



contraintes enfin
famille fin
enfants fin
détente faire

retraite sante vacances
tranquillite
plus stress prendre
profiter
vieillesse
voyages
vie
loisirs repos
revenus
travail
vivre solitude
perte
dépense
vacances
travail
revenus
vieillesse
voyages
vie

Bulletin LSR21



Mépris et Mensonges

Avril 2024

Ces deux termes résument l'action du président et de son gouvernement.

Sommaire

- P1
Edito
- P2
Nouveau CA
- P3
En direct du CA
- P4
Rappel Activités
- P5
Rappel activités
- P6
Rappel activités
- P7
Rappel activités
- P8
Voyages

Sur fond de guerre omniprésente, en Ukraine ou à Gaza par exemple, au lieu d'oeuvrer pour une action diplomatique indépendante, dans le cadre d'une politique cohérente et garante du droit international, Macron joue les va-t-en guerre en affirmant que « l'envoi de troupes au sol n'est pas exclu en Ukraine ». Il conforte ainsi les appétits des marchands d'armes français (la France est devenue le 2e exportateur d'armes dans le monde).

Au niveau national, les coupes sombres dans les dépenses utiles, de 10 milliards d'euros selon Bruno Le Maire, vont affecter principalement l'écologie, l'emploi et l'éducation nationale. Selon des estimations ce seraient entre 15000 et 20000 postes qui seraient supprimés dans la Fonction Publique d'Etat.

Les coupes sombres vont bon train dans le droit du travail également sous prétexte de « simplification », habillage pour déréglementer et créer un sous-droit du travail, notamment pour les salariés des TPE.

Mensonges également pour les retraités : « Dans les cinq ans qui viennent, je ne touche pas à la retraite de celles et de ceux qui sont aujourd'hui des retraités. Leur retraite sera préservée, il n'y aura pas de perte de pouvoir d'achat, c'est essentiel » (dixit le candidat Macron en 2017).

La réalité : avec une inflation de 17 % depuis début 2017 et le gel des pensions ou leur revalorisation inférieure à l'inflation qui ont limité l'augmentation des pensions à 7,9 % depuis le début de 2017, tous les retraité.e.s ont perdu au moins 9,1 % de pouvoir d'achat, plus le cumul des pertes depuis 2017 qui s'élève à près de 3 mois de pension !

Le gouvernement méprise les retraité.e.s en repoussant toujours la loi « grand âge », il assèche les ressources de la Sécurité sociale et en réduit le rôle, le transférant aux complémentaires santé de plus en plus onéreuses. Vivre en Ehpad est parfois nécessaire, mais cela coûte plus cher que la pension, pour la quasi-totalité des résident.e.s !

Tout cela ne peut que nous inquiéter et nous conforter dans notre lutte légitime. LSR21 est donc très présente dans les manifestations – par exemple ce 26 mars dernier - et dans le travail au sein du groupe des neuf organisations de retraités pour faire entendre nos revendications d'un droit à une retraite décente et adaptée à leurs besoins.

Dans ce journal vous trouverez le nouveau CA élu lors de l'Assemblée Générale du 7 mars, ainsi que le programme des activités couvrant le printemps et l'été 2024. Comme toujours, l'esprit qui anime tous les bénévoles de LSR21 est de lutter contre l'isolement des retraités et personnes âgées dans un esprit de solidarité et de convivialité, promouvant des valeurs de respect mutuel et de tolérance.

Alors à bientôt pour partager de bons moments ensemble et notamment les 11 et 12 avril au salon des seniors à Dijon ou lors de la journée des adhérents le 31 mai avec barbecue gratuit !

