

BEAUFULLY *Time ! ...L'ART D'ÊTRE SOI*

01.

JUIN 2021



**COMMENT SUIVRE LE
CHEMIN DE SA DESTINÉE ?**

LE CONTENU:



COMMENT SUIVRE LE CHEMIN DE SA DESTINÉE ?

- 04.** **PRÉSENTATION... BEAUFULLY TIME!**
Tout sur le nouveau magazine numérique Beaufully Time
- 06.** **COMMENT SUIVRE LE CHEMIN DE SA DESTINÉE ?**
Sujet de la première édition 2021
- 08.** **RENCONTRE AVEC L'ÉDITRICE**
Présentation de la fondatrice de Beaufully Time
- 10.** **SAVOIR, SAVOURER, SUBLIMER EN 5 ÉTAPES**
Savoir, Savourer, Sublimer
- 12.** **SAVOIR**
Savoir identifier ses peurs
- 14.** **SAVOURER**
Savourer chaque instant
- 16.** **SUBLIMER**
Sublimer chaque passage
- 18.** **S'INSPIRER DES PLANS EXISTANTS**
Entretien avec Aurélie Gauthey et Doria Dacien
- 24.** **S'HABILLER EN CONSÉQUENCE**
Les recommandations de Beaufully Time
- 32.** **NOS CONSEILS LECTURE**
Les recommandations de Beaufully Time



**COMMENT PRENDRE VOTRE
PLACE AU SEIN DE VOTRE
STRUCTURE ?**

**COMMENT ADAPTER VOTRE
RESPONSABILITÉ DANS
VOTRE ENVIRONNEMENT
DE TOUS LES JOURS ?**

COMMENT GARDER LE CAP ?

**COMMENT SE SENTIR À SA
PLACE ?**



**COMMENT REBONDIR
FACE À DIFFÉRENTES
ÉVENTUALITÉS ?**



À propos BEAUFULLY TIME!

Beafully est un magazine 100 % digital destiné aux femmes et aux hommes en marche vers la réussite, personnelle et professionnelle.

Quelle que soit la pierre que vous décidez de poser, elle contribuera toujours à la construction de la route qui vous mènera vers votre destinée.

Comment ?

Avant de construire une route, il est d'abord primordial de définir la destination, le trajet, les différentes étapes, et, pourquoi pas, les aires de repos.

Vous n'aurez certainement pas tous les détails dès le départ, mais vos choix seront déterminants.

Ce magazine a été créé pour vous accompagner à la réalisation d'un projet. Quel est ce projet ? C'est « l'Art d'être Soi ».

Vous y trouverez des conseils, des méthodes, des lieux à découvrir pour vous amener vers le meilleur de vous-même. Non pas le meilleur de l'autre, mais de vous.

N'est-ce pas là la clé tant convoitée de la réussite ? Mais alors, comment y accéder ?

Suivez-nous, abonnez-vous et découvrez les merveilles de votre vie.

À travers Beafully, nous partageons avec vous des lieux, des rencontres, des échanges d'expériences, des conseils, des méthodes, des activités... Tous les ingrédients y sont préparés, afin de vous concocter la recette pour atteindre le meilleur de vous. Êtes-vous prêts ? Aux fourneaux !

Vous êtes mis à l'honneur dans notre magazine ! Nous vous prenons en main, nous sommes à votre écoute et nous vous conseillons.

Notre souhait est que vous soyez sur la bonne route. Pour cela, nous vous fournirons des indications, des panneaux et des adresses pour que vous puissiez arriver à bon port vers vous, vers la clé pour accomplir vos missions avec aisance.

Votre temps est compté et nous le savons bien. Sous une forme ludique, dynamique, pragmatique et attractive, Beafully vous embarque pendant quelques minutes dans une bulle d'oxygène où vous pourrez respirer librement et à plein poumon.

