

Septembre 2023

LA GAZETTE

Septembre Orange #SO3

Nous vous avons annoncé une rentrée haute en couleurs : choses promises : choses dues !

Nous sommes très fiers de vous présenter la troisième édition du mois international de lutte contre la démence #SO3.

Initié en 2021 à Rennes, ville Dementia Friendly la plus avancée*, Septembre Orange est l'occasion de mettre en lumière toutes les initiatives, dispositifs et actions d'acteurs associatifs, publics et privés engagés à nos côtés pour bâtir une société inclusive en faveur des personnes vivant avec une maladie neuro-évolutive et de leurs proches-aidants.

Tout bien portant est un aidant qui s'ignore !

Rappelons que nous sommes tous concernés de près ou de loin par cette problématique. 1 français sur 2, a, dans son entourage une personne diagnostiquée maladie d'Alzheimer.

Sur les 11 millions d'aidants en France, plus de 4 millions aident un proche de plus de 75 ans.



Ensemble, nous pouvons agir à notre mesure pour garantir la place et le rôle de chacun, sans que cela ne vienne bouleverser nos habitudes et nos pratiques. Souvent, il suffit de peu de chose, un geste, un mot... pour faciliter le quotidien. La preuve, sans financements dédiés, ce sont plus de 30 actions riches et variées auxquelles vous êtes conviés : conférences débats, ateliers mémoire, visites culturelles, sorties champêtres, brocante, tombola, guinguette... le tout dans un climat bienveillant, convivial et gourmand avec une pâtisserie "inclusive" Globalcité concoctée par Thierry Bouvier et son équipe spécialement pour nous !

Changer de regard

À défaut de traitement curatif, il est possible de lutter contre les effets de la maladie (dépression, apathie...) en rassurant et garantissant la participation de ce public encore trop souvent stigmatisé. Ou encore en promouvant un traitement psycho-social pour améliorer concrètement les situations des personnes malades et de leurs proches-aidants.

Tels sont les objectifs de cette initiative #SO3 que nous aurons la chance d'inaugurer avec vous et Nathalie Appéré, mercredi 6 septembre au Bistrot Mémoire.

SOMMAIRE

Programme	2
Partenaires	5
Bistrots Mémoire	6
S'évader	7
Solidarités	8
Gourmandises	10

PROGRAMME SEPTEMBRE ORANGE#3

OUVERTURE

VENDREDI 01/09

09 H 30 - 11 H 00

LANCEMENT DU MOIS SEPTEMBRE ORANGE

PETIT DÉJEUNER PARTENAIRES

Maison des Aînés et des Aidants
34 Pl. Place du Colombier 35000 Rennes
Samya Cidère 07 72 24 02 79

MERCREDI 06/09

15 H 00 - 17 H 00

INAUGURATION DE SEPTEMBRE ORANGE

My by BOUVIER
89 bis, Mail François Mitterrand 35000
Rennes
Amandine Besnard 06 30 77 64 75

14 H 00 - 15 H 15 OU

15 H 30 - 16 H 45

REMUE-MÉNINGES

OPAR
62 rue de Dinan 35000 Rennes
Sur inscription Renaud Gaillard 02 99 54 22 23

JEUDI 07/09

14 H 00 - 16 H 00

SORTIE À LA CAMPAGNE

RDV covoiturage à définir (2 € / personne)
La salle verte 35113 Domagné
Sur inscription Gwenaël Sanceau 07 87 04 65 63

VENDREDI 08/09

10 H - 17 H

RENCONTRE INTER-BISTROTS MÉMOIRE + SIMULATEUR VIEILLISSEMENT / PRÉSENCE VERTE

RDV au FRAC
19 Av. André Mussat 35000 Rennes
Sur inscription Amandine Besnard 06 30 77 64 75

LUNDI 11/09

15 H - 16 H

GYM SÉNIOR

Cercle Paul Bert Blosne / site Savary
4 rue d'Andorre 35200 Rennes 35000 Rennes
Sur inscription Gwenaël Sancéau 07 87 04 65 63

MERCREDI 13/09

10 H - 17 H

SORTIE ANNUELLE AU CHÂTEAU DES PÈRES

RDV covoiturage à définir (4 € / personne)
Domaine du Château des Pères 35150 Piré-Chancé
Sur inscription Amandine Besnard 06 30 77 64 75

