

N°50

IvoirPeople

Le webzine des jeunes entrepreneurs

Magazine

www.ivoirpeoplemag.ci - Février 2026

Tifana KONE

Créateur de NAFATI

«La jeunesse africaine doit se réveiller»



Edito

Chaque numéro d'IPM est un pur plaisir et une joie de vous retrouver, chers lecteurs.

Nous mettons un point d'honneur à valoriser l'entreprenariat sous toutes ses formes et nous sommes reconnaissants pour votre soutien indéfectible.

Aujourd'hui, IPM publie son 50ème numéro !

Le chemin a été long et l'est encore.

Toutefois, nous profitons de ce numéro symbolique pour faire peau neuve avec une approche quelque peu différente. Nous ne vous en dirons pas plus. On vous laisse apprécier !

Urielle Djame, rédactrice en chef.

Urielle DJAME, Rédactrice en chef

Responsable Général
Anderson DJAME

Rédactrice en chef
Urielle DJAME

Rédacteurs
Anderson DJAME
Urielle DJAME
Anaïs N'DJA

Consultant
Angel GENSEN



Conseil

P.4 | Créer son entreprise tout en étant salarié : est-ce possible ?

Société

P.6 | Le phénomène TikTok, tu connais ?

Startupper

P.8 | Tifana KONE, créateur de la marque NAFATI.

Cuisine

P.12 | Des aliments sains dans un corps sain.

Sport

P.14 | Bouger sans budget : le sport à la portée de tous !

Bien-être

P.15 | Bien-être et entrepreneuriat.

Santé

P.17 | Tout savoir sur la colopathie fonctionnelle.

Chronique

P.16 | Emmanuel et le hacker Algérien.



Créer son entreprise tout en étant salarié : est-ce possible ?

Aujourd'hui, beaucoup de personnes rêvent de lancer leur propre business. Mais avec les réalités du pays, il n'est pas toujours évident de tout quitter pour se lancer à 100 %. Bonne nouvelle : il est tout à fait possible de créer son entreprise tout en restant salarié. Ce modèle est même conseillé pour limiter les risques. Voici ce qu'il faut savoir avant de se lancer.

1- Pourquoi c'est une bonne idée ?

Sécurité financière

Ton salaire reste une source de revenus stable pendant que tu fais tes premiers pas en tant qu'entrepreneur. Cela te permet de financer ton projet petit à petit, sans stress.

Moins de pression, plus de recul

Tu peux tester ton idée, corriger ce qui ne va pas, apprendre à ton rythme. Si ton projet ne marche pas, tu as toujours ton emploi pour rebondir.

Expérience professionnelle utile

Ton travail actuel t'apprend des choses : gestion du temps, organisation, communication, etc. Ce sont des compétences que tu peux appliquer à ton business.

2- Ce qu'il faut surveiller

Respecter ton contrat de travail

Avant de commencer ton activité, vérifie ton contrat.

Certaines entreprises interdisent à leurs employés d'avoir une autre activité, surtout si elle concurrence celle de l'entreprise. Si ce n'est pas le cas, tu es libre, mais reste discret et professionnel.

Ne pas utiliser le temps ou les ressources de ton boulot pour ton business

C'est une question d'éthique. Évite de répondre à des appels ou de gérer tes affaires pendant tes heures de travail.

Équilibre vie pro / vie perso

Créer un business demande du temps et de l'énergie. Tu devras sacrifier certaines sorties ou moments de détente. L'organisation est la clé pour ne pas t'épuiser.

Oui, tu peux être salarié et entrepreneur à la fois. Il faut juste être organisé, honnête, et déterminé. Ce double rôle peut être temporaire : une fois ton business assez solide, tu pourras décider de quitter ton emploi. Mais chaque étape compte, et tu n'as pas besoin d'attendre d'être «prêt» à 100 % pour commencer.

Lance-toi petit à petit. Le plus important, c'est de commencer. Allez c'est cadeau.



AGENCE DE PRESTATION DE SERVICES IT



www.dds-h.com

+225 0708 111 035

  @ddsh



Le phénomène TikTok, tu connais ?

Aujourd'hui, TikTok fait partie des réseaux sociaux les plus populaires au monde, et la Côte d'Ivoire n'est clairement pas en reste. Avec ses vidéos courtes en plein écran qui s'enchaînent sans fin, l'application est devenue une véritable machine à divertissement. Mais derrière les rires, les tendances et les danses virales, se cache aussi une autre réalité : celle de l'addiction.

