



Fra usikker til stilsikker: 5 trin til en mere lækker tøjstil til alle

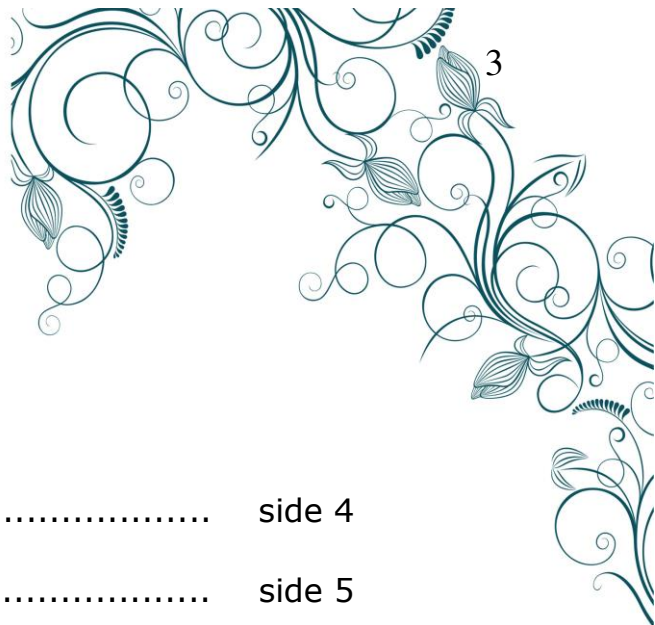


3. udgave 2020

Denne e-bog må ikke sælges, distribueres eller kopieres uden forudgående aftale.

DIN GUIDE TIL DEN GODE FØLELSE

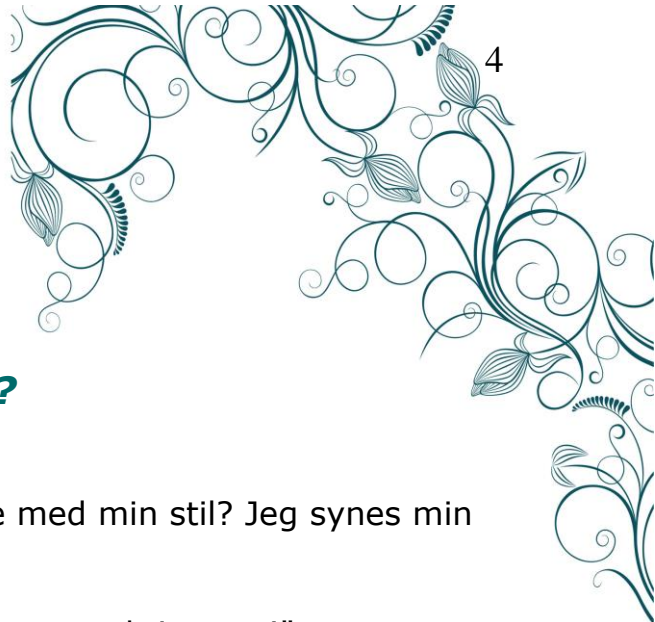




Indhold:

Hvorfor egentlig arbejde med din stil?.....	side 4
Fra usikker til stilsikker - min egen historie.....	side 5
Hvad forhindrer dig i at få en mere lækker tøjstil?.....	side 10
Sådan får du selvtillid og udstråling med tøj og tilbehør.....	side 15
1. trin: Find din stilkerner.....	side 17
2. trin: Få overblik over din garderobe.....	side 23
3. trin: Shop med en plan.....	side 29
4. trin: Klæd dig efter din kropstype.....	side 33
5. trin: Sæt kant til din stil.....	side 42
Start din forandring NU!.....	side 48
Vil du videre med din stil?.....	side 51
Tillæg: De 6 stilkerner.....	side 53-58
Tillæg: Den perfekte basisgarderobe.....	side 59

"De 6 stilkerner" og "De 6 metoder til kant" er udviklet af Stylewise
v/ Tini Owild.



Hvorfor egentlig arbejde med din stil?

Du spørger måske: "Hvorfor overhovedet arbejde med min stil? Jeg synes min stil er ok, det går da meget godt."

Til dét spørgsmål kan jeg kun sige: "Der er så meget godt i vente!"

Uanset om du synes, at du har en ok stil, eller om du synes, at du skal kæmpe urimeligt meget med tøjkriser, stil stress og fejkøb, vil du opdage, at når du arbejder med din stil, fører det utroligt mange andre, positive ting med sig.

Du vil opleve, at fordi du kender din stil, véd hvad der klæder dig, og hvordan du sætter kant til din stil, får du en meget større selvtillid.

Dine venner og familie vil bemærke, hvordan din udstråling ændrer sig.

Du vil få (flere) komplimenter, fordi du både SER godt ud og FØLER dig godt tilpas.

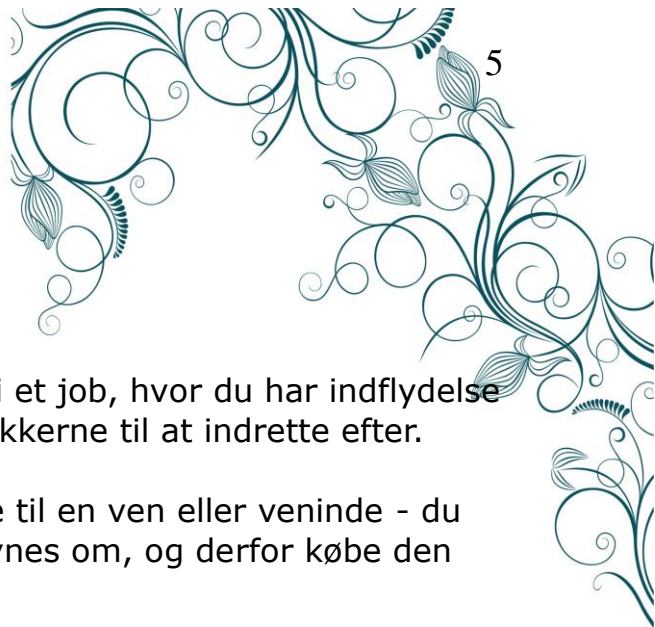
Du vil også opleve, at hverdagen bliver meget nemmere, fordi du ikke længere skal spille din energi på at lede garderoben igennem for at finde netop dét stykke tøj, du véd klæder dig.

Det var de direkte effekter af at arbejde med din stil!

Brug det til meget andet

I tillæg vil du opdage, at de teknikker, du lærer om stilkernerne og metoderne til kant kan bruges i mange andre sammenhænge.

Du kan f.eks. bruge det, når du indretter dit hjem. Du vil blive i stand til at rydde op og skabe overblik på en helt ny måde. Du vil vide præcis, hvad der skal til for at du føler dig godt tilpas i et rum. Og du vil vide, hvor lidt der skal til, for at give rummet udstråling.



Hvis du er selvstændig, eller på anden måde er i et job, hvor du har indflydelse på indretningen af lokalerne, kan du bruge teknikkerne til at indrette efter.

Du kan også bruge det, når du skal give en gave til en ven eller veninde - du kan hurtigt afkode, hvilken stil vedkommende synes om, og derfor købe den perfekte gave.

Dit syn på butikker vil også ændre sig: Du vil lynhurtigt kunne se, om en bestemt butik overhovedet tilbyder noget, der tiltaler dig.

Kort sagt: Når du begynder at arbejde med din stil, påvirker det dig selv og dit syn på dine omgivelser på en helt ny måde.

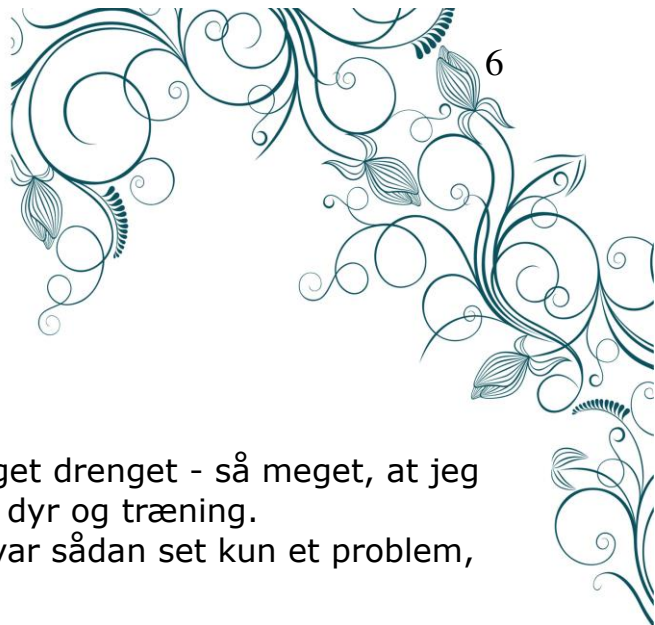
Verden bliver aldrig den samme igen.

Kunne du tænke dig at vide mere om, hvad mine kunder har brugt deres nye viden til? Så kan du finde deres beskrivelser her: [Kunde feedback](#).

Fra usikker til stilsikker - min egen historie

Jeg er kvinde, født 1971. Jeg bor på et nedlagt landbrug lidt uden for Skælskør, med naturen lige ud for hoveddøren. Siden 1999 har jeg været så heldig at være gift med min soulmate.

Sammen har vi været igennem mange ting, haft mange oplevelser, op- og nedture osv. Men det har bare betydet, at vi er kommet tættere på hinanden.



Mig - sportskvinde uden tøjstil

Siden jeg var lille er jeg blevet opfattet som meget drenget - så meget, at jeg også selv troede på det. Mine værdier var natur, dyr og træning. Mit udseende gik jeg ikke særligt op i, men det var sådan set kun et problem, når jeg skulle til fødselsdag eller lignende.



Billedet: Mig i 2011, efter vægttab, men før jeg begyndte min forandring. Min stil var jeans/shorts, bomulds t-shirt, fleece trøje og trænings sko. Jeg brugte ikke makeup, og stort set aldrig smykker, tasker eller andet tilbehør. Det var der sådan set ikke noget galt i, men jeg følte mig ikke så godt tilpas, og jeg følte mig helt klart ikke særligt feminin.

