

protect yourself



Personal Protection & Fashion



FACHZEITSCHRIFT FÜR PERSÖNLICHEN ARBEITSSCHUTZ UND BERUFSBEKLEIDUNG



**Was der Worker braucht!
Nicht mehr - nicht weniger!**



LEMAITRE

Sicherheit seit 1974

www.lemaitre-deutschland.de

THEMEN
I

Praxis
PSA für Schweißarbeiten

MARKTÜBERSICHT
SCHUTZBRILLEN

Special
Kein Widerspruch:
Schutzkleidung & Veredlung

www.ppf-online.de

Wie sieht Ihr Karriereoutfit aus?

Ein Beitrag von Nicola Schmidt (Nicola Schmidt Image-Impulse)

Die Weichen für den beruflichen Erfolg stellen wir jeden Tag selber vor unserem Kleiderschrank. Was ziehen Sie zum Meeting, zum Kundentermin oder zur Präsentation an? Während die Herren sich in den immer grauen Anzug mit schwarzen Schuhen zwängen, ist für die Damen der schwarze Hosenanzug mit der ewigen weißen Bluse verbreitet. Da kommt schon am frühen Morgen Langeweile und Eintönigkeit auf. Denn gerade diese gegenpoligen Farben erzeugen nämlich eins und das ist Distanz – gerade vor Kunden. Wer möchte da nicht auch mal etwas Individuelleres tragen? Etwas, das die Persönlichkeit unterstreicht, abseits der „Null-acht-fünfzehn-Uniform“.

Vom Grundsatz ist das eine sehr gute Idee, denn das Abheben von der Masse stärkt gleichzeitig auch die berufliche Position. Chefs, Kollegen und Geschäftspartner sehen dann direkt, dass man etwas Besonderes ist. Führungskräfte großer Konzerne bestätigen, dass es heutzutage nicht ausreicht, Leistung zu bringen. Man sollte es auch sehen! Der Business-Dresscode bietet jedem reichlich Spielraum, optische Alleinstellungsmerkmale zu entfalten. Doch wie geht das?

Fangen wir bei den Herren an

Der Dresscode sollte auf jeden Fall beachtet werden. Ist der Anzug im Unternehmen angesagt, dann achten Sie auf eine perfekte Passform. Woran erkennen Sie das? Die Schulternaht des Hemdes und des Sakkos sollte auf der Armkugel sitzen. Die Hemdmanschette schaut einen Zentimeter unter dem Sakkoärmel hervor, wenn der Arm angewinkelt ist. Die Passform ist auch bei Hosen enorm wichtig. Doch viele Männer tragen viel zu lange Hosen. Das heißt: Es bildet sich ein Ziehharmonika-Effekt am Saum. Richtig ist, dass die Hose mit einem Knick am Schuh abschließt. Passform, Verarbeitung und die Qualität entscheiden über einen stimmigen



Nicola Schmidt Image-Impulse

gen und gepflegten Auftritt. Nicht ohne Grund lautet eine alte Schneiderweisheit: „Stil und Klasse sind nur über Qualität und Passform zu bekommen.“

Ist die Basisgarderobe schlicht und dezent, haben Sie mehr Kombinationsmöglichkeiten. Wenn die Kleidung nicht sitzt, also zu groß ist, wirkt das nicht lässig, sondern nachlässig. Ist das Outfit dagegen zu eng, bilden sich nicht nur unschöne Querfalten, auch die Problemzonen werden so noch mehr betont. Der Träger sollte sich fragen: „Bin ich etwa aus meiner Aufgabe herausgewachsen?“ Muster wie großflächige, gerade geschnittene Karohemden gehören nicht ins Business, sondern in den Freizeitbereich. Sie lassen die meisten Männer eher kastig und statisch aussehen.

