

RESSOURCES & SENS

LILA RHIYOURHI

# VOUS AUSSI, VOUS ÊTES MÉDIUM



**PAR L'AUTEURE DU BEST-SELLER  
VOUS AUSSI, VOUS ÊTES MAGNÉTISEUR !**

L E D U C . S  
P R A T I Q U E

Nous avons tous en nous des capacités pour devenir médium, qui ne demandent qu'à être activées et entraînées. Médium depuis l'enfance, Lila Rhiyourhi nous livre tous ses secrets pour, à notre tour, aiguïser nos perceptions et nous ouvrir avec précaution au monde invisible.

### Lila vous propose, dans ce livre, une initiation complète à la médiumnité :

- **Prenez conscience de vos facultés** et découvrez la médiumnité spirite axée sur l'aide et le soulagement individuel et collectif.
- **Intégrez les étapes indispensables à une bonne préparation intérieure** : hygiène de vie et énergétique, état d'esprit, intention, puissants rituels de protection...
- **Amplifiez vos perceptions** grâce à plus de 40 exercices simples et de prières s'appuyant sur la méditation, l'intuition, les rêves, l'emploi de cristaux et d'huiles essentielles...
- **Entrez en contact avec le monde spirite et accueillez ses messages** en maîtrisant le pendule spirite et en venant en aide aux défunts.

Grâce à cet ouvrage riche en témoignages forts, vous accédez à une véritable sagesse et répondez à vos aspirations profondes.



© Régine Halimi

**Lila Rhiyourhi** est magnétiseuse, guérisseuse, spirite et médium. Sa réputation internationale lui vient de sa pratique professionnelle du magnétisme spirite et des résultats exceptionnels obtenus depuis plus de 20 ans. Elle dispense régulièrement des soins pour nettoyer les personnes et les lieux. Retrouvez-la sur son site **rhiyourhi-lila.com**

ISBN : 979-10-285-1589-8



9 791028 515898

**18 euros**  
Prix TTC France

L E D U C . S  
P R A T I Q U E

Rayon :  
Développement personnel



## DE LA MÊME AUTEURE, AUX ÉDITIONS LEDUC.S

*Vous aussi, vous êtes magnétiseur !*, 2018

*Nettoyez votre énergie*, 2019

### REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

**Inscrivez-vous à notre newsletter** et recevez chaque mois :

- des conseils inédits pour vous sentir bien ;
- des interviews et des vidéos exclusives ;
- des avant-premières, des bonus et des jeux !

Rendez-vous sur la page :

**[bit.ly/newsletterleduc](http://bit.ly/newsletterleduc)**

**Découvrez aussi notre catalogue** complet en ligne sur  
notre site : **[www.editionsleduc.com](http://www.editionsleduc.com)**

Enfin, retrouvez toute notre actualité sur notre blog et sur les  
réseaux sociaux.



Conseil éditorial : Nathalie Ferron

Édition : Stéphane Sérédouk

Maquette : Elisabeth Chardin

Illustrations : Adobe Stock

Design de couverture : Antartik

Illustration de couverture : Chen Liu/EyeEm/GettyImages

© 2019 LEDUC.S Éditions

10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée- Buffon,

75015 Paris – France

ISBN : 979-10-285-1589-8

RESSOURCES & SENS

LILA RHIYOURHI

# VOUS AUSSI, VOUS ÊTES MÉDIUM

L E D U C . S  
P R A T I Q U E

# SOMMAIRE

<b>INTRODUCTION</b> .....	<b>7</b>
<b>PARTIE 1. POURQUOI LA MÉDIUMNITÉ VA CHANGER VOTRE VIE</b> .....	<b>11</b>
CHAPITRE 1 : INTUITION, VOYANCE, MÉDIUMNITÉ... DE QUOI PARLE-T-ON ? .....	13
CHAPITRE 2 : NE RÊVEZ PLUS DE DEVENIR MÉDIUM : VOUS L'ÊTES DÉJÀ ! .....	19
CHAPITRE 3 : LA PARTICULARITÉ DE MON APPROCHE : LA MÉDIUMNITÉ SPIRITE .....	33
CHAPITRE 4 : RÉPONDEZ À VOS ASPIRATIONS LES PLUS PROFONDES .....	43
<b>PARTIE 2. LES CLÉS D'UNE PRÉPARATION EFFICACE</b> .....	<b>51</b>
CHAPITRE 1 : VOUS EN CROIRE CAPABLE .....	53
CHAPITRE 2 : ÉLEVEZ VOTRE NIVEAU VIBRATOIRE .....	57
CHAPITRE 3 : APPRENEZ À ÊTRE ATTENTIF AUX SIGNES .....	69
CHAPITRE 4 : AFFRONTÉZ VOS PEURS ET VOS DOUTES.....	77
CHAPITRE 5 : ACTIVEZ PROGRESSIVEMENT LE TROISIÈME ŒIL .....	85
CHAPITRE 6 : ADOPTEZ UNE HYGIÈNE ÉNERGÉTIQUE RIGOUREUSE.....	93

