



Les infos de Loisirs et Solidarité des Retraité(e)s

LSR-Muret (Pôle Social)
1, avenue de l'Europe
31600 MURET
Tél. : 05 61 51 44 81

FEVRIER 2022

N°103



EDITO

Les annonces au jour le jour des mesures prises pour contrer le virus... nous excèdent. Nous qui pensons qu'il ne faut pas céder à la panique, restons très prudents et toujours en attente de la « libération » - Libération - c'est la possibilité de nous rencontrer autour d'un café, d'un goûter dont nous avons l'habitude.

Nous en sommes réduits, et je le déplore, à mesurer l'espace entre les chaises chaque fois que nous nous retrouvons à Maïté Anglade par exemple et ce jusqu'à nouvel ordre !

Il en va de même pour ce qui concerne l'organisation de notre Assemblée générale. C'est à mon initiative que nous en reportons la date. Je ne veux prendre aucun risque pour vous tous et moi-même dont j'engage la responsabilité.

Cependant, nous devons continuer à vivre et intégrer le fait que rien ne sera plus comme avant ! Force est de constater que les temps changent : pas en mieux, notamment pour les retraités. Tout augmente sauf nos retraites ! enfin 1 ou 1.5% ! Faut-il encore une fois rappeler que nous sommes des citoyens responsables, actifs, qui ne veulent pas être seulement des spectateurs des évolutions néfastes pour tous.

Ces considérations qui peuvent paraître politiques, je les assume et je souhaite que vous les partagiez. Enfin une note positive : nous continuons malgré les difficultés à vous proposer des moments d'évasion : visites de musées, sorties mensuelles, séance ciné. J'en appelle à tous ceux qui ont la « fibre » associative à nous rejoindre pour nous faire part de leurs idées. Notre association a besoin de forces neuves...

Encore une fois, je vous présente mes meilleurs vœux de bonheur en famille, avec vos amis, et de bonne santé pour 2022.

Carmen



Dans ce numéro

- Edito
- Les retraités de LSR aiment la culture
- En février
- Pêle-mêle

Perez, Monique Perez, Fanou Figuet, Carmen Weber, Gérard Gauci, Rachel Barends, Véronique Simoes, Jean-Marie Crevat, Roger Eychenne, Nadine Stein.

Comité de rédaction et intervenants : Bernard Reveyrolle, Sylvie Reveyrolle, Juan-Maria

LES RETRAITES DE LSR AIMENT LA CULTURE

La culture exprime des valeurs simples, positives et fondamentales, elle nous accompagne dans le « bien-vieillir », éveille la curiosité, l'épanouissement intellectuel. Elle permet l'ouverture au monde, l'envie d'enrichir notre savoir, mais aussi de mieux comprendre ce qui nous entoure. A Muret, cela fait partie de notre principale préoccupation et certains membres nous la font « modestement » partager.

Pourquoi LSR accorde-t-elle une place importante à la culture ? Si la retraite marque la fin de son activité professionnelle, cette période de la vie permet également au retraité de se concentrer sur de nouvelles occupations. La retraite joue à ce titre un rôle décisif puisqu'elle pousse nombre de seniors à découvrir de nouveaux centres d'intérêts : pour les personnes retraitées, c'est l'expérience et la motivation qui sont les moteurs. Et le cerveau a besoin de stimulation et d'entraînement pour qu'il puisse entretenir sa performance. C'est pourquoi la culture tient une place prépondérante dans la vie de la majorité des seniors. En effet, la culture est jugée comme une activité essentielle par près de 90% des personnes âgées.

Comment à LSR la culture est-elle un facteur d'intégration sociale pour les retraités ? C'est l'occasion de s'ouvrir sur le monde, d'enrichir son savoir, de mieux comprendre la vie d'aujourd'hui, de s'épanouir intellectuellement, mais aussi de partager et d'échanger ses expériences. Pratiquer des loisirs culturels est d'abord l'occasion de partager des moments avec ses amis ou ses connaissances. Et ces moments d'échanges, de découverte et de plaisirs partagés améliorent la confiance et diminuent le stress.