Ich werde oft gefragt, ob es nicht etwas modischer sein darf? Selbstverständlich, denn nicht jedem Mann steht der klassische Anzug. Vielen stehen auch schmalere Hosen gut, wie sie jetzt gerade aktuell sind. Achten Sie darauf, dass diese schmalere Exemplare in der Beinlänge kürzer sind als die klassischen Modelle. Daher ist



es wichtig, die Strümpfe entweder in der Farbe des Anzugs oder in der Farbe der Schuhe zu wählen. Wenn Sie sich hinsetzen, sollte das nackte Bein nicht zu sehen sein! Wozu gibt es schließlich Kniestrümpfe?

Anzug, Hemd und Krawatte sollten mit Lederschuhen und feinen Accessoires kombiniert werden. Was halten Sie von schönen Manschettenknöpfen statt der gewöhnlichen Sportmanschette? Optimal ist es, zu jedem Anzug mindestens vier Hemden zur Auswahl zu haben. Schuhe sagen eine Menge darüber aus, wie Mann durch das Leben geht. Ein klassischer Business-Schuh für den Herrn ist der Oxford. Wenn es der Dresscode jedoch erlaubt und es Ihren Typ unterstreicht, warum nicht mal zu extravaganten Monkstraps greifen?



Nicola Schmidt Image-Impulse/dreamstime

Die sehen sehr gut zu den schmalen Anzügen aus. Der Budapester ist etwas rustikaler. Bei einigen Männern sieht dieser Schuh sogar vorteilhafter aus, als der feinere Oxford. Für den Business-Casual-Bereich ist er auf jeden Fall geeignet. Mit hochwertigen Schuhen können

Sie ein günstigeres Outfit upgraden, umgekehrt funktioniert das jedoch nicht. Der Schuh sollte farblich zum Anzug passen: Zum schwarzen Outfit gehört der schwarze Schuh – ganz klar. Normalerweise werden zum dunkelblauen Anzug hierzulande meistens auch schwarze Schuhe getragen. Mein kreativer Tipp: Warum nicht mal einen cognacfarbenen Schuh zum dunkelblauen Anzug? Auch wenn es immer heißt: Schuhe sollten nie heller sein als der Anzug. Solange es zu Ihnen passt und der Dresscode stimmt, kann nichts schiefgehen. In anderen Ländern wird da mehr Mut zur Farbe gezeigt. Schuhe sind jedenfalls die Visitenkarte einer gepflegten Garderobe. Sie sollten immer mit der Kleidung in Farbe, Material und Form harmonieren.

Ein kleiner Farbtipp

Wie wäre es mal mit einem dunkelblauen Anzug, dazu ein Hemd in einem helleren Blau und eine farblich passend gemusterte Krawatte? Vielen Mitteleuropäern stehen Ton-in-Ton-Kombinationen sehr gut. Blau erzeugt Vertrauen, gerade wenn Sie mit Kunden im Erstkontakt stehen. Viele Firmenlogos sind Blau. Blau wirkt ruhig, seriös und schafft Vertrauen. Schwarz wirkt dagegen nicht nur distanzierend, sondern wie eine Mauer. Besonders, wenn man dazu ein schwarzes Hemd anzieht. Eine rote Krawatte dazu, dann wirkt es nicht nur dominant, sondern auch hart. Ein Business-Outfit sollte oben immer heller sein als unten. Also helleres Hemd, dunklerer Anzug und Schuhe. Statt Schwarz wirkt ein Anthrazit weicher und freundlicher, dazu ein schönes helleres Hemd in einem Pastellton und eine Krawatte, die farblich harmoniert. Farben wirken direkt auf unsere Psyche, schauen Sie, welches Ziel Sie an dem jeweiligen Tag haben.



Nicola Schmidt Image-Impulse/Fotolia

Wenn es um Geld geht, ist Schwarz sicherlich eine gute Wahl, denn Schwarz bedeutet auch Macht. Es ist die Farbe des Geldes.

