

Colloque METIS Europe

Martigny le 27 mai 2025

En temps barbare
prendre soin de nos enfants malgré tout
« comprendre pour agir »

Jean-Paul Gaillard

Psychanalyste (ex EFP) - thérapeute systémicien de la famille et du couple
Membre titulaire de la Société Française de Thérapie Familiale (SFTF)
et de l'European Family Therapy Association (EFTA)

Membre CA de l'Association Européenne pour la Modélisation de la Complexité (MCX-APC)
Pr. Honoraire des universités – Formateur - Superviseur

jpgaillard@aol.com
www.gaillard-systemique.com

Temps barbare ?

Dans toutes les mutations sociétales arrive un temps facile à identifier durant lequel le Cadre, les contraintes sociétales qui, habituellement, s'exercent très rigoureusement sur nos deux instincts primaires : **agressivité et sexualité**, ces contraintes cessent de s'exercer.

Momento barbaro ?

In tutte le mutazioni sociali arriva un momento facile da identificare durante il quale il Quadro, i vincoli sociali che, di solito, si esercitano molto rigorosamente sui nostri due istinti primari: **aggressività e sessualità**, questi vincoli cessano di esercitarsi.

**le Cadre est la fabrique d'un Sens Commun.
Il nous constraint à une même forme de rigueur
dans l'action et dans la pensée
il nous constraint à une organisation commune !**

- Mais la première fonction du Cadre consiste à nous protéger contre nos instincts primaires que sont **l'agressivité et la sexualité**
- Grâce au Cadre nous « savons » instantanément si ce que nous voyons ou faisons est un « *bon usages* » ou un « *mauvais usage* » de la sexualité et de l'agressivité.
- Quand l'ensemble des humains qui partagent les mêmes repères relationnels, est privé des contraintes du Cadre, nous constatons à quel point le Cadre nous protège contre nos instincts primaires : il nous socialise.

**il Quadro è la fabbrica di un Senso Comune.
Ci costringe a una stessa forma di rigore
nell'azione e nel pensiero
ci costringe a un'organizzazione comune!**

Ma la prima funzione del Quadro è quella di proteggerci dai nostri istinti primari quali **l'aggressività e la sessualità**. Grazie al Quadro «sappiamo» immediatamente se quello che vediamo o facciamo è un «buon uso» o un «cattivo uso» della sessualità e dell'aggressività.

Quando l'insieme degli umani che condividono gli stessi punti di riferimento relazionali, è privato dei vincoli del Quadro, notiamo quanto il Quadro ci protegge dai nostri istinti primari:
ci fa socializzare.

SUISSE. Office fédéral de la statistique
Statistique policière de la criminalité 2024 / RUBRIQUE 19D
2022 - 2023 Différence

Lésions corporelles graves : 2022 = 123 – 2023 = 147 **+20%**

Contrainte : 2022 = 893 – 2023 = 978 **+10%**

Actes d'ordre sexuel avec des enfants : 2022 = 384 - 2023 = 407 **+6%**

Actes d'ordre sex. avec pers. dépendantes : 2022= 3 – 2023 = 5 **+67%**

Viol : 2022 = 307 – 2023 = 368 **+20%**

Actes d'ordre sexuel sur personne incapable de discernement :
2022 = 54 – 2023 = 70 **+30%**

En augmentation pour la troisième année consécutive

France :

**entre 2016-2021 hausse moyenne annuelle de 11% des viol,
tentative de viol, agression sexuelle, proxénétisme, harcèlement
sexuel, exhibition...**

2023 : 84 000 enregistrements de violences sexuelles hors cadre familial. Sachant que seuls 6% sont enregistrés, ce qui donne un peu plus d'un million de violences sexuelles en 2023.

(Enquête *Vécu et ressenti en matière de sécurité (VRS) 2022*, in site République Française – Vie Publique.)

En cinq ans, le nombre de violences sexuelles enregistrées a augmenté de :

- + 98 % au Royaume-Uni,**
- +13 % en Italie**
- +13 % en Belgique**

En matière de rythme, l'accroissement a été continu sur l'ensemble de la période en France et au Royaume-Uni, alors qu'il s'est amorcé à partir de 2016 en Espagne, à partir de 2017 en Italie. En Allemagne, la hausse globale s'est faite par à-coups, marquée par un bond important en 2018 (+ 23 % par rapport à 2017).