Quelles sont les activités culturelles proposées aux adhérents de LSR ? L'association propose des activités diverses et multiples. Un voyage annuel à l'étranger, des sorties mensuelles à la journée à la découverte des trésors de notre région ou des "échappées culturelles" pour visiter des expositions. Les adhérents peuvent participer, tous les vendredis, à des activités culturelles : l'atelier d'écriture "récré à Mots" de Fanou, le café littéraire présenté par Véronique qui reçoit un écrivain et organise un "prix du livre LSR Muret" avec un groupe de lecteurs, les conférences à thème et les films. LSR propose également un atelier chant, un atelier informatique et un groupe de théâtre, un spectacle de fin d'année. C'est dans cet esprit de partage, d'amitié, de solidarité qui caractérise notre association, que l'on vit la culture à LSR Muret.

Véronique



CHARTRE LSR POUR LE DROIT ET LES CONDITIONS D'ACCES A LA CULTURE POUR TOUS LES RETRAITES, extraits.

La culture traverse l'ensemble des activités humaines et s'en nourrit. Ce n'est pas une marchandise, c'est une pratique sociale.

La culture est un élément indispensable au lien entre les hommes, se cultiver, ce n'est pas s'isoler, mais faire bien partager un monde commun.

Elle contribue à faire reculer les racismes, les xénophobies et les oppositions stériles entre générations.

Les retraités revendiquent d'être une composante à part entière de ce patrimoine culturel général que chacun d'eux enrichit de la diversité de son identité, de ses origines, de l'existence qu'il a menée et du parcours professionnel qui a été le sien.

Nul ne peut ignorer leur désir de culture.

Ces aspirations sont souvent contraintes par des raisons économiques. L'accès à des pratiques culturelles coûte cher, trop cher.

CERTAINS MEMBRES NOUS LA FONT MODESTEMENT PARTAGER



Rachel

Pourquoi faire du théâtre ?

Pour maintenir la mémoire, la concentration. C'est aussi un esprit d'équipe, de partage qui exige malgré tout de la rigueur. Découverte de beaux textes, auteurs.....



"Récré à Mots" : Notre atelier d'écriture s'appelle ainsi car on s'y cultive de façon ludique, grâce à des exercices attrayants sur un sujet précis qui, sans en voir l'air, vont accroître nos connaissances en ce domaine... Et comme je vous invite aussi à écrire et lire vos textes, on peut partager les choses de la vie en toute convivialité. Si vous avez envie de faire l'école buissonnière, venez donc vous défouler à nos séances, toujours agrémentées d'un bon goûter : la langue française ! Fanou



Roger

"C'est une illusion de croire qu'une photo est faite avec un appareil... Elles sont faites avec l'œil, le cœur et la tête"— Henri Cartier Bresson

Pour utiliser une voiture, faut-il apprendre la mécanique d'abord ou apprendre à conduire ?

A l'atelier photo LSR, c'est ce que nous appliquons (la culture photographique) : apprendre à voir, analyser des photos de grands photographes ou d'amateurs, apprendre à imaginer la photo que l'on souhaite réaliser, comment la composer, trouver sa place par rapport au sujet à photographier, etc... Tout cela, quel que soit son appareil (professionnel, compact et même téléphone). Nous irons, dès les beaux jours, appliquer dans la rue, ce que nous aurons retenu. Évidemment, il viendra un temps, où, pour passer un cap, il faudra connaître les techniques de son appareil photo, de logiciels d'amélioration de la photo (Lightroom, Photoshop ou leurs équivalents gratuits sur internet) pour réaliser enfin une expo photo au sein de LSR.

Oxygénation, musculation douce, détente... Chanter n'apporte que des bienfaits. Si les effets physiques sont indéniables, d'autres plus subtils, comme un regain de joie et de confiance en soi, sont également au rendez-vous.



Jean Marie

Le cinéma n'est pas seulement une activité récréative ; certes, nous avons besoin de films drôles, émouvants, mélo quand tu nous tiens!! Mais pour moi, le cinéma représente aussi une ouverture sur le monde, à travers les réalisateurs de tous horizons. Ressentir dans une salle obscure que nous partageons les mêmes sentiments, les mêmes valeurs, ça me fait un bien fou! Tout ce qui donne à l'être humain une possibilité de penser, de réfléchir par soi-même, le cinéma nous l'offre.

Je ne me prive pas de ce plaisir que je partage avec mes amis.