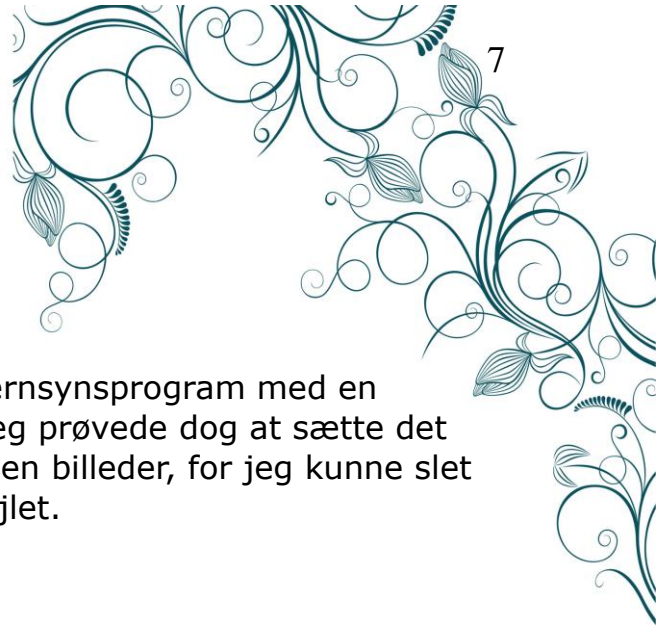
40 år - forandringens år

Forandringen kom først, da jeg fyldte 40 år. Det var, som om at jeg nu ramte en skelsættende begivenhed, som fik mig til at tænke over hvordan jeg ønskede at leve resten af mit liv. Og jeg bestemte mig til: "Jeg vil også føle mig smuk!"

Det første mål

Mit første mål var at tabe 10 overflødige kg. Det tog 4 hårde måneder, og gav mig en helt enorm selvtillid, fordi jeg kunne se, hvor flot jeg blev.

Som konsekvens af, at jeg pludselig følte mig meget bedre tilpas i min krop, fik jeg mod på at arbejde med min tøjstil.



Den proces startede med et banalt makeover fjernsynsprogram med en engelsk stylist. Jeg havde MEGET lidt tøj, men jeg prøvede dog at sætte det sammen på en lidt anden måde. Jeg tog hele tiden billeder, for jeg kunne slet ikke vurdere, om det var ok bare ved at se i spejlet.

Ramt af finanskrisen

Jeg havde heller ingen penge - på det tidspunkt, hvor jeg startede, var vi blevet ramt af finanskrisen med 200 km./t. og havde jævnligt fogeden bankende på døren. Så tøj køb var "out of the question".

Hvordan arbejder man så med sin stil? Tjah, der var kun ét sted, jeg havde råd til at købe ind, og det var i Røde Kors. Så det gjorde jeg. Virkede tøjet ikke, kunne jeg bare komme tilbage med det uden at have haft den store udgift.

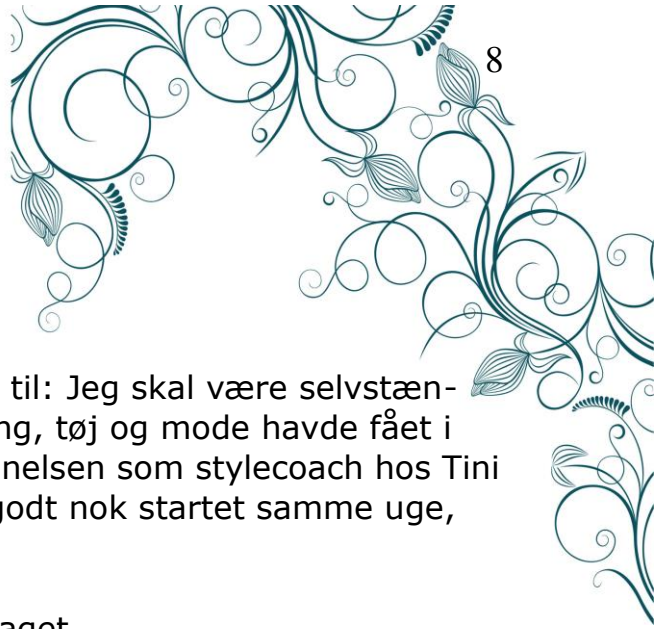
Jeg får mulighed for at vælge

En række begivenheder i 2014 gjorde, at jeg uventet stod uden job. Jeg besluttede - og min mand støttede mig heldigvis i - at nu havde jeg chancen for at finde ud af, hvad det virkelig var/er, jeg havde lyst til at arbejde med. Det føltes, som om der var frit valg på alle hylder.

Men HVAD skal jeg vælge?

Jeg var omkring mange ting, men en dag skrev jeg (efter ENDNU en google-søgning) 2 lister:

- én hvor jeg skrev det, jeg var god til
- én hvor jeg skrev det, jeg havde LYST til.



Så sammenlignede jeg de to lister. Og kom frem til: Jeg skal være selvstændig! Samtidig vidste jeg, hvor stor en plads styling, tøj og mode havde fået i mit liv. Så da jeg en fredag i august fandt uddannelsen som stylecoach hos Tini Owild, ringede jeg med det samme! Holdet var godt nok startet samme uge, men jeg fik lov til at springe på.

Og dét er én af de bedste beslutninger, jeg har taget.

Uddannelsen gennemført - jeg er klar som stylecoach!

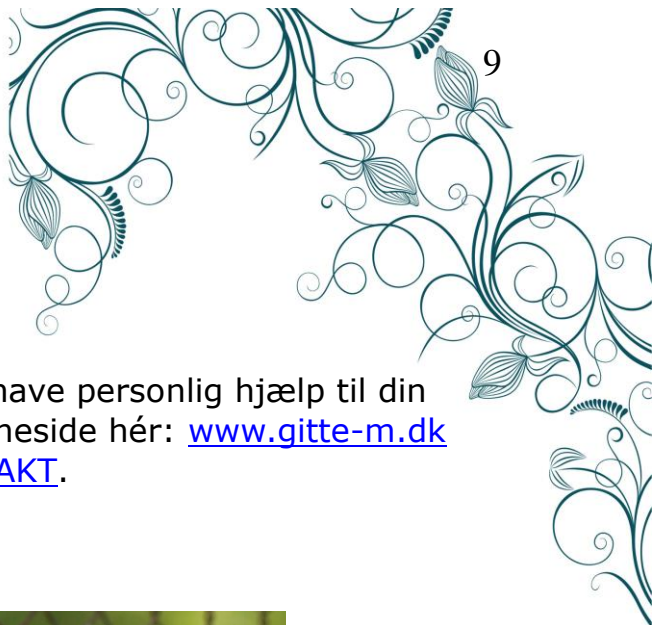
4½ måned senere var jeg uddannet stylecoach og parat til at starte mit eget firma. Undervejs havde jeg haft mange prøvekunder, som havde bekræftet mig i, at jeg har et talent for styling, og at jeg har en helt speciel energi, som smitter af på andre.

Så - derfor er jeg hér nu! Jeg har endelig fundet min hylde, og håber at kunne formidle min glæde ved at gøre noget ud af sig selv, ved at være den bedste udgave af sig selv hver dag til andre, så de også oplever, at påklædningen gør noget positivt ved én, som både smitter af indadtil og udadtil.

Har du fået lyst til at få hjælp til din tøjstil?

Så kan du få dit daglige stil fix på min Facebook side lige hér: [Gitte M på Facebook](#).

Du kan også tilmelde dig mit nyhedsbrev, som jeg sender ud ca. 1 gang om ugen. Du tilmelder dig hér: [Nyhedsbrev](#).



Hvis du allerede nu kan mærke, at du gerne vil have personlig hjælp til din tøjstil, kan du se hvad jeg tilbyder på min hjemmeside hér: www.gitte-m.dk
Kontakt mig på info@gitte-m.dk eller hér: [KONTAKT](#).





Hvad forhindrer dig i at få en mere lækker tøjstil?

Du må GERNE skille dig ud!

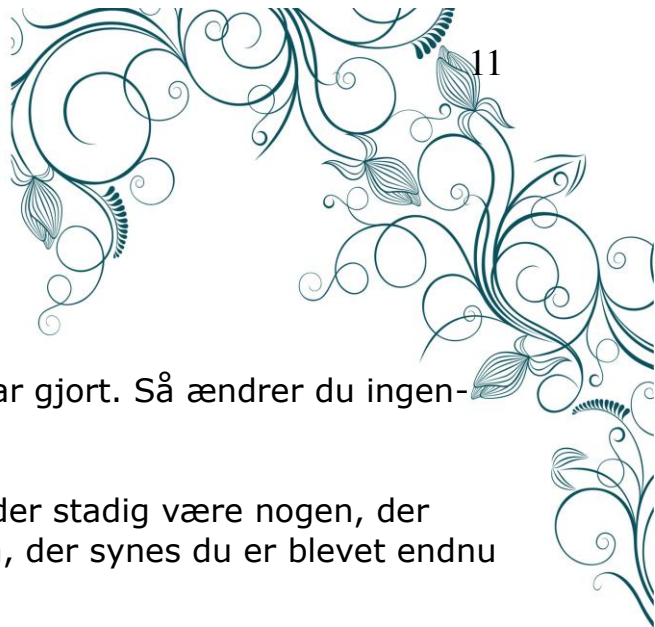
Sidder du med lyst til at få en smartere stil - men tør ikke rigtig gå i gang, fordi du er lidt nervøs for, hvad dine veninder, familie, nabo vil tænke?

Så er du ikke alene! I Danmark bliver vi ofte opdraget til, at vi ikke må skille os ud (du ved, janteloven osv.) Men det er jo ikke en lov, der er vedtaget af Folketinget. Derfor kan du også vælge ikke at følge den.

Der vil altid være nogen, der synes du er helt fantastisk. Der vil også altid være nogen, der synes du ikke er det.

Vi har allesammen vores helt egen, unikke personlighed. Og du kan ikke gøre alle tilfreds.





Du KAN blive ved at med at gøre som du altid har gjort. Så ændrer du ingenting.

Du KAN også prøve at ændre din stil - og så vil der stadig være nogen, der ikke synes om dig, men der vil også være nogen, der synes du er blevet endnu mere fantastisk end før!

Men det vigtigste er ikke, hvad ANDRE mener om dig.

Det allervigtigste er, hvad DU SELV mener. Så hvis du føler dig kedeligt klædt - så gør noget ved det!

Arbejd med din stil – og lær at tage imod komplimenter

Så snart du begynder at ændre ved din stil, vil du opdage, hvor stor en glæde det giver i hverdagen, at du gør lidt mere ud af dig selv. At du prøver at finde det tøj, der klæder dig virkelig godt og viser din personlighed.

Du vil opdage, at selv mennesker, du ikke kender, begynder at give dig komplimenter.

Du vil opdage, at når du føler dig lækker, så udstråler du også, at du er lækker.

Du vil opdage, at når du føler du har styr på det, så udstråler du også selvsikkerhed.

Og du vil opdage, at når du har fået respekt for dig selv, så får andre også respekt for dig.

Dem, der så står tilbage og mener, at du da "bare er for meget" er måske dybest set bare misundelige på dig, fordi du tør skille dig ud og ikke ligner alle andre... Men det er DERES problem, ikke dit.



Klæder skaber folk. Et gammelt fyndord, som er sandt!

Har du tænkt på, hvor meget dit udseende og påklædning egentlig betyder for, hvordan du har det rent psykisk? Betydning for, hvor meget selvtillid, du har?

Forestil dig f.eks. at du skal til møde i banken, til jobsamtale, eller et andet vigtigt møde. Du er kommet af sted i dine havebukser, t-shirt og vindjakke.

