



Musique et Mouvement :


le mercredi de 10 h à 11 h 30
salle Jacques Prévert

Reprise mercredi 7 septembre

Gratuit

A la fois gym douce, danse, détente...
A la recherche du bien être, du plaisir, de l'harmonie...
En cultivant l'écoute de la musique, l'équilibre, la mémoire, la bonne humeur...

Odile Bichot 06 68 08 03 65 ou site internet



Do in

Le jeudi de 14:30 à 16:30 ;
si le temps le permet au parc de Quétingny, sinon au Bourroches salle de danse


Reprise le jeudi 8 septembre

Gratuit

Pour se sentir bien dans son corps et son esprit, être plus souple, plus jeune !

Le Do In (ou auto-shiatsu) est une discipline japonaise, issue de la médecine et de la philosophie chinoise « Tao Yinn ». Do = la voie, In = l'énergie. Il est composé d'une suite de mouvements simples, de pressions, d'étirements, et de mobilisations (posture et respiration).
Le Do In est une activité reposante qui ne nécessite aucune connaissance approfondie. Au fur et à mesure des séances, la répétition des mouvements permet d'approfondir la connaissance que l'on a de son corps et ainsi de mieux se relaxer.

Marie-Anne Bizouard 06.08.58.23.50 ou site Internet



Qi Gong

Le lundi à 14h30
au stade des Bourroches

Reprise le lundi 5 septembre

Emmanuelle vous aidera par des exercices à retrouver l'équilibre spirituel, psychique et physique

Tarif 185€/an avec engagement sur l'année sous réserve de 10 personnes inscrites
Pour cette activité, 4 chèques seront demandés à l'inscription et débités en début de trimestre

Contact Marie Claude Charbonnier ou site internet



Yoga

Technique millénaire originaire d'Inde, qui vise la santé, l'équilibre et l'épanouissement dans une approche progressive et adaptée à chacun.

Notre partenaire le Casi Dijon (CE cheminots) vous propose cette activité pour 1 séance hebdo avec une tarification dans une fourchette de **38 à 86€/an**.
Ces séances se déroulent au stade des Bourroches.

Toutes les informations à nos permanences ou auprès de Florence (CASI Dijon) 06 29 71 79 95 - 03 80 43 24 55
Crl : floccersncf@orange.fr



Mosaïque

L'atelier se déroule au siège d'LSR
7 place Jacques Prévert
De 14h00 à 17h00
Tarif 12€

Septembre
mardi 6 et 20 jeudi 1 et 22

Octobre
Mardi 4 et 18 jeudi 6 et 20

Novembre
Mardi 8 et 22 jeudi 10 et 24

Décembre
Mardi 6 et 20 jeudi 8 et 22

Contact Sylviane Saunois et Paul Gueth ou site Internet



Peinture

L'atelier sera toujours animé par **Igor Misyats**.
Il propose pour tous les niveaux et tous les âges.

7 place Jacques Prévert
De 14h00 à 17h00 les jeudis

10€ la séance engagement pour 80€ les 8 séances
Sous réserve d'un minimum de 10 personnes

Septembre 15 et 29 Octobre les 13 et 27
Novembre 3 et 17 Décembre 1 et 15

Contact Christiane Lauthelier ou site Internet



Lecture/écriture

L'atelier continue, alors n'hésitez pas à vous inscrire. Nous vous proposons de vous retrouver le 3ème lundi de chaque mois

7 place Jacques Prévert

Reprise le 19 septembre
De 14h00 à 17h00

Gratuit

Contact Christiane Verset Moingeon ou site Internet

Nous étudions la possibilité d'une reprise de **l'aquagym à la piscine de Chenove** ainsi que d'une **activité sport/santé** pour la rentrée. Nous vous tiendrons informés des suites données à ces possibilités



Chœur Solidaire

Le Chœur Solidaire reprendra son activité

au stade des Bourroches
Les jeudis de 9h30 à 12h00

Contact Gisèle Vieillard ou site Internet

Activités régulières

Les jeudis des Bourroches

Cette activité se déroule au stade des Bourroches

les jeudis de 14h à 17h

Contact Jean Claude Merlin ou site Internet



Atelier Cannage

Initiation au cannage de chaise à l'ancienne avec six brins de canne, vous venez avec votre chaise à canner et à consolider que vous avez chez vous dans un coin de l'appartement ou vous dénicherez dans un vide grenier



q u e

Reprise en Septembre

Tous les 1er et 3e mardi du mois 14h à 17h

37, rue Benjamin Guérard—Montbard

Contact Robert Echivard 06 67 91 01 33

AMC

Atelier Musique



Les rudiments du solfège sont enseignés en même temps que la manipulation de l'instrument. Après cette initiation les personnes intéressées pourront se diriger vers un professeur de musique. Les cours individuels sont d'une durée d'une heure Les instruments seront mis à disposition.

