

# Trek autour des lacs de Néouvielle

## FRANCE - PYRÉNÉES



*Nous vous convions à entrer dans l'intimité vivante de ces pinèdes d'altitude, à goûter au charme clair des torrents et lacs, bleus ou verts, longs ou ronds, dont le nombre et les couleurs sont à chaque fois un émerveillement. Le Pic de Néouvielle, avec ses 3091m, domine la région tel un château imposant aux tours enneigées. Les murailles qui en descendent de tous côtés, semblent se perdre dans la brume des vallées, enserrant de véritables jardins suspendus, petits coins de paradis où la nature a su agencer roches, plantes et eaux dans une harmonie qui comble les sens. Hermines, isards, marmottes, lagopèdes peuplent les lieux, également survolés par les grands rapaces.*



7 jours / 6 nuits  
5 jours de randonnée



5 à 15 personnes



Itinérant



★★★★



Gîte - Hôtel -  
Refuge



Code : 100

### LES POINTS FORTS :

- Découverte de la Réserve de Néouvielle
- Itinéraire idéal relativement accessible



## PROGRAMME JOUR PAR JOUR

### JOUR 1 : LOURDES - BAREGES - GLERE

Rendez-vous en gare de Lourdes. Petit transfert à Barèges et début de l'itinéraire en suivant d'anciens chemins de transhumance. Mise en jambe à l'ombre des hêtraies puis à travers les estives parsemées de granges. C'est une longue et douce montée qui nous hisse progressivement vers la haute-montagne. Parvenus à 2200m, nous dominons le refuge. S'il est là, nous passons voir Denis le berger, qui nous fera goûter son excellent fromage, puis gagnons le refuge de la Glère (2103 m), pour une nuit face au Néouvielle culminant à 3091m. et ses longues crêtes granitiques.

▲ 5 à 6h de marche, +900m/-100m de dénivelée, 40min de transfert

### JOUR 2 : REFUGE DE LA GLERE - BAREGES

Petite boucle au-dessus du refuge. Nous découvrons avec plaisir les premiers lacs du massif, où se reflètent fièrement les cimes enneigées : lac Det Mail (2350m), de la Mourèle, de Mounicot... À moins que certains d'entre eux ne soient encore pris par les glaces ! Sur leurs berges, les pelouses et les rhododendrons ferrugineux se disputent l'espace avec la roche. Nous pourrions repasser au refuge récupérer les affaires éventuellement laissées durant notre boucle, puis entamerons la descente par le vallon de La Glère et la forêt de l'Ayré. Arrivée et nuit dans un gîte d'étape sur les hauteurs de Barèges.

▲ 4 à 5h de marche, +200m/-900m de dénivelée

### JOUR 3 : PONT DE LA GAUBIE - VALLON DETS COUBOUS - HOURQUETTE D'AUBERT - OREDON

Mise en jambe en douceur par le pont de la Gaubie. Au fond de la vallée, le sentier zigzague dans la pente et nous hisse finalement dans le ravissant vallon Dets Coubous. Etangs, lacs, zones humides se succèdent, formant un jardin féérique où se mêlent plantes aquatiques, fleurs de haute-montagne, pins solitaires sculptés par les caprices du temps... Le tout dans une intense palette de couleurs avant que nous ne franchissions la Hourquette (col) d'Aubert à près de 2500m d'altitude. Aussi ravissants soient-ils, les lacs que nous venons de rencontrer sont sans commune mesure avec ceux qui nous attendent de l'autre côté : les lacs d'Aubert et d'Aumar. Il n'en fallait pas moins en effet pour accueillir l'immense reflet du pic de Néouvielle, s'érigeant tel un immense chapiteau couronné de neige. La descente par les laquettes offre un paysage digne des plus belles cartes postales, avant que nous n'arrivions au chalet-hôtellerie d'Orédon (1850m), au bord du lac éponyme. Nuit à Orédon. En juillet et août, possibilité de raccourcir cette étape (de 45min) grâce aux navettes publiques (train touristique) entre les lacs d'Aubert et d'Orédon (environ 3€ aller, 5€ aller/retour en supplément à payer sur place).

