

La reconversion d'Isabelle

9-Conseils

J'aurais eu besoin d'un groupe autour de moi (ce que j'ai trouvé avec WRTW par la suite), de personnes qui vivent la même chose, pour lever mes doutes, et me dire que c'est normal que ça prenne du temps, qu'on peut changer d'avis, revenir en arrière, avoir le droit à l'erreur. Savoir qu'on n'est pas tout seul. Ou avoir un mentor ? :-)

Choisir avec qui on partage son projet pour ne pas avoir d'énergie négatives, on n'en a pas besoin.

1-Déclencheur

Mai 2017 : Burn-out professionnel. J'avais l'impression d'avoir fait le tour, j'avais des besoins et on me les refusait.
J'adorais enseigner, mais l'administration rigide ne me convenait plus, je ne me sentais pas libre : temps partiel refusé.
En parallèle : projet de formation diététicienne.
La nutrition et la santé m'attirait déjà, et j'avais l'impression que je perdais ce bénéfice en retournant à l'école

2-Accompagnement

Mon médecin généraliste, très très à l'écoute
Je ne voulais pas suivre une thérapie, je me suis dit que j'y arriverais seule
Mon mari, mes enfants m'ont soutenu, et 2 amies. Cela m'a suffi pour avancer

3-Etapes

Fin 2016 : Ecole de commerce IPAC à Annecy. Je me suis renseignée pour le BTS de diététicienne (PO).
Frein organisationnel car je ne pouvais pas faire la formation en même temps que prof, j'aurais du démissionner.
Quand on m'a expliqué le contenu de la formation de 2 ans, je me suis dit que c'était à nouveau très administratif, stéréotypé, peu personnalisable. Or, ce qui m'intéressait, ma vision, c'était manger pour être en bonne santé et pas pour perdre du poids.

Dec 2016-Juin 2017 : je me suis inscrite au CNED (en ligne) pour faire une mise à niveau en science, avec de la nutrition pendant 6 mois. Cela m'a permis de me dire que j'avais déjà un pied dedans.

Printemps 2017 : le hasard :-)) J'étais à Decitre au rayon livres de cuisine, je feuillette et tombe sur la bio de Amelia Freer.
Je vois à quelle école elle a été formée à Londres. Je regarde sur internet cette école : Institute for optimum nutrition (ION).
Je suis fan des pays anglo-saxon, j'ai postulé, j'ai rencontré quelqu'un en visio. La formation au CNED n'était pas suffisant.

2018-juin 2021 : 1 an de cours (en ligne et en anglais) de remise à niveau en science. Puis 3 ans de formation. Une fois par mois je pouvais me rendre à Londres. L'école était très ouverte et flexible, internationale. Je pouvais faire tous les stages pendant les vacances scolaires (par zoom ou en présentiel à l'école).

En parallèle 2017-2018 : année du burn-out et arrêt maladie. J'ai pu me reconstruire
2018-2019 : j'ai repris à mi-temps thérapeutique
2019-2021 : reprise à temps plein car ils n'ont pas accepté que je reprenne à temps partiel
J'ai redemandé un mi-temps qui a encore été refusé, du coup j'ai démissionné le 31 aout 2021 car je n'avais pas l'énergie de faire les 2 et j'en avez assez aussi.

Été 2021 : j'ai travaillé tout l'été pour mon statut, mon site, et m'installer
Octobre 2021 : j'ai commencé mon activité et suivre mes premiers clients.

4-Freins extérieurs

Un peu financier car j'ai 3 enfants (au collège et au lycée à ce moment-là). J'y pense quand même et c'est dans mon éducation. Les achats étaient réfléchis.
Mon mari avait une bonne situation, je suis consciente de cette chance là.
Pas d'aide possible pour le financement de la formation car c'était à l'étranger.

Je n'ai pas beaucoup parlé de mon projet autour de moi car je n'avais pas envie d'entendre "c'est la crise de la quarantaine"..
Pourtant, j'aime beaucoup partager mais ce projet j'avais envie que ce soit un projet à moi et ma famille.

L'administration à laquelle je dépendais, qui aurait pu être plus simple, mais il ont refusé toute demande : congés sans solde, mi-temps... J'aurais peut-être pas fait le burn-out, ça aurait été gérable avec un mi-temps

8-Besoins

Faire mon site internet : mon fils est dedans donc ça a été simple
J'avais pas trop de crainte de la compta car j'aime bien, je suis carrée
Je ne pensais pas du tout devenir une chef d'entreprise lorsque j'ai commencé ce métier. J'ai eu l'impression de découvrir les choses petit à petit, jusqu'à ce que je croise le collectif WRTW (un collectif d'entrepreneuses) et Sabrina en mars 2022.
Au début, je me suis dit que ce n'était pas pour moi, j'avais l'impression que j'étais trop vieille, et que cela ne correspondait pas à mon domaine d'activité, je me disais que je n'avais pas de charges, donc pas très utile. Sabrina m'a aidé en m'enlevant toutes ses croyances.
Juin 2022 : formation BMC et LinkedIn pour me donner une impulsion pour l'année à venir.
Il me manquait aussi l'humain. je ne l'avais pas anticipé. Je voulais faire partie d'un collectif pour pas me sentir seule. J'ai été invitée à un autre collectif mais j'ai eu l'impression que ce n'était pas pour moi et ne me correspondait pas (maçon, agent immobilier...).

En changeant de métier

Pour m'installer

Je m'imaginai faire toutes mes séances en visio, en formation c'était ok. En fait les gens voulaient me voir en vrai.
Opportunité : mon médecin généraliste me suivait, il voulait lever le pied et m'a proposé son cabinet le jeudi matin pour un loyer dérisoire. Je me voyais rester là-bas avec d'autres médecins + faire les visios chez moi.
Avril 2022 : la Maison Gaia s'est présentée à moi. Hasard de la vie, sur Instagram j'avais leur compte qui s'affichait et je ne faisais pas le lien avec moi car je pensais que c'était plus en lien avec la maternité. Un jour, une fille du collectif WRTH m'en parle, je regarde mieux, je les contacte mi-mars et voilà :-)

7-Enjeux

En tant qu'enseignante au début de ma carrière, j'avais du temps de m'occuper de tout le monde, des différences de chacun.
A la fin, on m'en demandait toujours plus, de personnaliser, en me disant "on vous donnera les moyens".
En fait pas du tout, alors que je devais accueillir des handicapés, HPI, hyperactifs... J'avais l'impression de pas faire ce qu'il fallait.
Etre maître du jeu en exerçant mon nouveau métier : en nutrithérapie, j'ai l'impression de vraiment plonger dans leur vie, leur déséquilibre et de pouvoir leur apporter une offre personnalisée
Je trouvais que la santé féminine n'était pas assez représentée. Profonde envie de donner sa place à la santé féminine. j'avais eu mes propres problématiques et pas les réponses.
Ma cible est partie de là et s'est affinée par la suite.

6-Motivation

L'idée que j'allais pouvoir faire les choses comme je voulais, être libre, un profond besoin de liberté dans mon travail, et dans ma vie perso, ne plus me caler sur les vacances scolaires, réfléchir cent-sept ans pour prendre un rdv...
Me sentir alignée à ces valeurs de santé que je prônais

5-Bloquages internes

Le syndrome de l'imposteur typiquement : la formation était en anglais, étiquetée scientifique
Mon âge : je me disais "Est-ce que tu vas pouvoir cognitivement être capable et physiquement tenir le coup ?"
Le doute : je me disais aussi à des moments : "Est-ce que tu crois que ça en vaut la peine" puis je m'y remettais