

FOTO: Steen Ewald
 HÅR OG MAKEUP: Mette Bundgaard
 TEKST: Hanne Næss-Schmidt



Rigmor dyrker fusions, som yoga er en sammensmeltning af forskellige yogastilarter (anusara yoga, Siddha Yoga, Iyengar yoga, N.U. yoga mm.) I fusions yoga støtter små visdomshistorier, poesi, smuk musik, mudras og stilhed op om din yogapraksis.



Rigmor Zobel SMUK FRA INDERST TIL YDERST

GO'BEAUTY mødte hende en sommerdag til en afslappet frokost i hendes fantastiske have til en BEAUTYsnak.

Hendes ydre SKØNHED er så delikat og lækker, at man selv som kvinde har lyst til at ta' en bid af hende. Hendes hud er fuldstændig *fejlfri* og solbrændt på den sunde, smukke måde. Hun piler rundt i køkkenet og forbereder en SKØN, SUND salat til os, mens hun snakker om produkter og hendes syn på skønhed. Hun har ingen sko på og blot en lille, kort nederdel og en skøn top. Jeg har ALDRIG set så *fantastiske* ben! Selv uden sko synes de aldrig at slutte, og så er huden så fejlfri, at det ser ud som om hun har nylonstrømper på. ▶

Fulde navn: Rigmor Zobel Ravn
Alder: 41 år
Gift med direktør: Jesper Ravn
Har børnene: Hermann på 10 år og Esther på 6 år

Rigmor dyrker yoga hver eneste dag.

Jeg GLÆDER mig til at få **børnebørn** og jeg GLÆDER mig til at gå med min mand hånd i hånd, begge med gråt hår og skrøbelige kroppe. ”

Hun har MEGET på hjerte og fortæller livligt med et stort smil på læben om hendes liv lige nu. Uddannet cand.jur. og har arbejdet i dansk erhvervslivs finanssektor i mere end 15 år. Erfaringerne strækker sig fra Codan Forsikring over reklamebranchen til Deloitte. De sidste mange år har hun arbejdet selvstændigt som professionelt bestyrelsesmedlem i nye brancher, som hun brænder for. Nemlig mode og livsstil. Derudover

er hun glad for at kunne bruge meget mere tid på rollen som mor. Vores snak blev dog hurtigt til en vaskeægte pige/beauty-snak, **om alder og at leve i nuet med det ydre og indre, krop og sjæl.**

Er du smuk?

- Jeg har nået en alder, hvor jeg synes, at alle unge menne-

sker er smukke blot i kraft af deres ungdom. Når det er sagt, føler jeg mig smukkere end nogensinde før i mit liv. I dag giver man ikke op på sit udseende, blot fordi man er blevet fyrrer. Mange flere holder sig nu-til-dags i form, velplejede og moderne. Det gælder om at være en smuk 40-årig, en smuk 50-årig og en smuk 60-årig og IKKE om at ligne en 20-årig hele livet igennem. Jeg glæder mig til at få børnebørn, og jeg glæder mig til at gå med min mand hånd i hånd, begge med gråt hår og skrøbelige kroppe. Alder er en gave, ikke et problem for mig.

Hvor vigtigt er det egentlig at se godt ud?

- At se godt ud for en kvinde er det samme som for en mand at have 100 millioner i banken. Det åbner mange muligheder. Men i dag handler "smuk" heldigvis mere om udstråling, selvtillid, velpleje, motion og ikke nødvendigvis om at ligne en topmodel.

Hvad er skønhed for dig?

- Skønhedsidealet har heldigvis udviklet sig de sidste år. Da jeg var ung, var der et ideal, og lignede man ikke Rene Toft Simonsen, kunne man lige så godt lade være med at forsøge at gøre sig smuk. Sådant er det slet ikke i dag. Det handler om lækkerhed frem for at være billedskøn. Denne lækkerhed handler mere om at være velplejet, i god form, have sunde vaner og en god stil. Det handler ikke om, hvorvidt man har for korte ben eller for stor næse.

I dag handler "det at se godt ud" om lækkerhed frem for at være billedskøn. Denne lækkerhed handler mere om at være velplejet, i god form, have sunde vaner og en god stil.

Forsøger du at holde en speciel diæt, hvordan evt?

- Jeg ELSKER kød. Store bøffer. Jeg kan næsten ikke få nok af kød, og så har min krop det godt med det, kan jeg mærke. Jeg spiser rugbrød, æg og grønsager. Derudover drikker jeg en liter skummetmælk hver dag. Heldigvis er jeg slet ikke til is og søde sager. Jeg er derimod glad for ris og hvidt brød, men prøver så vidt muligt at holde mig fra det.

Er der personer fra din barndom eller i dit liv, som har præget din skønhed og givet dig fif gennem livet?

- Min far har altid været meget omhyggelig med at lære os tre piger at være rene og velsoignerede. Og så har jeg haft tre stedmødre, som alle var modeller, så der har aldrig manglet gode råd eller fif på det område.

Hvad er dit syn på at hjælpe skønheden på vej med kirurgi eller andre former for skønhedsbehandlinger?

