

LE VENDREDI

C'EST

ACCROCHE TOI, YA DU LOURD!

NEURO

NUTRI SCORE















ON COMMENCE PAR LE PIRE

POUR FINIR PAR LE MEILLEUR



LE VENTRE / LE NOMBRIL

SAVIEZ-VOUS pourquoi mettre de l'huile sur le nombril?

Selon la science, la première partie créée après la conception est le nombril. Après sa création, il se fixe au placenta de la mère par le cordon ombilical Notre nombril est sûrement une chose incroyable! Selon la science, après le décès d'une personne, le nombril est encore chaud pendant 3 heures, car lorsqu'une femme conçoit un enfant, son nombril nourrit l'enfant via le nombril de l'enfant. Et un enfant adulte est formé en 270 jours = 9 mois.

C'est la raison pour laquelle toutes nos veines sont connectées à notre nombril, ce qui en fait le point focal de notre corps. Le nombril est la vie même Le "PECHOTI" se trouve derrière le nombril, qui compte plus de 72 000 veines. Le nombre total de vaisseaux sanguins que nous avons dans notre corps est égal à deux fois la circonférence de la terre

CURE

L'application d'huile sur le nombril pour les yeux secs, la mauvaise vue, le pancréas, les talons et les lèvres gercés, garde le visage brillant, les cheveux brillants, les douleurs au genou, les frissons, la léthargie, les douleurs articulaires et la peau sèche

REMÈDE :

*Pour les yeux secs, la mauvaise vue, la mycose des ongles, la peau brillante, les cheveux brillants

Le soir avant de vous coucher, mettez 3 gouttes d'huile de noix de coco sur votre nombril et étalez-les 1 pouce et demi autour de votre nombril.

*Pour les douleurs aux genoux

Le soir avant de vous coucher, mettez 3 gouttes d'huile de ricin sur votre nombril et étalez-les 1 pouce et demi autour de votre nombril.

*Pour les tremblements et la léthargie, le soulagement des douleurs articulaires, la peau sèche...

La nuit avant de vous coucher, mettez 3 gouttes d'huile de moutarde sur votre nombril et étalez-le 1 pouce et demi autour de votre nombril.

*POURQUOI METTRE DE L'HUILE SUR VOTRE BOUTON VENTRE ? *

Votre nombril peut détecter quelles veines qui sont asséchées et lorsque vous mettez de l'huile dessus, il le guide à travers elles et les ouvre

Lorsqu'un bébé a mal au ventre, nous le massons normalement avec de l'huile et voyons que la douleur disparaît

On le verra plus vite si on met quelques gouttes directement sur le nombril et qu'on masse autour de lui pendant quelques minutes, la douleur est guérie. L'huile fonctionne de la même manière

N'hésitez pas à la partager car le savoir se partage pour le bien de tous

Avec toute ma bienveillance,

-Cédric Parrinello-Therapeute & Magnetiseur Coach de Vie Coach en Nutrition-Santé en Cabinet / en Stage / à Distance Fondateur et Maître de stage Méthode ESTE-Cedric Parrinello®

28 +33 785 77 11 55









Pourquoi mettre de l'huile sur le nombril?

E — Ce contenu propage de dangereuses désinformations médicales en prétendant avoir des bases scientifiques. Les affirmations sur les 72 000 veines, la "glande Pechoti," et les effets thérapeutiques de l'huile sur le nombril sont anatomiquement fausses et démenties par la recherche médicale. Les experts ayurvédiques eux-mêmes réfutent ces allégations, soulignant qu'aucune pratique ayurvédique authentique ne prétend guérir autant de maladies par simple application d'huile. Ce type de contenu peut détourner les lecteurs de soins médicaux appropriés et représente un risque pour la santé publique.







L'auteure a supprimé son post, la capture est donc extraite de CVC

Le post

Voir sur in

Ce que nous sommes nombreux à dire depuis le début, étant traités de com-plo-tistes, d'ignorants, de fachos (dès que l'on est pas d'accord avec les versions officielles, c'est ce que nous sommes), est aujourd'hui scientifiquement avéré :

Alors que nous découvrons une agressivité et une violence hors norme chez les gens depuis ces 5 dernières années, le Dr Naomi Wolf explique au parlement européen (06/09/25), les liens entre le vac - cin AR ' - Nm CO - VID et la démence. Les documents Pfi - zer faisant état d'un nombre élevé de cas de démence.