Forestil dig så, hvilken følelse, du har. Du vil sandsynligvis føle dig mindre værd, mangle selvtillid og personlig udstråling. Fordi du inderst inde godt véd, at dit tøj ikke udstråler, at du er ovenpå.

Tænk så på, når du klæder dig på til fest, date eller ud og danse. Du gør noget ud af dig selv, tager pænt tøj på, makeup, pæne sko. Og læg mærke til, hvad du nu føler: Du føler dig godt tilpas, har selvtillid, du véd du ser godt ud.

Den måde, du føler dig tilpas på, smitter af på både dig selv og dine omgivelser. Dine medmennesker bliver glade, åbne og sociale - ligesom du selv føler dig.

Når du tager dig selv alvorligt, tager andre mennesker dig også alvorligt.

De følelser, tøjet giver dig, smitter af på både dig selv og dine omgivelser.

Nu har jeg beskrevet to yderpunkter.

Men min pointe er: Hvis du gør bare en lille smule mere ud af dig selv, så vil du komme ud af døren med større overskud, bedre humør og mere selvtillid.

Og det vil smitte af på både dig selv og andre.

HVER DAG!



En kvinde tør

Jeg mødte for nyligt Eva – en kvinde, som på alle måder var succesfuld. Godt gift, masser af venner, dejligt arbejde med gode kolleger. Derudover havde hun en dejlig, smilende og livlig personlighed.

Men hendes selvtillid var ikke noget at prale af. Hun turde faktisk ikke, men tog mod til sig og bestilte en shoppingtur.

Dét var nok noget af det bedste, hun nogensinde havde gjort for sig selv. I løbet af sessionen gik det op for hende, at det var hendes egne overbevisninger om, at hun var "dum at høre på", havde for mange "buler" på maven osv., der blokerede hende.

Jeg viste hende, hvor let det var at skjule bulerne og give hende en feminin silhuet. Da hun så billederne bagefter, kunne hun godt se, HVOR lækker hun egentlig er.

Pludselig begyndte hun at gå med mere rank ryg og udstrålede i det hele taget overskud, femininitet og coolness. Den indre skønhed var så at sige kommet op til overfladen og kunne nu tydeligt ses udenpå også.

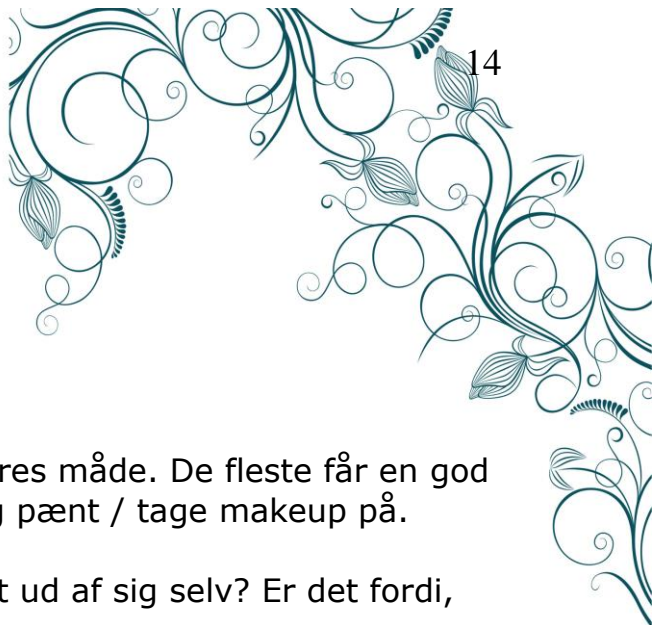
Bagefter sendte Eva mig en dejlig mail, hvor hun skrev, hvor stor en forandring hun følte, der var sket. Det var en dejlig oplevelse!

Hvorfor turde hun?

Hvad var årsagen til, at Eva turde gøre noget andet? Det var nok, at alternativet til at ikke at gøre noget ud af sig selv - det er at lade være! Men så opnår man heller ingen forandring!

Du KAN lade være med at gøre noget - men så må du også acceptere, at du IKKE skiller dig ud, IKKE lader din personlighed skinne igennem, IKKE føler dig lige skøn udenpå som indeni.

Vi har lært, at den indre skønhed er den smukkeste, men hvordan viser vi det, hvis det ikke afspejler sig udenpå?



Se lækker ud på DIN måde

De fleste vil gerne se smukke og lækre ud på deres måde. De fleste får en god følelse af at gøre noget ud af sig selv / klæde sig pænt / tage makeup på.

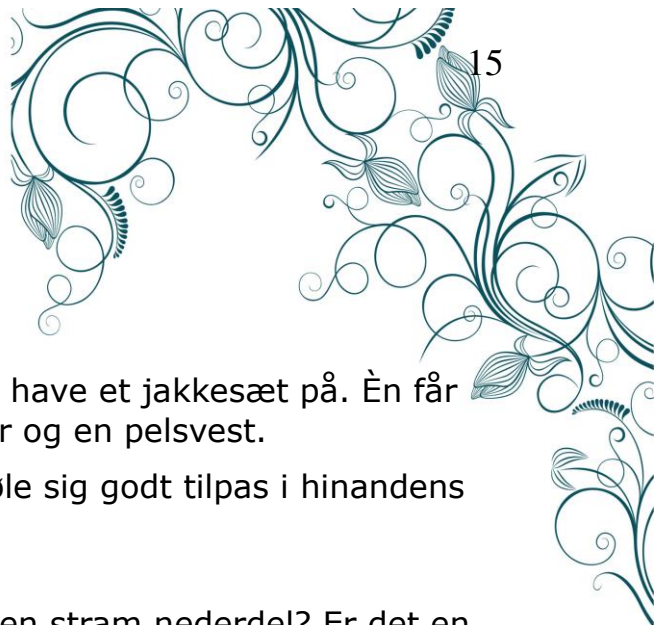
Hvorfor er det så, at nogle vælger ikke gør noget ud af sig selv? Er det fordi, de ikke vil have den gode følelse?



Nej, det tror jeg ikke. Det er fordi de ikke véd, hvordan lige præcis DE får den gode følelse.

Hvad giver dig følelsen af feminin?

Det handler om, at ikke alle får ikke den samme følelse af det samme tøj.



Èn føler sig enormt godt tilpas og feminin ved at have et jakkesæt på. Èn får den samme følelse ved at iføre sig haremsbukser og en pelsvest.

Forestil dig, at de to bytter tøj - tror du, de vil føle sig godt tilpas i hinandens tøj? Ville de begge føle sig feminine? Nej, vel?

Hvad får DIG til at få følelsen af feminin? Er det en stram nederdel? Er det en flagrende kjole? Eller er det en lækker læderjakke? Prøv at gå ind i din garderobe og find det tøj og tilbehør, der giver DIG følelsen af feminin!

Gør noget ved din stil og få den rigtige følelse

Når du finder ud af, hvad der giver dig den følelse, du gerne vil have, så er du godt i gang med at arbejde med din stil. Du finder ud af, hvad der skal til, for at du får den rigtige følelse. Så du ved præcist, hvornår du føler dig feminin.

Sådan får du selvtillid og udstråling med tøj og tilbehør

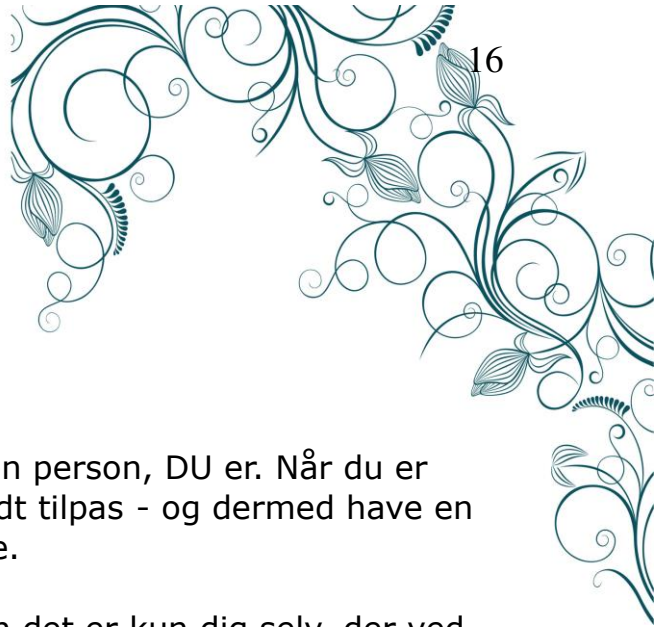
Hvad er god stil?

Er det at købe det et fedt sæt fra Ganni eller Malene Birger og bruge det 1 sæson, for derefter at sætte det til salg på Trendsales? Eller er det at købe den nyeste trend, have det på 1 gang, fordi du opdager, at det faktisk slet ikke er dig?

Måske er det bare at købe den kjole, din veninde ser så fantastisk ud i - også selvom du føler dig llliidt forkert?

God stil er DIN stil

Jeg mener, at god stil ikke nødvendigvis hænger sammen med mode. God stil er DIN STIL - hvis du altså har fundet din stil.



Vis din personlighed

God stil er at få tøjet til at udstråle lige netop den person, DU er. Når du er kommet så langt, så vil du også altid føle dig godt tilpas - og dermed have en endnu større udstråling. Det er selvforstærkende.

Vi vil alle gerne se godt ud på VORES måde. Men det er kun dig selv, der ved hvornår du får den gode følelse af lækkert tøj og stil.

Du behøver ikke have et specielt talent eller et specielt udseende.
ALLE kan lære at blive den bedste udgave af sig selv!
Det er ikke særligt svært.



I de næste afsnit viser jeg dig de 5 trin, der - hvis du følger dem - med sikkerhed vil give dig et nyt syn på din garderobe, din stil og dit styling potentiale.

Men det kræver, at du vil, og at du gør en indsats.

For det er kun dig selv, der kan skabe en forandring.



Første trin: Find din stilkerne

Har du en unik stil, som er lidt svær at definere?

Jeg mødte for nyligt en kvinde, som mente, at lige præcis hun havde en helt personlig tøjstil, som ingen andre havde, og som ikke kunne defineres. Da jeg spurgte hende, hvordan hun så vidste, hvad hun skulle købe, sagde hun, at det vidste hun, når hun så det.

Jeg kiggede i hendes klædeskab og fandt ret hurtigt den røde tråd, som hun ikke selv kunne se.

Da vi senere var ude og shoppe, og jeg uden problemer hurtigt fandt flere styles, som hun var helt vild med, blev hun meget overrasket og mente, at jeg kunne noget helt specielt.

Det kan jeg også.

Men den gode nyhed er, at det kan du også lære!

Som stylecoach har jeg har mødt flere kvinder, som slet ikke mener, at de har nogen stil. Og gang på gang har jeg vist dem, at selvfølgelig har de en stil - de kunne bare ikke selv finde den. De havde så meget tøj, at de ikke kunne se, hvilken stil de havde.

