



Nos créations Décisives

Alkian canalisé par Christine, 23 février 2010



" Bonsoir à vous. Nous sommes Alkian. Nous vous retrouvons dans la joie, nous ajustons nos fréquences, nous préparons vos corps, nous faisons quelques ajustements en nous installant parmi vous.

Nous saluons vos présences, nous saluons les nombreux invités qui ont pris place à vos côtés, ressentez la joie de leurs présences. Nous vous observons, nous sommes présents avec chacun d'entre vous et d'une manière plus collective avec le groupe que vous formez, avec cette entité que vous formez, en vous regroupant, en mêlant vos fréquences, vos consciences, vos présences. Soyez également dans cette conscience de vos manifestations, de vos créations car le simple fait de vous réunir, de mêler vos énergies, d'être présents avec le même objectif est une création, une création vivante, une création d'énergie dotée d'une conscience.

Voyez comment vous pouvez rendre vivant ces fréquences, comment vous pouvez les transformer, les manipuler. Simplement par vos intentions, simplement par la pureté de vos intentions, la pureté de votre cœur, cet être, cette manifestation que vous créez de toute pièce en vous rassemblant, va prendre telles ou telles fréquences, telles ou telles teintes. Vous n'êtes pas suffisamment conscients de vos créations, de vos créations individuelles, de tout ce que vous pouvez créer, de tout ce que vous manifestez, de tout ce que vous émanez en dehors de vous, qui deviennent des créations, qui deviennent des formes dotées d'énergies, et vous êtes encore moins conscients des créations collectives.

Il y a de nombreuses créations par le simple fait de vous retrouver, de vous rassembler, que ce soit au nom de l'amitié, que ce soit au nom d'un collectif plus formé, d'une association, que ce soit au nom d'un regroupement familial, et toutes ces formes viennent en nourrir d'autres, et toutes ces formes ont leur propre existence, plus ou moins courte, plus ou moins bénéfique, car toutes vos créations, vous le savez s'attirent entre elles, toutes vos créations ont des vibrations qui leur sont propres, ont des attributs qui leur sont propres, ont des natures qui sont uniques, et elles vont essayer de se rapprocher, de se regrouper, elles aussi par affinités, et c'est ainsi que vos « petites créations » vont venir rejoindre des grands égrégores, des égrégores parfois formés il y a de nombreuses années voire plusieurs siècles par des civilisations, parfois très, très anciennes ou par des groupes, des sociétés, des pays car tout ce qui est valable au niveau des créations individuelles l'est aussi au niveau du collectif, et vos états, votre pays a sa propre identité, à ses propres caractéristiques, à sa propre histoire, et ses créations, ses manifestations dans l'astral ne seront pas les mêmes qu'un pays voisin.

Vous pouvez ressentir cela, intuitivement, lorsque vous pensez à tel ou tel pays, vous pouvez ressentir leurs fréquences, leurs énergies, plus ou moins

de douceur, plus ou moins de paix, plus ou moins de force, lorsque vous ressentez cela, vous vous reliez aux corps subtils, aux corps vibratoires, aux corps d'énergies de ces pays, qui sont des entités, des entités vivantes, des entités de conscience, mais bien souvent qui évoluent dans l'inconscience.

Tout cela chères âmes, pour vous ramener de manière individuelle à vos propres créations. C'est en ayant la maîtrise, en ayant cette vigilance, en ayant cette bienveillance quant à vos propres créations que vous arriverez par la suite, de manière plus collective à maîtriser l'avenir, le devenir de votre société, de vos sociétés modernes, de votre pays. Pensez à cela, ne soyez pas défaitistes, ne pensez pas que votre action, votre petite action ne sera qu'une goutte d'eau dans l'océan. En pensant de la sorte, vous vous déchargez de votre responsabilité, et vous vous dévalorisez. Il est temps d'assumer pleinement qui vous êtes, d'assumer pleinement la responsabilité que vous avez d'évoluer sur terre, d'évoluer sur terre à cette période. Il n'est plus question de se laisser aller. Vous avez pu remarquer car vous l'expérimentez, combien les journées passent vite, combien les mois, les années défilent. Vous savez que plus le temps s'accélèrent, plus vous vous rapprochez de vous-mêmes, plus vous rapprochez d'une potentielle guérison, alors il est temps, il est temps chères âmes que cette guérison, que ce bien-être, guérison individuelle et collective, que cette guérison devienne votre ultime but, que ce soit du matin au soir votre motivation première, que chacune de vos actions, que chacune de vos paroles, que chaque acte soit pesé, soit mesuré. Est-ce que cela va dans le sens de ma guérison, de mon bien-être, est-ce que cela va dans le sens de la guérison du Tout, de la planète mais également du collectif humain, du collectif des autres règnes ?

