

Consumo

Uma boa mala tem regras

1 Faça a mala com antecedência

Cinco ou três dias antes é uma opção segura, para que não se esqueça de nada e até possa ir reduzindo o volume à medida que a data chega.

2 Antes de se lançar aos léões, tenha em conta o destino, quantos dias vai e consulte a meteorologia de preferência aquela opção hora a hora, que é mais fiável.

3 Faça um esquema

Se esquematizar o que vai fazer cada dia das férias consegue ter uma noção da roupa que precisa para ir: à praia, museus, caminhadas, restaurantes e discotecas.

4 Crie coordenados

Depois do esquema feito, há que formar conjuntos para cada uma das ocasiões.

5 Racionalize os outfits

Não invente sapatos e cueiras diferentes para cada momento e conjunto do dia. Ao escolher os conjuntos, tente optar por cores neutras e peças que combinem entre si.

6 Ponha as emoções de parte

Não se deixe comover por aquele vestido sem costas ou os novos saltos agulha. Seja fria!



Vestido
Só um, para uma ocasião especial
Check!

Cabelo
Não negligencie o cabelo e leve um protector
Check!

Cara
Leve um daqueles hidratantes com cor e um leite de limpeza 2 em 1
Check!

Biquínis
Dois, para que os possa lavar
Check!



Corpo
Sempre protector solar, e com brilho
Check!

Maquiagem
Sombras, blush e rímel/baton
Check!

Mala de Homem na página seguinte

Se há drama que pode causar mais stress a uma mulher do que o próprio emprego é preparar uma mala de viagem: o que levar, que vestidos escolher, quantas carteiras e sapatos são necessários, se é preciso casaco para as noites mais frias. Enfim, o mais provável é acabar sentada em cima da mala a rezar para que o fecho não rebente em pleno aeroporto. Por mais que lhe pareça heresia, **Inês Matos Andrade** pediu ajuda a Diana Vinha da Preety Exquisite e prova-lhe que fazer uma mala de viagem é facilímo. Basta seguir estas regras. Fotos: **Luís Ferraz**.

Casaco

Um, para o caso do tempo pregar partidas
Check!

Acessórios

Óculos de sol, pulseiras, colares e chapéu
Check!



T-shirts
aqui pode abusar mas sem perder a cabeça
Check!

Calças
um par de calças, uns calções e uma saia bastam
Check!

Carteiras
Uma cesta de praia e uma mais composta
Check!

MULHER

Calçado
Chinelos, sapatos/sapatilhas e sapatos de salto
Check!

Acessórios
Chapéu ou boné
e óculos de sol
Check!

Gadgets
Laptop, iPod, câmara
Check!

Lightning
Câb

New

**Dois calções
de banho**
Um não chega, dois:
tem de os lavar

Check!

Casaco
Um basta, para
uma ocasião
especial!
Check!

Pud Preto

Calças
Dois pares, calções
e ganga, ou calções
e chinos
Check!

Calçado
Dois pares:
chinélos e
sapatilhas
Check!

Higiene
Perfume, produtos
para barbear e
protector solar
Check!

Gard

T-Shirts
Não poupe
neles, vai
precisar
Check!

HOMEM

Ao contrário das mulheres, que não conseguem fechar uma mala, o acto de um homem antes de ir de férias resume-se a "abrir a mala, fechar a mala". Se elas têm de se controlar para não levar roupa a mais, eles têm de pensar em levar quantidades de roupa que não os obriguem a fazer do WC do hotel uma lavandaria. Aplique esta regra nos t-shirts e calções de banho e não pense que sair de casa é sinónimo de fazer praia. -vai passar vergonhas quando o barrarem à porta de um clube por estar de chinélos. No entanto, há vantagens em ser comedido: o que não leva em roupa, pode levar em *gadgets*.