

Twoje zdjęcie - Twoją wizytówką! Jak przygotować się do zdjęcia

Czy wiesz jak duży wpływ na szybkie podjęcie pracy Opiekunki / Opiekuna w Niemczech ma Twój wygląd, również widoczny na zdjęciu dołączonym do Twojego CV?

Podopieczny i jego rodzina dokonując wyboru Opiekunki / Opiekuna patrzą nie tylko na doświadczenie danej osoby, zwracają także uwagę na wizerunek przedstawiony na zdjęciu i wygląd rzeczywisty.

Pierwsze wrażenie jest często decydujące. Skorzystaj z naszych porad i postaraj się odpowiednio przygotować do sesji zdjęciowej. Pamiętaj: makijaż, fryzura, strój i dodatki muszą być skromne i stanowić spójną całość.

Makijaż

Makijaż fotograficzny znacznie różni się od codziennego i wieczorowego. Oto trzy kroki do wykonania właściwego makijażu:

- Podkład dobierz do stanu cery. Zminimalizuj widoczne defekty i użyj pudru, by wyeliminować błyszczenie skóry.
- Nie używaj perłowych lub błyszczących cieni do powiek i szminek. Nie wykonuj zbyt mocnych kresek wokół oka, ust.
- Stosuj stonowaną paletę barw - bez mocnych, ostrych kolorów.

Fryzura

Jeśli masz długie włosy, to najlepiej je upnij, a krótkie wymodeluj. Jeśli włosy były dawno farbowane, należy odświeżyć ich kolor, postaraj się nie ekspozować odrostów. Włosy muszą wyglądać schludnie i czysto, aby z właściwym makijażem, strojem stworzyć naturalny, budzący zaufanie wizerunek.

Ubranie

Najlepiej wybierz jednobarwny, stonowany, klasyczny strój, np. w kolorach: beż, szary, spokojne pastelowe kolory. Unikaj odzieży wzorzystej, w ostrych barwach oraz odzieży o zbyt ozdobnych wykończeniach (falbany, koronki, cekiny). Pamiętaj:

- nie wykonujemy zdjęć w nakryciach głowy (czapki, kapelusze, chustki, itp.)
- nie wykonujemy zdjęć w wierzchnich ubraniach (kurtki, płaszcze, itp.)
- nie wykonujemy zdjęć w strojach odkrywających zbyt duże fragmenty nagiego ciała (bluzki na ramiączkach, bluzki odkrywające ramiona, bluzki z dużym dekoltem, bluzki przezroczyste, itp.)
- nie wykonujemy zdjęć w golfach, grubych swetrach oraz bluzach sportowych.

Biżuteria i dodatki

Zasada jest prosta: im mniej dodatków, tym lepiej. Na zdjęciach dopuszczalna jest tylko dyskretna biżuteria (drobne kolczyki, delikatny łańcuszek). Nie zakładaj do zdjęcia dużych, efektownych koralików, łańcuszków i kolczyków lub klipsów.

Wyraz twarzy

Zdjęcie powinno przedstawiać Twój naturalny wygląd. Pamiętaj: spokojna twarz, z lekkim uśmiechem zostanie pozytywnie odebrana przez podopiecznego i jego rodzinę. Staraj się rozluźnić przed ujęciem, nie zaciskaj warg, unikaj także zbyt szczerzego uśmiechu. Korzystniej jest, gdy usta są zamknięte, z lekkim uśmiechem. Twoja twarz powinna być pogodna, spokojna, budząca zaufanie i sympatię.