

## Silhouettes et particularités

**Conseils pour les mollets ou jambes fortes****Pour les gros mollets :**

Si vous désirez porter des bottes, préférez-les en V, foncées et larges. Le V affinera vos jambes.

**À éviter :** les bottes moulantes, à rebords droits, en couleurs et imprimées en matière brillante ou vernie. En ce qui concerne vos jupes, vous les porterez le plus possible élargies en bas, ce qui affinera, en fonction de la longueur, vos genoux, mollets et chevilles.

En effet, plus la jupe sera élargie, plus les jambes paraîtront fines et vice versa. Vous éviterez les jupes moulantes.



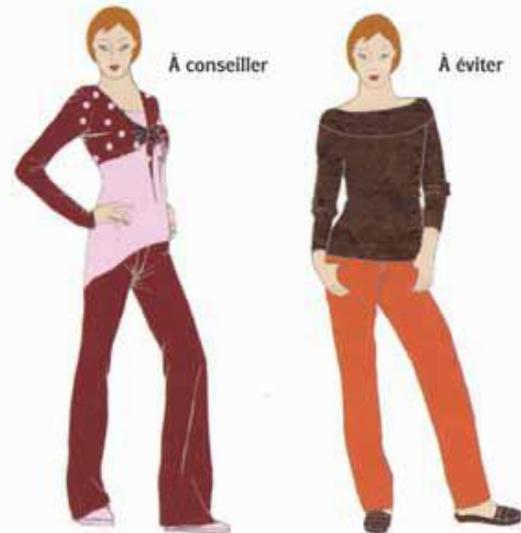
À conseiller



À éviter

**Conseils pour les poitrines****1 - Pour les petites poitrines :**

Portez des boléros, des cache-cœurs, des superpositions, des fronces, des imprimés sur la poitrine afin de lui donner du volume. En revanche, vous éviterez les formes plates et unies.

**2 - Pour les poitrines fortes :**

Portez des vêtements de couleurs foncées, portés plats sur la poitrine. Comme sur le dessin de gauche (ci-dessous), nous ferons diversion sur les encolures ou les autres parties du corps par des couleurs et des imprimés. À éviter : des hauts avec fronces, volants ou imprimés.



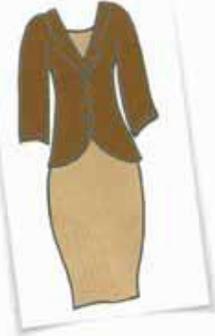
## Femme Sablier : la garde-robe



Jupes courtes,  
longues ou mi-longues.



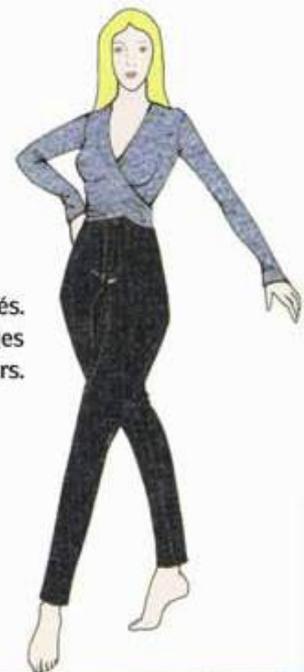
Tailleurs à simples  
ou doubles boutonnages.



Jupes courtes  
ou robes longues  
citrées à la taille.



Jupes avec des imprimés.  
Pantalons étroits ou larges  
avec cache-cœurs.



Femme Sablier : la garde-robe (suite)

The image is a fashion guide for the 'Femme Sablier' (hourglass) silhouette. It features several illustrations of a woman with a yellow ponytail, each paired with different clothing items. The items are presented in individual frames or as part of a full-body outfit. Blue arrows indicate the flow of suggestions and combinations.

**Tailleurs fantaisie avec imprimés ou unis.** (Fantasy suits with prints or solids.)

**Ensembles, jeans et bottes fantaisie.** (Ensembles, jeans and fantasy boots.)

**Pantacourts et petits gilets courts.** (Capri pants and small short jackets.)

**Pantalons resserrés ou élargis en bas.** (Tight or flared pants.)

At the bottom, there is a row of five small images showing different styles of shoes: a brown loafer, a pink flat shoe, a blue handbag, a red boot, and a red and white striped bag.

## Femme Huit : la garde-robe



Jupes cintrées à la taille pour la faire ressortir.



Jupes droites ou à volants et hauts longs. Ceintures en V.

Pantalons élargis en bas ou resserrés.



Tailleurs à doubles ou simples boutonnages.



Femme Huit : la garde-robe (suite)



Petits boléros sur débardeurs coupés en biais.



Pantacourts et tuniques ceinturées à la taille.



Robes moulantes, taille marquée. Vestes cintrées.



Ensembles moulants marqués à la taille.



