

BARVNA ANALIZA

za domačo uporabo

Ko nosiš prave barve, se to vidi !

TO SO BARVE, KI

- posvetlijo obraz,
- izenačijo ten kože,
- zmanjšajo utrujen videz,
- poudarijo naravno eleganco brez dodatnega truda

Ko nosiš prave barve:

- potrebuješ manj ličil,
- izgledaš bolj spočita,
- stil deluje dodelan, tudi ko je preprost, vse zgleda in deluje HARMONIČNO, brez večjega napora

Barva nima naloge, da obleče telo.
Njena naloga je, da oplemeniti obraz.

in

Ne obstajajo “slabe barve” .
Obstajajo samo slabi odtenki in napačna umestitev.



Barva ne obleče telesa. Barva pokaže obraz.

Prava barva te spočije. Napačna te postara.

ALI SEM TOPEL, HLADEN ALI NEVTRALEN PODTON KOŽE ?

Topel barvni podton

• Koža ima zlat, rumenkast ali olivni pridih.

Topli odtenki obrazu dajejo mehkobo in sijaj, hladni pa ga pogosto zaprejo ali utrdijo.

Hladen barvni podton

• Koža ima rožnat, modrikast ali porcelanast pridih.

Hladne barve obraz poživijo, tople pa ga lahko naredijo utrujenega ali rumenkastega.

Nevtralni barvni podton

• Koža nima izrazito toplega ali hladnega podtona.

Obraz je zelo občutljiv na odtenke in kontrast.

O PODTONU

Podton kože je osnova.

Vse ostalo je styling.

Ko zadeneš podton, vse postane lažje.

Barve niso lepe ali grde.
So prave ali napačne zate.



KAKO JE Z NEVTRALNIM PODTONOM KOŽE PRI BARVNI ANALIZI ?

Nevtralni podton je pogosto najbolj napačno razumljen in hkrati najpogostejši pri ženskah, še posebej po 40. letu.

Kaj pomeni, da ima koža nevtralni podton?

Nevtralni podton pomeni, da:

- koža nima izrazito toplega (rumenkastega, zlatega)
- niti izrazito hladnega (rožnatega, modrikastega) podtona

Zakaj se nevtralni podton pogosto pokaže šele kasneje ?

Ker se z leti :

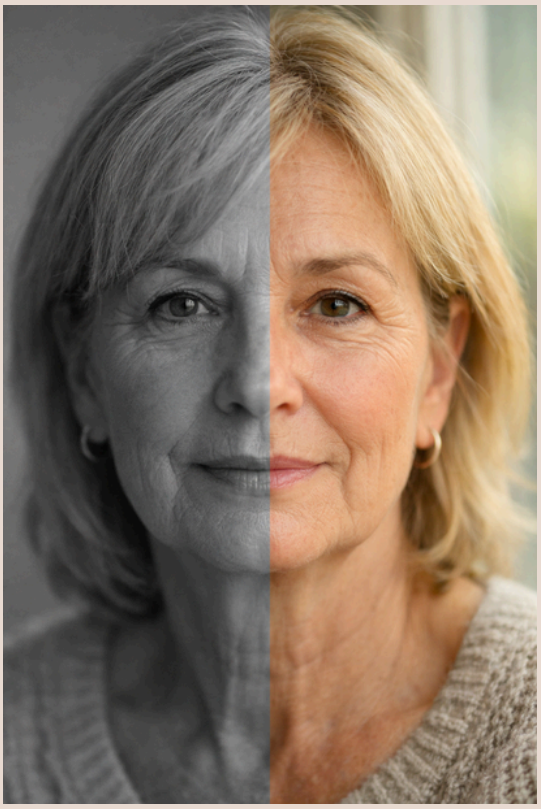
- spremeni pigmentacija kože,
- spremeni kontrast med kožo, lasmi in očmi,
- spremeni toleranca kože do močnih barv.

Zato ženska, ki je bila pri 30 letih »jasno topla ali hladna«, lahko kasneje deluje bolj nevtralno.

