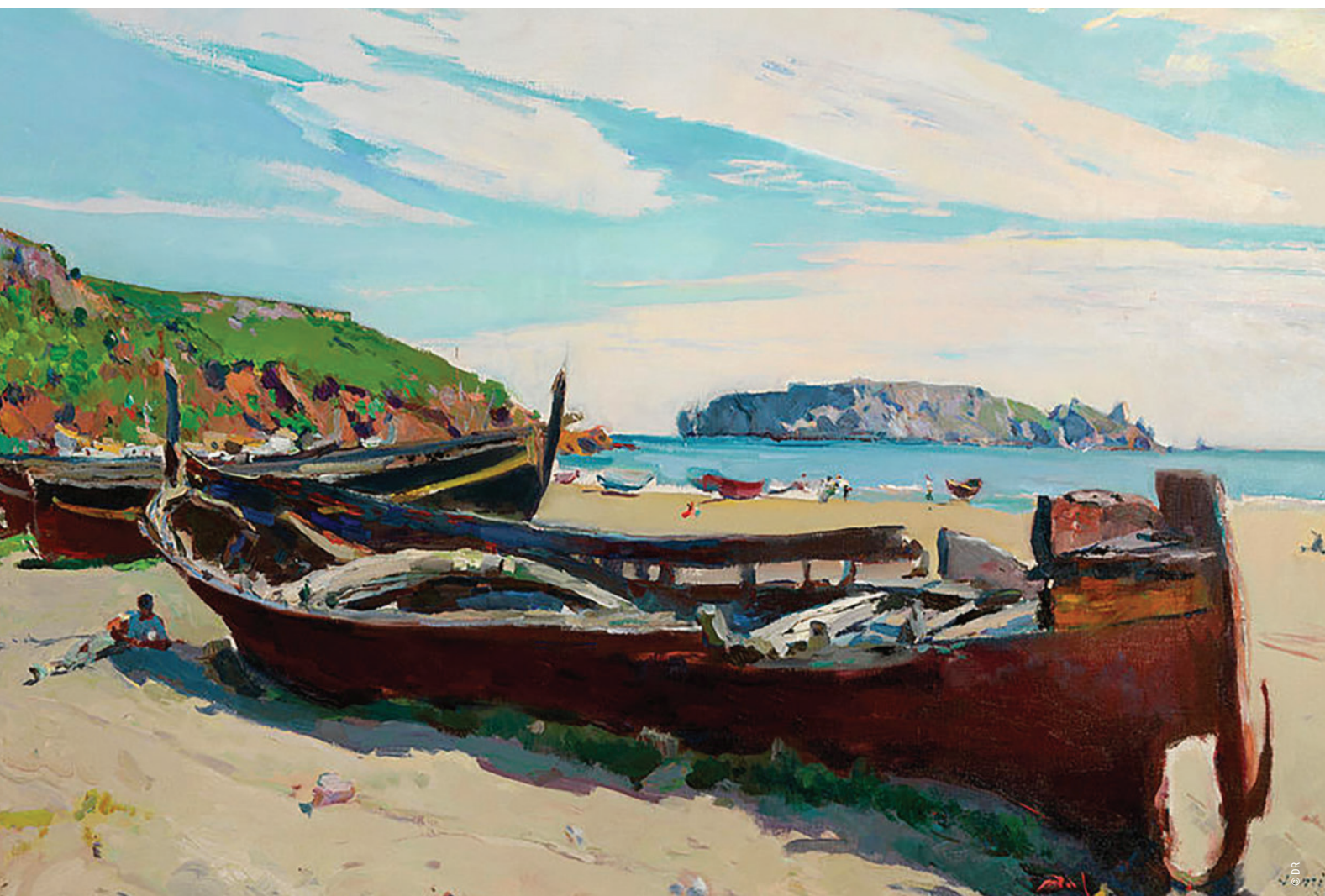


PROGRAMME

MAISON DES SENIORS ET DE LA CULTURE BLUMA FISZER

JUIN-JUILLET-AOÛT 2026



The remain, Joaquim Mir i Trinxet, 1935

Avec le soutien de

Édito

Bonjour à toutes et à tous,

Cela fait désormais quelques mois que j'ai quitté la Maison des Seniors et il me tenait à cœur de vous dire au revoir à travers cet édit.

Ces années d'alternance passées à vos côtés ont été précieuses. Je garderai en mémoire les parties de rami et de Cluedo, les échanges sincères, les regards complices et tous ces instants qui ont rythmé notre quotidien. Derrière chaque activité, il y avait surtout des rencontres, des histoires et une belle chaleur humaine.

Aujourd'hui, diplômée d'un BPJEPS en animation sociale, je mesure le chemin parcouru. Je n'aurais pas réussi sans votre participation, votre confiance et le soutien précieux de l'équipe. Vous avez pleinement contribué à cette réussite.

Une nouvelle aventure commence pour moi, avec son lot de découvertes et de défis. Je pars le cœur rempli de vos sourires, de votre bienveillance, de votre humour et de votre authenticité, qui ont marqué autant mon parcours professionnel que personnel. Je vous souhaite de continuer à partager ces beaux moments de convivialité et de garder cette énergie et cette solidarité qui vous caractérisent.

Avant de conclure, je me permets de vous rappeler quelques informations pratiques : les inscriptions débuteront le lundi 1^{er} juin à 10h30 et reprendront le mercredi 3 juin, la MSC étant exceptionnellement fermée le 2 juin.