<b>PARTIE 3. L'INTUITION : ÊTRE D'ABORD MÉDIUM AVEC SOI-MÊME.....</b>	<b>105</b>
CHAPITRE 1 : S'ENTRAÎNER À ÉCOUTER .....	107
CHAPITRE 2 : AMPLIFIEZ VOS PERCEPTIONS INTUITIVES .....	119
CHAPITRE 3 : ACCÉDER À DES RÉPONSES POUR SOI : LA GUIDANCE INTÉRIEURE .....	139
CHAPITRE 4 : SAISISSEZ LES SYNCHRONICITÉS .....	151
CHAPITRE 5 : RECEVEZ L'INTUITION DANS LES RÊVES.....	157
 <b>PARTIE 4.RESSENTIR, ENTENDRE, VOIR : S'OUVRIRE À LA MÉDIUMNITÉ SPIRITE.....</b>	 <b>171</b>
CHAPITRE 1 : VOUS PROTÉGER EFFICACEMENT .....	173
CHAPITRE 2 : MAÎTRISEZ LE PENDULE SPIRITE.....	187
CHAPITRE 3 : EXERCEZ ET AMPLIFIEZ VOS DONS NATURELLEMENT .....	199
CHAPITRE 4 : POURSUIVRE ET NE PAS SE DÉCOURAGER .....	213
CHAPITRE 5 : VENIR EN AIDE AUX DÉFUNTS .....	225
 <b>CONCLUSION .....</b>	 <b>239</b>
<b>ANNEXES .....</b>	<b>241</b>
<b>TABLE DES MATIÈRES.....</b>	<b>250</b>





# INTRODUCTION

**J**ouir à tout instant du discernement sur ce que vous et votre famille devez faire, avoir des idées géniales, savoir choisir les bonnes personnes, les bons lieux, identifier les opportunités favorables... N'en rêvez plus, faites-le !

Développer votre don naturel pour la médiumnité va vous permettre d'accéder facilement à une connaissance et une sagesse illimitées. Vous savez, quand vous vous demandez : « Dois-je changer de travail ou attendre quelques mois l'arrivée de nouvelles opportunités pour progresser ? Vais-je guérir de ma maladie ? Dois-je déménager ? » À toutes ces questions, vous pouvez obtenir des réponses qui vous aideront à évoluer avec joie et sérénité sur votre chemin. Vous pourrez ainsi éviter bien des souffrances inutiles. Et aider vos proches par des paroles apaisantes ou des actes inspirés.

Personne n'est indifférent à la médiumnité : elle fait rêver ou elle fait peur. Dans les deux cas, cela signifie qu'elle vous attire intensément. Ce don que vous possédez en vous-même attend d'être activé, réveillé, entraîné ; afin de vous aider à devenir des êtres humains accomplis et pleinement épanouis.

Eh oui ! L'être humain est avant tout un être spirituel. En développant vos dons psychiques, vous accéderez à un plus haut niveau de bien-être et d'exaltation. En répondant à cet appel profond que vous lance votre âme, vous allez arrêter de vous chercher : vous vous serez trouvé.

Quelle jubilation de se sentir uni et en lien avec des Êtres de lumière, des Êtres pleins d'amour et de bienveillance, à commencer par votre âme elle-même. Qu'il est doux de sentir le soutien de sa famille d'en haut et de savoir que quoi qu'il se passe, jamais vous ne serez seul !

