

Equilibrio forse è proprio la parola che meglio definisce **Anna Falchi**, classe '72. Un equilibrio che si esprime fin dalla sua bellezza, nata dall'incrocio di due anime, quella più algida e nord-europea e quella più calda e mediterranea: Anna è infatti nata a Tampere da madre finlandese e padre italiano e si è trasferita nello stivale all'età di sei anni.

L'anno chiave è quel 1989 in cui si fece notare con un secondo posto a **Miss Italia**, per poi affermarsi come attrice e modella nella prima metà degli anni '90, collaborando con nomi del calibro di Rupert Everett, Diego Abatantuono, Federico Fellini e Paolo Villaggio e trovando la consacrazione nel 1995 con la conduzione del Festival di Sanremo a fianco di Pippo Baudo e Claudia Koll. Passando anche per il ruolo di sex symbol con i numerosi calendari per cui ha posato.

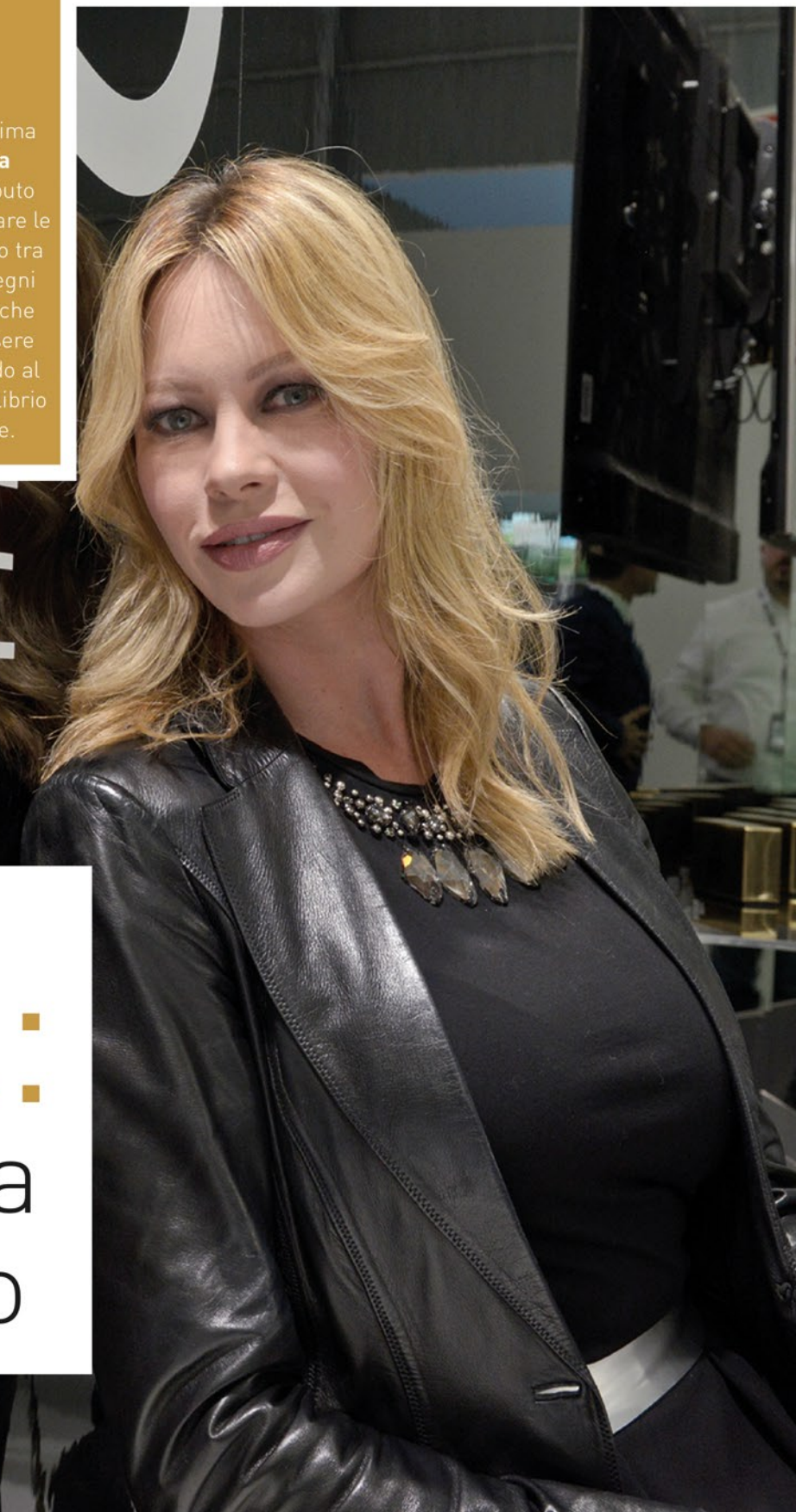
Esordì giovanissima con **Miss Italia 1989**, ma ha saputo continuare a calcare le scene, ritagliando tra i tantissimi impegni professionali anche il tempo per essere mamma. Tenendo al primo posto equilibrio e moderazione.

