

## Chemin de Guérison

Donner du sens à la vie

Le sage est guidé non pas par ce qu'il voit,  
mais bien par ce qu'il ressent.

Lao-Tseu



## La lettre de Psycho-Somato-Généalogie (N° 73 - avril 2024)

Bonjour,

Comme le chante si bien Jean Ferrat, « La femme est l'avenir de l'homme » ! Il y a confusion, ce que nous pouvons très bien observé quotidiennement. Ce n'est pas la femme qui est l'avenir de l'homme, loin s'en faut, **c'est le féminin qui est le destin de l'Homme, de l'humanité.**

En dehors des Êtres hermaphrodites, tous les Êtres vivants sont bisexués pour la pérennité de leur espèce. C'est-à-dire que nous avons, hormis le cerveau reptilien (tronc cérébral primitif), deux cerveaux masculin et féminin. Sur le plan psychologique, le cerveau droit est féminin, il est intuitif, créatif, maternel ; le cerveau gauche est rigoureux, cartésien, paternel. Sur le plan biologique, c'est l'inverse. Le cerveau droit est masculin, il gère les conflits territoriaux dans l'affrontement, l'attaque ; le cerveau gauche est féminin, il gère les conflits de territoire dans l'évitement ou la fuite.

Lorsque l'on est atteint d'une maladie, quelle qu'elle soit, c'est le cerveau biologique qui gère les conflits. La maladie survient lorsque l'on est dans une impasse psycho-émotionnelle sans solution dans les deux cerveaux et c'est la troisième solution de survie qui s'installe, ni la fuite, ni l'affrontement, c'est-à-dire « faire le mort ». Pour sortir de l'état maladif, il convient de débloquent les deux cerveaux en retrouvant la capacité de gérer la situation de façon adaptée, soit en affrontant, soit en fuyant. Ce que font le plus souvent les animaux performants en cas de danger. Il s'agit donc avant tout de redevenir un humanimal performant. Comme l'a si bien écrit Darwin, dans la nature, ce ne sont pas les plus forts qui survivent, ce sont les plus « intelligents », à savoir ceux qui savent s'adapter aux situations vécues.

La femme et le féminin ne sont en rien synonymes, de même que l'homme et le masculin. Nous sommes tous nés « bipolaires », masculin et féminin. Ce n'est qu'à la puberté que les hormones sexuelles vont définir le genre, le « mâle » aura plus de testostérone que d'œstrogènes, la « femelle » l'inverse. C'est un équilibre lié à un déséquilibre hormonal naturel.

Or, à quoi assistons-nous depuis des dizaines d'années ? De plus en plus de femmes ne sont plus dans leur féminin ! Elles ont basculé sur le cerveau masculin par déficit en œstrogènes. La libération de la femme était tout à fait légitime face aux inégalités hommes/femmes d'une société très patriarcale depuis la nuit des temps (ce que j'ai développé dans mon livre « Chemin de Vie, chemin de guérison »). Pourtant, elles ne sont pas devenues plus libres pour autant, pas plus que les hommes ! Elles ont pu accéder au pouvoir dans presque tous les domaines, à la domination, voire à la violence, tout comme les hommes. Cela n'a apporté aucune amélioration à l'évolution vers plus de Conscience.

*De plus en plus d'hommes (mais pas encore majoritairement) sont devenus de plus en plus sensibles et moins virils grâce à l'intervention du cerveau inconscient, acceptant mieux leur féminin. Que les femmes remplacent les hommes dans de nombreux domaines de la vie en société ne change rien quand elles se comportent comme eux, dans la violence, l'autoritarisme, la rigidité...*

*La guérison est d'un autre niveau, bien supérieur, c'est la Conscience, l'Amour. Pour y parvenir, il est impératif en premier lieu d'être en bonne santé physique, c'est la Conscience de Conscience. Guérir est la voie du non-conflit. Il ne s'agit plus d'affronter ou de fuir, mais d'anticiper nos comportements. Agissons-nous dans la peur ou dans l'Amour ? On guérit dans le féminin, la créativité artistique, humanitaire, l'Amour inconditionnel de tous les Êtres vivants.*

*Nous sommes venus au monde pour faire évoluer la Conscience de tous, l'Amour, pour vivre dans le plaisir et la plénitude<sup>1</sup>.*