Marc Neveu
Président



Prix de revient 1€

Carsat Retraite & Santé au Travail
Bourgogne & Franche-Comté



LOISIRS ET SOLIDARITE DES RETRAITES
7 Place Jacques Prévert 21000 – Dijon
03.80.30.49.14.

lsr21@orange.fr Site www.lsr21.org
Permanences : lundi de 14h à 17h

Antenne Auxois-Morvan-Châtillonnais
31, rue d'Abrantes 21500 — Montbard
03 80 89 16 97
lsr21.amc@gmail.fr



CONSEIL D'ADMINISTRATION LSR21 2024

33 membres (18 femmes et 15 hommes)

Bailly Martine
 Berthenet Gérard
 Bertrand Isabelle
 Bertrand Pierre
 Buisson Jean-Claude
 Charbonnier Marie-Claude
 Chaudat Yves
 Chevriaux Dominique
 Cuillier Colette
 Damblanc Annie
 Forest Bruno
 Gailliard Aleth
 Gauthey Hervé
 Genoud Pierre
 Gueth Paul
 Huard Brigitte
 Lauthelien Christiane

Le Douaron Alain
 Le Douaron Annick
 Leprêtre Patricia
 Longet Christian
 Madajewski Jean-François
 Munier-Petit Annie
 Morizot Alain
 Neveu Marc
 Pissis Catherine
 Salaün Marlène
 Saunois Sylviane
 Séchaud Françoise
 Sirdey Bernard
 Tourne Françoise
 Truchot-Dessolle Christine
 Verset-Moingeon Christiane



Commission de Contrôle et vérification des comptes (5 membres)

Mollo-Gene Monique
 Vieillard Gisèle
 Loichot Michel
 Chevriaux Patrick
 Burger Jean-Marc

Le Bureau



Président
 Marc Neveu

Vice-Présidente
 Sylviane Saunois

Vice-Président
 Gérard Berthenet

Vice Président
 Pierre Bertrand

Secrétaire Dominique Chevriaux
Secrétaire adjoint Alain Ledouaron

Trésorière Martine Bailly
Trésorière adjointe Isabelle Bertrand
Trésorière adjointe Annie Damblanc

Les responsables des commissions font partie du bureau ainsi que le responsable de l'antenne AMC

Les commissions



Solidarité
 Responsable
 Françoise Tourne



Voyages
 Responsable
 Colette Cuillier



Culture
 Responsable
 Christiane Verset-Moingeon



Activités sportives
 Responsable
 Bruno Forest



Jeux
 Responsable
 Colette Cuillier



Communication
 Responsable
 Max Genoud



BSV
 Responsable
 Sylviane Saunois et Marlène Salaün



Antenne AMC
 Responsable
 Gérard Berthenet

Yves Chaudat pour l'Avenir Social ainsi que Christian Longet pour les statistiques sont invités au bureau en fonction de l'ordre du jour



LE NOUVEAU CONSEIL D'ADMINISTRATION ÉLU

En direct du Conseil d'administration du 18 mars 2024

Compte rendu du Conseil d'Administration du 18 mars 2024 et ses principaux points :

- A ce jour, notre association compte 341 membres et 65 abonnements au journal Présence.
- Constitution des commissions et élection du bureau (voir page précédente).
- Au niveau budgétaire, la situation est saine et équilibrée malgré une augmentation non négligeable des charges (eau et chauffage).
- Quelques dates importantes : 26.03.2024 mobilisation à Dijon - 05.04.2024 Inter LSR régional à Dijon - 11 et 12 avril Salon des Seniors Dijon – 31.05.2024 Journée des adhérents avec Barbecue gratuit.
- Les activités sportives (ballades, randos, cyclo, Do In, Qi Gong, musique et mouvement) et les activités culturelles (visites de musées, les conférences, les sorties théâtre et auditorium, les après-midi de l'amitié, les lotos, les ateliers mosaïque, lecture, peinture), sont globalement bien fréquentées et appréciées.
- Le programme des activités du 2ème semestre élaboré par chaque commission vous est présenté dans ce journal.

LSR continue de vous accompagner en toute solidarité et reste présente à vos côtés.

La secrétaire
Dominique Chevriaux



Notre site Internet
www.lsr21.org

Rappel des activités

Les ateliers de LSR21 continuent leurs activités (voir journal de janvier 2024) sauf l'atelier Initiation et perfectionnement à l'Italien à l'antenne AMC qui s'arrête au 1er avril

STAGE MOSAIQUE

Si vous voulez découvrir la mosaïque, activité régulière à LSR, nous vous proposons un stage qui se déroulera du 5 au 9 août de 9h30 à 12h30 à Prévert dans la salle du sous-sol.

