

# Índice

Introdução .....	07
<b>Imagem</b> .....	13
Imagem actual .....	16
Imagem pretendida .....	19
Fisionomia .....	21
<i>Body Shape</i> .....	21
Altas e baixas .....	33
Largas e estreitas .....	44
Tom de pele e cabelo .....	56
Definir a imagem actual e a imagem pretendida .....	64
<b>Estilo</b> .....	67
Personalidade .....	69
<i>Lifestyle</i> .....	70
Profissão .....	74
Um estilo coerente e funcional .....	81
Ocasões especiais .....	83
Este é o meu estilo .....	88
<b>Guarda-Roupa</b> .....	101
Guarda-roupa actual .....	103
Cortes e materiais .....	105
Cores .....	107
Guarda-roupa pretendido .....	108
Perceber o que faz falta .....	121
<b>Shopping</b> .....	123
Itinerário .....	125
Nunca se esqueça .....	125
<b>Sucesso</b> .....	127
<b>Glossário</b> .....	131
<b>Biografia</b> .....	139