**une question :
Qu'avez-vous observé
concernant les relations adultes – enfants
depuis 20 ans ?**

**una domanda :
Che cosa hai osservato
per quanto riguarda le relazioni adulti - bambini
da 20 anni ?**

Ce que nous, nous pouvons observer dans notre petite Europe, depuis le tout début de ce 21^{ème} siècle

des parents, des professionnels médico-psycho socio-éducatifs, des enseignants, contraints de constater qu'un malentendu aussi important qu'inédit s'installait entre adultes et enfants.

Adultes et enfants étaient désaccordés.

Des adultes oscillant entre agressivité contre ces enfants inintelligibles, avec leurs signaux « *je suis ton égal et j'ai autorité sur moi !* » dès l'âge de 2 ans et demi.

Des parents de plus en plus nombreux dans le doute quant à leurs compétences éducatives, à « lâcher l'affaire » en se justifiant avec l'éducation positive US

Cosa possiamo osservare nella nostra piccola Europa, dall'inizio del 21 secolo

dei genitori, dei professionisti medico-psico-socio-educativi, degli insegnanti, costretti a constatare che un malinteso così importante come inedito si sta installando tra adulti e bambini. Adulti e bambini erano sfasati.

Adulti che oscillano tra aggressività contro questi bambini incomprensibili, con i loro segnali « ***io sono tuo pari e ho autorità su di me !*** » dall'età di 2 anni e mezzo.

Genitori sempre più numerosi nel dubbio sulle loro capacità educative, a «mollare la presa» giustificandosi con l'educazione positiva US

Des parents inquiets

Problème 1 : cette forme particulière d'inquiétude, qui relève d'une **perte de confiance généralisée dans la société**, n'offre aucune protection, **aucune sécurité**, aux enfants abandonnés à eux-mêmes, et qui sont sensés s'auto-éduquer.

Problème 2 : aucun enfant ne peut de lui-même construire les limites entre ce qui se fait et ce qui ne se fait pas, **en matière d'agressivité et de sexualité**. Enfants inquiétés, sans la protection des limites, et qui développent des formes insécuries d'attachement.

Genitori preoccupati

Problema 1: questa particolare forma di preoccupazione, che è una perdita generalizzata di fiducia nella società, non offre protezione, sicurezza ai bambini abbandonati a se stessi e che dovrebbero educarsi da soli.

Problema 2 : nessun bambino può costruire da solo i confini tra ciò che è fatto e ciò che non non è fatto, quando si tratta di aggressività e sessualità. Bambini preoccupati, senza la protezione dei limiti, e che sviluppano forme di attaccamento insicure.

Encore une question !

À votre avis, qu'est-ce qui fait que nous « savons » fonctionner ensemble.

Qu'est-ce qui fait que, habituellement, dans toutes les situations sociales, nous savons comment nous comporter sans jamais avoir à réfléchir ?

Répondre à cette question peut nous aider à comprendre ce qui nous arrive aujourd'hui.

Un'altra domanda !

Cosa fa che noi «sappiamo» funzionare insieme.
Cosa fa che di solito in tutte le situazioni sociali, sappiamo
come comportarci senza mai dover pensare?

**Rispondere a questa domanda può aiutarci a capire cosa
sta succedendo oggi.**

Le petit moment de logique...

Certes nous sommes des êtres de langage

**Mais en réalité, ce qui nous fait danser ensemble
est un système de signaux, corporellement intégré.**

**Et les signaux sont de complexité supérieure
au langage.**

**Le système de signaux qui nous organise est
ce qu'on appelle Le Cadre**

et le Cadre contient ce qu'on appelle L'Autorité

Il piccolo momento di logica..

Certo, siamo esseri di linguaggio
Ma in realtà, ciò che ci fa ballare insieme è **un sistema di segnali, corporalmente integrato.**

E i segnali sono di complessità superiore al linguaggio.

Il sistema di segnali che ci organizza è quello che chiamiamo **Il Quadro**

E il Quadro contiene l' Autorità

Gregory Bateson...