---

## **Au sommaire :**

### **Éditorial**

**A. Jodorowsky :** Blague sur la reconnaissance

**Psychosomatique :** Le « mal-a-dit », message codé du cerveau

**A. Jodorowsky :** Le Dieu intérieur : *extraits*

**La bibliothèque de psychosomatique :** Boris Cyrulnik

**Programme de Psycho-Généalogie**

---

**« Les deux choses les plus importantes dans la vie : la première c'est d'être né et la seconde de découvrir pourquoi ! »**

**Mark Twain**

---

## **Une blague par A. Jodorowsky : Sur la reconnaissance.**

### **« Podothérapie » appliquée**

*« Un juif souffre le martyr parce qu'il porte des chaussures beaucoup trop petites. Un ami s'étonne :*

*-Pourquoi ne t'achètes-tu pas une paire à ta taille ? Par économie ?*

*- Es-tu antisémite ou quoi ? Crois-tu que je sois avare ? Si je porte des chaussures trop petites, c'est parce que mes affaires vont mal, que les racistes prolifèrent comme du chiendent, que ma femme est en train de me quitter et que mes enfants me manquent de respect. Alors, vois-tu, lorsqu'en rentrant chez moi, le soir, je retire mes chaussures, il m'arrive enfin quelque chose d'agréable dans la journée. »*

Avec cette histoire, je suis tout simplement en train d'évoquer tout le mécanisme de la drogue ou de l'alcool. Il existe, par exemple, des personnes qui entrent dans des histoires extrêmement dures, telle la dépendance à une drogue quelconque pour essayer d'apaiser leur angoisse. Ensuite, quand

---

<sup>1</sup> *L'Amour, Dieu intérieur de la guérison (J-C Fajean)*

elles arrivent à s'en sortir, elles s'en vantent constamment et nous les applaudissons. Elles n'ont pourtant aucun mérite, puisque ce sont elles qui se sont mises dans cette situation.

Quel mérite a-t-on de sortir d'une difficulté dans laquelle on s'est mis soi-même ?

Bodhidharma, qui a introduit le bouddhisme en Chine, l'a exprimé très clairement devant l'empereur de Chine. Ce dernier est allé le voir et lui a dit : « J'ai fait traduire deux mille livres. J'ai créé de nombreux monastères. Quel est mon mérite ? » Ce pauvre clochard de Bodhidharma a regardé l'empereur et lui a répondu : « Vous n'avez aucun mérite ! »

On ne peut pas exiger des applaudissements ou de la reconnaissance pour nos actions. Lorsqu'on fait une chose naturelle, il n'est pas question de mérite. Être en bonne santé n'est pas un exploit. S'illuminer non plus. C'est notre devoir, notre voie. C'est notre vie ; Nous n'avons aucun mérite d'avoir un doigt.

[La recherche de reconnaissance chez les humains est partout présente depuis l'enfance. Elle conduit à des comportements souvent très paradoxaux, voire même à des dépressions importantes et des suicides. C'est une recherche d'amour infinie, c'est un manque de Conscience.]

---

## Hommage au Dr Georg Groddeck

### Le livre du Çà



1923



#### **Le précurseur et « père » de la psychosomatique.**

Dans cette série d'articles, je souhaiterai simplement rendre hommage au Dr Georg Groddeck.

Pour celles et ceux qui voudraient relire les articles sur G. Groddeck, vous pouvez les retrouver sur le site [www.centrephilae.com](http://www.centrephilae.com), dans programme – Les lettres passées.

---

#### **Un peu de psychosomatique.**

De plus en plus de preuves s'accumulent et nous confortent dans le sens que toute maladie est psychosomatique et qu'il ne peut plus être question de diviser le corps et l'esprit.

**La maladie (« mal-a-dit ») est un message du cerveau.**

Les maladies sont des histoires naturelles créées par le cerveau. **Ce sont les solutions du cerveau, des messages codés.**

Dans la nature, rien n'est anarchique. Tout est au contraire très cohérent. Pour les maladies, c'est la même chose.

La maladie est toujours le résultat d'un évènement émotionnel psychobiologique **inattendu**, et ce qui est « grave », c'est qu'il est resté sans solution. Voilà pourquoi la maladie, c'est toujours ennuyeux, et non pas grave pour le malade.

