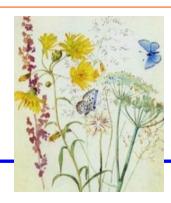


# Les infos de Loisirs Solidarité des Retraité(e)s

LSR-Muret (Pôle Social) 1, avenue de l'Europe 31600 MURET Tél.: 05 61 51 44 81 Site: www.lsr-muret31.org

Juillet - Août 2023 N°118



### Edito:

La belle saison est arrivée!

Certains d'entre-nous sont déjà partis en vacances. D'autres les vivent actuellement et patience pour les derniers, elles arrivent !

Pour ceux qui, malheureusement n'en profiteront pas, sachez que certains dispositifs existent. Je pense notamment à BSV( Bourse Solidarité Vacances ) et SEV ( Seniors en Vacances ) qui permettent de partir huit jours en pension complète à des tarifs très intéressants.

Venez vous informer à la permanence du lundi après-midi.

Cette année, 103 adhérents sont partis, ou partiront pour certains, huit jours tous dispositifs confondus à l'Île d'Oléron, Trébeurden, Piriac sur Mer, Eygurande et Prague.

45 sont partis deux jours au Cap d'Agde avec Inter LSR Occitanie et 420 auront apprécié la journée des sorties mensuelles.

Pour celles et ceux qui seront dans le Muretain, un pique-nique sera organisé, si le temps le permet, en juillet et en août.

En attendant, rendez-vous au forum des Associations le dimanche 3 septembre salle Horizon.

René



### Dans ce numéro

- Edito
- Un article sur le démarchage intempestif?
- Petit coup d'œil dans le rétro
- Pèle mêle

Comité de rédaction et intervenants : Sylvie Reveyrolle, Bernard Reveyrolle, Gérard Gauci, Roger Eychenne, Fanou Figuet, René Crambes, Georges Petitgras, IA. Nadine Stein.

## Un article sur le démarchage intempestif?

Vous pensez bien que ça me branche! Alors vite, je consulte les sites officiels sur le sujet : voici ce qu'en dit https://www.service-public.fr > particuliers > vosdroits > F33267

En couleur bleue le texte issu du site, en noir mes commentaires :

On parle de démarchage téléphonique abusif lorsque vous recevez des appels téléphoniques (Vocaux ou SMS) commerciaux non désirés.

Par exemple, une entreprise vous appelle pour vous vendre un abonnement téléphonique ou vous faire réaliser des travaux pour réduire la consommation énergétique de votre logement.

Si on vous « incite » à rappeler un numéro surtaxé, il s'agit d'un spam vocal. (La technique consiste à vous sonner et raccrocher immédiatement. Vous êtes tenté de « faire rappel » ? Surtout pas : le numéro est « surtaxé » et vous allez payer une surtaxe via votre opérateur.

Depuis le 1er mars 2023, le démarchage téléphonique est autorisé uniquement du lundi au vendredi, de 10 heures à 13 heures et de 14 heures à 20 heures. Il est, en revanche, interdit le samedi, le dimanche et les jours fériés.

Bla bla bla, on vous incite, dans les paragraphes qui suivent à vous inscrire sur BLOCTEL.

Vous croyez être protégés ? Comme moi vous vous êtes inscrit à BLOCTEL ? BLOCTEL comme « bloque ton téléphone » contre les appels indésirables ...

En fait, très vite les pros ont contourné l'obstacle : « ce n'est pas une démarche commerciale, mon bon monsieur, non c'est une étude (un sondage, une information, tout sauf du commerce!) » et voilà pourquoi Bloctel ne sert à rien.

Plus loin dans mes recherches je suis tombé sur un site qui donne 6 conseils pour repousser l'ennemi :

- 1. Ne raccrochez pas immédiatement (en effet ça sonnera plus tard)
- 2. Ne lancez pas la conversation (ils n'attendent que ça pour vous noyer sous un déluge d'arguments)
- 3. Ne vous énervez pas (c'est pas bon pour la santé!)
- 4. Ne raccrochez pas en plein milieu d'une phrase (ils vont rappeler ...)
- 5. Ne dites pas: « rappelez moi plus tard »(ils vont rappeler ...)
- 6. METTEZ FIN À LA CONVERSATION POUR DE BON

Ils sont amusants.

