

DMA

magazine

BY DREYMA

FOCUS ON

DANS LES COULISSES D'UN
TÉNOR DU BARREAU

BEAUTÉ

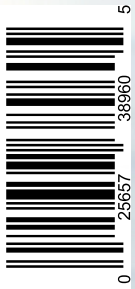
5 LOOKS DE FÊTES
INSPIRÉS D'ADJINAYA

Adjinaya

MAQUILLEUSE, FORMATRICE, FEMME D'AFFAIRES
ENTREVUE AVEC EL PROFESSOR

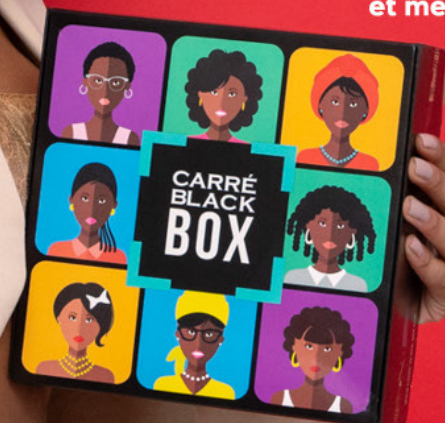
LE MAGAZINE DE LA FEMME MODERNE

DMA MAGAZINE BY DREYMA COSMETICS N°4 : DECEMBRE 2021 - JANVIER 2022





CARRÉ BLACK BOX
est la box beauté et lifestyle
bimestrielle qui répond
aux attentes
de femmes noires
et métisses



CARRÉ BLACK BOX
FAITES-VOUS PLAISIR
WWW.CARRE-BLACK-BOX.COM



BY DREYMA

OSEZ ET ASSUMEZ !

Dans notre société, beaucoup sont les personnes qui malheureusement subissent le regard des gens et très souvent ces regards créent des peurs qui peuvent être paralysantes. Peur de réussir, peur d'échouer ou tout simplement peur de faire. Tout le paradoxe est là dans une société individualiste, le regard des autres freine énormément de personnes dans l'exécution de leurs plans de vie. N'ayez pas peur d'oser. Osez être vous-même. Osez faire ce que vous aimez. Osez prendre des risques et vous battre pour ce que vous chérissez tant. Sautez le pas, accomplissez vos rêves et vos envies. Oubliez le regard des gens. Si vous n'osez pas, vous risquez de passer à côté de votre vie et ainsi ne jamais connaître l'étendue réelle de vos capacités. Comme le disait le feu Nelson Mandela : "Dans la vie on a toujours le choix : aimer ou détester, assumer ou fuir, avouer ou mentir, être soi-même ou faire semblant".

Le choix final est toujours entre vos mains, à vous d'oser puis d'assumer entièrement votre décision.

Maxime Kibangu

Chef de production

DMA

magazine

BY DREYMA

Décembre 2021 / Janvier 2022 - Numéro 4

ÉDITÉ PAR GROUPE DMA SAS

Siège France 25 Rue de Ponthieu Paris 75008 France
Contact + 33 6 98 08 18 91 - contact@dma-magazine.com

DIRECTRICE DE PUBLICATION

Johana Bagayako

DIRECTRICE DE RÉDACTION

Karen Mibenge

CHEFS DE PRODUCTION

Audrey Bope, Maxime Kibangu

STRATÉGIE DE COMMUNICATION

Audrey Bope, Maxime Kibangu, Guy Fonkui

ÉQUIPE TECHNIQUE

Fanatik Production, Roméo Mabeta, PMF Group

ÉQUIPE DE RÉDACTION

Audrey Bope, Maxime Kibangu, Karen Mibengue, Johana Bagayoko
Elisa Fromant, Paul Elia , Lesly Nzola, Victoria Diamo et Julie Gorsky

CONCEPTION, RÉALISATION ET MAQUETTE

Touch Up Services

CRÉDIT PHOTO

Adji Coulibaly, Roméo Mabeta, Pearl Intimate, Nehssi Makeup Artist, Evodie Mbuende,
4Elles, Naïri Zadorian, Dreyma Cosmetics, Cire Essentiel, Marine Marine Ledoux,
Her Style UK, Lil Miquela, Shudu Gram, Merveilleuse Zam, Adjinaya Makeup Studio,
Marilyn Seveur, Faces FRANCE, @Ivaany.h, @bermudaisbae, O'Ninety, Carré Black Box

PUBLICITÉ

contact@dma-magazine.com

REMERCIEMENTS

Isaac, Pierre, Arthur, Adjinaya Makeup Studio,
Roméo Mabeta, Guy Fanatik , Mamby Fanatik, Victoria Diamo

DMA Magazine By Dreyma Cosmetics est une marque déposée par
Groupe DMA AD, sous licence et publiée par Groupe DMA AD

Édition digitale

Copyright DMA Magazine by Dreyma Cosmetics 2021



6 | NAÏRI ZADOURIAN



31 | ADJI COULIBALY



37 | SHUDU GRAM



41 | NEHSSI MAKEUP ARTIST

2 **L'EDITORIAL**

3 **L'OURS**

4 **SOMMAIRE**

6 **FOCUS ON**

Dans les coulisses d'un ténor du barreau Pearl Intimate, la solution tant attendue O'Ninety, le temple gourmand du cookie

17 **PORTRAIT**

4Elles, l'initiative qui encourage les femmes Edminton, l'horlogerie au féminin

22 **PSYCHO**

Comment rester positive après un échec

24 **SANTÉ**

La frénésie de la chirurgie esthétique

26 **SEXO**

La sécheresse vaginale

29 **CARRIÈRE**

Préparer efficacement son entretien individuel

30 **BUSINESS**

Les applications qui améliorent le quotidien

31 **DOSSIER DE COUVERTURE**

Adji Coulibaly, entrevue avec El Professor

37 **SOCIÉTÉ**

Influenceurs virtuels : le futur du marketing digital ?

40 **CULTURE**

Dans l'univers de Freaky Nails Merveilleuse Zam, l'illustré du métier d'aide soignante

45 **VOYAGE**

En route pour le Bénin avec Marine

49 **MAKEUP**

Rencontre avec Nehssi Makeup Artist

54 **BEAUTÉ**

5 looks de fêtes inspirés d'Adjinaya

56 **SUPER MAMAN**

Le compte Instagram qui connecte les mamans

58 **MODE**

Fashion Chronicles : le métier d'habilleuse

60 **LA SÉLECTION DE LA REDAC**

TOUCH
UP

- www.touchupservices.fr -

GAGNEZ DU TEMPS,
FAITES APPEL À **TOUCH**
UP SERVICES



VOTRE DEVIS EN LIGNE 100%
PERSONNALISÉ



@touchupservices



@touchupservices

**DANS LES COULISSES D'UN TENOR
DU BARREAU : RENCONTRE AVEC
NAÏRI ZADOURIAN**



DANS LES COULISSES D'UN TENOR DU BARREAU : RENCONTRE AVEC NAÏRI ZADOURIAN

Si vous demandez aux jeunes générations de citer le nom d'un(e) avocat(e) célèbre, vous serez surprise de constater à quel point le nom de Naïri Zadourian sera répété à maintes reprises. La jeune avocate au CV impressionnant s'est fait un nom chez les plus jeunes après avoir défendu un célèbre rappeur dont elle a obtenu l'acquittement en 2021. A travers ses réseaux sociaux qu'elle manie avec aisance, cumulant 40,5k abonnés sur Twitter et presque 10k abonnés sur Instagram, on découvre une avocate passionnée par son métier. Elle nous fait part de son quotidien avec une pointe d'humour et de légèreté qui démystifie cette profession qui a tendance à effrayer les non-initiés. Dans cette quatrième édition du DMA Magazine, maître Zadourian se prête à l'exercice en nous en apprenant plus sur sa vision du métier d'avocat.

Parlez-nous de votre parcours

J'ai un parcours scolaire assez classique... Des années de collège et lycée assez difficiles puisque je n'étais tout simplement pas faite pour l'école. J'ai commencé à aimer le droit dès que je me suis engagée dans les études et que j'ai découvert les différentes matières. Au départ, je ne me destinais pas à faire de grandes études, bien qu'être avocate était un rêve d'enfant. J'étais persuadée de ne pas être capable de poursuivre ce genre d'études. En effet, j'ai décidé de ne plus aller à l'école en classe de troisième malgré le fait que j'y étais toujours inscrite, puis j'ai réussi à décrocher mon baccalauréat. C'est à force de vivre des injustices dans mes différents jobs d'étudiants, où les conditions de travail sont des plus déplorables, que je me suis décidée de me lancer dans le droit pour, un jour ou l'autre, faire payer leurs agissements à ces grandes entreprises. Finalement je me suis spécialisée dans le droit pénal donc je ne serai sûrement pas confrontée à ces entreprises, mais bon qui sait ! Pour résumer mon parcours, j'ai commencé par une licence de droit classique, puis un Master en droit pénal, l'Institut de criminologie et un Master 2 en cyber justice avec du droit des nouvelles technologies

appliqué à la profession d'avocat (que j'ai trouvé très intéressant) et de la cyber sécurité.

Quelles sont les qualités requises pour être un bon avocat ?

Il y en a tellement ! Il existe autant de façons d'exercer qu'il en existe d'avocats. Par exemple, un affairiste ne requiert pas les mêmes qualités qu'un pénaliste. Dans le pénal, je dirais qu'il faut essentiellement de l'humanité, de l'empathie et ne surtout pas être dans le jugement. En arrivant au parloir pour rencontrer le client pour la première fois, on peut avoir une vague idée de la personne, basée sur les faits pour lesquels celle-ci est poursuivie. Mais on découvre une personne au fur et à mesure des rendez-vous et c'est ce que j'adore dans mon métier ! A chaque fois que je m'appête à rencontrer quelqu'un, je me pose la question sur la personnalité que je vais découvrir et les liens qui vont être tissés avec le client. Il y a de ces clients pour lesquels les audiences sont tellement intenses qu'ils font presque partie de moi. Je sais que ça peut paraître étrange de dire ça comme ça.

A titre d'exemple, il y a deux semaines, j'étais aux Assises pour un jeune et il est littéralement entré dans ma vie pour ne plus en sortir tant qu'il ne sera pas sorti de prison.

Le métier d'avocat est-il plus difficile pour les femmes ?

Oui, surtout dans le pénal qui est un milieu d'hommes. Les remarques sexistes et misogynes fusent, les critiques envers les femmes sont beaucoup plus faciles et on a beaucoup moins le droit à l'erreur, mais c'est comme partout. Il faut se faire sa place. J'ai la chance d'avoir une grosse voix et de mesurer un mètre quatre-vingt, je peux me servir de ces deux "atouts" comme d'un bouclier, bien que je reste tout autant vulnérable que n'importe qui d'autre. J'essaye d'en faire ma force, une sorte d'armure, mais ça reste très difficile.

Pourquoi avoir choisi cette spécialité ?

J'ai fait le choix de m'orienter vers le droit pénal tout simplement car j'ai une haine indescriptible pour le concept de la prison. Je n'arrive pas à comprendre comment on a pu enfermer nos semblables, les traiter comme des bêtes sans y voir un problème. A la question "Pourrais-tu défendre une personne qui a commis l'irréparable ?", je réponds "oui" car je ne plaide ni pour l'acte, ni pour le crime commis mais plutôt la personne et je lutte essentiellement contre la prison qui, selon moi, ne sert à rien.

Comment vous êtes-vous organisée dans vos études pour jongler entre vos différentes spécialités ?

Ça a été plutôt facile car je me suis uniquement spécialisée dans le droit pénal. Ma deuxième spécialité c'est la pâtisserie mais pour celle-ci j'avais trouvé l'organisation parfaite : une journée de cupcake entre deux révisions !

Être avocate reste un business, comment faites-vous pour gérer votre communication ?

C'est très rigolo car avant de s'installer à son compte, on a souvent tendance à critiquer la manière de communiquer des autres avocats. Certains mettent en avant les bonnes décisions de justice qu'ils obtiennent ou leurs personnalités, d'autres mettent en avant une passion qui leur permettrait de se démarquer. Les mauvaises langues ont tendance à critiquer puis au moment de se mettre à son compte, on se rend compte qu'il faut constituer sa clientèle et donc il faut communiquer. Finalement, on se retrouve à faire comme les confrères qu'on a nous-même critiqué. Quand j'étais étudiante, je passais beaucoup de temps sur Twitter où je racontais mes péripéties et mes galères. De fil en aiguille, j'ai augmenté mon nombre d'abonnés, j'ai rendu mon compte Instagram professionnel plus interactif et ça m'amuse beaucoup ! Je sais bien que ce n'est pas dans les normes, mes tweets sont très peu sérieux mais j'estime que mes clients verront mes compétences et mes qualités professionnelles dans la façon dont je gère mes dossiers. Mon but est de montrer qui je suis, mes convictions et mon militantisme à travers mes réseaux car c'est le seul endroit où mes clients pourront voir ma personnalité. Si un client n'aime pas mes idées, il aura du mal à me faire confiance. Autant qu'il le sache dès le début.

Avoir un plan de carrière est-il important pour vous ?

Je n'ai pas de plan de carrière... Toute ma vie a été faite de petites coïncidences et d'heureux hasards, parfois des grosses déceptions, puis quelques années après je comprends que la déception était en fait une leçon ou une redirection de la vie vers un chemin plus approprié. J'ai prêté serment il y a un an sans imaginer que j'aurais déjà un collaborateur.

Souhaitez-vous développer votre propre cabinet ?

Je le souhaite car je n'ai pas le choix ! Je me suis installée à mon compte tout de suite après avoir prêté serment en Octobre 2020 et il faut se développer pour gagner sa vie. J'ai fait huit ans d'études donc certes aider les autres est une grande source de motivation mais je travaille aussi pour avoir le niveau de vie et le confort auquel j'aspire en me lançant dans de grandes études. J'ai embauché un collaborateur qui est formidable qui s'appelle Vincent Nativi et l'objectif serait d'en avoir d'autres au fur et à mesure. Lorsque je voudrai avoir des enfants, je ne pourrai pas arrêter de travailler trop longtemps et il faut que mes clients aient une continuité dans le traitement de leurs dossiers. Je suis donc obligée de développer mon cabinet tôt pour avoir un socle solide, pour ensuite songer à fonder une famille. Beaucoup de femmes ont tendance à rester en collaboration le temps de fonder une famille et ensuite s'installer à leur compte. Moi je veux faire l'inverse. C'est important de faire un plan car j'ai la vie de clients entre mes mains donc je ne peux pas me permettre de faire les choses sur un coup de tête.

Qu'aimez-vous le plus dans votre métier ?

Ce que je préfère dans mon métier c'est les êtres humains. Au moment de rencontrer le client au parloir, sans connaître son histoire à part ce qui lui est reproché, j'aime découvrir ce qu'il a dans la tête, ses motivations, etc. C'est pour moi ce qu'il y a de plus intéressant ! Au fur et à mesure du dossier, on développe des relations différentes jusqu'au moment de l'audience qui est le summum de la relation avec le client.

Quel conseil donneriez-vous à des jeunes femmes qui souhaitent se lancer dans le droit ?

Ne lâchez rien, ne vous mettez jamais de barrières. Ne vous posez pas de question là où les hommes ne s'en posent pas.



ECRIT PAR AUDREY BOPE



JEU CONCOURS

TENTEZ DE GAGNER UN SÉJOUR
POUR DEUX À LISBONNE

Rendez-vous sur notre page Instagram



@neversonparisbeauty

Manucure
Gel X
Acrylique
Dépose
Remplissage



SUBLIMEZ VOS ONGLES
DANS NOS DEUX SALONS

5 avenue du 8 mai 1945
95200 Sarcelles

27 rue Emile Zola
94600 Choisy Le Roi
(Chez Queen Ebony)

NEVERSON PARIS

Beauty



PEARL INTIMATE, LA SOLUTION TANT ATTENDUE

En France, trouver de la lingerie adaptée aux fortes poitrines est un exercice qui s'avère très vite difficile. Manque de confort, problème de maintien du bonnet, sous-vêtements qui mettent très rarement le corps en valeur... Tant d'obstacles à l'achat qui contraignent ces femmes à se tourner vers des enseignes qui ne correspondent pas forcément à leurs portefeuilles. La lingerie n'est plus associée à la sensualité, à l'épanouissement et encore moins à la féminité. Au contraire, c'est une source d'angoisse, qui contribue bien souvent à accentuer les complexes liés à la taille de la poitrine. C'est ainsi que Lindsay, elle-même confrontée à cette problématique, a décidé de créer Pearl Intimate, une marque de lingerie qui s'adresse aux femmes et plus particulièrement à celles aux formes généreuses. Son objectif est premièrement de proposer une gamme qui répond à un besoin qui est encore trop peu satisfait, mais aussi de permettre à sa clientèle d'être à l'aise avec sa féminité et de gommer certains tabous.

Peux-tu te présenter à nos lectrices ?

Bonjour, je m'appelle Lindsay, surnommée Pearly (d'où le nom "Pearl Intimate") et j'ai 31 ans. Je suis entrepreneuse et également gestionnaire de ressources humaines.

Peux-tu nous présenter ton parcours ?

J'ai grandi dans l'Essonne et je suis titulaire d'un BEP "Métiers de la Comptabilité" et d'un Baccalauréat "Métiers du Secrétariat". J'ai poursuivi mes études post-bac jusqu'à l'obtention d'une Licence AES (Administration Économique et Sociale). J'ai commencé dans la vie active très tôt, en travaillant en parallèle avec mes études au poste d'Agent Polyvalent, puis d'Assistant Manager. Pendant plusieurs années, j'ai cumulé plusieurs emplois car j'avais des objectifs bien précis en tête.

Suite à cela, je suis retournée dans les métiers de la bureautique en rapport avec mes études.

Comment as-tu créé Pearl Intimate ? Pourquoi la lingerie ?

