Le journal des Loisirs Solidaires

AVRIL 2020



Hé! Dites haut!

Dans cette période perturbée, il y aurait beaucoup de choses à dire mais dans un édito ce serait compliqué tant il y a de sujets qui font débat, sujets d'inquiétude et de mécontentement !... Notre génération de séniors en

constitue une des cibles principales et chacun en connaît maints exemples : réforme des retraites, crise du « Corona virus », réchauffement climatique, accès aux soins de plus en plus difficile et pouvoir d'achat des retraités qui baisse sensiblement depuis une dizaine d'années....

Bref, heureusement qu'il nous reste LSR pour nous empêcher de tomber dans la déprime! Une fois de plus, vous pourrez lire dans les colonnes de ce journal d'avril que nous faisons le maximum pour vivre paisiblement notre vie de retraité.

J'ai assisté au repas de retour des BSV et Séniors en vacances avec une soixantaine d'adhérents le 11 mars. C'est réjouissant de passer quelques instants de bonheur à se remémorer ces séjours aidés autour d'un bon repas concocté par les élèves d'Hélène Boucher et de visionner les images des souvenirs de ces séjours.

C'est aussi un bon moment avec près de 300 convives-danseurs le 13 mars à Mulsanne. Il faut voir leurs mines réjouies quand ils virevoltent en oubliant pour quelques heures leurs soucis.

Que dire de cette super journée des artistes en herbe le 12 février? De l'humour et des chants dignes de grands cabarets, nos artistes ne se prennent pas la tête et ils savent le faire partager, que du bonheur !!!

Voilà on pourrait donner comme ça des tas d'exemples pour chacune des activités régulières, des animations et manifestations proposées par notre LSR72.

C'est pour ça que LSR a été créée et tous les bénévoles de notre belle et grande association sarthoise se réjouissent de mener à bien leur contrat pour lequel vous les avez reconduits à notre excellente AG du 17 janvier.

Bon vent et n'ayez pas peur d'être heureux.

Daniel

Attention! Compte tenu des dispositions gouvernementales, nos permanences sont ajournées. Les activités régulières, les manifestations et les divers déplacements sont reportés.

Sommaire

Page 1 : Édito.

Page 2 : Assemblée générale.

Page 3: Artistes en herbe.

Page 4: Belote, Mi-Carême, Informatique, Bowling, Gym, Danse.

Page 5: Rando, Jeux de société, Peinture sur soie, Couture, Karting, Scrapbooking, Atelier mémoire, Marche nordique.

Page 6: Projection ABM, Paulo, Jambons grillés, Journée Découverte, Journée Grand Air, Nounours joueur.

Page 7: Théâtre, Voyages, SEV et BSV, Sortie en Anjou, Jeu de Didier.

Page 8: Dates 2020, Semaine rando, Rencontre Nationale,

peur d'être heureux N'ayons pas

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

Téléphone: 02 43 87 79 51 - Portable: 06 87 14 09 36 LSR72 Pôle associatif - 12 rue Béranger, 72 000 Le Mans E-mail: lsr-sarthe000@orange.fr Blog: http://www.lsr72.com/

Comité de rédaction : Josette ABRAHAM, Ginette BARBIER, Daniel BRUNEAU, Raymonde LOSTANLEN, Astrid MAURIER,, Jocelyne et Didier RONFLÉ, Nicole YVON.

31ème ASSEM BLÉE GÉNÉRALE



Cette année encore de nombreux adhérents (280) sont venus participer à l'assemblée générale de LSR72 ce vendredi 17 janvier à la salle Jean Moulin. C'est toujours un après-midi important dans la vie démocratique de l'association : chacun peut donner son avis, voter sur le bilan de l'année et élire le CA qui animera pour l'année à venir.

Tout commence par un mouvement de ruche autour des tables pour le renouvellement des

adhésions et l'inscription aux différentes activités de LSR72 et LSR PTT. Sous la présidence toujours sérieuse et pleine d'humour de Didier, notre président de séance, tout s'est déroulé en bon ordre, avec aussi quelques chansons!!!

