

MAREME BADIO BOSSER



# UNE QUESTION D'ÉQUILIBRE

---

RÉUSSIR ET BIEN-VIVRE  
LE DÉLICIEUX TOURBILLON  
DE LA MAMAN ACTIVE

Mareme Badio Bosser

# Une question d'équilibre

*Maman, tu resteras une femme active*

© Mareme Badio Bosser, 2023

ISBN numérique : 979-10-405-2804-3

**Librinova**”

[www.librinova.com](http://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.

À ma mère, une femme incroyable partie beaucoup trop vite

À mon père, qui m'ont chacun inculqué la valeur travail par leur trajectoire de vie, par leur sens du travail accompli, par leurs succès professionnels, par leurs accomplissements, leurs valeurs.

À Emgan, Awa Lou, Ambre.

## **- LA RENCONTRE -**

L'instant !

La première seconde du reste de votre vie.

Lorsque la douleur, l'effort se muent en bonheur indescriptible.

Lorsque la maternité vous explose en pleine face.

Lorsque l'amour que vous pensiez avoir pour ce petit être rêvé, imaginé, vous dépasse littéralement et pulvérise votre cœur jusqu'au bout de vos orteils.

La rencontre !

Cet instant unique.

La naissance de votre bébé.

## **- MAMAN ACTIVE -**

Le truisme de la maternité.

L'implacable vérité.

Devenir mère restera le plus beau cadeau que la vie vous donnera.

Donner la vie est sans commune mesure votre plus belle réalisation et votre plus belle victoire. Nos enfants deviennent très souvent notre raison de vivre, de nous battre chaque jour, et cet amour, personnellement, me dépasse.

Oui, devenir maman est sans aucun doute le défi le plus fou que vous vous êtes lancé.

Et puis... concilier vies professionnelle et personnelle... vies de femme, de maman, de couple, vie sociale, intérieure. C'est une nouvelle vie en soi !

Être une maman active est un défi.

Un défi de tous les jours.

De chaque instant.

Il est complexe d'entreprendre. Quelle que soit la grandeur de l'objectif.

Complexe d'évoluer. Complexe d'accomplir, de s'accomplir.

Ne voyez pas en ces quelques lignes une démagogie banale. C'est une évidence.

Se lever aux aurores, s'apprêter, affronter le tourbillon de vie de maman active ainsi que le challenge des relations humaines et professionnelles ; travailler sept heures, voire dix avant de rentrer à son domicile pour assumer la charge visible et invisible qu'impose l'épanouissement de son foyer, en s'occupant de ses enfants, tout en anticipant le lendemain... nécessite une telle force d'effort, une telle capacité à se transcender qu'il serait illusoire de taire cet état de fait.

Être une maman active est un défi de tous les jours. Toutefois, un défi délicieux, un tourbillon plaisant dans lequel il est bon de se laisser embarquer.



## **1. Le retour à la vie active**

Reprendre un emploi suite à une interruption de carrière peut être à la fois excitant et intimidant ; et plus spécifiquement lorsque vous avez été en marge du marché du travail durant plusieurs années.

Relancer votre carrière est une grande décision.

Vient ensuite le processus de recherche de cet emploi qui correspond à la fois à vos objectifs personnels et professionnels.

Mais, par où commencer ?

### **Se concentrer sur les points forts**

Avant de vous lancer dans la mise à jour de votre curriculum vitae, prenez le temps de réfléchir à vos compétences. Pas à ce que vous faisiez par le passé, dans votre ancien poste, dans votre ancienne entreprise, mais plutôt à ce que vous avez aimé et ce qui vous a fait réussir. Pensez aux projets dont vous êtes le plus fière et aux environnements dans lesquels vous avez prospéré. Quelles ont été vos meilleures compétences ? Où avez-vous senti que vous aviez eu un impact ? Une évaluation honnête de vos atouts est la clé.

### **Faire une mise à jour technologique**

Peu importe le secteur ou l'intitulé du poste, la technologie est désormais incontournable. Prenez le temps dès à présent de mettre à jour vos compétences technologiques et de vous informer sur les outils importants qui animent aujourd'hui les décisions en entreprise. Une simple mise à jour de votre sens aigu des médias sociaux n'est pas suffisante. Les outils analytiques, de gestion de la relation client... bref tous les outils qui vous permettront d'avoir une plus-value dans le métier que vous souhaitez exercer valent la peine que vous vous y consacriez. Mieux vous comprendrez ces concepts, plus vous serez susceptible de vous faire embaucher. N'hésitez pas à vous inscrire à des programmes et à des ateliers de formation dans votre région.

### **Valoriser votre capacité d'adaptation**