La conseillère en image sait prendre la pose. Il faut dire qu'elle a eu une jolie carrière de mannequin avant d'aider les gens à se révéler.

(Photo Franz Chavaroche)

PAR GAELLE BELDA
gbelda@nicematin.fr @GaelleBelda

Pascale Loko
FAIT TOUTE LA LUMIÈRE

C'est au pas cadencé que le mannequin s'est dirigé vers le conseil en image. Une lointaine vocation traversée par d'autres aventures professionnelles mais joliment nourrie. Constamment.

Chaque parcours est différent. Chaque trajectoire tient à qui l'on est vraiment mais surtout à la manière dont on va savoir exploiter ses capacités. Pascale Loko l'avait saisi il y a longtemps. Elle avait su, aussi, prendre le temps. Sportive, fonceuse, déterminée mais pas tête brûlée, elle a laissé les années et l'expérience modeler les choses. Elle se sentait née pour aider les autres à se découvrir et à s'épanouir. Une mission qui nécessitait qu'elle en soit là elle aussi. Prête. Sereine. Suffisamment mature pour distiller des conseils. Et réussir.

« J'aime tellement les gens. Je veux les raccrocher à ce qu'ils sont. »

« Chaque élément visuel est comme du vocabulaire. Je suis là pour rendre cohérent l'intérieur et l'extérieur. » Sourire jusqu'aux oreilles, Pascale Loko nous indique la direction d'un coquet salon. Elle replie ses jambes immenses pour s'installer dans le petit canapé poudré. Toujours souriante. C'est ici qu'elle fait du conseil en image. Chez elle. Ici, entre autre, parce qu'elle intervient à l'extérieur aussi… et même en ligne. Elle rit : *« C'est drôle, on me sollicite même depuis les Dom-Tom… »* Elle envisage de développer des ateliers pour le web. Depuis six ans qu'elle vit entre Nice et Amsterdam, les projets fleurissent. Loin de sa Vendée natale, loin loin de sa carrière de mannequin…

« J'ai été repérée en boîte de nuit… le truc classique. » Éclat de rire. *« Je faisais du basket, je souffrais de racisme, je ne me sentais pas femme, j'avais plein de choses à régler avec mon image. Le théâtre aurait peut-être été préférable mais voilà… j'ai fait avec les moyens du bord. »* Clin d'œil. Elle accepte de poser. De défiler. *« De compter les calories ! Pendant quinze ans ! »* Elle pesait 57 kilos pour 1,80 mètre, On lui demandait de se priver, on la taxait d'être trop grosse. Pour autant, elle ne se laisse pas dompter : *« On ne faisait pas ce qu'on voulait de moi. Puis je savais que je pouvais faire plein d'autres boulots. »* En attendant, Pascale Loko y trouve son compte, elle rencontre une multitude de personnes et notamment… une conseillère en image.

« Je suis dans ce salon d'esthétique et je me dis : j'adore les gens, c'est ça que je veux faire ! » Cela devient sa mission de vie. *« Raccrocher les femmes, les hommes à ce qu'ils sont. Révéler leur potentialité. Avec bienveillance. »* Et en comptant le nombre de petits fours avalés ? *« J'en ai tellement souffert ! Certainement pas ! Moi, quand une femme vient me voir et me dit qu'elle veut perdre ça et puis ça aussi… je dis nooon ! Surtout pas ! Que les femmes sont belles avec des rondeurs ! »* Elle rit et enchaîne : *« Moi, je n'en ai pas ! Regardez ! J'envie les Méditerranéennes ! »*

LA MODE ÉTHIQUE

Image de soi, image que les autres ont, réelle image de soi, image souhaitée. C'est la base du travail de Pascale Loko. Elle complète ce cocktail (détox) par des ateliers de colorimétrie, d'analyse morphosilhouette, de style vestimentaire – le langage caché du vêtement –, d'analyse morphovisage et de maquillage. *« Je m'occupe aussi du tri du dressing. Mais attention, j'accorde une attention particulière aux matières et à la provenance des produits. Parce que, comme 95% des femmes, j'étais comme lobotomisée et j'achetais sans réfléchir. Mais ça, c'est terminé : je fais dans la mode éthique ! »* Elle y tient. C'est son cheval de bataille, elle est particulièrement engagée. Bien au-delà de sa société, *Votre image en lumière*.