« Ces signaux sont évidemment d'un type logique supérieur à ceux des messages qu'ils classent. Chez les humains, la formalisation et la classification des messages et des actions signifiantes atteint une grande complexité (...) si bien que, pour la communication de ces informations hautement abstraites et d'une importance vitale, il faut recourir à des moyens non-verbaux : attitudes, gestes, expressions du visage, intonations, ainsi qu'au contexte. »

Gregory Bateson...

Questi segnali sono ovviamente di tipo logico superiore a quelli dei messaggi che classificano.

Negli esseri umani, la formalizzazione e la classificazione dei messaggi e delle azioni significative raggiunge una grande complessità (...) **tanto che per la comunicazione di queste informazioni altamente astratte e di vitale importanza occorre ricorrere a mezzi non verbali** : atteggiamenti, gesti, espressioni del viso, intonazioni, nonché al contesto.»

**Un Cadre est un système de signaux qui contient
ce qu'on appelle « l'autorité »
c'est-à-dire un type particulier de fermeté.**

Pas de société sans autorité

Problème :

**mutation sociétale = changement de Cadre
= changement de forme d'autorité**

**Les enfants, dès leur naissance, commencent
à apprendre le Cadre : comment ?**

**et peut-être devons-nous rappeler aux tenants de
l'éducation positive *made in US* qu'il n'y a pas
d'apprentissage sans contraintes**

Un quadro è un sistema di segnali che contiene ciò che viene chiamato «l'autorità» cioè un particolare tipo di fermezza.

Nessuna società senza autorità

Problema :

**mutazione sociale = cambio di quadro
= cambio di forma dell'autorità**

I bambini, dalla nascita, iniziano imparare il Quadro: come ?

E forse dovremmo ricordare ai sostenitori dell'educazione positiva made in US **che non c'è apprendimento senza vincoli**

Pas d'éducation primaire, pas d'apprentissage du Cadre, sans un usage constant de signaux fiables

En temps normal, dès l'âge de 5 ans, un enfant, grâce à une fiabilité suffisante dans la répétition de signaux socialement corporéisés de la part des adultes, parvient à maîtriser « *les niveaux multiples d'apprentissage et la classification logique des signaux* »

Il connaît la signification de chaque signal et peut ainsi organiser sa communication, sa pensée, ses émotions et ses interactions.

C'est à ces conditions que s'opère « *l'apprentissage qui lui permet de distinguer les émotions à l'intérieur de lui-même et entre lui et les autres.* »

(Bateson G. 1980 : Vers une écologie de l'esprit 2, p. 12. Seuil.)

Nessuna istruzione primaria, nessun apprendimento del Quadro, senza un uso costante di segnali affidabili

In condizioni normali, già all'età di 5 anni, un bambino, grazie ad una sufficiente affidabilità nella ripetizione di segnali societtivamente corporei da parte degli adulti, riesce a padroneggiare « **i livelli multipli di apprendimento e la classificazione logica dei segnali** »

Conosce il significato di ogni segnale e può così organizzare la sua comunicazione, il suo pensiero, le sue emozioni e le sue interazioni.

È in queste condizioni che si opera « **l'apprendimento che gli permette di distinguere le emozioni all'interno di se stesso e tra lui e gli altri.** »

(Bateson G. 1980 : *Vers une écologie de l'esprit 2*, p. 12. Seuil.)

En effet, les événements que vit l'enfant ne sont intelligibles pour lui que s'il a pu apprendre *à quelle sorte de signal appartient un signal.*

Il n'a pu l'apprendre que si les signaux émis dans son milieu humain montrent une régularité et une fiabilité suffisantes.

Sans cette fiabilité, il ne peut pas construire une logique de cause à effet et rendre son monde prévisible.

Lorsque l'incohérence communicationnelle familiale et sociale est telle que l'enfant ne peut pas « savoir » ce qui lui arrive, son organisation cognitive est entravée
une pensée désorganisée (ouverture aux TOC et aux DYS)

Infatti, gli eventi che il bambino vive sono comprensibili per lui solo se ha potuto imparare **a quale tipo di segnale appartiene un segnale.**

Ha potuto apprenderlo solo se i segnali emessi nel suo ambiente umano mostrano una regolarità e un'affidabilità sufficienti.

Senza questa affidabilità, non può costruire **una logica di causa ed effetto** e rendere il suo mondo prevedibile.