Carmen



Quand nous organisons nos sorties mensuelles, nous sommes confrontés aux tarifs exorbitants de certaines visites culturelles. De plus en plus, les municipalités délèguent les prestations de leurs offices de Tourisme à des privés qui prennent leur bénéfice au passage. Nous sommes également tristes de devoir renoncer par exemple à un restaurant (de buffets célèbres) qui ne propose pour les groupes que des menus à 59 € ou 69€ (plus cher pour LSR que le bus, les visites et le repas réunis) ! Ne sont-ils pas au courant du revenu moyen des retraités? Nous ne sommes pas des retraités consommateurs de culture, mais des retraités acteurs, conscients de leur rôle et de leur comportement, nous voulons défendre une qualité de vie, la meilleure pour tous.

Nadine



LES ATELIERS

INFORMATIQUE

. Le principe est simple, chacun vient avec ses problèmes ou ses questions dans le cadre de l'utilisation de son ordinateur, son portable ou sa tablette. N'hésitez pas à venir nous voir aux dates suivantes, dans la salle de réunion du pôle social : **14h30**

Mardi 8 février

Mardi 1er mars

Mardi 12 avril

Mardi 17 mai

Mardi 7 juin



SECTION PHOTOGRAPHIE

Un mardi après-midi par mois Salle de réunion des Associations, le prochain sera exceptionnellement le mercredi 9 février

CHANT

Le chant a été interrompu un moment la salle étant trop petite pour le nombre de participants ! Mais nous reprenons le 24 janvier à la théâtrerie avec une salle plus grande.



Les vendredis de février à Maïté Anglade à 14h30

4 février : Conférence de Mme Diane Masclary : « Les pigeonniers, des sentinelles du passé à l'avenir prometteur »

Véritables bijoux d'architecture, les pigeonniers sont un pan de notre histoire, ils reflètent le savoir-faire des artisans locaux et témoignent d'un passé agricole intense et ancré dans le territoire.

Grâce à la volonté des associations, des collectivités et des particuliers, certains sont sauvés de l'oubli et trouvent une nouvelle vocation.

Diane Masclary, Secrétaire de la Société du Patrimoine du Muretain nourrit, depuis plus de 30 ans, une passion pour les pigeonniers. A travers photos et objets, elle nous emmènera à la découverte de ces édifices architecturaux, fleurons de notre "patrimoine".

NB : A la sortie, vous pourrez emporter une petite surprise gourmande offerte par LSR, à déguster chez vous !

Monique

11 février : récré à mots Salle Paillou

Comme j'ai vu à la Médiathèque de Muret qu'on allait "Poétiser la ville" du 22 janvier au 19 mars en y apportant des textes personnels et, qu'en plus, on pouvait utiliser les mots proposés cette année par la Francophonie, j'ai décidé d'y consacrer cet atelier d'écriture :

- A la maison, écrivez une, deux ou trois phrases avec tout ou partie de ces mots : **kaï, farcer, divulgâcher, tintamarre, pince-moi, saperlipopette, médusé, décalé, ébaubi, époustouflant**. (Définitions à trouver sur Google, Livret Dis-moi dix mots qui (détonnent... ou à me demander : francoise.figuat@free.fr).
- Apportez votre texte ce vendredi-là pour le peaufiner au besoin, le réécrire sur les feuilles cartonnées prévues à cet effet et l'enjoliver (supports et feutres fournis par mes soins).
- En fin de séance, j'irai accrocher nos œuvres à la Médiathèque, avec les volontaires... Comptant sur votre contribution pour ajouter votre touche personnelle à cette exposition collective, je vous dis donc : à bientôt !

Fanou

18 février : après midi poésie salle Paillou

Nous vous proposons de venir réciter ou lire des poésies de votre enfance, avec, si vous le voulez bien, présentation de l'auteur et du contexte. Si vous n'avez pas envie « de passer au tableau » venez quand même pour écouter les autres et peut-être l'envie vous viendra en vous rappelant les jours heureux de votre enfance.

Véronique



25 février : « Faites vos jeux ! »

Nous serons en période de vacances scolaires, alors, retrouvons notre âme d'enfant et jouons !

Nous vous invitons à un après-midi « jeux de société » pour passer un bon moment ludique et convivial. Pour cela, apportez vos jeux et faites-nous partager vos passions ou vos découvertes !