« Les vac – cinés ne sont plus capables de penser de manière nuancée et ont des problèmes de contrôle de leurs impulsions... leur cerveau a été, en quelque sorte, recâblé »

@la_nouvelle_france







Il y a plus de personnes démentes et c'est à cause du vaccin

E — Ce post propage de la désinformation médicale en présentant des recherches scientifiques préliminaires et controversées comme des preuves définitives, en faisant des affirmations non étayées sur le "recâblage" du cerveau des vaccinés, et en utilisant un langage inflammatoire qui divise plutôt qu'il n'informe de manière constructive. Bien que Naomi Wolf ait effectivement parlé au Parlement européen, les affirmations spécifiques sur les troubles cognitifs généralisés ne sont pas supportées par des preuves scientifiques solides et ignorent les études montrant les bénéfices des vaccins pour les personnes âgées avec troubles cognitifs.



4 jours OFF. 58 600€ encaissés. Sans bosser (et sans manger).

Je sais que ça peut sonner comme un post de gourou LinkedIn...

Mais c'est exactement ce qui s'est passé du 1er au 4 juillet dernier.

als c est exactement de qui s est passe du fer au 4 juillet deffiler.

Contexte

J'ai complètement disparu pendant 4 jours.

Pas de mails.
Pas de réseaux.

Pas de reseaux

Pas de calls.

J'en ai profité pour jeûner 3 jours.

(Zéro nourriture. Que de l'eau.)

Résultat ?

Mon compte Stripe a continué de se remplir. 58 600€ sont tombés pendant que je méditais.

Car pendant que j'étais en mode déconnexion totale...

Mon business tournait à plein régime :

- → Une machine d'acquisition qui attire des leads H24
- → Ma team qui gère les calls de vente
- ightarrow Mes copywriters stratégistes qui délivrent pour nos clients

C'est juste fou. Je peux littéralement ne RIEN FOUTRE pendant 4 jours ... et encaisser un salaire annuel de cadre en revenant.

Tout ça ?

Je le dois à un système en béton armé qu'on optimise depuis des années pour me sortir de l'opérationnel ... et qui peut donc tourner sans moi.

Et grâce à ça :

J'ai eu le temps de prendre du recul.

Et j'ai compris que :

 Les vraies pauses sont indispensables sinon ton cerveau devient accro à la stimulation. Prendre quelques jours OFF sans notifs, c'est comme un reset complet.

(Cette retraite m'a fait prendre conscience de la "folie moderne" du travail permanent...).

2. L'équilibre est une arme : sport, lecture, famille = énergie créatrice x10. J'ai eu mes meilleures idées business en ne pensant à rien.

Honnêtement?

Ces 4 jours m'ont rappelé pourquoi je fais tout ça.

Pas pour accumuler des zéros sur Stripe. Mais pour avoir le choix de disparaître quand j'en ai besoin.

Et revenir plus affûté que jamais.

D'ailleurs...

J'ai documenté toute cette expérience dans ma nouvelle vidéo.

Si tu veux voir comment 4 jours sans travailler (et sans manger) peuvent rapporter plus qu'1 mois de boulot pour certains...

La vidéo est ici : https://lnkd.in/esWUGqcW







4 jours OFF. 58 600€ encaissés. Sans bosser (et sans manger).

E — Le classique "regardez comme je gagne de l'argent en dormant" qui prétend ne pas être un post de gourou tout en étant l'archétype parfait du gourou LinkedIn! Notre ami nous sert du personal branding déguisé en sagesse zen, mélange jeûne spirituel et chiffres Stripe comme s'il récitait une recette de smoothie détox au bitcoin. Le tout saupoudré d'un lien vers sa vidéo "par hasard" - parce que documenter sa propre génialité, c'est de l'altruisme, bien sûr.





Quand je suis en Europe, je prends le jet pour voyager avec ma famille. Ça me rappelle la fonction $n^{\circ}1$ de l'argent : simplifier sa vie et celle de ses proches.

On était au Portugal avec Marine et les enfants. On souhaitait rejoindre la Bretagne.

D'ordinaire, on aurait perdu une journée entière dans les transports :

- -Se réveiller tôt
- -Trajet jusqu'à l'aéroport
- -Ensuite, train, puis un autre train
- -Attente, correspondances, retards...
- -Avec en plus, 3 enfants en bas âge

Ici, en 2h top chrono, on était à destination. C'était direct, confortable, efficace.

