



# JUBILATS\*

**LSR PAYS CATALAN MAGAZINE**

\*RETRAITÉS



## EDITO

Tout d'abord, toute l'équipe de LSR 66 Pays Catalan vous souhaite une belle année 2025, pleine de rencontres, de luttes et de bonheurs partagés, vœux qui ont été présentés à Elne, le 17 janvier avec la chorale Els Goigs Tradicionals, suivis de la traditionnelle galette et d'une bolée de cidre.

À la suite de la dissolution de l'Assemblée, les gouvernements successifs persistent à mener une politique dangereuse en manœuvrant pour se maintenir au pouvoir. Le glissement à droite ne cesse de s'accentuer. Aujourd'hui comme hier, on peut dire que l'agenda de l'extrême droite tient lieu de gouvernail au nouveau gouvernement Macron.

Cette même tendance s'observe à l'échelle européenne voire mondiale. Dans le même temps, les conflits se développent dans le monde. LSR tient à exprimer sa solidarité avec les peuples ukrainien et palestinien actuellement sous les bombes et mettra tout ce qui est en son pouvoir pour que la paix règne sur la terre.

Les coupes sombres annoncées par le gouvernement nous permettent de craindre le pire. Déjà, le Conseil Départemental a prévenu qu'il y aurait des choix à faire. Que dire des budgets pour le monde associatif ! Et pourtant, que seraient nos territoires sans leurs associations ?

2025 va être une année chargée pour LSR nationale comme pour LSR 66 Pays Catalan :

le 8 avril se tiendra notre Assemblée Générale à Alenyà,

le 27 mai nous allons fêter les dix ans d'existence de LSR 66 à Céret. Des bons de souscription sont à vendre

et du 19 au 23 mai aura lieu la prochaine Assemblée Générale de LSR nationale à Najac.

Pour développer nos activités, nous prévoyons de mettre en place une section pétanque et un atelier solidaire.

On compte sur vous pour agrandir cette association et pour la faire vivre

## En guise de sommaire

En première partie, un coup d'oeil rétrospectif sur les événements marquants les plus récents et sur les activités de l'association. Il va sans dire que toute future contribution à l'enrichissement de ces rubriques sera la bienvenue.

Bonnes volontés rédactionnelles vivement attendues aussi dans la deuxième partie, espace de libre expression sur les activités de loisir proprement dites (lectures, jeux, cuisine et autres violons d'Ingres) mais encore autour des thèmes de réflexion que nous interdit de négliger la très inhabituelle, très discordante et très noble vocation revendicative de LSR : le billet d'humeur est, à côté du divertissement, l'autre façon de se colleter avec le principe de réalité.

**DEMANDEZ, RÉCLAMEZ, EXIGEZ,  
REVENDIQUEZ, REDEMANDEZ**

**L  
S  
R**



**LE BON DE SOUTIEN**



LOISIRS SOLIDARITÉ RETRAITÉS 66  
PAYS CATALAN  
8 Rue de la Garrigole 66000 PERPIGNAN  
<https://lsr66.fr/>  
LSR66payscatalan@gmail.com

**FÊTE SES 10 ANS**  
N°

## 3 DÉCEMBRE 2024 : UNE RÉUSSITE POUR NOTRE ASSOCIATION



C'est près d'une centaine de personnes qui ont pris place sur les gradins de la salle de spectacle Ecoiffier à Alénya, réunies pour assister à un spectacle de la troupe Buggy and CO. La réussite de l'après-midi tient avant tout à la maîtrise parfaite du spectacle par le duo. Allant des airs des années 60 au plus récents. Interprétation accompagnée d'une transformation d'apparence pour rappeler au maximum les interprètes originaux. Avec humour, et surtout une participation du public. Mais pour LSR 66, cette initiative fut aussi l'occasion de deux premières en matière de communication : l'ouverture du spectacle aux retraités d'Alénya, un communiqué de presse pour faire connaître le spectacle, par le correspondant local.

Un petit tour dans le public confirma que ces initiatives furent bénéfiques.

