Nathalie Oliver

EXPLORER SON STYLE

Quand la mode devient un chemin vers soi

LEDUC

Pour Nathalie Oliver, la vraie élégance commence par une règle simple : avoir la bonne tenue au bon moment et, surtout, se plaire à soi-même. Le style n'est pas uniquement une question d'apparence, mais une manière de se reconnecter à soi, de cultiver la confiance et l'assurance, et d'être bien dans sa peau.

Dans cet ouvrage, véritable guide bienveillant et inspirant, l'autrice partage tous ses conseils d'experte pour :

- **décrypter les tendances et se les approprier,** mais aussi en sortir et s'amuser avec la mode,
- **trouver le style qui vous convient vraiment** et qui s'adaptera à toutes vos envies,
- **constituer un dressing idéal** qui reflète votre personnalité, tout en étant pratique et raisonné,
- **prendre soin de vous** (*mindset*, alimentation, *skincare*) pour vous révéler bien au-delà des vêtements.

En bonus : ses marques de mode préférées, ses recommandations culturelles et ses influenceurs coup de cœur pour vous inspirer encore plus.

Au fil des pages, Nathalie Oliver vous invite à bâtir une garde-robe qui dévoile qui vous êtes vraiment.

Nathalie Oliver est styliste privée. Depuis plusieurs années, elle accompagne les femmes dans la redécouverte de leur style. Sur son compte Instagram @nathalieoliver.stylist, une communauté de 50 000 *followers* la suit pour ses conseils pratiques et son approche décomplexée. Elle transmet une vision liberée et durable de la mode.

Préface d'**Imane Ayissi**, styliste créateur et directeur artistique de la maison de couture Imane Ayissi.

21,90 euros
Prix TTC France
ISBN : 979-10-285-3643-5
9 791028 536435

editionsleduc.com
LEDUC

FABRIQUÉ EN EUROPE
éditeur écoresponsable

Rayon : Vie quotidienne

Photographie de couverture : © Betül Balkan

EXPLORER SON STYLE

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours… et des cadeaux !
Rendez-vous ici : **bit.ly/newsletterleduc**

Retrouvez-nous sur notre site **www.editionsleduc.com** et sur les réseaux sociaux.

Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !
« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison. Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.

Avec la collaboration de Marjolaine Solaro
Préparation de copie : Anne-Lise Martin
Relecture : Audrey Peuportier
Maquette intérieure : Claire Besset
Design de couverture : Elisabeth Hebert
Photographies : © Betül Balkan
Coiffure et maquillage : Jeanne Alaux
Modèle photo : Cendrine Anton
Lieu du shooting photo : Les Salons Particuliers du Bon Marché Rive Gauche

©2026 Leduc Éditions
76, boulevard Pasteur
75015 Paris – France
ISBN : 979-10-285-3643-5

Nathalie Oliver

EXPLORER SON STYLE

Quand la mode devient un chemin vers soi

LEDUC

Préface d'Imane Ayissi 7
Introduction 13
1. Ma vision de la mode 29
2. Décrypter les tendances 49
3. Trouver son style 67
4. Le dressing en théorie 85
5. Le dressing en pratique 105
6. En voyage 119
7. Le style hors du dressing 127
8. Une journée dans ma peau 147
9. Bonus 171
Conclusion 189

PRÉFACE D'IMANE AYISSI

La mode, c'est d'abord un élément culturel, c'est une identification des femmes au sens large. Il n'y a pas une femme, il y a des femmes.

La mode renvoie à des notions importantes, c'est une affirmation de l'identité, une manière d'afficher la fierté de ce que l'on est, de ce que l'on possède. Elle met en exergue la beauté physique, mais également la beauté intérieure.

Elle a toujours eu un rôle majeur dans la société à travers chaque époque. La manière que l'on a de se vêtir est une deuxième peau très importante. Il y a les modes, les tissus, les coupes, qui permettent d'afficher à quelle strate on appartient.

La mode est un grand théâtre qui nous éduque, nous illumine, nous anime. C'est à la fois un conte de fées splendide et une industrie qui génère énormément d'argent.