14 H 00 - 15 H 15 OU

15 H 30 - 16 H 45

REMUE-MÉNINGES

OPAR
62 rue de Dinan 35000 Rennes
Sur inscription Renaud Gaillard 02 99 54 22 23

JEUDI 14/09

14 H - 16 H

BALADE : LES INCONTOURNABLES DU CENTRE VILLE DE RENNES

Maison des Aînés et des Aidants
Place du Colombier 35000 Rennes
Sur inscription Nicolas Merienne 02 23 62 21 40

VENDREDI 15/09

9 H 00 - 10 H 00

GYM SÉNIOR

Cercle Paul Bert / site Longchamp
60 rue Doyen Albert et Pierre Bouzat 35000
Rennes
Sur inscription Gwenaël Sancéau 07 87 04 65 63

14 H - 16 H

BMN: "VENEZ DÉCOUVRIR LE CLIC: LIEU D'INFORMATION ET D'ÉCOUTE"

Intervention de Laëtitia Festoc, responsable du
CLIC des 4 rivières
Chorus, centre social et culturel
7 Rue du Querpon 35330 Val d'Anast
Sur inscription à l'accueil 02 99 92 46 99

PROGRAMME SEPTEMBRE ORANGE#3

LUNDI 18/09

14 H 00 - 16 H 00

BMN: "LE BONHEUR À LA RETRAITE : RÊVES ET RÉALITÉS"

le 5, Espace de vie sociale
5 rue de l'Église 35760 St-Grégoire
Amandine Besnard 06 30 77 64 75

14 H 30 - 15 H 30

GYMN DOUCE

Salle de la Forge
5 Rue de la Duchesse Anne 35760 Saint Grégoire
Sur inscription Arnaud Sauvée 07 64 88 65 50

MERCREDI 20/09

15 H 00 - 17 H 00

TUTELLE, CURATELLE... PROTÉGEONS NOUS JURIDIQUEMENT

Intervention de l'association des Tuteurs Familiaux
My by BOUVIER
89 bis, Mail François Mitterrand 35000 Rennes
Amandine Besnard 06 30 77 64 75

14 H 00 - 15 H 15 OU 15 H 30 - 16 H 45

REMUE-MÉNINGES

OPAR
62 rue de Dinan 35000 Rennes
Sur inscription Renaud Gaillard 02 99 54 22 23

JEUDI 21/09

10 H 00 - 12 H 30

FORMATION DES AIDANTS

France Alzheimer et apparentée Ille et Vilaine
Pôle Gériatrique Rennais
100 avenue André Bonin 35135 Chantepie
Sur inscription Béatrice Lety 02 99 80 86 43

14 H 00 - 16 H 00

SORTIE À LA CAMPAGNE

RDV covoiturage à définir (2 € / personne)
La salle verte 35113 Domagné
Sur inscription Gwenaël Sancéau 07 87 04 65 63

VENDREDI 22/09

8 H 30 - 10 H 00

FACE AUX TROUBLES DE LA MÉMOIRE, PROCHES-AIDANTS ET MÉDIATION FAMILIALE, QUELS POSSIBLES ?

Espace Médiation EPE35
Au Quetzal Café 43 Grande Rue 35600 Redon
Sur inscription Nathalie Vézilier 02 99 38 40 28

14 H 00 - 16 H 30

APRÈS-MIDI CHAMPÊTRE : LA CAMPAGNE À BRAS OUVERTS !

RDV covoiturage à définir (2 € / personne)
La ferme l'Epeigne 1 rue du stade 35130 Moutiers
Sur inscription Gwenaël Sancéau 07 87 04 65 63

SAMEDI 23/09

9 H 30 - 10 H 30

GYMN DOUCE

Salle de la Forge
5 Rue de la Duchesse Anne 35760 Saint Grégoire
Sur inscription Arnaud Sauvée 07 64 88 65 50

14 H - 19 H

SEMAINE DU HANDICAP : FORUM

Gymnase des Cadets de Bretagne
rue d'Antrain 35000 Rennes
Samya Cidère 07 72 24 02 79

