

WORKBOOK

Nom de la cliente : Laurence Dupard
Date début de l'accompagnement : 13 mai 2024

RÉPONSES AU QUESTIONNAIRE RENOUER AVEC SA FÉMINITÉ

Q1 - Comment la féminité a été abordée au cours des phases de votre éducation ?

Ma féminité n'a pas été abordée. Lorsque j'ai eu mes premières règles ma mère m'a jeté le paquet de serviettes hygiéniques. C'est un sujet tabou.

Ma réponse :

Quand arrive le moment des menstruations, cela implique un changement colossal dans le corps de la fille et une énorme incompréhension dans son esprit. Le rapport que votre mère a sur la féminité est une blessure profonde qui lui appartient. Malheureusement, n'étant peut-être pas consciente de cela, elle rejette sur vous tout ce qu'elle n'a pas compris ou rejeté dû à son passé, à son éducation et à sa cellule familiale.

C'est une phase cruciale pour nous les femmes ... Sans l'accompagnement d'une mère aimante, cette phase peut être traumatisante et incomprise.

Q2 - Comment votre famille voit-elle votre féminité ? (père/mère/mari/amies/amis)

Ma famille préfère le masculin et je suis contraire à cela. Je brise leurs schémas.

Ma réponse :

Ce que je comprends dans votre réponse c'est que la féminité est vécue comme une chose que l'on doit cacher, qui peut faire honte, voire ne pas reconnaître qu'elle existe. De plus j'y vois une forme de maltraitance vis-à-vis de votre féminité. [Il serait bon d'identifier les termes, les mots ou comportements qu'ils ont face à votre féminité](#)

Q3 - Comment exprimez-vous votre féminité au quotidien ?

Je porte des robes ou des jupes. J'essaie de cuisiner... de faire mon ménage... d'entretenir mes affaires. La question est difficile. J'étais interdite de me maquiller par mon Père.
Ma mère n'aimait pas les vêtements que je voulais porter et peut être même les chaussures

Ma réponse :

Votre féminité peut se vivre de différente manière. Elle ne se limite pas aux vêtements que l'on porte, aux accessoires, etc. Bien au contraire la féminité est avant tout un état d'esprit. Suis-je femme par ma conviction d'être MOI ?

Q4 - Y a-t-il des aspects de votre féminité que vous souhaitez explorer davantage ?

Oui, la sexualité et le fait de n'avoir jamais eu de plaisir avec un homme ni de caresses, uniquement style pornographie.

Ma réponse :

La féminité est un outil fondamental dans la sexualité de la femme. Elle permet de séduire, de trouver un partenaire et d'intensifier le plaisir avec lui. Une féminité assumée, est une sexualité quasi épanouie. A ne pas confondre la féminité, la sexualité et l'homme. Normalement les trois vont ensemble. Souvent la féminité n'est pas comprise, la sexualité compromise pour la femme selon les coutumes, les modes de vie. Tant qu'à l'homme, il est souvent mis sur un piédestal très malsain (homme violent, narcissique, égo démesuré, éducation roi). Pour moi l'aspect fondamental que vous devez travailler c'est de « Vous découvrir, vous connaître, vous accepter et vous aimer en tant que femme assumée »

Q5 - Comment votre féminité influence-t-elle votre façon de vous habiller et de vous présenter au monde ?

Je ne sais pas. Je dois me faire moins belle que ma mère physiquement et en esprit, sinon cela crée des jalousies et de la colère chez elle. Je rencontre assez ce genre de femmes.

Je ne porte pas de pantalon qui sied plutôt à un homme.

Ma réponse :

Au delà de vos convictions religieuses, votre féminité ne regarde que vous et j'insiste bien sur ce point. Avant de suivre des principes, des attentes d'autrui (en l'occurrence votre mère), vous devez savoir qui vous êtes en tant que femme. Quelle féminité s'offre à vous ? Quand vous aurez tous ces éléments vous serez libre de définir votre propre féminité, et comment vous souhaitez la vivre.

Q6 - Est-ce que votre féminité diffère selon les contextes sociaux et professionnels ? si oui dire pourquoi ?

Oui ma féminité diffère selon les contextes sociaux.

En HLM, comme chez ma mère je m'habille moins bien et sans goût.

En société, je respecte les codes vestimentaires professionnels qui peuvent choquer comme porter un tailleur jupe... longueur au genou.

