e·xpressionBIO

Pour le dernier numéro de « e-Xpression » pour cette année 2019, **nous avons eu le plaisir d'interviewer Marianne Defago.** Consultante active, présente lors de notre dernière réunion qui a eu lieu à distance pour la première fois en septembre, elle nous présente aujourd'hui ses passions et ses ambitions.

Les profils que nous rencontrons à la Styling Academy sont riches et variés. Il nous semble important de **nourrir ce réseau qui encourage l'interaction entre les consultantes** afin d'enrichir nos connaissances, de puiser son inspiration et de faire grandir cette communauté professionnelle vers l'excellence et la reconnaissance sur le marché aussi bien des particuliers que des entreprises.

En espérant que cette nouvelle rubrique vous parle et vous inspire, je vous invite à découvrir le beau profil de Marianne !

LE *parcours* DE MARIANNE

L'année 2020 sera pour moi l'année des **collaborations** avec, comme fil rouge, le mot "**Accompagnement**". J'aime beaucoup travailler à deux ou plusieurs sur un projet, cela donne une autre dynamique. Et en 2020, je vais développer **les deux axes qui me tiennent plus particulièrement à cœur**, à savoir :

Le premier axe :

L'accompagnement des personnes en recherche d'emploi :
Afin d'aider les personnes qui ne sont pas au bénéfice de l'assurance chômage, comme par ex. les femmes qui sont sorties du monde professionnel depuis plusieurs années (je pense plus spécifiquement aux femmes qui se sont occupées de leurs enfants, et ceux-ci, sortant du nid, elles désirent reprendre une activité professionnelles), il y a aussi les étudiants, qui veulent entrer sur le marché du travail et qui ne connaissent pas les codes de ce monde-là.

Quant à moi, je transmettrai mon savoir relatif à tout ce qui est code vestimentaire (ou dress code) en entreprise, à s'adapter au mieux en fonction du secteur d'activités dans lequel on désire postuler, ainsi que la gestuelle, la mise en confiance lors de l'entretien par des mise en situation et analyse de celle-ci. Avec une Sylvie, une formatrice spécialisée dans l'élaboration des CV et des lettres de motivation, nous donnerons des ateliers à mon cabinet de conseil en image à Monthey, à Romont et Lausanne.

En collaboration avec le bureau de l'Egalité en Valais, je donnerai des cours pour les femmes qui désirent entrer dans le monde politique. En effet, connaître les codes de ce milieu encore très patriarcal permet d'y entrer plus facilement, et c'est en les connaissant bien que l'on peut, dans un deuxième temps, jouer avec. Notamment avec la signification inconsciente des couleurs…

Le deuxième axe :

L'aide aux personnes atteintes dans leur santé

Accompagnement des personnes en surpoids (pulpeuses, fortes, rondes, obèses) en phase d'amaigrissement :

En effet, c'est un sujet qui me tient à cœur depuis longtemps. Je suis toujours touchée par tous les efforts que cela demande de perdre du poids, que ce soit 3 ou 50 kg.

Très souvent ces efforts ne sont pas valorisés car les personnes ne voient pas leur corps changer et continuent à mettre des vêtements amples voire trop amples et… noirs. Ceux-ci ne sont pas/plus adaptés à leur morphologie en changement. Et c'est là que j'interviens. Je les accompagne afin de les aider à "faire connaissance" avec leur corps, à prendre conscience de ces changements, concrètement. C'est à partir du moment où elles prennent conscience de tout cela qu'elles peuvent commencer à s'accepter.

Je les guide et les informe sur les diverses formes de vêtements, les genres tissus, les styles qui vous valorisent ou vous dévalorisent. Là interviennent également les couleurs, leurs effets sur le teint mais aussi la signification inconsciente des couleurs. Pourquoi elles aiment le noir et ne sont pas du tout à l'aise dans le rouge, par ex.

Je les aide à prendre (ou reprendre) confiance en elles grâce aux vêtements. Certes le vêtement ne fait pas tout mais il vient en complément à un travail personnel, à un régime, à une thérapie, bref à un processus de changement.

L'avantage qu'il a, c'est que c'est instantané, on voit de suite le résultat. Je les accompagne dans les magasins, et leur prouve qu'il est possible qu'une séance de shopping devienne un plaisir (cela fait partie du processus de s'occuper de soi, de prendre du temps pour soi). Je leur permets aussi de mettre leur focus sur autre chose que la nourriture et le fait de devoir se priver.

Mon défi : je leur montre, concrètement, qu'elles peuvent se trouver beau/belle en se voyant dans un miroir, effet "Waouw" assuré! Et quelles émotions pour elle et pour moi lorsqu'elles tirent le rideau d'une cabine d'essayage et qu'elles restent sans voix en se découvrant devant le miroir. Des larmes d'émotion nous viennent alors, aussi bien à elles qu'à moi.

Je serai entourée d'Emmanuelle, photographe thérapeutique qui m'aidera dans le travail de conscientisation et d'acceptation de soi.

Accompagnement des personnes atteintes dans leur santé, et plus spécifiquement le cancer :

Je co-animerai des ateliers de maquillage, de colorimétrie spécifiques aux personnes atteintes de cette maladie. Je serai entourée de Sandrine, spécialiste en sous-vêtements pour les femmes ayant eu une ablation du sein,

Je suis en relation directe avec David, importateur de perruques médicales, et en tant que formatrice d'adultes, je co-animerai des formations aux professionnels qui désirent offrir à leur clientèle un service de qualité pour la pose et les soins de ces perruques.