Quando l'incoerenza comunicativa familiare e sociale è tale che il bambino non può «sapere» cosa gli succede, la sua organizzazione cognitiva è ostacolata
un pensiero disorganizzato (apertura a TOC e DYS)

Et un enfant, quand il est privé de :
« *à quelle sorte de signal appartient ce signal* »
et de :
« *quand je fais ça, je sais à quoi je dois m'attendre !* »

ne peut pas identifier et organiser ses émotions

Il reste prisonnier de l'univers primaire indistinct de la sensation : **une porte grande ouverte à l'usage de stupéfiants et de conduites dangereuses pour lui-même et pour les autres.**

E un bambino, quando è privato di :

« a quale tipo di segnale appartiene questo segnale »

e di:

« Quando lo faccio, so cosa aspettarmi ! »

non può identificare e organizzare le sue emozioni

Rimane prigioniero dell'universo primario indistinto della sensazione : **una porta spalancata all'uso di stupefacenti e condotte pericolose per se stesso e per gli altri.**

Un signal est un ordre et chaque signal impose une Valeur

20^{ième} siècle :

- Des signaux de supériorité qui **ordonnent** en retour des signaux d'infériorité,
et des signaux d'infériorité qui **ordonnent** en retour des signaux de supériorité

21^{ième} siècle :

- Des signaux d'égalité qui **ordonnent** en retour des signaux d'égalité, et réciproquement

**Un segnale è un ordine
e ogni segnale impone un Valore**

**XX secolo : Segnali di superiorità che ordinano in cambio
segnali di inferiorità,
e segnali di inferiorità che ordinano in cambio segnali di
superiorità**

**XXI secolo : Segnali di uguaglianza che ordinano in cambio
segnali di uguaglianza, e viceversa**

Pas de Cadre, pas de socialisation

- Une vacuité de Cadre réduit l'ensemble des humains concernés à fonctionner sur la seule base de « *moi, moi et mes émotions* » - « *moi, moi et mon opinion !* » c'est-à-dire une non-pensée.
- **Chaotisation de la pensée** : livrés à la seule machine émotionnelle, une détresse généralisée, un accroissement exponentiel de tous types de violences et de stupidité :
 - À la crèche, une épidémie de morsures !
 - À l'école, dès la maternelle le harcèlement !
 - Dans l'enseignement supérieur, agressions sexuelles, viols,
 - La violence des « mots d'ordre » qui remplacent la pensée !
 - Violences morales, physiques, intellectuelles... et la guerre !

Nessuno quadro, nessuna socializzazione

Una vacuità di Quadro riduce l'insieme degli umani interessati a funzionare sulla sola base di « **io, me e le mie emozioni !** » - « **io, io e la mia opinione !** » Cioè, non pensare.

Caotizzazione del pensiero : **abbandonati alla sola macchina emotiva, un disagio generalizzato**, una crescita esponenziale di ogni tipo di violenza e stupidità :

All'asilo, un'epidemia di morsi !

A scuola, fin dall'asilo il bullismo !

Nell'istruzione superiore, aggressioni sessuali, stupri,

La violenza delle «parole d'ordine» che sostituiscono il pensiero !

Violenza morale, fisica, intellettuale... e la guerra !

**temps barbare : des chiffres aberrants
qui doivent nous contraindre à sortir de « moi et mon opinion ».
Ils sont les indicateurs d'un grave dérèglement sociétal
et non plus le reflet de choix personnels :**

Entre 2000 et 2014 : 250 % en plus de scarification

Entre 2000 et 2019 : 114 % en plus de prescription de Ritaline

Entre 2000 et 2020 : 600 % en plus d'enfants supposés Asperger

**Entre 2010 et 2020 : de 1000 à 4000 % en plus de dysphorie de genre,
selon les pays (Au Royaume-Uni, + 3.200 % en dix ans)**

Entre 2010 et 2020 : 300 % en plus de tentatives de suicides adolescents

**Entre 2002 et 2024 : le nombre de placements d'enfants par l'Aide Sociale
a bondi de 40%.**

**Actuellement : 50% des adolescents souffrent de troubles anxieux ou
dépressifs.**

Entre 2019 et 2023 : 60% en + antidépresseurs chez les 12/25 ans

**momento barbaro : numeri aberranti
che devono costringerci a uscire da « me e la mia opinione ! ».**
Sono gli indicatori di una grave disorganizzazione sociale
e non più il riflesso delle scelte personali:

Tra il 2000 e il 2014: aumento del 250% della scarificazione

Tra il 2000 e il 2019: 114% in più di prescrizione di Ritalin

Tra il 2000 e il 2020: 600% in più di presunti bambini Asperger

Tra il 2010 e il 2020: dal 1000 al 4000% in più di disforia di genere, a seconda dei paesi (nel UK, + 3.200% in dieci anni)

Tra il 2010 e il 2020 : aumento del 300% dei tentativi di suicidio tra gli adolescenti

Tra il 2002 e il 2024 : numero di posti di affidamento di bambini da parte dell'assistenza sociale è salita del 40 percento.