A noter la gratuité du spectacle, rendue possible grâce à une subvention du Conseil départemental, entièrement utilisée au profit des participants.

Le 17 novembre dernier, 200 personnes se sont retrouvées dans la salle des Fêtes de la mairie d'Elne pour notre rifle annuelle.

Les coffrets de produits locaux réalisés par les 3 Llatas ainsi que les lots de la tombola enrichis par les dons des adhérents.es ont été très appréciés.



Le bar et les gâteaux offerts par les membres de l'association ont eu beaucoup de succès.

Ce fut une belle après-midi récréative qui sera renouvelée en 2025 et qui nous permettra par les entrées financières d'améliorer les activités de l'association.

# 3 OCTOBRE 2024 : LE CANAL DU MIDI AU SOMAIL

Sous une forte tramontane et 15° de température (!), nous voilà partis pour Le Somail en bus dès 8h du matin. Nous sommes une cinquantaine.

Petit village au N.O de Narbonne situé sur le canal du Midi. Du XVII<sup>e</sup> au XIX<sup>e</sup> siècle, important port de commerce et de voyageurs, aujourd'hui c'est un port de plaisance.

Sur une gabarre traditionnelle, « la Capitane », nous embarquons avec 2 matelots, Axelle et Rodolfo à la manœuvre et guides touristiques.

Autrefois, les rives étaient bordées de platanes ; décimés par la maladie du chancre doré, ils sont actuellement remplacés par des arbres de différentes espèces : micocouliers , chênes, ormes...

La vitesse du bateau ne peut pas excéder 8 km/h , ce qui donne tout de suite à ce parcours un goût d'évasion et de tranquillité. Le chemin de halage sert aujourd'hui de promenade et de piste cyclable.

Nous passerons deux écluses. De nos jours, l'ouverture des portes est automatisée ; trace du passé : la maison de l'éclusier que nous apercevons au passage.

Nous sommes impressionnés par le fonctionnement de l'écluse : tour à tour, le niveau d'eau descend et remonte rapidement pour retrouver la bonne hauteur et continuer le parcours.

Nous passerons l'écluse qui est l'embranchement de Port la Nouvelle ; canal de jonction, bordé de pins parasols qui rejoint Narbonne et le canal de la Robine.

De retour au Somail, après cette belle traversée, nous voilà installés au restaurant, un moment toujours apprécié ! L'après-midi, nous visitons le hameau : sa Librairie aux 50 000 ouvrages d'occasion (unique !), la glacière ( tour ronde qui servait à maintenir au frais les aliments des voyageurs autrefois ) , la chapelle, le pont en dos d'âne "en anse de panier". En marchant le long des quais, c'est le local croisière Nicols pour la location de bateaux habitables.

Belle découverte pour ma part de ce lieu. Merci à l'organisatrice Sylvie de LSR 66. Sans oublier notre chauffeur pour la conduite souvent délicate dans le hameau !





**17 JANVIER - REMISE DES CARTES 2025**

## **PRISE DE PAROLE DE LA PRÉSIDENTE**

Avant de commencer les festivités, le Conseil d'administration et moi-même vous remercions pour vos encourageants messages ! Ils nous ont fait chaud au cœur et on vous souhaite, aussi, le mieux pour cette nouvelle année, car nous sommes toujours convaincus que l'avenir nous appartient !

Je tenais également à vous dire juste un petit mot sur l'année 2024. En France, la crise politique a atteint un niveau supplémentaire par la volonté d'Emmanuel Macron au sortir des élections européennes de 2024. Porteur d'un élan populiste de mécontentement et de repli identitaire, le Rassemblement national profite des conséquences de l'inflation, de l'abandon des services publics par l'État, de la colère sociale provoquée par la réforme des retraites, pour faire une percée retentissante.

Aux législatives convoquées par Macron, après la dissolution de l'Assemblée nationale, ce sont plus de dix millions de votes qui vont aux candidats de la coalition d'extrême droite emmenée par le RN, soit 143 députés. Le camp présidentiel battu persiste à mener sa politique dangereuse en manœuvrant pour se maintenir au pouvoir, au total mépris du résultat des élections législatives ayant

placé le Nouveau front populaire en tête au regard des 192 députés.