Nous avons eu le plaisir d'accueillir le président de la fédération Michel Denieault, à qui nous avons offert la cravate LSR 72, et notre députée Marietta Karamanli.

Le rapport moral de notre président Daniel Bruneau nous a exposé la situation sociale et politique actuelle

pour les retraités et la position de LSR dans ce contexte. Il nous a aussi annoncé que ce mandat sera le dernier pour lui...

La rétrospective des manifestations, voyages et activités de l'année passée, est toujours un moment chaleureux et c'est avec plaisir que chacun peut se remémorer les bons moments passés ensemble.

La présentation des activités régulières par chaque animateur permet de mettre à l'honneur ceux qui s'impliquent avec persévérance tout au long de l'année et, peut-être, donner envie à certains de tester des activités nouvelles.

Les bénévoles ont encore été présents pour le bon déroulement de cette journée : préparer la salle, les toasts, l'anima-



tion, les interventions, le service et le rangement !! Mais la satisfaction des participants et les bons moments partagés sont leur récompense.

C'est vraiment important de se poser une fois par an pour faire le point sur le chemin parcouru, et pouvoir repartir pour une nouvelle année que l'on espère aussi riche ...



Nicole Yvon

Liste des membres du Conseil d'Administration élus ou réélus le 17 janvier 2020 Joël ABRAHAM, Josette ABRAHAM, Christiane AUBRY, Ginette BARBIER, Rémy BÉNEVAUD, Raymond BOUTEVIN, Christiane BROUARD, Daniel BRUNEAU, Gérard CLÉMENT, Anne-Marie COLLET, Jean COULÉE, Daniel COURONNEL, Josiane FONTAINE, Réjane GARCIN, Josette GUINET, Annick JEHAN, Raymonde LEBOUCHER, Yvette LE ROUX, Raymonde LOSTANLEN, Florence MAUGER-COMBE, Astrid MAURIER, Jacques MUSTIÈRE, Thérèse HAMON, Daniel MILLE, Ghislaine PET RÉGNARD, Jacky POIRIER, Daniel PUISSET, Didier RONFLÉ, Jocelyne RONFLÉ, Bernard TESSIER, Gilbert TROUILLET, Nicole YVON.

ARTISTES EN HERBE



C'est toujours un après-midi à guichet fermé, tant ce spectacle est apprécié pour sa qualité. La première partie était pleine de chansons, et les « Bodines » nous ont bien amusés avec l'histoire de leurs déboires de cure thermale!!!







A l'entr'acte la part de brioche est bienvenue et les « Doigts d'or » nous présentent leurs travaux de l'année, bravo à ces ad-

hérents pleins de talent.

Pour la deuxième partie, le secret du thème est toujours bien gardé ...

Nos artistes ont toujours de nouvelles idées pour nous embarquer avec eux. Cette année ils nous ont fait revivre leur croisière en musique, et nous avons pu chanter des airs

très variés selon les pays visités!!

Grâce à eux nous avons beaucoup ri et chanté, et cet après-midi a permis à chacun d'oublier un moment les soucis de la vie. Nous

avons eu le plaisir de voir les adhérents repartir avec le sourire.

Merci les artistes : Dany, Didier, Jocelyne, Joël, Josette, Marcel, Marie-Christine, Raymonde, René, sans

oublier les musiciens : Bernard et Jean-Claude, et les techniciens des Saulnières. Merci aux spectateurs pour leurs compliments et bien sûr pour le travail des bénévoles. Et à l'année prochaine!!



Nicole Yvon



CONCOURS DE BELOTE

Une journée très conviviale autour d'un tapis de cartes. C'est au Centre Social des Glonnières que se déroulait le concours de belote organisé par LSR72. Très concentrés pour gagner, les joueuses et les joueurs ont bien mérité leur lot en fin de partie.

> Les trois premiers sont Elisabeth Dobbelaere, Gérard Clément, et Annick Huneau.





L'après-midi s'est terminé autour du verre de l'amitié. Merci à tous les bénévoles.





