



LSR Muret 3, Rue, Jean Baptiste Lartigues 31600 Muret



Expo photos: photographes et fans

Edito Janvier:

Le mois de janvier est souvent celui des bilans... et des factures. Pour beaucoup de retraités, il arrive avec une inquiétude bien réelle : celle de voir le pouvoir d'achat continuer à s'éroder. Les annonces récentes concernant les mutuelles en sont une illustration concrète. En 2026, les cotisations augmenteront en moyenne de 4,3 % pour les contrats individuels et de 4,7 % pour les contrats collectifs. Des hausses qui s'ajoutent à celles déjà subies : +8,1 % en 2024 et +6 % en 2025.

Pour celles et ceux qui vivent avec des pensions modestes, ces augmentations successives ne sont pas des chiffres abstraits. Elles obligent à faire des choix, à renoncer parfois, et rappellent que la retraite n'est pas toujours synonyme de sérénité financière. Cette réalité mérite d'être dite, calmement mais clairement.

Dans ce contexte, le rôle d'une association comme Loisir Solidarité des Retraités prend tout son sens. Le lien social n'est pas un luxe, c'est une nécessité. Se retrouver, rompre l'isolement, partager des activités accessibles, c'est aussi une façon de résister à l'exclusion silencieuse que peuvent produire les difficultés économiques.

Notre association s'efforce de proposer des moments de rencontre ouverts à tous, sans pression financière, parce que personne ne devrait rester chez soi faute de moyens. La solidarité, ce n'est pas seulement aider, c'est aussi défendre le droit de chacun à une vie sociale digne.

Ici, on compte les uns pour les autres, et ça change tout. Continuons, ensemble, à faire vivre ce lien, à nous soutenir et à porter une parole collective, attentive et solidaire, tout au long de l'année.

Le comité de rédaction

Janvier 2026

- 1:01 Journée mondiale de la paix
- du 3 au 17/01 Rallye Dakar
- 06/01 : Épiphanie
- du 07/01 jusqu'au 10/02 soldes d'hiver
- 08/01 Rentrée des vacances de Noël
- 10/01 Journée de Tintin
- Horizon Pyrénées:
- 17/01 Louis Cheddit
- 30/01 La Leçon avec Marie-Claude Pietragalla et Julien Derouault

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
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 : Lundi 5, 12, 19 et 26 Janvier de 14h30 à 16h30 .

Mardi 6: Atelier informatique à 14h dans notre salle.

Jeudi 8/15/22/29: Atelier Patchwork tous les jeudis après-midi

Vendredi 9 : Salle Maïté Anglade 14h 30; conférence Jacqueline Auriol pionnière de l'Aviation; par Véronique Tilly de notre association suivi de la Galette des Rois.

Mardi 13: Sortie au Musée de la Mémoire à Portet sur Garonne par les Petites Escapades

Vendredi 16 : Récré à mots par Fanou Salle Maïté Anglade à 14h 30

Mercredi 21: Atelier Photo par Isaac à 14 h dans notre salle.

Vendredi 23 : Salle Maïté Anglade à 14h 30 Conférence et film documentaire « La ville antique de Narbonne » par Corinne Sanchez - archéologue-Directrice de recherches au CNRS.

Mercredi 28: 1er Midi du capitole pour ceux et celles qui ont pris leur place.

Vendredi 30 : Salle Maïté Anglade à 14h 30 -Autour des Livres Thème « l'Amour »

Rappel: Chant: Tous les lundis pour la chorale aux heures habituelles. **Théâtre:** Tous les mardis aux heures habituelles.

Mardi 13/01/2026 à 14h30 La commission « Petites escapades » propose une visite gratuite du musée de la mémoire du camp du Recebedou et des camps d'internement à Portet.

Nous serons accompagnés pendant environ 1h30 pour la visite de l'exposition permanente, puis nous pourrons voir librement l'exposition temporaire (thème non défini à ce jour) .

