindere mate, dat decennia van feminisme ons niet gelukkiger, maar juist ongelukkiger hebben gemaakt. Volgens hen ligt de oplossing niet in meer vrijheid of onafhankelijkheid, maar in een terugkeer naar traditionele waarden als het huwelijk, bescheidenheid en het moederschap.

Stuckey bevindt zich aan de radicalere kant van dat spectrum. Haar podcast is uitgesproken christelijk en conservatief en moedigt vrouwen aan om afstand te nemen van alles wat hen de afgelopen decennia is geleerd en mannen opnieuw de leiding te laten nemen. Veel afleveringen bestaan uit deep dives in de Bijbel en promoten het idee van 'biblical womanhood': een visie op genderrollen en de plek van vrouwen in de samenleving die gebaseerd is op bepaalde interpretaties van de Bijbel. Andere afleveringen draaien om politiek, vaak met thema's als abortus, waar Stuckey onder geen enkele omstandigheid voorstander van is. Tussendoor houdt ze het luchtig met scherpe, sarcastische takes op popcultuur en gesprekken over ouderschap. Stuckey ziet zichzelf als de evangelische christen die de harde waarheden durft uit te spreken. Zo vertelde ze in 2024 tijdens de Young Women's Leadership Summit, een jaarlijks congres voor conservatieve vrouwen georganiseerd door de pro-Trump-organisatie Turning Point USA, aan een zaal met ruim 2500 aanwezigen: "*The truth is* – en ik weet dat mensen dit liever niet horen – dat de meeste problemen in onze samenleving worden veroorzaakt door seks voor of buiten het huwelijk."

En dan hebben we ook nog collega-podcaster, 'cuteservative' en zelfverklaarde Swiftie Alex Clark. Ze presenteert de door Turning Point gesponsorde podcasts *POPlitics* – denk: een anti-woke overzicht van alles wat speelt in *pop culture land* – en *Culture Apothecary*, een health- en wellness-podcast die naar eigen zeggen als doel heeft om een 'zieke cultuur fysiek, emotioneel en spiritueel te genezen'. Wanneer ik Clark telefonisch spreek, valt vooral op hoe direct ze is. Ze lijkt precies te weten wat ze wil zeggen. Volgens haar eigen cijfers bestaat haar publiek voor zo'n 95 procent uit vrouwen, voornamelijk tussen de 25 en 35 jaar oud, en zijn zij lang niet allemaal conservatief. "Toen ik me volledig op wellness en health ging richten, groeide mijn publiek enorm," vertelt ze. "Het is een goede manier om mensen binnen te halen. Ik verberg niet dat ik conservatief ben. Misschien zijn mensen het daar in eerste instantie niet mee eens, maar wel met wat ik zeg over gezondheid. Vervolgens leren ze me kennen en denken ze: misschien is conservatisme helemaal niet zo eng. Ze lijkt eigenlijk heel normaal. Alsof ze iemand is met wie ik bevriend zou kunnen zijn. En dat klopt waarschijnlijk ook. Maar mensen hebben jarenlang het idee voorgeschoteld gekregen dat conservatieve vrouwen eng zijn en geen eigen mening hebben. Op deze manier maak ik conservatisme toegankelijk op een manier die niet agressief aanvoelt en makkelijk te verteren is."

En precies dat laatste is essentieel. Zowel Clark als Stuckey promoten het traditionele christelijke huwelijk, zijn tegen abortus en uiten regelmatig kritiek op

hormonale anticonceptie. Ze verkopen een levensstijl die opvallend veel weg heeft van die van de zogenoemde tradwives: contentcreators, vooral actief op Instagram en TikTok, die in Betty Draper-achtige schorten vrouwen aansporen om thuis te blijven, alles from scratch te koken en hun man te gehoorzamen. Tegelijkertijd zijn ze ook pragmatisch. Een cynicus zou zeggen: ze begrijpen heel goed dat afstand nemen van het tradwife-label hen aantrekkelijker maakt voor een breder publiek. Stuckey heeft zelfs gezegd dat sommige tradwife-content weinig morele inhoud heeft en omschreef het ooit als *"straight-up 1950s fetishised cosplay"*.

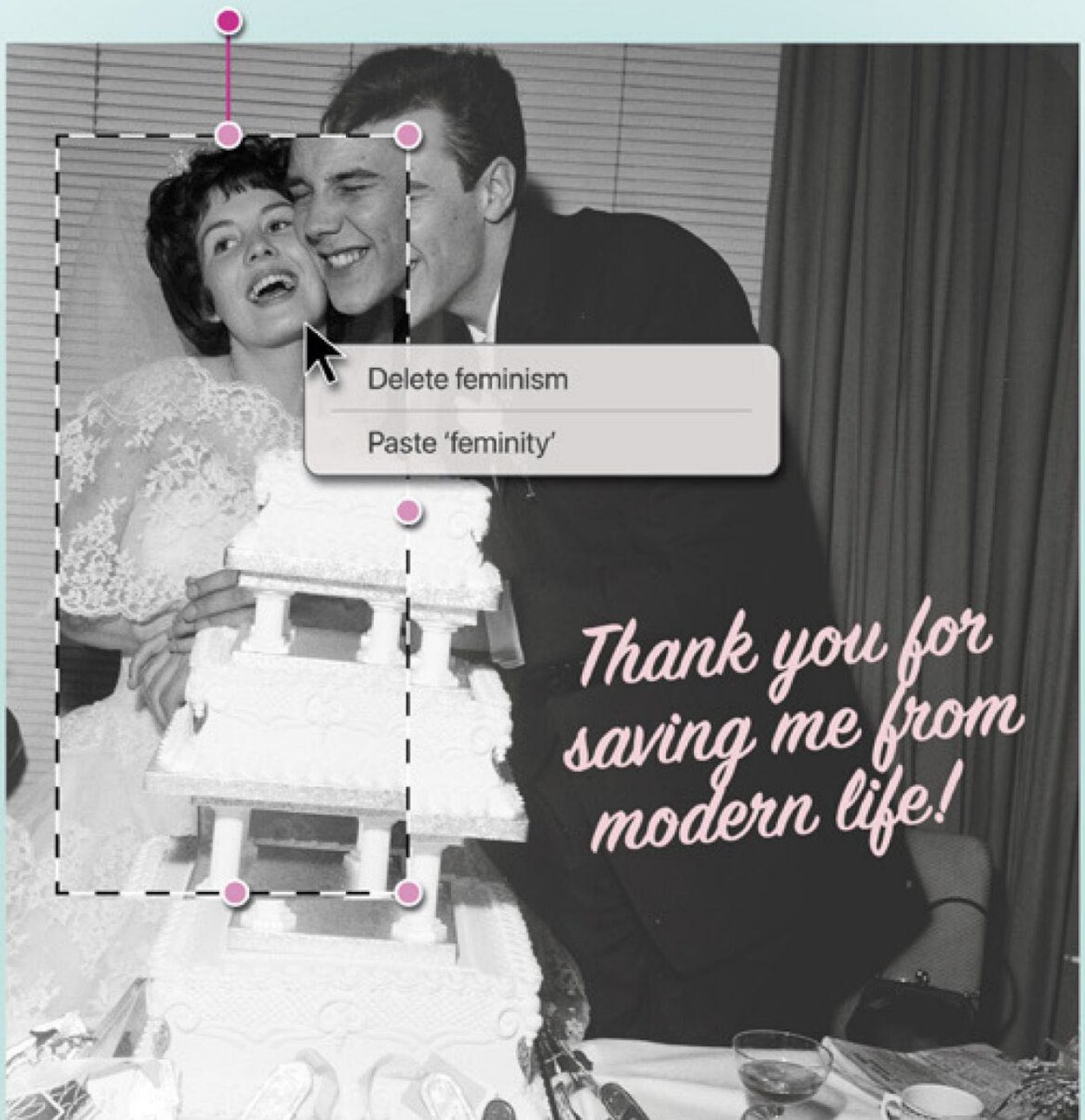
"De tradwife-fantasie van totale submission spreekt vrouwen met een beetje levenservaring niet echt aan," zegt Annie Kelly, die al jaren aan King's College London onderzoek doet naar tradwives en antifeministische online community's. In plaats daarvan presenteren veel van deze contentcreators zich als een stuk moderner en ruimdenkender, terwijl daaronder vaak dezelfde ouderwetse overtuigingen schuilgaan. Volgens Kelly bieden ze een soort intellectuele onderbouwing voor de traditionele levensstijl en maken ze die stap voor stap flexibeler, toegankelijker en aantrekkelijker voor een groter publiek.

Zoals Clark zelf ook toegeeft, werkt dat bij health en wellness eigenlijk precies hetzelfde. Haar toegankelijke *girl next door*-imago maakt gesprekken over onderwerpen als hormonale anticonceptie laagdrempelig en een effectieve manier om mensen binnen te halen. Maar wie door *Culture Apothecary* scrolt, komt vooral terecht in een wereld van alternatieve gezondheidsclaims en tegendraadse medische opvattingen. Zo schoof onder meer kinderarts Bob Sears aan, een vaccinatiescepticus die een alternatief vaccinatieschema promoot, net als influencer en voormalig psychiater Paul Saladino, een van de bekendste voorstanders van het carnivoordieet, die eerder zei dat vrouwen die parfum dragen of hormonale anticonceptie gebruiken voor hem een dating-dealbreaker zijn. Door al die gesprekken over gezondheid, voeding en welzijn loopt één duidelijke rode draad: feminisme heeft vrouwen ongelukkig gemaakt, hormonale anticonceptie schaadt hen en de oplossing ligt in een terugkeer naar het traditionele gezin.

"The truth is – en ik weet dat mensen dit liever niet horen – dat de meeste problemen in onze samenleving worden veroorzaakt door seks voor of buiten het huwelijk"

"Ik denk dat vrouwen conservatiever zullen worden omdat mannen dat ook worden," zegt Clark. "Vrouwen verlangen naar een man die de leiding neemt, die opstaat, die mannelijk is. Het afgelopen decennium hebben we gezien hoe mannen zich steeds meer aanpassen aan vrouwen en vrouwen de leiding laten nemen. Ik denk niet dat dat goed uitpakt. Uiteindelijk zullen vrouwen weer uit die dynamiek stappen en mannen die rol opnieuw laten vervullen."

En nu denk je waarschijnlijk dat dit vooral een Amerikaans fenomeen is – Nederland kent tenslotte niet dezelfde evangelische traditie als de VS en ziet zichzelf graag als progressief en nuchter. Toch wint tradwife-content ook buiten de VS gestaag terrein. Sommige accounts die door experts aan de beweging worden gelinkt hebben inmiddels miljoenen volgers verzameld.



Politiek verpakt als lifestyle

Louise Perry verontschuldigt zich wanneer ze iets te laat inbelt. Ze heeft twee jonge kinderen thuis en is voor ons gesprek uitgeweken naar een café, waar ze werkt aan haar nieuwe boek. "Het gaat niet echt vlot," zegt ze lachend. Ik ken de struggle. Perry en ik schelen maar een jaar en ik weet als geen ander hoe het is om schrijven te combineren met de zorg voor een veeleisende peuter. Perry's stem klinkt zacht, ze praat rustig en niks aan haar oogt conservatief. Toch is ze de host van de podcast *Mother Maiden Matriarch* »

en auteur van *The Case Against The Sexual Revolution,* waarin ze betoogt dat hook-up culture, porno en kink positivity – ontwikkelingen die zij koppelt aan sekspositief en liberaal feminisme – vrouwen uiteindelijk met een leeg gevoel achterlaten. Volgens Perry ligt de oplossing in een terugkeer naar traditionele seksuele normen: meer huwelijk, minder swipem. In haar boek moedigt ze vrouwen aan om te trouwen (en getrouwd te blijven), porno links te laten liggen en alleen seks te hebben met mannen die *good father material* zijn.

Perry, een bekende journalist die in Londen woont, groeide niet op met Fox News op de achtergrond of Bijbelverzen op haar nachtkastje. Sterker nog: haar journey begon aan de SOAS, een van de meest linksgeoriënteerde universiteiten van het Verenigd Koninkrijk. Het was juist haar teleurstelling in het liberale feminisme die haar bracht bij wat zij zelf omschrijft als reactionair feminisme. De stroming, die in 2021 meer bekendheid kreeg dankzij auteur Mary Harrington, gaat uit van fundamentele verschillen tussen mannen en vrouwen en ziet het traditionele huwelijk en kerngezin als structuren die vrouwen beschermen en ondersteunen. Perry heeft daarnaast gezegd dat ze zich zowel emotioneel als intellectueel tot het christendom aangetrokken voelt en verwijst regelmatig naar christelijke tradities wanneer ze pleit voor een terugkeer naar monogame huwelijken.

En toch merk ik dat ik af en toe mee knik wanneer Perry praat over de ellende van datingapps en hoe onveilig veel vrouwen zich online en op straat voelen. Ze kent de problemen waar jonge vrouwen vandaag de dag mee worstelen door en door, en haar kritiek op seksuele objectificatie, porno en de uitputtende realiteit van modern dating sluit aan bij gesprekken die allang niet meer alleen in conservatieve kringen worden gevoerd. Van de viral cancel porn-trend op TikTok tot popsterren die zich uitspreken over misstanden binnen de porno-industrie: onder millennial- en gen Z-vrouwen groeit de onvrede over de huidige seksuele cultuur al langer. En eerlijk is eerlijk: dat is niet zo gek als je bent opgegroeid met dickpics, deepfakes en een mediawereld die nog altijd grotendeels door de male gaze wordt gedomineerd. Daarnaast werkt Perry samen met de organisatie We Can't Consent To This, die campagne voert tegen het gebruik van de zogenoemde *rough sex defence* in moordzaken.

Ook de 24-jarige Britse contentcreator Freya India geeft woorden aan veel van de frustraties die bij jonge vrouwen leven. Podcaster Chris Williamson, host van de populaire Britse podcast *Modern Wisdom,* omschreef haar ooit als "een jongere, blondere Louise Perry". Haar Substack *Girls* heeft inmiddels zo'n veertigduizend abonnees en zoomt in op hoe jonge vrouwen vandaag de dag leven en zich online bewegen. Vorig jaar ging haar essay *You Don't Need To Document Everything* viral. Het stuk werd massaal gedeeld op social media, waar veel lezers zich herkenden in haar stelling dat de drang om alles online te zetten inmiddels "in iedereen zit ingebakken". India schrijft over onderwerpen die gen Z-vrouwen direct raken, van mental health en body dysmorphia tot de toxische schoonheidsidealen die voortdurend worden gevoed door filters en social media. Tegelijkertijd maakt India zich zorgen over het feit dat "promiscuïteit zo populair en genormaliseerd is" dat jonge vrouwen volgens haar onder druk worden gezet om seks te hebben en daardoor "de weg kwijtraken" in onze feministische, progressieve en technologieverslaafde samenleving. Net als Perry vertelde ze eerder dat ze zich, ondanks een liberale en agnostische opvoeding, steeds meer aangetrokken voelt tot het christendom.

Hoewel het voor progressieve vrouwen misschien makkelijk is om met hun ogen te rollen bij de conservatieve agenda van Stuckey en Clark, laten Perry en India zien dat niet alle kritiek op het moderne feminisme hetzelfde is. En net zoals niet alle critici van het feminisme op één lijn zitten, geldt dat ook voor feministen zelf: over hoe de toekomst eruit zou moeten zien lopen de meningen behoorlijk uiteen. Natuurlijk is het aan iedereen om zijn of haar leven zelf in te richten. Op zichzelf is er weinig mis met veel van de levensstijlen die Perry en India promoten. Ik ben zelf getrouwd en heb een kind, en zowel het huwelijk als het moederschap hebben me veel gebracht. Misschien ben je het, net als ik, zelfs eens met sommige dingen die ze zeggen of schrijven. Conservatief zijn, gereserveerd omgaan met seks of religieuze overtuigingen hebben maakt iemand niet automatisch antifeministisch of extreemrechts. De vraag is alleen: welk groter politiek verhaal zit er achter deze ideeën over genderrollen, en wat betekenen ze uiteindelijk voor de vrijheid van vrouwen?

Daarmee kom ik terug bij Clarks punt over toegankelijkheid. Want wie iets verder kijkt dan Perry's kritiek op hook-up culture en porno, ziet al snel dat daar ook een duidelijke overtuiging onder schuilgaat: het idee dat seksuele onthouding voor het huwelijk en een traditionele inrichting van het huwelijk voor bijna iede een de beste keuzes zijn.

Op basis van inzichten uit de – overigens omstreden – evolutionaire psychologie stelt ze bijvoorbeeld dat vrouwen zich na een onenightstand vaak ongemakkelijk of zelfs vies voelen en dat de meeste vrouwen,

op een paar uitzonderingen na, uiteindelijk het gelukkigst en veiligst zijn binnen een traditioneel huwelijk. Haar kritiek op consent culture, en haar overtuiging dat vrouwen zich vaak onder druk gezet voelen om seks te hebben als ze eigenlijk niet willen, of pornografische scripts naspelen waar ze zich niet prettig bij voelen, zal voor veel vrouwen herkenbaar klinken. Maar waar Perry vooral pleit voor een terugkeer naar wat zij ziet als 'normaler' gedrag, zouden we het ook kunnen hebben over de veel complexere krachten die onze verlangens vormgeven en over hoe we seksuele vrijheid kunnen vergroten zonder de schadelijke kanten van onze huidige seksuele cultuur te negeren. Wie iets beter kijkt, ontdekt dat het toegankelijke imago niet altijd standhoudt.

Zo omschrijven zowel India als Perry het huwelijk regelmatig als een beschermende institutie, ondanks het feit dat seksueel geweld het vaakst wordt gepleegd door huidige of voormalige partners en jaarlijks honderden vrouwen door een partner worden vermoord. Net als veel conservatieven vinden zij bovendien dat scheiden te vanzelfsprekend is geworden. "Tegenwoordig wordt een scheiding gezien als een vorm van self-empowerment," stelde India bijvoorbeeld. Perry ging nog een stap verder en zei dat *no-fault divorce* – een scheiding waarvoor geen schuldige partij hoeft te worden aangewezen – het makkelijker heeft gemaakt om uit een huwelijk te stappen dan uit een lening. Juristen en experts op het gebied van vrouwenrechten wijzen er juist op dat *no-fault divorce* een belangrijke bescherming kan bieden tegen huiselijk geweld en trauma en voor veel vrouwen met een lager inkomen essentieel is om een ongelukkig of gewelddadig huwelijk te verlaten. En dat maakt hun populariteit misschien juist zo interessant. Want Perry en India zijn geen schreeuwerige internetfiguren die vanuit de marge roepen. Het zijn slimme, welbespraakte vrouwen die haarfijn aanvoelen dat veel jonge vrouwen zich momenteel verloren, overprikkeld of teleurgesteld voelen en op zoek zijn naar antwoorden. Antwoorden waarvan zij zeggen dat ze die kunnen bieden.

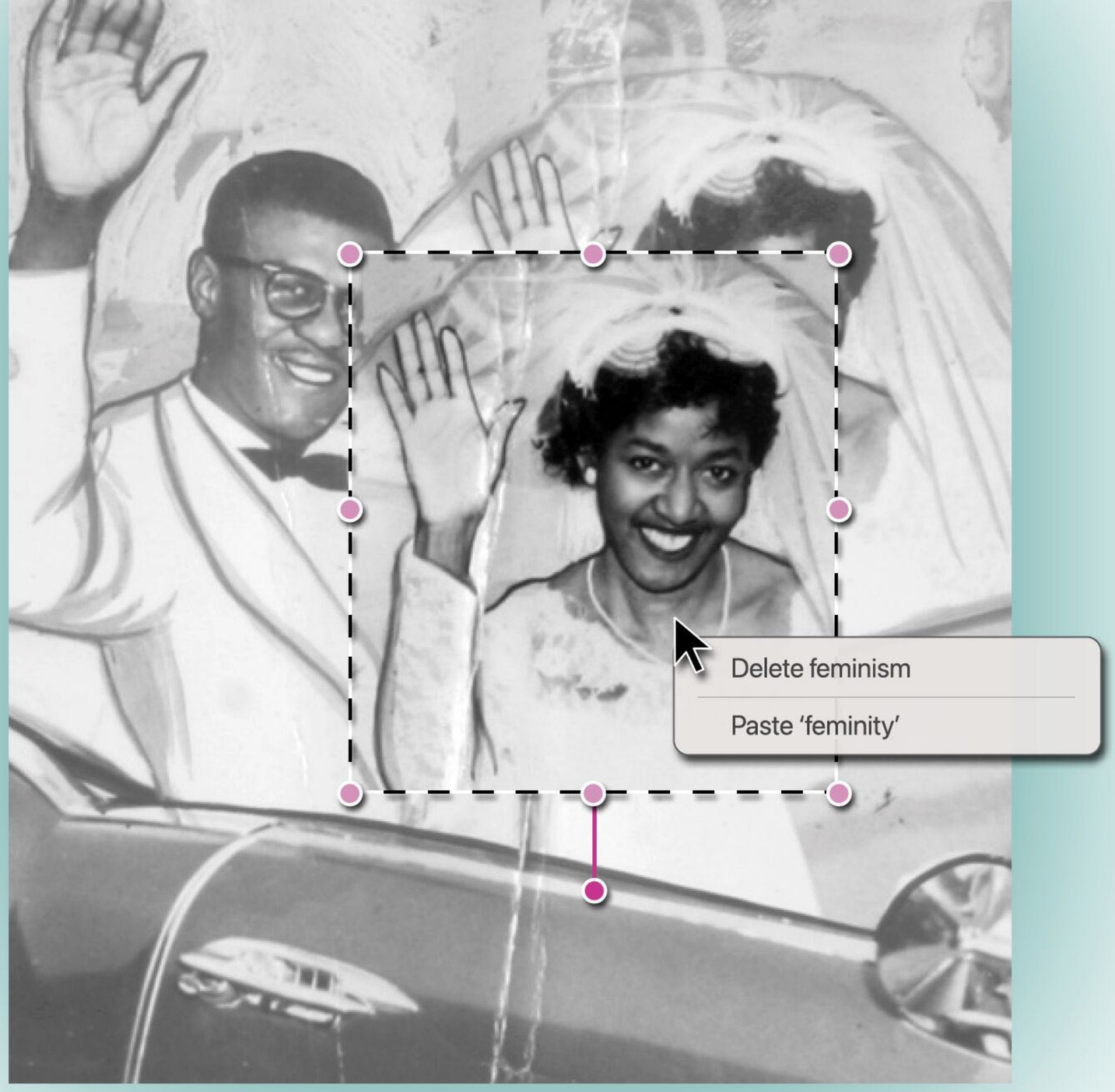
"Deze nieuwe generatie antifeministische influencers profiteert van de frustratie over de tekortkomingen van het neoliberale feminisme"

De toekomst van feminisme

"Deze nieuwe generatie antifeministische influencers profiteert van de frustratie over de tekortkomingen van het neoliberale feminisme, dat vrouwen empowerment beloofde via consumeren en carrière maken," zegt Jilly Kay, feministisch onderzoeker aan Loughborough University. Juist omdat deze influencers zo goed benoemen waar veel vrouwen tegenaan lopen en tegelijkertijd een geromantiseerd beeld van het verleden schetsen, is het makkelijk om te vergeten hoeveel rechten vrouwen hebben bevochten. Rechten die hen de mogelijkheid gaven om ongelukkige of gewelddadige relaties te verlaten en kansen creëerden waar eerdere generaties alleen maar van konden dromen.

Bovendien is de oplossing die wordt voorgesteld – gewoon uit het systeem stappen – lang niet zo simpel als het klinkt: financieel afhankelijk worden van een partner blijft een van de grootste risico's die vrouwen kunnen nemen. Uit onderzoek van het CBS blijkt dat ongeveer een derde van de Nederlandse huwelijken in een scheiding eindigt. Verschillende onderzoeken laten zien dat vrouwen na een scheiding gemiddeld vaker en harder geraakt worden in hun financiële positie dan mannen. Daarom plaatsen critici vraagtekens bij het idee dat het traditionele huwelijk automatisch meer zekerheid of bescherming biedt. De echte oplossing ligt niet in minder onafhankelijkheid, maar juist in systemen die die onafhankelijkheid mogelijk maken: betaalbare kinderopvang, betere arbeidsvoorwaarden, toegankelijke gezondheidszorg en eerlijker ouderschapsverlof. Kortom: politieke keuzes. Opvallend genoeg zijn dat niet altijd de onderwerpen waar deze influencers hun publiek mee proberen te overtuigen.

Perry lijkt zich ondertussen moeiteloos tussen verschillende standpunten te bewegen. Zo verschijnt ze regelmatig in anti-abortuspodcasts, terwijl ze tegelijkertijd zegt dat ze het abortusrecht in haar thuisland, het VK, niet wil terugdraaien. "Mensen uit de pro-life- »



beweging hebben me meerdere keren gevraagd me bij hen aan te sluiten, maar dat heb ik altijd geweigerd," vertelt ze. Tegelijkertijd noemt ze anti-abortusjurist Erika Bachiochi een van haar belangrijkste inspiratiebronnen.
Volgens Perry is ze geen politicus en ziet ze zichzelf niet als activist. Haar doel ligt ergens anders: invloed uitoefenen op de cultuur en op de keuzes die vrouwen maken. "Ik ben tegenwoordig niet echt activistisch meer, maar ik hoop wel dat meer vrouwen hun gedrag veranderen."
Recent bewerkte ze haar boek *The Case Against The Sexual Revolution* tot een gids voor tienermeiden, waarin ze hen adviseert datingapps te verwijderen, terughoudend te zijn met seks en niet alleen met mannen af te spreken. Eerder schreef ze dat de transgenderrechtenbeweging volgens haar bestaat uit "een combinatie van fetisjisten en mensen met mentale problemen" en sprak ze zich uit tegen vrouwen in frontline-politiefuncties. En dan dringt zich de vraag op: waar eindigt culturele duiding en waar begint een politiek manifest? Juist doordat ze hun conservatieve boodschap verpakken in herkenbare zorgen over dating, seks, moederschap en de mentale gezondheid van jonge vrouwen, blijft vaak onduidelijk waar culturele kritiek eindigt en politieke beïnvloeding begint. Daardoor kunnen ze zich makkelijker distantiëren van de vraag of hun ideeën uiteindelijk bijdragen aan bewegingen die bestaande rechten onder druk zetten. Dat is niet onbelangrijk. Tijdens de Amerikaanse verkiezingen van 2024 stemde een opvallend groter aandeel jonge vrouwen op Trump dan vier jaar eerder. Ook in Europa winnen radicaalrechtse partijen terrein en groeit de online invloed van conservatieve vrouwelijke contentcreators.
Onderzoeker Jilly Kay waarschuwt: "Mijn zorg is dat deze generatie anti-feministische vrouwelijke influencers uiteindelijk een vergelijkbare invloed op stemgedrag gaat uitoefenen als de manosphere de afgelopen jaren heeft gedaan bij jonge mannen."
Conservatieve en antifeministische vrouwen stellen vaak dat het moderne feminisme moederschap gedevalueerd heeft en vrouwen een eindeloze ratrace heeft ingejaagd. Tegelijkertijd blijft vaak onderbelicht hoe diezelfde boodschap kan aansluiten bij politieke pogingen om bepaalde rechten terug te draaien.
Dat deze boodschappen zoveel bereik krijgen is geen toeval. Social media belonen content die polariseert, emoties oproept en discussie aanwakkert. Hoe je ook over deze influencers denkt, hun populariteit is voor een deel te danken aan het feit dat ze zo'n sterke reactie oproepen. De verleiding is dan groot om met dezelfde felheid terug te slaan. Maar het is belangrijk om kritiek te leveren zonder vrouwen die zich in delen van deze boodschap herkennen direct van je te vervreemden. Uiteindelijk geldt ook hier dat de werkelijkheid zelden zwart-wit is. Het feit dat iemand zich kan vinden in de content, betekent nog niet dat diegene ook alle bredere politieke overtuigingen van deze influencers deelt.
Deze nieuwe generatie conservatieve podcasters en contentcreators lijkt precies te weten wat goed is voor vrouwen. Maar feminisme ging nooit over het volgen van één voorgeschreven pad. Het ging over keuzevrijheid: de ruimte om zelf te bepalen wat voor leven bij je past. In een onlinewereld die wordt gedomineerd door shockerende content, hot takes en algoritmes die verdeeldheid belonen, is dat soms makkelijker gezegd dan gedaan. Juist daarom is het belangrijk om jezelf af en toe af te vragen wie er profiteert van je aandacht, frustratie en onvrede. Dat levert misschien geen simpele antwoorden op, maar wel betere vragen. C

Feminisme ging nooit over het volgen van één voorgeschreven pad. Het ging over keuzevrijheid

TEKST CÉCILE SIMMONS VERTALING IVANA BATSTRA DONAHUE BEELD GETTY IMAGES / LOTTE GIELEN

ambition

BEELD @LILYFFENN

Recent

SHOPPEN?

Ghesight.jpg

Byzolastudio.jpg

5245archive.jpg

Ex-girlfriendShop.jpg

AnastasiaYatskovska.jpg

FiekeBormans.jpg

NEE, ZIJ CURÉREN

Art director Zoë van der Laan bespeurt een trend: we shoppen niet meer zoals vroeger, maar laten het verzamelen en cureren van items over aan vintage in- en verkopers. Ze zet vijf van die vintage lovers en hun zorgvuldig gecureerde verzameling op de foto.

WE CURATE.

WE ARCHIVE. WE GATHER.

Zoë van der Laan is art director en verkoopt vintage via @byzolastudio

Ik merk het niet alleen bij mezelf, maar ook bij de mensen om me heen: niemand lijkt nog écht te shoppen. We bewaren screenshots, Pinterest-borden, opgeslagen Instagram-posts en eindeloze Vinted-favorieten. We sturen elkaar links door, verdwalen in rabbit holes en zijn voortdurend op zoek naar de volgende bijzondere vondst.

Ik wil nog steeds nieuwe items – alleen niet omdat een merk of trend zegt dat ik ze moet hebben. Ik zoek naar stukken die passen binnen mijn eigen wereld. Soms ben ik wekenlang geobsedeerd door een bepaalde kleur, een silhouet of een tijdperk. Alles wat ik verzamel moet daarbij passen. Dat maakt mij meer een curator dan een shopper.

Inspiratie haal ik overal vandaan. Pinterest is mijn grootste inspiratiebron, en ook mijn Instagram Explore-pagina voelt inmiddels als een zorgvuldig gecureerd moodboard. Alles wat ik zie, sluit aan bij de kleur, het silhouet of de stijl waar ik op dat moment door geobsedeerd ben. Maar de meeste inspiratie haal ik uit pop-ups waar ik met anderen vintage-items verkoop. Daar zie ik mensen die helemaal zichzelf zijn. Niet alleen hun kleding klopt, maar ook hun schoenen, sieraden, make-up en haar vertellen hetzelfde verhaal. Alles voelt doordacht, persoonlijk en eigen. Dat vind ik het mooiste aan fashion: niet één bijzonder item, maar een complete wereld die iemand om zichzelf heen heeft opgebouwd.

Steeds vaker merk ik dat we niet meer shoppen zoals vroeger. We verzamelen, maar iedereen doet dat op zijn eigen manier. Tijdens het maken van dit artikel sprak ik met een aantal mensen uit mijn omgeving die ieder op een van onderstaande manieren met fashion omgaan. Sommigen leven voor de zoektocht, anderen bouwen zorgvuldig aan een collectie en weer anderen bewaren bijzondere stukken voor de toekomst – allemaal op zoek naar dat ene perfecte item.

Curate

Cureren gaat over het bewust samenstellen van je eigen kledingcollectie. Alles past binnen dezelfde kleuren, materialen, stijl of periode. Niet de hoeveelheid maakt jouw collectie bijzonder, maar de samenhang.

Archive

Bewaren gaat over het archiveren van fashion met geschiedenis. Stukken met vakmanschap, zeldzaamheid of een bijzonder verhaal. Items waarvan soms maar een paar exemplaren bestaan en waarvan de betekenis met de jaren groter wordt.

Gather

Verzamelen gaat over de zoektocht. Urenlang verdwalen op Vinted, struinen over rommelmarkten of obscure Instagram-accounts afspeuren. Niet omdat je iets nodig hebt, maar omdat de zoektocht net zo leuk is als de vondst. »

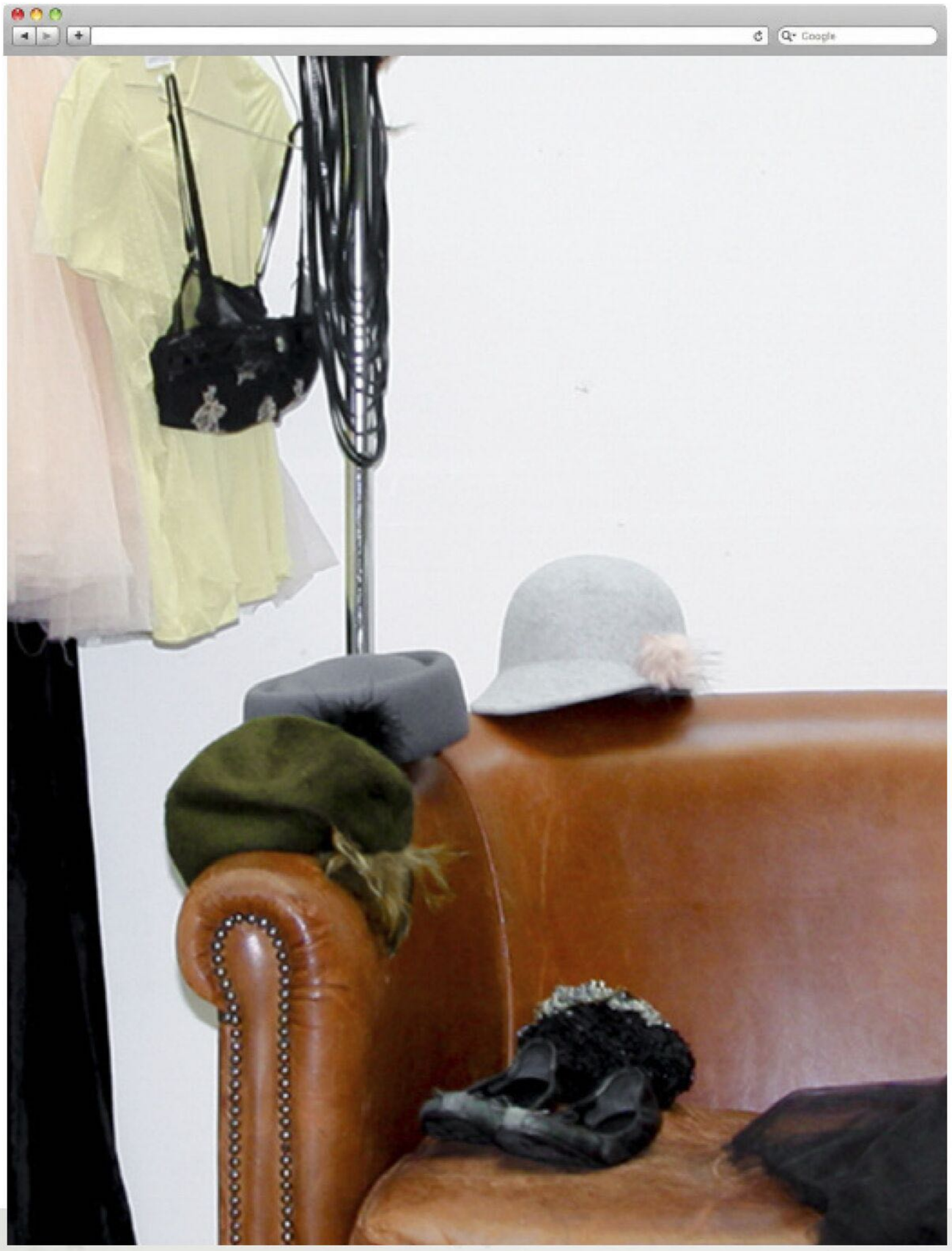
WE CURATE.