Dass die Hosentaschen nicht mit Handy und Schlüsselbund gefüllt werden, ist selbstverständlich, oder? Denn es sieht schon komisch aus, wenn man sich mit vier prall gefüllten Hosentaschen durch den Tag bewegt. Es wirkt wie ein kleiner Rettungsring, nur tiefer gelegt. Die Aufmerksamkeit des Gesprächspartners wird automatisch dorthin gelenkt. Wohlmöglichst wundern Sie sich, warum hört mir mein Gegenüber denn nicht mehr zu? Denken Sie daran: Wir wirken immer! Doch wie möchten Sie auf andere wirken? Utensilien wie Schlüsselbund, Portemonnaie und Smartphone haben genug Platz in der Innenseite des Sakkos.

Wie sieht es bei den Damen aus?

Statt dem langweiligen schwarzen Hosenanzug mit weißer Bluse bieten sich interessantere Möglichkeiten. Schließlich möchten Sie ja bemerkt werden, oder? Dezent Basics bieten eine Vielfalt an Kombinationsmöglichkeiten.

Nicola Schmidt



Zur Person

Nicola Schmidt ist Experte für stilsicheres Auftreten. Unter dem Motto „Stimmiger Auftritt für Ihren Erfolg!“ schult und coacht sie Fach- und Führungskräfte, die durch eine authentische, eindrucksvolle und wirkungsvolle Präsenz den Grundstein für ihren Erfolg legen möchten. Denn in Ausdruck, Umgangsformen und Outfit stecken oft mehr Kraft und Chancen, als man denkt, betont Schmidt.

Wie wäre es mit einer schönen Stoffhose, dazu eine Bluse in Wickeloptik, kombiniert mit einer feinen Lederjacke statt dem üblichen Anzugblazer. Wenn Sie lieber einen Blazer tragen, ist ein farbiges Shirt darunter eine Alternative. Ärmellose Kleider können sehr gut mit einer Bluse oder einem feineren Shirt kombiniert werden. Wenn Sie darüber dann noch eine schöne Jacke tragen, haben Sie ein spannendes und extravagantes Outfit kreiert, das immer noch allen Regeln des Dresscodes am Arbeitsplatz entspricht.

Ein No-Go sind verwaschene Röhrenjeans, auch wenn sie noch so aktuell sind und im Geschäft eine passende Jacke dazu gereicht wird – es sei denn, Sie sind in der Modebranche tätig. Die Röhre gibt außerdem mehr Problemzonen preis, als uns lieb ist. Ein solches Outfit gehört einfach besser in die Freizeit. Da sind fast alle Kombinationen möglich: Ob mit Tunika oder rockiger Lederjacke, das allein hängt vom Anlass ab. Wenn es in Ihrem Unternehmen etwas lässiger zugeht und auch Jeans erlaubt sind, achten Sie darauf, dass diese Hose möglichst keine Waschung hat. Das lenkt zu sehr von Ihrem Gesicht und von Ihrer Persönlichkeit ab.

Setzen Sie Ihre Akzente

Es gibt für jeden Menschen die optimalen Farben. Basics dürfen auch mal dunkelviolet oder dunkelblau sein, statt schwarz und grau. Einzelteile wie Blusen, Shirts oder ein Rock können auch mal in smaragdgrün, fuchsia oder royalblau sein. Wenn Ihnen eine be-

stimmte Farbe besonders gut steht und gefällt, dann setzen Sie damit ruhig ein Markenzeichen. Alle Farben, in denen Sie müde und blass aussehen, verbannen Sie am besten aus Ihrem Kleiderschrank. Oder Sie achten einfach darauf, dass diese blass-machenden Farben nicht direkt am Gesicht getragen werden.

Wie möchten Sie wirken?