Pour la modique somme de 10€, vous pourrez réaliser une œuvre utile ou décorative.

Contact Sylviane Saunois ou Inscrivez-vous sur le site



Venez nombreuses et nombreux au salon des Seniors les 11 et 12 avril au parc des expositions à Dijon

jeudi 04 avril
salle Prévert
14h30
gratuit

Attention!
Changement de salle

Le trompe-l'œil contemporain

2ème partie Conférence Bernard Verset

Contact Françoise Tourne ou inscriptions sur le site



mardi 9 avril
10 places
Théâtre
Chatillon
20h 17€



Humour musical « The Opéra Locos »

AMC

Avec Yllana et Encore Un Tour durée 1h15'
Cinq chanteurs d'Opéra excentriques se réunissent le temps d'un soir pour un récital. Débute une performance unique portée par ces chanteurs lyriques dont les voix défient les Dieux à travers un enchaînement surprenant des airs les plus célèbres de l'Opéra, pimentés de quelques emprunts à la Pop. Alors que la soirée s'annonçait glorieuse, la scène va rapidement s'avérer trop petite pour accueillir de si grands egos en mal d'amour, révélant les désirs de chacun.

Inscriptions et Contacts [Danièle Bouquet](#) ou sur le site internet



vendredi 12 avril
9h00
Stade des
Bourroches

« Cyclo balade »

Cycles utilisables : vélo de route et VTT.

Parcours: **St-Jean-de-Losne à Dole et retour**

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. Alors à bientôt, nombreux et avec vos vélos !

Contact [Jean Belin](#) ou site Interne

samedi 13 avril
salle Prévert 14h
6€

Tarot-Belote

Contact [Colette Cuillier](#) ou site Internet



mercredi 17 avril
14h30 à 16h30
Salle Eugène
Bouret, rue
Léonard de Vinci
21000 DIJON

Nouveau!!

Les clés pour se protéger des fraudes et arnaques à la carte bleue

Présentation

Atelier proposé par la Macif, pour découvrir les moyens de se protéger contre les fraudes et arnaques financières et acquérir de bons réflexes en cas d'incident.

Objectifs

- 1) Identifier les techniques de fraude financière à la carte bleue pour mieux s'en protéger
 - 2) Connaître les actes à effectuer en cas d'incident
 - 3) Découvrir les dispositifs de sécurisation mis en place par les banques et assureurs
- Réservation sur le site LSR 21 (20 personnes)

Contact [Bruno Forest](#) 06 44 15 01 21



Samedi 27 avril
14h
Bourse du Travail

Grand Loto de printemps

Contact [Colette Cuillier](#) ou site Internet



lundi 29 avril
Théâtre des
Feuillants
placement libre.
Réservations jusqu'au
15 avril 2024.
15 places
15€

Attention!
Changement de
date et de lieu

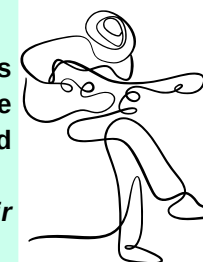
«Thibault Cauvin. Le petit prince de la six-cordes»

Compagnie La chose incertaine

Thibault Cauvin est bien plus qu'un guitariste, ses concerts sont des moments de grâce hors du temps, d'une poésie rare, où il embarque comme par magie, quiconque tend l'oreille.

Les personnes déjà inscrites doivent nous faire savoir rapidement si elles maintiennent leur inscription. Merci.

Contact [Christiane Verset](#) ou site Internet



Sortie une journée à Bibracte au Mont Beuvray AMC

Visite du site et du musée

Lundi 29 avril
16 participants
42€



Bienvenue sur le sol d'une capitale gauloise autrefois animée par la présence de milliers d'habitants, aujourd'hui bien plus calme, au centre de son écrin d'arbres remarquables
Repas au restaurant « Le Chaudron » : qui concocte chaque année un nouveau menu, pour continuer d'explorer l'époque de Bibracte en goûtant à ses saveurs oubliées.