DIMANCHE 24/09

9 H - 17 H 30

BOURSE AUX VÉLOS/BROCANTE/TOMBOLA

Cour de l'école Villeneuve 35000 Rennes

BRADERIE ET
BOURSE AUX VÉLOS

DIMANCHE 24 SEPTEMBRE
2023



AGENDA SEPTEMBRE ORANGE#3

LUNDI 25/09

14 H 30 - 15 H 30

GYMN DOUCE

Salle de la Forge

5 Rue de la Duchesse Anne 35760 Saint

Grégoire

Sur inscription Arnaud Sauvée 07 64 88 65 50

MARDI 26/09

10 H 30 - 12 H

QUIZ MUSICAL / CHANSONS D'HIER ET D'AUJOURD'HUI

Maison des Aînés et des Aidants

Place du Colombier 35000 Rennes

Sur inscription Nicolas Merienne 02 23 62 21 40

MERCREDI 27/09

15 H - 17 H

ACCUEIL DE JOUR: UN DISPOSITIF DE MAINTIEN À DOMICILE

Intervention de la responsable de l'accueil de jour des Jardins de l'Hermine

My by BOUVIER

89 bis, Mail François Mitterrand 35000 Rennes

Amandine Besnard 06 30 77 64 75

14 H 00 - 15 H 15 OU 15 H 30 - 16 H 45

REMUE-MÉNINGES

OPAR

62 rue de Dinan 35000 Rennes

Sur inscription Renaud Gaillard 02 99 54 22 23

18 H - 21 H

FORMATION DES AIDANTS

France Alzheimer

Polyclinique Saint Laurent

320 Av. Général George S. Patton 35700 Rennes

Sur inscription Béatrice Lety 02 99 80 86 43

JEUDI 28/09

9 H 15 - 10 H 15

GYM SÉNIOR

Cercle Paul Bert Villejean / Site Berry

4 bis square du Berry 35000 Rennes

Sur inscription Gwenaël Sancéau 06 30 77 64 75

10 H 00 - 12 H 30

GROUPE DE PAROLE POUR LES AIDANTS

France Alzheimer et apparentée Ille et Vilaine

Pôle Gériatrique Rennais

100 avenue André Bonin 35135 Chantepie

Sur inscription Béatrice Lety 02 99 80 86 43

10 H 00 - 18 H 00

FORUM DU BÉNÉVOLAT

Halle Martenot 35000 Rennes

Samya Cidère 07 72 24 02 79

14 H 00 - 16 H 00

SORTIE À LA CAMPAGNE: CONFECTION D'UN HÔTEL À INSECTE

RDV covoiturage à définir (2 € / personne)

Bellevue sur l'potager

Bellevue 35330 Val d'Anast

Sur inscription Gwenaël Sancéau 07 87 04 65 63

CLÔTURE

VENDREDI 29/09

9 H 30 - 10 H 30

MARCHE DOUCE

Le 5, Espace de vie sociale

5 Rue de l'église 35760 Saint Grégoire

Sur inscription Arnaud Sauvée 07 64 88 65 50

12 H 00 - 17 H 00

GUINGUETTE & GALETTES

+ SIMULATEUR VIEILLISSEMENT / PRÉSENCE VERTE

Entrée: 2€ / Repas: 10€

Maison Saint-Cyr

59 rue papu 35000 Rennes

Sur inscription Gwenaël Sancéau 07 72 24 02 79



Besoin d'un accompagnement pour venir ?

Il est possible de faire appel à des jeunes volontaires SC2S.

Des co-voiturages seront proposés pour sortir de Rennes (participation de 2 € A/R).

Il vous suffit de nous contacter soit par mail : contact@globalcite.fr ou par téléphone au **06 30 77 64 75**

+ 30 partenaires



BISTROTS MÉMOIRE



BISTROT MÉMOIRE

Grand rassemblement des bistrots mémoire du 35 !

Participants, bénévoles et membres de la vaste famille des bistrots mémoire, vendredi **8 septembre 2023**, Globalcité vous convie à une journée à la fois culturelle et conviviale.

Les festivités débuteront à **10h** avec une visite guidée gratuite de l'exposition "Art is magic", première rétrospective en France du célèbre artiste britannique Jeremy Deller, au **FRAC de Rennes**, situé au **19 Av. André Mussat**.