L'algorithme de TikTok, cette mécanique invisible qui décide de ce que tu vois, est redoutablement efficace. Il te propose du contenu en continu, souvent sans que tu comprennes pourquoi telle vidéo apparaît sur ton écran. Résultat : tu ouvres l'application « juste pour quelques minutes » ... et sans t'en rendre compte, une, deux, voire trois heures se sont envolées. Ce pouvoir d'attraction n'est pas le fruit du hasard. C'est à la fois la force... et le danger de TikTok. Mais si TikTok attire autant aujourd'hui, ce n'est pas seulement pour le fun. C'est aussi parce que TikTok paye. Oui, de l'argent réel. Certains créateurs vivent désormais de leurs vidéos grâce à la monétisation : vues, abonnés, likes, partages... tout compte. Et surtout, il y a les lives.

Les directs ont complètement changé la donne. En live, les tiktokeurs parlent de tout : leur quotidien, leur routine beauté, leurs histoires personnelles... parfois même de choses très intimes. Pourquoi ? Parce que les spectateurs peuvent leur envoyer des cadeaux virtuels, achetés avec de l'argent réel, et que ces cadeaux peuvent ensuite être convertis en cash.

Le problème, c'est que cette course aux dons pousse certains à aller beaucoup trop loin.

On a vu des créateurs se dénuder, s'exhiber, utiliser leurs enfants, exposer leur maladie ou même mentir sur leur situation de vie, uniquement pour susciter la pitié et récolter plus d'argent. La dignité devient alors une monnaie d'échange. En Côte d'Ivoire, ce phénomène est particulièrement visible à travers : clashes en direct, buzz artificiels, vies privées étalées, propos choquants... tout est bon pour attirer l'attention et faire rentrer de l'argent. Des personnes qui n'avaient aucun intérêt pour la création de contenu se lancent, attirées par l'illusion de l'argent facile. Pendant ce temps, certains internautes dépensent sans compter en cadeaux virtuels, parfois pour ressentir un frisson, parfois juste pour se sentir importants : « c'est moi qui donne, donc je contrôle ».

Attention toutefois : il ne s'agit pas de diaboliser TikTok. Loin de là. Ce réseau social a aussi un côté très positif. Il permet de s'exprimer, de révéler des talents, de s'informer, de rire, de créer et même de lancer de vrais projets professionnels. Pour beaucoup de jeunes, TikTok a été un tremplin, une opportunité, voire un business.

Tout est donc une question d'équilibre. Comme toute chose, TikTok a deux faces : le fun et le danger. À chacun de faire le bon choix. Ne tombe pas dans l'excès, ne gaspille ni ton temps ni ton argent, et surtout, ne sacrifie jamais ton intégrité sur l'autel de la viralité. Utilisé avec intelligence, TikTok peut être un outil puissant. Utilisé sans limites, il peut vite devenir un piège.

À très bientôt pour un nouveau sujet qui fait bouger la société.



Contacts:

+225 07 57 54 34 70 / 07 09 72 29 44

Adresse:

Angré djibi près de la pharmacie de la djibi



LA VERGINE

ABIDJAN

A portrait of Tifana KONE, a man with a beard, wearing a dark blue shirt with white abstract patterns and a small circular logo on the chest. He is standing in a dimly lit room with warm lighting. The background shows a bar area with a hanging lamp and a metal railing.

Tifana KONE
Créateur de NAFATI

1. Qui es-tu à l'état civil ?

Je m'appelle Tifana Drissa Koné, entrepreneur ivoirien, passionné par la création, la valorisation du savoir-faire local et la transformation de matières nobles.

2. Parle-nous de tes premiers pas dans l'entrepreneuriat.

Avant de devenir entrepreneur, j'ai travaillé comme auditeur dans un cabinet d'expert. Cette expérience m'a donné une vision concrète de la valeur de nos ressources, mais aussi de nos failles. Aussi J'ai grandi entouré d'artisans et d'entrepreneurs qui faisaient beaucoup avec peu. Très tôt, j'ai compris que l'entrepreneuriat était un levier puissant pour l'indépendance économique. C'est ainsi que j'ai commencé mes premiers pas avec la vente d'articles (vente de chaussures et vêtements en ligne) pour aujourd'hui aboutir à NAFATI.