Reprise en Septembre

Tous les 1er et 3e mardi du mois le matin

37, rue Benjamin Guérard—Montbard

Contact Robert Echivard 06 67 91 01 33

AMC

Initiation et perfectionnement à l'Italien gratuit en visioconférence



Coût uniquement celui de l'abonnement à la visioconférence si nécessaire 4,50€/mois

Contact Danièle Bouquet 03 80 97 26 04

AMC

Les voyages et séjours à venir

Du 17 au 24 Septembre 2022

Séjour SEV dans le Languedoc

410€

Village vacances VTF « Le Domaine d'Agde »

30-35 personnes



Voici le programme :

Jour 1 – Dijon Agde

Jour 2 – Activités libres – découverte du Cap d'Agde en petit train

Jour 3 – Visite d'une Manade et la Cité d'Aigues-Mortes en petit train

Jour 4 – Balade à bord d'un bateau pour découvrir les côtes du Cap d'Agde et visite guidée de Sète

Jour 5 – Visite du marché d'Agde, promenade dans la vieille ville et visite du moulin à huile d'olives

Jour 6 – Visite d'un parc à huitres (dégustation). Visite de Montpellier en petit train et arrêt à Frontignan dégustation du muscat

Jour 7 – Balade à pied au Mont St Loup et visite guidée de Pézenas

Jour 8 – Départ dans la matinée avec le pique-nique.

Le prix de base du séjour par personne est de 410€ auquel il faut ajouter : le transport, la taxe de séjour, l'assurance.

Une aide financière de l'ANCV de 180€ est attribuée suivant barème des impôts. Contact Colette Cuillier ou site Internet

Il reste des places



LSR 21

Séjour détente à la neige pour 2023

CHALET PIERRE SÉMARD MONTROC LE PLANET



ONCF

Du 25 mars 2023 au 01 avril 2023

Coût du séjour 428 € (hors transport)

acompte 150 € à l'inscription Pension complète boissons comprises

Carte d'hôte offerte par la chalet comprenant de nombreux avantages:

Libre circulation pour les bus et réseau SNCF pour les accès internes compris entre Les communes de VALLORCINE et SERVOZ

Accès à Chamonix (Aiguilles du Midi ,Mer de Glace, Tramway du Mont Blanc, ST Gervais, etc.)

Nombreuses ballades détentes, ski ,raquettes Animations en soirée (soirée dansante, loto, karaoké).

Inscriptions dès à présent

Contact Jean Claude Buisson 06 73 03 99 73 ou site internet



30 places réservées :

Séjour activités pédestres 2023

Du 9 au 16 mai 2023 pour 25 personnes.



Nous vous proposons l'Ardèche, Vous serez logés dans un gîte de qualité, proche des départs des randos et marches adaptées pour tous. Comme les autres années, c'est en "pension complète".

Nous faisons appel à un traiteur qui nous livre les repas du soir et pique nique des midis,

Coût du séjour 350€ + 28€ d'adhésion FFRP Le coût définitif sera ajusté en fonction du prix des carburants.

Acompte 130€ à l'inscription, dont 28€adhésion FFRP »

(adhésion qui nous permet de profiter de l'agrément tourisme, souscrit par la FFRP, devenu obligatoire depuis 2010.)

