

GLOBAL

Bistrot Mémoire Rennais

Co-constuire le lien social

Une des missions principales du Bistrot Mémoire Rennais est de lutter contre l'isolement des personnes touchées par des maladies neuro-évolutives et prévenir l'épuisement de leurs aidants.

La période sanitaire que nous traversons et les épisodes de confinement que nous avons vécus, ont soulignés pour chacun d'entre-nous l'importance du lien social. Les élans de solidarité et les initiatives portées par différentes associations montrent les bienfaits de la proximité et de la relation au quotidien. Prévenir l'isolement social, favoriser des temps de relations sont essentiels ! C'est pourquoi le Bistrot Mémoire Rennais, depuis 3 ans maintenant, s'inscrit au côté de la ville de Rennes



au travers de l'événement " Viens je t'emmène" qui se déroulera du 15 au 27 novembre 2021. Cette année encore, pour cette 7e édition, c'est plus de 60 propositions de sorties entre générations qui vous seront proposées près de chez vous ! Nous vous emmènerons en toute sécurité en pays imaginaire ou tout est possible... Vous trouverez tous les détails de cet événement en page 6. Des programmes papiers sont

également disponibles dans de nombreux lieux : à la maison des aînés et des aidants, la maison associative de la santé...

Et pour poursuivre le voyage, deux rencontres vous sont proposées en novembre : jetez un oeil p 4 !

Enfin, avis aux amateurs de pommes, un délicieux jus de pomme 100 % bio, la première cuvée du Bistrot Mémoire Rennais se prépare !

Vous pouvez le commander dès aujourd'hui (p 8)

Attention il n'y en aura pas pour tout le monde...

SOMMAIRE

Les Brèves	2
Agenda	3
Infos pratiques	4
Cinéma : The Father	5
Partenariat	6



N'hésitez pas à contribuer à ce projet d'écriture à plusieurs, si vous souhaitez témoigner, partager des recettes, des lectures, n'hésitez pas à nous le faire savoir par mail contact@bistrotmemoirerennais.com ou par téléphone au 06 30 77 64 75.

Une après-midi avec le Bistrot Mémoire Rennais ...

au Musée des Beaux-arts

VERA MOLNAR
Pas froid au yeux

Le Musée des beaux-arts de Rennes organise du 9 octobre au 2 janvier une importante exposition monographique consacrée à **Vera Molnar** et réalisée en partenariat avec l'Espace de l'art concret de Mouans-Sartoux, l'année des 97 ans de l'artiste.

Le **Mercredi 10 novembre** de 14h à 16h, le Bistrot Mémoire Rennais vous propose de découvrir une partie de cette exposition temporaire en compagnie d'Anne-Sophie Guerrier, médiatrice culturelle. L'occasion de découvrir l'univers géométrique de l'artiste, où lignes, courbes, formes, couleurs s'entremêlent selon des règles simples de mathématique.

Il est vrai qu'au premier abord l'art, les mathématiques et l'informatique ne semblent pas avoir de lien évident entre eux et pourtant... Si vous avez envie d'en découvrir un peu plus, la visite se poursuivra par un atelier "manuel" dans les coulisses du musée des Beaux-arts. Une façon conviviale de partager autour de l'art que l'on soit expert ou novice.

aux Archives Municipales de Rennes



Connaissez-vous les archives municipales de Rennes ?

C'est un service public ouvert à tous. Cet équipement culturel conseille les services producteurs d'archives, collecte, classe, conserve, communique et met en valeur les dossiers constitués par les services de la Ville de Rennes, de Rennes Métropole et du centre communal d'action sociale (CCAS), ainsi que par les organismes ayant une mission de service public et financés en tout ou partie par la ville et/ou la métropole rennaise.

Vous pouvez accéder à la salle de lecture sans rendez-vous. Vous trouverez les horaires sur le site suivant www.archives.rennes.fr

Toutefois si vous ne souhaitez pas vous y rendre seul, ou si vous préférez visiter les archives en groupe, le Bistrot Mémoire Rennais vous propose une date le **mercredi 24 novembre** de 14h à 16h .

Ces deux visites sont sur inscription auprès de l'association par mail contact@bistrotmemoirerennais.com ou par téléphone **06 30 77 64 75**.

AGENDA NOVEMBRE



À noter !

Certaines rencontres nécessitent une inscription. Elle se fait via l'adresse contact@bistrotmemoirerennais.com ou par téléphone au **06 30 77 64 75**. Pour les autres rencontres, l'entrée est libre et ouverte à tous, dans le respect des consignes sanitaires en vigueur.