Merci pour votre accueil, votre confiance et pour tous ces moments, y compris les pauses gourmandes, qui resteront parmi mes meilleurs souvenirs. Au revoir, mais jamais bien loin du cœur.

Emily Levy



Retours sur... POURIM

Lors de la fête de Pourim que nous avons célébré à la Maison des Seniors, nous avons assisté à un jaillissement de joie, de couleurs, de visages masqués et souriants.

L'espace d'un après-midi, nos aînés ont pu oublier l'actualité préoccupante et les difficultés du quotidien en célébrant la fête de la reine Esther : chants, danses et rencontres autour d'un goûter exceptionnel, réalisé par les petites mains de l'équipe, ont fait de cet événement un moment inoubliable. Chaque personne est venue déguisée, costumée, maquillée : au son de la musique endiablée d'Alain Douieb, nous avons vu des chevaux, des rockeuses et des tortues Ninja danser ensemble dans une atmosphère pétillante !

Le Rabbin Israël Nisenbaum a gratifié l'assemblée d'une magnifique lecture de la Méguila, et chacun est reparti avec un michloah manot et le cœur plein d'émotions positives.



YOM HAATSMAOUT



Joie, musique et partage n'ont pas manqué pour célébrer Yom Haatsmaout, la fête de l'indépendance d'Israël !

Portés par la présence d'Ortal, chanteuse et DJ exceptionnelle, nous avons vibré au rythme des chansons israéliennes qui résonnent dans tous les cœurs. Les voix se sont élevées, les sourires se sont multipliés et la piste de danse s'est rapidement remplie, offrant un véritable spectacle de bonheur et d'énergie communicative, soutenu par l'implication de l'équipe tout au long de l'après-midi.

Autour de délicieuses spécialités israéliennes, chacun a pu partager un moment convivial et gourmand, renforçant davantage les liens. Chants et danses ont rythmé cette belle célébration, où la joie collective était palpable à chaque instant. Ce moment fort s'est conclu par une Hatikva particulièrement émouvante, chantée à l'unisson, laissant dans les cœurs une profonde sensation d'unité. Un après-midi inoubliable, empreint de chaleur, de souvenirs et d'émotions partagées.



Fermetures de la MSC

Fête nationale : mardi 14 juillet

Séjour estival : du vendredi 31 juillet au jeudi 6 août

Fermeture annuelle : du lundi 10 août au dimanche 30 août inclus

Autres fermetures : mardi 2 juin, lundi 6 juillet et 20 juillet, jeudi 30 juillet et vendredi 7 août

POUR INFORMATION :

Les inscriptions débuteront le **lundi 1^{er} juin 2026 à 10h30**. Une interruption est prévue le **mardi 2 juin** en raison d'une fermeture administrative. Les inscriptions reprendront le **mercredi 3 juin** et se poursuivront jusqu'au **vendredi 5 juin inclus**.

PROGRAMME DES ACTIVITÉS

JUIN-JUILLET-AOÛT 2026

Pour avoir accès aux activités, il est nécessaire de souscrire à une adhésion à la Maison des Seniors et de la Culture Bluma Fiszler. Pour une question de sécurité et d'organisation, la participation aux activités nécessite une inscription préalable sur place ou par téléphone.

Les inscriptions débiteront dès le lundi 1^{er} juin à 10h30.



© Freepik



CYCLE CONFÉRENCE - 1

Mardi 9 juin à 14h30

La philosophie face à l'échange économique

Par Sacha Mandelcwajg

Que peuvent dire les philosophes de l'échange économique ? L'argent se réduit-il à la monnaie ? Comment saisir cette réalité mystérieuse que nous utilisons quotidiennement, et qui pourtant nous échappe fondamentalement ? L'argent est-il émancipateur, source de liberté, ou bien aliénant ? D'Aristote à Marx, en passant par

Freud et la Bible, nous tenterons d'analyser son caractère ambivalent et paradoxal.

Lieu : MSC - PAF : 2 € - Nous serons aussi sur Teams, ID de réunion et code secret réservés aux adhérents.



VISITE GUIDÉE

Mercredi 10 juin à 14h30

Visages d'artistes

Nous vous proposons une visite guidée de l'exposition du Petit Palais, consacrée au portrait d'artiste au XIX^e siècle. À travers une sélection d'œuvres variées, cette exposition invite à porter un nouveau regard sur les artistes et leurs relations : admiration, amitié, influences ou parfois rivalités. Cette visite sera aussi l'occasion de découvrir les ateliers d'artistes, véritables lieux de création et de rencontres, témoins d'une époque riche en échanges et en inspirations.

Lieu : Petit Palais - Niveau de marche : ☆☆☆ - PAF : 10 € - Places limitées à 13 personnes.

L'heure et le lieu de RDV vous seront communiqués quelques jours avant la visite.



