



LSR Muret 3, Rue, Jean Baptiste Lartigues 31600 Muret



Karaoké, un atelier plébiscité.

**Edito:** par René Crambes

Depuis toujours, notre association repose sur une force essentielle : l'engagement de ses bénévoles. Grâce à vous, à votre énergie, à vos compétences et au temps que vous consacrez à la vie collective, LOISIRS ET SOLIDARITÉ DES RETRAITES avance, s'adapte et s'enrichit. Le bénévolat est le cœur battant de tout ce que nous entreprenons. L'équipe dirigeante, en place depuis plusieurs années, pense à l'avenir.

Aujourd'hui plus que jamais, cette dynamique mérite d'être renforcée. Pour continuer à imaginer, proposer et construire ensemble, nous avons besoin de nouvelles volontés au sein de nos instances et de nos commissions. Rejoindre l'équipe dirigeante ou participer à une commission, c'est bien plus qu'assister à des réunions : c'est prendre part aux décisions qui orientent l'avenir de l'association, c'est apporter son regard, partager ses idées et contribuer à un projet commun dans un cadre bienveillant et collaboratif.

Pas besoin d'être expert. Ce qui compte avant tout, c'est l'envie de s'impliquer et de faire avancer les choses. Chaque compétence compte, chaque expérience est utile, chaque bonne volonté trouve sa place.

Si vous souhaitez mieux comprendre le fonctionnement de nos commissions ou simplement échanger sur la manière dont vous pourriez participer, n'hésitez pas à venir vers nous. Nous serons ravis de vous accueillir, de répondre à vos questions et de construire avec vous les projets de demain.

Merci à toutes et à tous pour votre engagement et votre confiance. Ensemble, continuons à faire vivre et surtout progresser les qualités de LSR Muret que sont la solidarité, la convivialité et la nécessité de maintenir un niveau de vie correct pour les retraités.

En attendant, je vous souhaite de passer de bonnes fêtes de fin d'année !

« Quand je cesserais de m'indigner, j'aurai commencé ma vieillesse » André Gide

**Décembre 2025**

**2 décembre** : Journée mondiale pour l'Abolition de l'Esclavage.

**3 décembre** : Journée internationale pour les Personnes Handicapées.

**2 au 3 décembre** : Téléthon

**5 décembre** : Journée mondiale du bénévolat

**6 décembre** : Saint Nicolas

**9 décembre** : Journée nationale de la laïcité

**10 décembre** : Journée Mondiale des Droits de l'Homme

**12 décembre** : Journée mondiale du chant chorale

**20 décembre** : Journée internationale de la solidarité

25 décembre : Joyeux Noël !

31 décembre : Bonne année !

**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



# Agenda

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

Permanences dans notre salle: Lundi 1, 8, 15, 22 et 29 Décembre

- Mardi 2 décembre : Atelier informatique à 14h 30 dans notre salle
- Jeudi 4 décembre: Réunion C.A. à 9h 30 dans notre salle (ordre du jour envoyé aux intéressés)
- Vendredi 5 décembre: Maïté Anglade Expo photos déplacée à la Maison des Associations
- Dimanche 7 décembre : Concert de Noel au Capitole pour les personnes inscrites
- Mardi 9 décembre : Randonnée à Montaut
- Mardi 9 décembre : Petites escapades "Archives Départementales »
- Jeudi 11 décembre: réunion de la commission Maïthé Anglade à 9h30 dans notre salle
- Vendredi 12 décembre : à Maïté Anglade: Récré à Mots par Fanou
- Mardi 16 décembre : Randonnée à Clermont le Fort
- Mercredi 17 décembre : Atelier Photo à 14h dans notre salle
- Jeudi 18 décembre : Balade à Longages
- Vendredi 19 décembre : LSR fête Noël - animation + goûter
- Mercredi 31 décembre • Réveillon Solidaire dans notre salle

Tous les lundis de 16h à 17h 30 atelier chant à la salle Nelson Paillou par Jean Marie Crevat

Tous les mardis de 10h à 12h : atelier Théâtre a la Maison des Associations par Rachel Barends

Tous les jeudis après-midi : atelier Patchwork dans notre salle par Marie-Therese Prats

### ATTENTION:

**PAS D ACTIVITE A MAITE ANGLADE LES VENDREDIS 26 DECEMBRE ET VENDREDI 2 JANVIER 2026**



Montaut



Clermont le fort



Archives départementales



Idées de sorties en décembre

Agenda (suite)

**Conférence : Rendez-vous au musée,  
"Clément Ader intime"**

Le 6 Décembre 2025 à 16:00h  
Par Christophe Marquez, directeur du Musée  
Clément Ader et les Grands Hommes  
Gratuit - Nombre de places limitées – sur  
inscription.  
Tél. : 05 61 51 91 40