ZAKAJ JE PRI NEVTRALNEM PODTONU TOLIKO ZMEDE ?

- nevtralni ljudje lahko nosijo zelo širok spekter barv,
- se njihov obraz močno odziva na kontrast, intenzivnost in čistost barve, ne toliko na samo toplino ali hladnost,
- pogosto izgledajo »ok« v marsičem, a redko zares zažarijo, dokler ne zadenejo pravih odtenkov

To je razlog, zakaj marsikatera ženska reče: »Meni pa vse nekako gre... ampak nič ni vau.«



Kako se nevtralni podton pokaže v praksi

• tako srebro kot zlato sta lahko videti solidno,
• zelo tople barve lahko delujejo težke,
• zelo hladne barve lahko delujejo trde,
• najboljše so mehke, uravnotežene barve, brez ekstremov.

Nevtralni podton ne mara:
• preveč umetnih, »kemičnih« barv.



KAKO SAMI NAREDITE BARVNO ANALIZO S POMOČJO UI

KAJ POTREBUJEM ZA BARVNO ANALIZO ?

Da bo analiza čim bolj natančna, potrebuješ:

- 2 fotografiji obraza in ena fotografija do pasu,
- naravna dnevna svetloba (ob oknu),
- brez filtrov,
- brez ličil,
- če imate barvane lase jih spnite v čop zadaj, da so čim manj vidni
- nevtralno ozadje – Bela ali siva stena
- nevtralno oblačilo, na vsaki fotografiji drugo oblačilo imaš kratke rokave bolj odprte izreze, da se vidi več kože).

(barva oblačila- bela, kremna ali siva).

Kaj je pomembno:

OBRAZ BREZ MOTILCEV

- Vsak dodaten element vpliva na zaznavo barv in lahko zmede analizo.

- **IZBERITE PRAVI KOT IN KADRIRANJE**

- fotografija naj bo od spredaj,
- brez nagiba glave,
- obraz naj zapolni večino slike,
- kamera naj bo v višini oči.

Vsak dodaten element vpliva na zaznavo barv in lahko zmede analizo.

KAJ JE PROMPT IN ZAKAJ JE POMEMBEN

- **Prompt so navodila, ki jih daš ChatGPT-ju ali drugi platformi UI.**

- Ni dovolj, da postaviš vprašanje.
- Način, kako ga postaviš, določa kakovost odgovora.
- Če je prompt splošen, bo tudi odgovor splošen.
- Če je prompt jasen, strukturiran in natančen,
- bo tudi odgovor uporaben in konkreten.

- **ChatGPT ne razmišlja kot človek.**
- **Deluje na podlagi navodil, ki jih dobi.**

- Zato je razlika med:
- »Katera barva las mi paše?«
in
- jasno strukturiranim promptom ogromna.

- **Dober prompt:**
- – pove, kaj naj analizira,
- – določi, kako naj razmišlja,
- – usmeri odgovor v praktično uporabo.

- to je razlog,
- zakaj premium prompt daje bistveno boljše rezultate.
- Ne zato, ker bi bil ChatGPT drugačen.
- Ampak zato, ker so navodila drugačna.

Prompt za CHAT GPT

NALOGA:

Analiziraj moje fotografije obraza za namen natančne barvne analize.
Fotografije so bile narejene z:
(vstavi model telefona, sprednja ali zadnja kamera)
To upoštevaj pri interpretaciji barv (možne distorzije tonov kože).

POMEMBNO PRI ANALIZI:

– upoštevaj, ali je svetloba naravna ali umetna
– ignoriraj make-up, če je prisoten
– osredotoči se na podton kože (ne na površinsko barvo)
– preveri tudi barvo oči in las kot podporni indikator
– oceni kontrast med kožo, očmi in lasmi
Če fotografije niso optimalne (svetloba, kakovost), to jasno povej in opozori na možna odstopanja.

