

Fra skræk til selvtillid

En ærlig guide til dig, der overvejer boudoir – men ikke helt tør endnu

VELKOMMEN

Du er ikke alene

Hvis du har overvejet boudoir, men noget i dig siger *»det er ikke noget for mig«*, så er du i godt selskab. Det er en af de tanker, vi hører allermest.

Vi har fotograferet mere end 80.000 mennesker siden 2008. Rigtig mange af dem kom ind ad døren med de samme spørgsmål, som du måske sidder med lige nu: Hvad med min krop? Hvordan skal jeg stå? Hvad hvis jeg føler mig utilpas?

Den her guide giver dig ærlige svar. Du behøver ikke have besluttet dig for noget – læs den i dit eget tempo, og tag det med, du kan bruge.

INDHOLD

01 Hvorfor tanken kan føles skræmmende

02 Hvad boudoir egentlig handler om

03 Sådan bliver frygten mindre

04 Gode råd før din fotografering

05 Sådan foregår det hos Poze

06 De typiske bekymringer – og ærlige svar

07 Når billederne er klar

08 Hvorfor vælge Poze

KAPITEL 01

Hvorfor tanken kan føles skræmmende

Det er helt normalt at være nervøs. De fleste af os er vant til at se os selv i et kritisk lys – i spejlet, på telefonen og ved siden af billeder, der er redigeret til ukendelighed.

DE BEKYMRINGER, VI OFTEST HØRER

Kroppen

»Jeg vil lige tabe mig først.« Mange venter på en version af sig selv, der aldrig kommer. Du behøver ikke ændre noget før en fotografering.

Selvtilliden

»Jeg er bare ikke typen.« Det tror mange. Men boudoir handler ikke om at være en bestemt type. Det handler om at blive set på en ny måde.

Kameraet

»Jeg ved ikke, hvordan jeg skal stå.« Det behøver du heller ikke. Det er fotografens job at guide dig hele vejen.

Hvad andre tænker

Hvad vil venner og familie sige? Billederne er dine. Du bestemmer selv, om du vil vise dem til nogen.

Alle de her tanker er forståelige. Men de er ikke et tegn på, at boudoir ikke er noget for dig. De er bare et tegn på, at du er et menneske.



Du behøver ikke ændre noget før en fotografering.