En évoluant dans ma vie de chef d'entreprise, j'ai compris quelque chose d'essentiel :

Ce qu'on doit le plus valoriser, ce n'est pas l'argent, c'est le temps.

L'argent, on peut toujours en gagner plus, mais le temps, on ne le récupère jamais.

Tout ce qui nous fait gagner du temps nous fait gagner des moments de vie. Et il n'y a rien de plus précieux au monde.

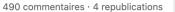
Je travaille dur (ou plutôt intelligemment) pour offrir ces expériences uniques à ma famille.

Pour voir dans leurs yeux cet émerveillement face à quelque chose qu'ils n'auraient jamais imaginé.

Bref, peu importe votre point de départ, si vous investissez dans vos compétences, vos choix et vos efforts, vous pourrez offrir tout ce que vous voulez à votre famille.











Quand je suis en Europe, je prends le jet.

D — L'autre classique "je prends mon jet privé pour vous expliquer la vraie valeur du temps"! Notre ami Max nous sert du contenu aussi accessible qu'un abonnement à un club de golf suisse, en nous expliquant avec le plus grand sérieux qu'il faut valoriser le temps pendant qu'il survole nos embouteillages du quotidien. On a droit au grand écart philosophique final ("peu importe votre point de départ") après nous avoir raconté ses vacances au Portugal, comme si on pouvait tous appliquer la méthode "jet familial" entre deux courses au Monoprix. C'est du LinkedIn premium dans toute sa splendeur : un conseil bateau enrobé dans du papier cadeau Hermès, qui nous laisse plus frustrés qu'inspirés.







Une commerciale en assurance a généré 2,4 millions d'euros de CA en 8 mois simplement en partageant des histoires authentiques sur son entreprise.

En 2025, certains pensent encore que parler de son entreprise sur LinkedIn ne sert à rien.

Laissez-moi vous raconter l'histoire de Claire.

Claire a 32 ans, elle est maman et travaille dans un grand groupe d'assurances à Paris.

Comme beaucoup, elle aurait pu se contenter de faire son travail, enchaîner les rendez-vous et rentrer chez elle le soir.

Mais Claire a compris quelque chose d'essentiel.

L'assurance n'est pas qu'une histoire de chiffres.

C'est avant tout une histoire d'humain.

Alors elle commence à partager :

- \rightarrow Les coulisses de son quotidien
- → Les victoires de ses collègues
- → Les moments de doute aussi

Sans filtre.

Juste avec authenticité.

En 8 mois:

- 2,4M€ de chiffre d'affaires
- Une communauté de 15 000 personnes
- Et surtout : des clients qui la contactent directement.

Pourquoi ça marche ?

1/ Elle montre l'humain derrière le costume 2/ Elle éduque son marché sans le "saouler" 3/ Elle crée un lien avant de vendre

La vérité, c'est que les gens n'achètent plus à des entreprises.

Ils achètent à des personnes en qui ils ont confiance.

Et la confiance se construit toujours dans la durée, pas dans l'urgence.

PS : Créez le Team Branding dans votre entreprise dès aujourd'hui → https://lnkd.in/eCqCDnKT





eudonia





Une commerciale en assurance a généré 2,4 millions d'euros de CA

C — Ce post offre des conseils marketing pertinents sur l'authenticité LinkedIn mais présente des chiffres exceptionnels (2,4M€ de CA, 15 000 abonnés en 8 mois) sans sources vérifiables. Bien que les principes généraux soient valides, les métriques spécifiques de "Claire" semblent disproportionnées par rapport aux benchmarks typiques et le contenu sert ultimement à promouvoir un service payant. L'approche narrative est engageante mais manque de rigueur dans la présentation des données







"L'alcool est plus énergétique que le sucre" Y a pas un truc qui te gêne là-dedans ?

Moi si, de ouf.

Ça ne m'a jamais semblé logique ! Mais j'ai compris pourquoi. J'ai compris l'astuce sournoise qui se cache derrière cette allégation... encore une histoire de mauvaise foi !

On pourra dire que "c'est pour la bonne cause". Mouais.

Moi, je trouve qu'asséner des demi-vérités, ça ne sert jamais une cause. Ça peut même se retourner contre elle !