Fieke Bormans

Fieke Bormans verkoopt zelfgemaakte sieraden en curated vintage via @fiekebormans

Wat maakt een collectie of selectie succesvol? "Wanneer items totaal verschillend zijn qua stijl, silhouet en materiaal, maar de kleuren toch perfect met elkaar in gesprek gaan. En wanneer ik vooraf al complete outfits in mijn hoofd samenstel, deze vervolgens niet als set presenteer, maar klanten uiteindelijk precies die combinaties maken en kopen. En misschien wel het belangrijkste: wanneer de items zó goed zijn dat ik ze eigenlijk zelf wil houden. Ik hanteer daarbij een gouden regel: is een item na twee verkoopmomenten nog niet verkocht, dan mag ik shoppen in mijn eigen winkel. Maar de klant gaat altijd voor."

Zijn er bepaalde details of features die maken dat je een item absoluut wil hebben? "Ik val op uitgesproken, speelse details. Met speels bedoel ik niet kinderachtig: denk aan een extreme hoeveelheid zakken of vakjes, bijzondere plooi- of perstechnieken, of een asymmetrisch silhouet."



Steffi Boom en Isis de Swart doen stylingklussen en verkopen curated vintage via @ghesight en in hun gelijknamige showroom

Op wat voor stukken vallen jullie?
"We cureren op basis van onze persoonlijke stijl, die moeilijk in woorden te beschrijven is. Veel Italiaanse en Franse merken uit de jaren '90 en '00, maar ook antieke items. Wat voor ons vaak belangrijker is dan een merk, is dat een item van goed materiaal is gemaakt: natuurlijke stoffen zoals leer, zijden, wol en bont. We focussen ook op unieke accessoires, zoals extravagante hoedjes, antieke broches, zijden sjaaltjes en unieke lingerie. We zorgen er altijd voor dat we eerst stylingprojecten uitvoeren met de nieuwe selectie gecureerde kleding. Daarna verkopen we het op pop-ups, of houden we de kleding (eerst) zelf. Zo creëren we een soort kringloop binnen ons bedrijfje. Dat maakt de stukken voor ons nog specialer." »

WE ARCHIVE.

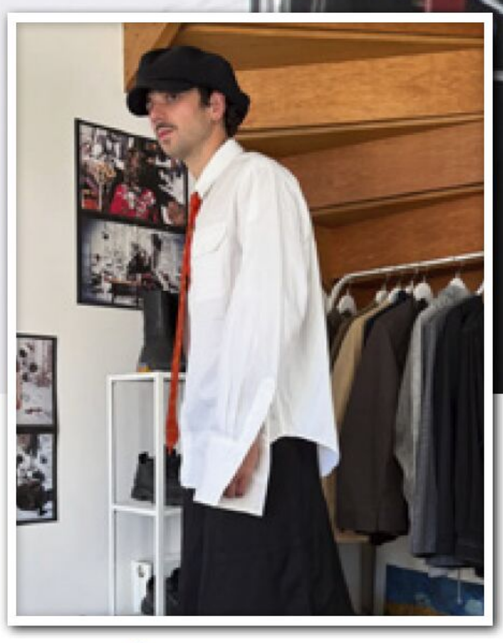
5245archive.

5245archive.jpg

Benjamin Smart verkoopt en verhuurt mode via @5245archive en in zijn gelijknamige showroom

Welke items zijn het waard om bewaard te worden voor toekomstige generaties? "De meest conceptuele en cultureel betekenisvolle runwaystukken van ontwerpers als McQueen, Kawakubo, Saint Laurent, Lagerfeld, et cetera. Dat zijn kunstwerken die een plaats verdienen in musea. Maar voor het overgrote deel vind ik dat mode bedoeld is om gedragen te worden. Kleding die goed gemaakt en verzorgd is, veroudert mooi. Dat voegt alleen maar meer karakter en betekenis toe. Ik word veel gelukkiger van het zien van archive fashion op straat, gedragen door mensen die er plezier aan beleven.
Ik kom uit het Verenigd Koninkrijk, waar vrijwel elk huishouden wel een servies of bestek heeft dat uitsluitend bewaard wordt voor speciale gelegenheden, alsof het pas gebruikt mag worden wanneer de koningin op bezoek komt. Ik heb me nooit echt kunnen vinden in het idee om mooie dingen weg te stoppen voor een bijzonder moment. Voor mij is elke dag een bijzondere gelegenheid."

Benjamin Smart



5245archive.jpg

Anastasia Yatskovska is luxury en vintage authenticator en had een vintageshop

Wat is je beste item en waar heb je het gevonden? "Een jurk uit de Fête-lijn van Issey Miyake. Ik heb ontzettend veel verhalen over bijzondere vondsten, maar deze blijft een van mijn favorieten.
Rond 2018 of 2019 kwam ik via een online marktplaats een advertentie tegen van een vrouw die de garderobe van haar moeder verkocht. Destijds had ik een vintagewinkel, dus ik reisde een flink stuk om de collectie te bekijken. Haar moeder was kort daarvoor overleden en het huis stond vol vuilniszakken met kleding en accessoires. Urenlang heb ik alles uitgezocht. Er zaten ongelooflijke stukken tussen: Jean Paul Gaultier, Louis Vuitton, een Chanel-tas en zelfs mijn eerste Dior Gaucho Bag uit het John Galliano-tijdperk. Tot ik in een van de zakken een bijzondere geplooide stof voelde. Ik haalde een bundel stof tevoorschijn zonder zichtbaar label, maar ik was er meteen door gefascineerd. De vrouw vroeg er ongeveer 40 euro voor, dus ik nam 'm mee. Pas later ontdekte ik dat het een jurk uit de Fête-lijn van Issey Miyake was, een experimentele collectie waarin plissé op een sculpturale manier werd toegepast.
Deze jurk is inmiddels veel meer geworden dan alleen een bijzondere vondst. Hij is met me mee geweest naar ontelbare momenten in mijn leven – mooie én moeilijke. Het is een van de weinige stukken waarvan ik zeker weet dat ik er nooit afstand van zal doen." »

WE GATHER.

Merel Noordermeer verkoopt 2000s vintage en *seen on screen*-fashion via @exgirlfriendshop

Wat is de beste vondst die je ooit hebt gedaan? "Vorig jaar deed ik een van mijn mooiste vondsten ooit op de IJhallen. Tussen een stapel kleding, half verscholen en natgeregend, zag ik een Christian Dior Miss Diorella Saddle Bag uit 2001 liggen. Een prachtige mini-variant met een trompe l'oeil denimprint. Toen ik de verkoopster vroeg wat ze ervoor wilde hebben, antwoordde ze doodleuk: vijf euro. Ik kon het bijna niet geloven. Ik rekende 'm gauw af en liep ik met een flinke dosis adrenaline weg. De tas maakt inmiddels deel uit van mijn persoonlijke archief en gaat nergens meer naartoe. Voor mij is dit het perfecte voorbeeld van waarom ik zo graag naar rommel-markten ga: soms duikt er onverwachts iets op waar je alleen maar van kan dromen. Het bewijst dat de mooiste vondsten nog steeds bestaan. Je moet alleen geduld hebben, goed blijven zoeken en af en toe een beetje geluk aan je zijde hebben." C

WELK TYPE BEN JIJ?

ONTDEK WELKE ROL JIJ SPEELT IN DE NIEUWE MODEWERELD.

1. Je loopt een vintagewinkel binnen. Wat doe je als eerst?

- **A** Ik scan de hele winkel op verborgen parels.
- **B** Ik zie meteen één bijzonder item.
- **C** Ik let op de sfeer, styling en presentatie.

2. Je vindt een item waar je meteen verliefd op wordt. Wat doe je?

- **A** Ik ga meteen op zoek naar vergelijkbare items.
- **B** Ik wil weten waar het vandaan komt.
- **C** Ik sla het op voor later als inspiratie.

3. Waar verlies jij de meeste tijd?

- **A** Vinted, Marktplaats of obscure Instagram-sellers.
- **B** Oude runwayshows, labels en modegeschiedenis.
- **C** Pinterest, saved posts of moodboards.

4. Wat maakt een item écht bijzonder?

- **A** Dat bijna niemand het heeft.
- **B** Het verhaal erachter.
- **C** Hoe het past binnen mijn eigen stijl of collectie.

5. Je telefoon staat bijna vol. Waar komt dat door?

- **A** Screenshots van items die ik nog wil vinden.
- **B** Foto's van labels, boeken of archieven.
- **C** Screenshots van outfits, kleuren en combinaties.

6. Wat neem je het liefst mee naar huis?

- **A** Een bijzondere vondst.
- **B** Een verhaal of nieuw stukje kennis.
- **C** Inspiratie voor een nieuw moodboard.

7. Welke uitspraak past het beste bij jou?

- **A** De zoektocht is het leukste onderdeel.
- **B** Alles heeft een verhaal.
- **C** Het draait allemaal om de juiste combinatie.

MEESTE A'S: WE GATHER

Je bent altijd op zoek. Niet alleen naar kleding, maar ook naar objecten, mensen, plekken en inspiratie. Voor jou draait mode om ontdekken.

MEESTE B'S: WE ARCHIVE

Jij wil weten waar iets vandaan komt. Labels, collecties, geschiedenis en context maken een kledingstuk pas écht waardevol.

MEESTE C'S: WE CURATE

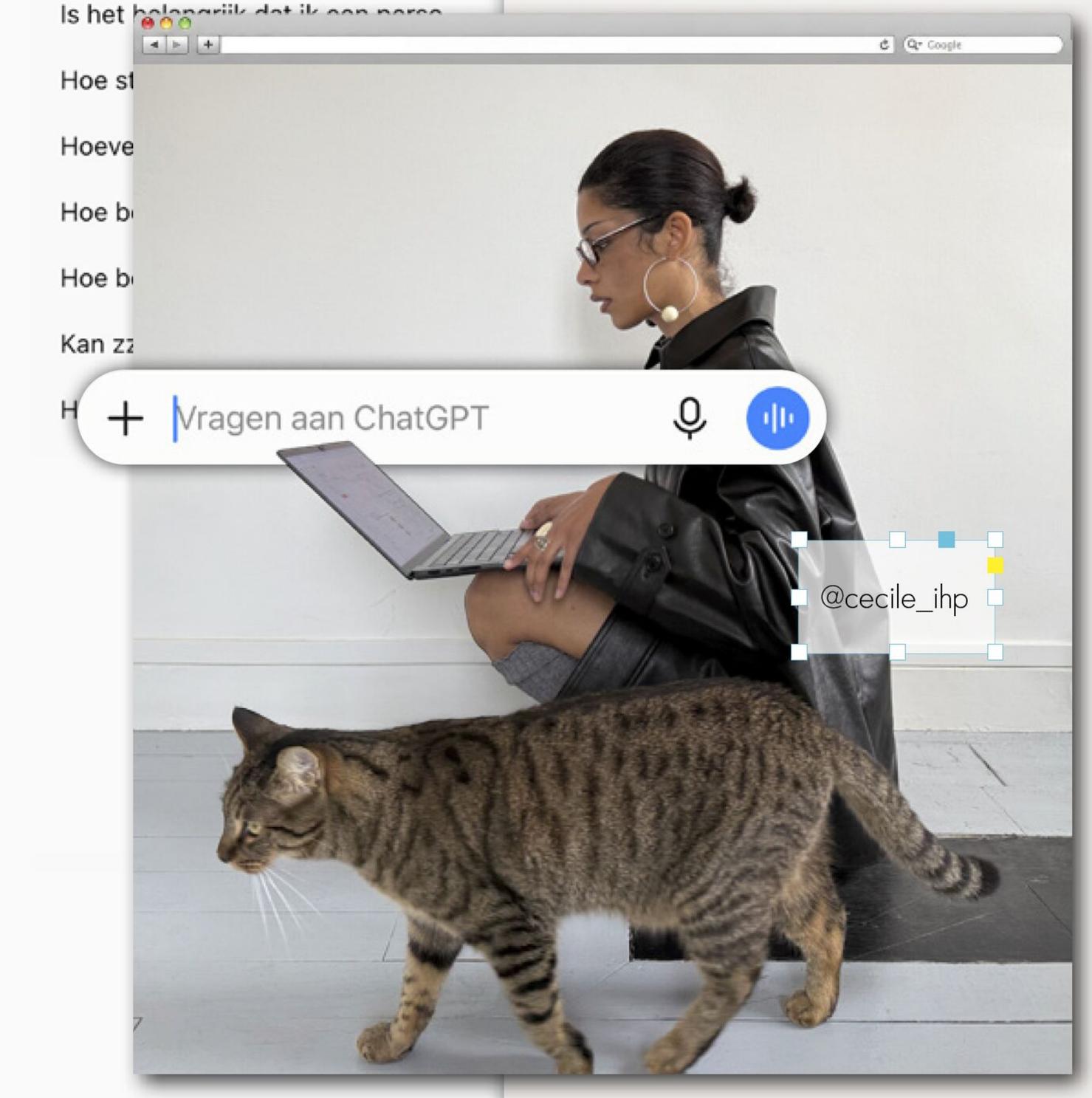
Jij ziet verbanden. Je verzamelt inspiratie, combineert beelden en bouwt een eigen wereld waarin alles klopt.

Psst! ik ben ze allemaal! :)

TEKST EN BEELD ZOË VAN DER LAAN

ChatZZP: al je vragen beantwoord

Ga je voor jezelf beginnen? *Good for you*. Op de Cosmo-redactie heeft bijna iedereen wel een zzp-periode gekend en we weten dat veel van jullie ook wel zouden willen freelancen, maarrr... waar begin je? We zetten de meest prangende vragen – en de antwoorden daarop – op een rij, zodat je kan beginnen als zelfstandige zonder de overwhelm.
Call it ChatZZP, *if you will*.



Hoe weet ik of zzp'er worden iets voor mij is?

Niet iedereen is made for het zzp-leven. Kim Trotz, co-founder van freelance-netwerk The Freelance Qommunity, zegt: "Er zijn veel mensen die om de verkeerde redenen freelancer willen worden; bijvoorbeeld omdat ze denken dat ze dan heel veel geld gaan verdienen. Wat ze vaak niet weten, is dat je van dat inkomen echt álles – belastingen, verzekeringen, pensioen en een werkplek – zelf moet betalen. Freelancen is vrijheid, maar gaat hand in hand met onzeker-heid. Als je helemaal in jezelf gelooft en hoe jij en je kennis kunnen bijdragen, dan zit het goed." De toptip hierbij: ga praten met mensen! Je hebt vast zzp'ers in je omgeving; vraag hen eens koffie met je te drinken, zodat je ze het hemd van het lijf kan vragen.

Stel een vraag

Spraak

Kan zzp'en ook een side hustle zijn?

Ja! Je kan gewoon naast je loondienst-baan zzp'en (zoek dan wel even uit hoe je het doet met je loonheffing; als je 'm toepast op je baan in loondienst hou je elke maand meer nettoloon over, maar kan het zijn dat je aan het eind van het jaar meer belasting betaalt). Het is soms zelfs verstandig om te beginnen met zzp'en terwijl je ook nog een vaste baan hebt. Dat geeft zekerheid als je nog niet zoveel opdrachtgevers hebt. Het kan een fijn idee zijn dat je, mocht je freelance-bestaan even niet zo lekker lopen, altijd weer een bijbaan in loondienst kan nemen, al is het maar voor even.

Hoe begin ik met zzp'en?

Qua to-do's moet je vooral denken aan een naam verzinnen en je inschrijven bij de KvK. En dan is het tijd om je eerste opdrachtgever te vinden. Loopbaan-coach, trainer en therapeut Frederike van Spaendonck zegt over je zzp-start: "Zet het op socials, stuur een berichtje naar oud-collega's of klanten, en begin klein. Mensen kunnen je pas benaderen als ze weten dat je beschikbaar bent en wat je aanbod is." Probeer ook contact te houden met je laatste werkgevers; dat is zeker handig als je voorheen bijvoor-beeld stage liep in het vakgebied waarin je nu gaat freelancen. Zij weten al wat ze aan je hebben.

Hoe bepaal ik mijn uurtarief?

Het kan lastig zijn om te bepalen wat je tarief wordt. Tip één is sowieso: koppel het bedrag op je factuur los van je eigenwaarde. Tip twee: begin met het vaststellen wat je per jaar netto wil verdienen. Vanaf dat bedrag kan je terugrekenen: bepaal hoeveel uur je per maand wil werken en hoeveel kosten je maakt en belastingen je moet betalen. De KvK heeft een handige online rekentool om je gewenste tarief vervolgens uit te rekenen. En tip drie: vraag rond en lees je in om te bepalen wat de gemiddelde zzp'er in jouw veld vraagt, én hou je tarief een beetje flexibel. Soms past iets heel goed bij jouw specialisatie, dan kan je meer €€€ vragen. En soms is een opdracht juist heel leuk of leerzaam, dan kan je eventueel iets lager gaan zitten.

Hoeveel geld moet ik achter de hand hebben voordat ik begin met zzp'en?

Omdat je als zzp'er niet vanzelfsprekend een financieel vangnet via je werkgever hebt, is het handig om een buffer te hebben, bijvoorbeeld voor als een opdrachtgever wegvalt, je ziek wordt of je – veel leuker – op vakantie gaat. Het Nibud raadt aan om minstens drie tot vijf keer je gemiddelde maandinkomen achter de hand te hebben. Als je begint als zzp'er is het dan ook goed om in ieder geval dat op een spaarrekening klaar te hebben staan.

ChatZZP: geldzaken

Oké, je weet nu van alles over zzp'en, maar *what about the money?* Daar zijn namelijk ook véél vragen over te stellen. Op de meest prangende geven we antwoord.

Moet ik een zakelijke rekening openen als zzp'er?

Liefst wel! Op die manier kan je altijd duidelijk zien wat je verdient en uitgeeft. Dat is makkelijk voor je accountant (of jezelf, als je zelf je belastingaangifte doet), en zo kan je jezelf elke maand vanaf die rekening een vast salaris overmaken. Ook handig: maak spaarpotjes voor je inkomstenbelasting en je btw. Dat kan je dan meteen opzijzetten als een factuur betaald wordt, zodat een blauwe envelop op de mat nooit voor stress zorgt.

Hoe bouw ik pensioen op als zzp'er?

Pensioen is misschien niet het eerste waar je aan denkt als je voor jezelf begint, maar future you gaat je dankbaar zijn als je er nu alvast iets voor regelt. Als zzp'er bouw je namelijk niet automatisch pensioen op, zoals in loondienst. Gelukkig hoeft dat helemaal niet ingewikkeld te zijn. Met een pensioenproduct zoals Aanvullende PensioenOpbouw van Nationale-Nederlanden bouw je op jouw manier vermogen op voor later (let op: aan dit product zijn kosten, voorwaarden en risico's verbonden). Je bepaalt zelf hoeveel en wanneer je inlegt, zodat het past bij een inkomen dat niet elke maand hetzelfde is. Je kan kiezen voor sparen, beleggen of een combinatie van beide. En mooi meegenomen: pensioen opbouwen kan je ook nog belastingvoordeel opleveren. Win-win voor nu én later.

BELASTINGVOORDEEL

Veel zzp'ers weten het niet, maar pensioen opbouwen kan je meer opleveren dan alleen financiële rust voor later. Het geld dat je inlegt voor je pensioen mag je namelijk aftrekken bij je belasting-aangifte. Daardoor betaal je in veel gevallen minder belasting (dat kan tot wel 49,5 procent(!) schelen) en hou je meer geld over dan je misschien verwacht. Je zet dus niet alleen geld opzij voor de toekomst, maar profiteert nu al van een financieel voordeel. Moeten we wel even bij zeggen: of en hoeveel voordeel je krijgt, hangt af van je persoonlijke situatie, en je toekomstige pensioen-uitkeringen zijn wél belast.

DIT ARTIKEL KWAM TOT STAND IN SAMENWERKING MET NATIONALE-NEDERLANDEN. TEKST ROOS VAN DER RIJST BEELD GETTY IMAGES

Is het slim om te beleggen als zzp'er?

Als je geld voor later opzijzet, kan je ervoor kiezen om te sparen of beleggen (of een combinatie). Het voordeel van beleggen: je geld krijgt de kans om te groeien. Als je het rendement dat je maakt laat staan, kan dat op termijn weer extra rendement opleveren. Daardoor kan beleggen interessant zijn als het nog lang duurt voor je met pensioen gaat. Historisch gezien levert beleggen op de lange termijn vaak meer op dan sparen (maar onthou: beleggen brengt risico's met zich mee. Je kan (een deel van) je inleg verliezen en resultaten uit het verleden bieden geen garantie voor de toekomst). Hoe langer je geld kan blijven staan, hoe groter de kans dat je kan profiteren van eventuele groei. Daarom kiezen sommige zzp'ers ervoor om (een deel van) hun pensioen op te bouwen via beleggingen. Wel is het belangrijk om alleen te beleggen met geld dat je voorlopig niet nodig hebt.

Wat zijn mijn opties als het om beleggen gaat?

Zie je jezelf niet dagelijks beurskoersen checken? Geen zorgen. Je kan kiezen tussen zelf beleggen, beheerd beleggen of beleggingsadvies. Bij zelf beleggen maak je alle keuzes zelf. Bij beleggingsadvies krijg je profi tips, maar beslis en beleg je uiteindelijk zelf. Bij beheerd beleggen nemen experts het beleggingswerk voor je uit handen. De beheerder brengt onder andere in kaart welk risico je kan en wil nemen en stemt de beleggingen daarop af. Dat kan fijn zijn als je weinig tijd hebt of beleggen spannend vindt. *Good to know:* je hoeft geen groot vermogen te hebben om te beginnen. Je kan vaak al starten met een klein bedrag per maand. Zo kan je langzaamaan vermogen opbouwen voor later, zonder dat het meteen een grote aanslag op je rekening is. Kortom: hoe eerder je begint, hoe meer tijd je geld krijgt om voor je te werken. Dat maakt beleggen voor veel zzp'ers een slimme manier om aan hun toekomst te bouwen.

Wat gebeurt er als ik als zzp'er ziek word?

In loondienst krijg je gewoon doorbetaald als je ziek wordt, maar als zzp'er heb je dat voordeel natuurlijk niet. Daarom moet je zelf zorgen voor een vangnet, bijvoorbeeld door een flinke spaarpot te hebben en/of je goed te verzekeren.

Waarvoor moet ik verzekerd zijn als zzp'er?

Een arbeidsongeschiktheidsverzekering is sowieso aan te raden, zodat je een vangnet hebt als je ziek wordt. Ook een aansprakelijkheidsverzekering is slim, zodat je verzekerd bent als je schade veroorzaakt bij een ander. Sommige zzp'ers vinden een rechtsbijstandverzekering ook fijn, voor juridische hulp, mocht dat nodig zijn. Op nn.nl/zzp kan je een verzekeringenwijzer doen, om te checken welke verzekeringen voor jou relevant zijn.

MEER UITLEG?
Nationale-Nederlanden heeft een handig e-book waarin wordt uitgelegd hoe je geld opbouwt zonder haast. Dat is handig voor zzp'ers én werknemers in loondienst, want eerlijk is eerlijk: uiteindelijk willen we allemaal ons geld laten groeien. Je vindt de gids op nn.nl/ebook.

+ Stel een vraag
Spraak

Hoe stuur ik een professionele factuur?

Voor facturen zijn er verschillende opties: sommige zzp'ers maken ze zelf in Word of Canva, anderen laten ze maken door hun boekhoudprogramma, zoals bijvoorbeeld Moneybird of Moneymonk. Er zijn een aantal details die sowieso op je factuur moeten staan (denk aan je naam, btw-id en rekeningnummer): op KvK.nl en het online ondernemersplein van de overheid vind je daar overzichtelijke lijstjes van.

Is het belangrijk dat ik een personal brand heb?

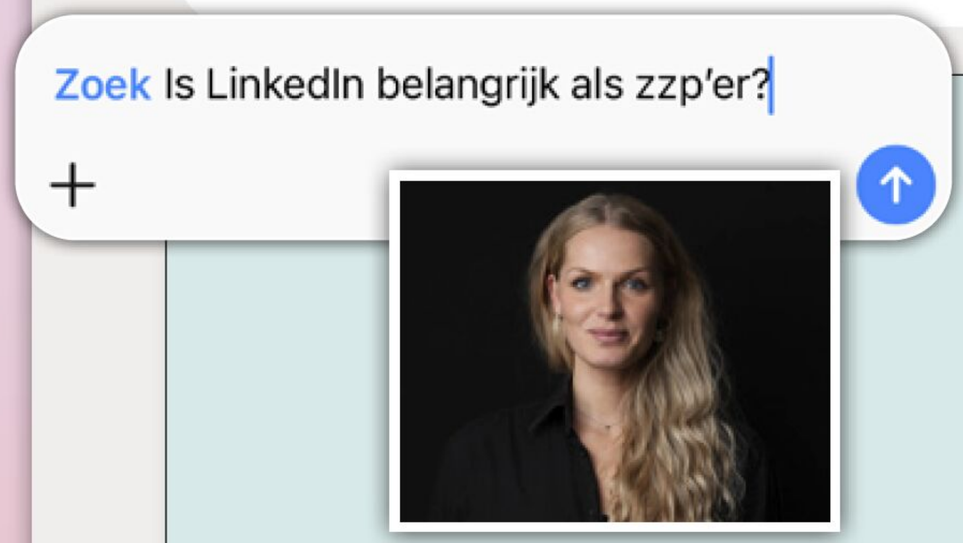
Een beetje irritant, maar wel waar: ja! Werken kan natuurlijk ook zonder personal brand, maar als je een duidelijk en zichtbaar merk van jezelf maakt weten werkgevers je beter te vinden én kan je je tarieven vaak omhoog schroeven. Zoals branding consultant Camille Moore jaren geleden al in Cosmo schreef: "Je personal brand is er voor jou – of je nou net begint, al flink op de carrièreladder omhooggeklommen bent, of ervan droomt om je eigen bedrijf te runnen. Het is jouw verhaal, jouw reputatie en jouw ticket om op te vallen in een drukke wereld. Wacht niet met het opbouwen ervan. Neem het heft in eigen handen, bepaal wie je bent en laat de wereld zien wat je in huis hebt. Want als je investeert in je personal brand, investeer je in je toekomst. En onthou: personal branding gaat niet over perfect zijn – het gaat over jezelf zijn."

Hoe combineer ik freelancen met mijn privéleven?

Dat is niet altijd makkelijk, want als eigen baas heb je eigenlijk nooit echt vrij. Daarom is het handig om wel vrije dagen met jezelf af te spreken. (Pluspunt aan zzp'en: je kan zelf bepalen op welke dagen dat weekend valt!) Trotz van The Freelance Qommunity zegt: "Als zzp'er is het verleidelijk om altijd aan te staan, want je bent nou eenmaal je eigen bedrijf. Richt daarom bijvoorbeeld een thuiswerkplek in die 's avonds uit het zicht is. Of zet je mailnotificaties op je telefoon uit. Het hoort bij freelancen dat je 's avonds nog weleens een appje krijgt, maar het is goed om je grenzen te bewaken. Vrije tijd heb je nodig."

Is zzp'en eenzaam?

Dat kan het wel zijn: je hebt immers niet 'als vanzelf' een groep collega's. Daarom adviseert Van Spaendonck om je aan te sluiten bij een netwerkclub: "Omring jezelf met mensen die dezelfde stap zetten. Dat brengt inspiratie, support en soms zelfs je eerste opdrachten. En anders in ieder geval leuke nieuwe vrienden." Je kan ook op zoek gaan naar een gedeeld freelancerskantoor in je buurt en daar een bureau huren, of bijvoorbeeld vragen of je soms bij een van je vaste opdrachtgevers op kantoor mag komen werken: bij ons op de redactie werken bijna alle freelancers minstens een paar uur in de week op kantoor. Dat is gezellig, goed voor het teamgevoel én inspirerend.



LinkedIn dit, LinkedIn dat... LinkedIn lijkt de afgelopen tijd wel hét nieuwe sociaal medium te zijn, iedereen heeft het over het banenplatform. Maar moet het echt? Ja! Bieke Groenink van personal branding-bedrijf Personally: "LinkedIn is hét platform waar jij als professional je personal brand kan bouwen door met je netwerk te delen wie je bent en wat je doet. Als zzp'er ben jij de enige die jouw opdrachten binnen gaat halen. Daarom is ervoor zorgen dat je top-of-mind wordt bij jouw droomklanten zo enorm belangrijk. De makkelijkste manier om dat te doen, is door heel erg zichtbaar te zijn: door een sterk profiel neer te zetten op LinkedIn dat echt vertrouwen uitstraalt, en met regelmaat iets te delen over je werk, projecten, cases, visie of ideeën." Lees hiernaast wat haar beste LinkedIn-tips zijn.

Hoe zorg ik voor een top notch LinkedIn?

De vijf toptips van Bieke Groenink.

Bieke Groenink

ZIE LINKEDIN ALS DE LANDINGSPAGINA VAN JE PERSONAL BRAND

Hoe ze ook aan je naam komen, LinkedIn is dé plek waar mensen die overwegen om met je te werken terechtkomen. Kom je tevoorschijn met een solid profiel, dan sta je meteen 1-0 voor. Zorg er daarom voor dat je pagina in één oogopslag laat zien wie je bent, wat je doet en voor wie. Heb je een mega-uitgesproken stijl of positioneer je jezelf juist super professioneel? Zorg dat dit overkomt zoals je dit ook op de landingspagina van een branded website zou doen.

STAP OVER DE CRINGE-DREMPEL EN PLAATS CONTENT

Elke post die je plaatst is een kans dat een potentiële opdrachtgever jou ziet. Begin met twee keer per maand. Tip: als jij een 'WOW, holy shit!'-moment hebt, omdat iets je is opgevallen, je iets hebt gelezen of gehoord in een podcast dat jouw netwerk ook moet weten, je een mijlpaal hebt bereikt of je ergens een sterke mening over hebt: dat zijn allemaal potentiële posts. Als iets jóú triggert – het WOW-moment – is de kans groot dat iemand anders er ook mee wil engagen.

STUUR CONNECTIE-VERZOEKEN NAAR DE MENSEN BIJ WIE JE JEZELF IN DE KIJKER WIL SPELEN

Potentiële opdrachtgevers, mensen in je vakgebied, mensen die je inspireren. Daar hoeft geen bericht bij, een simpel verzoek is voldoende. Reageer daarnaast op hun content met een inhoudelijke comment, dan word je een bekend gezicht nog voordat je iets aan ze vraagt. Bouw dat netwerk op vóórdat je het nodig hebt, zodat het er al is op het moment dat er werk te vergeven is. Ziet iemand bovendien dat jullie connecties of gevolgde mensen delen, dan wekt dat meteen vertrouwen.

DENK NIET BIJ VOORBAAT DAT LINKEDIN NIET VOOR JOU WERKT

LinkedIn is geen uithangbord dat je een keer aan de gevel hangt en waar daarna klanten vanzelf op afkomen. Het is een platform waar je aanwezig moet zijn. Aanwezig zijn betekent simpelweg dat je regelmatig laat zien wie je bent en wat je doet. Geef het even tijd en blijf consistent, dán gaat het voor je werken.

ZORG VOOR EEN STERKE PROFIEL-FOTO, HEADLINE EN ABOUT-TEKST

- Kies een sterke, recente foto in hoge resolutie, met goed (dag)licht, een rustige achtergrond en waarbij je in de lens kijkt. (En verander 'm niet te vaak!)
- In je headline kan je vertellen wat je doet en voor wie, en een potentiële klant schat op basis van die ene zin in of het een match is. Dus niet: founder @ eenmanszaak, wel: freelance copywriter voor lifestylebrands.
- De about-tekst hou je kort en je beantwoordt er vier vragen in: wat je expertise is, welk probleem je oplost en voor wie, waarom ze je kunnen vertrouwen en hoe ze contact met je opnemen.

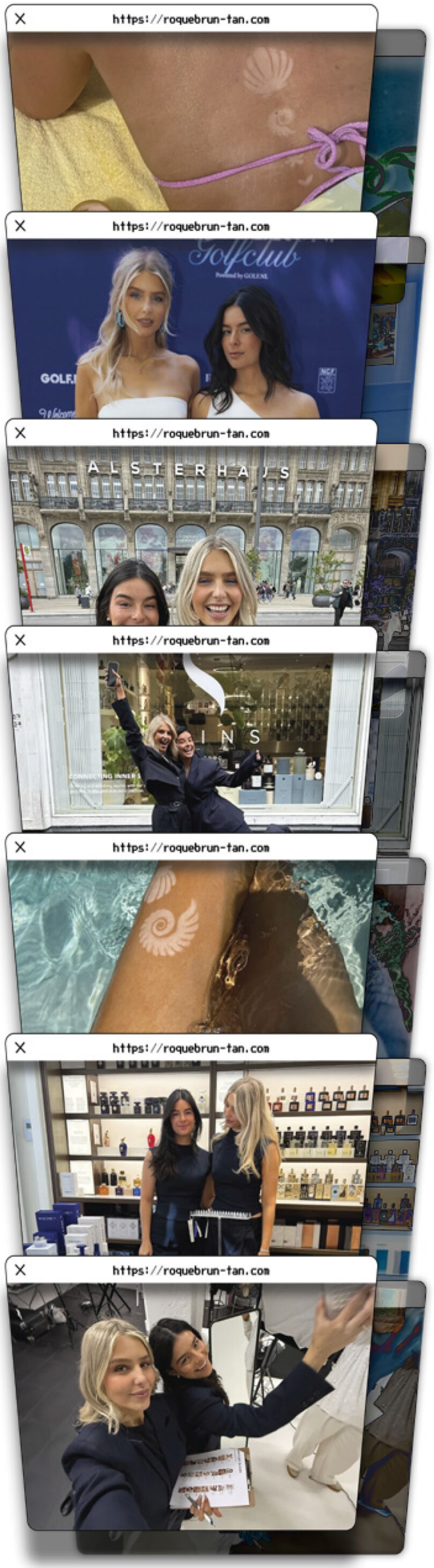
Wat zijn aftrekposten waar je rekening mee kan houden als zzp'er?