Tout comme il y a des femmes au pluriel, il y a, non pas une mode, mais des modes et des styles. L'éventail est très large car les femmes sont très variées. Le corps a différentes formes : quand le tissu prend forme autour de lui, quand il épouse ses formes, alors on obtient le vêtement et la mode prend corps.

On n'a qu'une vie, on n'a qu'une seule chance à jouer dans cette vie, il faut en profiter ! On a le devoir de profiter, de célébrer le corps et d'embrasser la vie. Chaque femme est une reine de beauté à sa manière. La mode permet de se découvrir soi-même, c'est une compagne précieuse de cette exploration !

Dans ce milieu fourmillant, j'ai rencontré Nathalie Oliver, une femme réservée, mais très pointue, brillante, cultivée. J'adore son élégance discrète, sa sobriété lumineuse. Elle parle peu, elle observe, elle dit des choses justes, toujours tout en délicatesse et avec classe. J'aime l'œil connaisseur qu'elle porte sur la mode. Elle possède un vrai rapport aux objets et à la matière. Nous avons en commun l'amour du tissu. Comme moi, elle apprécie l'élégance à l'état pur, ce qui est simple et parfait, bien coupé. La clé du glamour ? C'est la simplicité, Nathalie Oliver possède cela.

Elle prête également attention aux personnes, particulièrement aux artistes, à leur environnement, à leur monde. Elle les adore et les protège. Nous avons besoin de personnes comme elle. Nathalie Oliver est une gardienne de la mode et, plus largement, de l'art et de la culture.

Imane Ayissi
Styliste créateur et directeur artistique de la maison de couture Imane Ayissi

INTRODUCTION

Pourquoi écrire un livre de plus sur la mode alors qu'il en existe déjà un très grand nombre ? C'est la question que je me suis posée quand on me l'a proposé. Qu'est-ce que j'allais pouvoir offrir de plus que les autres ? En y réfléchissant et en consultant mon entourage, j'ai compris que, tout comme j'ai un style qui m'appartient, ma vision de la mode et son utilisation au quotidien sont singulières. Je ne crois pas qu'il y ait de recettes toutes faites pour savoir comment s'habiller ou comment trouver son style pour être bien dans sa peau. Je crois en revanche qu'il y a des chemins à explorer et qu'après de nombreuses années à travailler pour habiller les gens, que cela soit du côté des marques ou dans un accompagnement individuel, je peux partager mon expérience avec celles qui souhaitent cheminer sur cette voie.

Cet ouvrage s'adresse à toutes les femmes, celles qui travaillent, celles qui ont des enfants, mais aussi celles qui ne travaillent pas ou plus, ou qui n'ont pas d'enfants : toutes les femmes qui veulent se retrouver et croquer la vie à pleines dents !

Merci à vous de me faire confiance, je suis honorée de vous accompagner dans cette aventure où je vous invite à vous habiller avec envie et curiosité !

QUI SUIS-JE ?

Je suis Nathalie Oliver, née à Lyon en 1963, et c'est dans cette ville que j'ai grandi jusqu'à mes 21 ans. Petite fille, je suis une bonne élève appliquée qui aime qu'on la félicite. À la maison, le cadre est strict. Mon père, protestant, aime que tout soit carré et impulse une certaine rigueur. J'apprends très tôt qu'il faut travailler dur. Je suis fille unique, donc je m'ennuie beaucoup, mais être seule ne me dérange pas. Au contraire, cette situation stimule ma créativité. Mon occupation préférée consiste à fabriquer des poupées en carton et à leur confectionner des habits en papier pour les vêtir à loisir – à croire que le stylisme a toujours été ma passion.

Enfant, je vois Paris comme le Graal absolu. La capitale me fait bien plus rêver que toute autre destination exotique. Lors des vacances d'hiver à la montagne, je croise souvent l'une de mes tantes parisiennes. Avec ses pantalons pattes d'éléphant et sa collection de sacs Vuitton, elle incarne pour moi une image fascinante de la mode. Dans mon monde de petite fille, c'est la vraie Parisienne, une icône qui se différencie de ma famille qui a un côté plutôt classique. Elle me met au contact des tendances que je ne connais pas, elle éveille mon imaginaire.