La vie biologique est une succession d'instantanés de survie biologique jusqu'à la mort. **Tout dans le cerveau est intégré et programmé en termes biologiques de survie.** A chaque instant, le cerveau sort la solution biologique de survie la plus adaptée, et on continue donc à vivre. **Le Cerveau Biologique ne se trompe jamais.**

Une maladie, c'est lorsqu'il y a un conflit biologique, une peur animale qui entraîne une cassette biologique se déroulant dans la personne en réponse à un conflit non viable, un danger inattendu. La maladie, c'est dans la biologie animale.

Un conflit devient psychosomatique, c'est à dire corrélé à une maladie, somatisé, de 2 manières différentes :

1- Quand l'individu subit un surstress énorme, suraigu, qui met sa vie en danger, à l'instant : si un réflexe n'a pas lieu dans le millième de seconde pour le sauver, à cet instant-là, la possibilité biologique de survie est dépassée. Immédiatement dans le cerveau, il y a une mutation et un programme qui va se mettre en route : celui qui mènera vers une maladie très précise.

Dans la nature « sauvage », c'est LE mécanisme : danger imminent pour la survie. C'est se retrouver brutalement face à l'ours et il va y avoir corps à corps !

2- Quand la personne fait un conflit psychobiologique (danger) aigu et permanent (qui dure et la mine et qu'elle rumine). Chez les humains, c'est de loin selon cette deuxième manière que surviennent les maladies. **Ce qui compte dans la vie, ce ne sont pas les choses, mais la valeur affective que l'on attribue aux choses, chez les humains.**

Quand nous sommes dans un conflit pareil, nous sommes en sympathicotonie permanente, en « suractivité » cérébrale : 100% de notre être est intégré dans le conflit, et nous nous épuisons. C'est-à-dire que nous sommes préférentiellement dans le système nerveux qui fait faire les actions.

Nous ne débranchons jamais ou très mal pour passer en vagotonie, c'est-à-dire en phase de récupération (repos, reconstitution).

Dès que le conflit est passé dans la biologie, cela libère le champ de la pensée. On y voit un peu plus clair, on a une pensée plus active pour trouver une solution au conflit. On se donne deux chances de s'en sortir. C'est un gain de vie, parce que de deux maux, le cerveau choisit toujours le moindre mal. Plutôt que de nous envoyer à la mort en quelques jours, semaines ou mois, inéluctablement si nous vivons la situation antérieure, il fait sortir la situation actuelle qui conduit à la maladie. Celle qui donne plus de temps et plus de chance de s'en sortir lorsque l'on sait interpréter le message envoyé par le cerveau. Chance que n'ont pas les animaux !

Grâce à la maladie, on peut encore chercher et trouver une solution. La maladie c'est faire le mort.

C'est souvent au cours ou au décours d'une maladie que les gens remettent leur mode de vie en question, qu'ils s'autorisent enfin à changer des choses dans leur vie, à **changer de direction.**

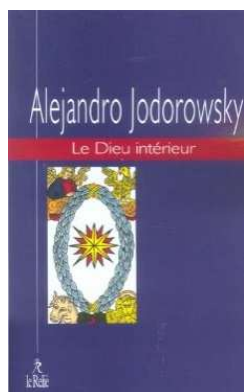
La partie psychique, dont on ne se rend pas compte, est corrélée au circuit biologique et à l'expression de la maladie. **Tout ce dont on prend Conscience ne programme plus, cela n'a plus de sens car il n'y a plus de peur (de la maladie, entre autres).**

**Tout ce qui est conscient, psychologique, ce n'est pas cela qui programme pour les maladies.**

« *La vie te mettra des pierres sut on chemin. A toi de décider si tu en fais un mur ou un pont.* »  
Coluche

---

## Alejandro Jodorowsky – *Le Dieu intérieur*



« *J'ai grandi sans foi – ce qui m'a conduit à chercher, une grande partie de ma vie, une aspirine métaphysique -, mais aussi, providentiel avantage, sans le leurre d'une religion introduite de force dans mon cerveau d'enfant* ».