Pour les amateurs de sensations fortes, il sera possible de faire cette visite avec le simulateur de vieillissement !

Ensuite, nous partagerons un pique-nique amical dans le parc de Beauregard, qui se poursuivra par un après-midi enrichissant fait d'échanges, de rires et de rencontres. Si vous avez envie de vous vivre avec nous ce beau moment, nous vous encourageons à vous inscrire dès maintenant en vous adressant au Bistrot mémoire le plus proche de chez vous.



Lieu accessible en voiture, en bus C4 ou 14 arrêt préfecture.



Le bonheur à la retraite : rêves et réalités...

Préparer en douceur cette transition est essentiel.

La retraite ouvre une porte vers la réalisation de vos passions, l'exploration d'aventures nouvelles et la création de liens inattendus. Tout cela est à portée de main, à condition de...

Pour approfondir le sujet, rejoignez-nous le **18 septembre 2023**, à l'occasion d'un Bistrot Mémoire Grégorien.

Ensemble, nous allons explorer et partager vos clés du bonheur à la retraite. Nous aborderons cette nouvelle étape de la vie avec confiance et sérénité, en compagnie d'Isabelle Donnio, psychologue spécialiste de la question. Ce moment d'échange se déroulera de **14h à 16h, au Cinq, Espace de Vie Sociale, situé au 5 rue de l'Église, 35760 St-Grégoire**.

Nous profiterons de cette rencontre pour inaugurer le premier Bistrot Mémoire Grégorien. Venez fêter ça avec nous !



Lieu accessible en voiture, en bus C2 ou 32 arrêt Forge.



Un vendredi à la campagne !

Le 22 septembre nous vous embarquons pour un agréable après-midi à la ferme, où vous pourrez redécouvrir les plaisirs des jeux d'autrefois, la cueillette de pommes, et visiter une laiterie connectée.

Vous pourrez également pêcher au bord de l'étang en attendant la dégustation de délicieuses tartes aux pommes préparées avec les pommes cueillies par vos soins dans le verger et cuites dans un authentique four à pain.

Cet événement peut avoir lieu grâce à la collaboration de Globalcité, de l'ADMR de Janzé, et d'Accueil paysan. Ensemble, ils vous invitent à partager avec nous ce moment de convivialité à la campagne. Anne-Sophie Priour, agricultrice au four et au moulin (#SuperWoman) nous ouvre les portes de la **Ferme de l'Epeigne à Moutiers, 1 rue du stade.**

Rejoignez-nous de **14h à 17h** le vendredi **22 septembre 2023.**

Si vous avez des difficultés à vous déplacer, un co-voiturage au départ de Rennes est proposé (2€/personne).

Rentrée associative !

RDV Le mercredi **13 septembre** au **Château des Pères** pour célébrer la journée annuelle de l'association. Vous êtes conviés à vous joindre à nous pour partager un repas au restaurant Le Re-père, niché au cœur du domaine. Une expérience culinaire qui ne fait qu'amorcer cette journée palpitante. Ensuite, préparez-vous à vous laisser émerveiller par la promenade dans le parc de sculptures, un espace où la nature sublime l'art et où l'architecture surprenante du château crée une atmosphère des plus enchantées. Le tarif pour participer à cette journée est de 28 euros par personne pour la formule à volonté (hors boissons). C'est un tarif préférentiel.

Plusieurs covoiturages seront organisés au départ de Rennes et alentours moyennant une participation de 4 euros par personne.

Ne manquez pas cette opportunité de débiter la saison associée à la découverte, à la gourmandise et à l'exploration artistique.



Intéressés ? Ne tardez pas à vous inscrire auprès de l'association : contact@globalcite.fr ou au 06 30 77 64 75

BRADERIE ET BOURSE AUX VÉLOS

DIMANCHE 24 SEPTEMBRE
2023



La Brocante du Bistrot

Vous le savez, le contexte économique est morose, surtout pour les associations du "grand-âge"... Malheureusement, nos subventions diminuent de façon drastique. Il nous faut absolument trouver d'autres sources de financement pour envisager l'avenir avec plus de sérénité. Aussi, pour soutenir et poursuivre nos actions, nous développons tout un tas d'initiatives, en accord avec nos valeurs, pour lever des fonds afin de garantir la continuité de l'offre d'accompagnement et surtout l'accessibilité au plus grand nombre (gratuité).