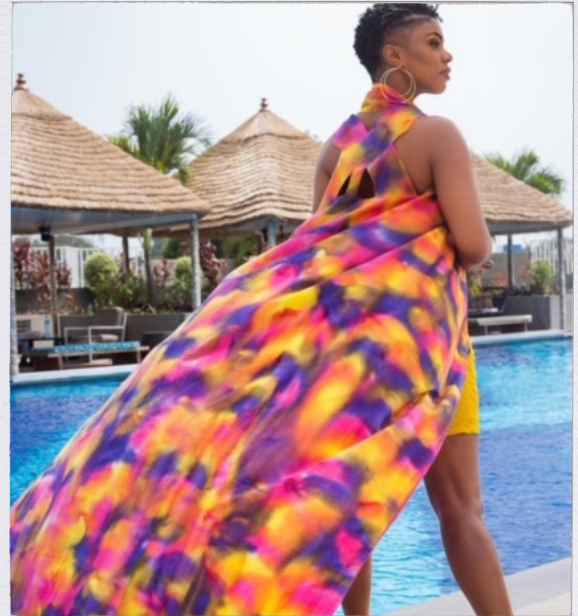
À lire, à écouter ou à regarder, c'est un concept qui s'adapte à chacun. Notre objectif est d'éclairer votre chemin !

SUJET DE LA PREMIÈRE ÉDITION 2021

COMMENT SUIVRE LE CHEMIN DE SA DESTINÉE?

*La vie t'emmène toujours sur le chemin où tu dois être.
Quel que soit celui que tu emprintes, elle te ramène tôt ou tard
à ta source.*





« J'ai libéré toutes mes chaînes lorsque j'ai compris que la vraie liberté, c'est d'aller à la conquête de soi-même. »

RENCONTRE AVEC L'ÉDITRICE

À travers mes différentes expériences professionnelles ou personnelles, ainsi qu'à mes capacités naturelles et acquises, j'ai su m'adapter à chaque contexte, innover, trouver des stratégies, élaborer des méthodes créatives permettant d'atteindre chacun de mes objectifs.

Mon ouverture d'esprit, mon écoute, ma capacité d'analyse, ma curiosité intellectuelle et mon enthousiasme créatif sont mes moteurs au quotidien, pour inspirer les stratégies de positionnement, d'image, de contenu et de conseils.

Ancienne ingénieure d'affaires dans une grande entreprise, je sentais que j'avais quelque chose à partager au plus grand nombre.

Ce quelque chose s'est traduit par la création de l'agence de communication Beaufully, qui m'a amenée à une vraie réflexion sur une communication authentique, comme étant un facteur de réussite

Diplômée en Marketing et Communication des Entreprises, j'ai souhaité apporter une dimension nouvelle à la communication, en l'associant principalement à une identité propre à chacun.

J'ai créé le concept Beaufully, qui se traduit par l'expression « complètement beau ». Cette représentation permet d'accompagner chacun à retrouver sa beauté intérieure et à

l'adapter à l'extérieur.

Pour ma part, passionnée par la beauté humaine et la mode, je mets mon expertise en apportant une approche authentique à la découverte de soi, car mieux se connaître permet d'avoir une vie plus en harmonie avec ce que l'on est au fond de soi.

Beaufully Time vous dévoile vos atouts les plus secrets dans un calme intérieur, afin de vous permettre de profiter au maximum de vous-même, dans un oasis de quiétude.

Des événements qui vous sont destinés, des idées d'escapades, des attractions culturelles.

Toute l'équipe du Beaufully Time et moi-même vous souhaitons un bon voyage vers vous à travers la lecture, des vidéos, des témoignages, et bien d'autres choses encore.

Beaufully Time, le média de l'Art d'être Soi

COMMENT SUIVRE LE CHEMIN DE SA DESTINÉE ?

A stylized, handwritten signature in black ink that reads "Chantal L." with a long horizontal line extending from the end.

Chantal Labonne
Fondatrice du Magazine Beaufully Time

Savoir, Savourer, Sublimier
En 5 Étapes



SAVOIR



SAVOURER



SUBLIMER



Étape 1:

SAVOIR IDENTIFIER SES PEURS

Sur le chemin de sa destinée, il est possible de rencontrer des difficultés, des blocages. Ceux-ci sont souvent issus de croyances limitantes, de manque de confiance en soi ou, plus largement, de peurs. Alors, pour continuer d'avancer, il faut réussir à lever ces barrières qui vous ralentissent.