A vrai dire, j'y pensais depuis très longtemps. En grandissant, j'ai eu une poitrine développée très tôt. Je pouvais difficilement me fournir chez Undiz, Soleil Sucré ou encore H&M pour ne citer que ces marques. J'étais bien trop jeune pour aller chez Hunkemöller ou Darjeeling, dont les prix sont assez élevés. Je devais constamment attendre les ventes privées pour pouvoir m'acheter de la lingerie à ma taille et à des prix accessibles. Je portais souvent des bodys sous mes vêtements pour pouvoir soutenir ma poitrine car sinon c'était l'enfer.

Je me souviens qu'à l'époque du scandale "PIP" en 2010, certaines personnes de mon entourage m'appelaient "PIP", pour faire référence à ma poitrine. J'avais 20 ans à l'époque et j'étais déjà pointée du doigt. Je n'étais pas encore réellement complexée car je connaissais des femmes avec des poitrines beaucoup plus généreuses que la mienne. J'avais cette gêne bien connue, de la poitrine qui sort sans cesse du « soutif » et bien évidemment, j'étais soumise au regard des hommes (souvent plus âgés) sur mon physique, qui me mettait mal à l'aise. J'ai donc commencé à songer à créer ma propre marque de lingerie, qui répondrait aux besoins de femmes qui se retrouvent dans le même cas de figure que moi, une fois que je serais à l'aise financièrement. Cette idée ne m'a jamais quittée. Je viens d'une famille d'entrepreneurs et me mettre à mon compte n'était pas une idée qui m'effrayait. Une fois que ma situation financière me l'a permis, j'ai commencé à chercher des fournisseurs, à regarder les sites de lingerie d'entrepreneuses au Royaume-Uni pour faire de la veille commerciale. J'ai trouvé un fournisseur en Europe, qui proposait un catalogue avec un large choix et je l'ai contacté. J'ai ensuite créé mon site Internet en 2018 et l'aventure Pearl Intimate a été lancée très rapidement. Je souhaitais sortir ma marque très vite et marquer les esprits. Personne n'était au courant que j'étais sur le projet de manière sérieuse, mise à part deux de mes proches. Lorsque j'ai officiellement annoncé mon projet, mes amies n'ont cependant pas été étonnées car je les pouvais toujours à acheter des sous-vêtements de qualité. Finalement, j'ai présenté mon site www.pearlintimate.com le 24 novembre 2019 pour mon anniversaire.

Quels produits retrouve-t-on chez Pearl Intimate ?

Chez Pearl Intimate, on peut se procurer des bodys, des ensembles, des bodystocking, des huiles de massages, des box spéciales pour les couples, des jeux de cartes, des menottes et d'autres choses pour l'intimité du couple. J'ai vraiment voulu ouvrir mon catalogue aux accessoires, car je sais que beaucoup de femmes ont une certaine retenue pour acheter ce genre de choses en public. L'achat en ligne est parfois beaucoup plus simple car il est fait dans l'intimité, à l'abri des regards indiscrets et des jugements. On peut également m'écrire pour avoir des articles en exclusivité, mon fournisseur d'accessoires a un large catalogue.

Quelle est ta clientèle cible ?

C'est une question très intéressante car étant chrétienne et pratiquante, je sais que beaucoup de commentaires ont été émis face aux produits que je propose. Cependant, je considère que l'intimité au sein



du couple n'est pas un péché. Ma cible est bien évidemment les femmes. Je souhaite vraiment encourager les femmes de « ma communauté » à ne pas diaboliser le fait d'être sexy, premièrement pour soi et ensuite pour son compagnon, comme je l'ai mis en avant sur mon site. "Pour moi, la lingerie est un moyen pour toutes les femmes de se sentir bien et de se sentir belles sous leurs vêtements. D'abord pour elles, puis si elles le souhaitent pour les autres." Concernant ma propre expérience, j'ai commencé à mettre des bodys pour mon confort personnel et non pas pour séduire qui que ce soit. C'est aussi par rapport à mes convictions religieuses que j'essaie au maximum de ne pas mettre en avant la nudité sur mes réseaux. Vous ne verrez pas de femmes en lingerie sur mon compte Instagram.

Comment te démarques-tu de la concurrence ?

Lorsque j'ai commencé l'aventure Pearl Intimate, je ne connaissais aucune entrepreneuse en France qui vendait de la lingerie. Maintenant, il est vrai qu'il y'en a de plus en plus. Il nous arrive parfois d'avoir des produits identiques, à des prix parfois similaires mais c'est le jeu. Je ne les considère pas comme de la concurrence, il y a de la place pour tout le monde, certaines m'ont même déjà écrit sur Instagram pour avoir des conseils pour se lancer. J'ai d'ailleurs répondu à toutes les questions, sauf celles concernant les fournisseurs, mais j'ai donné des informations sur la confection d'un packaging par exemple. Il est quand même vrai que j'ai un certain désavantage car je ne poste pas de modèles en lingerie, mais ça me va, tant que je reste dans ma ligne de conduite.



As-tu rencontré des difficultés au lancement ?

Au lancement en Novembre 2019, j'ai vraiment tout fait d'une traite sans avoir fait de Business Plan. J'ai mis tout le catalogue de mon fournisseur en retirant les sextoys et autres articles « sado-maso », et j'ai laissé tourner durant un an. C'était comme du dropshipping, je n'avais pas la main sur mes packaging, je pouvais uniquement ajouter les goodies de mon fournisseur. Cela me frustrait car ce n'était pas vraiment ce que je voulais, en plus de cela, certaines clientes trouvaient que les prix étaient élevés. Je n'écoutais pas forcément ces commentaires car la lingerie de qualité coûte cher. Ensuite, entre octobre 2020 et janvier 2021, j'ai fermé mon site et j'ai simplement tout recommencé à zéro. J'ai gardé mon fournisseur pour les accessoires, j'ai trouvé un nouveau fournisseur qui me permettait de mettre mes étiquettes et mon logo sur mes modèles. Bien évidemment je choisisais et modifiais si besoin, j'avais mon stock à domicile, c'est beaucoup plus de boulot, mais c'est ce que je voulais au début.

Tes clientes sont principalement des femmes. Quelle est ta vision de la féminité et de la sensualité ?

Je ne cesserai de le répéter, il faut sortir la lingerie et les produits intimes du tabou pour en faire un réel accessoire de beauté et de bien-être au quotidien pour toutes les femmes. C'est pour répondre à cette vision que Pearl Intimate propose une collection variée, inspirante, parfois osée, de lingerie pour s'adapter aux goûts et aux couleurs de chacune et en prenant toujours en compte la beauté et la diversité de nos morphologies. « Révélez votre sensualité », c'est vraiment mon slogan, je dirais même plus : « Redécouvrez votre sensualité ». Toutes les femmes

sont belles, avec ou sans formes, avec ou sans "hip dips", avec une poitrine généreuse ou non. À titre personnel, j'ai appris plus facilement à accepter mon corps et ma silhouette, en me voyant devant mon miroir avec de la lingerie et habillée par exemple. Je pense que se trouver sexy en lingerie booste la confiance en soi. On se trouve sensuelle et on oublie les défauts de notre corps.

Quelles sont tes perspectives d'évolution ?

J'ai actuellement en tête d'autres projets, qui ne sont pas dans le domaine de la lingerie. J'ai déjà le nom du projet, mais je le garde pour moi pour le moment. J'espère que ça plaira en tout cas !

Quel conseil donnerais-tu à toutes ces personnes qui souhaitent se lancer à leurs comptes ?

Prenez votre temps, recherchez réellement ce que vous voulez, ne prenez pas la facilité, car vous ne serez peut-être pas satisfaite et vous devrez tout recommencer. Ne vous calquez pas sur les autres, gardez votre vision, mais écoutez quand-même les conseils. Avant tout, concentrez-vous sur ce qui vous tient à cœur. Il y a de la place pour tout le monde, l'important est d'innover. Ne faites pas ce qui est à la mode, faites ce qui vous plaît.

Quelles leçons tires-tu de l'entrepreneuriat ?

Il faut perdre pour gagner, mais c'est une expérience à tenter si l'on en ressent l'envie. Le plus important est de croire en soi.



ECRIT PAR PAUL ELIA



O'NINETY, LE TEMPLE GOURMANT DU COOKIE





O'NINETY, LE TEMPLE GOURMAND DU COOKIE

O'Ninety c'est un duo gagnant, une équipe de deux femmes unies par une passion commune : la gourmandise. Elles nous ouvrent les portes de leur cuisine et nous relatent les débuts de

leur activité, leur vision et surtout leur expérience dans l'entrepreneuriat culinaire. S'il y a bien une phrase à retenir à l'issue de cet entretien, c'est que "Tout seul on va plus vite, à deux on va plus loin." Une belle alliance pour le plaisir de nos papilles gustatives, à découvrir dès maintenant !

Pouvez-vous vous présenter à nos lectrices ?

Bonjour, nous sommes Valérie et Cathleen, fondatrices de O'Ninety mais avant tout deux amies de très longue date, adeptes de gourmandises et toujours à l'affût de nouveautés culinaires. Cela nous semblait donc logique de monter un projet en commun, autour de la gastronomie. Après différents essais, notre choix s'est porté sur le cookie. C'est un biscuit qui nous ressemble, et avec lequel nous avons grandi de par les séries américaines. Issues des années 90, le nom O'Ninety est ainsi le reflet de notre génération, mais aussi un clin d'œil aux pays anglophones.

Comment est né votre projet ?

Le projet est né en avril 2020, lors du confinement. Nous étions en réflexion par rapport à nos activités professionnelles et aux enjeux du Covid. Nous avons pris conscience que de nombreuses personnes seraient amenées à perdre leurs activités au vu de cette crise économique. Au travers de différents témoignages, nous nous sommes rendues compte que quelques filières arrivaient à s'en sortir au vu de la situation économique. La gastronomie en faisait partie. Nous nous sommes donc penchées davantage sur le sujet.

Quelles ont été vos difficultés ?

Le projet est né en période de crise sanitaire. Il était donc compliqué pour nous d'avoir une vision à moyen terme. Difficile également de fidéliser une clientèle qui craignait pour sa santé mais aussi pour sa situation professionnelle. Nous avons donc réalisé nos premiers essais et dégustations en effectif extrêmement réduit.

Comment avez-vous choisi de vous associer ?

Nous avons quasiment grandi ensemble et fait les 400 coups ensemble : cette association était donc une évidence ! Et puis, il faut se l'avouer, nous aimons les gourmandises autant l'une que l'autre !



Le cookie est un produit très anglo-saxon, pourquoi avoir fait ce choix ?

Pour être honnête avec vous, nous avons réalisé plusieurs gâteaux et pâtisseries avant de statuer sur les cookies. Le choix final s'est porté sur le cookie car c'est un produit que l'on peut facilement décliner en fonction des goûts de chacun mais aussi en tenant compte des régimes alimentaires ou allergies rencontrés. De plus, ayant grandi entourées de séries et films américains, nos influences cinématographiques nous ont aiguillées.

Les entrepreneurs sont très souvent mis à rude épreuve. Comment faites-vous la part des choses entre amitié et travail ?

C'est un travail d'équipe où l'avis de chacune est pris en compte. Nous prenons le temps d'échanger, de discuter, de mettre à plat nos idées mais aussi de les défendre. En cas de désaccord, nous n'hésitons pas à demander l'avis de personnes externes. Quoi qu'il en soit, nous sommes deux palais bien distincts, et cela représente pour nous un atout lors de nos créations. Cela nous permet de répondre aux attentes d'un plus grand nombre de gourmands.

D'où tirez vous vos inspirations ?

Nos inspirations sont très américaines car très portées sur les choses gourmandes mais nous conservons cette touche française afin de ne pas proposer de

produits trop riches et toujours garder une note sophistiquée : la french touch. Nous nous inspirons aussi de nos origines afro-caribéennes dans l'élaboration de nos recettes.

Le food business est-il un domaine compliqué ?

Extrêmement, car la sécurité alimentaire est très contrôlée. Nous sommes en relation directe avec des restaurateurs auprès de qui nous pouvons nous appuyer et apprendre. Nous participerons d'ailleurs à de nombreuses formations à l'aube de l'été 2022.

Qu'est ce qui vous différencie de vos concurrents ?

Nous sommes un binôme solide avec des rêves plein la tête. Ce sont ses rêves qui nous déterminent et nous donnent l'envie d'aller plus loin encore. Notre amitié est à ce jour notre force et nous l'espérons, nous portera loin.

Quel est votre plus grand rêve ?

Comme tout entrepreneur, notre rêve serait d'avoir notre propre boutique. Et pourquoi pas à terme faire de O'Ninety une chaîne de restauration.

Retrouvez les délicieux cookies de O'Ninety sur la page Instagram [@oninety__](https://www.instagram.com/oninety__).



ECRIT PAR MAXIME KIBANGU



GRIS MONTAIGNE
PARIS

MAXI BOOM

DES FORMES
GÉNÉREUSES
AU NATUREL*

*à base d'acide Hyaluronique

Testé dermatologiquement
et fabriqué en France



- ✓ AUGMENTE LE VOLUME, DÈS 2 SEMAINES D'UTILISATION
- ✓ AUGMENTE L'ÉLASTICITÉ DE LA PEAU,
- ✓ REMONTE LA POITRINE ET LES FESSES,
- ✓ ATTÉNUÉ LES VERGÉTURES
- ✓ CONVIENT À TOUS TYPES DE PEAUX.



www.maxiboom.fr



**4ELLES, L'INITIATIVE QUI ENCOURAGE
LES FEMMES À SE DÉPASSER**

4ELLES, L'INITIATIVE QUI ENCOURAGE LES FEMMES À SE DÉPASSER

A la rédaction du DMA Magazine, nous mettons un point d'honneur à la réalisation de deux objectifs : mettre en lumière les femmes qui osent et qui sont des modèles d'excellence dans leurs domaines et d'un autre côté, donner un message d'espoir à toutes celles qui hésitent encore à s'engager dans leurs projets en leur disant que c'est possible. Mariame et Dorcas sont deux jeunes femmes qui partagent cette vision qui est la nôtre et qui ont mis en place un système très prometteur. Découvrez leurs parcours mais surtout ce projet qui ne cesse de grandir.

Pouvez-vous vous présenter à nos lectrices ?

Nous sommes Mariame Keita et Dorcas Lema, deux amies originaires d'Angers, qui se sont lancées ensemble dans l'aventure 4Elles. D'un côté il y a Mariame Keita, 21 ans. J'habite à Angers et je suis d'origine guinéenne. J'ai obtenu mon Bac St2s pour ensuite me diriger vers un BTS Sp3s. Aujourd'hui je suis étudiante en première année de formation d'éducateur spécialisé. Cette envie de donner un sens à mon métier, d'accorder de mon temps aux autres en les accompagnant dans leur épanouissement personnel et social est essentielle pour moi et reflète ma personne. Étant très sensible face à l'injustice et aux inégalités dans le monde, j'ai également créé une association qui s'intitule MJA Union. De l'autre côté, il y a Dorcas. J'habite également à Angers et je suis quant à moi d'origine congolaise. J'ai obtenu mon Bac Stmg pour ensuite me diriger vers un BTS Communication. Aujourd'hui je suis en Bachelor Relations Publiques et Événementiel. Depuis mon plus jeune âge, l'événementiel et la communication sont des domaines qui m'intéressent. Le fait de bouger, de diriger, de rencontrer de nouvelles personnes et de satisfaire les autres à travers mon travail sont ce qui anime mon envie d'exercer dans ces domaines. De plus, je suis certaine que la communication est un excellent moyen pour faire passer des messages importants et être utile aux autres dans n'importe quel domaine.

Comment avez-vous décidé de vous associer ?

Nous sommes amies depuis de nombreuses années et nous avons un objectif commun, celui d'être utiles pour les autres, que ce soit pour des projets personnels mais également professionnels. Ainsi, c'est tout naturellement que nous nous sommes associées pour former 4Elles.

Pouvez-vous nous en dire plus sur 4Elles ?

Pour le moment, 4Elles organise et dirige des conférences et des événements avec des orateurs inspirants et motivants dans un seul but, accompagner les femmes dans leur épanouissement personnel et professionnel tout en étant utiles aux autres. 4Elles a pour objectifs l'amélioration de la connaissance de soi, la valorisation des potentiels,

l'amélioration de la qualité de vie personnelle et professionnelle et surtout de pousser les femmes à réaliser leurs rêves. Notre but est de développer à long terme trois différents pôles qui répondent à des enjeux bien spécifiques. Combien sont entourées mais se sentent finalement seules ? Aujourd'hui nous souhaitons mettre des mots sur les maux de ces femmes à travers chacun de nos pôles. Dire à ces femmes qu'elles ne sont plus seules, qu'elles ont de la valeur et qu'il est temps de devenir actrices de leurs vies. Notre génération a du talent mais notre génération souffre également de mal être, de stress et de dépression. Notre génération cherche sa voie. À travers 4Elles, nous voulons donner l'opportunité à chacune de réécrire son histoire ou tout simplement de trouver une clé qui l'aidera dans son accomplissement, tout en étant épanouie professionnellement et personnellement. 4Elles est né à la suite de « Hello Girls », créée par Dorcas en 2019. C'était à la base une story privée regroupant des filles de la ville d'Angers faisant partie de sa communauté Snapchat. Une story avec des partages, des débats, des phrases motivantes, des vidéos encourageantes, des faits d'actualité... En 2020, nous nous sommes unies dans ce projet et ensemble nous avons décidé de fonder 4Elles avec un premier pôle événement : Hello Girls.

Pouvez-vous nous parler de l'évènement Hello Girls ?

