



Bulletin d'information d'Avril 2026

# Loisirs Solidarité des Retraités

N°134

LSR Muret 3, Rue, Jean Baptiste Lartigues 31600 Muret



## Edito: Retraités : pour une égalité d'accès à la culture

Parler des retraités, aujourd'hui, ne peut plus se limiter à une approche comptable ou démographique.

Nous sommes des citoyens à part entière, pleinement engagés dans la vie de la cité. Par notre implication dans le tissu associatif, par le bénévolat, par notre présence active dans de nombreuses initiatives locales, nous contribuons chaque jour à la cohésion sociale. Cette réalité est connue. Elle est souvent saluée. Mais elle reste insuffisamment traduite dans les faits.

Nous ne demandons pas un traitement de faveur. Nous demandons que la collectivité prenne acte de notre rôle et en tire les conséquences, notamment en matière d'accès à la culture et aux loisirs.

Concerts, opéras, musées, spectacles : ces activités ne relèvent pas du superflu. Elles participent pleinement à la qualité de vie, au maintien du lien social et à l'épanouissement personnel. Elles prennent d'ailleurs une importance particulière au moment de la retraite, lorsque le temps libéré permet enfin de s'y consacrer.

Or, dans un contexte général de hausse des prix, ces activités deviennent de moins en moins accessibles.

Si des dispositifs tarifaires existent — et ils sont légitimes — en faveur des jeunes, des étudiants ou des publics scolaires, les retraités restent trop souvent absents de ces politiques. Cette absence interroge. Pourquoi l'accès facilité à la culture serait-il pensé pour certains âges de la vie et pas pour d'autres ? Pourquoi ne pas inclure les retraités dans ces dispositifs, au nom d'un principe simple d'équité ?

D'autant que la situation économique des retraités est loin d'être homogène. De nombreux foyers disposent de ressources modestes. Les femmes seules, en particulier, sont nombreuses à percevoir des pensions inférieures à 1 000 euros, conséquence de carrières interrompues, fragmentées ou à temps partiel. Pour elles, l'accès aux loisirs culturels devient rapidement un luxe.

Il ne s'agit pas ici de revendiquer un privilège, mais de corriger une inégalité. Permettre aux retraités d'accéder plus facilement à la culture, c'est reconnaître leur contribution à la société, mais aussi favoriser leur participation continue à la vie collective.

Une société équilibrée est une société qui n'exclut aucune génération de ses espaces culturels.

## Avril 2026

**1er avril** – Poisson d'avril

**5 avril** – Pâques

**6 avril** – Lundi de Pâques

**7 avril** – Journée mondiale de la santé

**12 avril** – Marathon de Paris

**15 avril** – Journée mondiale de l'art

**23 avril** – Journée mondiale du livre

**28 avril** – Journée mondiale de la sécurité et de la santé au travail

**30 avril** – Foire de Paris

## Infos Secrétariat

Ouvert le lundi de 14h à 16h

Tél: 05.61.51.44.81

Portable: 06 66 12 18 47

sur lequel vous pouvez laisser un message vocal, qui sera consulté le lundi après-midi suivant votre appel.

Mail: [lsrmuret31@gmail.com](mailto:lsrmuret31@gmail.com)

où vous pouvez nous écrire pour une réponse rapide.

