



Duurzaam omgaan met je kleding:

zo begin je vandaag

Tekst: Maria van Dijk
Foto's: Robin Joshua

Duurzaamheid klinkt vaak als een groot en ingewikkeld thema, maar het begint bij iets eenvoudigs: je eigen kledingkast. Het duurzaamste wat je kunt doen? Draag wat je al hebt. Door je kleding op nieuwe manieren te combineren, haal je meer uit je garderobe én uit jezelf. Plotseling voelt die ene broek of blouse die al maanden in de kast hangt als een compleet nieuw item.

Wanneer je kledingstukken telkens anders draagt, creëer je moeiteloos outfits die passen bij de vele rollen die jij vervult, van werk tot vrije tijd, van comfortabel tot gekleed. Zo draag je die broek bijvoorbeeld op

maandag met een blouse en mooie schoenen voor een geklede look, en op zaterdag met een zachte trui en sneakers voor een comfortabele stijl. In beide sets voel jij je helemaal jezelf.

Een kledingkast die echt bij jou past

De meest duurzame garderobe is er een die perfect aansluit bij jou. Waarom? Omdat je minder kleding nodig hebt, maar wel een kast vol combinaties die kloppen. Je kent vast dat onrustige gevoel: "Ik heb niets om aan te trekken". Dat verdwijnt zodra je alleen nog stukken in je kast hebt die goed voelen, goed staan en bij je passen. Stel je eens voor, nooit meer haastige aankopen voor dat ene etentje of die belangrijke vergadering. Je opent je kast en ziet direct meerdere combinaties die passen bij jouw eigen stijl en lichaam. Dit geeft zoveel rust.



Investeer in goed advies

Duurzaam omgaan met kleding begint bij zelfkennis. Investeer in goed advies om jouw persoonlijke kledingstijl te ontdekken, leer welke kleuren jouw uitstraling versterken en omarm je lichaamsfiguur zodat je de juiste pasvormen snel herkent.

Wanneer je weet wat bij je past, heb jij bijna geen miskopen meer en combineer je jouw kledingstukken moeiteloos. Geen eindeloze online bestellingen die teleurgesteld retour gaan omdat het niet lekker zit of niet goed voelt. Die teleurstelling is zonde van

je tijd, energie, geld én zelfvertrouwen. Als jij draagt waar je echt blij van wordt, straalt je dit uit. Dit is jouw krachtigste uitstraling: jij voelt je meer jezelf en daardoor maak je keuzes die dicht bij jezelf liggen.

Koop met aandacht

Koop alleen wat écht een toevoeging is aan je kledingkast. Er bestaan prachtige duurzame merken die met liefde, eerlijke materialen en passie werken. Maar ook duurzaam shoppen kan doorslaan. Koop je voortdurend “duurzame koopjes” via tweede-

handsplatforms of vintage winkels? Vraag jezelf dan af: heb ik dit echt nodig?

Eén broek of top die helemaal bij je past en op eindeloos veel manieren te combineren is, is veel waardevoller dan tien stukken die in je kast blijven hangen. Kastvulling hebben we vaak genoeg. Maar hoe combineer jij nu die sets uit jouw eigen kledingkast die echt bij jou passen?

8 leuke, inspirerende tips die jij meteen kunt toepassen in jouw eigen kledingkast, zodat jij die sets combineert die echt bij jou passen:

1. Begin met jouw favoriete kledingstuk en probeer hiermee een compleet andere combinatie te maken dan je normaal doet. Gun jezelf de tijd om in de combinatie-flow te komen. Bijvoorbeeld: jouw fijne broek die zo heerlijk zit. Ga met dit kledingstuk langs de tops in jouw kledingkast en kijk welke kleuren leuk met elkaar matchen. Kijk vervolgens of je een derde kledingstuk kunt toevoegen, denk aan een vestje, dat leuke gilet, een riem of een mooie ketting of oorbellen. Kijk daarna welke schoenen er leuk bij combineren, kleuren kunnen vaak verrassend goed bij elkaar passen, en bij jou.
2. Kies voor kleuren met dezelfde ondertoon. Omdat deze kleuren in dezelfde groep vallen, combineren ze vaak heel mooi met elkaar en weet je bijna zeker dat ze goed matchen. Daarom is het zo fijn om te weten welke kleuren jouw uitstraling versterken. Zo kies jij bewust de juiste kleuren, deze versterken jouw uitstraling en zijn makkelijk onderling te combineren. Win-win!
3. Heb je kleuren gecombineerd die misschien wat opvallend zijn? Combineer deze dan met een effen, rustige kleur. Bijvoorbeeld dat leuke vest, het zorgt ervoor dat de kleuren niet té opvallend zijn, maar

je wel een hele leuke set hebt gecreëerd.