LE *portrait* CHINOIS

Ton état d'esprit du jour ? Très bon - malgré la météo très maussade.

Le défaut que tu préfères chez les autres ? Le franc-parler - que je trouve une qualité mais qui est rarement vu comme tel.

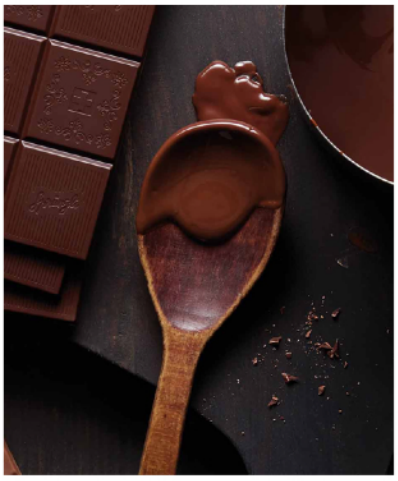
Et chez toi ? Mon côté "la tête dans les étoiles »

Une tenue idéale pour le soir ? PRN (petite robe noire) ou tenue BC-BG

A quoi ne peux-tu résister ? Au chocolat

Un personnage de mode qui te fascine ? Yves-St-Laurent

Ton parfum signature ? "Rouge" de Hermes



La cause qui te mobilise ? Oups, difficile, il y en a plusieurs . Actuellement, c'est le burn-out. J'ai créé et co-anime des "café-partage" sur le burn out 1x par mois, en Valais.

Un vêtement qui te fait rêver ? Les robes de mariée

Celui que tu portes le plus souvent ? Pantalon de ville - chemisier

Ta routine beauté ? Nettoyage de ma peau, matin et soir

Ton film, ton roman ou ta musique culte ? Le cercle des poètes disparus

Un regret ? Oui, que ma maman et mon papa n'aient pas connu mes enfants. Ils sont décédés avant la naissance des mes deux filles, Gwendoline et Sybille.

Ton dernier SMS, pour qui était-ce ? Une amie, c'est banal.

Que fais-tu en cachette ? Je ne vais pas te le dire, puisque c'est en cachette ;-))

Ton accessoire fétiche ? Un tube de rouge à lèvres

Un geste pour sauver la planète ? Je ne jette jamais rien par terre

Le compte Instagram que tu suis ? Aucun.

Ta devise fashion ? "Mode" ou "Elégance", faut choisir.

Que t'a apporté ta formation de conseil en image, à titre personnel comme professionnel ? Mettre des mots sur ce que je ressens, sur mes intuitions en matière de formes, de couleurs, de styles. Approfondir des domaines qui me plaisaient beaucoup et découvrir de nouveaux penchants, comme le maquillage par ex. Après ma formation chez Première Impression, j'ai parfait mes connaissances en faisant une formation dans une école professionnelle de maquillage; actuellement je suis une formation de chromothépeuthe dans le but de mieux connaître le langage inconscient des couleurs… C'est sans fin. Plus je découvre un domaine et plus j'ai envie de l'approfondir, tout m'intéresse.

Qu'est-ce qui te plait le plus dans ton activité ? Les émotions qu'elle dégage, chez moi comme chez mes client(e)s. Voir mes client(e)s repartir de mon cabinet avec un grand sourire, les yeux qui brillent, parfois les voir pleurer en ouvrant le rideau d'une cabine d'essayage lorsqu'ils/elles se découvrent et disent "wahou, mais je suis beau/belle" (je reprends leurs mots). Que d'émotions pour moi aussi.

C'est là que mon travail, qui allient ma passion pour les vêtements, la mode... et mon empathie, mon plaisir d'aider les autres, prend tout son sens. Pour certaines personne, le vêtement n'est pas qu'une banale affaire, mais pour d'autres, cela touche au plus profond de soi.

Quelle est selon toi, ta zone de génie dans laquelle tu excelles ? Je fais en sorte que la personne qui vient me voir reparte avec "une super banane". Je booste la confiance en soi de mes client(e)s. Lorsqu'ils/elles passent la porte de mon cabinet, nous avons un rapport très professionnel et petit à petit, on devient presque des "Copains/copines",

Les personnes qui viennent me voir ont souvent un manque de confiance en soi. Elles ont quelques attentes, pour certaines ce n'est pas très précis et au final elles repartent avec un grand sourire. Elles sont surprises de tout ce qui est possible de faire, de "dire", ou pas, grâce aux habits, aux accessoires, à leurs façons de se tenir... Mes formations de coach et de chromothérapeute m'aident à mieux comprendre le langage des vêtements et des couleurs et ainsi à mieux les aider dans leur démarche.

Enfin, quel est ton projet et quels sont tes objectifs dans les 3 mois à venir ? Me mettre plus activement sur les réseaux sociaux et développer un pool de compétences afin de répondre au mieux aux demandes de client(e)s atteints dans leur santé (et les autres aussi :-))

MERCI *Marianne*
POUR CE BEL ÉCHANGE !

Nous te souhaitons le meilleur pour 2020 et nous réjouissons de voir tes projets se déployer.

QUI VEUT ÊTRE LA PROCHAINE *« REINE DU TRIMESTRE »* ?

À chaque parution du magazine, en guise d'introduction, une « Reine » chère à nos yeux nous dévoile ce qu'elle a en tête sous forme de portrait chinois !

C'est l'occasion pour nous de faire connaissance, de se découvrir des passions communes, de s'encourager pour la suite et de se féliciter du chemin déjà parcouru.

Écrivez-moi à stephanie@premiere-impression.com

À très vite !