REPAS DANSANT DE LA MI-CARÈME



Les bénévoles nous avaient encore préparé une salle bien colorée : serviettes, fleurs et masques et toujours les ballons flottants pour la décoration. Ce vendredi 13 mars, c'est l'orchestre « La Bonne Humeur » qui nous a fait danser, pour ce traditionnel bal de printemps. Malgré l'ambiance actuelle grave,

nous avons pu profiter, juste à temps... de cette journée toujours appréciée de nos adhérents et de leurs amis.

Le groupe des danseurs confirmés, superbement

habillés, nous a présenté quelques danses.

Les convives étaient encore nombreux à s'être déguisés, et chacun a eu son petit cadeau de récompense.

On ne change pas une équipe qui gagne : le repas préparé par le «P'tit Brettois» a été bien apprécié.

Et voilà une journée comme on les aime à LSR, convivialité, et bonne humeur aussi pour nous Nicole Yvon



ACTIVITÉS LSR

INFORMATIQUE



Après avoir terminé la saison 2019 – 2020, l'équipe informatique va se réunir afin de déterminer le nombre de sessions à prévoir sachant que 15 personnes sont inscrites à ce jour. Un calendrier sera établi suivant la disponibilité de nos 2 animatrices: Nicole YVON et Astrid MAURIER. Ensuite, les personnes retenues seront avisées courant juin afin de savoir si elles maintiennent leur pré-inscription. 1 session = 10 séances de 2 heures, durée 3 mois, pour un

Pour plus de renseignements contacter :

coût de 36 €.

Daniel MILLE au 06 83 29 39 61

BOWLING					
Jeudi 09 /04	Jeudi 23/04 <i>9h30 Café</i>	Jeudi 07/05	Ven 02/05 <i>9h30 Café</i>		
Jeudi 04/06	Jeudi 18/06	Jeudi 02/07	Jeudi 16/07		
Jeudi 30/07	Jeudi 13/08	Jeudi 27/08	Jeudi 10/09		
Jeudi 24/09	Jeudi 08/10	Jeudi 22/10 <i>9h30 Café</i>	Jeudi 05/11		
Jeudi 19/11 <i>Beaujolais</i>	Jeudi 03/12	Jeudi 07/12	Ven 08/01/21		

GYM



Depuis 2016, Annick Jehan était responsable de la Gym pour LSR, et contrôlait le bon fonctionnement de l'activité. C'est maintenant Yvette Le Roux qui prend le relais. On connait son dyna-

misme, et on la remercie de s'impliquer dans la vie de l'association.



DANSE 2020

MAISON de QUARTIER DES BRUYÈRES

Mardi matin 10 h30-12h cours débutant Vendredi matin 9 h - 10h30 cours intermédiaire 10h30 - 12 h cours avancé

MAISON de QUARTIER ROBERT MANCEAU

Mercredi soir 20 h - 22 h cours confirmé Mardi soir 20 h - 22 h stage 3 €/dates à venir

bachata: 7 et 28 avril

: 12 et 26 mai

boston



RANDO

On marche avec LSR ... A RENNES.

REPORTÉ

Mercredi 1er avril (et ce n'est pas un poisson!) Randodécouverte de Rennes, encadrée par nos amis LSR35, pique-nique dans le parc du Thabor, visite du Parlement, et repas au restaurant du Moulin au lac d'Apigné.

16 avril Saint Aubin de Locquenay.

30 avril Dissay sous Courcillon.

La rando du 14 mai à Savigné l'Évêque est reportée au

21 mai pour cause de « jambons grillés ».

28 mai Mayet avec pique-nique.

11 juin Challes.

25 juin Jupilles avec pique-nique.

CARTES et JEUX DE SOCIÉTÉ



Le vendredi de 13h45 à 17h30

C'est un moment de convivialité pour une trentaine de personnes qui se retrouvent à la maison de quartier Robert Manceau, pour participer à un après-midi récréatif. Trois groupes se forment : un pour la belote, un pour le tarot et un autre pour les jeux de société. À la pause, un goûter est servi, ce qui permet de fêter les anniversaires des joueurs.