Musée Clément Ader et les Grands Hommes

**FESTIVAL DU FILM  
DE RANDO  
HISTOIRES &  
CRAPAHUTES**

SAISON 2 - AUTOMNE 2025



MURET  
CINÉMA VÉO  
07 DÉCEMBRE 2025  
18h10



ANIMÉ PAR UN  
RÉALISATEUR



[www.histoirescrapahutes.com](http://www.histoirescrapahutes.com)

Vous avez aimé les chansons de Boris Vian allez voir:  
*Boris Vian, la vie Jazz*

**à la médiathèque de Muret**

En partenariat avec le Prix du Jeune Ecrivain. Soirée cinéma + lectures et chansons. Rencontre littérature avec le PJE, pour en savoir plus sur un auteur : Boris Vian. Un documentaire de 55 minutes pour retracer la vie et la carrière de cet homme, boulimique de la vie, de l'écriture et de la musique. Une soirée à part pour un génie à part. Avec des chansons ( il en a écrit plus de 500) et des lectures à haute voix.

4 décembre à 18h30 Durée : 1h30 - Entrée libre.



Le marché de Noël sur les allées Niel

## Commission SEV:

Le vendredi 31 octobre, à l'occasion de la fête de l'Automne, les membres de la commission séniors en vacances (SEV) ont présenté succinctement le séjour "Le Poitou médiéval".

Ce séjour aura lieu à La Bussière (Vienne) du samedi 27 juin au samedi 4 juillet 2026.

L'annonce auprès des adhérents accompagnée du programme, sera transmise par mail début novembre. L'inscription aura lieu le mercredi 26 novembre 2025 à partir de 14 heures, salle de la rue Jean-Baptiste Artigues.

par Any Gilbert



## Ces blagues qui font un tabac:

Un grand-père discute avec son petit fils :

« – Papy, c'est quoi une déclaration d'impôts ?

– C'est le contraire du bulletin scolaire, quand t'as bien travaillé, t'es puni ! »

Une petite fille demande à son père :

« – Qu'est-ce qu'on devient quand on est mort ?

– On devient de la poussière, lui répond le père.  
– Alors je crois que j'ai un mort sous le lit ! »

Un employé vient se plaindre à son patron :

« – Monsieur, mon salaire n'est pas du tout en rapport avec mes capacités !

– Oui, on le sait mais on ne peut pas vous laisser crever de faim ! »



## Notre voyage aux confins de l'espace : visite de la Cité de l'Espace à Toulouse

Pour la première fois, notre **commission sorties** organisait une visite guidée de la **Cité de l'Espace** à Toulouse. L'engouement fut immédiat : nombreux adhérents ont répondu présent, et c'est en covoiturage que nous avons rejoint ce temple de l'astronomie.

**Plongée dans l'histoire spatiale:** Divisés en deux groupes, pour une visite guidée riche en émotions et en découvertes.

Nous avons exploré les grandes étapes de la conquête spatiale :

- **1957** : Spoutnik 1, premier satellite en orbite,
- **1961** : Youri Gagarine, premier homme dans l'espace,
- **1969** : Armstrong sur la Lune,
- **Les 7 500 satellites** actuels, essentiels pour la météo, le climat ou les télécoms.

Le clou de la matinée ? Une **séance IMAX** sur le télescope **James Webb**, véritable machine à remonter le temps !

**Repas et convivialité:** À 13h, retrouvailles au restaurant **l'Astronaute** pour un repas partagé entre rires et échanges.

### L'après-midi : boutique et Planétarium

- Escale à la boutique (livres, maquettes, goodies Thomas Pesquet).
- Séance au **Planétarium** : voyage parmi les constellations et nébuleuses, guidés par un animateur passionné.

**Retour sur Terre... avec des étoiles plein les yeux** Une journée instructive et magique, qui nous a permis de mieux comprendre notre place dans l'Univers. Merci à tous pour cette aventure collective !  
(Signé : Colette, ravie d'avoir mis la tête dans l'espace !)



C'était une visite dangereuse





# Dans le Rétro

## Fête Annuelle du 22 novembre

Nous étions plus d'une centaine de spectateurs à avoir "du Vian entre les oreilles" avec le BERGIN'4TET, ce groupe de jazz composé d'un trio de brillants musiciens et d'une fascinante chanteuse qui a su nous replonger avec plaisir dans l'insolite des années 50, du "cinématographe" à "la complainte du progrès" mais comme "on n'est pas là pour se faire engueuler", "je bois" et me dis "ah ! si j'avais un franc cinquante" pour payer "le blouse du dentiste" !



La salle fut ensuite agencée en six tablées dînatoires par notre équipe Festivités pour déguster le kir et les parfaits amuse-bouches des élèves de l'EREA, le copieux couscous du traiteur et la bonne croustade aux pommes, en toute sympathie avec les proches convives.