Hello Girls est dédié uniquement aux femmes. C'est un événement qui a lieu chaque année autour d'un thème central : la place de la femme dans la société. Lors de cet événement, les invitées ont le privilège de faire la rencontre d'intervenantes et d'invités surprise qui abordent les moments forts de leurs carrières mais aussi de leurs vies, en accord avec le thème. La master class, c'est avant tout des rencontres uniques entre femmes, des moments d'échange, de partage et de motivation autour d'un buffet. Le but de nos événements n'est pas de dire : « Les filles vous êtes faites pour l'entrepreneuriat, foncez ! » ; mais plutôt : « Vous avez quelque chose à accomplir, faites-le mais surtout faites-le en excellent dans le domaine qui vous plaît, que ce soit dans le salariat, dans les études, dans l'entrepreneuriat, dans la vie de famille etc ». 4Elles a pour objectif de pousser les femmes à accomplir et trouver leurs missions de vie tout en étant épanouies. Hello Girls c'est une famille : chaque personne qui vient à l'évènement ne ressort pas comme elle est arrivée puisqu'elle découvre de nouvelles personnes issues de plusieurs milieux, avec des parcours différents, un enseignement professionnel mais aussi un enseignement de vie car la vie des autres nous enseigne. Le but est que chacune puisse venir telle qu'elle est et kiffer pendant quelques heures entre femmes. Le premier événement a été organisé le samedi 4 juillet 2020, sous forme d'activités avec deux équipes adversaires. Le but était d'unir ses forces et ses connaissances afin de porter l'équipe vers le haut.

A la fin de ces activités, des lots ont été remis à l'équipe vainqueur. Le thème était le suivant : «Entourez-vous des personnes qui vous tirent vers le haut ». Pour la deuxième édition qui a eu lieu le 20 juillet 2021, les invités ont eu le privilège de faire la rencontre d'intervenantes Angevines : femmesdepuissance, MJA Union, la marque Hafsaeet l'autrice Kenza Debroise. Elles ont abordé les moments forts de leurs carrières mais aussi de leurs vies, en accord avec le thème : "Libère ton potentiel". Nous avons eu la chance de recevoir Clara Lagurque Azina, ancienne miss Paris 2019, qui est venue nous parler de son parcours professionnel, de son témoignage et de son expérience de vie. Des intervenantes et une invitée surprise qui sont incroyables, aussi belles à l'extérieur qu'à l'intérieur !

Notre projet a été soutenu par la ville d'Angers. Le thème de la deuxième édition avait pour but de montrer à chacune de ces femmes qu'elles sont capables de construire l'avenir qu'elles souhaitent malgré leurs différences. C'était l'occasion également de parler de la dépression, une maladie qui a touché de nombreux étudiants lors de cette crise sanitaire. À travers cet événement, c'était l'occasion de dire à ces jeunes générations de femmes de se lever pour créer leurs propres histoires grâce à leurs potentiels. Hello Girls était en collaboration avec l'association MJA Union pour encourager les femmes à être utiles pour les autres. L'événement était payant, une participation était obligatoire pour les invitées afin d'accéder à la Masterclass. Cet argent a été reversé au pôle "1 mois 1 don" de cette association. Nous mettons en avant l'entraide car personne n'a jamais accompli quoi que ce soit en étant seul. On a toujours besoin des autres. Pour certaines, cela a eu un impact sur leur confiance en elles et leur estime d'elles-mêmes, pour d'autres ça a été une prise de conscience sur ce qu'elles sont capables d'entreprendre et pour d'autres encore ça leur a tout simplement permis de comprendre qu'elles ont de la valeur.

Avez-vous connu des difficultés jusqu'à présent ?

Les difficultés que nous pouvons rencontrer aujourd'hui sont notamment dans la recherche d'intervenantes et d'invitées surprise pour nos événements mais également dans la recherche de fonds de financement pour 4Elles.

Que représente pour vous l'entrepreneuriat féminin ?

Dans notre société actuelle, il est encore difficile de trouver sa place en tant que femme. L'entrepreneuriat féminin représente donc pour nous le fait qu'une femme ne soit pas réduite à un modèles de société, à des normes, à un objet, car oui une femme peut entreprendre, rêver, être autonome financièrement, réussir avec sa différence (classe sociale, couleur de peau, religion, apparences physique, handicap...)

Pourquoi avoir choisi de cibler principalement des femmes ?

La femme est souvent soumise à une certaine forme de pression sociale. Aujourd'hui, nous ciblons ce public car en tant que femmes nous souhaitons briser ce préjugé qui dit que les femmes sont toujours en concurrence et en rivalité. Nous voulons créer de l'union entre nous, car lorsque les femmes s'entraident, de grandes choses s'accomplissent.

Où vous voyez-vous dans cinq ans ?

Dans cinq ans, nous nous voyons agrandir la team 4Elles et la communauté Hello Girls mais aussi continuer à organiser de grands événements auprès d'invités et d'orateurs inspirants. Pour le moment, tous nos pôles ne sont pas développés mais l'idée serait qu'ils soient tous développés d'ici cinq ans et pourquoi pas développer un lieu physique.

Quel est selon vous le premier conseil que devrait recevoir une femme qui décide de concrétiser son projet entrepreneurial ?

Donne le meilleur de toi-même car personne ne viendra le faire à ta place. Peu importe les difficultés qui se mettent sur ta route, ne renonce pas car l'échec ne doit pas avoir le dernier mot. Rappelle-toi ce qui t'a poussée à le faire et continue, fonce. Ose car le temps passe très vite et les regrets n'ont jamais rien apporté dans une vie. Et n'oublie pas de t'entourer des meilleurs car YOU ARE THE BEST ! Des personnes qui t'inspirent et qui te rendent meilleur.

Tant de choses à vous dire mais ça sera beaucoup trop long. Nous vous donnons donc rendez-vous sur notre page Instagram @4Elles



ECRIT PAR **ELISA FROMANT**

**EDMINTON,
L'HORLOGERIE AU FÉMININ**



EDMINTON, L'HORLOGERIE AU FÉMININ

L'horlogerie est un secteur très exigeant. Il faut avoir de réelles connaissances ou être une véritable passionnée pour faire plus que du dropshipping. Il y a maintenant deux ans, une jeune entrepreneuse a décidé de relever le défi et de se lancer dans cette aventure, créer sa propre marque d'horlogerie. Evodie Mbuende n'a pas été impressionnée par la montagne qui se dresse face à elle.

Originaire de Paris, cette francilienne avait pour aspiration dans sa jeunesse de devenir pédiatre. S'occuper des bébés semblait être sa première vocation. Comme très souvent, les rêves et réalités scolaires ne sont pas toujours compatibles. Une fois son bac économique et social en poche, Evodie met le cap vers une filière commerciale. Trois années plus tard elle décroche sa licence de commerce international. Son cursus brillamment validé lui a permis de développer une sensibilité accrue pour le monde des affaires et du commerce. C'est au cours de cette troisième année de licence, durant son stage outre Manche que son projet prend naissance et c'est le début de l'aventure Edminton. D'ailleurs, le choix du nom, un exercice qui peut se montrer parfois très difficile, s'est avéré être dans ce cas-là plus simple que prévu. Le nom initial était Ecluse. Evodie est très croyante et avait la volonté de marquer une référence aux saintes écritures bibliques.

Malheureusement, ce nom était très proche d'une autre marque de montre. C'est ainsi que, face à cet obstacle, Evodie s'est penchée par la fenêtre et voilà en un clin d'œil le nom est trouvé. Edminton, en référence à la rue de

l'immeuble dans lequel Evodie faisait son stage, Edminton Street à Londres.

Après plusieurs aller-retour en Asie, Evodie lance officiellement Edminton en mai 2019. La société s'appuie sur deux modèles forts et mixtes. Synonymes de classe, d'élégance et de raffinement, il était essentiel pour Evodie de répondre à ses envies mais aussi à celles du marché. Comptable, chef d'entreprise, créatrice et directrice artistique, Evodie est multi casquette. Elle est la seule à faire avancer son navire avec une volonté hors du commun.

Aujourd'hui il est compliqué pour Edminton de sortir de sa clientèle de départ. Toute la difficulté est là lorsque l'on vend essentiellement ses produits sur son site Internet. Il faut se battre pour se faire connaître et se faire un nom. En 2020, Evodie après avoir tenté une stratégie différente, décide de sortir un nouveau produit, un bracelet en acier. Ce bracelet lui a permis de doper ses ventes et de toucher des clients extérieurs à sa cible initiale. Actuellement, Edminton suit son petit bout de chemin et essaye toujours de trouver sa place sur ce marché qui peut s'avérer compliqué. En effet, très peu sont les clients habitués à "investir" dans une montre de qualité. L'entrepreneuriat est vraiment un marathon, la course peut être longue avec des débuts difficiles, surtout lorsque votre business est votre revenu principal. Le nerf de la guerre reste souvent les finances, que ce soit pour la vie privée comme dans la vie professionnelle. Retrouvez Edminton et son univers sur son site Internet www.edminton.com ou sur son compte Instagram du même nom.

ECRIT PAR **MAXIME KIBANGU**



COMMENT RESTER POSITIVE APRÈS UN ÉCHEC

Qu'il soit amoureux, professionnel ou même scolaire, l'échec est vécu comme une catastrophe nucléaire pour la plupart d'entre nous. Le Tchernobyl de notre ligne de vie. A travers ces quelques lignes, essayons ensemble de mettre en place des petites astuces qui permettront de faire de l'échec une expérience positive et gagnante. Eh oui, vous avez bien lu ! Soyons clair, nous n'allons pas tenir de discours d'encouragement tout droit sortis d'une conférence sur le développement personnel, ce n'est pas l'endroit pour cela. Nous allons tout simplement mettre en place des mécanismes de pensée logiques, afin d'apprendre à nous montrer plus justes envers nous-mêmes.

“Qui n'a pas connu le sentiment d'échec avant 50 ans a raté sa vie” - Charles Pépin

La vie est un cycle et à l'instar de nos émotions, nous connaissons des périodes de hauts et de bas. L'enfant qui apprend à marcher est bien souvent amené à trébucher, tomber et parfois même se blesser. Malgré la douleur et le sentiment d'échec liés à la fois précédente, il se relève et se donne les moyens d'atteindre son objectif qui est de marcher. Et c'est pareil à l'âge adulte : on tombe et plutôt que de rester à terre indéfiniment, on se relève. A vrai dire, vivre une vie sans échec est mathématiquement impossible. Un contrôle raté, un partiel loupé, un entretien d'embauche non concluant ou encore une relation amoureuse qui se termine malgré nous...

Nous sommes tous déjà passés par ces moments difficiles qui font malheureusement partie de la vie. Face à l'échec, il y a deux réactions. La première option qui s'offre à vous est d'accueillir cet échec comme une fatalité. Honte, culpabilité et parfois victimisation sont les sentiments et les réactions qui en découlent. Vous vous en voulez et parfois vous en voulez aux autres, que vous tenez pour responsables de votre échec. En adoptant ces réactions, vous vous enfermez dans une sphère de négativité et serez probablement amenée à reproduire les mêmes actions qui vous ont conduit vers l'échec, si l'occasion se représente. La deuxième option, celle que nous vous recommandons vivement, est de prendre un moment pour accepter la situation. Échouer n'est pas une expérience plaisante et vous avez le droit de ressentir des émotions négatives face à cela. Prenez le temps d'analyser la situation et d'accepter votre ressenti. Il est important d'être à l'écoute du sentiment d'échec : soit pour comprendre ce qui n'a pas fonctionné et trouver des solutions pour vous améliorer, ou alors pour comprendre qu'il est sans doute temps de vous réorienter complètement. L'heure est venue de vous prêter à l'exercice de l'introspection, cette science qui consiste à se poser des questions et par la même occasion à se remettre en question. En effet, après l'échec, ne soyez pas dans le déni. S'il est parfois difficile de reconnaître ses torts, y parvenir ne sera que bénéfique. Nos réactions face à l'échec sont intrinsèquement liées à notre culture.



En France, il y a une certaine culture culpabilisante. Nous avons tendance à penser que le succès a plus de poids lorsque la réussite est rapide et dénuée d'échec. Pour aller plus loin, beaucoup ont tendance à ne pas intégrer la possibilité d'échouer. Pourtant, se tromper tôt permet de savoir plus rapidement qui on est et surtout ce qui fonctionne pour nous. C'est parfois même la clef pour être un bon décideur. Dans un contexte de mondialisation, il est parfois intéressant de s'intéresser aux cultures voisines et, pourquoi pas, y piocher les éléments qui en font leurs forces. Dans les cultures coréennes et japonaises, les échecs sont vus comme des expériences très fortes qui permettent de tester le niveau de résilience, cette capacité à rester positif en toutes circonstances. La positivité est le mot d'ordre. Dans l'idéologie anglo-saxonne, l'échec fait partie de la vie et est même valorisé. Steve Jobs a su rendre son histoire marquante en donnant à son échec une place centrale qui lui a permis de réussir par la suite. Nombreuses sont les personnalités qui ont créé un storytelling autour de leurs échecs et ont su le valoriser sans en rougir, pour enfin en tirer des leçons. Aux Etats Unis il est très courant d'assister à des conférences sur le sujet et au cours d'un entretien d'embauche, les candidats sont presque systématiquement interrogés sur leurs échecs. C'est un excellent moyen pour le recruteur d'analyser la personne qu'il s'apprête à embaucher.

Outre Atlantique, l'échec est perçu comme un véritable atout. Et si on adoptait ces schémas de pensée ? Il est peut-être temps pour vous de devenir une meilleure version de vous-même. Désormais il faut rebondir vers quelque chose de nouveau et tirer profit de la situation. Il y a une différence entre "rater" et "être un raté". Face à l'échec, on a bien souvent tendance à adopter des croyances négatives qui nous poussent à généraliser. Doit-on parler "d'échec professionnel", qui englobe toute une carrière, ou plutôt "d'échec d'une situation professionnelle" et considérer une période ou un événement bien défini ? Pour aller plus loin, nous devons également accepter que l'échec est une notion propre à chacun. Et que ce qui peut être catastrophique pour certains, peut s'avérer être insignifiant pour d'autres. Malheureusement, il y a des échecs plus impactants que d'autres et l'accepter peut aider à relativiser. Par exemple, redoubler une année scolaire n'implique qu'une seule personne, tandis que l'échec du chef d'entreprise qui doit déposer le bilan et par ricochet licencier son personnel, aura une incidence beaucoup plus lourde puisqu'elle affectera beaucoup plus de personnes et ce, à de nombreuses échelles.

L'échec n'est pas une fin en soi. En adoptant toutes ces astuces et en les mettant en pratique, vous avez inconsciemment ajouté une ligne significative sur le curriculum vitae de votre vie. Partagez votre expérience autour de vous, montrez que remonter la pente est possible. Vous l'ignorez sans doute mais une personne autour de vous vit une situation similaire et votre expérience est le coup de pouce qu'il lui manque pour rebondir à son tour. Levez la tête, réhaussez les épaules et continuez à avancer sur votre ligne de vie, jusqu'au prochain échec. Maintenant, vous êtes armée pour l'accueillir et n'avez plus aucune raison d'en avoir peur. Surtout, n'oubliez pas que c'est en tombant à cheval que l'on devient un bon cavalier.



ECRIT PAR **MAXIME KIBANGU**



LA FRÉNESIE DE LA CHIRURGIE ESTHÉTIQUE

La chirurgie esthétique est un acte médical qui a toujours su faire parler de lui. Derrière cette opération médicale se cache une longue histoire qui s'entremêle avec progrès scientifique et impacts sociologiques.

Laissez nous vous présenter la chirurgie esthétique en quelques chiffres. Les opérations esthétiques les plus effectuées dans le monde sont les rhinoplasties et les mammoplasties. En France chaque année 15.000 nez sont ainsi opérés. Cet acte chirurgical a été le premier de l'histoire de la médecine esthétique et s'est démocratisé après la seconde guerre mondiale. Les premiers patients à profiter de cette révolution ont été "les gueules cassées" qui revenaient du front, le visage très fortement abîmé par la guerre. Ils avaient un besoin plus que vital de ces opérations de reconstruction faciale, qui leur permettraient de gommer cette douloureuse partie de l'histoire qui s'inscrivait sur leurs visages. Les chirurgiens de l'époque avaient la lourde tâche de les aider à retrouver une vie sociale normale en utilisant des moyens qui, très souvent, étaient encore au stade expérimental. Par la suite et comme c'est encore le cas aujourd'hui, c'est Hollywood qui est parvenu à populariser la rhinoplastie. Rapidement, les stars du grand écran de l'époque ont contribué à rendre cette nouvelle opération chirurgicale glamour.

On ne pourrait pas parler de rhinoplastie sans citer les peuples sémites, notamment les juifs qui ont joué un rôle considérable dans l'expansion de cette technique opératoire. Dans une société d'après guerre fortement antisémite, ceux-ci avaient recours à la rhinoplastie pour se fondre au mieux dans la population et ainsi ne pas subir la stigmatisation qui rythmait leurs quotidiens.

Aujourd'hui les choses ont changé, la chirurgie esthétique est devenue un acte médical pratiquement banal, tant pour les chirurgiens que pour les patients, puisque une opération ne dure que quelques heures. La science a fait du chemin depuis l'après-guerre. Selon un sondage mondial de l'International Society of Aesthetic Plastic Surgery, les opérations les plus pratiquées sont les liposuccions et les augmentations mammaires. Depuis peu, on assiste à un boom du lipofilling, plus connu sous le nom de BBL (de l'anglais *Brazilian Butt Lift*). Cet acte consiste à se faire aspirer de la graisse, très souvent au niveau du ventre, la purifier et par la suite se la faire réinjecter au niveau des fesses et/ou des hanches. C'est une opération qui, depuis quelques années, est sur le devant de la scène, notamment à cause des réseaux sociaux.