Adresse : Allée du Grand Chêne à Portet sur Garonne.

Pour y aller : prendre le bus 117 et descendre à l'arrêt Jean Jaurès, puis le bus L5 qui y amène.

- ou un covoiturage peut être organisé, départ à 13h45 du CCAS, selon le nombre de voitures et de chauffeurs . 30 personnes maximum .

Maquette du camp du Recebedou .



Vendredi 06/03 salle Maïté Anglade, Le groupe théâtre prépare activement la journée du 8 mars:
"LSR ne rate pas l'occasion de mettre les femmes en valeur:

A l'occasion de la journée du 8 mars, nous présenterons la vie de quelques Femmes souvent oubliées alors qu'elles ont été Prix Nobel de la Paix ou Aviatrices pionnières.

De belles découvertes en perspective!"

Un jour ICI ????? ==>





INFORMATIONS

SEV (Séjours Seniors En Vacances)

Vous trouverez ci-dessous les séjours pour 2026. Le prix est de 300€ le séjour en pension complète et transport en train compris.

	Lieux	Nbre de places	Saison	Date Séjour	Dates limites d'inscription
1	Cap d'Agde	40	Printemps	22/03/26 au 29/03/26	22/02/26
2	Balaruc	50	Printemps	28/03/26 au 04/04/26	28/02/26
3	Les Issambres	50	Printemps	25/04/26 au 02/05/26	25/03/26
4	Evian Mai	50	Printemps	03/05/26 au 10/05/26	03/04/26
5	Fréjus - Colombier	50	Printemps	11/05/26 au 18/05/26	11/04/26
6	Luz St Sauveur	40	Printemps	11/05/26 au 18/05/26	11/04/26
7	Mimizan	40	Printemps	22/05/26 au 29/05/26	22/04/26
8	Ramatuelle	40	Eté	20/06/26 au 27/06/26	20/05/26
9	Piriac sur mer	40	Eté	27/06/26 au 04/07/26	27/05/26
10	Evian Aout	40	Eté	29/08/26 au 05/09/26	29/07/26
11	Oléron - Les Beaupins	50	Automne	26/09/26 au 03/10/26	26/08/26
12	La Grande Motte	50	Automne	03/10/26 au 10/10/26	03/09/26
13	Proposition en Janv 26	40		En attente	

Conditions pour prétendre à ces séjours:

Nb de parts fiscales	Plafond du revenu fiscal de référence
1	21 600 €
1,5	27 000 €
2	32 400 €
2,5	37 800 €
3	43 200 €
3,5	48 600 €
4	54 000 €
4,5	59 400 €



SEV (Séjours Seniors En Vacances)

à La Bussière (Vienne) du samedi 27 juin au samedi 4 juillet 2026.

LE POITOU MEDIEVAL

Profitez-en, il reste encore des places disponibles !

Ce séjour comprend : l'hébergement 8 jours/7 nuits en pension complète, deux chambres séparées, les excursions, les animations et le transport en car au prix de 599€ ou 387€ avec l'aide de l'ANCV (prix calculé pour un groupe de 44 personnes).

Situé à 1,5 km du bourg, au bord d'une rivière dans la vallée de la Gartempe, le VVF Vienne Poitou comprend 60 gîtes et chalets, répartis autour d'un manoir du XIVème siècle.

Il est classé «Refuge» par la Ligue pour la Protection des Oiseaux.

Un beau programme à découvrir : Angles-sur-l'Anglin, classé "Plus Beaux Villages de France" et son patrimoine exceptionnel, la cité médiévale de Chauvigny, Montmorillon Cité de l'Ecrit et des Métiers du Livre, Saint-Savin et son abbatiale classée à l'UNESCO, Poitiers et son centre historique et bien sûr l'ambiance conviviale de LSR-Muret !

N'hésitez pas à venir vous renseigner auprès d'Annie, Nicole, J. François ou Rachel le lundi, jour de permanence.