- Hele den aggressive debat skurer lidt i mine ører. Hvis man er imod det, hvorfor gider man så gå så højt op i emnet? Lad dog folk gøre hvad de vil, og gør med dig selv, hvad du vil. Jeg selv har altid været "langt fremme" mht. skønhedsbehandlinger. Jeg var én af de første i min pigeomgangskreds som barberede ben, hvilket var decideret underligt og "too American" dengang. Efterfølgende fulgte alle trop. Ligeledes elskede jeg French Manicure, længe før det blev en "almindelighed" herhjemme, så jeg er klart åben over for nye muligheder og trends inden for skønhedsbehandlinger. Synes dog folk skal passe på med ikke at glemme, at ansigtets træk ikke må forsvinde. I en vis alder er rynkerne så fremtrædende, at man får måneansigt, hvis man bliver ved med at rette dem ud med restylane/fillers.

Er der en skønhedsrutine, du ikke vil gå glip af?

- Jeg har et "aften-must" og det er: Evt. make-up og mascara renses af HVER aften! Jeg sover ALDRIG med make-up på uanset omstændighederne, det giver bagslag med det samme. Derefter bruger jeg så md formulations, Daily Peel Pads som giver mig en let eksfolierende effekt og gør, at produktet jeg bruger over får bedre fat. Jeg sover med en fugtmaske som natcreme.

Hvilken anden kendt kvinde oser af skønhed?

- Min elskede veninde, sognepræst Kathrine Lilleør. Hun er SMUK fra top til tå og helt ind i hjertet. Hun er smuk, god, klog og sprudler af livsglæde. ▶



RIGMORS Skønhedsfif og MUST-haves...

EVIAN har lavet en fugtspray, jeg ikke kan leve uden. Det vigtigste for mig er en gennemfugtet hud.

Her om sommeren og sensommeren bruger jeg en SUPER gelecreme, som hedder **Roibos, Flash Repair, Baby face creamy**. Og den giver VIRKELIG babyface! Skøn konsistens som fugter og giver overfladen en lille, bitte smule farve, så man ser oplagt ud - uden at se ud som om, man har noget særligt på.

Derudover er jeg blevet SÅ GLAD for Charlotte Rachlins cremer, som er skønne, naturlige og samtidig virkelig effektive. Serien hedder **Organic Sense** og jeg bruger Age Defying Jasmine Skintonic, som er det rene blomsterbad for min hud. Firming Revitalising Facial Scrub er super til at skrubbe døde hudceller væk. Rejuvenating Rose Facial Serum trænger dybt ned i huden og fugter dybere og den fantastiske fugtighedscreme Rejuvenating Rose Facial Cream gennemfugter overfladen fuldstændig, så huden holder sig smidig dagen igennem.

Jeg dyrker yoga hver eneste dag. Jeg går hos David som har **Human Wellness** og er en fantastisk "personlig træner".

Faktisk har jeg skiftet alt andet sport ud med yoga og karate. Før dyrkede jeg flittigt både løb, tennis, pilates og aerobic, men med yoga og karate føler jeg, at jeg får den helt rigtige kombination af styrke, smidighed og at jeg får brugt min krop på den rigtige måde.

Derudover kan jeg varmt anbefale at tage på det holistiske Spa **Six Senses, Anantara, Naka Island** i Thailand. Her handler det om at slappet af, mediteret og dyrket yoga.

For Rigmor handler det om gennemfugtet hud. Prøv selv Evian facial spray. **70 kr.**



Se mere oplagt ud med Roibos, Flash Repair, Baby face creamy. **Købt i udlandet**



Rejuvenating Rose Facial Serum fra Organic Sense, trænger dybt ned i huden og fugter. **325 kr.**



Medex Transparent Collagen Mask, giver utrolig meget fugt, udstråling og efterlader huden blød og smidig. Kan bruges som natcreme. Helt fantastisk. **415 kr.**



md formulations daily peel pads. **499 kr.**



Renée Toft Simonsen var i gamle dage smuk på den 'rigtige' måde.



Kathrine Lilleør er i Rigmors øjne smuk på alle måder



Rigmor på det holistiske Spa i Thailand. Six Senses, Anantara, Naka Island. Her bliver slappet af, mediteret og dyrket yoga.



Få mere
at vide på
3817 9091



HAMLET COSMETIC

Træt af rynker ?

BEVAR DIT UNGDOMMELIGE "LOOK"

Botox og fillers er til dig, som ønsker at bevare et smukt ansigt. Dine rynker glattes ud, og hudens volumen og elasticitet genoprettes uden operation.

Hos Hamlet Cosmetic hjælper vores eksperter dig til et smukt og naturligt udseende. Vi forener mange års erfaring og viden med høj æstetik. Vores speciallæger sørger for, at behandlingen foregår i trygge og sikre rammer.



FØR BOTOX



EFTER BOTOX

HAMLET COSMETIC – DIN GARANTI FOR

- Et naturligt og smukt resultat
- Ekspertvurdering af specialister
- Høj sikkerhed
- Den bedste kvalitet
- Professionel rådgivning

Kontakt os uforpligtende på **3817 9091**
eller besøg os på www.hamlet.dk

PRIVATHOSPITALET
hamlet

– i sikre hænder

Frederiksberg • Søborg • Århus