# ANNA:

## la bellezza sta nell'equilibrio

a cura della redazione

Foto: Eriberto Mazza



Dal 2000 in poi **Anna Falchi** ha saputo reinventarsi come donna in carriera: produttrice cinematografica, critica, direttrice artistica e conduttrice radiofonica e televisiva. Un mare di impegni in cui si è ritagliata spazio per la maternità, con la nascita della figlia Alyssa nel 2010.

L'abbiamo incontrata nella cornice della fiera internazionale dell'estetica



professionale **Cosmoprof Worldwide Bologna**, dove è stata **brand ambassador della linea di filler fai-da-te all'acido ialuronico B-SELFIE** per la presentazione dei nuovi prodotti anti-age.

**Da sex symbol degli anni '90 a supermamma. Com'è cambiata Anna in questi ultimi trent'anni?**

Com'è invecchiata, ahimè, mi vien da dire questo! Quando mi hai ricordato l'anno 1989 mi sono chiesta: "Cos'è successo nell'89?". Ebbene sì, ho cominciato a calcare le scene da giovanissima. A parte il tempo che passa, devo dire che la cosa piacevole è la consapevolezza di essere ancora una donna che lavora, una donna realizzata che nel frattempo è diventata anche mamma e che ci tiene ancora molto a prendersi cura di sé stessa. Questo è un aspetto che comunque fa parte del mio lavoro, ed è per questo che mi trovo qua!

**45 anni, mamma di una meravigliosa bimba e una moltitudine di impegni professionali. Come affronta il passare degli anni? Con positività o timore?**

Sicuramente con positività. Il mio progetto di vita è quello di crescere al meglio i miei

figli. Mia figlia Alyssa è ancora piccola, e io mi sento piena di energia, con tanta voglia di portarla per mano verso il suo percorso di vita, fino a quando deciderà cosa vorrà essere da adulta. Quindi sì, affronto la vita con grande positività, sempre!

**Lei è stata madrina della Lazio e nel corso delle sue interviste ha sempre espresso una grande passione per lo sport. Qual è il suo rapporto con l'attività fisica?**  
(ride) Passiamo alla prossima domanda!

**Un buon equilibrio psicofisico, nella vita di una donna impegnata come lei, richiede anche un sano tenore alimentare. Lei ha un regime tipo?**

La mia regola è quella di mangiare un po' di tutto: sono convinta che l'organismo, per reagire bene, abbia bisogno di ricevere tanti input. Quindi cerco di mangiare anche delle cose che normalmente non mangerei, proprio per mantenere il metabolismo stimolato. Secondo me è quello il trucco: non occorre privarsi di nulla, ma bisogna saper prendere tutto con moderazione.

**La qualità più che la quantità, quindi...**

Sì, è quello l'importante. E, altra cosa importantissima, cercare di cucinare il più possibile a casa. Ci tengo a dirlo in prima persona, dato che sto per iniziare una nuova avventura culinaria su Telenorba che mi vedrà protagonista in cucina con il programma Anna e i suoi fornelli. Sarò io ad andare a far la spesa, a scegliere i prodotti e a cucinarli in casa.

**Per Anna bellezza è sinonimo di...**

Oggi come oggi di prevenzione, di cura quotidiana per mantenersi nel miglior modo possibile. Io, poi, sono contraria all'invasività.

**Cosa intende?**

Alcuni trattamenti, per esempio di chirurgia estetica, sono troppo aggressivi e possono trasformare la donna. Per fortuna la medicina estetica ha fatto dei passi in avanti incredibili, investendo molto in ricerca, e ha creato buonissimi prodotti non invasivi. Per esempio si può usare l'acido ialuronico senza necessariamente iniettarlo, come

nel caso di B-SELFIE, che ha creato prodotti per il contorno occhi, le labbra, le rughe di chi fuma o ha un'espressività particolarmente eccessiva.

**Qual è la sua routine?**

Io mi curo anche durante la notte, con una buonissima pulizia e con il prodotto giusto, come questi filler fai-da-te. I risultati si vedono la mattina dopo, ma soprattutto nel tempo: l'importante è avere costanza.

**Bellezza acqua e sapone: si riconosce in questa definizione?**

Sì, sì, sicuramente! Mi considero una bellezza finlandese, ma con il cuore italiano, e sono una donna a cui piace molto stare "al naturale". Sono convinta che perché una donna sia bella bastino anche pochissimi accorgimenti.

**Quali sono gli accorgimenti di Anna?**

Per quanto mi riguarda, io sono una che non esce mai senza una buona base: un po' di rimmel, un po' di lucidalabbra... e anche un po' di fard, va benissimo per dare un po' di colore visto che sono bianca cadaverica! Poi ogni tanto, per le grandi serate e i grandi eventi, è anche bello giocare un po' con il trucco.