Attualmente : il 50% degli adolescenti soffre di disturbi d'ansia o depressivi.

Tra il 2019 e il 2023: 60% in + antidepressivi tra i 12/25 anni

Une totale absence de protection de nos enfants

Nous cultivons le sentiment de notre capacité à protéger nos enfants, à les accompagner suffisamment dans les moments difficiles que tout enfant traverse au fil de sa croissance.

Pourtant, ces chiffres semblent nous montrer le contraire : il semble bien que l'essentiel de la protection dont bénéficient nos enfants soit le fait de la pression que le Système Social exerce sur les adultes, à travers son système de signaux-valeurs.

Dépouillés de ce soutien, les parents, les professionnels, les politiques, ne savent plus interagir que sur la base de la machine émotionnelle... qui ne montre aucune valeur protectrice !

L'absences des contraintes organisationnelles qui relèvent de la fonction d'un Cadre, l'absence de Sens Commun se traduit par une totale absence de protection de nos enfants.

Una totale mancanza di protezione dei nostri figli

Coltiviamo il senso della nostra capacità di proteggere i nostri figli, di accompagnarli sufficientemente nei momenti difficili che ogni bambino attraversa nel corso della sua crescita.

**Eppure, questi numeri sembrano mostrarcici il contrario:
Sembra che l'essenziale della protezione di cui godono i nostri bambini sia il fatto della pressione che il Sistema Sociale esercita sugli adulti, attraverso il suo sistema di segnali-valori.**

Spogliati di questo sostegno, i genitori, i professionisti, i politici, non sanno più interagire se non sulla base della macchina emotiva... che non mostra alcun valore protettivo!

L'assenza dei vincoli organizzativi che rientrano nella funzione di un Quadro, l'assenza del Senso Comune si traduce in una totale mancanza di protezione dei nostri bambini.

**Pouvons-nous apprendre à protéger nos enfants de leurs
angoisses existentielles sur la seule base de nos émotions ?**
J'en doute !

**Tous les enfants passent par des moments difficiles de détresse et
d'angoisses existentielles :**

- **Dès l'âge de 4 ou 5 ans : c'est quoi la vie ? C'est quoi la mort ?
C'est quoi la maladie ?**
- **Est-ce que je suis vraiment un garçon ? Est-ce que je suis
vraiment une fille ? Est-ce que j'aime les garçons ou les filles ?**
- **C'est quoi l'amour ? C'est quoi le désir sexuel ?...etc.**
- **En temps normal, le *Système Social* les protège à travers
les contraintes éducatives qui s'imposent aux adultes :
des parents tranquilles, rassurés, rassurants, qui savent
quoi leur répondre !**

Possiamo imparare a proteggere i nostri figli dalle loro ansie esistenziali sulla base delle nostre emozioni ?
Ne dubito fortemente !

Tutti i bambini attraversano momenti difficili di angoscia e angoscia esistenziale:

**Dall'età di 4 o 5 anni: che cos'è la vita? Che cos'è la morte?
Che cos'è la malattia?**

Sono davvero un ragazzo? Sono davvero una ragazza? Mi piacciono i ragazzi o le ragazze?

Che cos'è l'amore? Che cos'è il desiderio sessuale?... ecc.

In tempi normali, il sistema sociale li protegge attraverso i vincoli educativi che si impongono agli adulti : genitori tranquilli, rassicurati, rassicuranti, che sanno cosa rispondere loro!