Avant Noël et en mai, avant la fermeture de juillet-août, un déjeuner au restaurant clôture la saison.

Christiane Brouard et Raymonde Leboucher

ATELIER MÉMOIRE

C'est reparti pour 7 participants, tous les vendredis matin, sauf les 1er et 8 mai avancés au 30 avril et 7 mai. Cet atelier, animé avec brio et compétence par Daniel Puisset, sera clôturé comme à l'habitude par un apéritif et un repas en commun.



SCRAPBOOKING

Une séance par mois pour une vingtaine de fidèles! Dates de ce trimestre: 10 avril, 15 mai, 12 juin Avec Christiane, Anne-Marie, Josette et Réjane.



KARTING				
Avril	Mai	Juin		
22	20 ou 27	21		
Juillet	Août	Septembre		
22 ?	19 ?	23		
Octobre	Novembre	Décembre		
21	18	16		



Bonnes vacances. Reposez-vous bien et rendez-vous le 3 septembre à Dollon

Peinture sur soie et cartonnage

Dates des journées continues 2020 :

- mardi 17 Mars
- ♦ mardi 19 Mai
- mardi 3 Novembre

COUTURE

Le succès de l'atelier « couture » ne se dément pas. Elles sont maintenant 17 à se retrouver le jeudi matin, salle des Bruyères.

MARCHE NORDIQUE

Bonjour à tous, je vais vous parler de la Marche Nordique. Mais que font ces zigotos dans les bois de Changé à marcher comme des ressorts avec des bâtons de ski ? Réponse: de la marche nordique! À l'invitation de LSR72, en octobre 2017, Henri, Jocelyne et un groupe de "fadas" de la marche se sont réunis tous les mardis après-midi pour apprendre les bases de ce sport bénéfique pour la santé. Cette année, le groupe s'est agrandi, tant la marche nordique recueille l'enthousiasme et la curiosité. Comment "ça marche"? Trouver bâtons à sa taille. On respire mieux! Les bienfaits pour la santé.

La marche nordique est une activité simple et facilement adaptable, elle s'adresse donc à tous les publics quels que soient l'âge et la condition physique de chacun. Elle plaît à tous les pratiquants, des adolescents aux retraités en passant par les sportifs confirmés, ce qui en fait une discipline à la fois dynamique et conviviale.

Tous les mardis de 14h30 à 16h30 rendez-vous au parking des Closeaux dans les bois de Changé.

Henrí Chapellière



ANNULÉ

CŒUR ET SANTÉ

Samedi 4 avril Les marcheurs et danseurs de LSR72 seront au rendez-vous de la Fédération Française de Cardiologie, place du Jet d'Eau.

Vendredi 3 avril 2020 - 20h30 Maison de quartier Robert Manceau REPORTÉ Chili Bolivie Huguette & Daniel MOREAU Diaporama numérique

Mardi 21 avril 2020

ANNULÉ

Entrée gratuite

Une journée avec...



et



8h15 Départ du Mans, place Henri Vaillant 10h30 Visite du« Mystère des Faluns » 12h00 Accueil à l'auberge de la caverne

12h00 Accueil à l'auberge de la caverne sculptée et déjeuner dansant avec accordéoniste . (Apéritif, vin, et café compris)



C'est la

Fête du

Jarret de Porc



15h 30 Spectacle comique avec

PAULO

17h00 Reprise de l'autocar 18h15 Arrivée au Mans

Prix : 75 €



Renseignements et inscriptions le lundi de 14h30 à 17h30 à la permanence 12 rue Béranger 72000 Le Mans

JAMBONS GRILLÉS jeudi 14 mai



Aux Casnières, les jambons grilleront pour le plaisir de nos papilles. Et pour que la fête soit complète, nous avons confié l'animation aux « **P'TITS BUTTÉS** » qui font revivre les chansons d'hier et d'aujourd'hui,

accompagnés d'un accordéon diatonique.

Gigi et Nénette, 2 p'tits parigots fort sympathiques sauront vous surprendre, vous faire rire, sourire et vous émouvoir. Ils invitent volontiers l'assemblée à chanter, danser et taper dans les mains dans une ambiance festive.

