

‘Wij
gaan
voor

**Het kan best even een stap
zijn, stoppen met je haar
verven en je grijze lokken laten
zien. Drie lezeressen en twee
deskundigen vertellen erover.**

Tekst: Marjolein van Rest. Fotografie: Petra Hoogerbrug.
Styling: Karin van der Knoop. Visagie: Astrid Timmer.



'NIEMAND WIL TERUG NAAR HAAR OUDE KLEUR'

Journaliste Wies Verbeek (56) schrijft op haar website blow.nl ('n Beetje Leuk Ouder Worden') geregeld over grijs worden. Vorig jaar maakte ze de documentaire *De reis naar grijs*, waarvoor ze diverse onderzoeken deed om te kijken hoe er in Nederland over grijs haar wordt gedacht.

Wat viel je op?

"Wat ik zo opmerkelijk vind, is dat iedereen die grijs is, heel enthousiast is. Niemand wil terug naar haar oude kleur. Het doet iets met ze, alsof ze weer zichzelf zijn na jaren verven. Bovendien bleek dat mensen met grijs haar wel iets ouder lijken, maar niet zo veel ouder dan ze daadwerkelijk zijn. Gemiddeld maar drie jaar."

Is er een verschil tussen hoe mensen vroeger en nu tegen grijs haar aankijken?

"Vroeger was je met zestig ouder dan je nu bent. Er werd wel gezegd dat grijze haren als graf-takken waren; je liep tegen het eind van je leven als je grijs was. Dat is nu heel anders. Met grijs haar kun je nog een heel vlotte vrouw zijn. Als het je niet meer uitmaakt hoe je eruitziet, ja, dan ga je er vaak ouder uitzien als je grijs bent. Maar is het een bewuste keuze en verzorg je jezelf goed, dan ga je stralen en zie je er ook met grijs haar heel aantrekkelijk uit." ►



Armande: "In 2002. Rood!"

Armande Mateboer (56):

"Ik was het verven zat. Elke zes weken zat ik uren bij de kapper om mijn haren bij te laten kleuren, het kostte me veel tijd en geld. Tien jaar geleden was het opeens genoeg. Het voelde alsof ik steeds gif op mijn hoofd deed en dat wilde ik niet meer. Al op mijn 21ste had ik wat grijze lokjes. Ik heb mijn haar vanaf toen eigenlijk altijd geverfd. Alleen toen ik een jaar of 34 was heb ik het even laten uitgroeien, maar toen werd het een beetje peper en zout, zo'n nietszeggende saaie kleur. Ik heb het vrij snel weer laten verven. Tot tien jaar terug dus. Bij mijn moeder had ik gezien dat ze heel mooi grijs werd en

bij mij kwam er bijna wit haar tevoorschijn, met een donkere onderlaag. Ik krijg heel veel leuke reacties. Familie, vrienden en zelfs vreemden vinden mijn haar prachtig en willen ook mijn kleur. Ik doe er eigenlijk niets bijzonders mee, ik heb van nature makkelijk haar. Ik heb een vriendin die vroeger kapster was en mijn haar om de zoveel tijd goed knipt. Verder gebruik ik twee keer per week wat zilvershampoo. Niet te veel, anders krijg je zo'n lila waas. Ik word een stuk jonger geschat dan ik ben, terwijl ik grijs ben. Mijn gezicht oogt jonger dan mijn haar doet vermoeden."

Blouse (Yoek).

'Familie, vrienden en zelfs
vreemden vinden mijn
haar prachtig en
willen ook mijn kleur'







Sumi: "Dit was twee maanden voor mijn hartinfarct, in 2018. Ik ben bij een kleine tempel op Bali, vlak bij Ubud. Ik was net gezegend door een priesteres, heb de rijstkorrels nog op mijn voorhoofd. In Indonesië voel ik mij op mijn best."

Sumi Kasiyo (47):

"Op 25 januari 2020 heb ik mijn haar voor het laatst geverfd, ik weet de datum nog precies. In december 2018 heb ik een hartinfarct gehad en als gevolg daarvan nog steeds last van mijn lijf. Deze ervaring heeft geholpen in de beslissing; ik ging meer naar binnen en wilde ook mijn haar zijn natuurlijke kleur laten hebben. Ik wilde gezonde haren en geen verf meer. Ik vond het aan de ene kant stoer om grijs te worden, maar was er aan de andere kant ook onzeker over. Mijn partner vond het mooi, vond dat het goed bij mij paste en moedigde mij aan het te doen. De uitgroei-

periode was lastig, maar er was een lockdown, dus dan zie je minder mensen. Ik heb het wel op Facebook gezet en daar kreeg ik heel goede reacties op.