L'exigence de l'instant nous renvoie aux leçons du passé pour relever la tête. En 1945, alors que la France était ruinée, le programme du Conseil national de la Résistance a permis la création de la Sécurité sociale et la nationalisation des grands moyens de production au service de l'intérêt général.

Ce programme et les décisions politiques qui en ont découlé ne sont pas issus de nulle part. Des cahiers de doléances d'époque renvoient de manière stupéfiante aux préoccupations actuelles. Constructions d'hôpitaux, de logements, d'écoles, ouverture de guichets de Poste... Toutes ces demandes consignées il y a 80 ans pointent le besoin de service public, de démocratie locale, la nécessité de retrouver la dignité dans la vie en société. Quel écho avec les revendications actuelles ! Ces exigences de pleine actualité ne peuvent être niées à l'heure du chacun pour soi face au travail, au lien social et à la vie politique.



De remaniement ministériel en remaniement, le glissement à droite ne cesse de s'accentuer. Aujourd'hui, on peut dire que l'agenda de l'extrême droite tient lieu de gouvernail aux différents gouvernements Macron. Cette même tendance s'observe à l'échelle européenne voire mondiale. Dans le même temps, les conflits armés se multiplient. 59 conflits en 2024, chiffres jamais atteints depuis la dernière guerre. LSR tient à exprimer sa solidarité avec les peuples Ukrainiens et Palestiniens actuellement sous les bombes. Les mots liberté, égalité, fraternité ne doivent pas être là que pour décorer les frontons de nos mairies.

La loi sur l'immigration rompt avec les principes républicains, instaurant la préférence nationale et remettant en cause le droit du sol, stigmatisant les étrangers et occultant leur contribution essentielle au développement de notre pays.

En ce début d'année, les associations sont confrontées à des enjeux de plus en plus nombreux. Les coupes budgétaires qui s'annoncent pour 2025 de la part du gouvernement ne rendent pas hommage à l'importance de la vie associative pour les concitoyens, vitale dans une société démocratique digne de ce nom.



Premier lieu du vivre ensemble, de la solidarité, de l'expérience démocratique, sa mise en péril fragilise encore plus notre pays. Comme le disait Alexis de Tocqueville : « Dans les pays démocratiques, la science de l'association est la science mère, le progrès de toutes les autres dépend des progrès de celle-là. » A l'heure des choix contraints faits par nos partenaires, une question essentielle nous anime : Que seraient nos territoires sans leurs associations ?

Il est bon de rappeler, une fois encore, que LSR, au niveau national, a été créée par la CGT en 1981, qu'aujourd'hui elle est toujours subventionnée par la CGT et qu'elle est hébergée dans les locaux de la CGT tant au niveau national qu'au niveau local. Elle n'est pas une association comme les autres. Elle a des valeurs de solidarité et de fraternité entre les travailleurs de toutes nationalités.

Plus que jamais, LSR sera toujours dans l'action, dans le cadre du groupe des 9 pour augmenter nos retraites, défendre et améliorer les services publics de proximité, et retrouver la paix partout dans le monde.

« L'espoir réside dans ce constat à méditer : le monde tient parce qu'il y a plus d'oeuvriers créatifs que d'assassins qui le détruisent. »

Pour revenir à LSR 66, nous sommes heureux de vous annoncer que nous fêterons cette année son 10<sup>ème</sup> anniversaire. C'est en 2015 que la Commission Exécutive de l'USR CGT 66 a décidé de créer l'association pour que les retraités du département se retrouvent dans le cadre de loisirs culturels ou sportifs.

D'autre part, le CA prépare un programme toujours aussi varié avec, entre autres, une virée à Gérone, des conférences sur la résistance dans les PO ou sur Prosper Mérimée, la visite de la miellerie à Ortaffa, un séjour en Dordogne, un concours de boule, un séjour au lac de Salagou pour les marcheurs, j'en passe et des meilleurs.