Zelfstandigenaftrek	Reis- en verblijfskosten
Startersaftrek	Opleidingen en cursussen
Apparatuur die je nodig hebt voor je werk (zoals een laptop) via de kleinschaligheids-investeringsaftrek (KIA): check de regels en hou rekening met het minimale en maximale bedrag	Telefoonabonnement
	Internetabonnement
	Software-abonnementen
Bankkosten	Marketingkosten
Verzekeringen	Kosten voor een boekhouder of boekhoudprogramma
Aanloopkosten (zoals je KvK-inschrijving)	

TEKST ROOS VAN DER RIJST BEELD @CECILE_IHP, RESA STEENVOORDEN, SOPHIE LAUBERT

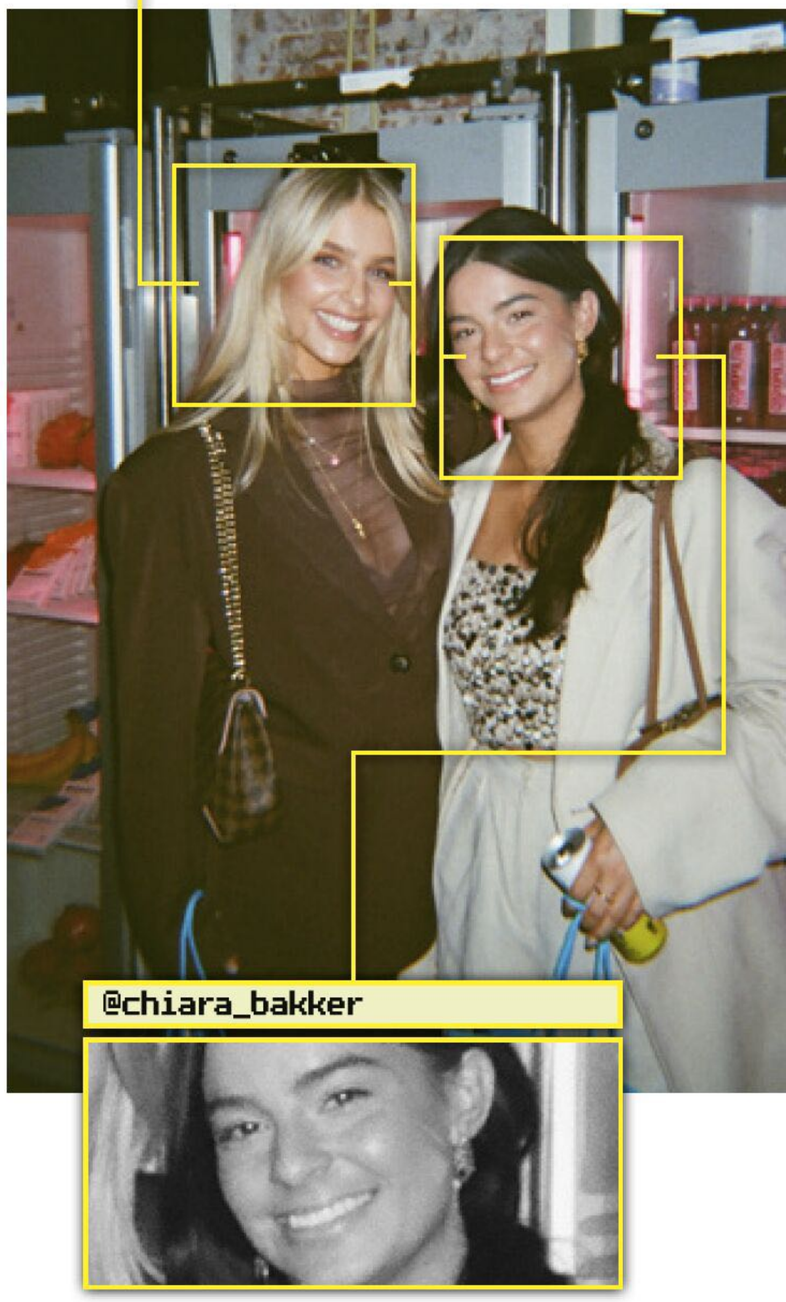
WERK AAN DAT MERK

Je wil een merk beginnen en denkt het allemaal te hebben: een goed idee, je financiën op orde, een officieel businessplan. Maar ho, stop – heb je er al aan gedacht hoe je community gaat bouwen? Hoe je een cultmerk kan worden? We vroegen de founders van twee merken die héél snel groeien hoe je dat doet.



Chiara Bakker en Sophie Hennekens, founders van Roquebrun

Chiara Bakker en Sophie Hennekens begonnen vier jaar geleden selftan-merk Roquebrun. Inmiddels maken ze ook zonbescherming en lippenbalsems en worden hun producten al door meer dan honderd retailers verkocht.



Hoe begon dit avontuur? Chiara: "Sophie en ik leerden elkaar kennen op Inter College Business School. Zij was toen al een selftan lover: je kon haar herkennen aan haar geel-oranje kleur, er werden altijd grapjes over gemaakt. We werden besties, gingen altijd samen naar Roquebrune-Cap-Martin in Zuid-Frankrijk. Ik lag daar vaak flink te zonnen, tot ik pigmentvlekken in m'n gezicht kreeg. Toen moest ik ook wel aan de zelfbruiner, maar ik hield er eigenlijk niet zo van: het pakte streperig uit, m'n beddengoed werd er vies van, ik kreeg uitslag. Sophie en ik dachten: er is zoveel skincare op de markt, dat moet toch beter kunnen?"

En toen? Sophie: "We gingen er een beetje bleu en naïef in. We wisten duidelijk wat we wilden qua product – geen parfum, geen parabenen – en dachten na over de naam en hoe het product eruit moest zien. We maakten logo's in Canva. We zouden in december live gaan en in oktober zei Chiara's broer: 'Moet het product geen doosje hebben?' O ja..."

Jullie gingen hard aan de slag op TikTok. Chiara: "Ja, vooral daar gingen we samenwerkingen doen. En we maakten – en maken nog steeds – heel veel content zelf. Sophie is daar vooral verantwoordelijk voor."
Sophie: "Chiara wilde eigenlijk geen TikTok doen, ze vond het niet passen bij het merk, dat we wilden presenteren als high-end. De vraag was of TikTok-video's daarbij pasten. Toen was het echt nog anders, zo van: kan dat wel?! Gelukkig heb ik m'n zin toen doorgedrukt. Ik vind het ook gewoon leuk om onze producten te laten zien: dan smeer ik bijvoorbeeld één been in, en het andere niet. Of ik doe een deel van m'n borst met de light selftan, laat een deel leeg en doe een deel met de dark tan. Gen Z waardeert het laagdrempelige van zulk soort video's heel erg, het sloeg snel aan."

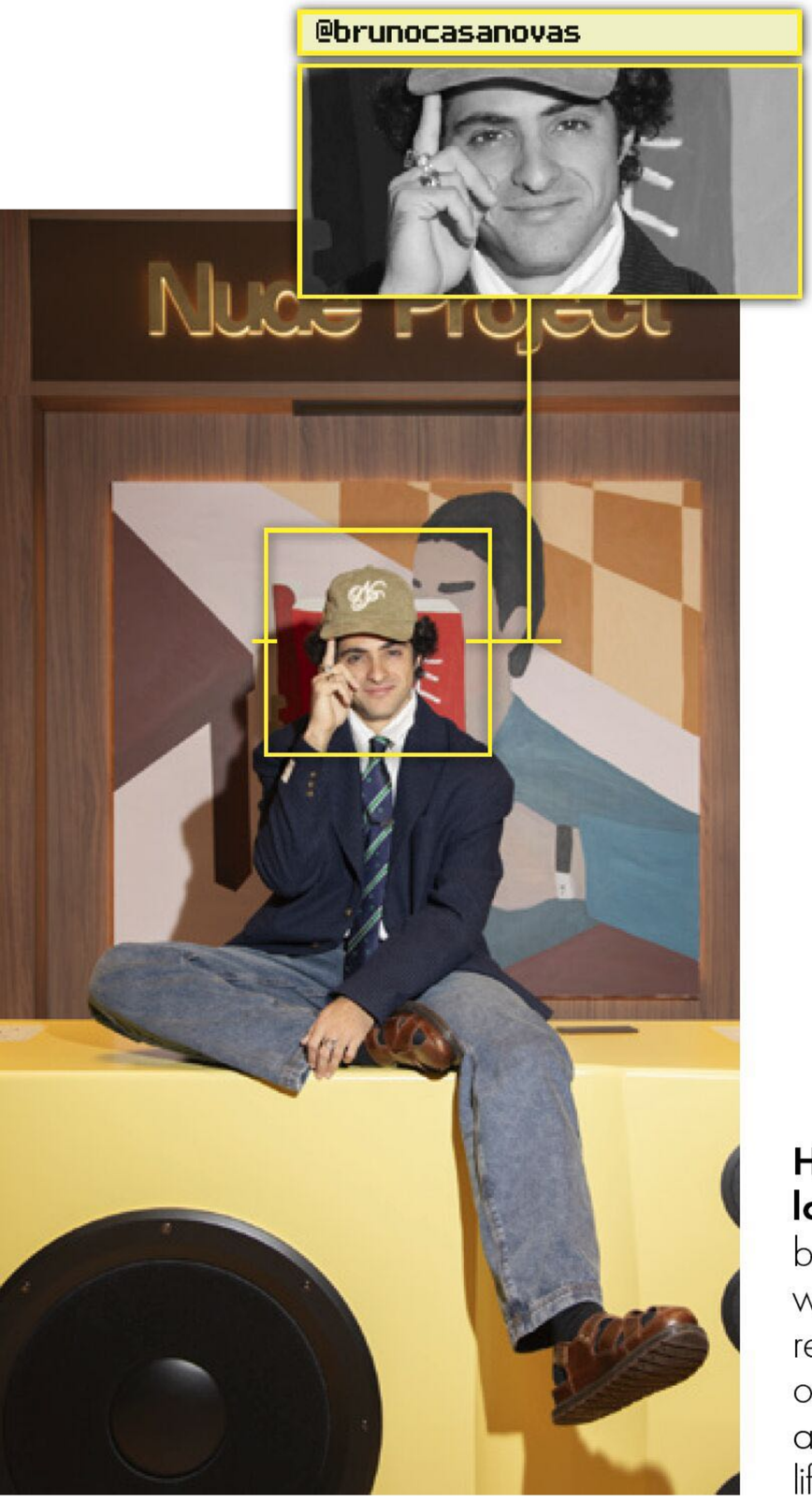
Hoe kijk je terug op die video's? Sophie: "De eerste viral video was er een met tape op m'n benen. Nu denk ik: aaah, cringe, en wat langdradig! En m'n kat zat er ook nog eens naast. Maar toen deed 'ie het juist heel goed, en mensen vinden het ook wel chill, het komt daardoor authentiek over. De content waarop Chiara en ik in beeld zijn doet het het best. Zij vindt dat niet zo fijn, maar door de jaren heen heb ik haar getraind."

Hoe bouwden jullie een community? Sophie: "We werkten veel samen met For You Agency en lieten die creators echt hun eigen ding doen, en we postten veel zelf. Je wil dat mensen zich gehoord voelen: als ze vragen hebben beantwoorden we die meteen. We hebben best wat events gedaan: toen we live gingen bij de Bijenkorf waren Chiara en ik daar bijna elk weekend zelf. Toen we lanceerden bij Skins konden mensen langskomen voor een drankje en gezelligheid. Onze twintig beste klanten heb ik weleens gebeld – zij hebben nu m'n privénummer – en een cadeau gestuurd."

"Ik belde onze twintig beste klanten en stuurde ze een cadeau"

Wat is jullie grootste tip? Chiara: "Het is aanstekelijk als je passie hebt en enthousiast bent. Als we allebei ons enthousiasme laten zien, dan zijn mensen ook enthousiast terug. En ik zou juist aanraden om op vroege leeftijd te gaan ondernemen, want dat opent ook deuren. En op je vijftigste heb je ook weer meer te bewijzen."
Sophie: "Ja, nu heb je geen hypotheek, geen kinderen... dat is een fijne positie om te beginnen, met minder druk. En je kan daarna altijd nog een baan zoeken. Mensen vonden het ook juist leuk om te zien: die meiden zijn ergens mee bezig, zij gaan ervoor. En een andere tip: omring je met mensen die ook ondernemen. Dat werkt motiverend en je kan van ze leren. En trek soms de stoute schoenen aan en stuur gewoon een berichtje. Zeker als je zo jong bent, mensen vinden het echt wel leuk om een koffietje met je te drinken. Ik vind dat ook leuk om met starters te doen."

TEKST ROOS VAN DER RIJST



Bruno Casanovas, co-founder en creative director van Nude Project

Nude Project werd in 2018 door Bruno Casanovas en Alex Benlloch, die elkaar alleen nog maar via social media kenden, opgericht als kleine online shop. Inmiddels hebben ze ook twaalf fysieke winkels: toen Nude Project in Amsterdam openging, stond de rij tot om de hoek.

Hoe krijg je het voor elkaar dat er dagenlang een rij voor de deur staat? "Door bereikbaar en aanwezig te zijn ver voordat we een merk waren waarvoor je in de rij zou gaan staan. We reageerden zelf op dm's, postten eerlijk, hadden het over dingen die onze generatie bezighoudt: creativiteit, anxiety, technologie. Het was nooit het doel een lifestylemerk te worden, maar dat gebeurde vanzelf omdat we zelf precies onze community zijn. We bouwden het merk voor mensen van onze eigen leeftijd, we spreken dezelfde taal. Mensen gaan niet in de rij staan voor kleren, ze gaan in de rij staan omdat ze zich ergens deel van voelen. Het kost jaren om dat te bouwen, er is geen shortcut."

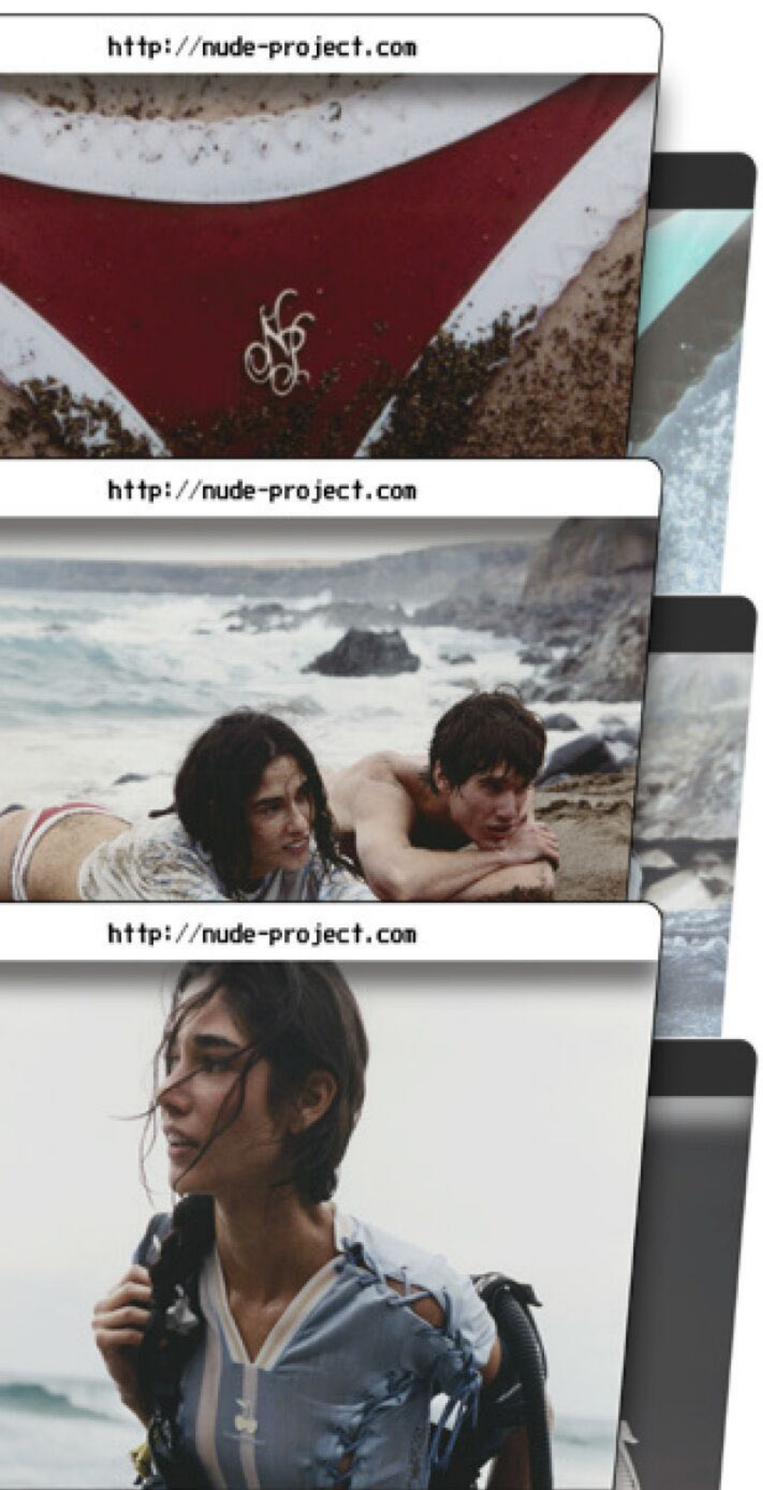
Is dat vooral waarom Nude Project zo aansloeg? "Ik denk dat het merk ook aantrekkelijk is omdat Alex en ik allebei niet extraordinary zijn. We waren twee redelijk normale guys die het voor elkaar kregen om iets niet zo normaals te doen, en dat is relatable. We doen niet alsof we alles begrijpen of het helemaal voor elkaar hebben; we delen juist ook onze twijfels, misstappen en de saaie dingen. *Gen Z can smell fake from a mile away*, en we hebben nooit geprobeerd ons anders voor te doen dan we zijn. Onze podcast helpt daar ook erg bij, daar kunnen we goed laten zien hoe alles echt is."

Hoe blijf je in touch met de community? "Zoals we altijd al deden: we reageren zelf op berichten, houden in de gaten wat het goed doet, en we gebruiken social media als een conversatie, niet als een billboard."

Hebben jullie ooit grote fouten gemaakt? "Eerlijk gezegd was het aan het begin een en al fouten maken; we hadden vooral operationeel gezien geen idee wat we deden. Dat zorgde voor veel vertragingen; we berekenden de voorraad helemaal verkeerd. We waren kinderen die een business runden zonder enige ervaring, maar die fouten hebben ons meer geleerd dan *any business school* had gekund."

Jullie begonnen Nude Project met maar zeshonderd euro. Als je helemaal opnieuw zou beginnen, weer allebei driehonderd euro in zou leggen, wat zou je dan anders doen? "Ik zou eigenlijk niks anders doen. Elke move heeft ons gebracht waar we nu zijn, en elke uitdaging heeft ons iets geleerd, dus dat konden we niet echt overslaan. Wat ik sowieso hetzelfde zou doen: onze intuïtie behouden. Bouwen op een connectie, niet op basis van een businessplan. En in gesprek gaan met iedereen die je kan bedenken die weet hoe de business werkt. Het is fijn om hen te vragen wat

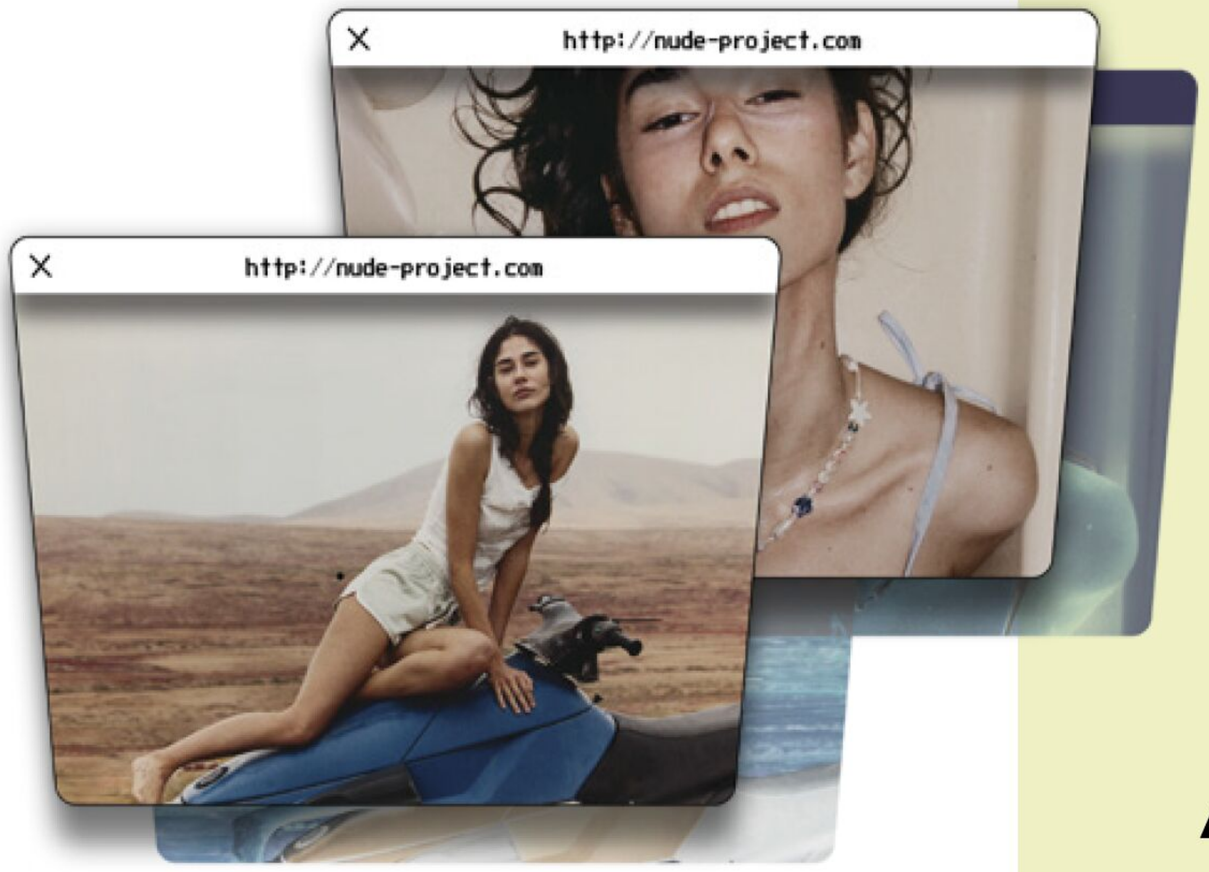
"Het kost jaren om een trouwe community te bouwen, er is geen shortcut"



TEKST ROOS VAN DER RIJST BEELD NUDE PROJECT

hun fouten waren, zodat wij ze niet nog een keer hoeven te maken."

Wat komt er nu aan voor de community? "We hebben net een groot project gedaan waarbij we vrienden, kunstenaars en creatives samenbrengen: The Nude Project Mansion op Ibiza. Iedereen kan dat volgen op de socials. Daarnaast focussen we heel erg op de winkel-ervaringen: deze zomer openen we samen met Lera een matchabar in onze flagshipstore in Amsterdam, zodat bezoekers een matcha kunnen drinken en kunnen chillen in de winkel, met uitzicht op de grachten." C



"GEN Z CAN SMELL FAKE FROM A MILE AWAY"

Geef COSMOPOLITAN cadeau!

Cosmopolitan zit boordevol artikelen over liefde, relaties, zelfontwikkeling, carrière, gezondheid, mode, beauty en reizen. Een fijne mix voor een dosis inspiratie én motivatie, met all you need to know!

Geef Cosmopolitan cadeau met korting, het abonnement stopt automatisch!

3x Cosmopolitan voor € 17,50
i.p.v. € 18,75
7% korting

5x Cosmopolitan voor € 25
i.p.v. € 31,25
20% korting

12x Cosmopolitan voor € 50
i.p.v. € 75
33% korting

SCAN DE QR-CODE

Ga snel naar abonnement.cosmopolitan.com/abonnement-geven of bel 088 024 54 02

(ma t/m vrij 9.00–16.00 uur)

Deze aanbieding is geldig in Nederland en België tot 31 december 2026. De cadeau-aanbieding stopt automatisch. Zie ook: hearst.nl/leveringsvoorwaarden. Woon je in België? Bel dan 078 48 01 83.

Cosmo's career ladder

Notities Gereed

Cosmo's Guusje vroeg drie business babes het hemd van het lijf over hun werk, loopbaan én hun advies voor girlies die ook zo'n dream job willen.

Lissa Brandon is stylist en creative director

"SOMS PUSHEN BEPERKINGEN JE JUIST OM CREATIEVER TE ZIJN"

Eén ding is zeker: creative director Lissa Brandon zit nooit stil. Ze werkt al meer dan dertien jaar als multidisciplinair artiest: als stylist, designer, ze verschijnt voor de camera als haar alter ego Mojo Nodnarb en is onlangs begonnen met regisseren. Lissa heeft gewerkt voor merken als Nike, Louis Vuitton, KidSuper, *Harper's Bazaar* en voor verschillende artiesten. Hoe cool?! Ik vroeg haar voor Cosmo's career ladder alles over het voorbereiden van een shoot, staple pieces en minimalisme en haar inspiratiebronnen. *Let's get into it.*

Allereerst, hoe ben je hier ooit mee begonnen? "Ik wilde van jongs af aan graag de mode in. Mijn eerste herinneringen aan dingen proberen en creëren zijn die met mijn neef Tim Wes, met wie ik nog steeds veel samenwerk. Het begon met het vastleggen van eigen outfits: kleding customizen, concepten bedenken en samen foto's maken. En ik cureerde en selecteerde foto's op Tumblr. Daardoor vroeg iemand me spontaan of ik een shoot wilde stylen. Toen kwam ik erachter dat styling echt een vak is. Ik ging het proberen en dacht: dit vind ik echt heel leuk."

Hoe gaat zo'n opdracht precies in zijn werk? "Dat verschilt heel erg. Soms initieer ik zelf iets en soms werk ik vanuit de opdracht van een klant. Het kan gaan om een fotoshoot, video, design, live performance of evenement. Maar ik begin eigenlijk altijd met een gevoel en met de vraag: wat willen we dat de kijker voelt? Of waar willen we dat iemand over nadenkt als diegene het eindresultaat ziet? Vanuit dat gevoel bouw ik stap voor stap een wereld. Dat gaat van concept tot casting en styling, tot setdesign en de manier waarop iemand of meerdere mensen bewegen. De kunst is om alle departments en details zo goed mogelijk op elkaar af te stemmen, zodat je het verhaal zo sterk mogelijk neerzet."

Waar komt je inspiratie vandaan? "Eigenlijk overal en nergens. Van architectuur tot natuur, gesprekken met vreemden en bekenden, films, maar ook uit de geschiedenis en spiritualiteit. Ik probeer mijn connectie met God zo sterk mogelijk te houden, omdat ik geloof dat ik daardoor meer in touch blijf met mijn vorm en mijn purpose."

Wat onderschatten mensen aan jouw werk? "Ik denk hoeveel voorbereiding en strategie erbij komt kijken. Mensen zien vaak alleen het mooie eindplaatje, maar vergeten dat je continu problemen aan het oplossen bent. Je moet teams aansturen, keuzes onderbouwen, je visie beschermen en onder grote druk beslissingen nemen. Bij creativiteit komt een flink deel organisatie kijken. Ik denk dat dat soms wordt onderschat."

Wat is een voorbeeld van een uitdaging waar je in je werk tegenaan loopt? "Op dit moment het stylen van een plussizemodel. Ik merk dat onze industrie helaas nog steeds zo is ingericht dat het veel lastiger is om sterke items te vinden om looks mee te creeëren dan voor een model met maat XS. Dat is frustrerend, maar ik geloof ook in de quote: *limitation breeds creativity*. Soms pushen beperkingen je juist om creatiever te zijn."

Wat is het meest glamoureuze gedeelte van je werk? "Het feit dat ik continu in ruimtes kom waar ik word uitgedaagd om groter te denken en te dromen. Ik ben superdankbaar voor alle inspirerende mensen die ik heb mogen ontmoeten en de dingen die ik heb mogen zien waarvan ik vroeger nooit had gedacht dat ik ze zou meemaken."

Wat is juist totaal niet glamoureus aan je werk? "Nachten doorhalen, dat hoort er helaas soms

bij. Vooral als ik bezig ben met een project waar ik echt gepassioneerd over ben, wil ik voor het allerbeste gaan. Soms betekent dat weinig of bijna niet slapen. Ik heb bijvoorbeeld een periode gehad waarin ik overdag in Nederland werkte aan fittings en shoots, en 's avonds en 's nachts op Zoom zat met een team in Los Angeles. Dan was ik hier om zes uur klaar, begon daar om zeven uur de werkdag, zat ik tot drie of vier uur 's nachts in calls en moest ik de volgende ochtend om zeven uur weer op. Dat is gekkenwerk, maar als je ergens echt gepassioneerd over bent, krijg je op de een of andere manier toch energie."

Wat is het gekste wat je ooit hebt meegemaakt tijdens je werk? "Ik was eens in Kiev voor een commercial voor Amazon Music. Judith Veenendaal was de director en ik vind haar werk heel tof, dus het was bijzonder om met haar te mogen samenwerken. Tijdens dat project werd ik in mijn hotel gecast door een andere inspirerende director uit New York, Amber Grace Johnson, voor een Hyundai-commercial. Twee dagen later lag ik op de tofste set die ik ooit had gezien, als een soort zeemeermin in ijskoud water, met overal groen om me heen. Dat was echt een crazy ervaring, het voelde als een droom."

Wat is het beste advies dat je ooit hebt gekregen? "Mijn meeste adviezen op werkgebied krijg ik van mijn neef en businesspartner Ricky. Ik werk heel nauw met hem samen, dus hij ziet alle hoogte- en dieptepunten achter de schermen. Een quote waar ik vaak aan denk, komt uit een boek van Rick Rubin en ligt ook erg in lijn met dingen die Ricky vaker tegen mij zegt: *failure is the information you need to get where you're going*. Dat herinnert mij eraan om niet bang te zijn om fouten te maken en om fearless te zijn in het najagen van mijn dromen."

Is er op dit moment een trend waar je obsessed mee bent? "Ik heb het idee dat we met z'n allen steeds meer bewegen riching een kast vol staple pieces. En dat we meer focussen op kwaliteit dan kwantiteit. Vorig jaar ben ik voor het eerst naar Japan geweest en daar heb ik veel meegekregen van het idee van minimalisme. Dat lijkt misschien een trend, maar ik hoop dat het meer een mindset wordt."

Waar koop jij jouw staple pieces? "In Tokio ging ik vintage shoppen en dat was echt anders dan hier. Alles is daar met zoveel zorg bewaard, het voelt bijna als nieuw. Ik heb daar een aantal staple pieces gescoord. Tijdens het shoppen maakte ik foto's van items die ik mooi vond en aan het einde van de trip ging ik door de foto's, keek ik naar de locaties en maakte ik een route om de beste stukken alsnog te kopen. Daardoor kocht ik minder impulsief."

Wat zou je jongeren willen meegeven die dromen van een carrière zoals die van jou? "Blijf consistent voor je dromen gaan en wees vooral jezelf. Juist jouw eigenheid maakt dat je iets wat nog niet bestaat kan toevoegen aan het landschap. En als je blijft doorgaan, blijft leren en niet opgeeft, is succes uiteindelijk geen kwestie van óf, maar van wanneer." »

TEKST GUUSJE KOENE BEELD HENRY BOADU

Esmée Janmaat is medeoprichter van Talent Lab

"IK HEB MIJN LEEFTIJD INGEZET ALS KRACHT"

Influencers als Marije Zuurveld en Julia Mekkes zien we allemaal dagelijks voorbijkomen op onze FYP. Maar achter al die video's, samenwerkingen en campagnes zit óók een agency. In dit geval: Talent Lab. Esmée Janmaat (28) is de oprichter hiervan en is dus dagelijks bezig met het begeleiden van talenten, het bedenken van strategieën en het koppelen van creators aan de juiste merken.

Allereerst, wat staat er allemaal op je cv? "Mijn cv bestaat vooral uit horecabaantjes en ik ben een tijdje nanny geweest in Amsterdam. Tijdens mijn hbo-opleiding moest ik elk jaar stage lopen. Zo kwam ik bij Talent Kitchen terecht. Dat is het bedrijf van Kristien van Dillen, mijn compagnon bij Talent Lab. Het bedrijf richt zich vooral op tv-presentatoren en journalisten, maar had toen ook al een paar socialtalenten, zoals Marije Zuurveld en Lize Korpershoek. Eigenlijk zou ik me samen met mijn stagebegeleider op de socialkant richten, maar hij vertrok na mijn eerste maand naar Talpa. Daardoor ontstond de vraag of die talenten misschien beter naar een ander management konden. Marije zei toen: 'Ik vind het eigenlijk heel leuk om dit met Esmée uit te proberen.' Zo ben ik er langzaam in gerold."

Talent Lab hebben jullie dus opgezet nadat je afstudeerde? "In 2018 liep ik stage bij Talent Kitchen en in 2022 hebben Kristien en ik Talent Lab opgezet. Dat kwam omdat Kristien op een gegeven moment zei dat ze steeds meer onlineaanvragen kreeg. Ze had al langer het idee daar misschien apart iets mee te doen, maar wilde dat wel samen met iemand oppakken. Zij dacht eerst aan een andere partij, maar toen dacht ik: ja, dat wil ik eigenlijk heel graag doen. Tegelijkertijd vond ik dat spannend, want Kristien was op dat moment mijn baas. Ik vroeg me af of het niet gek was om dat voor te stellen. Uiteindelijk belde ik mijn vader. Die zei: 'Als je erin gelooft, laat dan alleen maar zien dat je er zin in hebt en enthousiast bent.' Dus ik ben met knikkende knieën het kantoor van Kristien ingestapt en heb gezegd: 'Ik hoorde jou dat gisteren zeggen, maar kan ik niet degene zijn met wie je dit samen doet?' Gelukkig reageerde ze heel enthousiast."

Hoe voelde dat? "Ik weet nog dat ik dacht: oh my god. Het voelde echt alsof ik een bom ging droppen. Maar de erkenning die ik kreeg voor het feit dat ik mijn stoute schoenen aantrok is me altijd bijgebleven. Jij moet degene zijn die naar binnen stapt en het durft te zeggen. Toen we het samen gingen uitproberen, was ik vooral heel enthousiast. Het werd al snel duidelijk wat onze rollen waren. Kristien bracht haar ervaring, tv-netwerk en kennis van het medialand mee, en ik juist de onlinekennis. Die combinatie voelde heel goed. We kwamen er ook achter dat er nog weinig agency's waren die die mix hadden: onlinetalenten begeleiden, maar ook kijken naar ambities richting televisie."