25 places

Les inscriptions seront ouvertes à partir du lundi 5 septembre 2023

Contact Aleth Gailliard 07 77 04 13 71

Du Lundi 8 au vendredi 12 Août**Séjour à Lods****Tarif environ 120€ + transport**

Activités rando , vélo. détente, mosaïque Compte tenu de l'environnement du site de Lods, et de la vallée de la Loue les activités Mosaïque et peinture sont les bienvenues

50€ seront demandés à l'inscription**25 places****Inscription dès maintenant****Contact Max Genoud ou site Internet****Le mercredi 7 septembre****L'échappée Vieille****5€**

Au Jardin de l'Arquebuse, 14h30 Une petite forme de 30', proposée par le TOF Théâtre Alain Moreau «...avec sa toute nouvelle création, la fugue joyeusement impertinente de pensionnaires du Bon Repos. Quelques nœuds dans les draps de lits et voici que les retraités Gaby, Antoine et Nadine, trois marionnettes miniatures, émouvantes par leur taille, se font la malle, partent en gouquette, découvrent les joies de la plage, se débarrassent de leur blouse blanche, dansent au rythme d'un "Sea, Sex and Sun" un peu rayé. S'ensuivra une course-poursuite avec l'infirmière en chef, les sirènes d'ambulance et tout le toutim. Mais rien, semble-t-il, n'empêchera les DJ de voguer de village en village pour recréer le lien avec la population, l'inciter à danser et à retrouver le goût de la liberté. Un spectacle foutraque, joyeux et nostalgique, d'autant plus touchant que les marionnettes d'Alain Moreau dégagent comme toujours un réel parfum d'humanité.»

Vous pouvez emmener enfants, petits-enfants, copains retraités, etc.**Contact Christiane Verset ou site Internet****Du samedi 20 au lundi 22 Août****Le Théâtre du Peuple à Bussang****Tarif 160€ + transport****Bussang 2022 C'est parti !**

La petite gare de Bussang semble bien déserte mais ne vous y trompez pas : Bussang 2022, c'est parti !

En effet LSR 21 vous convie à un beau voyage théâtral le week-end du 20 au 22 août 2022 à Bussang afin de renouer avec notre habitude annuelle de partage d'une belle aventure culturelle au cœur des Vosges.

Cette année, nous vous proposons,

le samedi 20 août 2022 à 20h : «Hamlet Machine» de Heiner Müller, adaptation contemporaine et insolente d'Hamlet où le mythe d'Hamlet est mis en question.

Le dimanche 21 août à 15h, «Hamlet» de Shakespeare.

Il reste des places

Cette pièce de théâtre, dont on ne sait pas exactement quand Shakespeare l'a composée (fin 16ème, début 17ème siècle), est, sans doute, l'une des plus célèbres de l'auteur. C'est à partir d'une légende scandinave que Shakespeare nous introduit dans les drames de la cour du Danemark où nous avons le plaisir de rencontrer des personnages tels que Hamlet, Ophélie, Polonius... dont nous avons souvent croisé les routes dans toutes les cultures européennes.

A ceux qui ne connaissent pas encore Bussang, nous garantissons la magie du théâtre du peuple... et de la forêt vosgienne.

Inscrivez-vous vite à LSR. 100 € seront demandés à l'inscription.

Coût total de ce week-end : 160 € (comprenant le logement, les 2 pièces de théâtre, les repas du samedi soir, dimanche, midi et soir, et lundi midi, et la visite du parc Wesserling (ou autre à préciser) le lundi après-midi).

Contact Christiane Verset-Moingeon ou site Internet**Le jeudi 8 septembre****Sortie mosaïque Paray le Monial****30€ transport et repas compris****Départ 8h stade des Bourroches****Transport en minibus**

Pour l'édition 2022 de son événement estival, la maison de la mosaïque contemporaine propose l'exposition « **Traits d'union** » à la Tour St Nicolas avec les créations de 3 mosaïstes emblématiques issus de la tradition de la mosaïque de Ravenne : **Henry-Noël AUBRY, Giovanna GALLI et Paolo RACAGNI**. Ils appartiennent à l'école de Ravenne, héritière de la tradition byzantine et orfèvre de l'art de la tesselle.

Au retour nous irons à Ecuisses pour une visite guidée des jardins de la Villa Perrusson.

La résidence des Perrusson-Desfontaines est le symbole de leur réussite sociale mais surtout un véritable catalogue des productions de l'entreprise familiale. Vitrine du savoir-faire local, la Villa Perrusson invite les commanditaires potentiels à apprécier la qualité des éléments céramiques présents sur les façades avant de passer commande. Un vrai showroom avant l'heure intégré dans une stratégie marketing innovante au début du XX^e siècle ! La magie du jardin de la villa Perrusson, cet écrin de verdure arboré, est agrémenté d'une orangerie et d'un bassin joliment entouré de plantes verdoyantes. Remarquez-vous que le miroir d'eau du bassin crée le reflet de la villa Perrusson à la surface de l'eau ? Tout le charme des lieux opère...