Car là aussi vous avez votre responsabilité, il n'est plus acceptable, chères âmes, il n'est plus acceptable, que des êtres de conscience tolèrent la barbarie encore présente sur cette terre, que de souffrances, que de douleurs encore infligées par l'être humain aux règnes dits inférieurs. Ressentez cela à l'intérieur de vous. Il y a tant de vos frères et sœurs qui sont en souffrance par l'ignorance, par le manque de responsabilité, par le manque de conscience de l'être humain. Vous qui avez choisi de retrouver votre divinité, de retrouver votre présence, vous savez, vous l'avez expérimenté, vous savez au fond de vous combien vous êtes tous reliés les uns aux autres, combien vous êtes tous un des rayons du soleil, qu'il n'y a pas un rayon qui est plus important que l'autre.

Vous qui commencez à entendre votre cœur, qui le laissez s'exprimer, qui le laissez de plus en plus prendre de la place dans votre vie, il est temps de réagir, il est temps de vous exprimer, de manifester tout cet amour, toutes ces prises de conscience, il est temps de sortir vos frères de l'ignorance, et il n'est plus supportable, et il ne sera bientôt plus toléré de faire autant de mal à vos frères et sœurs des autres règnes. Vous savez et vous pouvez également le ressentir en vous en vous reliant à leur conscience collective, que certains d'entre eux ont choisi de quitter la terre. Certains d'entre eux sont venus pour équilibrer les masses, sont venus pour que la terre puisse vous apporter tout ce dont vous avez besoin. Ils ont participé à tout l'équilibre, à l'équilibre dans sa globalité, au niveau des écosystèmes, mais beaucoup plus largement au niveau de tout ce qui est émotionnel, combien de ces êtres transmutent vos émotions, combien de ces êtres vous soutiennent, avec la plus grande humilité, avec la plus grande fidélité à leur mission, avec la plus grande fidélité à leur être, en fonction de leur niveau de

conscience. Nous vous le répétons avec force, il ne sera bientôt plus permis que la maltraitance perdure, que simplement par gratuité, par bêtise humaine, il est très rare chères âmes que nous nous exprimions ainsi, mais nous ressentons, nous observons, nous voyons tous les jours ces créatures souffrir, ces créatures devoir quitter ce plan terrestre. Alors nous vous demandons de penser à eux, nous vous demandons d'agir, d'être pleinement dans votre responsabilité, de les remercier.

Ne pensez pas surtout que le hasard, que le simple hasard fait que vous croisez tel ou tel animal. Vous avez pour certains d'entre vous oeuvrez maintes incarnations ensemble, de nombreux maîtres, de nombreux êtres, de grandes consciences sans être encore arrivés à la maîtrise s'incarnent dans le règne animal pour faire évoluer également ce règne mais surtout pour vous aider, pour aider la conscience humaine à passer des portes, à franchir des caps, à monter les marches. Ils vont vous permettre des les monter deux à deux et non plus une à une.

Voyez comme tout est parfait, voyez la reliance entre chaque chose, entre chaque être. Vous allez vous apercevoir au cours des mois, tout au long de cette année, et des années qui vont suivre combien votre champ de conscience va s'élargir, combien vous allez récupérer vos souvenirs, les mémoires, vous allez à nouveau vous souvenir combien il est possible d'évoluer ensemble, de vivre ensemble, combien il est possible d'instaurer le partage, combien il est possible de vivre tous ensemble quelle que soient les générations, il n'y aura plus tous ces clivages, toutes ces cases où vous vous enfermez. A chaque âge vous avez vos cases, vos prisons et vous vous enfermez, vous vous privez de liberté. Tout cela va voler en éclat, actuellement de grands êtres travaillent sur le mental, sur le corps mental de la terre, et précisément de manière individuelle sur vos corps, sur vos formes pensées, sur vos croyances.