JEU

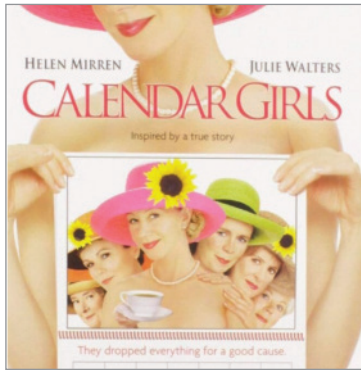
Jeudi 11 juin à 14h30

Bingo

Par l'équipe

Retrouvez-nous pour passer un moment convivial et amusant. Préparez vos cartons et ouvrez grand vos oreilles, les numéros vont s'enchaîner. Le premier qui complète

sa grille crie bien fort : BINGO ! Alors, peut-être repartirez-vous avec un petit souvenir de votre victoire. Que la partie commence... et que la chance soit avec vous ! **Lieu : MSC - Gratuit.**



MS'CINÉ

Lundi 15 juin à 14h30

Calendar Girls

L'équipe de la MSC vous invite à découvrir Calendar Girls, dont voici l'histoire : « Dans un petit village du Yorkshire, douze femmes d'âge mûr, bien décidées à bousculer les habitudes, se lancent dans un projet aussi audacieux qu'inattendu : poser nues pour un calendrier au profit de la lutte contre la leucémie. Ce défi va transformer leur quotidien,

renforcer leurs liens et les entraîner bien au-delà de ce qu'elles avaient imaginé, jusqu'à bouleverser leur vie personnelle ».

Retrouvons-nous autour de ce film touchant et plein d'humour, inspiré d'une histoire vraie. **Lieu : MSC - Gratuit.**



ATELIER DE RÉFLEXION

Mardi 16 juin à 10h30

Communication persuasive et médias de masse

Par Sacha Mandelcwaig

À l'occasion de l'anniversaire de l'appel du 18 juin, nous nous interrogerons sur le phénomène de la persuasion et le rôle des technologies de l'information et de la communication (TIC). Il s'agit de s'interroger sur l'influence que peuvent exercer les

médias de masse sur l'individu : peuvent-ils modifier nos représentations du monde et changer nos comportements ? Des questionnements de l'entre-deux-guerres (Tchakhotine, École de Francfort) à la psychologie sociale nord-américaine des années 1960-1970 (Lazarsfeld, McCombs et Shaw), nous parcourrons les grandes théories de l'impact des médias sur les personnes.

Lieu : MSC - Gratuit - Nous serons aussi sur Teams, ID de réunion et code secret réservés aux adhérents.



CONFÉRENCE

Mardi 16 juin à 14h30

Être père dans le judaïsme, le christianisme et l'islam

Par Isabelle Lévy

« La femme devient mère en mettant au monde un enfant. Quant à l'homme, il ne lui suffit pas de donner au nouveau-né son patronyme et de subvenir à ses besoins matériels pour être père, le dessein divin ayant prévu pour lui autre chose. Si chacun espère pour ses enfants tout le bonheur du monde, les pères croyants désirent leur transmettre leur foi pour vivre une paternité en quête de sens. »

Isabelle Lévy est l'autrice d'Être père dans le judaïsme, le christianisme et l'islam paru aux Editions Nouvelle Cité.

Lieu : MSC - PAF : 2 € - Nous serons aussi sur Teams, ID de réunion et code secret réservés aux adhérents.



PIÈCE DE THÉÂTRE

Mercredi 17 juin à 15h00

Qui a peur du grand méchant loup ?

Par la troupe de théâtre de la MSC

« Mais que se passe-t-il dans la forêt de Scenarville ? Entrez dans l'univers loufoque d'une forêt imaginaire où les loups chantent, les arbres parlent, les adultes règlent

leurs comptes et les enfants ne sont pas dupes ! Vous y rencontrerez tout un monde d'âmes bienfaisantes qui épient et qui veillent à faire tomber les masques non sans humour. Un spectacle où on ne sait pas qui sont les gentils ni qui sont les méchants. Pour les cœurs d'enfants devenus grands. » Venez découvrir ce spectacle présenté par la troupe de théâtre de la MSC, fruit de plusieurs mois de travail et de répétitions. Leur énergie, leur talent et le plaisir qu'ils ont pris à construire ce projet ensemble vous attendent ! **Lieu : MSC - PAF : 5 € - Places limitées à 30 personnes.**



VISITE GUIDÉE ET ATELIER

Jeudi 18 juin à 14h15

Une journée XVIII^e siècle

Grâce à cette exposition immersive, plongez au cœur de l'intimité d'une demeure aristocratique des années 1780 et de ses habitants, domestiques et animaux familiers. Dans une ambiance cinématographique, sonore et olfactive, vous serez invité à déambuler de pièce en pièce, comme si vous étiez un proche ou un invité privilégié de la famille. Pour l'occasion, plus de 550 pièces originales illustreront les arts décoratifs. Inspirez-vous-en pour l'atelier créatif qui suivra ! La visite vous guidera dans la réalisation d'une planche tendance, à partir d'images, de couleurs et de motifs, pour

restituer l'univers de la période visitée.

Lieu : Musée des Arts Décoratifs - Niveau de marche : ☆☆☆ - PAF : 10 € - Places limitées à 18 personnes.

L'heure et le lieu de RDV vous seront communiqués quelques jours avant la visite.