▲ 5 à 5h45 de marche, +1100m/-350 ou 650m de dénivelée

### JOUR 4 : OREDON - ESTOUDOU - OULE

Montée vers le col d'Estoudou (2260m), puis traversée en balcon magnifique vers le lac d'Aumar : la lumière matinale éclaire idéalement le massif du Néouvielle, qui s'offre au regard. Du lac d'Aumar, où une séance photo s'impose, courte montée au col d'Aumar (2381m). Nous basculons ensuite dans un des bijoux du massif : le vallon suspendu d'Estibère, constitué d'innombrables petits lacs, étangs et tourbières, disséminés entre forêts de pins et pâturages. Déambulation féérique au hasard des sentes qui jalonnent le site, dominé de petits sommets, puis descente vers le grand lac de l'Oule. Nuit au gîte-refuge de l'Oule, au bord du lac.

▲ 5h de marche, +520m/-550m de dénivelée



## **JOUR 5 : OULE - BASTAN - CAMPANA**

La plus belle étape du séjour ? Difficile à dire tant chacune recèle son lot de trésors et d'émerveillements. Mais à n'en pas douter celle d'aujourd'hui peut-être qualifiée de sublime : tandis que nos pas longent les berges accueillantes de petits lacs émeraude, au milieu des pelouses et des bosquets de pins, se détache en toile de fond le fier sommet du Néouvielle. Après avoir franchi le col de Bastanet, nous basculons sur l'autre versant pour rejoindre le tout nouveau refuge de Campana, surplombant dignement le lac homonyme et la vallée de Gréziolles. Ceux qui le souhaitent pourront, une fois au refuge, rallonger un peu leur balade jusqu'au splendide lac de Gréziolles, avant de retourner à l'hébergement.

▲ 4 à 4h30 de marche, +700m/-300m de dénivellée

## **JOUR 6 : CAMPANA - HOURQUETTE NERE - TOURNABOUP - LOURDES**

Pour cette dernière journée de marche, nous revenons quelques minutes sur nos pas de la veille, avant de bifurquer vers la Hourquette de Caderolles. Sous l'œil du bienveillant et majestueux Pic de Bastan, nous atteignons le lac de Port-Bielh, magnifique lac d'altitude. Sans aucun doute l'un des secteurs les plus beaux mais également les plus sauvages du Néouvielle, de par sa position géographique, "loin" des accès routiers. Nous remontons vers la Hourquette Nere, non sans nous retourner pour un dernier au revoir au Pic de Bastan, et à cette multitude de lacs, à nos pieds. Sans aucun doute l'un des plus beaux points de vue de cette semaine ! Une longue et belle descente nous attend ensuite dans le vallon d'Aygues-Cluses, pour rejoindre le parking de Tournaboup. La boucle est bouclée. Un transfert jusqu'à Lourdes pour passer cette dernière soirée, des étoiles plein les yeux, après cette semaine pleine d'émotions et de paysages plus incroyables les uns que les autres...

▲ 5 à 5h30 de marche, +450m/-1200m de dénivellée, 45min de transfert

## **JOUR 7 : FIN DU SEJOUR**

Fin du séjour après le petit-déjeuner.

### **IMPORTANT ITINÉRAIRE :**

- À certaines dates, cet itinéraire pourra être parcouru en sens inverse et sera légèrement modifié.
- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Nos guides feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme. Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.
- En cas de nombre insuffisant de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ. Nous anticipons au maximum cette prise de décision, parfois à 5-6 semaines de votre départ, afin de vous permettre de vous organiser au mieux. Si vous vous rendez au point de RV du séjour en transport en commun, nous vous recommandons d'éviter les tarifs non modifiables - non remboursables tant que le départ n'est pas confirmé, ou de prévoir une assurance annulation auprès des compagnies de transport.