Il est temps de dépoussiérer tout cela, vous allez écrire de nouveaux livres, de nouvelles histoires, ne plus baser toutes vos sociétés sur ces conflits, toutes ces guerres, vous allez vous souvenir, vous allez réécrire, vous allez avoir devant vous des pages blanches, vos sociétés vont renaître. C'est comme si vous alliez commencer l'histoire, vous aurez toute la liberté de l'écrire, de l'écrire bien sûr différemment, autrement, et c'est là que vos frères stellaires vont vous permettre de vous souvenir, de peaufiner les enseignements, vont vous transmettre toutes ces histoires de partage, de communion, d'équilibre. Pour certains d'entre vous, vous avez déjà œuvré, vous vous êtes déjà rendus dans des lieux où le règne entre guillemets dominant était le règne animal, vous avez pu être enseignés par des animaux. Il n'y avait alors pas de hiérarchie, pas de discrimination, simplement des échanges, une appréciation de vos différences, un enrichissement. Il est possible de vous reconnecter à ces fréquences, de reprendre contact avec ces êtres, ces êtres de grande lumière, ces êtres qui guident les incarnations des animaux qui évoluent sur votre planète. Il est possible pour vous d'être encore enseignés, ou simplement d'entrer en contact de fraternité avec ces guides.

Prenez le temps du dialogue et du contact vous serez agréablement surpris. Pour certains d'entre vous, ce seront des retrouvailles joyeuses, tout cela chères âmes pour en revenir à vos créations. Chacun de vos actes, chaque action constituent vos créations, vos manifestations, et bien souvent la

plupart de vos créations sont empreintes d'émotions. Vous avez à épurer, à nettoyer toutes vos émotions, toutes vos créations émotionnelles, toutes ces émotions de tristesse, de lourdeur, de peine, de douleur, de souffrance, de blessure, toutes vos émotions dans cette incarnation mais également dans d'autres. Imaginez toutes les créations de l'humanité, tout cela a formé une couche épaisse, et des êtres, des êtres désincarnés ou des êtres ayant quitté leur corps de matière évoluent également dans ces fréquences, dans ces couches. Imaginez comme un bandeau de fréquences particulières, de fréquences émotionnelles, et alors ce bandeau vibre plus ou moins haut en fonction des émotions, de la nature des émotions.

Chaque nouvelle civilisation, chaque grande civilisation qui est venue s'implanter dans la lumière sur votre terre, a eu pour préoccupation de nettoyer cette bande de fréquences, avec plus ou moins de réussite, et beaucoup de civilisations ont connue leur perte à cause de cette bande de fréquences, trop lourdement chargée. Certains êtres ont réussi à manipuler l'humanité, à manipuler l'être humain, les animaux également en utilisant ces fréquences, et vous sentez combien à l'intérieur de vous, il est toujours difficile de décharger, d'épurer votre corps émotionnel, comme parfois vous pensez que c'est terminé, et une expérience va vous montrer qu'il reste encore l'une ou l'autre blessure, l'une ou l'autre porte à ouvrir.

Car là encore ce sont des portes de prison, ce sont des fréquences qui vous enferment, vous vous renfermez sur vous-mêmes. Ce sont des fréquences qui vous empêchent de grandir, ce sont des fréquences qui vous maintiennent à un certain stade, entendez bien, à un certain stade de développement et de conscience. En libérant toutes ces fréquences, en amenant de la lumière dans cette bande d'émotions, vous allez amener la joie à l'intérieur de vous, et plus globalement, vous allez toucher beaucoup, beaucoup d'êtres qui sont automatiquement reliés à ces fréquences émotionnelles. Vous pouvez imaginer une couche très épaisse, qui parcourt toute la terre, très large, avec des couleurs qui vont des plus sombres aux plus claires, en fonction des émotions.

Vous pouvez vous relier à cette bande de fréquences, vous pouvez ressentir combien il est difficile d'avancer, de traverser cette bande de fréquences. De nombreux êtres, de nombreux guides travaillent avec vous pour libérer, pour nettoyer vos émotions. La terre a choisi également dans sa propre guérison de nettoyer tout ce corps émotionnel qui contient ses propres émotions, toute cette gamme d'émotions, depuis le tout début de son histoire jusqu'à maintenant, ce réservoir d'émotions contient également toutes les émotions de tous les êtres qui sont venus marcher sur cette terre.