ATELIER CRÉATIF

Vendredi 19 juin à 10h30

Cyanotype

Par l'équipe

Initiez-vous au cyanotype, une technique photographique ancienne inventée par John Herschel en 1842. Accessible à tous, ce procédé simple et ludique permet de créer des images uniques grâce à la lumière du soleil. Lors de cet atelier, vous découvrirez les

différentes étapes de réalisation : composition, exposition et révélation de l'image. Des éléments naturels seront mis à votre disposition pour laisser libre cours à votre imagination et expérimenter en toute simplicité. Un moment pour explorer votre créativité et repartir avec vos réalisations ! **Lieu : MSC - PAF : 6 € - Places limitées à 10 personnes.**



ATELIER REPAS

Lundi 22 juin

Cuisine mexicaine

Par l'équipe

Gourmandise et nouveauté s'inviteront en cuisine lors de cet atelier repas ayant pour thème le pays riche en culture et en chaleur qu'est le Mexique. Tacos à composer, salade fraîche, boissons typiques, dessert fruité... de quoi se régaler tout en s'ouvrant

au monde. Dans une ambiance créative et amicale, les participants à la préparation pourront s'essayer à de nouvelles saveurs et repartir avec la tête pleine d'idées à reproduire chez soi. Les autres se joindront ensuite à nous pour goûter ces mets colorés, échanger et créer des souvenirs !

Lieu : MSC - 10h - Préparation et dégustation - PAF : 10 € - Places limitées à 6 personnes.

13h - Dégustation - PAF : 13 € - Places limitées à 16 personnes.



CYCLE CONFÉRENCE - 2

Mardi 23 juin à 14h30

Qu'est-ce que la reconnaissance ?

Par Sacha Mandelcwajg

Nous avons tous besoin de reconnaissance : le regard bienveillant d'autrui sur ma personne est vital, il confirme mon existence de manière positive et encourageante. La considération que m'accorde l'Autre me permet effectivement de construire mon identité et d'acquérir une certaine estime de moi-même. Mais la reconnaissance peut aussi parfois être l'objet d'une lutte avec soi-même et avec les autres.

Lieu : MSC - PAF : 2 € - Nous serons aussi sur Teams, ID de réunion et code secret réservés aux adhérents.



VISITE GUIDÉE

Mercredi 24 juin à 11h00

Marie de Sévigné, lettres parisiennes

Plongez dans l'univers de Madame de Sévigné grâce à l'exposition inédite « lettres parisiennes ». Présentée au Musée Carnavalet, cette exposition met à l'honneur Marie de Rabutin-Chantal, marquise de Sévigné, dans le lieu même où elle vécut de 1677 jusqu'à sa mort en 1696. À travers plus de 200 œuvres, elle retrace la vie et l'œuvre de cette grande figure de la correspondance française, tout en offrant un regard sur les

mœurs, les idées et les événements du Grand Siècle. Une belle occasion de redécouvrir cette figure emblématique et d'échanger ensemble autour de son époque et de son héritage.

Lieu : Musée Carnavalet – Niveau de marche : 🌱🌱🌱 - PAF : 10 € - Places limitées à 25 personnes.

L'heure et le lieu de RDV vous seront communiqués quelques jours avant la visite.



JEU

Mercredi 24 juin à 14h30

Blind test musical

Par l'équipe

Venez tester votre mémoire et votre oreille musicale lors d'un blind test animé autour des plus grands succès des années 1950 à 1990 ! Chansons françaises, variétés internationales, tubes incontournables... Saurez-vous reconnaître l'artiste ou le titre en quelques notes ? Une activité rythmée et pleine de souvenirs, à partager en équipe ou en solo. Rires, surprises et refrains chantés ensemble garantis ! **Lieu : MSC - Gratuit.**



CONCERT

Jeudi 25 juin à 14h30

Chansons françaises à la guitare et au violon

Par Airnest & Compagnies

Ne manquez pas le dernier concert de l'année ! Nous vous invitons pour l'occasion à vivre ce spectacle musical intimiste qui revisite les grands classiques de la chanson française. À travers des arrangements sensibles et élégants portés par un duo complice guitare-violon, ces mélodies intemporelles reprendront vie en mêlant émotion, nostalgie et modernité. Un événement qui vous fera vibrer ! Et pour prolonger la fête, nous partagerons ensuite un goûter préparé par les petites mains de l'équipe. **Lieu : MSC - PAF : 14 €.**



JOURNÉE À FONTAINEBLEAU

Lundi 29 juin à 9h00

À la découverte du château et de ses jardins

Par l'équipe

Nous organisons une journée exceptionnelle à la découverte du château de Fontainebleau et de ses alentours, pour une plongée dans 800 ans d'histoire de France. Habité par les souverains du XII^e au XIX^e siècle, ce site est aujourd'hui inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO, tout comme ses jardins et son parc qui s'étendent sur 130 hectares. Le trajet s'effectuera en car et sur place, vous profiterez d'une visite guidée du château. Afin de garantir le confort de chacun, le groupe sera divisé en deux : pendant que certains participeront à la visite, les autres pourront explorer librement les alentours, avant d'alterner après le déjeuner. Nous vous proposons de partager un moment tous ensemble autour d'un pique-nique (non inclus), tout en restant libre, si vous le souhaitez, de déjeuner en ville. La journée se clôturera par une balade commentée en petit train, pour découvrir les environs sous un autre angle. Une belle escapade alliant détente et découverte, pour tous ceux qui souhaitent passer une journée agréable et enrichissante en groupe.

Lieu : Fontainebleau - Niveau de marche : ★★★ - PAF : 50 € - Places limitées à 49 personnes.

L'heure et le lieu de RDV vous seront communiqués quelques jours avant la sortie.