Hoe ga je ermee om dat je jong bent en soms zakendoet met mensen die ouder zijn? "In het begin was ik eigenlijk altijd jonger dan de mensen met wie ik werkte. Maar ik heb mijn leeftijd in het begin juist ook als kracht ingezet, omdat ik denk dat je als jong persoon een bepaalde gunfactor hebt. Mensen hebben soms nog niet zulke hoge verwachtingen van je, waardoor alles wat je doet al snel boven verwachting is."

"Je moet privé veel inleveren, dat hou je alleen vol als je je werk echt leuk vindt"

Wat onderschatten mensen aan jouw werk? "Ik denk dat mensen onderschatten hoe graag je het goed wil doen voor alle talenten, maar ook voor je team. Met je talenten ga je eigenlijk een soort relatie aan. Als het privé niet goed gaat met iemand, heeft dat natuurlijk ook effect op werk. Nadat we groter werden, kreeg ik dat gevoel ook bij het team. Ik voel me verantwoordelijk voor een fijne werksfeer en een goede werkdruk, zodat niemand zichzelf voorbijloopt. Het gevaar is wel dat je continu iedereen tevreden probeert te houden: talenten én team. Dat is soms best een uitdaging, en misschien ook niet altijd helemaal haalbaar."

Heb je ooit een *fake it till you make it*-moment gehad? "Ik ben best wel *what you see is what you get*. Ik maak het niet mooier dan het is. Het moment waarop ik mijn stoute schoenen aantrok en bij Kristien naar binnen stapte, komt misschien het dichtst in de buurt. Maar daarna heb ik er alles aan gedaan om ervoor te zorgen dat die stoute schoenen me ook gingen passen."

Heb je een beginnersfout gemaakt waar je veel van hebt geleerd? "Ik denk dat ik in het begin, mede door mijn leeftijd, best vaak moeite had om mezelf uit te spreken. Als ik het ergens eigenlijk niet mee eens was, dan zei ik dat niet altijd. Achteraf dacht ik dan weleens: shit, had ik dat nou maar gewoon gezegd. Nu weet ik dat het juist belangrijk is om je uit te spreken. Daardoor weten mensen beter wat ze aan je hebben en laat je ook meer van jezelf zien."

Waar ben je het meest trots op? "Ik ben sowieso trots op de talenten die we aan Talent Lab hebben weten te binden. We werken met heel leuke creators, met wie we echt veel plezier hebben. Daarnaast ben ik er ook trots op dat zoveel mensen al vanaf moment één bij ons zitten. Marije bijvoorbeeld, maar ook Niels Oosthoek, die in het begin zei: 'Je had mijn zusje kunnen zijn, maar ik wil het wel met jou proberen.' De mensen die destijds vertrouwen in mij hadden, toen ik eigenlijk nog maar net begon, zijn nog steeds aan ons verbonden. In de industrie waarin wij zitten is dat best zeldzaam."

Wat is je advies voor jonge meiden die ook zoiets willen doen? "Allereerst: niet alles wat blinkt is ook echt goud. Omdat ik nauw samenwerk met talenten en met het team, voel ik me best verantwoordelijk voor iedereen. Dat is mooi, maar ook een uitdaging. Het werk is heel dynamisch. Dingen kunnen ineens gebeuren en dan moet je meteen schakelen. Je staat eigenlijk altijd aan. Als je twee uur niet op je telefoon kijkt, kan je alweer iets gemist hebben. En ik denk dat je iets moet zoeken waar je energie van krijgt. Ondernemen is een commitment en daar moet je privé ook wat voor geven. In de media en onlinewereld zie je veel leuke dingen voorbijkomen, zoals trips. Dat ís ook leuk, maar je mailbox loopt ondertussen gewoon door. Dat hou je alleen vol als je het echt leuk vindt." »

TEKST GUUSJE KOENE BEELD TALENT LAB

Sammie Maerten werkt als pr-manager voor Stëlz

"VEEL DINGEN BEGINNEN BIJ STËLZ ALS GRAP"

Werken bij Stëlz, dat klinkt toch als een feestje? Ik kan je vertellen: na een tijdje kletsen met Sammie Maerten, de pr-manager van Stëlz, ben ik erachter gekomen dat dat ook zeker zo is. Geen idee is te gek en vliegen naar bestemmingen als Ibiza voor je werk... tja, wie wil dat nou niet? Maar wat doet een PR & partnership manager eigenlijk precies? En misschien nog wel belangrijker: hoe word je het?

Allereerst, wat staat er allemaal op je cv? "Op dit moment ben ik Pr & partnership manager bij Stëlz, al wisselt de werktitel soms een beetje tussen Pr partnership en Pr community. Ik werk daar nu al bijna tweeënhalf jaar. Daarvoor werkte ik vier jaar bij Tonny Media, in verschillende rollen zoals redacteur en community manager. Maar na mijn opleiding heb ik eerst nog een halfjaar bij Deloitte gewerkt – echt heel iets anders."

Hoe kwam je van Deloitte bij Tonny Media terecht? "Een vriend van mij werkte bij Deloitte en zei dat ik daar mijn scriptie kon schrijven. Het bedrijf was gezellig, maar de werkzaamheden lagen mij niet helemaal. Toen corona kwam, viel ook die gezelligheid weg en bleef vooral de baan die niet goed bij mij paste over. Ik miste creativiteit. Daarom besloot ik tijdschriften aan te schrijven, waaronder *Quote*. Sander Schimmelpenninck mailde mij terug dat hij een podcast had die goed liep en iemand zocht voor de redactie. We gingen koffiedrinken, wat uiteindelijk een whisky'tje werd. Ik luisterde die podcast zelf al, maar had nooit verwacht dat er functies achter een podcast zouden zitten. Zo ben ik daar gaan werken."

Wat deed je op een dag bij Tonny Media? "Je bouwt eigenlijk een soort klein merk. Bij bijvoorbeeld *Geuze & Gorgels* heb je Monica en Kaj, die allebei een eigen merk zijn, maar samen ook een merk moesten worden. Dat doe je door de podcast in goede banen te leiden. Ik schreef een scriptje met een rode draad. Ik wist: als ik dit zaadje plant, dan gaan ze dit vertellen, en dat is wat de luisteraar wil horen. Daarnaast werkte ik met adverteerders en hield ik me bezig met social media, community management, designs en de algehele uitstraling van de podcast."

Welke podcast vind je zelf het leukst om te luisteren? "Nadat ik wegging bij Tonny Media heb ik ongeveer een halfjaar geen podcasts geluisterd, omdat ik er helemaal overprikkeld door was geraakt. Nu luister ik nog wel podcasts, maar met pauzes. Ik heb net *We Love Nederlands* drie keer opnieuw geluisterd, van Yannick van de Velde en Tom van Kalmthout. Dat is echt mijn nummer één aanrader."

Hoe ziet je werkdag eruit bij Stëlz? "Heel wisselend. Ik monitor wat er online gebeurt en daarnaast kijk ik waar kansen liggen. Zijn er trends? Merken waarmee we kunnen samenwerken? Events waar we iets mee kunnen? Moeten we iets doen voor influencers of juist voor de Stëlz-fans? Mijn dag begint meestal met mails. Daarna heb ik meetings over strategieën of campagnes: welke gezichten haken we aan, doen we een gifting, naar wie gaat die gifting, organiseren we een event, wat is het doel, haken we media aan en kopen we advertenties in? Dat ligt allemaal bij mij."

Wat is het meest glamorous gedeelte van je werk? "Vooral de plekken waar je komt. Dit jaar was ik bijvoorbeeld bij de Edisons. Dan denk je eerst: wat moet ik daar? Maar het is wel heel leuk om een keer te zien. Ook word je soms uitgenodigd voor concerten of andere bijzondere plekken. Je komt echt op plekken waar je normaal niet snel zou zijn, en dat is bijzonder."

En wat is juist totaal niet glamorous? "Bijvoorbeeld de blik-wraps die we doen. Dat doen we allemaal nog steeds met de hand. Soms zitten we met elkaar vijftienhonderd blikken te wrappen. Op zo'n

Online zijn nog veel meer Career Ladders te lezen ↘

moment denk ik niet bepaald: wow, dit is superglamorous. Of een bestelling van tweeduizend blikken bezorgen in Amsterdam met de enorme Stëlz-bus, terwijl iedereen denkt: ik moet erlangs. Maar uiteindelijk vind ik het ook weer leuk, omdat je heel direct resultaat ziet. Mensen vinden het heel leuk om te krijgen. Als ik het heb gebracht en iemand post er daarna over, dan ben ik alle moeite alweer vergeten."

Heb je ooit een idee gehad dat begon als grap, maar uiteindelijk echt is uitgevoerd? "Bij Stëlz beginnen heel veel dingen als grap. Ook onze 1 aprilgrap is altijd een leuke brainstorm. Voor de 1 aprilgrap met de espresso-food-trend zaten we in een meetingroom te bedenken wat nog geloofwaardig zou zijn en waren we van alles aan het testen en proeven. Vaak beginnen dingen dus als grap, maar pakken ze uiteindelijk heel goed uit. We nemen onszelf niet te serieus."

Heb je ook weleens een *fake it till you make it*-moment gehad? "Ja, ongeveer vijftig procent van de tijd. Zeker bij pr bouw je voor de helft op je expertise, maar voor de andere helft moet je kijken hoe iets zich ontvouwt. Je kijkt waar een bloem uit groeit, maar wel altijd met een strategie erachter. Ik kan veel dingen proberen. Dan zeg ik tegen mijn baas: 'Ik denk echt dat dit gaat werken,' terwijl ik eigenlijk denk: ik heb geen idee, let's see. Laatst had ik bijvoorbeeld een gifting gedaan waarvan ik dacht dat 'ie heel goed zou lopen, maar er kwam niets uit. Dan denk ik: oké, daar had ik dus verkeerd onderzoek naar gedaan, of het pakte gewoon anders uit. Volgende keer beter."

Waar ben je het meest trots op? "Ik ben heel trots op Stëlz als merk en op het team dat we hebben opgebouwd. In de afgelopen twee jaar is het merk enorm geprofessionaliseerd, maar we zijn wel bij onze identiteit gebleven. Iedereen gelooft echt in Stëlz en gunt elkaar het beste."

Wat staat er nog op je career bucket list? "Voorlopig zie ik mezelf nog wel bij Stëlz zitten. Het lijkt me leuk om meer long-form content te maken, we denken over in welke vorm dat dan zou passen. We hebben het weleens gehad over *Stëlz Island*. Het product zou dan een toevoeging zijn, niet per se het hele verhaal."

Wat zou je jonge mensen willen meegeven die misschien dromen van een carrière als die van jou? "Stap buiten je comfortzone. Ik zat bij Deloitte prima, maar toch maakte ik de overstap naar iets anders. En bij Tonny Media wilde ik eigenlijk al een tijdje iets anders doen, maar bleef ik omdat het comfortabel was. Toen ik bij Stëlz kwam, had ik eigenlijk alleen mijn netwerk en een paar ideeën. Soms vroeg iemand of ik iets kon doen, dan zei ik ja, terwijl ik geen idee had wat de vraag precies inhield. Dus: *take the jump* en vertrouw op jezelf. Tien jaar geleden had ik niet durven dromen dat dit nu mijn baan zou zijn. Toen keek ik naar de vlogs van Monica Geuze, nu werk ik met haar samen." C

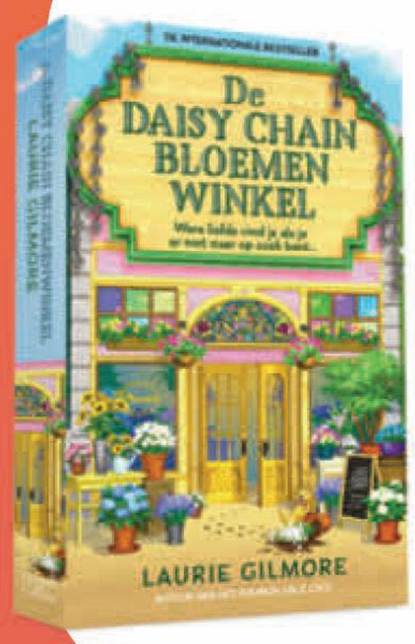
TEKST GUUSJE KOENE FOTOGRAIFE GABRIEL DUSIL

Favorieten

Smooth & sleek

Zomerse plannen én toch graag smooth hair? De *Keratin Protect Intelligent stijltang* van Remington helpt je haar glad en glanzend te stylen, zonder onnodige hitte. De slimme sensor meet het vochtgehalte van je haar en past de temperatuur automatisch aan, zodat je lokken beter beschermd blijven tijdens het stylen. Ideaal voor een verzorgde, summerproof look. Met code 'COS20' krijg je nu 20% korting bij **bol.com**.

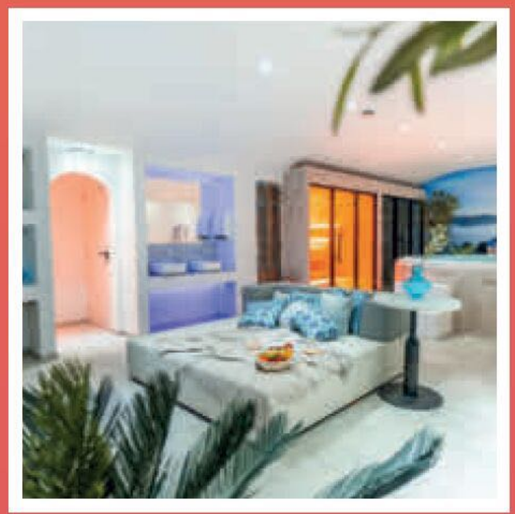
Boekentip!



BookTok-hit Laurie Gilmore is terug! *De Daisy Chain Bloemenwinkel* is een heerlijke small town romance vol charme, slow-burn spanning en een vleugje spice. Daisy en Elliot hebben de liefde afgezworen, maar wanneer ze elkaar ontmoeten in het idyllische Dream Harbor, blijkt hun aantrekkingskracht moeilijk te negeren. Perfect voor fans van cosy romance. **Verkrijgbaar in de (online) boekhandel.**

Ultimate hair care

Heeft je haar behoefte aan een reset? *I.C.O.N. REBALANCE* is een pH 3.5 leave-in treatment die de natuurlijke balans van je haar herstelt, pluis vermindert en de glans versterkt. Met Acid Shield Technology, probiotische fermenten en hyaluronzuur wordt je haar zichtbaar gladder, sterker en gezonder — van aanzet tot punt. **iconproducts.nl**



Wellness Escapez

Gun jezelf deze zomer een moment van pure ontspanning. Bij Wellness Escapez geniet je in volledige privacy van een eigen sauna, whirlpool en stoomcabine. De perfecte summer escape voor quality time, self-care of een romantisch uitje. Ontdek de unieke themasuites en laat de dagelijkse drukte even helemaal achter je. **wellness-escapez.nl**

Daily essential

Sundy is dé zomer-musthave voor in je tas. Deze fijne hand mist reinigt en hydrateert zonder te plakken. Met geuren als *Cherry, Sakura, Lavendel* en *Aloë Vera* blijven je handen de hele dag fris, van strand tot terras. Stijlvol, praktisch en onmisbaar. Verkrijgbaar vanaf € 5,95. **sundy.nl**

Stralende glow

De *Glow Getter* van Labareau hydrateert de huid, beschermt dankzij SPF tegen dagelijkse UV-schade en geeft een frisse, gezonde glow. De lichte mist kan zowel onder als over make-up worden aangebracht en werkt ook als setting spray voor een stralende finish. Niet voor niets wordt dit product steeds opnieuw gekocht door trouwe fans. **labareau.nl**

Premium geur

High-end parfum, zonder het high-end prijskaartje. Met 30% parfumconcentratie biedt Petite Mort langdurige intensiteit en krachtige projectie, slim geprijsd voor wie luxe begrijpt. Meer dan 100.000 klanten ontdekten binnen één jaar de nieuwe standaard in parfumerie. **petitemort.co**

Zomerse ijskoffie

Met Nescafé *Espresso Concentrate Style* maak je deze zomer in enkele seconden je eigen gepersonaliseerde ijskoffie. Thuis, op jouw manier en zonder gedoe. Voeg alleen melk en ijs toe. Zin om te variëren? Experimenteer met smaken en toppings voor eindeloos veel ijskoffiecombinaties. Perfect voor warme zomerdagen. **nescafe.com/nl/espresso-concentrate**

fashion

BEELD @NADJACHENEAUX

THE DEAL

RUNWAY

CLEANING

De deadline nadert! Voor deze Cosmogirl is 24 uur simpelweg niet genoeg.

FOTOGRAFIE SHIN SUN HYE _____ STYLING SEO JI HYUN

Jasje en shirt **Alma**, tassen **Louis Vuitton**, zonnebril **Prada**

LINKERPAGINA
Top, rok en slingbacks **Tod's**, oorbellen **Polène**, gouden en zilveren armband **Tom Wood**, leren armband **Hermès**, clutch **Roger Vivier**, tas **Fendi**

Top en oorbellen **Dior**

RECHTERPAGINA
Jas, bh, broek en schoenen
Prada

PATRICK
SÜSKIND

Jasje, jurk, pumps en witte tas **Chanel**, zonnebril **Saint Laurent by Anthony Vaccarello**, oorbellen **Polène**, ring **Burberry**, groene tas **Jil Sander**

LINKERPAGINA

Top, rok en pumps **Bottega Veneta**, oorbellen **Polène**, ketting met hanger **Louis Vuitton**, schakelketting en armbanden **COS**, jasje **Erdem**

Jasje, broek en pumps **Tom Ford**, bril **Ray-Ban**, ketting **Tom Wood**

RECHTERPAGINA
Blouse, kokerrok, oorbellen, stiletto's en armbanden **Saint Laurent by Anthony Vaccarello**

Jasje, broek, boxer en riem **Dolce & Gabbana**, bril **Ray-Ban**, oorbellen **Polène**, gevlochten tas **Bottega Veneta**, grijze tas **Miu Miu**

RECHTERPAGINA
Pyjamashirt, pyjamabroek en oorbellen **Fendi**, trui **Loro Piana**, slaapmasker en pantoffels **privébezit**

FOTOGRAFIE SHIN SUN HYE ART DIRECTION JANG SEOK YOUNG STYLING SEO JI HYUN MAKE-UP KIM BU SUNG HAAR YOO DONG HO MODEL LEE JU WON ASSISTENT LEE YE EUN

Office ( ) ( ) ( ) ( ) Icons

Klassiekers zijn je easy choice voor een kantoordag en met deze tips krijg je ongetwijfeld een bonus. Notuleren maar!

Sportief x speelse rok

FLATS

Hoge sokjes

Als eyecatcher met printje

LOEWE

COS

Slingbacks **Courrèges** via Farfetch € 590

Ballerina's **COS** € 89

Mule loafers **Alohas** € 160

Sneakerina's **The Attico** € 490

Mesh flats **Posa** via Mayke € 189

Sandwich method

Met veters

PALOMA WOOL

VAILLANT

Onder een slip dress

ALBERTA FERRETTI

Style clash:
cargo shorts

laagjes
laagjes,
laagje erop,
laagje
eronder en
nog een
laag

ANDERSSON BELL

ISSEY MIYAKE

THE ATTICO

OVERHEMD

Rijg er een
touwtje door

RHEA COSTA

Met schoudervulling
The Frankie Shop € 185

Body **Norma Kamali**
€ 220

Asymmetrisch **Weekday**
€ 49,99

Fitted met hoge kraag
Peachy Den € 90

Deconstructed **Ottolinger**
via Slam Jam € 694

Slouchy
looook

7 FOR ALL MANKIND

Met
mandarin-
knopen

MAX MARA

ACNE STUDIOS

Draag
open als
vest

COPERNI

Met
satijnen
rok

DHRUV KAPOOR

Met tasselceintuur

Waist in de war

ANN DEMEULEMEESTER

Interessant textuurtje

THE ATTICO

Smalle pijpen vs big shoulders

TIBI

Cropped bootcut **Courrèges** € 690

Barrel leg **The Frankie Shop** € 285

Balloon pant **Zara** € 35,95

Capri **Mango** € 45,99

Pantalon **Mango x Eckhaus Latta** € 69,99

Ton sur ton

COURRÈGES

ACNE STUDIOS

PANTALON

OTTOLINGER

Taps toe-lopend

CHANEL

KHAITE

Van satijn

FERRAGAMO

Extra low waist

Matching two-piece

COURRÈGES

MIDIROK

Dubbellaags **Monki** € 19,99

Gehaakt **Mais x Frida** € 84

Plooi erin **H&M** € 19,99

Swirl it up **Arakii** € 370

Luipaardprint **Because of Alice** € 80

OTTOLINGER

YIRANTIAN

Drop-waist

Riem aan je riem

THE ATTICO

plateau-zolen

DOUBLET

Met graphic tee

LACOSTE

Met track jacket

PRODUCTIE LIEKE BROEKHUIZEN MMV KIRA SRIPAL BEELD GETTY IMAGES, LAUNCHMETRICS

SLEEPING BEAUTY

Napoleon-jacket

Dat vintage hot is hoeven we je niet meer te vertellen. Wij kunnen er in elk geval geen genoeg van krijgen en daarom kussen we in deze nieuwe rubriek iconic trends en runwayklassiekers wakker – items die vandaag de dag nog nét zo hard scoren.

Daarmee zijn we bij lange na niet de eersten: de afgelopen tijd duiken it-girls steeds vaker diep in de mode-archieven. Zara Larsson brak het internet in de meest jaloersmakende archival Versace-jurk en de oplettende kijker zag Maddy in *Euphoria* meermaals de show stelen in iconische looks (onder andere een vintage limegroene Thierry Mugler-set uit 1994). Voor welk item kan jij bij je volgende *vintage hunting session* het best je ogen openhouden?

We trappen deze rubriek af met het militaire jasje, ook wel bekend als het Napoleon-jacket. De roots van het jasje liggen in de 18e en 19e eeuw, toen het dienstdeed als militair parade-uniform, maar aan het einde van de '00s en het begin van de '10s raakte de modewereld geobsedeerd door deze look. Christophe Decarnin stuurde voor Balmain (SS 2009) modellen de catwalk op in zware, met metallic garen volgehangen para-dejacks, terwijl Dolce & Gabbana (2006) en later Roberto Cavalli (2016) de Victoriaanse romantiek erin gooiden met fluweel, brokaat en gouden knopen. Het was een duidelijke reactie op de zoete glamour die destijds het straatbeeld bepaalde. Designers namen de van oorsprong mannelijke, strenge legeruniformen en stripten ze van hun stijve imago door ze te mixen met vrouwelijke, sexy elementen. Het was stoer, een tikje arrogant en *obviously: giving iconic*.

Fast forward naar nu: de rebel girls hebben hun post weer ingenomen, want sinds het begin van dit jaar is de look weer helemaal terug. We zien de trend in de traditionele vorm als strak jasje voorbijkomen, maar juist ook op vernieuwende manieren: de iconische legerknopen en goudstiksels verschijnen als optische illusie in print op flinterdunne tops, of sieren nonchalante sweatshortjes. Waarom we hier nu weer massaal voor vallen? We zitten midden in een nostalgie-trip, en na de '00s kijken we nu ook naar die vroege 2010-vibe. Na een periode van quiet luxury ruilen we saaie basics dus weer lekker in voor kleding met karakter. C

TEKST LIEKE BROEKHUIZEN BEELD GETTY IMAGES, LAUNCHMETRICS/SPOTLIGHT

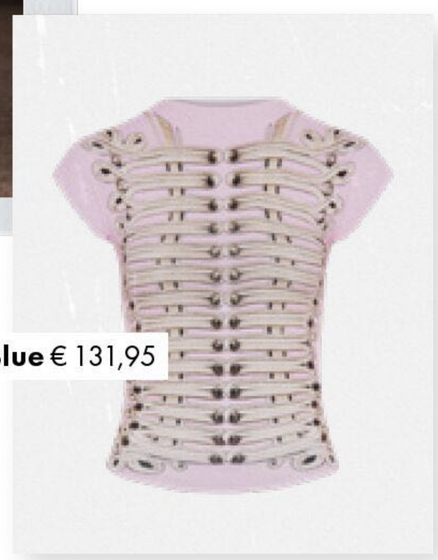
TIP • TIP • TIP • TIP

Bij AVC in Amsterdam kan je gecureerde archive pieces shoppen zoals dit leren Dolce & Gabbana-jack uit de AW-collectie van 2006.

Dolce & Gabbana via AVC
€ 525

Desigual € 149

Praying € 79,95



1xBlue € 131,95

TIP • TIP • TIP • TIP

Combineer je military style-item met zachte mesh stoffen, suède, ruffles en veren.

Guess € 450

TIP • TIP • TIP • TIP

Style 'm chic en sleek voor een modern contrast: een nette capri en high heels, clutch en knappe oorbel tegenover het stoere vintagejack.

RIO, MEU

Brasil summer is here, baby! Het land is deze zomer een totale trend, maar voor fotograaf Nadia Krawiecka is Rio de Janeiro elk jaar de mooiste stad ter wereld.

FOTOGRAFIE NADIA KRAWIECKA _____ STYLING LAURA CONCE _____ MODEL DANDARA QUEIROZ

AMOR

"Rio is de meest fotogenieke stad ter wereld: de manier waarop natuur en stad hier samenvloeien is onbeschrijflijk."

"Geen make-up, blote voeten, puur en vrij.
Dat is Rio voor mij."

NADIA KRAWIECKA

wist al tijdens haar tienerjaren in een klein Pools dorpje dat ze fotograaf wilde worden. Inmiddels woont ze, na jaren in Parijs en Milaan, in Rio, waar ze deze serie schoot.

Waarom trok fotografie je altijd al? "Ik had altijd moeite met socializen, ook omdat ik de dochter van een Grieks-katholieke priester was. Ik voelde me een buitenstaander, dus pakte ik een camera op – en die heb ik nooit meer losgelaten. Het werd mijn manier om mensen te ontmoeten en vriendschappen op te bouwen."

Hoe kwam je van dat kleine dorpje uiteindelijk in Rio terecht? "Ik verhuisde eerst naar Warschau en toen naar Milaan, waar ik de Fashion Weeks ontdekte. Ik was altijd al dol op reportagefotografie, en werd helemaal verliefd op street style-fotografie tijdens modeweken. Het voelde authentieker: een moment vastleggen en de chaos volgen. Maar in Italië kon ik niet helemaal aarden, dus verhuisde ik naar Parijs. Het was net na de eerste lockdown, en toch mijn beste beslissing ooit. Ik ging er voor grote merken, magazines en celebrity's werken: *a dream come true*. Ik fotografeerde campagnes, ik maakte m'n ouders trots – echt ongelooflijk om van mijn grootste passie te kunnen leven. Rio bezocht ik in eerste instantie als toerist, maar inmiddels woon ik er."

Maak je daar hetzelfde werk als in Europa? "Nee, totaal niet. In Brazilië voel ik me vrijer. Ik hoef minder rekening te houden met social media of commerciële verwachtingen. Daardoor experimenteer ik meer, fotografeer ik vaker analoog en geef ik mezelf meer ruimte in de composities; ik hoef bijvoorbeeld geen rekening te houden met verticaal schieten voor social media. Hier focus ik me ook op vrijwilligerswerk: ik steun een capoeira-groep, een sociaal project in Rocinha, een van de grootste favela's van Rio. Die mensen hebben mijn leven op z'n kop gezet, ik ben dol op hen. Ik probeer ze financieel en emotioneel te ondersteunen, kansen voor hen te creëren, activiteiten te organiseren, taallessen te geven en hen natuurlijk te fotograferen, want dat is mijn love language. Zij zijn mijn prioriteit; inmiddels zijn we een soort familie. Afgelopen jaar belde de mestre, de leider van de capoeiragroep, me op om te vertellen dat hij boven op zijn eigen huis een huis voor mij had gebouwd. Vanaf dat moment had ik een thuis in Brazilië. Ik blijf altijd actief in de modewereld en kom altijd weer naar Europa voor de modeweken, maar wil vooral m'n werk in Brazilië uitbreiden. Mijn werk in de mode geeft me de mogelijkheid om iets terug te doen voor de gemeenschap die zo belangrijk voor me is geworden."

Je werkt er ook samen met lokale creatives: Laura Conce maakte bijvoorbeeld de crochetstukken die in deze shoot gedragen worden, en deed de styling. "Ja! Ik was toen ik haar ontmoette meteen gefascineerd door haar werk en stijl. Ze maakt ongelooflijke ontwerpen terwijl ze daarnaast een fulltimebaan heeft. Ik wilde haar talent aan een breder publiek laten zien. En het model, Dandara Queiroz, is een inheemse activist en kunstenaar. Ik wilde al lange tijd met haar samenwerken. Werken met een team van vrouwen die ik oprecht bewonder creëert een heel andere energie en levert andere resultaten op."

Wat wilde je verder laten zien met deze fotoserie? "Voor deze serie wilde ik vooral de ziel van Rio vastleggen. Geen make-up, blote voeten, puur en vrij. Dat is voor mij Rio. Mensen laten elkaar hier zichzelf zijn. Je kan dragen wat je wil en zijn wie je wil zijn zonder veroordeeld te worden. En Rio is de meest fotogenieke stad van de wereld: de manier waarop natuur en stad hier samenvloeien is onbeschrijflijk."

Je hebt duidelijk heel veel geleerd in Rio – leerde de modewereld je ook iets? "Opgroeien binnen de mode-industrie heeft me geleerd dat trends niet belangrijk zijn. Geld ook niet. En proberen cool te zijn maakt je niet cool. Wat echt telt zijn oprechte connecties, empathie en authenticiteit. Zeker in een wereld die vaak draait om uiterlijk vertoon." C

TEKST ROOS VAN DER RIJST FOTOGRAFIE NADIA KRAWIECKA STYLING LAURA CONCE MODEL DANDARA QUEIROZ @ MEGA MODELS ASSISTENT HÉLÈNE ONDOUA

TIP

De perfecte match hoeft niet per se op kleur te zijn: vorm, materiaal of vibe werkt ook.

Obsessed met de 'Firkin' en deze voldoet x 100000.

Handcrème **Juliette Has A Gun** via Skins € 23

Tas **Parfois** € 39,99

LAPTOP-PROOF

Algebratz

Het Paris Hilton-gehalte op de werkvloer mag aangescherpt en de '00s formule is simpel: bag + matching essentials en de uitkomst stelt nooit teleur.

For the 000 doll

Haarband **Urban Outfitters** € 15

Tas **Dior** via Vestiaire € 250

De Camero bag van Acne Studios is nog even sparen, maar de camera zelf is al een eerste stap.

Tas **Chiara Ferretti** via Zalando € 89,99

LAPTOP-PROOF

TIP

Je slouchy tas is het mooist als 'ie lekker volgepropt is: geen excuus meer om níét je hele inboedel mee te nemen. *We love a prepared queen.*

Bril **Miu Miu** € 430

Tas **Acne Studios** € 3500

LAPTOP-PROOF

Camera **Canon** via Marktplaats € 125

Hot girls do the math

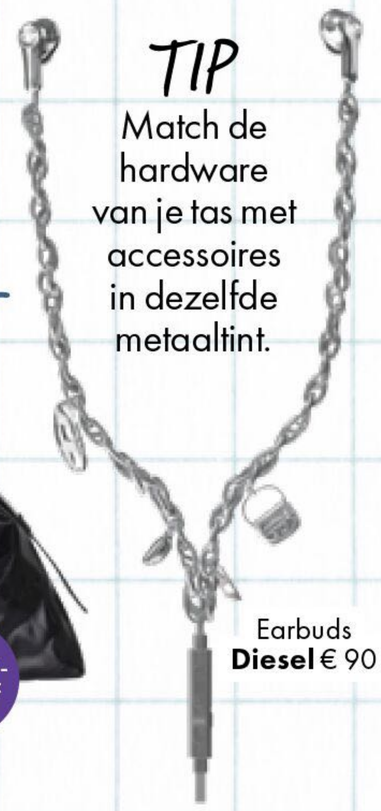
Rekenmachine **Milo & Moon** € 29,95

Tas **Diesel** € 375

Metalen oortjes met bedels, do I need to say more?

Tas **Silfen** € 190

LAPTOP-PROOF



TIP

Match de hardware van je tas met accessoires in dezelfde metaaltint.

Earbuds **Diesel** € 90

PRODUCTIE LIEKE BROEKHUIZEN BEELD GETTY IMAGES/LAUNCHMETRICS/SPOTLIGHT

Laptophoes **Heaven Mayhem** € 94,95

CEO of cool details

Pen **Stüssy** € 5

TIP

Vervang een dagelijks object voor een interessanter design of branded variant. Instant motivatieboost.

Duffeltas **Scuffers** € 189

LAPTOP-PROOF

Telefoonhoes **Ateljé** € 29,99

Prints to blend in de corporate jungle

LAPTOP-PROOF

Tas **SIV** € 428

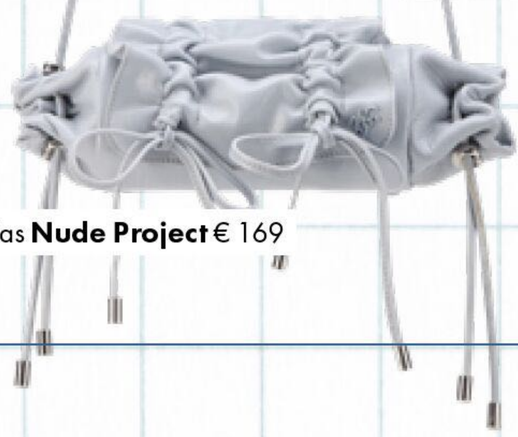
Voor strategische touch-ups

Lippigment **Simihaze** € 29,75

TIP

Ga voor ton sur ton, maar dan met prints: verschillende patronen in hetzelfde kleurenpalet.

Pasjeshouder **Martine Rose** € 79



Tas **Nude Project** € 169

Tas **Chanel** via Vintasje € 3495

Klaptelefoon **Motorola** via y2kphones.com € 86,55

Petition to bring back klap-telefoons!!!

TIP

Verzamel strass-steentjes en bedazzle je flip phone, lipgloss of zelfs kauwgomdoosje.

LAPTOP-PROOF

Tas **H&M** € 29,99

Etui **Prada** via Vinted € 320

TIP

Speel open kaart: een doorschijnende (donkerbruine) tas gaat perfect met neon accessoires.