Kan du genkende det?

Har du også RIGTIG meget tøj, men ingen stil? Er du usikker på, hvilken stilkerne du har? Eller har du en stil, men den er bare rigtig svær at definere?



Find din stilkerne.

Der er en let måde at finde din stilkerne på.

Start med at hente det tøj frem, du har haft på den sidste måneds tid.

Det skal være hverdagstøj, for det er dét, der definerer din stilkerne. Hvis du tager dit festtøj med, risikerer du at forvirre dig selv, fordi du ofte vælger et mere feminint udtryk, når du skal til fest.

Så - find dit hverdagstøj.

Prøv så at lægge det i bunker efter stilart:

- ▲ afslappet / casual
- ▲ enkel
- ▲ feminin
- ▲ klassisk
- ▲ rå
- ▲ bohème

Er du i tvivl om, hvilket tøj, der hører til hvilken kerne?

Så kommer hér en kort beskrivelse af stilkernerne:

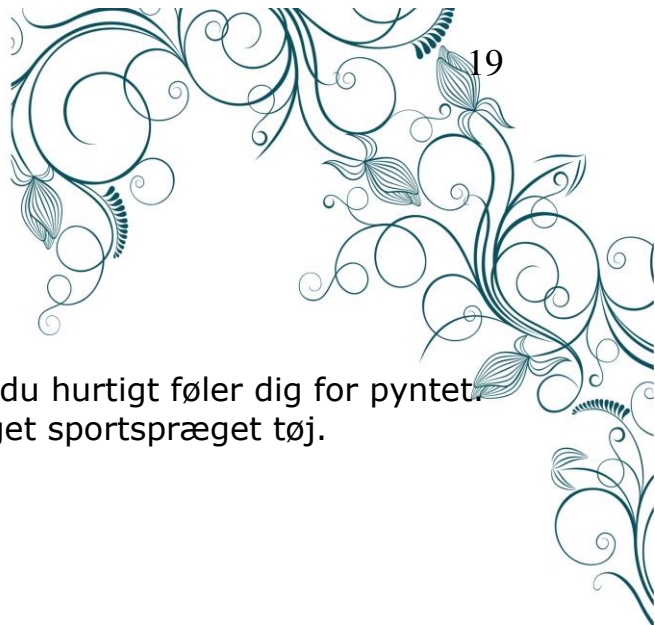
Afslappet stilkerne

(casual, behagelig)

Har du afslappet stilkerne, er det vigtigt for dig, at tøjet er til at bevæge sig i. Det må ikke sidde for stramt, og det er kendetegnet ved, at det er behageligt at have på, blødt og gerne med stretch.

Det holder du af:

Der er ikke mange detaljer i dit tøj, og der er typisk heller ikke mange farver - mest sort, blå, hvid, og måske armygrøn.



Du bruger nok heller ikke mange smykker, fordi du hurtigt føler dig for pyntet. Du har også afslappet stilkerne, hvis du har meget sportspræget tøj.

Det har du ikke meget af:

Tøj i stive materialer. Tøj, der er for fint.

Enkel stilkerne

(minimalistisk, underspillet)

Har du enkel stilkerne, holder du af enkelt tøj med flotte, men diskrete detaljer.

Det holder du af:

Du kan godt lide tøj med skarpe snit og overraskende eller underspillede detaljer.

Det har du ikke meget af:

Du har ikke mange farver, men holder af ensfarvet hvid, sort og grå. Heller ikke mange mønstre finder vej til din garderobe.

Feminin stilkerne

(kvindelig, romantisk)

Har du feminin stilkerne, har du sikkert meget tøj med blomsterprint, flæser, hulmønstre, læg, pufærmer og blonder.

Det holder du af:

Du kan godt lide stiletter og ballerina sko, og holder meget af bløde materialer, der falder fint og let.

Når du sammensætter dit tøj, prøver du gerne at skabe en feminin silhuet. Du bruger mange smykker, og holder af fine, små detaljer på tøjet.

Det har du ikke meget af:

Streetwear, sneakers.



Klassisk stilkerne (ren, business)

Har du klassisk stilkerne, befinder du dig godt i business-agtig tøj, som er inspireret af herretøjet.

Det holder du af:

I din garderobe finder du sikkert klassiske hvide skjorter, slacks, rullekravebluser, v-pullover, pencilskjort og jakkesæt eller blazerjakke.

Du har sikkert ikke mange farver, men holder dig til hvid, sort, marine, grå. Er du til mønstre, er det grafiske mønstre som f.eks. tern og striber.

Det har du ikke meget af:

Tøj, der ser slidt ud, meget mønstret tøj, rå støvler.

Rå stilkerne (cool, sej)

Har du rå stilkerne, befinder du dig godt i jeans og har sikkert rigtig mange par. Du bliver tiltrukket af tøj og tilbehør med nitter, lynlåse og sølv, måske også af streetwear.

Det holder du af:

Tøjet må gerne se brugt ud, selvom det ikke nødvendigvis er det.

Hvis der er farver i din garderobe, er det typisk neonfarver.

Ellers er din garderobe præget af sort tøj, evt. lidt hvidt.

Der er ikke mange mønstre på dit tøj, men der kan godt være print, f.eks. i form af bandnavne på t-shirts.

Det har du ikke meget af:

Klassiske jakkesæt. Tøj med flæser, blonder eller blomster.



Boheme stilkene

(flippet, utraditionel)

Har du boheme stilkene, elsker du at sætte tøj sammen på overraskende måder.

Det holder du af:

Du holder meget af farver og mønstre, og befinder dig godt i løst tøj, lag-på-lag, og bruger gerne meget tilbehør, f.eks. smykker og tørklæder.

Din stil kan minde lidt om 60'erne og 70'erne stilen, sådan lidt etnisk og fuld af detaljer.

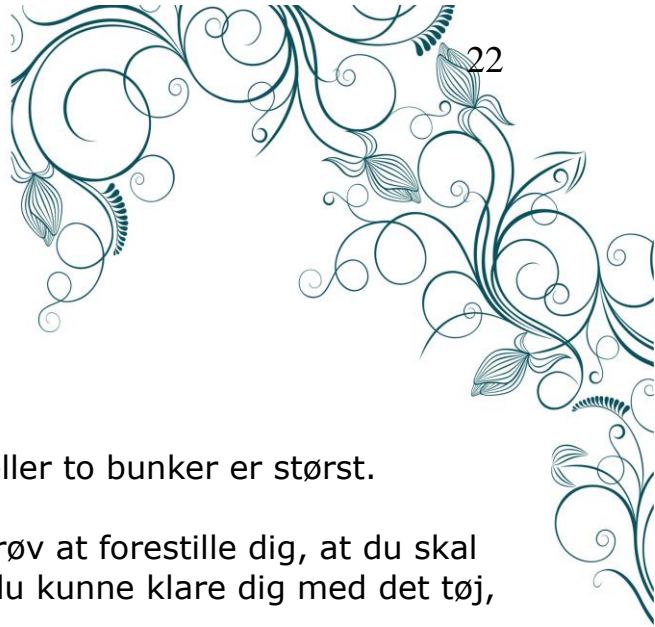
Det har du ikke meget af:

Tøj, der er for enkelt og pænt, jakkesæt.

Oversigt

Jeg har lavet 6 collager, som viser hvad der karakteriserer hver enkelt kerne. Collagerne finder du bagerst i bogen.

Hvis du har fået lyst til at vide endnu mere om stilkkerne, kan du læse mere og se videoer hér: [De 6 stilkkerne](#).



Resultatet

Nu skulle du gerne have nogle bunker, hvor én eller to bunker er størst.

Hvis du har to bunker, der er ca. lige store, så prøv at forestille dig, at du skal på ferie og kun må vælge den ene bunke: Ville du kunne klare dig med det tøj, der er i den ene bunke? Så er dét din stilkerne!

Din stilkerne bestemmes af, at ca. 80% af dit tøj vil tilhøre denne stilkerne.

Ud fra bunkernes størrelse og "kuffert testen" er du nu ret sikker på, hvad din stilkerne er.

Og hvad kan du så bruge det til? MASSER!

- ⤴ for at undgå dyre fejlkøb, skal det tøj, du køber, tilhøre din stilkerne - med mindre du helt bevidst vælger tøj fra en anden stilkerne for at tilføre kant til det tøj, du allerede har
- ⤴ for at du skal føle dig godt tilpas, er det vigtigt, at du altid har et element af din stilkerne på
- ⤴ du véd pludselig, hvorfor et stykke tøj får dig til at føle dig skidt tilpas - det er for langt fra din stilkerne! (f.eks. har den rå stilkerne ikke meget lyst til at klæde sig i en storblomstret kjole - med mindre hun lige tager en rå læderjakke ud over)
- ⤴ du kan nu helt bevidst sætte dit tøj sammen, så du altid føler dig godt tilpas
- ⤴ du kan nu helt bevidst vælge tøj eller tilbehør fra en anden stilkerne for at tilføre kant til dit tøj
- ⤴ du får så mange muligheder for at sætte dit tøj sammen på nye måder, fordi du altid véd hvad der skal til, for at du føler dig godt tilpas.



Andet trin: Få overblik over din garderobe

Hvad er egentlig din største udfordring, når du står foran din garderobe og skal vælge dagens sæt?

Er det, at du synes, at din garderobe er kedelig?

Er det, at du ikke har noget overblik over din garderobe?

Eller er det, at du synes at din garderobe afspejler en rodet stil?

Alle 3 argumenter har jeg hørt rigtig mange gange.

Og der findes en løsning på alle 3 udfordringer.

Løsningen er: Ryd op i din garderobe.

Det lyder umiddelbart som en noget uoverskuelig opgave (jeg véd godt, hvor meget tøj, du har hængende...!)

Men hvis du følger en plan med enkle delmål, så bliver det meget lettere.

Sådan gør du!

Hvis du gerne vil have din garderobe til at ligne Aladdins hule, og få masser af muligheder, bliver du nødt til at rydde ud og skabe overblik.

Hér er 5 konkrete tips til, hvordan du gør:



1) Start med at tage det tøj fra, som du bruger allermest og føler dig bedst tilpas i.

2) Se på det, der hænger tilbage og find ud af:

- ⤴ kan du passe det? Hvis ikke, så læg det til side. Vurdér evt. senere, om det skal sælges eller gives til velgørenhed.
- ⤴ er det slidt eller itu, så læg det til side. Vurdér evt. senere, om det skal repareres eller kasseres.
- ⤴ kan du bruge det denne sæson (sommer/vinter)? Hvis ikke, så læg det til side.
- ⤴ bruger du tøjet mindst en gang om måneden? Hvis ikke, så læg det til side.
- ⤴ er det meget umoderne? Så læg det til side, med mindre du bevidst vil bruge det sammen med resten af din garderobe. Ellers overvej at give det til velgørenhed.

