



Fehlstart: Sportliche Kleidung ist ein absolutes No-go für Job-Aspiranten. GETTY

Der passende Look für das Vorstellungsgespräch

Der erste Eindruck zählt. Deshalb sollten Sie beim Vorstellungsgespräch Wert auf Ihr Äusseres legen. Lesen Sie, worauf es beim Styling ankommt.

Bei einem Vorstellungsgespräch möchten Sie mit Ihrer Kompetenz punkten. Und natürlich kommt es darauf auch an. Doch der erste Eindruck ist fast ebenso wichtig. Deshalb sollten Sie Ihr Erscheinungsbild nicht vergessen.

Ihr Äusseres sollte gepflegt sein. Ungewaschene Haare und schmutzige Fingernägel kommen nicht gut an. Tragen Sie keine abgetragenen oder offenen Schuhe. Schmutzige, zerknitterte oder schlecht sitzende Kleidung ist tabu. Das-

selbe gilt für sportliche Kleidung und Schuhe. Kurze Hosen haben an einem Vorstellungsgespräch ebenso wenig zu suchen wie weisse Socken.

Vermeiden Sie knallige Farben. «Wenn Sie sich nicht in der Modebranche oder in einem künstlerischen oder kreativen Bereich bewerben, ist weniger mehr», sagt Chantal Hel-

ler, Inhaberin der Zürcher Stil- und Imageberatung Perfect Image GmbH. Firmen in Kunst und kreativen Branchen lassen oft mehr Spielraum für Individualität oder wünschen solche sogar. «Teamfotos können einen Eindruck vermitteln, was angebracht ist», rät Heller.

Als Frau sollten Sie nicht zu sexy zum Gespräch erschei-

nen. Also: keine zu hohen Absätze oder zu kurzen Röcke. Höher als direkt oberhalb des Knies sollte der Saum nicht enden. Tragen Sie keine ärmellosen Oberteile oder tiefen Ausschnitte. Ein zurückhaltendes Make-up ist angebracht. «Heben Sie besser die Augen als den Mund hervor. Sonst wirkt es schnell zu sexy», sagt Heller. Nagellack und Schmuck sollten dezent sein. Männer verzichten auf Krawatten in knalligen Farben oder mit auffälligen Mustern.

Sie bekommen die Stelle und sind sich am ersten Arbeitstag nicht sicher über die Kleiderordnung? Fragen Sie im Zweifelsfall den Chef. Das macht einen guten Eindruck – und Sie machen so bestimmt nichts falsch. LARA SURBER

Was ist top, was tabu? Darauf sollten Sie beim Styling achten

- Achten Sie auf gut sitzende, saubere und gebügelte Kleidung.
- Verzichten Sie auf sportliche Kleidungsstücke und Schuhe.
- Wählen Sie gepflegte, geschlossene Schuhe.
- **Frauen:** Schminken Sie sich zurückhaltend. Schmuck sollte nicht vom Gesicht ablenken. Setzen Sie bei Nagellack und Lippenstift auf dezente Farben.
- **Männer:** Wählen Sie eine Krawatte in gedeckten Farben. Zurückhaltend gemustert ist in Ordnung – Motive gehen gar nicht. [ZÖW](#)

20 Sekunden

Cyber-Kriminalität

LUZERN. Im IT-Fachkurs «Cyber-Crime: Aktuelle Bedrohungen, Schutzmassnahmen und Malware-Workshop» lernen PC-Supporter, Helpdesk-Mitarbeiter und Administratoren das Wichtigste über bösartige Software. Der eintägige Kurs findet an der Hochschule Luzern statt. [LS](#)

[Hsk.ch](#)

Sichere Vorsorge

ZÜRICH. Wir möchten uns auch im Alter noch Träume erfüllen. Dafür ist aber eine frühzeitige Vorsorgeplanung nötig. Der «Beobachter»-Ratgeber «Vorsorgen, aber sicher!» enthält die wichtigsten Infos und Tipps für die persönliche Vorsorge. Erhältlich für 29.90 Franken. [LS](#)

[Beobachter.ch](#)

Datenschutz

ZÜRICH. Sensible Daten werden heute schnell erfasst und weitergegeben. Das gilt gerade für die Datenbearbeitung im beruflichen Umfeld. Im Seminar «Datenschutz am Arbeitsplatz» lernen Personalverantwortliche, was zulässig ist und was nicht. [LS](#)

[Praxisseminare.ch](#)

Shaolin-Meister

THALWIL. Die Mönche des chinesischen Shaolin-Klosters sind berühmt für ihre geistige Stärke. Im Seminar «Die Kraft der Shaolin: Mehr Power durch mentale Stärke» lehrt Shaolin-Meister Shi Yan Bao persönlich. Schwerpunkte sind unter anderem innere Ruhe und geistige Klarheit. [LS](#)

[Zfuch](#)