Les français sont de plus en plus favorable à la chirurgie esthétique, bien que le nombre d'interventions pratiquées soit très loin derrière les 33 millions d'interventions pratiquées aux USA ou encore les 2,5 millions d'interventions pratiquées au Brésil annuellement. Cette démocratisation nous pousse souvent à oublier deux choses : premièrement, ces actes représentent un énorme coût financier qui ne sont bien évidemment pas toujours à la portée de toutes les bourses. Deuxièmement, ce sont des actes dangereux qui ont très souvent besoin d'être entretenus et ne doivent pas être effectués par n'importe qui. Tout comme les facettes dentaires, les prothèses en silicones ne sont pas éternelles et doivent être changées en moyenne au bout de dix ans pour éviter les risques d'explosion. Il est donc nécessaire de prévoir le coût d'une nouvelle opération, au risque de mettre sa santé en péril.

La chirurgie à tout prix

Une bonne chirurgie se justifie par un un coût élevé, ce qui explique l'augmentation des techniques non abrasives qui ont permis à beaucoup de personnes d'avoir accès aux soins esthétiques à moindre coût. La lipocavitation, les injections d'acide hyaluronique et autres techniques, ont permis à beaucoup de femmes, mais aussi d'hommes, qui sont de plus en plus adeptes des différentes techniques esthétiques, de corriger des petits défauts et de se sentir mieux dans leurs peaux. Depuis quelques années, on observe l'essor des voyages médicaux. La Tunisie et la Turquie sont devenus des destinations exotiques où il est possible de se faire opérer à moindre coût. Il est indispensable de prendre en compte tous ces français qui partent à l'étranger sans accompagnement médical, à la recherche de prix parfois tellement avantageux qu'ils en deviennent même douteux. Il ne faut pas oublier que les actes médicaux demandent toujours un suivi strict et rigoureux car les patients n'ont pas tous les mêmes aptitudes physiques. Une opération qui s'est bien passée pour certaines, peut s'avérer être une toute autre expérience pour d'autres personnes. Un suivi digne de ce nom est très difficile, voire impossible à distance.

Sur la toile, nombreuses sont les histoires de patientes qui se sont retrouvées avec de graves complications post-opératoires. Dans la majorité des cas, les chirurgiens n'aiment pas reprendre les erreurs d'un confrère et ce, que l'opération ait été effectuée en France ou à l'étranger. Il est plus prudent d'opter pour une opération effectuée dans une clinique située dans votre pays de résidence. Beaucoup de cliniques proposent des solutions de paiement qui vous permettront de bénéficier d'un suivi complet. Malgré les facilités de paiement, si le prix de l'opération souhaitée reste élevé pour vous, tournez-vous de préférence vers des agences médicales qui pourront vous conseiller au mieux sur les différentes cliniques à l'étranger. Celles-ci vous assurent un accompagnement qui, après une opération, est loin d'être un luxe dont vous souhaiterez vous passer. Ne bradez pas votre santé car elle n'a pas de prix.

La chirurgie chez les mineurs, un nouveau fléau

Depuis peu, on observe une augmentation des opérations de chirurgie esthétique sur les mineurs. Malheureusement, dans ce cas de figure, beaucoup de protagonistes sont à pointer du doigt. Premièrement, les médecins qui vont délibérément à l'encontre des doctrines médicales et de la législation. Deuxièmement, les parents qui autorisent la pratique de l'opération, dans la majeure partie des cas, pour faire plaisir à leurs progénitures.

L'acceptation de sa nouvelle image

On en parle très peu mais beaucoup de personnes ont du mal avec leur nouvelle image. Une nouvelle poitrine, un nouveau profil après une opération, il faut être prêt à supporter le changement physique ainsi que les douleurs post opératoires. Heureusement, la majorité des patientes arrivent à accepter leurs nouveaux corps sans réelle difficulté. Selon la fédération des chirurgiens, 5% des patientes ne sont pas satisfaites du résultat final. La chirurgie peut vraiment changer la vie : elle permet de se sentir bien dans sa peau et de gommer des défauts qui peuvent parfois gâcher la vie des patientes depuis des années.

Il ne faut pas perdre à l'esprit que ça reste des actes médicaux lourds et souvent irréversibles à ne pas prendre à la légère. Si des signes d'addictions apparaissent, n'hésitez pas à en parler avec des spécialistes, il n'y a aucune honte à ça, consommez mais avec modération.



ECRIT PAR LESLY NZOLA



LA SÉCHERESSE VAGINALE : ET SI ON SE DÉBARASSAIT DÉFINITIVEMENT D'UN TABOU ?

La sécheresse vaginale est un véritable problème qui touche de nombreuses femmes et ce, à tous les âges. En effet, 20% des femmes âgées entre 18 et 39 ans en souffrent et une femme ménoposée sur deux en ressent les désagréments. La sécheresse intime fait partie du quotidien mais reste un tabou et est encore beaucoup trop négligée d'un point de vue général. Bien souvent, elle est considérée comme étant une fatalité par de nombreuses femmes, qui sont convaincues qu'il n'existe pas de solution à ce problème et se résignent à la subir.

La sécheresse intime résulte d'une mauvaise lubrification des tissus du vagin, qui s'explique par une carence en hormones (les oestrogènes). Avant toute chose, il est important de rappeler que les oestrogènes ont une fonction centrale dans la santé intime des femmes. Ils ont pour rôle de nourrir la muqueuse et permettent à la flore vaginale de se développer. Ainsi, la sécheresse intime est très récurrente chez les femmes enceintes, après l'accouchement et pendant l'allaitement, qui sont des périodes où de grands bouleversements hormonaux s'opèrent. Les femmes ménopausées y sont particulièrement sujettes, notamment à cause du syndrome génito urinaire, où l'on observe une importante baisse du taux d'oestrogènes. A titre de comparaison, la lubrification

complète du vagin d'une femme de 20 ans nécessite un peu moins de 30 secondes, contre plus de deux minutes pour une femme ménopausée. A cela on peut rajouter d'autres raisons qui peuvent être d'ordre physique (toilettes inappropriées, utilisation de savons et lotions parfumés, douches vaginales...) mais aussi psychologique (stress, anxiété, fatigue, mésentente dans le couple...). Bien souvent, on ne se rend pas compte à quel point l'état psychologique d'une personne peut jouer un rôle déterminant dans la qualité de sa vie sexuelle. Pour finir, on peut également citer la prise de médicaments tels que les traitements contre l'endométriose ou le cancer du sein, certaines pilules contraceptives ou encore l'utilisation de tampons menstruels parmi les causes de cette sécheresse observée chez de nombreuses femmes.

Les conséquences de la sécheresse vaginale sont nombreuses : douleurs, brûlures, sensibilité accentuée, gêne, démangeaisons, pertes vaginales anormales, irritations... Celle-ci peut être la cause d'infections urinaires ou vaginales, telles que la vaginite. La vie sexuelle est quant à elle entravée. Si une bonne lubrification permet aux rapports sexuels d'être plus confortables, la sécheresse vaginale rend la pénétration désagréable, voire douloureuse et l'accompagne de légers saignements ; on parle alors de dyspareunie.

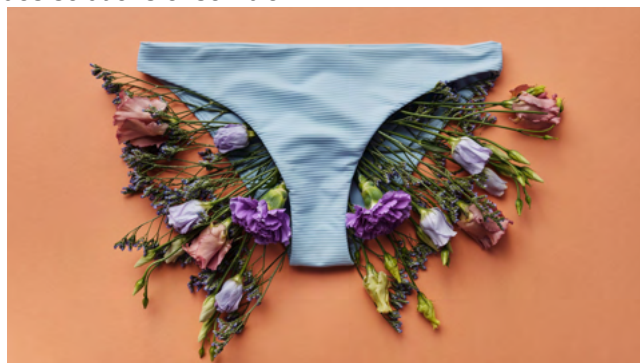


Ainsi, dans la psychologie de la femme, la vie sexuelle est automatiquement assimilée à la douleur et peut causer une baisse de libido et donc une vie sexuelle très peu épanouie.

Rassurez-vous la sécheresse vaginale n'est pas une fatalité. Il faut en parler autour de soi pour trouver des solutions. De nombreuses femmes ont l'impression d'être des cas à part, que ce problème n'existe que pour elles et sont très peu informées sur la question. C'est la raison pour laquelle, à la rédaction du DMA Magazine, il était important pour nous de présenter ce syndrome et d'en proposer des solutions. Notre premier conseil sera donc de consulter un médecin généraliste et idéalement un gynécologue ou une sage-femme. Plus le problème est décelé tôt et plus vite vous serez prise en charge afin de pallier à ce désagrément. Une des solutions les moins drastiques sera d'éviter de porter des vêtements trop serrés ou des sous-vêtements en fibres synthétiques. En vous rendant à la pharmacie, vous pourrez accéder à des cures d'hormones sous forme de crèmes ou d'ovules enrichies en oestrogènes, disponibles sans ordonnance et qui aideront à vous soulager. Des gels à l'acide hyaluronique (naturellement présent dans l'organisme) sont également excellents pour pallier à l'inconfort et aux douleurs causées par la sécheresse vaginale. Ils auront un effet hydratant, cicatrisant et réparateur qui durera sur plusieurs jours et leur application varie entre deux et trois fois par semaine. D'un point de vue mécanique, il est possible de se faire poser un anneau vaginal chez le gynécologue et ce pour une durée de trois mois. Cet anneau aura pour

fonction de diffuser des oestrogènes et est favorisé pour les femmes ménopausées. Depuis quelques années, de nombreuses femmes ont recours au laser. Il est vrai que cette solution fait peur à première vue mais rassurez vous ! C'est un acte sans douleur effectué sans anesthésie par le gynécologue pendant moins de dix minutes. Il permet de restructurer la production de collagène et d'acide hyaluronique et restaure les muqueuses vaginales. C'est une méthode très en vogue notamment chez les femmes ménopausées. En effet, le laser permet d'épaissir la muqueuse vaginale et réduit donc les douleurs dans la vie quotidienne, mais encore plus au cours des activités sexuelles. Malgré son efficacité très élevée avec des effets observables jusqu'à 16 semaines, le laser est une intervention médicale coûteuse qui peut freiner plus d'une femme puisqu'il faut compter 300€ par séances et que celles-ci ne sont pas remboursées par la Sécurité Sociale. Dans certains cas, vous pouvez également consulter un dermatologue pour vous assurer qu'il n'y a pas de problème annexe.

Enfin, la lubrification du vagin tient une place centrale dans la sexualité du couple. C'est le signe le plus visible de l'excitation chez la femme et c'est l'équivalent de l'érection chez l'homme. Il est cependant possible d'avoir une vie sexuelle heureuse et saine avec une faible lubrification du vagin sans que le désir sexuel de la femme ne soit entravé. Vous pouvez palier à cela en ayant recours à des gels lubrifiants à base d'eau, à utiliser pendant les rapports sexuels. Il est également utile de préciser que prolonger les préliminaires pour favoriser la lubrification naturelle est une excellente solution. Les muqueuses vaginales sont de plus en plus fragiles lorsqu'il n'y a pas de rapports sexuels et maintenir une vie sexuelle active permet de les renforcer. La sécheresse vaginale ne doit pas être pour vous un sujet de honte ou une raison de culpabiliser face à votre partenaire. Au contraire, essayez d'échanger et d'expliquer ce que vous ressentez. Vous serez surprise de voir combien il vous sera facile de trouver des solutions ensemble.



ECRIT PAR **AUDREY BOPE**

PROGRAMME

SPORTIF 100% NUTRITIF PERSONNALISÉ



« Le plus dur n'est pas de **démarrer**,
c'est de ne pas **s'arrêter** »



@keitax_coaching

www.josephkeitax.com

J.K
Personal trainer

PRÉPARER EFFICACEMENT SON ENTRETIEN INDIVIDUEL

Comme chaque année, les mois de janvier et de février sont synonymes d'entretiens individuels. Un événement autant redouté par les employés que par les employeurs et ce détail est très important.

Des changements ont peut-être eu lieu dans votre vie privée. C'est donc tout à fait normal que des modifications s'imposent dans votre vie professionnelle. Augmentation de salaire, conditions de travail ou horaires... C'est le moment idéal pour demander du changement. Nous allons vous donner les clés pour mener au mieux vos négociations de début d'année.

Analyser la situation de l'entreprise

Il est important d'analyser la situation de l'entreprise et surtout sa situation économique. Vous ne devez pas demander une augmentation de 500 euros si votre entreprise est au milieu d'un important plan social. Malheureusement, dans ce genre de situations il faudra se retrousser les manches et s'affairer à l'effort collectif. Par contre, si votre société est en bonne santé financière, les choses sont différentes. Toutes les conditions semblent être réunies pour entamer des négociations de qualité. Lorsque votre société est financièrement capable d'octroyer des augmentations, il ne faut pas perdre de vue que c'est le moment propice pour négocier d'autres avantages. Le temps passé au travail devient une préoccupation importante pour beaucoup de salariés et les horaires de travail sont un point très sensible pour les employés comme pour les employeurs. Un heureux événement a eu lieu dans votre vie privée et vous allez très sûrement devoir commencer plus tard ou terminer beaucoup plus tôt ? Une fois de plus, il faudra analyser la situation de la société et prendre en compte les pics d'activité quotidiens ou les rotations de postes lorsque vous travaillez en binôme. C'est aussi le moment de négocier pour obtenir une promotion. Si vous estimez la mériter, il ne faut pas hésiter ! Comme pour beaucoup de choses dans la vie, il ne faut pas avoir peur de forcer son futur et surtout de booster par soi-même sa carrière. Je pense que vous avez dû le comprendre, le premier élément à prendre en compte

avant d'entamer vos négociations est d'être en phase avec la réalité de votre société.

Connaître son importance

Il est nécessaire de connaître son importance au sein de son entreprise. En effet, il va vous être difficile de négocier si vous n'êtes pas en bonne sainteté. Dès lors que vous êtes certaines d'être une pièce importante, vous pouvez aller au bras de fer. Démontrez que vous êtes indispensable, soyez la salariée que l'on ne peut pas virer. Assurez-vous d'être une pièce importante de votre service ou de votre société. Faites-le de manière élégante et subtile, l'objectif n'est pas de devenir l'ennemi de son patron. En effet, un entretien mal entamé peut se transformer en point de départ : celui d'une mauvaise relation avec sa direction. Les négociations ne sont pas un chantage, un entretien mal préparé peut très rapidement se transformer en cauchemar. N'hésitez pas à échanger avec vos collègues car ce sont de très bons baromètres de la société. Votre lieu de travail est l'endroit où vous passez le plus de temps. Malgré la complexité de certains comportements humains, faites de votre lieu de travail un petit havre de paix

Il faut savoir qu'il y'aura toujours un gagnant et un perdant à la sortie de l'entretien. Si vous vous sentez perdante, restez positive et continuez à travailler de la même manière qu'avant. Si vous vous sentez lésée c'est normal mais à vous d'être maligne. N'hésitez pas à vous renseigner sur ce qu'il se passe sur le marché du travail. Si vous êtes l'employeur, essayez de trouver un compromis. Il est toujours préférable de garder un bon employé. Il ne faut pas oublier que le coût d'un recrutement est estimé entre 2000 et 3000 euros selon les postes.

ECRIT PAR **MAKXIME KIBANGU**

LES APPLICATIONS ET LES START UPS QUI AMÉLIORENT LE QUOTIDIEN DES FEMMES

Aujourd'hui le téléphone portable est notre meilleur compagnon. Il est toujours avec nous, c'est souvent le premier objet que nous actionnons à notre réveil. Nous n'allons pas parler d'Instagram ou de Netflix mais plutôt de ces applications et de ces start-up qui nous facilitent la vie au quotidien. De la gestion de cycle menstruel à la gestion financière, en passant par la confection de culottes menstruelles. Découvrez dans cet article les applications et les startups qui mettent vos méninges au repos.

Tricount

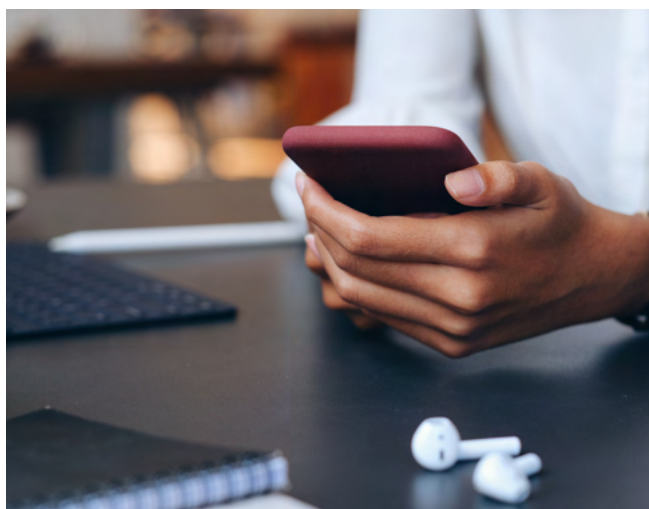
Vous êtes une mauvaise gestionnaire ou tout simplement les chiffres ne sont pas vos amis ? Pas de problème, nous avons une solution pour vous ! **Tricount** est une application gratuite conçue pour gérer son budget au quotidien et tout au long du mois. Cette application vous permet d'avoir un suivi sur vos dépenses et en bonus vous pouvez très facilement diviser les dépenses d'une soirée raclette pour régler la note avec vos amis. Fini les prises de tête, terminé de jouer aux apprentis comptables, plus besoin de ticket de caisse, **Tricount** s'occupe de tout.

Clue

Pour la seconde application nous restons dans le domaine de la gestion. Nous vous présentons **Clue**, une application qui vous aide à gérer votre cycle menstruel. Des applications similaires existent déjà sur le marché mais **Clue** se démarque de ses concurrents. Cette application vous rappelle quand prendre votre pilule et s'adapte aisément à tous vos moyens de contraception. Fini le rappel à 14H00 en plein milieu d'une réunion de travail. L'application est disponible sur l'Apple Store mais aussi sur les appareils Android, de quoi plaire à tout le monde.

