

Le Journal d'infos

Des adhérents

Loisirs et Solidarité des Retraités de la Sarthe



Le printemps arrive, les envies de prendre l'air et de profiter du soleil après cet hiver pluvieux ,on va enfin pouvoir partir.....randonner, se balader, flâner, visiter et bien d'autres plaisirs de plein air avec LSR....

Les 4 et 5 mai , nous allons aussi fêter notre 25^{ème} anniversaire en luttant solidairement contre la morosité ambiante , liée au désenchantement , à la fin des illusions, à l'impatience de mesures sociales qui n'arrivent pas assez vite et aux factures qui elles se succèdent sans cesse.

Dans ce contexte LSR fait tout pour permettre au plus grand nombre de bénéficier des activités et manifestations en fixant les prix au plus juste sans en affadir la qualité, car les Retraités méritent bien ce qui est beau et noble !!!

Passez nous voir à la permanence le lundi après midi, amenez vos Amis et faites connaître LSR autour de vous...

Amitiés et bons loisirs solidaires à toutes et tous ! Daniel Bruneau

L'association porteuse de solidarité , de culture et de lien social.



Deux ateliers mémoire accueillent 10 participants chacun ,pour apprendre à stimuler les neurones et maintenir le cerveau en éveil.

Nos amis de la Mutuelle ENTRAIN nous divulguent les techniques de mémorisation et d'exercices ludiques , les principes d'attention, d'intérêt , de motivationde bonne vision et de bonne écoute ...!

Le site LSR 72 sur internet a fêté ses 2 ans d'existence !

Ce sont maintenant 12000 visiteurs et 40 000 articles lus.

Pour y accéder C'est simple !

taper: Isr72.com Inscrivez-vous GRATUITEMENT à la newsletter (lettre d'information) et vous recevez directement l'actualité de votre association sur votre écran d'ordinateur.

Pour ma première participation aux artistes en herbe ce fut très agréable de me retrouver dans notre superbe troupe musicale et notre drôle de généalogie familiale.....

Je suis content d'avoir pu faire rire le public aux éclats et vaincu mon stress.....! A l'année prochaine.....c'est promis !



Joël Coqueluche

le Royal était complet et comblé pour l'Ensemble Arpège et les chansons de Jean Ferrat.



64 participants à notre concours de belote du 15 février



Félicitations aux vainqueurs
Robert Serre avec 5359 pts
Marie-Thérèse Berger 5314pt
Maryvonne Hamonic 4977pts
Merci à toutes et tous !

Au bal de la mi-carême du vendredi 22 mars il y avait comme un air de printemps avec le grand orchestre d'Alain Michel et Jo Sony.....nos amis et amies danseurs costumés et nos bénévoles niçois.



Le Bowling-club du Mans nous ouvre ses pistes **2 jeudis par mois**, en alternance avec les randonnées, pour lancer les boules, tomber les quilles et afficher les « Strike ».

Pour ceux qui désirent jouer en dehors des séances Lsr le Bowling club propose des tarifs préférentiels **à 2.90€ la partie** ou un forfait **entraînement de 6 parties à 13€**. Ajouter 1,60€ pour les chaussures. Ces tarifs s'appliquent hors Weekend **sur présentation de la carte Lsr72**



Même en période hivernale nos adhérents adeptes de la marche éprouvent le besoin de s'oxygéner et d'arpenter les chemins sarthois à proximité du Mans, Parigné l'Evêque, Mulsanne, Arnage, La Chapelle St Aubin, Le Breil, Yvré, Conlie, Beaufay et la Suze : de jolis parcours autour de notre région mancelle. Toujours autant de participants .En fonction des conditions météo, parapluies et capes sont parfois nécessaires.

Mais l'enthousiasme est là. La sortie pluvieuse de Conlie avec repas au restaurant « Le Peppino » et la visite du musée fut un succès.

Merci à nos animateurs bénévoles



Nos prochains rendez-vous..... avec vous !

Journée plein air le jeudi 23 Mai / Karting /Barbecue / Ambiance/ Jeux.....



Vous pourrez encourager nos amis pilotes qui s'affronteront sur le circuit Alain Prost pour «**le challenge annuel Lsr72**» . Dès 9h00 pour les inscriptions et ensuite les différentes manches de la course.....dérapages contrôlés et têtes a queues garantis.....!

Ensuite.....Dans le cadre verdoyant du **centre des Casnières**, sur la ligne droite des Hunaudières, avant le golf, venez passer « **une journée pleine air** » amicale et détente avec Lsr72 autour d'un pique nique et barbecue, ambiance assurée et jeux multiples



Inscriptions obligatoires **Prix barbecue : 15 €**

R
E
S
E
R
V
E
Z

On fête l'évènement
tous ensemble !



Des tarifs
« Anniversaire »

V
O
S
P
L
A
C
E
S

Le samedi 4 mai
un grand spectacle



Adhérent : 15€
Non adhérent : 25€

M
A
I
N
T
E
N
A
N
T

Le Dimanche 5 mai
Repas et Bal



Adhérent : 30€
Non adhérent : 40€



Semaine rando-tourisme de TREGUNC (29).