VAN BEACH TOT BAR

Bralette Nue Studios, broek Nike, zonnebril Diesel, ringen Liberty, riem Benedetta Bruzziches

FOTOGRAFIE LINDSAY ELLARY _____ STYLING REBECCA JANE HILL

Jurk Diesel, schoenen Izie, zjaaltje Hunza G, oorbellen Pandora, armband (gedragen als enkelbandje) Maya Brenner

Bodysuit Vintage Namilia via Ebay, rock Poster Girl, schoenen By Far

Jurk OperaSport, schoenen en sokken Asics x Shushu/Tong, ketting Swarovski, ring (linkerhand) Laura Vann, ring (rechterhand) Ottoman Hands, tas Christian Louboutin

Turk en Sjaal Daviot Kowa, Bikini Tropic of C x Victoria's Secret, Schoenen Christian Louboutin

Tasje en tas Fendi, bikini Bikkii-G, oorbellen Alenais, ketting Hera

Top Scar Kennedy, rok Selena, orrbel Isabel Marant

Bralette
Samanta
Virginio, top
DKNY, broek
HuDie Gong Zhu,
schoenen
Fiorucci,
oorbellen
Ottoman Hands,
ketting (bovenste)
Swarovski,
ketting (onderste)
Atri

Bikini Triangl, shorts Realisation Par, schoenen Manolo Blahnik, oorbellen Isabel Marant, ring (linkerhand) Laura Vann, ringen (rechterhand) privébezit

FOTOGRAFIE LINDSAY ELLARY MAKE-UP DEANNA MELLUSO @ FORWARD ARTISTS HAAR ERIN PIPER HERSCHLEB @ TRACEY MATTINGLY SENIOR FASHION EDITOR REBECCA JANE HILL GLOBAL EDITORIAL & BRAND DIRECTOR CHLOE O'BRIEN BOOKINGS DIRECTOR SOPHIE LEEN MODEL MONICA MAJAK @ FREEDOM MODELS FASHION-ASSISTENT ANGEL CORDOVA-TODD FOTOGRAFIE-ASSISTENT LEXI WIMBERLY LOCATIE @WINDJAMMERLANDING MET DANK AAN @TRAVELSAINTLUCIA

Feminisme is uit. Wat nu?

Mode draait om vrouwen, maar achter de schermen worden zij nog altijd opvallend vaak over het hoofd gezien. Hoe feministisch is de modewereld eigenlijk nog, vraagt modejournalist Rebecca Jane Hill zich af.

Kunnen feminisme en mode eigenlijk wel samengaan? En is mode ooit écht in dienst van vrouwen? Het zijn vragen die de laatste tijd steeds vaker door mijn hoofd spoken. Als senior fashion editor bij Cosmo UK is het mijn werk om de grootste trends te spotten en ze naar jullie te vertalen. Maar zoals modecriticus Vanessa Friedman vorig jaar schreef in haar *The New York Times*-artikel 'Why Can't Fashion See What It Does To Women?', zaten de afgelopen showseizoenen vol ontwerpen die afstotterugend en soms zelfs wreed aanvoelden. Van metalen mondconstructies bij Maison Margiela tot gezichtsbedekkende stoffen bij Courrèges: de visie op vrouwelijkheid voor SS26 voelde opvallend... onderdanig. En dat riep vooral de vraag op: wat wil mode hier eigenlijk mee zeggen?

Met vrouwen als gezicht van de mode-industrie vergeten we soms hoe diezelfde industrie er achter de schermen uitziet. Want net als zoveel andere sectoren wordt mode gedreven door winst en gedomineerd door mannen. Bij de grote modehuizen heeft maar een handjevol vrouwen topfuncties. Denk aan Sarah Burton bij Givenchy, Louise Trotter bij Bottega Veneta en de onlangs benoemde Maria Grazia Chiuri bij Fendi en Meryll Rogge bij Marni, die dit seizoen hun debuut maken. Volgens modeplatform *1 Granary* bestaat 74 procent van de studenten op modeopleidingen uit vrouwen, terwijl slechts 12 procent van de creative-directorposities door vrouwen wordt ingevuld. Dat roept een interessante vraag op: hoe zou de modewereld eruitzien als die cijfers dichter bij elkaar lagen?

Nu we een nieuw seizoen ingaan, is het lastig om niet een beetje ongerust te zijn. Want naast het gebrek aan vrouwen in creatieve topfuncties worden ook vrouwenlichamen steeds kleiner. Na een korte flirt met inclusiviteit lijkt dun, dunner, dunst – mede dankzij de opkomst van afslankmedicatie – weer helemaal terug van weggeweest. Tel daar de invloed van social media en de groeiende populariteit van cosmetische tweaks bij op, en het is niet zo gek dat vrouw-zijn soms behoorlijk exhausting voelt.

Mode profiteerde jarenlang van onze onzekerheden. Ik moet altijd denken aan die beroemde quote uit *Fight Club:* "We buy things we don't need with money we don't have to impress people we don't like." Toch geloof ik dat mode in de kern draait om empowerment. De juiste outfit kan je extra zelfvertrouwen geven. Kleding vertelt vaak al iets over wie je bent voordat je een woord hebt gezegd. Juist daarom is het belangrijker dan ooit om voorbij de algoritmes, trends en mainstream te kijken en te vertrouwen op je eigen smaak. In een tijd waarin we continu te horen krijgen hoe we eruit zouden moeten zien, voelt een persoonlijke stijl bijna als vorm van verzet. C

TEKST REBECCA JANE HILL VERTALING IVANA BATSTRA DONAHUE FOTOGRAFIE LAUNCHMETRICS/SPOTLIGHT

Kan AI een stylist vervangen?

AI schrijft onze mails, plant onze vakanties en helpt ons met appjes naar onze situationship. Eigenlijk is het dus niet zo gek dat nu ook onze kledingkast aan de beurt is. Maar kan AI een stylist echt vervangen?

De outfit waar ik op terugval als ik weer eens te laat ben voor werk is alles-behalve ground-breaking: meestal trek ik een zwarte legging aan (waar ik overigens nog nooit in heb gesport) en het eerste shirt dat ik uit mijn kast vis. Maar voor dit experiment liet ik ChatGPT een outfit voor me samenstellen – en al snel bekroop me een vermoeden: misschien lijdt AI wel aan het Dunning-Krugereffect, waarbij mensen met weinig kennis hun eigen kunnen juist enorm overschatten. Het resultaat was op z'n zachtst gezegd namelijk underwhelming – precies zo'n outfit waar ik zelf ook op was uitgekomen na vijf minuten besluiteloos voor mijn kledingkast te hebben gestaan.

Toch is het idee dat technologie ons helpt met aankleden niet bepaald nieuw. Denk maar aan Cher Horowitz' iconic outfit-computer in *Clueless*, die ons destijds allemaal in een chokehold hield. In de romcom uit 1995 gebruikte het personage van Alicia Silverstone een programma waarin haar complete garderobe was opgeslagen. Zo kon ze eindeloos outfitcombinaties uitproberen zonder ook maar één kledinghanger aan te raken. Geen virtual stylist, maar achteraf gezien wel een voorproefje van waar de modewereld vandaag de dag staat.

Computers – of beter gezegd: kunstmatige intelligentie – die zich als stylist gedragen, hebben sinds *Clueless* niet meer zó in de spotlights gestaan.

Neem bijvoorbeeld de posts van de Delhi-based influencer Sakshi Sindwani. Bij een Insta-carrousel schrijft ze: 'Ik gaf ChatGPT een prompt met de outfit die ik naar Holi zou dragen en vroeg of 'ie 'm

beter kon maken.' Daarna voegt ze eraan toe: 'Mijn prompts zijn trouwens iconic. *Fashion girls do what fashion girls do best!*' De post heeft inmiddels meer dan 26.000 likes en de comments staan vol met variaties op dezelfde vraag: *'Please share the prompt.'*
Contentcreator @amelieootds ging zelfs nog een stap verder en ontwikkelde een app voor iedereen die weleens voor een overvolle kledingkast staat en nog steeds niks heeft om aan te trekken. Je maakt simpelweg een foto van elk item in je kast, uploadt alles in de app en vervolgens stelt AI complete outfits voor je samen, getoond op een avatar die precies op jou lijkt. Het onderschrift? *'Women in STEM.'*

Slim of dom, dommer, domst?

Voor de 23-jarige Khushi Mehra, die zelf grapt dat ze sinds haar kennismaking met ChatGPT geen originele gedachte meer heeft gehad, is AI inmiddels haar vaste stylingshortcut. Staat ze weer eens voor een uitpuilende kledingkast zonder inspiratie? Dan is één prompt genoeg om de knoop door te hakken. "Een echte stylist kan niet op tegen de outfitcombinaties die ChatGPT voor je bedenkt," zegt Mehra. "AI is altijd binnen handbereik én het kost niks." Ook de 34-jarige bankier Siddhant is fan. "Ik ben single, hetero en heb geen vrouw in mijn leven die me helpt met styling. AI is mijn redder in nood."
Nu steeds meer consumenten AI voor stylingadvies inschakelen, spelen ook modemerken daarop in. Zo lanceerde Ralph Lauren vorig jaar Ask Ralph, een AI-stylingassistent die outfits samenstelt voor verschillende gelegenheden en vragen beantwoordt op basis van tientallen jaren aan Ralph Lauren-kledingarchieven en -lookbooks. Klinkt promising, maar in de praktijk viel het toch wat tegen. Toen journalist Julia Reinstein de tool voor *The Cut* testte en vroeg outfits samen te stellen voor verschillende gelegenheden, kreeg ze naar eigen zeggen vooral "een reeks inspiratieloze looks" voorgeschoteld. "Ik kreeg meerdere keren precies dezelfde outfit terug: een simpele grijze jurk met een zwarte sjaal, zwarte tas en zwarte schoenen," schrijft ze. *So much for the AI-renaissance!*

Een visuele identiteit ontstaat door menselijke interactie, intuïtie en ervaringen – iets wat AI niet kan nabootsen

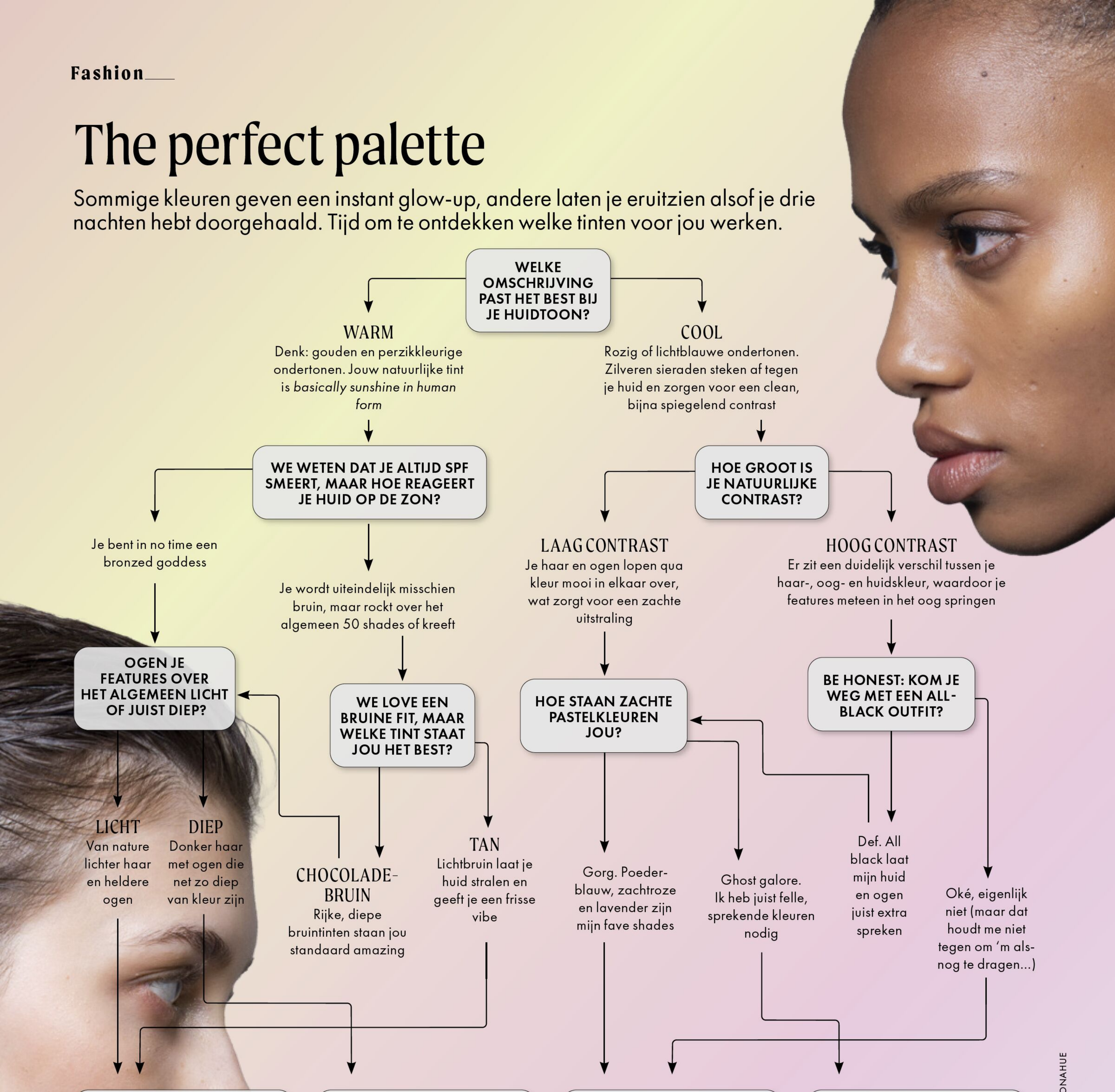
Een creatieve façade

AI bouwt voort op wat al bestaat. En hoe vaker we onze creativiteit (en ahem, ons denkwerk) uitbesteden, hoe vager de grens wordt tussen gemak en afhankelijkheid. Toch vertrouwen steeds meer mensen op AI voor modeadvies. Video's waarin creators outfitprompts delen harken moeiteloos tienduizenden views binnen. En *we get it:* AI-styling is snel, easy en altijd beschikbaar. Maar waar een human stylist je helpt je eigen stijl te ontdekken en je gevoel voor mode te ontwikkelen, doet AI iets heel anders. Het geeft je vooral outfits die veilig zijn, breed in de smaak vallen en algoritmisch zijn goedgekeurd.
En ook bedrijven springen massaal op de AI-trein. Zo ging OpenAI onlangs partnerships aan met e-commerceplatforms Shopify en Etsy, waardoor verkopers hun producten straks rechtstreeks via ChatGPT-gesprekken kunnen aanbieden. Het gaat allemaal zó snel dat één vraag steeds relevanter wordt: wat blijft er straks eigenlijk nog over van menselijke creativiteit?
Stylist Manpreet Kaur maakt zich in ieder geval nog geen zorgen. Ze omschrijft haar relatie met AI als een *love-hate relationship:* handig? Zeker. Onmisbaar? Absoluut niet. Volgens haar ontstaat de visuele identiteit die een stylist voor een merk creëert juist door menselijke interactie, ervaringen en intuïtie – iets wat AI simpelweg niet kan nabootsen. Dat de technologie steeds slimmer wordt is wel een veelbesproken onderwerp binnen de modewereld. "Volgens mij heeft elke creatieve sector wel zo'n moment waarop nieuwe tools eerst als een bedreiging voelen," zegt ze lachend. "Uiteindelijk worden ze gewoon onderdeel van de toolkit. Laten we het hopen, tenminste."
Celebritystylist Divyak D'Souza ziet het net zo. Volgens hem kan AI de modewereld misschien efficiënter maken, maar dat betekent nog niet dat het mode ook écht begrijpt. "Efficiëntie is niet hetzelfde als inzicht. Stijl draait om identiteit, uitstraling en zelfexpressie. Data kunnen je daarin maar tot op zekere hoogte helpen," zegt hij. "AI is amazing als hulpmiddel en kan persoonlijke stijl ondersteunen, maar het kan nooit het vertrouwen, de individualiteit en de intuïtie vervangen die een goede stylist meebrengt."
Want uiteindelijk is stijl veel meer dan een goede outfit. Het is een verlengstuk van je persoonlijkheid, of van de fase waarin je je op dat moment bevindt. Mode vertelt iets over wie we zijn, welke keuzes we maken en soms zelfs waar we voor staan. Je ontdekt je stijl bovendien niet in één keer; die ontstaat juist door te experimenteren. Sterker nog: als je niet af en toe met een zieke cringe terugkijkt naar oude outfits, doe je waarschijnlijk iets verkeerd. Mode heeft altijd gedraaid om experimenteren, rebelleren en het doorbreken van regels. AI kan patronen herkennen, een outfit samenstellen, maar stijl? Dat valt nou eenmaal niet in een prompt te vangen. C

TEKST ANANYA RAI VERTALING IVANA BATSTRA DONAHUE FOTOGRAFIE IMDB.COM/CLUELESS (1995)

The perfect palette

Sommige kleuren geven een instant glow-up, andere laten je eruitzien alsof je drie nachten hebt doorgehaald. Tijd om te ontdekken welke tinten voor jou werken.



WELKE OMSCHRIJVING PAST HET BEST BIJ JE HUIDTOON?

WARM

Denk: gouden en perzikkleurige ondertonen. Jouw natuurlijke tint is *basically sunshine in human form*

WE WETEN DAT JE ALTIJD SPF SMEERT, MAAR HOE REAGEERT JE HUID OP DE ZON?

Je bent in no time een bronzed goddess

OGEN JE FEATURES OVER HET ALGEMEEN LICHT OF JUIST DIEP?

LICHT

Van nature lichter haar en heldere ogen

DIEP

Donker haar met ogen die net zo diep van kleur zijn

Je wordt uiteindelijk misschien bruin, maar rockt over het algemeen 50 shades of kreeft

WE LOVE EEN BRUINE FIT, MAAR WELKE TINT STAAT JOU HET BEST?

CHOCOLADE-BRUIN

Rijke, diepe bruintinten staan jou standaard amazing

TAN

Lichtbruin laat je huid stralen en geeft je een frisse vibe

COOL

Rozig of lichtblauwe ondertonen. Zilveren sieraden steken af tegen je huid en zorgen voor een clean, bijna spiegelend contrast

HOE GROOT IS JE NATUURLIJKE CONTRAST?

LAAG CONTRAST

Je haar en ogen lopen qua kleur mooi in elkaar over, wat zorgt voor een zachte uitstraling

HOE STAAN ZACHTE PASTELKLEUREN JOU?

Gorg. Poeder-blauw, zachtroze en lavender zijn mijn fave shades

Ghost galore. Ik heb juist felle, sprekende kleuren nodig

HOOG CONTRAST

Er zit een duidelijk verschil tussen je haar-, oog- en huidskleur, waardoor je features meteen in het oog springen

BE HONEST: KOM JE WEG MET EEN ALL-BLACK OUTFIT?

Def. All black laat mijn huid en ogen juist extra spreken

Oké, eigenlijk niet (maar dat houdt me niet tegen om 'm als-nog te dragen...)

Spring

Jouw natuurlijke palet is licht, helder en fris, dus kleuren met diezelfde energie staan jou het mooist. Vermijd te zachte of muted tinten; die kunnen je al snel wat fletser maken. Denk liever aan goudgeel, frisgroen, licht camel en warme blauwtinten die je natuurlijke glow versterken.

Autumn

Heb je warme, gouden of earthy ondertonen? Burnt orange, warme bruintinten en tinten als olijf- en mosgroen zijn kleuren waar jij altijd goed op gaat. Ze halen de warmte in je uitstraling naar boven, terwijl felle, koele kleuren vaak nét iets te hard kunnen ogen.

Summer

Summers zijn all about zachte, koele tinten. Poeder-blauw, roze en lavendel zijn dan ook *made for you*. Voor neutrals zit je 't best met lichtgrijs en donkerblauw. Te felle kleuren kunnen je natuurlijke zachtheid al snel overheersen.

Winter

Calling all ice queens! Je koele ondertonen en opvallende contrast zijn een superpower, want winters kunnen kleuren dragen waar de meeste mensen alleen maar van dromen. Denk aan electric blue, fuchsia, smaragdgroen, diepzwart en helder wit.

TEKST ALEXANDRIA DALE VERTALING IVANA BATSTRA DONAHUE

beauty

BEELD @COLLEENXWEST

In de olie

De Pétales Du Désert-olie van MarocMaroc mag absoluut niet ontbreken in je beautyroutine. Deze dry oil heeft niet alleen een geur die je meteen terugbrengt naar een zonnige vakantie, maar bevat cactusvijgolie, rozenbottelolie en vitamines voor een kalmerende en hydraterende werking. Plus: je kan 'm naast je huid ook voor je haar gebruiken.

Pétales Du Désert **MarocMaroc** € 79 (150 ml)

Currently obsessed with

Het einde van de zomer is alweer in zicht, maar geen zorgen, want beauty editor Melissa heeft haar faves voor je verzameld, zodat jij nog volop kan genieten van de laatste zonnestralen. Denk aan de lekkerste geuren, hydraterende haircare en verzorgende oliën die je huid en haar precies geven wat ze nodig hebben.

Twee in één

Davines is een amazing merk dat zich niet alleen inzet voor het beschermen van de planeet, maar ook voor het beschermen van je haar. Zo hebben zij een hair milk ontwikkeld met uv- en hittebescherming tot 230°C. De leave-inspray houdt je lokken zacht en shiny, zelfs na een zonnige middag op het terras.

SU Hair Milk **Davines** € 36 (135 ml)

Curl essentials

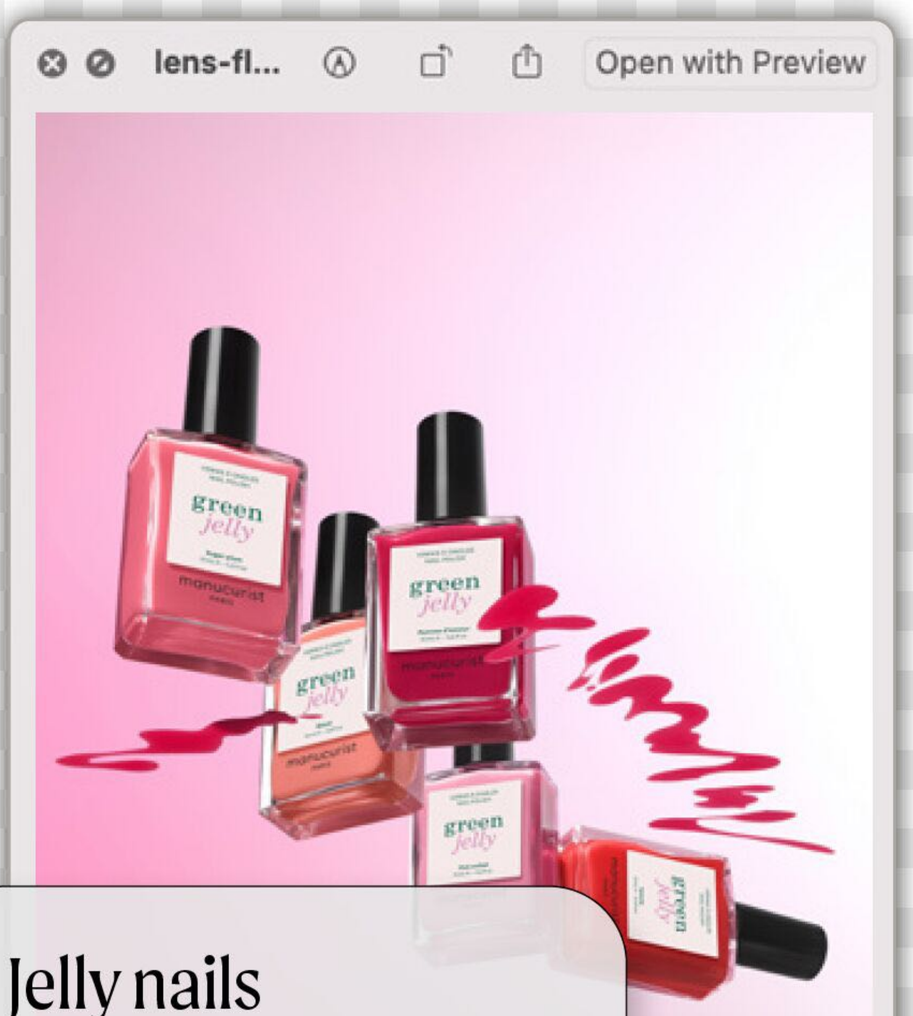
Curly girls opgelet, de Olaplex-haircare family is uitgebreid met *curly hair products*. Nieuw zijn een hydraterende shampoo en conditioner die speciaal zijn ontwikkeld voor wavy, curly en coily hair. Kortom: precies wat je krullenbos nodig heeft na een seizoen vol zon, zee en *salty hair days*.

Curl Bond Shaper Conditioner **OLAPLEX** € 34 (250 ml)
Curl Bond Shaper Shampoo **OLAPLEX** € 34 (250 ml)

Coco gloss

Deze glossy topcoat van Chanel is echt gorgeous. Je kan hem los dragen, maar hij is ook prachtig over een lipstick heen. Daarnaast is hij verkrijgbaar in de mooiste tinten. We're obsessed.

Rouge Coco Gloss in 432 Cristal **Chanel** € 40



Jelly nails

Geen tijd voor een mani-afspraak in de stad? Met deze vegan en cruelty-free lakjes van het Franse merk Manucurist zit je sowieso goed: ze hebben namelijk de allermooiste tinten met een see-through effect. De kleuren zijn opbouwbaar, blijven lang zitten en bevatten geen schadelijke stoffen. *What more do we need?*

Vernis À Ongles Green™ **Manucurist** € 14 (15 ml)

Easy bake in a bottle

We zijn al een aantal jaar obsessed met de Easy Bake-poeders van Huda Beauty, en nu is er dus ook een Easy Bake Eau De Toilette gelanceerd. Een luxe, sexy geur in een prachtige flacon, geïnspireerd op de iconische powder. Met witte bloemen, een kruidige hint van kaneel en een zachte, melkachtige scent is dit de perfecte finishing touch *if you'd ask us.*

Easy Bake Intense Eau De Toilette **Huda Beauty** € 82 (50 ml)

TEKST MELISSA NNAEKWE

Day-to-night scent wardrobe

Clean girl

De ultieme *clean girl scent* breng je natuurlijk aan op een clean, hydrated huid, want zo blijft je parfum het beste hangen. Start met Fleur De Lait van Miu Miu. Denk hierbij aan juicy mango, zachte osmanthus en een *creamy touch of* kokos. Layer daar 's avonds Lazy Sunday Morning van Maison Margiela overheen voor een musky finish – zo blijft 'ie zacht en fris. Freshly showered met een luxe touch.

Fleur De Lait Eau De Parfum **Miu Miu** € 133,50 (50 ml)
Lazy Sunday Morning **Maison Margiela Replica** € 128 (100 ml)

Hot mess

Obsessed met warme geuren? Dan is deze combo *worth the try*. Breng als first layer de nieuwe warme, powdery creatie van BDK aan: een zachte, kruidige geur met romige sandalwood notes. Wil je 'm na een lange dag iets meer opspicen? Layer er dan Molecule 01 van Escentric Molecules overheen. Die geeft de geur een warme, woody touch, zonder dat 'ie te zoet wordt.

Molecule 01 **Escentric Molecules** € 150 (100 ml)
Stellar Silk Extrait De Parfum **BDK Parfums** € 230 (50 ml)

In de Midden-Oosterse parfumcultuur doen ze het al jaren: fragrance layering. Oftewel: geuren combineren om een persoonlijke signature scent te creëren. Wij hebben de beste perfume layering-combo's voor je op een rij gezet, zodat je jouw 9-to-5-geur moeiteloos omtovert tot een 5-to-9-scent.

Go earthy

Van clean girl naar green girl. Deze earthy parfumcombo is amazing als je houdt van geuren uit de natuur – denk aan vers-gemaaid gras, narcissen en witte musk. Deze noten komen samen in 030 Day van Kess, een parfum dat ook nog eens speciaal ontworpen is om te layeren. Om de geur wat meer diepte te geven voor de avond, voeg je er een layer van Her Majesty aan toe: een frisse, elegante scent met noten van cedarwood, oakmoss en roos.

030 Day **Kess Berlin** € 68 (30 ml)
Her Majesty Eau De Parfum **Kilian Paris** € 260 (50 ml)

Flowerpower

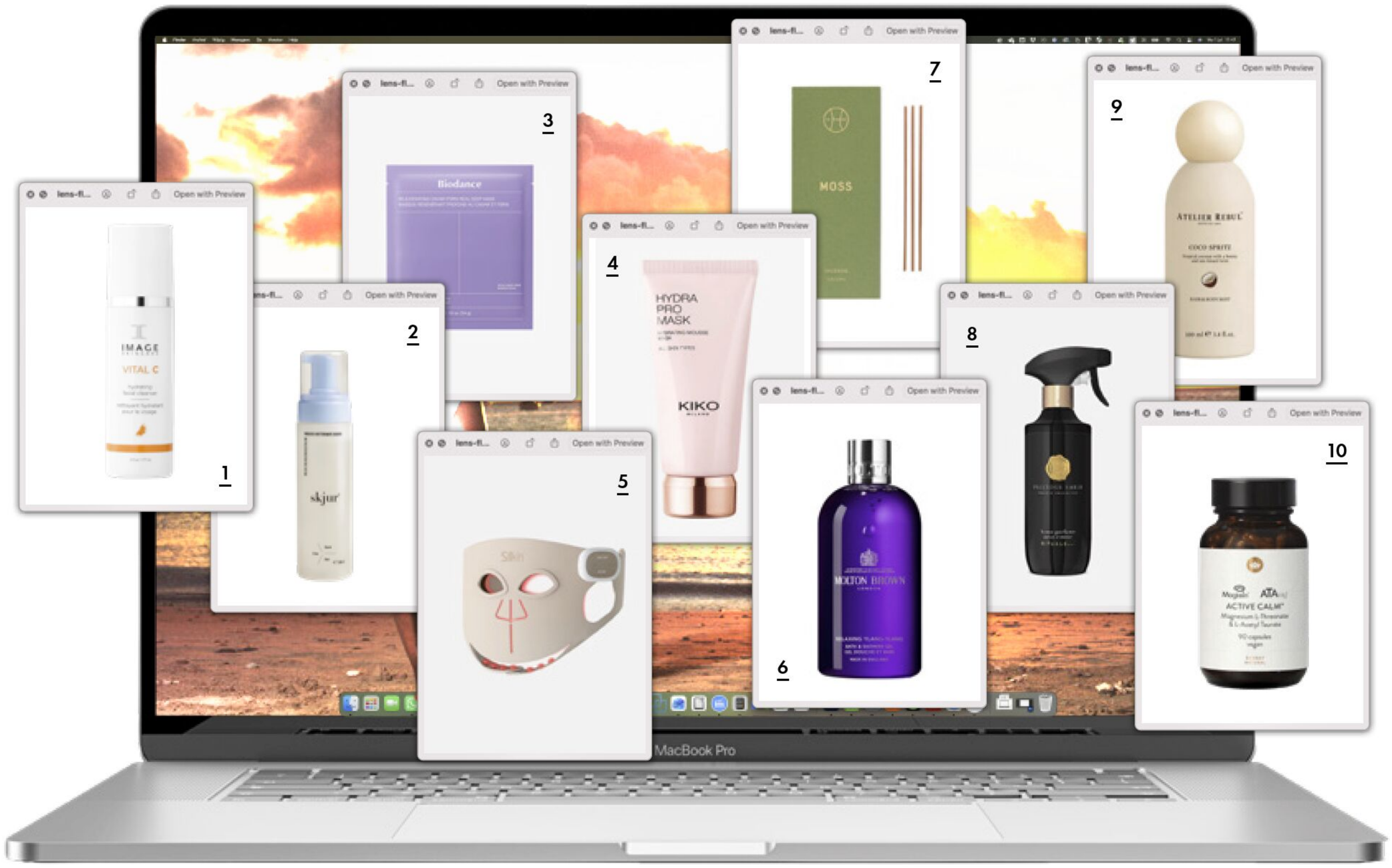
Als we het hebben over floral scents, dan kan Marc Jacobs natuurlijk niet ontbreken. In Daisy Wild blenden noten van bananenbloesem, jasmijn, vetiver en macadamia perfect samen tot een frisse, bloemige geur. Voor de avond breng je Cash Flower van Fugazzi aan om je flowerpower een extra boost te geven. Rozenblaadjes, peper, amber en een vleugje sandalwood zorgen voor de perfecte evening scent.

Daisy Wild Eau So Intense **Marc Jacobs** € 118 (50 ml)
Cash Flower Extrait De Parfum **Fugazzi** € 145 (50 ml)

TEKST MELISSA NNAEKWE BEELD GETTY IMAGES

After work reset

Raise your hand als ook jouw hoofd buiten werktijd nog altijd overuren draait. Met prestatiedruk, volle agenda's en een eindeloze to-dolijst is het geen wonder dat steeds meer jonge vrouwen stress- en burn-outklachten ervaren. Hoog tijd om je avond nét iets beter te beginnen dan brain dead doomscrollend op de bank. En gelukkig is daar geen ingewikkelde selfcareroutine voor nodig...



Wash the day away

Reinig je gezicht met je favoriete cleanser en neem even de tijd om deze rustig in te masseren. Spoel je gezicht daarna af met warm water. Die warmte helpt je lichaam te ontspannen, werkt kalmerend en verzacht je spieren.

1 Vital C Hydrating Facial Cleanser **Image** € 43 (177 ml)
2 Mild Reinigingsschuim **Skjur** € 18,90 (200 ml)

Work off, mask on

Na een dag vol schermen is niks fijner dan met een maskertje op gewoon ff lekker voor je uit staren.

3 Rejuvenating Caviar PDRN Real Deep Mask **Biodance** € 6,95 (1 stuk)
4 Hydra Pro Mask **Kiko Milano** € 15,99 (50 ml)
5 LED Face Mask Pro **Silk'n** € 258,95

Pre-bedtime shower

Warme douche plus calming scent is *all you need*. Deze bodywash met ylang-ylang, zoete jasmijn en zachte vanille geeft je een *soothing shower experience* en laat een subtiele geur achter op je huid. Perfect om even na te genieten wanneer je tussen de lakens verdwijnt.

6 Relaxing Ylang-Ylang Bath & Shower Gel **Molton Brown** € 28 (300 ml)

Set the mood

Creëer een scent-moment voor jezelf. Steek een wierookje aan als je thuiskomt, spray je favoriete body mist of gebruik een room spray in je woon- of slaapkamer. Een fijne geur kan al genoeg zijn om je hoofd uit de werkmodus te halen en even helemaal in de relaxmodus te komen.

7 Moss Incense Sticks **Perfumer H** € 42 (30 stuks)
8 Private Collection Precious Amber Home Perfume **Rituals** € 39,90 (400 ml)
9 Coco Spritz Hair & Body Mist **Atelier Rebul** € 25 (100 ml)

Magnesium magic

Voor als je hoofd nog vijftig tabs open heeft staan na werk, zijn deze magnesiumsupplementen van Sunday Natural je best friend. Ze ondersteunen je zenuwstelsel, spieren en mentale balans. Een fijne stap om aan je reset-routine toe te voegen.

