

Gratis Gids

Creëer een garderobe die
écht past bij wie jij bent!



@style.your.shape

De kleding die we dragen laat aan de buitenkant zien wie we aan de binnenkant zijn. Het is een reflectie van onze ziel en als het ware onze 'tweede huid'. Daarom is het belangrijk dat je je echt comfortabel voelt in wat je draagt. Het moet JOUW persoonlijke stijl zijn.

Als het heersende modebeeld op dat moment niet iets is wat jij mooi vindt, draag het dan zeker niet.

Daar word jij niet gelukkig van.

Je zult jezelf dan niet zeker voelen en daardoor niet sterk in je schoenen staan. Zodra je de juiste kleding draagt die bij jouw persoonlijkheid past, zul je dit echt voelen en zelfverzekerder overkomen naar de buitenwereld.



opdracht 1

Maak een moodboard



Het kan soms best lastig zijn om te ontdekken wat jouw persoonlijke stijl is. Op social media zie je veel van anderen voorbijkomen en word je overspoeld met de trends van het moment.

Daarom gaan we op een ontdekkingstocht!

Als eerste gaan we aan de slag met het maken van een moodboard. Dit is een heerlijke activiteit waarin je jezelf kunt verliezen. Door alles wat je leuk vindt op een rijtje te zetten, krijg je een overzicht van waar jouw smaak je naartoe leidt.

- Neem hier rustig de tijd voor! Reserveer een paar uur voor jezelf en geniet van een kopje koffie, thee of een glas wijn.
- Blader door tijdschriften en knip de outfits uit die je leuk vindt. Plak ze op een mooie achtergrond en creëer visueel iets prachtigs! (Als je wilt, kun je even langs een winkel zoals Action gaan voor leuke knutselspullen!)
- Als fysiek knippen en plakken niet jouw ding is, kun je ook online inspiratie opdoen. Pinterest is een handige tool waar je gratis een account kunt aanmaken om je verzameling samen te stellen.



opdracht 1

Maak een moodboard



Onthoud dat het niet draait om de lichaamsvormen van de dames die de kleding dragen. Denk dus niet: "oh, dat staat mij toch niet of dat past mij niet". Het belangrijkste is wat jij mooi en leuk vindt en waarvan jij het gevoel hebt dat het echt bij je past!

Analyseer je moodboard! Merk je bepaalde herhalende elementen op? Bijvoorbeeld specifieke prints of stoffen? Misschien zie je ook dat je vaak kiest voor broeken en leuke tops, terwijl rokken en jurken ontbreken. Op deze manier heb je de eerste stap gezet naar het ontdekken van jouw eigen persoonlijke stijl!

