



*ilse stronks*  
fotografie

SHOPPING GUIDE

# 5 ONMISBARE ITEMS VOOR JOUW INTIEME, PURE ZWANGERSCHAPSSHOOT



EN.. 4 VAN DE 5 ITEMS HEB JE AL IN JE KAST HANGEN!

DE ENIGE SHOPPING GUIDE DIE JE NODIG HEBT  
JOUW ZWANGERSCHAPSSHOOT

Je bent eruit: die intieme, pure zwangerschapsshoot gaat er komen. Gefeliciteerd! Het voelt misschien onnodig – overdadig zelfs – maar echt: je gaat jezelf hier later zó dankbaar voor zijn. Dus bij deze: een schouderklopje voor jou!

Je hebt vast allerlei gevoelens richting de shoot: nieuwsgierigheid, onzekerheid, trots.. al die gevoelens mogen er zijn! Sterker nog: die verwelkomen we. Dát maakt een zwangerschapsshoot juist zo mooi en waardevol.

Vandaag tackelen we in deze Shopping Guide in ieder geval alvast één vraag die je hebt in het proces naar de zwangerschapsshoot toe: *wat ga ik aandoen tijdens mijn zwangerschapsshoot?*

FIRST THINGS FIRST: LATEN WE STARTEN MET MIJN  
#1 OUTFIT-TIP VOOR JOUW ZWANGERSCHAPSSHOOT



#1 OUTFIT-TIP

## ZORG VOOR STRUCTUUR IN DE KLEDINGSTUKKEN DIE JE DRAAGT

Bij jouw intieme, pure zwangerschapsshoot maken we veel gebruik van blote huid. Blote huid is glad en zacht. Combineer je dat met ook gladde en zachte kleding, zoals een simpel katoenen t-shirt, dan krijg je niet dat intieme, warme gevoel waarnaar we juist op zoek zijn.

Kies voor dus voor kledingstukken met structuur, zoals kant, een gebreide trui, een blouse van linnen. In combinatie met het 'glad en zacht' van de huid, geeft dat een interessant beeld én mooi lichtspel. En kun je de foto's door het scherm heen vóelen!



BEN JE KLAAR VOOR DE 5 ITEMS WAAR JE NIET ZONDER KUNT TIJDENS JOUW INTIEME, PURE ZWANGERSCHAPSSHOOT?

ITEM #1

## EEN KANTEN BH

Ja: we starten gelijk met het item dat je waarschijnlijk níet in je kast hebt liggen!

Voor een intieme, pure zwangerschapshoot is het ondergoed dat je draagt van groot belang. De aandacht gaat naar jouw vrouwelijkheid, en wat is er vrouwelijker dan een bh met een mooi kantwerkje?

Het gaat er niet om dat de je een marathon kunt lopen met deze bh aan (*hallo extra-stevige-meegroeiende-niet-sexy zwangerschaps-bh's*), maar wel dat je borsten er mooi in vallen. Overweg dus ook zeker voor een bralette te gaan (een beugellose bh): die vormen zich mooi om je lichaam.

Ga voor ofwel een gebroken witte variant, of een zwarte. Gebruik van kleur raad ik je voor deze shoot af.



NA-KD



NA-KD

**TIP: EEN LONGLINE MODEL IS ÉXTRA GESCHIKT VOOR EEN ZWANGERSCHAPSSHOOT: DOOR HET EXTRA REEPJE STOF AAN DE ONDERZIJDE SLUIT DE BH MOOI AAN, ÉN BEN JE NET WAT MEER BEDEKT.**

ITEM #2

## EEN KANTEN SLIP

Item 2 dat onmisbaar is tijdens een pure, intieme zwangerschapsshoot: een kanten slip die mooi aansluit en dus niet in je huid snijdt. Liever een iets te grote slip, dan een iets te kleine!

Het brazilian-model is het mooiste: de uitsnede aan de voorkant is mooi laag, en aan de zij- en achterkant zit ook nog voldoende stof, en aan de achterzijde loopt hij mooi nog iets over je billen.

Kies voor een slip van kant in dezelfde kleur als je bh. Het hoeft niet per sé een setje te zijn, mits de kleuren van de items maar dicht bij elkaar liggen.



HUNKEMÖLLER



HUNKEMÖLLER

## TIJD VOOR EEN KLEINE DETOUR?

Een introductie van wie deze tips nu eigenlijk met je deelt (Ilse hier!) leek me wel op z'n plek!

Daarna deel ik item 3, 4 en 5 met je.



## HOI, IK BEN ILSE!

Ik heb een rustig karakter, maar tegelijkertijd een ontembare energie te creëren, te ontdekken, te ontwikkelen, en te observeren met een open blik. Simpelweg mooie dingen maken en het leggen van oprechte connecties met anderen is wat ik het liefste doe.

POSITIEVE REALIST. NUCHTERE DROMER. HUISMUS.  
GEK OP GEMBER. NEVER NOT LEARNING.

Het fotograferen van zwangerschappen staat voor mij symbool voor de creatieve ontwikkeling die ik in 2019 doormaakte, waarbij ik zocht naar meer betekenis in mijn werk, naar het verenigen van 'mooi' en 'echt'.