Une autre de mes tantes, lyonnaise celle-ci, contribue également à piquer mon intérêt pour la mode. Plus classique, elle me semble d'une élégance folle avec ses petits pulls Courrèges. Elle est abonnée au magazine *Elle* et chaque semaine je n'attends qu'une chose : qu'elle le passe à ma mère pour que je puisse le dévorer ensuite. Ces deux tantes, avec leur sens de l'élégance très différent, m'ont ouvert les yeux sur ce que pouvait représenter la mode.

Cet univers fait écho en moi. Très tôt, j'ai des idées bien arrêtées sur ce que j'aime, sur ce que je veux avoir dans mon armoire, sur ce qui me va bien. À l'école privée, je suis contrainte de porter l'uniforme : une blouse beigeasse terne qui me désole. Alors, j'essaie de l'agrémenter en retroussant les manches ou en portant le col d'une manière différente. Sur cette lancée, je customise mes vêtements, je bricole des pièces, je me révèle à moi-même dans cette exploration. La mode est libératrice. Comme

je suis quelqu'un qui reste dans le cadre, plutôt réservée et introvertie, la mode me permet de sortir de cette image et de me démarquer. Cela peut sembler bateau de le présenter ainsi, mais elle me transporte ailleurs, c'est l'un des fondamentaux de ma vie. Un outil puissant.

Dès la fin du collège, je prends aussi les rênes de la garde-robe de mes parents, car je sens instinctivement ce qui leur convient ou non. Ma mère a épousé mon père très jeune, dès sa sortie du pensionnat ; c'est une personne discrète, timide. Pourtant, elle me laisse faire, car ça l'amuse beaucoup. Je découvre dans *Elle* les tendances, je repère dans les magazines où acheter les dernières pièces à la mode, puis nous filons faire son shopping, notamment dans une boutique du 6e arrondissement de Lyon qui propose des merveilles, comme les toutes premières pièces de chez Kenzo. En ce qui concerne mon père, je le conseille pour ses cravates, je lui explique qu'il faut porter telles couleurs ou telles rayures, il se laisse prendre en main, conscient que j'ai un œil avisé dans ce domaine. Finalement, ils sont les premiers à bénéficier de mon futur métier de styliste !

Après le baccalauréat, je ne suis pas la lignée familiale où l'on étudie le droit ou la médecine ! Pour moi, ça sera LEA (langues étrangères appliquées), car je suis assez douée en langues étrangères, même si je n'ai aucun projet défini pour le moment. À cette époque, je vais souvent en vacances à Port-Grimaud, près de Saint-Tropez. Je fais beaucoup les boutiques et c'est là que j'achète mon tout premier vêtement cher. Je m'en souviens encore, c'est un pantalon Jean-Claude Jitrois en cuir bordeaux que j'ai payé 900 francs, une vraie fortune pour l'époque. Cela renforce encore mon envie d'acheter de jolies pièces et de me construire une belle garde-robe. Dans ces boutiques tropéziennes, je rencontre des Parisiens en vacances qui évoluent dans le domaine de la mode. Là encore, un feu attisé par la curiosité s'allume en moi, je trouve leur univers fantastique, c'est cela que j'ai envie de faire.

À 21 ans, je pars seule à Paris. Grâce à mes connaissances estivales, je décroche un job pour une petite marque qui confectionne des blousons en jean. Mon travail consiste à chercher des pièces aux puces, à m'en inspirer aussi pour en créer d'autres. Ces collections démarrent très fort,

les Japonais et les Américains en sont fous ! J'ai enfin la vie incroyable qui me faisait fantasmer. Certes, je ne compte pas mes heures, mais surtout, je m'amuse follement.