16 places**inscription dès maintenant****Contact Sylviane Saunois et Paul Gueth ou site Internet****Le vendredi 9 septembre****Boucle de l'Argentalet****AMC****14h****Un après midi sur la boucle de l'Argentalet dans le Morvan près de Saulieu.**

Cette balade chemine dans la forêt domaniale où se côtoient feuillus majestueux et plantation de jeunes résineux. Vous emprunterez une portion de l'ancienne voie romaine qui relie les sites historiques de Bibracte et d'Alésia.

Collation sortie du sac en fin de promenade d'environ 6 km

Covoiturage depuis Montbard 13h devant le cinéma Semur en Auxois 13h15' parking devant le garage Citroën



Inscription avant le mercredi 7 septembre dès à présent auprès de Catherine Pissis 06 89 35 35 76

Le samedi 10 septembre

Salle Prévert 14h00

Tarot/belote**6€**

Contact Colette Cuillier ou site Internet

Le samedi 10 septembre

Stade des Bourroches 10h

Action santé inter Associations et Mutuelle Entrain

Différentes associations cheminotes ainsi qu'LSR21 présenteront leurs activités avec le mouvement mutualiste et du CASI Dijon

Santé de la famille projet de présentation de leur outil « nuggets » L'UAICF présentera Atelier Théâtre, modélisme, peintres, généalogie, photo, art manuel. L'USCD : Atelier initiation Golf. La Mutuelle Entrain : Stand. LSR21 lecture de Carte et Rando le matin. L'ATC Marche nordique et rando santé le matin. L'Harmonie Concerts. Le Jardinot ruche pour apiculture avec vente de miel

Le mardi 13 septembre

de 14h à 17h

Promenade au jardin remarquable du château de Courterolle

(non loin d'Epoisses)

Un jardin traversé par le Serein, agrémenté d'œuvres d'art et un potager magnifiques à découvrir.

Présentation par le guide du château, puis tout au long de la promenade dans le jardin, lectures à 2 ou 3 voix.

7€ Chèque ordre LSR21+ covoiturage 20 personnes maxi

Covoiturage en fonction des inscriptions

Inscription avant le vendredi 8 septembre, dès à présent auprès de Danièle Bouquet 03 80 9726 04 ou site internet



S
e
p
t
e
m
b
r
e

Le jeudi 15 septembre.

Stade des Bourroches 10h00

Journée pétanque**10€**

Une journée pétanque est organisée au stade des Bourroches. Elle se déroulera sur la journée et débutera dès 10h pour se clôturer vers 17h.

Cette journée est ouverte à toutes et tous. Comme d'habitude, la convivialité sera de mise avec un déjeuner pris en commun.

Inscription obligatoire dès maintenant ou au plus tard le 5 septembre

Contact Alain Porcherot 06 99 87 95 49 ou site internet

**Le vendredi 16 septembre**

Parvis St Jean 18h30

durée 1h35

7 minutes**14€**

Dans une usine de textile qui vient d'être rachetée, les 11 ouvrières élues au Comité d'Usine doivent voter la proposition des nouveaux patrons. Accepter de renoncer à 7 minutes de leur pause quotidienne afin de préserver les emplois des 200 employées. Mais que signifient réellement ces 7 minutes ?

À travers un huis clos palpitant, Maëlle Poésy et les comédiennes de la Comédie Française nous entraînent dans une enquête dont la question pourrait être :

jusqu'ou sommes-nous prêt.e.s à renoncer à nos libertés ?

15 places réservées

inscription dès maintenant

Contact Max Genoud ou site Internet

Le vendredi 23 septembre**Sortie Cyclo**

Santenay-Nolay et retour

Rendez-vous devant le stade des Bourroches pour un départ à 8h30 précises

Pour le 2^e semestre 2022, le « vélo plaisir » reprend la route, toujours dans sa formule « balade et découverte du patrimoine ». Cette activité allie sport, détente et culture.

Quelques recommandations pour les sorties : pensez à prendre à boire, des barres de céréales, fruits secs, pâtes de fruits, etc. Si vous possédez un casque, prenez-le. Selon les vélos, du matériel pour réparer les crevaisons éventuelles (chambres à air, rustines, colle, pompe, etc). En bref, tout ce qui peut être utile pour rendre une sortie cyclo la plus agréable possible et dans les meilleures conditions.

