



Hello you, sparkling, gorgeous free spirit!

6

Fashion

8

- ♥ Stijliconen 12
- ♥ Voorkom miskopen 16
- ♥ Modemantra's 18
- ♥ Ken je klassiekers 20
- ♥ Accessorize yourself 28
- ♥ Tassen 30
- ♥ Shop vintage 31

Beauty

38

- ♥ Wat heb ik altijd bij me 40
- ♥ Natural beauty hacks 46
- ♥ Party make-up 56
- ♥ Beautyfoods voor een stralende huid 62
- ♥ Beauty bath 62
- ♥ 6 do-it-yourself beautyrecepten 66

Dromen & succes

70

- ♥ Hoe bereik je je doel 78
- ♥ Mijn cirkel voor succes 91
- ♥ 6 opdrachten om het beste uit jezelf te halen 96

Stars & magic

100

- ♥ Snelcursus sterrenbeelden 106
- ♥ De maan 112
- ♥ De kracht van kruiden 111
- ♥ Essentiële olie 120
- ♥ Edelstenen 121
- ♥ Magie en het universum 128
- ♥ 4x krachtige magie 130
- ♥ Praktische natuurtips 132



Food

131

- ♥ Zo-word-je-vega(n) tips 142
- ♥ Mijn lievelingsrecepten 141
- ♥ 'Voor jezelf hosten' 162
- ♥ Tafelen met vrienden 166
- ♥ Partytaart 170

(Zelf)liefde

172

- ♥ Zelfliefde is... 176
- ♥ Geluk zoeken en vinden 180
- ♥ Van een ander houden 181
- ♥ Affirmaties 186
- ♥ A little bit of extra love 190

Dankwoord

192



Hello you, sparkling, gorgeous free spirit

Nee, dit is geen influencerboek. Ik ben niet het type voor perfecte foto's en beautytutorials. Maar ik hoop wel dat dit boek je gaat inspireren en zal inspireren om te zijn wie je wil zijn. Mijn leven is allesbehalve perfect en toch leef ik het leven waar ik altijd van droomde. En ik deel graag met jou hoe ik daar gekomen ben.

Ik ben geboren in Amsterdam, tegenover het Amstel Hotel. Mijn ouders woonden er voor een huurprijs waarmee je tegenwoordig alleen nog in een plantenbak zou kunnen wonen. Toen mijn moeder een geluidsallergie ontwikkelde – yep, dat bestaat echt – en wanhopig aan de hotelconciërge probeerde uit te leggen dat er toch echt een zoemend geluid uit het hotel kwam en dat het, ook al hoorde niemand het, precies haar slaapkamer binnendrong, besloot mijn vader dat het tijd was voor een *change*. Die *change* werd een rustige plek, met veel groen. In het Gooi. Ik heb daar vanaf mijn zesde gewoond, maar toch was ik er mijn hele middelbareschooltijd van overtuigd dat ik eigenlijk in het coole Amsterdam thuishoorde. Ik stelde me de stad voor als een soort *Sex and the City*,

waarin alle vrouwen op hakken rondrenden en waar je taxi's kon aanhouden op een manier, zoals ik dat in films zag.

Je begrijpt: het was nogal een verrassing toen ik in *the big city* aankwam, zonder enige clue. Van de praktische Amsterdamse *cool girl attitude* had ik nog nooit gehoord. Dus ging ik *naïve as can be*, op veel te hoge hakken waar ik nauwelijks op kon lopen en zéker niet kon fietsen, met *way too much* make-up, op zoek naar... tja, wat zocht ik eigenlijk? Foute vriendjes, manipulatieve vriendinnen en wonen in piepkleine kamers? Nee, dat was mijn droom zeker niet, maar daar kom je vaak op uit als je niet precies weet wat je wil. Dan komt er van alles op je af. Want geloof me, alle fouten die je in het leven zou kunnen maken, heb ik *full force* gemaakt. En maak ik uiteraard nog steeds. Daarbij liep ik niet in zeven sloten tegelijk, maar meteen in een hele rivier.