Quelles sont les peurs qui vous bloquent au point d'étouffer cette graine, cette magnifique fleur qui germe à l'intérieur de vous ? Comment identifier les symptômes qui semblent ternir l'éclat de cette fleur ?

Ils peuvent se caractériser sous plusieurs formes :

La peur de l'échec ? La peur d'être jugé par les autres ? La peur du « dira-t-on » ?

La peur du regard des autres ? La peur d'être rejeté ? La peur d'être seul ? La peur de ne pas être à la hauteur ? La peur de ne pas être aimé ? La peur du manque ?

La liste n'est pas exhaustive.

En d'autres termes, la peur est une conséquence de l'analyse du danger qui vous laisse le choix entre deux possibilités : fuir ou combattre.

En conséquence, il est donc important d'effectuer un vrai travail sur soi pour éliminer l'essentiel du négatif qui nous habite. Partons à la découverte de cette graine, étouffée

par l'invasion de la phobie, de la frustration et qui inhibe son épanouissement.

Dans une optique d'efficacité, il est donc nécessaire d'analyser la couche sous-jacente avant de planter de nouveau la graine.

Si vous désirez que la semence se développe et donne un résultat, alors vous devez l'aider à grandir dans un environnement optimal.

Il est crucial d'être en adéquation avec ses valeurs, sa racine et son écosystème. La fleur porte en elle la parfaite expression de soi, elle donne le meilleur d'elle-même, de son propre potentiel.

Tout changement de vie passe donc par un travail sur soi. Comment l'aborder différemment ?

Commencez par extirper de votre laboratoire intérieur toutes les entraves qui vous empêchent de vous libérer, puis lâchez-vous.

Cette graine qui émane de votre être suscitera les réponses qui surgiront automatiquement à travers vos émotions.

Cette métamorphose vous propulsera vers le haut, pour atteindre votre rayonnement.

La fleur rayonne et parfume la terre.

« Si tu aimes une fleur, ne la cueille pas. Si tu la cueilles, elle meurt et arrête d'être ce que tu aimes. Alors, laisse-la vivre tout simplement », Osho, un penseur indien du XXe siècle.

Étape 2 :

SAVOURER CHAQUE PASSAGE

« Il n'y a point de chemin vers le bonheur. Le bonheur, c'est le chemin. ». Signée Lao-Tseu, le père fondateur du taoïsme, cette citation exprime que, même si la destination est l'objectif final, les véritables leçons sont apprises en chemin.

Chaque jour arrosez vos pensées d'une portion d'eau positive. Créez au présent à travers vos émotions un nouveau passé, où prendra naissance votre futur.

Tentez cette nouvelle expérience au moins 7 jours, puis persévérez jusqu'à atteindre un passé nouveau. Tout au long de ce cheminement, vous serez face à de nouvelles croyances, via lesquelles votre futur se constituera. Entourez-vous des personnes qui vous élèvent et partagent votre bonheur.

Ceux qui vous entourent et qui vous aiment ne peuvent cesser de vous aimer, et ce même si vous commettez une erreur. Tout le monde fait des erreurs et pourtant, nous nous comportons comme si nous étions infaillibles.

Pour réussir à combattre cette faiblesse, il est donc vital d'arrêter de se mentir et être

capable de dire « oui je me suis trompé, et alors ? »

