



ÉDITO : Reprenons du poil de la bête !

De cette année 2020 ; nous nous en rappellerons longtemps : confinés, reconfinés, isolés, individualisés, infantilisés, culpabilisés, privés de voir nos amis et la famille, désorientés, surinformés ou « désinformés ». La liste n'est pas exhaustive mais pour dépasser tout ça, il nous faudra du temps.

Bref LSR existe toujours et si tous ensemble nous nous y remettons : en réadhérant, en adhérant, en s'inscrivant rapidement aux activités et manifestations, en participant petit à petit aux diverses activités en fonction des divers déblocages, notamment de la réouverture des salles municipales, de l'élargissement des jauges, de la

réouverture des restos, salles de spectacle ou autres endroits...

Ça fait beaucoup d'inconnues mais nous n'avons pas d'autres choix que de prévoir sans attendre l'arme au pied, sinon d'autres feront à notre place ?

LSR a été créée pour fournir du lien social et empêcher l'isolement, cette crise de la COVID a été tout le contraire, raison de plus pour reprendre du poil de la bête, en réactivant nos activités et nous rencontrer étant la meilleure thérapie.

La première étape : la réouverture de nos permanences en respectant les mesures de distanciation. Nous savons le faire puisque de juin à fin octobre il y a toujours eu un flux plus ou moins important.

La deuxième : la « porte ouverte » le **23 janvier** dans nos locaux, normalement programmée une année sur 2. Le bureau propose d'organiser cette initiative pour permettre aux adhérents et futurs adhérents de prendre leur adhésion 2021 et inscriptions aux activités, compte tenu que l'AG sera reportée en mai.

C'est tous ensemble, que nous réactiverons les randos, la gym, la marche nordique, la danse, les ateliers mémoire, le scrapbooking, les jeux de cartes et de société, le bowling, le karting, et plus, les voyages, les sorties découvertes, les rencontres plein air, l'informatique, et nous espérons les bals et les artistes en herbe... Etc...

Il n'y a aucune raison que tout ça ne redémarre pas progressivement. Nous verrons plus clair mi-janvier et à ce moment là nous élaborerons notre calendrier pour toute l'année 2021, en espérant laisser le virus derrière nous.

En attendant prenez soin de vous pour être au top avec LSR72 pour de grands moments de joie et de plaisir à être ensemble.

À très bientôt,
Solidairement vôtre,

Daniel.

Sommaire

Page 1: Edito.

Page 2: BSV-SEV.

Page 3: Marche nordique,
Karting,
Bowling,
Informatique,
Couture,
Atelier mémoire.

Page 4: Randos.

Page 5: Peinture sur soie et
cartonnage,
Danse,
Nounours joueur.

Page 6: Gymnastique,
Ce qui ne peut pas
reprendre,
Voyages.

Page 7: Portes ouvertes,
Assemblée générale,

Jambon grillé,
Artistes en herbe

Page 8: Programme randos,

Nouvelles PTT,
Nouvelles de la
Fédération.

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

E-mail : lsr-sarthe000@orange.fr

LSR72 Pôle associatif - 12 rue Béranger, 72 000 Le Mans

Blog : <http://www.lsr72.com/>

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

BOURSE SOLIDARITE VACANCES

En ce qui concerne les séjours BSV : 45 adhérents de LSR72 ont bénéficié de ces séjours. De nombreuses destinations ont été reportées, mais toutes (sauf une) ont eu lieu au final et tous les participants sont revenus ravis et en pleine forme ...

LACANAU :
du 25 août
au 5 septembre.
8 participants.



LONGEVILLE : du 6 au 13 septembre.
5 partants, 2 annulations pour cause de décès.
1 personne a pu
être remplacée sur
ces 2 défections et
de ce fait si le billet
de train et les frais
de dossier pour la
seconde partici-
pante ne seront pas
remboursés, les 170€
versés le seront.