Je n'oublie pas les Ateliers Ecriture, les rencontres littéraires, les séances d'œnologie, les sorties du mercredi, les séances de cinéma et cette année, on voudrait mettre en place un atelier solidaire et une section pétanque.

A cette occasion, nous voulons également remercier la municipalité d'Elne de nous prêter, à titre gracieux, les salles de la ville sans lesquelles nous serions en grande difficulté pour organiser nos séances de cinéma gratuites et notamment notre rifle annuelle.

Nous espérons que ce cocktail d'activités permettra à chacun de trouver son bonheur et de garder un lien social. Vous aurez tout ce programme détaillé à notre prochaine AG qui se déroulera le 8 avril à Alénya.



# Vœux de Loisirs solidarité retraités en chansons



Tour de chants avec la chorale Els goigs tradicionals.

PHOTO LSR

L'association Loisirs solidarité retraités 66 Pays catalan a présenté ses vœux à ses adhérents à la salle des fêtes de la mairie où ils ont pu apprécier la chorale Els goigs tradicionals, composée d'une trentaine de chanteuses et chanteurs interprétant des chants traditionnels catalans (sardanes, havanères et autres). Le tour de chant s'est clôturé par *Els segadors* devant un public debout.

L'après-midi s'est terminée, dans une ambiance conviviale, par la dégustation de la traditionnelle galette accompagnée d'une bolée de cidre.

## ATELIER SOLIDAIRE

Jeudi 30 janvier l'atelier solidaire a été créé. Véronique qui en est l'animatrice en a dressé un compte rendu...

Il pourrait s'appeler "tricot thé" "!! .... Mais comme cet atelier solidaire est ouvert également à d'autres activités comme la création de bavoirs pour bébé, de boîtes en bois à créer puis à peindre, ou de faire des scoubidous, son nom peut évoluer...Toute idée est bonne à prendre !

Le prochain rendez-vous est le mardi 25 février à 14h30, les participants seront invités à donner un nom à cet atelier solidaire



En attendant, nous étions 14 personnes à participer et si au départ, nous avons décidé de faire soit du crochet soit du tricot, la décision la plus importante était de savoir par quoi nous pourrions commencer pour aider les jeunes mamans en difficulté.

La décision a été de faire une couverture en crochet et des layettes en tricot en attendant d'avoir des contacts avec des associations d'entraide comme le Secours Populaire.

Nous vous donnons donc rendez-vous ce 25 février autour d'un thé ou café afin de voir les premiers résultats de nos créations, de vous donner le compte rendu de notre rencontre avec le secours populaire, de réfléchir à faire grandir cet atelier et lui donner un nom....



# ATELIER D'ÉCRITURE

Il y a quelques années, j'ai découvert l'atelier d'écriture grâce à une amie qui l'animait. Sous l'égide de L.S.R., nous faisons une séance un après-midi tous les mois. Le nombre de participants est fluctuant, aux alentours de 10 personnes, parfois même un homme se glisse parmi nous.

À la demande d'un membre de L.S.R., nous avons décidé de faire un compte rendu de ces séances pour les glisser dans la publication des activités de cette association.

Chaque séance se déroule sur un thème choisi par l'animatrice.

Hier le thème était inspiré d'un événement annuel : la nuit de la lecture, du 23 au 26 Janvier, dont le thème est « Les patrimoines » culturel, matériel, immatériel, personnel, religieux, naturel....