CYCLE CONFÉRENCE - 3

Mardi 30 juin à 14h30

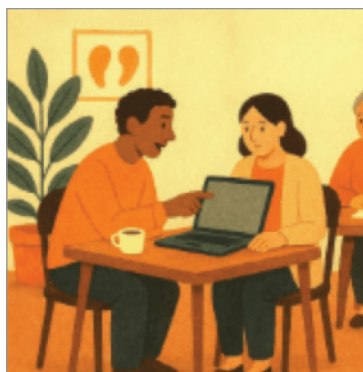
Qu'est-ce que l'éthique ?

Par Sacha Mandelcwajg

On constate actuellement l'émergence d'une pluralité d'éthiques : on parle d'éthique des affaires, d'éthique médicale ou encore d'éthique du sport... Mais qu'est-ce que l'éthique ? Que signifie cette branche spécifique de la philosophie ? Doit-on la distinguer de la morale et de la déontologie ? Dans quel type de situation un questionnement

éthique peut-il aujourd'hui émerger de manière pertinente ?

Lieu : MSC - PAF : 2 € - Nous serons aussi sur Teams, ID de réunion et code secret réservés aux adhérents.



ATELIER COUP DE POUCE

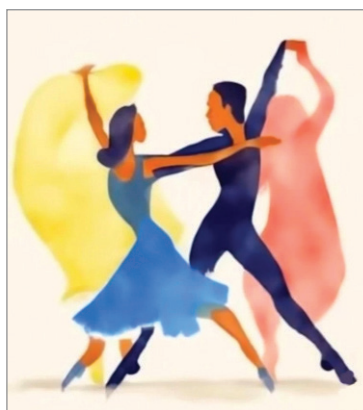
Jeudi 2 juillet à 10h30

Aide à l'informatique et aux démarches administratives

Par l'équipe

L'atelier « Coup de pouce » est un temps convivial réservé à celles et ceux qui souhaitent être aidés dans leurs démarches administratives ou informatiques. Qu'il s'agisse de

remplir un formulaire, de comprendre un courrier, d'effectuer une demande en ligne ou d'apprendre à utiliser un outil numérique, chacun disposera d'un créneau de 30 minutes pour poser ses questions et recevoir un accompagnement simple et adapté. Ce rendez-vous sera avant tout un moment d'entraide et de partage, où l'on prend le temps d'avancer ensemble, dans une bonne ambiance. **Lieu : MSC - Gratuit - Places limitées à 6 personnes.**



DANSE

Jeudi 2 juillet à 14h30

Initiation aux danses de salon

Par Peggy Col

Lors de cette séance, vous pourrez découvrir les rudiments de différentes danses de salon, accessibles à tous, tout en partageant un moment agréable en musique. Que vous veniez seul ou accompagné, aucune expérience n'est nécessaire : l'objectif est simplement de bouger, de se faire plaisir et de passer un bon moment ensemble. Nous

vous attendons nombreux pour ce moment de détente et de partage.

Lieu : MSC - PAF : 12 € - Places limitées à 20 personnes.



BALADE MATINALE

Vendredi 3 juillet à 11h00

Flânerie sur la coulée verte

Par l'équipe

Cette ancienne ligne de chemin de fer réhabilitée en promenade offre un itinéraire verdoyant, loin de l'agitation des grandes avenues. Le chemin serpente entre les immeubles et les jardins suspendus, dévoilant des recoins fleuris et des perspectives originales sur les toits parisiens. C'est une balade idéale pour prendre l'air, discuter tranquillement ou simplement profiter d'un moment de calme en pleine ville. Nous pourrions en profiter pour récupérer quelques plantes, qui pourront servir à l'atelier de création d'un herbier prévu le 23 juillet. **Lieu : Coulée verte René-Dumont - Niveau de marche : ☆☆☆ - Gratuit.**

L'heure et le lieu de RDV vous seront communiqués quelques jours avant la balade.



BOOSTEZ VOTRE CERVEAU !

Mardi 7 juillet à 10h30

Découverte de la gematria

Par l'équipe

Et si les mots cachaient... des nombres ? Et si ces nombres révélaient des liens inattendus ? La gematria est une méthode d'interprétation des textes sacrés qui associe une valeur numérique à chaque lettre hébraïque. À partir d'un court texte en hébreu, vous apprendrez à identifier les lettres, à leur associer une valeur, puis à calculer celle des mots. Accessible à tous, cet atelier stimulera votre attention, votre logique et votre imagination ; une belle occasion d'allier découverte et plaisir d'apprendre. **Lieu : MSC - Gratuit.**



CYCLE CONFÉRENCE - 4

Mardi 7 juillet à 14h30

Qu'est-ce que la rivalité mimétique ?

Par Sacha Mandelcwajg

Qu'est-ce que la rivalité mimétique et comment fonctionne-t-elle ? Comment la compétition et la jalousie naissent-elles et engendrent-elles le risque de violence de tous contre tous au sein d'une société ? Comment espérer enrayer les effets négatifs du mimétisme, susceptible de provoquer une concurrence agressive entre les Hommes ? Nous vous proposons de réfléchir ensemble à ces multiples interrogations.

Lieu : MSC - PAF : 2 € - Nous serons aussi sur Teams, ID de réunion et code secret réservés aux adhérents.