À l'église, je porte une robe plutôt longue avec une écharpe blanche pour recevoir l'eucharistie et ne pas porter préjudice aux prêtres.

Parfois, lorsque je suis fatiguée, je me laisse aller.

Je me sens toujours obligée intérieurement de cacher ma féminité à cause de la jalousie et la méchanceté de mon entourage. Cela depuis très jeune (enfance). Ma mère est très jalouse et ne souhaite que détruire ma vie, ma féminité. J'ai appris à cacher qui je suis pour éviter qu'elle ne se sente moins bien que moi.

Parfois, j'ai honte de ses comportements.

Ma réponse :

Vous ne pensez jamais à vous, vous agissez pour le regard des autres jamais pour vous. Vous priorisez les attentes et susceptibilités des autres jamais vous. Ce qui est le plus important c'est votre regard sur vous, le reste est secondaire. Votre féminité fait partie de votre identité de femme et ne doit en aucun cas être celle d'une autre. On ne peut pas plaire à tout le monde. L'important c'est de se plaire, de se regarder et de s'aimer. Si vous rencontrez de la jalousie chez autrui alors c'est que l'image que vous envoyez met à mal la sienne et ça c'est un excellent point. Quand on est bien dans sa peau, dans sa vie, dans son quotidien on ne cherche pas à dévaloriser autrui bien au contraire on le valorise car on est bien avec soi. Quand une personne dénigre autrui c'est que cette personne est dans le déni de son propre bien-être.

Q7 - Pouvez-vous partager une expérience où vous vous êtes sentie particulièrement très féminine ?

Lorsque je porte des sous-vêtements, mais je n'arrive pas à extérioriser ma féminité car cela me pose de réelles complications comme le viol, les viols et ma mère.

Ma réponse :

La lingerie est liée à la sexualité. Elle est un outil de séduction donc de puissance mais aussi de vulnérabilité. Elle est l'emblème de la féminité dans l'intimité et très souvent elle est vue comme vulgaire et peu élégante à cause de l'image de femme écornée par la société (porno, télé-réalité, influenceuses, etc).

Q8 - Avez-vous déjà ressenti des avantages ou des désavantages en raison de vos tenues, de votre façon d'être (attitude, gestuelle, etc) ?

Oui, des décalages de générations et mon côté conventionnel et convenable. Je ne peux pas extérioriser ma féminité sinon je suscite du désir chez un homme qui insiste bien évidemment jusqu'à ce que je cède pour avoir la paix. Si vous saviez comme le harcèlement est difficile à supporter pour moi. Alors je me cache.

Ma réponse :

Votre réaction est normale au regard de votre vécu. A savoir qu'une femme qui assume pleinement sa féminité attire énormément les regards que ce soit les femmes ou les hommes. Par contre une féminité maîtrisée est un bouclier pour soi. Au-delà de la féminité il y a l'affirmation de soi qui permet de mettre une sacrée barrière avec les personnes qui auraient une volonté à ne pas vous respecter. Une femme pleinement épanouie fait peur car elle envoie une image pleine d'assurance, d'élégance et attire car elle est belle à regarder. Le harcèlement existera toujours que vous soyez belle ou moche. C'est une question d'éducation et de comportement. Par contre il y a des clés pour contrer le harcèlement.

Q9 - Comment votre féminité influence-t-elle vos relations avec les autres ?

Ma féminité suscite de l'envie et de la jalousie, pourtant j'ai besoin d'être vraiment moi.

Parfois, je voudrais une autre vie et m'appeler Éléonore..

Le film qui a influencé ma vie était :

La petite marchande d'allumettes. Cela résume ma vie ainsi que les Misérables.

Ma réponse :

Depuis que j'ai travaillé sur moi, mes blocages, mes blessures d'enfance et de femme, je suis enviée, jalouée et détestée. Et bien ce n'est pas grave car en dépoussiérant mon cercle relationnel j'ai attiré ceux qui m'admirent, qui m'aiment, me comprennent. Alors au lieu de souhaiter une autre vie, vivez la vôtre pleinement en étant vous. Vous êtes en train de découvrir la nouvelle Laurence alors regardez-vous, regardez à quel point vous avez en vous plein de richesses et concentrez-vous sur le dépoussiérage de votre entourage : mettez en second voir troisième plan les gens qui vous apportent de la douleur, de la tristesse. Concentrez-vous sur le positif et ce qui est et va être bon pour vous.

