



INTÉGRER NOTRE GROUPE
WHATSAPP

FONDATION
CASIP-COJASOR


CASIP-COJASOR
FONDATION 1809

PROGRAMME

MAISON DES SENIORS ET DE LA CULTURE BLUMA FISZER

JANVIER - FÉVRIER - MARS 2022



MSC Bluma Fiszer

Avec le soutien de

Fondation
pour la
Mémoire
de la
Shoah

Fondation pour la Mémoire de la Shoah

 ועידת התביעות
Claims Conference
Conference on Jewish Material
Claims Against Germany

Claims Conference



Édito

Bonjour à tous,

Depuis presque deux ans, ce qui devait être une crise temporaire générée par un virus passager est devenue une crise qui s'installe dans le temps et qui a réorganisé nos vies en profondeur. Nous avons dû repenser nos relations sociales, nos façons de nous déplacer, de travailler, de nous soigner, de prendre soin de nous - mêmes et de nos proches. En particulier au sein de la Fondation, nos professionnels qui interviennent dans les secteurs du social et du médico-social ont dû modifier en profondeur, et en un temps record, leurs pratiques professionnelles. C'est ce qui explique la nécessité de ces changements à la Maison des Seniors et de la Culture, afin de pouvoir vous accueillir dans les meilleures conditions.



Il ne fait plus aucun doute que nombre des changements que nous avons dû opérer s'inscrivent désormais dans le temps et ont redéfini notre « new way of life » (nouveau mode de vie). Nous pouvons regretter le temps passé mais nous pouvons être collectivement fiers des capacités que nous avons développées pour nous adapter et intégrer les nouveaux paramètres de nos vies.

Je m'associe à l'équipe de la MSC et vous remercie pour votre adaptation et votre compréhension. Nous sommes profondément ravis de vous revoir. Désormais, être à la bonne distance sociale, se protéger par les gestes barrières mais aussi voyager autrement et se réunir différemment sont les nouvelles données de la vie avec le COVID19. A l'aube de cette nouvelle année 2022, le bilan est tout aussi dur que positif, et nous ne pouvons souhaiter que ces changements constituent pour chacun d'entre nous un progrès pour l'avenir. Mais avant tout, je veux souhaiter à chacun de nos adhérents une année sereine, remplie de satisfactions personnelles et avec comme ligne d'horizon la bonne santé et les joies partagées à la Maison des Seniors et de la Culture Bluma Fiszer.

Karène Fredj
Directrice Générale



Bonjour à tous,



Je suis ravie que vous teniez en main notre programme du 1er trimestre 2022 !

Je tenais tout d'abord à vous souhaiter une bonne année, qu'elle puisse être riche en partages et en rencontres. Nous vous avons concocté un programme qui répondra, je l'espère, à vos attentes, car nous avons pris soin d'être à votre écoute et de vous proposer des activités qui répondent à vos demandes.

Nous savons que la contrainte imposée par les jauges nous a privés de la participation de certains d'entre vous aux animations ou aux stages, et que le nouveau système d'inscription a pu être déroutant. Nous sommes persuadés que vous en comprenez l'absolue nécessité, notre priorité est votre santé et votre bien-être.

Les inscriptions et règlements seront possibles dès le 20 décembre, sur place, et par téléphone au 09 72 38 25 94. Il sera encore possible de s'inscrire tout au long du mois de janvier pour les stages, et au cours du trimestre pour les animations.

Découvrez les nouveautés que nous vous avons préparées !

Pour démarrer l'année du bon pied, nous vous proposons le Kit Equilibre, un dispositif innovant de prévention des chutes. Vous pourrez également vous initier à la danse thérapie.

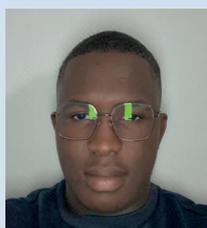
Participez aux balades parisiennes, aux ateliers cuisine, aux débats philosophiques, aux ateliers de gym douce et à la chorale... !

Nous retrouverons aussi nos joueurs de bridge, nos amateurs de lecture autour du café littéraire, l'espagnol en chansons au café olé et les discussions sur la modernité du Judaïsme, grâce à nos bénévoles fidèles au rendez-vous.



