

### **Tips til deg som skal stå modell:**

- Gå tidlig i seng kvelden før, så du er utvilt.
- Les Motemagasiner for inspirasjon til poseringer.
- Lær og fremhev dine beste trekk. (bruk evt. speil)
- Det krever stor selvsikkerhet og trening for å kunne virke naturlig når man stirrer i et kamera, så det er viktig å slappe av.
- Slipp skuldrene ned.
- Smil naturlig.
- Ta med litt forskjellig klær, sko, sminke, hårbørste, osv, som du vil posere i, hvis ikke annet er avtalt.
- Ved utendørsfotografering, kan det være lurt og ta med en kåpe e.l. til å skifte i.
- Møt opp i løst sittende klær som ikke lager stramme merker på huden.
- Ved AKT bilder er det viktig og ta av seg BH, truse, stramme sokker osv.. minst 2-3 timer før fotografering for å unngå merker..
- Venne seg til et kamera.
- Ha en fin dialog med fotografen, kom gjerne med forslag om poseringer.
- Slapp av og bidra til en avslappet atmosfære.

### **Sminketips for Foto:**

- Som modell er det viktig at du øver deg på å sminke deg og trene på forskjellige stilarter for å få frem forskjellige uttrykk.
- Som modell bør du lage deg et make-up kit som du tar med deg til fotografering, der du har ting og nyanser som passer til din hud.
- Make-up for foto skiller seg på noen områder fra vanlig sminke.
- Den største utfordringen med sminke for foto er det skarpe studiolyset.
- Uten sminke vil huden virke blank og blek. Derfor er grunnarbeidet med huden viktig.
- Foto sminken ikke er egnet til bruk i dagslys. Men om man gikk på byen på kvelden, kunne det passe med en slik sminke.
- Trikset er og sminke seg som om man skal ut på kvelden. Ha på mer enn du bruker på dagtid, og til og med litt mer enn du bruker når du skal ut på kvelden.
- Du tenker kanskje at det blir for mye men husk at blits lysene er sterke, så man virker blekere på bilde.
- Bruk litt mer kontraster og ha på pudder.
- Pudder er viktig da man får en vakker matt overflate, som er å foretrekke på portrettbilder.
- Pudder kan være forskjellen mellom et vakkert portrett og et helt ordinært portrett.