Vous apprendrez que les légumes secs et les céréales étaient fréquemment consommés, que les Gaulois cuisinaient les volailles et le bétail élevés dans leur ferme, qu'ils ne mangeaient que très rarement du gibier, qu'ils utilisaient des plantes aromatiques et des herbes fines, qu'ils connaissaient et exploitaient le sel, indispensable à la conservation des aliments mais ne sucrèrent qu'avec du miel.

Vous dégusterez votre repas dans de la vaisselle copiée sur la vaisselle celtique, avec cuillère en bois et couteau en acier (mais pas de fourchette !).

Covoiturage selon les inscriptions (environ 8€ /personne pour voiture de 4 personnes)

Inscriptions et Contacts Sylvie Goyard ou site internet



UN 1ER MAI MASSIF POUR GAGNER !



jeudi 2 mai
14h30
Salle
Chambelland
Participation : 10€

Cépages, connus ou moins connus

Conférence « oenologie » Marc Neveu

On connaît bien sûr certains cépages renommés. D'autres nous sont totalement inconnus. On regardera certaines de leurs caractéristiques ampélographiques pour essayer de mieux les connaître. Et on tentera de déguster quelques mono-cépages moins connus que nos Pinot et Chardonnay...

Contact Françoise Tourne ou site Internet



vendredi 3 mai

3e sortie relative aux plantes

AMC

Annulée

samedi 4 mai
Salle Prévert
6€

Tarot-Belote

Contact Colette Cuillier ou site Internet



Lundi 6 mai
De 10h à 16h
Au stade des
Bourroches

Nouveau!!

Concours de pétanque annuel

Ouvert à tous débutants et professionnels. Tirage des équipes sur place
Nous déjeunerons le midi ensemble. Chacun apporte ses spécialités que nous pourrions partager lors de ce moment convivial.

*Inscription obligatoire auprès de Alain Porcherot 06 99 87 95 49
ou Bruno Forest 06 44 15 01 21 ou sur le site internet*



dimanche 12 mai
Auditorium 15h
25 places
46€
Réservation
jusqu'au 04/04

«Tosca Giacomo Puccini.»

Direction musicale Debora Walman et Mise en scène Dominique Pitoiset..
Créé en 1900 au Teatro Costanzi de Rome, le nouvel opéra de Puccini, Tosca, remporte un succès populaire mémorable. Dominique Pitoiset relit le célèbre mélodrame sous l'angle politique, en interrogeant l'omniprésence des régimes totalitaires.

2h30 avec entracte.

Contact Christiane Verset ou site Internet



Jeudi 16 mai
50€

Rencontre inter LSR à Troyes avec LSR 10

Après notre rencontre inter LSR à Mussy/seine, nos amis de LSR Troyes nous proposent une rencontre de nos adhérent.es à Troyes.

Le matin visite de la maison de l'outil et de la pensée ouvrière

Repas le midi au Restaurant

L'après midi : visite de la Cité du Vitrail

AMC

Inscriptions et Contacts Gérard Berthenet ou site internet



vendredi 17 mai
9h00
Stade des Bourroches

« Cyclo balade »

Le rendez-vous a lieu devant le stade des Bourroches pour un départ à 9h00 précises. Prenez éventuellement vos appareils photos.

Cycles utilisables : vélo de route et VTT.

Parcours: Gare de Santenay à Nolay et retour

Contact Jean Belin ou site Internet



samedi 18 mai
14h
Bourse du Travail

Loto

Contact Colette Cuillier ou site Internet



Lundi 27 mai
Musée des Beaux Arts Dijon
14h
2,50€

Partenariat avec les musées de Dijon :

Trésors de la peinture germanique du 15ème siècle . Visite guidée.

25 places

Contact Christiane Verset ou site Internet



Vendredi 24 mai
en extérieur Square des Apothicaires 7B
rue Saint-Anne Dijon
19h
14€

Partie de Tamar Al Saadi

« Pas la peine de laisser couler tes larmes ma petite maman, je serai rentré, avant que l'envie de sortir de tes beaux yeux les reprenne. » Louis, issu des quartiers populaires de Paris, a dix-neuf ans lorsqu'il est mobilisé pour partir à la première guerre mondiale. À travers les lettres qu'il échange avec sa mère Éliane, Tamara Al Saadi nous plonge dans une réalité sensible, l'horreur du front, et dénonce la propagande de guerre qui annihile tout ressenti individuel. .