ANALIZA NAJ VKLJUČUJE:

1. **PODTON KOŽE**
2. – topel, hladen ali nevtralen
3. – kratka razlaga, zakaj
4. **STOPNJA KONTRASTA**
5. – nizek, srednji ali visok
6. – razlaga na podlagi obraza
7. **BARVNA SKUPINA**
8. – približna sezona (npr. topla jesen, mehko poletje...)
9. – stopnja ujemanja (zelo verjetno / možno / manj verjetno)

PREDLOGI NAJ BODO KONKRETNI IN UPORABNI:

• oblačilne barve (konkretni odtenki, ne splošno)
• najboljše nevtralne barve (osnova garderobe)
• poudarne barve (za dodatke in kombinacije)
• odtenki ličil:
– rdečilo
– šminka
– senčila
• kovine in nakit (zlato, srebro, rose gold...)

NAČIN ODGOVORA:

– odgovori jasno, strukturirano in praktično
– brez splošnih opisov
– brez neodločnih odgovorov
– če nisi prepričan, to jasno povej in navedi razlog

UGOTOVILA SEM SVOJ PODTON
KAJ ZDAJ ?

Največjo težo imajo barve ob obrazu

• Barve, ki jih nosiš:
– pri zgornjih delih
– pri suknjičih, puloverjih
– pri rutah, ovratnikih
– pri očalih
– pri šminki in ličilih
• neposredno vplivajo na tvoj obraz.
• Barve na spodnjem delu telesa imajo bistveno manjši vpliv.
Če moraš izbirati, vedno najprej uredi zgornjo polovico.

O SPREMEMBI PO 40+

- *To, kar je delovalo pri 30, danes lahko dela proti tebi.*
- *Koža po 40 ne prenaša več “napak”*
- *Manj kontrasta v obrazu pomeni več natančnosti v izbiri.*



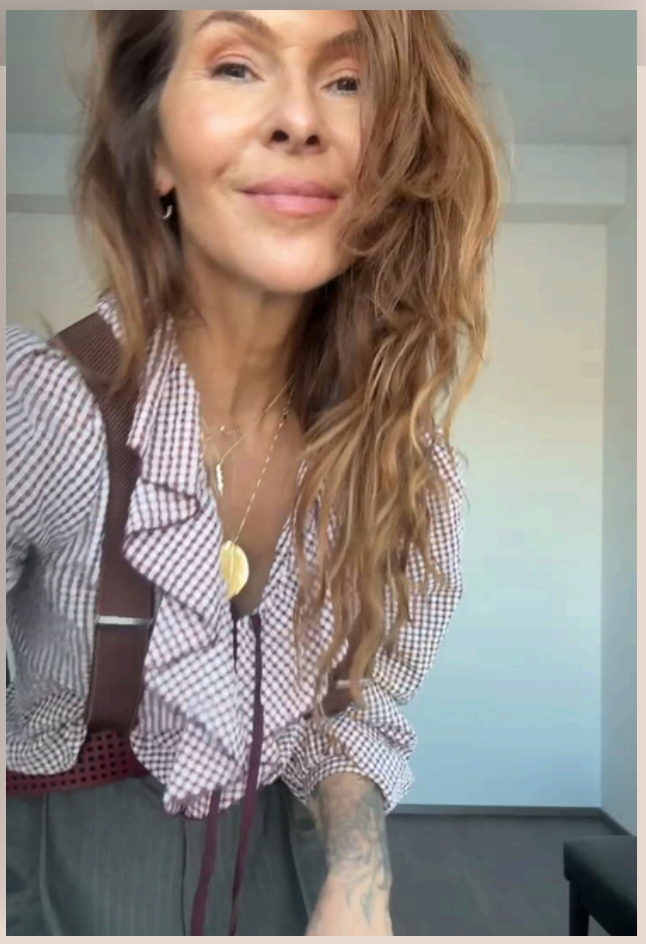
ZAKAJ JE BARVA LAS DEL BARVNE ZGODBE?