Maven

Vous êtes timide et vous n'osez pas vous livrer chez votre médecin ? Beaucoup de femmes font face à des situations similaires. Il faut savoir qu'une grande partie des médecins en activité sont des hommes, ce qui ne facilite pas les choses. Confier des problèmes féminins à un homme peut parfois être gênant. Malheureusement, cette gêne peut contribuer à la prévalence de maladies graves telles que le cancer du col de l'utérus ou le cancer du sein. Une femme a donc trouvé une solution pour régler une fois pour toutes ce problème en créant une application. **Maven** a pour but d'aider les femmes à trouver les soins qui correspondent à leurs besoins. Son utilisation est simple comme un jeu d'enfant. Saisissez dans l'application le type de soins dont vous avez besoin et ensuite le professionnel de santé proposé par la base de données. La plate-forme vous donne la possibilité de prendre un rendez-vous en présentiel ou en visio. Grâce à **Maven**, l'expérience des patientes s'est considérablement améliorée.



De plus, pour chaque rendez-vous pris sur l'application, 1\$ est versé à la fondation Maven pour aider d'autres femmes dans le besoin à travers le monde.

Lola

Lola est un service d'abonnement très spécial. Comme un abonnement à une box de beauté, **Lola** vous livre ponctuellement et/ou régulièrement des protections intimes. Le plus de **Lola** est que ce service s'adapte à vos besoins. Il est important de prendre en compte que chaque femme vit ses règles de manière différente. **Lola** permet aussi à ses utilisatrices de pouvoir anticiper en amont le coût de leurs dépenses de protections intimes. Terminé les oublis, vos protections viennent à vous. C'est la promesse que cette jeune start up offre à ses clientes.

Natural Cycles

Pour finir on peut vous parler d'une autre application qui vous suit mensuellement durant vos cycles. **Natural Cycles** est une application de gestion de cycle poussée. En effet, en entrant régulièrement votre température, l'application est capable de déterminer votre période et durée d'ovulation mais aussi de vous aider à identifier les jours durant lesquels vous êtes le plus fertiles. De plus, **Natural Cycles** aide à mieux vivre l'expérience de la grossesse en vous suivant durant celle-ci. **Natural Cycles** est l'alliance de la technologie et de la recherche, c'est pour cette raison que ses créateurs sont parvenus à lever près de 6 millions de dollars pour permettre un développement de l'application à travers plus de 161 pays.

Le téléphone est bien plus qu'un simple appareil. Il est, avec le progrès, devenu le nouveau garant de notre santé et de notre bien être.

ECRIT PAR PAUL ELIA



ADJINAYA

MAQUILLEUSE, FORMATRICE ET FEMME D'AFFAIRES
ENTREVUE AVEC EL PROFESSOR

ECRIT PAR KAREN MIBENGE



ADJINAYA

MAQUILLEUSE, FORMATRICE ET FEMME D'AFFAIRES ENTREVUE AVEC EL PROFESSOR

Si vous avez une certaine sensibilité pour l'univers du maquillage, il va sans dire que le nom d'Adjinaya ne vous est pas inconnu. Et si c'est le cas, laissez-nous vous présenter celle qui se fait affectueusement appeler "El Professor". Adji Coulibaly, plus connue sous le nom d'Adjinaya, est maquilleuse mais pas que... Cette mère de deux enfants est également la créatrice de l'école de maquillage "Adjinaya Makeup Studio" et la fondatrice de la marque de maquillage "AMS Beauty". Tant de rôles entre lesquels elle jongle avec brio et qui font d'elle une véritable source d'inspiration et un modèle de motivation pour ses quelques 223.000 abonnés sur Instagram. C'est dans son studio situé en banlieue parisienne qu'Adjinaya accueille notre équipe et revient sur son parcours et son travail acharné qui ont fait d'elle l'une des maquilleuses françaises les plus en vogue.

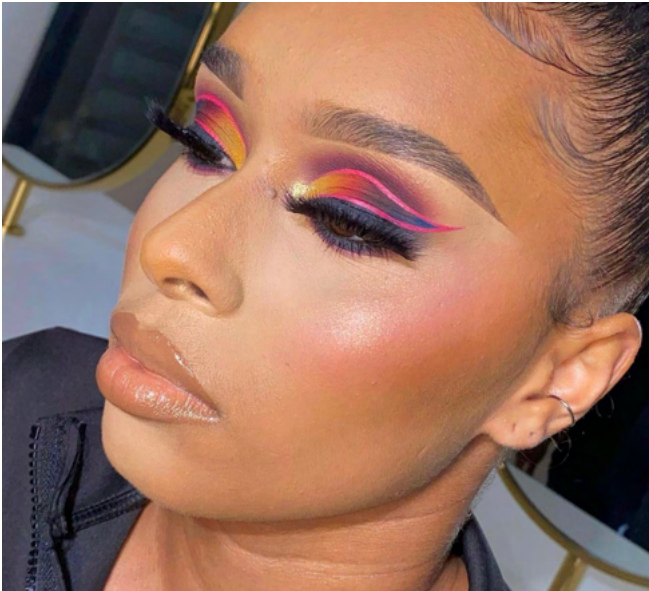
Des débuts prometteurs

Son parcours initial est plutôt classique et tout commence alors qu'elle est encore lycéenne. A ce moment-là, Adjinaya est autodidacte et maquille à

ses heures perdues, lorsqu'elle n'est pas en train de réviser pour obtenir son baccalauréat. A la suite de cela, elle décroche un BTS Assistant Manager qu'elle effectue en alternance et poursuit ses études avec une Licence en Ressources Humaines, toujours en alternance. C'est en 2015 qu'elle revient à son premier amour, le maquillage, en se formant auprès de la très célèbre SLA Academy, une école de maquillage située dans le 2e arrondissement de Paris. Elle parfait ensuite son coup de pinceau à l'étranger et plus précisément en Angleterre, auprès de maquilleurs de renommée tels que Mitchel (@mmmmitchell sur Instagram) ou encore des formateurs de la P Louise Makeup Academy, école créée par la maquilleuse P.Louise (@plouise1 sur Instagram). Ça y est ! Adjinaya est équipée pour conquérir le marché français de la beauté. Elle a su tirer son épingle du jeu en proposant des looks ultra colorés, très inspirés de ses collègues américains ou britanniques. Malheureusement, à ce moment-là, les clientes françaises étaient encore très peu habituées à cette ribambelle de couleurs et demandaient des looks plutôt classiques.

Adjinay
— MAKEUP STUDIO —





Pour imposer son style, il lui fallait montrer ses capacités et proposer des looks impressionnants, auxquels ses clientes n'auraient jamais pensé. Quoi de mieux que les réseaux sociaux pour présenter son travail ? Elle a commencé par travailler avec des modèles afin de parfaire sa touche, pour ensuite proposer des vidéos dans lesquelles elle partageait ses astuces, tout en maquillant et ce, en direct chaque dimanche sur Instagram. Ce rendez-vous hebdomadaire lui a permis de gagner en notoriété, d'autant plus qu'il n'était pas courant pour les maquilleurs de dévoiler leurs techniques et ce, encore moins gratuitement. Cette initiative lui a valu le surnom de "El Professor" qui a été déterminant pour la suite de sa carrière et qui ne l'a jamais quitté depuis.

Un nouveau tournant dans sa carrière

Adjinaya parfait sa notoriété en proposant du contenu de qualité sur sa page Instagram, entre prestations de maquillage sur des mariées et sessions où elle laisse libre cours à sa créativité. Sur les réseaux sociaux c'est la folie ! Sur Twitter, beaucoup de jeunes femmes font part de leur rêve de passer sous les pinceaux magiques de la maquilleuse, le jour de leur mariage. De son côté, les capacités pédagogiques d'Adjinaya ne sont plus à démontrer et elle reçoit de plus en plus de sollicitations pour des formations. Très rapidement, elle met en place des ateliers à thèmes pour apprendre aux femmes à se maquiller. De fil en aiguille, elle est de plus en plus sollicitée par des jeunes femmes qui souhaitent elles aussi devenir maquilleuses et qui aimeraient donc se former auprès d'elle. La machine est lancée !

En s'appuyant sur des programmes proposés dans les écoles de maquillage, elle met en place son propre programme et propose des formations allant d'une journée à un mois complet, individuellement ou collectivement. C'est ainsi que naît Adjinaya Makeup Studio, son école de maquillage qui forme les futurs maquilleurs à maîtriser les bases du maquillage et plus encore et ce, avec tous types de produits et sur toutes les carnations. Un argument de taille pour les futurs élèves lorsque l'on sait à quel point les peaux foncées sont très peu étudiées dans les écoles de maquillage classiques. Avec le temps, Adjinaya Makeup Studio s'est bien développé : elle compte désormais une équipe de formateurs et propose également des formations à l'étranger.



La suite logique

En délivrant ses formations, Adjinaya s'est rendu compte de certaines limites auxquelles étaient confrontées ses élèves. Elle a constaté que celles-ci n'avaient pas de bons pinceaux pour travailler et c'est ainsi qu'est née l'idée de créer sa propre marque de maquillage, AMS Beauty. Elle proposait initialement une gamme de pinceaux destinée aux professionnels du maquillage, mais aussi à toutes les personnes débutantes. Très rapidement, la marque s'est diversifiée et on compte actuellement des gloss, des crayons à lèvres, des faux-cils ou encore des sprays nettoyants dans son catalogue. La qualité de ses produits n'est plus à discuter et sa clientèle se charge elle-même d'en faire la publicité sur Internet.



Désormais à la tête de deux entreprises qui marchent bien, Adjinaya annonce en 2020 qu'elle met un terme à ses prestations sur mariées pour se concentrer sur ses deux autres activités. Si son talent lui a permis de se faire remarquer en tant que maquilleuse sur un marché très concurrentiel, c'est sa personnalité et son travail acharné qui font d'elle une femme d'affaires aguerrie. Elle entretient une relation très privilégiée avec sa communauté, notamment sur Instagram, de par sa simplicité. Côté business, pas de place au hasard et c'est ce qu'on remarque d'emblée en entrant dans son studio. La décoration à la fois girly et épurée, a été choisie avec soin et les détails ont été travaillés. Tout est organisé de façon millimétrée avec d'un côté la boutique où les produits AMS Beauty sont présentés et de l'autre, un espace alloué aux formations. Adjinaya a une vision de son métier qui va bien au-delà du simple maquillage. Elle a la volonté de devenir une figure incontournable du secteur en France et bien au-delà des frontières.

Sa connaissance du métier de make-up artist lui a permis de déceler les besoins des professionnels et de répondre au mieux à certaines problématiques. Pour Adjinaya, le maquilleur est avant tout un entrepreneur et il lui faut pour cela les bons outils qui lui permettront de travailler de façon optimale. C'est ainsi qu'elle a pensé et commercialisé son propre agenda planificateur (Le Planner), avec des éléments clés pour la gestion de l'activité : agenda

de prestations, tenue de la comptabilité mais aussi rappels sur les durées de conservations des produits, le tout accompagné de citations motivantes et bien d'autres particularités.

Lorsque nous lui avons posé des questions sur son expérience de l'entrepreneuriat, sa réponse la plus intéressante concernait sa vision face à l'échec et voici ce qu'elle nous a confié : **“L'échec n'est pas une fin en soi. A vrai dire, chaque échec cache une leçon à tirer. J'ai subi de l'humiliation que j'ai vécu comme de l'échec au début de ma carrière. J'ai su rebondir et m'en servir comme d'un moteur dans mon travail. En observant le parcours des autres entrepreneurs, il est vrai qu'on ne se rend pas forcément compte que l'échec, les hauts et les bas font partie de l'équation. C'est difficile et ce n'est pas dans nos habitudes en France mais il est important de voir l'échec comme quelque chose de positif. Ne vous reposez jamais sur vos acquis. Soyez toujours exigeantes envers vous-mêmes et envers les autres mais à côté de cela, croyez en vous-mêmes. Croyez en vos rêves et ne vous mettez pas de limites. Tant qu'il y a de la conviction, vous pourrez atteindre vos rêves et vos objectifs. ”**



ECRIT PAR KAREN MIBENGE

FAIRE PLAISIR POUR LES FÊTES

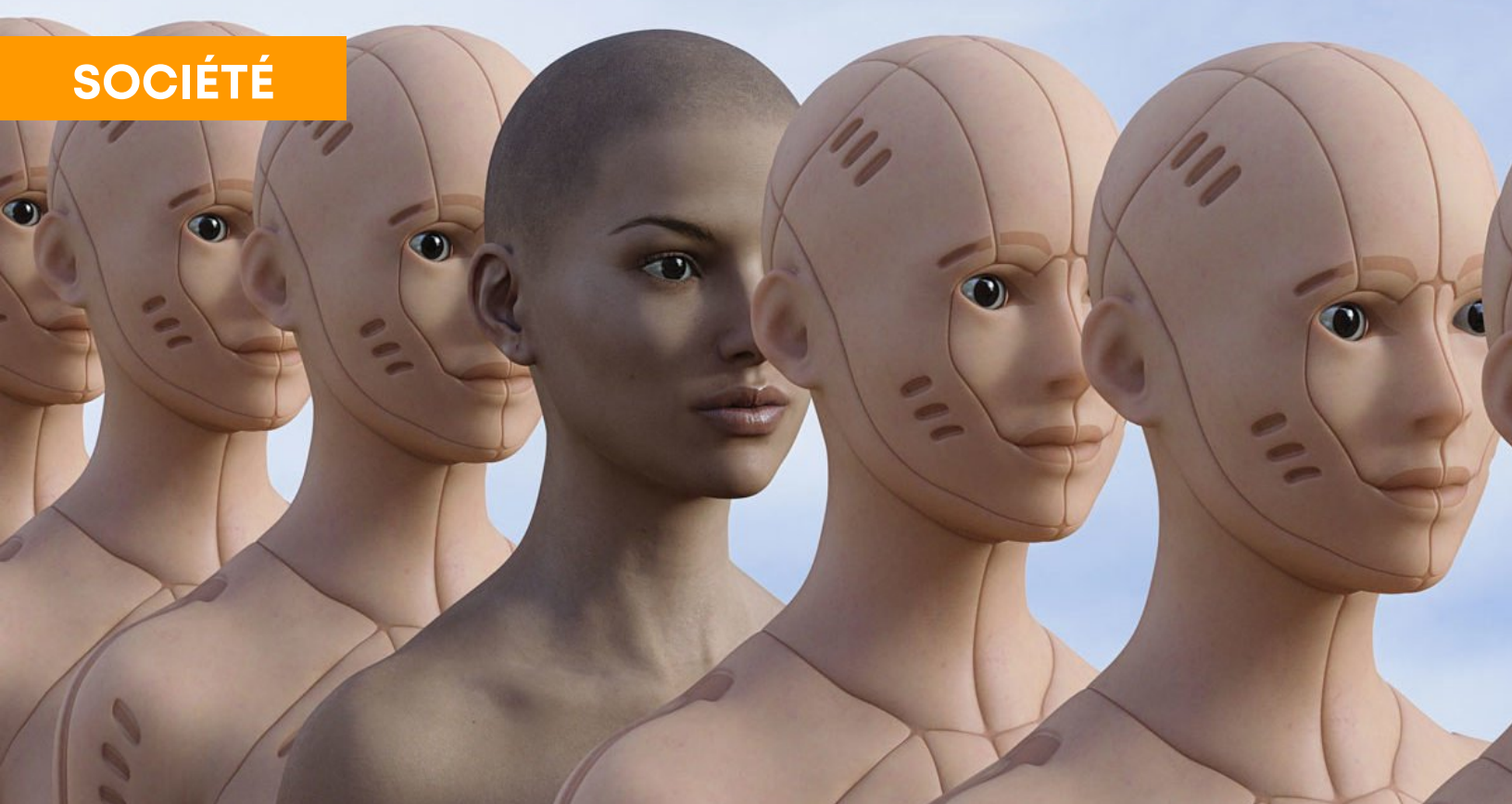
JUSQU'AU 31/12/2021, OFFREZ-LUI UN ROUGE À
LÈVRES ET UN GLOSS DREYMA COSMETICS



1 ACHETÉ, 1 OFFERT
AVEC LE CODE

NOEL21

www.dreymacosmetics.com



INFLUENCEURS VIRTUELS : LE FUTUR DU MARKETING DIGITAL ?

Instagram contribue au processus de décision d'achat de 80% de ses utilisateurs. Le réseau social créé en octobre 2010 par Kevin Systrom et Michel Mike Krieger offre aux entreprises une plateforme où il est possible de communiquer à moindre coût. Les marques peuvent désormais s'adresser directement à leurs potentiels clients et vont plus loin en faisant appel aux influenceurs comme acteurs principaux de leurs campagnes en ligne. Si le terme "influenceur" est omniprésent depuis quelques années, il ne s'agit en aucun cas d'un néologisme du 21^{ème} siècle. Dans les années 60, la maison Chanel faisait déjà appel à Audrey Hepburn, pour faire de sa célèbre "petite robe noire" une pièce de mode qui reste parmi les plus iconiques jusqu'à présent.