Mon aventure a commencé avec une idée simple : prouver que l'Afrique n'a pas besoin d'importer les meubles issues de nos matières premières. Convaincu que nous avons les ressources et le savoir faire pour les réaliser localement.

3. Parle-nous de ton business.

Alors NAFATI, est une marque de mobilier et d'aménagement intérieur 100% ivoirienne. Nous créons des meubles sur mesure, en alliant design moderne et contemporain, techniques artisanales et matériaux locaux. Notre objectif est clair : élever l'ameublement ivoirien à des standards internationaux, tout en gardant une identité profondément africaine.

4. Peux-tu nous partager quelques astuces que tu utilises pour rentabiliser ton activité ?

La rigueur, la discipline et l'innovation sont au cœur de ma gestion. Je mise sur la formation continue de mes équipes, une optimisation rigoureuse des coûts de production, et surtout un positionnement clair : offrir la qualité premium, sans compromis.

Je travaille aussi à bâtir un réseau solide de partenaires locaux pour sécuriser nos approvisionnements et fluidifier les délais.

5. Quelles sont tes réalisations depuis la création de ton entreprise jusqu'à aujourd'hui ?

En quelques années, NAFATI a su se positionner comme un acteur incontournable dans l'aménagement d'espaces résidentiels et professionnels. Nous avons équipé des villas, des bureaux, des restaurants, avec des meubles entièrement conçus et fabriqués en Côte d'Ivoire. Chaque projet livré est pour moi une victoire du "for us by us".

6. Comment se déroulent généralement tes journées de travail ?

Mes journées commencent tôt. Je fais un point quotidien avec mes équipes : production, design, gestion. Ensuite, je vérifie la qualité des meubles finis. Puis l'après-midi, place au rendez-vous clients pour comprendre leurs besoins et faire les mesures. Le reste de la journée est consacré à la stratégie, au développement et à la vision long terme. Puis en début de soirée sport.

7. Quelles sont les difficultés que tu rencontres au quotidien et comment les surmontes-tu ?

Le secteur manque de structuration : formation insuffisante, rareté de certains matériaux, mentalité de court terme. Mais je reste convaincu que la solution viendra de nous-mêmes. Je mise sur la formation en interne, la transmission du savoir, et je m'entoure de collaborateurs qui partagent cette exigence d'excellence. C'est un combat quotidien, mais je suis prêt.

8. Parle-nous un peu de ton secteur, l'ébénisterie et menuiserie. Est-ce un domaine rentable ? Est-il bien structuré en Côte d'Ivoire, selon toi ?

La menuiserie est un secteur à fort potentiel mais encore sous-exploité. Elle est rentable à condition d'avoir une vision claire et des standards élevés. En Côte d'Ivoire, il y a beaucoup d'artisans et hommes de métier, mais peu de structurations et de professionnalisme. Je pense qu'il est temps d'industrialiser le secteur tout en gardant une âme artisanale. NAFATI veut être ce pont entre tradition et modernité.

9. Quel est, selon toi, le secret du succès de ton business ?

Croire fermement que nous, Africains, pouvons tout faire par nous-mêmes. C'est cette foi qui me pousse à viser toujours plus haut. L'autre clé, c'est l'amour du travail bien fait, le sens du détail, et l'envie de bâtir un héritage. Enfin, je crois que le succès vient aussi de l'humilité : rester à l'écoute du client et apprendre chaque jour.

10. Es-tu père de famille ? Marié ou célibataire ?

Oui, je suis marié et père de familles. Ma famille est mon socle, ma force, mon moteur. C'est pour eux, et pour la jeunesse africaine, que je veux bâtir une entreprise durable.

11. Quels sont tes loisirs ?

J'aime le sport, particulièrement le basketball et le football. J'aime aussi les moments de convivialité avec mes proches, et je me ressource souvent dans des lectures sur l'histoire et la spiritualité. J'accorde une grande importance à l'équilibre entre la performance et le bien-être.