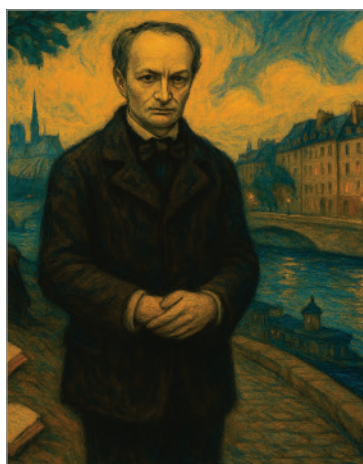
ATELIER CUISINE

Mercredi 8 juillet à 10h30

Sablés made in MSC

Par l'équipe

Vous avez certainement déjà goûté les sablés faits maison de la MSC lors de nos goûters ou autour d'un café. Nous savons que vous êtes nombreux à en désirer la recette, mais aussi à vouloir apprendre à les réaliser vous-mêmes. Nous avons donc décidé de la mettre à l'honneur durant un nouvel atelier cuisine qui saura conquérir vos cœurs avec affection, gourmandise et simplicité. **Lieu : MSC - PAF : 8 € - Places limitées à 8 personnes.**



BALADE LITTÉRAIRE

Mercredi 8 juillet à 14h00

Baudelaire entre terre et Seine

Par Sur le Pavé la Plume

Nous vous proposons une balade guidée sur l'Île Saint-Louis qui fut au XIX^e siècle, un lieu de vie pour de nombreux artistes. En marge des bouleversements aux alentours, elle offrait un cadre propice à la création comme au retrait salvateur. C'est là que Charles Baudelaire prit son envol littéraire, tandis que Camille Claudel y vécut presque recluse, dans une solitude féconde et tourmentée. Lieu d'attachement ou de rejet, l'île

a nourri des trajectoires contrastées, entre création, excès et génie, faisant naître sa richesse littéraire et artistique.

Lieu : Île Saint-Louis - Niveau de marche : ★★★ - PAF : 10 € - Places limitées à 15 personnes.

L'heure et le lieu de RDV vous seront communiqués quelques jours avant la balade.



ATELIER REPAS

Jeudi 9 juillet

Cuisine juive italienne

Par l'équipe

Laissez-vous porter par des saveurs méditerranéennes riches en gourmandise et en histoire lors de cet atelier repas inédit. Vous explorerez les spécialités de

la cuisine juive italienne, entre recettes familiales, produits frais et gestes simples à reproduire chez soi. Pour un maximum de convivialité, rejoignez-nous et participez à la préparation de tous ces petits plats alléchants : artichauts alla guida, arancini à la viande, courgettes à la menthe, croquets et biscotti au citron. Mais si vous préférez travailler votre palais plus que vos mains, vous pourrez venir directement à la dégustation qui suivra cet atelier et qui vous permettra de découvrir une cuisine encore trop peu explorée.

Lieu : MSC - 10h - Préparation et dégustation - PAF : 10 € - Places limitées à 6 personnes.

13h - Dégustation - PAF : 13 € - Places limitées à 16 personnes.



MS'CINÉ

Lundi 13 juillet à 14h30

HAWAII

L'équipe de la MSC vous propose de visionner ensemble ce film, dont voici l'histoire : « Neuf amis se réunissent chaque année dans l'hôtel de leur ami Thomas, à Hawaï. À la suite d'une alerte d'attaque nucléaire, ils pensent que leurs derniers instants sont arrivés. Des années de vérités cachées, de ressentiment et d'amertume refont surface, et leur réunion annuelle, amicale, se transforme rapidement en une violente dispute où chacun règle ses comptes. » **Lieu : MSC - Gratuit.**



PARC FLORAL

Mercredi 15 juillet à 12h30

Pique-nique et mini-Golf

Par l'équipe

Rien de tel que le soleil de juillet pour partager un après-midi bon enfant ! Nous vous invitons à vivre un moment placé sous le signe de la détente, des rires et des échanges, dans une ambiance simple et bienveillante. Au programme : un pique-nique en plein air pour prendre le temps de se retrouver, discuter et profiter de l'été, suivi d'une activité

ludique avec une partie de mini-golf. Que vous soyez joueur occasionnel ou compétiteur dans l'âme, chacun pourra participer à son rythme, dans la bonne humeur. Pour profiter pleinement de cette sortie, pensez à apporter votre repas froid et de quoi vous protéger du soleil !

Lieu : Parc Floral - Niveau de marche : ★★★ - PAF : 10 € - Places limitées à 30 personnes.

L'heure et le lieu de RDV vous seront communiqués quelques jours avant la sortie.



VISITE GUIDÉE

Jeudi 16 juillet à 10h30

Simone Veil. Mes sœurs et moi.

Nous vous proposons de vous accompagner à la découverte d'une superbe exposition. Plongez au cœur de l'intimité de la fratrie Jacob, dont le destin fut bouleversé par la guerre. On y découvre une Simone Veil souriante et insouciante, loin des représentations figées de la femme d'État. Conçue par David Teboul et inspirée de l'ouvrage et du film éponymes qu'il a réalisé, l'exposition prolonge le travail de l'auteur

autour de la mémoire et de la transmission. Elle repose sur des extraits de correspondances, journaux intimes et récits, et dévoile des photographies issues des archives des familles Jacob et Vernay.

Lieu : Mémorial de la Shoah - Niveau de marche : ★☆☆ - PAF : Gratuit - Places limitées à 18 personnes.