Un influenceur est une personne ayant de la notoriété par son expertise, son mode de vie ou son statut social et qui influence l'opinion et la prise de décision d'un groupe. Aujourd'hui, l'influence a fait du chemin et est devenu un métier à part entière. Ces dernières années, de nombreuses personnalités ont su tirer leur épingle du jeu, notamment grâce à des réseaux sociaux tels que Youtube, Instagram ou récemment TikTok, où elles se sont constituées des communautés allant de quelques dizaines de milliers à quelques millions de followers. Celles-ci parviennent



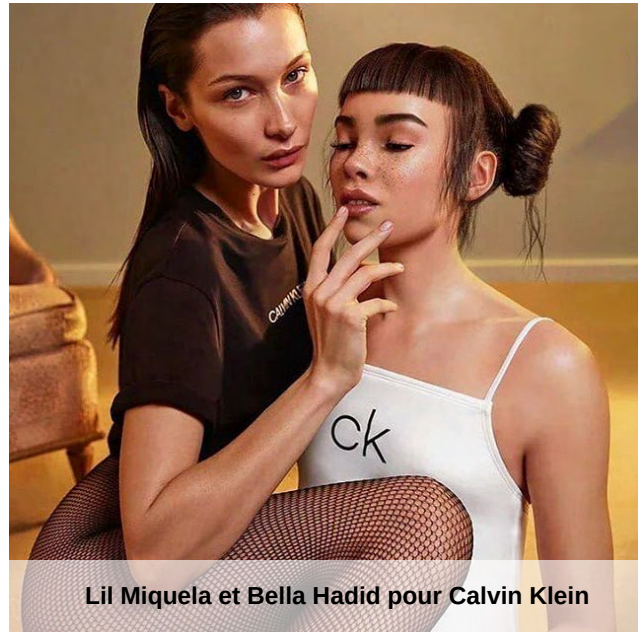
ainsi à décrocher des contrats aux sommes faramineuses auprès de marques dont elles font la promotion.

A l'ère du Big Data, tous les secteurs d'activités ont la volonté d'inclure le numérique dans leurs process.

Dès que l'opportunité se présente, les tâches jusqu'alors exécutées par des humains sont digitalisées. Il est de plus en plus difficile d'échapper aux automates lorsqu'on se rend dans un restaurant McDonald's ou qu'on souhaite affranchir un colis à La Poste. Les métiers d'influence n'échappent pas à la réforme digitale, au contraire. Depuis quelques années, Instagram voit émerger une génération de leaders d'opinion 2.0 avec l'arrivée d'influenceurs virtuels sur la plateforme. Tendances éphémères ou véritable révolution du marketing digital ? Une chose est sûre, on assiste bel et bien à un bouleversement du paysage marketing sur les réseaux sociaux. Ces influenceurs virtuels sont des personnalités fictives alliant graphisme et intelligence artificielle. Générées par des logiciels, il existe différentes techniques de création : des images de synthèse où le corps est entièrement modélisé par ordinateur ou encore des visages créés virtuellement et harmonisés sur de vrais corps de mannequins, notamment grâce à Reality Lab, le logiciel de Meta (ancien Facebook).

Comme les influenceurs classiques, ces influenceurs issus de créations technologiques ont pour objectif d'accroître leurs nombres de followers sur Instagram, en vue de répondre au mieux à leurs rôles de panneaux publicitaires. Post sponsorisés, challenge en tout genre, *Outfit of the day* et partage d'avis sur le dernier film à la mode... Il n'y a vraiment pas de quoi être dépaylée. En suivant ces comptes vous pouvez être sûre de retrouver le type de contenu que vous êtes habituées à voir ailleurs.

Bien souvent, la frontière entre réel et virtuel est si mince qu'il est facile de s'y perdre. Miquela Sousa, plus connue sous le nom de Lil Miquela, est une jeune influenceuse-robot vivant à Los Angeles et désignée dans le top 25 des personnalités les plus influentes d'Internet en 2018. S'il est évident pour ses 3 millions d'abonnés qu'elle n'est pas réelle, ses posts portent tout de même grandement à confusion et poussent à se demander si elle n'abuserait tout simplement pas de filtres et autres logiciels de retouche. On peut la voir prendre la pose dans un environnement réel, en photo et en vidéo, entourée de véritables personnes et même de célébrités !



Lil Miquela et Bella Hadid pour Calvin Klein



Lil Miquela et Teyana Taylor

Si la pratique est étonnante, elle prend tout de même de l'envergure et devient un outil de communication différent et original, efficace pour les marques qui veulent faire parler d'elles. De Kenzo à Balmain, sans oublier Dior ou encore Puma, celles-ci n'hésitent pas à redoubler d'imagination et de créativité en invitant ces influenceurs à sortir de la sphère digitale. Désormais, ces personnalités virtuelles prennent part aux défilés lors de la Fashion Week et sont invitées à prendre le contrôle des réseaux sociaux des marques pendant quelques heures. Pour aller plus loin, d'autres enseignes décident de prendre le pari et choisissent certains de ces influenceurs pour participer à leurs campagnes publicitaires. En 2018, Rihanna faisait appel à Shudu Gram, mannequin digital aux 219k abonnés sur Instagram, pour être l'égérie de la nouvelle gamme de rouge à lèvres de Fenty Beauty.



Shudu Gram pour Fenty Beauty

Disponibles 7 jours sur 7, 24 heures sur 24 pour leurs communautés ainsi que les marques, ces influenceurs suscitent trois fois plus d'intérêt que les influenceurs classiques et leurs taux d'engagement sont nettement supérieurs. Au-delà de la publicité générée par la curiosité, ces influenceurs présentent bien des avantages pour les marques. Créés par des startups, leur image est contrôlée à 100%, ne laissant pas de place à d'éventuels scandales qui pourraient entacher

l'image des marques avec lesquelles ils travaillent. Si les rémunérations restent élevées (environ 7.000€ pour un post sur Instagram contre 300.000€ pour une campagne publicitaire), ces collaborations restent plus intéressantes pour les marques qui réduisent considérablement leurs dépenses sur une campagne publicitaire (coiffure, maquillage, déplacement, frais de bouche, etc).

Outre l'intérêt que présentent ces acteurs digitaux pour les marques, il est important de s'interroger sur l'intérêt réel pour les potentiels consommateurs. Peut-on se fier à un produit présenté par une personne qui n'existe pas et s'attendre à en être pleinement satisfait ? En plus de cela, Instagram est le royaume des insécurités et des complexes grâce à (ou plutôt à cause de) ces millions de clichés publiés chaque jour, où les teints sont parfaits sans maquillage, où les physiques répondant aux normes de beauté et où les contraintes financières n'existent pas. Il est facile pour les utilisateurs de tomber dans les comparaisons et les influenceurs virtuels aux physiques parfaits et aux garde-robes illimitées n'arrangent rien au problème. Enfin, le manque d'authenticité de ces personnalités virtuelles est flagrant. La force des influenceurs réside dans leur capacité à créer une connexion émotionnelle avec leurs communautés, de façon naturelle. Dans le cas des influenceurs virtuels, les actions menées perdent très vite de leur naturel et on devine quasi systématiquement un intérêt marketing. Que ce soit dans les causes défendues ou les associations dont ils sont les ambassadeurs, l'idée que les combats sont instrumentalisés est omniprésente.

Si les marques font encore principalement appel aux influenceurs classiques, cette nouvelle tendance reste à surveiller. Il est important pour les influenceurs de se démarquer et de redoubler d'effort afin de rester compétitifs, au risque de se voir remplacer définitivement par ces concurrents virtuels.



ECRIT PAR **AUDREY BOPE**



DANS L'UNIVERS DE FREAKY NAILS



DANS L'UNIVERS DE FREAKY NAILS

Si vous ne connaissez pas encore Freaky Nails, c'est le moment de découvrir votre prochain coup de cœur artistique ! Fini les ongles courts aux couleurs classiques, très bon chic bon genre. Désormais, la mode est au XXL et au *nail art* et chez Freaky Nails, il y en a pour tous les goûts. Une inspiration un peu farfelue ? Un design un peu ambitieux ? Il n'y a pas de limites au talent de Mélanie, la prothésiste ongulaire à l'inspiration débordante. Pour ce quatrième numéro du DMA Magazine, elle nous livre quelques secrets qui font de Freaky Nails une référence de taille de l'onglerie en région parisienne.

Peux-tu te présenter à nos lectrices ?

Je m'appelle Mélanie, j'ai 25 ans et j'ai grandi dans le Sud, à Toulouse. Initialement, mon ambition était de faire carrière dans le domaine de la communication. Je suis d'ailleurs venue à Paris en 2017 pour ça. J'ai fait mes trois dernières années d'études ici, en région parisienne pour obtenir un Master 2 en Communication en Stratégie Digitale. J'ai poursuivi ma carrière dans ce domaine puisque je travaille dans une startup et c'est en parallèle que j'enfile ma deuxième casquette : celle de nail artist !

Comment t'es-tu lancée ?

Arrivée à Paris, je cherchais une prothésiste ongulaire qui proposait des extensions faites au chablon. J'ai trouvé une Nail Artist (@nailsup) qui faisait un travail de dingue mais étant étudiante, elle était clairement hors budget pour moi. J'ai alors décidé d'acheter un

peu

peu de matériel et d'apprendre à faire mes ongles moi-même. Le temps passe, mon niveau s'améliore et mes amies me forcent à créer une page Instagram : voilà comment ça a commencé. Je n'ai suivi aucune formation au départ, je suis complètement autodidacte. Ce n'est que très récemment que j'ai participé à des sessions de perfectionnement.

Tu fais preuve d'une grande créativité, quelles sont tes sources d'inspiration ?

En général, les clientes viennent avec des modèles déjà établis que je re-travaille ou non. J'ai aussi des clientes très visionnaires, qui peuvent venir simplement avec une illustration, un tableau d'artiste et me laissent exprimer ma créativité. Mes sources d'inspirations sont donc Instagram et Pinterest, des artistes indépendants, la mode (avec les imprimés par exemple) et même la nature !

Qui sont tes clientes ?

J'ai des clientes de tous les horizons : connues, non connues, influenceuses, personnalités publiques, artistes... J'ai une partie de ma clientèle qui est fidèle et qui revient donc tous les mois et j'ai une autre partie constituée de "nouvelles clientes" qui vient de façon occasionnelle ou non régulière. C'est vrai que j'impose des conditions et j'ai un style qui peut restreindre ma clientèle mais c'est totalement voulu !

Comment fais-tu pour te démarquer dans ton travail ?

Honnêtement je ne sais pas trop ! Je fais simplement ce qui me ressemble, ce qui me plaît et surtout ce qui m'amuse. Peut-être que le fait de pratiquer cet art par pure passion se ressent et donne envie de me suivre, qui sait ?

**Quel est ton meilleur souvenir ?**

Je n'ai pas vraiment de meilleurs souvenirs mais plutôt des expériences enrichissantes : bosser à la Fashion Week ou créer des press-on nails hyper extravagants pour une marque !

Qu'est-ce qui te stimule le plus dans ton métier ?

Pour moi, le plus stimulant c'est quand on me demande une construction chablon XXL ou un nail art de fou (ou les deux pourquoi pas) ! C'est vraiment ma came. J'aime aussi beaucoup bosser pour des événements concrets comme des shootings ou des clips !

Quelle est ta pose préférée ?

Dernièrement j'ai fait une pose inspirée d'un artiste Instagram (@jackijokoester) et j'ai adoré faire ce set. J'étais contente de moi parce que c'était que du dessin à main levée et c'était vraiment un défi !

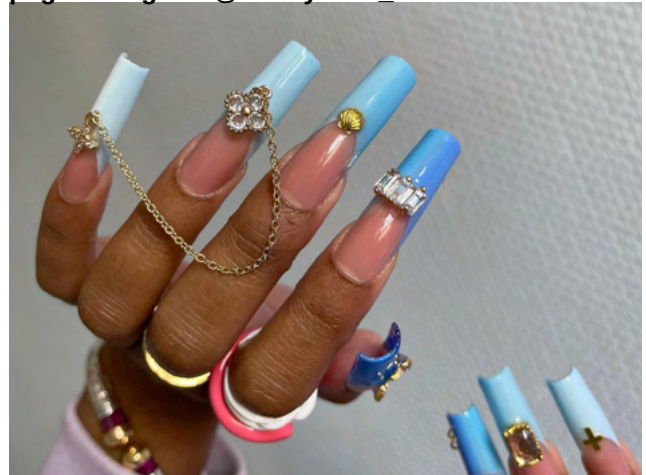
Peux-tu nous parler des Freaky Workshop ?

Les Freaky Workshop, ce sont des ateliers en ligne et en live que je propose deux fois par mois environ. Les thématiques sont variées : soit des modules nail art, soit des modules plus techniques sur le chablon ou le Gel-X. Ça permet de suivre une mini formation à distance et de poser pleins de questions. C'est un complément d'information à mon sens.

Peux-tu nous parler des press on nails que tu proposes ?

Concernant mes press-on nails, c'est uniquement sur-mesure ! Ce sont des kits de faux-ongles à poser soi-même, que l'on peut même réutiliser. Selon la méthode de pose choisie, on peut les garder d'un jour à plusieurs semaines. Je propose plusieurs techniques pour avoir les dimensions de ses ongles et ensuite on peut tout me demander niveau design !

Retrouvez les prestations de Mélanie sur sa page Instagram [@freakynails](#)



ECRIT PAR LESLY NZOLA

MERVEILLEUSE ZAM, L'ILLUSTRÉ DU MÉTIER D'AIDE SOIGNANTE

Les métiers du médical sont riches en événements hors du commun qui ponctuent le quotidien du personnel soignant et on ne s'imagine sans doute pas à quel point ! A travers ses illustrations teintées d'humour, Merveilleuse Zam nous dévoile chaque semaine les coulisses de son métier. Entre interactions entre collègues et patients aux caractères bien trempés, c'est un univers médical haut en couleurs que l'on découvre à travers ses yeux d'illustratrice. Elle revient pour nous sur son parcours et ses motivations et c'est un véritable plaisir d'en apprendre plus sur l'artiste.

Pouvez-vous vous présenter à nos lectrices ?

Bonjour à toutes, je suis Merveilleuse Zam, aide-soignante la nuit, et illustratrice le jour !

Comment êtes-vous devenue aide-soignante ?

Initialement, j'ai commencé en 2011 une formation d'infirmière qui ne me correspondait absolument pas. J'ai obtenu mon diplôme d'aide-soignante lors de ma première année. J'ai toujours été attirée par le métier du soin mais je ne connaissais pas du tout la profession d'aide-soignante. Si je m'étais mieux renseignée, je me serais sans hésitation présentée au concours de l'IFAS (Instituts de Formation d'Aides-Soignants) plutôt que celui de l'IFSI (Institut de Formation en Soins Infirmiers). J'ai eu un parcours assez difficile, pas à l'école mais avec les stages (je parle de mon expérience via mes illustrations), et c'est pourquoi je n'ai pas souhaité continuer la formation infirmière. Sans aucuns regrets ! Je suis aide-soignante depuis 2012 maintenant, et je suis très épanouie dans mon métier.

Comment avez-vous commencé à illustrer ?

Je dessine depuis mon plus jeune âge, et c'est une passion qui ne m'a jamais quittée. J'ai lancé mon premier blog en 2016 (il n'est plus actif maintenant), dans lequel je mélangeais mes anecdotes de la vie quotidienne et les histoires de l'hôpital. J'ai ouvert mes pages Facebook et Instagram (Merveilleuse Zam et merveilleuse.zam) également dans le courant de l'année 2016.

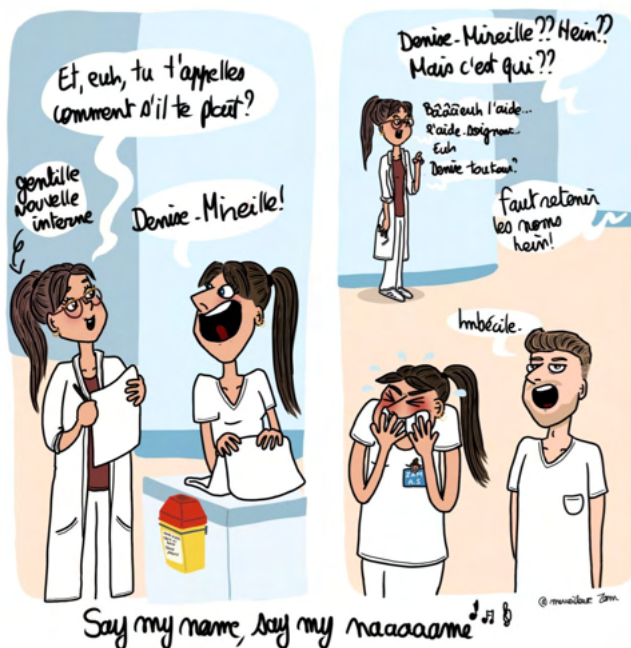


Recevez-vous des commandes ou illustrez-vous uniquement à titre personnel ?

Oui, je reçois des commandes. N'hésitez pas à venir me contacter d'ailleurs !

Comment vous organisez-vous entre votre métier d'aide-soignante et votre activité d'illustratrice ?

J'ai un allié non négligeable : mon agenda ! C'est grâce à lui que j'arrive à organiser mes journées de manière construite. Je tiens à rester régulière dans mes illustrations, et j'ai un objectif d'au moins une illustration par semaine. J'ai la chance d'être suivie par des lecteurs fidèles, présents depuis mes débuts, et j'aime cette idée de les faire sourire avec mes histoires (toutes authentiques par ailleurs). Pour vous donner une idée d'une journée-type : si je travaille de nuit, je vais, le lendemain, me lever vers 14h ou 15h. Je prends un petit-déjeuner, et je travaille deux heures sur un dessin (blog ou commande). Je pars ensuite faire du sport deux heures, et je rentre ensuite dessiner encore deux heures ou lire. Le lendemain, je me lève tôt et je travaille environ quatre heures sur l'illustration. Je planifie mes commandes afin de ne pas prendre de retard, et j'en profite aussi pour me former à d'autres techniques d'illustration (peinture, collages, crayon, etc.).



Je passe ensuite le reste de ma journée à mes autres activités, et voir aussi mes amis. Ils sont très importants pour moi et j'apprécie leur regard juste sur mon travail, surtout lorsque je tente une blague pouvant être incompréhensible. Les journées sont assez chronométrées, mais c'est aussi ce qui me plaît dans ces deux métiers !