Je tenais à souhaiter la bienvenue à Mallory, qui est animatrice socioculturelle, et à Mouhamed notre apprenti élève de l'école de l'ORT de Montreuil. Je suis convaincue que vous apprécierez les animations qu'ils vont vous concocter.

Bonne lecture, et à bientôt à la Maison des Seniors et de la Culture Bluma Fiszer !



Julie Chemama

Responsable de la MSC et des programmes de lien social.

Retour sur...

CUISINONS ENSEMBLE !

On ne compte plus les émissions et articles culinaires tant la cuisine est devenue à la mode. A la Maison des Séniors, pas de concours, pas de stress, de plat impossible à reproduire chez soi ou de chef autoritaire et désagréable. Ici, place au positif. Notre atelier cuisine est un moment de confiance, d'échange et de socialisation entre des jeunes adultes en situation de handicap du SAVS (service d'accompagnement à la vie sociale) et des séniors de la MSC. Dans une ambiance joyeuse et conviviale, jeunes et séniors partagent les plaisirs de la cuisine et de la table, pour se retrouver autour du thème de l'Asie.

Nems, pad Thai et nougat chinois ont composé les menus réalisés au cours du dernier trimestre de 2021. En binôme, tous les participants ont épluché, râpé, coupé, émincé, cuit, frit et refroidi dans un joli mélange qui a été le principal ingrédient de cet atelier : la bienveillance ! Ils apprennent à vivre ensemble dans une cuisine, à se connaître se faire confiance et bien évidemment à s'entraider. Il s'est passé beaucoup de beaux moments dans cette cuisine et nous remercions nos adhérents et les bénéficiaires du SAVS.

Nous continuons ce projet en 2022, en allant encore plus loin, nous prendrons le temps d'identifier ce que nous mettons dans nos assiettes et nous aurons la surprise d'un chef cuisinier pour clôturer les sessions.



Ce qui change

- Vous avez la possibilité de vous inscrire et de payer par téléphone. Pour cela vous pouvez nous contacter le lundi, le mardi et le jeudi pour payer en ligne.
- Nous avons mis en place des cafés à thème qui sont gratuits avec obligation de s'inscrire afin de respecter les jauges sanitaires.

Ce qui ne change pas

- Inscription obligatoire.
- Places limitées.
- Notre envie de vous revoir !
- Passe sanitaire obligatoire



**FORFAIT
10 COURS
60 €**

PROGRAMME DE STAGES

En accord avec vos professeurs, les cours se dérouleront sous forme de stages de 10 séances, ils débuteront la semaine du 10 janvier. Venez découvrir nos nouveaux ateliers : Kit équilibre, Informatique et retrouvez votre professeur de chorale de l'an dernier, Laurence Temime. Inscription sur place ou par téléphone. Les inscriptions par paiement à distance se feront le lundi, le mardi et le jeudi en présence de Julie Chemama. Le tarif est de **60 euros** pour 10 cours.

Attention les places sont limitées.

KIT ÉQUILIBRE :

Le Kit « Equilibre » est un dispositif de prévention des chutes qui va vous permettre d'améliorer votre capital équilibre et d'adapter votre logement, grâce à :

- **12 séances** d'ateliers «Equilibre» dispensées par des kinésithérapeutes, regroupant des échauffements, de la stimulation des différents organes de l'équilibre, des parcours d'équilibration à obstacles, ...
- Une évaluation de votre autonomie dans votre domicile, par un ergothérapeute qui vous préconisera du matériel adapté à votre situation,
- Les essais du matériel à domicile, et la recherche de financement du matériel préconisé.

DANSE THÉRAPIE :

Par la danse thérapie, je vous invite à vous libérer du mental, des pensées récurrentes, c'est un moyen idéal pour vous connecter avec votre « ÊTRE », vous aligner avec votre âme. Les bienfaits de la danse thérapie : Aimer votre corps, l'accepter et le connaître - Vous exprimer par le mouvement - Libérer vos tensions et vos peurs - Développer votre créativité - Renforcer votre confiance.

Lundi	Dessin 13h30 à 15h	Kit équilibre 16h-17h
Mardi	Utilisation Smartphone 10h30-12h	
Mercredi	Théâtre 10h30-12h30	Danse thérapie 14h30-15h30
Jeudi	Chorale 10h-11h30	Gym douce 11h45-12h45



LES CAFES A THEME

Venez boire un café autour de nos différents thèmes à partir du 3 janvier 2022.
La participation est gratuite, mais les inscriptions sont obligatoires.



