



Le journal des Loisirs Solidaires

SEPTEMBRE 2016

Rétrospective ...

Notre association Loisirs et Solidarité des Retraités de la Sarthe, pour ajouter de la vie aux années de retraite.



Page 3

C
R
O
A
T
I
E



Page 3

TERROU



Page 3

JOURNEE DECOUVERTE



Page 3

RANDO MAYENNE



Page 2

JOURNEE GRAND AIR



Page 3

COCHONS GRILLES

21 et 23 JUIN



Page 4

N'ayons pas peur d'être heureux

Permanence le lundi après-midi de 14h30 à 17h30

Téléphone : 02-43-87-79-51- Portable : 06-87-14-09-36

Pôle associatif-12 rue Béranger, 72 000 Le Mans

Blog : lsr72.com- Adresse mail : lsr72@wanadoo.fr

Comité de rédaction : Astrid MAURIER, Josette ABRAHAM, Raymonde LOSTANLEN, Michel DAVID, Ginette BARBIER et Daniel BRUNEAU



Eh dites ho !!!!

Après cette période estivale, c'est reparti pour les activités LSR. Ho ! Combien nous avons besoin dans cette société qui marche sur la tête de nous occuper l'esprit à nos loisirs !

Depuis plus d'un an, 6 organisations de retraités « syndicales et associatives », dont LSR, n'ont cessé de mettre en avant les reculs successifs de notre pouvoir d'achat dus aux multiples mesures prises depuis 1994, notamment la suppression de la demi-part fiscale et l'imposition de la majoration familiale... auxquelles il faut « ajouter » la ridicule augmentation de 0,1% des retraites en octobre 2015. De plus non content de cela, le gouvernement vient de décider de ne pas augmenter les retraites complémentaires jusqu'en 2018 !!!!

Certains diront que ce n'est pas le rôle de LSR de dénoncer ces reculs !!! N'oublions pas qui nous sommes et d'où nous venons, plus que jamais nous devons défendre nos valeurs, de solidarité et d'humanisme contre le mercantilisme ambiant, où seules les forces de l'argent auraient droit de cité. Chaque jour les scandales « politico-financiers » éclatent « retraites chapeau, salaires mirobolants, fuites de capitaux, etc. »

Raison de plus pour ne pas avoir de complexe à profiter au maximum de cette retraite que nous avons bien gagnée. Cette retraite a été arrachée par nos aînés comme tous nos acquis et notamment le droit aux congés payés, dont nous fêtons cette année le 80^{ème} anniversaire.

A ce propos : L'UCR CGT (Union Confédérale des Retraités) et LSR ont décidé d'organiser ensemble la commémoration du 80^{ème} anniversaire de la création des congés payés. La commémoration proprement dite se déroulera les 13 et 14 octobre sur les installations du Village Océanique de l'Île de Ré, géré par TOURISTRA où nous souhaitons rassembler entre 800 et 1000 personnes. Les participants auront le choix entre plusieurs séjours (*renseignements à la permanence*)

Ce journal de septembre montre une nouvelle fois le dynamisme de LSR, tant au regard des activités et manifestations passées que du point de vue du calendrier à venir. 12 activités régulières et une ou deux manifestations chaque mois ce n'est pas rien, c'est une somme de travail et de temps considérables fournis par nos bénévoles, ils et elles le font sans être intéressés, avec abnégation... Nous ne les remercierons jamais trop...

Daniel.

Quatre vingtième anniversaire des congés payés Une initiative UCR CGT / LSR Du 8 au 15 octobre 2016 - ILE DE RE -



BAL RADIO ALPA Message de Jean-Yves Breteau

Un GRAND MERCI pour votre engagement, votre dévouement et votre dynamisme qui ont contribué à la réussite de notre bal 2016. Toute cette organisation et toute la mobilisation de chacune et chacun d'entre nous ont été récompensées par les retours très positifs qui me parviennent des danseurs. Ils saluent tout autant une organisation

"impeccable", pour les citer, que la qualité de l'orchestre de Dorothée Lhoir.

En ces temps troublés par une actualité qui nous interroge sur la quiétude du bien-vivre ensemble, notamment à travers des comportements qui vont à l'encontre de cette indispensable nécessité, nous

avons fait la démonstration que tout est possible dans un climat d'amitié quand nous retrouvons ensemble nos manches pour créer les conditions d'un bonheur partagé .



CHEMIN DE HALAGE DE LA MAYENNE



Nous avons passé une excellente journée en nous promenant au bord de la Mayenne.