*Jodorowsky*

Extraits :

« À l'intérieur de nous, nous sommes aimés. Ne cherche pas l'amour de ton père, de ton géniteur, ni celui de ta mère. En le cherchant tu entres dans un jeu symbolique inutile. Si tes parents ne t'ont pas donné ce qu'il fallait, dépasse-les ! Avance ! »

« Une fois que tu commences à obéir à ta voix intérieure et à faire ce qu'elle veut, ton Dieu intérieur te pousse à faire de très grandes choses. Tu es émerveillé de tout ce que tu peux faire. »

« Si tu es impuissant, si tu sens toute créativité morte en toi, ton Dieu intérieur te donne une nouvelle énergie, fait renaître tes capacités. »

« Tu peux faire vivre des choses en toi. N'aie pas peur ! »

« Tant que tu juges les autres, tu ne peux te manifester dans la créativité. Alors, ne juge pas ! Personne ne t'a rien fait, puisque tu es vivant et que tu as le Dieu intérieur en toi. »

« Celui qui n'honore pas son Dieu intérieur ne peut avoir foi en l'univers. Honore-le ! Ne cherche pas en dehors de ce que tu as en toi ! »

« Dès que nous écoutons notre puissance, dès que nous reconnaissons qu'il existe en nous un point éternel, que ce point ne nous appartient pas mais que nous le portons et que nous pouvons nous dissoudre dans cette immensité qui nous habite, nous vivons. »

« Ceux qui n'ont rien donné et ne se sont préoccupés que de leur bien-être - les paralytiques qui ne pensent qu'à eux et qui ne se mettent jamais à la place de l'autre – passeront en jugement. Il faut comprendre que nous créons nous-même le paradis et l'enfer, ce dernier se manifestant à travers l'angoisse. Ceux qui n'ont pas aidé les autres tomberont dedans. »

« *Veux-tu guérir ?* Ecoute ton Dieu intérieur. Désobéis aux lois qui t'immobilisent. *Lève-toi et marche.* »

À suivre.

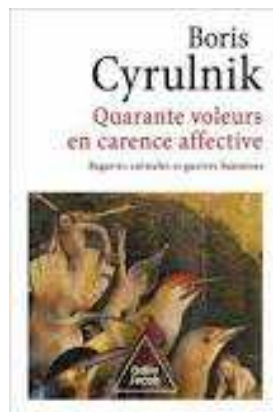
[Le jugement est omniprésent chez les humains et c'est ce qui nous différencie des animaux. Pourtant il est source de nombreux conflits et malheurs car il est le plus souvent un jugement négatif sur les autres, à cause de la peur. Sur le Chemin de vie, seul le jugement positif de toute chose importe.]

---

*« Ta vie sera agréable et sûre lorsque la vie comptera plus à tes yeux que la sécurité, l'amour plus que l'argent, ta liberté plus que l'opinion publique. »*  
Willem Reich (*« Écoute, petit homme ! »*)

---

## **Bibliothèque de Psycho-Généalogie/Psychosomatique.**



« Pendant les années de guerre, j'ai été privé de toute relation. Après la guerre, j'ai été placé dans une institution. Dans ce désert affectif, où la plupart des enfants s'éteignent, j'ai réussi à m'évader en découvrant les mondes animaux. Comme il n'y avait personne à rencontrer, je m'échappais par une déchirure du grillage pour aller parler au chien du voisin. Il m'accueillait avec joie quand je lui racontais mes malheurs. Ce chien m'a beaucoup aidé. Mes seules relations humaines, je les avais avec des bêtes. Est-ce la raison pour laquelle j'ai toujours pensé qu'en étudiant les animaux on pourrait mieux comprendre la condition humaine ? » B. C. Les enfants en carence affective risquent de devenir des adultes violents. La parole humaine, source de créativité, engendre aussi l'horreur des guerres de croyance. Comparant les animaux et les hommes, convoquant une somme inégalée de connaissances et d'expériences cliniques, Boris Cyrulnik nous fait ressentir et comprendre la violence du monde et les racines de la guerre. Poursuivant son exploration conjuguée de l'âme humaine et des mondes animaux, Boris Cyrulnik nous livre ici une œuvre magistrale, où l'on découvre un savant derrière le conteur et le sage. »

---

La Psycho-Généalogie est un outil très performant pour obtenir des guérisons et du mieux-être. Afin de promouvoir cette approche holistique de la santé, le Centre LuminEsens et le Centre Philaé vous proposent de découvrir ou de faire découvrir à vos proches la Psycho-Généalogie par les livres du Dr Jean-Claude Fajeau.

Faites une visite sur les sites.