Alors ce soir nous allons particulièrement prêter attention aux émotions, à vos émotions. Nous sommes en train précisément de nous relier à vos corps émotionnels, vous allez les ressentir à l'intérieur de vous, autour de vous. Nous allons à nouveau faire appel au cristal, vous allez sentir plusieurs maîtres, le cristal va aider à purifier, à vous nettoyer, nous allons également faire appel à l'eau, à l'élément eau, et à tous les êtres qui peuplent, qui animent l'eau, et en travaillant en cet instant sur vos corps d'émotions, sur vos corps émotionnels, plus largement nous allons avoir une influence, nous allons apporter une contribution à cette bande d'émotions qui entourent toute la terre. En vous libérant de vos émotions, vous allez libérer vos cœurs chères âmes, vous allez retrouver toute la légèreté, vous allez retrouver la

joie d'être qui vous êtes, la joie d'être où vous êtes, la joie d'être ici et maintenant dans ce corps.

Prenez contact avec vos corps, ce sont également des êtres de conscience, ce sont des parties de vous-mêmes, prenez le temps d'entrer en contact avec votre corps émotionnel, de lui parler, de le rassurer, car vous allez le soulager, vous allez amener à l'intérieur de vous des fréquences légères lumineuses, vous allez le nourrir. Vos corps sont préparés, vous allez maintenant prendre le temps de l'introspection, d'aller, d'entrer en contact avec ces émotions qui ont pu se figer à l'intérieur de vous, soit de les découvrir, soit de les redécouvrir. Nous vous invitons comme dans une maison à ouvrir grand les fenêtres, les portes, les portes des armoires, à regarder en dessous des tapis car bon nombre d'entre vous ont refoulé certaines émotions et les ont cachées sous les tapis. Allez à la recherche de ces émotions cachées refoulées, ne les traquez pas comme des ennemis chères âmes, elles font partie de vous, saluez ces émotions, vous allez les délivrer, prenez les par la main et ramenez les à vous à votre conscience. Pendant que vous allez chercher vos émotions, nous installons, nous activons le cristal présent au milieu de cette pièce. L'élément eau se pose sur ce cristal, prenez le temps de regrouper vos émotions, n'allez pas les chercher avec votre mental, allez y avec votre cœur, avec toute la bienveillance dont vous êtes capable vis-à-vis de vous-mêmes. Et au fur et à mesure vous allez faire don de toutes vos émotions au cristal, au centre de cette pièce, ses fréquences sont activées. Voyez vos émotions partir, vous quitter, voyez comme elles changent de teintes au contact du cristal.

Remerciez vous, que de choses gardées à l'intérieur de vous, parfois très anciennes, que vous pensiez avoir digérées, et que vous retrouvez dans un coin. Ressentez comme ces émotions sont lourdes, comme elles ont pu vous handicaper, vous freiner. Il est temps de retrouver votre légèreté, de retrouver votre liberté, et c'est, chères âmes, avec joie, et dans la joie que vous devez les donner au cristal.

Ressentez maintenant entrer à l'intérieur de vous par votre couronne, l'élément eau gorgé de particules dorées, cette pluie qui va entrer à l'intérieur de vos couronnes, cette pluie qui va vous parcourir, qui va vous laver complètement, qui va permettre de rééquilibrer en profondeur votre corps émotionnel. Sentez sa légèreté, sentez sa puissance, en rééquilibrant votre corps émotionnel elle va permettre également de réajuster son taux vibratoire. Tous vos corps sont imbriqués les uns dans les autres, donc un rééquilibrage de tout votre être, de tous vos corps subtils va avoir lieu afin que vous soyez à nouveau dans l'équilibre. Pour certains vous pourrez ressentir comme si vous vous souleviez, il s'agit simplement d'un réajustement. Comprenez combien vous avez amené de la légèreté en faisant ce ménage, vous avez permis que tous vos corps soient encodés autrement, que d'autres fréquences viennent prendre place à l'intérieur de vous, d'autres teintes prennent place, et vous intégrez ces nouvelles fréquences, vous prenez le temps de les recevoir.

