

Check-in

Door Karin Kuijpers · Beeld: Rob Ursem



FRANCA VAN DER SMIT (34)

Is: cosmetisch en orthomoleculair arts. Eigenaar van antiagingkliniek Refleqt. Van der Smit studeerde geneeskunde aan de Vrije Universiteit van Amsterdam en woont en werkt in Haarlem. Bezocht 25 landen, waarvan Pulau Weh, een onontdekt eiland in Indonesië, het bijzonderst was.

Kijken: 'Onderweg kijk ik naar webinars en docu's over gezondheid, business en zelfontwikkeling. Ik mediteer met Binaural beats en volg online trainingen van American Anti-Aging Academy.'

Lezen: 'Alles over gezondheid en anti-aging. Ik lees nu in "Radical Remission", van dr. Kelly A. Turner, over spontane genezing van kanker.'

Luisteren: 'De luisterboeken van Blinkist, een app waarmee je samenvattingen van boeken kunt lezen en beluisteren.'



BESTEMMING: NEW YORK

'Fietsend door New York zie je twee keer zoveel. En echte "dutchies" fietsen natuurlijk. Eten en uitgaan doe ik bij Beauty & Essex, aan de Lower East Side. Voor de vis ga ik naar Catch.'

'Mijn Revolut-creditcard heeft betere wisselkoersen en via de app ben ik beschermd tegen skimmers.'



'Alka maakt water meer basisch in plaats van zuur. Basisch water is gezonder en heeft een pH van minimaal 8,5. Kraanwater ligt rond de 7.'



'Heerlijk om mijn oren rust te geven met de noise cancelling Bose Over-Ear QuietComfort 35 II en me echt te kunnen concentreren op een boek.'

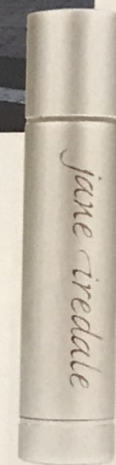
'Vaste metgezel: mijn Rimowa Topas Stealth Multiwheel 78 Electronic Tag Black: simpel, zwart en stylish.'



'Met Chanel No 5 voel ik me een succesvolle businessbabe.'



'Tijdens het vliegen kan er schadelijke stress in je lichaam ontstaan. Het antioxidant glutathione helpt die te verminderen.'



'De lipbalm van Jane Iredale heeft een minerale spf, die dus niet schadelijk is voor je lichaam, zoals zoveel make-up en huidproducten.'

