

LEESTIPS  
VOOR DE  
ZOMER

## Sardinijsse legendes

Twee vrouwelijke rechercheurs gaan in Sardinië op zoek naar de daders van rituele moorden. Zit een Charles Manson-achtige sekse erachter, of een bergvolk met barbaarse gewoontes? De geboren en getogen Sard Piergiorgio Pulixi houdt je tot het laatste hoofdstuk aan het gissen in 'Het eiland der zielen', een mysterieuze pageturner à la 'True detective', stevig geworteld in lokale folklore en legendes. Italiaanse bestseller én thriller-prijswinnaar. *Het eiland van de zielen. Piergiorgio Pulixi. A.W. Bruna Uitgevers. €17,50*

## 250 leuke vakantieavonturen

Of je nu verre oorden opzoekt of dicht bij huis blijft, met 'Het Bucketlistboek voor koppels met vakantie' beleef je een onvergetelijke zomer. Elise de Rijck verzamelde 250 uitdagingen om samen met je partner uit te proberen. Brave, zoals lijstjes maken van jullie droombestemmingen en grappige ussies nemen maar ook spannender, zoals een parachutesprong maken, 's nachts skinnydippen of hem/haar ten huwelijk vragen op een romantische plek. Let love rule! *Het Bucketlistboek voor koppels met vakantie. Elise de Rijck. Uitgeverij Lannoo. €15,99*

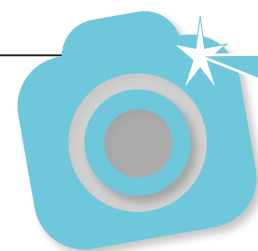
## Firenze in brieven

Een citytrip naar Italië gepland deze zomer? Dan kom je helemaal in de stemming met 'Perspectieven' van Fransman Laurent Binet. In 176 brieven beland je in het Firenze van midden 16de eeuw, waar een kunstschilder in verdachte omstandigheden sterft. Een twintigtal personages, van koningin Catharina de' Medici tot Michelangelo, pennen erop los over de moord en de mogelijke dader(s). Een originele *whodunit* waar je ook wat van opsteekt. *Perspectieven. Laurent Binet. Uitgeverij Meulenhoff. €24,99*

## Zoeken naar geluk

Wanneer de autistische Sally Diamond haar overleden vader letterlijk bij het vuilnis zet, krijgt ze de media en politie achter zich aan. Terwijl ze zich stilaan de horror van haar jeugd herinnert, maakt ze voor het eerst vrienden en belangrijke keuzes. De lerser Liz Nugent schreef met 'De donkere kant van Sally Diamond' een verrassend, verslavend, geestig en ontroerend verhaal over geluk vinden na trauma. *De donkere kant van Sally Diamond. Liz Nugent. A.W. Bruna Uitgevers. €22,99*

Samenstelling & tekst:  
Caroline De Ruycck



## De tipfluencer

## «Ik koop maximaal vijf stuks per jaar»

Op Instagram, TikTok en co vallen behalve mooie plaatjes ook handige tips te rapen. Elke week peilen we naar zomeradvies van zo'n 'tipfluencer'.

Deze week: 'capsule wardrobe'-expert Laura de Jong

Vraag jij je ook af waarom je kleerkast uitpuilt, maar je toch altijd weer twijfelt over de outfit van de dag? Blogger Laura de Jong laat zien hoe je die volle garderobe verruult voor een kleine 'capsule wardrobe' die écht gelukkig maakt. «Met de 37 items in mijn kast maak ik honderden outfits.»

Nathalie TOPS

**K**omaf maken met impulsaankopen en outfitstress? Dat doe je volgens kleur- en stijlcoach Laura de Jong door wat 'lagom' in je kleerkast te brengen. «Dat is

Zweeds voor niet te veel en niet te weinig, maar 'gewoon' precies genoeg.» Sinds de Nederlandse in 2010 op kledingdier ging, is die Zweedse filosofie haar levensvisie geworden én deel van haar *nom de plume*. Als Laura Lagom is ze een fashion influencer, maar wel van een andere soort dan je doorgaans online tegenkomt: in plaats van haar nieuwste aanwinsten te delen, daagt ze volgers uit om zo weinig mogelijk nieuwe kleding te kopen. «De gemiddelde Nederlander koopt ieder jaar 46 nieuwe items, oftewel bijna elke week iets nieuws. En toch botsen zoveel vrouwen 's ochtends op dezelfde frustratie: 'Help, ik heb niks om aan te doen!' Met die overconsumptie en de onzekerheid die daarmee gepaard gaat, wil ik komaf maken.»