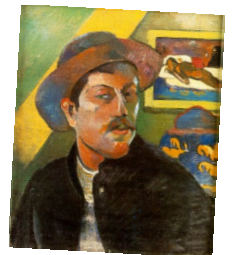
Les marcheurs LSR participant à cette escapade du **12 au 19 Mai** sont quasiment dans les starting-blocks. Certains d'entre eux d'ailleurs s'entraînent déjà sur nos parcours sarthois lors de nos sorties du Jeudi. Il ne manque plus que le soleil et un peu de chaleur.

Mais avec l'arrivée du printemps et le changement d'heure, il nous faut espoir garder !!!!

Cette semaine s'annonce riche en découvertes du patrimoine, des chemins côtiers et de l'île de Groix que nous visiterons. Nous marcherons également sur les pas de Gauguin et irons nous oxygéner à la Pointe du Raz...

Et avant notre départ une réunion préparatoire se tiendra à la salle Barbara au Mans

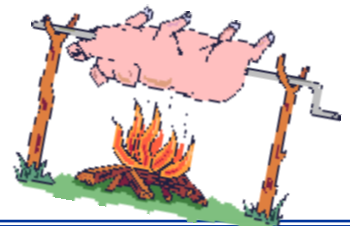
le Mardi 30 Avril 10 heures. Qu'on se le dise !



Cochons grillés 25 et 27 juin

Les 24 heures du Mans nous auront rendu la ligne droite des Hunaudières pour vous rendre à nos traditionnels cochons grillés dans le cadre des Casnières.(avant le golf) et une ambiance musicale renouvelée.

Inscriptions obligatoires. **Prix 25€/adhérents et 28€ pour non adhérents**



Chartres Médiéval avec
Lsr 28
Vendredi 24 mai

Le matin

la vie au moyen âge sur les bords de l'Eure
(architecture et métiers.....!)

À midi : repas médiéval à Mainvilliers
En covoiturage du Mans
Prix du repas 25€

Cette année, **notre sortie « découverte »**
Proposée par « la peinture sur soie »
OUVERTE A TOUS aura lieu en covoiturage
le Vendredi 21 Juin

Au programme:

Lactopôle de Laval · Musée Robert Tatin, · Sculptures atelier
Del'Aune (sur fer) · Cité gallo-romaine de Jublains

Prix tout inclus : 35€ / personne (pique-nique à apporter)
Inscriptions à la permanence de Lsr72 le lundi après-midi
Ou Raymonde Lostanlen : 02 43 27 49 50 / 07 70 57 71 20

Nos Voyages en partance 2013



CANADA.....complet



ANDALOUSIE.....complet



« Bouge ta tête et bouge ton corps au Mont Dore »
du 27 AVRIL AU 4 MAI 2013 organisé par fédération Lsr

BELLEFONTAINE Haut Jura en séniors en vacances
du 14/09 au 21/09



BARCARES en BSV 31/08 au 07/09



COGOLIN Quelques places pour du 07/09 au 14/09



Clos Moulin à VOREY (43) du 08/09 au 15/09



On prépare 2014 avec 1 voyage lointain et 2 moyens courriers
parmi les destinations ci-dessous , prestations et prix ...!

Attendre le choix final pour les préinscriptions

-Les Canaries



-Mexique-Guatemala



-Les capitales de l'Est



-Birmanie



-Croisière en Méditerranée

-Laos Cambodge



Sénégal



ou Turquie



On part à l'aventure
Jeudi 4 juillet
vous ne serez pas
décus du voyage !

Départ du Mans à 5h00
Place Henri Vaillant
(place du marché de Pontienne)

Retour à 23h00



Faites-nous confiance pour passer
une journée comme vous en rêvez.
Laissez-vous porter par
l'organisation des Lsr72 et Lsr Ptt.

**Premier car
complet**

**si possible
un second
car !**

*Prévoir des vêtements chauds et de pluie en cas
de météo capricieuse!
Un sandwich et une boisson seront fournis au retour !*

**Prix 85€ Tout compris
et
Paiement à l'inscription.**



Prochaines
séances de
Scrapbooking:

**19 Avril
17 Mai
14 Juin**



Embellissez
vos
Photos
Valorisez
vos albums
et
vos
Souvenirs.



Avec feu d'artifice
Festival INTERCÉLTIQUE
Lorient

Mardi 6 & Mercredi 7 Aout 2013

Dîner au restaurant-spectacle-
petit déjeuner-visite au retour du
Château de Josselin-repas self.

Tout compris :
Hébergement à l'hôtel Ibis et repas
Trajet en car Grand Tourisme
160 € par personne

Acompte de 60 € / personne à l'inscription aux permanences du lundi
Association Lsr 72 - 12 Rue Béranger 72 000 Le Mans
Réservations par tél : 02 43 87 79 51 ou 06 87 14 09 36