POZE

KAPITEL 02

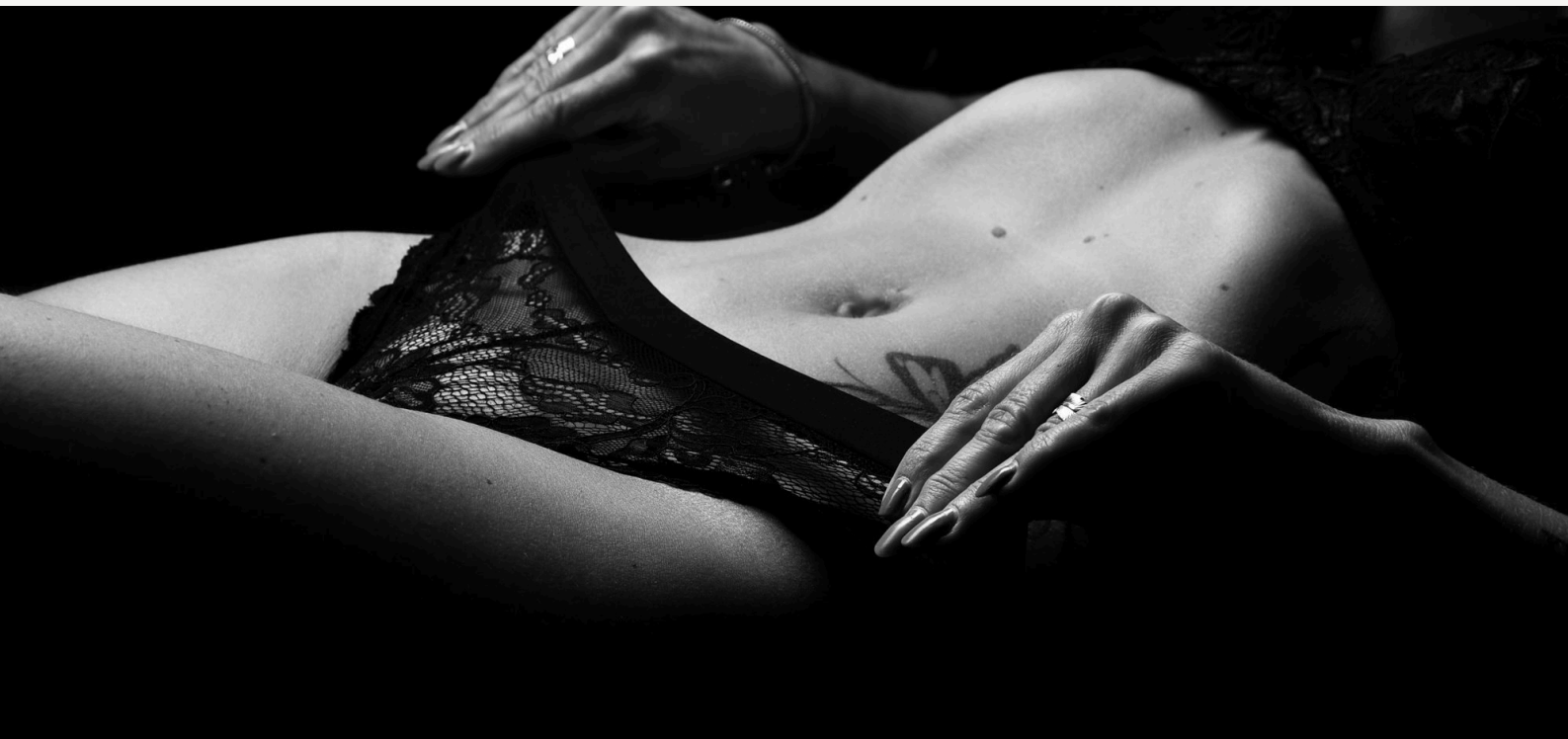
Hvad boudoir egentlig handler om

Boudoir handler ikke om at ligne nogen fra et magasin. Det handler om at se dig selv på en måde, du måske ikke har gjort før.

Hos Poze arbejder vi med lys og en kontrastfyldt stil, der fremhæver dig, som du er. Kurver, ar, strækmærker og alt det, du måske plejer at gemme væk, er en del af dig – og en del af billedet.

For mange handler det om at give sig selv noget. Et par timer, hvor det handler om dig – ikke om børnene, arbejdet eller alle de andre. For nogle er det en gave efter en svær periode. For andre en milepæl, en fødselsdag eller bare lysten til at prøve noget nyt.

Der er ingen rigtig eller forkert grund. Din grund er god nok.



KAPITEL 03

Sådan bliver frygten mindre

Du behøver ikke slippe al nervøsiteten, før du booker. Men der er et par ting, der gør en stor forskel.

1

Tal om det på forhånd

Fortæl, hvad du er usikker på, og hvad du gerne vil have ud af det. Jo mere vi ved, jo bedre kan vi tage højde for det.

2

Kend din egen grund

Er det for dig selv, en gave eller en milepæl? Når du ved, hvorfor du gør det, er det lettere at holde fast i, når nerverne melder sig.

3

Husk, at du ikke skal præstere

Du skal ikke kunne posere eller vide, hvad du skal gøre med hænderne. Du skal bare møde op.

4

Vælg en fotograf, du stoler på

Tryghed kommer før alt andet. Vælg en fotograf med erfaring i boudoir, som tager sig tid til at guide dig og lytte til dine ønsker.



KAPITEL 04

Gode råd før din fotografering

1

Sig, hvad du tænker

Fortæl fotografen, hvad du er usikker på, og hvad du gerne vil have ud af det. Der er ingen dumme spørgsmål.

2

Tag tøj med, du har det godt i

Det skal ikke være nyt eller dyrt – bare noget, der føles som dig.

3

Planlæg hår og makeup i god tid

Så slipper du for stress på dagen og kan bruge energien på at være til stede.

4

Lad fotografen guide dig

Du behøver ikke kunne posere. Vi viser dig, hvordan du skal stå, sidde og bevæge dig – trin for trin.

5

Giv dig selv lov til at være nervøs

Nervøsitet er helt normalt, og det er noget, vi er vant til at tage hånd om. Du skal ikke skjule den.