La commission SEV



L'atelier patchwork à la fête de l'automne: "A la fête de l'automne 2025, l'atelier patchwork a proposé à la vente des travaux réalisés à cette occasion : sapins, pochettes, boîtes de mouchoirs... La vente a rencontré un certain succès et les articles ont été appréciés. Fort de ce succès, l'atelier sera présent en 2026



Récré à mots du 12 décembre : La pâtisserie.

Pour attiser notre gourmandise, nous avons réussi à caser vingt-quatre noms de pâtisseries dans un texte quelque peu farfelu comportant leurs homonymes, avant de nous livrer au tour de France des gâteaux avec les spécialités régionales les plus connues.

A propos des origines de noms de pâtisseries, nous avons fait d'insolites découvertes, comme par exemple que le Baba venait d'un Kougelhopf jugé trop sec, que le Paris-Brest (en forme de roue) faisait référence à la course de vélo entre ces deux villes et que le Financier ressemblait à un lingot d'or car la boutique du créateur était située près de la Bourse de Paris !

Quant à nos textes sur notre gâteau préféré, ils se sont avérés particulièrement alléchants avec le vacherin d'anniversaire maison de Monique (photo à l'appui), le Russe de Marie toujours acheté avec bonheur, la bûche aux kumquats confits faite par Marylou, sans oublier les nostalgiques dégustations familiales de beignets parisiens pour Sophie, d'oreillettes pour Gérard ou de crêpes pour Aline, véritables « madeleines de Proust », c'est le cas de le dire...

Pour concrétiser cet atelier, le goûter-surprise du chef (ou plutôt de la cheftaine) est tombé à point : il s'agissait de choux à la crème qui n'ont fait qu'une bouchée d'ailleurs, conformément à leur dénomination de « croquembouches » !

Fanou



Lumière sur le Talent : Les Photographes Amateurs de LSR en Exposition

Vendredi 6 décembre, la grande salle de la Maison des Associations a vibré au rythme de l'image. Sept talentueux photographes amateurs de LSR (Loisirs Solidarité des Retraités) – **Maryse Legard, Marie-Christine Grafé, Marie de Carne, Pascal Bailly, Isaac Moreno, Henri Teisseyre, et Roger Eychenne** ont présenté leurs œuvres lors d'une exposition très attendue.

Un Public Chaleureux et des Univers Variés

Les membres de l'association sont venus en nombre pour encourager et applaudir la créativité de leurs pairs. Le thème étant entièrement **libre**, chaque artiste a pu présenter une série de dix clichés de son choix, offrant ainsi un voyage visuel riche et diversifié.

Les visiteurs ont eu le plaisir d'admirer :

- 🐴 **Les chevaux fougueux de Camargue** capturés avec passion par **Marie**.
- 🐦 **La faune et les horizons lointains à travers les clichés d'oiseaux du jardin et de voyages** de **Pascal**.
- 🌅 **Les paysages grandioses et merveilleux de Bryce Canyon** immortalisés par **Marie-Christine**.
- 👤 **Des portraits saisissants et très réussis** témoignant du talent d'**Isaac**.
- ✨ **Un medley éclectique et inspirant** reflétant la curiosité de **Maryse**.
- 🎪 **Les visions lumineuses et oniriques des manèges forains** mises en scène par **Henri**.
- 🖼️ **Un aperçu de quelques échantillons des expos passées** de **Roger**.

Cette soirée a été une magnifique vitrine pour la passion photographique qui anime les membres de LSR. Félicitations aux artistes pour la qualité et la diversité de leurs travaux !



Les chevaux fougueux de Camargue capturés avec passion par Marie.



La faune et les horizons lointains à travers les clichés d'oiseaux du jardin et de voyages de Pascal.



Les paysages grandioses et merveilleux de Bryce Canyon immortalisés par Marie-Christine.



Des portraits saisissants et très réussis témoignant du talent d'Isaac.



Un medley éclectique et inspirant reflétant la curiosité de Maryse.



