

# KAPSZULAGARDRÓB-TERVEZŐ

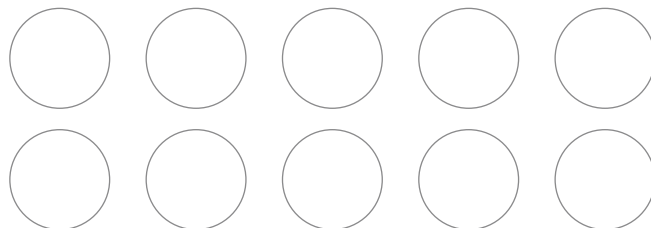
## ESEMÉNYEK, UTAZÁSOK



Ide írhatod minden olyan eseményt, ahol elegánsabb, nem hétköznapi ruhában kell megjelenned (pl. esküvő, állásinterjú, ünnepi vacsora). Ezen kívül a szezonban tervezett utazásokat is feljegyezheted.

- Gondold végig, milyen ruhákat szeretnél felvenni ezeken az eseményeken, utazásokon.
- Dönthetsz úgy is, hogy a különleges eseményeket külön kezeled a kapszuládtól, és tartasz 1-1 elegáns szettet a közelben arra az esetre, ha épp szükséged lenne rá.

## SZÍNPALETTA



Válassz pár semleges színt, melyek a ruhatárad alapját alkotják (pl. szürke, fekete, fehér, sötétkék), majd válassz melléjük még pár kiegészítő színt, melyeket szeretnél hordani ebben a szezonban.

- Indulj ki a jelenlegi kedvenc ruháid színéből.
- Hideg vagy meleg árnyalatokat kedvelsz inkább?
- Van esetleg olyan szín, amit eddig nem hordtál, de most szeretnél?
- Ha ismered a színtípusodat, saját színeidet, az segíthet a palettád összeállításánál.
- Válassz olyan színeket, melyek jól kombinálhatók, jól mutatnak együtt, illenek a személyiségedhez, stílusodhoz, életmódodhoz.
- A paletta kitöltéséhez használj bármilyen színező eszközt, ami épp kéznél van. Színes ceruzát, filcet, tollat, zsírkrétát, festéket. De persze csak egyszerűen bele is írhatod a színek nevét a karikákba.

## KEDVENC RUHADARABOK

## KEDVENC ALAPANYAGOK



Válassz ki pár kedvenc ruhadarabot a szekrényedből, melyet szeretsz és szívesen fogsz hordani az elkövetkezendő pár hónapban.

- *Emlékezz vissza, miket hordtál tavaly ilyenkor. Még mindig ugyanazok a kedvenceid vagy egészen mások kerülnek a listára?*
- *Azon is gondolkodhatsz, miért is szeretsz egy-egy ruhadarabot. Kényelmes? Illik hozzád a színe? Jó az anyaga? Szép a mintája? Szereted, mert nem kell vasalni? Könnyen variálható? Pozitív emlékek kötődnek hozzá?*
- *Ha rájössz, miért kedvenc a kedvenc, legközelebb tudatosabban tudsz vásárolni. Így kevesebb olyan ruhát fogsz venni, amiket nem szeretsz hordani.*

Írd össze, milyen anyagú ruhákat szeretsz, milyen anyagú darabokat tartalmazzon a kapszula. Azokat az anyagokat is leírhatod, amiket eddig nem próbáltál, de az idei szezonban szeretnél.

- *100% pamut farmer szóba se jöhet, mert nagy rajongója vagy az elasztánnak? Nem szereted már az akril pulcsikat, mert fontos számodra, hogy ne kerüljön mikroműanyag a vizekbe?*
- *Kipróbálnád a kasmírt, mert a sima gyapjútól viszketsz? Nem szereted a lent, mert vasalni kell? Vegán vagy, ezért szóba se jöhet bőr és selyem? Sportruhából kipróbálnál valami természetesebbet a poliészter helyett, például tencelt?*

## MIT SELEJTEZEK KI?

## MIT KELL MEGJAVÍTANI, ÁTALAKÍTANI?



Nézd át a szekrényedet, van-e benne olyan ruhadarab, melytől szeretnél megválni.

Melyek azok a ruhadarabok, kiegészítők a szekrényedben, amiket szívesen hordanál a szezonban, de javításra, átalakításra szorulnak?

- *Van olyan darab, melyet nem volt jó érzés hordani az előző szezonban?*
- *Van olyan, amit kinőttél, elhasználódott, nem illik az életmódodhoz, nem illik a stílusodhoz, nem illik a többi ruhádhoz? Aminek már nem tetszik a színe, fazonja, anyaga? Ami szúr, nyom, csúszkál, nem kényelmes?*
- *Ha most még nem tudod megállapítani bizonyos ruhadarabokról, hogy kielejtezted-e vagy sem, eldobozolhatod pár hónapra, és ha egyáltalán nem hiányzik, megfeledekezel róla, azt már veheted jelnek, hogy tulajdonképpen semmi szükséged rá.*
- *Egy másik módszer a „talán” kupacban található ruhák szelektálásához, hogy hordd őket pár órán, vagy akár egy egész napon keresztül. A végére tudni fogod, hogy jó érzés-e viselni vagy nem.*