## **NUITS SUPPLÉMENTAIRES :**

Adresse d'hébergement à proximité du point de rendez-vous :

➤ Hôtel 2\* Lutetia ([www.lutetialourdes.fr](http://www.lutetialourdes.fr)), 19 av. de la gare à Lourdes. Parking selon disponibilité. Tél : 05 62 94 22 85. Mail : [info@lutetialourdes.fr](mailto:info@lutetialourdes.fr)

➤ Hôtel 3\* Beau Séjour ([www.hotel-beausejour.com](http://www.hotel-beausejour.com)), 16 av. de la gare à Lourdes. Parking gratuit sécurisé dans le parc de l'hôtel; sur demande (en supplément) possibilité de prise en charge à l'aéroport avec navette privée de l'hôtel. Tél : 05 62 94 38 18. Mail : [reservation@hotel-beausejour.com](mailto:reservation@hotel-beausejour.com)



## **FICHE PRATIQUE**

### **NIVEAU PHYSIQUE :**

➤ Marcheur Confirmé

Pour marcheur confirmé ayant une bonne condition physique et une résistance à l'effort.

4 à 6h de marche par jour avec des dénivelés positifs de 200 à 1100m.

### **NIVEAU TECHNIQUE :**

Certaines journées peuvent être assez longues et éprouvantes (terrain parfois caillouteux bien que sans aucune difficulté technique) si l'on n'est pas habitué à marcher, c'est pourquoi une bonne condition physique est nécessaire sur ce séjour.

### **ENCADREMENT :**

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'état et spécialiste de la région.

### **HÉBERGEMENT :**

4 nuits en refuges de montagne gardés en dortoirs, 1 nuit dans un centre de vacances convivial en chambres à partager, et 1 nuit en hôtel en chambre double ou twin.

### **RESTAURATION :**

Dîners montagnards adaptés à la randonnée, agrémentés de quelques spécialités locales et produits du terroir. Nous pique-niquerons le midi.

### **TRANSPORT DES BAGAGES :**

Vous portez uniquement vos affaires de la journée. Vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins sauf à l'hébergement du J2 et du J5.



### **TRANSFERTS :**

En fonction des effectifs, les transferts sont effectués en bus, minibus ou taxis.

### **GROUPE :**

Groupe de 5 à 15 participants.

### **RENDEZ-VOUS :**

A 9h en gare de Lourdes.

### **DISPERSION :**

Dispersion après le petit-déjeuner à Lourdes.

### **INFORMATIONS DIVERSES :**

N'hésitez pas à amener une spécialité de votre région pour la partager avec le groupe ou vos amis.

### **MOYENS D'ACCÈS :**



#### **EN VOITURE**

Lourdes est accessible de Bordeaux, Toulouse ou Hendaye par l'autoroute A64-Sortie n°12. Après la sortie d'autoroute, suivre la nationale N21 sur 15 kms environ, jusqu'à Lourdes. Accès également possible par routes nationales.



#### **PARKING**

Parking, non gardé, situé en contrebas du rond-point situé devant la gare.

Parking, non gardé, à droite sur l'avenue St Joseph, environ 200m après avoir laissé la gare à gauche.

Éventuellement parking possible aux hôtels indiqués pour une arrivée la veille (à convenir avec l'hôtelier et uniquement si vous y dormez).



#### **EN TRAIN**

TGV, train ou train de nuit pour Lourdes, depuis Paris via Bordeaux ou depuis Lyon via Toulouse.

Tél SNCF: 36 35. <http://www.voyages-sncf.com/>



## EN AVION

L'aéroport le plus proche est celui de Tarbes - Lourdes - Pyrénées. De l'aéroport, soit prendre au niveau «Arrivées» de l'aérogare, la ligne de bus n°2 «Maligne des Gaves» (dessert les villes et gares de Tarbes, Lourdes et les stations de montagne d'Argelès-Gazost, Luz Saint-Sauveur et Barèges). <http://www.tlp.aeroport.fr/>  
Soit prendre un taxi (entre 20 et 30€) jusqu'à la gare.

Possibilité également de venir via l'aéroport de Pau-Uzein. Une ligne de bus à 1 € relie l'aéroport à la gare de Pau : ligne "Proxilys 20", arrêt Idelis à droite en sortant de l'aérogare; départs indicatifs de 7h40 à 19h45 toutes les heures (30 min. de trajet). <http://www.pau.aeroport.fr/>

Sinon taxi de l'aéroport à la gare de Pau, compter environ 20 €.