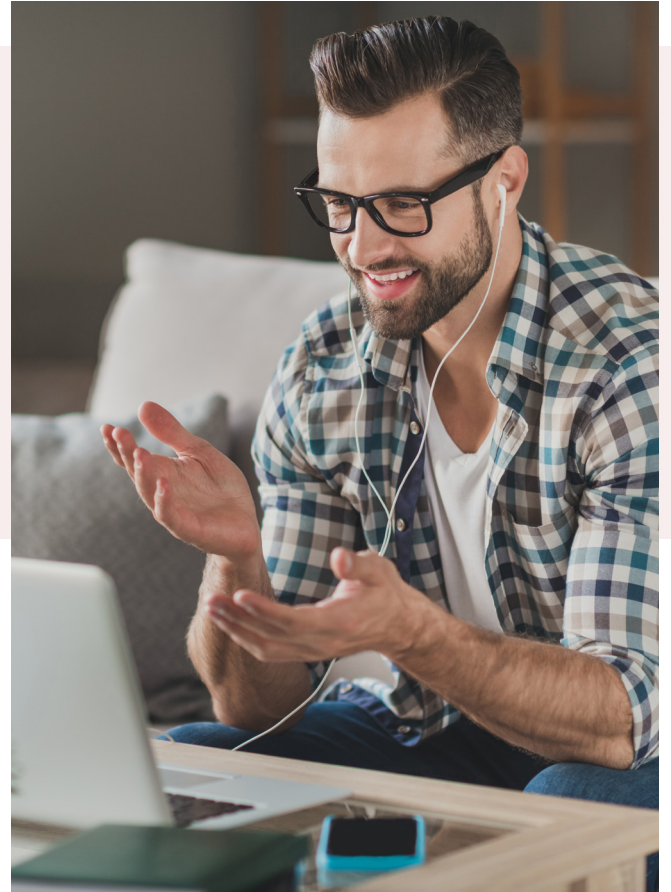
Dites-le à vous-même et à vos proches.

Soyez prudents quant aux conseils que ces derniers vous donneront en faisant référence à vos erreurs passées. Méfiez-vous des pensées sur pied. Non seulement vos pensées se manifestent, mais si toutefois elles s'étaient endormies, les pensées sur pied de nos proches prendront le relais.

Soyez patient, évitez tout jugement sur vous-même. En fin de compte, vivre, c'est aller à l'école tous les jours. Nous apprenons, nous progressons. Certaines fois, il y a des devoirs sur table pour s'assurer que la leçon est bien comprise.

Il y a encore de l'espoir ! En changeant son environnement, une plante moribonde peut reverdir en quelques jours. Il est toujours possible de rebondir et de repartir à neuf, quelles que soient les difficultés de la vie.

Osez vivre la vie que vous avez toujours rêvée, relevez de nouveaux défis. Quel bonheur ce sera de vous voir aussi belle. Ressentez-vous cette joie émotionnelle transpercer votre être tout entier ?





Étape 3 :

SUBLIMER CHAQUE PASSAGE POUR ÉCLAIRER SON CHEMIN

Sur le chemin de sa destinée, il est possible de rencontrer des difficultés, des blocages. Ceux-ci sont souvent issus de croyances limitantes, de manque de confiance en soi ou, plus largement, de peurs. Alors, pour continuer d'avancer, il faut réussir à lever ces barrières qui vous ralentissent.

Quelles sont les peurs qui vous bloquent au point d'étouffer cette graine, cette magnifique fleur qui germe à l'intérieur de vous ? Comment identifier les symptômes qui semblent ternir l'éclat de cette fleur ?

Ils peuvent se caractériser sous plusieurs formes :

La peur de l'échec ? La peur d'être jugé par les autres ? La peur du « dira-t-on » ?

La peur du regard des autres ? La peur d'être rejeté ? La peur d'être seul ? La peur de ne pas être à la hauteur ? La peur de ne pas être aimé ? La peur du manque ?

La liste n'est pas exhaustive.

En d'autres termes, la peur est une conséquence de l'analyse du danger qui vous laisse le choix entre deux possibilités : fuir ou combattre.

En conséquence, il est donc important d'effectuer un vrai travail sur soi pour éliminer l'essentiel du négatif qui nous habite.

Partons à la découverte de cette graine, étouffée

par l'invasion de la phobie, de la frustration et qui inhibe son épanouissement.

Dans une optique d'efficacité, il est donc nécessaire d'analyser la couche sous-jacente avant de planter de nouveau la graine.

Si vous désirez que la semence se développe et donne un résultat, alors vous devez l'aider à grandir dans un environnement optimal.

Il est crucial d'être en adéquation avec ses valeurs, sa racine et son écosystème. La fleur porte en elle la parfaite expression de soi, elle donne le meilleur d'elle-même, de son propre potentiel.

Tout changement de vie passe donc par un travail sur soi. Comment l'aborder différemment ?

Commencez par extirper de votre laboratoire intérieur toutes les entraves qui vous empêchent de vous libérer, puis lâchez-vous.

