

Farben und Stil der Kleidung heben die Persönlichkeit hervor

Der typgerechte Auftritt

Melanie Jäger aus Oberaach ist Farb- und Stilberaterin. Sie findet für jeden Typ den passenden Haarschnitt, Kleiderstil und harmonisierende Farbtöne. Ziel ihrer Beratung ist es, sich mit seinem Äusseren wohl zu fühlen.

Text und Bild: Dragiza Stoni, Kaltbrunn

«Die Haare sind ein schönes Stück gewachsen», sagt Farb- und Stilberaterin Melanie Jäger zu ihrer Kundin und passt den Schnitt leicht an. Dank neuer Frisur kommen die Locken der Kundin gut zur Geltung. Sie unterstreichen ihren Typ. Früher trug Marlies Raschle aus Mogelsberg eine Kurzhaarfrisur. Vor einem Jahr hat sie sich von Melanie Jäger beraten lassen. «Seit der Anpassung fühle ich mich wohl mit meinem Äusseren und betrachte mich liebevoller», verrät die Landwirtin. Sie werde oft auf ihr Aussehen angesprochen. Marlies Raschle ist ein natürlicher Typ. «Durch die Schrägstellung ihrer Augen verträgt sie jedoch einen Kick Dramatik», erklärt die Imageberaterin. Ihre schlichte Garderobe kann sie durch einen auffälligen Schuh, ein Tuch oder Schmuckstück ergänzen. Die Beratung unterscheidet zwischen sechs Stilen: dramatisch, klassisch, Stadt/Land, romantisch, natürlich und zierlich. Gesichtsform, Augenform, Brauen, Nase, Lippen, Körpergrösse und Körperproportionen bestimmen, ob extravagante, zeitlose oder sportliche Kleidung mit der Person harmoniert.

Die Einzigartigkeit entdecken

Melanie Jäger empfiehlt die Farb- und Stilberatung in Kombination machen zu lassen, da ein Klei-



Passende Farben und eine optimale Frisur unterstreichen den persönlichen Typ.

dungsstück immer aus Farbe und Stil besteht. Sie führt die Kundin bei einer Beratung in die verschiedenen Stiltypen ein. Anhand der Persönlichkeitsmerkmale am Körper und im Gesicht analysiert sie den Stil der Kundin und zeigt die besten Schnittformen auf. Eine kurze Einführung in die Farbenlehre und die Bestimmung der per-

sönlichen Farbpalette sind inbegriffen. Inklusiv sind auch ein auf den Typ abgestimmtes Tages-Makeup, eine Frisurenberatung, Schmuckberatung und klare Aussagen zu Mustern und Accessoires.

In der Farbanalyse findet Melanie Jäger zusammen mit der Kundin deren natürliche Farbpersönlichkeit heraus. Sie ist ein Zusammen-

spiel aus Hautunterton, Haaren und Augenfarbe. Anhand der Farbenlehre wird die Kundin einer der vier Jahreszeiten zugesprochen. «Die zum Typ passenden Farben unterstützen das Selbstwertgefühl, die Attraktivität und das Wohlbefinden», weiss Melanie Jäger. Die Kundin kann nach einer Beratung neue Kombinationen wagen und fühlt sich in ihrer Wahl sicher. Der ausgehändigte Farbpass hilft bei künftigen Einkäufen. «Es macht mir Spass, zusammen die Einzigartigkeit eines Menschen zu entdecken», sagt die Beraterin.



In fünf Minuten schön: Make-up auftragen, Augenbrauen definieren, Lidschatten, Wimperntusche, Wangenrouge und Lipgloss auftragen.

Liebevoller Blick

Jede Frau sei wertvoll. Im Fokus steht das Herausstreichen der eigenen Persönlichkeit. Marlies Raschle trug ihre Haare vor der Beratung so kurz, dass ihre Locken nicht zur Geltung kamen. Sie wusste weder, welche Farben ihr stehen, noch welcher Kleidungsstil zu ihr passt. Entsprechend unzufrieden betrachtete sie sich im Spiegel. «Heute schaue ich mit einem liebevollen Blick auf mich», erklärt sie die Veränderung. Sie erfreut sich an den Pastelltönen ihrer Kleidung, hat nur noch Lieblingsstücke

im Kleiderschrank, versteht ihre Vorliebe für grosse Ohrringe und setzt sie gekonnt ein. Das Äussere entspricht ihrer Persönlichkeit. «Stil ist keine Frage der Körpermasse, des Alters oder des Budgets, sondern das Wissen um die eigenen Vorzüge, Linien, Farben und wie sich diese gekonnt zusammenfügen», erklärt Melanie Jäger.

Die im appenzellischen Stein aufgewachsene Familienfrau liebt schöne Dinge. Sie ist eidgenössisch diplo-

mierte Hair-Stylistin, diplomierte Kosmetikerin, Make-up-Artistin sowie Farb- und Stilberaterin, Referentin und Personal-Shopperin. «Schon in der Schulzeit habe ich an meinen Schulfreundinnen neue Frisuren kreiert.» Bald war ihr klar, dass sie «Coiffeur» werden möchte.