Les visions lumineuses et oniriques des manèges forains mises en scène par Henri.



Un aperçu d'un échantillon des expos passées de Roger.



Dans le Rétro

Midi du Capitole 6 décembre 2025

Concert de Noël,

Nous étions nombreux à LSR pour venir entendre le Concert de Noël 2025 au Capitole de Toulouse ce dimanche 6 décembre.

Si d'aucuns ont regretté que ce concert fut en grande partie à dominante religieuse, il ne faut pas oublier qu'il s'intitulait « Concert so British » ! Il faisait en fait la part belle aux fameux « Carols », chants de Noël, si chers à nos amis britanniques. Les racines des « Carols » remontent au Moyen-Âge ; il s'agissait de chants païens dansés et chantés lors des fêtes du solstice d'hiver qui symbolisait le retour de la lumière. Ils ont été intégrés à la tradition religieuse au fil du temps.



Chœur du Capitole © Pierre Beteille

Gabriel Bourgoin, le chef de chœur avait choisi de construire ce moment musical autour de John Rutter, figure centrale de la musique chorale britannique et de ses contemporains, Hadley, Wishart, Taverner entre autres. C'est à travers ces traditionnels chants de Noël que nous avons pu apprécier la très grande qualité du Chœur de l'Opéra National du Capitole autant dans les moments « a capella » que dans les parties accompagnées par un ensemble instrumental composé de deux pianos, d'une contrebasse et d'un ensemble de percussions. La deuxième partie du concert fut plus « jazzy » avec la « little Jazz Mass » de Bob Chilcott, chanteur et compositeur contemporain.

Le sympathique et dynamique chef n'a pas oublié de faire participer le public dans les deux pièces : Star Carol et A New Year carol de Benjamin Britten.

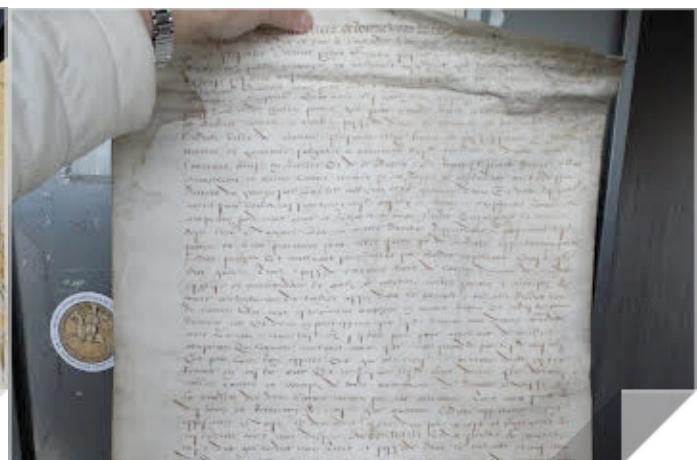
Concert original dans le plus pur style « british » et qui fut très applaudi.

Monique F.

Un voyage dans le temps 9 décembre 2025

Accueillis par Pascal Barcenas, archiviste passionné, nous avons découvert la mission des Archives départementales de Toulouse: conserver, classer et transmettre l'histoire du territoire et de ses habitants. Parmi ces trésors, des parchemins anciens témoignent du passé. La richesse des collections est remarquable, certains fonds viennent de territoires aujourd'hui voisins, rappelant que l'histoire, au fil des siècles, a déplacé les frontières et redessiné la carte. Cette visite, à la fois passionnante et enrichissante, nous a révélé l'importance des archives comme mémoire vivante, et nous invite déjà à revenir pour poursuivre ce voyage dans le temps.

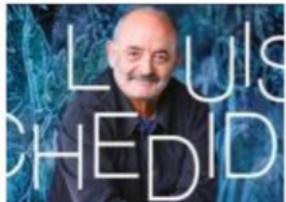
Amicalement Agnès.