Dans ce livre, vous allez vous ouvrir au monde invisible des esprits. Si vous n'y croyez pas, je vous demande juste d'être curieux et d'avoir l'esprit scientifique : observez et expérimentez. Essayez ce que je vous propose. Vivez-le et faites-vous votre propre idée.

En contact avec des Êtres de lumière depuis ma plus tendre enfance, la méthode unique que je vous propose s'appuie sur ma propre expérience et sur les enseignements des guides spirituels eux-mêmes. Surtout, elle vous donne toutes les clés pour que vous deveniez parfaitement autonome. S'aventurer dans le monde des esprits exige de la rigueur, de l'éthique, de l'abnégation et surtout beaucoup de travail sur soi pour élever ses pensées, ses vibrations et ses sentiments. Vous en sortirez grandi. Ce travail que vous ferez pour développer vos facultés va progressivement vous transformer intérieurement.

Si vous avez quelques appréhensions, rassurez-vous : elles sont naturelles. Nous allons les lever ensemble, pas à pas. Avec votre singularité, vous êtes vous aussi capable d'exprimer votre propre médiumnalité, celle qui vous aidera et aidera ceux qui vous croiseront. L'éveil de nos capacités exige que nous soyons ouverts, en paix avec nous-mêmes. Aussi pourra-t-il mettre en lumière certains points de blocage ou crispations qui ont besoin d'être libérés, tels que des émotions lourdes.

Si vous suivez précisément ma méthode, vous serez toujours en sécurité, au contact du meilleur de vous-même et des autres, orienté vers tout ce qui est favorable à l'intérêt de tous. Suivre cette approche ne demande qu'une chose : choisir d'être au service du soulagement de la souffrance et ouvrir son cœur à l'amour. Dès lors, vous allez y voir plus clairement dans votre propre vie et aider vos proches à mieux vivre.

## **AVERTISSEMENT**

Mes enseignements s'appuient sur la canalisation de grands maîtres spirituels, anges, archanges et guides destinés à nous aider à progresser individuellement et collectivement en tant qu'humanité. Ils sont d'essence spirituelle, mais aucunement religieuse. En effet, ils transcendent les différentes croyances, qui s'en inspirent d'ailleurs le plus souvent. Vous ne trouverez dans ma démarche ni adhésion, ni appartenance, ni identification à un quelconque mouvement. À travers mon approche et ma méthode, c'est le monde des esprits qui s'exprime afin de tous vous conduire à développer par vous-mêmes ce merveilleux don de médiumnité.



# PARTIE 1

## POURQUOI LA MÉDIUMNITÉ VA CHANGER VOTRE VIE

**L**a spiritualité est un besoin primordial de l'être humain de s'interroger sur sa place dans l'univers, la finalité de son incarnation et la connexion avec cet infini qui le dépasse. La médiumnité est ce don qui vous a été octroyé à la naissance dans le but de garder un lien avec le monde invisible dont vous êtes issu, afin de naviguer paisiblement sur ce chemin terrestre et tirer le meilleur profit de votre expérience.

Aujourd'hui, d'éminents scientifiques et médecins apportent des preuves à la survivance de l'esprit après la mort ; un fait qui devient de plus en plus incontestable<sup>1</sup>. Savoir qu'il existe tout autour de vous, en permanence, un monde spirituel dont la mission est de veiller sur vous et de vous aider à grandir va transformer votre perception de la vie. Et si vous en êtes déjà convaincu, en apprenant à échanger avec ce monde, vous allez découvrir à quel point vous pouvez améliorer votre vie et celle des autres dans l'aisance et la fluidité. Vous allez d'autant plus aimer votre vie que vous allez voir du bonheur se répandre avec vous et autour de vous.

---

1. Dr J. J. Charbonnier, *Les Preuves scientifiques d'une Vie après la vie*, Éditions Exergue, 2009.



## CHAPITRE 1

# INTUITION, VOYANCE, MÉDIUMNITÉ... DE QUOI PARLE-T-ON ?

**Q**uand vous vous êtes incarné dans cette vie, votre âme a adopté une enveloppe charnelle afin de pouvoir agir dans le monde physique, mais elle n'a pas abandonné son statut spirituel pour autant, ni rompu les liens qui l'unissent au divin...

