



MINI CURSUS  
GARDEROBEPLANNING

**LES 2**



WELKOM BIJ: De mini-cursus garderobeplanning!

Welkom! Welkom, welkom, welkom! Wat gaaf dat je mee doet met mijn mini-cursus en de stap naar een opgeruimde kledingkast en een opgeruimd hoofd hebt gezet!

Deze mini-cursus bestaat uit zeven lessen. Deze zeven lessen bestaan weer uit zeven werkboeken en af en toe wat extra's. Het boek waar je nu in leest is een van de zeven werkboeken van deze cursus. In deze werkboeken heb ik alles voor je uitgeschreven en stel ik je vragen en geef ik je opdrachten naar aanleiding van de kleur van de dag.

“Hoe begin ik met deze opdrachten?”, denk je misschien. Allereerst raad ik je aan om het werkboek goed door te lezen. Ga er rustig voor zitten.

Ready? Set. Go!

Wanneer je de boeken hebt gelezen is het tijd voor de opdrachten. Ik vind het ongelooflijk belangrijk dat jij jezelf de tijd geeft om de opdrachten te maken. Wanneer jij een week nodig hebt, gebruik een week. Heb je een maand nodig? Doe er een maand over! Ga in ieder geval rustig zitten, denk goed na en zet daarna alles voor jezelf op papier. Op deze manier kan je altijd nog even terugkijken naar wat je ook alweer had opgeschreven. En wie weet zijn al jouw antwoorden over een halfjaar veranderd en kan je jouw progressie bewonderen!

Deze mini-cursus geeft je voornamelijk inzicht in hoe jouw garderobe bij jouw 'ik' aansluit en andersom! Ik wil je inspireren en je aan het einde van deze cursus zelf de antwoorden op de 'hoe' vragen laten geven.

‘De allermooiste versie van jouw ‘ik’ + de allermooiste versie van jouw garderobe + de allermooiste kleuren = Personal Branding & Kleur’.

WAT OVER MIJ...

Al jaren geef ik advies over kleur en kleding. Door de jaren heen ben ik me steeds meer gaan focussen op kleur en wat voor invloed kleur heeft op ons dagelijks leven.

We kunnen van alles halen uit kleur. Kleur is energie, kleur werkt op je gevoel, kleur is een onbewust communicatiemiddel en kleur spreekt tot ieders verbeelding. Veel van wat wij met kleur doen en kunnen doen wij onbewust.

In al mijn programma's zoek ik graag naar de onderliggende lagen. Hierbij ga ik je inspireren en informeren over een heleboel persoonlijk en mogelijk gevoelige onderwerpen. Wanneer je je hier niet goed bij voelt, raad ik je aan niet verder te lezen en de mini cursus te pauzeren. Eventueel ben je er binnenkort wel klaar voor. Alles op zijn tijd.

Je zal 2 maanden toegang hebben tot de onlinepagina van mijn mini cursus.

Wanneer je op dit moment open staat voor mijn visie op kleur, kleding en personal branding, dan help ik je ontzettend graag met het vinden van de voor jouw allerbeste combinatie van deze drie!

Jouw balans vinden met behulp van kleur en je bewust maken van alles wat de juiste kleuren kunnen veranderen, dat is mijn missie.





## OPDRACHT 1

Opdracht 1 staat in het teken van jouw buitenwereld. Hoe de mensen om je heen jou? Wat straalt jij volgens hen uit? Wat zijn jouw kwaliteiten volgens hen?

Neem het werkboek, of een los papiertje, en een pen en ga rustig zitten.

1. Neem het werkboek en eventueel je telefoon, tablet/iPad, laptop of computer voor je.
2. Adem drie keer diep in en uit. Laat je schouders vallen en ontspan.
3. Ik wil je vragen om aan tien tot vijftien mensen in jouw omgeving te vragen wat zij zien als jouw drie belangrijkste kwaliteiten. Het liefst zijn dit personen in je directe omgeving, zij kennen jou natuurlijk het beste.
4. Schrijf al deze kwaliteiten op en vergelijk het met jouw antwoorden op vraag 3 van opdracht 1. Komt het overeen? Komen de kwaliteiten uit de lijst terug in jouw zelfbeeld?
5. Nu komt jouw telefoon, tablet/iPad, laptop of computer om de hoek kijken! Surf naar de website: <https://www.woordwolk.nl> Vervolgens voer je alle kwaliteiten uit jouw kwaliteitenlijst in, ook de dubbele! Deze handige website vormt al jouw kwaliteiten in een woordenwolk, een kwaliteitenwolk, en geeft je een creatief zicht op jouw kwaliteitenlijst.

Voorbeelden van woorden:

Profilerend, rationeel, realistisch, relativerend, gehoorzaam, gestructureerd, gezagsgetrouw, rustig, service-gericht, spontaan, stabiel, toegewijd, volgzzaam, harmonisch, idealistisch, ingetogen, innovatief, kritisch, opgewekt, loyaal, meegaand. Zelfverzekerd,

moedig, trouw, optimistisch, ordelijk, open, eerlijk, beheerst, betrokken, bescheiden, besluitvaardig, geduldig, empathisch, etc.

Hoe?

1. Klik op de link, of neem hem over uit het werkboek
2. Klik op 'woordenlijst'
3. Vervolgens klik je op 'plak/type tekst' bovenaan het blokje tekst
4. Dan typ je al jouw woorden in dit blokje mét spaties en mét komma's
5. Heb je alle woorden ingevoerd, dan klik je op 'toepassen'
6. Als laatst klik je op 'bestand' en dan op 'bewaars als JPG'. Na deze stap staat jouw woordenwolk als het goed is als een download tussen jouw bestanden

## OPDRACHT 2

Als het goed is heb je nu een prachtige woordenwolk gemaakt met daarin exact hoe anderen jou zien.

Wat doet dit met je? Vind jij het belangrijk wat er in deze wolk staat? Vond je het spannend wat mensen zouden zeggen? Schrijf op wat je voelt!

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

*Dit was les twee, tot morgen!*