Cette graine qui émane de votre être suscitera les réponses qui surgiront automatiquement à travers vos émotions.

Cette métamorphose vous propulsera vers le haut, pour atteindre votre rayonnement.

La fleur rayonne et parfume la terre.

« Si tu aimes une fleur, ne la cueille pas. Si tu la cueilles, elle meurt et arrête d'être ce que tu aimes. Alors, laisse-la vivre tout simplement », Osho, un penseur indien du XXe siècle.

« L'authenticité
est quelque chose de
primordial. Il ne
faut pas être qu'une
moitié de soi...

- Aurélie Gautheyox

Étape 4 : **S'INSPIRER DES PLANS EXISTANTS**

Certaines personnes ont parcouru ce chemin semé d'embûches. Et aujourd'hui, elles vivent une vie épanouie. Nous vous en présentons aujourd'hui deux : Aurélie Gauthey et Doria Dacien. Ces deux femmes indépendantes et entrepreneuses partagent une philosophie de vie inspirante. Si chaque personne est unique, s'inspirer de parcours à succès est toujours le bienvenu.

DORIA DACIEN, LA VOIE/VOIX DE L'ENTREPRENEURIAT

Sensible à la vie entrepreneuriale depuis toujours, Doria Dacien a décidé d'accompagner des porteurs de projets avec The Lighthouse Consulting, une société qui mêle accompagnements professionnels et podcasts originaux. Zoom sur son parcours, qui emmène au-delà des frontières.

Lorsque Doria Dacien devient responsable commerciale pour une société de cosmétiques, rien ne laissait présager la tournure qu'allait prendre sa vie professionnelle, comme personnelle. Et pourtant, la jeune femme a la fibre entrepreneuriale qui la titille, tout comme le petit grain de folie dans sa voix qui ne

demande qu'à se libérer. Auparavant, elle avait connu les joies et les contraintes de l'indépendance professionnelle, lorsqu'elle était conseillère de vente à domicile, en parallèle de ses études en école de commerce.

Alors, lorsqu'un changement qui ne lui convient pas intervient dans cette fameuse entreprise de cosmétiques, Doria Dacien se retrouve face à un choix. « Ça a remis beaucoup de choses en question, car je me projetais réellement dans cette entreprise, se souvient-elle. J'avais donc deux solutions : soit je reste, soit je m'en vais ». Au diable la sécurité de l'emploi, la jeune femme préfère voler de ses propres ailes.

« Je veux montrer que tout le monde peut le faire, car les gens que j'interviewe ont osé se révéler à travers leur projet... »

« Entreprendre, c'est être dans l'action, c'est un état d'esprit »

Alors qu'elle devait intégrer une formation en neurosciences afin de devenir neuro-trainer, la Covid-19 est passée par là. Pas découragée pour un sous, elle se lance dans un nouveau défi : la création de The Lighthouse Consulting, une agence d'accompagnement destinée aux porteurs de projets, qui comporte une partie média

avec des podcasts et des vidéos. Une fois par semaine, elle rencontre et discute avec une femme ou un homme qui a eu le courage d'entreprendre. Il ou elle y partage ses expériences, ses échecs, ses réussites et sa philosophie. « L'objectif est de dédramatiser l'entrepreneuriat. Entreprendre, c'est être dans l'action, c'est un état d'esprit. Je veux montrer que tout le monde peut le faire, car les gens que j'interviewe ont osé se révéler à travers leur projet », explique Doria.



Cette dernière peut apprécier le chemin parcouru. Alors qu'elle avait réussi à obtenir sa première interview « au culot », c'est désormais les entrepreneurs qui viennent à elle, attirés par son concept original et par sa personnalité.

La solitude et le mal du pays ne suffisent pas à la décourager

En effet, Doria Dacien, elle-même entrepreneure, est bien consciente de la réalité de ce monde très isolant. « L'entreprenariat, c'est les montagnes russes émotionnelles. On me parlait beaucoup de la solitude de l'entrepreneur. Même si je suis quelqu'un de casanière et introvertie, j'ai sous-estimé cette phase de solitude.

On est seul dans cette aventure », constate l'animatrice. Et même si financièrement ce n'est pas toujours facile, Doria ne renie pas la liberté que lui offre sa vie professionnelle.