Adhérents : 26 € Non adhérents : 29 €



JOURNÉE DÉCOUVERTE jeudi 18 juin

Sortie en co-voiturage.

Comme promis l'an passé, cette année nos « 4 roues » auront moins de kilomètres à parcourir puisque nous ferons une incursion dans le département voisin du Loir et Cher, avec, au programme :

- Le musée des objets ménagers à Montval-sur- Le Loir.
- Un sculpteur plasticien graveur sur cuivre à Cellé.
- Le musée spectacle Musikenfête à Montoire-sur-le Loir.
- Une promenade en attelage dans la ville de Vendôme. Pique-nique à prévoir le midi.

Tarif à l'étude. Le programme finalisé de cette journée incluant le prix sera envoyé à tous les fidèles participants par mails ou par courrier ainsi qu'à ceux qui en feront la demande à Raymonde LOSTANLEN.

Renseignements à la permanence le lundi de 14h30 à 17h30

JOURNÉE GRAND AIR mardi 30 juin

C'est encore aux Casnières, le 30 juin, que se déroulera notre journée Grand Air. Selon la formule, « apportez vos tables et vos chaises, on s'occupe du reste ». Et comme d'habitude, après le pique-nique, il y aura des jeux de toutes sortes et une petite rando.

Prix: 16€

Le Nounours joueur de Raymonde



La grille est la même pour chaque jeu, à vous de la reproduire.

Reconstituer les mots avec les lettres données et les placer dans la grille.

JEU No 1 Horizontal 1: URCXE 3: URENO 5: ESUEN

Vertical 1:NNACI 3:LEUEM 5:EXRSE

JEU No 2 Horizontal 1: NPCEI 3: ITERT 5: IEENC
Vertical 1: NTIOP 3: TTNEA 5: VEEEL

JEU No 3 Horizontal 1:AGDBE 3:DROOE 5:EEVTR

Vertical 1:TEERB 3:EOUDD 5:OLECE





SÉJOURS AIDÉS

Place Raymond Adelet au MANS

Une année record avec 92 inscrits à la fin février. <u>Séniors En Vacances (SEV)</u> à Obernai (Bas-Rhin), séjour du 20 au 27 juin avec voyage en car au départ du Mans. 653€ sans aide, 493 € avec aide, 35 personnes en bénéficieront.

50 participants vont pouvoir visiter cette région : Strasbourg, la cathédrale et son horloge astronomique, le parlement européen, visite de la ville allemande de Kiehl, Colmar, Riquewihr, Ribeauvillé sur la route des vins, Gertwiller capitale du pain d'épices, le château du Haut-Koenigsbourg, le Mont Saint-Odile et la distillerie de Steige...

Bourse Solidarité Vacances (BSV): 6 destinations ont été proposées et 42 personnes se sont inscrites.

Bois d'Amont (Jura) = 4 personnes.

Les Issambres (Var) = 7 personnes.

Vaison la Romaine (Vaucluse) = 7 personnes.

Barcarès (Pyrénées orientales) = 17 personnes.

Longeville (Vendée) = 3 personnes.

Lacanau (Gironde) = 4 personnes.

Séjour sous conditions de ressources, une semaine avec deux excursions, pour 250 €, voyage en train compris.

> N'oublions pas, LSR, ce sont des LOISIRS pour tous et de la **S**OLIDARITE pour les **R**ETRAITES

VOYAGES

2 voyages à l'étranger pour LSR72 cette année : 35 adhérents partiront voir la Norvège, ses Fjords et le soleil de minuit et 28 iront découvrir la Pologne.