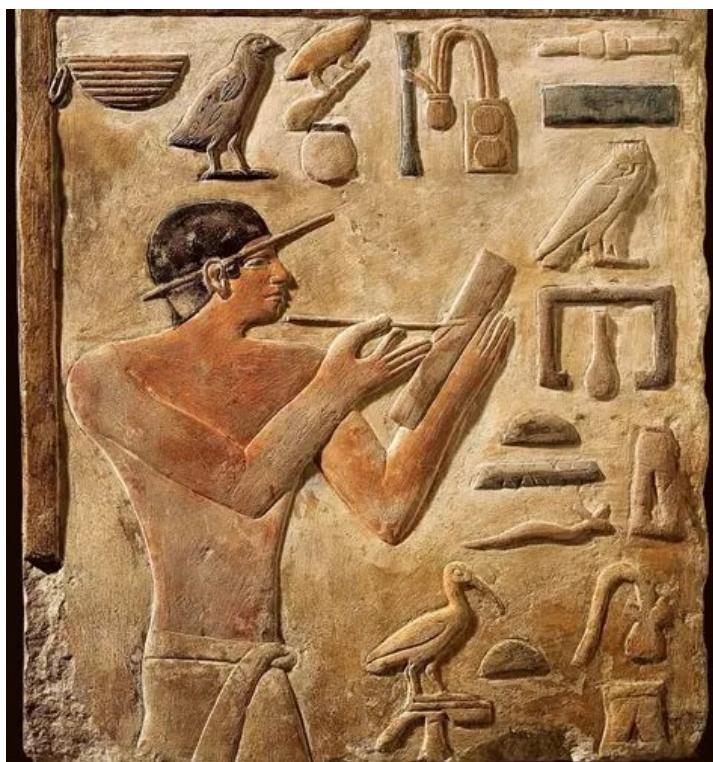
La personne animant l'atelier nous fit faire 4 exercices autour de ce thème :

Ecrire sur un papier : une couleur, un lieu, un sentiment ou une émotion, un objet ou un bâtiment, en rapport avec le patrimoine puis après avoir réuni tous les papiers, tirer au sort quatre papiers et faire une phrase avec les quatre éléments récoltés

Choisir un patrimoine qui nous inspire et raconter son histoire.

« Le couvent hanté » inspiré de Pierre MAGNAN : « chronique d'un château hanté ». Une petite partie de ce texte nous est proposée et en écrivons la suite.

La légende de la Dame blanche et le château hanté : poème tronqué dont nous devons compléter la fin des vers de ce poème, à notre guise



Pour finir cet article, je dirai que je trouve dans ces rencontres beaucoup de plaisir, personne ne juge l'autre, nous avons tous une façon de s'exprimer différente mais toujours passionnante.

J'attends toujours avec impatience ces ateliers.

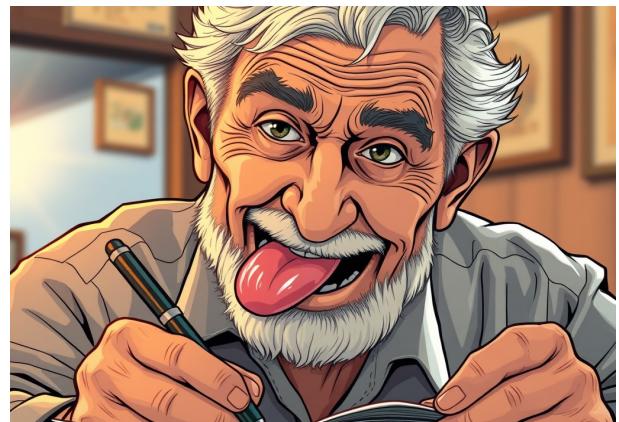
Merci beaucoup à notre animatrice et aux autres membres qui s'impliquent pour que puisse vivre cet atelier

La séance s'est arrêtée à 17h15 après un « goûter » amené par les participantes, moment convivial et riche d'échanges.

Il faut ajouter que nous avons un projet initié par notre « bergère » sous la houlette de laquelle nous devons écrire chacun une nouvelle, dont le thème choisi est : une époque

Chacun devra déterminer l'époque choisie, le lieu principal et secondaire, le personnage principal et les personnages secondaires, le temps présent ou passé, le narrateur, le titre la chute et la quatrième de couverture.