De là, train TER (35 min. de trajet) jusqu'à la gare de Lourdes.

## DATES ET PRIX

### INFORMATIONS DATES ET PRIX :

#### Privilèges Chemins du Sud : remise fidélité -3%

La plupart de nos clients sont de fidèles voyageurs, qui aiment retrouver notre expertise, mais aussi l'état d'esprit et la sympathie de notre équipe au bureau. Et surtout, la qualité des connaissances des accompagnateurs Chemins du Sud.

Afin de vous remercier de votre fidélité, nous vous accordons une remise de 3%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi!), et pour tous les séjours suivants. Elle est calculée sur le prix de votre séjour, hors suppléments. Elle est non cumulable avec d'autres réductions.

#### Remise FFRandonnée

Afin d'encourager le développement de la randonnée sur notre territoire et la protection de l'environnement, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur le prix du séjour à tous les adhérents licenciés de la Fédération Française de la Randonnée (même conditions que la remise fidélité). Remise sur présentation de la copie de la carte d'adhésion.



### **NOTRE PRIX COMPREND :**

- L'encadrement accompagnateur en montagne diplômé
- L'hébergement en pension complète
- Les transferts prévus au programme

### **NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :**

- Les boissons en dehors des repas et les dépenses personnelles
- Le transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- La navette optionnelle (train touristique) entre Orédon et Aubert
- L'assurance annulation et/ou assistance
- Les frais d'inscription éventuels
- Le supplément chambre individuelle
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend"

### **FRAIS D'INSCRIPTION :**

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15€/personne.



## **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ**

### **BAGAGES :**

Pour votre séjour, prévoyez :

- ✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, limitez également le poids à 10-12 kgs, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages.

Évitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

- ✓ 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort



## VÊTEMENTS :

### CONSEILS POUR LE CHOIX DE VOTRE ÉQUIPEMENT

Pour le haut du corps : quelle que soit la région ou la saison, le principe des 3 couches respirantes (Tee-shirts - pull ou veste chaude - surveste imperméable/coupe-vent) permet de répondre à la plupart des situations.

Opter pour des vêtements qui sèchent rapidement -fibres synthétiques- et proscrire le coton (séchage trop lent => inconfortable). La laine est une fibre naturelle qui possède aussi d'excellentes qualités et qui, grâce aux nouveaux procédés de fabrication, connaît un retour en force dans la confection des vêtements Outdoor.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud : la sueur est l'ennemi du randonneur -surtout en hiver- car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés. Proscrire les anoraks, qui peuvent transformer une agréable randonnée en véritable calvaire !

Pour le bas du corps : shorts et pantalons en toile solide, en matière synthétique, permettent aussi un séchage rapide et procurent donc plus de confort.

Apportez un soin particulier au choix des chaussettes : prenez des chaussettes de randonnée, renforcées (solidité) et à coutures plates (pour éviter les ampoules). En hiver, choisissez des chaussettes chaudes. Dans ce domaine aussi, proscrire le coton.

- ✓ 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- ✓ 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- ✓ 1 paire de gants chauds
- ✓ des tee-shirts en matière respirante à manches courtes (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches longues
- ✓ 1 veste chaude type polaire (voire déperlante type "softshell") ou type "primaloft" (chaud et compressible)
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type "gore-tex" avec capuche
- ✓ 1 pantalon de trekking solide et déperlant
- ✓ 1 short ou short 3/4, confortable et solide
- ✓ des sous-vêtements
- ✓ 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- ✓ des chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type "Vibram". À éprouver impérativement avant votre séjour. Proscrire les chaussures à tige basse.
- ✓ 1 paire de guêtres (facultatif)
- ✓ des vêtements et chaussures confortables pour le soir