JOURNÉE EN ANJOU

Mercredi 16 septembre Aniou avec Une journée en







8h00 Départ du Mans (place Vaillant) 10h00 Arrivée à Noyant la Gravoyère 10h15 Visite guidée de la Mine Bleue et démonstration de fente d'ardoise Prévoir de bonnes chaussures (marches) et un vêtement chaud (1

12h15 Reprise de l'autocar

12h45 Arrivée à la « Table du Meunier »





Kir pétillant Duo de poissons « rillettes et fumé » Parmentier de canard confit. sauce forestière Panaché de fromages et salade verte Feuillantine aux pommes Sauvignon et Anjou rouge

15h00 Embarquement pour la croisière sur l'Hirondelle, passage d'écluses

Tarif: 90€

(minimum 40 personnes)

Renseignements et inscriptions avant le 30 iuin le lundi de 14h30 à 17h30 à la permanence

12 rue Béranger 72000 le Mans



JOUEZ AVEC DIDIER

Réponses au jeu « Histoire de France » de janvier

N°	Évènement	Année			
4	Gergovie	52 avt JC			
2	Charles Martel à Poitiers	732			
7	Charlemagne empereur	800			
11	Marignan	1515			
5	La saint Barthélémy	1572			
9	Mort d'Henri IV	1610			
10	Déclaration des Droits de l'Homme	1789			
1	Mort de Louis XVI	1793			
8	Waterloo	1815			
3	Les 3 Glorieuses	1830			
6	Abolition de l'esclavage par la France	1848			

Allez! un peu de calcul!

Placez dans la grille les nombres (en bleu) situés à côté de celle-ci de manière à obtenir en les additionnant la somme indiquée au bout de chaque ligne et de chaque colonne.

			12
9		8	23
	3		10
21	13	11	

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

DATES À RETENIR EN 2020

Mercredi 1er avril : Sortie à Rennes. Vendredi 3 avril : Projection ABM. Samedi 4 avril : Parcours du cœur.

Mardi 21 avril : Paulo à Denézé sous Doué. Jeudi 14 mai : Jambons grillés aux Casnières.

Jeudi 18 juin : Journée découverte. Samedi 20 juin : Théâtre au Royal.

Mardi 30 juin : Journée Grand Air aux Casnières.

Dimanche 6 septembre : 2 km de Jaurès. Mercredi 16 septembre : Sortie en Anjou.

Dimanche 27 septembre : Vide-grenier du Villaret.

Vendredi 20 novembre : Repas dansant.

Mercredi 9 décembre : Loto.

SEMAINE RANDO-TOURISME EN ARDÈCHE

Du samedi 26 septembre au samedi 3 octobre au « Gai Logis » à Laurac en Vivarais.

Départ du Mans en CAR.

Pension Complète du dîner du 1er jour au déjeuner du 8ème jour (pique-nique fourni).

Hébergement en chambre double, linge de toilette fourni, lits faits et ménage de fin de séjour, vin à discrétion, café au déjeuner, soirées animées.

Sorties pédestres à la journée ou demi-journée, selon programme avec 2 accompagnateurs pour 2 niveaux. Visites comprises.

Frais de dossier, taxe de séjour, pourboires, assurance annulation et transport inclus.

Renseignements et inscriptions à la permanence le lundi de 14h30 à 17h30.



PRIX: 690€Majoré si moins de 40 p



RENCONTRE NATIONALE SOLIDAIRE à ÉVIAN

La Rencontre Nationale Solidaire des LSR se déroulera cette année à ÉVIAN du 10 au 17 octobre

avec un maître-mot : convivialité. Elle offrira aux participants, venus de différentes LSR, l'occasion de se rencontrer, d'échanger et de tisser des liens vers de nouvelles rencontres.

Le programme (disponible à l'association) permettra de se familiariser avec des activités culturelles, sportives et touristiques.

Contact: Boutevin Raymond: tél 06 71 56 62 03



Prix : 420 € sans transport



Séjour en pension complète, avec assurance annulation, activités comprises. Inscriptions avec un chèque d'arrhes de 100€, non remboursable, sauf avis médical ou évènement grave, Solde avant le 10 août.



vous propose

Le 28 Avril sortie d'une journée à St Malo. Du 9 au 16 septembre séjour à La Londe les Maures (Var). Le 27 Août journée de rentrée aux Casnières (Mulsanne). Les balades dans les bois de L'Epau tous les 15 jours