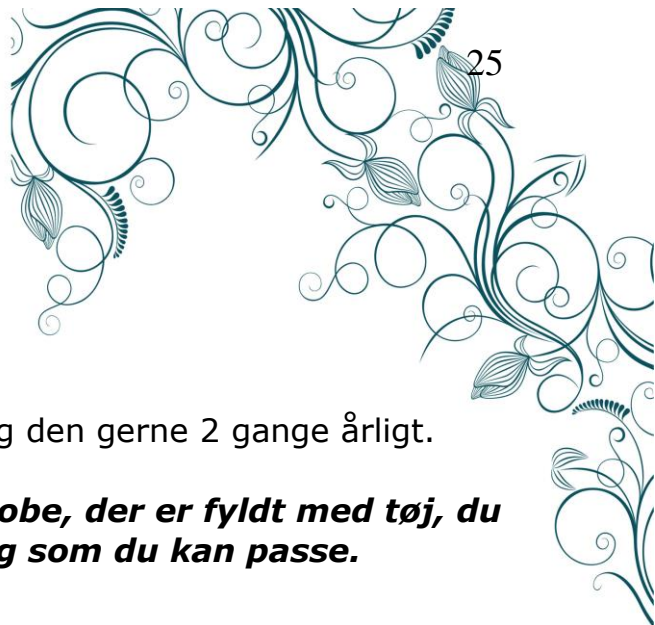
3) Læg nu det tøj, du har tilbage, i overskuelige bunker eller hæng det på stativ eller i dit klædeskab. Det er en god idé at samle tøjet i grupper, f.eks. bukser, kjoler, nederdele, skjorter osv. Prøv at lade være med at inddele tøjet i "festtøj" og "hverdagstøj".

4) På samme måde gennemgår du dine sko, dit tilbehør og dine smykker, så du får overblik.

5) Det tøj, du har sorteret fra, lægger du i 2 bunker.

Første bunke med det tøj, du ikke bruger så tit, men ikke kan få dig selv til at smide ud. Gem det et par måneder, og hvis du ikke savner det i den periode, så læg det i

Anden bunke, som er det tøj, som HELT SIKKERT skal sælges, gives til velgørenhed eller smides ud.



Afsæt gerne 2-4 timer til oprydningen, og gentag den gerne 2 gange årligt.

På den måde står du tilbage med en garderobe, der er fyldt med tøj, du godt kan lide at have på, som klæder dig, og som du kan passe.

Den perfekte basisgarderobe

Nu har du fået overblik over, hvad du egentlig har i din garderobe – og om der er noget, du mangler.

Så er det tid til at få opbygget en brugbar og spændende garderobe, hvor du altid kan finde netop dét sæt tøj, du har lyst til at have på i dag.

Det vigtige her er, at du med en basisgarderobe altid har noget næsten tidløst tøj, som du kan style til hvad som helst, og som kan bruges langt det meste af året.

Basisgarderoben er tidløs

Basisgarderoben er stort set uafhængig af modeluner og repræsenterer et næsten tidløst design. Basisgarderoben vil være præget af neutrale farver, som let kan kombineres med dine yndlingsfarver, eller farver der er moderne.

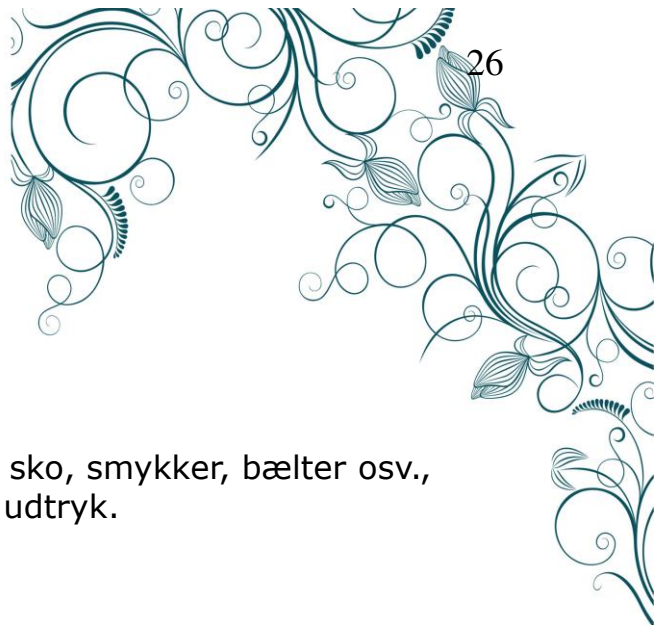
Du kan vælge sort, grå, hvid, beige/brun og marineblå, som er farver, der både kan sættes sammen med hinanden og med alle andre farver.

Når du så trænger til at opgradere din garderobe, kan du derfor nøjes med at købe 2-3 nye styles eller tilbehør, som nemt kan kombineres med din basisgarderobe.

Årstidsbestemte styles

Din basisgarderobe er som udgangspunkt uafhængig af årstiden, fordi den er opbygget, så du kan style hvert outfit til både koldere og varmere vejr.

Men selvfølgelig vil der være styles, som er årstidsbestemt, som f.eks. bikini og vinterjakke.



Med til basisgarderoben hører også tilbehør som sko, smykker, bælter osv., som du kan bruge til at give dit tøj et personligt udtryk.

UNDERTØJ

For at begynde inderst, har du brug for

- BH'er
- trusser
- evt. shapewear eller "cykelshorts" til at forme og/eller varme

T-SHIRTS OG TOPPE

Du har brug for flere t-shirts, som let kan sættes under strik, cardigans, jakker osv. Vælg t-shirts med både korte og lange ærmer.

Hav også et par tanktoppe eller chemisetoppe, som både kan bruges om sommeren uden noget over, og om vinteren under din strik, cardigan eller jakke.

BLUSER OG SKJORTER

En pæn, hvid skjorte er et must i enhver garderobe. Den kan styles på alle mulige måder og passer til alt.

Derudover er kan du have en anden bluse, gerne med farve, som kan bruges de dage, du ikke har lyst til at have skjorte på.

STRIK

En lun striktrøje er uundværlig på alle årstider. Til de kølige sommeraftener, og om vinteren under din jakke.

Vælg gerne en striktrøje i et naturmateriale som f.eks. uld, merino, alpaca el.lign. Det gør strikken lun og tilpasser sig din kropstemperatur bedre.



HABITJAKKE

Hav altid en pæn habitjakke i sort, marine, grå eller beige, som er flatterende for din figur. Jakken kan opgradere ethvert outfit og give dig følelsen af lækker stil på et øjeblik.

BUKSER

Et par jeans har de fleste. Derudover har du brug for et par pæne bukser med lige ben.

De pæne bukser kan styles ned med t-shirt eller strik, eller de kan styles op med din skjorte, bluse og blazerjakke.

KJOLER / NEDERDELE

Den lille sorte kjole hører til i enhver kvindes garderobe. Den behøver dog ikke være sort, men vælg en kjole i et enkelt snit og en neutral farve, som er let at style op og ned.

Hav også en nederdel i et klassisk snit, som du kan sætte sammen med både t-shirt, strik, skjorte og bluse.

Du kan evt. også vælge at have en kjole til særlige festlige lejligheder, men prøv også at få brugt kjolen ved mindre festlige lejligheder ved at style den ned med flade sko og denim- eller læderjakke.

OVERTØJ

Du har brug for en overgangsjakke/trenchcoat og en vinterfrakke. Hav desuden en denimjakke og en læderjakke.

Begge dele kan bruges i stedet for cardigan og strik om vinteren, og som jakke om foråret og sommeren.



FODTØJ

For at være dækket ind behøver du faktisk kun et par flade sandaler, et par høje sandaler, et par lukkede sko, et par fest sko, 1 par sneakers og et par vinterstøvler.

TILBEHØR / accessories

For at fuldende din stil er det en god idé at have 1 par solbriller, 1 tørklæde, 1 halstørklæde, 1 håndtaske, 1 stor taske, smykker, et ur og evt. bælt.

Oversigt

Du finder mit forslag til en brugbar basisgarderobe sidst i bogen.

Brug mit forslag til en god basisgarderobe som inspiration og vær opmærksom på, at vi alle er forskellige og har forskellige behov, stil og smag. Du kan derfor tilpasse basisgarderoben, så den passer netop dig.

Ud fra basisgarderoben alene kan du lave mindst 40 sæt tøj. Med en god og varieret samling af tilbehør og accessories kan du sætte kant og personlighed til tøjet, og mulighederne for at variere dit udtryk bliver næsten uendelige.

På den måde kan du altid let vælge netop dét tøj og tilbehør, der giver dig det udtryk, du har lyst til og brug for netop i dag.

Jeg håber, at jeg har inspireret dig til at opbygge din egen basisgarderobe. Det tager tid at få den helt perfekte basisgarderobe, men det er umagen værd. Du kan altid finde måder at style den på, så du undgår tøjkrise.

Og du sparer en masse penge, fordi du rent faktisk BRUGER alt dit tøj!



Tredje trin: Shop med en plan

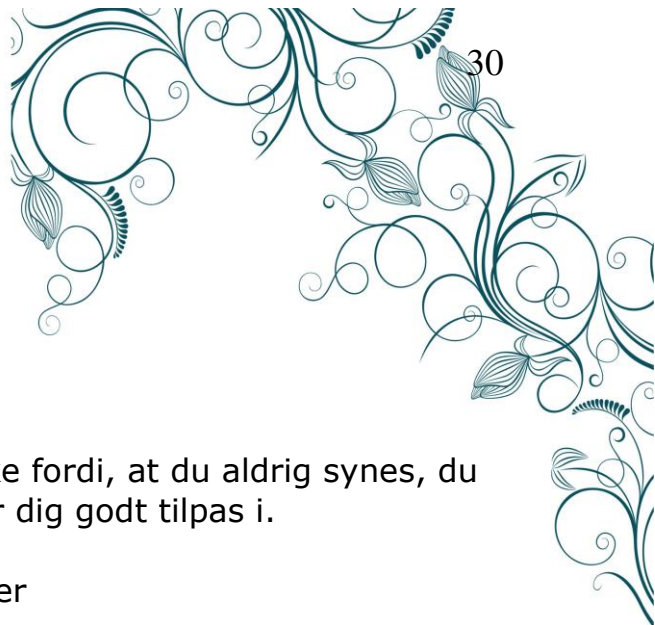
Hvordan har du det egentlig med at købe nyt tøj og tilbehør til dig selv?

Er det sådan en hadeopgave, du gerne udsætter til i allersidste øjeblik: "Jeg skal til havefest I AFTEN og har brug for noget nyt NU" (sagt af en kunde i en tøjbutik, 20 min. før lukketid. Fik hun købt noget? NEJ!)

Eller er det noget, du bare elsker?

Du tager veninden med ud og ose, og køber måske mest fordi du "gerne vil have noget med hjem".