Vos illustrations influencent-elles votre regard sur votre métier ?

C'est plutôt mon métier qui influence mes illustrations !

Recevez-vous des retours d'autres aide-soignant(e)s qui se reconnaissent dans vos illustrations ?

Oui, et je suis toujours heureuse d'échanger avec ces collègues virtuels sur leur ressenti. Certains me proposent des anecdotes très drôles que je mets ensuite en situation avec leur accord. D'autres me confient des moments plus durs dans leur service, et je suis contente de pouvoir les reconforter, même virtuellement.

Qu'est-ce qui fait votre singularité en tant qu'artiste ?

Je pense que l'authenticité de mes histoires est ce qui fait la force de mes illustrations. J'ai une personnalité un peu folle qui transparait assez naturellement je pense aussi dans mes dessins.

Comment faites-vous pour booster votre créativité ? Avez-vous des petites histoires en réserve ?

Je note systématiquement les idées qui me passent par la tête, soit sur mon téléphone, soit sur un carnet. Il n'y a rien de pire qu'une fuite d'idées !

Cela génère une grande frustration chez moi, qui a pour risque de se solder par le fameux syndrome de la page blanche. Ce système me permet d'avoir effectivement des histoires en réserve. Lorsque j'ai une idée, j'arrive globalement assez rapidement à la mettre en page. Lorsque je passe trop de temps sur une illustration et que cela n'avance pas, je sors faire du sport ou une autre activité pour m'aérer l'esprit. C'est une méthode qui fonctionne assez bien, et si cela n'est pas le cas : je ne m'acharne pas. Il n'y a rien de pire qu'un dessin bâclé ou terminé sans enthousiasme.

Quelle partie de votre activité d'illustratrice vous plaît le plus ?

J'aime le fait d'avoir à gérer un planning assez complet, comme expliqué plus haut ; mes journées sont ainsi bien structurées, et cela est très enrichissant d'un point de vue personnel. Lorsque je dessine, j'aime écouter des podcasts et émissions ; je découvre grâce à cela des idées de lectures ou expositions à aller voir. C'est un rythme plus lent et calme qu'à l'hôpital, avec moins de brouhaha, et qui est très appréciable.

Où vous voyez-vous dans 5 ans ? Un livre sur les aventures de Merveilleuse Zam ?

Je serai toujours à Bordeaux, j'aime énormément cette ville. J'ai envie de faire évoluer mes différentes pages, proposer mes dessins avec les techniques de peintures que je suis en train d'apprendre, et faire à long terme de l'animation. Pour le livre, plusieurs lecteurs m'ont posé la question, alors pourquoi pas ?

Retrouvez les aventures de Merveilleuse Zam à travers sa page Instagram @merveilleuse.zam



ECRIT PAR PAUL ELIA



**EN ROUTE POUR LE
BÉNIN AVEC MARINE**



EN ROUTE POUR LE BÉNIN AVEC MARINE

Pays francophone situé à l'Ouest de l'Afrique, le Bénin, anciennement connu sous le nom de République (ou Royaume) du Dahomey, suscite la curiosité des voyageurs en quête de destinations inhabituelles. Sa population constituée de plus de quarante ethnies offre au Bénin un des patrimoines culturels les plus riches d'Afrique, avec des traditions très variées, toutes plus marquantes les unes que les autres. Pour cette quatrième édition du DMA Magazine, nous nous sommes entretenu avec Marine L., jeune française installée dans le pays depuis maintenant deux ans. Cette description du pays où il fait bon vivre nous plonge en immersion totale. De quoi envisager Cotonou comme prochain lieu de vacances, voire pourquoi pas, y poser ses valises... pour une durée indéterminée.

Peux-tu te présenter à nos lectrices ?

Je m'appelle Marine et j'ai 27 ans. Je suis d'origine guadeloupéenne et martiniquaise. Depuis deux ans, je vis à Cotonou, qui est la capitale du Bénin. J'évolue sur les réseaux sociaux sous le nom de @uneantillaisequelquepart, où je partage mes aventures en Afrique de l'Ouest. A côté de ça, je gère le podcast Pavé de Bonnes Intentions, dont je suis la fondatrice et le projet d'agence Dékolaj dont je suis la cofondatrice.

Quelle est ton activité au Bénin ? As-tu trouvé ton emploi et ton logement facilement ?

La journée, officiellement, je travaille en tant que Business Developer au sein d'une multinationale Française, poste auquel j'ai pu accéder via le programme Volontariat International en Entreprise (V.I.E), mis en place par le Ministère de l'Europe et des Affaires Etrangères, après l'obtention de mon Master 2 en Ingénierie d'Affaires Internationales. J'étais déjà au Bénin depuis quelques mois lorsque j'ai trouvé mon contrat V.I.E. Il m'a fallu un peu de

patience et de persévérance pour trouver cette opportunité. Mon logement est pris en charge par mon entreprise d'accueil, c'est un avantage non négligeable. Je l'ai trouvé moi-même cela-dit. Trouver un logement au Bénin est plus ou moins difficile selon vos critères et vos goûts. Il n'y a pas de vérification de dossier comme en France, mais la plus grande difficulté est de ne pas se faire arnaquer par les agents immobiliers (appelés "démarcheurs" ici).

Comment as-tu fait pour t'adapter à la vie sur place ? Était-ce difficile ? Avais-tu des préjugés ?

Au Bénin dans un contexte professionnel, j'ai rapidement été confrontée à plusieurs groupes de personnes, partageant leurs quotidiens avec moi. Très curieuse, j'ai eu l'opportunité de voyager à travers le Bénin. J'étais en couple (avec un non-Béninois) au début de mon aventure et je dois avouer que voyager, même au sein du pays, était central pour nous. L'intégration au Bénin n'a pas été difficile. J'avais déjà eu une activité professionnelle au Burkina Faso en 2017, dont j'étais sortie grandie.

Durant cette expérience, j'ai appris à avoir le moins de préjugés possible. Mais je dois être honnête, j'avais souvent entendu avant ça qu'il était très dur de travailler avec des Béninois. J'avais donc cette appréhension.

Que tires-tu de positif de ton déménagement au Bénin ?

J'aime l'aventure. Ce déménagement m'a permis, encore une fois, de sortir de ma zone de confort, d'apprendre toujours plus sur les autres et sur moi. C'était aussi l'opportunité de me libérer de la pression d'une réussite définie par l'environnement au sein duquel j'ai évolué en France. J'ai toujours voulu explorer de nouveaux horizons, en accord avec celle que je suis ou que je m'autorise à devenir.

Quelles activités y recommandes-tu ?

Je recommande de prendre le temps de voyager à l'intérieur des terres. La route vers le Nord offre une multitude de paysages à couper le souffle. N'hésitez pas à faire un arrêt à l'Ecoferme Maktub chez Armand à Dassa, ville où vous pourrez faire de magnifiques randonnées. Si c'est autorisé, allez faire un safari au Parc de la Pendjari. Vous y passerez une nuit inoubliable au Pendjari Lodge. N'hésitez pas également à vous rendre dans quelques restaurants sur la Route des Pêches, au bord de la plage, à Cotonou ou à y faire du sport le dimanche matin très tôt. Ouidah est également à visiter, mais il y a des travaux en ce moment. Aussi, je déconseille de venir durant la saison des pluies.



Quels plats recommandes-tu ?

Je recommande d'essayer la street food (dokô, igname frit, porc au four, tchachenga...). L'igname pilé est aussi un must have ! Pour un bon igname pilé, allez au maquis "Le Palais de l'igname pilé" à Cotonou. Sinon, vous pouvez tenter le restaurant La Savane, qui propose à la carte plusieurs plats locaux.



Igname frit



Igname pilé

Qu'est-ce qui fait la force du Bénin selon toi ?

La force du Bénin est sans conteste le dynamisme économique sur place depuis quelques années. De nombreuses initiatives et projets se développent et participent à moderniser le pays. Je rajouterai qu'on découvre tous les jours de nouveaux paysages. C'est extrêmement ressourçant.

Un conseil pour les personnes qui souhaitent s'installer au Bénin ?

Venez avec un projet, cela vous forcera à vous informer à minima avant de venir mais également de vous intégrer sur place. Les informations ne sont pas toujours facile à trouver donc vous n'aurez d'autres choix que d'aller sur le terrain, poser des questions, vous faire des connexions. C'est vraiment le meilleur moyen de se construire un monde ici. Je conseillerais également de ne pas venir avec des préjugés ou des idéaux. Prenez l'aventure comme elle vient et ne vous découragez pas face aux déconvenues.

Peux-tu nous parler de Dekolaj Agency ?

Je travaille sur ce projet avec une autre Antillaise rencontrée à Cotonou. Le principe de Dékolaj est de faire découvrir, sur le continent Africain, les cultures authentiques des Antilles. Nous sommes parties du constat qu'il est primordial de créer des ponts entre nos communautés africaines et caribéennes. Autour de plusieurs produits, services et événements que nous organisons en ce moment, nous espérons participer à construire ces ponts.

Retrouvez Marine sur son compte Instagram @uneantillaisequelquepart où elle partage ses activités au Bénin.

ECRIT PAR LESLY NZOLA

HERSTYLES

www.herstyle.co.uk





**DANS LES COULISSES DU MÉTIER DE
MAKEUP ARTIST : RENCONTRE AVEC NEHSSI**



DANS LES COULISSES DU MÉTIER DE MAKEUP ARTIST : RENCONTRE AVEC NEHSSI

A l'occasion de ce quatrième numéro du DMA Magazine, nous vous emmenons à la découverte de Nehssi, maquilleuse française à la tête de la marque de faux-cils nommée "Faces". Si vous ne la connaissez pas encore, c'est le moment de faire un tour sur sa page Instagram @nehssi et de craquer pour les looks qu'elle propose, tant sur ses sublimes clientes que sur elle-même. Si son coup de pinceau ne laisse pas de marbre, c'est pour ce teint frais qu'elle sait si bien mettre en valeur que nous avons un véritable coup de cœur.

Peux-tu te présenter à nos lectrices ?

Bonjour, je m'appelle Noémie, surnommée Nehssi. J'ai grandi en région parisienne et plus particulièrement en Seine-et-Marne. Je suis maquilleuse professionnelle et aussi loin que je me souviens, j'ai toujours baigné dans l'univers de la beauté. Quand j'étais petite, ma mère était coiffeuse et cuisinière, du coup après l'école je devais souvent la rejoindre à son travail et je touchais à tout dans le salon de coiffure. J'adorais y passer du temps, j'étais vraiment curieuse et fascinée par les mises en beauté. A côté de ça, je m'imaginai faire un tout autre métier : plus jeune je souhaitais être architecte. J'aimais le dessin, les formes et tout ce qui s'ensuit. Finalement je suis maquilleuse, un autre métier artistique et artisanal, bien que dans un tout autre domaine.

Comment as-tu commencé le maquillage ?

J'ai commencé ma carrière de maquilleuse professionnelle en étudiant en 2012 dans une école d'Esthétique – Cosmétique et Parfumerie. De 2014 à 2018, j'ai parfait mon expérience en travaillant au sein de différentes grandes marques professionnelles de cosmétiques. Cela m'a poussé à proposer des prestations sur mesure, j'ai donc décidé de me mettre à mon compte ;

c'est à ce moment-là que j'ai créé Nehssi Makeup Artist.

As-tu rencontré des difficultés dans ta carrière ? Si oui, comment les as-tu surmontées ?

J'ai en effet rencontré quelques difficultés, notamment pour tenir mon carnet clients. Je m'efforçais de faire des promotions sur les prestations que je proposais, mais la plus grande difficulté que j'ai eu à surmonter, ça a été la période du Covid 19. J'ai dû tout arrêter, je ne vivais plus que sur mes économies étant donné que ça nous est tombé dessus d'un coup et que je n'avais pas pensé à mettre plus de côté. Heureusement que l'Etat français a décidé de mettre en place une aide pour les entrepreneurs, ce qui m'a permis de me relever un peu.

Qui sont tes clientes ?

Il y a tous types de femmes parmi mes clientes : des mariées, des modèles pour des séances photo, mais aussi des personnes qui souhaitent se faire maquiller pour des événements. En plus de cela, j'ai eu la chance de pouvoir travailler avec des célébrités comme Aya Nakamura, ou Bamby et quelques personnalités connues comme Didi Stone Olomide.

MAKEUP





Quel est ton meilleur souvenir en tant que maquilleuse ?

Mon meilleur souvenir... Plutôt MES meilleurs souvenirs : il y en a tellement que n'en citer qu'un seul serait difficile pour moi. Je prends énormément de plaisir à réaliser chacune de mes prestations ! Pour répondre à votre question, je dirais que le meilleur reste d'avoir pu maquiller des célébrités. Ce sont des expériences incroyables qui m'ont permis de gagner en notoriété et j'espère que ce genre d'opportunités se représenteront dans le futur.

Quelles sont selon toi les qualités nécessaires pour être un bon maquilleur ?

Je pense qu'il est primordial de soigner sa technique et avoir sa touche personnelle qui permettra de dissocier son travail de celui des autres.

Dirais-tu que c'est un métier à forte concurrence ? Si oui, est-ce bon enfant ou est-ce une concurrence plutôt sérieuse ?

Le métier de maquilleur / maquilleuse est un métier où il y a une forte concurrence bien que pour ma part, je n'estime être en concurrence avec personne. Je pense que tout le monde doit "manger", tout le monde peut être maquilleur si le travail est bien fait.

Qu'est-ce qui te permet de te démarquer face aux autres maquilleurs et maquilleuses ?

Je dirais que c'est ma personnalité et ma technique de maquillage.

Quel conseil aurais-tu aimé recevoir quand tu commençais dans le maquillage ?

Je pense que j'aurais aimé qu'on me dise que le monde de la beauté n'est pas un monde facile mais qu'il ne faut pas baisser les bras. Il faut avant tout se fixer un objectif pour réussir.



ECRIT PAR KAREN MIBENGE



5 LOOKS DE FÊTES INSPIRÉS D'ADJINAYA

Plus que le reste de l'année, les fêtes sont l'occasion de sortir le grand jeu. Vous avez enfin trouvé la coiffure et la tenue qui vous permettront d'en mettre plein la vue à vos copines ? Pour ce qui est du maquillage, faites-nous confiance ! Voici cinq looks de folie inspirés d'Adjinaya, la talentueuse maquilleuse. Retrouvez tous ces looks sur ses pages Instagram @adjinaya et @adjinaya_makeupstudio.

ECRIT PAR **KAREN MIBENGE**



#1 GRAPHIC LINER & RED LIPS

Indémorable, intemporel et infaillible... Le rouge est LA couleur de la féminité. On aime cette teinte qui vous ira, peu importe votre carnation. Accompagnez-le d'un trait d'eyeliner graphique noir et d'une paire de faux-cils et la fête peut enfin commencer. Shoppez votre rouge à lèvres rouge mate Dreyma Cosmetics sur www.dreymacosmetics.com
Référence : **Boss Lady**

#2 LE LOOK CHAMPAGNE

Qui a dit que les looks simples étaient ennuyeux ? On A-DORE ce look à la fois frais et chaleureux. Ce qui nous plaît le plus ? Ce fard champagne idéal pour les fêtes de fin d'année. Un maquillage sophistiqué qu'on aurait envie de reproduire chaque jour de l'année pour mettre des paillettes dans nos vies.



#3 LE CLASSIC SMOKY EYE

L'oeil charbonneux pour un regard de braise : le smoky eye est LE look de soirée par excellence ! On l'accompagne d'un teint réchauffé pour l'effet "bonne mine" malgré le froid de l'hiver et d'une bouche nude assez discrète. Ici, ce sont les yeux qui parlent. Pour les lèvres, shoppez le gloss nude de Dreyma Cosmetics référence : **NOT MY TYPE** sur www.dreymacosmetics.com



#4 LE SMOKY EYE REVISITÉ

Le vert est LA couleur de cet hiver. Ici, on l'utilise pour décliner le classique smoky eye noir, pour apporter une touche d'originalité. Pour aller encore plus loin, on souligne le regard d'un fard à paupières violet. Coloré et festif à souhait !



#5 LE ARTY QUADRUPLE LINER

Cette année, on sort le grand jeu. Pas 1, ni 2, ni 3, mais 4 eyeliner colorés, le tout accompagné de fard à paupières nacré et de pigments pailletés. Inutile de préciser que c'est le look parfait pour accompagner une tenue que vous jugerez un peu trop simple. Autant vous prévenir que tous les regards seront braqués sur vous !



FASHION CHRONICLES : LE MÉTIER D'HABILLEUSE

Fashion Chronicles est votre nouvelle rubrique consacrée à la découverte des métiers de la mode. Dans ce quatrième numéro du DMA Magazine, nous rencontrons Marilyn, habilleuse depuis maintenant huit ans. Véritables petites fourmis en backstage, les habilleuses apportent la dernière pièce du puzzle qui permet au défilé d'être à l'image de son créateur. Un travail plein de pression mais aussi de passion, que Marilyn nous a présenté au cours de cette entrevue.

Peux-tu te présenter à nos lectrices ?

Bonjour à toutes, je m'appelle Marilyn, je suis issue d'un métissage indo-antillais et je suis née en Guadeloupe. J'ai grandi entre la Guadeloupe et la Martinique, puis j'ai déménagé en métropole, où j'ai vécu dans les Hauts-de-Seine. Côté études, j'ai connu un parcours scolaire un peu compliqué puisque j'ai commencé un cursus "stylisme-modélisme" pendant un an car j'avais de très bonnes notes en dessin. Finalement, je ne me plaisais pas à la couture, bien que le dessin me plaisait beaucoup. J'ai ensuite été réorientée vers des études de comptabilité.

Peux-tu nous en dire plus sur ton parcours professionnel ?