## QU'EST-CE QUE LA MÉDIUMNITÉ ?

La médiumnité est la capacité que nous avons tous de percevoir des signes, des images et des informations venues d'autres plans de conscience afin justement de rester en contact avec le plan divin. Elle peut se résumer comme **la faculté à communiquer avec les esprits désincarnés**, quelle que soit leur origine. Il peut s'agir de défunts, de guides spirituels, d'anges ou encore des esprits du règne des plantes ou des cristaux.

Pour les médiums spirites (dont je fais partie depuis l'enfance), cet échange se fait naturellement et sans effort, de façon ostensible. Vous pourrez vous aussi entendre les messages de votre âme et des autres âmes en activant et en entraînant votre propre faculté médiumnique !

### Ce que la médiumnité n'est pas

- **De la voyance** : le voyant se connecte à vous et à votre âme et accède à des ressentis ou à des images du passé, du présent ou du futur. Il peut donc voir des événements auxquels il n'a jamais assisté ou qui n'ont pas encore existé. Les informations lui viennent généralement en se connectant à la fréquence d'une personne, parfois sur simple photo ou grâce au nom ou prénom. Ainsi, certains voyants peuvent avoir des visions à distance sans être auprès de ceux sur lesquels ils se renseignent.
- **De la divination** : un art divinatoire consiste le plus souvent à utiliser un support tel que les cartes, les osselets, les runes, le marc de café... pour prédire l'avenir. Cette pratique devrait être abordée avec prudence car elle peut induire en erreur le consultant. En effet, il peut coexister plusieurs scénarios dans la réalité future, dont la réalisation dépendra de l'action dans le présent de la personne concernée. Le risque des arts divinatoires est donc d'induire la concrétisation d'un scénario spécifique en actionnant le mécanisme de la « prophétie autoréalisatrice », selon lequel chaque individu est programmé pour faire en sorte de conformer le réel à sa propre croyance.

### Les différents types de médiumnité

Pour recevoir des informations du monde invisible, vous avez des tas de moyens à votre disposition, sans aller chercher plus loin que votre meilleur instrument, à savoir votre corps physique. Vous avez en premier lieu vos cinq sens physiques : l'ouïe, le toucher, l'odorat, la vue, le goût et, au-delà, tous vos sens psychiques ; **dont le premier est l'intuition.**

Ces sens psychiques extrasensoriels vous permettent par exemple de percevoir une substance, une qualité spirituelle **au-delà de la seule apparence dans le monde matériel.** Ainsi, vous êtes tout à fait capable,



lorsque vous dégustez un plat, de sentir si la personne qui l'a préparé était joyeuse, triste ou en colère. Vous allez percevoir – au-delà des saveurs des aliments – un goût subtil qui vous nourrira, vous ravira ou vous laissera sur l'estomac comme un poids lourd à digérer.

### **Les principales facultés de médiumnité**

#### **◆ L'intuition**

C'est la toute première des aptitudes médiumniques : celle de pouvoir ressentir ce qui est bon pour vous, de vous faire une impression des situations et des personnes (au-delà de leur apparence physique) et de pouvoir entendre les conseils que votre âme vous prodigue.

Votre âme est de nature divine parfaite. **Elle est esprit pur et c'est votre tout premier guide spirituel.** Votre intuition est aussi sa manière de s'exprimer afin de vous aider, en tant que personne humaine, à tirer le meilleur profit de votre vie, ici et maintenant.

Enfin, votre intuition vous permet de capter, sous forme d'inspiration, des idées en provenance de l'intelligence divine infinie, pour créer ou résoudre toutes sortes de problèmes.

#### **◆ La télépathie**

C'est la capacité à entendre les pensées d'autrui.

Elle fonctionne à double sens : si vous affinez cette sensibilité, vos guides pourront également communiquer avec vous en vous envoyant des pensées par voie télépathique. Vous ne serez pas toujours conscient que ces pensées vous sont soufflées par ces esprits bienveillants, mais **vous en bénéficierez tout de même.**

### ◆ La clairvoyance

Elle décrit la faculté de voir au-delà du monde visible.

Le médium clairvoyant peut non seulement voir les énergies qui entourent une personne (son aura), mais **il peut également voir les entités qui sont auprès d'elle ou qui communiquent avec lui**. Les histoires d'apparitions, très nombreuses dans l'histoire, relatent ce phénomène.