At shoppe af nød

Hvis du virkelig hader at shoppe, så er det måske fordi, at du aldrig synes, du kan finde noget, der ser godt ud og som du føler dig godt tilpas i.

Det, der så meget ofte sker, er at du måske køber

- 1) dét ekspedienten har på (for hun ser rigtig godt ud i det sæt) eller
- 2) det nyeste modeskrik, som ekspedienten lige har fundet frem, fordi det sælger godt.

Og så er resultatet tit dét, at du står med noget tøj, der klæder ekspedienten og er med på den seneste mode - men det klæder ikke nødvendigvis dig, og det giver dig ikke den rigtige følelse.

At shoppe på følelser

Vi kender det vist alle sammen: Du synes, at du har haft en hård dag / hård periode, og vil belønne dig selv med shopping.

Det virker også nogen gange.

Men oftest har du jo stadig de samme udfordringer, når du kommer hjem, som du havde, inden du tog afsted.

Den eneste forskel er, at du er blevet fattigere, og måske har fået købt noget, du egentlig hverken mangler eller får brugt.

Hvis du gerne vil shoppe på en måde, så du ikke behøver at hade det, men heller ikke risikerer at komme hjem med noget, du alligevel ikke får brugt.

Så gælder det om at have en PLAN!



Planen.

Du kan have flere forskellige udgangspunkter for din plan:

1. du har gennemgået din garderobe, og véd at du f.eks. lige præcis mangler en blazer og en strik
2. du vil gerne have et par styles fra den nye sæson, som du kan kombinere med det tøj, du allerede har.
3. du har gennemgået din garderobe og har lyst til at sætte kant til dit tøj med en ny farve, en ny stil, mønstre el. lign.

Har du ingen plan?

Så sidder du måske og tænker: "Jeg har da aldrig nogen plan, når jeg tager ud at shoppe!"

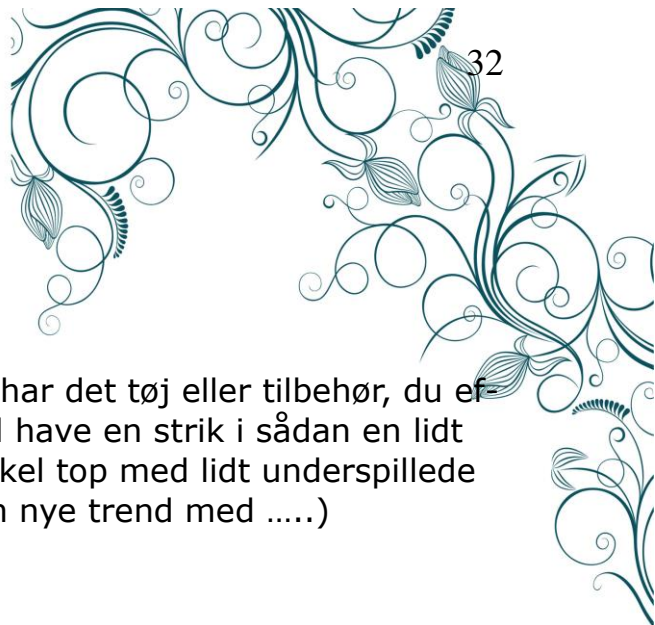
Til dét vil jeg bare sige: Du kan sagtens tage ud at shoppe uden en plan, og uden at vide, hvad du mangler.

Der er bare en meget stor risiko for, at du kommer hjem med enten noget tøj eller tilbehør, der ligner det, du har i garderoben i forvejen, eller noget tøj og tilbehør, du aldrig får gået med.

Så hvis du gerne vil undgå fejkøb, er det en god idé at vide, hvad du skal se efter, når du går på shopping.

I butikken

Nu forestiller du dig, at du er gået ind i den butik, hvor du vil shoppe. Så har du 2 muligheder:



1) du kan bede ekspedienten vise dig, hvor hun har det tøj eller tilbehør, du efterspørger (du skal være præcis, f.eks.: "Jeg skal have en strik i sådan en lidt romantisk feminin stil", eller "Jeg mangler en enkel top med lidt underspillede detaljer", eller "Jeg vil gerne prøve noget fra den nye trend med

2) du kan selv gå rundt og lede.

Hvis ekspedienten hjælper dig, og du har været rimelig præcis med at formulere dit ønske, så får du måske 3-6 forskellige forslag.

Hvis du selv går rundt, kræver det mere selvdisciplin og større overblik at finde dét, du søger.

Du kan risikere at blive fristet af en masse tøj, du IKKE behøver, eller som ligner dét, du allerede har derhjemme.

Men du kan også være heldig at finde noget, som lige er dig, som ekspedienten måske ikke helt fangede.

Du må prøve dig frem til, hvad der virker for dig.

I prøverummet

Nu står du så og skal prøve tøjet.

Hvis du er super sej til at se, hvad der klæder netop din kropstype, så har du sandsynligvis kun få stykker tøj med ind, som over hovedet ikke passer dig. (læs evt. mere om kropstyper i afsnittet "Klæd dig efter din kropstype").

Når du går i gang med at prøve, skal du lede efter den rigtige følelse.

Tøjet skal give dig en WOW følelse, og du skal have lyst til at have det på LIGE NU!

Hvis du tænker: "Den kan godt gå an" så er det tegn på, at du ikke har fundet det rigtige.



Tøj, der kun er "halvgodt", er ikke godt.

Tøjet skal få dig til at føle dig lækker og godt tilpas - så er det et godt køb, som du også får brugt.

Betaling

Så er det lige før, at du skal til at lade dankortet suse gennem automaten.

Men lige før du gør det, så tænk over dette: Passer tøjet til mindst 3 andre dele i min garderobe?

Hvis ikke det gør, så må du overveje:

- ⤴ om du skal købe noget andet, der passer til
- ⤴ om tøjet er så godt i sig selv, at du får det brugt alligevel

Hvis du er sikker på, at det er det helt rigtige, du har købt - så betal bare!

Fjerde trin: Klæd dig efter din kropstype

Vi er alle forskellige og har forskellige kropsformer. Ingen er bedre end andre - de skal bare klædes forskelligt.

Der er 4 grund former:

- ⤴ timeglasform
- ⤴ pæreform
- ⤴ firkantet
- ⤴ buttet



Derudover er der forskellige kropslige karakteristika, som kan styles alt efter hvad du ønsker at skjule eller fremhæve.

Det drejer sig om:

- ⤴ skulderbredde
- ⤴ taljevidde
- ⤴ barm
- ⤴ hofter
- ⤴ højde

Timeglasformet.

Er du timeglasformet, betyder det at skuldre og bagdel har samme bredde, og at du har en smal talje.

Gode snit til timeglasform:

- ⤴ taljerede kjoler, bluser og jakker
- ⤴ bælte i taljen
- ⤴ slå-om-kjoler
- ⤴ bukser med lige snit i ben
- ⤴ pencilskirts

Undgå:

- ⤴ for stort og løst tøj uden form

Pæreform.

Er du pæreformet, er du bredere for neden end for oven. Det gælder om at camouflere denne forskel, så du ser lige bred ud for oven og for neden.



Gode snit til pæreformet:

- ⤴ overdele med pynt på skuldrene
- ⤴ overdele med brede kraver
- ⤴ skulderpuder
- ⤴ brede v-udskæringer og bådudskæringer
- ⤴ bukser og kjoler med lige snit

Undgå:

- ⤴ hofteskæringer
- ⤴ A-form i nederdele og kjoler
- ⤴ bælte på hoften

Firkantet.

Har du en firkantet kropsform, så er dine skuldre og hofter lige brede, men du har ikke den fine talje, som kendetegner timeglasformen.

Gode snit til firkantet:

- ⤴ fremhæv skuldre og hofter
- ⤴ A-snit i nederdele og kjoler
- ⤴ empiresnit (dvs. snit lige under barmen) – i nogle tilfælde
- ⤴ bukser med lige snit
- ⤴ bukser med bootcut, dvs. bukser der bliver bredere nede ved fødderne

Undgå:

- ⤴ stramme toppe uden noget ud over
- ⤴ bluser nede i nederdele og bukser (det laver en linje lige ved den talje, du ikke har)

Buttet.

Den buttede er karakteriseret ved, at der er kommet lidt buler, typisk på maven.



Gode snit til buttet:

- ⤴ enkelt tøj med flotte detaljer
- ⤴ overdele, der sidder let løst til
- ⤴ empiresnit, dvs. snit lige under barmen
- ⤴ ensfarvet tøj gør højere
- ⤴ lange kæder og tørklæder, der laver lodrette linjer
- ⤴ nederdele og kjoler med lige snit
- ⤴ bukser med lige snit

Undgå:

- ⤴ striber på tværs (gør dig endnu bredere)
- ⤴ bukser, der slutter på læggen eller stumpebukser (de gør dig lavere, og dermed bredere)
- ⤴ stor farveforskel mellem underdel og overdel (det giver en vandret linje, der gør dig bredere)
- ⤴ bæltter
- ⤴ stormønstret tøj
- ⤴ alt for stort tøj

Kropslige karakteristika

SMALLE SKULDRE:

Godt:

- ⤴ skulderpuder
- ⤴ bådudskæringer
- ⤴ store kraver, der lægger sig ud på skuldrene
- ⤴ vandrette striber på overdel
- ⤴ pufærmer

Undgå:

- ⤴ smal v-udskæring
- ⤴ lange kæder og tørklæder
- ⤴ lodrette striber på overdel



BREDE SKULDRE:

Godt:

- ⤴ overdele, der lægger sig blødt ind til skuldrene
- ⤴ v-udskæring
- ⤴ lodrette striber på overdel
- ⤴ lange kæder og tørklæder

Undgå:

- ⤴ kraftige skulderpuder
- ⤴ bådudskæring
- ⤴ vandrette striber på overdel
- ⤴ pufærmer

INGEN TALJE

Godt:

- ⤴ A-facon i nederdel og kjole
- ⤴ empiresnit i overdel, kjole
- ⤴ overdele, der sidder let løst ind til kroppen
- ⤴ taljeret overdel, du ikke lukker. F.eks. en habitjakke

Undgå:

- ⤴ for stram overdel uden noget ud over
- ⤴ bluser ned i bukser/nederdel uden noget ud over
- ⤴ snit i overdel, der er meget firkantet
- ⤴ stort bredt bælte i taljen

TOPMAVE / LIDT PÅ SIDEBENENE

Godt:

- ⤴ løse overdele, der sidder let ind til kroppen
- ⤴ let A-form i overdele
- ⤴ empiresnit i visse tilfælde



Undgå:

- ⤴ tætsiddende overdele uden noget ud over
- ⤴ korte overdele, der slutter lige midt i "bulen"
- ⤴ linning eller bælte lige midt i "bulen"

LILLE BARM

Godt:

- ⤴ brocher, rosetter
- ⤴ mønstre, læg, flæser, plisseringer, draperinger
- ⤴ overdele der fylder, eller lag-på-lag

