

# Sommaire de la version essentielle

<b>Introduction : penser l'habillement</b>	<b>8</b>
Définir le style et l'élégance	9
Pourquoi s'en soucier ?	10
Des gênes, des goûts et des couleurs	11
Du conflit entre mode et élégance	12
Le prix ne fait pas –nécessairement– la qualité	13
L'argent, le sujet qui fâche	14
Comment avoir ses vêtements moins cher	17
10 choses à faire pour n'avoir aucune élégance	18
La règles des 3 critères	19
10 règles d'achat en magasin	20
Règle de la versatilité, du minimalisme et de l'ensemble	21
Assurer et assumer le changement	22
La contrefaçon : pourquoi l'éviter ? comment la détecter ?	24
La place de l'originalité	25
Le relooking	26
<b>La chemise</b>	<b>28</b>
La coupe de la chemise	29
Chemise et col	33
Couleurs, motifs et originalités	35
Les tissus et leur qualité	38
Alternatives à la chemise	40
Les fautes de goût	42
<b>Le pantalon</b>	<b>44</b>
Principaux modèles	45
La coupe	46
Couleur des pantalons	51
La matière	52
Fautes de goûts	53
<b>Les jeans</b>	<b>55</b>
La coupe du jean	56
Denim , couleur et qualité	60
Entretenir ses jeans	63
Les fautes de gout	64
<b>Les chaussures</b>	<b>66</b>
Anatomie de la chaussure	67
Les différents modèles de chaussures	68
Styles, montages, taille et esthétique	72
Cuir et chaussures	76
Couleur des chaussures et décorations	79
Petit guide des sneakers	82
Formel ou non ?	84
Une paire de chaussures neuve	85
L'entretien des chaussures	86
Fautes de goût	88

<b>Les chaussettes</b>	<b>90</b>
Modèles et coupe	91
La couleur	92
La matière	93
Fautes de goût	94
<b>Sous-vêtements</b>	<b>96</b>
Les principaux modèles	97
Couleur	98
La matière	99
Les fautes de goût	100
<b>Les pulls</b>	<b>102</b>
Coupe et modèles	103
Couleur	105
Pull et matière	106
Entretien des pulls	107
Fautes de goût	108
<b>Manteaux et Vestes</b>	<b>110</b>
Les principaux modèles	111
La coupe	116
La couleur	120
Matière et qualité	122
Entretien	125
Fautes de goût	126
<b>Couleurs, accords, motifs et carnations</b>	<b>129</b>
Quelques règles générales	130
Combiner les couleurs dans une tenue	135
Les fautes de goût	137
<b>Hygiène et soin du corps</b>	<b>139</b>
Soin du corps	140
Soin du visage	141
Soin des cheveux	143
Les déodorants	146
<b>Le lexique</b>	<b>148</b>
<b>Bibliographie</b>	<b>158</b>
Papier	158
Internet	158
<b>Crédits photographiques</b>	<b>160</b>
<b>Remerciements</b>	<b>161</b>