Monique

Pèle Mêle

Exposition : jeudi 03 février à 15H00 Musée Paul Dupuy

Arts de l'Islam, un passé pour un présent

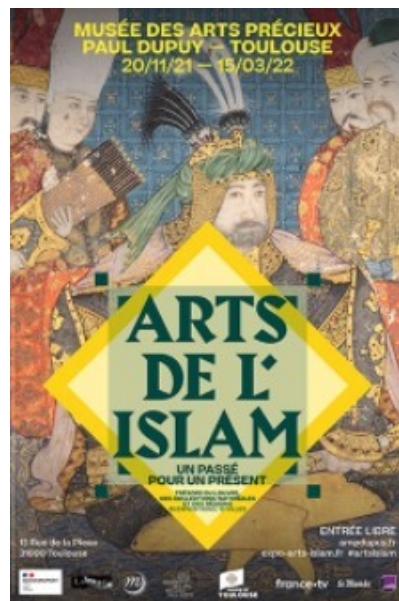
Par la Réunion des musées nationaux - Grand Palais et le musée du Louvre

Au Musée des Arts Précieux, Paul-Dupuy, Toulouse, comme dans chacun des 18 lieux accueillant cette manifestation, 10 œuvres, à la fois historiques et contemporaines, issues du département des Arts de l'Islam du musée du Louvre et de collections nationales et régionales, incarnent la richesse des cultures de l'Islam et leur inscription dans l'histoire de France depuis plus de 1300 ans.

La capitale occitane est au cœur d'une histoire particulière avec le monde islamique. La proximité, au-delà des Pyrénées, de cette zone de contact direct avec l'Espagne musulmane au Moyen-Age, a visiblement déterminé la densité régionale d'un patrimoine islamique médiéval méditerranéen.

Certains trésors sont présents dans l'exposition.

Les prêts du musée du Louvre et du musée de l'Armée permettent de montrer des chefs-d'œuvre de l'Iran médiéval, de la Turquie ottomane.



He oui, COVID oblige, nous n'avons pas eu droit à la galette des rois à LSR cette année !

Mais au fait, connaissez-vous l'origine de la galette des rois ? Elle existe depuis les fêtes romaines (les saturnales) durant lesquelles les romains désignaient un esclave comme "roi d'un jour" grâce à des parts de galette distribuées d'une manière aléatoire par le plus jeune qui se plaçait sous la table... rien n'a changé hormis le fait qu'on a laissé à nos enfants et petits-enfants le soin d'aller sous la table!

Chaque région de France a sa galette : la fouace en Aveyron, le gâteau des rois en Provence, gâteau des rois Occitan (avec crème pâtissière et fruits confits), gâteau des rois du Béarn (garfou), galette des rois bretonne (comme le gâteau breton), la couronne bordelaise (brioche) et la plus connue la galette dite "parisienne" à la frangipane... il y en a vraiment pour tous les goûts ! Bonne dégustation quand même !

Sylvie



Séjours BSV 2022

Lieux	Partenaires	Places	Dates
Vaison la Romaine (84)	LEO LAGRANGE	40	23 au 29 Avril 2022
Luz St Sauveur (65)	CEVEO	50	6 au 13 Mai 2022
Samoëns (74)	AEC	50	8 au 15 Mai 2022
Ile d'Oléron (17)	ULVF	50	9 au 16 Mai 2022
St Pierre la mer (11)	MILEADE	50	21 au 28 Mai 2022
Barcarès (66)	VVF	40	04 au 11 Juin 2022
Ramatuelle (83)	TOURISTRA	50	11 au 18 Juin 2022
Digne (04)	Vacances au soleil	50	11 au 18 Juin 2022
Longeville (85)	AZUREVA	50	12 au 19 Juin 2022
Barcarès (66)	VVF	40	18 au 25 Juin 2022
Argeles sur mer (66)	AZUREVA	50	19 au 26 Juin 2022
La Palmyre (17)	TOURISTRA	50	10 au 17 Septembre 2022
Fleury (11)	ULVF	50	8 au 15 Octobre 2022
Les Issambres (83)	MILEADE	50	15 au 22 Octobre 2022
Trebeurden			4 au 11 septembre
Kaysersberg			18 au 25 septembre