« Les fringues, on retouche, on reprend… on donne aux copines ! Aux assos. On peut teindre… mais grâce aux colorations végétales pour ne pas polluer. On vend en friperie. Et on rachète dans des magasins de seconde main. J'ai plein de recomman-

#PARCOURS

1995
> Elle est mannequin et, BTS esthétique-cosmétique de l'ECSV en poche, elle devient esthéticienne-conseillère dans le centre de Santé Beauté, Les Célestins, à Vichy.
> Elle devient animatrice-formatrice pour une grande marque de cosmétiques et assiste une trentaine de centres dans le sud, deux ans.

1999
> Première formation de conseil en image auprès de Danielle Sèbe, morphopsychologue et consultante en image.
> En même temps, les missions dans le doublage ciné et les défilés de mode en tant que mannequin et maquilleuse se succèdent pendant cinq ans.

2005
> Elle met un terme à sa carrière de mannequin.

2012
> Elle emménage à Nice et obtient son certificat de coach en image à FAM.

2013
>*Votre image en lumière* naît.

2015
> Elle décroche sa certification pro de conseil en image et communication chez Expression Consulting / A Part Être, à Lyon.

Pascale Loko a tous les outils et toute l'expérience nécessaire pour mener des ateliers de coaching en image… chez elle.

(Photo Franz Chavaroche)

#ÇA PART DE LÀ

> À 21 ans, elle s'est retrouvée tétraplégique. Un cauchemar qui durera des mois. Qui lui fera frôler la mort. Douloureusement. Une expérience affreuse qui modifie totalement sa vision de la vie.

2016, elle est sur la Prom' au moment de l'attentat. Le camion passe tout près d'elle et de son compagnon. Ils en réchappent de peu. Nouveau cauchemar. Et nouveau miracle. Aujourd'hui, elle sourit. Trop consciente que c'est bien la moindre des choses qu'elle puisse faire pour la vie. Ça, faire le bien et se battre pour ses rêves.

dations là-dessus. Il est essentiel pour moi de ne pas jeter, de ne pas gaspiller, de ne pas faire n'importe quoi. Mais l'idée reste qu'au final votre dressing doit vous ressembler à 100%. » Un discours qui trouve de plus en plus d'écho. Comme celui de pouvoir s'habiller joliment avec peu de moyens. Pascale Loko intervient auprès de demandeurs d'emploi comme auprès de malades. Le conseil en image peut-être considéré comme du bien-être, un travail de développement personnel. C'est en tout cas de cette façon-là qu'elle le vit.

COMME UN REFRAIN

« Je n'ai jamais eu autant de satisfaction que depuis que je fais ce métier. » Elle aura pourtant mis le temps pour s'y dédier corps et âme. Elle s'était formée en 1999 et avait commencé à prodiguer ses conseils aux clients d'un grand magasin destiné aux hommes. En plein cœur de Paris, à la Madeleine. Elle est sollicitée par des clubs de rencontre, elle va, elle vient. Elle a beaucoup de travail. Ça dure deux ans. Et puis… l'angoisse. *« J'ai eu peur de ne pas être à la hauteur. Je ne me sentais pas assez mature… en plus, je faisais dix ans de moins que mon âge. »* Elle garde l'idée du job dans un coin de sa tête et remonte sur les podiums.

« En parallèle, on me propose de travailler dans le doublage de films, de devenir calligraphe. Puis je suis devenue adaptatrice. C'était bien payé, j'étais libre, ça me plaisait. J'ai été lancée sur de beaux projets. J'ai fait ça onze ans. Et, en 2008, j'ai repris le conseil en image… »

C'est comme un refrain.

Mais elle ne lâche pas le doublage. Toujours pas assez assurée pour son rêve. Elle a quarante ans, elle a envie de soleil. La voilà à Nice. Elle file reprendre une formation de conseil en image rue de la Liberté (école FAM). Un mois intensif histoire de se dérouiller. *« Je complète avec une autre formation, à Paris cette fois. Avant d'aller passer ma certification reconnue par l'État, à Lyon, l'année suivante. Cinq mois de boulot. Et enfin, je me concentre à plein-temps sur ma société. »* Il lui fallait ça : des heures de cours et des diplômes pour se sentir *« légitime »*, *« satisfaite »*. Enfin.