Tout était réuni : promptitude des 53 participantes et participants, un temps très favorable, des activités à la carte l'après midi, à savoir visite du vieux Laval sous la conduite d'une adhérente de L.S.R. 53 et poursuite du chemin de halage pour 25 férus de marche.

Mais que le pont de la Valette était loin pour certains !!!! Après un regroupement, le restaurant de l'Aquarelle à St Fort nous accueillait pour un super dîner à la satisfaction de toutes et de tous.

En résumé, une journée « TOP ».

Merci à Jean Claude, membre de la commission randonnée, qui nous a suggéré cette journée.

Michel David

THE DANSANT

Pour notre thé dansant du 12 avril à Henri Barbin, 104 adhérents et amis sont venus passer un agréable après-midi très convivial et chaleureux avec Jean- Michel Bamas et la jolie voix de sa fille Manon. Seul bémol : le nombre de participants !!!

GINETTE



LA CROATIE du 3 au 10 mai 2016



Les 35 adhérents ayant participé au « Grand Tour de Croatie »

sont tous rentrés enchantés de leur voyage. Merci à notre ami Bernard pour avoir brillamment rempli sa mission d'accompagnateur, ce qui a favorisé le bon déroulement de celui-ci. Et « coup de chapeau » à Marcel qui, malgré sa hanche douloureuse a fait la majorité des visites.

Guy Fouché

JOURNEE GRAND AIR

Cette journée des deux L.S.R. sarthoises, 72 et PTT, a comblé nos 130 participantes et participants.



Démarrage tôt le matin par l'épreuve de karting sponsorisée par nos amis de la FSGT « Fédération Sportive et Gymnique du Travail », challenge très disputé où 12 concurrents s'affrontent sur le circuit de Soultré. Pas de sortie de piste, juste quelques frayeurs !!!!!

12h30 Terrain des Casnières : Top départ pour l'apéritif suivi du barbecue préparé par nos cuisinières et cuisiniers bénévoles. Cuisson à point des saucisses, merguez et tranches de lard à la satisfaction générale. Puis rando dans les bois du circuit, concours de boules, ou jeux divers d'adresse et de cartes jusqu'à 19 h, heure du verre de l'amitié qui clôture cette journée après la distribution des nombreuses récompenses aux gagnantes et gagnants.

BRAVO à toutes et à tous nos bénévoles pour le travail accompli de main de maître au cours de cette journée très conviviale et partagée.

Michel David

SEMAINE RANDOS A TERROU



Après un voyage en covoiturage, 54 randonneurs se sont retrouvés pour s'adonner à leur sport favori. Après la pluie torrentielle de la première journée, le programme de randonnées et visites a été accompli dans la bonne humeur, le soleil étant revenu. Excellente restauration au village et en pique-nique, merci au chef et à la pâtissière pour le repas gastronomique !!! Merci à l'équipe d'animation pour les soirées et particulièrement pour l'élection du maire où nos amis Daniel Puisset, Nicole Salvazet, Gilbert Trouillet et Sylviane Lesassier se sont magnifiquement distingués. Bref, un super séjour!

Christian

JOURNEE DECOUVERTE

Journée découverte placée cette année sous le signe du troglodytique : visite guidée de deux anciennes fermes trogloles à Rochemenier suivie d'une promenade scénographique dans les majestueuses caves

cathédrales de Doué-la-Fontaine. Originalité aussi pour notre repas servi dans une cave troglodyte et composé de galipettes et fouées diverses qui furent très appréciées. En sortant de la visite commentée du « troglo des



pommes tapées » un orage bien arrosé nous a obligés à nous rendre directement au chai voisin sans pouvoir nous promener dans le typique village de Turquant. Mais la dégustation des vins et autres crémants a bien vite réchauffé les cœurs et les âmes avant notre retour sur le Mans ... pour le premier match de l'Euro bien sûr !

Raymonde

BSV

Séjours en France à 230 € organisés exclusivement par la Fédération LSR, déplacements en TRAIN, sous conditions de ressources.

2 personnes sont parties aux « Issambres », 19 sont allées à « Port-Barcarès », 3 à « Najac » et 4 partiront à « La Petite Pierre » fin novembre. Merci à la **Fédération LSR** et à tous les bénévoles qui œuvrent à la mise en place de ces séjours, qui inscrivent et qui accompagnent « **Ça, c'est de la solidarité !!!** ».