Undgå:

- ⤴ meget udringede udskæringer
- ⤴ tætsiddende overdele uden noget ud over
- ⤴ BH-lignende overdele, der ikke kan fyldes ud

STOR BARM

Godt:

- ⤴ v-udskæring
- ⤴ mørke og småmønstrede overdele
- ⤴ halssmykke, store øreringe, armbånd
- ⤴ god BH, der støtter

Undgå:

- ⤴ tydelige brystlommer
- ⤴ vandrette striber
- ⤴ halterneck og empiresnit
- ⤴ firkantede overdele og store løse overdele
- ⤴ for meget fylde, f.eks. i form af stof ved barm



BREDE HOFTER

Godt:

- ⤴ lige snit i bukser og nederdele
- ⤴ jakke/cardigan der går ned under numse
- ⤴ let A-form, der falder tungt
- ⤴ slå-om-kjoler

Undgå:

- ⤴ brede bæltter ved hofte
- ⤴ vandrette linjer på det bredeste stykke
- ⤴ A-facon i jakker
- ⤴ meget store og meget små lommer på numse
- ⤴ tulipan/ballon snit

FLAD NUMSE

Godt:

- ⤴ jakker/cardigan, der slutter under numse
- ⤴ kjoler, buksedragt
- ⤴ A-facon og empiresnit i nederdel og kjole

Undgå:

- ⤴ store lommer på numse
- ⤴ tætsiddende underdele uden noget ud over
- ⤴ FOR løse og posede underdele

KORT

Godt:

- ⤴ ens farveholdning i over- og underdel
- ⤴ lodrette linjer
- ⤴ jakkesæt
- ⤴ sko med hæl
- ⤴ kjoler, buksedragt



Undgå:

- ⤴ forskellige farver/mønstre i over- og underdel
- ⤴ mange brudte linjer
- ⤴ helt flade sko

HØJ

Godt:

- ⤴ forskellig farveholdning i over- og underdel
- ⤴ vandrette linjer
- ⤴ flade sko

Undgå:

- ⤴ lodrette striber
- ⤴ høje sko
- ⤴ ens farveholdning i over- og underdel
- ⤴ ensfarvede kjoler uden bælte

Dét øjnene ser, bliver opfattet fuldstændig grafisk. Det er altså ikke rigtig noget, du kan styre. Du kan kun indrette dig efter det.

Hjernen opfatter linjer. Derfor er det vigtigt at tænke i linjer, når du gerne vil klæde dig efter din kropstype.

Linjer

- ⤴ lodrette linjer forlænger, dvs. gør højere og smallere
- ⤴ vandrette linjer forkorter, dvs. gør lavere og bredere
- ⤴ diagonale linjer forlænger, dvs. gør højere og smallere



Farver

Hjernen opfatter mørke og lyse farver på denne måde:

- ▲ lyse farver forstørrer
- ▲ mørke farver formindsker
- ▲ mønstre camouflerer, men
- ▲ stormønstret gør større
- ▲ småmønstret gør mindre

Du kan derfor helt bevidst bruge farver og mønstre til at camouflere eller fremhæve de dele af kroppen, du ønsker.

OBS!

Jeg har her givet en række retningslinjer for, hvad der klæder de forskellige kropstyper og kropslige karakteristika. Men i praksis er vi jo alle sammen forskellige, så det er svært for mig at give en helt præcis opskrift på, hvad der klæder lige netop dig!

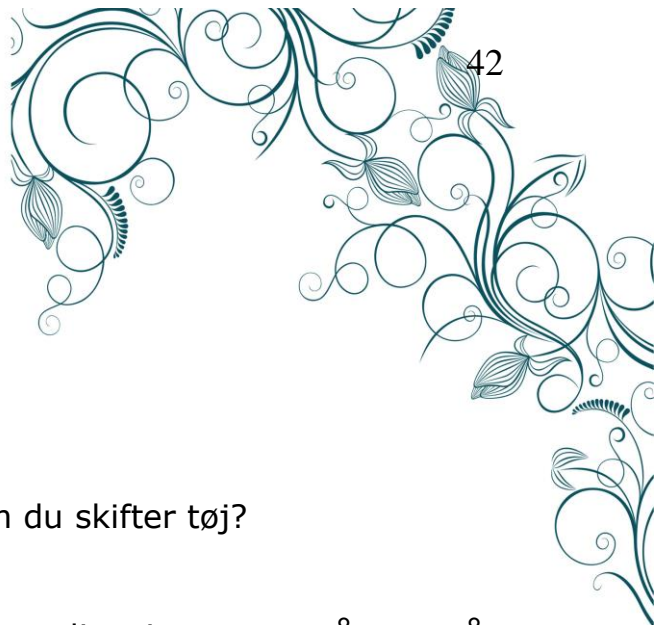
Det kan jo sagtens være, at du f.eks. har en firkantet kropsform, men med lidt brede skuldre, og så er du samtidig meget høj.

Eller du kan f.eks. være buttet, og samtidig har du ikke særligt store bryster.

Derfor er det vigtigt, at du tager mine anvisninger som *forslag*.

Den bedste måde – og den som jeg selv brugte, da jeg skulle finde min kropstype – er simpelthen at prøve sig frem med forskellige tøjsnit. Du kan naturligvis med fordel *tage udgangspunkt* i de anvisninger, jeg har beskrevet, men før eller siden må du hen foran spejlet.

Du er selvfølgelig også velkommen til at kontakte mig, så hjælper jeg gerne.



Femte trin: Sæt kant til din stil

Er du træt af, at du ser éns ud altid, også selvom du skifter tøj?
Så er løsningen KANT.

At sætte kant til din stil betyder, at du ved at sætte dit tøj sammen på nye måder, giver dit udtryk personlighed.

De 6 metoder til kant er en nem og ligetil måde at arbejde med at sætte kant til din stil.

Alt efter, hvor meget du har lyst til at gøre, kan du bruge metode 1, 2 eller 3 - og du kan gøre det i dag!

Så det er altså en slags quick-fix hjælp til din tøjstil!

Kant med materialer

Når du skal arbejde med kant med materialer, er det en god idé at starte med at dele dit tøj op efter, hvilket materiale det er lavet af.

Læg tøjet i bunker, f.eks. bomuld, denim, silke, læder, viscose, pels, strik osv.

Start med et grundsæt - f.eks. jeans (**denim**) og **bomuld**sskjorte.

1. Prøv nu bevidst at sætte et stykke tøj eller tilbehør til i et andet materiale, f.eks. et **læder**bælte
2. Prøv derefter at sætte endnu et stykke tøj eller tilbehør til i et andet materiale, f.eks. en **strik** cardigan eller trøje.
3. Prøv også at sætte endnu et stykke tøj eller tilbehør til, f.eks. en **pels** vest.



Kant med farver

Hvis du har lyst til at sætte kant til din stil med farver, foreslår jeg at du starter med at dele dit tøj og tilbehør op i farver, så du kan se, hvad du har i din garderobe.

Neutrale farver er sort, hvid, grå og beige. Disse farver passer til alt.

Brug farvecirklen til at sætte kant til din stil.

Farvecirklen består af grundfarverne rød-blå-gul. Alle farver er baseret på disse 3 farver. I farvecirklen er farverne klare, men farverne kan gøres lysere ved at blande hvidt i, og mørkere ved at blande sort i. Farverne kan også blandes, så der opstår nuancer.

Farver, der ligger lige ved siden af hinanden, passer altid sammen.

Komplementærfarverne er farver, der ligger lige overfor hinanden, f.eks. grøn og rød. Disse farver fremhæver hinanden.

FARVECIRKEL





Start med et grundsæt - det kan f.eks. være jeans og en sort top.

1. Prøv nu at vælge et stykke tøj eller et tilbehør i en markant anden farve, f.eks. rød.
2. Prøv at sætte endnu en farve til, som ligger ved siden af rød i farvecirklen, f.eks. lilla.
3. Prøv også at sætte en komplementær farve til, f.eks. grøn.



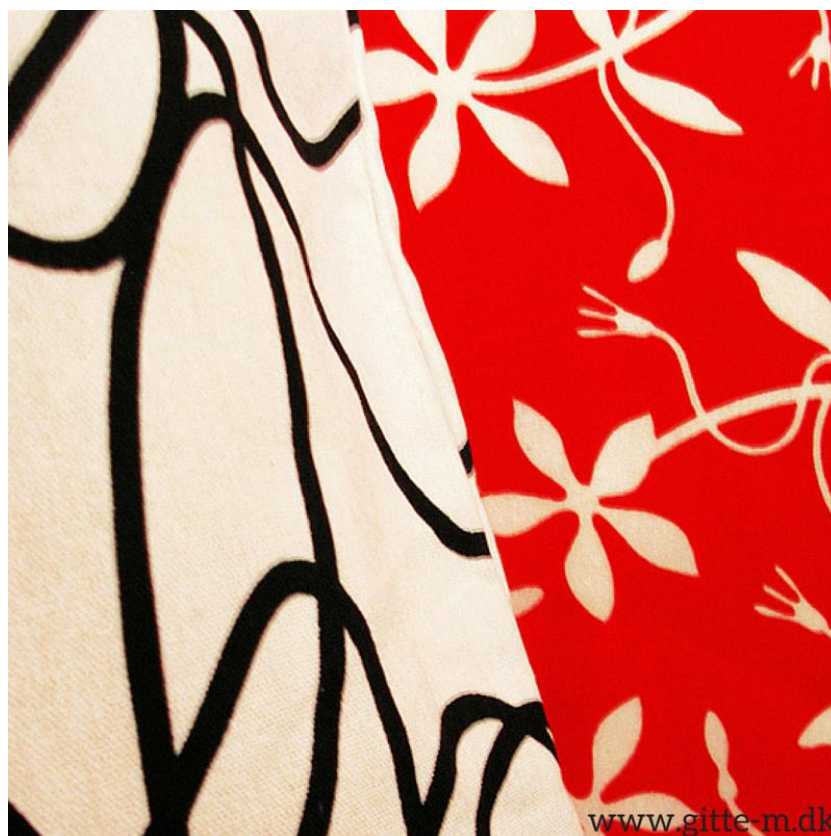
www.gitte-m.dk



Kant med mønstre

Har du bestemt dig til at prøve at arbejde med at få kant med mønstre, så start med at finde alt det tøj og tilbehør, du har, med mønstre på.

1. Prøv bevidst at lave et sæt, hvor du mixer 2 forskellige mønstre, hvor grundfarven går igen.
2. Prøv også at lave et sæt, hvor du mixer 3 forskellige mønstre, hvor grundfarven går igen i alle 3 mønstre.
3. Du kan også prøve at lave et sæt med mønstre, hvor grundfarven går igen i 2 af dem, men ikke det 3.



www.gitte-m.dk



Kant med tilbehør

Kant med tilbehør/accessories er en af de letteste metoder at sætte kant til din stil. Begynd med at inddele dit tilbehør efter stilkerner. Det kan være klassisk, rå, boheme, enkel, afslappet eller feminin. (Brug collagerne med stilkernerne sidst i bogen).

