

AMFA MAG

Janvier 2024

SPORT

Qui sera le prochain
Champion d'Afrique ?

VOYAGE

À la découverte de
la Namibie

BEAUTE

Choisir son parfum selon
son humeur

RIMA

Une make up artist "Made in USA"



EDITO

2024

En 2024, il est important de réfléchir aux objectifs et aux aspirations que nous nous sommes fixés. Le concept de tableau de vision de résolution peut être un outil utile pour visualiser et manifester nos rêves et nos ambitions. Un tableau de vision de résolution peut être créé en rassemblant des images, des mots et des phrases qui représentent nos objectifs et en les collant sur un tableau, une toile ou pour une version 2.0 en le mettant sur votre téléphone. Donc 2024 sera l'année où nous allons tenir un carnet de gratitude et nous reconnaître de ce que l'on a. Toute l'équipe d'Amfa Mag vous souhaite une bonne et heureuse année 2024.

ROSE MYRIAM

Rédactrice

SOMMAIRE

- 6 Interview**
Make up by rima se dévoile à nous
- 11 Beauté**
Choisir son parfum selon son humeur
- 15 Psycho**
Comment Faire son vision Board?
- 21 Sport**
Qui sera le prochain Champion d'Afrique ?





NEFERKEDA
By Guigon



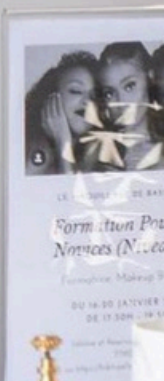
PHARMACIE

GUIGON

PHARMACIE



Make up By RIMA





Qui se cache derrière Makeup by Rima ?

Derrière le nom Rima se trouve une femme audacieuse et ambitieuse, qui a évolué dans les finances et s'est reconvertie dans la beauté par passion. Je suis une go-getter déterminée, pragmatique et passionnée à révolutionner et à faire bouger les choses dans le domaine de la beauté et de l'esthétique au Sénégal. Mon parcours reflète ma volonté d'impacter et c'est cette énergie dynamique qui guide mon engagement.

Parlez-nous de votre métier de maquilleuse

Le métier de maquilleuse est en constante évolution, avec une demande croissante pour des compétences spécialisées. Au Sénégal, l'industrie de la beauté est en plein essor, offrant des opportunités passionnantes pour les professionnels du maquillage. La diversité culturelle et la volonté croissante de soigner l'apparence contribuent à un avenir prometteur pour les maquilleuses au Sénégal, avec des perspectives de carrière variées, que ce soit dans l'industrie de la mode, du cinéma ou des événements spéciaux. Il faudra rester à jour avec les tendances et perfectionner les compétences techniques pour prospérer dans ce domaine dynamique.

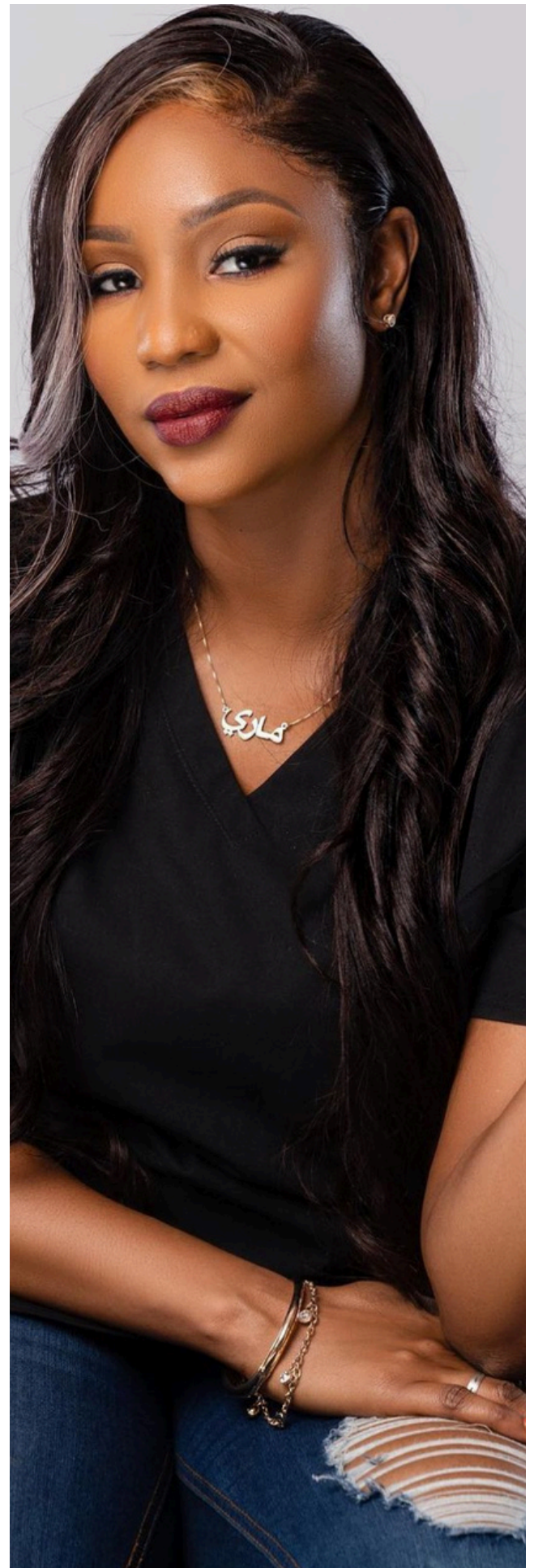
L' "idée d'être indépendante a toujours été ancrée en moi, et je suis ravie de pouvoir donner vie à mes aspirations en volant de mes propres ailes."