## Comité de rédaction

René Crambes

Maurice Biard

Colette Cazajus

Isabelle Bailly

Roger Eychenne



## ACTIVITÉS DANS NOTRE SALLE (3 RUE JB ARTIGUES) ET SORTIES

Permanences dans notre salle: Lundi 6 (reporté au mardi 7), 13 20 et 27 Avril

- Vendredi 3 Avril: jeux de société
  - Mardi 7 Avril : Atelier informatique à 14h 30 dans notre salle
  - Mercredi 8 Avril: Atelier Généalogie par Benoît Durand 14h
  - Vendredi 10 Avril: Salle Maïte Anglade: Récré à mots
  - Mardi 14 Avril : Formation IA (de 10h à 11h30 Groupe 1 et de 14h30 à 16h Groupe 2)
  - Jeudi 16 Avril: « Balade en pays de l'Aurignacien » proposée par Claudette, Gisèle et Jacques.
  - Vendredi 17 Avril : repos
  - Samedi 18 : vide dressing dans la salle Maïte Anglade.
  - Mardi 21 Avril : Formation IA (de 10h à 11h30 Groupe 1 et de 14h30 à 16h Groupe 2)
  - Mercredi 22 Avril : Atelier Photo à 14h dans notre salle.
  - Mercredi 22 Avril : Petites escapades.
  - Vendredi 24 Avril « Autour des livres » avec Bertrand Touzet pour son livre « L'or du Vallespir »
  - Mardi 28 Avril: Formation IA (de 10h à 11h30 Groupe 1 et de 14h30 à 16h Groupe 2)
- Tous les mardis de 10h à 12h : atelier Théâtre à la Maison des Associations par Rachel Barends  
Tous les jeudis après-midi : atelier Patchwork dans notre salle par Marie-Therese Prats  
Tous les lundis de 16h à 17h 30 atelier chant à la salle Nelson Paillou par Jean Marie Crevat



## ASSOCIATIONS LSR D'OCCITANIE

Bourse du Travail - 15 rue Voltaire - 11000 CARCASSONNE

[alain-job@orange.fr](mailto:alain-job@orange.fr) 06 80 67 55 21 - [lsr.aude.11@gmail.com](mailto:lsr.aude.11@gmail.com)



Dessin de P. Corneloup

**" Les CONQUÊTES SOCIALES, on les a GAGNÉES, on veut les GARDER !**

Thème de la 14ème RENCONTRE CULTURE et LOISIRS SOLIDAIRES  
des LSR OCCITANIE



30 JUIN et 1er JUILLET 2026 à PORT-LEUCATE

Les rencontres Inter Lsr d'Occitanie auront lieu

**le mardi 30 juin et mercredi 1er juillet 2026 à Port Leucate.**

**Le prix des deux journées est de 100€**

**Les inscriptions se feront à la permanence à partir du lundi 16 mars**

## Jeudi 16 avril: BALADE AU PAYS DE L 'AURIGNACIEN

Venez découvrir le charmant village d'Aurignac en Haute Garonne, mondialement connu pour avoir donné son nom à l'Aurignacien, la première culture du Paléolithique supérieur en Europe datant d'environ 43 000 à 33 000 avant JC

Le site archéologique de la grotte d'Aurignac où furent trouvés des outils en silex, des objets en os et ivoire et des témoignages d'art pariétal, a été découvert en 1852.

Le Musée de l'Aurignacien offre une immersion fascinante dans cette période cruciale de la préhistoire, présentant les découvertes et expliquant le mode de vie de ces premiers "hommes modernes".

Au-delà de sa renommée préhistorique, Aurignac est un village pittoresque perché sur une colline ; on y découvre des ruelles médiévales, son église romane du XIII<sup>e</sup> et son donjon, vestige d'un château féodal offrant un panorama à 360° qui embrasse les coteaux du piémont pyrénéen et les sommets dépassant les 3000 m.

Le prix de la sortie: 45€ ou 35€ pour ceux et celles bénéficiant de la solidarité.

Inscription à partir de lundi 23 mars 2026 à la permanence

Contact: GISELE : 06 25 24 01 51 et CLAUDETTE : 06 79 41 49 25



## **Samedi 18 avril: Vestiaire solidaire : le retour !**

Comme l'an dernier, nous organiserons un vide-dressing ouvert au public le samedi 18 avril prochain, salle Maité Anglade, grâce aux vêtements fournis par les adhérents :

**"Tu ne le portes plus, donne-le !".**

Les affaires doivent être apportées par les donateurs le jour même, de 10h à 13 h. Les absents à cette date pourront nous les faire parvenir par une autre personne ou les porter au local, à la permanence du lundi 13.

- Les habits doivent être lavés et en bon état : ni tachés, troués ou trop usés.
- Pour les accessoires (sacs et chaussures surtout), l'excellent état est requis.
- Les vêtements des quatre saisons sont acceptés, pour Homme et Femme.

Regrouper les dons par sexe et catégorie : hauts, pantalons, robes-jupes, pulls, sport, vestes, blousons, accessoires... pour faciliter leur mise en place.

