

BE A MODEL - by AleK K.

SADRŽAJ

O PROGRAMU	2
ŽELIŠ DA ZAKORAČIŠ U SVET MODELA I MANEKENA A NE ZNAŠ ODAKLE DA POČNEŠ?	2
RADIONICA	3
15 ZLATNIH SAVETA U MANEKENSTVU	3
GLAVNIH 5	4
KOJI SU PRVI KORACI	4
PRIPREMA ZA PRVO SLIKANJE I IZGRADNJA SVOG BOOK-A	5
KAKO SE PONAŠATI U AGENCIJI	5
KAKO VODITI RAČUNA O ISHRANI I TELU	6
KAKO SE OBLACITI I BRENDIRATI SEBE	6

O PROGRAMU

Želiš da zakoračaš u svet modela a ne znaš odakle da počneš?

Pripremila sam za tebe, nekoliko načina kako da ti pomognem u tome!
Savetujem te da počneš na sledeći način:

1. PRIJAVI SE na moju mailing listu – pošalji mi maili alekolarski@yahoo.it i dobićeš besplatan PDF na temu „5 najvažnijih saveta za modele i manekene“
2. Ako te interesuje više, možeš da kupiš moj PDF vodič – **BE A MODEL** po ceni od 1500 rsd, koji je trenutno na **promotivnoj ceni 800rsd**, gde je detaljnije napisano 15 zlatnih saveta na jednom mestu.
3. Sledeći korak, koji će ti pomoći da još više razumeš svet manekenstva, čuješ moje iskustvo i da se upoznamo, je da dođeš na moju radionicu koja će se održati krajem januara 2021. (javicemo datum), na Novom Beogradu – OSNOVE MODELINGA.
4. Zbog zaintresovanja mnogih devojaka, odlucila sam da dva puta mesečno održim radionicu za sve devojke koje žele da čuju i nauče kako se ponašati i kako da na najprofesionalniji način prihvate manekenstvo kao posao.
5. Krajem marta, početkom aprila (u zavisnosti od Covid situacije) organizovaćemo - **BootCamp- Be a Model** koji će trajati 3 dana. Devojke koje će biti izabrane na radionicama i koje žele da se posvete ovom poslu imaće prilike da se obuče i učestvuju na BootCampu-u. Na radionici ćemo proći osnove hoda, šminke, frizure, lifestyle, pripreme book-a, poziranja, fotografisanja, ishrane, vežbanja, ponašanja, komunikacije i svega što je važno. Trećeg dan će biti organizovana velika Modna revija našeg domaćeg dizajnera gde će agenti i scouteri iz inostranstva moći da biraju devojke za svoje agencije! Biće prisutni i stručnjaci na navedene teme.

Stay tuned!

Gosti će nam biti ozbiljne MODNE AGENCIJE IZ MILANA koje će selektovati devojke za njihovo tržište i njihove agencije.

Prepare your self for something big – level up, trajaće 3 dana.

6. Finalni korak je lični rad samnom, jer svako je individua za sebe i zaslužuje posebnu posvećenost kako bi uspeo na tom putu. Mogu ti biti mentor TVOJE KARIJERE U INOSTRANSTVU, od odabira agencije, ugovora, posla do odlaska i mentalnih priprema za poslove. Tu sam za sve tvoje faze u karijeri!

RADIONICA

Pozivam TE na moju radionicu koja će se održati **u januaru 2021(javicemo datum)** na Novom Beogradu.

Radionica je za tebe ako želiš da saznaš "šta je potrebno da znam i imam, kako bih bila model"

Na radionici ću ti približiti taj svet i upoznati te sa najbitnijim koracima u tom poslu.

Radionica traje 3h i program je podeljen ovako:

- Predstavljanje i međusobno upoznavanje
- Moje iskustvo
- Lekcije
- Iskustvo mojih manekenki (koje će biti gosti na radionici)
- Pauza – kafa i čaj
- Pitanja polaznika radionice

Posle ove radionice imaćeš jasniju sliku i lakše ćeš doneti odluku da li i kako želiš da nastaviš svoj put.

