

# Aider les autres par le vêtement

## BEAUVECHAIN

Après avoir suivi une formation de conseillère en image, Cynthia Bamala vient de se lancer en tant qu'indépendante complémentaire.

Infirmière, Cynthia Bamala est passionnée de mode. Elle découvre en 2018 une formation de conseillère en image, qu'elle suit en cours du soir pendant trois mois. Une révélation. « J'ai adoré et j'ai moi-même appliqué ce que j'apprenais. Des amies m'ont posé des questions. J'ai donné des conseils par-ci par-là et j'ai vu que ça aidait. Je me suis dit : pourquoi ne pas en faire quelque chose ? »

C'est d'abord sur Instagram qu'elle se lance pour partager son expertise. Dans un premier temps, Cynthia fait quelques coachings gratuitement... jusqu'au jour où elle se sent prête à devenir indépendante complémentaire. « J'avais ce syndrome de l'imposteur. Est-ce que je suis légitime pour donner des conseils ? C'était une torture. J'ai eu le déclic il y a quelques mois. »

Sa première cliente officielle ? Une amie. « Elle crée sa société et doit refaire son image. Elle m'a dit qu'elle allait me payer et c'était bizarre puisque c'est une amie. Mais c'est gratifiant, ça valorise mon parcours. Elle a vu mon investissement et le fait que je ne lâche rien. »

C'est dans une maison de repos qu'elle travaille à mi-temps en tant qu'infirmière. Dans le conseil en image ou le médical, Cynthia veut aider les gens. « Même si j'aime être là pour les personnes malades, j'ai aussi besoin d'être avec des gens sains. Cet équilibre est important pour moi. »

En plus de son site internet qu'elle développe, Cynthia travaille sur une formation en ligne qui sera officiellement lancée le 30 août. « C'est une formation pour avoir une garde-robe efficace. J'appelle ça le syndrome de la garde-robe vide. Tu te dis « je n'ai rien à me mettre » alors qu'elle déborde. C'est une formation pour apprendre à uti-



Ambitieuse et motivée, Cynthia Bamala voudrait devenir la référence en termes de conseillère en image francophone.

liser sa garde-robe sans devoir acheter tout le temps. »

Ce programme comprendra les bases du conseil en image, à savoir apprendre à connaître son style, sa morphologie et savoir ce qu'on veut transmettre par le vêtement. « En mode, il y a des bases. Quand tu les connais et ta morphologie aussi, il faut juste modeler tout ça ensemble et tu peux facilement créer des techniques de look. »

Pour elle, le conseil en image passe aussi par le développement personnel. « Ce n'est pas seulement un travail superficiel, c'est aussi mental. Cette formation m'a ouvert des portes. Comme j'ai lancé mon business, je me suis intéressée à l'entrepreneuriat, le marketing. Il faut ficeler ton mindset pour réussir, ne pas avoir peur de l'échec, le syndrome de l'imposteur. »

Cynthia veut aller plus loin. « Au-delà de trouver ton style, comment t'habiller, créer des looks, tu apprends à t'aimer et à prendre confiance en toi. Je trouve ça puissant. La formation que je suis en train de créer, la première personne que ça a aidée, c'était moi. »

Son ambition aujourd'hui ? Devenir une référence dans le conseil en image francophone et pourquoi pas collaborer avec des marques de vêtements. « C'est une aventure que je suis vraiment contente d'avoir commencé, j'espère que ça ira très loin. »

JULIE MOUVET 2

## « Voir le positif plutôt que le négatif »

Cynthia propose deux formules : un coaching d'un mois ou de deux heures avec un suivi pendant 15 jours. « Je préfère les coachings d'un mois parce que tu as vraiment le temps de bien travailler. Les gens viennent souvent avec une problématique et quand tu creuses, la vraie raison est plus profonde. J'aime ce besoin de trouver sa morphologie mais on travaille aussi sur cette question : pourquoi tu n'aimes pas ton corps ? Te mettre en valeur et voir le positif plutôt que le négatif, ça joue énormément. C'est un long chemin, on a tous des complexes. Mais quand tu apprends à mettre en valeur tes atouts, tes complexes passent au second plan. »

Le conseil en image permet également, selon elle, d'aller vers une consommation plus responsable de la mode. « Quand tu apprends à connaître ton corps et ta morphologie, ta façon de consommer change drastiquement parce que tu fais plus attention à acheter de la qualité plutôt que de la quantité, des choses qui te correspondent vraiment. »

## Le monde de l'entrepreneuriat

Cynthia a rapidement compris qu'elle ne pourrait pas toujours travailler pour quelqu'un d'autre. « Surtout pas dans le milieu médical parce que c'est dur. Il y a un manque de considération du personnel, on est en sous-nombre... J'aime ce métier, mais je ne pourrais pas le faire toute ma vie. »

Si elle avait peur de se lancer en tant qu'indépendante complémentaire, elle a appris qu'il était important de se faire aider. « J'ai suivi une formation de gestion. Au plus tu connais des choses au niveau budget, comptabilité, législation, au moins tu te fais entourer. »

Cynthia a aussi suivi une formation Instagram. Un réseau social qui a permis de la faire connaître. Depuis deux ans, elle se forme en ligne et acquiert des compétences. Convaincue par le format, c'est pour cette raison qu'elle a créé sa propre formation. « C'est accessible à tous. Cela me semble être la bonne formule parce que j'ai envie d'aider, mais aussi d'avoir ma liberté de temps. Mon but, c'est d'être à 100 % à mon compte. »