Na bijna een jaar uitgroeien heb ik mijn lange haar kort laten knippen en nu ziet het er supermooi uit. Het is een combinatie van zwart en grijs haar. Wat ik bespaar aan geld voor verf geef ik nu uit aan een goede kapper. Dat werkt versterkend, mijn grijze haar komt nog beter tot zijn recht. Ik ben er heel blij mee, ik vind het niet zo erg om ouder te worden, ik heb ervaren dat het leven zo over kan zijn."

Kleding (privébezit).

**'Wat ik bespaar
aan geld voor verf
geef ik nu uit
aan een goede kapper'**

Dachten mannen en vrouwen verschillend over grijs worden?

"Ja, voor de meeste mannen maakte het niets uit. Zelf grijs worden of een vrouw met grijs haar, ze vonden het allebei prima. Voor de meeste vrouwen lag dat anders. Die wilden toch liever geen grijs haar."

Grijs haar is hip, ook jonge meiden zie je met grijs geverfd haar lopen. Heeft dit een blijvende invloed op hoe we naar grijze vrouwen kijken?

"Ik werd enthousiast van al die leuke grijze vrouwen die ik voor mijn onderzoek sprak. Het heeft, denk ik, ook met de vrouwenemancipatie te maken en met durven zijn wie je bent. Ik hoop dat het een beweging is die blijft. En dat meer vrouwen denken: zo erg is het niet, dit ga ik ook doen, als ze al die mooie voorbeelden zien."

'JE HAAR GRIJS LATEN HEEFT OOK MET EMANCIPATIE TE MAKEN'

Voor het onderzoek fotoshopte je je blonde haar grijs en zette de foto op een datingsite. Wat was het resultaat?

"Ik kreeg heel positieve reacties. Op mijn gefotoshopte foto zelfs meer dan op mijn echte foto!" ►

GRIJS GEBIED

De bekende 50/50/50-regel voor grijs haar, die stelt dat 50% van de bevolking minstens 50% grijs haar heeft tegen de tijd dat ze 50 jaar oud zijn, behoeft enige nuancering. Een aantal Britse dermatologen heeft deze bewering tegen het licht gehouden en het ligt toch iets anders. Driekwart van de mensen is tegen de tijd dat ze 65 zijn min of meer grijs, waarbij mannen eerder grijs worden dan vrouwen en mensen van Aziatische en Afrikaanse afkomst langer hun originele kleur houden dan mensen van Europese origine. Maar gemiddeld is nog geen kwart op hun vijftigste grijzend.

'IK WERD
ENTHOUSIAST
VAN AL DIE
LEUKE GRIJZE
VROUWEN'

52%

HOEWEL IETS MEER DAN DE
HELFT VAN DE RESPONDENTEN
DENKT DAT VROUWEN MET GRIJS
HAAR MINDER AANTREKKELIJK
WORDEN GEVONDEN, VINDT
EENZELFDE PERCENTAGE (52%)
GRIJSGELOKTE VROUWEN TOCH
ECHT 'ELEGANT'.

Bron: *Grijze haren*, onderzoek
door Wies Verbeek.



Loes: "Ik heb alle
kleuren gehad,
vroeger had ik
bijna zwart haar."

Loes van der Feen (59):

"Er zijn mensen die € 100 betalen om mijn haarkleur te krijgen terwijl ik hem gewoon van mezelf heb. Vroeger had ik bijna zwart haar, rond mijn twintigste kreeg ik al een aantal grijze haren en begon ik mijn haar te verven. Ik had het verwacht, want mijn vader werd ook vroeg grijs. Alle kleuren heb ik gehad, maar op een gegeven moment was het grijs niet meer weg te verven. Ik ga toch eens kijken hoe grijs ik ben, dacht ik en liet mijn haar uitgroeien. Het bleek meer grijs dan wit. Ik vond het geen mooie kleur en ben het maar weer gaan blonderen. Vijf, zes jaar

geleden moest ik de grijze landingsbaan op mijn hoofd om de twee weken laten bijwerken. Dan zat ik vier uur bij de kapper en pakte de verf nóg niet goed. Ik ben zelfs bij een haarverfdeskundige geweest, maar het was geen doen meer. Ik heb het kort laten knippen en de natuur zijn gang laten gaan en er kwam dit keer heel mooi wit haar tevoorschijn. Ik vind het geweldig! Vrouwen vragen me vaak waar ik het heb laten verven en willen ook zo grijs worden. Ik vind niet dat ik er ouder uitzie met dit haar. Ik ben van nature spontaan en energiek, dat scheelt ook."

Jurk (Mango via Wehkamp).