BOIS D'AMONT : séjour annulé et remplacé par
SAMOËNS :
du 3 au 10 octobre, elles
étaient 5 à partir.



Si ces départs ont causé beaucoup de travail et de soucis à Gilbert, ils permettent malgré tout de garder leurs participants en tant qu'adhérents à notre association, ce qui n'est pas négligeable puisqu'au total 45 personnes ont pu bénéficier de ces vacances.

Je tiens à remercier Gilbert et son équipe ainsi que la fédération LSR, pour le travail de titan réalisé pour arriver à ces résultats.

Daniel Bruneau

VAISON-LA-ROMAINE :
du 5 au 12 septembre.
7 inscrits mais seulement
5 personnes parties,
2 désistements
pour raison médicale.



BARCARÈS : 15 personnes
ont pu bénéficier de ce sé-
jour du 11 au 18 septembre.



LES ISSAMBRES : 7 inscrits qui sont partis le 10 octobre.



Et tout ça fait
des retraités

HEUREUX !



SENIORS EN VACANCES

Le séjour à Obernai a été reporté en 2021 à des dates similaires.

Renseignements et inscriptions le lundi de 14h30 à 17h30
à la permanence 12 rue Béranger 72000 Le Mans
Téléphone : 02 43 87 79 51- Portable : 06 87 14 09 36

Septembre 2020... Relance des activités

Les permanences de LSR72, reprendront normalement:

lundi 31 août 2020, les conditions d'accueil devront être respectées dans chaque bureau, pas plus de deux personnes à la fois, le masque est obligatoire...

&&&&&&&&&

Compte tenu que les salles municipales restent interdites, les activités suivantes :

GYM, DANSE, SCRAPBOOKING, JEUX DE CARTES ET DE SOCIÉTÉ, ATELIERS MÉMOIRE, COUTURE, PEINTURE SUR SOIE ET CARTONNAGE, ne reprendront que sur autorisation des pouvoirs publics.

En revanche; le **KARTING**, le **BOWLING**, la **MARCHE NORDIQUE**, la **RANDO** reprendront normalement aux jours et heures habituels début septembre.

Les **COURS INFORMATIQUE**, reprendront normalement dans nos locaux, suivant les conditions de distanciation réglementées

Marche nordique

Peut-on dire qu'elle a repris? Pas vraiment , puisqu'en fait tout l'été des adhérents se sont retrouvés au parking du Closeau, pour pratiquer leur discipline favorite, par petits groupes et toujours dans le respect des gestes barrières.

Bowling

Des rencontres ont eu lieu pendant les vacances, sans enregistrement des résultats, et à chaque fois ce fût une bonne vingtaine de joueurs qui se sont retrouvés en respectant, Covid oblige, les consignes de sécurité imposées par l'établissement. C'est d'ailleurs au cours d'une de ces rencontres que notre ami Jacques Beucher a pulvérisé 2 records : celui du nombre de strikes dans une partie : 7 dont 6 consécutives, et celui du total de points dans une partie avec 220 points. Quel exploit ! Félicitations à toi, Jacques. La reprise aura donc lieu le

jeudi 10 septembre à 14 heures.

Au plaisir de se retrouver nombreux dans notre ambiance toujours aussi chaleureuse et amicale.

Bien sûr du gel hydroalcoolique est disponible à l'entrée.

Et le masque est obligatoire

Ateliers mémoire

Les ateliers mémoire 2020 ont été interrompus par la Covid-19. Daniel les a repris en septembre, et a dû à nouveau les arrêter.

Espérons que 2021 soit plus favorable.

Et reprenez notre
petite chanson...

que nous devons
à Didier Ronflé.

T'as la mémoire qui flanche,
Tu t'souviens plus de rien...

Viens avec nous sans hésiter

Suivre mémomut 1 !

Et puis après, si tu le veux,

Suivre mémomut 2,

Là, tu pourras, grâce à Daniel

Rafrâichir ta cervelle.