4. Haal inspiratie uit de prints in jouw kledingkast. Het printje vind jij niet voor niets leuk. Kijk eens welke kleuren erin gecombineerd zijn en zoek in jouw kledingkast naar kledingstukken in die kleuren. Bijvoorbeeld: in jouw blouse met print worden de kleuren bordeaux, roze, offwhite en groen gecombineerd. Heb jij een mooie bordeauxrode broek, een roze top en een beige vest? Dan kun je deze kleuren heel leuk samen matchen tot een compleet nieuwe set.
5. Combineer wat werkt voor jou. Combineer vanuit jouw eigen persoonlijke kledingstijl, voeg jouw eigen stijl toe aan je set. Dit zorgt ervoor dat jouw set eigen voelt. Kies voor fijne stoffen, fijne pasvormen. Zorg dat jouw set voor jou werkt. Wees eerlijk: niks is fijner dan een set die klopt, waar jij niet de hele dag aan loopt te plukken. Of dat ineens de twijfel toeslaat of het zit niet lekker.
6. Gun jezelf tijd voor je kledingkast. Deze tijd ga jij dubbel en dwars terugverdienen! Neem eens een uurtje de tijd om sets te combineren en kritisch te kijken naar jouw kledingkast. Waar word jij nog écht blij van? Er liggen zoveel mooie sets verstopt in jouw eigen kledingkast, zonde om zo'n dosis zelfvertrouwen te laten liggen.
7. Durf de sets te dragen die jij hebt gecombineerd. Als jij er echt blij van wordt, straal je dat uit! En geloof me, je voelt je zóveel meer jezelf. Gun jezelf dit. Voor je het weet, komen de complimenten. Niet omdat het om de complimenten gaat, maar omdat jij echt dat stukje van jezelf laat zien.
8. Maak foto's van de sets die jij hebt gecombineerd. Zo heb je jouw inspiratie altijd bij de hand op je telefoon. Heb je even geen inspiratie? Eén blik op je foto's en jouw inspiratie is daar.

Een bewuste keuze voor jezelf en de wereld

De kledingindustrie blijft een van de meest vervuilende sectoren ter wereld. Door bewust te kiezen, minder te kopen en meer te dragen, maak jij een verschil. Duurzaam leven begint niet in de winkel, maar in je eigen kast, bij de keuzes die je elke dag maakt.

Elke dag heb jij de keuze voor jouw eigen kledingkast. Kies die set waarin jij je jezelf voelt, die bij jou past. Echt, geloof mij, dit gevoel neem jij de hele dag mee.

Leuke initiatieven om jouw kleding duurzaam een tweede kans te geven

Duurzaam omgaan met kleding hoeft niet saai te zijn. Het kan juist creatief, gezellig en verbindend zijn.

1. Organiseer een kledingruil.

Trommel je vriendinnen, buurvrouw, zus of nichtjes op en ruil kledingstukken die je niet of nauwelijks draagt. Zo krijg je nieuwe items zonder iets te kopen en ontstaan verrassende combi-

naties en verhalen. Het jurkje waar jij op uitgekeken was, kan zomaar het nieuwe favoriete item van je vriendin worden. Of ontdek waar er een leuke kledingruil bij jou in de buurt is. Of organiseer deze bij jou in de kerk.

2. Ontdek de kledingloop.

Een kledingloop is een systeem waarbij een tas vol kleding van deelnemer naar deelnemer gaat, je mag er kleding uithalen en eigen items toevoegen. Zo deel je kleding, ontmoet je nieuwe mensen en draag je bij aan bewust en duurzaam gebruik van kleding. Duurzaam omgaan met kleding begint klein, maar de impact is groot: voor de planeet, voor je portemonnee én voor je zelfvertrouwen. Door bewust te kiezen, meer te dragen van wat je al hebt en creatief te combineren, wordt jouw garderobe een bron van inspiratie en plezier. Combineer die dosis zelfvertrouwen en straal precies zoals jij bent.

Jij mag trots zijn op de vrouw die God heeft gemaakt, dochter van de Koning.



Maria van Dijk is stylecoach en geeft kleding- & kleuradvies. Ze is getrouwd en moeder van twee tieners. Op Instagram deelt zij wekelijkse stylingtips: @daykleurenstylingadvies. Voor meer blogs neem een kijkje op www.daystylecoach.nl.