L'heure et le lieu de RDV vous seront communiqués quelques jours avant la visite.



ATELIER CUISINE

Vendredi 17 juillet à 10h30

Composition de rafraîchissements

Par l'équipe

Pour ce deuxième atelier cuisine du mois, nous nous attèlerons, de manière inédite, non pas à la création de mets mais à la création de boissons, afin de se désaltérer tout en se faisant plaisir. À base de fruits frais, de sirops et de breuvages en tout genre, amusez-vous à confectionner des rafraîchissements parfaits pour l'été ! Et pour ne pas

en rater une goutte, vous pourrez verser votre eau aromatisée, votre jus, votre smoothie ou toute autre création dans une petite bouteille que nous vous fournirons. De quoi garnir une table de repas, en faire profiter vos proches et rendre les beaux jours plus agréables. **Lieu : MSC - PAF : 6 € - Places limitées à 8 personnes.**



ATELIER PHILOSOPHIE/ PENSÉE JUIVE

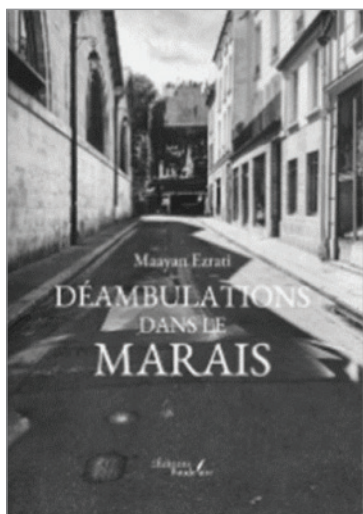
Mardi 21 juillet à 10h30

Lévinas, philosophie et judaïsme après la Shoah

Par Sacha Mandelcwaig

En cette période de commémoration de la Rafle du Vel d'Hiv', nous abordons la pensée de Lévinas, un philosophe dont l'œuvre et l'existence ont été traversées par la Shoah. En reprenant les grandes étapes de l'histoire de la philosophie occidentale, il développe un questionnement critique vis-à-vis d'une rationalité susceptible de devenir totalitaire. Comment éviter à la Raison la tentation violente d'éliminer toute altérité ? En revalorisant le judaïsme au sein de la philosophie après la Shoah, Lévinas fait la tentative d'élaborer une pensée qui laisse de la place à l'autre.

Lieu : MSC - Gratuit - Nous serons aussi sur Teams, ID de réunion et code secret réservés aux adhérents.



CONFÉRENCE

Mardi 21 juillet à 14h30

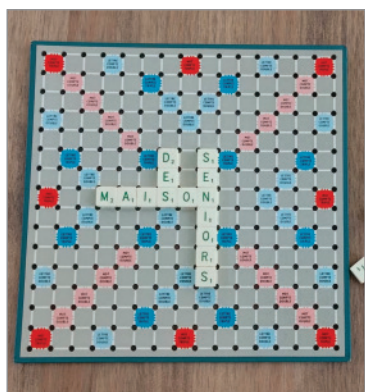
« Déambulations dans le Marais » : entre poésie et mémoire juive

Par Maayan Ezrati

Psychologue et autrice de *Déambulations dans le Marais* (Éditions Baudelaire), Maayan Ezrati nous présentera son récit poétique. Nous méditerons autour d'une parole qui hante encore l'ancien quartier juif parisien et qui cherche à faire émerger une mémoire : celle de quatre générations de juifs qui ont vécu avant, pendant et après la Shoah au sein du Marais. Il fallait ce long poème plein de fissures, cette écriture blessée pour dire

l'exil du Yiddishland aux rues de Paris, la peur, les rafles... et peut-être un peu de vie retrouvée ?

Lieu : MSC - PAF : 2 € - Nous serons aussi sur Teams, ID de réunion et code secret réservés aux adhérents.



JEU

Mercredi 22 juillet à 11h00

Scrabble Duplicate

Par l'équipe

Lors de cette activité, chacun reçoit les mêmes lettres et se lance dans la recherche du mot parfait. Les esprits s'activent, les idées fusent et chacun tente de dénicher la combinaison qui rapporte le plus de points. On découvre ensuite les différentes propositions, souvent surprenantes et ingénieuses. Un jeu qui met les neurones en

mouvement, où stratégie et sens des mots se rencontrent autour d'une même grille !

Lieu : MSC - Gratuit - Places limitées à 16 personnes.



BALADE GUIDÉE

Mercredi 22 juillet à 15h00

Visite immersive au cœur du Faubourg Saint-Antoine

Par Robin Duverger

Avec notre guide Robin, plongez au cœur de la Révolution française lors d'une visite immersive dans le Faubourg Saint-Antoine, véritable épicerie contestataire dès l'aube

des événements. Cette déambulation vous fera découvrir les lieux emblématiques, parfois méconnus qui ont marqué cette journée historique : la Folie Titon, l'église Sainte-Marguerite, le passage L'homme et bien d'autres. Entre récits de courage, moments décisifs et atmosphère insurrectionnelle, ressentez l'esprit de la Révolution et revivez l'une des dates les plus marquantes de l'histoire parisienne, française et mondiale.

Lieu : Faubourg Saint-Antoine - Niveau de marche : ☆☆☆ - PAF : 10 € - Places limitées à 15 personnes.

L'heure et le lieu de RDV vous seront communiqués quelques jours avant la balade.



