

Olivia Goldsmith /
Amy Fine Collins

STIL MIT GEFÜHL

Kleider,
die zur Seele passen

Deutsch von Barbara Ostrop

Rowohlt Taschenbuch Verlag

687.5.01

INHALT

Ein paar Vorbemerkungen 11

1 Die Modefalle 22

oder

Warum die meisten Frauen nicht gut gekleidet sind
Ursachen für das Problem mit dem persönlichen Stil

2 Kleider und Ängste 38

oder

In diese Fallgruben können Sie stolpern
Die sechzehn Ängste, die zwischen Ihnen und gutem Stil stehen

3 Einfach ist nicht leicht 52

oder

Mit Zen zum eigenen Stil
*Wie Sie Ihren Kleiderschrank ausmisten und
dabei Ihr wahres Ich finden*

4 Selbsterkenntnis 74

oder

Spieglein, Spieglein an der Wand
*Wie Sie entdecken, wie Sie wirklich aussehen –
und was Sie damit erreichen können*

5 Wohlbefinden contra Stil 94

oder

Der Balanceakt

*Wie Sie die Spannung zwischen gut aussehen
und sich wohl fühlen lösen können*

6 Moment mal 103

oder

*Wie gewichtig ist eine schlanke Taille?
Warum Ihr Gewicht keine Entschuldigung ist,
nicht jetzt schon gut auszusehen*

7 Strategien 110

oder

*Todsichere Tips für den stilvollen Look
Sechs Möglichkeiten, sich schick und einfach zu kleiden*

8 Hilfe! 121

oder

*Wie Sie Ihren Mode-Guru finden
So bekommen Sie die Unterstützung, die Ihnen wirklich hilft*

9 Kleiderprobe 131

oder

*Beim Anziehen am Morgen hat es mir noch gefallen
Das Probetragen Ihrer neuen Garderobe und die letzten
Korrekturen*

10 Shopping 145

oder

Das gefährliche Spiel

So kaufen Sie Kleider, ohne daß Ihr Schrank überquillt

11 Accessoires 162

oder

Der letzte Touch

*Wie Sie die kleinen Extras auswählen, die Sie brauchen,
und sich des Rests entledigen*

12 Jetzt nicht lockerlassen 183

oder

So bleibt Ihr Kleiderschrank in Form

Wie Sie aus Ihrem Kleiderschrank einen Verbündeten machen

13 Die gepflegte Erscheinung 194

oder

Seien Sie gut zu sich und Ihren Sachen

Wie Sie Kleider, Haut und Haar liebevoll pflegen

14 Veränderungen 224

oder

Was? Nach all der Mühe?

*Wann Sie Ihren persönlichen Stil auffrischen oder verändern
sollten*

Zu guter Letzt 239