KAPITEL 05

Sådan foregår det hos Poze

1

Vi tager en snak i telefonen

Du booker over telefonen. Så kan vi høre, hvad du ønsker, og svare på dine spørgsmål, før du siger ja.

2

Du kommer i studiet

Vi har studier i Slagelse og Vejle. Du bliver taget godt imod, og vi tager os god tid.

3

Vi guider dig hele vejen

Du skal ikke vide, hvordan du skal stå eller bevæge dig. Fotografen guider dig gennem hele fotograferingen.

4

Du vælger dine favoritter

Bagefter ser du billederne og vælger dem, du bedst kan lide.

5

Billederne er klar

Billederne er normalt klar efter cirka 14 dage.



KAPITEL 06

De typiske bekymringer – og ærlige svar

»Jeg har aldrig stået foran et kamera før.«

Det er der mange, der ikke har. Du bliver guidet hele vejen, så du ikke skal tænke over, hvad du skal gøre.

»Jeg er ikke tilfreds med min krop.«

Du er langt fra den eneste, der har det sådan. Du behøver ikke ændre noget før en fotografering hos os.

»Hvad hvis jeg føler mig akavet?«

Det er helt normalt i starten. Vi arbejder i dit tempo, og du kan altid sige til, hvis noget ikke føles rigtigt.

»Hvad hvis jeg ikke kan lide billederne?«

Hvis du ikke er tilfreds med din fotografering, får du hele beløbet tilbage.

»Hvem ser billederne?«

Billederne er dine. Du bestemmer selv, om du vil vise dem til nogen.



Du skal ikke kunne posere. Du skal bare møde op.

POZE

KAPITEL 07

Når billederne er klar

Billederne er normalt klar efter cirka 14 dage. Her er et par råd til, hvordan du får mest ud af dem.

Kig på dem med venlige øjne

Det er fristende at lede efter fejl. Prøv i stedet at se på dem, som du ville se på billeder af en veninde.

Brug dem

Hæng dem op, gem dem et sted, du kan finde dem, eller giv dem som gave. Billeder, der ligger glemt på en harddisk, gør ikke meget gavn.

Del dem kun, hvis du vil

Billederne er dine. Du bestemmer helt selv, hvem der får dem at se.

Kom tilbage til dem

Kig på dem igen om et halvt år eller et år. De kan være en god påmindelse om, at du turde.



KAPITEL 08

Hvorfor vælge Poze

80.000+	2008	2
FOTOGRAFEREDE	SIDEN	STUDIER · SLAGELSE & VEJLE

Erfaring med netop dine bekymringer

Vi har mødt de fleste bekymringer før – og ved, hvordan vi hjælper dig igennem dem.

Boudoir er det, vi arbejder mest med

Det er vores vigtigste område – ikke noget, vi laver ved siden af.

Lys og kontrast

Vi arbejder med lys og en kontrastfyldt stil, der giver billeder med karakter.

Kunder fra hele Danmark

Mange rejser langt for at komme til os.

Du bliver guidet hele vejen

Du skal bare møde op. Resten tager vi os af.



DET SIGER VORES KUNDER

Med deres egne ord

»Jeg har aldrig stået foran et kamera før og havde det enormt akavet med det. Men hun fik mig til at slappe af og nyde det i stedet, og det kom der nogle rigtig gode billeder ud af.«

LOUISE JENSEN

»Jeg har aldrig følt mig smukkere og mere feminin. Og hold nu op, det er blevet nogle gode billeder!«

GITTE

»Fik god information om alt, både på mail og da jeg kom derind. Fotografen var virkelig sød og god til at informere om alt – inden vi startede, under fotograferingen og da jeg skulle se billederne bagefter.«

HELENE OVESEN

»Blev taget godt imod og behandlet virkelig skønt hele vejen igennem. Jeg elsker deres koncept med, at alle er smukke, og alle er velkomne.«

CHRISTINA MARIA BJERRE OLESEN





NÆSTE SKRIDT

Klar til at tage snakken?

Du behøver ikke have besluttet dig. En snak i telefonen er uforpligtende, og du kan stille alle de spørgsmål, du har.

70 27 18 81

POZE.DK