12. Un mot de fin ?

Nous devons croire en notre potentiel, investir dans notre talent, et exiger l'excellence. C'est à ce prix que nous bâtissons une Afrique forte, fière et souveraine. La nouvelle génération doit oser entreprendre avec discipline, rigueur et ambition. Le futur est entre nos mains



NAFATI

CRÉATEUR DE MEUBLES

**CRÉATEUR DE MEUBLES MADE IN IVORY COAST.
DESIGN - ÉBÉNISTERIE - AMEUBLEMENT**

**(+225) 07 77 27 49 15 / 01 01 70 71 11
E-mail :nafati225@gmail.com**



Des aliments sains dans un corps sain

La cuisine c'est bien ! Souvent même c'est très doux ! Mais c'est encore mieux lorsque les aliments sont sains.

Nous avons tendance à oublier qu'avant de se trouver dans notre assiette, chaque aliment parcourt un trajet plus ou moins long. Les fruits et légumes, par exemple, sont cueillis puis transportés jusqu'à leurs revendeurs. Ces revendeurs eux-même les exposent jusqu'à ce que le consommateur final les achètent. Tout le long de ce processus, les fruits peuvent être manipulés par des mains et/ou des appareils. Ils sont tantôt au contact de l'air, de la poussière, d'insectes... Dans certains cas, ils peuvent même contenir de résidus de pesticides ou d'engrais chimiques. Au regard de tout ses éléments, le risque de contamination est donc élevé tout en étant subtil et il faut y prêter attention pour notre propre santé.

Ainsi, de la même manière que nous nous désinfectons les mains avant de faire la cuisine ou avant de manger, il faut également désinfecter tout aliment qui rentre dans notre cuisine avant toute autre chose. Pour cela, nous vous proposons une technique simple et peu coûteuse.

Il vous suffit de trempez les aliments dans de l'eau à laquelle vous y ajoutez du bicarbonate alimentaire ou du vinaigre blanc.

Pourquoi le vinaigre blanc ?

Le vinaigre blanc est un produit naturel sans danger pour les aliments et qui, grâce à son acidité, permet de désinfecter et de dégraisser.

Pourquoi le bicarbonate de soude ?

Le bicarbonate de soude, à l'instar du vinaigre blanc, à des propriétés lavantes et désinfectantes sans danger pour la santé.

Ce qu'il faut retenir :

Désinfecter les aliments protège notre système immunitaire de bons nombres de bactéries, tels que la salmonella ou la listeria, et de certains virus tel que le norovirus qui peut provoquer des intoxications alimentaires graves.

C'est une précaution simple qui peut vous protéger et qui peut même améliorer la qualité de vos plats. Et si vous avez d'autres astuces, n'hésitez pas à nous les partager !



**Un refuge de foi où germent l'amour, la dignité et l'avenir.
MHJ, une association qui œuvre pour les orphelins, la jeunesse
et les personnes vulnérables.**

Bouger sans budget : le sport à la portée de tous !



Tu veux faire du sport, être en forme, te défouler, mais tu n'as ni abonnement à la salle, ni équipement spécial ? Pas de panique ! Le sport ne se limite pas aux machines ou aux coachs chers. Avec un peu de volonté et quelques minutes par jour, tu peux transformer ton corps et ton mental, n'importe où, n'importe quand.

Voici 4 exercices simples, efficaces et 100% gratuits, à faire chez toi, dans la cour, ou même dans la rue.

1. Les pompes (push-ups)

Muscles travaillés : bras, pectoraux, épaules
Commence à genoux si c'est trop dur.
Durée : 3 séries de 10 à 15 répétitions.

2. Les squats

Muscles travaillés : cuisses, fesses, dos
Garde le dos droit, descends comme si tu t'assoies.
Durée : 3 séries de 20 répétitions.

3. Le gainage (planche)

Muscles travaillés : abdos, dos, posture
Pose tes avant-bras au sol, corps bien aligné.
Durée : Tiens 30 secondes à 1 minute. Repose.
Recommence 2 fois.

4. Les montées de genoux

Muscles travaillés : jambes, cardio
Cours sur place en montant les genoux hauts.
Durée : 30 secondes. Pause. 3 fois.
Bonus :
Il faut boire beaucoup d'eau et manger sainement.

Faire du sport rend plus fort, plus en forme. Cela réduit également le stress et aide à mieux dormir. Faire le sport est idéal pour améliorer sa confiance, son moral et surtout prévenir les maladies.