Ce sont maintenant vos cœurs qui reçoivent ces fréquences, ces lumières, ces énergies dorées, ces énergies bleutées. Ressentez la paix et la joie, ressentez comme vos cœurs prennent leur place, comme ils se libèrent. Par cette libération vous allez pouvoir revoir par votre présence divine sa lumière, vous allez recevoir les informations dont vous avez besoin pour

mener à bien votre incarnation, votre conscience va s'élargir, d'autres fonctionnements vont se mettre en place à l'intérieur de vous, n'oubliez pas chères âmes, la page blanche, le début de l'histoire, tout est à créer, tout est à reconstruire. Vous êtes les détenteurs des nouvelles bases, des nouvelles fondations de vos sociétés.

En élargissant votre conscience, vous allez également redécouvrir votre planète, entrer en contact d'une manière plus présente, plus importante avec votre planète, avec votre terre, avec son être de conscience, le dialogue va s'installer, un dialogue de collaboration, d'entraide. Nombreux également seront les contacts avec les peuples intra terrestres, qui dialoguent déjà de manière très active avec votre terre, qui a réussi à se mettre au diapason de sa partie la plus élevée. Tout cela chères âmes est réalité, vous n'allez faire que redécouvrir, que vous redécouvrir les uns avec les autres. Au fur et à mesure que les voiles vont s'enlever, votre vision va se modifier, vous allez d'un seul coup prendre conscience de tous les êtres qui sont à vos côtés, qui l'ont toujours été, vous allez vous rendre compte combien d'incarnations vous avez vécu en étant aveugle, en ayant complètement occulté tous les êtres qui vous accompagnaient, en ayant complètement occulté votre identité, vos origines. Vous avez souvent été en pilote automatique, et au fur et à mesure vous vous êtes coupés de vous- mêmes. Et c'est tout cela que vous êtes en train de retrouver, vous êtes en train de vous retrouver, de retrouver vos identités. C'est ce qui doit vous aider à vous lever le matin, c'est ce qui doit procurer votre joie intérieure car le plus beau est à venir.

Vos corps s'apaisent, de nouvelles fréquences se sont installées. Les fréquences de votre cercle, de votre groupe se sont harmonisées et nous allons pouvoir maintenant nous relier au corps émotionnel de la terre, nous relier plus particulièrement aux océans, aux mers, à toutes les étendues d'eau, si petites soient elles. Nous allons entrer en contact avec tous les êtres qui peuplent ces étendues d'eau, tous les êtres qui animent l'eau, et toutes les fréquences d'équilibre que vous avez maintenant à l'intérieur de vous, toute votre lumière, nous allons amener tout cela, par l'ouverture de nos cœurs, de vos cœurs, tous ensemble nous allons distribuer, transmettre ces fréquences.

Voyez les cours d'eau changer de teintes, voyez les s'épurer, se nettoyer, ressentez leur libération, voyez aussi comme certaines terres, comme certains pays souffrent de ce manque d'eau, comme l'eau ne peut plus couler tant les émotions sont dures, tant les émotions sont cristallisées, tant de souffrances, et de douleurs accumulées.

Et vous voyez maintenant toutes ces étendues, les mers, les océans, les cours d'eau, gorgés de lumière, vous voyez l'eau pétiller, vous la sentez respirer, vous la sentez vivre, revivre en certains endroit .Toutes les eaux présentes sur terre sont régulièrement épurées, régulièrement nettoyées par les cristaux, et par le cristal central de la terre, mais il arrive que ces étendues soient tellement chargées, que les fréquences soient tellement lourdes que ce travail de nettoyage, d'épuration prenne beaucoup plus de temps, soit rendu beaucoup plus difficile, ardu, compliqué. De nombreux êtres, que ce soit dans le règne minéral, végétal ou animal, contribuent à la transmutation de toutes ces fréquences, de toutes ces émotions. Là encore le travail de tous ces êtres est rendu difficile, compliqué par l'action de l'être humain.

Sachez également chères âmes que ces vastes étendues d'eau sont régulièrement encodées, reçoivent des nouvelles fréquences, des fréquences de lumière, des fréquences ascensionnelles. Ces fréquences sont véhiculées par cet élément eau, et doivent apporter la guérison, doivent apporter l'équilibre, l'harmonie sur la terre. Ces fréquences ont besoin d'un certain terreau, ont besoin pour pouvoir être transformées, pour pouvoir être distribuées par après, d'être reçues dans de bonne condition. La qualité de l'eau de manière générale s'est beaucoup dégradée, et les molécules même de l'eau se sont dégradées, et il est souvent difficile de les encoder, de leur permettre de restituer dans toute leur pureté ces fréquences de lumière.