10 Magnesium Compelx Active Calm **Sunday Natural** € 24,90 (90 capsules)

TEKST MELISSA NNAEKWE BEELD GETTY IMAGES

GRWM ↘ Oumayma Boumeshouli

@oumaymaboumeshouli

Van Amsterdam naar Casablanca en alles daartussenin: de Marokkaans-Nederlandse Oumayma Boumeshouli is stylist, creative director, contentcreator en *certified cool girl* die je asap wil volgen. Maar hoe ziet haar leven er *behind the scenes* uit? Wij vroegen haar naar haar daily life, routines en de beautyproducten waar ze bij zweert.

Hoe ziet je morning routine eruit? "Mijn ochtend begint als een van mijn katten heeft besloten dat het tijd is om wakker te worden, meestal rond acht uur. Het eerste wat ik dan doe is helaas toch even op mijn telefoon kijken. Daarna geef ik mijn katten aandacht en spring ik op mijn vibration plate. Ik ben hier sinds een paar maanden helemaal fan van, want ik krijg hier dus echt een energieboost van. Mijn skincare hou ik simpel. Ik geloof echt in consistency en denk dat dat beter werkt dan twintig verschillende producten gebruiken. Ik reinig mijn huid, gebruik een vitamine C-serum, crème en, of course, SPF van Augustinus Bader."

Wat is je skincare holy grail? "Arganolie. Ik ben Marokkaans en heb dit van huis uit meegekregen; ik zweer er nog steeds bij. Ik gebruik ook al jaren af en toe henna in mijn haar als treatment."

Grootste beautyblunder? "Het moment dat ik besloot een pony te knippen. Ik had er meteen spijt van en heb maandenlang met een haarband rondgelopen."

What's in your bag? "Een lipliner van Hermès in de kleur Brun Bistre. Echt mijn go-to: ik gebruik 'm als lipliner, maar ook als oogschaduw en soms zelfs als bronzer. Verder heb ik altijd de Lip Butter Balm in Vanilla van Summer Fridays bij me en een parfum."

Go-to night out make-uplook? "Ik hou van natural make-up, dus een glowy base is ook voor een avond uit mijn go-to. Als basis gebruik ik de Refy Beauty Skin Base-gel, de Saie Glowy Super Gel en de Dolce & Gabbana Everlast Primer. Voor mijn wenkbrauwen gebruik ik de Anastasia Beverly Hills Brow Freeze Gel en mijn favoriete oogschaduwpalette is de Tom Ford Eye Colour Quad. Mijn concealer is van Estée Lauder en voor bronzer en finishing touches gebruik ik bijna altijd mijn Hourglass Ambient Lighting Palette en de Chanel Baume Essentiel Highlighter Stick. Ik maak alles af met de Laura Mercier Translucent Loose Setting Powder en de Laura Mercier Setting Spray."

Grootste career highlight? "Het moment waarop ik besefte dat ik een internationale carrière had opgebouwd met iets waar ik ooit gewoon mee begon omdat ik het leuk vond. Eigenlijk leef ik het leven waar ik als twaalfjarig meisje van droomde, dat vind ik nog steeds heel bijzonder en unreal. Doorzettingsvermogen heeft daarin het meeste voor mij betekend, ook wanneer dingen tegenzitten." C

Brow Freeze Gel
Anastasia Beverly Hills € 22,40

Eye Colour Quad
in Insolent Rose
Tom Ford € 95

Trait D'Hermès Eye
Pencil in Brun Bistre
Hermès
€ 50,60

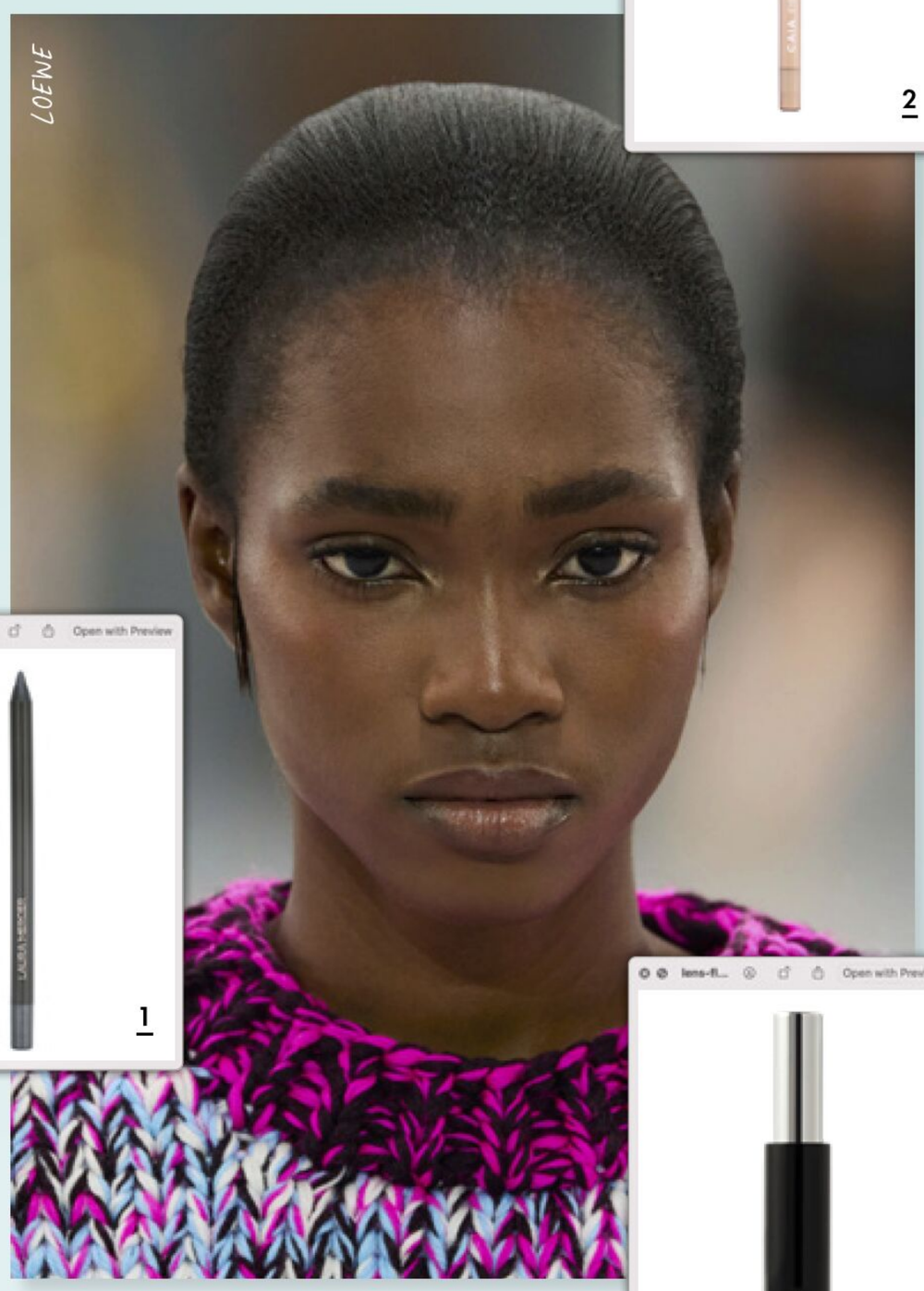
Lip Butter Balm in Vanilla
Summer Fridays
€ 25

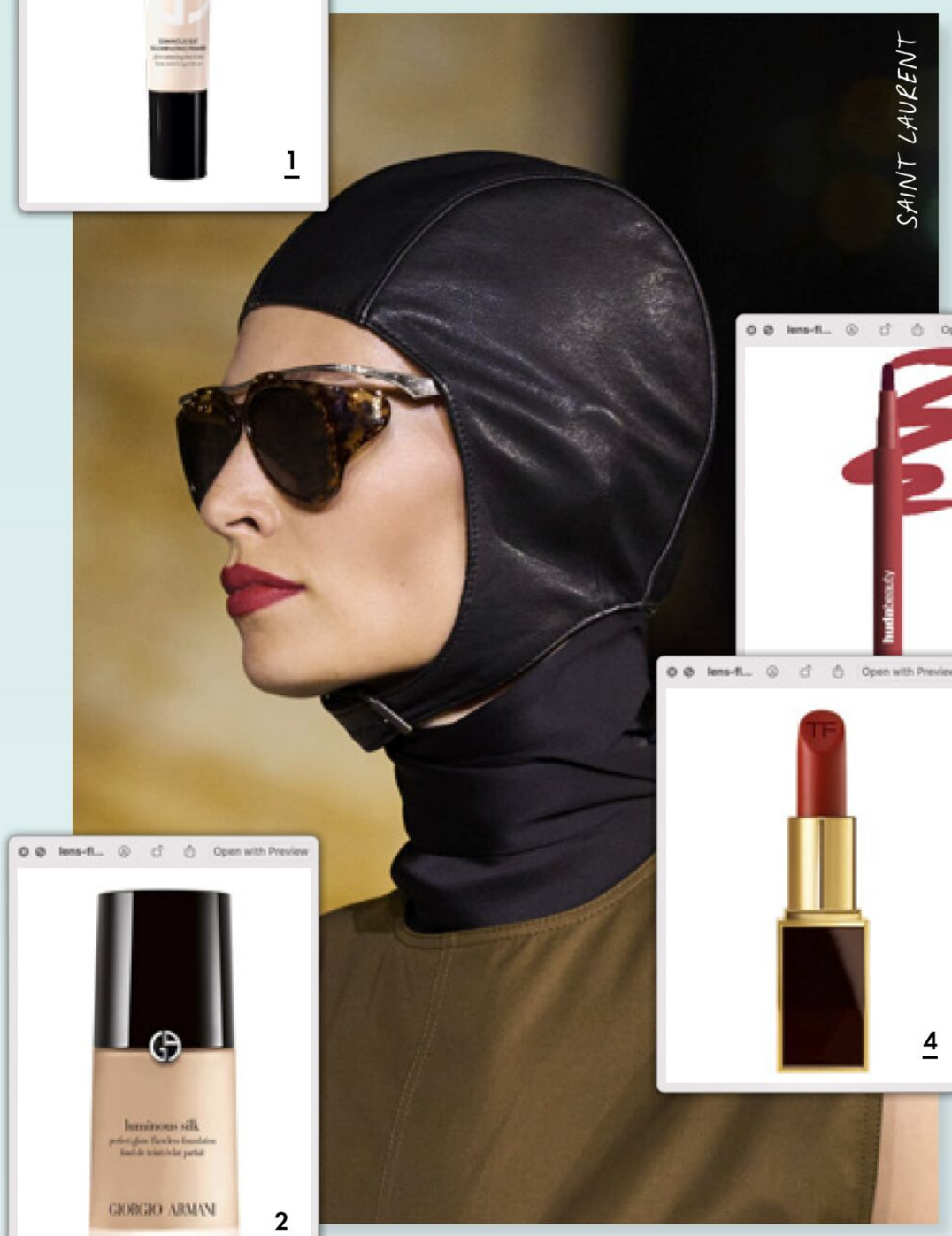
Floral Nomadic Set
Dries Van Noten
€ 225 (3 x 10 ml)

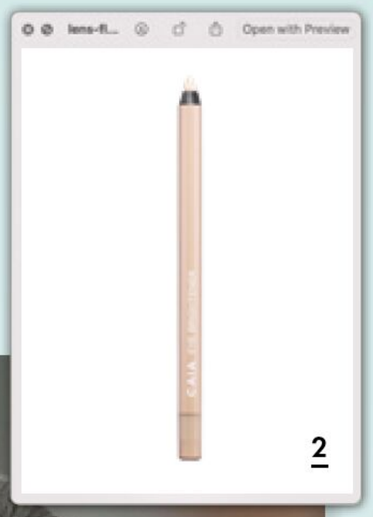
The Sunscreen SPF50
Augustinus Bader
€ 134,99 (30 ml)

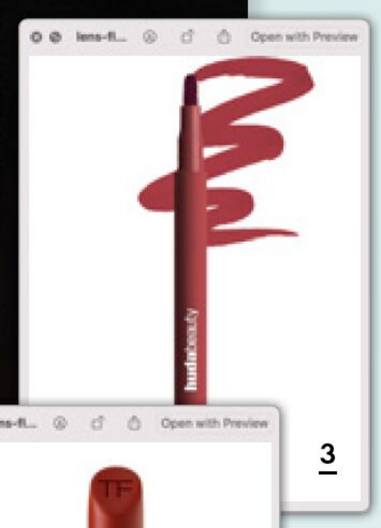
TEKST MELISSA NNAEKWE

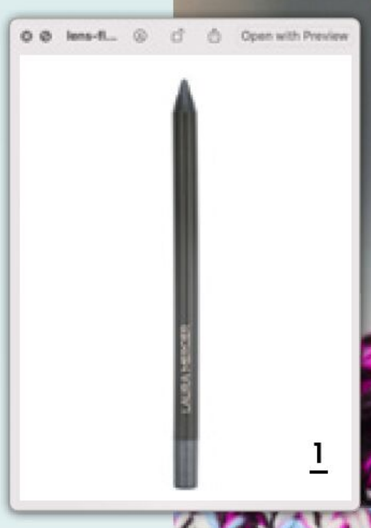
Catwalk glam

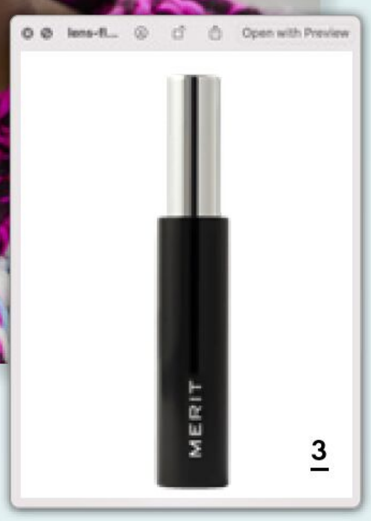












Waterline liner

Sharp, elegant en megasexy: liner in je waterlijn. Gebruik het creamy oogpotlood van Laura Mercier in je bovenste waterlijn tussen je wimpers, hierdoor lijken ze optisch langer én voller. Ga je voor een frisse blik? Breng dan een lichtere tint aan in je onderste waterlijn voor een brightening effect. *Spice it up* voor de avond: gebruik een donkere tint in zowel je bovenste als onderste waterlijn. Finish met de vernieuwde MERIT-mascara en *you're good to go*.

1 Caviar Eyeliner in Smoke **Laura Mercier** € 31,20
2 Eye Brightener **Caia Cosmetics** € 23
3 Clean Volume Volumizing Tubing Mascara in Black **Merit** € 29

Runway red

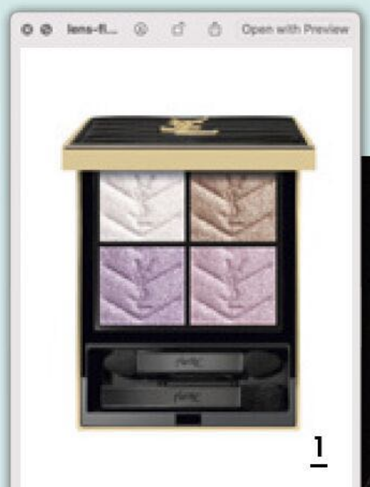
Surreal skin met de perfecte rode lip? *We're so here for it.* Prep je huid met de Armani Luminous Silk Primer en breng daarna de Luminous Silk Foundation aan. Deze topcombo vervaagt poriën, egaliseert je teint en geeft je huid een healthy glow. Omlijn je lippen met de *high pigmented lipstain* van Huda Beauty en maak je liplook af met de Runway Lip Color van Tom Ford. Deze lipstick heeft een zachte, creamy finish en bevat hydraterende oliën die je lippen wel twaalf uur lang voeden. Toch meer fan van een matte lip? Poeder je pout dan even af met je fave translucent powder.

1 Luminous Silk Illuminating Primer **Armani Beauty** € 53,99
2 Luminous Silk Foundation **Armani Beauty** € 65
3 Lip Contour Lip Stain in Cherry Red **Huda Beauty** € 133,50
4 Runway Lip Color in Scarlet Rouge **Tom Ford** € 60

TEKST MELISSA NNAEKWE BEELD SPOTLIGHT/LAUNCHMETRICS

voor thuis

De runway blijft dé plek om beauty-inspo vandaan te halen. Glowy skin, sexy waterline liner en high-placement blush: ontdek onze favoriete catwalk make-uptrends die je ook in real life wil rocken. En surprise, wij hebben alle beautyproducten die je ervoor nodig hebt alvast voor je op een rijtje gezet.



High on blush

Spotted on the runway: high-placement blush. Deze pretty look creëer je door blush hoog op je jukbeenderen aan te brengen, richting je slapen. Ook celebs als Zendaya en Lola Young worden regelmatig gespot met deze cute, lifted look. Dus *pick your favourite shade and embrace the blush.*

1 Cherry Glaze Bar in Sunny Red **Dolce & Gabbana** € 49
2 Unreal Blush Healthy Glow Stick in Pretty Glow **Charlotte Tilbury** € 42
3 Blush De Beauté in Rosy Beige **Gucci Beauty** € 59

Reflective runway looks

Minimal, but make it sparkly. Deze *runway-inspired reflective touch* laat je supermakkelijk terugkomen in je make-uplook. Met de Milk Makeup Highlighter Stick creëer je in no-time een soft glow. Breng 'm aan op je neusbrug, jukbeenderen en wenkbrauwbot voor die subtiele, glowy finish. Optie twee: de pretty Couture Mini Clutch van YSL Beauty. De dreamy shades bevatten een subtiele glitter en geven je ogen net wat meer dimensie. *Another beauty hack?* De silver liner van het Zweedse merk Sweed. Breng 'm aan in je ooghoeken voor een frisse sparkle, of trek een dun lijntje langs je bovenste wimperrand *and off you go, babe.*

1 Couture Mini Clutch in 740 Endless Spark **YSL Beauty** € 77
2 Highlighter Stick in Turnt **Milk Makeup** € 35,99
3 Satin Eyeliner in Euphoria Silver **Sweed** € 25,99

HAVE A SCRUB BREAK

Laat een iets te fanatieke scrubroutine je vakantiefoto's – en je huid – niet verpesten.

Beach culture verkoopt ons al jaren dezelfde fantasie: *sunkissed skin, beach waves* die de hele dag perfect blijven zitten en die heerlijke *just stepped out of the ocean glow*. Want hé, een dagje strand eindigt nooit met zand op plekken die het daglicht niet zien en sticky SPF die na vijf minuten al van je gezicht lijkt te zijn gesmolten, right? Enter: de realitycheck. Na een dag op het strand blijft er meestal een mix van zout, zonnebrand en zand op je huid achter. Je eerste impuls? De scrub erbij. Even flink exfoliëren om die glow terug te krijgen. Maar is dat eigenlijk wel zo'n goed idee? Of doe je je huid er juist meer kwaad dan goed mee?

Het antwoord blijkt iets minder zwart-wit dan je misschien denkt. Dermatoloog Shailya Gupta en beautyexpert Rohit Murgai leggen uit waarom het antwoord ergens in het midden ligt – en stiekem pretty ingewikkeld is.

Scrubben of skippen?

Van plan om tijdens je strandvakantie elke dag je favoriete scrub erbij te pakken? Maybe don't. Volgens dr Gupta krijgt je huidbarrière door zon, zee en wind al genoeg te verduren. En ga je daar óók nog eens met een scrub overheen? Dan is de kans groot dat je eindigt met een rode, droge, geïrriteerde huid. Soms krijg je die ultieme beach glow juist door je huid met rust te laten.

Beach glow incoming

Voelt je huid na een lange stranddag strak of trekkerig? Grijp dan niet meteen naar een scrub, maar geef haar juist een flinke dosis hydratatie. Zon, zee en wind kunnen je huid behoorlijk uitdrogen, dus less is more. Volgens Murgai kom je met een milde cleanser, een lichte moisturizer en een goede SPF al een heel eind. Wil je je huid net dat beetje extra geven? Ga dan voor ingrediënten die je huidbarrière ondersteunen, zoals ceramiden, glycerine en hyaluronzuur. En heeft je huid na een dag in de zon behoefte aan wat extra TLC? Dan zijn niacinamide, aloë vera en centella asiatica *here to soothe the sizzle*.

Pause, please

Je beach vacay is niet het moment om ineens los te gaan met een line-up aan sterke actives. Retinol, AHA's en andere heavy hitters kan je op zonnige dagen beter on hold zetten volgens Gupta. "Deze ingrediënten maken je huid gevoeliger voor zonlicht," legt ze uit. "Tel daar een flinke dosis uv-straling bij op en de kans op roodheid, irritatie en zelfs verbranding wordt een stuk groter."

Je pre-beach-routine

Volgens Murgai zijn de basics alles wat je nodig hebt. Begin met een milde cleanser die talg en vuil verwijdert zonder je huidbarrière aan te tasten. Breng daarna een lichte moisturizer aan die hydrateert zonder zwaar of vet aan te voelen. De echte non-negotiable is je zonnebrand: smeer voordat je de deur uitgaat een flinke laag SPF. En nee, wees niet zuinig. Voor je lichaam mag je ongeveer een shotglas aanhouden. Cheers!

Je post-beach-routine

Een dag zon, zee, zand én een flinke laag SPF is pittig voor je huid. Volgens Murgai is een milde cleanser die alle 'souvenirs' van de dag – denk: zand, zout en achtergebleven zonnebrand – van je huid verwijdert dan fijn. Daarna draait alles om hydratatie. Kies voor een serum of moisturizer met ingrediënten als hyaluronzuur of ceramiden om het vochtgehalte aan te vullen en je huidbarrière te ondersteunen. Zie het als een reset voor je huid. Een strandvakantie draait om ontspannen, dus je skincareroutine mag dat voorbeeld best volgen. C

TEKST ITISHA ARYA VERTALING IVANA BATSTRA DONAHUE FOTOGRAFIE @BABETTEROOS

Beach vacay essentials

Lip Balm SPF 50+ in Juicy Watermelon **Bondi Sands** € 6,95

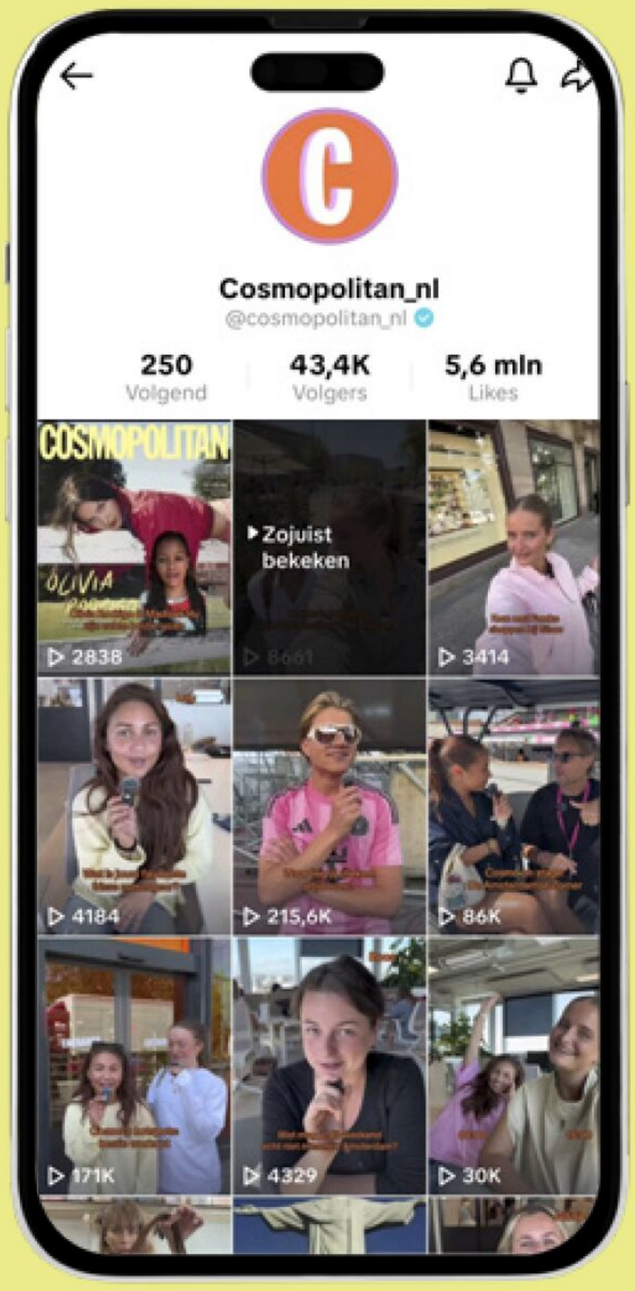
Anthelios UVMune 400 Onzichtbare Fluide SPF50+ **La Roche-Posay** € 26,50 (50 ml)

Airy-Light Invisible Sun Stick SPF 50+ PA++++ **COSRX** € 22,95 (19 ml)

Play Everyday Lotion SPF 50 PA++++ **Supergoop!** € 26 (71 ml)

Cicalfate + Repairing Protective Cream **Avène** € 19 (100 ml)

Volg COSMOPOLITAN op TikTok

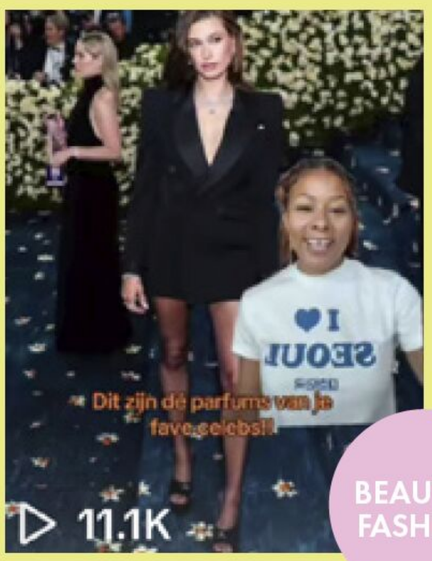


HOTSPOTS

COSMO OBSESSIONS

CELEBRITY NEWS

REDACTIE-VRAAG



BEAUTY & FASHION

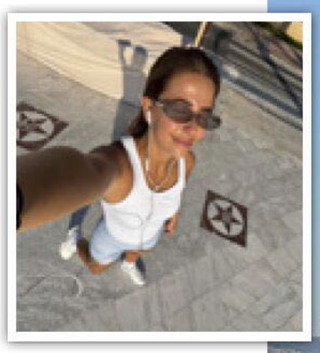
SCAN DE QR-CODE MET JE CAMERA

Volg Cosmo op TikTok voor...

- ↘ interviews en *juicy confessions*
- ↘ een kijkje achter de schermen op de redactie
- ↘ de coolste streetstyle op festivals en fashion weeks
- ↘ alles over de realityseries *du moment*
- ↘ een *deep dive* in het leven van je favo celebs

health

BEELD @SHER.UNG



letsgo.jpg

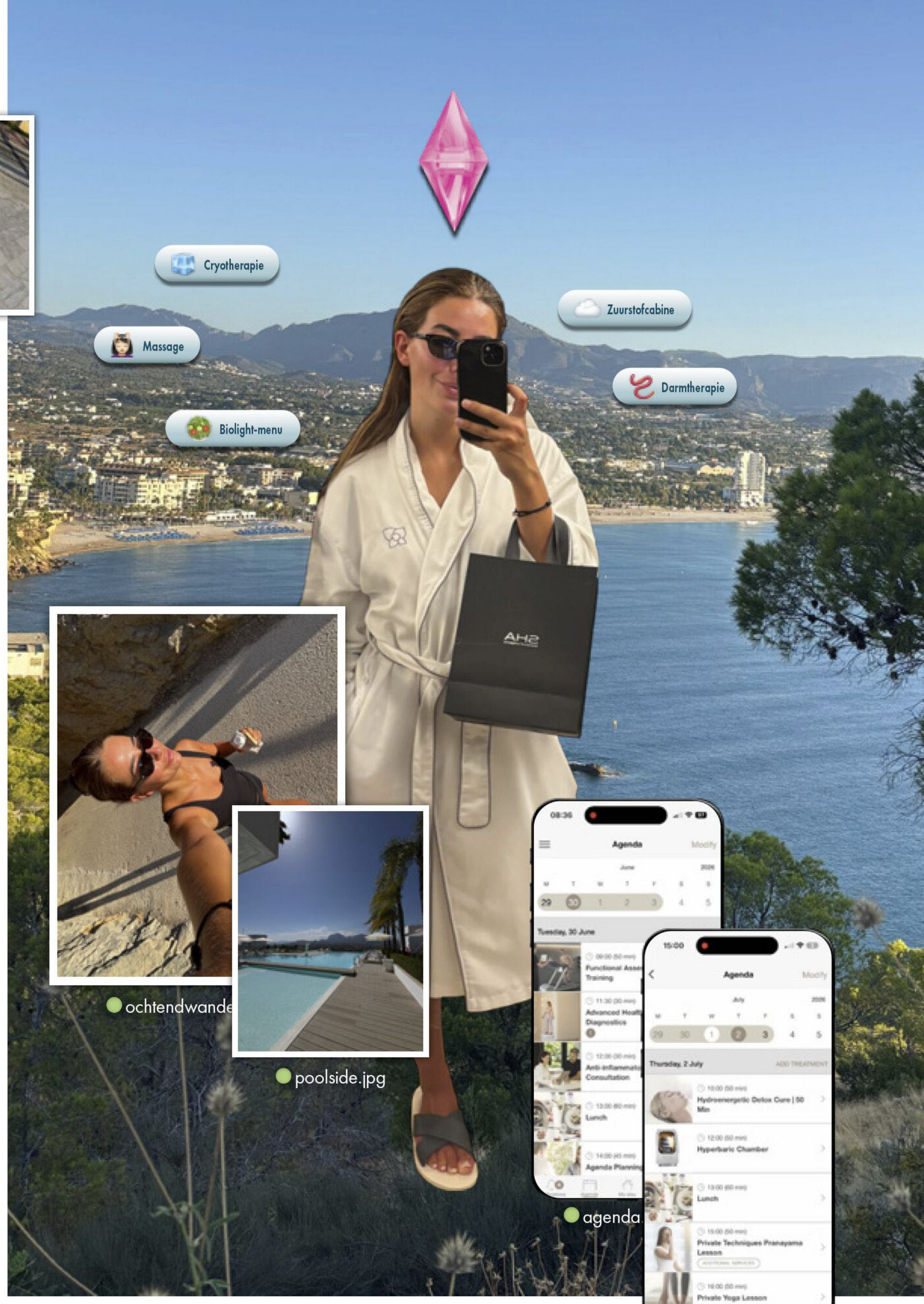
Uitchecken

Als klein meisje droomde Cosmo's Anne Rose van een carrière zoals in *The Devil Wears Prada* en *Sex And The City*. Een baan waarin je passie en ambitie samenkomen en je elke dag écht zin hebt om naar werk te gaan. Die droom werd werkelijkheid toen ze brand manager bij Cosmo werd. Maar het probleem is: omdat ze haar werk zó leuk vindt, voelt het bijna nooit als werken. En dus is ze altijd aan het werk.

Misschien is dat wel de grootste uitdaging van deze tijd: leren stoppen. Mijn laptop gaat overal mee naartoe, mijn telefoon staat altijd aan en zelfs tijdens een wandeling schieten er ideeën door mijn hoofd. Natuurlijk probeer ik thuis een gezonde balans te houden. Ik sport een paar keer per week, wandel zo veel mogelijk buiten, eet gezond, spreek af met familie en vriendinnen en plan bewust momenten alleen in om op te laden. Maar om heel eerlijk te zijn: dat vraagt elke dag om discipline. Er is altijd nog één mail, één deadline of één taak die ook nog even af moet.

Als SHA mij uitnodigt voor een retraite in hun wellness-kliniek aan de kust net buiten Alicante, voelt dat dan ook als precies wat ik nodig heb. Ik volg SHA al jaren op Instagram en ben altijd gefascineerd door hun visie op gezondheid: niet wachten tot je klachten krijgt, maar juist investeren in je lichaam voordat er iets misgaat – proactief in plaats van reactief. En dus stap ik, na weken vol deadlines, een covershoot en eigenlijk geen enkele écht vrije dag, in het vliegtuig naar Spanje, met maar één doel: uitchecken.

facemask.jpg



Rebalance

SHA is inmiddels uitgegroeid tot een van de bekendste wellnessklinieken ter wereld. Gasten van over de hele wereld komen erheen voor een programma dat veel verder gaat dan een klassieke spavakantie. Verwacht geen dagen vol massages en cocktails aan het zwembad, maar een programma vol medische consulten, behandelingen, lichaamsscans, beweging en een voedingsplan dat volledig op jouw lichaam afgestemd wordt. Dat laatste is misschien wel het hart van SHA. De kliniek is opgericht op basis van de overtuiging dat leefstijl en voeding een enorme invloed hebben op hoe je je voelt. Daarom draait vrijwel alles hier om wat je dagelijks eet.

Voordat je arriveert, kies je een van de vijf programma's. Ik ga voor het Rebalance & Energize-programma, dat zich richt op het herstellen van de balans tussen lichaam en geest. Nog voordat ik arriveer, krijg ik via de SHA-app mijn volledige programma te zien. Mijn agenda staat vol met behandelingen, consulten, voedingsmomenten, therapie-sessies. Voor het eerst in lange tijd hoef ik zelf nergens over na te denken. Geen planning maken, geen keuzes, alleen maar volgen. Dat klinkt misschien saai, maar juist dát voelt als luxe.

ontbijt.jpg

ontbijt.jpg

lunch.jpg

Fine dining

Mijn eerste afspraak is een uitgebreide health check. Op basis van verschillende scans wordt gekeken hoe mijn lichaam ervoor staat en waar winst te behalen valt. Gelukkig blijk ik in de basis gezond te zijn. Mijn spiermassa is bovengemiddeld en mijn algemene gezondheid ziet er goed uit. Tegelijkertijd komen er drie aandachtspunten duidelijk naar voren: mijn darmen, hormoonhuishouding en, niet geheel verrassend, stress. Vanaf dat moment wordt mijn hele programma op die drie aandachtspunten afgestemd. Van cryotherapie en massages tot een zuurstofcabine en darmtherapie: iedere behandeling heeft een duidelijk doel. Maar de échte basis van SHA zit niet in de behandelingen, maar in de voeding. Iedere maaltijd sluit perfect aan bij de behoeften van de gast en ziet eruit alsof het uit een fine dining-restaurant komt. Het is alles behalve het 'dieet-eten' dat ik vooraf had verwacht. Ik vergeet soms oprecht dat ik een voedingsprogramma volg.

Juist hier realiseer ik me hoeveel gewoontes volledig automatisch zijn geworden

Het complete concept draait om een visie op ontstekingsremmende voeding, waarbij producten die het lichaam mogelijk belasten tijdelijk worden weggelaten. Denk aan geraffineerde suiker, zuivel en een aantal andere voedingsmiddelen. Ik krijg het zogenoemde Biolight-menu voorgeschreven, speciaal afgestemd op mijn darmen. En ja, dat betekent ook: geen koffie.