Toch durf ik nu te zeggen dat ik bepaalde dingen wél goed heb gedaan. Ik woon op mezelf aan de gracht in hartje centrum, mijn geld verdien ik met datgene waarvan iedereen vroeger altijd vroeg: 'Maar hoe ga je daar de rekeningen van betalen?' en ik ben omringd met oprechte en lieve mensen. Daarnaast speel ik in films, en – daar ben ik eigenlijk het meest trots op – heb ik mijn eigen tv-programma Jill op NPO Zapp. Met mijn Jill-producten- en boekenlijn, die inmiddels bestaat uit achttien delen, hoop ik creativiteit te stimuleren onder jonge kinderen en hun een wereld laten zien waarin alles mogelijk is.

Mijn motto is: *work hard, dream harder*. Je unieke zelf zijn in een wereld waarin iedereen hetzelfde ideaalplaatje nastreeft, is wat mij betreft het geheim van succes. En in dit handboek staan alle tools en levenslessen die je daarvoor moet kennen. Je kunt de persoon worden die je wilt zijn, want ook al ziet de rest van de wereld dat nog niet, het zit wel in je. En alleen jij kunt jezelf laten *shinen!*

Let's rock it
Jill



FASHION
FASHION
FASHION
FASHION
FASHION
FASHION
FASHION
FASHION
FASHION
FASHION



De juiste garderobe en de juiste instelling geven vrijheid, rust en power. En zeggen precies dat wat je wilt, zonder dat je er ook maar één woord voor nodig hebt. Maar hoe kom je daar precies?

Fashion

Sommige mensen hebben stijl van zichzelf en weten instinctief wat 'fashion' is. Ik behoor niet tot die categorie. Al sinds ik me kan herinneren heb ik een voorliefde voor alles wat glanst, nét iets te ordinair en uitbundig is. Denk een asymmetrisch, nepleren haltertop, gecombineerd met een blauw gestreepte broek, afgetopt met een corsage en sieraden. Heel veel sieraden. Als iets enigszins klassiek en elegant oogde, vertaalde ik dat in mijn tienerjaren al snel naar saai en basic. Tot wanhoop van mijn moeder, die samen met mijn vader en broertje wél tot de eerste categorie behoren. Met als resultaat de vakantiefoto's waar ik er als een opgedirkt circus bij zit, terwijl de rest van de familie elegant zit te wezen. *Note:* dit was geen vorm van protest, maar gewoon echt mijn smaak. Misschien komt het van mijn Weense oma, die als missie had haar enige kleindochter in zoveel mogelijk Sisi-achtige jurkjes en dirndles te hijsen. En is die voorliefde voor kitsch daardoor een beetje blijven hangen.

Maar goed, nu woon ik dus in Amsterdam, de *capital of casual cool*, en heb met veel – heel veel – vallen en opstaan geleerd

dat doseren eigenlijk best wel *boss* is. *Younger me* zou dit boek nu verveeld dichtklappen. Maar wacht! Er valt veel te winnen bij het ontdekken van wat je uitdraagt met je outfit. Want als ik nu terugkijk naar de vakantiefoto's van vroeger, denk ik: wilde ik als over the top en opvallend gezien worden? Nou, nee. Eigenlijk paste ingetogen en creatief veel beter bij me. Maar *wáárom* deed ik daar dan niets mee? Omdat ik toen nog niet besepte wat de kracht van de juiste outfit betekende. Ik koos lang kledingstukken uit, omdat ze in het oog sprongen, maar niet omdat ze mijn persoonlijkheid weerspiegelden. En dat is juist de truc: met kleding kun je in een oogopslag vertellen wie je bent of wilt zijn: *use that magic!*

