

TIPS VAN DE VISAGISTE



**Weg met donkere
kringen en wallen**

© Daysee Poppy

1

Niets uit deze uitgave mag zonder toestemming van Daysee Poppy gedeeld worden met derden.

Mijn naam is Désirée en ik ben de trotse eigenaresse van Daysee Poppy.

Als allround make-up artist, hairstylist en schminker ben ik er om jouw mooiste momenten extra bijzonder te maken. Of het nu gaat om het stylen van een bruid, een feestelijke schmink voor een evenement, of het verzorgen van make-up workshops en make-overs – ik help je graag om je mooiste zelf te laten stralen!



Gevestigd in Zoetermeer, deel ik een prachtige studio met mijn man, John, die fotograaf is. Samen combineren we creativiteit en professionaliteit om jouw schoonheid en herinneringen vast te leggen. Kom langs in onze studio en ontdek wat wij voor je kunnen betekenen!

"Alle foto's met modellen in dit e-book zijn gemaakt door mijn man, John, waarmee ik een creatieve samenwerking deel. Samen brengen we schoonheid en momenten tot leven!"

© Daysee Poppy

2

Niets uit deze uitgave mag zonder toestemming van Daysee Poppy gedeeld worden met derden.

Weg met donkere kringen en wallen: Tips van de visagiste

DONKERE KRINGEN EN WALLEN ONDER JE OGEN KUNNEN JE EEN VERMOEIDE UITSTRALING GEVEN, MAAR GELUKKIG KUN JE ER VEEL AAN DOEN. IN DIT E-BOOK LEG IK UIT WAT DE OORZAKEN ZIJN, HOE JE ZE KUNT VERMINDEREN, EN GEEF IK HANDIGE MAKE-UP- EN VERZORGINGSTIPS. ZO ZIE JE ER FRIS EN STRALEND UIT!

Wat veroorzaakt donkere kringen en wallen?

- Veroudering: Met de jaren wordt het bindweefsel minder stevig, en de huid onder de ogen verslapt. Je lichaam produceert minder collageen, wat kan leiden tot wallen en donkere kringen.
- Dunne huid: De huid onder je ogen is dunner en doorzichtiger, waardoor bloedvaten sneller zichtbaar worden. Dit geldt vooral voor mensen met een lichte huid. Bij een donkere huid kan hyperpigmentatie een rol spelen.
- Vochtbalans: Een tekort aan hydratatie of juist een ophoping van vocht kan wallen veroorzaken.
- Leefstijl: Slechte eetgewoonten, weinig slaap, alcohol en cafeïne dragen bij aan een vermoeide uitstraling. Ook hormonale schommelingen, bijvoorbeeld tijdens de menstruatie, kunnen donkere kringen verergeren.
- Erfelijkheid: Soms is de oorzaak genetisch bepaald, en dan kun je de effecten alleen verminderen, maar niet volledig wegnemen.



Wat kun je doen?



1. Hydrateer en voed je huid

- Drink voldoende water: Minimaal 1,5 liter per dag om je huid van binnenuit te hydrateren. Vermijd te veel cafeïne en alcohol, want die drogen je lichaam uit.
- Eet gezond: Kies voedingsmiddelen rijk aan vitamines zoals B6, B12, C en K. Dit verbetert de huidkwaliteit en vermindert vermoeidheid. Vermijd zout, want dat kan vocht vasthouden.
- Gebruik collageensupplementen: Deze helpen de huid steviger en elastischer te maken.



2. Verzorg je huid van buitenaf

- Hydraterende crèmes en serums: Kies producten die speciaal ontwikkeld zijn voor de huid onder je ogen. Bewaar ze in de koelkast voor een verkoelend effect.
- Ontspanningsmaskers: Doe één keer per week een hydraterend oogmasker om de huid te verfrissen en wallen te verminderen.
- Bescherm je huid tegen de zon: Gebruik een zonnebrandcrème met een hoge factor om schade te voorkomen.

© Daysee Poppy



3. Snelle oplossingen

- Koel de huid: Gebruik koude komkommerschijfjes, een gekoelde lepel of een koud washandje. Dit vermindert zwelling direct.
- Aardappel als remedie: De enzymen in aardappelplakjes trekken vocht uit je wallen en verlichten donkere kringen.
- Massage: Masseer van je neus naar je jukbeenderen om vocht naar de lymfekanalen te sturen en de zwelling te verminderen.



4. Make-up als redder in nood

- Kleurcorrigerende concealer: Gebruik een concealer met een oranje of perzikkleurige ondertoon om blauwe of paarse kringen te neutraliseren.
- Highlighter en schaduw: Speel met licht en donker om optisch volume te creëren en schaduwen te verzachten.
- Tips voor camouflage: door make-up kan het accent ergens anders gelegd worden, bijvoorbeeld bij het bovenste ooglid. Gebruik oogschaduw, eyeliner en een highlighter. Ook goedgevormde wenkbrauwen trekken de aandacht naar de bovenkant van de ogen.



5. Ontspan en rust voldoende

- Slaap: Streef naar 7-8 uur slaap per nacht om je huid te laten herstellen. Te weinig slaap zorgt voor zichtbare vermoeidheid, maar te veel kan vochtophoping veroorzaken.
- Dagelijkse ontspanning: Neem tijd voor jezelf en geef je ogen rust. Een lichte oogmassage stimuleert de bloedsomloop en kan wallen en donkere kringen verminderen.



Donkere kringen rondom de ogen zijn niet hetzelfde als wallen. Als je een lichte huidtint hebt zie je onder je ogen, waar de huid erg dun is, de weerspiegeling van het bloed. Daarnaast kunnen wallen wel een schaduw op je gezicht veroorzaken.

De huid onder je ogen heeft minder talgklieren, waardoor ze kwetsbaarder is. Daarom is het belangrijk om haar met zorg te behandelen. Een gezonde leefstijl, de juiste verzorgingsproducten, en slimme make-uptechnieken kunnen een wereld van verschil maken. Veel van de genoemde producten, zoals, crèmes, collageensupplementen en kleurcorrigerende concealers, zijn bij mij verkrijgbaar.


Daysee Poppy



Désirée Smits-Romijn

 Email: info@dayseepoppy.nl

 Website: www.dayseepoppy.nl

 Mobiel: 06-37292295

 Adres: Prinsestraat 32, 2713 EN Zoetermeer

"Ik kijk ernaar uit om je te helpen stralen! Neem contact met me op voor een persoonlijk advies of een make-upworkshop."