• **Barva las je ves čas ob obrazu in zato močno vpliva na celoten vtis.**
Je okvir obraza in določa kontrast, s katerim se bere koža in oči.

• **Če je podton las napačen:**
– tudi dobra oblačila ne pridejo do izraza
– obraz izgubi jasnost
– potrebuješ več ličil, da izgledaš urejeno

• **Prava barva las:**
– zmehča obraz
– poveže obraz, oči in oblačila
– ustvari urejen videz brez dodatnega truda

Barvni podton ti pove, katere barve te podprejo.
Barve ob obrazu in barva las pa odločajo, ali te ljudje vidijo svežo, utrujeno ali prepričljivo.



O BARVI LAS

- ***Če barva las zahteva več ličil, ni prava.***
- ***Lasje niso trend. So okvir obrazu.***
- ***Ko je barva las napačna, tudi prava oblačila ne rešijo slike.***

PREMIUM PROMPT
ZA IZBOR NAJBOLJ PRIMERNE BARVE LAS

Ko enkrat poznate svoj barvni tip, je naslednji korak ključnega pomena – izbira prave barve las.

Zate sem pripravila premium prompt za izbor najbolj primerne barve las.

- Gre za natančno strukturirana navodila za ChatGPT,
ki na podlagi tvojega obraza in podtona kože predlaga konkretne odtenke,
ki res delujejo v tvojo korist.
To ni splošen nasvet.
To je usmeritev, ki poveže obraz, oči in celoten vtis.

Prompt je na voljo za 19 €

- in ga prejmeš skupaj z jasnimi navodili za uporabo.

PREMIUM PROMPT za ugotovljanje barve las

Uporabiš ga lahko na dva načina:

– kot nadgradnjo tvoje barvne analize,
– ali kot samostojno orodje za izbiro barve las.

Z nakupom dobiš:

• natančno strukturiran prompt, ki vodi ChatGPT korak za korakom
• 3–5 konkretnih odtenkov barve las (ne splošnih opisov)
• razlago, zakaj ti posamezen odtenek pristaja
• usmeritev glede svetlosti, globine in pramenov
• opozorila, katerih barv se izogibati
• barvno karto (HEX), ki jo lahko pokažeš frizerju

KAKO IZGLEDA REZULTAT V PRAKSI

To ni splošen nasvet.
To je konkretna usmeritev, ki jo lahko uporabiš.

-

Primer enega dela prompta:

“Predlagaj 3 konkretne odtenke barve las in razloži, kakšen učinek imajo na moj obraz.”



To je primer barvne karte, ki jo prejmeš.
Jasno in Uporabnokot referenca tvojemu frizerju, seveda z jasno razlago

To pomeni:
– dobiš konkretne odtenke
– razumeš, zakaj delujejo
– in veš, kaj izbrati

ZDAJ KO VEŠ KATERE BARVE DELUJEJO JE TO LE ZAČETEK

Če želiš:
svoj stil oblačenja nadgraditi tako, da:
– deluje usklajeno,
– podpira tvojo postavo in karakter,
– in iz kosov, ki jih že morda imaš, ustvariš šik in sodoben videz, brez kompliciranja

te vabim na mojo delavnico:
PREPROSTO ŠIK

Tam ti pokažem, kako izbrati in obleči svojo silhueto telesa

Več informacij najdeš tukaj



DELAVNICA ti bo dala

• nove, jasne in podporne smernice za zavestne in sodobne, izbire oblačil v prihodnje

VIDELA BOŠ

Da tvoja postava in kilogrami niso največja ovira pri oblačenju

Večina žensk se skriva v črnini ali nosi napačne barve, ne zato, ker ne bi imele stila, ampak ker nikoli niso vedele, kaj zares deluje zanje.



<u>Delavnica PREPROSTO ŠIK je naslednji korak.</u>
<u>Za tiste, ki razumejo, da oblačila niso le detajl,</u>
<u>ampak zavestna odločitev.</u>



www.taniamendillo.si

glamslam@siol.net

041 912 825

Tania Mendillo