

KEYLIAH PAM

FRENCH - ENGLISH

COURBES & ELEGANCES

LE GUIDE INSPIRANT DES SIZES

Keyliah Pam

Courbes & Éléances

Le guide inspirant des sizes

© Keyliah Pam, 2025

ISBN numérique : 979-10-405-9783-4

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Ce guide propose des conseils vestimentaires raffinés et adaptés aux femmes aux formes généreuses, tout en abordant avec bienveillance les enjeux d'estime de soi et d'acceptation de son corps. Plus qu'un simple livre de mode, c'est une invitation à se réapproprier son image, à s'aimer pleinement et à rayonner avec élégance, quelle que soit sa taille.

À propos de moi :

mon parcours, mon histoire

Je m'appelle Emeline AFANE, mais dans mon univers — celui du style, du flair et de la bonne humeur — je suis surtout connue sous le nom de **Keyliah Pam**. Diplômée en marketing et communication, épouse comblée et maman de deux merveilleux enfants (l'un né à Paris, l'autre à New York — oui, je fais dans l'international depuis la maternité), je suis une femme moderne, créative et passionnée... de mode surtout !

Depuis toute petite, j'ai toujours eu ce « je-ne-sais-quoi » qui attirait les regards. Que ce soit au collège, au lycée, dans mes études supérieures, ou même au travail, j'étais celle qui savait assortir les couleurs, détourner un basique en tenue stylée, et accessoiriser un simple t-shirt comme une pièce de haute couture. Très vite, j'ai compris que le style n'est pas qu'une question de vêtements, c'est véritablement un état d'esprit. Et moi, j'étais stylée **dans l'âme** !

Mes amies me consultaient comme on consulte un personal shopper :

— « Keyliah, j'ai une soirée, je mets quoi ? »

— « Et ces bottines, je les porte avec quoi ? »

— « Envoie-moi les liens, je veux exactement ton look ! »

Je devenais influenceuse malgré moi, et ce, bien avant que ce mot ne soit dans l'air du temps. Chaque sortie laissait place à un petit défilé improvisé, chaque couloir d'école se transformait en podium.

Et puis soudain, le plot twist. Le scénario a été changé. Un cancer des surrénales décida de s'inviter à la fête. Résultat : un grand bazar ! Tout d'abord hormonal avec mon corps qui ne répond plus, mais aussi psychologique, car je perds doucement le fil.

Il ne me restait qu'une solution, histoire de régler ce problème de « surrénales » pas très coopératives : prendre mon courage à deux mains, boucler ma valise et quitter le Gabon pour rejoindre la France.



Comment je suis devenue « plus size » : un chemin personnel

La bataille commence.

Un jour, le diagnostic est tombé : mes glandes surrénales avaient décidé de faire la fête sans moi.

Apparemment, elles produisaient davantage d'hormones masculines que féminines ce qui entraînait un déséquilibre total. Pour remettre un peu d'ordre là-dedans, les médecins me prescrivirent **un traitement à base de cortisone**. J'écoutais sagement et prenais des notes car on m'expliqua très sérieusement dans un jargon incompréhensible : *“La cortisone, au sens biochimique, est une molécule glucocorticoïde naturelle de formule $C_{21}H_{28}O_5$, métabolite inactif du cortisol, hormone synthétisée par les glandes surrénales.”*

Dans ma tête, c'était la confusion, la panique ! Pardon ? Merci Docteur, mais ce que je retiens surtout de ce bla-bla débité comme on récite une leçon, c'est la phrase qui fait trembler toute femme stylée dont le miroir est son meilleur allié : **“Effet secondaire principal : prise de poids.”**

Malgré, dans ma tête, je reste confiante : *“Ah mais non, moi je vais gérer. Je vais bouger un peu plus, manger un peu moins, et tout ira bien.”*

Spoiler alert : **rien ne s'est passé comme prévu.**



Je suis passée de **75 kilos à 153 kilos**. Oui, chère lectrice, tu as bien lu ! Il n'y a pas de faute de frappe. Je peux décortiquer le chiffre. Cent. Cinquante. Trois. Kilos. Le double de mon poids avant cette fichue maladie. J'avais beau me répéter « ce n'est qu'un traitement », dans ma garde-robe, les tailles défilaient plus vite qu'un épisode de télé-réalité : **du 42 au 44, puis au 46... et un jour, sans prévenir, le 50 m'a dit bonjour**. Une montée progressive, bien installée, sur 7 longues années.

Bien entendu, comme si Dame Cortisone n'avait pas déjà fait assez de dégâts, j'ai eu la brillante idée, à l'époque où je vivais aux États-Unis, de poser **un stérilet hormonal**. Quelle idée ! J'aime le challenge, mais le résultat fut une double peine car la cortisone et stérilet, c'est le duo infernal, une équipe de

sabotage hormonal, prête à tout pour me transformer en marshmallow chic.

À ce moment-là, j'avais atteint ce que j'appelle **le point de non-retour**. Il ne s'agissait plus de revenir en arrière, mais de faire la **paix avec mon reflet**, d'apprendre à m'aimer dans ce nouveau corps, à le comprendre, à le vêtir, à l'accepter et à le respecter.

Au fond, mon corps ne m'avait pas trahi. Au contraire, il s'était battu, adapté pour survivre. Dorénavant, c'était à moi de l'aimer comme il m'a aimée : sans conditions, sans jugement, avec une garde-robe un peu plus grande, certes, mais toujours avec **beaucoup de style** et ma touche de glamour.

S'aimer et s'accepter : bâtir une confiance en soi solide

Aujourd'hui, j'ai découvert un nouveau corps. Il n'est plus celui d'hier, celui des années lycée ou des débuts de ma vie d'adulte. Non, celui-là a pris de la poitrine, des hanches, du ventre... et également une bonne dose de personnalité aussi ! Je me regarde chaque matin dans le miroir avec ce corps que je n'ai pas vraiment choisi, mais qui fait dorénavant partie intégrante de moi. Et comme je suis de nature résolument optimiste — voire légèrement têtue —, j'ai décidé de ne plus subir mon corps, mais **de l'habiller, de le célébrer, et même de le styliser.**

Je n'avais pas reçu d'autre corps par livraison express, soit, autant faire avec celui-ci, mais pas n'importe comment !

Avec 150 kilos de présence, j'ai une mission : **plaire sans tomber dans le vulgaire**, donner **envie sans provocation**, et surtout, **rester classe, élégante, et stylée**. Je ne cherche pas à cacher mes formes, mais à les sublimer avec subtilité. Mes vêtements ne doivent pas me coller comme un legging trop motivé, ni me noyer comme une tente de camping. Je veux du chic, du bien coupé, du flatteur. Parce qu'on peut être ronde et **rayonnante**, épaisse et **époustouflante** !

C'est en vivant aux États-Unis, loin de la France et de ses diktats souvent plus rigides, que j'ai découvert une véritable révolution : **le body positive**. Là-bas, j'ai vu des femmes bien plus en chair que moi marcher dans la rue avec des crop tops, des mini-jupes, des couleurs flashy — le tout avec un sourire de déesse et un aplomb qui ferait pâlir une reine. Et vous savez quoi ? Elles n'en avaient rien à faire du regard des autres. Aucune gêne, aucun filtre, uniquement elles, telles qu'elles sont dans toute leur vérité.