Informatique

Les cours d'informatique avaient repris en respectant la distanciation. Tous masqués dans notre plus grand bureau, 4 « élèves » au lieu de 6, et avec l'aide de Nicolle et Daniel Mille, qui assuraient un créneau supplémentaire, nous espérions surmonter le confinement, nous essa-



Couture

Dans la salle des Bruyères les « petites mains » de LSR ont travaillé cet été à la confection de masques. Elles ont repris maintenant leurs travaux personnels, en appliquant les règles de distanciation (masque obligatoire et nombre de personnes dans la salle).

Randos

Fin Août Nicole Yvon écrivait

Ça marche avec



Bonjour marcheuses et marcheurs de LSR

Après cette longue période de repos forcé voilà de bonnes nouvelles.

Lors du CA exceptionnel du 17 Août nous avons décidé de reprendre l'activité randonnée du jeudi dès le 3 septembre.

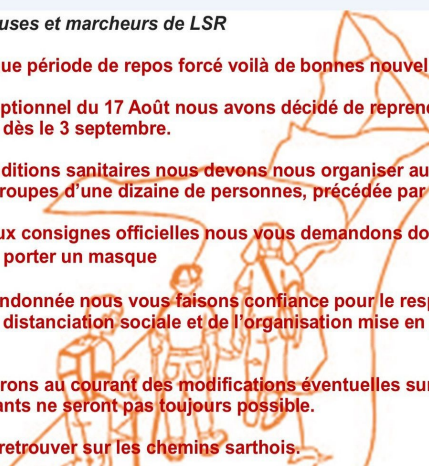
A cause des conditions sanitaires nous devons nous organiser autrement : nous ferons donc des groupes d'une dizaine de personnes, précédée par un encadrant.

En se référant aux consignes officielles nous vous demandons donc

- A l'arrivée de porter un masque
- Pendant la randonnée nous vous faisons confiance pour le respect des gestes barrières, de la distanciation sociale et de l'organisation mise en place

Nous vous tiendrons au courant des modifications éventuelles sur les rando : visites ou restaurants ne seront pas toujours possible.

Au plaisir de se retrouver sur les chemins sarthois.



Première sortie le 2 septembre à Dollon

Enfin ! reprise des randos....

33 marcheurs pour 13 km, Sous un soleil magnifique.

Parcours agréable souvent dans les chemins creux très arborés, quelques petites côtes....



Prochaine rando le 17 sept.
Mont St Jean.
Avec pique-nique



Reprise de la marche douce
Jeudi 10 sept.



Puis le 17 à Mont Saint Jean

Louissette et Jean-Claude nous ont trouvé un beau circuit.

35 marcheurs étaient présents, même pas effrayés par le dénivelé... Le soleil nous a accompagnés toute la journée.

Trois heures après le plus dur nous attendait : le pique-nique au bord du lac de Sillé. Il a enchanté tout le monde, mais personne n'a osé se baigner. En digestif, un tour de lac pour les plus courageux qui étaient nombreux.

Une belle journée LSR, encore plus appréciée après cette période de disette !!



1er Octobre Rando à Jupilles

43 marcheuses et marcheurs ont parcouru 10 km dans cette jolie forêt. Malgré un temps incertain au départ le parcours s'est déroulé sans une goutte d'eau.

Merci à Jeannot, Daniel P, Jean-Luc, Bernard T et Daniel B

Lombron le 15 octobre

François, Jean-Mi et Christian nous ont emmené dans les chemins de Lombron.

Très belle rando avec un temps couvert et quelques apparitions du soleil.

Nous étions 45, et nous avons parcouru 10 km 500.