ATELIER CRÉATIF

Jeudi 23 juillet à 10h30

Créer son herbier

Par l'équipe

Laissez libre cours à votre créativité lors d'une matinée conviviale dédiée à la création d'un herbier. À partir des plantes récoltées lors de notre balade du 3 juillet, nous composerons ensemble de jolies pages naturelles dans un carnet personnalisé. Cet atelier sera un moment de partage et de détente autour de la beauté du monde végétal.

Vous apprendrez à reconnaître certaines espèces, à les faire sécher et à les mettre en valeur grâce à des techniques simples et accessibles. Chacun pourra avancer à son rythme, expérimenter différentes compositions et repartir avec une création unique, reflet de son regard sur la nature. **Lieu : MSC - PAF : 6 € - Places limitées à 8 personnes.**



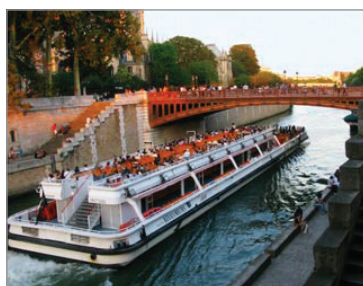
JEU

Jeudi 23 juillet à 14h30

Quiz

Par l'équipe

Bienvenue dans ce quiz général, un moment conçu pour s'amuser, rire et partager dans une ambiance conviviale et stimulante. Que vous veniez seul ou entre amis, chacun y trouve sa place pour jouer et se détendre. Questions variées et petits défis viendront rythmer la partie. Laissez-vous emporter par le plaisir du défi et venez profiter d'un instant chaleureux placé sous le signe de la bonne humeur. **Lieu : MSC - Gratuit.**



BATEAUX PARISIENS

Lundi 27 juillet à 14h30

Croisière sur la Seine

La tour Eiffel, le Louvre, Notre-Dame de Paris, la Conciergerie, le musée d'Orsay...

Les monuments qui font la richesse du patrimoine parisien constituent des étapes

incontournables de notre beau Paris. Visiter Paris en bateau permet de changer de point de vue et de découvrir le cœur historique de la capitale autrement, sous un angle différent : celui de la Seine. Nous vous proposons d'embarquer pour une belle croisière à Paris, une balade commentée le long de la Seine.

Lieu : Les Bateaux Parisiens - Niveau de marche : ☆☆☆ - PAF : 13 € - Places limitées à 18 personnes.

L'heure et le lieu de RDV vous seront communiqués quelques jours avant la visite.



ATELIER PHILOSOPHIE/ PENSÉE JUIVE

Mardi 28 juillet à 10h30

Hommage à Habermas : De l'école de Francfort à la philosophie de l'espace public

Par Sacha Mandelcwaig

Nous rendons hommage à un grand philosophe qui nous a quittés le 14 mars dernier, et dont la réflexion n'a cessé d'être hantée par la violence de la Deuxième Guerre mondiale : en s'inspirant du freudo-marxisme juif, Habermas a incarné une forme de conscience morale de l'Allemagne, à la suite de la catastrophe nazie. En effet, peut-on encore philosopher en Europe après la Shoah ? La Raison n'est-elle pas morte à Auschwitz ? En prenant en compte l'héritage du Judaïsme de l'École de Francfort, Habermas va tenter de relancer le projet philosophique des Lumières européennes : l'émancipation, à partir d'une éthique de la communication au sein d'un espace public démocratique.

Lieu : MSC - Gratuit - Nous serons aussi sur Teams, ID de réunion et code secret réservés aux adhérents.



KARAOKÉ

Mardi 28 juillet à 14h30

La MSC fait son show !

Par l'équipe

Pour cette dernière activité de l'été et de l'année, partons à la découverte des plus belles chansons françaises et des mélodies qui ont accompagné nos souvenirs. Nous chanterons ensemble des classiques comme Les Champs-Élysées de Joe Dassin, Ne me quitte pas de Jacques Brel, Le Sud de Nino Ferrer ou encore Amsterdam de Jacques Brel. Les plus nostalgiques pourront aussi se laisser porter par La tendresse de Bourvil ou Mistral gagnant de Renaud. Le voyage musical se poursuivra également avec des artistes israéliens incontournables comme Noa, Asaf Avidan, Omer Adam ou Dana International, pour des moments de partage et d'énergie collective. Un dernier après-midi festif, plein d'émotions, de souvenirs et de bonne humeur, pour clôturer ensemble cette belle année !

Lieu : MSC - Gratuit.

SÉJOUR SENIORS

À Saint-Aubin-sur-Mer, en Normandie

Du 31 juillet au 6 août 2026

À la maison de vacances du Campus Leven, l'équipe de la MSC vous accueille pour un été convivial et chaleureux, entre rencontres, détente et beaux moments partagés.

LE PRIX INCLUT :

À partir de
600€

- Transport aller-retour et déplacements en car
 - Pension complète cachère
- Hébergement en chambres simples, doubles et triples
 - Excursions et activités adaptées
- Piscine, terrain de sport et accès direct à la mer



DISTILLERIE PÈRE MAGLOIRE



TROUVILLE



CHÂTEAU DE CRÈVECOEUR



CAEN

Inscriptions & informations

09 72 38 25 94

(places limitées à 40 personnes)



SENIORS
HANDICAP
SOLIDARITÉ