## Femme Droite adoucie : la garde-robe



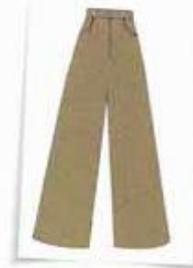
Jupes courtes ou mi-longues, cintrées à la taille. Volants élargis en bas.



Robes ou jupes en biais. Tee-shirts longs à lignes verticales ou diagonales.



Jupes à volants sans pinces, poches ou fronces à la taille. Étoles soulignant ainsi la féminité.



Vestes longues sur pantalons ou jupes. Pantalons élargis en bas. Bottes et pantalons.

## Femme Ovale : la garde-robe



Jupes élargies en bas,  
pas de fronces à la taille  
ni sur les hanches.



Corsages longs  
sous les  
hanches.



Tuniques longues  
sous les hanches.



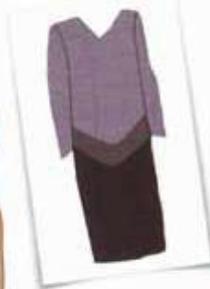
Pantalons élargis  
en bas, tuniques  
longues.



Femme Ovale : la garde-robe



Châles ou étoles pour donner de l'ampleur aux épaules et diminuer les hanches par effet d'optique.



Hauts avec pointe en V, simples boutonnages. Robes coupées droites.



Hauts longs à simples boutonnages.



Tuniques souples et larges et pantalons élargis en bas.



### Comment déterminer votre type saisonnier ?

« Il n'y a que les femmes qui ne savent pas s'habiller qui craignent la couleur.

On peut être éclatante sans vulgarité et douce sans fadeur. »

#### Votre étude des couleurs simplifiée

Avant de pratiquer votre étude des couleurs, il faut souligner son importance. La colorimétrie va permettre de déterminer les couleurs :

- de vos vêtements ;
- de votre maquillage ;
- de vos cheveux ;
- de vos accessoires.

Dans cette étude, vous allez apprendre de quel type saisonnier vous faites partie :

- printemps (tons chauds) ;
- été (tons froids) ;
- automne (tons chauds) ;
- hiver (tons froids).

Avant de procéder à votre étude des couleurs, vous allez essayer de repérer votre type saisonnier en vous référant aux caractéristiques ci-dessous.

Un des points principaux est de savoir si vous avez une peau blanche ou une peau avec une pointe de jaune (à vérifier en priorité sur le visage).

Ne jamais tenir compte de la couleur des cheveux et des yeux : en effet, par exemple une personne aux yeux bleus pourra être printemps (tons chauds) ou été (tons froids).

**Donc très important : seule la couleur de peau compte, sauf dans un cas bien précis que nous verrons plus loin !**

Vous ne devez pas confondre peau claire et peau blanche ! En effet, la peau blanche a un côté bleuté et la peau claire peut avoir une pointe de jaune (très subtile).

#### Printemps :

Votre bronzage est doré léger à doré soutenu. Votre teint est clair à doré léger ou vous avez des taches de rousseur.

Vous serez classé en saison printanière (printemps).

**Si vous êtes une personne de couleur à peau marron clair**, vous serez classé en tons chauds.

Vos couleurs de vêtements à conseiller :

(Voir aussi les fiches de couleurs.)

Tous les marrons : cannelle, rouille, chocolat, brun.

Tous les tons orangé léger : corail, saumon, orange léger, abricot.

Tous les jaunes (sauf le jaune clair acidulé).

Les verts chauds : vif, anis, tilleul, kaki, turquoise.

Rose soutenu, parme, blanc cassé, blanc jaune et quelques tons froids.

#### Vos couleurs de vêtements à éviter :

Noir, blanc (portés trop près du visage), bordeaux, vert sapin, rouge bleuté et argent, les gris (gris foncé, gris clair), les violets.

#### Été :

Vous avez un teint blanc pâle, clair ou très clair à rosé.

Vous avez tendance à attraper des coups de soleil.

Votre bronzage restera clair. Vous serez classé dans les tons froids.

**Si vous êtes une personne de couleur à peau noir ébène** : il est probable que vous soyez classé en tons froids, saison estivale.

#### Vos couleurs de vêtements à conseiller :

(Voir aussi les fiches de couleurs.)

Argent, blanc cassé, bordeaux, vert bleuté (amande), vert sapin, marron chocolat, rouge bleuté.

Les gris : gris foncé, gris clair.

Les violets : parme, lilas, violet foncé.

Les bleus : bleu marine, bleu ciel...

Les roses : rose pastel, rose soutenu, vieux rose, lie-de-vin.

#### Vos couleurs de vêtements à éviter :

Noir, blanc (portés sans une autre couleur), doré.

Tous les marrons (sauf marron chocolat) : cannelle, rouille, brun, rouge orangé.

Tous les tons orangé léger : corail, saumon, orange léger, abricot.

Tous les jaunes (sauf le jaune clair acidulé).