### ◆ La clairaudience

Le médium clairaudient a la faculté d'entendre des messages, des mots ou des phrases du monde spirituel et **peut entamer un dialogue avec les esprits**.

La plus célèbre des clairaudientes n'est autre que Jeanne D'Arc. Dès 13 ans (et à plusieurs reprises), la jeune femme a entendu les voix des entités supérieures telles que saint Michel ou sainte Catherine, lui ordonnant de libérer la France.

### ◆ L'incorporation

Dans l'incorporation, l'entité pénètre complètement le corps du médium dans un but précis. **L'esprit se sert de son organisme afin d'agir à travers son corps** : délivrer un discours, opérer, soigner, créer, peindre... Cette pratique doit être réservée aux médiums très expérimentés et s'exercer sous la supervision d'un guide spirituel très élevé !

#### LES SAINTS NOUS PROTÈGENT

L'une des plus récentes apparitions de la Vierge Marie eut lieu en 1984, devant des collégiens de Kibeho, au Rwanda, pour les prévenir de la terrible tragédie qui allait survenir 10 ans plus tard dans leur pays et les exhorter à la prière et au pardon.

## QUE PEUT-ON CAPTER, PRÉDIRE OU DEVINER ?

Tout. **Il n'y a pas de limite à la réceptivité.** Vous pourrez recevoir des informations utiles à votre vie de tous les jours comme des conseils pour que vos affaires familiales, professionnelles ou personnelles se résolvent au mieux, dans l'intérêt de tous.

Il vous sera possible de savoir comment agir afin de vous garder en santé, en paix et dans l'abondance à tout instant. Vous pourrez également capter des mélodies harmonieuses, des images inspirantes ou encore des clés de compréhension de l'univers. Il est aussi courant chez les médiums débutants de **recevoir des messages des êtres défunts** qui leur ont été proches, parfois simplement pour leur faire savoir qu'ils sont en paix et veillent sur eux.

Vous pourriez également vous connecter à de grands esprits, savants ou artistes, afin de leur permettre, à travers vous, de donner vie à des œuvres scientifiques, musicales, picturales... L'exemple de Rosemary Brown l'illustre parfaitement : née en Angleterre en 1916, cette mère de famille a retranscrit sans aucune connaissance musicale près de 800 partitions que les esprits de Liszt, Chopin, Schubert ou encore Berlioz n'avaient pas pu transmettre de leur vivant.

### DES MÉDIUMS AU SERVICE DE LA POLICE

La police fait régulièrement appel à des médiums spirites pour retrouver des personnes disparues. S'appuyant sur les informations qui leur sont données par des esprits défunts, ils peuvent conduire les forces de l'ordre à identifier les coupables et retrouver les corps des victimes. Ce fut le cas par exemple de la véritable Allison DuBois, inspiratrice de la série *Médium*, et qui collabora quelques années avec le FBI aux États-Unis.



## CHAPITRE 2

# NE RÊVEZ PLUS DE DEVENIR MÉDIUM : VOUS L'ÊTES DÉJÀ !

**D**e par votre naissance, vous jouissez d'un certain nombre de droits et de qualités. La médiumnité est inhérente à votre nature spirituelle. Tout être humain est fondamentalement médium, c'est-à-dire – comme son étymologie latine *media* l'indique – un intermédiaire entre le monde visible et le monde invisible. C'est sa fonction naturelle en tant qu'âme incarnée d'entretenir un lien avec le monde spirituel.

## UNE PRATIQUE SOUVENT INCONSCIENTE

Nous recevons tous des impressions, des intuitions ou des pensées en provenance du monde spirite, mais la plupart du temps, nous n'en sommes pas conscients. Nous nous les approprions naturellement, **sans nous en rendre compte**. Même les personnes les plus rationnelles captent des idées et des inspirations que le monde invisible met à leur disposition.

### UN DON DE NAISSANCE

Aviez-vous, comme plus de la moitié des enfants, un ami imaginaire lorsque vous aviez 4 ou 5 ans ? Il est fort probable que cet ami imaginaire était un esprit avec lequel vous échangez naturellement ! À cet âge, vous étiez plus ouvert au monde spirituel et vos perceptions extrasensorielles n'étaient pas encore régies par les codes sociaux.

Alors, tous médiums sans le voir ? Faites le test ! Répondez aux questions suivantes et comptez le nombre de « oui ».