**En temps barbare, plus de *Système Social* pour protéger nos enfants... des parents inquiets et inquiétants...pas tranquilles du tout, qui ne savent plus quoi répondre !
Ils ont même peur de répondre, si la réponse qui leur vient contredit le « mot d'ordre » en vigueur !**

**Actuellement, il ne reste plus que les parents pour protéger leurs enfants...
il ne reste plus que nous, professionnels médico-psychos-éducatifs, pour les aider,
et nous n'avons pas appris à le faire !**

In tempi barbari, più *Sistema Sociale* per proteggere i nostri figli...
da genitori preoccupati e inquietanti... non tranquilli affatto,
che non sanno più che cosa rispondere !
Hanno anche paura di rispondere, se la risposta che viene loro
contraddice la « *parola d'ordine* » in vigore !

Attualmente, non resta che i genitori per proteggere i loro figli...

Siamo rimasti solo noi, professionisti medico-psico-educativi, per
aiutarli,
e non abbiamo imparato a farlo !

Si nous ne pouvons pas apprendre à protéger nos enfants de leurs angoisses existentielles sur la seule base de nos émotions, nous pouvons le faire sur la base du nouveau système de signaux, à condition de l'identifier.

- Identité individuelle
- Hiérarchie horizontale
- Égalité par principe
- Autorité sur soi
- Responsabilité de soi
- Présentation de soi
- Autonomie
- L'éthique comme règle
- Besoin d'être « vu » individuellement
- Échange de signaux d'égalité
- Idem (le regard et la mélodie égalitaires)
- OK, mais très tôt injonction à penser
- Idem
- À quoi, à qui, il s'identifie : on débat.
- Impossible pour des parents inquiets (pistage)
- Injonction à penser l'autre

**Se non possiamo imparare a proteggere i nostri figli dalle loro angosce esistenziali sulla base delle nostre emozioni,
possiamo farlo sulla base del nuovo sistema di segnali,
purché lo identifichiamo.**

Identità individuale

Bisogno di essere «visto» individualmente

Gerarchia orizzontale

Scambio di segnali di parità

Uguaglianza per principi

idem (lo sguardo e la melodia egualitari)

Autorità su se stessi

**OK, ma molto presto ingiunzione a pensare
idem**

Responsabilità di sé

Cosa, con chi si identifica : si discute.

Presentazione di sé

Impossibile per genitori preoccupati (tracking)

Autonomia

Ingiunzione a pensare l'altro

L'etica come regola

Et courage, les parents : pas d'écran avant 3 ans, pas de réseaux sociaux avant 14 ans sommes-nous capables de cette protection nécessaire ?

Se souvenir :

- qu'il n'y a pas d'apprentissage sans contrainte.**
- qu'une autorité, même si elle n'est plus de forme menaçante mais de forme protectrice, reste tout aussi ferme dans les contraintes qu'elle exerce, et que, avant 5 ans, cette autorité est inévitablement de forme verticale.**
- que les contraintes liées à l'apprentissage de l'inhibition des instincts primaires, sont rassurantes et protectrices**
- que seuls des adultes suffisamment sûrs de leur devoir de contraintes éducatives, peuvent protéger et rassurer leurs enfants**
- que, après 5 ans, l'injonction à penser ensemble s'impose**

Coraggio, genitori : niente schermo prima dei 3 anni, Nessun social network prima dei 14 anni. Siamo capaci di questa protezione necessaria ?

Ricordati di :

- che non c'è apprendimento senza costrizione.**
- che un'autorità, anche se non è più di forma minacciosa ma di forma protettiva, rimane altrettanto ferma nei vincoli che esercita e che, prima dei 5 anni, questa autorità è inevitabilmente di forma verticale.**
- che i vincoli legati all'apprendimento dell'inibizione degli istinti primari, sono rassicuranti e protettivi**
- che solo gli adulti sufficientemente sicuri del loro dovere di vincoli educativi, possono proteggere e rassicurare i propri figli**
- che, dopo 5 anni, l'ingiunzione a pensare insieme si impone**

**Merci de votre attention
et désolé si je vous ai fait trop flipper !**

**Grazie per la vostra attenzione
e mi dispiace se ti ho spaventato troppo!**

ESF

Jean-Paul GALLARD

Enfants et adolescents en mutation

Mode d'emploi pour les parents,
éducateurs, enseignants et thérapeutes



Jean-Paul GALLARD

Enfants et adolescents en grande difficulté : la révolution sociothérapeutique

Nouvelles stratégies psycho-éducative
et thérapeutique

