



ELISA BONANDINI

smart beauty

di Francesca Tessarollo

Tutte noi ci siamo trovate, almeno una volta nella vita, a "combattere" contro qualcosa che non ci piaceva del nostro aspetto. Eppure a volte basterebbe guardarsi da un altro punto di vista e ricorrere a qualche semplice trucchetto per valorizzarsi e imparare che, acquisendo consapevolezza di noi stesse e liberandoci dalla dipendenza dai giudizi altrui

e dai canoni di bellezza predefiniti, ognuna di noi può essere bella e felice di sé. È questo che ci suggerisce Elisa Bonandini, Beauty & Style Coach, esperta di armonomia e di Body&Face Styling e autrice dei libri *Smart Beauty* editi da Eifis Editore, da poco pubblicati anche in Spagna. L'abbiamo intervistata e ci ha dato delle dritte davvero utili!

INTERVISTA



I tuoi libri e il tuo lavoro sono concepiti come delle guide verso la consapevolezza di sé. Perché è importante valorizzare la propria immagine?

Perché, che piaccia o meno, l'abito fa il monaco e la nostra immagine può aiutarci davvero a cambiare l'andamento della nostra vita personale e lavorativa. Ho scritto Smart Beauty, nelle versioni lei e lui, perché il valore della cura di sé e la ricerca di armonia e bellezza nella propria vita, nel senso più allargato del termine, arrivasse a più persone possibili. Il vantaggio è conoscersi meglio e non essere più schiavi del giudizio altrui o dei paragoni con la perfezione e la bellezza canonici, ognuno felice con le proprie caratteristiche e unicità, sapendole trattare nella maniera giusta.

Un modo di vedere che può aiutare anche le persone che hanno visto il proprio corpo trasformarsi a causa della malattia.

Da sette anni a questa parte sono Beauty Coach volontaria per "La Forza e il Sorriso", una ONLUS che opera in tutta Italia, nei reparti di oncologia degli ospedali, offrendo laboratori di make-up gratuiti. Mettere le mie competenze a disposizione di chi ne ha davvero bisogno in un particolare momento della propria vita è un'esperienza, oltre che bellissima, per me doverosa. Mai perdere la fiducia nella propria bellezza anche nella malattia, questo è il mio messaggio che grazie a "La Forza e il Sorriso" posso diffondere.

Cos'è lo stile, per te?

Avere stile significa sapere chi siamo e che messaggio vogliamo dare al mondo di noi. Non esiste il giusto e lo sbagliato nello stile. Per citare il mio libro Smart Beauty lo stile per me è anche "la capacità di una persona di far percepire la propria personalità e il proprio senso estetico attraverso un look sempre riconoscibile, che fa sentire a proprio agio".

Per sentirsi a proprio agio è importante conoscere e valorizzare la propria fisicità. Quanti tipi di silhouette esistono?

Sia per la donna che per l'uomo ci sono cinque silhouette di base, assimilabili a forme geometriche: clessidra/trapezio, triangolo, triangolo invertito, ovale e rettangolo. Le donne clessidra e gli uomini trapezio per valorizzarsi devono mettere sempre in risalto il punto vita sottile con capi sagomati e top/camicie inflatte nella gonna o nei pantaloni; le persone triangolo devono mettere più volume sulla parte alta del corpo (perfetti i blazer); le persone triangolo invertito devono mettere più volume nel "lower body" e minimizzare l'"upper body", quindi si a capi sottili e essenziali sopra e volumi più abbondanti sotto; le persone ovali devono distogliere l'attenzione dal punto vita pieno e verticalizzare la figura, quindi dovrebbero optare per capi morbidi che scivolano sulla figura e linee asimmetriche/diagonali che slanciano. Le persone rettangolo, quando molto magre, dovrebbero evitare capi aderenti che accentuano la spigolosità del corpo e introdurre profondità

Time to shine

sulle spalle e sui fianchi con linee morbide in modo che il punto vita dritto e poco evidente sembri più segnato e la figura più curvilinea e morbida. Se invece il rettangolo in questione è pieno e voluminoso si possono seguire i consigli della figura ovale.

Ci sono dei capi che stanno bene a tutti e sui quali non si sbaglia?

Non posso consigliare capi specifici che so per certo stare bene a tutti, ma posso affermare che linee semplici ed essenziali, poche decorazioni e tessuti di qualità sono gli elementi su cui puntare. Togliere, più che aggiungere, è il consiglio di stile più efficace!



Parlando invece di armocromia, ci sono colori passe-partout per tutte le "stagioni"?

Certo, i "neutri": bianco soft, tortora, grigio peltro, blu navy e marrone testa di moro. Come colori "accento" invece non si sbaglia con i "colori gioiello": blu zaffiro, turchese, rosso rubino, viola ametista e bordeaux granato, da regolare in base alle proprie caratteristiche cromatiche naturali. Le persone chiare e delicate opteranno per versioni di questi colori altrettanto chiare, le persone più scure invece per versioni più scure e brillanti.

Parliamo di viso: hai dei consigli per valorizzare spigolosità o tratti irregolari?

Più si consapevolizzano i punti forti della propria immagine, più si può spaziare nello stile. Un esempio: una persona con un viso molto spigoloso può voler camuffare questa sua spigolosità con un taglio di capelli e uno styling ondulato e morbido, oppure accentuarla con un taglio geometrico e grafico. Si devono bilanciare la parte puramente estetica e la parte psicologica e di personalità.

Ci sono dei trucchetti per minimizzare o valorizzare quelli che sono visti come dei difetti fisici?

Certamente, un uso consapevole e strategico di colori, linee e forme, soprattutto intorno al viso, può camuffare molte caratteristiche che sono vissute come inestetismi o difetti. Un banale esempio: un naso voluminoso si riproporziona moltissimo con il taglio di capelli e gli occhiali giusti.

Cosa pensi della chirurgia estetica?

Penso che sia una grande alleata quando fatta con intelligenza e discrezione. Amo l'idea di poter risolvere situazioni psicologicamente pesanti e che ci limitano nella vita con le tecniche di medicina e chirurgia estetica. Come in tutte le discipline c'è poi chi opera come un artista e chi no; basta saper scegliere.

Sei decisamente eclettica e comunichi in tantissimi canali diversi. Progetti per il futuro?

Grazie per questo bellissimo complimento, essere eclettica è alla base del mio modo di vivere il mio lavoro e la mia vita. Non sono una persona che progetta molto, perché quando si fa un lavoro creativo la programmazione potrebbe tarpare la vena creativa. E poi sono un saggittario, iper-organizzata, sì, ma vivo bene anche alla giornata! Essere dove sono e fare quello che sto facendo, essendone felice, mi rende già molto soddisfatta.

CONOSCERSI,

VALORIZZARSI,

VOLERSI BENE