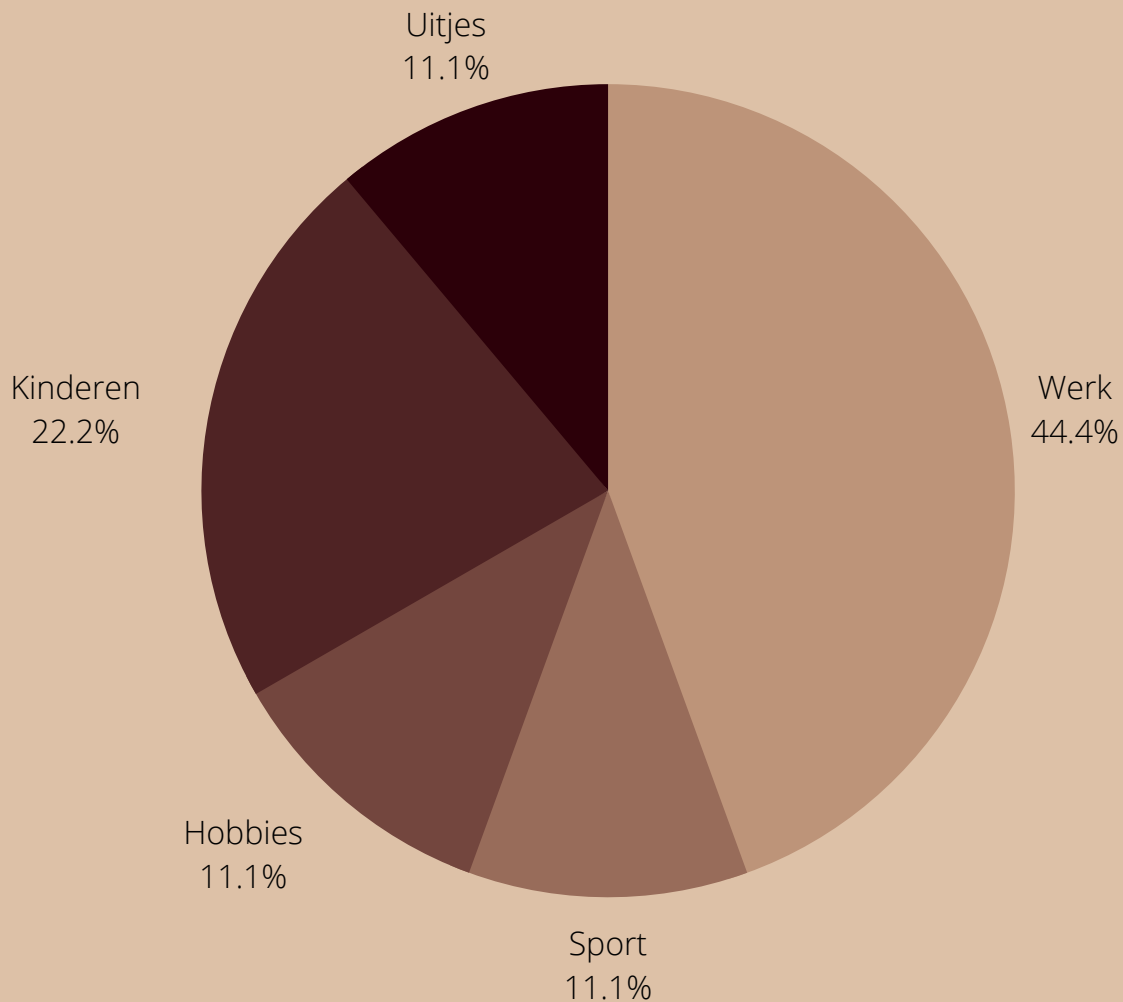
opdracht 2

Hoe ziet mijn gemiddelde week eruit?



Iets waar je wellicht nog nooit echt over hebt nagedacht, is of de kleding die je al bezit past bij de indeling van je weken. Wat heeft voor jou dus prioriteit? Welke eisen stel je aan je kleding?

Maak voor jezelf een cirkeldiagram en ga na hoeveel tijd je besteedt aan verschillende activiteiten. Schrijf bij elk segment wat je nodig hebt voor die specifieke activiteit en wat je belangrijk vindt.



Wanneer je dit alles goed in kaart hebt gebracht, zul je wellicht tot de conclusie komen dat er veel kleding in je kast ligt die je eigenlijk te weinig draagt, simpelweg omdat je er geen tijd voor hebt! In de volgende stap gaan we hiermee aan de slag!

opdracht 3

Duik je kast in!



We gaan aan de slag met het maken van combinaties!
Dit kan even wat tijd kosten, maar het is echt de moeite waard!

Stap 1:

Kies een onderstuk en probeer verschillende bovenstukken uit die goed passen bij dit onderstuk.

Stap 2:

Maak van elke outfit een foto, zodat je deze later kunt bekijken.

Stap 3:

Wanneer je alle mogelijke combinaties met het eerste onderstuk hebt geprobeerd, wissel je van onderstuk en herhaal je stap 1 en 2.



opdracht 3

Duik je kast in!



Nu je alle combinaties hebt vastgelegd, is het tijd om ze stuk voor stuk te bekijken en te beslissen welke combinaties je daadwerkelijk wilt dragen. Je hoeft natuurlijk niet alle combinaties te dragen, alleen diegene die je echt leuk vindt. Dit proces geeft je inzicht in wat je allemaal hebt en zorgt ervoor dat je nooit het gevoel hebt dat je niets hebt om aan te trekken.

Je kunt dit proces op je eigen tempo doen, het hoeft niet in één keer afgerond te worden. Neem gerust pauzes wanneer je er even genoeg van hebt, of pak het op een andere dag weer op. Het belangrijkste is dat je plezier hebt tijdens het ontdekken van jouw favoriete combinaties!



opdracht 4

Kill your darlings



We gaan eens kritisch kijken naar een aantal items waar we afscheid van kunnen nemen. Dit klinkt misschien wat streng, maar het helpt om een overzichtelijke en passende garderobe te creëren. Wist je dat de meeste mensen ongeveer 80% van hun kleding niet regelmatig dragen?