Amitié solidaire de LSR 72

Gilbert Trouillet



Voici l'énigme du Nounours joueur

Qui est-elle ? Vous la connaissez très bien.

Vous trouverez son nom en mettant les lettres suivantes dans le bon ordre :

O S T A L A C R N O I S I S : _ _ _ _ _
Bravo si vous avez trouvé : réponse dans le prochain journal ...

JOURNEE CONTINUE SOIE du 7 juin

Encore une agréable journée passée toutes ensemble où chacune a pu se faire plaisir pendant cette journée complète. Moments d'échanges de toutes sortes, cette journée se déroule dans une ambiance amicale, solidaire et festive, surtout au moment de la pause déjeuner pris en commun. Nos participantes en redemandent puisque ce sont 3 journées continues qui sont prévues cette année au lieu des 2 habituelles.

Reprise des cours le mardi 20 septembre, même lieu, mêmes heures .

Raymonde



SENIORS EN VACANCES A SARZEAU

Après un confortable voyage en car avec Fifi, notre chauffeur, ce groupe de 23 personnes a bénéficié d'un séjour ensoleillé dans ce village bien situé à 2 km de la mer et du village de Penvins. Belles balades : St Gildas, Vannes et ses remparts, Rochefort en Terre ... Et visites dans la presqu'île : chantier ostréicole avec dégustation d'huitres, musée du cidre, moulin à papier. Accompagnement agréable de ce groupe très solidaire, avec Thérèse et Marie-Claire à la gestion des pourboires, et notre guide Martine.

Raymonde Lb



COCHONS GRILLES

des 21 et 23 JUIL 2016



Et voilà, nos deux journées « cochons grillés » clôturent la saison comme chaque année !!! La nouvelle formule du repas « entrée et accompagnements » a beaucoup plu. Que du bonheur pour les 230 participants qui se sont régalés, avec un service de bénévoles bien rôdé et une ambiance joyeuse avec l'animation de Olivier et Mélaine,, qui ont tous deux enchanté le public de leurs voix chaleureuses.

Ginette

MARCHE NORDIQUE

Soirée Amicale pour la dernière séance avant les vacances, qui s'est déroulée dans la bonne humeur et le partage, dans l'esprit de LSR 72. Les adhérents participant habituellement aux randonnées avaient été conviés à se joindre au groupe des marcheurs nordiques. C'est ainsi qu'après l'échauffement, nous avons parcouru 7 Km, pour terminer par les étirements sous le regard de quelques supporters curieux. Après

l'effort, le réconfort. Un apéritif festif était servi à 25 participants. Un petit cadeau était alors remis à notre moniteur et ami Henri CHAPPELLIERE. Nous avons ensuite partagé un agréable pique-nique, suivi d'un imposant et succulent dessert préparé avec talent par les participant(e)s

Christian



UNE BANQUE QUI VOUS ACCOMPAGNE À CHAQUE ÉTAPE DE VOTRE VIE, ÇA CHANGE TOUT.

Crédit Mutuel

Caisse Fédérale du Crédit Mutuel MAEN, société coopérative anonyme à capital variable, capital initial de 38 112 € - immatriculée sous le n° 556 650 206 RCS LAVAL - 43, bd Voltaire 530081 Laval Cedex 08, contrôlée par l'Autorité de Contrôle Prudentiel et de Résolution (ACPR), 81 rue Talbot, 75408 Paris Cedex 08. Photo non contractuelle.

GYMNASTIQUE Lundi 27 juin

Après une dernière séance ludique mais intense, les participants du jeudi ainsi que Daniel et Christiane nous ont rejoints pour un repas en commun. Apéritif offert par Gilbert et Marie-Thé, buffet bien garni et échanges amicaux sur le devenir de nos cours ... Ce fut aussi l'occasion d'offrir à Nadia, notre prof, une orchidée et un petit cadeau.



Rendez-vous le 19 septembre !

Astrid

ATELIERS MEMOIRE 2016.

Encore une session qui s'est passée dans la bonne humeur et dans la convivialité.

A l'issue de la dernière séance, les participants se sont vus offrir l'apéritif par les animateurs pour se quitter sur une bonne note.

Nous espérons que les adhérents se presseront dès la rentrée de septembre afin de s'inscrire pour le début de l'année 2017.

Pour rappel, les ateliers mémoire se déroulent en 10 séances consécutives plus une 11ème quelque temps plus tard à la date de votre choix.