Vous avez commencé une aventure entrepreneuriale, pourriez-vous nous en parler ?

J'ai embrassé l'aventure entrepreneuriale avec passion, venant du monde de l'esthétique. L'idée d'être indépendante a toujours été ancrée en moi, et je suis ravie de pouvoir donner vie à mes aspirations en volant de mes propres ailes. L'univers de l'entrepreneuriat me fascine, et chaque jour, je travaille à concrétiser ma vision dans le domaine de la beauté et de l'esthétique. C'est une aventure pleine de défis, mais la possibilité d'impact et de croissance en vaut chaque étape du chemin.

Dites-nous quelques mots sur votre émission de Beauté ?

Mon émission est une célébration de l'excellence dans le domaine de la beauté et de l'entrepreneuriat. J'y invite des entrepreneurs, des femmes fortes et inspirantes, partageant leurs histoires captivantes de succès et de résilience. C'est une plateforme dédiée à l'inspiration, où nous explorons les facettes dynamiques de l'industrie de la beauté, mettant en lumière des parcours uniques et offrant des perspectives stimulantes.





Dans quel état d'esprit êtes-vous pour cette nouvelle année ?

Je démarre cette nouvelle année avec un état d'esprit résolu et orienté vers la famille. Ma résolution principale est de mettre en avant ma famille, cultivant des moments précieux avec eux et créant des souvenirs inoubliables. C'est un chapitre où l'amour familial et la connexion occupent une place centrale dans mes priorités, et je suis enthousiaste à l'idée de vivre cette année avec un sentiment renforcé de lien familial.

“Je démarre cette nouvelle année avec un état d'esprit résolu et orienté vers la famille”



Pourriez-vous donner un conseil aux jeunes que vous inspirez ?

Mon conseil pour les jeunes que j'inspire serait de cultiver la passion et la persévérance. Qu'ils poursuivent leurs rêves avec détermination, apprennent des défis et demeurent authentiques dans leur parcours. La clé réside dans la confiance en soi, l'apprentissage constant et la volonté de surmonter les obstacles pour réaliser leurs aspirations.

Que sera votre mot de la fin ?

Mon mot de la fin serait un appel à l'audace. Osez rêver grand, osez poursuivre vos passions et osez être authentique dans chaque étape de votre parcours. La vie est une aventure unique, alors vivez-la avec intensité, détermination et une touche de grâce. Merci Amfa !

FITLAB



Meet
the Lagree Fitness
MEGAFORMER

OUR SERVICES

- Megaformer classes
- Group classes
- Yoga
- Pilates
- Personal training
- Dance

📍 14 bis rue Béranger Féraud angle Carnot

📷 @fitlab.sn

☎ 77 160 78 13



CHOISIR SON PARFUM SELON SON HUMEUR



Le pouvoir des odeurs sur notre cerveau est bien documenté et des recherches ont montré que les odeurs peuvent influencer considérablement notre humeur. Comprendre l'impact du parfum sur

l'humeur est la première étape pour choisir un parfum qui complétera et sublimerà vos émotions. En sélectionnant un parfum qui correspond à votre humeur, vous pouvez créer une expérience sensorielle personnalisée qui élèvera et apaisera votre esprit et votre âme. Par exemple, si vous vous sentez anxieux ou stressé, vous voudrez peut-être opter pour un parfum qui favorise la relaxation et le calme, tandis que si vous vous sentez énergique et confiant, vous préférerez peut-être un parfum revigorant et vibrant. Lorsqu'il s'agit de choisir un parfum en fonction de votre humeur, il y a quelques facteurs à prendre en compte. Votre tenue du jour, votre âge et votre sensibilité du moment peuvent tous guider vos envies de parfums. De plus, différentes familles de parfums sont associées à différentes ambiances, telles que les parfums floraux et orientaux pour la romance, les parfums boisés et chyprés pour la sophistication, et les parfums frais et aquatiques pour une sensation propre et rafraîchissante.