Un spectacle immersif poignant qui nous invite à devenir acteur de l'histoire.

15 places réservées

Contact Max Genoud ou site Internet

Théâtre en mai revendique un temps fort de partage et de découvertes, de rencontres et de fête que l'on verra, en salle ou en extérieur.

D'autres spectacles vous sont proposés du 18 au 25 mai

Une ouverture sur le monde pour rêver à des lendemains meilleurs

En savoir plus
tdb-cdn.com

Journée des adhérents LSR21

Vendredi 31 Mai 2024

Barbecue
Gratuit
sur
inscription

Stade des Bourroches

11 rue Dr Richet 21000 Dijon

9H00

Loisirs et Solidarité des Retraités

7 Place Jacques Prévert 21000 Dijon

Tel: 0380304914 @lsr21@orange.fr www.lsr21.org

Permanences: lundi de 14h à 17h



Nouveau!!

Grande journée des adhérents

Programme de la journée

Accueil 9h00

9h30 Randonnée sur la matinée

9h30 Sortie cyclo sur la matinée

11h30 Mot du Président

12H00 Repas (gratuit sur inscription)
Après-midi

Conférence "Femmes et sport"

Stands des différentes commissions

Présentation différents ateliers

- Qi gong,
- Do In,
- Musique et mouvement,
- Lecture/écriture.

Jeux

Pétanque, Molky, Jeux de société

N'hésitez pas!!!

Inscrivez-vous dès à présent
aux permanences LSR
ou sur le site lsr21.org

samedi 1er juin
salle Prévert 14h
6€

Tarot-Belote

Contact Colette Cuillier ou site Internet



samedi 8 juin
Bourse du Travail

Loto

Contact Colette Cuillier ou site Internet



vendredi 14 juin
9h00
Stade des
Bourroches

« Cyclo balade »

Le rendez-vous a lieu devant le stade des Bourroches pour un départ à 9h00 précises. Prenez éventuellement vos appareils photos.

Cycles utilisables : vélo de route et VTT.

Parcours: Halte fluviale de Pont-Royal à Venarey-les-Laumes et retour

Contact Jean Belin ou site Internet



Vendredi 21 juin
Lieu à définir
15€

Rencontre barbecue des adhérent.es et sympathisant.es AMC
Après midi jeux et animation.



vendredi 21 juin
Auditorium 20h
25 places
Gratuit
Réservation
jusqu'au 21/05

«Orchestre Dijon Bourgogne. Bizet, Pablo de Sarasate,»

Direction musicale Joseph Bastian, percussion et marimba Adelaïde Ferrière. Pour célébrer la fête de la musique : Violon et piano s'effacent devant la créativité d'Adélaïde Ferrière et de son marimba dans ce programme virtuose, où la musique semble plus vivante que jamais. En prime, une page admirable de la trop méconnue Florence Price.

1h10 sans entracte.

Contact Christiane Verset ou site Internet



jeudi 4 juillet
Participation 3€

Marais des Andryes

AMC

Avec LSR 89 découverte des marais nouvellement aménagés des Andryes (près de Coulanges sur Yonne). Un guide nous expliquera l'aménagement de ce site, la faune et la flore.

LSR 89 offrira l'apéritif et nous déjeunerons avec nos pique-niques sortis du sac.

Inscriptions auprès de Gérard Berthenet tel 03 80 89 16 97



Partenariat ATC section Dijon/LSR21

L'ATC section Dijon (association touristique des cheminots) et LSR21 (Loisirs et Solidarité des Retraités) développent des activités de proximité et de solidarité en matière de loisirs et de culture permettant l'accès du plus grand nombre à la connaissance, aux vacances, à la culture et aux loisirs. Les 2 associations ont signé un partenariat au bénéfice de leurs membres ou ressortissants respectifs.