Par la suite, je choisis de faire une spécialisation mode pour avoir des connaissances plus techniques. C'est l'occasion de me former sur le côté technique de cette industrie dont j'ai envie et besoin à cette époque. J'accumule des connaissances sur les matériaux, les tissus, les coupes. Lyon étant la ville des soyeux et des tisseurs, je mets en œuvre mes connaissances lors de stages dans les entreprises locales. J'aiguise mon œil sur les couleurs, les matériaux… Tout cela me donne confiance en moi et affirme mon goût des matières et de la création.

À aucun moment, je n'ai le désir de créer ma marque. Je n'ai pas l'âme d'une entrepreneuse, j'ai besoin d'évoluer au sein d'une structure. Ça tombe bien, je commence à travailler pour une grande marque de prêt-à-porter française. C'est une époque dorée où tout est possible, la fast-fashion n'existe pas encore, on fabrique du beau, de la qualité.

Après quinze ans dans cette société, je reviens à Paris où je développe trois boutiques françaises pour une grande et belle marque italienne. Après une mission de trois ans, je retourne à mes premières amours. J'ai toujours eu la chance de faire des rencontres qui m'amènent au bon endroit. Une amie styliste me propose de travailler en tant que styliste free-lance pour des émissions sur France Télévisions, dont *Les Maternelles*. Parallèlement, je travaille en tant que styliste privée dans ce lieu désormais incontournable de la mode : Le Bon Marché. J'ai aussi des missions pour aider de petites marques à se développer et à construire leurs collections. J'ai également été référente stylistique de la chaîne suisse RTS pendant six ans et travaillé sur les garde-robes des journalistes.

MES DEUX FILLES

J'ai transmis l'amour de la mode à mes deux filles. Je les ai toujours bien habillées avec des tenues Bonpoint, des serre-tête, je rapportais les premières chaussures Prada sport pour enfant… J'ai adoré m'occuper d'elles et de leur garde-robe. J'ai eu la chance d'avoir les moyens de leur acheter beaucoup de vêtements et de m'amuser à les vêtir.

Ma fille aînée, Justine, est restée classique très tard. Désormais, elle présente un look plus sportif, plus *casual*. Ninon, elle, a toujours eu des goûts bien affirmés. Petite elle aimait le léopard et le doré, ce qui ne me ravissait pas ! Elle avait ses idées bien à elle. Maintenant elle a univers mode que j'aime beaucoup !

L'ANECDOTE DE NINON

« Ma mère venait me chercher dans des tenues qui ne ressemblaient pas à celles des autres mamans. J'ai un souvenir précis de l'école primaire : elle m'attendait devant l'école dans une jupe en PVC avec des collants orange ou violets. À l'époque, je lui demandais d'être plus discrète, j'ai compris ensuite que j'avais beaucoup de chance car elle était stylée et, surtout, très libre de s'habiller comme elle voulait. »

MON MANTRA

Plais-toi à toi-même.
C'est capital pour moi de se regarder le matin dans le miroir et de s'apprécier. Avoir de la bienveillance avec soi-même, être en phase avec ses valeurs et garder du recul, voilà ce qui devrait être la base. Les femmes se font souvent passer en dernier dans leur rôle de mère et oublient un peu leur féminité : mais, c'est enfin le moment de se retrouver, de penser à soi, sans tout rejeter pour autant, évidemment. Je conseille aux femmes de se créer une bulle où elles s'occupent d'elles en priorité, pour ensuite être disponibles pour l'extérieur. La vraie question à se poser est celle-ci : suis-je la femme que je rêvais d'être quand j'étais enfant ?

MON PROVERBE

Je ne dis pas toujours ce que je fais, mais je fais toujours ce que je dis.
Ma parole m'engage. Si je promets quelque chose, je m'y tiens, quoi qu'il en coûte. Si je dis à une personne que je vais la soutenir, je le fais. Si j'accepte un rendez-vous, je l'honore. C'est très important pour moi d'avoir cette rigueur quand il s'agit d'honorer ma parole.