Mercredi
03/11
15h -17h

"Entendre, voir et se souvenir: de l'influence des problèmes de vision et d'audition sur la mémoire dans le grand âge".

avec le Professeur Dominique SOMME

RDV Salon de thé **MY** (Bouvier)
89B Mail François Mitterrand
Arrêt de bus C4 Chèques Postaux

Mardi
9/11
10h -11h30

"Comment mobiliser les capacités préservées d'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ou apparentée"

avec Halina Jonczy, animatrice au BMR

RDV **Espace social commun de Villejean**
Métro Kennedy

Mercredi
10/11
14h -16h

Visite au musée de l'exposition "Pas froid aux yeux " de Vera Molnar

avec Anne-Sophie Guerrier, médiatrice culturelle
Inscription obligatoire

RDV **Musée des Beaux-arts**
20 Quai Emile Zola
Arrêt de bus Musée des Beaux-arts/Métro République

Mercredi
17/11
15h-17h

"Viens, je t'emmène voyager dans l'univers des contes"

En partenariat avec Mosaique Bretagne-Maroc
Inscription obligatoire

RDV Salon de thé **MY** (Bouvier)
89B Mail François Mitterrand
Arrêt de bus C4 Chèques Postaux

Mercredi
24/11
14h-16h

"Découvrons les Archives de Rennes"

avec Adrien Leroux, chargé de médiation
Inscription obligatoire

RDV **Archives de Rennes**
18 Avenue Jules Ferry
Arrêt de bus Jules Ferry
ou Fac de droit

Vendredi
26/11
14h -16h

"Viens, je t'emmène voyager dans l'univers des contes"

En partenariat avec Mosaique Bretagne-Maroc
Inscription obligatoire

RDV **Maison des aînés et des aidants**
Dalle Colombier
Métro Charles de Gaulle



MAISON
DES AÎNÉS
ET DES
AIDANTS
DE RENNES



MUSÉE
DES BEAUX-ARTS
DE RENNES





Restons mobile sur Rennes avec La Star !



Vous aimez sortir, flâner dans les rue de Rennes, ou vous souhaitez vous rendre seul à un rendez-vous médical. Vos difficultés cognitives, sensorielles ou motrices ne doivent pas être un frein à vos déplacements. Le réseau Star propose différents dispositifs gratuits dont 3 pourraient vous intéresser: HANDISTAR, STARmeguide, la carte invalidité et celle de son accompagnateur. Valérie Rouxel, chargée de développement commercial au réseau STAR, est venue à notre rencontre le mercredi 29 septembre dernier lors d'un Bistrot mémoire. Voici les informations qu'elle a nous a transmises.



STARmeguide

Grâce à ce nouveau service une personne vous accompagne dans vos déplacements. Et ceci sur tout le réseau, pendant 1 heure. La personne vous accompagne d'un arrêt à un autre. En revanche, elle ne vient pas vous chercher chez vous. Ce service est gratuit. Vous devez juste payer votre transport (ticket, carte...). Il s'adresse aux personnes souffrant de **troubles de la vue, de l'audition, de l'orientation, de la mémoire ou de la communication.**

Appel à candidature

La STAR nous propose de tester ce dispositif avec leur accompagnateur. Si vous souhaitez vous joindre à nous pour cette découverte, contactez nous !

HANDISTAR

C'est un service de transport collectif destiné aux **personnes à mobilité réduite, se déplaçant en fauteuil roulant ou non-voyantes**, sur les 43 communes de l'agglomération. Un véhicule vient vous chercher à votre domicile et vous dépose au lieu de votre destination. Ce dispositif vous coûtera uniquement le prix d'un trajet (ticket, carte). Si vous ne disposez pas de carte mobilité inclusion (mention "invalidité" ou "cécité") délivrée par la MDPH, un dossier médical et une rencontre avec un médecin dans les locaux de la STAR conditionneront votre inscription à ce dispositif.

BON A SAVOIR

Vous souffrez d'une maladie neuro-évolutive et avez besoin d'un proche dans tous vos déplacements, vous pouvez alors prétendre à une **carte "accompagnateur"** à destination des personnes qui vous accompagneront gratuitement dans vos déplacements sur tout le réseau. Pour cela, vous devez être titulaire de la carte mobilité inclusion avec mention « besoin d'accompagnement » ou « besoin d'accompagnement cécité », délivrée par la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH) ou par le Conseil Départemental.

Pour tous renseignements ou inscriptions, contactez le **09 70 821 800**



"Father" de Florian Zeller Une immersion déconcertante dans la maladie Lucas Service civique

Je vais vous présenter un film que j'ai regardé récemment. A l'origine, c'était une pièce de théâtre française qui a été adaptée. C'est l'histoire d'un homme, vivant seul dans son appartement à Londres, qui perd lentement le fil et le contrôle de son existence. En vieillissant, il commence à souffrir de démence. Il confond de plus en plus les personnes rencontrées. Il devient parfois agressif avec sa fille. Peu à peu, on voit l'homme (l'acteur Anthony Hopkins) souffrant d'Alzheimer, se faner et avoir de plus en plus de difficultés relationnelles avec sa fille aidante (Olivia Colman). Il est à la fois présent et absent, enfermé dans son esprit malade. Au fur et à mesure que sa santé se dégrade, nous voyons son monde se réduire : appartement, chambre, lit..

The Father nous permet de mieux comprendre la perception d'une personne souffrant de démence : comment il voit le monde qui l'entoure.