Q10 - Comment votre féminité a-t-elle évolué au fil du temps ?

Au fil du temps, j'ai caché et protégé ma féminité depuis le viol, et mon entrée en tant que catéchumène. Rien n'a changé, en fait. Je n'arrive pas à extérioriser ma féminité.

Si je vous dit que j'en ai peur, et je tremble même lorsque je cuisine car mon père maltraitée ma mère et ça m'a vraiment blessée et même bloquée.

Un jeu de rôle car je me vêtis en fonction de la personne que j'ai en face de moi, comme un Caméléon,

Ma réponse :

Avoir peur c'est normal après votre vécu. L'important c'est de comprendre que vous n'êtes pas responsable de ce que votre famille, votre entourage vous ont fait subir. Être victime de maltraitance est un sentiment horrible pour la femme. Elle se sent dévalorisée, dépréciée et ne comprend pas vraiment où est sa place de femme. Vous avez érigé des systèmes de défense liés aux mécanismes de défense naturelle que chaque individu possède dès sa naissance. Soyez douce avec vous même et dites vous que maintenant vous agissez pour vous révéler en construisant votre nouveau moi !!!

Q11 - Y a-t-il des femmes dans votre vie qui ont influencé votre compréhension de la féminité?

La gentillesse et l'affection de ma tante en Normandie car elle portait de très belles toilettes. Elle travaillait chez Caroline Rhomer. Elle portait de jolis ensembles avec de beaux bijoux toujours assortis.

Q12 - Citez-moi 3 femmes qui représentent la féminité par excellence et dire pourquoi (*femmes célèbres*)

- Jacklyn Smith - drôles de dames
- Linda Carter - Wonder Woman
- Impératrice Zita de Hasbourg

Ce sont des femmes qui se sont affirmées dans leur vie et parcours de défense des causes.

Elles sont pudiques et respectueuses avec un beau langage. Ce sont des femmes de scènes avec une chevelure longue. Elles sont très apprêtées. Les deux premières femmes ont passé mon adolescence avec moi et Zita je l'ai découverte au moment de ma conversion catholique avec toute son histoire familiale.

Ma réponse :

Avoir à l'esprit des femmes de référence c'est ce qu'il y a de mieux pour guider dans votre découverte. Dans vos choix vous avez pris des femmes fortes à forte personnalité ce qui indique que la Laurence que vous êtes est une de ces femmes ... Vos choix reflètent ce que votre inconscient sait déjà mais ne vous a pas encore communiqué ... Je reviendrai là-dessus un peu plus tard dans l'accompagnement.

Q13 - Comment gérez-vous les aspects santé et bien-être associés à la féminité, tels que les menstruations, la maternité et les addictions s'il y en a ?

Addiction à la nourriture, J'ai négligé ma santé très souvent, je me suis mise de côté avec toujours cette envie de mourir car je ne comprends pas pourquoi j'ai vécu tout cela alors que je voulais être une princesse... J'ai eu des problèmes d'endométriose pendant de nombreuses années avec des traitements pour stopper mes règles. J'ai subi une hystérectomie à 42 ans, 2 avortements avant la naissance de mes fils, naissance à 8 mois pour les deux et couché presque toujours pour ne pas déclencher l'accouchement.

À 7 mois, j'ai eu des contractions donc hôpital et perfusion de salbumol 24h/24. Accouchement avec les forceps sur 20h de travail, sans péridurale.

Mon second fils, péridurale douloureuse et hémorroïdes, difficultés à m'asseoir sans une bouée.

Hépisiotomies pour les deux accouchements.

Ma réponse :

« Se mettre de côté avec une envie de mourir » c'est typiquement un mécanisme de défense dans le sens d'appel à l'aide. Je suis passée par là et je vous comprends complètement. Ma formule à moi pour exprimer mon incompréhension et ma colère envers cette vie si difficile était « une partie de moi est morte, l'autre ne fait que survivre » ce qui revient quasiment à la même chose que vous. Certains y verront une dépression, d'autres des idées suicidaires ... Moi j'y vois une femme qui est en train de dire « Stop il faut que cela change, je vaudrais mieux que ça, j'ai des valeurs et moi aussi je peux être heureuse ». Après toutes ses épreuves c'est normal d'avoir ses envies, ses sentiments c'est humain ... Alors relaxez-vous c'est normal. Dire c'est excellent car cela diminue les chances de passer à l'acte. En ce qui vous concerne, la reconstruction de votre MOI est en route et vous verrez que les choses vont aller dans le bon sens.