- Essayage possible avec miroir.
- Paiement en liquide ou par CB.
- Portage des invendus aux associations caritatives de notre choix.

Nous comptons sur votre participation pour approvisionner cette braderie et surtout venir acheter de belles choses en toute simplicité, le matin avant l'ouverture au public ou l'après-midi, au bénéfice de l'Association, bien sûr !  
Le Bureau

PS : Si vous voulez aider à la mise en place ou à la vente, merci de contacter Babeth (06.95.02.57.45) ou Fanou (06.04.19.57.17)



*Venez dénicher des vêtements Homme-Femme  
en toute simplicité et convivialité, à partir de 1 € !*



## Ciné goûter du vendredi 13 mars:

### Frissons et gourmandises : LSR au Cinéma VEO

Les adhérents du club LSR se sont retrouvés en nombre au cinéma VEO pour une nouvelle édition du très prisé "Ciné Goûter". L'affiche du jour, *Le Crime du 3e étage*, promettait une immersion dans les méandres du film noir classique, et le moins que l'on puisse dire, c'est que le contrat a été rempli. Une intrigue entre ombre et lumière: Le film se distingue par une mise en scène soignée, rendant hommage aux maîtres du suspense. L'intrigue, centrée sur une découverte macabre dans un immeuble bourgeois, s'appuie sur une atmosphère pesante où chaque voisin devient un suspect potentiel. L'analyse de l'œuvre révèle une critique acerbe de l'indifférence urbaine : le "3e étage" devient le théâtre d'un huis clos psychologique où les non-dits pèsent plus lourd que les preuves.

Un hommage vibrant à Hitchcock lui a été rendu dès les premières minutes tant l'influence du maître du suspense était évidente. Le réalisateur multiplie les clins d'œil à **Alfred Hitchcock**, notamment à travers l'usage de la contre-plongée et d'un montage serré qui fait grimper la tension. On y retrouve l'essence de *Fenêtre sur cour* : cette obsession du regard et ce sentiment de paranoïa qui s'installe dans un espace restreint. La musique, souligne chaque mouvement de caméra avec une précision chirurgicale, transformant un simple escalier en un lieu de pur effroi.

Le succès du film repose également sur une distribution impeccable. Laetitia Casta livre une performance tout en retenue, rappelant les "blondes hitchcockiennes" par sa froideur apparente dissimulant une fragilité émouvante. Face à elle, Gilles Lellouche apporte une ambiguïté troublante, rendant chaque dialogue suspect.

Si certains ont regretté quelques longueurs dans le deuxième acte, la performance des acteurs a fait l'unanimité. La photographie, jouant habilement sur les clairs-obscurs, renforce le sentiment de claustrophobie. La résolution finale, bien que complexe, a offert un dénouement à la hauteur des attentes, laissant les spectateurs haletants jusqu'au générique de fin.

Comme à l'accoutumée, la projection a été suivie d'un moment d'échange autour d'un goûter convivial. Entre deux pâtisseries, les débats sont allés bon train pour décortiquer les indices du film. Une belle réussite qui confirme que le cinéma est avant tout un plaisir qui se partage.

Roger (après un premier jet de l'IA)



## Rencontre avec Céline Zufferey dans le cadre du Prix du Jeune Ecrivain

Après un bachelor en littérature française et anthropologie sociale, Céline Zufferey obtient un master à la Haute Ecole des arts de Berne.

Plusieurs de ses nouvelles ont été publiées dans des recueils et elle a été lauréate en 2014 et 2015 du Prix du Jeune Ecrivain.

Elle est venue nous présenter "Maxence", son troisième livre.

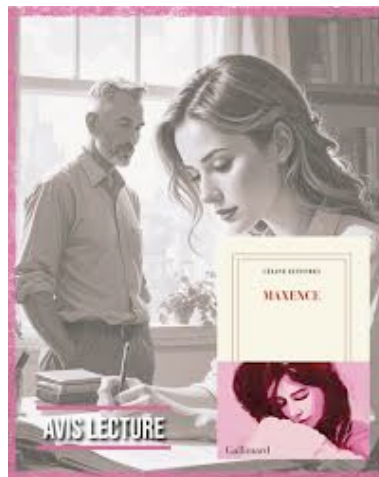
Maxence est le livre d'une jeune femme qui, face à l'inéluctable, écrit pour retenir son bonheur.