PRIJAVE:

- Pošalji mi mail na alekolarski@yahoo.it
- Dobićeš instrukcije za uplatu
- Cena radionice je 4000 rsd

15 zlatnih saveta u manekenstvu

Da bi devojke shvatile ozbiljnost manekenstva, potrebno je detaljnije objasniti početne korake posla. Do sada, sam uspela da mnogim devojkaama, objasnim i približim kako da na najlakši način spoznaju i prihvate pravila ovog biznisa, kako da prevaziđu izazove i izgrade svoju uspešnu karijeru.

Teme kojima se bavimo na radionici su:

- Sta je manekenstvo?
- Koji su prvi koraci u Manekenstvu (visina i mere)
- Priprema za prvo slikanje i priprema booka (test,slikanje,poslovi)
- Kako se pripremiti za inostranstvo i konkurenciju
- Koja je razlika manekenstva u Srbiji i Evropi
- Kako se ponasati u Agenciji
- Koje vrste poslova postoje u modnom svetu
- Sta su direktni poslovi
- Koji su najplaceniiji poslovi
- Da li su bitne drustvene mreze u manekenstvu
- Da li je bitno obrazovanje edukacija i skola
- Kako voditi racuna o ishrani i svom telu
- Kako se oblaciti i brendirati sebe i ostati prirodne lepote u manekenstvu

Glavnih 5

Koji su prvi koraci

Moje mišljenje:

- Prvi korak je odluka. Trebas doneti odluku da li želiš da se baviš ovim poslom.
- Sledeći korak je, da li imaš visinu za manekenstvo, da li si srazmerno građena i obim kukova.
- Moraš biti spremna da radiš na sebi i izgledaš odlično.
- Bitan korak je prihvatiti savet svog agenta i agencije.

Razlozi zašto tako mislim:

Ima devojaka koje bi da se bave ovim poslom, ali brzo odustaju jer nisu spremne na rad na sebi. Bolje je da spoznaju proces i što pre donesu odluku, da ne bi gubile svoje vreme, samopouzdanje životno i novac.

Primeri iz iskustva:

Kada sam prvi put došla u Fashion Agenciju, moja bukerka me je posavetovala da prvo skinem 2kg pa da me onda šalje na castinge. Pomislila sam, pa toliko sam mršava, gde dalje?! Ali mi je objasnila **zašto** i ja sam prihvatila. (Objasnicu vam na radionici)

Posle mesec dana, smršala sam i na kastinzima gde me je moja agencija poslala, svuda sam imala rezultate i dobijala poslove.

Agencija je ta koja najbolje poznaju svoje klijente i kakvi su im modeli potrebni, zato trebaš imati poverenja u svog bukera i svoju agenciju.

Moj konkretniji stav:

Spoznajte proces i donesi odluku koju možeš sprovesti. Ako misliš da nisi u stanju da proceniš sebe, kontaktiraj me, pomoću ti.

Priprema za prvo slikanje i izgradnja svog book-a

Moje mišljenje:

Za početak POZIRANJE.

Svako od nas ima bolji i lošiji profil. U tome ti mogu pomoći na ličnoj konsultaciji kad dodje vreme ili zamoli nekoga da te fotografiše. Poziranje se uči, to je slično plesu. Vežbanjem do rezultata. Što se više slikaš, praviš bolje fotografije za svoj book, jer je on veoma važan.

Book je album - knjiga gde sakupljaš svoje fotografije i kada ideš na kasting, klijent može da vidi koliko si fotogenična. Tu predstavljaš sebe, koliko možeš da se promeniš i transformišiš na fotografijama.

Razlozi zašto tako mislim:

Nismo svi rođeni da se slikamo i poziramo, ali sve se to nauči. Poziranje se uči, to je slično plesu.

Primeri iz iskustva:

Mene su ljudi više puta pitali kada vide moje fotografije da li sam to ja, jer imam odličnu moć transformacije. Moram reći da sam u to vreme imala sreće da me klijenti više uzimaju za posao, pošto su me dosta poredili sa poznatom glumicom Sandrom Boolok.

Moj konkretniji stav:

Što više radiš, to više vežbaš poziranje i fotografisanje, postaješ veći profesionalac i bolje upoznaješ svoje telo i svoj izgled.