Alors cette année, en plus de la fameuse bourse aux vélos, nous organiserons notre première brocante.

En même temps, avec tous les ateliers réminiscences autour des objets d'autrefois que nous organisons : y a pas plus experts que nous !
Des vrais Brocanteurs ;)

Faites le tri dans vos greniers

On entasse, on entasse... en double en triple... C'est le moment de mettre en oeuvre la méthode KonMari.

Si vos objets ne vous procurent plus de joie et bien venez les vendre au profit de l'association.

- 1/ Vous gagnerez de la place et/ou la paix dans votre ménage
- 2/ Vous gagnerez un sentiment d'utilité sociale en soutenant une noble cause...
- 3/ Vous trouverez peut-être un Picasso ou une pièce inestimable "oubliés" sur notre stand... passez nous voir !

4e Bourse aux vélos

À l'origine de cette initiative, Hacina et son mari Frédéric, deux adhérents de l'association. Hacina a été diagnostiquée d'une maladie d'Alzheimer à l'âge de 48 ans. Elle a été la première Ambassadrice* en 2017 lorsque le BMR devenu Globalcité s'est engagé dans la démarche "Dementia Friendly Community" (ville amie des personnes touchées par des troubles neuro-évolutifs).

Pour soutenir l'association et lever des fonds, Frédéric, grand passionné de cyclisme, lance l'idée d'organiser une "bourse aux vélos".

Il récupère un maximum de vélos, les répare pour que nous puissions les vendre lors de la braderie tout en profitant de l'évènement pour sensibiliser le public rencontré.

Ainsi, c'est sous le slogan « Sauvez la planète ET/OU Soutenez le Bistrot Mémoire Rennais ! » que l'association a lancé sa première bourse aux vélos, le 22/09/2019 avec les soutiens du **Comité de Quartier Villeneuve- La Madeleine**

Solidarités

Un temps fort pour l'association

Si la bourse aux vélos permet de récolter des fonds pour consolider et développer nos actions, elle est avant tout une occasion de sensibiliser le grand public aux maladies neuro-évolutives.

Un stand de prévention et d'information permettra à chacun de trouver des renseignements sur la maladie d'Alzheimer, sur les actions associatives menées sur le territoire en faveur du public concerné .

Vous avez des vélos qui prennent la poussière dans le garage ?

Si vous souhaitez les vendre ou les donner, contactez nous ! Nous viendrons les récupérer (sur Rennes).

Vous pouvez également les déposer sur place le jour J.

Contact / Gwenael Sancéau 07 87 04 65 63
ou par mail : gsanceau@globalcite.fr

Jour J

RDV à partir de 8 h 30 jusqu'à 17 h 30
Cour de l'école Villeneuve
38 rue Ginguené / Quartier Sacré Coeur
35 000 Rennes

La tombola

Vous ne serez pas déçus par la diversité des lots et rencontres (temps partagés) à gagner ! De belles amitiés en perspective...



Guinguette et Galettes

Rendez-vous vendredi **29 septembre 2023** à partir de 12h jusqu'au crépuscule pour fêter comme il se doit la clôture de la troisième édition de **SEPTEMBRE ORANGE !**

La maison Saint-Cyr et toute son équipe nous accueillera dans un cadre idéal en plein coeur de Rennes (**59 rue papu**) Pour ambiancer l'après-midi, Ginette et ses brûleurs viendront enflammer la salle.

Si vous souhaitez démarrer ou relancer une carrière d'artiste c'est le moment, libre à vous de prendre le micro !

Vous pourrez vous procurer les tickets d'entrée et de repas lors des différentes rencontres et/ou sur le site de l'association.

Dress code : une touche de orange :)



TIRAGE AU SORT PRÉVU À 17H
PRIX DU TICKET 2 €

Nombreux lots insolites à gagner

- 1 séjour d'une nuit à dinard avec cocktail de bienvenue (Domitys)
- Des bons d'achats auprès des commerçants partenaires
- Des initiations en bonne compagnie (couture, padel, tir à la carabine...)



INFOS PRATIQUES

Entrée (2€) + repas (10 €)

Les fonds récoltés serviront à financer les prochaines actions de lutte contre l'isolement et des solutions de répit.