Onzichtbare gewoontes

Binnen 24 uur krijg ik enorme hoofdpijn. Dat is niet zo vreemd: mijn lichaam moet het ineens doen zonder cafeïne én zonder de hoeveelheid suiker die ik normaal gesproken ongemerkt dagelijks binnenkrijg. De eerste dagen voel ik me moe, langzaam en zelfs een beetje wazig. Maar ergens is ook dat ook logisch. Misschien is het niet alleen mijn lichaam dat aan het afkicken is, maar ook mijn hoofd.
Tijdens die dagen realiseer ik me hoeveel gewoontes volledig automatisch zijn geworden: even een koffie tussen meetings, snel iets bestellen na een lange werkdag, tijdens het werken gedachteloos blijven snacken. Bij SHA word je gedwongen om daar opnieuw bewust naar te kijken. De eerste ochtend betrap ik mezelf er nog op dat ik automatisch mijn mailbox wil openen tijdens het ontbijt. Alsof mijn werk niet zonder mij door kan. Na een dag of twee verdwijnt dit gevoel langzaam. Ik open de mailapp steeds minder vaak en ik merk ook dat ik het op een gegeven moment echt los kan laten.
Een van de inzichten die me het meest bijblijft is hoe groot de invloed van voeding is op je energieniveau gedurende de dag. Zo begin ik iedere ochtend met misosoep in plaats van koffie. Volgens de specialisten van SHA kan koffie op een lege maag je spijsvertering belasten. Daarom beginnen zij de dag liever met een warme misosoep. Ook krijg ik veel uitleg over het combineren van koolhydraten met eiwitten en gezonde vetten om grote schommelingen in mijn bloedsuiker te voorkomen. Het zijn geen ingewikkelde lifehacks, maar juist kleine aanpassingen waardoor ik me gelijk een stuk beter voel.

Dagelijkse keuzes

Dat is tegelijkertijd een van de lessen van SHA: gezond leven hoeft niet perfect te zijn. Ik krijg namelijk na elke maaltijd wel iets van chocola of iets zoets. Het zit 'm veel meer in de kleine dagelijkse keuzes dan in extreme detoxes of strenge diëten. En misschien geldt dat ook wel voor een gezonde werk-privébalans. Je hoeft niet elk jaar een wellnesskliniek te bezoeken om beter voor jezelf te zorgen. Maar af en toe bewust afstand nemen van je laptop, je telefoon wegleggen tijdens het eten, je dag beginnen zonder direct je mailbox te openen, of eindelijk die wandeling maken zonder podcast of telefoongesprek: dat zijn misschien wel de echte detoxmomenten.

Ik ging naar SHA in de hoop mijn lichaam wat rust te geven. Uiteindelijk bleek mijn hoofd dat nog wel harder nodig te hebben. Misschien is dat ook precies waarom zoveel mensen terugkeren naar SHA. Niet omdat je er een paar dagen ontspant, maar omdat je naar huis gaat met inzichten die je ook maanden later nog toepast. En dat is de grootste les die ik heb meegenomen: een gezonde work-lifebalance onstaat niet tijdens een wellnessweek, maar in de keuzes die je iedere dag opnieuw maakt. Soms heb je alleen even een plek nodig die je eraan herinnert hoe dat voelt. C

MEAL PLAN

Hoe zo'n dag eten bij SHA eruitziet? Nou, zo bijvoorbeeld:

Ontbijt:

- Misosoep
- Havermoutpap met bessen en muesli
- Guacamole met cruditē
- Kokosbal met Kukicha-thee

Lunch:

- Witlof met roquefort en walnoten
- Brood van rode linzen met uiensaus
- Geglaceerde peren met gember en amandelen
- Gember-citroenthee

Tussendoor:

- Shiitake-thee

Diner:

- Vichyssoise met munt
- Gegrilde groenten met romescosaus
- Appel-kudzu

diner.jpg

TEKST EN BEELD ANNE ROSE ZONNEVELD

DE WERELD OP Z'N KOP

Een droombaan bij Anna + Nina, elke zaterdag een koffietje MDM en 's avonds nog ergens een dinertje: het leven van Marinda van de Kamp (30) was druk, maar heerlijk. Tot een hersenvliesontsteking alles on hold zette.

Marinda: "Ik had een drukke week achter de rug als creatief marketeer bij Anna + Nina. We hadden net een winkel in Londen geopend en de week ervoor een collab met Roxy Dekker opgezet. Het kwam dus wel goed uit dat ik met Pasen met mijn vriend Vincent, ouders en zussen een weekend naar zee ging. Ik werkte veel. Als je zo veel werkt, moet je wel iets doen om je hoofd koel te houden, daarom sportte ik ook vaak. In het weekend sprak ik graag af met vriendinnen: een koffietje drinken, terrasje hier, terrasje daar.

Eerste Paasdag was heel relaxed, de ochtend erna werd ik wakker met hoofdpijn. Op zich niet gek, gezien de drukke week die ik had gehad. 's Middags checkten we uit en gingen Vincent en ik naar huis. Ik weet alleen nog dat we door het Vondelpark fietsten, de rest van de dag is een zwart gat. Toen we thuiskwamen ging ik naar bed, de hoofdpijn werd steeds erger. Rond een uur of tien zei ik: 'Dit is niet goed, bel toch maar een ambulance.' De verpleegkundigen deden een aantal testen, maar vonden mijn situatie niet alarmerend genoeg om me mee te nemen. Blijkbaar sliep ik die maandag- op dinsdagnacht onwijs onrustig. Ik had Vincent midden in de nacht ineens vastgegrepen. Hij had de lamp aangeknipt en gevraagd wat er aan de hand was. Maar ik had met open ogen wild bewogen, maar nergens meer op gereageerd."

Ze is er nog

"Meteen belde hij het alarmnummer. Omdat we op eenhoog wonen, werd ik door de brandweer naar beneden getakeld. Met gierende banden reed de ambulance me naar het ziekenhuis. Daar raakte ik in coma. De ochtend erna zag een hersenchirurg dat zich veel hersenvocht ophoopte in mijn hoofd. Hoe langer dat op je hersenen drukt, hoe meer er beschadigd raakt. Meteen werd tijdens een operatie een drain aangebracht. Na een paar dagen bleek dat ik een hersenvliesontsteking had. De artsen wisten niet of en in welke toestand ik zou ontwaken. Ik kon een deel van mijn geheugen kwijt zijn, misschien niet meer lopen en er was zelfs een kans dat ik verstandelijk beperkt wakker zou worden.

Op donderdag was Vincent onderweg naar het ziekenhuis, toen hij gebeld werd: 'We weten niet hoe het kan, maar Marinda is wakker geworden.' Daar herinner ik me helemaal niets van. Van de coma niet, van het ontwaken zelf niet. Natuurlijk was hij blij, maar ook bang: wat als ik hem niet zou herkennen? Gelukkig herkende ik hem meteen. Blijkbaar moest ik zelfs huilen, inclusief typische filmtraan. Maar nog steeds was niet duidelijk of ik helemaal de oude zou worden. Op vrijdag was Vincent weer bij me. Ik gedroeg me nog steeds anders, was warrig en was de hele tijd kinderlijk aan het lachen. Op zaterdag werd ik een beetje chagrijnig; ik vond dat ik naar huis mocht. Dat was het moment waarop Vincent wist: dit komt wel goed. Marinda is er nog."

Alles is weg

"Mijn herstel ging in kleine stapjes. Na een paar dagen mocht ik zelf naar de wc. Ik zag mezelf in de spiegel, leunend op mijn infuuspaal. Mijn blonde haren waren roze door het ontsmetten met jodium. Mijn hoofd was kaalgeschoren op de plek van de drain. Ik droeg een blauw operatieschort zonder string eronder. Nou, dacht ik bij die aanblik, we hebben nog een lange weg te gaan. Ik sliep zo'n 20 à 22 uur per dag. Ik mocht niet op mijn telefoon, te veel prikkels. Het ziekenhuis wilde dat ik zes weken in een revalidatiecentrum zou verblijven, maar dat zag ik echt niet zitten. Ik wilde naar huis, mijn eigen spullen gebruiken, lekker douchen. Tot zondag kon ik nog erg weinig. Maar op maandag en dinsdag maakte ik leipe sprongen. Omdat het ineens zo goed ging, mocht ik na in totaal anderhalve week in het ziekenhuis naar huis. Wel moest ik revalideren. Toevallig woon ik tegenover het revalidatiecentrum. Een heel team, bestaande uit een arts, psycholoog, ergotherapeut en fysiotherapeut, stond me bij. Na zes weken mocht ik voor het eerst weer sporten. Ik rende voor de hersenvliesontsteking vaak halve marathons, nu leek ik wel een slak, zo traag was ik. Na drie kilometer was ik al helemaal kapot. Ik heb niet veel gehuild in die periode, maar toen heb ik wel even hard gejankt. Het besef kwam: alles wat ik had is gewoon weg."

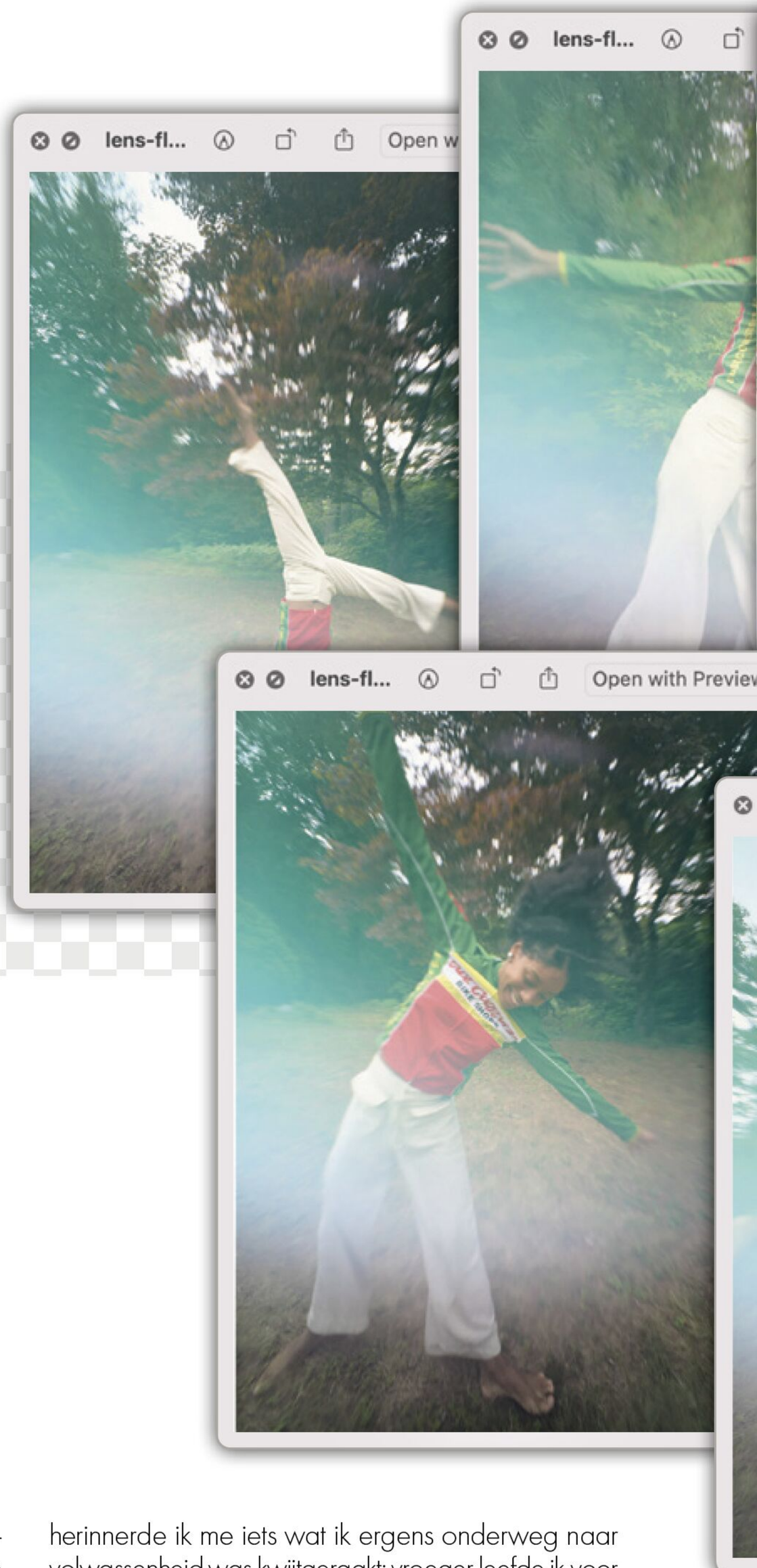
Rustig maar hersteld

"Ik stelde een doel: in oktober, een halfjaar na de hersenvliesontsteking, wilde ik de halve marathon van Amsterdam rennen om geld op te halen voor Stichting ItsME, die onderzoek naar hersen(vlies)ontsteking ondersteunt. Dat lukte. Ik deed heel rustig aan, stopte om de vijf kilometer, kocht onderweg zelfs nog een jas op Vinted. Ik rende hem in 1 uur en 59 minuten. Ik was 29 toen het gebeurde. Ik wilde niet dat mijn hele leven in het teken zou komen te staan van de hersenvliesontsteking. Daarom heb ik de keuze gemaakt om er niet in te blijven hangen. Gelukkig gaat het inmiddels goed met me. Ik heb nog lang last gehad van trekkende hoofdpijn en mijn geheugen is niet top. Maar inmiddels werk ik weer fulltime, nu als freelance creatief marketeer. Mijn energie en conditie zijn weer als vanouds. Mijn leven is iets rustiger dan voorheen, maar ik kan wel weer koffietjes drinken met vriendinnen en leuke dingen doen. Ik ben het vertrouwen in mijn lijf nooit kwijtgeraakt, ik heb altijd geweten dat ik zou herstellen." C

"Ik had mijn ogen open en bewoog wild, maar reageerde nergens op"

TEKST CILLA PETERS BEELD GETTY IMAGES/LOTTE GIEELN

THE POWER OF PLAY



Soms is de oplossing niet nóg harder je best doen, maar gewoon weer even spelen. Je inner child weet de weg.

Ik had geen idee dat mijn inner child nog leefde, totdat ze op een druilerige middag in het park opdook en me aanspoorde een radslag te maken.

Na een veel te lange doomscroll-sessie in mijn schemerige studio besloot ik een stuk te wandelen. Het eindeloze solliciteren, de deadlines voor mijn vervolgopleiding en het constant schakelen tussen freelanceklussen maakten dat ik snakte naar een pauze-knop voor al dat adulting. En op een middag vond ik die.

Het was niet echt een stem, eerder een golf die door mijn lichaam trok. Een impuls. Een gevoel. Een trilling. 'Doe een radslag,' was de boodschap. Nog geen paar minuten later stond ik op blote voeten in het natte gras. Ik maakte radslagen, struikelde, probeerde opnieuw en oefende vervolgens bijna een halfuur lang op mijn handstand alsof niemand me kon zien. Tussen het giechelen en de grasvlekken door herinnerde ik me iets wat ik ergens onderweg naar volwassenheid was kwijtgeraakt: vroeger leefde ik voor dit soort momenten.

Niet alleen voor kinderen

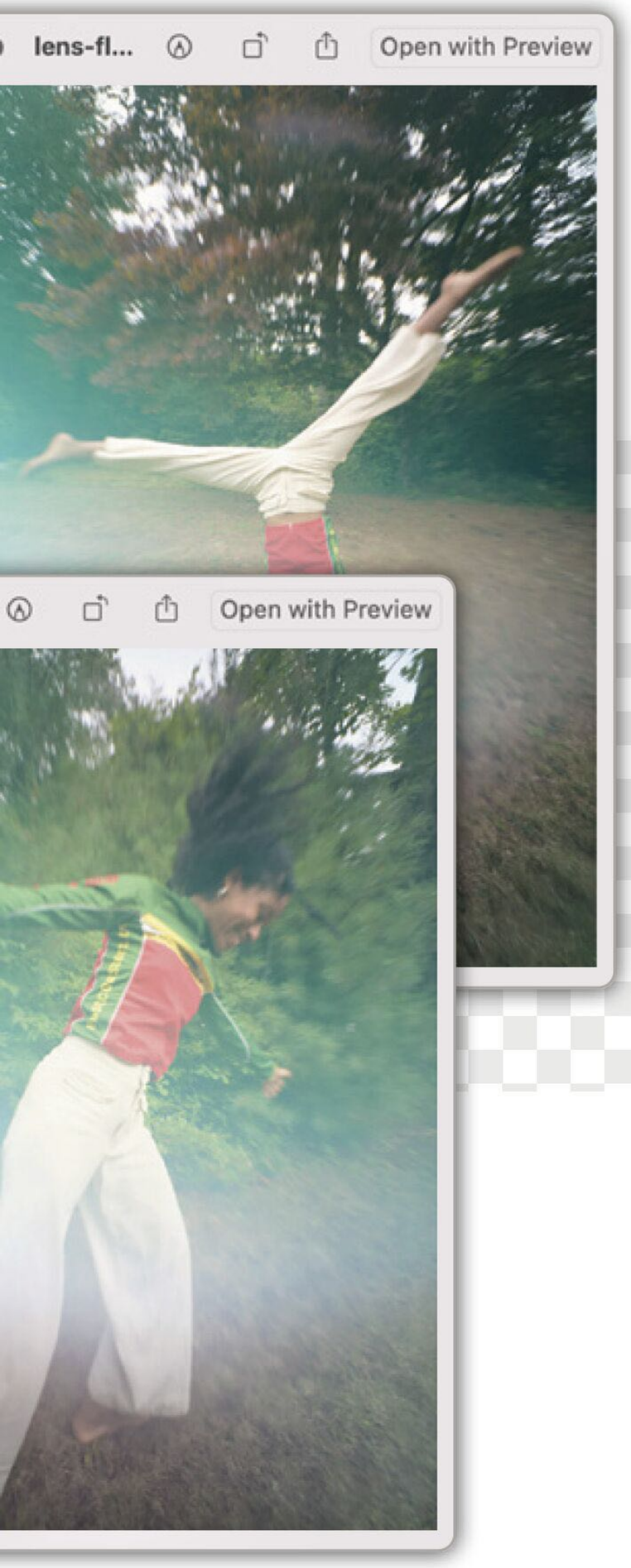
Selfcare voelt tegenwoordig vaak als een eindeloze checklist van therapiesessies, meditatie-apps, sportschema's en groene smoothies. Allemaal waardevol, natuurlijk, maar ook zó serieus en doelgericht dat er soms weinig ruimte overblijft voor plezier. Wat als het geheim achter die felbegeerde glow-up eigenlijk veel simpeler is? We krijgen continu te horen dat we ons inner child moeten healen, maar wat als we haar in

plaats daarvan gewoon weer eens uitnodigen om te spelen?
Volgens gedragswetenschappers is spelen essentieel voor de gezondheid van kinderen. Het draagt bij aan hun cognitieve ontwikkeling, helpt bij het reguleren van emoties en speelt een belangrijke rol in het aangaan van sociale relaties. Spelen stimuleert de ontwikkeling van het brein, terwijl een gebrek eraan allerlei negatieve gevolgen kan hebben: verzwakte neurale verbindingen, verhoogde stress, een minder sterk gevoel van eigenwaarde, minder creativiteit en meer anxiety. Sounds familiar?
Misschien zouden we volwassenheid en welzijn wat vaker moeten vormgeven naar wat voor kinderen al werkt. Want zijn we uiteindelijk niet allemaal gewoon kinderen in grotere lichamen? We verlangen naar plezier, lichtheid en de zon op ons gezicht, terwijl we ondertussen proberen uit te vogelen hoe het leven werkt. We struikelen, staan weer op en proberen het opnieuw.
Onderzoekers van George Washington University en Queen Mary University of London deden verschillende studies onder oudere volwassenen en ontdekten dat deelname aan kunst- en cultuuractiviteiten een positief effect heeft op zowel de mentale als fysieke gezondheid. Deelnemers voelden zich beter en maakten zelfs minder vaak een afspraak bij de huisarts. Uit onderzoek van geriater Gene Cohen bleek bovendien dat creatief bezig zijn de levensverwachting mogelijk met wel zeven jaar kan verlengen. In een gerelateerde studie ontdekte neuroloog Luis Fornazzari dat creatieve activiteiten – van schilderen en acteren tot dansen en beeldhouwen – het brein beschermen en de ontwikkeling van aandoeningen als dementie, alzheimer, parkinson en beroertes kan helpen vertragen.
Wanneer we een kwast oppakken, met klei aan de slag gaan of gedachteloos beginnen te doodlen zonder ons druk te maken over het eindresultaat, zijn we niet alleen kunst aan het maken, we omarmen ook de essentie van spelen. Juist die messy, spontane en silly energie vormt de basis van creativiteit én plezier. Spelen helpt de balans te herstellen en maakt ruimte voor een rijker, gezonder en evenwichtiger leven.

Ik snakte naar een pauzeknop voor al dat adulting

Spelen als manifestatietool

Afgelopen voorjaar waren mijn partner en ik onderweg naar een wandelroute in de buurt toen we terechtkwamen in een situatie die stadsbewoners en productiviteitsgoeroes waarschijnlijk als een van de minst spannende dingen op aarde zouden omschrijven: file. Voor ons reed een schoolbus stapvoets vooruit. Achter het grote achterraam zat een groepje kinderen. Een van hen keek ons recht aan en gaf ons een ondeugende blik. Wat schattig, dacht ik, terwijl ik glimlachte. Mijn partner trok meteen een gekke bek terug, en zonder een seconde te twijfelen deed het kind hem na. Mijn partner reageerde opnieuw. En nog een keer. Voor we het wisten, deden nog zes jongens mee aan het spel. Er kwamen dierenneuzen voorbij, opgeblazen wangen, kiekeboe-acts en uitgestoken tongen. De kinderen kopieerden iedere beweging en barstten telkens opnieuw uit in gelach dat met de minuut uitbundiger werd. Vanaf de passagiersstoel lag ik inmiddels ook dubbel van het lachen. Mijn partner had alle ernst losgelaten, maar weigerde zelf te breken. Pas helemaal op het einde liet hij een lach ontsnappen. Hij nam zijn rol bloedserieus, wat het alleen maar grappiger maakte. Het hoogtepunt kwam toen hij zijn meest briljante act van de middag opvoerde: een denkbeeldige neuspeutersessie. De kinderen gingen los.
Zelf deed ik niet actief mee aan het toneelstuk, ik was slechts toeschouwer. Maar ook dat is een vorm van deelname. Ik liet me volledig meevoeren in het spel en voelde hoe er iets veranderde. Alsof de draadjes »



in mijn hoofd opnieuw werden geordend en alles om me heen zich subtiel herschikte. Irritatie maakte plaats voor fun. Voor een paar minuten verdwenen de file, de planning en alle externe prikkels naar de achtergrond. Er was alleen nog het spel, heen en weer gekaatst tussen onze auto en de schoolbus. Dat moment liet me zien dat spelen een soort portal kan zijn. Een manier om los te komen van de dingen waar we als volwassenen zo makkelijk in vastlopen: een baan die niet meer bij ons past, de zoektocht naar balans als nieuwe ouder, het gevoel dat je de weg kwijt bent, eindeloos piekeren, imposter syndrome of een writer's block dat maar niet wil verdwijnen. De oplossing is niet om verantwoordelijkheden te negeren, maar om spelen onderdeel te maken van die processen. Door ruimte te maken voor spontaniteit, creativiteit en plezier kunnen we de manier waarop we onze werkelijkheid ervaren compleet veranderen.

Spelen is een portal om los te komen van waar we in vastlopen

In zijn boek *Homo ludens* nodigt cultuurhistoricus Johan Huizinga ons uit om zulke 'tijdelijke werelden binnen de gewone wereld' te creëren en ervaren. Hij stelt zelfs dat beschaving niet ontstaat ondanks spel, maar juist dankzij spel. Volgens hem is spel veel meer dan vermaak: het is een kracht die onze samenleving vormgeeft, verandert en soms zelfs weer in balans brengt.

Spelen voor sisterhood

Spelen is universeel. In iedere cultuur begint het bij een moeder en haar baby, nog voordat überhaupt sprake is van taal. Het begint met blikken, aanrakingen en geluiden: grote ogen, overdreven glimlachen, vingers die ritmisch op een huid tikken, contouren die worden nagetekend, nagebootste geluidjes en geïmproviseerde slaapliedjes. Onderzoek laat zien dat dit soort speelse interacties de aanmaak van oxytocine – aka het liefdeshormoon – stimuleert. Dat hormoon helpt op zijn beurt om cortisol, oftewel het stresshormoon, te verlagen. Simpel gezegd: spelen kan helpen om stress te reguleren, anxiety te verminderen en de band tussen ouder en kind te versterken.

Om eerlijk te zijn voelt het soms alsof iedereen een beetje langs elkaar heen leeft. Wat als spelen ons kan helpen om beter voor onze community's, onze vriendschappen en onszelf te zorgen? Wat als we deze wereld een beetje zachter kunnen maken door bewust ruimte te creëren voor plezier?

Volgens primatoloog Isabel Behncke Izquierdo is "spelen de lijm die ons met elkaar verbindt". Tijdens haar onderzoek naar bonobo's in de Congolese jungle ontdekte ze dat spelen zorgde voor meer vertrouwen, tolerantie en samenwerking binnen de groep. Volgens haar kunnen bonobo's ons iets belangrijks leren over de toekomst. "Spelen is onze geheime troef," zegt ze. "Als we ons succesvol willen aanpassen aan een veranderende wereld, moeten we spelen." Ik moet daarbij vaak denken aan hoe helend spelen juist voor vrouwen kan zijn. We krijgen al vroeg mee dat we serieus, verantwoordelijk en succesvol moeten zijn. Maar wat als niet alles in het teken hoeft te staan van productiviteit en presteren? Misschien mogen we onszelf – en elkaar – er wat vaker aan herinneren dat het oké is om los te laten en een beetje goofy te zijn.

Wanneer heb jij voor het laatst op blote voeten door het gras gerend? In een boom geklommen? Een flauwe grap of gekke tekening naar een collega gestuurd? Wanneer heb je voor het laatst een gek gezicht getrokken of geprobeerd een radslag te doen?

Let's play, babe

Het is nooit te laat om je inner child weer wat meer ruimte te geven. Spelen is zoveel meer dan nostalgie; het brengt balans, lichtheid en verbinding op momenten waarop we dat het hardst nodig hebben. En het mooiste is: het kost helemaal niks en is voor iedereen toegankelijk. Het enige wat het vraagt is dat we verwachtingen even loslaten en onszelf toestemming geven om mee te gaan in het moment.

Door spelen weer een plek te geven in ons leven, vinden we niet alleen meer plezier terug, maar ook een stukje van onszelf dat we onderweg misschien zijn kwijtgeraakt. Dus als je jezelf weer eens verliest in deadlines, to-do lists en adulting, onthou dan dit: je *inner child is waiting.* C

TEKST NAOMË ANTOINETTE VERTALING IVANA BATSTRA DONAHUE FOTOGRAFIE MATTHEW CYLINDER

love & sex

BEELD @LOTTECAROLINA

The rise of dating for clout

Terwijl de meeste mensen eindeloos door datingapps swipen, besloot ik IMDb als datingpool te gebruiken. En wat bleek? Een date scoren met een (D-list) celebrity is een stuk makkelijker dan je denkt.

Ik lig na de seks in zijn bed en kijk toe hoe hij naakt naar de keuken sloft voor nog een paar slices van de pizza die we hadden besteld. Terwijl hij ze naar binnen schuift, tuurt hij uit het raam alsof hij zijn koninkrijk overziet. Ik ontmoette hem – laten we hem Felix* noemen – eerder die avond voor een soort date. Terwijl we door Londen liepen en hij vertelde hoe makkelijk hij voor een rol kan afvallen, betrapte ik mezelf erop dat ik vooral oog had voor zijn vieze jas en onverzorgde haar. Ik overwoog een smoes te verzinnen en naar huis te gaan. Misschien was seks met iemand die 'beroemd' is het uiteindelijk toch niet waard. Maar later, toen we aan de drank zaten, kwam Felix op gang. Hij vertelde hoe hij tijdens een seksscène met een bekende actrice had gevraagd of zijn erectie vastgetapet kon worden. En hoe hij net de hoofdrol had gescoord in een project dat hem weleens definitief op de kaart zou kunnen zetten. Zelfs als hij uiteindelijk niet meer dan een extra streepje op mijn bedpost zou worden, had ik in ieder geval een goed verhaal. Prima, dacht ik, I'll stay.

Na nog een paar biertjes stelde hij voor om samen wat te eten. Bij hem thuis, of course. Terwijl ik voorzichtig aan mijn pizzapunt knabbelde – bang dat ik er tijdens het kauwen niet bepaald charmant uitzag – werkte hij de zijne in recordtempo naar binnen. Voor ik het wist tilde hij me op, zette me op de bank en lag boven op me. Ik ga ervandoor terwijl Felix nog half slapend in bed ligt. Hij mompelt iets over dat hij me graag nog een keer wil zien. Buiten regent het en mijn haar piekt alle kanten op. De woorden *walk of shame* schieten door mijn hoofd, maar stiekem loop ik met een grijns over straat. Wat jullie niet weten, denk ik terwijl ik langs voorbijgangers loop, is dat ik net seks heb gehad met een acteur uit *Harry Potter.* De volgende keer dat ik Felix zie, staat hij levensgroot op een billboard. "Met hem heb ik gesekst," zeg ik met een grijns tegen mijn vriendin.

De Instagram-methode

Toen ik Felix ontmoette, zat ik midden in wat ik later de 'Instagram-methode' zou noemen. Het doel? Op dates gaan en/of seks hebben met zoveel mogelijk bekende mensen. In iets meer dan een halfjaar tijd lukte dat negen keer – al deed ik nog veel meer pogingen. Acteurs, populaire chefs en D-listers: was iemand niet beroemd, of op z'n minst onderweg daarnaartoe, dan haakte ik af.

Hoe vaker ik over mijn missie vertelde, hoe meer ik ontdekte dat ik allesbehalve de enige was. Er bestaat zelfs een datingterm voor: throning. In steden als Londen, New York en LA – je moet natuurlijk wel zijn waar de celebrity's rondlopen – daten hordes mensen puur voor de clout. Toch doen we iets anders dan de groupies en wannabe WAG's die ons voorgingen. Groupies slapen met muzikanten uit liefde voor de muziek, alsof ze eigenlijk met de nummers zelf het bed induiken. Wannabe WAG's zijn vaak vooral op zoek naar de lifestyle die bij een voetballer of topsporter hoort. Onze drijfveer is net iets anders. Het gaat minder om wie iemand is en veel meer om het verhaal dat erbij hoort. Om later naar een billboard te kunnen wijzen en zeggen: "Met hem heb ik geslapen." Om iemand ineens in een film voorbij te zien komen en als enige in de bioscoop te weten hoe zijn slaapkamer eruitziet. Soms is dát nog leuker dan de seks zelf. Nadat ik meer mensen sprak die hetzelfde deden, vroeg ik me af: kan een relatie met iemand die beroemd is ooit oprecht voelen? Wat gebeurt er als je niet datet voor de connectie, maar voor het verhaal? En wat zegt de Instagram-methode eigenlijk over de manier waarop we vandaag de dag daten?

Voor ik het wist tilde hij me op en lag boven op me

How it started

Als kind keek ik samen met mijn moeder urenlang naar *E! News* en bladerde ik haar roddelbladen door. Daarna volgden vier jaar filmstudie. Kortom: ik ben behoorlijk thuis in de wereld van de *rich and famous*. Mijn brein is basically een soort IMDb. Toch had ik nooit gedacht dat ik als schrijver in Londen bijna alleen nog maar met 'celebritiy's' zou daten.

Eigenlijk begon het allemaal per ongeluk. Ik kwam net uit een relatie van drie jaar en zocht afleiding in mijn datingarchief. Na eindeloos scrollen door mijn dm's kwam ik Theo* tegen. Toen ik de acteur en comedian ooit begon te volgen op Instagram, had ik totaal niet verwacht dat hij me terug zou volgen. Ik had hem in een film gezien en vond hem wel cute, meer dan een onschuldige celebrity crush was hij niet. Maar toen ik gedumpt werd, besloot ik hem op date te vragen.

We spraken af in een kroegje bij mij in de buurt: zo'n bar vol random vintagespullen en knappe bartenders. Hip, maar niet té hip. De date liep op niets uit – we hebben niet eens seks gehad. Toch veranderde er iets. Nu ik wist dat iemand als Theo blijkbaar niet *out of my league* was, vroeg ik me af wie er nog meer haalbaar was. Dus ging ik op jacht. Zag ik iemand op tv die ik aantrekkelijk vond? Dan zocht ik zijn Insta op, drukte op follow en likete strategisch een paar foto's. Bij voorkeur de thirst traps, zodat mijn intenties meteen duidelijk waren. In een halfjaar tijd stuurde ik zo'n dertig semi-bekende mannen een dm. Ongeveer de helft reageerde. Sommigen zó enthousiast dat het bijna komisch werd. Met anderen bleef het bij appen.

Uiteindelijk hield ik er negen dates of hook-ups aan over.

Ik scoorde er negen: acteurs, semi-celebs en chefs

Een verrassend hoog succespercentage, zeker als je bedenkt dat ik op een gegeven moment praktisch iedereen een bericht stuurde. Ik waagde zelfs een poging bij Jack Schlossberg, de kleinzoon van JFK (spoiler: hij heeft nooit gereageerd).

Net als Theo was Sam* iemand die al voor de Instagram-methode in mijn dm's was beland. Gesterkt door mijn eerste succes met een semi-celeb sprak ik met hem af voor een drankje. Sam had een eigen bedrijf, was besties met Londense socialites die bruiloften gaven waar fashion magazines over schreven en woonde in een huis dat rechtstreeks van mijn Pinterest-bord leek te komen. Op een ochtend ging hij naar zijn werk en bleef ik alleen achter. Terwijl ik door zijn gigantische huis slenterde, stelde ik me heel even voor hoe mijn leven eruit zou zien tussen die perfect geschilderde muren. Met Sam voelde het anders. Tuurlijk, het vooruitzicht van bruiloften op idyllische bestemmingen hielp mee, maar het voelde alsof er meer in zat dan alleen een hook-up. Tot hij van de ene op de andere dag het land verliet om "zichzelf te vinden". Twee maanden daten waren in één klap voorbij. Mijn wraak? Op date gaan met een chef en contentcreator uit zijn vriendengroep.

Pas bij de chef – laten we hem James* noemen – besefte ik hoe goed de Instagram-methode werkte. Ik zou zeggen dat ik conventionally attractive ben. Of nou ja, ik heb in ieder geval een goede Instagram: de perfecte mix van sexy pics en posts over werk. Dus ik drukte op follow, likete een paar foto's en niet veel later kreeg ik een dm. "Zijn we nou via Instagram aan het flirten?" We spraken af in een chique wijnbar. James was totaal niet m'n type. Sterker nog: ik vond zijn tong eigenlijk net iets te groot voor zijn mond. Maar goed, hij hoorde bij de Londense hot chef-scene en werkte aan een kookboek. Dat maakte hem toch interessant genoeg.