Cependant, au delà de la maladie, ce film raconte aussi la vieillesse qui permet d'accéder à une certaine sagesse. Il dit comment les personnes âgées, parce qu'elles prennent le temps, se posent, développent un sens aigu pour y voir plus clair, pour discerner et peuvent ainsi prendre de meilleurs décisions.

A cette sagesse, le film met en parallèle la précipitation et la course vécues par les plus jeunes. Ils ne savent pas s'arrêter, courent sans cesse tant ils sont pressés et accaparés par les problèmes tous plus importants les uns que les autres.

Personnellement, ce film m'a ouvert l'esprit et m'a donné une vision plus large du quotidien de l'aidé et de ses aidants.

Tout au long du film, en tant que spectateur, on sent qu'on perd nos repères un peu comme si on était dans la peau d'Anthony Hopkins. Il nous rappelle également la complexité de la relation avec l'aidant dans l'accompagnement d'une personne. Nous pouvons voir une personne âgée souffrant de démence comme un arbre qui perd ses feuilles durant l'hiver, mais l'important et la morale de ce film est de conserver les souvenirs de la personne comme si elle était un arbre resplendissant de feuilles pendant le printemps.



Viens, je t'emmène



Du 15 au 27 novembre se déroulera à Rennes la 7ème édition de l'action "Viens je t'emmène".

Plus de 60 propositions de sorties et de beaux moments à passer ensemble en perspective !

Le principe de cette opération nationale de solidarité entre les générations, initiée par "Notre Temps", est simple : offrir à des personnes âgées l'occasion de sortir accompagnées, le temps d'une balade en ville, d'une invitation au théâtre, d'un goûter spectacle, d'un atelier pâtisserie, informatique, art oral...

L'accompagnement vous sera proposé soit par des bénévoles, soit par des jeunes en service civique. Ou, peut-être, tout simplement par votre voisin du palier !

Si, au niveau national, cette action dure une semaine, à Rennes, les idées et les propositions sont si nombreuses qu'elles remplissent bien deux semaines entières !

Deux semaines pour vous permettre de passer des moments de partage plaisants en discutant, en riant, en admirant.

Dans le cadre de cette action, Bistrot Mémoire Rennais s'associe avec Mosaïque Bretagne-Maroc et vous propose de voyager dans l'univers imaginaire des contes lors de deux rencontres : **le mercredi 17 novembre de 15h à 17h** au salon de thé MY (Bouvier), 89B Mail François Mitterrand et **le vendredi 26 novembre de 14h à 16h** à la Maison des Aînés et des Aidants, Dalle Colombier.

Pensez svp à vous inscrire !

Pratique :

Le programme complet est distribué en forme de brochure dans de nombreuses structures à Rennes. Il est également disponible sur le site : <https://metropole.rennes.fr/evenements>

BON DE COMMANDE

"BUVEZ DES POMMES" BIO 100% PUR JUS

Le Bistrot Mémoire Rennais lance sa première cuvée de jus de pomme bio !

Ramassées à la main (sous la pluie) et mises en bouteille par les membres de l'association, pour régaler les brétiliens ;) et financer les actions de mobilisation à venir en faveur des personnes touchées par des troubles neuro-évolutifs et leurs aidants.

Faites le plein de vitamines et réveillez vos papilles...
Les commandes sont ouvertes et les stocks limités ;)



3,50 € le litre

20,00 € le carton de 6 litres

objectif de production: 400 litres minimum



NOM & PRENOM

ADRESSE

 

Pour récupérer votre commande, plusieurs points de retrait sont possibles, nous reviendrons vers vous pour définir ensemble la meilleure option
(dates & lieux de retrait) + d'infos : 06 24 83 32 82

	Quantité	Prix unitaire	Total
Bouteille 1L	3,50
Carton 6L	20,00

Règlement accepté **Total général** €

Chèque à l'ordre de l'association Bistrot Mémoire Rennais

Adresse : Espace Santé Olivier Sabouraud 7 rue de Normandie 35000 Rennes

Virement : IBAN FR76 1444 5202 0008 0015 4737 622 BIC CEPFRPP444 & Espèces

L'Association Bistrot Mémoire Rennais propose une démarche « GlobAL » d'accompagnement pour les personnes touchées par des troubles neuro-évolutifs (maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées) et leurs aidants.

Plusieurs actions sont proposées pour partager et enrichir les savoirs « Dire, Faire et Être » et ainsi préserver la place et le rôle de chacun dans la cité.

Depuis 2004, nous faisons le pari qu'il est possible de « mieux vivre » avec la maladie à condition que l'environnement humain et matériel soit mieux adapté.

Si vous aussi, vous souhaitez vous engager pour une société plus inclusive : rejoignez-nous !

✉ Bistrot Mémoire Rennais

Espace Santé Olivier Sabouraud

7 rue de Normandie - 35000 Rennes

☎ 02 99 59 51 23

www.bistrotmemoirerennais.com

contact@bistrotmemoirerennais.com

📘 🐦 @bmemoire35



MUSÉE
DES BEAUX-ARTS
DE RENNES



— UNION —
BISTRÔT MÉMOIRE