Espérons pouvoir reprendre avec le port du masque et les règles de distanciation

PEINTURE SUR SOIE ET CARTONNAGE

Terminée la grande récréation due à ce maudit coronavirus ! Le 15 septembre, masquées mais heureuses de se retrouver enfin après cette trop longue coupure les participantes à notre atelier soie et cartonnage n'ont pas manqué cette rentrée qu'elles attendaient toutes avec grande impatience !!

Rendez-vous donc tous les mardis après-midi dans notre salle habituelle à Jean Moulin où toutes les mesures de précaution sont bien sûr, appliquées comme il se doit.



DANSE

Pour vous donner une idée de ce qu'aurait dû être la reprise, voici ce que nous envisagions

Avec cette conjoncture difficile, nous devons nous adapter pour continuer quelques activités.

Pour la danse, selon le nombre de personnes autorisées, nous envisageons d'effectuer un roulement, Aussi Thérèse et Daniel souhaiteraient connaître les personnes qui veulent reprendre la danse.

- Soit mardi matin avec sans doute danse en ligne pour personnes seules.
- Soit les vendredis avec danse en couples sans changer de cavalier.



C'est un projet, merci de contacter

Thérèse : 06 32 29 18 15

ou Daniel : 06 32 31 86 45

ou par mail à th.ocquident@free.fr

afin d'effectuer un planning

La danse pourrait donc reprendre à partir du mardi 3 novembre.

Merci de votre compréhension et bien cordialement à tous.

Daniel et Thérèse



Réponses au jeu d'avril

	1	2	3	4	5
1	P	I	N	C	E
2	O		A		L
3	T	I	T	R	E
4	I		T		V
5	N	I	E	C	E

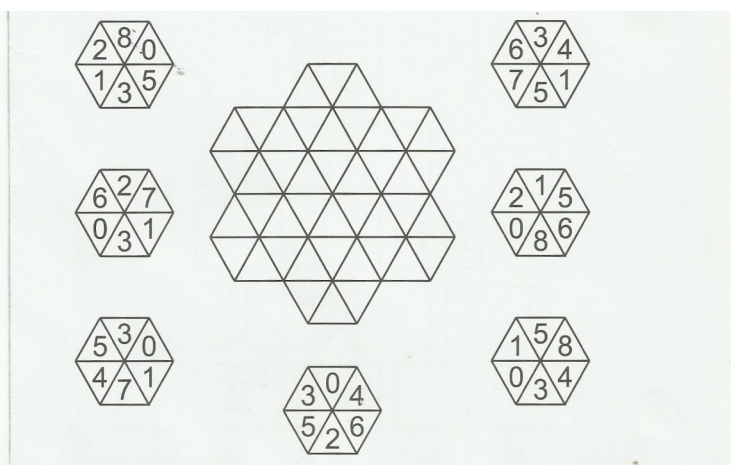
	1	2	3	4	5
1	C	R	E	U	X
2	A		M		E
3	N	O	U	E	R
4	I		L		E
5	N	U	E	E	S

	1	2	3	4	5
1	B	A	D	G	E
2	E		O		C
3	R	O	D	E	O
4	E		U		L
5	T	R	E	V	E

NOUNOURS JOUEUR

Jeu de janvier 2021

Les 7 petits hexagones doivent être placés à l'intérieur du grand hexagone, mais vous devez toujours avoir 2 chiffres identiques l'un à côté de l'autre



GYMNASTIQUE

Après la réouverture des salles municipales et une réunion avec Nadia Froger, les cours de gym avaient repris. Nadia nous avait donné les consignes de sécurité, et nous avait proposé la formation de groupes en fonction de nos disponibilités. Mais tout s'est à nouveau arrêté. Elle nous a donc proposé des cours en ligne, ce que certaines ont accepté.



Ce qui ne peut pas reprendre

JEUX DE CARTES ET DE SOCIÉTÉ SCRAPBOOKING

Maintien des gestes barrières, nécessité de désinfecter le matériel, distanciation, toutes ces conditions étant trop contraignantes nous empêchent de reprendre ces activités, même si les salles municipales rouvraient.