Na de date vroeg James of ik meeging naar zijn huis. Hij had nog mosselen liggen die op moesten. Terwijl de pasta kookte en ik deed alsof ik enorm onder de indruk was van hoe snel hij knoflook kon snijden, zoende hij me.

De volgende dag vertelde ik het verhaal op kantoor. Een paar weken later kwam een collega naar me toe. James had exact hetzelfde trucje uitgehaald bij een ander meisje. Blijkbaar waren die mosselen gewoon zijn standaard move. Wie gebruikte hier eigenlijk wie? Eerlijk gezegd voelde het vooral als een deal waar we allebei iets aan hadden. Zij waren duidelijk op zoek naar een vrijblijvende fling en hadden geen probleem met mijn weinig subtiele avances. Geen moeilijke gesprekken, geen verwachtingen, alleen een flinke ego-boost.

Tegen de tijd dat Matthew* in beeld kwam, was ik een stuk strategischer geworden. Op IMDb vond ik een lijst met veelbelovende Britse acteurs en ik besloot ze systematisch af te werken. Matthew was de eerste. Het plan? Een simpele *f*ck and chuck*. Maar ergens onderweg dacht ik dat er misschien toch meer speelde. Hij nam me mee uit eten, we gingen samen naar het theater en het voelde... serieus. Alsof hij trots was om met mij gezien te worden. In mijn hoofd stonden we over een paar maanden hand in hand op een rode loper. Tot de afgezegde dates zich begonnen op te stapelen en ik op een dag uit pure wanhoop vijf uur in de trein zat om hem in zijn eerste *Shakespeare*-voorstelling te zien. Langzaam begon het te dagen dat we er niet hetzelfde in stonden. We brachten nog een laatste, bittersweet ochtend door bij Soho Farmhouse en daarna ging ik terug naar »

Londen, huilend aan de telefoon met mijn moeder. Ineens voelde de uitnodiging om naar zijn voorstelling te komen als een pity invite. Matthew had een beroemde ex, iemand die qua status veel beter bij hem paste. Ik was hooguit een rebound. Je zou denken dat ik daarvan geleerd had. Niet dus. Ik ging gewoon weer door naar de volgende.

Op Jack* ben ik misschien nog wel het meest trots. Ik werkte destijds voor een tijdschrift en we waren druk bezig met de volgende editie. Toen een actrice langskwam voor haar coverstory, vertelde ze tussendoor dat ze net een relatie achter de rug had. Voor de rest van de redactie was het gewoon tea, maar mijn brein sloeg de informatie ergens anders op. Hij was officieel weer op de markt. Nog diezelfde avond drukte ik op follow. Een paar uur later volgde hij me terug. In de kroeg hield ik meteen m'n telefoon omhoog naar een groep collega's. Er klonk een collectieve gil. Een paar weken later stonden we midden in Soho te tongen.

Lang duurde het niet. Onze tweede date eindigde toen Jack me naar de metro bracht. Niet omdat hij zo'n gentleman was, maar omdat hij subtiel duidelijk wilde maken dat onze wegen daar zouden scheiden, terwijl ik er eigenlijk vanuit was gegaan dat we samen naar zijn huis gingen. Halverwege de rit naar huis appte hij dat we "romantically incompatible" waren.

Na verloop van tijd veranderde deze power move langzaam in iets heel anders: het was een *recipe for disaster*. Hoe hard ik ook mijn best deed, er kwam nooit echt iets voort uit al die rendez-vous met bekende mannen. In plaats van een ego-boost werd het vooral een ego-bruise. Waarom ging ik er steeds in mee?

Realitycheck

"Hinge is echt shit, dus ik zoek m'n dates tegenwoordig gewoon uit op tv," zegt de 28-jarige Ciara*. Ciara is een oude studievriendin van me. We leerden elkaar kennen op de universiteit en zelfs toen was ze altijd net een tikkie meer outrageous dan de rest van onze vriendengroep. Met een Insta vol thirst traps waarop haar billen steevast de hoofdrol spelen, is het geen verrassing dat haar methode behoorlijk succesvol bleek. Zag Ciara iemand op tv die ze knap vond (in dit geval een presentator) dan stuurde ze hem gewoon een dm. Vaker wel dan niet eindigde dat in een date. Die presentator voelde volgens haar als een echte conquest.

> "Als iedereen deze persoon wil, maar diegene jou kiest, dan moet jij wel bijzonder zijn"

Het ging haar minder om aantrekkingskracht en meer om het feit dat het kon. "Ik dacht alleen maar: OMG, hij was net nog op tv en nu zitten we samen wijn te drinken in een fancy hotel in Notting Hill." Al nam ze het nooit écht serieus. "Ik heb nooit gedacht: met hém ga ik trouwen."

Let's be honest: daten is vaak een drama. Ghosting, breadcrumbing... vrouwen belanden nog altijd opvallend vaak in een afwachtende rol. Maar daten voor de plot – of misschien gewoon voor de clout – zet die hele dynamiek op z'n kop. Ineens ben jij degene die kiest. Misschien zelfs degene die de touwtjes in handen heeft. Volgens klinisch psycholoog Arianna Masotti kan een bekende partner fungeren als verlengstuk van je identiteit. "Het kan je zelfvertrouwen tijdelijk een boost geven. Het gaat vaak minder om de persoon zelf en meer om waar diegene voor staat. En als iedereen deze persoon wil, maar diegene jou kiest, dan moet jij wel bijzonder zijn." Tegelijkertijd voelt daten op deze manier veiliger. Als je het vooral voor het verhaal doet, hoef je jezelf ook niet echt kwetsbaar op te stellen.

"Ik voelde me alsof ik in *Almost Famous* was beland," vertelt de 25-jarige Abbie*, die ik leerde kennen toen we allebei voor een tijdschrift werkten. Ze had ooit een korte romance met een muzikant op wie ze als tiener al een crush had. Heel cinematic was het trouwens niet. Op hun eerste date verscheen Jim* in de kroeg met een plastic tas vol bezwete sportkleren. Toen Abbie later bij hem thuiskwam, lag de vloer zo vol zooi dat ze hem überhaupt niet kon zien. Abbie was 21, Jim ergens in de 30. "Als dit iedere andere man was geweest, had ik het goor gevonden," zegt ze lachend. "Maar omdat hij het was, vond ik alles geweldig." Toen het uiteindelijk uitging – hij nodigde haar uit voor een optreden om vervolgens met een ander meisje betrapt te worden – wist Abbie één ding zeker: deze lifestyle was toch niks voor haar. Maar een ego-boost was het zeker.

Bij de 24-jarige Londense fotograaf Sarah* verliep het vergelijkbaar. Ze leerde Connor* kennen tijdens een fotoshoot met zijn band. Wat begon als iets wat haar zelfvertrouwen gaf, sloeg langzaam om in een ongelijke machtsverhouding. "Ik denk dat hij het heerlijk vond om me het gevoel te geven dat ik minder was," vertelt ze. Connor wisselde moeiteloos af tussen gemeen zijn en overdreven lief doen. Het ene moment kreeg Sarah een sneer omdat ze te veel zou eten, het volgende moment smeekte hij haar om vergeving en vroeg hij of ze "gewoon kon vergeten wat er net was gebeurd". Als ik vraag of ze denkt dat Connor respect voor haar had, hoeft ze niet lang na te denken. "Uhm, nee."

In daten voor het plot schuilt volgens datingexpert Persia Lawson een gevaar. "Als je te veel opgaat in het verhaal dat je jezelf vertelt, vergeet je de essentiële vragen te stellen. Voel ik me veilig? Voel ik me gerespecteerd? Kan ik mezelf zijn? Je beoordelingsvermogen wordt er een stuk slechter van."

De 27-jarige Maddie* is polyamoreus en maakt Insta-content over seksualiteit. Daardoor voelen semi-famous mannen zich blijkbaar extra vrij om haar een dm te sturen. Toen ze met Daniel*, een acteur uit een populaire sitcom, naar bed ging, weigerde ze een specifiek seksueel verzoek. "Omdat hij dat niet van me kreeg, kapte hij het meteen af," vertelt ze. Ik vertel haar dat Daniel ook ooit in mijn dm's was beland. Door zijn personage in de serie dacht ik dat hij superlief zou zijn. "Dat is hij ook," zegt ze lachend. "Maar hij laat weinig dm's onbeantwoord."

Zou ik destijds wel hebben gedaan wat Daniel van Maddie had gevraagd? Ik

* NAMEN ZIJN PSEUDONIEMEN. TEKST AMBER RAWLINGS VERTALING IVA BATSTRA DONAHUE ILLUSTRATIE RUTA ZEMAITYTE FOTOGRAFIE GETTY IMAGES

Nadat ik met die acteur naar bed was geweest, voelde ik me euforisch

denk terug aan mijn *make-out sesh* met Jack midden op straat. Aan Felix, bij wie ik nergens vragen over stelde. Geen heel veelbelovende gedachte.

Maddie hield er niets traumatisch aan over, maar wel het gevoel dat ze haar eigen standaarden had verlaagd. En daarmee kwam ook een vrij pijnlijke vraag bovendrijven, met een nog pijnlijker eerlijk antwoord: zou ik achter deze mannen zijn aangegaan als ze niet bekend waren geweest? Nee. Er was geen romantisch potentieel. Juist die zinloosheid maakte het ook zo makkelijk en aantrekkelijk. Maar mezelf wijsmaken dat ik geen behoefte heb aan een echte connectie en genoegen nemen met iets wat per definitie oppervlakkig is, bleek makkelijker gezegd dan gedaan. Ja, ik hield er goede verhalen aan over. Ervaringen die ooit ongetwijfeld in m'n memoires belanden. Maar hoe lang leef je eigenlijk op zo'n high? Nadat ik met die acteur uit *Harry Potter* naar bed was geweest, voelde ik me de volgende ochtend, terwijl ik m'n vriendinnen belde, nog helemaal euforisch. Dat gevoel verdween sneller dan ik had gehoopt. Nog diezelfde dag zat ik op de vloer van mijn woonkamer, met de eerste symptomen van een blaasontsteking én een onverwacht leeg gevoel.

A trophy life

Ik weet heus wel dat ik nu borderline sociopathic klink. Toch heb ik deze nogal nihilistische kijk op daten niet zelf bedacht. Volgens psycholoog Masotti leven we in het Thuisbezorgd-tijdperk van daten: eindeloze opties die binnen handbereik liggen, waardoor het paradoxaal genoeg juist moeilijker wordt om je aan iemand te binden. "Bij het eerste minpuntje lijkt er altijd wel iemand te zijn die knapper, fitter of gewoon nét iets leuker is." Of iemand die een klein rolletje in *Industry* had.

Misschien is de Instagram-methode dan ook gewoon het logische eindstation. Het eindstation van mensen behandelen alsof ze een product zijn. Het is de toxic trap van de moderne datingcultuur. Er zit ook iets onder waar we het minder graag over hebben. Vrouwen krijgen nog altijd, bewust of onbewust, mee dat hun waarde afhangt van twee dingen: hoe ze eruitzien en met wie ze daten. Een bekende partner voelt als de ultieme bevestiging op allebei die vlakken.

Uiteindelijk besefte ik dat ik geen trofee wilde zijn die alleen interessant was omdat iemand anders haar uitkoos. Ik wilde dat mijn succes om meer draaide dan alleen de mensen in wiens orbit ik me bevond.

Toch ben ik de Instagram-methode, bijna twee jaar later, nog niet helemaal kwijt. Op een gegeven moment sloeg ik zelfs een beetje door. Na een *Nighty Night*-binge besloot ik dat Angus Deayton mijn volgende target werd. Hij is zeventig en heeft, verrassend genoeg, geen Insta, dus settelde ik voor zijn zoon. *Needless to say:* ook dat leverde niets op. Toen ik afgelopen kerst ineens de familiefoto's van de familie Deayton voorbij zag komen, wilde ik mezelf met terugwerkende kracht een klap verkopen.

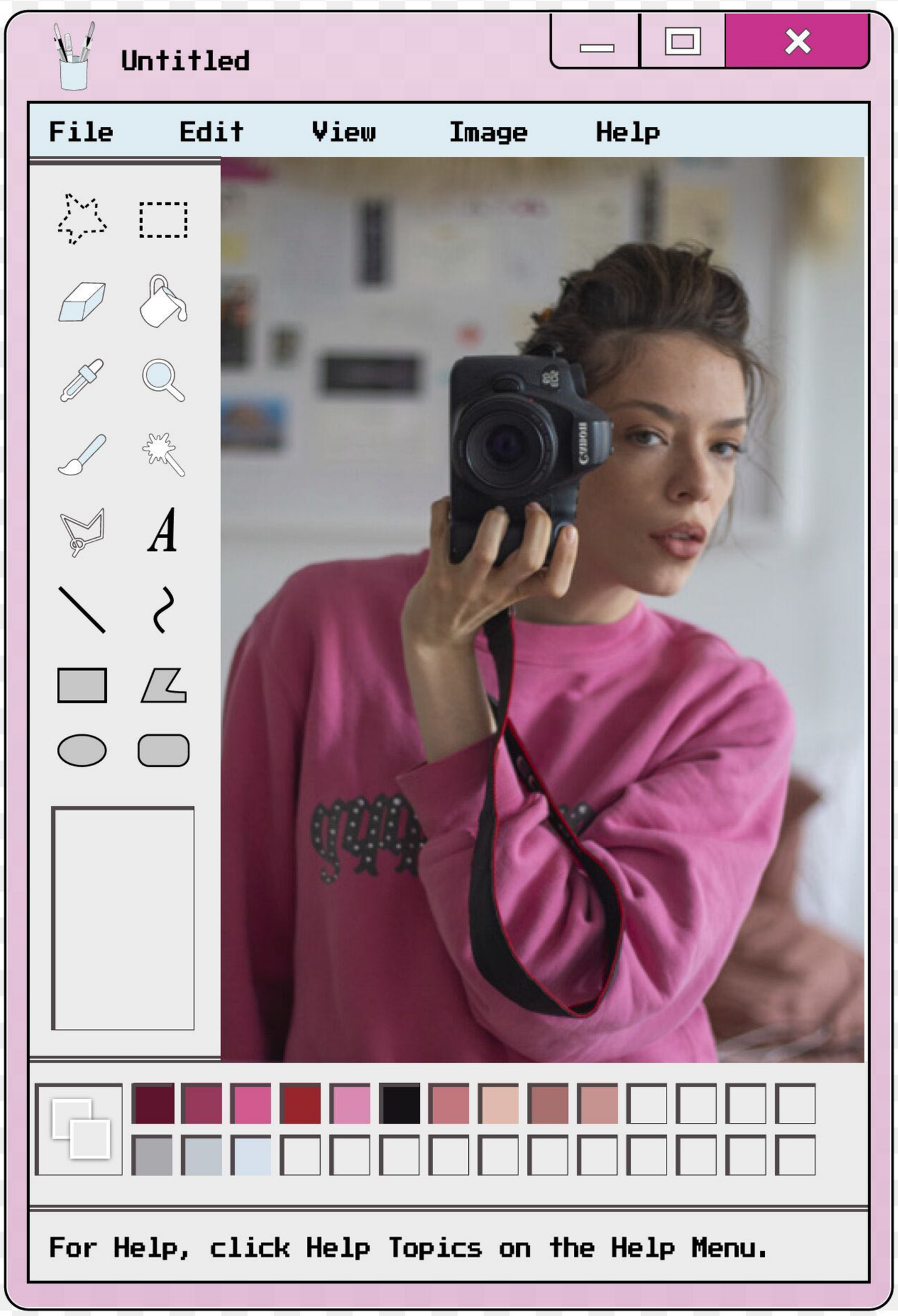
En waar ik uiteindelijk ben geëindigd? Grappig genoeg heb ik nu een relatie met Theo. Volgende week is de première van zijn nieuwe film. Ik manifesteer een *red carpet hard launch*.

Nee hoor, grapje. Mijn vriend, Ed, is very non-famous, en ik vind het stiekem heerlijk. Hij behandelt me met respect, ziet me als zijn gelijke en de kans dat ik binnenkort weer vijf uur in de trein zit voor een moderne bewerking van *Pericles* is gelukkig nihil.

Old habits die hard, though... Ik vond Ed op Instagram. C

Trans + daten = steeds weer uit de kast komen

Nadat ik mijn genderidentiteit heel bewust op mijn datingprofiel had gezet, dacht ik dat ik voorgoed klaar was met coming-outs. Spoiler: *I was wrong*.



In mijn eerste jaar op de universiteit datete ik een jongen, Matthew*. Het was 2017 en we hadden elkaar leren kennen via Bumble. Hij was model, wat destijds meteen mijn power couple-radar deed afgaan – iets waar ik, aan het begin van mijn eigen modellencarrière, oprecht gevoelig voor was.

Het was onze derde date en ik was nog niet officieel uit de kast. Het gaf een kick om op datingapps niet te vertellen dat ik trans was. Ik vond het zo fijn om gewoon te daten als vrouw, zonder ingewikkeld achtergrondverhaal. Om gewoon het leven te leiden waarvan ik altijd had gedacht dat het voor mij bedoeld was.

Ik heb altijd het 'passing'-privilege gehad, wat betekent dat ik eruitzie als een cisgender vrouw. Daardoor vertelde ik meestal pas dat ik trans ben wanneer een relatie richting fysieke intimiteit ging. (Ik besef heel goed dat dit mij een gevoel van veiligheid geeft dat niet alle trans vrouwen hebben.)

Mijn eerste twee dates met Matthew waren leuk, en voor nummer drie gingen we naar een fancy Chinees restaurant in Chelsea, samen met een groep van zijn collega-modellen. Het voelde cool om tussen al die lange benen en insanely knappe gezichten te zitten.

Matthew was attent en leek trots om met mij gezien te worden. Toen de avond vorderde, ging het gesprek over ieders grootste angsten. Dingen als 'een overval meemaken' kwamen voorbij, net als inbrekers en geweld. Ik vertelde dat mijn grootste angst mijn eigen dood was. Toen zei Matthew dat die van hem met een T begon. Aan tafel werd van alles geroepen. Tijgers. Terrorisme. Tsunami's. "Erger," zei hij, "transgenders!"

Ik verwachtte dat de hele tafel Matthew ter plekke zou cancelen. In werkelijkheid gebeurde er... niks. Het bloed trok uit mijn gezicht weg en mijn maag draaide zich om, maar verder reageerde bijna niemand. Sommige mannelijke modellen knikten zelfs instemmend. Niemand nam het op voor een community waarvan ze niet eens wisten dat ik er deel van uitmaakte.

Ik was doodsbang dat iedereen dwars door me heen kon kijken. Tegelijkertijd werd ik geconfronteerd met mijn eigen blind spots. Hoe was ik in hemelsnaam op een derde date met een transfoob beland? Ik verzon een smoes, excuseerde mezelf en stuurde onderweg naar huis woedende appjes naar al mijn trans vrienden, op zoek naar steun.
Eenmaal thuis blokkeerde ik Matthews nummer. Ook besloot ik voortaan een genderlabel aan mijn datingprofielen toe te voegen: 'trans woman'. Zelfs als ik irl nog niet publiekelijk uit de kast was, wilde ik dat op datingapps wel zijn.
Twee jaar later had ik voor het eerst een liefdevolle relatie met iemand die óók transgender is. Geïnspireerd door de openheid van mijn toenmalige vriend besloot ik nog een stap verder te gaan. Op mijn YouTube-kanaal plaatste ik een nieuwe video voor mijn ruim honderdduizend volgers met de titel: 'I'M TRANSGENDER'.
Ik dacht oprecht dat ik het hiermee had opgelost. Het internet zou de rest doen. Het algoritme zou deze informatie vanzelf voorschotelen aan iedereen die ik in de toekomst tegen zou komen. Mission accomplished: ik was uit de kast gekomen en hoefde dat nu nooit meer te doen. Zo werkte het helaas niet. In de jaren daarna ontdekte ik dat uit de kast komen – en jezelf daarbij beschermen – eigenlijk nooit echt ophoudt. En dat die verantwoordelijkheid, wat ik ook doe, nog altijd bijna volledig bij mij ligt.
Mede dankzij het huidige politieke klimaat, waarin haatdragende stemmen steeds vaker een podium krijgen, heb ik inmiddels een behoorlijk uitgebreid screeningsproces ontwikkeld. Denk: deep dives op Google, complete socialmedia-audits, eindeloos scrollen. Believe me: ik stalk tot ik zeker weet dat er geen vleugje transfobie te vinden is. Zelfs dan – en ondanks het feit dat mijn genderidentiteit gewoon online te vinden is en ook op datingapps staat vermeld – beland ik soms nog op dates met mensen die duidelijk een stuk minder huiswerk hebben gedaan.
Zo ging ik ooit via Raya op date met een Disney Channel-ster. Hoewel, 'ster' is een groot woord... 'Figurant' komt meer in de buurt. Tijdens de date zei hij iets waaruit meteen bleek dat hij geen idee had dat ik trans ben. Dus vertelde ik het, waarna hij de rest van de date nodig leek te hebben om dat te verwerken.

Ik verwachtte dat de hele tafel Matthew ter plekke zou cancelen. In werkelijkheid gebeurde er... niks

Dat soort momenten kunnen awkward of pijnlijk zijn, maar ze hebben me ook geleerd om met een open blik te kijken. Ik neem het iemand niet kwalijk als diegene op een respectvolle manier zijn weg probeert te vinden op terrein dat voor hen compleet nieuw is. Sterker nog: soms kan het voor allebei juist interessant zijn, en een kans om iets te leren.
Inmiddels praat ik veel makkelijker over mijn gender. Het is niet langer iets waar ik me druk om maak; het is gewoon onderdeel van wie ik ben. En in een samenleving die mensen zoals ik liever onzichtbaar maakt, voelt het krachtig om er open over te zijn. Het beschermt mij, terwijl het anderen tegelijkertijd dwingt mijn bestaan te erkennen. En als een man clueless lijkt te zijn, vraag ik tegenwoordig gewoon: "Ben je ooit met een trans vrouw geweest? En wist je eigenlijk dat ik er een ben?"
Minder fijn is de realisatie dat er geen waterdichte manier bestaat om ervoor te zorgen dat iemand weet dat ik trans ben voordat we elkaar ontmoeten. Veel cis heteromannen zijn simpelweg te lui – of te gewend aan hun privileges – om vooraf onderzoek te doen. Dat betekent dat ik altijd alert blijf. Door ervaringen zoals die met Matthew, en door de vele horrorverhalen die ik sindsdien heb gehoord, staan mijn voelsprieten inmiddels permanent overeind.
Nog voordat een eerste date begint, heb ik al een exitplan klaar. Ik ben vaak vroeg aanwezig zodat ik een praatje kan maken met het restaurantpersoneel en zij weten wie ik ben en met wie ik heb afgesproken. Zodra het gesprek richting trans-zijn gaat, let ik scherp op de reactie van de persoon tegenover me. Ik hou oogcontact, scan gezichtsuitdrukkingen en ben inmiddels behoorlijk goed in het herkennen van fetish-y, angstige of vijandige vibes. Een subtiele verandering in iemands houding, een mondhoek die naar beneden trekt of iemand die ongemerkt wat meer afstand neemt is soms al genoeg om te weten dat het tijd is om te gaan. In de loop der jaren heb ik van alles gedaan om mezelf uit die situatie te halen: van ghosten tot liegen dat ik acuut last had van extreme diarree. Veiligheid boven alles. Is het ideaal? Obviously not. Maar ik hoop wel dat ik door mijn verhaal te delen anderen kan helpen om situaties te vermijden die pijnlijk, kwetsend of zelfs gevaarlijk kunnen zijn.
Het ironische is dat Matthew na mijn publieke coming-out ineens weer opdook. Niet met excuses of een veranderd wereldbeeld, maar om mij om advies te vragen over het laten groeien van zijn socialmedia-accounts. Blijkbaar had hij zijn "biggest fear" inmiddels overwonnen. *Needless to say:* hij stond binnen twee seconden weer op block. C

Ella Snyder is model, fotograaf en schrijver in New York City. Tussen shoots door volgt ze method-actinglessen en schrijft ze persoonlijke verhalen voor haar Substack: Esoteric It Girl.

* NAAM IS EEN PSEUDONIEM TEKST ELLA SNYDER VERTALING IVANA BATSTRA DONKER FOTOGRAFIE ELLA SNYDER

STEAMY STORY

DROOM afspraak

Met mijn goede bedoelingen, een bak zenuwen en een gezonde dosis haast stap ik in de lift. Ik heb hier weken naartoe gewerkt en vandaag gaat het eindelijk gebeuren: ik ga de ontwerpen voor mijn eigen kledinglijn aan een potentiële klant laten zien. Het heeft me niet alleen bloed, zweet en de nodige mental breakdowns gekost, maar ook heel veel lef. En hier sta ik dan, in de lift naar boven om mijn 'baby' te showen.

Naast me staat een meid van mijn leeftijd en ik vraag me stilletjes af of zij hier werkt of misschien ook vol zenuwen een pitch tegemoet gaat. Terwijl ik in gedachten verzonken ben, lacht ze naar me.

Ik krijg amper de kans om naar haar terug te lachen, want plotseling valt de lift stil. Langzaam voel ik de paniek opkomen. Normaal gesproken sta ik binnen twee seconden onder hoogspanning, maar vandaag is het niet de lift of de kleine ruimte waar ik angstig van word; het is de tijd. Ik vertik het om te laat te komen en mijn kans te missen omdat de lift zijn werk niet doet.

Ik graai naar mijn telefoon. Geen bereik.

"Het bereik is altijd slecht hier, in de lift valt het continu weg," zegt ze met een uiterst geruststellende stem. "De lift zit trouwens ook wel vaker vast." Ik kijk haar aan en lach zenuwachtig.

"Werk je hier?"

"Yep, op de vierde, dus ik was er bijna," grapt ze. "Mijn collega's zullen me vanzelf wel missen en dankzij de reputatie van deze lift zal dit de eerste plek zijn waar ze kijken." Ze lacht een rij witte, rechte tanden bloot. Haar ogen zijn lichtgroen en twinkelen in het felle licht van de lift. Het was me eigenlijk helemaal niet opgevallen hoe knap ze is.

Ze doet een stap in mijn richting en drukt langs me heen op de noodknop. De honingachtige geur van haar haren komt me tegemoet en ik voel hoe dat al mijn zintuigen op scherp zet.

"Heb je een afspraak?" vraagt ze wanneer ze naar mijn tas vol samples kijkt.

"Ja, maar ik vrees dat mijn kans nu aan me voorbijgaat."

"Ach, welnee!" roept ze, niet onder de indruk. "Echt, dit is niets nieuws hier. Als het *meant to be* is, zullen ze je het vast vergeven. Jij kan er toch ook niks aan doen?" Haar woorden stuiteren »

Ga voor meer steamy verhalen naar LotteLust.nl.

door mijn hoofd. Ze heeft gelijk, ik moet mezelf rustig zien te houden.
"Leuke top heb je aan, trouwens," ze knipoogt op een manier die me warm maakt en ik weet er met moeite een "dankjewel" uit te krijgen.
Als vanzelf kijk ik naar haar outfit. Ze draagt een strakke top met lange mouwen, waar haar borsten prachtig in uitkomen. Hoe langer ik kijk, hoe meer haar tepels tevoorschijn lijken te komen. Haar lippen zijn vol en ze likt ze nat. Ik voel me betrapt wanneer ik merk dat ze doorheeft dat ik haar bekijk. Ik weet niet wat het is, maar ik voel me gehypnotiseerd door haar aanwezigheid. Haar blik is intens en uit het niets voel ik hoe de lift zich vult met een opgewonden spanning.
"Zo'n knappe meid als jij zou toch niemand laten lopen," complimenteert ze terwijl ze een stap dichterbij zet.
Mijn lijf is niet alleen vol van spanning, maar ook van lef. Haar aanwezigheid laat me vergeten waar ik eigenlijk voor ben gekomen. "Niemand?" vraag ik plagend, terwijl ik ook een stap in haar richting doe. Ze kijkt me intens aan. Haar donkere haren golven rond haar gezicht en opnieuw dringt die zalige geur mijn neus binnen. Ik weet totaal niet wat ik aan het doen ben, maar ik wil haar aanraken.
Voorzichtig gaat haar hand omhoog, in de richting van mijn gezicht, en ze strijkt een pluk haar achter mijn oren. "Ik kan het me niet voorstellen," fluistert ze. Ze is zo dichtbij dat ik haar warme adem langs mijn huid voel strelen. Ik kijk in haar ogen, dan naar haar kusbare lippen, en voor ik een move kan maken, heeft ze ze op de mijne gedrukt. Ik laat mijn tas op de grond zakken en woel met mijn handen door haar haren. Ze proeft zoet en voelt warm tegen mijn huid. Onze borsten strelen zacht tegen elkaar terwijl we zoenen en ik voel hoe mijn tepels steeds meer beginnen te prikken. Lachend doet ze een stap naar achteren, pakt de onderkant van haar top vast en trekt 'm dan over haar hoofd. Haar borsten komen tevoorschijn en ik voel mijn binnenste samenknijpen bij het zien van haar vormen. Ik vergeet alles. Mijn afspraak, de lift, hoe groot de kans is dat die het ieder moment weer doet en we betrapt worden. Ik wil maar één ding: haar voelen.
Ze krult haar vingertoppen om de onderkant van mijn top en terwijl ze me verlangend aankijkt, trekt ze 'm over mijn hoofd. Mijn lichtblauwe

Ergens diep uit mijn keel ontglipt een hevige kreet

beha komt tevoorschijn en ze streelt zacht met de top van haar duim over mijn steeds harder wordende tepels. Dan trekt ze speels aan de bandjes en laat ze ze over mijn schouders naar beneden zakken.
Voor ik het doorheb, zijn mijn borsten vrij en beginnen we te lachen van de spanning. "Je bent mooi," zegt ze zacht. Er is geen kans om haar een compliment te geven. Haar lippen hebben mijn borsten gevonden en ontfermen zich over mijn tepels. Ze zuigt zacht, kust en neemt ze af en toe tussen haar tanden.
Uit mijn mond komen zachte kreunen. Dit is echt het laatste wat ik had verwacht dat vandaag zou gebeuren.
Met mijn handen pak ik haar borsten en ik begin ze zacht te masseren. De geluiden die ze maakt, werken aanstekelijk en wanneer ik genoeg moed bij elkaar heb verzameld om mijn handen haar broek in te laten glijden, word ik overdonderd door de spanning.
Mijn lijf tintelt als ik haar nattigheid voel. Ze voelt zacht, warm en voornamelijk uitnodigend. Als vanzelf zet ze haar benen iets verder uit elkaar. Ze laat mijn tepels voor wat ze zijn en zoent me vol overgave.
Dan voel ik haar hand mijn broek in verdwijnen. Haar vingers glijden tussen mijn benen en we kreunen in elkaars mond. Het kost me moeite om me in te houden. Haar vingers bewegen steeds dieper in me en ik merk dat haar binnenste steeds strakker wordt.
We zeggen niets meer; het enige wat we doen is zoenen en kreunen. De lift vult zich met onze geur en onze geluiden. Fuck, dit is het opwindendste wat ik in lange tijd heb meegemaakt.
Ik geef me volledig over en voel hoe mijn spieren zich steeds strakker aanspannen. Vlak voordat mijn lijf dreigt te ontploffen, heeft ze mijn tepel weer te pakken. Ik kreun opgewonden en begraaf mijn vrije hand diep in haar donkere krullen. Haar lichaam begint te schokken onder mijn aanraking en ergens

Ik verzamel al mijn moed en laat mijn hand haar broek in glijden

diep uit mijn keel ontglipt een hevige kreet. Haar binnenste pulseert om mijn vingers en ik besef dat ik haar heb laten komen. Dat gevoel geeft me zo'n boost dat mijn benen beginnen te trillen, mijn lijf begint te kronkelen en ik mezelf niet langer onder controle heb.
We lachen kort van opluchting en trekken ons dan terug. Mijn beha zit amper dicht wanneer de lift weer begint te bewegen.
"Ik zei het toch," zegt ze lachend, "er is altijd wel iemand die ernaar kijkt."
Ik lach, maar ben voornamelijk opgelucht dat dit niet eerder is gebeurd. Ik vrees dat ik dat niet eens door zou hebben gehad.
"Ik ben benieuwd naar je kleding," zegt ze terwijl ze haar shirt van de grond raapt en over haar hoofd trekt. Verward kijk ik haar aan.
"Ik ga me even opfrissen. Je kan je melden bij de receptie, dan zie ik je zo."
De liftdeuren gaan open en ik slik moeizaam terwijl ze naar het toilet loopt. De afgelopen weken heb ik vaak gefantaseerd over dit gesprek, maar in geen enkel scenario was het gelopen zoals dit. C

TEKST YENTL SPIJK VAN LOTTELUST.NL BEELD LOTTE GIELEN

Kies je **KORTING**

Cosmopolitan zit boordevol artikelen over liefde, relaties, zelfontwikkeling, carrière, gezondheid, mode, beauty en reizen. Een fijne mix voor een dosis inspiratie én motivatie, met all you need to know!

47% korting

12x Cosmopolitan voor € 39,99

i.p.v. € 75

33% korting

6x Cosmopolitan voor € 24,99

i.p.v. € 37,50

20% korting

3x Cosmopolitan voor € 14,99

i.p.v. € 18,75

SCAN DE QR-CODE

Ga naar Cosmopolitan.nl/korting of bel 088-024 54 02

(ma t/m vrij 9.00–16.00 uur)

Als abonnee pak je meteen een heleboel perks mee:

- Altijd de nieuwste Cosmopolitan lekker bij je thuis op de mat
- Altijd en overal je Cosmopolitan digitaal lezen, inclusief alle edities van de afgelopen 3 maanden
- 50% korting op een extra abonnement naar keuze, zoals Harper's Bazaar, ELLE of JAN

Deze aanbieding is geldig in Nederland en België tot 31 december 2026. De aanbieding geldt tot wederopzegging. Prijswijzigingen, druk- en zetfouten voorbehouden. Na de actieperiode geldt een opzegtermijn van 1 maand. Zie ook: hearst.nl/leveringsvoorwaarden. Woon je in België? Bel dan: 078-48 01 83

COSMO'S next issue

8 oktober in de winkel

In ons volgende nummer duiken we in de beautykast van een heleboel coole types én gaan we de dansvloer op, want dit nummer staat in het teken van Beauty & Party! De leukste feestjes, de fijnste glosses, de beste beautytricks en partyoutfits: we delen ze allemaal.

Time to shine

ILLUSTRATIE LOTTE GIELEN

Deze zomer
EEN ZACHTE
EN GLADDE HUID

met

Gillette
Venus