Plus de détails:

contactez le **06 30 77 64 75** ou

contact@globalcite.fr

Consultez www.globalcite.com

Avis aux gourmands



Pâtisseries "inclusives"

En plus de son accueil inconditionnel tous les mercredis au My Bouvier **89 bis, Mail François Mitterrand** 35000 Rennes, Thierry Bouvier a accepté de réaliser une pâtisserie "inclusive" pour Septembre Orange ! Mickaël Houillot, le Chef pâtissier et sa brigade ont dû prendre en compte plusieurs critères pour relever ce défi : pouvoir les manger avec les mains (troubles praxiques), qu'elles stimulent tous les sens (des couleurs et des contrastes pour les troubles visuels) du croquant..., qu'elles soient réalisées avec des produits de saisons et locaux (pour sauver la planète), qu'elles soient accessibles à tous les porte-monnaie, qu'elles soient en lien avec la couleur Orange, qu'elles réveillent des souvenirs, façon madeleine de Proust pour justifier une dégustation sous couvert d'un atelier réminiscence. Et si ça ne suffit pas pour absoudre votre gourmandise sachez que, pour chaque pâtisserie achetée, 1 euro sera reversé à l'association ;) Venez réveiller vos papilles **mercredi 6/09 à 15h** pour les premières dégustations ;)

L'arrondi solidaire

La crêperie Au Marché des Lices **3 Pl. du Bas des Lices** 35000 Rennes, est le premier restaurant inclusif à s'être inscrit dans la démarche « Dementia Friendly » initiée en 2017. L'ensemble du personnel a participé à la sensibilisation animée par les Ambassadeurs (patients diagnostiqués avant l'âge de 65 ans) dans le but de mieux comprendre ce handicap invisible et ainsi garantir un accueil bienveillant aux personnes vivant avec une démence et leurs proches-aidants.

Cette année Claire Bussery et son équipe vont encore plus loin dans leur engagement pour une société inclusive en proposant tout au long du mois de septembre à ses clients, d'arrondir à l'euro supérieur leur addition en faveur de l'association.

Vous pourrez également y déguster et acheter notre fameux jus de pomme 100 % bio !

Nous comptons sur vous pour découvrir et/ou relayer ces deux bonnes adresses "Dementia Friendly" ;-)

ADHÉSIONS/DONS 2023

Il n'est pas trop tard pour soutenir l'association Globalcité :

- en ligne via le site internet de l'association www.globalcite.fr
- en renvoyant ce bulletin par voie postale à l'adresse postale en bas de page

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Email : _____

Tel : _____

Tarifs Adhésions

Seul-e



20 €

Couple



30 €

Organisme



150 €

Règlement par

Chèque

Espèces

Virement

Je souhaite recevoir

Une facture

Un reçu fiscal

Coordonnées bancaires de l'Association

Crédit Agricole Ille & Vilaine

IBAN/ FR76 1360 6000 2946 3385 4492 858 BIC / AGRIFRPP836

Faire un don

Merci pour votre soutien qui nous permettra d'aller
encore plus loin dans nos actions !

Votre don est déductible d'impôts.



_____ €

Un reçu fiscal (merci de dissocier les deux paiements)

Autorisation de filmer, prendre des photos

OUI

NON

(usage réservé uniquement à la promotion des actions du Bistrot Mémoire Rennais)

Fait à : _____

Le _____

Signature

GLOBALCITÉ

Espace Santé Olivier Sabouraud

7 rue de Normandie 35000 RENNES

contact@globalcite.fr

L'association Globalcité propose une démarche globale d'accompagnement dans la cité pour les personnes vivant avec une maladie neuro-évolutive (maladie d'Alzheimer et maladies apparentées) et leurs proches-aidants.

Elle propose plusieurs actions pour et avec les personnes : "Rien pour eux, sans eux !" (Bistrots mémoire, sorties aux musées, à la campagne, plaidoyers, sensibilisations, accompagnement des patients jeunes, Bistrots connectés...)

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 préparé et adapté.

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



Association Globalcité

Espace Santé Olivier Sabouraud

7 rue de Normandie - 35000 Rennes



02 99 59 51 23

www.bistrotmemoirerennais.com

contact@bistrotmemoirerennais.com



@bmemoire35