Q14 - Comment votre féminité influence-t-elle votre santé émotionnelle ?

De la tristesse et de la peur.

Q15 - Quel est le rapport que vous avez avec votre corps ?

Difficulté à aimer mon corps et à l'apprécier. Je le cache, en mangeant depuis que j'ai été violée et abusée. Par moment, je ne le maîtrise pas ce corps, avec ses envies sexuelles... pour respecter la morale, je mange je ne mange pas... j'arrive par moment à en prendre soin avec des hauts et des bas.

Ma réponse :

Le corps de la femme bouge tous les 18mois en moyenne. Et plus on va dans l'âge plus celui-ci nous joue des tours. De plus il réagit à nos émotions quelles soient de bonheur ou de tristesse. Par notre système hormonal, notre sexualité est d'année en année (en moyenne) plus active. Certaines femmes se sont vues avec des désirs amplifiés et d'autres, par le phénomène de la ménopause, diminués. Aucune femme n'est identique à une autre. Hormones et émotions vont de pair et du fait que la femme a la matrice à donner la vie, celles-ci nous jouent des tours jusqu'à la fin de nos jours. Que l'on soit femme ou homme, notre corps nous demande de l'entretien pour bien fonctionner et bien vieillir. Alors j'ai un conseil à vous donner, écoutez votre corps et ne lui en tenez pas rigueur s'il déraile de temps à autre.

Q16 - Comment la société actuelle influence-t-elle votre perception de la féminité ?

La femme est considéré comme un objet de sexe et après elle est jetée une fois qu'elle n'est plus utile ou bien qu'elle vieillit et pas le droit à la parole.

La mode est au pantalon féminin ce qui ne me convient pas.

Elles sont trop peu vêtue et aucunement respectées, elles sont fragiles et frappées.

Ma réponse :

Le féminin d'hier et d'aujourd'hui a énormément évolué. A t-il évolué dans le bon sens ? Est-ce que la femme est plus respectée aujourd'hui ? Tant de questions et tant de réponses qui diffèrent entre elles. Suite à la seconde guerre mondiale, la femme a acquis plus de droits mais nous sommes encore loin des libertés et des droits que l'homme possède depuis des siècles. Nous avons beaucoup plus de devoirs que l'homme et cela est dû à ces schémas sociétaux dont le responsable est l'homme. Oui la femme est l'icône du sexe, de la vulnérabilité, de la soumission ... Elle est l'image parfaite pour vendre. Avec l'arrivée des réseaux sociaux, la chirurgie esthétique, la femme se dévêtit encore plus au point de choquer. J'en suis bien consciente.

Ce qui est important pour vous n'est pas de faire un constat de ce qui existe de la part de ces femmes très libérées ou soumises. Ce qui compte c'est votre regard sur la féminité et quelle féminité vous voulez pour vous? Quelle image voulez-vous véhiculer ? Qu'en est-il de votre regard de femme sur vous ? Ce sont ces questions là qui sont importantes. On ne peut pas changer la médiocrité en une perfection ... Et ne cherchez pas non plus à vous battre contre des mouvements dont vous n'êtes pas l'auteur. Ce que je vous recommande c'est de vous découvrir en tant que femme et ensuite bâtir votre image de femme pour impacter car il est là votre pouvoir. Impacter autour de soi je vous assure que c'est galvanisant. Être reconnue comme une femme élégante, défiant les stéréotypes, déconstruire l'image des schémas sociétaux tout en répondant aux règles de la société, elle est là votre vraie mission personnelle.

Q17 - Comment votre féminité influence-t-elle vos objectifs et vos aspirations dans la vie ?

Je ne sais pas.

Ma réponse :

Ne sachant pas ce qu'est la féminité, il est impossible de répondre à cette question. Par contre il est intéressant de garder cette question en mémoire pour plus tard quand nous aurons bien avancé dans l'accompagnement.

Q18 - Avez-vous déjà dû défendre votre droit d'exprimer votre féminité ? Si oui comment avez-vous géré cette situation ?

Non jamais

Q19 - Quel mécanisme de défense avez-vous dès qu'un regard intrusif, ou une critique se fait sur votre apparence, votre tenue ?