Certains ont déjà fini, d'autres sont en cours de réalisation, d'autres encore un peu moins avancés. Les corrections se font collectivement, à la fin de certains ateliers



# LES BALADES DU MERCREDI

« Faire route à pied par un beau temps, dans un beau pays, sans être pressé, et avoir pour terme de ma course un objet préalable : voilà de toutes les manières de vivre celle qui est le plus à mon goût »

Jean Jacques Rousseau

La diversité des paysages catalans (ou/et du département des Pyrénées Orientales) entre mer et montagne alimente les balades du mercredi. Ces balades sont organisées pour satisfaire le plus grand nombre des adhérents de LSR. Elles ont peu ou prou de dénivelé, une distance de 5 à 6 km et un temps de marche moyen de 2 à 3 heures en fonction de la topologie du terrain. Pour permettre au plus grand nombre de participer à ces balades, un covoiturage est organisé.

A ces balades peuvent s'ajouter des visites de cités, de villages pittoresques, artisanales catalanes enfin toutes les richesses qui méritent d'être vues.

Le pique-nique : après l'effort le réconfort. Les participants respectent avec plaisir le sacré saint apéro et ce avant de passer à table. Apéro bu avec modération évidemment. Le repas sorti du sac est l'occasion d'un large partage. Certaines et certains étant de vrais cordons bleus, ne manquent pas de régaler leurs amis avec des recettes salées sucrées le tout fait maison. Belles occasions de déguster des curiosités culinaires venues d'autres contrées, le groupe de marcheuses et marcheurs est en effet composé de personnes d'ici et d'ailleurs.

Le moment digestif est consacré soit à la pétanque soit au farniente. Les joueuses et joueurs donnent de la voix quant il s'agit de discuter un point litigieux. Celles et ceux qui choisissent le farniente, à l'ombre ou au soleil c'est selon, papotent échangent sur tout ou sur rien et refont le monde. D'autres font le choix de rejoindre leurs pénates pour satisfaire des impératifs. Etant entendu que vous pouvez choisir de venir nous rejoindre sur le lieu du pique-nique.

N'hésitez plus, venez nous rejoindre car ici : Cap a la muntanya i peus al mar (La tête dans la montagne et les pieds dans la mer)

En effet les Pyrénées Orientales nous offrent diverses possibilités de crapahuter sur les chemins, sur les bords de mer, sur la montagne et piémonts, sur la plaine du Roussillon etc...

Sur le bord de mer nous pouvons cheminer de Cerbère au Barcarès, parcourir étape après étape la Côte Vermeille et découvrir la flore dans un environnement unique, véritable enchantement pour les yeux avec des points de vue à nous laisser sur place. Ajoutons à cela un air vivifiant qui nous ravitote. Balades montagnes et piémonts, elles vont de Banyuls à Pia voire au-delà en passant par les Albères, le Vallespir, la Cerdagne sans nous interdire des petites intrusions dans les Fenouillèdes. Soyez rassurés nous restons à flanc de montagne, le souci de l'association est de permettre à tous de participer. Grâce à la beauté des paysages l'effort justifie amplement le plaisir qui vient en marchant dans ces lieux et qui nous laisse le soir venu bon pied et bon œil et un mental de fer.



La plaine du Roussillon, elle, nous réserve plein de surprises à découvrir ou redécouvrir. Ses lacs, ses rivières, ses villages, ses sites historiques, sont autant de raisons de les parcourir en toutes saisons.

Ces énumérations des beautés catalanes seraient incomplètes si on omettait de mentionner le riche artisanat et la multiculture de ce département qui peut aussi se dire Pays Catalan.

Pour terminer, au fil des semaines vous êtes informé de la balade à venir et en cas d'annulation pour diverses raisons un message vous est adressé pour report ou changement de lieu.

## VISITES À BANYULS : MUSÉE MAILLOL ET DOMAINE TAMBOUR



Situé dans la ville de Banyuls, ce domaine fut créé en 1920. Le nom de "tambour" fait référence à un ancêtre "tambour" dans l'armée républicaine lors de la bataille du col de Banyuls (affrontement contre l'armée royale espagnole en 1793)

Domaine familial depuis cinq générations, c'est le lieu idéal pour les amateurs de bons vins et de gastronomie.