LES PARFUMS DE LA SAISON



N°5, Chanel

N°5, l'essence même de la féminité. Un bouquet floral poudré sublimé par un flacon iconique aux lignes minimalistes. Un parfum mythique et intemporel.



Vanilla Sex, Tom Ford

VANILLA SEX est une expérience inoubliable, une icône du plaisir sensuel qui est loin d'être innocente.



Oud Isfahan, Dior privé

Oud Isfahan revêt avec élégance une identité orientale : il est la traduction olfactive d'un palais d'Orient, où les couleurs chatoyantes se mêlent aux senteurs enivrantes jusqu'à ne faire plus qu'un.



My Way, Giorgio Armani

My Way est une véritable invitation à s'ouvrir à de nouvelles rencontres, vivre des expériences uniques et élargir ses horizons.



Libre, Ysl

Une lavande florale, sensuelle et audacieuse



Baccarat Rouge 540, Francis Kurkdjian

Né de la maîtrise du parfumeur et de la sagesse du temps, cet Extrait de parfum boisé est, pour Francis Kurkdjian, un aboutissement ultime



Flowerbomb, Viktor and Rolf

Voluptueuse, envoûtante et addictive, Flowerbomb révèle tout le pouvoir des fleurs et de votre féminité dans un sillage gourmand, sensuel et infini.



Idole, Lancôme

Lancôme a imaginé le parfum de cette nouvelle féminité contemporaine.



H U M A N

Inscrivez vous à la newsletters

WEBSITE WEBSITE



www.human-coaching.org



Résolution numéro 1

Comment Faire son vision Board?



Créer un tableau de vision réussi commence par déterminer vos objectifs et vos intentions. Avant de commencer à rassembler de l'inspiration et du matériel, prenez le temps de réfléchir à ce que vous voulez réaliser et à ce que vous espérez voir se produire dans votre vie. Cela vous aidera à identifier vos principales priorités et à concentrer votre tableau de vision sur les choses qui comptent le plus pour vous. Pensez à écrire vos objectifs et vos intentions dans un journal ou un cahier, car cela peut vous aider à clarifier vos pensées et à fournir une feuille de route claire pour votre tableau de vision. Une fois que vous avez une idée claire, il est temps de rassembler du matériel et de l'inspiration.

Cela peut inclure des magazines, des journaux, des photographies, des citations et tout autre élément qui correspond à votre vision. Prenez le temps de parcourir ces documents et de sélectionner ceux qui correspondent le mieux à vos objectifs. Vous souhaitez peut-être également créer une liste de mesures que vous pouvez prendre pour vivre conformément à vos intentions. Cela vous aidera à rester concentré et motivé pendant que vous travaillez pour atteindre vos objectifs. Vous voudrez peut-être commencer par trouver un thème ou une palette de couleurs qui correspond à votre vision, car cela peut aider à créer un tableau cohérent et visuellement attrayant. Pensez à utiliser un support pratique à consulter, comme un modèle ou une mise en page, pour vous assurer que votre tableau est bien organisé et facile à lire.



Lorsque vous collez vos images et vos citations sur votre tableau, prenez le temps de réfléchir à ce que chaque élément représente et à son lien avec vos objectifs. Vous souhaitez peut-être également ajouter de la musique qui vous inspire pour vous aider à rester motivé et concentré. Lorsque vous avez terminé, placez votre tableau de vision dans un endroit bien en vue où vous pourrez le voir tous les jours et vous rappeler de vos objectifs.

VOYAGE

N A M I B I E

Pays de Destinations et expériences incontournables



La Namibie est une terre de merveilles naturelles, avec une gamme diversifiée de paysages offrant des vues à couper le souffle et des expériences uniques. L'une des merveilles naturelles les plus emblématiques de la Namibie est le désert du Namib, réputé pour ses dunes de sable couleur abricot qui ressemblent à des paysages lunaires. La région de Sossusvlei, dans le désert du Namib, possède certaines des dunes de sable les plus hautes du monde, ce qui en fait une destination populaire pour les voyageurs en quête d'aventure et de vues époustouflantes. Une autre merveille naturelle de la Namibie est le Fish River Canyon, l'un des plus grands canyons du monde. Le canyon offre une vue spectaculaire sur la rivière Fish, qui a creusé un sillon dans la roche au fil des millions d'années. Ces merveilles naturelles sont un incontournable pour tout voyageur visitant la Namibie, offrant un aperçu de l'histoire géologique unique du pays et de ses paysages à couper le souffle. En plus de ses merveilles naturelles, la Namibie est également riche en expériences culturelles qui offrent un aperçu unique de la diversité de l'histoire et des traditions du pays.