- *Leszakadt a gomb a tavalyi kabátodról? Át akarod festeni a vitage bőr táskád? El kell vinni talpaltatni a cipőd?*
- *Fel kell hajtani a nadrágod szárát? Kilukadt a pulcsid, meg kell varrnod? Keresned kell egy varrónőt, aki rád igazítja az új szoknyádat? Úgy döntöttél, átfested egy régi pólódat sárgára, mert úgy sokkal szebb lenne, mint fehérén?*
- *A felírt változtatásokat minél előbb hajtsd végre, ne halogsd az örökkévalóságig. Ha sosem jutsz el a varrónőhöz, akkor inkább selejtez ki azt a ruhát, amit varrni kell.*

## SZETTEK, PÁROSÍTÁSOK



Láttál olyan szetteket valahol, amik tetszettek és szívesen kipróbálnád őket ebben a szezonban?

- *Inspirálódhatsz Pinteresten, magazinokban, filmekből, ismerősök által, blogokon, Youtube-on.*
- *Otthonról dolgozol és a pamut pólók helyett inkább bő ingekkel párosítanád a leggingst?*
- *Tetszik a maxiruha + bakancs párosítás, amit eddig nem mertél kipróbálni, viszont most eljött a te időd?*
- *Nagyon tetszik a farmer overál garbóval, de előbb venned kéne egy farmer overált, hogy kipróbálhasd?*
- *Ruhacserén szereztél egy kardigánt, és vannak ötleteid, mivel hordhatnád, de még több inspirációra van szükséged?*

## MIKET SZERETNÉK BESZEREZNI?



Ide írhatod mindent, amire szükséged van ebben a szezonban, úgy gondold, hogy jól illene a ruhatáradba, ki tudnád használni. De még jobb, ha semmire sincs szükséged, és a már meglévő ruháidból tudod összeállítani a kapszulát.

- *Van olyan elhasználódott ruhadarab a szekrényedben, amit le kell cserélned egy újra?*
- *Kezdd azokkal, amikre mindenképpen szükséged van, majd felírhatod azokat is, amik nem fontosak annyira, de tetszenek.*
- *Ez a lista nem jelenti azt, hogy mindent meg is kell vened. Viszont ad egy támpontot. A segítségével már tudod, mire van szükséged, így kisebb az esélye, hogy meggondolatlanul fogsz vásárolni.*

## HOL SZERZEM BE A RUHÁKAT?



Írd össze a kedvenc márkáidat, boltjaidat, ahol szeretnéd beszerezni a listán szereplő ruhadarabokat. Egyéb alternatív megoldásoknak is itt a helye.

- Ide írhatod például a kedvenc second hand boltodat vagy helyi tervezőket.
- Szeretsz Facebook Marketplace-en ruhát venni, vagy online használtruha-boltokban?
- Tervezték esetleg mostanában ruhacserét a barátnőiddel, rokonokkal, kollégákkal?
- Előbb a tesód szekrényét nézed át, és csak utána a boltok kínálatát?
- Vagy a barátod/férfjed ruhatárával szemezel egy ideje? Kinéztél benne egy tökéletes oversize inget vagy pólót, amit elcsórhatsz néha?
- Lesz egy ruhavásár a közeledben, amire mindenképpen mérsz?

## RUHADARABOK

A következő oldalon egy 39 pontból áll listát találsz. Itt írhatod össze, miket tartalmazzon a kapszulagardróbod. Nem kell feltétlenül pontosan ennyi ruhából állnia a kapszuládnak. Dönthetsz kevesebb, illetve több darab mellett is.

- Eldöntheted, hogy a cipőket, kiegészítőket is szeretnéd-e listázni, vagy csak a ruhákat.
- Courtney Carver a [Project 33](#)-ban kiegészítőkkal együtt számolja a 33 darabot, Caroline Joy kiegészítők nélkül állította össze [37 darabos kapszuláját](#). Én 35 darabbal indítottam az [enyémet](#). Te is kitalálhatod a saját változatodat.
- A kapszulagardrób lényege nem az, hogy szenvedj, miközben kevés ruhából öltözködsz. Ha valami nem stimmel, vagy túl kevésnek érzed a ruhák számát pár hét múlva, adj hozzá vagy cseréld ki valamit.
- Bármit is változtatsz a szabályaidon, a végére mindenképp tanulni fogsz valamit. Magadról, a stílusodról, az öltözködési szokásaidról.
- A ruhákat, amiket nem válogattál be a kapszulagardróbba, pakold el úgy, hogy ne lásd őket. Másik szekrénybe, dobozokba, ágy alá, szekrény tetejére, ahol épp helyet találsz. Mikor pár hónappal később újra előveszed őket, úgy fogod érezni, mintha lenne egy csomó új ruhád, anélkül, hogy bármit is vásárolnod kellett volna.

KELLEMES TERVEZGETÉST!

# RUHADARABOK, KIEGÉSZÍTŐK