Les 5 premiers sont pleins de bon sens, le sixième manque de précision !

Oui certes il faut y mettre fin, mais COMMENT?

Je vais vous donner mes astuces et les « ficelles » que j'utilise. A vous d'en faire bon usage et même d'en inventer de nouvelles !

- J'écoute poliment et tout à coup, d'une voix un peu chevrotante je leur lâche : « Oui, mais non : mon tuteur il ne veut pas que je décide des trucs comme ça ... ». Et là c'est normalement efficace : obtenir un accord d'une personne sous Tutelle (ou en curatelle) est illégal et même sanctionné lourdement au pénal ...
- Parfois je réponds « La maison n'est plus tout à fait à moi, on l'a cédée partiellement aux enfants en SCI, vous comprenez, alors c'est plus moi qui décide ... », là encore c'est compliqué et ce sont eux qui raccrochent en général. Car ils travaillent sur des listes plutôt bien renseignées. Et on ne doit pas trop s'éloigner de la vérité si on veut être « pris au sérieux » et rayé de leurs listes.
- Il m'est arrivé de prendre un accent espagnol (pardon Juan, je ne me moque pas!) et de dire « yé souis la bonne Espagnole », mais c'est inefficace : ils rappellent plus tard !

Si c'était bon POUR VOUS, il y a longtemps que vous l'auriez fait : les conseils des enfants, des copains, des voisins même, sont plus précieux que ceux qui vous appellent parce que c'est BON .



## PETIT COUP D'ŒIL DANS LE RETRO













Souvenirs du jeudi 11 mai sortie au gouffre de Cabrespine et à l'abbaye de Caunes

## Vestiaire Solidaire du 2 juin

Si notre objectif financier a été atteint, on peut dire aussi qu'on a fait des heureux avec nos habits à petits prix, parmi les Muretains disponibles pour chiner en ce vendredi après-midi, et les adhérents adeptes de la seconde main.

La clé de notre réussite ? Une équipe pleine d'entrain pour installer la salle, disposer les vêtements sur les tables et les portants, accueillir et conseiller la clientèle, contrôler l'essayage, tenir la caisse... en toute simplicité et convivialité!

Après l'effort, le réconfort grâce aux boissons fraîches apportées par notre président, avant la répartition des invendus dans des sacs destinés aux associations caritatives de notre choix.

Bravo et merci à tous ! Babeth et Fanou.!



### La Paix au cœur de la Rencontre Solidaire des LSR d'Occitanie

Les 24 et 25 Mai 2023, 230 adhérents ont été bien accueillis au village vacances CCAS du Cap d'Agde, au bord de la grande bleue, pour 2 jours de Rencontre Solidaire sur le thème de la Paix ! 1er jour, voyage dans le temps avec la découverte du centre historique d'Agde.

Guerre et Paix vont souvent ensemble : à propos de la guerre civile d'Espagne et de la Retirada en 1939, Georges Chaluleau, au cours d'une balade littéraire près de la mer et des pierres volcaniques, a évoqué ce « Camp oublié des espagnoles à Couiza Montazels » en lisant des passages de son livre où 600 femmes et enfants qui avaient traversé les Pyrénées, ont été enfermées dans une chapellerie, sur le sol, pendant 1 an, alors qu'elles pensaient que la France était une terre d'accueil et de paix !



Puis le spectacle de Jean-Pierre LAURANT et son orgue de Barberie, avec des chansons sur le thème de « La LIBERTE » : Mouloudji, Brel, Brassens, Reggiani, Moustaki.et ses propres compositions. Il était accompagné par Jean-Sébastien BRESSY pianiste, auteur, compositeur de très grand talent.

2ème jour : conférence et débat sur « La PAIX » avec Martial Passi secrétaire national du « Mouvement de la paix ». L'actualité en Europe et dans le monde où on recense 56 conflits mérite de souligner les missions et les priorités contre les guerres, pour la justice sociale et le vivre en paix partout. L'histoire et les différentes facettes des actions du mouvement pour la Paix nous ont été éclairées et ont donné envie d'être engagés pour la Paix.