Wat ik al een tijd wilde doen was vrouwelijkheid vastleggen, op een mooie en rauwe manier. Artistiek en intiem, met het ambitieuze doel om platen te schieten die zelfs zo mooi én echt zijn dat ze niet alleen bij de vrouw zelf, maar ook bij andere vrouwen gevoelens van trots teweegbrengen. Welk ander moment dan een zwangerschap kon ik hiervoor kiezen?

Al creërende merkte ik dat het de beelden naast mooi ook écht waren. Dat de vrouwen in de beelden zichzelf echt herkennen, hun persoonlijkheid en hun gevoel terugzien in de beelden. De rust, de intimiteit, de geborgenheid, en ook het kwetsbare en onzekere van dit nieuwe hoofdstuk in hun leven.

# ilse stronks

fotografie

Niet alleen vond ik mijn creativiteit weer helemaal terug, ook de vrouwen die ik als zwangerschapsfotograaf mocht vastleggen voor dit project waren ontzettend blij met het resultaat:

Deze ook, heel kwetsbaar. Zo prachtig dat je dat zo kan vastleggen 20:10

Ja echt niet normaal zo mooi 14:24

Nog veel mooier dan we dachten dat kon :) 1

Heeey! Ohw wat super leuk!!!! Echt heel lief zo snel al!!! 11:00

Ik vond het echt super fijn, dus dank je wel daarvoor 11:00

En wat een mooie beelden al!! 11:00

Bij die bovenste denk ik wow! Das en die tweede denk ik, Ohw zo erg zie ik er ook niet uit 😂😂 11:02

Vind het echt heel mooi! 11:03

Ahhhh super leuk!!! 14:22

Wooooow echt niet normaal mooi!! 14:24

Je bent echt een talent 💕💕💕 14:24

MEER BETEKENIS IN MIJN WERK? CHECK!

➤ EN NU... DOOR NAAR ITEM 3, 4 EN 5!

ITEM #3

## EEN LANG VEST

Naast een bh en slip een onmisbaar item voor een zwangerschapshoot: een lang, 'gezellig' vest! Ga voor een soepelvallend, lang vest dat tot over je billen valt, met een stof met een structuur: gebreid, van een ribstof, of een combinatie daarvan.

Kies een zachte tint zoals gebroken wit, lichtgrijs of beige, dat kleurt mooi met zowel wit als zwart ondergoed.



NA-KD



SELECTED FEMME

**TIP: VEEL VAN DEZE VESTEN HEBBEN ZAKJES, WAT HELEMAAL NIET ERG IS. MAAR: GA VOOR EEN VEST DAT GEEN ZAKJES HEEFT AAN DE BINNENKANT, DIE HEBBEN DE NEIGING ÁLTIJD IN DE WEG TE ZITTEN.**



ITEM #4

## EEN WIT OVERHEMD

Dit is nou precies het item dat je kunt shoppen in je eigen kledingkast... of die van je partner! Ga voor een wat langer model dat op of over je billen valt.

Qua stof van het overhemd is linnen een heel mooie keuze, maar een 'standaard' wit overhemd van overhemd-stof, is ook helemaal prima.



H&M



MANGO

**TIP: ZIJN DE MOUWEN VAN HET OVERHEMD WAT TE LANG, OF  
JUIST TE KORT? GEEN PROBLEEM: WE ROLLEN ZE TOCH OP!**

ITEM #5

## EEN EXTRA ITEM

Hier kun je out of the box gaan!

Naast de standaard items kun je ook één extra item meenemen naar je shoot. Een jurk die je graag draagt tijdens je zwangerschap, een jumpsuit of een mooie kimono in een semi-doorschijnende stof waarmee we wat moois kunnen doen.

Dit extra item is volledig optioneel – niet nodig – maar als je iets hebt waarvan je denkt *zou dit leuk zijn?*: meenemen!

Hieronder vind je wat voorbeelden:



SHEIN



NA-KD



HM

ZORG ER WEL VOOR DAT HET EEN ITEM IS DAT MOOI  
GETAILLEERD/GESTRIKT IS BOVEN JE BUIK, OF WAT ZICH NAUW  
SLUIT OM JE LICHAAM, OM ZO JE BUIK ZO MOOI MOGELIJK TE  
LATEN UITKOMEN.

DAT WAREN ZE..

## DE 5 ONMISBARE ITEMS VOOR JOUW ZWANGERSCHAPSSHOOT



En, had ik gelijk: heb je de meeste items al wel in je kast liggen? Zo niet: dan is dit hét moment om alvast een beetje te gaan shoppen. De items kun je ook na je zwangerschap nog aan, dus zijn tegelijkertijd een leuke herinnering aan dit bijzondere moment in je leven.

Ik hoop dat je wat aan m'n tips hebt gehad!

Heel veel liefs,

Ilse



NOG NIET UITGELEZEN?

Hoe avontuurlijk ben jij?

Past een zwangerschapsshoot binnen of buiten beter bij jou? In deze blogpost lees je de 5 vragen die je jezelf kunt stellen om daar achter te komen!



BEKIJK BLOGPOST