J'aime pas qu'on me prenne pour un jambon. Et j'aime pas non plus qu'on prenne TOUS les gens pour des jambons, parce que même s'ils en tiennent une sacré couenne, c'est pas en les informant comme ça que ça va s'améliorer.

BREF

Faisons une petite expérience (mentale) :

Tu prends un bon jus de raisin frais (ça tombe bien, c'est la saison) tu en mesures le taux de sucre (on va dire de glucose pour simplifier), puis tu le fais fermenter jusqu'à obtenir un truc bien sec.

Que s'est-il passé ?

Les levures ont utilisé une partie de l'énergie contenue dans le glucose. La partie restante a servi pour régénérer des enzymes indispensables et produire ce déchet toxique qu'est l'éthanol.

Tu as bien lu : une partie de l'énergie du glucose est partie dans la panse des levures, un peu de ça en moins dans la tienne !

Résultat, le vin que t'obtiens est, en toute logique, moins énergétique que ton jus de départ...

Alors ? Pourquoi on dit que c'est plus énergétique ???

C'est là que se loge la fourberie : on parle de Kcal PAR GRAMME.

Énergie du glucose : 4 Kcal par gramme Énergie de l'éthanol : 7 kcal par gramme

MAIS dans ton vin 1 g de glucose est devenu 0.51 g d'éthanol : Des 4 kcal initiaux, il ne reste donc plus que $0.51 \times 7=3.5$ kcal

C'est donc MOINS, et la logique reprend ses droits... 😁

Mais il est vrai que l'alcool fait plus grossir. Sais-tu pourquoi ?

Ton corps s'en sert de ressource énergétique prioritaire, au détriment des glucides et des graisses qui filent alors direct dans ses réserves...

Maintenant que tu sais, tu peux agir en ton âme et conscience!

On en parle de la gueule de bois ?

©€© Vous et 34 autres personnes











L'alcool est plus énergétique que le sucre

A — Ce post offre une excellente démystification scientifique de l'affirmation « l'alcool est plus énergétique que le sucre ». L'auteur utilise des données caloriques précises (7 kcal/g pour l'éthanol, 4 kcal/g pour le glucose), explique correctement le processus de fermentation et le ratio de conversion (1g glucose → 0.51g éthanol), et démontre mathématiquement pourquoi cette affirmation est trompeuse. L'explication du métabolisme prioritaire de l'alcool et ses effets sur le stockage des graisses est également scientifiquement exacte. Malgré l'absence de sources explicites, le contenu est factuel et l'approche pédagogique avec l'expérience mentale du jus de raisin rend accessible des concepts complexes de biochimie.







A quoi reconnait-on un buveur de vin en 2025 ?



Laisse-moi te parler de Marlène.

A 46 ans, elle a grandi du côté de Arles et sur la table de papa et papi, ben y'avait toujours une bouteille aux repas. Et mamie Alice, elle disait jamais non à une Marie Brisard.

Elle boit une bière de temps en temps avec les copines en sortant du cours de théâtre le mardi soir.

Le vin ça reste le dimanche quand ils reçoivent ou sont invités.

Benoit mérite qu'on s'y attarde.

Il fait 1,88 mais c'est pas le sujet (quoique ?!).

Dans le BTP depuis 24 ans, il regrette un peu que le pot de rouge ne soit plus fourni aux repas ouvriers dans les cafés resto ^proches des routes.

Chaque soir, un petit canon dans un verre à eau avec un numéro comme à la cantoche.

Encore un petit arrêt avec Dimitri.

La taille 40 de son falzar est son étendard.

Ecole de co et une boite montée dans les produits digitaux pour les estropiés.

Il a découvert le vin par son épouse Laurine qui a grandi en Bourgogne. Pour eux, acquisition d'une cave à vin de 250 boutanches. Ils aiment déguster à deux, surtout quand le jour décline près du feu.

Laisse moi te présenter Sacha

Son père est un con, c'est bien connu. Donc il ne boira pas comme lui. Sauf qu'avec les potes, on leur a proposé du vin sans alcool dans le bar à jeux de société du samedi am. ça fait classe des verres à pied et il a bien observé que ça fait un effet whaoo auprès de Julie.

Pour Alex son poto, c'est surtout la santé qui le motive. Pas de viande, du sport et des compléments alimentaires.