## 80 % miskoop

Of er de komende maanden een reis dan wel een trouwfeest op de planning staat, onze reflex is dezelfde: nog even langs de winkelstraat of de app van een webshop voor bikini of feestoutfit nummer tien. «Voor ik met mijn blog begon, was ook mijn kleerkast nooit 'klaar', erkent Laura. «Er was altijd die ene jurk die ik moest hebben, omdat die me in het pashokje zo'n geweldig gevoel gaf. Tot mijn magische jurk thuis vooral onpraktisch bleek en in de kast bleef hangen.» Daarom nam ze in 2010 een radicaal besluit: ze zou een jaar lang geen kleding kopen. «Een belofte aan mezelf die mij de ogen opende. Zelfs toen ik het moest doen met wat ik al had, bleef ruim tachtig procent van mijn kleren ongedragen. Het zette me aan het denken: wat leert die twintig procent me en hoe stel ik een garderobe samen die alléén maar uit favorieten bestaat?» Het antwoord bleek in een fenomeen te schuilen dat intussen zijn eigen hashtag heeft: de *capsule wardrobe*. «Dat is een kledingselectie van 30 à 37 items die je graag draagt en onderling goed kunt combineren. Het lijkt weinig, tot je enkele maanden bijhoudt wat er allemaal uit de kast komt. Dan besef je dat je telkens terugrijpt naar dezelfde items. Bovendien zijn er heel wat opties als je slim mixt en matcht: met een rekje van dertig stuks stel ik honderden outfits samen.» «Ik merkte al snel dat je je met minder kleren tevredener voelt. Voor schoenen die mooi zijn, maar niet lekker zitten, heb ik geen plek in mijn kast. Idem voor een trui die er heel leuk uitziet, maar kriebelt, of een jurk die ik maar een paar keer per jaar kan dragen. Zo'n beperking maakt je kritischer. Ik ben

nog steeds dol op shoppen en hou maandelijks een lijstje bij van alle items die ik mooi vind. Bij elk stuk dat ik overweeg te kopen, kijk ik naar wat het voor mij moet doen: is het écht mijn stijl? Is het écht mijn kleur? Past het bij mijn leven? Héél vaak is het antwoord 'nee'.»

## Shoplimiet

Sinds 2015 heeft Laura een shoplimiet. «Het Duitse Hot or Cool Institute berekende dat iedere wereldburger maximaal vijf nieuwe kledingstukken per jaar mag kopen om binnen de anderhalve graad opwarming van de aarde te blijven die is vastgelegd in het klimaatakkoord van Parijs. Dat leek een mooie richtlijn. Intussen heb ik een groep van tweehonderd vrouwen verzameld die mijn voorbeeld volgen.» «De cursistinnen laat ik wat speelruimte: ook al koop je zes of zeven stuks, dan nog doe je het een pak beter dan het landelijke gemiddelde van 46.»

«We zijn inmiddels juli, maar ik heb dit jaar nog maar één ding gekocht: hardloopschoenen»

LAURA DE JONG

Voor zichzelf is ze wél streng. «Ik ben de juf, dus falen is geen optie. (lacht) We zijn inmiddels juli, maar ik heb dit jaar nog maar één ding gekocht: hardloopschoenen. Die had ik echt nodig, maar eerlijk: ik baalde er wel van dat ik een van mijn jokers moest inzetten voor zo'n praktische aankoop.»

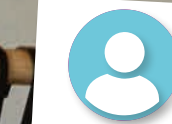
## In vier stappen

Rest de vraag: hoe stel je zelf zo'n 'lagom'-kleerkast samen? «Daarvoor hanteer ik vier stappen. Alles begint bij jezelf: **wat vind jij nu écht mooi?** Van welke kleuren, prints, stofjes of pasvormen word jij blij, en dan het liefst langer dan een paar draagbeurten? Welke kledingstukken kocht je het afgelopen jaar, en hoeveel ervan zou je nu opnieuw kopen? Het lijkt alsof ik een open deur intrap, maar als het over mode gaat, zie je de meeste vrouwen vooral naar externe factoren kijken, zoals de mening van hun partner of influencers, trendkleuren en hypes. Als je de tijd neemt om zelf te analyseren welke kleding je graag draagt en waarom, kom je bij een kast uit waar je echt iets aan hebt. Een leuke praktische oefening: pak vijf items uit je kast die je al langer dan een jaar hebt en vaak draagt. Welke kleur hebben ze? Zijn het jurken, jumpsuits en rokken, of vooral broeken en bloesjes? Zijn het stoere items of juist heel vrouwelijke? Zo zet je jezelf centraal in plaats van de wereld rondom je.» «Ten tweede ga je kijken naar **wat je écht nodig hebt in je leven**. Fiets je veel of doe je alles met de auto? Heb je