BAL LOTO

Salles municipales fermées.

SORTIES À LA JOURNÉE

Trop de contraintes, et d'inconnues ne nous permettent pas d'envisager ces sorties qui étaient pourtant une bouffée d'air pour bon nombre de personnes.

ARTISTES EN HERBE

Leur spectacle se prépare longtemps à l'avance, mais les répétitions ne sont pas possibles, les salles sont fermées, ils nous manqueront en février nos « Artistes ».

Et bien sûr, pas de **CONCOURS DE BELOTE**, ni de repas dansant de la **MI-CARÊME**

THÉÂTRE

Avec la troupe des « **BALADINS DE L'HUISNE** », nous avons programmé pour le 17 avril 2021 une représentation de la pièce « Fallait pas les agacer ». Hélas, les conditions actuelles ont empêché les répétitions et donc il n'y aura pas de spectacle cette année. Mais rendez-vous est pris pour l'an prochain....

Nos espoirs pour 2021

VOYAGES

Les voyages de 2020 ont été reportés en 2021 et **il est encore possible de s'y inscrire**

NORVÈGE



Circuit « Fjords et Trolls »
avec extension « Cap Nord » (10j, 9n)

Prix : 2750 €

En juin 2021

Ce sera le départ vers la Norvège,
les fjords et le soleil de minuit.

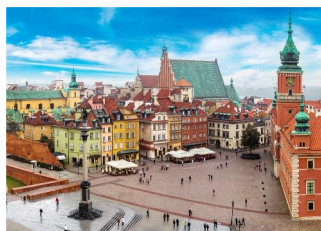


POLOGNE

La Pologne romantique de Cracovie à ...Cracovie
en Septembre 2021.

en passant par Varsovie, avec une soirée
folklorique, un concert des musiques de
Chopin, et une promenade en bateau.

Prix : 1550 € selon le nombre de participants.



PORTES OUVERTES 23 JANVIER

Dans l'espoir qu'elles pourront se tenir....

Et pour que vous puissiez renouveler ou prendre votre adhésion, ou vous inscrire à nos activités, nous allons établir un plan d'organisation, afin que les gestes barrières soient respectés.

JOURNEE PORTES OUVERTES

Loisirs et Solidarité des Retraités de la Sarthe.
Pôle Associatif - 12 rue Béranger - 72000 Le Mans
Tél : 02 43 87 79 51 - mobile : 06 87 14 09 36
Mail : lsr72@orange.fr
Blog : <http://lsr72.over-blog.com/>

Samedi 23 janvier 2021
De 10 heures à 17h30

32ème ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Traditionnellement notre assemblée générale se déroule en janvier, ce qui n'est pas possible dans le contexte actuel.. Nous souhaitons donc la tenir le

VENDREDI 28 MAI 2021
Salle Jean Moulin

JAMBONS GRILLÉS

Vous souvenez vous de ces belles journées aux Casnières, et de leur convivialité? On chantait, on dansait, on jouait aux cartes ou aux boules, et puis dans le cochon, tout est bon et surtout le Jambon....

C'est ce que nous aimerions vous faire retrouver le



JEUDI 17 JUIN

ARTISTES EN HERBE

Ils auraient bien voulu, ils y ont même déjà travaillé....

Mais ce n'est que partie remise, ils reviendront, c'est sûr !