Juliette fêtera demain ses 79 printemps.

Veuve depuis 8 ans, le réconfort c'est son heure passée chaque fin de matinée au « bar du square », avec Brahim, Inès et Flora.

Et un petit blanc qui lui réchauffe le corps et le cœur.

Amandine et Audrey, notre derrière étape.

Une amitié que la maladie a renforcée. La complicité dans des grandes randonnées.

La nature, c'est leur kiffe, mieux que les dorures.

Elles organisent souvent des apéros, et matent des documentaires. Sur les panthères.

Détour impératif chez le caviste.

Logo AB, leur baba de consommatrices responsables.

En fait il est tout ça le buveur de vin en 2025. Et tant d'autres choses.

Il ne se résume pas à un persona dans une analyse marketing.

Oui les chiffres de déconsommation sont monstrueusement inquiétant pour la filière.

Mais y'a quand même des résistants.

Et au-delà, des personnes qui ont juste envie de passer un bon moment sans qu'on les montre du doigts.

Qui émettent le souhait d'un produit A.D.A.P.T.E pour un moment et pas pour une vie.

Et ce sera toujours un truc qui nous différenciera des machines.







A quoi reconnait-on un buveur de vin en 2025?

A — Ce post nous livre du storytelling pur jus qui évite le piège des personas marketing habituels pour nous offrir de vraies tranches de vie. L'auteur transforme une analyse de marché en galerie de portraits touchants, de Marlène qui garde ses traditions provençales à Juliette qui réchauffe son cœur au bar du square. La référence aux "chiffres de déconsommation monstrueusement inquiétants" colle parfaitement aux données récentes qui confirment la chute historique de la consommation mondiale, mais au lieu de nous noyer dans les statistiques, on nous rappelle que derrière chaque courbe descendante se cachent des "résistants" qui boivent encore "sans qu'on les montre du doigt" - et ça, c'est de l'humanité servie au





POST



Tu cales ? Je te décale ! Mettre en mots les idées n'empêche pas d'en a... 6 j · Modifié · (5) Gérer le prospect

Votre meilleur argument pour défendre les RP en ce moment, c'est de dire « qu'elles nourrissent les LLM » ! Vraiment ?

Sérieusement.

Si votre meilleure promesse, c'est de servir la tambouille à un robot, on n'est plus dans la com, on est à la cantine.

Pour ceux qui l'ignorent, mon « vrai » job, ce n'est pas de donner des coups de fouet, c'est de collaborer avec des agences de com, notamment RP, sur les contenus de leurs clients.

Un monde que je connais bien, puisque j'évolue dedans depuis mes 21 ans et comme j'en ai 72 d'après une célèbre influvoleuse, ça fait donc un bail.

Je suis donc évidemment beaucoup de consultants RP sur LinkedIn.

Aujourd'hui, je fais une pause dans mon contenu habituel, parce que depuis quelques jours, je vois cet argumentaire revenir en boucle dans des posts de PR : « Les Relations Presse sont utiles car les mentions dans les médias, ça permet à votre marque d'être citée dans les recherches Chat GPT ».

OK, la prestation est plus dure à « vendre » qu'il y a 15 ans. L'audience des médias a chuté, les jeunes s'informent davantage sur le profil de Poupette54 sur Tik Tok que dans les pages du Monde.

Mais bordel!

Ça fait longtemps que les RP, ça ne sert plus seulement à obtenir des articles. Mais vous le savez mieux que moi, ça, non ?

Pourquoi, d'après-vous, aucune grande marque ne renonce aux RP? Pour apparaître dans les résultats de recherche des LLM? Et la marmotte...

Si vous voulez défendre votre métier, montrez déjà comment il a évolué et comment il contribue aujourd'hui, avec des activations pertinentes, à faire croître la marque/l'entreprise.

En tout cas, voilà moi ce que je dirais pour défendre ce beau métier... 👇



6 arguments pour défendre votre business · 10 pages



Tu nourris un robot

ou une marque?



6 arguments pour défendre ton business + 2 bonus!

www.tapuka.fr









Défendre les RP en ce moment

A — Enfin quelqu'un qui arrête de pleurnicher sur "l'ère digitale qui tue tout" pour retrousser ses manches et montrer comment les RP ont évolué! Ce post balance un framework costaud avec ses "3 R" et ses métriques concrètes, tout en gardant un ton qui ne nous endort pas (contrairement à 99% des posts corporate). L'auteur maîtrise visiblement son sujet, balance ses 50 ans d'expérience avec l'autodérision qui va bien, et livre du contenu qu'on peut appliquer dès lundi matin. Résultat : on sort de là avec des arguments solides plutôt qu'avec des platitudes sur "l'importance de la com".