Conclusion

Tu n'as pas obligatoirement besoin de machines ou de salle pour prendre soin de ton corps. Le meilleur équipement, c'est toi ! Commence aujourd'hui, un petit pas à la fois, et invite tes amis à bouger avec toi. L'avenir appartient à une jeunesse forte et en bonne santé !



Bien-être et entrepreneuriat

L'entrepreneuriat est une aventure exaltante, challengeante, pleine de rebondissement mais par dessus-tout passionnante. Les entrepreneurs, d'ailleurs, sont souvent perçus telles des personnes hyperactives et prêtes à tout sacrifier pour s'investir au maximum dans leurs activités. Cependant, derrière ce beau tableau, la réalité est parfois bien plus complexe.

On parle, aujourd'hui, de burn-out entrepreneurial, de pression constante et de stress chronique dans la réalité des créateurs d'entreprises. A l'instar des entreprises classiques, les entrepreneurs sont soumis à une obligation de résultat avec des charges plus conséquentes étant donné qu'ils sont souvent seuls ou en nombre réduits. Les enjeux sont donc lourds, les heures ne se comptent plus et la pression reste forte.

Pour contrer cela, nous constatons de plus en plus un changement de mentalité avec l'émergence d'entrepreneurs engagés dans la construction de modèles plus durables.

L'objectif est tout simplement de concilier ambition professionnelle et bien-être personnel dans cet environnement prenant.

Certaines stratégies existent déjà comme la gestion efficace du temps, les coaching et thérapie. Il existe aussi des pratiques plus simples et qui marchent tout aussi bien. Le sport, la méditation ou un sommeil régulier peuvent faire la méditation.

Le tout est d'avoir une hygiène de vie saine et d'y intégrer des routines propres à vous. Le bien-être dans la vie d'un entrepreneur n'est pas un luxe mais conditionne définitivement la pérennité de l'activité. Prendre soin de sa santé physique et mentale évite le surmenage et favorise une meilleure lucidité dans la gestion de l'entreprise. Prenez-soin de vous !



Tout savoir sur la colopathie fonctionnelle

La colopathie fonctionnelle, aussi appelée syndrome de l'intestin irritable, est un trouble digestif chronique caractérisé par des douleurs abdominales et des troubles du transit (diarrhée, constipation, ou alternance des deux). Bien que bénigne, elle peut avoir un impact significatif sur la qualité de vie.

Les causes exactes sont inconnues, mais des facteurs comme le stress, l'alimentation, et une hypersensibilité intestinale pourraient jouer un rôle.

Comment survient la colopathie fonctionnelle ?

Les mécanismes de survenue de la colopathie fonctionnelle sont mal connus et multiples, mais on observe diverses anomalies dans cette maladie.

L'axe cerveau-intestin : Les relations neuro-digestives entre cerveau et tube digestif, via le système nerveux autonome, assurent un fonctionnement de l'intestin coordonné et adapté à son environnement. Tout désordre dans cet axe a donc des conséquences.

Un trouble de la motricité de l'intestin grêle et du côlon : Les contractions de l'intestin grêle et du côlon peuvent être soit trop fortes, soit trop faibles. Les aliments se déplacent alors trop rapidement ou trop lentement, entraînant une diarrhée ou une constipation.

Des anomalies de la sensibilité intestinale : Les personnes qui ont une colopathie fonctionnelle ont des intestins plus sensibles. Elles ressentent plus péniblement des phénomènes pourtant naturels, comme des ballonnements, des flatulences, des contractions de l'intestin.

Un écosystème intestinal perturbé : Des anomalies de la flore digestive majorent la production de gaz digestifs, perturbent la digestion et augmentent la perméabilité de la paroi intestinale, favorisant alors les réactions inflammatoires.

Quels facteurs favorisent la survenue des symptômes de la colopathie fonctionnelle ?

Les symptômes de la colopathie fonctionnelle peuvent être déclenchés ou favorisés par la **fatigue** ou les situations de **stress**.

Une **gastro-entérite** peut déclencher un syndrome de l'intestin irritable.

Des **facteurs psychologiques** comme l'anxiété, l'angoisse, le stress ou la survenue d'événements difficiles peuvent déclencher des symptômes.

Des **facteurs alimentaires** comme des repas non équilibrés ou trop copieux peuvent amplifier les symptômes. Une consommation élevée d'aliments ultratransformés semble associée à un risque accru de développer une colopathie fonctionnelle ou pourrait majorer les symptômes.