## Laura de Jong (40)

- @lauralagomcom op Instagram
- 12.900 volgers
- Studeerde aan het Amsterdam Fashion Institute
- Blogt sinds 2015 op [lauralagom.com](http://lauralagom.com) over een duurzamer leven en wat kleur en kleding voor je identiteit kunnen doen
- Woont in Den Haag
- Is getrouwd en heeft twee zonen



## Kleerkastcrisis? Check je 'database'

«Als het over combineren gaat, heb ik twee tips: gewoon doen en zoveel mogelijk foto's maken. Het leukst zijn foto's van top tot teen in de spiegel: zo zie je hoe alles valt. Die foto's kan je verzamelen in een mapje op je telefoon en je hebt een 'database' om op terug te vallen.»

«Inspiratie nodig? Onder de hashtag #outfitrepeaters worden foto's gedeeld van celebs die kleren 'herdragen' en daarbij leuke nieuwe combo's maken. De Nederlandse koningin

Máxima is een bekend voorbeeld.»

«Heb je echt nóg een blazer nodig? En hoe vaak heb je die dure, rode jurk al gedragen? Je kleerkast inventariseren is een trend op social media. Er bestaan apps om je te helpen. Zelf gebruik ik Stylebook (voor iPhone) en van Myindex hoorde ik al goede dingen. Weet wel: als je meer dan 150 kledingstukken hebt, gaat zo'n app je niet redden. Eerst opruimen en cureren wat echt bij jou past dus, en dan pas zo'n app inzetten.»

kleine kinderen of een hond die je elke dag moet uitlaten? Heb je blazers nodig of mag je casual naar je werk? Een belangrijke stap, aangezien we vaak kleding kopen die 'nice to have' is: weer een felgekleurd rokje erbij, terwijl je elke ochtend besluit dat je zoiets te frivool vindt op kantoor? Tja, dan kan je beter een extra broek kopen. Wie miskopen wil vermijden, verruult 'mooi' voor 'praktisch': wat ontbreekt nog in je kast? Zo zie ik vaak cursistinnen met drieëntwintig zomerjurkjes en vijftien paar hakken, maar zonder goede waterdichte winterjas.»

## Ken je kleuren

«Als derde stap kies je een **kleurenpalet**, zodat alles onderling bij elkaar past. Een kleuranalyse waarin nagegaan wordt of je een zomer-, winter-, herfst- of lentetype bent, kan soelaas bieden. Al zijn er evengoed vrouwen die dat te beperkend vinden.» «De vuistregel bij het kiezen: een kleur die minder goed bij je huidtype past, zal wallen, oneffenheden, rode viekjes en onzuiverheden meer doen opvallen, terwijl een 'goede' kleur ze wegwerkt. Ga daarom winkelen zonder make-up op.»

«Daarna ga je **combineren**. Stap hierbij af van de basics. Als het over *capsule wardrobes* gaat in modebladen of online, staat er stevast als advies: 'Investeer in klassiekers als een wit T-shirt, een zwarte broek en een beige trenchcoat'. In mijn kleerkast hangt geen van de drie. Mijn formule gaat als volgt: neem twee paar schoenen, drie onderstukken — bijvoorbeeld een jeans, rok en pantalon — en vier bovenstukken — zoals een blouse, trui en T-shirt — en maak daar zoveel mogelijk outfits mee. Het hoeven niet allemaal combinaties te zijn die je effectief gaat dragen, maar door te proberen, ontdek je echt wat jij wil. Het vertelt je ook iets over de kleuren waarnaar jij onbewust grijpt: stuks die lastig te combineren zijn, passen wellicht niet bij je kleurenpalet of stijl. Denk ook *of the box* en dus voorbij de jeans-met-trui-combinatie. Hoe vaker je dit doet, hoe duidelijker je persoonlijke stijl naar voren zal komen.» «Tot slot ga je **opruimen**. Kleding die je nooit draagt is ballast, die vertelt je elke ochtend dat je niet goed bent zoals je bent. Een opgeruimde kast met favorieten juicht je elke ochtend toe en helpt je om te doen wat jij wil doen die dag», besluit Laura.