CAFE LITTERAIRE

UNE FOIS PAR MOIS EN PRESENTIEL A LA MAISON DES SENIORS
MARDI 11 JANVIER – MARDI 8 FEVRIER – MARDI 8 MARS
DE 14H30 À 16H30

Animé par Sylvie Benhamron

CAFE PHILO/ PENSEE JUIVE

TOUS LES MARDIS MATINS EN PRESENTIEL A LA MAISON DES SENIORS,
ET EN DISTANCIEL SUR ZOOM

DU 4 JANVIER AU 22 MARS 2022 DE 10H30 À 12H00

Animé par notre animateur Sacha Mandelcwojg, enseignant en philosophie. Abordons ensemble les grandes questions que se pose l'humanité, d'Athènes à Jérusalem.

ID de réunion : 850 9330 5840 Code secret : 6789



CAFE BRIDGE

LES MERCREDIS EN PRESENTIEL A LA MAISON DES SENIORS,
DU 5 JANVIER AU 23 MARS 2022 DE 15H45 À 17H00

Animé par Simon Chamak

CAFE MODERNITÉ DU JUDAÏSME

LES MERCREDIS EN PRESENTIEL A LA MAISON DES SENIORS, ET EN DISTANCIEL SUR ZOOM

DU 5 JANVIER AU 23 MARS 2022 DE 11H À 12H30
MODERNITE DU JUDAISME

Animé par Katy Coen

ID de réunion : 875 2552 2328 Code secret : 6789



CAFE OLÉ SUR PLACE A LA MSC

TOUS LES MARDIS MATINS EN PRESENTIEL A LA MAISON DES SENIORS de 10H00 à 11H30

Animé par Georges Behmoeras



PROGRAMME DES ACTIVITÉS

Janvier / Février / Mars 2022



CONFÉRENCE ANIMÉE PAR LE RABBIN ISRAËL NISSENBAUM

Mardi 4 janvier à 14h30

Y a-t-il une question sociale dans le Judaïsme ?

Si « tout est entre les mains de Dieu », comme le dit la tradition, à quoi sert-il de travailler, de chercher à modifier le monde ? Y a-t-il un destin pour la tradition juive, ou bien le Judaïsme est-il un vecteur de transformation sociale ? quel est le statut du travailleur, et celui de la « parnassa » (salaire/subsistance) dans la pensée juive biblique ? Rav Israël Nissenbaum, diplômé du Rabbinical College of America, est délégué du Beth Loubavitch - Paris 12^{ème} ouest. **Lieu : MSC - PAF : 5 €**

Nous serons aussi sur zoom : ID de réunion : 864 1998 9141 - Code secret : 6789



SORTIE

Mercredi 5 Janvier

Musée de l'histoire et de la médecine

Entre beauté et hideur de l'anatomie, embarquez pour ce petit endroit aux secrets bien gardés. **PAF : 15 €**

PROGRAMME DES ACTIVITÉS



GOÛTER MUSICAL

Jeudi 6 janvier à 14h30

Avec la participation de Jose Hassan Cohen

Jose Hassan Cohen vous propose avec sa guitare et sa voix un voyage musical à travers un florilège des plus belles chansons du répertoire français pour vous faire revivre l'esprit des cabarets de la rive gauche, les auteurs-compositeurs d'hier et d'aujourd'hui. Une invitation également au dépaysement et à la danse avec des rythmes et des mélodies ramenés de ses voyages en Espagne, en Amérique du sud et au Brésil.

Lieu : MSC - PAF : 10 €



ATELIER CUISINE

Mercredi 12 janvier à 14h30

Cuisinons ensemble !

Venez cuisiner à la MSC. Petit groupe intergénérationnel avec les jeunes adultes du Service d'accompagnement à la vie sociale.

Lieu : MSC - PAF : 5 €



LECTURE À VOIX HAUTE

Jeudi 13 janvier à 14h30

La voix des liseuses

« Paris, la ville des amoureux des mots » de Victor Hugo, Dumas, Cocteau... à Zola, Paris a inspiré de nombreux écrivains. La voix des liseuses vous propose de faire revivre à travers ces amoureux des mots les ambiances d'un Paris aux multiples facettes.