Soms maken we impulsieve aankopen die we eigenlijk niet nodig hebben, omdat iets bijvoorbeeld in de aanbieding was of een trend op dat moment. Later realiseren we ons dan dat het eigenlijk niet goed bij ons past. Laten we afscheid nemen van de volgende items:



opdracht 4

Kill your darlings



1. Items die niet meer passen: Als je ze echt wilt bewaren voor de toekomst, plaats ze dan in een plastic bak en bewaar ze op zolder.
2. Items die je vorig seizoen niet hebt gedragen: Als je ze niet leuk genoeg vindt om te dragen, nemen ze alleen maar onnodige ruimte in beslag.
3. Oncomfortabele kleding: Als iets niet lekker zit, draag je het waarschijnlijk niet. Neem afscheid van oncomfortabele items.
4. Kapotte items: We hebben allemaal wel kledingstukken waar een naadje los zit of een gaatje in zit. Repareer ze indien mogelijk of doe ze weg.
5. Impulsaankopen die niet bij je passen: Geef ze weg aan een goed doel of verkoop ze.
6. Items die niet passen bij je moodboard van opdracht 1: Laat deze items los en geef ze een nieuwe bestemming.

Door afscheid te nemen van deze items creëer je ruimte in je kast voor kleding die je echt graag draagt en die goed bij je past.

opdracht 5

Maak conclusies



Nu we vier opdrachten hebben afgerond, is het tijd om alles op een rijtje te zetten!

1. Je hebt een moodboard gemaakt om een visueel overzicht te krijgen van jouw persoonlijke smaak.
2. Je hebt in kaart gebracht hoe jouw week eruitziet en welke kleding je nodig hebt om de week door te komen.
3. Je weet nu wat je al in je kast hebt liggen en welke combinaties je kunt maken.
4. Je hebt afscheid genomen van kledingstukken die niet meer bij jouw leven passen en alleen kleding in je garderobe gehouden waar je echt blij van wordt.

Neem nu even de tijd om voor jezelf na te gaan of je nog items mist. Komt jouw huidige garderobe overeen met het moodboard dat je eerder hebt gemaakt? Word je blij van je huidige garderobe en heb je weer zin om die leuke combinaties die je hebt ontdekt te dragen?

Als je merkt dat er nog items ontbreken of dat je garderobe nog niet helemaal in lijn is met jouw persoonlijke stijl, kun je overwegen om gericht te gaan shoppen om deze gaten op te vullen. Maar onthoud altijd dat kwaliteit boven kwantiteit gaat en dat het belangrijk is om bewust te blijven van wat je echt nodig hebt en waar je blij van wordt.

"Real style is never right or wrong
It's a matter of being yourself on purpose"

-G. Bruce Boyer



Wat kan ik verder voor jou betekenen?

www.styleyourshape.nl

Om jou zo goed mogelijk te kunnen helpen, bied ik een uitgebreid pakket aan om jou je lichaam beter te leren kennen!

Kleurenanalyse - Garderobecheck
- Personal Shopping Experience -
Het New Me Stijltraject

Ik heb ook een uitgebreid online handboek samengesteld die je zal helpen bij het omgaan met lichamelijke onzekerheden!

In dit handboek komt aan bod;

- De verschillende figuurtypes en hoe je jouw eigen figuur kunt identificeren.
- Tips en tricks om je figuur op de juiste manier te accentueren en te camoufleren.
- Advies over hoe je je lichamelijke onzekerheden kunt aanpakken en stylen.
- Een introductie tot de verschillende stijltypes.

Je hebt dit handboek al
voor maar liefst € 34,99!

Vond je dit interessant?



Volg mij op
social media via
[@style.your.shape](#)



Deel met
anderen



Geef jouw mening



Benieuwd wat ik nog meer allemaal voor je kan betekenen?
Check dan www.styleyourshape.nl

© 2024 Antje Johanna van der Wal

Deze gids is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. De maker kan echter niet aansprakelijk worden gesteld voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, online publicatie of op welke andere wijze en/of door welk ander medium dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de maker.

Het gebruik van de guide delen op social media mag wel.

Tag dan [@style.your.shape](#) Bedankt!