



# BONJOUR, JE M'APPELLE KAMILA



Je suis une visionnaire de la mode et j'ai pour mission de créer un système de mode ayant du sens et bénéfique pour tout le monde. Après une courte carrière en entreprise et dix ans à soutenir des marques éco-responsables, à donner des conférences, organiser des événements et publier des livres, j'ai réalisé qu'il manquait une pièce au puzzle : les clients et leur garde-robe.

Aujourd'hui, nous pouvons avoir tout ce que nous voulons, pourtant la plupart des femmes ne sont pas satisfaites de leur garde-robe. Pour moi, la mode doit avant tout nous servir, nous protéger, nous inspirer et nous aider à nous exprimer. Je crois en un système de mode et de garde-robes bénéfique pour tous. C'est pourquoi je suis devenue coach en Slow Fashion, pour montrer comment créer des garde-robes ayant du sens.

Dans mon travail, je mélange le styling, le coaching, la psychologie ainsi que les principes de l'économie circulaire et du développement durable.

Voici ce que je peux apporter à votre entreprise et à votre équipe.

## **SWAP PARTY**

Pratique populaire de la mode circulaire : chacun apporte 5 pièces de vêtements qu'il ne porte plus pour les échanger. Cette expérience représente un excellent premier contact avec le partage et l'économie circulaire dans un cadre sécurisé et divertissant ainsi que la pratique de l'achat de seconde main.

## **ATELIER LA GARDE-ROBE CIRCULAIRE**

Atelier de trois heures pour introduire la mode circulaire avec des exemples pratiques ainsi que des exercices de coaching qui peuvent être appliqués directement au quotidien. Cet atelier est conçu pour amener à un changement d'état d'esprit.

## **ATELIER GAGNER DE LA CONFIANCE GRÂCE À LA MODE**

Atelier de trois heures focalisé sur le bien-être, la liberté personnelle et la confiance en soi en utilisant les vêtements en tant qu'outil de développement personnel. Cet atelier est conçu pour créer, développer et enraciner l'estime de soi.



## SWAP PARTY

La mode est devenue plus amusante et circulaire que jamais.



Nous le savons tous : un déchet pour une personne peut être un trésor pour une autre. Nous avons tous des pièces que nous avons portées une seule fois, voire jamais, mais dont nous avons du mal à nous débarrasser. Nous ne voulons pas les jeter ni passer du temps à les vendre en ligne. Nous les gardons donc dans notre placard, même si nous ne les portons jamais.

Cependant, l'industrie de la mode produit des millions de tonnes de vêtements pour satisfaire notre soif de nouveauté. Cela a un impact considérable sur notre planète et notre bien-être.

Il est temps de partager et de porter ce que nous avons déjà.

Nous proposons :

- La fourniture de matériaux de communication pour présenter le concept et les règles du SWAP : affiches, e-mails et publications sur les réseaux sociaux.
- La production de l'événement : sélection des pièces de départ, accueil, récupération des vêtements échangés et mise en place.
- La production d'un rapport contenant les résultats : le poids et le nombre de pièces redonnées via grâce au SWAP.
- Des solutions pour les pièces restantes.

~ KAMILA BOUDOVA ~

## LA GARDE-ROBE CIRCULAIRE

Intégrer le sens et la circularité dans la manière dont vous vous habillez.



L'atelier comprend les sujets suivants :

- Pourquoi avez-vous l'impression de n'avoir rien à vous mettre tout en ayant un placard qui déborde de vêtements ?
- Étude de cas : 5 ans sans shopping et toujours au top.
- Vision d'une garde-robe circulaire.
- Comment avoir toujours quelque chose à se mettre.

Ce que vous obtiendrez :

- Une activité pouvant s'intégrer dans les objectifs de QVT.
- Un programme pour votre équipe comprenant la RSE, le bien-être, la mode et la créativité.
- Une activité RSE à ajouter au portfolio de votre entreprise.
- Des supports de communication prêts à être partagés avec votre équipe et sur les réseaux sociaux.

~ KAMILA BOUDOVA ~

# GAGNER DE LA CONFIANCE GRÂCE À LA MODE

Lorsqu'on parvient à aligner notre intérieur avec notre extérieur, un sentiment profond et intemporel d'estime et de confiance en soi s'ensuit.



Contrairement à la croyance populaire selon laquelle il suffit d'acheter une nouvelle pièce coûteuse pour acquérir une confiance en soi, cela ne fonctionne pas ainsi. On peut gagner une confiance en soi profonde et durable grâce à la mode si on l'utilise comme un outil de développement personnel, en créant un lien solide entre nos émotions et notre apparence.

L'atelier comprend les sujets suivants :

- Pourquoi le shopping n'augmente pas votre confiance en soi pour toujours.
- Comment utiliser la mode comme un outil de développement personnel.
- Des exercices pratiques aidant votre équipe à appliquer ces principes dans leur quotidien instantanément.

Ce que vous obtiendrez :

- Un programme pour votre équipe comprenant le bien-être, le développement personnel ciblé sur les femmes et la mode.
- Une activité pouvant s'intégrer dans les objectifs de QVT.
- Des outils de communication prêts à être partagés avec vos collègues et sur les réseaux sociaux.

~ KAMILA BOUDOVA ~

## CLIENTS' LOVE

Apporter de la joie, du sens et de l'amour aux garde-robes.



« C'était tout simplement parfait et formidable pour moi. L'énergie que Kamila dégage est tout simplement irréaliste. Je regarde la mode d'une toute autre manière maintenant et je sais déjà qu'il n'est pas nécessaire d'avoir une garde-robe remplie de vêtements, mais seulement quelques pièces faites de matériaux de qualité qui me dureront 10 ans. De grands changements se sont produits dans ma façon de penser. Je me sens comme une toute autre personne maintenant. »

Lenka M.

« If want to thank you for an amazing flawless incredible workshop. It was deep and enriching. Kamila is my shining star motivating people to think not only about themselves but also about our planet. »

~Monika L.

~ KAMILA BOUDOVA ~



# CONTACT

+33 698 601 663

[miss@kamilaboudova.com](mailto:miss@kamilaboudova.com)

[kamilaboudova.com](http://kamilaboudova.com)

[@kamila\\_boudova\\_official](#)