## **MATÉRIEL :**

- ✓ 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- ✓ 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- ✓ 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie)
- ✓ 1 paire de bâtons (facultatif)
- ✓ 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3) couvrant bien les côtés + crème solaire avec un bon indice de protection et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- ✓ 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litre mini ou gourde souple type Platypus (déconseillée en hiver) ou une gourde filtrante (type Lifestraw®, Katadyn MyBottle®, Life Saver®...)
- ✓ 1 petit thermos 50 cl (facultatif et surtout utile en hiver si vous souhaitez amener thé, café...)
- ✓ 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée
- ✓ 1 couteau de poche pliant (type Opinel)
- ✓ pour le pique-nique : couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tuperwear (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- ✓ nécessaire de toilette et 1 serviette qui sèche rapidement (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, du savon écologique...)
- ✓ boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- ✓ 1 drap-sac dit aussi "sac à viande", pour nuit(s) en dortoir (gîte et/ou refuge)
- ✓ des mouchoirs
- ✓ du papier toilette
- ✓ 1 briquet (attention à ne pas provoquer d'incendie ; à n'utiliser qu'en cas de nécessité et avec un maximum de précautions)
- ✓ 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- ✓ des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- ✓ appareil photo, jumelles, matériel de peinture... (facultatif)

## **PHARMACIE :**

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée

- ✓ vos médicaments habituels
- ✓ médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- ✓ médicaments contre les troubles digestifs
- ✓ pastilles contre le mal de gorge
- ✓ bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m.
- ✓ pansements type Steri-Strip
- ✓ jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- ✓ pince à épiler
- ✓ petits ciseaux
- ✓ vitamine C
- ✓ pince à échardes
- ✓ gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")

Le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours mais qui n'est pas destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas.

## FORMALITÉS

### FORMALITÉS :

➤ Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance).

### ASSURANCES :

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

➤ Assurance annulation : 3% du montant du séjour (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).

➤ Assurance assistance rapatriement : 2% du montant du séjour.

➤ Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.

Textes complets des assurances envoyés sur demande.

## INFORMATIONS DESTINATION

### GÉOGRAPHIE :

La Réserve Naturelle du Néouvielle, créée en 1968 sur une enclave de la commune de Vielle Aure dans les Hautes Pyrénées, s'étend sur 2300 ha. Sur sa partie occidentale, elle jouxte le Parc National des Pyrénées, formant une extension de ce dernier.

Le massif du Néouvielle est un secteur lumineux, qui jouit d'un micro-climat relativement ensoleillé. Néanmoins, étant donné son altitude, il ne faut pas négliger l'équipement à emporter dans son sac, car un orage violent ou une brusque chute des températures, même en plein été, peuvent toujours survenir.

Montagne granitique, le Néouvielle culmine à 3091 m. Son glacier a maintenant disparu, et il ne subsiste plus durant l'été, que quelques neiges éternelles qui se mirent dans les eaux émeraude ou turquoise de ses innombrables lacs.

C'est un lieu particulièrement agréable pour la randonnée, qui permet de découvrir des vallons uniques, comme celui d'Estibère qui est d'une richesse naturelle exceptionnelle; la réserve naturelle compte pas moins de 1000 espèces de plantes, dont une quinzaine protégées au plan national, autant d'invertébrés, et une centaine de vertébrés...

Les paysages caractéristiques se composent de lacs, parfois entourés de pins à crochets, avec des sommets enneigés en arrière plan, mais aussi de pelouses, landes et éboulis. À chaque instant, c'est un nouvel émerveillement qui saisit le randonneur.

Une semaine de randonnée dans ce site bucolique et magique laisse des souvenirs inoubliables.

### BIBLIOGRAPHIE :

« Pyrénées Magazine » n°11. Ed. Milan Presse.

<http://www.reserves-naturelles.org>



### **CARTOGRAPHIE :**

- Carte au 1/25000ème. IGN Top 25, 1748 ET
- Carte au 1/50000ème. Bigorre, Parc National des Pyrénées (N4). Rando éditions.

### **ADRESSES UTILES :**

<http://www.reserves-naturelles.org>



## **NOUS CONTACTER**



Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h  
En cas de problème de dernière minute, appelez :  
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



[infos@cheminsdusud.com](mailto:infos@cheminsdusud.com)



57 rue François Gernelle BP 155  
84 120 PERTUIS

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h



[www.cheminsdusud.com](http://www.cheminsdusud.com)

Dernière mise à jour : 12/08/2023