'Ik moest de grijze
landingsbaan op mijn hoofd
om de twee weken
laten bijwerken'



Kimm Koffijberg (43) is eigenares van Koffijberg Hairdressers.

“Het leuke van grijs is dat het bij iedereen anders is. Je ziet het op straat, op *Instagram*, het is veel meer zichtbaar. Als een vrouw bij ons komt omdat ze haar eigen, grijze haarkleur wil, dan doen we dat geleidelijk. Afhankelijk van hoe grijs ze is en hoe de kwaliteit van haar haar is na jarenlang verven, maken we een stappenplan, waarbij ze van geheel geverfd naar mooi grijs gaat.”

KIMMS TIPS VOOR EEN MOOIE BOS GRIJS HAAR

- **ZORG VOOR EEN GOEDE COUPE**

“Grijs haar kan wat droger en weerbarstiger zijn. Met een goed geknipte coupe kan er niet zo veel meer misgaan.”

- **GEBRUIK GOEDE VERZORGINGS-PRODUCTEN**

“Die zijn wel wat duurder, maar je hebt er minder van nodig. Zie het als een investering in jezelf.”

- **GA NIET VOOR EGAAL GRIJS**

“Houd het speels en in verschillende tinten grijs. Maak het speciaal.”



Hoe nu verder?

Je hebt de stap gemaakt. Je hebt een fiere bos grijs haar. Tijd om de blik wat lager te laten zakken. Passen je make-up en garderobe nog bij je nieuwe kleur?

- Met grijs haar kan je gezicht wel wat meer kleur gebruiken. Een lekkere knalkleur op je lippen en een goed-gekozen blush op je wangen maken het plaatje compleet.
- Wat poeder op je foundation hoorde

wellicht jarenlang bij je ochtend-routine, maar met een grijze of witte coupe kan dat opeens was bleekjes ogen. Kies je foundation zorgvuldig en poeder met mate.

- Vergeet ook je ogen niet. Zet ze stevig aan met een lekker vette mascara. Als zwart te hard wordt, ga dan voor bruin. Ook een zwarte eyeliner kan nu wat te veel zijn, natuurlijke aardetinten maken je blik sprekender.

- Niet alleen je hoofdhaar verliest zijn oude kleur, ook je wenkbrauwen worden lichter en dunner. Kleur ze gerust wat donkerder. De beste kleur is de donkerste tint in je haar. Je kunt ze donkerder maken met een wenkbrauwpotlood of een wenkbrauwgel die wel de haartjes kleurt, maar niet de huid. Een schoonheidsspecialiste kan ze ook voor je verven.



**'VAN ROKEN WORD
JE GRIJS'** IS GEEN
FABELTJE. ROKEN
REMT DE
PRODUCTIE VAN
MELANINE,
WAARDOOR JE
HAREN HUN KLEUR
VERLIEZEN EN
VOORTIJDIG GRIJS
WORDEN.

630%

VAN DE VROUWEN VERFT HAAR GRIJZE
HAAR, EEN SCHAMELE 4% VAN DE
MANNEN KLEURT ZIJN GRIJZE LOKKEN.
ZE DOEN DIT VOORAL OM JONGER TE
LIJKEN. OPMERKELIJK GENOEG GEEFT
44% VAN DE ONDERVRAAGDEN ZONDER
GRIJZE HAREN AAN ZIJN OF HAAR
HAREN NIET TE GAAN VERVEN, MOCHT
DE EERSTE GRIJZE HAAR ZICH
AANDIENEN. 30% ZEGT DIT WEL
TE GAAN DOEN.

Bron: *Grijze haren*, onderzoek door
Wies Verbeek.

SHOCKEFFECT

Extreme stress kan in uitzonderlijke
gevallen zorgen voor een plotselinge
grijze of witte bos haar. Dit effect staat
bekend als het Marie Antoinette
Syndroom. Het haar van de Franse
koningin, echtgenote van Lodewijk de
16de ten tijde van de Franse Revolutie,
werd naar verluidt in één nacht grijs
toen duidelijk werd dat ze onder de
guillotine zou sterven.

Lesje biologie

DE HAREN OP ONS HOOFD GROEIEN IN HAARZAKJES OF HAARFOLLIKELS DIE IN
DE HOOFDHUID ZITTEN. IN DIE HAARFOLLIKELS WORDT PIGMENT AANGEMAAKT.
DIT ZORGT ERVOOR DAT JE BRUINE, ZWARTE, BLONDE OF RODE HAREN KRIJGT.
HET AANTAL CELLEN IN DE HAARFOLLIKELS DAT PIGMENT AANMAAKT,
WORDT MINDER NAARMATE JE OUDER WORDT. ALS ALLE PIGMENT OP IS,
WORDT JE HAAR WIT.