De plus, comme l'arrivée du plat principal s'est fait attendre, certains adhérents nous ont fait patienter avec une chanson ou une blague, tandis que d'autres ont aidé les artistes à transporter leur matériel au parking... Cette fête annuelle a donc bien rempli sa mission de nous offrir un récital de qualité et de resserrer les liens entre nous puisqu'elle était vraiment SUPER !

(Fanou)



## Succès du karaoké



### 7 Novembre: Notre après-midi Karaoké !

Cela faisait au moins dix ans que nous n'avions pas repris cette activité à LSR-Muret. Bien nous en a pris de demander à Dominique de nous préparer un Karaoké pour égayer ce début novembre pluvieux. Le premier à se lancer fut Marco avec la chanson de Luis Mariano « Mexico », très bien interprétée et qui a permis à la salle de reprendre en chœur et de se mettre dans l'ambiance. Ensuite, ils et elles ont été nombreux à vouloir chanter, qui « La Montagne » de Jean Ferrat, qui « Les Champs Elysées » de Joe Dassin ou « Santillano » de Hugues Auffray. Seul, à deux ou à trois, accompagnés parfois par un groupe danseurs motivés par le rythme de la Compagnie Créo ou de quelque salsa, l'engouement n'a pas faibli.

Marie-Christine, Jean-Pierre, Colette, Fanou, Afsia, Gisèle et j'en passe nous ont fait passer de très bons moments. Dominique a assuré, la salle a suivi et l'après-midi fut réussi !

Le pot de l'amitié fut le bienvenu pour rafraîchir tout le monde et partager ensemble notre joie de chanter ! Quand est-ce que l'on recommence ?  
Dominique



### Récré à mots du 14 novembre : La peinture



Après un rappel des techniques de peinture et des mouvements artistiques, nous avons défini quelques termes de cet art et profité des précisions de certains, notamment de Gérard avec le syndrome de Stendhal !

Quant à nos goûts pour peindre ou apprécier des tableaux, trois d'entre nous avaient apporté leurs œuvres pour en parler : dessins au crayon d'artistes en vogue de Gisèle, gouaches sur différents supports de Marie et copie d'une nature morte par mes soins... sans oublier l'admiration des œuvres de Claude Monet au musée de l'Orangerie pour Arlette. Bravo à tous !  
Fanou.

## Vendredi 21 ciné-goûters au cinéma VEO

Une sortie de LSR était prévue pour assister à la projection du film *Jean Valjan* dans le cadre des ciné-goûters du cinéma VEO. La salle, doucement animée par les conversations avant la séance, avait cette ambiance chaleureuse qu'on retrouve quand on partage un moment simple et convivial.

Le film, inspiré de l'univers des *Misérables*, suit le parcours de Jean Valjan, ancien forçat marqué par la dureté de la justice de son époque, et relève surtout de l'étude d'un homme en quête de dignité. Le groupe a été touché par cette trajectoire faite de fautes, de rédemption, de choix difficiles et d'humanité profonde. Les échanges après la projection ont montré à quel point chacun avait été sensible à la notion de seconde chance, toujours au cœur du personnage.

Le goûter qui a suivi a prolongé le plaisir. Autour d'un buffet bien garnie, les discussions se sont poursuivies naturellement, entre

impressions sur le film, souvenirs personnels et réflexions sur la société de Victor Hugo, qui résonnent étonnamment avec la nôtre. LSR avait voulu créer une sortie culturelle conviviale : l'objectif était largement atteint. Ce rendez-vous a permis non seulement de partager un film, mais aussi de créer une parenthèse de rencontre, de mémoire et d'émotion collective. Une belle manière d'ouvrir le week-end, tout en donnant envie de prolonger ce type d'activités lors des prochains ciné-goûters.



Jean Valjan et le prêtre

## Rencontre « autour des livres » du 28/11: la tragédie de Muret.

Le 12 septembre 1213, Simon de Montfort qui dirige la croisade contre les hérétiques cathares, bat devant Muret les armées du comte de Toulouse, du comte de Foix et du roi d'Aragon, aidées par les milices toulousaines.

Bernard Meysonnet a fait revivre cette bataille de Muret avec passion et humour en s'appuyant sur l'ouvrage qu'il a écrit et en étayant ses propos d'anecdotes historiques. Les comptes rendus du conflit n'étaient pas les mêmes pour les assaillants et pour les assaillis...

Vous pourrez retrouver le déroulement de ce conflit dans le livre de B. Meysonnet (bientôt à la bibliothèque de LSR) qui rassemble tous les textes qui ont évoqués au fil des siècles cet épisode majeur de l'histoire occitane.



LSR Muret 3, rue, Jean-Baptiste Artigues 31600 Muret