Lieu : MSC - PAF : 5 €



CONFÉRENCE ANIMÉE PAR CLAUDE BERGER

Mardi 18 janvier à 14h30

Pourquoi l'antisémitisme ?

La question du pourquoi de l'antisémitisme reste entière. On préfère décrire le comment, énumérer les crimes, expliquer les méthodes, les circonscrire dans le temps ou les traiter comme des extensions idéologiques des régimes totalitaires. En réalité, depuis plus de mille ans, ce désir de génocide n'a cessé, sous divers visages, de hanter l'Europe. Présent depuis Chrétien de Troyes, pendant les Croisades, l'Inquisition, les pogromes, les expulsions, il réapparaîtra, sécularisé, sous la plume de Voltaire. Ce désir manifeste s'affirme également dans les discours d'un Ahmadinejad et dans les actes d'un Mohamed Merah. Il est ainsi urgent de privilégier la réflexion sur « le pourquoi de l'antisémitisme » afin d'élucider le fantasme de « la solution finale ». **Lieu : MSC - PAF : 5 €**

Nous serons aussi sur zoom : ID de réunion : 864 1998 9141 - Code secret : 6789

PALAIS DES THÉS



ATELIER

Mercredi 19 janvier à 14h30

Dégustation du thé

Atelier ludique et sensoriel lors duquel nous allons aborder la dégustation du thé au travers de nos sens.

PAF : Gratuit sur inscription et offert par le Palais des Thés



CONCERT

Jeudi 20 janvier à 14h30

Célébration de la fête de Tou Bishvat

Autour d'une animation musicale klezmer et d'une collation fruitée, venez fêter tou bishvat, le nouvel an des arbres. **PAF : 13 €**



CONFÉRENCE ANIMÉE PAR RAYMOND MELKA

Mardi 25 janvier à 14h30

René Cassin, la Déclaration universelle des droits de l'Homme

Raymond Melka est magistrat à la retraite. Il a enseigné le droit et l'économie dans divers établissements universitaires, en particulier à Sciences-Po à Lyon. Il donne régulièrement des conférences dans des associations de la région parisienne. Il est aussi conciliateur de justice dans différents tribunaux.

René Cassin a joué un rôle majeur dans l'Histoire de la France, de l'Europe et du monde au 20^{ème} siècle. Il a été tour à tour avocat, professeur de droit, diplomate, juriste auprès du général de Gaulle à Londres, président de l'AIU, rédacteur de la déclaration universelle des droits de l'homme, président de grands tribunaux, il a reçu en 1968 le prix Nobel de la Paix. Cette conférence présentera les différents aspects de sa vie et de son œuvre.

Lieu : MSC - PAF : 5 €

Nous serons aussi sur zoom : ID de réunion : 864 1998 9141 - Code secret : 6789



ATELIER CUISINE

Mercredi 26 janvier à 14h30

Cuisinons ensemble !

Venez cuisiner à la MSC. Petit groupe intergénérationnel avec les jeunes adultes du Service d'accompagnement à la vie sociale.

Lieu : MSC - PAF : 5 €

PROGRAMME DES ACTIVITÉS



CONFÉRENCE ANIMÉE PAR ALEXIA MEIMOUN

Mardi 1^{er} février à 14h30

Les restitutions, un affrontement entre culture et droit

Par Alexia Meimoun, en L3 de double licence de Droit - Histoire de l'art et archéologie à La Sorbonne Paris

« Ce 9 novembre 2021, un événement inédit et tumultueux a eu lieu : la rétrocession de 26 « objets indigènes » devenus œuvres d'art africain au fil des années, au pays qui a vu leur production et leur spoliation : le Bénin.

Or, du fait de leur histoire et de l'évolution de leur statut, mais surtout du fait qu'il s'agisse des constituants du patrimoine culturel d'un autre pays, de nombreux débats concernant le bienfondé et les enjeux de cette rétrocession ont pu faire couler beaucoup d'encre et engendrer l'élévation de nombreuses voix ».