Elle sourit. *« J'ai 47 ans, ça aide aussi. Ça me donne plus d'assise. »* La petite étincelle était là depuis un bail. Elle aurait probablement pu gérer les choses différemment. *« Dans ce milieu, chacun fait un peu à sa sauce. Avec moi, pas de freestyle. »* Pas son genre. Pied droit d'abord puis pied gauche. On fixe la ligne d'horizon. Toujours. C'est précis. C'est elle. C'est de la dentelle.

Site web : votreimageenlumière.fr

(Photo Margaux Magnan)

VALBERG, PREMIÈRE STATION DES ALPES-MARITIMES « FLOCON VERT »

La station vient d'être récompensée pour ses efforts en matière de développement durable et de respect de l'environnement. Au début du mois d'août, Valberg a été labellisée « Flocon Vert » par l'association Mountain Riders. Conçue en 2011, cette valorisation met à l'honneur les destinations touristiques de montagne exemplaires. C'est un moyen d'aller encore plus loin dans la transition vers un modèle durable. Aujourd'hui, seulement six stations en France ont le privilège de détenir ce label, synonyme de leur engagement : Valberg (la seule du département), la Vallée de Chamonix-Mont-Blanc, Les Rousses, Châtel, La Pierre Saint-Martin et Chamrousse. Depuis plusieurs années, Valberg met en place des initiatives inscrites dans la durabilité telles que la mobilité douce avec 10 véhicules électriques disponibles en autopartage, la préservation des espaces naturels, les aménagements pour tous avec l'aide du Pôle nature et handicap au Col de l'Espaul qui permettent de rendre accessible cet endroit à toutes et à tous. Mais aussi la gestion optimale de l'eau : une production de neige raisonnée avec des enneigeurs modernes, une usine d'ultrafiltration de l'eau, un dispositif moderne de détection des fuites. Ou encore l'éclairage public raisonné à LED, qui est coupé de minuit à 6 heures sur les axes secondaires.

#CHIFFRE

85 %

> C'est, selon le comité régional du tourisme de la Côte d'Azur France, le taux d'occupation des hôtels de la Côte d'Azur au mois de juillet 2018 alors qu'il s'élevait à 81 % l'année dernière. Un chiffre révélateur de la hausse générale de la fréquentation touristique cet été dans les Alpes-Maritimes. Ce score arrive après un très bon mois de juin, qui a connu 75 % d'occupation : un des meilleurs scores de ces dernières années. Pour les mois d'août (dont les chiffres n'ont pas encore été dévoilés) et de septembre, l'hôtellerie enregistrait déjà début août 5 % de réservations de plus qu'en 2017.

DES BARBIERS PAS DU TOUT RASOIR

Plus qu'une mode, la barbe devient un art. Les Varois Kévin Talebzadeh *(à gauche)* et Shayne Zouad *(à droite)* ont su montrer leur talent en la matière en arrivant à la 5e et la 7e place de la coupe mondiale des barbiers. De bons résultats plébiscités par leur patron, Yohan Menzoyan, créateur des salons The Hairdresser à Sanary et Six-Fours. C'est d'ailleurs lui qui les a inscrits au concours. Face à soixante-dix autres candidats, les deux jeunes hommes ont réalisé coupes de barbe et de cheveux, notés sur la gestuelle, l'hygiène, la réalisation, la créativité... *« Ils ont réalisé des coupes de barbe du futur, le jury a été épaté »*, raconte Yohan, fier de ses deux prodiges.

(Photo DR)

(Photo DR)

CINQ SOMMETS DES ALPES-MARITIMES PARCOURUS EN MOINS DE 24 HEURES

Un kilomètre à pied, ça use… Mais il en faut plus pour arrêter Christian Tieran. Pendant le week-end du 18 et 19 août, l'artisan maçon de 35 ans a parcouru 93 kilomètres à pied. En seulement 23 heures, l'athlète s'est rendu aux cinq sommets du Mercantour : le Mont Ténibre, le Corborant, le Gélas, la Malédie et le Clapier, tous situés à 3 000 mètres d'altitude. Le tout, pour un total de 7 000 mètres de dénivelé. Pour ce passionné de course en montagne, ce n'était pourtant qu'un entraînement. Même si ce parcours s'inscrit dans la préparation d'un ultra-rail de 130 km et 12 000 mètres de dénivelé en Italie, c'est aussi sa façon d'exprimer son amour pour les Alpes-Maritimes. *« Je voulais aussi montrer qu'on n'a pas besoin d'aller si loin pour éprouver du plaisir. »*