Contact Jean Belin 06 30 33 51 46 ou site Internet

**Le samedi 24 septembre****Concert symphonique****2ème balcon 31€.**

20h Auditorium

Concert confié à l'archet lumineux d'Isabelle Faust et à la baguette de l'extraordinaire Sir John Eliot Gardiner dirigeant l'Orchestre Philharmonique de Radio France.

Magie et émotion seront au rendez-vous de cette rencontre avec Emmanuel Chabrier, Igor Stravinski et Claude Debussy.

20 places, fin des réservations impérativement le 24 août, paiement à la réservation

Contact Jean Louis Salaün ou site Internet

Le jeudi 29 septembre, **Petit spectacle de chansons** par une chanteuse de Chamboeuf **Gratuit**



Salle Prévert, 14 h

suivi d'un goûter

Chansons réalistes et coquines (années 1900 à 1950) en retrouvant ou en découvrant ces grands de la chanson française: Bruant, Gulbert, Vian, Louki...) avec une comédienne qui se propose de maintenir vivante la chanson française, celle qui, de haute qualité, demeure intemporelle et de fait s'adresse à tous.

Inscription dès maintenant

Contact Françoise Tourne ou site Internet

Le samedi 1er octobre

Loto

Salle Prévert 14h00

Contact Colette Cuillier ou site Internet

Semaine bleue du 3 au 9 octobre

CHANGEONS NOTRE REGARD SUR LES AÎNÉS, BRISONS LES IDÉES REÇUES

Le mardi 4 octobre marche bleue, voir le programme randos et balades

Le Jeudi 6 octobre 14h00 salle Prévert Dijon journée porte ouverte LSR21

LSR21 AMC Une sortie pédestre à thème sur la connaissance des plantes comestibles
Activité intergénérationnelle avec la MJC et éventuellement cinéma



O
c
t
o
b
r
e
/
N
o
v
e
m
b
r
e



Le lundi 3 octobre Pique nique en forêt de Chaux Tarif 45€

Dans la **forêt**, vous pourrez observer, écouter, sentir, toucher, goûter, vos cinq sens seront en éveil. Les **barques du hameau 14 de la forêt de Chaux** sont un ancien hameau forestier de la Forêt de Chaux, devenu écomusée en 1990, à La Vieille-Loye, dans le Jura. Il est composé d'une dizaine d'anciennes constructions en bois reconstitués de bûcherons-charbonniers du Moyen Âge.

Alain Goy, conteur et écrivain nous fera visiter le site et nous contera quelques histoires et légendes de la forêt.

Voyage en bus départ Dijon 7h45 Palais des sports—8h00 Wilson—8h30 Bourroches

Le tarif comprend le transport, le pique-nique, la visite guidée et les contes.

Inscription dès maintenant

base 30 personnes

Contact Colette et Marlène ou site Internet.

Le lundi 3 octobre

Basik Insekte

15€

20h aux Feuillants. Pièce du théâtre de la licorne. Inspirée de la nouvelle de Kafka «La Métamorphose» :

A partir de cette nouvelle Kafkaïenne, les auteurs ont imaginé un scénario où les personnages vont vraiment dérapier dans leur vie familiale et dans l'image qu'ils doivent impérativement garder et donner d'eux-mêmes.

La révolte de leur fils Gregor, mutant associable, doit restée cachée dans leur chez-eux. Il est hors de question que ce rebelle puisse sortir et ternir la photographie de leur réussite. Tout ira bien, il suffira simplement d'éliminer les porteurs de rumeurs mais une question les taraude tout de même... Et si Gregor n'était pas seul...S'ils étaient envahis progressivement par d'autres contestataires métamorphosés eux aussi en insectes... Et si chaque voisin avait son cloporte chez lui... Et si chaque spectateur était un possible renégat cachottier en puissance

15 places

Inscription dès maintenant

Contact Christiane Verset Moingeon ou site Internet



Le vendredi 7 octobre

Pêche

10€



Une journée pêche est organisée sur la journée à l'étang de la CMCAS Bourgogne à Magny Montarlot (situé entre les communes de Longchamp et Lamarche sur Saône).