**Vous pouvez vous procurer les livres :**

Sur le site : <https://www.centrephilae.com> (Suisse et U. E. / Canada)

Au Centre LuminEsens sur place ou sur le site : <https://www.luminesens.ch/livres>

Auprès de Karine Leuenberger à Combremont-le-Grand : 079 823 82 06

Et dans les librairies (Suisse et France)

**Pour toute commande sur le site [www.centrephilae.com](http://www.centrephilae.com) ou par mail ([centrephilae11@gmail.com](mailto:centrephilae11@gmail.com)) le livre *Le malade face à la maladie* vous sera offert.**

**Vous pouvez consulter la liste des livres et CD / DVD**

**Vous pouvez obtenir les enregistrements CD des conférences**

**Voir sur le site (bon de commande) : [www.centrephilae.com](http://www.centrephilae.com)**

---

***« Les vieux qui sont heureux, ce sont ceux qui ont un projet pour demain et non ceux qui pensent à ce qu'ils faisaient dans le passé. »***

---

## Programme en Psychosomatique / Psycho-Généalogie.



### Formation à la Psycho-Somato-Généalogie.

La Psycho-Somato-Généalogie est un art médical **scientifique** nécessitant un maximum de connaissances de bases (anatomiques, physiopathologiques, neurobiologiques, embryologiques, etc.). C'est d'une précision absolue dans les correspondances psychobiologiques.

Cela ne veut pas dire que seuls les médecins sont compétents pour exercer cette discipline.

L'analyse nécessite de la rigueur scientifique. C'est la première partie du chemin vers la guérison.

Cela permet au malade de comprendre le sens du « mal-a-dit ». Mais cela ne suffit pas.

Comme j'ai coutume de dire, la connaissance libère, et c'est l'Amour qui guérit.

L'analyse biologique apporte la connaissance de la réelle raison de la maladie, et non pas de la raison apparente, raison officielle qui arrange tant de monde. Cela évite de se remettre en question soi-même en accusant autrui de ses problèmes, ou en rendant responsable de ses maladies les microbes, le froid, la chaleur, l'accident, etc.

L'analyse permet souvent de trouver une solution pratique à un problème puisqu'il a permis de faire le lien entre la situation conflictuelle vécue avec son ressenti et la maladie. Pourtant cette solution pratique ne permet au mieux qu'une rémission de la maladie et non une guérison, n'en déplaise à certains.

La maladie est une **prison** symbolique, avec un enfermement plus ou moins long selon les maladies. Il convient pour guérir de se libérer, de sortir de cette prison en changeant de direction dès le début de l'enfermement, anticiper la sortie de la maladie-prison afin de ne pas y retourner, cela s'appelle des récurrences ou des rechutes.

Il est nécessaire d'aller plus loin dans l'exploration de l'inconscient personnel et généalogique de la personne.

En psychosomatique, ce qui compte est de comprendre le double aspect de l'humain, ses composantes animale et humaine.

Dans le **symbolisme** nous retrouvons toujours le double aspect : masculin et féminin. C'est la **loi d'ambivalence**, valable pour toute chose. Une partie centrifuge (le masculin) et une partie centripète (le féminin).

Cette loi universelle d'ambivalence mérite une explication car elle s'applique à 100%, à tout être vivant et pour toute situation.

Pour toute chose il existe la chose et son contraire. Le positif et le négatif, le Yang et le Yin. Cela veut dire que toute situation positive peut se retourner et devenir négative. Comme par exemple une histoire d'amour qui en excès peut conduire à la jalousie, à la violence et au crime passionnel.

Il en va de même, et on l'oublie trop souvent, pour une situation négative en apparence, et qui contient toujours du positif. C'est ce que l'on devrait toujours tenter de voir face à une situation désagréable : quel est l'aspect positif qui se cache derrière cette apparente négativité ? Cela peut sembler complexe, mais c'est tout le secret pour vivre heureux.

Je dis toujours à mes consultants qu'il ne faut rien négliger et qu'il est absolument nécessaire de guérir en conscience tous les conflits mêmes les plus anciens, car ils peuvent se réactiver. Et le plus

souvent, avec l'âge surtout, la capacité à solutionner est moindre. En effet, l'expérience m'a montré la justesse de cette prise de position, d'autant qu'il existe une loi biologique qui dit : « Un grand stress réveille tous les stress ». Je me souviens de cette femme de la soixantaine qui était surveillée médicalement pour deux petits polypes récidivants. Malgré leur ablation quelques années auparavant, elle fut diagnostiquée cancer du sigmoïde. Pourquoi ? Parce que conjointement au traitement médico-chirurgical, il est impératif de solutionner le conflit dans toute sa dimension psycho-bio-généalogique et pas seulement le conflit déclenchant par une solution pratique, comme c'est trop souvent le cas, malheureusement.