	Oui	Non
Avez-vous déjà vu des formes particulières dans les nuages ? Des cœurs ? Des formes ressemblant à un ange ? À des ailes ? À des visages ?		
Avez-vous déjà annulé un rendez-vous ou un projet parce que vous aviez un mauvais pressentiment ?		
Cela vous arrive-t-il d'entendre une petite voix intérieure ?		
Êtes-vous sensible aux odeurs des lieux ou des personnes ? Lorsqu'une maison ou une personne a une odeur qui vous rebute, est-ce que vous évitez au maximum de vous y rendre ou de la côtoyer ?		
Si vous faites un cauchemar dans lequel une personne que vous connaissez apparaît sous un masque très effrayant, allez-vous avoir tendance à être un peu plus méfiant envers elle lorsque vous la recroiserez ?		

NE RÊVEZ PLUS DE DEVENIR MÉDIUM : VOUS L'ÊTES DÉJÀ !

	Oui	Non
Vous travaillez à votre bureau et vous bloquez sur un sujet. Alors que vous regardez par la fenêtre, une colombe blanche vient se poser quelques instants sur le rebord. Est-ce que vous vous dites que c'est un signe positif et que vous allez bientôt trouver une solution ?		
Avez-vous déjà eu dans vos rêves une image ou un signe dont vous vous êtes servi par la suite ?		
Au moment de penser à un de vos problèmes, vous est-il déjà arrivé de tomber sur une publicité, une chanson, une phrase à la radio ou un mot qui est justement venu apporter une réponse ou un complément à votre questionnement ?		
Avez-vous des idées nouvelles qui vous viennent spontanément quand vous êtes dans la nature ?		
Vous est-il déjà arrivé de comprendre quelque chose, de vivre un instant d'éveil où vous vous êtes dit « Eurêka ! » en regardant un tableau ou une œuvre d'art ?		

- Si vous avez répondu « oui » à au moins 5 questions, bravo ! Vous utilisez au quotidien votre médiumnalité, peut-être sans le savoir.
- Si vous avez moins de 5 « oui », ne vous inquiétez pas : vous êtes médium également. Il vous faudra juste vous entraîner un peu plus pour réveiller vos capacités. Vous n'en êtes pas désavantagé pour autant. Certaines personnes qui prennent conscience tardivement de leur don naturel se consacrent à leur développement au point

d'atteindre un haut niveau de maîtrise et de l'utiliser quotidiennement dans leur travail. L'expansion de vos aptitudes dépendra uniquement de votre démarche : votre entraînement, votre qualité d'intention, de pureté, et votre désir d'aider.

### LES FRANÇAIS OUVERTS AU MONDE SPIRITE

32 % des Français affirment avoir déjà vécu une expérience extraordinaire (télépathie, voyance, rêve prémonitoire...) et 70 % prennent le paranormal au sérieux<sup>2</sup>.

## À L'ORIGINE DE VOTRE INSPIRATION

Au risque de décevoir votre ego, sachez que toutes les idées et les inventions géniales de l'être humain lui ont été données par le monde invisible. **Recevoir l'inspiration est déjà une forme de connexion.** C'est aussi ce que nous disent les Anciens. Le terme « inspiration » nous vient tout droit du latin *in spiritum*, qui signifie littéralement « avoir Dieu en Soi », « être connecté à l'Esprit ».

Peu importe que vous l'appeliez « intelligence infinie de l'univers », « source divine » ou « monde spirituel », l'être humain a évolué en canalisant des idées et en les mettant en œuvre.

C'est aussi la raison pour laquelle, lorsqu'une idée est sur le point d'être captée, elle devient plus disponible et que **d'autres personnes à l'autre bout de la Terre peuvent s'en saisir également.** Certains inventeurs, savants ou entrepreneurs se sont ainsi fait coiffer au poteau,

---

2. Sondage « Les Français et le paranormal », *Sciences & Vie*-Harris Interactive, 2015.



Nous espérons que cet extrait  
vous a plu !



**Vous aussi, vous êtes médium !**

Lila Rhiyourhi



J'achète ce livre

Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous  
à la lettre des éditions Leduc.s et recevez des **bonus**,  
**invitations** et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

LE D U C . S  
P R A T I Q U E