Das Outfit darf figurbetont sein, nur nicht zu eng. Schließlich möchten Sie sich in Ihrer Kleidung wohlfühlen und sich frei bewegen können, oder? Eine knielange Rocklänge bis maximal eine Handbreit überm Knie ist für die meisten Frauen optimal. Damit nimmt man Sie ernst. Ist der Rock nur Oberschenkelkurz, dann ist es zu kurz!

Vorsicht: Besenreißer oder starke Hautunebenheiten machen einen verletzlicher. Grundsätzlich gilt: Weniger ist mehr! Zum Beispiel passt zum ärmellosen Etuikleid ein geschlosseneres Dekolleté. Zum V-Ausschnitt einer Wickelbluse hingegen, sieht eine Hose in vielen Fällen optimaler aus. Wickeleffekte kaschieren das ein oder andere Pölsterchen. Stellen Sie fest, dass selbst die zugeknöpfte Bluse noch unerwünschte Einblicke bietet, dann lassen Sie sich durchsichtige Kunststoffdruckknöpfe vom Änderungsschneider zwischen den Köpfen einnähen. So kommen Sie sicher durch den Arbeitstag.

Wie viel Accessoires dürfen es sein?

Accessoires unterstützen die eigene Individualität und Persönlichkeit, deshalb darf der Schmuck ruhig extravagant sein. Gerade ein allzu strenger Hosenanzug wird mit einer dezent verspielten Bluse oder einer extravag-

anten Kette direkt persönlicher und weiblicher. Weniger ist mehr, denn es ist schade wenn die anderen Schmuckstücke einem schönen Hingucker die Schau stehen. Also besser einen schönen Ring und eine Kette, als drei Ringe, Ohrringe und Kette. Letzteres ist zu viel! Schmuckstücke und auch Schals gibt es in vielen Varianten, passend zu jedem Typ. Schals gibt es in allen möglichen Farben und Materialien. Mit einem farblich passenden Exemplar können Sie jedes Kleidungsstück aufpeppen, das Ihnen von der Farbe sonst weniger gut steht.

Strümpfe und Schuhe im gleichen Farbton verlängern die Beine optisch. Je kleiner die DEN-Zahl, desto transparenter ist der Strumpf. Ob flache Schnürschuhe zum Hosenanzug oder Pumps zum Kleid, das hängt von Ihrem Kleidungsstil ab. Statt der üblichen schwarzen Schuhe probieren Sie ruhig mal andere Farben, zum Beispiel Dunkelblau. Achten Sie darauf, dass bei hohen Schuhen die Absatzhöhe maximal fünf Zentimeter beträgt. Schließlich möchten Sie ja den ganzen



Konstantin Gastmann/pixelio.de

Tag bequem überstehen und abends nicht das Gefühl haben, dass zwei Füße in einem Schuh stecken.

Ob Sie einen Block- oder Keilabsatz wählen, ist Geschmackssache. Eine Faustregel: Gehören Sie zu denjenigen, die eher kräftigere Beine haben? Dann dürfen die Absätze auch etwas massiver sein. Ein hochwertiger Schuh peppt jedes günstige Outfit auf, doch Vorsicht: Umgekehrt funktioniert das nicht. Sehen Sie

Ihre Schuhe, Handtasche und auch Gürtel immer als eine Investition in Ihr berufliches Fortkommen. Möglichkeiten gibt es reichlich im Job einen individuellen und femininen Kleidungsstil zu pflegen.

Viel Spaß beim Ausprobieren!

Nicola Schmidt Image-Impulse
www.image-impulse.com



Analyse des Arbeitsplatzes

- Gefahren- und Einsatzanalyse
- Beraten, Bemustern, Testen

Entwicklung:

- mit Erfahrung, Kreativität und neuesten technischen Materialien entwickeln wir Ihren neuen Handschuh: sicher - funktionell - gut aussehend

Produktion:

- Flexible Fertigung in Klein- und Großserien
- Produkte nach Ihren Wünschen
- Laufende Qualitätskontrolle nach ISO 9001