RAPPEL pour les adhérents ayant déjà participé aux sessions antérieures, nous lançons les **ateliers mémoire 2** du 30 septembre au 2 décembre 2016.

Vous pourrez vous inscrire dès le début de septembre à la permanence ou directement à :

Daniel PUISSET "fredisalex@sfr.fr" ou 06 13 40 29 52

COUTURE

Cette 1^{ère} année s'achève bien sur avec plus de connaissances de couture, mais aussi une nouvelle famille est née dans une ambiance chaleureuse où chacune s'épanouit.

Bonnes vacances à toutes. Début le jeudi 6 octobre 2016.

NOUVEL HORAIRE : chaque jeudi de 9 h 30 à 12 h

Maison de Quartier des Bruyères.

Thérèse : 06 32 29 18 15

DANSE 1^{ER} JUILLET

Dernière journée danse dans toute sa splendeur à la salle Maroc Pavoine..... 80 danseurs sont venus s'amuser, bouger et déguster tous les plats copieux à volonté.

Ambiance chaude, joyeuse, pleine d'émotion.

Merci à toutes et tous et bonnes vacances.

Thérèse et Daniel

Reprise des cours le mardi 4 à 10 h 30 ou vendredi 7 octobre à 9 h ou 10 h 20 aux Bruyères.



Marcher, danser, bouger, rire... C'est ça LSR et comme le dit si bien notre slogan : « N'ayons pas peur d'être heureux !!!

Daniel B

INFORMATIQUE

Nous avons mis en place **2 sessions Initiation** afin de limiter la liste d'attente.

La première sera animée par Nicole MILLE assistée de Françoise BOULOTON et Daniel MILLE, la deuxième animée par Nicole YVON assistée d'Astrid MAURIER.

Pour la **Photo**, animée par Astrid MAURIER assistée de Nicole PEAN ou Josette ABRAHAM

Pour la **Vidéo**, animée par Nicole MILLE assistée de Françoise BOULOTON.

Pour **Excel**, animée par Daniel MILLE assisté de Nicole MILLE.

Quelques places sont disponibles en **Vidéo** et **Excel** mais seules les personnes intéressées sont invitées à se faire connaître lors des permanences du lundi après-midi.

Pour les personnes retenues, une réunion d'information est prévue le Mardi 30 Août à 9h30 à la salle Coluche.

Prévoir un chèque de 5€ pour réservation qui sera déduit du reste à payer lors de la formation.

Pour tous renseignements complémentaires, me contacter au 06 83 29 39 61.

Daniel MILLE

Salaün Holidays
Rencontrer le monde

"Le spécialiste des circuits,
séjours et croisières dans le Monde"

Le Mans - 49, rue Nationale - **02 43 520 420**
- 20, rue Courthardy - **02 43 520 550**
Saumur - 32, rue Portail Louis - **02 41 513 555**
Joué-lès-Tours - 16, rue Aristide Briand - **02 47 737 747**

Pour tous vos projets
de voyages en groupe :
Isabelle Brandy
06 76 22 80 32



Nous venons vous chercher
au plus près de chez vous
pour tous nos circuits.



www.salaun-holidays.com

Bric à Brac Avenue J-Jaurès

4 septembre 2016



Journée surprise
Le 13 septembre 2016 PRIX : 110 €

Une sortie exceptionnelle

Mais c'est où ??? C'est où ???

Départ: 6h45 à pontlieue, place Henri Vaillant
retour : vers 20h30

Inscrivez-vous à la permanence le lundi après midi de 14h30 à 17h30
pôle associatif : 12 rue Béranger 72000 Le MANS
tél: 02 43 87 79 51 ou 06 87 14 09 36



Samedi 3 septembre de 10h à 18h
et mercredi 7 de 9h à 18h30
PORTES OUVERTES
à la Maison de Quartier
ROBERT MANCEAU

Neurofibromatoses

Le 6 octobre 2016
à Saint Jean du Bois

nous marcherons pour collecter des fonds destinés à la lutte
contre les neurofibromatoses.

Venez nombreux!

RdV **9H30** parking contigu à la salle des fêtes pour le départ
de la rando ; parcours d'environ **8 km.**

12H00 RdV dans la salle des fêtes pour un apéritif solidaire
aux côtés de nos Ami (e) s de l'association Neurofibromato-
ses, suivi du pique-nique dans la salle mise à disposition par
la Mairie de Saint Jean du Bois ...

L'après-midi, visite de la Faïencerie de Malicorne ...