## **Le programme de la formation à la psychosomatique et Psycho-Généalogie :**

Les ateliers de Psycho-Généalogie et psychosomatique sont ouverts à tous, malades, bien-portants, médecins, thérapeutes, ...

Je propose plusieurs formules :

- des **séances individuelles** (ou petit groupe de 2-3 personnes) où nous analysons le dossier à travers l'histoire personnelle, l'histoire de naissance et l'arbre généalogique, et parallèlement la théorie complète des lois de psycho-somato-généalogie. La durée est d'une demi-journée et le rythme à déterminer après chaque séance.

Atelier en **Visio-formation** (Skype ou Zoom)

**Tarif** : 200.- chf / 170€ la demi-journée

- des **ateliers par petits groupes** de 6 à 8 personnes : une demi-journée tous les quinze jours. La formation comporte 12 sessions.

Atelier en **Visio-formation** (WhatsApp ou Skype)

**Tarif** : 150.- chf / 120€ la demi-journée

**Les tarifs groupes sont particulièrement attractifs pour ouvrir largement l'accès à la Psycho-Généalogie et psychosomatique au plus grand nombre.**

Les personnes intéressées en difficultés financières peuvent bénéficier de tarifs adaptés.

**Si vous êtes intéressé(e)s, contactez-moi (+41-787585749)**

- En **présentiel**, les ateliers sont organisés à partir de 8 personnes en formules de week-end. La formation comporte 6 sessions.

**Tarif** : 400.- chf / 350€

*Le contenu complet de la formation peut vous être adressé sur demande.*

*Toute personne inscrite à la formation prépare un dossier personnel à remettre à Jean-Claude dès le début.*



## Conférences

**Combremont-le-Grand (VD)** – Salle du Four – Place de l'Église 9

**Mardi 4 juin à 19h30**

**Thème : « La guérison intérieure (II) : les niveaux de Conscience »**

*Renseignements et inscriptions : Karine Leuenberger - 079 823 82 06*

*Jean-Claude Fajeau – 078 758 57 49*

**Moutier** – Chemin des Charmilles 2

**Jeudi 6 juin à 19h30 -**

**Thème : « Les conflits liés au poids / La diététique biologique »**

*Renseignements et inscriptions : Marie Jacquat - 078 835 38 79*

*Jean-Claude Fajeau – 078 758 57 49*

**Chexbres** – Grande Rue 5

**Vendredi 7 juin à 19h**

**Thème : « L'analyse de l'arbre généalogique »**

*Renseignements et inscriptions : Mai Phan – 079 955 05 27*

*Jean-Claude Fajeau – 078 758 57 49*

## Ateliers

Ces ateliers se déroulent sur 4 heures avec deux participants pour comprendre et déprogrammer des peurs, des maladies, des situations de mal-être ...

Pour participer, il convient d'avoir préparé un arbre généalogique.

**Moutier** – Chemin des Charmilles 2

*Renseignements et inscriptions : Marie Jacquat - 078 835 38 79*

Les détails sont sur le site : [www.centrephilae.com](http://www.centrephilae.com)

**INFO importante**

**Appel du P. Perronne sur le traité de pandémie de l'OMS le  
24 mai 2024**

[https://twitter.com/verity\\_france/status/1775251125794427019](https://twitter.com/verity_france/status/1775251125794427019)

---

Le mois *prochain* :

Éditorial.

A. Jodorowsky : *Blague ou conte*

A. Jodorowsky : *Le Dieu intérieur (Extraits)*

Psychosomatique : Les conflits liés à ? (Surprise)

La bibliothèque de psychosomatique : ?

Programme de Psycho-Généalogie

Actualités / Infos

---

Retrouvez la lettre de psychosomatique et d'autres renseignements sur le site : [www.centrephilae.com](http://www.centrephilae.com)

Si vous souhaitez lire les lettres précédentes, reportez-vous sur le lien suivant : <http://www.centrephilae.com/pdf/Combiner%20des%20lettres.pdf>

Merci de transmettre cette lettre autour de vous.

Si vous souhaitez voir un sujet précis être abordé dans cette lettre, n'hésitez pas à l'exprimer.

Merci pour vos commentaires et vos témoignages.

\* Vous pouvez vous désinscrire par un simple mail : [centrephilae11@gmail.com](mailto:centrephilae11@gmail.com)

*En cas de réception involontaire d'informations, vous pouvez aussi placer l'adresse mail dans les spams ou indésirables.*



**Superbe !**