Je me sens humiliée due aux manques de moyens financiers et en décalage.
D'ailleurs, je ne sais même plus comment me vêtir... faute de goût et de savoir qui je suis...Je pleure et je suis en colère.. Je n'ai aucune répartie.

Ma réponse :

A la lecture de vos mots cela me touche terriblement. Ce n'est pas la première fois que j'entends ou que je lis ce genre de mots et c'est terrible pour moi, moi qui suis une femme assumée depuis de nombreuses années.

A travers vos mots, je constate que vous êtes très dure envers vous-même. Soyez plus douce avec vous-même, vous ne méritez pas un tel acharnement de pensées négatives.

Avec votre vécu je comprends complètement vos mots ... Mais bientôt d'autres mots plus envieux viendront habiter vos pensées. Ce qui est bon à retenir, c'est que l'image de soi est le reflet de ce que nous sommes à l'intérieur de soi. Tant que nous n'aurons pas soigné vos blessures internes, votre image de soi sera impactée.

Q20 - Comment décririez-vous la dynamique de votre famille en ce qui concerne la communication et l'expression des émotions ?

Aucune expression positive.
Colère, moqueries, jalousies, manipulation, idiotie, des reproches...des conseils mal intentionnés.

Ma réponse :

Cela fera partie des premiers schémas familiaux à déconstruire.

Q21 - Avez-vous senti que vous pouviez vous exprimer librement et être vous-même au sein de votre famille ?

Je ne peux pas m'exprimer comme je veux au sein de ma famille.

Q22 - Avez-vous eu du mal à affirmer vos besoins et vos désirs pendant votre période d'adolescence ?

oui

Ma réponse :

L'adolescence est une période cruciale pour tous les ados. Tout ce que l'on apprend, on vit, on expérimente reste quasiment tout au long de notre vie. Heureusement que nous avons la possibilité, de déconstruire, de se reconstruire, de renaître et de devenir en une meilleure version.

Q23 - Comment votre estime de soi a-t-elle évolué pendant votre adolescence ?

Je me suis sentie trop perdue en étant face à des étrangers et des hommes qui ne faisaient que de toucher ma poitrine et mon sexe sur mes vêtements. Mes récréations étaient passées aux toilettes des filles, un ras le bol incessant de ce genre d'homme qui a côtoyé toute ma vie.

Insécurité, et garder tout ce que je vivais pour moi. Mes parents étaient en conflit permanent pour l'argent et parce que ma mère était sollicitée par d'autres hommes. Voilà mon rapport à la féminité dans ce monde de pervers.

Ma réponse :

Au regard du contexte familial dans lequel vous avez évolué, il n'est pas étonnant que votre estime de soi est au plus bas ce qui implique forcément très peu de confiance en vous. L'image de la femme qui vous hante est liée au sexe. Alors que la féminité va avec la force et la puissance féminine, et la sexualité devrait rythmer avec sensualité et douceur, des points que vous n'avez pas connus.

La féminité quand elle est bien comprise et bien utilisée est une arme dans ce monde de pervers et un excellent bouclier à ces hommes irrespectueux.

N'oubliez pas que votre corps est votre propriété et que quand c'est NON et bien c'est NON et tout va bien. Si monsieur n'est pas d'accord c'est lui le problème et c'est la porte direct !!!!

« SE RESPECTER est un gage d'ESTIME DE SOI »

Q24 - Avez-vous eu des modèles ou des mentors qui vous ont aidé à développer votre affirmation de soi à cet âge-là ?

Non, j'ai un fonds timide.

Ma mère nous obligeait à faire la bise à notre Père même si nous n'avions pas envie, selon elle pour ne pas faire d'histoire.

Obligé de me laver dans la cuisine cacher par ma mère et une serviette aux yeux de mon Père. Je sentais qu'il avait un regard malsain sur moi.

Je n'ai pas confiance en ma mère.

Q25 - Comment gérez-vous les situations où vos besoins et/ou désirs sont en conflit avec ceux des autres en tant qu'adulte ?

Je fais passer leurs besoins avant les miens pour avoir la paix. C'est trop épuisant pour moi d'aller contre.