La visite commentée de la Cave a été fortement appréciée par notre groupe ; la dégustation et le repas allaient aussi recueillir un bon accueil de notre part. Repas allant d'une salade, en passant par un camembert grillé, et sans oublier le dessert

C'est le 22 novembre et dans la bonne humeur, que nous nous sommes retrouvés à Banyuls. La journée a débuté par la découverte du musée Maillol, situé à quelques kilomètres du centre ville, dans la vallée de la Roma. Installé dans une métairie (petite ferme), ce lieu est dédié à son œuvre mais aussi à la découverte de l'homme qui se cache derrière l'artiste. En effet, le musée présente de nombreuses réalisations de Maillol (bronzes, terres cuites, peintures....) mais nous fait découvrir sa cuisine, lieu important pour l'artiste qui aimait recevoir amis et personnalités, dans ces lieux.

A l'extérieur, dans le jardin, selon les souhaits de Maillol, sa dépouille repose, sous une de ses nombreuses sculptures.

Après cette rencontre avec l'Art, le moment était venu de faire la découverte du Domaine Tambour.



Tout cela rythmé par la découverte de 6 cuvées (blanc, rosé, rouge et Banyuls). Dans une ambiance chaleureuse, et servis par des hôtes aux petits soins pour notre groupe. Ce sont des adhérents ragaillardis et comblés qui ont repris la route vers leur domicile. Une nouvelle fois, cette journée nous a fait découvrir notre patrimoine local, riche en culture intellectuelle et gastronomique.

# LA RECETTE DE BERNARD

## FILET DE ROUGET TOMATES BASILIC

Faire revenir les filets de rouget dans huile d'olive,

Ajouter oignons ou échalotes ciselés, puis les tomates coupées en quartier,

Ajouter en fin de cuisson des olives noires et du basilic

Rectifier l'assaisonnement, éventuellement un petit verre de vin blanc

Servir avec du riz

Bon appétit



## LE BILLET DE SIMONE

Un clin d'œil extrait de *Nouvelle Histoire du Moyen Âge*, ouvrage collectif d'historiens sous la direction de Florian Mazel.

J'ai découvert pourquoi le clergé ne se mariait pas. Ça date du XI<sup>e</sup> siècle, avec la réforme grégorienne.

La réforme grégorienne se traduit par l'exaltation d'une masculinité cléricale spécifique qui repose sur le contrôle du corps et des sens, liée à l'exigence de pureté, mais elle vise aussi à limiter la transmission des charges et des biens ecclésiastiques au sein de familles sacerdotales. Dès le Concile de Mayence en 1049, les prêtres mariés et leurs épouses sont déposés. Leurs épouses sont considérées comme des concubines (compagnes de lit) et leurs enfants sont tenus pour illégitimes et interdits d'entrer dans les ordres.

La règle du Célibat sera généralisée à toute la Chrétienté latine en 1123.

L'union matrimoniale va rencontrer une certaine résistance à travers l'Amour Courtois qui se déploie au XII<sup>e</sup> siècle.

Je fais remarquer que l'Amour Courtois naît dans le sud de la France en Catalogne et en Languedoc-Occitanie avec les troubadours.

A la fin du XII<sup>e</sup> siècle l'emprise ecclésiastique se voit à travers le rituel du mariage, avec échange des consentements, remise de l'épouse au mari en présence d'un prêtre, de manière publique, sous le porche d'une église, puis messe à la suite de cette cérémonie.

Celle-ci apparaît à Paris, à l'initiative de l'évêque Eudes de Sully. Le pouvoir de l'église va se traduire dans la parenté spirituelle : le pape, les évêques ou les abbés sont des « pères », les membres d'une communauté sont des « frères » ou des « sœurs ». Cette société va se distinguer par des pratiques corporelles ou vestimentaires spécifiques (tonsure, prohibition de la barbe, vêtements liturgiques.)

Réflexion personnelle : au nom de ces croyances que n'impose-t-on pas à l'individu (homme ou femme) ! Et c'est cet individu qui lui-même se crée ces contraintes ! Et c'est partout sur le globe et dans n'importe quelle religion.

Voilà une courte participation au journal. Bises aux futurs lecteurs. Bise, acte sexuel, mais j'aime tant transgresser les convenances !