Les symptômes de la colopathie fonctionnelle

Les symptômes les plus courants sont de trois types:

La douleur abdominale : Le mal de ventre est le symptôme le plus fréquent dans la colopathie fonctionnelle et se caractérise par une sensation de **spasme** ou de **crampe**.

Elle survient, en général, après le repas mais peut aussi apparaître au réveil. Elle peut durer de quelques heures à quelques jours. Elle est classiquement soulagée par l'émission de selles ou de gaz.

Les ballonnements abdominaux : Les ballonnements abdominaux sont également fréquents et représentent une gêne. Au maximum, il s'agit d'une tension abdominale permanente difficilement supportable, avec distension du ventre.

Le ballonnement peut s'accompagner de bruits à l'intérieur du tube digestif dus aux déplacements des gaz et des liquides. Comme la douleur, le ballonnement peut être amélioré par l'émission de gaz ou de selles.

Les troubles du transit intestinal : Les troubles du transit intestinal se manifestent le plus souvent par une constipation.

Toutefois, des diarrhées sont possibles caractérisées par l'émission de plusieurs selles liquides ou molles dans la journée.

Une alternance diarrhée et constipation peut également apparaître.

Les traitements pour apaiser la colopathie fonctionnelle

A partir d'un diagnostic clinique et éventuellement d'une coloscopie en cas de doute sur la présence d'une autre pathologie, le médecin prescrit des traitements adaptés à la symptomatologie du patient :

- Des laxatifs si vous souffrez de constipation,
- Des ralentisseurs de transit intestinal et anti-diarrhéiques en cas de diarrhées,
- Des antispasmodiques et des probiotiques pour soulager les douleurs abdominales et sensations d'inconfort.

Certains cas nécessitent un traitement complémentaire à base de tranquillisants ou d'antidépresseurs, si la colopathie fonctionnelle atteint fortement la qualité de vie.

Le suivi chez un nutritionniste

Consulter un nutritionniste permet d'adapter votre alimentation à vos symptômes.

Si vous souffrez de constipation, les fibres seront particulièrement conseillées. En cas de diarrhée, c'est l'inverse : réduction des fibres et des produits laitiers, en tout cas temporairement. Pour diminuer les ballonnements, il faudra limiter les crudités, haricots blancs, légumes secs et boissons gazeuses.



KOKO, l'application pour annoncer votre mariage avec originalité et gérer vos invités en toute simplicité !

KOKO

www.koko.dds-h.com
+225 0708 111 035



Emmanuel et le hacker Algérien

Bienvenue dans la chronique d'entrepreneurs. Ici, vous trouverez des histoires drôles, farfelues que des entrepreneurs ont déjà vécu et qui valent la peine d'être conté.

Aujourd'hui, c'est Emmanuel qui est à l'honneur. Emmanuel c'est ce jeune entrepreneur insatisfait. Pour son activité, il pense qu'un site web serait l'idéal pour avoir plus de visibilité et surtout pour fortifier son projet.

C'est ainsi qu'il se met à coder pendant des heures. Les heures deviennent des jours, les jours deviennent des mois. Je vous l'ai dit, Emmanuel est un insatisfait. Il aurait pu boucler son site depuis, mais bon vous connaissez les IT ...

Puis le jour tant attendu arriva ! Emmanuel avait enfin atteint le résultat qu'il voulait. Son site était beau, bien structuré, organisé et dûment complété. Notre cher entrepreneur pouvait vaquer à d'autres occupations.

Mais ce qu'il a oublié, c'est qu'un site requiert une sécurité et des mises à jour régulières, mais comme on dit chez nous en Côte d'Ivoire : « **conseil ne conseille pas, c'est conséquence qui conseille** ».

Un beau jour, Emmanuel s'est souvenu de son site sur lequel il a tant travaillé. Il alluma son ordinateur et se rendit sur son site...ou du moins ce qu'il restait.

A peine l'écran s'afficha, qu'une musique algérienne retentit ! Cette année-là, un pays maghrébin avait remporté la coupe africaine des nations et pour mieux fêter l'évènement, ils ont loué le site de notre cher Emmanuel.

Leçon : Si tu ne sécurises pas ton site, attends-toi à recevoir de la visite !

A bientôt pour d'autres histoires.