Passée par Toulouse, Lisbonne et maintenant Paris, elle ne renie pas non plus sa Guyane natale. « J'essaye d'y retourner dès que je peux, pour voir mes proches. Dans l'optique où je devrais retourner travailler dans le salariat, j'aimerais avoir cette flexibilité qui me permettrait de rentrer en Guyane quand je le voudrais », ajoute Doria. Fille de Martiniquaise, l'envie de créer un pont entre la France métropolitaine et les DOM-TOM est toujours bien pressante. Avec sa volonté et son courage, nul doute qu'elle mettra tout en œuvre pour y parvenir.



AURÉLIE GAUTHEY, UNE FEMME NÉE POUR IMPACTER

Entrepreneure, formatrice, consultante, conférencière, écrivaine. De nombreux mots peuvent qualifier Auréliie Gauthiey. Inspirante est certainement l'un d'entre eux. En effet, elle accompagne d'autres femmes à identifier leur véritable mission de vie, à se connecter à leurs clients et à créer une entreprise unique et authentique.

À 17 ans, suite à des violences conjugales, Aurélie Gauthey et sa mère sont dans l'obligation d'aller aux Restos du Coeur, afin de les aider à subvenir à leurs besoins. La jeune femme décide à ce moment là de faire de cette situation une force. « Depuis ce jour, j'ai pris la décision de choisir ma vie et pas de la subir », raconte-t-elle. Près de 20 ans plus tard, on peut dire que la Aurélie Gauthey de 2021 peut fièrement regarder celle qu'elle était, à 17 ans.

Celle qui dès la majorité s'était lancée en entrepreneure dans l'immobilier a finalement changé de voie. Désormais consultante, elle accompagne « des femmes, des coaches, des thérapeutes ou des formatrices notamment, à devenir indépendantes financièrement et, ainsi, libres dans leur vie », explique Aurélie Gauthey.

Guidée par l'authenticité

Que ce soit pour des entrepreneures qui souhaitent se lancer ou alors des femmes qui cherchent à dépasser leur plafond de verre, cette femme d'action met à profit son expérience et ses expertises. En effet, Aurélie Gauthey dispose de plusieurs cordes à son arc. Coach, conférencière, formatrice, consultante et même écrivaine, elle ne cesse de partager au plus grand nombre les clés de sa réussite, mais aussi ses échecs. Elle encourage ainsi ses clientes à faire de même. « L'authenticité est quelque chose de primordial. Il ne faut pas être qu'une moitié de soi », encourage-t-elle.

Ainsi, à travers son Académie des femmes d'impact, composée d'un trio de formations vidéos, coaching de groupe et mentoring en individuel, elle accompagne des femmes à développer leur mission de vie, leur leadership et leur visibilité digitale.

« Une ode à la persévérance »

Ces valeurs et conseils qu'elle prodigue à ses clientes, Aurélie Gauthey les applique dans son quotidien. Forte d'une communauté de



plus de 11 000 followers, partagés entre Youtube, Facebook et Instagram, celle qui s'inspire de l'explorateur Mike Horn cherche à partager ses clés. Les clés qui lui ont permis, et qui lui permettent encore aujourd'hui, de s'affirmer dans une société bâtie par une vision masculine. « Une femme leader est en accord profond avec elle-même et pas comme la société voudrait qu'elle soit. Nous devons oser transmettre nos messages et développer notre courage », exprime Aurélie Gauthey.