Avant l'apéro, petits conseils de santé avec l'intervention de la diététicienne Laure Hirtz, proposée par la MACIF. De l'eau et des fibres!

L'après-midi, pas de sieste! Bruno PERREN guitariste, accompagné par Antoine OÑA, contrebassiste de grand talent, chante les deux compères: Georges BRASSENS et Boby LAPOINTE. On a pu entendre, entre autres, la célèbre chanson de Brassens « Mourir pour des idées », d'accord mais de mort lente" et plein de calembours et jeux de mots de Boby Lapointe, avec « Ta Katie t'a quitté » où Bruno Perren a montré que sa langue ne fourchait pas!

La solidarité a été jouée à fond, avec la vente importante de billets de soutien à la rencontre, avec la subvention de l'ANCV, avec les lots de nos partenaires du Tourisme Social en séjours divers, avec les lots apportés par les LSR d'Occitanie, avec la MACIF, avec tous les bénévoles qui se sont fortement impliqués pour que cette rencontre soit agréable et réussie! Le tirage de la tombola a terminé cette rencontre très solidaire!

Maintenant, comme nous a dit Martial Passi en fin de conférence, « je vous fiche la paix »!

Lucette LSR Aude



## **Pèle Mêle**

### Vide-Grenier du dimanche 2 juillet à la Base St Marcet, de 8h à 18 h.

Notre stand (de 15m de long!) attend votre visite et votre active participation: en nous aidant à vendre et mettre en ordre (le matin ou l'après-midi) la multitude d'objets récoltés par notre gent masculine, en nous achetant de belles choses à petits prix car il y a vraiment de bonnes affaires à faire...

Alors, à bientôt avec votre famille ou vos amis, pour réussir tous ensemble ce vide-grenier au niveau de la recette et exprimer notre convivialité habituelle sous la bannière LSR-Muret! Babeth et Fanou

Les activités de LSR se termineront cette année le vendredi 30 juin par une prestation de notre atelier chant.

Pendant l'été nous maintiendrons les permanences du lundi et organiserons comme les autres années deux pique-niques, un en juillet et l'autre en août.

Le premier est d'ores et déjà programmé le 20 juillet 2023 à Sainte-Croix-Volvestre, si les conditions météo nous le permettent bien évidemment.

Les conditions d'organisation seront les mêmes : co-voiturage prévu, chacun amène son équipement et son repas, LSR offrant l'apéritif.

Ces pique-niques sont un lieu d'échange convivial, l'après-midi permettant à chacun de s'occuper à sa guise : jeux de société, cartes, pétanque, et même baignade pour certains (la baignade est surveillée par un maître-nageur).

Réservez votre journée dès maintenant.

Sylvie

Le voyage que nous avons fait à Prague était une expérience incroyable!

Lorsque nous sommes arrivés à Prague, nous avons été immédiatement séduits par son architecture magnifique et son atmosphère médiévale. Nous avons commencé les visites par le célèbre pont Charles qui enjambe la rivière VItava. Les vues depuis le pont étaient à couper le souffle, avec les tours du château de Prague se dressant majestueusement à l'horizon.







Nous avons également profité de l'occasion pour visiter la vieille ville de Prague. Ses ruelles pavées et ses bâtiments colorés créaient une atmosphère charmante. La place de la vieille ville avec son horloge astronomique était un autre incontournable. Nous avons attendu avec impatience l'heure où l'horloge s'est animée pour voir les figurines mécaniques en mouvement. A quelques pas de là, les stèles penchées du cimetière juif nous ont témoigné l'importance de cette communauté *sur* l'histoire de la ville.











Enfin, nous ne pouvions pas quitter Prague sans visiter le musée du communisme, aller au mur en hommage à John Lennon, voir l'immeuble dansant, la tour poudrière, la maison de la municipalité, admirer un ballet ...









Dans l'ensemble, notre voyage à Prague a été une expérience inoubliable. L'architecture époustouflante, l'histoire riche et la culture vibrante de cette ville en font une destination vraiment captivante.