Du peuple Himba du Nord aux San Bushmen du désert du Kalahari, la Namibie abrite une variété de cultures autochtones qui ont maintenu leur mode de vie traditionnel pendant des siècles. Les voyageurs peuvent explorer le patrimoine culturel du pays en visitant des sites historiques tels que Twyfelfontein, un site classé au patrimoine mondial de l'UNESCO qui présente de l'art rupestre et des gravures anciennes. D'autres expériences culturelles incluent la visite de villages traditionnels, la participation à des festivals culturels et la découverte de l'histoire coloniale du pays. Pour ceux qui recherchent l'aventure, la Namibie propose une gamme d'activités qui répondent à divers intérêts et niveaux de compétence. De la randonnée et du camping en pleine nature aux balades en montgolfière au-dessus du désert, la Namibie a quelque chose pour tout le monde. Les voyageurs peuvent embarquer pour un safari sans chauffeur à travers le parc national d'Etosha, l'un des meilleurs endroits d'Afrique pour observer la faune. Pour une aventure plus active, des sentiers de randonnée tels que le sentier de randonnée Fish River Canyon offrent une expérience stimulante et enrichissante. D'autres activités d'aventure incluent le sandboard, le quad et le parachutisme. Les paysages uniques de la Namibie et la diversité de ses activités en font une destination idéale pour les voyageurs en quête d'aventure.





QUI SERA LE PROCHAIN CHAMPION D'AFRIQUE?

Les performances historiques dans le tournoi peuvent être un bon indicateur du potentiel d'une équipe à remporter le Championnat d'Afrique de football. Le Nigeria, par exemple, a remporté le tournoi à trois reprises et possède un solide palmarès en matière de succès. L'Egypte, avec sept titres à son actif, est une autre équipe avec une riche histoire dans le tournoi. Cependant, il convient de noter que le tournoi est passé d'un événement à 16 équipes à un événement à 24 équipes ces dernières années,

ce qui a conduit à davantage de compétition et à des bouleversements potentiels. Même si les performances historiques sont importantes, ce n'est pas le seul facteur qui détermine les chances de victoire d'une équipe. La forme actuelle et les atouts des joueurs sont également des facteurs clés à prendre en compte pour prédire le vainqueur potentiel du Championnat d'Afrique de football. Des équipes comme le Cameroun, la Côte d'Ivoire, le Nigeria et le Ghana,



qui figurent en tête du classement de la Fédération internationale de football, disposent de joueurs forts et sont actuellement en bonne forme. De plus, des joueurs individuels comme l'Égyptien Mohamed Salah, qui a remporté à deux reprises le titre de Joueur africain de l'année de la CAF, peuvent avoir un impact significatif sur le succès de leur équipe. Le Maroc, qui a terminé quatrième lors de la Coupe du monde 2022 au Qatar, est une autre équipe à surveiller. L'analyse des tirages de la phase de groupes et des huitièmes de finale peut également aider à prédire le vainqueur potentiel du tournoi. Le Sénégal, champion en titre, fait une nouvelle fois figure de favori pour la victoire finale selon un modèle de supercalculateur. De plus, le modèle prédit que le Maroc et la Côte d'Ivoire seront de sérieux prétendants au titre. Cependant, le tournoi s'annonce plus ouvert et compétitif que jamais. La phase de qualification unique et le format éliminatoire augmentent également l'imprévisibilité du tournoi, rendant difficile la prédiction d'un vainqueur clair. En fin de compte, l'équipe qui performe de manière constante tout au long du tournoi et qui se montre à la hauteur dans les moments cruciaux aura les meilleures chances de devenir championne d'Afrique de football. Les sénégalais rêvent de faire un doublé et on est sûr qu'ils vont se donner les moyens d'y arriver.

AMFA MAG



Rédactrice en Chef Awa M. TALL

Credit photo @Dm_soumi
@tala_niang
@canva, @pinterest

Hairstylist @amfabeautyhouse

Direction Artistique Maimouna fadiga
Assistante Editoriale Myriam Coly
Redactrice Beauté Fatou Ball MBAYE
Web Designer Cheikh Abdou Khadr Mballo

AMFA MAGAZINE

134, Route de l'ancien Aéroport Résidence Dia par Senci RDC
+221774465997 / +221338234023 amfamagazine@yahoo.com

www.amfabeauty.com/amfamag