A 32 ans, la narratrice, en couple depuis douze ans avec son mari Maxence âgé de 55 ans, s'inquiète de leur différence d'âge et tente de pallier sa mémoire défaillante en posant sur le papier leur vie à deux. Quand elle lui confie son projet, Maxence lui conseille de tout noter sans exception. Au fil des pages, elle décrit l'homme qu'elle aime afin de figer leur bonheur.

Nous vous attendons nombreux pour accueillir, participer et écouter Céline Zufferey nous parler de son livre.

La rencontre s'est terminée par le pot de l'amitié.

Isabelle





## *Dans le Rétro*

### **Jeudi 12 mars: Une journée gourmande et culturelle réussie**

59 adhérents ont pris part à une sortie aussi enrichissante que conviviale.

Direction Les Moulins de Perrine pour débiter la journée : une visite guidée passionnante autour de la fabrication de la farine, de la production d'huile de colza et de tournesol, et de la boulangerie artisanale sur place.

À midi, halte gourmande au Restaurant de la Poste, où la qualité des plats a fait l'unanimité.

L'après-midi s'est poursuivi à Musée du Bois et de la Marqueterie, avec une immersion dans l'univers du bois et de la marqueterie, savoir-faire emblématique de la région.

Entre découvertes, échanges et bonne humeur, cette journée restera un excellent souvenir pour tous, avant un retour vers Muret aux alentours de 17h.



## 6 & 7 mars: JOURNÉE DES DROITS DES FEMMES À LSR

A l'occasion de la Journée des Droits des femmes, l'atelier théâtre de LSR a présenté en public, sous la forme de lectures théâtralisées, six femmes courageuses, déterminées, investies, pionnières.

### Trois femmes Prix Nobel de la Paix : (3 premières photos)

Leymah GBOWEE en 2011 pour son action en faveur de la paix au Libéria.

Narges MOHAMMADI en 2023, opposante iranienne encore incarcérée dans les sinistres prisons d'Iran.

Malala YOUSAFZAÏ en 2014, récipiendaire à 17 ans pour son action au Pakistan pour l'émancipation et l'éducation des filles.

### Trois femmes aviatrices :(3 dernières photos)

Adrienne BOLLAND pour sa traversée épique de la Cordillère des Andes en 4 heures15.

Jacqueline AURIOL pour ses nombreux records malgré un très grave accident.

Béatrice VIALLE seule femme à avoir piloté le Concorde.

Toutes se sont donné des défis à relever et pourraient servir de modèles aux petites filles qui veulent réaliser leurs rêves !

Les membres de l'atelier ont eu grand plaisir à écrire et à présenter toutes ces belles histoires de femmes remarquables.

L'atelier théâtre





L'Association Solidarité Bouchons 31 récupère vos **BOUCHONS** plastiques et lièges pour aider les personnes en situation de handicap.

**Vendredi 20 Mars à 14h 30**

**salle Maïthé Anglade**

**Conférence avec Mme Danièle Huc  
Présidente de l'association**

**Danièle Huc a expliqué le fonctionnement de cette association reconnue d'intérêt général, quels types de bouchons sont collectés, triés pour être vendus, transformés et quels sont les buts de cette collecte.**

**Depuis 2002, 1053 tonnes de bouchons ont été collectés, 88 camions les ont transportés. Une collecte de 207 595 euros de dons ont permis de réaliser de nombreuses actions de solidarité.**

## Compte-rendu Atelier Généalogie LSR du 04/03/2026

Participation : 7 présents.

Après une petite introduction à l'adresse de nouveaux participants, il a été fait une présentation de la numérotation dite SOSA des ancêtres pour permettre de structurer les recherches et de classer les actes trouvés.

Pour cela les planches préparées pour l'exposé du 18/11/2022 ont été présentées.

Des fiches individuelles de relevés et un arbre vierge 5 générations ont été fournis

Comme convenus vous trouverez ces documents sous forme numériques en pièces jointes.

On a ensuite fait une recherche préliminaire sur un cas particulier proposé par une participante.

Benoît Durand