Kako se ponašati u Agenciji

Moje mišljenje:

Kada odlučiš da prihvatiš poziv u inostranstvo, agencija postaje tvoja druga kuća. Jako je bitno da razumeš i osvestiš momenat ako te je agencija izabrala. U svetu ima milion devojaka koje bi želele da se bave manekenstvom, ali nisu rodjene sa takvim merama i lepotom kao sto si ti. BRAVO!

Razlozi zašto tako mislim:

Strpljenje u agenciji je jako važno (to je period kada stižu devojke iz svih krajeva sveta). Ni bukeri ne znaju kome bi se pre posvetili. Najbolje je biti samostalan i širokih shvatanja, brzih refleksa i izgrađen stav prema poslu. Nikada nemoj obrukati agenciju kod klijenta i uvek se prvo agenciji obratiti za savet ili nedoumicu koju imaš prema poslu ili klijentu.

Primeri iz iskustva:

Ja sam imala poštovanje prema svojoj agenciji i bukerima sa kojim sam radila. Pokušavala sam uvek da imam razumevanja i da im pomognem oko mlađih modela, koje su iz dana u dan stizali. Pomagala sam kako da odu do metroa, gde da kupe autobusku kartu, kako da se hrane, gde je teretana... Tako sam zaslužila poseban status, ugled i poštovanje. Samim tim i poslove.

Moj konkretniji stav:

Neka te pamte po dobrom!

Kako voditi računa o ishrani i telu

Moje mišljenje:

Telo mora biti zdravo i jako. Zdravom ishranom stvaramo energiju i imamo više snage.

Razlozi zašto tako mislim:

Posao je sam po sebi dinamičan. Dešava se da zbog posla menjamo različite destinacije. Telo može biti iscrpljeno zbog toga. Veoma je bitno unositi vitamine, minerale i proteine. Ne bi trebali da jedemo tešku i brzu hranu, već nutritivnu i kvalitetnu, koja lako svarljivu i koja nam daje energiju.

Primeri iz iskustva:

Mnogi misle da modeli ne jedu ništa. To nije tačno! Naš metabolizam brže radi i brže vari hranu. Ja sam uvek volela da ponesem sa sobom hranu koja mi se sviđa, u slučaju da nemamo ručak, da ne ostanem gladna jer tada nisam dobra ni sebi ni drugima. Uvek sam imala u torbi kesicu sa bademima, orasima ili suvim voćem. Novi trendovi u ishrani otvaraju mnoge mogućnosti i pripremam priručnik sa receptima kako ja spremam sada hranu.

Moj konkretniji stav:

Zdravlje pa sve ostalo! I COVID nas je tome naučio.

Kako se oblačiti i brendirati sebe

Moje mišljenje:

Klijenti vole da te vide urednom, čistom, očešljanom, sa malo šminke i jednostavno obučenom.

To su stvari koje oblikuju tvoje telo - uska majca sa uskim farmerkama ili je haljinica koja ocrtava tvoje mere tela, bitno je da je jednostavna kombinacija.

U toku dana modeli imaju dosta kastinga, pešači se dosta u patikama ili baletankama, ali u torbi uvek mora da se ponesu cipele sa visokom štiklom.

Kada dođeš na kasting i kada te klijent prozove moraš obuti štikle i prošetati ispred njega da vidi tvoju figuru tela, hod, stas i pokrete.

Razlozi zašto tako mislim:

Treba dobro razmisliti kako biti drugačiji od ostalih. Kada pomisliš, da si samo deo milionske zajednice, gde su SVE devojke lepe i visoke, moraš naći način da se razlikuješ.

Brendirati sebe, ne znači samo oblačiti se na poseban način, već biti drugačiji od ostalih - odeća, stil, stav, karakter.

Primeri iz iskustva:

Bila sam poznata po osmehu i gracioznom držanju. Klijenti su voleli da rade samnom, jer su mi govorili da imam posebnu gracioznost i smirenost tj. strpljenje. Sećam se klijenta koji je 3. godine za redom - Tomasso Stefanelli tražio od agencije da radi samnom na svojoj kolekciju, kreirajući svoju kolekciju po mojim merama. Jako mu se dopadao moj izrazeno dugačak vrat. Zvao me je Andrey Hepburn. Od tada sam uvek imala jednostavan Fashion Clasic style, po kome sam bila i prepoznatljiva.

Moj konkretniji stav:

JEDINSTVENOST SE CENI!