Suite à mon cursus en comptabilité, j'ai essentiellement travaillé pour des organismes bancaires, mais également dans l'assurance et ce, pendant quinze ans. En 2007, j'ai décidé de m'installer en Angleterre pour deux ans, afin de perfectionner mon anglais. J'ai fait le choix de ne pas emménager à Londres pour ne pas être tentée d'y rencontrer des français et donc de parler français. En 2014, une amie bookeuse travaillait pour des agences d'événementiel et m'a proposé de travailler le weekend pour la maison Chanel. C'était ma première expérience dans la mode

et ça fait maintenant huit ans que je travaille en tant qu'habilleuse.

En quoi consiste ton métier ?

Je suis responsable de l'habillement des mannequins au cours des défilés. Mes journées commencent généralement très tôt : à cinq heures du matin pour être précise. Arrivé sur le lieu du défilé, mon équipe et moi-même procédons à l'organisation du dressing avec l'appui de la maison de couture : nous mettons en place les accessoires, les vêtements et les souliers. Il faut pour cela prendre connaissance du look board avec les ordres de passage des mannequins.

Quelles sont les qualifications requises ?

Je suis souvent amenée à gérer des équipes constituées d'étudiantes en école de mode, de couture ou encore en école du luxe. La plupart du temps, nous avons à faire à des collaborateurs étrangers qui ne parlent pas français. La maîtrise de l'anglais est donc un impératif au métier d'habilleuse.

Quelle est ta journée type ?

En général, je suis bookée deux à trois semaines avant le commencement de la Fashion Week.



Ensuite, la course commence dans les quatre coins de Paris : petite couture chez Balmain, habillage chez Vuitton et répétition chez Chanel... Le tout dans la même matinée.

Dans quel cadre intervien-tu ?

Je travaille principalement pour les défilés de mode, les tournages de pub, les courts et longs métrages. Je travaille aussi sur les shootings en post production pour le e-commerce. Récemment, j'ai eu la chance de travailler pour Undiz, Comptoir des cotonniers et la gamme de luxe des Galeries Lafayette.

Qu'aimes-tu le plus dans ton métier ?

Ce que j'apprécie le plus, c'est le fait de pouvoir rencontrer des personnes de tous les horizons. Travailler dans le rush et aller dans de beaux endroits est une belle source de motivation. Je pense que ce que j'aime par-dessus tout, c'est tout le côté artistique dans les backstage : la créativité, la mise en place des défilés, la logistique, bref le gros travail que tout le monde ne voit pas. Avoir la sensation de participer à de gros projets est vraiment excitant !

Comment gères-tu le stress avant un défilé ?

Honnêtement, je pense qu'il n'y a pas de remède ! Je regarde beaucoup de vidéos d'anciennes Fashion Week sur Youtube, afin de me remettre dans le bain avant la saison des défilés. Pour me préparer physiquement, je bois beaucoup d'eau pour aider mon corps à supporter les longues journées qui m'attendent et être au maximum de ma forme.

Ton meilleur souvenir de la Fashion Week ?

En huit ans d'activité, je peux vous assurer que j'en ai un paquet ! En y réfléchissant bien, je peux dire que l'un de mes meilleurs souvenirs remonte à mes débuts, quand j'ai eu la chance de rencontrer Imaan

Hammam, Ashley Graham ou encore Cindy Bruna. Rencontrer Travis Scott a également été une expérience que j'ai adoré ! Je me souviens que nous devions l'habiller pour la collaboration entre Supreme et Louis Vuitton. Maintenant que j'y pense, ma plus belle expérience dans ce métier a sans aucun doute été chez Li-Ning. Ce jour-là il y avait Jackie Chan et j'ai à peine eu le temps de me remettre de mes émotions que Gabriel Union s'est arrêté devant moi et m'a dit : "Nice to meet you girl ! How are you ?" Wow ! Je peux vous dire que j'ai adoré cette journée !

Comment se démarquer des autres habilleuses ?

Pour faire la différence, je dirais qu'il faut savoir anticiper les urgences et les différentes demandes des modèles, qui peuvent parfois être très singulières. Il faut être vrai et sociable car la Fashion Week se termine souvent à Paris, donc les modèles sont fatigués. Il faut être bienveillant. La concurrence est très prononcée... En général, les gens sont très souvent loin de s'imaginer l'univers du backstage !

Est-ce difficile de se constituer un réseau ?

C'est vrai que se constituer un réseau est plutôt compliqué car on est constamment surveillé dans notre travail et puis la mode reste une industrie très fermée. Pour être booké régulièrement, il faut être inscrit dans les agences de mode et d'événementiel qui détiennent le portefeuille de l'industrie de la mode. Pour ma part, je travaille en agence depuis huit ans. Depuis octobre 2021, j'ai décidé de me lancer en freelance.

Pour tous besoins d'habilleuse, de coordinatrice de défilés, de gestion d'équipe d'habillage, de répétition de défilés ou de coaching sur les mannequins, Marilyn est joignable par email à l'adresse suivante : seveurm@yahoo.fr.



ECRIT PAR AUDREY BOPE



MUANA MAMA, LE COMPTE INSTAGRAM QUI CONNECTE LES MAMANS ET LES FUTURES MAMANS

Victoria Diama est une jeune femme de 26 ans, chargée de recrutement. En devenant mère, elle a ouvert son blog en ligne où elle parle de maternité et partage son expérience avec des mamans et futures mamans. Aujourd'hui, elle nous en dit plus sur son compte Instagram @muana.mama20 (qui veut dire "enfant et maman" en lingala) et partage avec nous sa préparation pour le plus beau voyage de sa vie.

J'ai décidé de créer ma page Instagram @muana.mama20 pendant ma grossesse en Octobre 2019 car j'avais pour but de créer un "safe place" dédié aux femmes et plus particulièrement aux mamans. J'avais dans l'idée de créer une page Instagram sur laquelle on pourrait échanger à propos de nos expériences, qu'elles soient bonnes ou mauvaises. En bref, un lieu où l'on pourrait s'écouter, se conseiller et ce, sans jamais se juger les unes et les autres ! Dessus, je parle bien évidemment de mon expérience de la grossesse et de ce qui s'ensuit. Je donne des astuces concernant bébé (l'entretien de la peau, le sommeil, les repas, le développement de la parole, les premiers pas... Bref son apprentissage en général) et je dois vous avouer que je raconte aussi beaucoup ma vie. Et oui, je suis comme ça !

J'adore parler et partager des moments avec les mamans, les futures mamans, les tatas, les nièces et toutes les personnes qui seront amenées à s'occuper d'un bébé. Je vous invite à me suivre pour pouvoir profiter d'un contenu jeune, créé par nous et pour nous dans un cadre extrêmement bienveillant et interactif ! Pour commencer les filles, je pense que 85% d'entre nous avons peur de l'accouchement avant même d'être enceinte. Soyons honnêtes ! Quand on y pense, on ne sait pas de quoi on a peur exactement mais une chose est sûre c'est que penser à l'étape de l'accouchement n'est pas du tout rassurant ! Notre imagination prend le contrôle, on anticipe la douleur des contractions, la sortie du bébé et plein d'autres choses bien peu agréables. Dans l'idéal j'aimerais vous dire ceci : "Les filles, n'y pensez pas !



Vous n'y êtes pas encore !". Mais au fond, c'est humain de se poser des questions. Plutôt que de vous dissuader de stresser, je vais vous donner quelques trucs et astuces qui m'ont aidée pendant le travail (plus communément appelé "accouchement"). Je dois vous avouer que je me suis préparée à mon accouchement pendant huit mois. J'étais obsédée par ça et je n'avais qu'un seul but en tête : accoucher sans péridurale. Tout a commencé par une bonne préparation mentale. J'ai commencé à y penser petit à petit, à me poser des questions sur le déroulé, sur ma capacité à accoucher naturellement et par voie basse... Toutes sortes de questions me venaient en tête et c'est là que j'ai décidé d'y aller par étapes. Dans un premier temps, j'ai noté toutes mes peurs, puis je me suis donné des petits mots d'encouragement. Des milliers de femmes donnent la vie chaque jour alors pourquoi pas moi ? Puis est venu le moment où j'ai décidé de me débarrasser de ces bouts de papier qui contenaient mes questionnements et mes inquiétudes, comme pour marquer la fin d'une période d'incertitudes. Il me restait tout de même des questions en tête et c'est ainsi que j'ai commencé à regarder des émissions telles que "Les maternelles », une émission diffusée sur France 5 que vous pourrez retrouver facilement sur YouTube. J'ai ensuite commencé à poser des questions aux femmes de mon entourage qui avaient déjà accouché, toujours dans le but de me rassurer. Plus les mois passaient, plus je commençais à visualiser le jour de l'accouchement de façon concrète. Je suis croyante donc il était important pour moi de réciter des paroles de bénédiction sur mon accouchement, sur ma fille et sur moi-même. C'était la dimension spirituelle qui rentre selon moi dans la préparation mentale !

Après avoir passé des heures à visionner des vidéos, à me renseigner sur Internet et à poser des questions, j'ai décidé de passer à la pratique, à savoir : la préparation physique. Je me suis mise à faire des exercices pour aider à ouvrir le col (de l'utérus) grâce aux ballons et en faisant des squat. J'ai ensuite commencé à suivre des cours de respiration sur internet... Les filles, s'il y a bien une chose que je peux vous assurer, c'est que c'est très important de savoir respirer. Je pense que je ne le répéterai jamais assez, respirer c'est la vie mesdames ! J'ai donc pratiqué ces différents exercices pendant trois semaines et mon accouchement a été parfait ! Je suis arrivée à 20h30 et j'ai accouché à 00h05 : mon travail à durée moins de quatre heures en tout ! Je m'étais fixé pour objectif d'accoucher sans péridurale, petit challenge personnel que j'ai réussi à atteindre. Je tiens à préciser que ma grossesse s'était extrêmement bien passée et que j'avais eu l'aval des sages-femmes à l'hôpital. L'accouchement c'est quelque chose de très sérieux, il faut toujours prioriser sa santé et celle de son bébé !

Si vous êtes maman, future maman ou êtes tout simplement intéressée par l'univers des bébés, retrouvez les conseils de Victoria sur son compte Instagram @muana.mama20.



ECRIT PAR VICTORIA DIAMA

DMA

LA SÉLECTION DE LA REDAC

BY DREYMA

4 CHAINES YOUTUBE À SUIVRE ABSOLUMENT

par Audrey BOPE

Les vacances d'hiver viennent tout juste de débuter pour les plus chanceuses d'entre vous et pour les autres, il y a les week-end. Nous vous avons concocté une sélection de livres, de films et de chaînes Youtube à découvrir absolument pour occuper vos après-midi ou vos soirées lorsqu'il fait trop froid pour sortir. On vous conseille de vous procurer une part de tarte et un chocolat chaud, de vous installer confortablement et d'apprécier ce que nous avons à vous proposer. Vous nous remercirez plus tard !



Aminata Ndiaye Business

Une chaîne Youtube qui permet de s'instruire notamment en découvrant les business model d'entreprises africaines à succès. Des analyses pertinentes, une source d'inspiration pour les entrepreneurs en activité et un moyen de découvrir les clés du business en Afrique. Aminata et également d'excellents conseils pour celles et ceux qui souhaitent se mettre à leurs comptes et créer leurs entreprises.



Liv

Si vous êtes passionnée de faits divers et d'histoires policières, c'est la chaîne qu'il vous faut ! Liv a l'art et la manière de relater les histoires les plus glauques et les plus angoissantes. On vous déconseille tout de même de regarder ses vidéos avant de dormir... Le cauchemar est assuré !



Music Feelings TV

Si ce n'est pas encore le cas, c'est le moment pour vous de faire connaissance avec la chaîne de Steevy, "Music Feelings TV". Pour en savoir plus sur les rouages de l'industrie musicale et découvrir chaque dimanche une analyse poussée des carrières de vos artistes préférés.



Chez Monsieur K

Monsieur K reçoit des invités qui acceptent de se prêter au jeu et se livrent sur certains traumatismes qui ont marqué leurs vies. Un entretien, presque une thérapie dont on sort grandit. Chaque épisode nous confronte aux réalités de la vie et nous offre une belle leçon de courage et d'humilité.

DMA

LA SÉLECTION DE LA REDAC

BY DREYMA

3 LIVRES À SE PROCURER ABSOLUMENT

par Julie Gorsky



Féminismes & Pop Culture de Jennifer Padjemi, 17 mars 2021, Éditions Stock

La journaliste et autrice Jennifer Padjemi signe son premier livre *Féminismes & Pop Culture* et nous offre une nouvelle approche du féminisme grâce à une vision contemporaine et singulière. Regorgeant d'observations aussi intéressantes que brillantes, elle évoque les liens entre la pop culture et les féminismes en analysant pour nous les images qui nous entourent. L'autrice étudie, décortique et interroge nos rapports avec les objets culturels les plus populaires. Entre les femmes qui ont révolutionné les séries derrière et devant la caméra, les personnes influentes, la place des femmes dans la culture populaire, les marques ou encore les médias, Jennifer Padjemi nous ouvre les yeux sur différentes problématiques liées aux Féminismes, nous apprend davantage sur ce que l'on consomme et questionne le genre, la sexualité et l'intersectionnalité. Une pépite à mettre entre toutes les mains.



Je ne sais pas quoi faire des gentils blancs de Brit Bennett, 2018, Éditions Autrement

À l'origine diffusé sur un blog sous forme d'article après l'acquiescement du policier responsable de la mort de Trayvon Martin et à celui responsable de la mort d'Eric Garner, « Je ne sais pas quoi faire des gentils blancs » devient rapidement viral et évolue en devenant un recueil de neuf essais qui revient sur les fondements du racisme et de ce qu'être noir.e signifie dans l'Amérique de Donald Trump. Hashtag nombriliste, poupées noires, piscines publiques, violences policières ou terrorisme blanc, ce recueil aborde différentes facettes du racisme institutionnalisé. Avec ses textes poignants et percutants, Brit Bennett pointe du doigt certaines situations et illustre ses différents points de vue face à ces violences dans des écrits incisifs et saisissants. Sous l'ère Trump, elle livre ici neuf courts essais intégrant à la fois l'histoire passée, l'histoire présente et celle à venir. Brit Bennett dénonce, analyse et décortique ces injustices avec une plume authentique et pointue.



Luna de Serena Giuliano, 2021, Éditions Robert Laffont

Pour son troisième roman, l'autrice de *Ciao Bella* et *Mamma Maria*, nous invite à la découverte de Naples dans une ode à la ville contrastée, poétique et passionnée. Entre proverbes, légendes et recettes typiques de la région, nous sommes plongés immédiatement dans une atmosphère chaude et accueillante typique du sud de l'Italie. Nous y suivons Luna, une jeune femme retournant dans sa ville natale après la découverte de la maladie de son père. Pour nous accompagner durant le voyage, rien ne vaut de bons personnages. Luna est portée par des femmes fortes et indépendantes à qui l'on s'attache dès les premières pages. L'héroïne peut compter sur la bienveillance de Filomena, la gaieté de Gina ou encore la présence de ses amies Fatima, Alessandra et Francesca. Parce que c'est aussi ça la force de ce roman, les liens infaillibles et l'amitié sans mesure. Luna est une histoire de renaissance, de secrets, d'amitié, de loyauté familiale et de pardon.

DMA

LA SÉLECTION DE LA REDAC

BY DREYMA

4 FILM À VISIONNER SANS PLUS TARDER

par Audrey BOPE



The Invisible Guest (2017), film espagnol

Un film paru en 2017 mais que vous apprécierez même en 2022. Si vous êtes fan de drames, de suspense et surtout de plot twist espagnols, vous allez adorer découvrir cette histoire. S'il y a bien une chose qu'on peut vous assurer, c'est que vous ne vous en lasserez sûrement pas et aurez envie de le visionner plusieurs fois par la suite ! Attention, vous risquez d'être bouche-bée... A retrouver sur Netflix.



La méthode Williams (2021), film américain

Un biopic sur Richard Williams, père des très célèbres sœurs Williams : Vénus et Séréna. L'histoire retrace la vision et l'ambition d'un père qui avait de grands rêves pour ses filles et qui a mis en place les moyens qu'il fallait pour les réaliser. En plus d'être un bel hommage à leur père, ce film des sœurs Williams est une belle leçon de persévérance et un véritable shot de motivation. Actuellement disponible au cinéma.



Christmas Flow (2021), film français

Un film de Noël comme on les aime avec de la musique, du drama et une histoire d'amour. A regarder entre amis et pourquoi pas en famille... Une belle occasion de découvrir les talents d'acteur de TayC dont les capacités de chant ne sont vraiment plus à démontrer ! A retrouver sur Netflix.



Spider-Man : No Way Home (2021), film américain

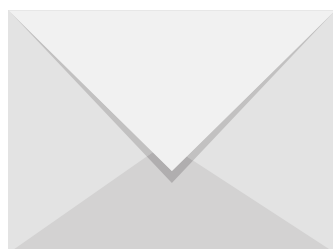
C'est le film dont tout le monde parle en ce moment, à voir sans plus tarder ! Si vous avez aimé les Spider Man interprétés par Tobey Maguire et Andrew Garfield, vous allez sûrement adorer cette version interprétée par Tom Holland aux côtés de la talentueuse Zendaya. Assurez-vous d'être bien en forme car le film dure presque 2h30 et chaque détail compte !

DMA

magazine

BY DREYMA

ON VOUS DONNE LA PAROLE !



Une anecdote à partager ?
Un thème à suggérer ?

contact@dma-magazine.com



*DMA Magazine, le magazine de la
femme moderne.*

RESTONS CONNECTÉS

Retrouvez-nous en ligne



@dma.magazine



www.dma-magazine.com

Psycho • Carrière • Culture • Voyage • Mode

• the must have •



l'essentiel
est entre vos mains



www.essentiel-cosmetique.fr



DREYMA



DREYMA

COSMETICS

www.dreymacosmetics.com