Ma réponse :

Cela fera aussi partie de la déconstruction : SE PRIORISER avant les autres est très FEMININ

On n'oublie pas que le pouvoir est FEMININ et que sans nous les hommes ne sont rien (dixit Coco CHANEL et Simone de BEAUVOIR)

Q26 - Comment votre niveau d'affirmation de soi a-t-il influencé vos relations, votre carrière et votre bien-être en tant qu'adulte ?

Je ne sais pas.

Ce sont régulièrement des remises en questions et ce ras le bol...

Je n'ai pas de carrière professionnelle car sans arrêt il y avait une fin et il fallait retrouver un autre emploi, j'ai fait que ça dans ma vie, chercher et retrouver un emploi.

Ma réponse :

Par votre vécu, votre cellule familiale, vous êtes dans une instabilité professionnelle et c'est logique. Quand on ne sait pas qui ont est, on est à la merci des autres et de leurs changements d'humeur. Dans le monde professionnel, une personne qui est inexistante à ses yeux se retrouve souvent dans ce genre de situation. Si vous ne savez pas qui vous êtes, comment voulez-vous que les autres apprennent à vous connaître ? N'oubliez pas que le monde dans lequel on évolue est démunie de valeur, de réflexions, de compréhensions. Tout le monde prône la bienveillance et le monde n'a jamais été aussi violent depuis des années.

Q27 - Avez-vous mis en place des stratégies ou des routines spécifiques pour améliorer votre affirmation de soi ?

Non aucune

Ma réponse :

Je vais vous apprendre à avoir votre routine et vous allez voir que prendre du temps pour soi c'est juste magnifique pour notre estime et notre valorisation de soi.

Q28 - Quels sont les obstacles que vous avez rencontrés en essayant de vous affirmer ?

Des désaccords et j'ai baissé les bras. Cela m'a ralenti et interrompu dans mes choix. Soumission je suppose, conditionnement. Trop de responsabilités trop jeune.

Q29 - Quels sont les moments où vous vous sentez le plus en confiance pour exprimer vos opinions et vos désirs ?

A aucun moment je me sens en confiance. J'ai peur de la réaction des personnes, des coups. Mon frère Karl était battu tous les jours par notre Père car il faisait pipi au lit. Privé de nourriture, apprendre les leçons comme punition. J'ai vraiment été traumatisée. Frappait avec une ceinture dans le garage, avec un fouet avec un martinet... enfin ils sont débiles et ne pensais pas à ce que l'on pouvait ressentir... nous les enfants. Pas d'Amour... que de l'autoritarisme et de la violence.

Ma réponse :

La peur est un mécanisme de défense extraordinaire. Vous connaissez la peur sous son mauvais angle malheureusement, mais sachez que la peur peut-être votre meilleur allié. Nous aurons des discussions sur ce point là.

Q30 - Comment envisagez-vous votre parcours futur en matière d'affirmation de soi ?

Avec votre aide, car j'ai besoin d'une référence féminine, dans la douceur et la compréhension.

Ma réponse :

A travers cet accompagnement, je vais vous apprendre à vous connaître et surtout à vous faire découvrir quelle belle personne vous êtes.

Vous l'ignorez sûrement, mais à la lecture de vos réponses, je vous assure que vous êtes une femme extrêmement forte possédant une forte énergie et motivation à renaître.

La féminité est synonyme de force, de puissance mais aussi de douceur, de sensualité, de vulnérabilité au bon sens du terme. Être féminine c'est impacter par sa beauté intérieure, son élégance et son image de soi.

RÉPONSES AU QUESTIONNAIRE TROUVER VOTRE ALTER EGO

En répondant à ce quizz, votre alter égo se révèle être particulière une femme pionnière de l'indépendance et de l'innovation. Ensuite vient un trait souvent caractéristique de la femme indépendante, le symbole de l'engagement.

Voici les deux groupes auquel votre alter égo peut s'identifier :

Les pionnières de l'indépendance et de l'innovation

- Coco CHANEL : Designer de mode et Libératrice des codes féminins
- Mary Quant : Désigner, pionnière de la mode
- Caresse Crosby : Inventrice et éditrice pour celles qui osent défier les normes
- Rose Bertin : Styliste de Marie-Antoinette

Symboles de l'intelligence et de l'engagement

- Françoise Giroud : journaliste et femme de lettres
- Simone de Beauvoir : philosophe féministe
- Maya Angelou : poétesse et militante des droits civiques
- Marie-Curie : physicienne et chimiste, symbole de la persévérance scientifique