In der darauffolgenden Ausbildung zur Kosmetikerin verliebte sie sich in das Thema Make-up. Bei Visagistin Birgit Matzer aus München liess sie sich zur Stagecolor-Visa-



Wirkungsvolle Veränderung: vor und nach der Farb- und Stilberatung.

gistin ausbilden und lernte viel über Ausstrahlung und Würde. Mit der Weiterbildung zur Farb- und Modestilberaterin vereinte sie ihre Interessen. Nun kann sie Haare, Make-up und Kleider aufeinander abstimmen. Das mache ihre Arbeit für sie und ihre Kunden wertvoll. Aktuell bildet sich Melanie Jäger als Farb- und Stilberaterin für Männer weiter. Das erfordert andere Kompetenzen.

Mehr als ein Beruf

«Ich habe Melanie Jäger das erste Mal an einem von Bäuerinnen organisierten Vortrag erlebt und war begeistert», erinnert sich Marlies Raschle. Doch der Alltag forderte ihre Aufmerksamkeit und so dauerte es ein Jahr, bis sie sich zur Farb- und Stilberatung anmeldete. Danach räumte sie ihren Kleiderschrank aus, wusste, was ihr steht und was nicht. War sie bei einem Kleidungsstück unsicher, zeigte sie es der Beraterin. Auch einen ge-

meinsamen Einkauf buchte sie bei Melanie Jäger. Sie habe ihr Blazer, Jeansjacken, Röcke und Hosen in den passenden Farben und Stoffen gezeigt. Heute fühlt sich Marlies Raschle sicher beim Einkauf. «Bei einem speziellen Anlass kann ich die Grundgarderobe lediglich mit einem neuen Kleidungsstück ergänzen und muss kein vollständig neues Outfit kaufen», erklärt sie den Unterschied zu früher. Die

Farb-Stilberatung spare Zeit, Geld und Ressourcen, da keine Fehlkäufe mehr getätigt würden. Es ist mehr als Melanie Jägers Beruf, Frauen den Raum zu öffnen, in dem sie sich wertvoll, schön, stark, attraktiv und authentisch fühlen. «Es ist meine Berufung», sagt sie. Klar und sensibel entwirrt sie den Dschungel aus alten Regeln, neuen Trends und «wie frau sein sollte».

Infos unter www.einfachwertvoll.ch

Ein paar Tipps der Farb- und Stilberaterin

Beim Styling beachten:

- Dunkel kaschiert, hell hebt hervor, Glanz schafft Volumen
- Schuhe in gleicher Farbe wie die Hose streckt, lässt einen grösser wirken
- Eine farblich durchgehende Linie (Jacke und Rock gleich) verlängert die Figur, Querlinien (Kombination von Jackett und Rock in Kontrastfarben) verkürzen sie
- Mit drei Teilen wirkt ein Outfit fertig – Shirt und Hose mit Blazer, Tuch oder Kette ergänzen
- Kopf in Kleiderkatalogen abdecken – verhindert Einkauf nach Sympathie des Models

ds.

Immer mehr einheimische Spargeln auf dem Markt

Ein weltweit begehrtes Frühlingsgemüse

Trotz der kühlen Frühlingstemperaturen begann auch in der Schweiz die Spargelsaison. Die Saison des beliebten Gemüses dauert bei uns bis Ende Juni.

Ursprünglich kommt der Gemüsespargel wohl aus dem östlichen Mittelmeerraum und entsprechend mag er warme Temperaturen: Solange die Bodentemperatur unter acht Grad bleibt, treiben die Sprossen nicht aus. Sobald die Bodentemperatur zehn Grad und mehr beträgt, beginnt das Wachstum, und bei 13 Grad wächst der Spargel bereits zwei bis drei Zentimeter, bei 17 Grad sogar fünf Zentimeter pro Tag.

Damit der Spargel optimal gedeiht, braucht er leichte, humushaltige Sandböden. Der Spargel muss sich aber nach der Pflanzung der Wurzelstöcke erst einmal zwei Jahre etablieren. Die erste Vollernte beginnt im dritten Standjahr, und im fünften bis siebten Standjahr ist eine Anlage im Höchstertag. 2019 wurden laut der Ernährungs- und Landwirtschaftsorganisation der Vereinten Nationen FAO weltweit über neun Millionen Tonnen Spargel geerntet. Davon allein in China acht Millionen Tonnen. Spargel lässt sich kochen, dünsten, braten, marinieren und grillieren – es gibt unzählige Zubereitungsarten für weissen, violetten und

grünen Spargel. Der Spargel zeichnet sich aber nicht nur durch seinen Geschmack aus, sondern auch durch seine Inhaltsstoffe: Vitamin C, K, A, B1, B2, Folsäure und Vitamin E sowie Magnesium, Kalium, Eisen und Kupfer sind im Spargel enthalten, und durch die Asparaginsäure wirkt er ausserdem entwässernd.

Klassisch isst man den weissen Spargel mit Sauce hollandaise, Schinken und Kartoffeln. Aber auch als Spargelcremesuppe, als Spargelsalat oder mariniert auf dem Grill schmeckt Spargel hervorragend. Auf der folgenden Seite gibts ein Rezept für Spargel aus dem Ofen.

lid.