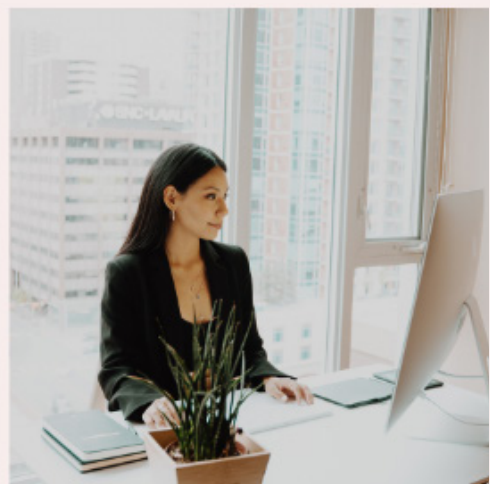
Pour partager sa vision, cette dernière a sorti un livre l'année dernière. Vu par elle-même comme « une ode à la persévérance, la foi du tout est possible », « Née pour impacter » se divise en deux parties : la première est une autobiographie ; la deuxième est un manuscrit inspirant sur les étapes clés pour réussir sa vie entrepreneuriale (état d'esprit, motivation, échecs, leadership, etc.). Classé parmi les Best-sellers d'Amazon, ce livre est l'un des objectifs réussis d'Aurélie Gauthey. Le prochain ? « J'aimerais remplir le Stade de France avec une conférence », se prend-elle à rêver. Après tout, le rêve est le début de toute chose.

Étape 5 :

ÉTAPE 5 : S'HABILLER EN CONSÉQUENCE

L'habillement est un mode d'expression à part entière. Nous révélons beaucoup de nous-même dans notre façon de nous habiller. Les conséquences d'un choix vestimentaire peuvent parfois être inattendues.

Se vider l'esprit pour se concentrer pour une meilleure efficacité !



Cliquez pour jouer!



1.

L'image est un CV visuel qui laisse la plus profonde impression aux responsables, collègues et clients

2.

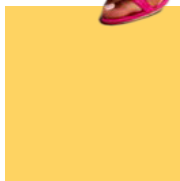
Renvoyer une image unique qui restera en mémoire. Votre code vestimentaire, votre personnalité, votre audace, votre posture. Façonnez votre Image car vous êtes la carte de visite de votre marque. Savez-vous que 93 % de notre première impression est fondée sur du non-verbal ?

3.

Il est important de bien gérer l'image que vous communiquez aux autres.

LES LOOKS BEAUFULLY





MAGASINER LE LOOK:

Femmes



Gerard Darel 149.54 EUR



Sandro 199.68 EUR



Sandro 181.34 EUR



agnès b. 175.00 EUR



agnès b. 138.46 EUR



ZARA 39.95 EUR



agnès b. 87.50 EUR



H&M 88.60 EUR



ZARA 29.95 EUR

Hommes



The Kooples 164.19 EUR



ZARA 29.95 EUR



Sandro 119.87 EUR



Sandro 283.38 EUR



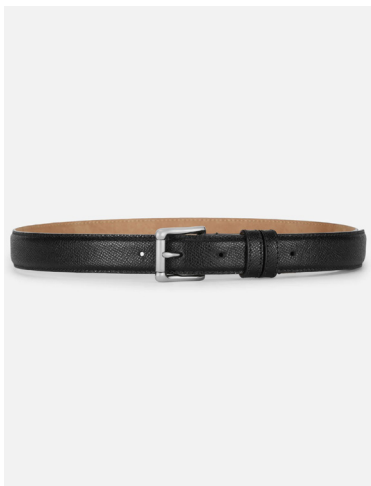
ZARA 29.95 EUR



ZARA 89.95 EUR



A.P.C. 195 EUR



AMI PARIS 85.42 EUR



BLEU DE CHAUFFE 415.83 EUR

NOS CONSEILS LECTURE:



Née pour impacter - Aurélie Gauthey

Votre histoire est unique, osez en faire une force pour vous différencier et accomplir votre mission !

Ta deuxième vie commence quand tu comprends que tu n'en as qu'une

-Raphaëlle Giordano

Camille, trente-huit ans et quart, a tout, semble-t-il, pour être heureuse. A travers des expériences étonnantes, créatives et riches de sens, elle va, pas à pas, transformer sa vie et repartir à la conquête de ses rêves...



Merci!

**Nous espérons que cette bulle dans laquelle
nous vous avons embarqué vous a plu !
Nous vous donnons rendez-vous le trimestre
prochain, pour de nouvelles aventures !**

Si vous souhaitez participer au développement de notre
magazine, faites un don ici ! Nous vous remercions
d'avance pour votre contribution quelle qu'elle soit.

ABONNEMENT ET DONS



À Bientôt !

Chantal LABONNE
Fondatrice de « BEAUFULLY TIME ».