Apportez vos lignes et amorces bref tout le nécessaire du pêcheur

30 places Inscription obligatoire

Contact : Michel Loichot 06 04 03 37 12 ou site internet



Le jeudi 13 octobre

Jeux de société



Salle Prévert, 14 h :

Venez découvrir de nouveaux jeux, n'hésitez pas à apporter les vôtres...

Inscription dès maintenant

Contact Françoise Tourne ou site Internet

Le samedi 15 octobre

Tarot/belote

6€

Salle Prévert 14h00

Contact Colette Cuillier ou site Internet

Le samedi 29 octobre

Loto

Salle Prévert 14h00

Contact Colette Cuillier ou site Internet

Le samedi 5 novembre

Tarot/belote

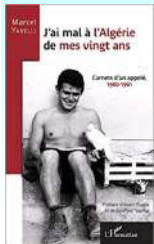
6€

Salle Prévert 14h00

Contact Colette Cuillier ou site Internet

Le dimanche 6 novembre**La Mado d'chez Pernot****Gratuit**

Théâtre avec A. Berthet et William Schneider

Bourse du Travail, 15h avec goûter pour terminer l'après-midi« Mado est ouvrière chez Pernot, à Dijon, à l'aube du 20^e siècle. Y pas deux minutes, elle était encore assise sur son banc, place Saint Pierre, à lire son journal... Elle a dû s'assoupir... Et la voilà qui rêve ? »**Inscription dès maintenant****Contact Françoise Tourne ou site Internet****Le jeudi 17 novembre****« Souvenons-nous... il y a 60 ans... La guerre d'Algérie »****Marcel Yanelli****Salle Prévert 14 h pot de l'amitié pour terminer**« Ils furent 2 millions de jeunes soldats, durant les 8 années de guerre, à être envoyés en Algérie. 30 000 n'en sont pas revenus et la plupart des autres ont été marqués dans leur chair et dans leur âme. Le lourd silence imposé par les dirigeants de l'époque les a rendus muets... La double peine... Cette année est marquée par le 60^e anniversaire des accords d'Evian. Travailler sur cette lourde histoire est d'actualité. Le journal que j'ai tenu là-bas et le film qui vient d'être réalisé y contribuent. »**Inscription dès maintenant****Contact Françoise Tourne ou site Internet****Le samedi 19 novembre****Loto****Salle Prévert 14h00****Contact Colette Cuillier ou site Internet****Le samedi 26 novembre****karaoqué****Gratuit****Salle Prévert 14h30 avec goûter (JC Buisson, C. Longet)**

« LSR et les adhérents ont depuis toujours choisi la voie de la solidarité. C'est une autre voix que nous allons apprécier : la vôtre. Pour ce karaoké, réservé à la chanson française, vous avez quelques mois pour vous échauffer la voix ! Vocalises et infusions au miel chaque matin et plus si affinité. Ainsi tous les participants apprécieront le résultat dans la joie et la bonne humeur... »

Inscription dès maintenant**Contact Françoise Tourne ou site Internet****Le samedi 3 décembre****Tarot/belote****6€****Salle Prévert 14h00****Contact Colette Cuillier ou site Internet****Le jeudi 8 décembre****Bricolage de Noël****Caroline Clément, Françoise Carrion****Salle Prévert, 14h,**« Au cours de cet après-midi, où un goûter vous sera offert, si vous le souhaitez, vous pourrez confectionner une couronne pour décorer votre porte d'entrée ou un centre de table. Il vous suffira d'apporter les végétaux de votre choix: (branches de sapin, thuya, houx, pommes de pin, mousse séchée, fleurs en tissu...) petites guirlandes, une couronne en paille si besoin, mais aussi de la ficelle, du raphia, des bolducs de couleur (rouge, or, argenté, doré) ou mieux, des rubans, des boules de Noël et des petits objets décoratifs de votre choix. Merci d'apporter également ciseaux, fil de fer, sécateur, agrafeuse, pistolet à colle... **Caroline et Françoise** donneront à chacun et chacune de vous les conseils nécessaires pour réussir la couronne ou la décoration qui vous plaira. »**Le vendredi 9 décembre****Dans la mesure de l'impossible****14€****Théâtre Parvis St Jean 18h30**

