



# Med livslust och stolt hållning!

**I april fick jag förmånen att vara en av modellerna på Luleå Gratistidnings modevisning. När jag fick frågan svarade jag JA direkt. Absolut! Utan någon tvekan, det här var ju en chans jag inte fick missa.**

Vi var drygt 20 st modeller och många med mig som gick sin första visning. Självklart var jag nervös och orolig, men jag bestämde mig för att andas lugnt och låta dom som visste göra jobbet. Jag fick prova ut kläder, jag blev fixad i håret och vi fick även hjälp med sminkning. Vi fick instruktioner om hur vi skulle gå och röra oss och därefter fick vi prova att gå vår catwalk.

Vilken kväll det blev och vilket rus som brusade upp i hela mig. Var jag verkligen med om detta? Jo, det var sant. Jag har bevis för jag tog massa selfies och på tidningens hemsida finns det många fina bilder. Mina kläder var otroligt fina, färgglada och härliga så jag kände mig stolt och försökte förmedla allt detta från hela mig själv och mitt inre. Var det lätt? Det finns bildbevis och jag säger bara ups.

## Made in Africa

Har ni sett programmet "Made in Africa"? Wow säger jag vilken inspiration och Africa är verkligen på gång. Jag har sett några avsnitt och där unga modeskapare berättar om hur landet är så mycket mer än svält och krig. Här händer det saker och dom är redo att ta över världen.

I ett av avsnitten pratade de om de underbara och färgrika kläderna som kvinnorna bar, men det var inte bara om färgerna utan hållningen hur kvinnorna bar upp sina kläder. Här spelar det ingen roll om du är liten eller stor, kraftig eller smal. Här vågade alla använda kläder som verkligen lyste som solen. Varför? En av modeskaparna berättade att här fick kvinnorna veta redan när dom var små att dom skulle vara stolta över sig själva och inta livet med en stolt hållning.

## Så självklart och så naturligt häftigt!

Wow, tänkte jag det här är något som vi måste få in i vår skandinaviska mänsklighet. Vi som helst går i svart, svart och brunt. Färgrika kläder vågar vi mest gå i om vi varit utomlands och solat, men inte för länge och inte tror jag vi sträcker på oss för mycket. Nä, tänkt om någon tycker jag är för stor i mitt ego. Jag kryper ihop lite då syns jag bara lite.

Jag själv har lärt mig våga vara stolt över mina 179,5 och jo jag går också mörkklädd till och från, men jag vill också vara färgglad även om jag aldrig blir brun av solen. Jag vågar vara stolt över mig själv och den jag är bara för att jag får vara det. Vem har sagt att jag måste gå hunsad och böja mig för att inte se så lång och kaxig ut.

Det finns många som har grymt dyra och snygga kläder, men hur är det med hållningen? Ibland kan jag se en person som inte har dom snyggaste kläderna, men vilken hållning och vilken blick.

**Det är inte vad du har på dig som gäller utan vad som kommer inifrån och lyser ut.**

Jag ser ibland Top Model för jag gillar folks utveckling. Där är det så synligt att dom riktigt snygga personerna kan ha de svårast med att lyckas. Varför? Dom är "bara" vackra och dom kan inte förmedla det vackra som ska finnas inombords och ska förmedlas ut. De som istället inte har sitt allra bästa yttre eller annorlunda yttre har insett att det finns något bakom och lärt sig eller lär sig förmedla ut detta. Otroligt häftigt att se och även försöka själv. Hur är det med dig?

## Träna med selfie?

När jag är ute på dans har jag så otroligt roligt och jag tror att jag måste ju le konstant och hela tiden, men så ser jag bilder på mig själv. Jag kan både se arg och förtvivlad ut och allt jag tänker är stackars den jag dansar med. Undrar vad dom tror?

Så i sommar tänker jag ha färgrika härliga kläder och jag kommer att fortsätta träna på att ha en stolt hållning. Jag ska också jobba på att få ut mitt leende från mina tankar när jag dansar, så nästa gång det fastnar på bild är det något glädjande istället.

## Så vilken är din utmaning i sommar?

**Hitta en stolt hållning?  
Här är jag och jag vågar njuta ännu mer av livet!**

En möjlighet för alla även för dig och mig!

Hälsainspiratören Tina Persson

halsainspiratoren@norrbotten.se