http://www.in-style.pl/HeroGraf/logo-instyle.gif Wrocław, 25 marca 2014

**www.in-style.pl**

**www.man-in-style.pl**

**Ilona Niebał**

Stylistka i personal shopper

e-mail: ilona@in-style.pl

tel.: +48 603 89 49 09

**PORADNIK STYLISTKI**

*Witam,*

*Dziękuję za zainteresowanie moimi poradami dla użytkowników serwisu MyDwoje.pl Z przyjemnością odpowiem na Pani pytania. Poniżej krótkie przypomnienie problemu i proponowane przeze mnie rozwiązanie.*

**Zofia:**

1. „Mój problem to brzuszek, którego po urodzeniu dziecka nie bardzo mogę się pozbyć. (…) problematyczny jest brzuch i zwałki tłuszczyku z tyłu plecków (taka rodzinna budowa).(…) ląduje czasem w tunikach w których wyglądam jak w ciąży.

**Ilona Niebał, stylistka:**

To my pamiętamy o naszych problemach, myśląc „mój brzuch”, „moje uda”, „moje łydki” itd. **Inni ludzie, np. widząc nas po raz pierwszy, odbierają nas jako całość**, ale pod jednym warunkiem: kiedy całość naszego stroju pasuje do nas i naszej sylwetki oraz składa się z elementów wzajemnie pasujących do siebie.

Rozwiązanie Pani problemu oprzyjmy na dwóch filarach: odciąganiu uwagi i maskowaniu. Po pierwsze szukamy więc w sylwetce atutu, do którego przykuwamy uwagę, by ją skutecznie odciągnąć od brzuszka. W Pani przypadku **atut to nogi. Odkrywamy je i podkreślamy**. Najlepiej sukienkami i spódnicami o długości tuż przed kolano lub krótszych, jeżeli Pani praca na to pozwala. Równie dobre będą legginsy i wąskie spodnie. Takie podkreślenie nóg sprawi, że **cała sylwetka wyda się szczuplejsza, nabierze także lekkości**.

To odciąganie uwagi.

Natomiast maksymalny komfort zapewni połączone z nim maskowanie.

Jak je osiągnąć? **Trzymajmy się zasady szeroko-wąsko**, czyli wybierajmy luźniejsze góry i dopasowane dolne części garderoby. Przykładem może być spódnica ołówkowa połączona z bluzką wykończoną u dołu gumką np. taka jak na tym zdjęciu: <http://www.camaieu.pl/F-10037-tee-shirt/P-82509-damski-top-z-geometrycznym-wzorem.html> Takie bluzki powinny być ze zwiewnych, cienkich, nie przylegających do brzucha tkanin.

Dobrym fasonem góry będzie też oversize – fason, który nie przylega: <http://www.promod.pl/kobiety/bluzki---t-shirty/t-shirty-z-krotkim-rekawem/bluzka-damska-nadruk-w-kolorze-bladorozowym-R8250041541.html>

Jak może już Pani zauważyła na tych przykładach, **maskowaniu brzuszka będzie służył nie tylko fason, ale i drobne wzorki na całej bluzce lub chociaż na jej przedniej części.** Tak samo będzie działał print na całości przedniej części t-shirtów: <http://www.reserved.com/pl/pl/woman/all/t-shirts/y8603-99x/printed-t-shirt>

Oczywiście wspomniane przez Panią tuniki to także dobre, choć nieco ryzykowne rozwiązanie. Żeby się nie poszerzyć (to właśnie to ryzyko!), **warto połączyć tunikę z dopasowaną kamizelką lub idealnie leżącą marynarką** – obie te części garderoby należy nosić rozpięte.

**Zofia:**

1. „nie mogę "wyjść" z czerni. Tylko w lato jaśniejsze rzeczy noszę, a tak zwykle czarne, ew. szare, smutne wszystko jak diabli. Czasem biel, ciemną zieleń, bordowy. Klasyczne kolory, ale w 90% przypadków czarny i to chyba jest mój największy problem bo nie wiem w jakich kolorach powinnam chodzić, jakie na dół, jakie na górę. Czy jest tutaj w kolorze jakiś złoty środek na ukrycie brzuszka i żebym zawsze nie wyglądała jak w żałobie”.

**Ilona Niebał, stylistka:**

**Najistotniejsze są kolory w bliskim sąsiedztwie twarzy.** To one – idealnie dobrane - powinny podkreślać typ urody, a nawet gdy nie jesteśmy wyspane, sprawiać, że wyglądamy świeżo. Dobiera się je do koloru włosów, oprawy i koloru oczu oraz odcienia cery. Na przesłanych zdjęciach nie widać dokładnie Pani twarzy. Jednakże **ma Pani ciemne włosy i prawdopodobnie wyraźną oprawę oczu, a dzięki temu jest wiele kolorów, w których będzie Pani wyglądać doskonale – w jasnych, średnich i ciemnych odcieniach**. Na początek polecam sięgnięcie po **pastelowe odcienie**, których jest mnóstwo w wiosenno-letnich kolekcjach - np. błękity, pudrowy róż, miętę, delikatny żółty. Te odcienie **będą też idealnie pasować do czerni i szarości**, które już ma Pani w swojej szafie.

Inna droga ku jaśniejszym kolorom to sięgnięcie po dodatki: np. do czarnej sukienki proszę spróbować założyć apaszkę w jasnym lub energetycznym odcieniu. Tak samo, jeżeli chodzi np. o torebkę – zamiast czarnej czy szarej proszę wybrać jakiś nieneutralny kolor.

W przyszłości polecam zamiast rzeczy czarnych wybierać - przynajmniej niektóre - w kolorze granatowym – mimo że to także ciemna barwa, to **granat jest mniej przytłumiający/przytłaczający niż czerń** – pasuje bardzo wielu osobom, które w kolorze czarnym wyglądają „smutno”.

Jeżeli chodzi o dolne części garderoby, ze względu na wysoki wzrost i szczupłe nogi oraz proporcjonalną budowę może Pani wybierać dowolne kolory – i jasne, i ciemne, a nawet – tak modne teraz - spodnie w kwiaty czy wzory. Do tych ostatnich proszę jedynie pamiętać, żeby jednolita kolorystycznie góra była koniecznie w fasonie z gumką u dołu lub oversize.

*Powodzenia!*

*Serdecznie pozdrawiam i życzę radości z ubierania!*

*Ilona Niebał*