Concrètement, LSR21 adhère à l'ATC section Dijon, permettant ainsi aux adhérents de LSR21 d'accéder aux activités proposées par l'ATC section Dijon. Les adhérents de l'ATC section Dijon peuvent accéder aux activités de l'association LSR21 Dijon, moyennant l'acquittement de la cotisation activités.

Pour voir les activités proposées par l'ATC

Contactez l'ATC: E-mail : atcdijon@gmail.com

ou

[12, rue de l'Arquebuse 21000 Dijon](https://www.atcdijon.com)

[Tél : 03 80 74 36 32](tel:0380743632)

[le mercredi de 13h30 à 17h](https://www.atcdijon.com)

Nouveau!

Site:
www.atcdijon.com

Voyages



Palais du Facteur Cheval Les 27 et 28 Juin

27 juin départ pour Hauterives, déjeuner libre, visite du Palais du facteur cheval (lieu insolite et unique au monde – en Avril 1879 Ferdinand Cheval, de profession facteur, manque de tomber en heurtant une pierre à la forme très particulière, cela éveille en lui un instinct de bâtisseur. Sans aucune formation, autodidacte, il va construire pendant 33 ans un palais de rêve dans son potager. Tous les jours pendant ses tournées de facteur, il ramasse les pierres ; le Palais est achevé en 1912.

Continuation sur Lyon pour le centre CISL, Hébergement repas du soir et petit déjeuner. (accompagné par LSR Lyon)

28 juin après le petit déjeuner, visite de Fourvière
12h00 repas au restaurant Le Laurencin

Contact Colette Cuillier ou inscriptions sur le site

Barème solidaire basé sur le revenu fiscal de référence

Nb de part	65€	92€	114€	148€
1	-de 12000€	De 12000€ à 15000€	De 15001€ à 21600€	+ de 21600€
1,5	-de 17000€	De 17000€ à 22000€	De 22001€ à 27400€	+ de 27400€
2	-de 22000€	De 22000€ à 27400€	De 27400€ à 32400€	+ de 32400€
2,5	-de 27000€	De 27000€ à 32400€	De 32401€ à 37800€	+ de 37800€

Coût du séjour 80€
+ covoiturage
Repas traiteur et pique-nique compris
20 Places

Echappée belle à Lods dans la vallée de la Loue

Nouveau!!

Du lundi 22 au vendredi 26 juillet 2024

Cette année encore, LSR21 vous propose la traditionnelle "Echappée Belle" à Lods dans la vallée de la Loue. Le site de Lods, nous le connaissons bien. Cette gare désaffectée nous est prêtée gracieusement par le CE des cheminots de Dijon (CASI Dijon).

Semaine randonnée- vélo Lods

Départ stade des Bourroches lundi 9h30 (Prévoir repas du lundi midi)
Retour vendredi 17h

Pique nique le midi et repas fourni par un traiteur le soir

Une journée conviviale est envisagée avec la commission solidarité le jeudi avec repas en commun et visite du musée d'Ornans et autres activités. (en attente de confirmation)

Inscription dès à présent 50€ à l'inscription

Contact Bruno Forest 06 44 15 01 21 ou site Internet



Le Théâtre du Peuple Bussang 2024

Samedi 31 août, le dimanche 1er septembre et lundi 2 septembre 2024.

Le Théâtre du Peuple de Bussang est un lieu de création unique en France. Né en 1895 d'une utopie humaniste et artistique, ce théâtre maintient vivant l'idéal de son fondateur, Maurice Pottecher, résumé par la devise « Par l'art, pour l'humanité » inscrite au fronton de la scène, dont le fond s'ouvre sur la forêt vosgienne.

La metteuse en scène Julie Delille dirige cette institution depuis le mois d'octobre 2023, elle est la première femme nommée à la direction du théâtre du Peuple.

Le programme des pièces de théâtre sera connu prochainement. D'ores et déjà 2 spectacles se dérouleront le samedi ainsi qu'un événement surprise le dimanche. Le collectif de préparation travaille actuellement au programme complet de ce temps d'échanges et de rassemblement autour de l'art et de la création, et des visites culturelles.

Contact Christiane Verset ou site Internet



Tarif 200€
(hébergement, repas, théâtre et visites) hors transport.