Lieu : MSC - PAF : 5 €

Nous serons aussi sur zoom : ID de réunion : 864 1998 9141 - Code secret : 6789



SORTIE

Mercredi 2 février

Musée des arts forains

Plongez dans le monde des manèges et instruments de musique mécanique. **PAF : 15 €**



MUSIQUE

Judi 3 février à 14h30

Thé à la Menthe

Ambiance musicale israélo-orientale autour d'un goûter

Lieu : MSC - PAF : 13 €



ATELIER CUISINE

Mercredi 9 février à 14h30

Cuisinons ensemble !

Venez cuisiner à la MSC. Petit groupe intergénérationnel avec les jeunes adultes du Service d'accompagnement à la vie sociale.

Lieu : MSC - PAF : 5 €



CONCERT

Jeudi 10 février à 14h30

Si Montand m'était conté

Personnalité hors du commun, Yves Montand sera évoqué à travers ses chansons, ses films, ses rencontres et ses engagements politiques. Ce concert passera en revue un demi-siècle de sa carrière dans le music-hall et le cinéma. Emotions et beaux souvenirs seront au programme ! **Lieu : MSC - PAF : 13 €**



CONFÉRENCE ANIMÉE PAR HENRYCK PASZT

Mardi 15 février à 14h30

L'histoire des Juifs de Pologne dans l'entre-deux-guerres

On croit connaître l'histoire des Juifs de Pologne. Or Henryck Paszt se propose de nous montrer ses complexités et ses nuances. Passionné depuis 50 ans par l'histoire du peuple juif, dans toute l'Europe centrale, Henryck Paszt contribue à l'écriture d'essais et partage ses analyses et expériences avec les historiens.

Lieu : MSC - PAF : 5 €

Nous serons aussi sur zoom : ID de réunion : 864 1998 9141 - Code secret : 6789

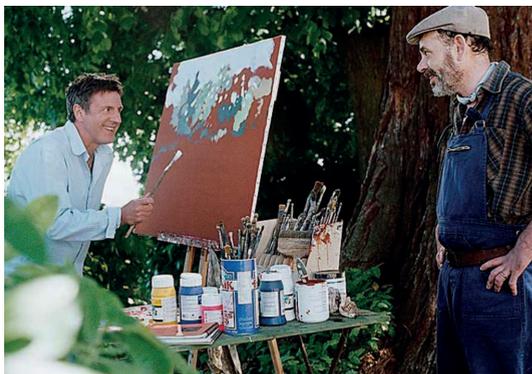


SORTIE

Mercredi 16 février

Musée Fragonard

Anomalies de la nature et écorchés d'Honoré Fragonard justifient à eux seuls l'intérêt de ce musée. **PAF : 15 €**



CINÉ-CLUB

Jeudi 17 février à 14h30

Dialogue avec mon jardinier

Ayant acquis une honnête réputation de peintre parisien, un quinquagénaire fait retour aux sources et revient dans le centre de la France profonde prendre possession de la maison de sa jeunesse.

Lieu : MSC - PAF : 5 €

PROGRAMME DES ACTIVITÉS



ATELIER CUISINE

Mercredi 23 février à 14h30

Cuisinons ensemble !

Venez cuisiner à la MSC. Petit groupe intergénérationnel avec les jeunes adultes du Service d'accompagnement à la vie sociale.

Lieu : MSC - PAF : 5 €



CONFÉRENC

ANIMÉE PAR RAYMOND MELKA

Mardi 1^{er} mars à 14h30

L'histoire des Juifs de Berlin, de 1750 à nos jours

Un voyage à Berlin m'a fait prendre conscience de l'importance de cette ville pour le judaïsme européen et de l'évolution très surprenante de la communauté juive de cette grande capitale.

Lieu : MSC - PAF : 5 €

Nous serons aussi sur zoom : ID de réunion : 864 1998 9141 - Code secret : 6789



SORTIE

Mercredi 2 mars

Musée Mundolingua

Venez découvrir la tête sonore, les arbres des langues et les briques syntaxiques. **PAF : 15 €**



MUSIQUE

Jeudi 3 mars à 14h30

Thé à la Menthe

Ambiance musicale israélo-orientale autour d'un goûter

Lieu : MSC - PAF : 13 €



ATELIER CUISINE

Mercredi 9 mars à 14h30

Cuisinons ensemble !

Venez cuisiner à la MSC. Petit groupe intergénérationnel avec les jeunes adultes du Service d'accompagnement à la vie sociale.