J'veux pas casser l'ambiance, mais septembre est vraiment un mois de merde.

Et tout ça n'a rien à voir avec la rentrée ou le fait que t'as cramé toute ton oseille depuis le 5 du mois, non.

En fouillant un peu, j'ai fait une découverte assez stupéfiante qui pourrait bouleverser le monde tel qu'on le connait jusqu'ici.

Enfin, tel qu'on PENSAIT le connaître jusqu'ici...

Enfin, tel que JE pensais le connaître jusqu'ici...

Bref: SEPTEMBRE = 9 lettres.

9
ightarrow le chiffre exact représenté dans le titre du jeu télévisé : L'académie des NEUF (sans S, oui).

Jeu présenté par Jean-Pierre Foucault (aucune importance pour la suite) et dont la 1re diffusion à l'écran est datée du... 13 septembre 1982.

1982, soit précisément l'année de naissance d'une certaine Fanny Lopes qu'on appelle aussi ightarrow LA MORUE.

Poisson qu'on retrouve dans l'intitulé de son accompagnement \Rightarrow La morue... ACADÉMIE !!!

Tiens, tiens.

Maintenant, prenons le nombre de lettres du mot ACADÉMIE, soit 8. Fanny Lopes est née... le 8. Tu sais de quel mois ?

Non, juillet.

Le 08/07 est aussi la date de naissance de Jaden Smith, fils de l'acteur émérite Will Smith dont la gifle sur Chris Rock a fait le tour du monde. Rock étant luimême connu pour être, notamment, un ami proche des Red Hot Chili Peppers (groupe actif depuis... 1982).

Anthony Kiedis, l'un des fondateurs, est né dans le Michigan. Michigan → soit le nom du lac bordant la ville de Chicago, d'où est originaire le groupe Earth, Wind and Fire.

Dont l'un des titres phares est... SEPTEMBER!

C'est aussi le groupe préféré d'Omar Sy dans Intouchables. Film pour lequel il partage l'affiche avec François Cluzet, né un 21 de l'année 1955.

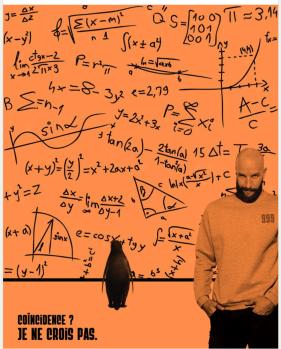
C'était déjà en ... SEPTEMBRE \rightarrow 9e mois de l'année composé de 9 lettres = 99.

Il me reste, à l'heure où j'écris ces lignes, 99 % de batterie sur mon téléphone. Oui, je viens de le recharger à l'aide d'une prise murale intelligemment disposée dans ma demeure située au 9 d'une rue paisible.

99 + 9 = non, pas 108, mais bien 999 !

Et si on retourne ce nombre, on comprend logiquement pour quoi septembre est un mois si maléfique...

KITNW!





©€♥ Vous et 111 autres personnes

284 commentaires



Septembre est vraiment un mois de merde

A — Ce post démontre une créativité exceptionnelle en transformant une plainte banale sur septembre en une théorie du complot élaborée et délicieusement absurde. L'enchaînement des coïncidences (septembre = 9 lettres, L'académie des NEUF, François Cluzet né le 21 septembre, etc.) est magistralement construit et témoigne d'une maîtrise satirique remarquable. L'humour est sain, autoconscient de son absurdité, et offre un modèle créatif pour transformer les frustrations quotidiennes en divertissement intelligent. La transparence sur le caractère parodique et l'escalade jusqu'au 999/666 final créent une expérience à la fois drôle et constructive qui nourrit l'esprit par sa pure inventivité.







FOLLOW ME Suis-moi et suis @eudonia

De l'IA, de l'Humain et des outils 🛭 conception de tests psychométriques, orientation, Life Designing, accompagnements psy



Pierre MAILLIET

<u>espaces-orientation.fr</u>

<u>eudonia.fr</u>