MES VALEURS

Parmi les valeurs importantes à mes yeux, il y a le travail. J'ai toujours pensé que c'était important de s'investir à fond dans son travail. Je mets aussi beaucoup d'affect dans ce domaine, je ne sais pas faire autrement, c'est aussi ce qui me permet de prendre autant de plaisir professionnellement. L'honnêteté me paraît tout aussi fondamentale. L'honnêteté en général, mais surtout celle du cœur. Être transparent, fidèle à soi-même dans ce que l'on fait, c'est important.

MON MÉTIER

Je suis styliste privée dans le célèbre magasin Le Bon Marché Rive Gauche. Ce lieu est un laboratoire incroyable de créateurs et de marques plus établies. La phrase que j'entends le plus ? « Je n'ai rien à me mettre ! » Le cœur de mon métier est de rendre la vie plus facile à ceux qui font appel à moi. Ce service s'adresse à tout type de personne, pour toute occasion. Je peux organiser une garde-robe à porter au quotidien comme imaginer des tenues pour des événements spéciaux ou accompagner des changements de vie.

Suivant les besoins des clientes – qui sont aussi parfois des clients –, je les accueille au Bon Marché ou je me rends à leur domicile. Pour la première formule, nous échangeons avant le rendez-vous, puis j'accueille les clients dans un salon privé où ils viennent essayer la sélection que j'ai préparée selon leurs besoins et leurs envies, durant deux heures. À domicile, j'aide les personnes à optimiser leur garde-robe. J'opère un tri et crée des silhouettes intéressantes à partir de ce qu'elles possèdent déjà. Il est toujours possible ensuite de compléter le vestiaire avec une séance de shopping au Bon Marché.

Je sais que j'ai un œil acéré dans le domaine de la mode : c'est oui ou c'est non. J'offre à mes clientes un conseil en toute franchise et je suis heureuse de pouvoir leur faire gagner du temps. Ce sont souvent des femmes actives qui travaillent beaucoup et qui ont envie de donner une image qui correspond à ce qu'elles sont intérieurement et dans leur univers professionnel. Je leur ouvre des horizons adaptés à leur *dress code* selon leur secteur d'activité. Deux heures avec moi, et voilà, elles ont une garde-robe adaptée à leur vie.

Ce que j'apprécie dans ce métier, c'est l'immédiateté. Je vois le résultat tout de suite. Je suis de nature impatiente, la notion de temps long est compliquée pour moi, ce qui rend mon travail très gratifiant. Quand je reçois un SMS d'une cliente qui est contente de notre travail ou qui me transmet un compliment qu'elle a reçu au sujet d'une tenue élaborée ensemble, cela me touche vraiment. Je reste toujours quelque part la petite fille bonne élève qui aime qu'on la félicite !

Ce que j'aime le plus ? Travailler au contact de femmes et d'hommes passionnants au quotidien.

MES MASTER CLASSES

Je propose régulièrement des master classes, aussi bien pour des élèves de grandes écoles que pour des cadres ou des dirigeants qui s'intéressent de près à la manière de s'habiller en entreprise. Encore plus qu'avant, le vêtement au travail est un sujet qui a son importance.

MA PHILOSOPHIE DE LA MODE

Avoir la bonne tenue au bon moment et, surtout, se plaire à soi-même.

LES RÉSEAUX SOCIAUX

« Ça va, maman ? »
Tout débute à l'été 2021, avec ma fille Ninon. Elle revient tout juste de six mois à Hong Kong et je l'emmène avec moi dans tous les événements. Un soir, elle me filme alors que je me prépare. Elle me demande de lui décrire ma tenue du jour, je lui présente chaque pièce qui la compose. Puis elle poste cette vidéo sur TikTok… Et là, tout commence. C'est l'emballement, le lendemain, Ninon constate que ce post fait un nombre de vues incroyable. Alors on recommence et cette deuxième vidéo enregistre encore plus de vues. Un vrai buzz spontané. Tout cela n'était pas prémédité. Les gens sur TikTok se sont demandé qui j'étais. Je suis une femme qui aime s'habiller et qui aime habiller les autres, tout simplement. Ils ont vu que j'appréciais la mode et ça leur a plu. On fait des émules, car d'autres couples mère-fille se sont lancés sur les réseaux sociaux. On continue à poster des vidéos de ma tenue du jour qui commencent systématiquement par une question : « Ça va, maman ? »