de Tiago Rodrigues

Qu'est-ce qui pousse un être humain à choisir de risquer sa vie pour aider les autres ? Comment appréhender la question de l'appartenance et du « chez-soi » ? Quand devient-elle problématique au chaos du monde ? Comment cette double vie entre les zones de crises et de conflits et le retour chez soi dans un pays en paix modifie-t-elle le regard sur le monde et sur sa vie personnelle ? Invitant les interviewé·e·s puis les acteur·rice·s à se mettre à distance, Tiago Rodrigues va composer plusieurs récits à partir de témoignages de voyages effectués sur le terrain par les délégations de la Croix-Rouge. **15 places réservées inscription dès maintenant****Contact Max Genoud ou site Internet****Le samedi 10 décembre****Super Loto****Bourse du Travail 14h00****Contact Colette Cuillier ou site****Le dimanche 15 janvier 2023 La Périchole**

de Jacques Offenbach

46€.**15h à l'Auditorium**

Offenbach mis en scène par Pelly : c'est la garantie d'une soirée follement gaie, dans le pur esprit du vaudeville.

20 places, Fin des réservations impérativement le 15 décembre 2022, paiement à la réservation**Contact Jean Louis Salaün ou site Internet**



En préparation pour la rentrée
La commission « voyages et sorties » prépare une initiative
au cabaret l'Odysseo à Dijon



ainsi qu'un marché de Noël à Colmar



Une balade à vélo, ça vous dit ?

Avec LSR, vous entrez dans l'univers passionnant du cyclotourisme. Élégante et discrète, la Côte-d'Or séduit par son charme plutôt que par l'exubérance. Riche d'une histoire authentique, comme celle de nos départements limitrophes, elle réserve des découvertes souvent surprenantes sur notre patrimoine culturel, architectural et historique.

S'évader en vélo, c'est vouloir partir ailleurs au cœur de son propre territoire. C'est vouloir l'explorer de mille et une façons pour mieux le connaître. Le collectif cyclo de LSR a donc souhaité rester au plus près de cet immense potentiel environnemental, patrimonial, touristique qui, tout au long des routes réservées aux circulations douces et des pistes cyclables, fera appel à tous vos sens : voir, écouter, sentir, toucher et parfois même goûter.

Le vélo a traversé les générations en faisant de plus en plus d'adeptes et en gardant toujours la même ligne directrice : privilégier la convivialité, le partage, la connaissance et la liberté.

Nos balades du vendredi sont votre référence pour être incollables sur cette histoire, ce patrimoine, avec l'esprit et la pratique du vélo qui se conjuguent avec la nature, le sport santé, tout en vous imprégnant des valeurs portées par notre association LSR dans cette activité.

Au fil de nos sorties, vous pourrez découvrir toutes les possibilités qu'offre la pratique du vélo plaisir, du vélo ludique. Les parcours accessibles sur la journée, ne dépassent pas les 50 Km. Les itinéraires sont ponctués de nombreuses haltes, dont le repas tiré du sac, où les routes réservées aux circulations douces (voies vertes, voies bleues, pistes cyclables) sont privilégiées pour plus de sécurité.

Elles sont ouvertes au plus grand nombre des retraités, aussi bien aux débutants, qui se lancent progressivement dans l'aventure, qu'aux cyclos aguerris souhaitant vivre pleinement leur passion et la faire partager.

Randonner à vélo, c'est la promesse de belles rencontres et de découvertes.

Alors, si l'aventure vous tente... **en vélo, tout est plus beau !**

2 sorties sont prévues pour le deuxième semestre 2022:

23 septembre : circuit au départ de la gare de Santenay, puis Nolay et retour

21 octobre : parcours, aller et retour au départ de la caserne des pompiers de Fontaine-lès-Dijon

Alors à bientôt!

Jean Belin, tél. 06 30 33 51 46



Une marche Solidaire réussie

La commission solidarité nous avait donné rendez-vous le 2 juin dernier à 14h pour une petite balade de 4 kms à Neuilly-Crimolois

Nous étions nombreux à nous retrouver, grands et petits marcheurs, sous un beau soleil, ravis de nous revoir, pour certains après de longs mois d'absence à cause de la pandémie

Le parcours était aisé et très agréable, se terminant par l'étang de Neuilly

Nous avons ensuite partagé un moment fort de convivialité avec la pause goûter et les jeux apportés



En nous quittant, nous nous sommes dit **"A refaire très vite... alors A BIENTÔT...!!!"**

Caroline