Fashion = power

Inmiddels is mode daarom voor mij veel meer dan alleen het dragen van kleren. Het is ook je uitstraling, en uitstraling staat voor power van binnenuit. Kleding zit pas echt goed als jij je vanbinnen ook goed voelt. En ik geloof echt dat je door het 'dragen' van een look je eigen droompersonage kunt worden. Mijn favoriete voorbeeld hiervan is het moment dat ik in Los Angeles vier dagen achter elkaar het



beroemde Chateau Marmont – de hotspot voor *celebrities*, *big names* in de film-industrie en artistiekelingen – in liep, zonder reservering, zonder plan. Maar wel met de juiste look. De portier was er zo van overtuigd dat ik bij 'the cool people' binnen hoorde dat hij niet eens vragen stelde. Mijn andere modemoment om nooit te vergeten was op de rode loper van de première van *Frida* van het Nationale Ballet in februari 2020. Alles klopte aan mijn look: de jurk, de schoenen, mijn opgestoken haar. Maar wat het echt afmaakte, was een haarbandje met bloemen, last minute gescoord in een

winkel voor kerstversiering. Ineens wás ik Frida Kahlo! Soms zit de magie in een klein, simpel elementje. Zelfs Máxima, Nederlands' stilkoningin *herself*, gaf me er een compliment over. *Then you know it's the right look!*

Long story short: kleding en je attitude kan dus – ook letterlijk – deuren voor je openen. De juiste garderobe en de juiste instelling geven je vrijheid, rust en power en zeggen precies dat wat je wilt, zonder dat je er ook maar één woord voor nodig hebt. Maar hoe kom je daar precies? Dat ga ik je nu vertellen. ☺

Fashion mantra

Herhaal daarom deze modemantra's als je op je volgende shopmissie gaat – en ja, ze gelden ook als je online gaat winkelen:

1

'Ik ga niet op zoek naar wat ik nodig heb, ik ga op zoek naar kleding die past bij wie ik wil zijn.'

Welk leven wil je graag leiden en welke look past daarbij? Wees kritisch en durf te kiezen voor die look. Zo kun je ook makkelijker investeren in dat ene droom-item, omdat je weet dat je het echt gaat dragen.

2

'Als ik me ergens niet goed in voel, past het niet bij me.'

Het maakt niet uit of de verkoopster, je beste vriendin of wie dan ook zegt dat het je fantastisch staat: luister naar je intuïtie.



3

'Ik kan beter één kwalitatief goed kledingstuk kopen waar ik jaren mee doe, dan tien goedkope van mindere kwaliteit.'

En loop nu de Primark maar weer uit...



4

'Ik hoef niet alle klassiekers in één keer in mijn kast te hebben.'

Geef je garderobe de tijd om te groeien. Het is ook veel leuker om je eigen verzameling te zien ontstaan, zo heeft ieder item een eigen verhaal. ☺

Party make-up

56
BEAUTY

Toegegeven, ook op het gebied van beauty heeft het bij mij even geduurd voordat ik het concept van *less is (echt) more* helemaal begreep. Ik heb nog

steeds medelijden met de date waarbij ik met dikke strepen eyeliner en veel te veel lagen lipgloss aan kwam zetten. Mijn hele ooglid was zwart en de lipgloss zat aan het einde van de avond op m'n kin (en niet *for romantic reasons*). Make-up is geweldig om je beste *assets* mee te accentueren en met sommige simpele trucs kun je in een handomdraai je huid meer laten stralen of je ogen groter laten lijken. Maar de M van make-up staat wat mij betreft wel voor *Magic*, en niet voor *Moeten*. Zodra je look als een masker voelt, verliest het zijn functie. Daarom is dit mijn routine voor als ik een avondje uit ga.