Vælg et sæt tøj, du vil sætte kant til.

1. Prøv at sætte kant dit sæt med tilbehør fra 1 stilkerner.
2. Prøv at sætte kant dit sæt med tilbehør fra en anden stilkerner.
3. Prøv at sætte kant dit sæt med tilbehør fra en tredje stilkerner.

Læg mærke til, hvordan du får 3 sæt med 3 forskellige udtryk, alt efter hvilke accessories, du tilsætter.



www.gitte-m.dk



Kant med stilkerner

Kant med stilkerner går ud på, at du mixer forskellige stilkerner for at skabe spænding i dit outfit.

Start med et grundsæt, hvor hele sættet tilhører én kerne.
Det kan være feminin, klassisk, enkel, boheme, rå eller afslappet.

1. Prøv at tilsætte et stykke tøj eller tilbehør fra en anden stilkerne.
2. Prøv derefter at sætte endnu et stykke tøj eller tilbehør fra en tredje stilkerne.
3. Prøv også at mixe flere end 3 stilkerner i sættet.

Kant med hår og makeup

Start med at vælge, hvilken stil dit tøj skal have.
Det kan være enkel, rå, boheme, klassisk, feminin eller afslappet.

Prøv så at vælge frisure og makeup, der giver et andet udtryk, f.eks.:

1. Rå smokey eyes til et boheme sæt.
2. Enkel makeup til et klassisk sæt.
3. Feminine krøller til et råt sæt.



Start din forandring NU!

Jeg har givet dig 5 trin en mere lækker tøjstil:

1. trin: Find din stilerne
2. trin: Få overblik over din garderobe
3. trin: Shop med en plan
4. trin: Klæd dig efter din kropstype
5. trin: Sæt kant til din stil

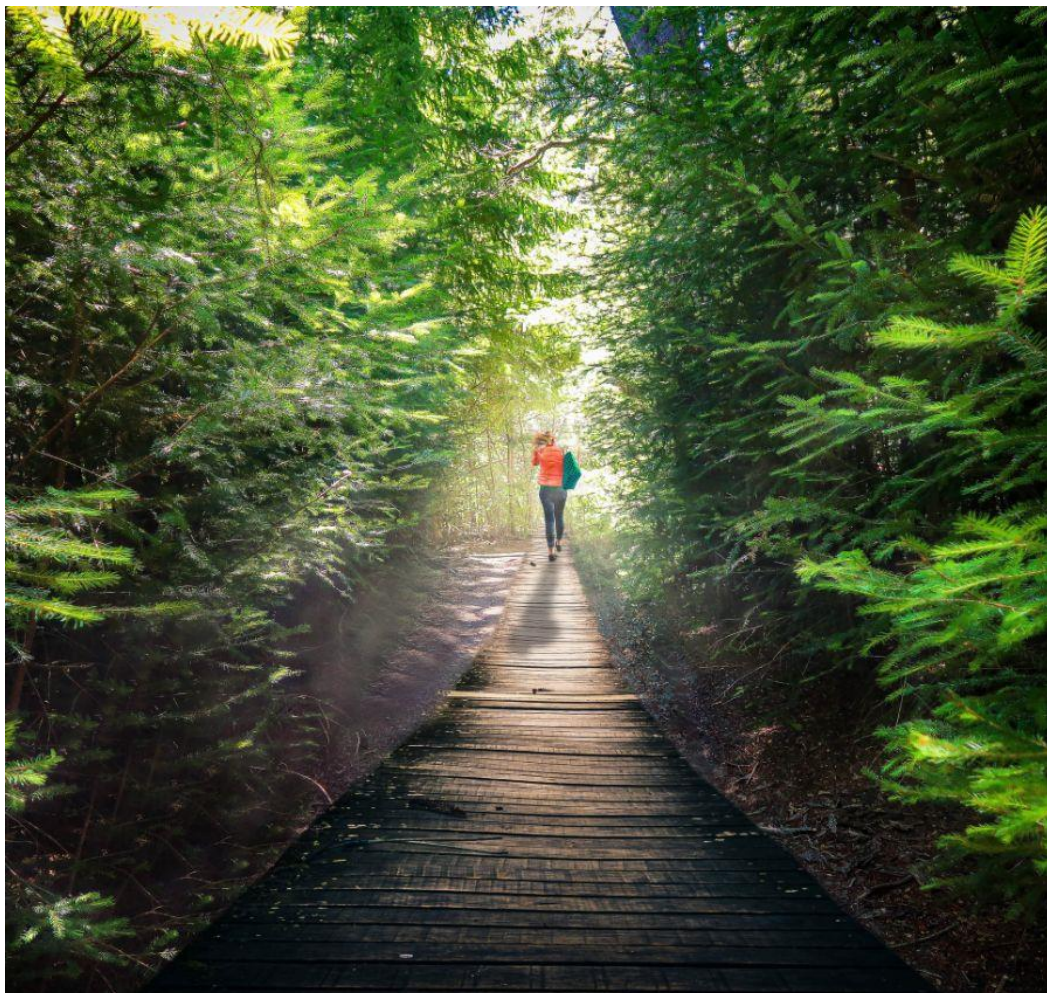
Nu er det op til dig at følge dem!

Vil du gerne have en ny tøjstil?

Vil du en gang for alle have ryddet ud i din garderobe, så du rent faktisk kan finde noget at tage på?

Vil du også være den dér tjekkede kvinde, der altid ser godt ud, har god stil - og MASSER af selvtillid?

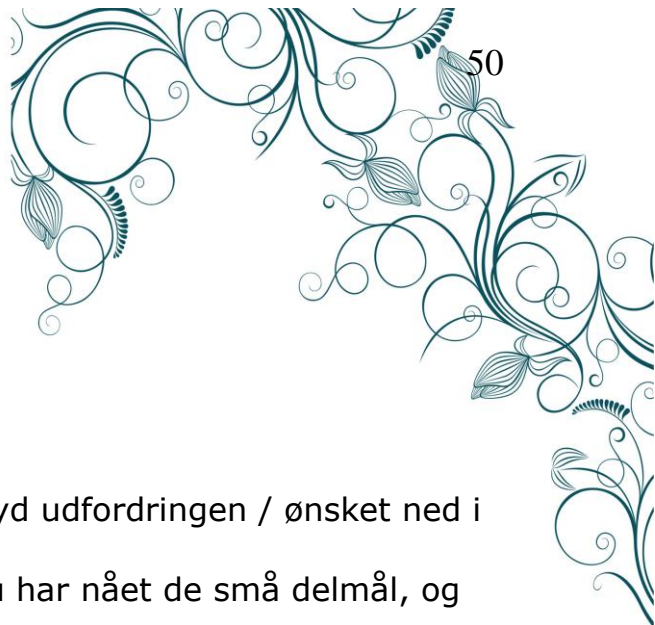
Du bestemmer selv, hvilken vej du vil gå.



Hvis du har en udfordring eller et ønske er der to muligheder:

- 1) du kan handle på det, eller
- 2) du kan acceptere, at du ikke handler.

Alt derimellem er kun årsag til spekulationer og udsigtsløs ønsketænkning.
Du bruger kort sagt dine ressourcer på noget, der ikke fører nogen steder hen.



Lav delmål

Er det lidt uoverskueligt at komme i gang, så bryd udfordringen / ønsket ned i mindre bidder.

På den måde får du mulighed for at fejre, når du har nået de små delmål, og det giver en masse selvtillid.

Der er kun én måde at få forandring til at ske, og det er ved at HANDLE.

Så længe du kun skriver det ned, eller fortæller til veninderne, hvad du kunne tænke dig at gøre - så sker der INGENTING!

Start i det små

Pas på med at starte din forandring for voldsomt. Hvis du vil ændre alt på én gang, risikerer du, at det bliver for overvældende. Derfor er det vigtigt kun at ændre mindre ting ad gangen.

Vil du arbejde på at få en mere lækker tøjstil, så start med f.eks. at rydde ud i dine sorte cardigans, så du kun har 1 tilbage (hvad skal du bruge de andre til? Du ser éns ud, hver gang du har dem på).

Er du f.eks. ikke vant til at bruge tilbehør, så start i dag med at tage et armbånd på, du godt kan lide og som giver dig en god følelse - også selvom du ikke "skal noget".

Er du f.eks. tilbøjelig til at dele dit tøj ind i kategorier ("arbejdstøj", "fritidstøj", "festtøj" osv.) så start med at tage en "fest" bluse på en helt almindelig hverdag, og lad resten af dit outfit være noget, du plejer at bruge.

Start i det små - og tillad dig at fejre, når du når et delmål.



Begynd i dag!

Start med at gøre, hvad du kan gøre - ALLEREDE I DAG! Fordi hver gang du udsætter / bortforklarer / undskylder, så bekræfter du dig selv i at du IKKE kan.

Og til sidst, så KAN du ikke!

Hvis du derimod går i gang allerede i dag, og måske også overkommer den første lille forhindring, så har du allerede lavet et positivt spor for dig selv, der fortæller dig, at DU KAN!

Og det giver selvtillid. Lige med det samme!

Vil du videre med din stil?

Jeg håber, at du har kunnet bruge min lille guide til at komme i gang med den forandring, du ønsker.

Synes du, at det virker uoverskueligt og vil du gerne have hjælp til at komme i gang, kan jeg tilbyde flere muligheder:

En Stilguide, hvor du kommer til mig med 8-10 sæt tøj, sko og noget af dit tilbehør. Derud fra finder vi din stilkerne, din kropstype og jeg giver dig forslag til, hvordan du kan sætte dit tøj sammen på nye og spændende måder.

Et Garderobetjek, hvor jeg kommer hjem til dig og gennemgår din garderobe. Jeg hjælper dig med at rydde op og skabe overblik. Undervejs finder vi din stilkerne og din kropstype, og jeg giver dig en masse tips til at få det maksimale ud af din garderobe.

En Shoppingtur, hvor vi mødes i en butik, vi har aftalt. På forhånd har jeg fundet nogle sæt tøj til dig, som både udfordrer dig lidt, viser dig nye muligheder, men som samtidig passer til den garderobe, du allerede har.



Find min hjemmeside hér: www.gitte-m.dk

Eller følg mig på Facebook og få dit daglige stil fix hér: [Gitte M.](#)

Vi ses!



Afslappet stilkerne



Gitte M

Enkel stilkerne



Gitte M

Feminin stilkerne



Gitte M

Klassisk stilkerne



Gitte M

[illegible]

3. udgave © 2020 Stylecoach Gitte M

Boheme stilkerne



Gitte M

Den perfekte basisgarderobe



Note:

Alle portrætfotos er taget af Jeppe Mehlsen fra Mit Perspektiv.

Alle øvrige billeder er hentet fra Unsplash.