

## Lisbeths skønhedstips:

"Jeg er en stor fan af altid at rense makeuppen af. Når jeg kommer hjem fra job (på *Go' Morgen Danmark*, red.), og jeg ikke skal noget, renser jeg det hele af med det samme. Det er utrolig sjældent, at jeg går i seng uden at have rensset min hud."

**Mandelolie** er et allround-skønhedsprodukt, som jeg bruger på neglebånd. NIMUES produkter er jeg ret vild med, især deres **Purifier**, som er en rensende dag- eller natcreme.

Jeg elsker også **Soothe Face Serum** fra KARMAMEJU. Den gør min hud dejlig blød. Faktisk bruger jeg den under Purifieren fra Nimue.

Min hårolie fra MORROCANOIL gør underværker for mit hår.

Og så går jeg en gang om måneden på klinikken BODYLOUNGE i København for at få massage.

Måske derfor er det også de mere klassiske stilfulde ikoner frem for de sprælske figurer, som Lisbeth Østergaard beundrer.

**SIENNA MILLER** er jo gudesmuk og har en skøn tøjstil. Selv om hun kommer i et par Lee jeans, en hvid t-shirt og et par Ugg støvler, ligner hun en million. En anden, der simpelthen er så smuk, er **BEYONCE**. Hun har en helt særlig glød," siger hun.

### Om kost og motion:

Lisbeth Østergaard er ikke fanatisk omkring sin kost – lige med undtagelse af fiskeolien, som er fast på repertoiret.

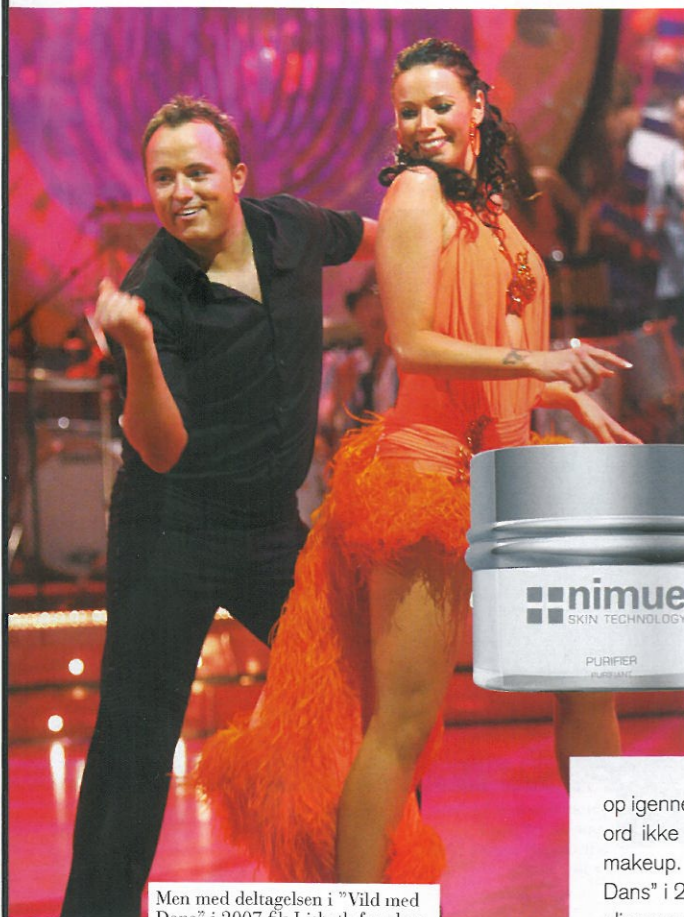
"Jeg spiser, hvad der passer mig, men der er fordi, jeg ikke er på kur. Det er sjældent jeg spiser pasta, ris og kartofler, men jeg elsker brød. Når jeg går i kantinen, har jeg mere lyst til salatbaren end ris og alt det hvide, så på den måde er min mad automatisk rimelig sund," siger hun og tilføjer grinende:

"Det slemme er det, jeg spiser indimellem maden, nemlig slik og chokolade."

Hvad angår motion, er der til gengæld noget helt særligt, som hun sværger til. Reformertræning er et forholdsvist nyt træningskoncept i Danmark, hvor man træner på såkaldte reformerbænke. Træningen er baseret på pilates træning og træner via en maskine mange af de samme muskler.

"Jeg går i Reformer studiet Energii i København tre gange om ugen, og det er noget, som jeg er helt vildt glad for. **Jeg elsker det!**"

Læs mere på [www.energii.dk](http://www.energii.dk)



Men med deltagelsen i "Vild med Dans" i 2007 fik Lisbeth for alvor øjnene op for glimmer, stiletter, kjoler og pynt.



op igennem ungdommen var hun med egne ord ikke særlig ladylike på nær en kraftig makeup. Men med deltagelsen i "Vild med Dans" i 2007 fik hun for alvor øjnene op for glimmer, stiletter, kjoler og pynt.

"Jeg har altid gået med makeup – især som teenager – men det er først inden for de seneste fem år, jeg er begyndt at gå med hæle. Før det gik jeg altid med sneakers og hængerøvs Levi's. Nu har jeg fundet et leje, hvor jeg har lige mange høje og flade sko," siger hun.

Da tatoveringsinteressen tog fart, var Lisbeth Østergaard ikke interesseret i smykker. Alt, hvad hun havde, var i plastic, og derfor var kropsudsmykningen en slags erstatning for smykkerne. Stjernen på fingeren, sløjfen på håndledet og stjernen i øret var hendes personlige smykker. Siden er interessen for guld, sølv og juveler kommet op til overfladen og skønhedsinteressen vokset.

### Har du grundlæggende et pyntegen?

"Det har jeg nok haft, men jo ældre jeg bliver, bliver jeg større og større tilhænger af det klassiske. Da jeg var yngre, syntes jeg, at det klassiske var røvssyg – jeg ejede for eksempel ikke et stykke sort tøj. I dag synes jeg, at det er elegant," siger hun og tilføjer grinende, at hvor øjenskyggerne for ti år siden var blå og grønne, er de i dag karamel og brun.

fedtsyrer, jeg skal vælge, og om der er nok af de gode olier i, frekventerer jeg ham."

**Olier både indeni og udenpå er i det hele taget hendes allervigtigste skønhedsrutine.**

"Jeg er en rigtig oliepig. Fiskeolie er så godt for huden og kroppen generelt og er med til at hindre for eksempel ledsmerter. Mandelolie kommer jeg på mine neglebånd, og jeg har en særlig olie, som jeg bruger i håret og på kroppen. Olie er et mirakelmiddel for blødt hår og fugtig hud," fortæller hun.

Når man har et job som morgenvært på tv, kan man heldigvis vælte ud af sengen, herefter badet og derefter sætte sig i makeupstolen og komme til at se fantastisk ud. Men det gør til gengæld også, at Lisbeth Østergaard i fritiden gerne vil tage en "slapper".

"Jeg kan sagtens handle uden makeup, og hvis jeg skal noget, er det tit uden andet end pudder og mascara," siger hun.

Hvor tatoveringerne repræsenterer den farverige del af Lisbeth Østergaard, har hendes øvrige stil i dag bevæget sig væk fra det farverige stilunivers. Som teenager og