Lieu : MSC - PAF : 5 €



CINÉ-CLUB

Jeudi 10 Mars à 14h30

Boxer pour survivre

Dans ce documentaire illustré par des images d'archives, Noah Klieger revient pour la première fois sur les lieux qui ont marqué sa vie d'adolescent juif français de 1940 à 1947. Déporté à Auschwitz, alors qu'il n'a que 16 ans, il se déclare boxeur ce qui lui sauvera la vie.

Lieu : MSC - PAF : 5 €



CONFÉRENCE ANIMÉE PAR LE RABBIN ISRAËL NISSENBAUM

Mardi 15 mars à 14h30

Pourim

Pourim commémore le sauvetage de peuple juif, qui jadis évita de peu l'extermination en Perse. La fête de Pourim célèbre le dénouement heureux de cette histoire relatée dans le Livre d'Esther, par des festins joyeux où l'on se déguise, et des pièces de théâtre. Mais quelle est la signification profonde de ce rituel au niveau éthique, politique et métaphysique ?

Lieu : MSC - PAF : 5 €

Nous serons aussi sur zoom : ID de réunion : 864 1998 9141 - Code secret : 6789



SORTIE

Mercredi 16 mars

Musée de l'illusion

Le monde fascinant où tous vos sens seront chamboulés.

PAF : 15 €



POURIM

Jeudi 17 mars à 14h30

Casino

Anime par l'Équipe du Foyer Michel Cahen et ses résidents.

Lieu : MSC - PAF : 13 €

PROGRAMME DES ACTIVITÉS



CONFÉRENCE ANIMÉE PAR HENRYCK PASZT

Mardi 22 mars à 14h30

L'antisémitisme soviétique

Quelles sont les spécificités de l'antisémitisme soviétique ? Quelles sont ses racines ? ses sources idéologiques ?

Lieu : MSC - PAF : 5 €

Nous serons aussi sur zoom : ID de réunion : 864 1998 9141 - Code secret : 6789



ATELIER CUISINE

Mercredi 23 mars à 14h30

Cuisinons ensemble !

Venez cuisiner à la MSC. Petit groupe intergénérationnel avec les jeunes adultes du Service d'accompagnement à la vie sociale.

Lieu : MSC - PAF : 5 €

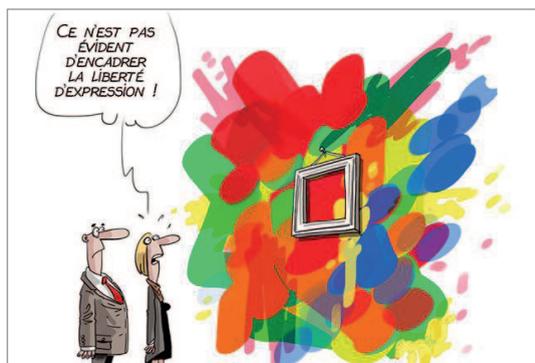


CAFÉ-CONCERT

Jeudi 24 mars à 14h30

Chansons d'ici et d'ailleurs

par Isaac Bensimhon et Marc Amsellem **Lieu : MSC - PAF : 10 €**



EXPRESSION LIBRE ET DÉBAT

Mardi 29 mars à 14h30

Scène ouverte

Espace d'expression libre et de débat, où chacun peut dire ce qu'il pense de telle ou telle conférence passée, lire un texte, choisir un thème de discussion... **Gratuit sur inscription**



EXPOSITION

Mercredi 30 mars

Atelier des Lumières

Les nouvelles expositions seront consacrées à Verlaine et Kandinski. **PAF : 15 €**

FONDATION
CASIP-COJASOR

PROGRAMME DE LIEN SOCIAL

MON VOISIN



Le projet Mon Voisin est un projet de la Fondation CASIP-COJASOR qui vise à mettre en relation, par téléphone ou en physique, des bénévoles avec des personnes seniors isolées vivant à proximité de chez eux.

Si vous êtes intéressés pour être bénévole ou pour bénéficier de cette aide, venez nous rencontrer à la MSC Bluma Fiszler au **1^{er} rue Charles Baudelaire** ou contactez-nous par téléphone au **09.72.38.25.94**.

proposé par :



avec le soutien de nos partenaires :