Les **Archives départementales de la Haute-Garonne**, situées à Toulouse, ont pour mission de conserver, classer et valoriser la mémoire du territoire. Elles rassemblent des documents couvrant plusieurs siècles d'histoire : archives publiques, fonds privés, registres anciens, cartes, plans, photographies, affiches et documents numériques. Ouvertes à tous, elles s'adressent aussi bien aux chercheurs, généalogistes et historiens qu'aux citoyens curieux de leur passé familial ou local. Les Archives proposent également des expositions, des actions éducatives et des ressources en ligne, permettant de mieux comprendre l'évolution de la Haute-Garonne et de ses habitants. Véritable lieu de transmission et de découverte, elles jouent un rôle essentiel dans la préservation du patrimoine et l'accès au savoir.



Autres Infos

<p><i>Spectacle Musical</i></p> <p>LOUISCHEDID MURET</p> <p>Le 17/01/2026 20:00</p> <p>Pensez à réserver vos places pour le concert de Louis Chedid.</p> <p>Tarif adulte : de 42,00 € à 50,00 €</p> <p>Avenue des Pyrénées 31600 MURET Tél : 05 61 51 77 13</p> 	<p><i>Théâtre Comique</i></p> <p>LES MISÉRABLES 2.0 MURET</p> <p>Du 23/01/2026 au 24/01/2026 20:30</p> <p>Après Don Quichotte et Les Trois Mousquetaires, découvrez la nouvelle parodie hilarante de la cie Décal'Comédie !</p> <p>de 16,00 € à 22,00 €</p> <p>Place Léon Blum 31600 MURET Tél : 06 60 22 15 67 - 06 07 42 96 89</p> 
<p><i>Concert</i></p> <p>MUSIQUE MURET</p> <p>Le 25/01/2026 12:00</p> <p>Petit concert : Gabriel Mallada, avec la participation d'Arnaud Chochon et Rosángela del Arco.</p> <p>128 Avenue Jacques Douzans 31600 MURET Tél : 07 83 99 67 96 duniyamuret.com</p> 	<p><i>Théâtre Danse, Musical</i></p> <p>LA LEÇON MURET</p> <p>Le 30/01/2026 20:30</p> <p>Pietragalla-Derouault : Nouvelle expérience autour du verbe dansé, explorant le langage et le corps en mouvement.</p> <p>Tarif adulte : 37,00 €</p> <p>Avenue des Pyrénées 31600 MURET</p> 

Brèves de comptoir :

En Afrique, un vieillard qui meurt, c'est une bibliothèque qui brûle, ici c'est un café qui ferme. Tu sors du ventre de ta mère, après, c'est toute une vie à te reloger».

La machine ne remplacera jamais l'homme, elle est pas assez con.

Ma femme peut pas me quitter, je suis jamais là! Dostoïevski, rien que le nom de l'auteur à lire et j'ai ma dose.

Quand on lit c'est bien, on pense à rien.

Les nuages écoutent la météo et ils font le contraire. !



Lu sur les communiqués de l'intersyndicale :

- Le géant industriel français Michelin a reversé 4,3 millions d'euros à l'Etat, confirme un arrêté paru vendredi 26 décembre au Journal officiel. Interpellée fin septembre par le sénateur communiste et directeur de « l'Humanité » Fabien Gay, l'entreprise rembourse finalement « le gain correspondant à ces crédits d'impôt » débloqués à la suite de l'acquisition de huit machines-outils, au départ destinées à son site de La Roche-sur-Yon, depuis fermé.

- Un an après la circulaire Retailleau : « Les demandeurs d'asile n'osent plus se lancer dans des démarches administratives par peur » La cause, la circulaire Retailleau, dévoilée le 23 janvier dernier, permet aux préfets de réprimer, en toute légalité, les demandeurs d'un titre de séjour. Ce texte pose comme conditions à « l'admission exceptionnelle au séjour » sept ans de présence sur le territoire, la maîtrise du français, l'absence d'une obligation de quitter le territoire français (OQTF) préalable et d'éléments considérés comme une menace à l'ordre public.