J'ai beaucoup de gratitude pour ce partage d'une aventure avec Ninon qui a 29 ans. À cet âge où je devrais moins la voir, nous passons beaucoup de temps ensemble à créer des contenus autour de cette passion qui nous réunit. Elle est plus spécialisée dans la *skincare*, mais a beaucoup

d'appétence pour les nouveautés de la mode. Elle attire mon attention sur certains créateurs, c'est un chouette échange. J'ai manqué de moments mère-fille avec ma maman, notamment à cause de la sclérose en plaques dont elle souffrait. Elle est décédée il y a quelques années, cela me donne une conscience aiguë de la chance que j'ai de partager ces instants avec Ninon.

Instagram : @nathalieoliver.stylist

TikTok : @nathalie.oliver.styliste *aka* « La maman la plus stylée de TikTok »

LE MOT DE NINON

« Il y a peu d'influenceuses de l'âge de ma mère. Elle a son style à elle. Évidemment, elle suit les modes et les tendances, mais elle a sa patte, elle n'essaye pas de ressembler à quelqu'un d'autre ou de s'inventer une personnalité. Elle aime porter des costumes avec des fleurs ou des imprimés parce que ça lui plaît, pas parce que c'est le trend du moment. Par son expérience, sa maturité et sa personnalité, c'est quelqu'un à part sur les réseaux sociaux. Les commentaires à son sujet sont super enthousiastes ! »

MES INSPIRATIONS

Carine Roitfeld. L'ancienne rédactrice en chef de *Vogue* a aussi été mannequin, styliste, conseillère artistique… Elle a su imprimer sa marque partout où elle est passée en restant elle-même, avec des valeurs fortes. Elle a un style qui lui est propre, pas étonnant qu'elle ait été la muse de tant de créateurs. J'apprécie son attachement à son clan qu'elle affiche et qui semble être son socle. Je me retrouve beaucoup dans la fidélité familiale que l'on devine, notamment avec sa fille Julia Restoin Roitfeld. J'ai eu la chance de la rencontrer il y a quelques années au Bon Marché. Elle a un regard incroyable. Elle dégage quelque chose d'exceptionnel, mais reste très accessible. C'est l'incarnation de la femme forte qui travaille dans un

monde qui peut paraître futile, mais qui est bien plus sérieux que ce que l'on imagine.

Isabelle Huppert. L'image mode de l'actrice française est indéniable. Elle a un œil développé et un sens de la mode certain. Ses partis pris forts, comme sa collaboration avec Balenciaga, m'impressionnent beaucoup.

Cate Blanchett. Voilà quelqu'un qui s'amuse follement avec la mode et ça se voit sur le *red carpet* ! Cette actrice ne se fait pas habiller passivement, elle a son mot à dire et choisit des tenues qui correspondent à son style et à ses goûts.

Leïla Bekhti. C'est une jeune femme adorable, simple, rayonnante au naturel, et pourtant très connaisseuse en mode. C'est une actrice intelligente et engagée, elle incarne des valeurs avec les vêtements.

Virginie Efira. L'actrice franco-belge a su se construire une image de modeuse pointue, quel chemin parcouru depuis ses débuts à la télévision ! Comme les autres femmes qui m'inspirent, elle prend les choses en main.

Elles ont aussi des stylistes qui savent leur proposer les tenues des créateurs les plus adaptées à leur image et aux événements auxquels elles participent.

Si l'on sort du domaine strictement mode, mes clientes sont les femmes qui m'inspirent le plus. Certaines ont eu de graves maladies et font preuve d'une énergie formidable, toutes sont incroyables, battantes et incarnent toutes les femmes d'aujourd'hui. Je reçois des leçons de vie tous les jours. Ma cliente la plus âgée a 92 ans. Elle prend toujours le même plaisir à s'habiller. J'adore l'aider à se sentir séduisante. Cela m'émeut, à chaque fois, de la voir repartir si heureuse du Bon Marché.