Je souhaite

Adhérer

Renouveler mon adhésion

Ne pas renouveler mon adhésion

Tarif 2021 : 20€ par personne

Règlement : espèces
*chèque

Rayer les mentions inutiles

*** si paiement par chèque, préciser le titulaire du chéquier**

Si vous joignez un chèque mettre à l'ordre de LSR 72

Mr /Mme..... Prénom.....
Date de naissance..... Lieu de naissance
Conjoint Prénom.....
Date de naissance..... Lieu de naissance.....
Adresse.....
.....
Téléphone fixe..... Portable.....
Courriel : @

Adressez votre correspondance à : LSR 72 – Pôle associatif – 12 rue Béranger – 72000 LE MANS Téléphone : 02 43 87 79 51

Portable : 06 87 14 09 36 -- ---- Permanence tous les lundis après-midi de 14h30 à 17H30 – Courriel : lsr72@orange.fr

Si votre demande est accompagnée d'un règlement, veuillez y joindre une enveloppe timbrée libellée à votre adresse

N'oubliez pas PRESENCE (journal de la Fédé) cochez ci-dessous si vous êtes intéressé(e)
oui non

Les informations recueillies pour votre adhésion sont nécessaires au fonctionnement de l'association. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au seul secrétariat de l'association. En application des articles 39 et suivants de la loi du 6 janvier 1978, modifiée, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent. Si vous souhaitez exercer ce droit, adressez-vous au secrétariat de l'association.

Programme randos janvier-février 2021

Année 2021

07-janv	J	BEAUFAY Journée des Capricornes	13h15	14h	Parking autour de l'église suppression du repas au restaurant	Christian T , François Jean-Michel , Michel
21-janv	AM	BRETTE LES PINS	13h15	14h	Parking près du Cimetière Brette les Pins	Christiane, Rémy Yvette, Georges
4-févr.	AM	SAINTE SABINE SUR LONGEVE	13h15	14h	Parking Place de l'Eglise Sainte Sabine sur Longève	Henri, Christiane Didier, Bernard T
18-févr.	AM	ECOMMOY	13h15	14h	ParKing Stade des "Vaugeons" Ecommoy	Jean-Luc , Patrice Babette

J=Journée

AM=Après midi

H1: départ La Pointe

H2: départ de la rando

NB: Toutes nos randos font environ 10/11km, sauf celles à la journée avec pique-nique ou restaurant

RAPPEL A TOUTES ET A TOUS

1. Etre adhérent à LSR 72 ou LSR PTT
2. Etre inscrit à l'activité rando (cotisation de 5 euros pour l'année civile) et **fournir un certificat médical lors de la première inscription. Ce certificat médical est à renouveler tous les ans.**
3. Respecter les consignes données par les responsables de la rando, et en particulier ne pas marcher devant le responsable qui mène la rando. **Les responsables de rando sont tous des bénévoles.**
4. Respecter le code de la route (les règles de marche sur la route sont précisées par les responsables)
5. Signaler tout "arrêt technique" par un sac à dos, un bâton ou tout autre moyen.

LA SECURITE EST L'AFFAIRE DE TOUS



Contact : Boutevin Raymond : tél 06 71 56 62 03

19 adhérents sont partis du 20 au 26 septembre en Thalasso à Pornichet et en sont revenus très satisfaits du séjour et des conditions d'accueil.

GRAND TOUR D'ANDALOUSIE 2021



Du 24 mai au 2 juin
Programme très complet avec un guide accompagnateur et des audio-phones.



Le rassemblement solidaire pour les 75 ans de la Sécurité sociale organisé par la fédération LSR du 10 au 17 octobre à Evian a dû être annulé. Un autre évènement se prépare. La **12ème Assemblée générale** se déroulera dans le centre Touristra de l'île de Ré, du 31 mai au 4 juin 2021. Les délégués des 155 associations locales y débattront du bilan des activités, ils adopteront des perspectives pour les trois années à venir et éliront le Conseil d'Administration.



ABONNEMENT

Je m'abonne à «Présence»
1 an pour 5,50

NOM: _____ Prénom: _____
Adresse: _____
Ville: _____

Cheque à l'ordre de LSR72

SIGNATURE

Renseignements et inscriptions
le lundi de 14h30 à 17h30

à la permanence 12 rue Béranger 72000 Le Mans
Téléphone : 02 43 87 79 51- Portable : 06 87 14 09 36