(Pensez à vous munir de monnaie pour la collecte au profit
de l'association "Neurofibromatoses" et pour la visite de la
faïencerie.)

CONFÉRENCE SÉCURITÉ SENIORS

Vendredi 21 octobre après-midi au Royal

GRATUIT Informations et gestes pour vous protéger
et assurer votre sécurité.
Intervention d'un fonctionnaire de police.

MARCHÉ DE NOËL



Samedi 10 décembre
SAINT PIERRE
SUR DIVES

Calvados

Départ du Mans à 13h30

Place Henri Vaillant

Visite du Marché de Noël, 150 exposants sous les Halles du
XIXème siècle

Diner à La Bergerie, dans un ancien corps de ferme du
XIXème siècle, cuisine normande

PARADE NOCTURNE sur le thème des jouets, suivie d'un
FEU D'ARTIFICE

Retour au Mans vers 0h30

PRIX: 75€

SUPER LOTO DE NOËL

Mercredi 14 décembre 14h

Carton Adulte 3 €

Carton Enfant 1,50 €

6 cartons = 1 gratuit



Pour Enfants
et Adultes

Centre social Boulevard des Glonnières

Le 18 novembre
pour la première fois avec 
et pour le plus grand plaisir de nos danseurs



Nous accueillerons

Didier MAZEAUD

et son orchestre

Salle Henri Barbin à 12h30

Ouverture des portes 11h30

PRIX: 27 € Adhérents

30 € Non-adhérents

Vide-Grenier du Villaret

25 septembre 2016

Ils vont partir

33 personnes pour le Rajasthan, du 3 au 16 novembre

4 personnes en BSV à la « Petite Pierre », du 25 novembre au 2 décembre



vous propose

Les vallées du Rhin romantique, de la Moselle et du Main

du 12 au 18 Juin 2017



PRIX: 1430 €



MADAGASCAR

Novembre 2017



13 jours



Départ du Mans

- Transfert Paris et vol régulier pour Antananarivo
- Pension complète
- Taxes et assurances *
- Pourboires, dossier
- Réunion pré-voyage

PRIX du voyage tout compris: 2448 €

Semaine Rando-tourisme



**Du 27 mai
au 5 juin**

Prix: 594 €

VVF PORT-BAIL



LA SUISSE NORMANDE Stage marche nordique, pour randonneurs confirmés.

Date : fin avril ou début mai 2017

Transport : covoiturage ou mini bus

Hébergement : centre nautique et de plein air de Clécy

Coût : environ 92€ pour 3 jours et 2 nuits

Nombre de places limité...



Inscriptions à la permanence 12 rue Béranger le lundi de 14h30 à 17h30 ou par courrier

Dates à retenir premier trimestre 2017

- **ASSEMBLEE GENERALE** : 27 janvier à la Maison pour Tous Jean Moulin
- **ARTISTES EN HERBE** : 8 février aux Saulnières
- **BELOTE** : 7 mars au Centre Social des Glonnières
- **MI-CAREME** : **Jeudi 30 Mars** pour notre retour à Mulsanne, déjeuner dansant avec l'Orchestre « AMBIANCE » et ses 5 musiciens

En février mars, projection/conférence sur différents pays à Robert Manceau.

NOS SUGGESTIONS 2018

- Moyen courrier :**
- Portugal
 - ou Roumanie
 - ou Sicile.
- Long Courrier :**
- Russie (St Petersburg-Moscou),
 - ou Costa-Rica

A vous de choisir....

CUBA avec la Fédé et Touristra
12 j/10 n de La Havane à Camagüey
Prix: 2240€ environ

LSR SARTHE PTT 2016
1986 30ème Anniversaire



Déjeuner dansant
Animé par
Hervé et ses
musiciens

Samedi 15 octobre 2016 à 12h00
Salle Polyvalente de Ruaudin

Réservation le lundi de 15h00 à 17h00
À la permanence 12, rue Béranger 1er étage
ou au 06 71 56 62 03

Adhérents 30€
non adhérents 33€



Contact: Raymond Boutevin
tel: 06 71 56 62 03

A l'étude
Sortie d'une journée en mai

Thalasso à Bénodet du 01 au 08 avril



Séjour Azuréva MUROL (63)
du 18 au 25 juin



PRIX : 720€

Première quinzaine de septembre



Italie du Sud
PRIX : 1550€

Inscriptions à la permanence 12 rue Béranger le lundi de 14h30 à 17h30
ou par courrier