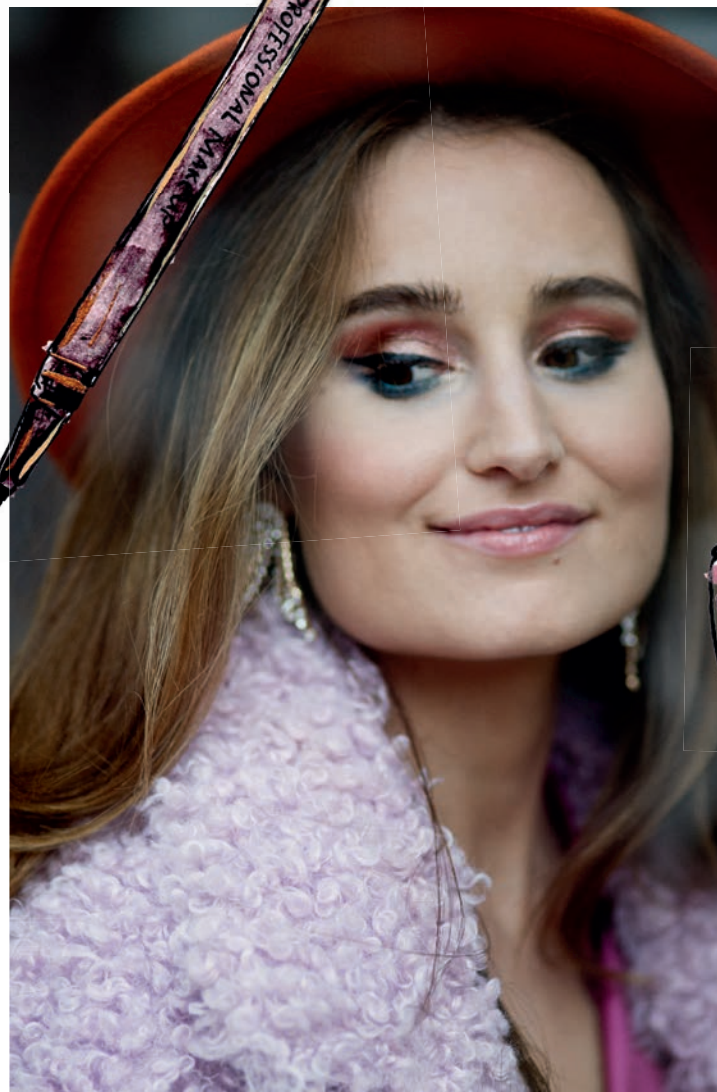


Tip 1:

Ik begin altijd met het aanbrengen van oogmake-up in plaats van mijn foundation. Dat scheelt enorm veel gedoe als ik per ongeluk uitschiet met mijn mascara of oogschaduw.

Tip 2:

Ik hou enorm van de *cat eye*. Het geeft mijn ogen een intense, mysterieuze en sexy blik en maakt ze groter. Het is de perfecte look voor een date, een tof feest of gewoon omdat ik er zin in heb. Breng zwarte eyeliner aan in je buitenste ooghoeken en swipe de wing naar boven. De wing blijft altijd moeilijk, maar door vaak te oefenen, gaat het je lukken.



Tip 3:

Old me zou voor glanzende oogschaduw gaan, *the bigger the better*. Maar inmiddels weet ik beter: een mat kleurtje doet veel meer voor je ogen. Je kunt ze er als het ware mee shapen en de vorm creëren die jij wilt. Ik gebruik glans om delen van mijn oog te highlighten. Voor een wat meer *edgy smokey eye* breng ik een dun laagje vaseline aan op mijn oogschaduw. Zo krijgen ze een sexy glanseffect.



Tip 4:

Als ik tijd heb verwarm ik mijn wimperkruller voor ik hem gebruik met een föhn, hierdoor blijft de krul er uiteindelijk beter in zitten.

Tip 5:

De *triangle-concealer*truc is ideaal als ik niet goed heb geslapen. Zo werkt het: breng concealer in een omgekeerde driehoek onder je ogen aan. Het geeft je gezicht een instant lift, waardoor je blik veel frisser oogt. Vergeet niet ook een beetje aan te brengen in de hoekjes van je ogen. →

57
BEAUTY