

Schrank Alarm

16.02.2015, 19:30 | Mode, Trends, Lifestyle

Pressemitteilung von: *Martina Berg - Image 50plus*

Presseagentur: *Martina Berg - Image 50plus*



Kleiderschrank Check - immer das Richtige im Schrank

Wissenschaftlich nachgewiesen ist, dass 70 % des Kleiderschranks nicht getragen wird. 30 % sind die Kleidungsstücke, die regelmäßig ausgeführt werden.

Warum haben wir so viele ungenützte Kleidung? Warum tragen wir nur bestimmte Outfits? Oft liegt es daran, dass Kleidung nicht mehr passend ist. Ab und an haben wir uns zu Fehlkäufen verleiten lassen. Häufigster Grund für einen vollen Kleiderschrank ist, dass zu selten aussortiert wird.

Martina Berg, Imageberaterin und Stilexpertin aus München, gibt Ihnen Tipps, wie Sie bald wieder Ordnung und Übersicht im Schrank erhalten. Martina Berg: „Viele Damen sind erstaunt, sobald die Zahlen 70:30 im Raum steht. Unverständnis und Kopfschütteln sind die häufigsten Reaktionen. Eines ist sicher: Sie sind nicht allein!“

Tipps von der Stilexpertin Martina Berg:

Tipp 1: Ordnen Sie nach Kategorien

Oberteile, Blusen, Pullis, T-Shirts, Cardigans, Twin-Sets.

Sortieren Sie nach Farben und nach Ärmellänge. Alle Oberteile, die Sie längere Zeit nicht mehr getragen haben, sollten Sie aussortieren, verschenken, oder in den Second-Hand geben.

Tipp 2: Röcke und Hosen

Enger Rock, weiter Rock, Hosen mit engen Beinen, Hosen mit weiteren Beinen.

Überlegen Sie beim Sortieren, mit welchem Oberteil Sie welches Unterteil bisher kombiniert haben. Sind Sie mutig und kombinieren nach Farbfamilien. Dadurch erhalten Sie zahlreiche Kombinationen und gestalten immer wieder einen neuen Look. Also warme Farben mit warmen Farben und kalte Farben mit kalten Farben kombinieren.

Tipp 3: Business-Kleidung und Freizeit-Outfits

Sortieren Sie Ihre Kleidung nach Anlass. Welche Kleidung ist bürotauglich und welche eignet sich besser für den Freizeitbereich. Sofort erhalten Sie eine klare Übersicht und haben nicht mehr die Qual der Wahl.

Tipp 4: Bestandsaufnahme

Welche Basics sind im Schrank vorhanden?

Wie sind diese zu kombinieren?

Achten Sie auf qualitativ hochwertige Basisteile. Diese sollten von den wechselnden Modetrends unabhängig sein.

Tipp 5: Die Trennung

Trennen ist schwer. Hilft aber weiter. Trennen Sie sich von Kleidung, die Sie seit mehr als 2 Jahren nicht getragen haben. Verabschieden Sie sich vom Gedanken, wieder in die Kleidergröße, die Sie seit Jahren nicht mehr tragen, irgendwann einmal wieder zu passen. Bis dahin hat sich die Schnittführung so geändert, dass die Garderobe nicht mehr zeitgemäß wirkt

Mein spezieller Profi-Tipp:

Stellen Sie komplett unterschiedliche Kombinationen mit Blazer, Schuhe, Accessoires, Tücher, Schmuck und Mantel oder Outdoor-Jacke zusammen. Die Ergebnisse fotografieren Sie ab. Dokumentieren Sie die verschiedenen Bilder an die Schranktür. An un kreativen Tagen erleichtert es die Outfitfrage und Sie wissen immer, wie sie sich situationsbedingt kleiden können.

Eine Hilfe für den Start in den Tag: Überlegen Sie sich am Abend vorher, was am nächsten Tag das passende Outfit ist. Welches Meeting ist angesagt, oder wo treffen Sie sich mit wem? So erspart es am hektischen Morgen lange Überlegungen und lässt Sie entspannter in den Tag starten.

Portrait

Martina Berg ist Expertin und Trainerin für Gesellschafts- und Persönlichkeitsentwicklung. Sie ist Schulungsleiterin bei den unterschiedlichsten Unternehmen. Ihre Schwerpunktthemen sind: Imageberatung für Mitarbeiter, Business Etikette für Vertriebsmitarbeiter, Management-Assistentinnen und angehende Führungskräfte.

Sie ist TV-Fashion-Expertin, berät Damen und Herren, die privat gut ankommen und beruflich vorankommen möchten.

In eigenen offenen Seminaren haben Damen die Möglichkeit, sich zu den Themen Farben, Stil und Make up schulen zu lassen.

News-ID: 839711 • Views: 1957 (Stand: 24.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/839711/Schrank-Alarm.html>