Là encore il y a eu beaucoup de manipulations car vous savez très bien que l'eau est un parfait véhicule, de nombreux messages vous ont été transmis par l'eau, cela continue encore, alors veuillez chères âmes de manière individuelle, à ne pas manipuler l'eau, à lui permettre de rester dans sa pureté, qu'elle puisse à travers ses molécules véhiculer la lumière, veuillez à ne pas la souiller, il s'agit parfois simplement de vos pensées. Vous êtes constitués de tellement d'eau qu'il est extrêmement facile, en transformant les molécules de l'eau, en les encodant de vous manipuler. Comprenez toute l'importance de ce véhicule, toute l'importance de cet élément, et combien il est facile de vous manipuler avec vos émotions.

La lumière s'est installée dans les océans, dans les mers, dans les cours d'eau, vous pouvez ressentir combien vous êtes reliés à ces étendues, vous pouvez ressentir la joie de votre terre, et de votre planète.

« Je vous salue, je suis Gaïa, tant de joie me traverse en cet instant, tant de joie de vous retrouver dans vos présences, de vous retrouver dans la lumière de votre cœur. Pendant de nombreuses incarnations, pendant très longtemps nous avons été coupés les uns des autres, nous avons œuvré de notre côté sans nous retrouver, chacun avec ses propres blessures, avec ses propres bagages. Le temps des retrouvailles est venu et je retrouve chacun d'entre vous, je vous retrouve dans la joie, je vous retrouve et vous salue. Je vous ai portés, je vous ai nourris, je vous ai chéris, que vous receviez en cet instant tout mon amour, tout l'amour d'une mère, vous qui avez depuis si longtemps marché à mes côtés. Nous avons traversé ensemble de nombreux épisodes, qui ne sont pas tous retranscrits, qui ne sont pas tous connus, que vous retrouvez dans vos mémoires, dans vos souvenirs. Je suis présente en chacun d'entre vous, je vous accompagne à chaque instant, comme vous m'accompagnez à chaque instant. Il n'y a rien de plus simple que de se relier entre nous, tellement vous êtes constitués de ma matière, tellement vous êtes porteurs de mes fréquences, et c'est ensemble, main dans la main que nous marchons maintenant. Je vous ai reconnus, sachez me reconnaître, sachez me ressentir. Je suis encore porteuse de souffrances et de douleurs, vous pouvez les ressentir, et je vous remercie, je remercie tous les êtres qui pensent à ma guérison, tous les êtres qui sont sensibles à la guérison de tous les êtres qui marchent sur mon sol. Il y a encore tant d'êtres prisonniers, tant d'êtres enfermés, qui n'ont pas quitté ces plans de matière, tant d'êtres à délivrer. De plus en plus je participerai à vos rituels, de plus en plus je participerai à ces guérisons, à ces libérations. Sachez me

reconnaître, sachez m'invoquer, pendant longtemps vous m'avez oublié, pendant longtemps vous n'avez vu de moi que mon côté matière. Vous avez souvent imploré le ciel en oubliant la terre. Je suis vivante, je suis présente, je me manifeste en chacun d'entre vous, en instaurant le dialogue, nous pourrions parvenir à la guérison. Je vous porte dans mon cœur et je vous chéris. »

Nous, nous retrouvons chères âmes, nous nous retrouvons après ce partage, nous nous retrouvons enrichis, nous nous retrouvons plus légers. Nous vous observons et nous voyons combien les teintes de votre aura ont changé, combien vos vibrations se sont modifiées. Nous observons vos cœurs, nous sommes en joie de les voir si détendus, si ouverts, en état de réception, de communion. Soyez accueillis dans l'énergie du Tout, dans l'énergie du Un. Ce sont vos énergies, vos fréquences.

Nous allons maintenant prendre congé, doucement nous retirer, en vous saluant chères âmes, en vous rappelant combien vos créations sont décisives. Nous vous saluons. »

*Vous pouvez reproduire ces textes et en donner copies aux conditions suivantes:
Qu'ils ne soient pas coupés et qu'il n'y ait aucune modification de contenu. Que vous
fassiez référence à notre site www.eveiletbienetre.com*