Les verts chauds : vif, anis, tilleul, kaki, turquoise.

Rose fluo, jaune vif, blanc jaune et quelques tons froids trop soutenus : bleu électrique, par exemple.

#### Automne :

Vous avez une peau mate, vous bronzes très vite et de couleur soutenue, vous serez classé en saison automnale.

#### Vos couleurs de vêtements à conseiller :

(Voir aussi les fiches de couleurs.)

Tous les marrons : cannelle, rouille, chocolat, brun.

Tous les tons orangé foncé à léger : corail, saumon,

### Comment déterminer votre type saisonnier ?

orange léger, abricot.

Tous les jaunes (sauf le jaune clair acidulé).

Les verts chauds : vif, anis, tilleul, kaki, turquoise.

**Vos couleurs de vêtements à éviter :**

Argent, noir, blanc, bordeaux, rouge bleuté, vert bleuté (amande), vert sapin.

Les gris : gris foncé, gris clair.

Les violets : parme, lilas, violet foncé.

Les bleus : bleu marine, bleu ciel, bleu soutenu, bleu électrique...

Les roses (sauf le rose fluo) : rose pastel, rose soutenu, vieux rose, lie-de-vin.

#### Hiver :

Vous avez un teint très blanc avec des cheveux noirs, style Blanche Neige (Isabelle Adjani). Vous bronzez peu ou pas du tout. Dans tous les cas, votre bronzage sera très clair. Vous serez classé en tons froids type hivernal.

**Vos couleurs de vêtements à conseiller :**

(Voir aussi les fiches de couleurs.)

Argent, blanc cassé, noir, blanc, bordeaux, marron chocolat, rouge bleuté, vert bleuté (amande), vert sapin.

Les gris : gris foncé, gris clair.

Les violets : parme, lilas, violet foncé.

Les bleus : bleu marine, bleu ciel, bleu soutenu, bleu électrique...

Les roses : rose pastel, rose soutenu, vieux rose, lie-de-vin, rose fluo.

**Vos couleurs de vêtements à éviter :**

Le doré.

Tous les marrons (sauf marron chocolat) : cannelle, rouille, brun.

Tous les tons orangé foncé à léger : corail, saumon, orange léger, abricot.

Tous les jaunes (sauf le jaune clair acidulé).

Les verts chauds : vif, anis, tilleul, kaki, turquoise.

#### Astuces pour reconnaître votre saison

Il est assez facile de repérer une personne hivernale ou automnale. Entre le printemps et l'été, il est plus difficile de déterminer la saison. La difficulté réside dans le fait que deux peaux presque identiques se différencient par une pointe de jaune au bénéfice du printemps. Il faut à ce moment-là bien aiguïser son œil à repérer la pointe de jaune bien que la peau paraisse claire au départ. Il est à signaler que la personne printemps bronze plus facilement que la per-

sonne été. Les individus appartenant à la saison été ont souvent une peau plus sanguine ou marbrée, mais ce n'est pas une généralité.

#### Comment effectuer votre étude de couleurs ?

Placez-vous devant un miroir, à la lumière du jour, sans maquillage, les cheveux tirés en arrière.

Passez à tour de rôle vos tissus de couleurs (voir planches couleurs de tissus) sous le visage, en prenant soin de bien couvrir les épaules (comme une écharpe). Vous allez observer les reflets que ces dernières apportent au visage en positif ou au contraire en négatif.

**Opposez à tour de rôle :**

- l'argent (ton froid) ;

- le doré (ton chaud).

**Puis :**

- l'orange (ton chaud) ;

- l'orange léger (ton chaud) ;

- le violet (ton froid).

Opposez le turquoise au bleu ciel. Si vous êtes tons chauds, le turquoise vous ira bien mieux que le bleu ciel. Et si vous êtes tons froids, ce sera le contraire.

Si vous êtes tons froids, le doré va donner un effet plutôt jaune (crise de foie) contrairement à la couleur argent qui va unifier le teint, le blanchir sans le briser, sans contraster la peau.

L'effet inverse va se produire si vous êtes tons chauds. Le doré va unifier le teint en lui donnant un ton doré, une peau vitaminée.

Vous devez laisser la couleur suffisamment longtemps pour que la peau ait le temps d'être maquillée par la couleur. Refaites cette opération à plusieurs reprises, ne vous pressez pas.

Si vous ne voyez pas le résultat avec le doré et l'argent, passez directement à la couleur : orange et violet.

Faites ensuite cette expérience avec une couleur en comparaison avec un tissu noir. Si vous prenez bien le temps de regarder, vous observerez sous les yeux, autour de la bouche, des ombres négatives. En effet, le noir est très difficile à porter contrairement à ce que beaucoup de personnes pensent. Il accentue les cernes et creuse les traits.

« L'avenir de l'homme, c'est la femme. Elle est la couleur de son âme. »

Louis Aragon



